

KÁROLI GÁSPÁR REFORMÁTUS EGYETEM
HITTUDOMÁNYI
DOKTORI ISKOLA



**A lelkipendozás és a pszichoterápia
határkérdései a házassággendozásban**

PhD értekezés

Témavezető:

Prof. Dr. Németh Dávid

Doktori Iskola vezetője:

Prof. Dr. Zsengellér József

Készítette:

Mihalec Gábor

Budapest, 2013.

Köszönetnyilvánítás

Egy mű megszületése – noha a címlapon szerzőként általában csak egy név szerepel – sok személyhez kötődik. Ennek az értekezésnek a létrejöttéhez is sokan járultak hozzá, akiknek mély hálával tartozom.

Elsőként Istennek vagyok hálás, a házasság szerzőjének, aki egyengette utamat a tanulmányaim során, és személyes élettörténetemben is elem hozta a házasság témáját, mint életem és szolgálatom legfontosabbá vált területét.

Köszönöm Prof. Dr. Németh Dávidnak, hogy végigkísérte munkámat. Bátorításával, magas szintű szakmai irányításával, baráti és kollegiális támogatásával a legnemesebb tartalommal töltötte meg számomra a “Doktorvater” kifejezést.

Köszönöm a feleségemnek, Dórinak, hogy végig mellettem állt és támogatott a kutatás és az írás folyamatában és köszönöm, hogy fáradhatatlanul segített a felmérések adatainak rögzítésében és összesítésében. Köszönöm, hogy akkor is hitt bennem, amikor én elbizonytalanodtam.

A kutatásra és az értekezés írására szánt időm tekintetében senki sem hozott akkora áldozatot, mint a gyermekeim, Viki és Bogi. Sajnálom, hogy nem jutott belőlem annyi nekik, mint amennyit megérdemeltek volna, és köszönöm, hogy meghozták értem ezt a hatalmas áldozatot.

Köszönöm a szüleimnek is a bátorítást és a hitet, amit belém helyeztek.

Végül köszönöm Csizmadia Róbertnek a baráti biztatást és a közös munka örömét. Hálás vagyok a kreativitásért és a kompromisszumot nem ismerő professzionalizmusért, amivel a Gyűrű-kúra kidolgozásához hozzájárult.

A lelkipozás és a pszichoterápia határkérdései a házassággondozásban

Az értekezés áttekintést nyújt a legjelentősebb lélektani irányzatok (pszichoanalízis, humanisztikus pszichoterápia, kognitív viselkedésterápia és szisztémikus pszichoterápia) lelkipozói recepciójáról. A vizsgálat fókuszában az egyes irányzatok pár- és családterápiás koncepciói, valamint az ezek által befolyásolt lelkipozói modellek állnak. A második egység megvizsgálja a házassággal kapcsolatos egyházi szolgálatokat (házassági felkészítés, egyházi esküvő és házasság-gazdagítás). Végül bemutatásra kerül egy saját integratív modell, amely a lelkipozás hagyományait egyesíti különböző pszichoterápiás irányzatok kutatási eredményeivel és technikáival. A 10 részes párkapcsolati csoportfoglalkozás hatékonyságát egy 54 párból álló tesztcsoport és egy 58 párból álló kontrollcsoport hat hónapos utánkövetéses kvantitatív vizsgálatának eredményei igazolják.

Grenzfragen zwischen Seelsorge und Psychotherapie in der Eheberatung

Die vorliegende Arbeit gibt einen Überblick über die seelsorgerliche Rezeption der bedeutendsten psychotherapeutischen Richtungen (Psychoanalyse, humanistische Psychotherapie, kognitive Verhaltenstherapie und systemische Therapie). Im Brennpunkt der Untersuchung stehen die paar- und familientherapeutischen Konzepte der einzelnen Richtungen und die unter ihrem Einfluss entstandenen seelsorgerlichen Modelle. Die zweite Einheit untersucht die mit der Ehe verbundenen kirchlichen Dienste (Ehevorbereitung, kirchliche Trauung und Ehebereicherung). Zuletzt wird ein eigenes integratives Modell dargestellt, das die Tradition der Seelsorge mit den Forschungsergebnissen und Techniken verschiedener psychotherapeutischer Richtungen vereint. Die Effektivität der 10-teiligen Gruppenbeschäftigung für Paare wird anhand einer quantitativen halbjährigen Längsschnittstudie einer Testgruppe von 54 Paaren und einer Kontrollgruppe von 58 Paaren bestätigt.

Border issues of pastoral counseling and psychotherapy in marriage counseling

The present dissertation gives an overview on the reception of the major psychological trends (psychoanalysis, humanistic psychotherapy, cognitive behavior therapy and systemic psychotherapy) from the part of pastoral counseling. The focus of the research is on the couple and family therapy concepts of each trend, and also the pastoral counseling models they influence. The second unit examines the church services connected to marriage (marriage counseling, church wedding and marriage-enrichment). Finally an own integrative model is to be presented, which connects the traditions of pastoral counseling with the research results and techniques of different psychotherapy trends. The effectiveness of the 10-part relationship group session is proven by the results of a quantitative longitudinal research with a 54 couples test group and a 58 couples control group.

Tartalomjegyzék

Ábrák és táblázatok jegyzéke.....	9
Bevezetés.....	11
1. A lelkigondozás dialógusa a jelentősebb pszichoterápiás irányzatokkal, különös tekintettel azok házassággondozási szempontjaira.....	14
1.1 A pszichoanalízis és a lelkigondozás.....	14
1.1.1 A gyakorlati teológia párbeszéde a freudi pszichoanalízissel.....	14
1.1.1.1 A pszichológia és a lelkigondozás kapcsolatának jellemzői Freud előtt.....	14
1.1.1.2 Freud pszichoanalízise.....	16
1.1.1.3 Az egyházi lelkigondozás viszonyulása a pszichoanalízishez a XX. század első felében.....	17
1.1.1.3.1 Oskar Pfister és az analitikus lelkigondozás.....	17
1.1.1.3.2 Walther Buntzel és a közvetett szerepű pszichoanalízis.....	20
1.1.1.3.3 Eduard Thurneysen: A pszichoanalízis, mint a lelkigondozás segédtudománya.....	21
1.1.1.3.4 Helmut Tacke és a hiterápiás lelkigondozás.....	24
1.1.1.4 A pszichoanalízis és a lelkigondozás kapcsolatának alakulása a XX. század második felében.....	25
1.1.1.4.1 Egy rendszeres teológus a lelkigondozásról: Paul Tillich.....	25
1.1.1.4.2 Joachim Scharfenberg és a szolidáris lelkigondozás.....	26
1.1.1.4.3 Dietrich Stollberg és a pszichoterápiás lelkigondozás.....	27
1.1.1.4.4 Gyökössy Endre és a parakletikus lelkigondozás.....	28
1.1.1.4 Összefoglalás.....	30
1.1.2 A pszichoanalitikus orientáltságú lelkigondozás legfontosabb vonásai.....	31
1.1.3 Pszichoanalitikus orientáltságú párterápiás és házassággondozói koncepciók.....	32
1.1.3.1 A klasszikus pszichoanalízis vonalát követő koncepciók.....	32
1.1.3.1.1 Annelise Heigl-Evers, Franz Heigl és a házasság dinamikus egyensúlya.....	33
1.1.3.1.2 Hans-Joachim Thilo és az osztatlan ember.....	37
1.1.3.1.3 Jürg Willi és a kollúzióelmélet.....	39
1.1.3.2 Tárgykapcsolat-elméleten alapuló pár- és családterápia.....	49
1.1.3.3 Transzgenerációs pár- és családterápiás modellek.....	52
1.1.3.3.1 Murray Bowen és a családrendszer elmélet.....	53
1.1.3.3.2 Böszörményi-Nagy Iván és a kontextuális családterápia.....	55
1.1.3.4 Egy pasztorálpszichológiai modell: Hans-Joachim Thilo házassággondozása.....	59
1.1.4 Összegzés.....	63
1.2 A humanisztikus pszichológia és a lelkigondozás.....	66
1.2.1 Carl R. Rogers és a humanisztikus pszichológia kezdetei.....	66
1.2.2 A humanisztikus orientáltságú pszichológia recepciója a lelkigondozásban.....	71
1.2.2.1 Howard Clinebell és a növekedésorientált lelkigondozás.....	73
1.2.2.2 Hans-Christoph Piper és a kommunikációs fókuszú	

lelkigondozás.....	75
1.2.3 Humanisztikus orientáltságú párterápiás és házassággyógyozói koncepciók.....	77
1.2.3.1 Humanisztikus pár- és családterápiás koncepciók.....	77
1.2.3.1.1 Carl R. Rogers a házasságról.....	77
1.2.3.1.2 Virginia Satir élményközpontú családterápiája.....	79
1.2.3.1.3 Susan M. Johnson és az érzelmi fókuszú párterápia.....	84
1.2.3.2 Humanisztikus lelkigondozói szemléletű házassággyógyozói modellek.....	86
1.2.3.2.1 Howard Clinebell növekedés-orientált házassággyógyozása.....	86
1.2.3.2.2 Traugott Ulrich Schall lelkigondozói házasságkonceptiója.....	88
1.2.4 Összegzés.....	92
1.3 A kognitív viselkedésterápia és a lelkigondozás.....	95
1.3.1 A kognitív viselkedésterápia rövid áttekintése.....	95
1.3.1.1 A kognitív viselkedésterápia vázlatos kialakulástörténete.....	95
1.3.1.2 A kognitív viselkedésterápiában alkalmazott technikák.....	97
1.3.2 A kognitív viselkedésterápia lelkigondozói recepciójának lehetőségei.....	99
1.3.2.1 Lawrence Crabb lelkigondozói modellje.....	105
1.3.2.2 Michael Dieterich biblikus-terápiás lelkigondozása.....	106
1.3.3 Viselkedésterápián alapuló párterápiás modellek és koncepciók.....	108
1.3.3.1 Bernard Guerney kapcsolatfejlesztő modellje.....	109
1.3.3.2 Arnold Lazarus és a multimodális terápia.....	110
1.3.3.3 Neil Jacobson és Andrew Christensen integratív párterápiája.....	112
1.3.3.4 John M. Gottman és a szeretet-labor.....	113
1.3.4 Kognitív viselkedésterápiás hatás alatt álló keresztyén házassággyógyozói modellek.....	117
1.3.4.1 Norman Wright terápiás-lelkigondozói megközelítése.....	118
1.3.4.2 Andreas Bochmann statisztikai alapú házassággyógyozása.....	120
1.3.5 Összegzés.....	122
1.4 A rendszerelméleten alapuló pszichoterápia és a lelkigondozás.....	124
1.4.1 A rendszerelmélet történeti és elméleti hátterének áttekintése.....	124
1.4.2 A rendszerelmélet útkeresése a gyakorlati teológiai gondolkodásban.....	127
1.4.2.1 Exkurzus: Rendszerszemléletű kitekintés a missziológiára.....	128
1.4.2.2 A rendszerszemléletű lelkigondozás sajátosságos vonásai.....	130
1.4.2.2.1 Az analitikus és a rendszerszemléletű lelkigondozás különbségei.....	130
1.4.2.2.2 A spiritualitás kérdése a rendszerszemléletű lelkigondozásban és terápiában.....	137
1.4.2.2.3 A lelkigondozó sajátosságos helyzetéből fakadó előnyök a rendszerelmélet alkalmazásában.....	140
1.4.3 A rendszerelméleten alapuló legjelentősebb pár- és családterápiás, valamint lelkigondozói házasság- és családkonceptiók bemutatása.....	142
1.4.3.1 Klasszikus rendszerszemléletű családterápiás modellek.....	142
1.4.3.1.1 Salvador Minuchin és a strukturális családterápia.....	143
1.4.3.1.2 A milánói családterápiás iskola.....	146
1.4.3.2 Egy empirikus-szisztémikus koncepció: David H. Olson, a circumplex modell és a PREPARE/ENRICH.....	149
1.4.3.2.1 A circumplex modell.....	151
1.4.3.2.2 FACES.....	154
1.4.3.2.3 Pár- és családszerkezeti térkép.....	156

1.4.3.2.4	PREPARE/ENRICH tesztsomagok.....	159
1.4.3.2.5	A vallásosság és a házassággal való megelégedettség összefüggései.....	163
1.4.3.2.6	Az olsoni családterápiás koncepciók terápiás és lelkigondozói alkalmazása.....	166
1.4.3.3	Szociális konstruktivista koncepciók és modellek.....	167
1.4.3.3.1	John Byng-Hall és a családi szkript elmélet.....	169
1.4.3.3.2	Megoldásközpontú családterápia.....	171
1.4.3.3.3	Narratív családterápia.....	174
1.4.3.4	Rendszerelméleten alapuló, transzgenerációs lelkigondozói családmodellek.....	178
1.4.3.4.1	John Patton és Brian Childs modellje.....	179
1.4.3.4.2	Edwin H. Friedman családi folyamatmodellje.....	180
1.4.3.4.3	Családfánk titkai.....	184
1.4.4	Összegzés.....	186

1.5 Összefoglalás: A lelkigondozás és a pszichoterápia határkérdései a különböző terápiás és lelkigondozói irányzatok tükrében..... 188

1.5.1	A lelkigondozás és a pszichoterápia elhatárolása az antropológia mentén.....	189
1.5.2	A lelkigondozás propriuma és a teljes elválasztás lehetetlensége.....	191
1.5.3	A lelkigondozás és a pszichoterápia munkamegosztása a házasság gondozásban.....	193

2. A házassággal kapcsolatos egyházi szolgálatok..... 197

2.1 Házassági felkészítés.....199

2.1.1	Fogalmi és módszertani tisztázás.....	199
2.1.1.1	A “jegyesoktatás” elnevezés problematikája.....	199
2.1.1.2	A házassági felkészítés “műfajának” és céljának meghatározása.....	200
2.1.2	A házassági felkészítés történeti áttekintése.....	203
2.1.2.1	Egyházi megközelítések.....	203
2.1.2.1.1	Római Katolikus Egyház.....	203
2.1.2.1.1.1	A II. Vatikáni Zsinat.....	203
2.1.2.1.1.2	Házasság előtt.....	204
2.1.2.1.1.3	Familiaris Consortio.....	205
2.1.2.1.1.4	Felkészülés a házasság szentségére.....	206
2.1.2.1.1.5	A Boldogabb Családokért.....	207
2.1.2.1.1.6	Kánonjogi szabályozás.....	208
2.1.2.1.2	Magyarországi Református Egyház.....	209
2.1.2.1.2.1	Az 1985-ös Istentiszteleti rendtartás.....	209
2.1.2.1.2.2	Nem jó az embernek egyedül.....	210
2.1.2.1.2.3	Keresztyén házasság.....	211
2.1.2.1.3	Hetednapi Adventista Egyház.....	212
2.1.2.1.3.1	Házassági felkészítés Ellen Gould White írásaiban.....	212
2.1.2.1.3.2	Nemzetközi szabályozások 1977 után.....	213
2.1.2.1.3.3	1984-es Generál konferenciai határozat.....	214
2.1.2.1.3.4	1989-es osztálymunka szabályzat.....	215
2.1.2.1.3.5	A lelkeszi kézikönyv ajánlása.....	215
2.1.2.2	Szekuláris megközelítések.....	215
2.1.2.2.1	Állami család- és nővédelmi tanácsadás.....	215
2.1.2.2.2	Pszichológus szerzők a házassági felkészítésről.....	217

2.1.2.2.3 A házassági felkészítést befolyásoló társadalmi kontextus, valamint a kihívásokra adott egyházi és pszichoterápiás válasz.....	220
2.1.3 A házassági felkészítés hatékonysága, aktuális irányzatai és speciális kihívásai.....	223
2.1.3.1 A házassági felkészítés hatékonyságának mérése.....	223
2.1.3.2 Egyházi házassági felkészítő programok.....	224
2.1.3.2.1 Párbeszélgetés.....	224
2.1.3.2.2 Jegyes Hétfége és MÉCS napok.....	226
2.1.3.2.3 Szarka Miklós analitikus-strukturális házasságra felkészítő koncepciója.....	227
2.1.3.2.4 Családok Jézusban.....	230
2.1.3.3 Szabványosított eljárások.....	331
2.1.3.3.1 PREmarital Personal And Relationship Evaluation (PREPARE).....	231
2.1.3.3.2 Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP).....	233
2.1.3.3.3 Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL).....	234
2.1.3.4 A házassági felkészítés speciális kérdései.....	236
2.1.3.4.1 Felekezeti és/vagy nemzetiségi vegyesházasság.....	236
2.1.3.4.2 A házasulandók életkora.....	239
2.1.3.4.3 Mozaikcsalád.....	241
2.1.3.4.4 Házasságra készülő élettársak.....	241
2.1.3.5 Összegzés.....	243
2.2 Az egyházi esküvő.....	244
2.2.1 A házasságkötés rövid történeti áttekintése.....	244
2.2.1.1 A házasságkötés bibliai konstitúciója a teremtéstörténet kontextusában.....	244
2.2.1.2 Házasságkötés a bibliai idők után.....	246
2.2.2 Katolikus és protestáns házasságkötés-felfogás.....	248
2.2.3 Az eskető személyi feltételei.....	250
2.2.4 Az esküvői liturgiák összehasonlítása.....	253
2.2.5 Az egyes liturgiai elemek lelkigondozói vonatkozásai.....	260
2.2.5.1 A rítus, mint az egyházi esküvő értelmezési kerete.....	260
2.2.5.2 Az egyházi esküvő főbb liturgiai elemei.....	262
2.2.5.2.1 Bevonulás.....	262
2.2.5.2.2 Az esküvői prédikáció.....	263
2.2.5.2.2.1 Az esküvői prédikáció célközönsége.....	263
2.2.5.2.2.2 Az esküvői prédikáció tartalmi szempontjai.....	265
2.2.5.2.2.3 Az esküvői prédikáció formai kérdései.....	267
2.2.5.2.3 Eskü/fogadalom.....	267
2.2.5.2.4 Gyűrűk.....	268
2.2.5.2.5 Áldás.....	268
2.2.5.2.6 Kivonulás.....	269
2.2.6 Exkurzus: A házassággal kapcsolatos alternatív rituálék.....	270
2.2.7 Összegzés.....	272
2.3 Házasság-gazdagítás (Marriage Enrichment).....	273
2.3.1 Definíciós kísérletek és műfaji tisztázás.....	273
2.3.2 Történelmi gyökerek: David és Vera Mace.....	275
2.3.3 Házasság-gazdagító programok módszertani és tartalmi felépítése.....	278
2.3.3.1 David és Vera Mace koncepciója.....	278
2.3.3.2 Hof és Miller kreatív házasság-gazdagító programja.....	280

2.3.3.3 Howard Clinebell és a tudatos házasság módszere.....	281
2.3.3.4 Bernard Guerney viselkedésterápiás modellje.....	282
2.3.3.5 Egy szisztémikus modell.....	283
2.3.3.6 David Olson házasság-gazdagító programjai.....	284
2.3.4 A résztvevő párok toborzása és összetétele.....	286
2.3.4.1 A résztvevő párok kiválasztásának folyamata.....	286
2.3.4.2 Indikációk és kontraindikációk.....	287
2.3.5 A csoportvezetők kiválasztása és képzése.....	289
2.3.6 A házasság-gazdagítás hatékonyságával kapcsolatos kutatások.....	292
2.3.7 Összegzés.....	294
3. Egy integratív modell: Gyűrű-kúra.....	295
3.1 A program tartalmi egységeinek bemutatása.....	296
3.2 A program módszertani felépítése.....	301
3.2.1. Információközlés.....	301
3.2.2 “Párok négy szem között” gyakorlatok.....	302
3.2.3 “Párok egymás között” gyakorlatok.....	303
3.2.4 További módszertani és szervezési kérdések.....	304
3.3 A program háttérében meghúzódó rendszeres teológiai és etikai megfontolások.....	306
3.3.1 Házasság vagy élettársi kapcsolat?.....	306
3.3.1.1 Az élettársi kapcsolattal összefüggésbe hozható bibliai példák.....	306
3.3.1.2 A házasság és élettársi kapcsolat közötti kapcsolati dinamikai különbségek.....	308
3.3.1.3 Az élettársi kapcsolat kezelése a Gyűrű-kúrán.....	310
3.3.2 Szexualitás.....	310
3.3.3 Hierarchikus vagy egyenrangú párkapcsolati modell?.....	312
3.3.3.1 A férfi és a nő viszonya az őstörténetben.....	313
3.3.3.2 A férfi és a nő viszonya a bűneset utáni Ószövetségben.....	314
3.3.3.2 A férfi és a nő viszonya az Újszövetségben.....	315
3.3.3.3 A Gyűrű-kúrán képviselt házasságmodell.....	316
3.3.4 Válás és újrarázasodás.....	316
3.4 A programban megjelenő terápiás irányzatok.....	318
3.4.1 A Gyűrű-kúra rendszerelméleti aspektusai.....	318
3.4.2 A Gyűrű-kúra kognitív viselkedésterápiás aspektusai.....	319
3.4.3 A Gyűrű-kúra humanisztikus pszichológiai aspektusai.....	320
3.4.1 A Gyűrű-kúra pszichoanalitikus aspektusai.....	322
3.5 A program hatékonyságvizsgálata.....	322
3.5.1 A hatékonyságvizsgálat módszerének bemutatása.....	322
3.5.2 A felmérés adatainak kiértékelése.....	327
3.5.2.1 A vizsgálat elején megfogalmazott hipotézisek.....	327
3.5.2.2 A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatai.....	328
3.5.2.3 A vizsgálatban résztvevő párok megelégedettségének változása a mért párkapcsolati kategóriákban.....	331
3.5.2.4 A vizsgálatban résztvevő személyek változásai a párszerkezeti térképen.....	336
3.5.2.5 A vizsgálat elején megfogalmazott hipotézisek igazolása és	

cáfolása.....	338
3.6 Összegzés.....	340
4. Összefoglalás, a vizsgálatból levezethető tézisek.....	342
Bibliográfia.....	346
Internetforrások.....	381

Táblázatok és ábrák jegyzéke

1. Táblázat: Néhány jelentősebb gyakorlati teológiai szerző pszichoanalízishez való viszonyának összefoglalása.....	30
2. Táblázat: Heigl-Evers és Heigl dinamikus házassági egyensúlykategóriáinak áttekintése.....	35
3. Táblázat: Az öt megküzdési pozíció jellemzői Virginia Satir szerint.....	81
4. Táblázat: A felnőtt kötődési stílusok összefoglalása.....	84
5. Táblázat: Az analitikus és a rendszerszemléletű lelkipozíció összehasonlítása.....	137
6. Táblázat: A PREPARE/ENRICH tesztek áttekintése a vizsgált dimenziók és az itemek száma szerint.....	160
7. Táblázat: A hitbeli kompatibilitás és a pártipológia korrelációi.....	165
8. Táblázat: A lelkipozíció és pszichoterápiás szakmák összehasonlítása a házassággal kapcsolatos tevékenységeik mentén.....	194
9. Táblázat: A lelkipozíció és pszichoterápiás szakmák összehasonlítása az alkalmazott terápiás irányzatok szempontjából.....	194
10. Táblázat: A lelkipozíció és pszichoterápiás szakmák összehasonlítása a munkavégzés helyének szempontjából.....	194
11. Táblázat: A házassági felkészítést befolyásoló jelentősebb demográfiai adatok a 20. század második felében Magyarországon.....	220
12. Táblázat: A házassági felkészítést befolyásoló jelentősebb demográfiai adatok a 20. század második felében és az ezredfordulón Németországban.....	221
13. Táblázat: A házassági felkészítést befolyásoló jelentősebb demográfiai adatok a 20. század második felében és az Egyesült Államokban.....	221
14. Táblázat: Az empirikus alapú házassági felkészítő programok tematikájának összehasonlítása.....	236
15. Táblázat: A Római Katolikus Egyház, a Magyarországi Református Egyház és a Hetednap Adventista Egyház esküvői liturgiájának összehasonlító táblázata.....	253
16. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a kapcsolatuk típusa szerint.....	328
17. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az életkoruk szerint.....	328
18. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a házasságban/együttélésben eltöltött évek száma szerint.....	329
19. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az esküvőig hátralévő hónapok száma szerint.....	329
20. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a gyermekeik száma szerint.....	329
21. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az iskolai végzettségük szerint.....	329
22. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az általános beállítódásuk szerint.....	330
23. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a vallásuk szerint.....	330
24. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a vallásgyakorlásuk intenzitása szerint.....	330
25. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az egyházi életben való részvételük szerint.....	330

1. Ábra: A circumplex modell grafikai ábrázolása és tartalmi elemei.....	153
2. Ábra: A circumplex modellből levezethető családtípusok.....	154
3. Ábra: A pár- és családszerkezeti térkép.....	157
4. Ábra: A hitbeli kompatibilitás hatása a házassági megelégedettségre.....	165
5. Ábra: A házassági felkészítést egyházi és szekuláris megközelítésének változásai.....	222
6. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok megelégedettségének szintje a foglalkozásokba integrált párkapcsolati kategóriákban valamennyi résztvevő pár adatai alapján.....	332
7. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok megelégedettségének szintje a foglalkozásokba integrált párkapcsolati kategóriákban mindhárom felmérésben résztvevő párok adatai alapján.....	333
8. Ábra: A kontrollcsoport párjainak megelégedettségi szintje a hat hónapos eltéréssel felvett adatok alapján.....	334
9. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok és a kontrollcsoport kapcsolatának változásai a mérés hat hónapja alatt.....	335
10. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok és a kontrollcsoport kapcsolatának változásai a mérés hat hónapja alatt százalékarányos kimutatásban.....	335
11. Ábra: A szubjektív kapcsolati megelégedettség változása a tesztfelvételek során.....	336
12. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok kapcsolati dinamikájának változása valamennyi teszt kitöltő pár adatai alapján.....	336
13. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok kapcsolati dinamikájának változása a mindhárom tesztet kitöltő párok adatai alapján.....	337
14. Ábra: A kontrollcsoportéhoz tartozó párok kapcsolati dinamikájának változása.....	337

Bevezetés

Magyarországon az évenkénti válások száma lassan, de határozott léptekkel eléri a házasságkötések számának felét. Ez a tendencia pedig az egyházakkal sem tesz kivételt. A felgyorsult életmód, a fokozódó gazdasági nyomás, a személyes erkölcs általános hanyatlása mind-mind egyre veszélyeztetettebbé teszi a házasság és a család intézményét.

A krízisbe jutott házasságok megmentésében több diszciplína is érintett, ezek közül sokan elsőként a pszichoterápiára gondolnak. Gyakran azonban túl későn kérnek a párok segítséget, így a pszichoterápia legfeljebb a békés, emberi méltóságot megőrző válásban nyújthat segítséget és abban, hogy a felek – ha házaspárként már nem is, legalább – szülőpárként képesek legyenek továbbra is együttműködni. A poimenika a sajátos eszközeivel ugyancsak jelentős szolgálatot tehet a házasságok megmentéséért, sőt a lelkigondozó-lelkipásztor bizonyos fokig helyzeti előnyben is van pszichológus kollégájához képest. A lelkipásztor ugyanis hivatásánál fogva jelen van minden fontos családi eseményen, az egyházi kazuáliák pedig meg is erősítik ezt a pozícióját (gyermek születése, ifjúvá válás, házasságkötés, haláleset a családban, stb.). A családi élelciklus döntő pillanataiban a lelkipásztor olyan közel kerülhet a családhoz, mint amilyen közel egyetlen más segítő foglalkozás képviselője sem. Túl sokszor történik azonban meg, hogy a lelkipásztor nem tud élni ezzel a helyzeti előnnyel és a párok, családok végül is segítség nélkül maradnak.

A házasság kérdésköre mindkét megközelítés számára határterület. A különböző pszichoterápiás irányzatok főleg patológiák mentén kerülnek kapcsolatba párokkal, a kapcsolat minőségével tehát közvetett módon – a tüneten, vagy inexplícien keresztül – tudnak foglalkozni. Egy pszichésen és mentálisan egészséges pár, amely jobba akarja tenni az egymással való kapcsolatát, ritka esetben kéri ehhez pszichoterapeuta segítségét. Másfelől a lelkigondozás általában nem párokkal, családokkal, hanem egyénekkal foglalkozik, és a párkapcsolati kérdésekbe csak más problémakörök mentén kapcsolódik be. A házasság minőségének javítása csak kivételes esetben képezi a lelkigondozói kapcsolat explicit mandátumát.

Értekezésünkben a házasságot, mint határterületet és a két megközelítés közötti határkérdések tisztázását szeretnénk fókuszba állítani. A kérdések, amelyekre választ keresünk:

- Hogyan tudja a lelkigondozó-lelkipásztor a helyzeti előnyét a legjobban a házaspárok és családok javára fordítani?
- Milyen eszközök állnak ehhez rendelkezésére?

- Milyen viszonyban áll egymással a lelkigondozás és a pszichoterápia?
- Mik a hasonlóságai és miben különböznek egymástól?
- Mennyiben hatnak egymásra, miben működhetnek együtt és mit tanulhatnak egymástól?
- Mik a két diszciplína képviselőinek kompetenciahatárai?
- Milyen működő modelljei léteznek a sikeres együttműködésnek és mennyire hatékonyak ezek?

A kérdések megválaszolása három egységben történik. Az értekezés első nagy fejezetében történelmi áttekintést nyújtunk a lelkigondozás és a legjelentősebb lélektani irányzatok (pszichoanalízis, humanisztikus pszichoterápia, kognitív viselkedésterápia és szisztémikus pszichoterápia) párbeszédéről. Mindeközben különös figyelmet szentelünk az adott irányzatok pár- és családterápiás koncepcióinak, valamint az ezek által befolyásolt lelkigondozói modelleknek.

A második egységben megvizsgáljuk azokat a sajátos egyházi szolgálatokat (házassági felkészítés, egyházi esküvő és házasság-gazdagítás), amelyek közvetlen befolyást gyakorolhatnak az érintett személyek házasságának és családi életének minőségére. Kitekintünk e szolgálatok lélektani vonatkozásaira is és megvizsgáljuk ezek hatékonyságát, illetve bemutatunk sikeresen alkalmazott modelleket.

A harmadik fejezetben egy saját integratív modellt mutatunk be, amely a bibliai etika és antropológia talaján állva, a házasság-gazdagító mozgalom hagyományaira építve, a különböző pszichoterápiás irányzatok legjelentősebb kutatásait beépítve igyekszik házas és házasságra készülő pároknak segítséget nyújtani kapcsolati készségeik fejlesztésében, kapcsolati működésük tudatosításában és végső soron a kapcsolatuk minőségének fejlesztésében. A "Gyűrű-kúra" nevet viselő program részletes módszertani bemutatása mellett annak hatékonyságvizsgálatára is kísérletet teszünk egy 54 párból álló tesztcsoport és egy 58 párból álló kontrollcsoport utánkövetéses kvantitatív felmérési adatai alapján.

Értekezésünket végül a tanulságok és eredmények összefoglalásával zárjuk.

A vizsgálat eredményeitől azt várjuk, hogy hozzájáruljanak a lelkigondozók és a pszichoterapeuták bátrabb, tudatosabb és egyenrangúbb kollegiális együttműködéséhez. A kompetenciahatárok, az alkalmazott módszerek és a mögöttük meghúzódó meggyőződések tisztázása sokat segíthet a kölcsönös párbeszéd kialakulásában. Továbbá a feltárt módszerek felruházhatják a lelkigondozókat olyan hatékony eszközökkel, amelyek birtokában még jobban végezhetik szolgálatukat. Az egyházban tudatosítják, hogy az evangélium nem csak az egyháztagok lelki életére akar hatást gyakorolni, hanem az emberi kapcsolatokra – és ezen belül a házassági kapcsolatra is – empirikusan kimutatható pozitív

hatást képes gyakorolni. Végül pedig a szélesebb társadalom újra felfedezheti az egyházat, mint a szekuláris kapcsolatépítő és gyógyító módszerek legitim alternatíváját, ez pedig hozzájárulhat az egyház pozitívabb társadalmi megítéléséhez.

Ahol másként nem jelöljük, ott az idegen nyelvű szakirodalmi forrásokból származó idézeteket saját fordításban adjuk vissza.

A lábjegyzetek és a bibliográfia összeállításához a német és angolszász teológiai intézményekben gyakran alkalmazott Nancy Jean Vyhmeister féle metodikát vettük alapul.¹

Az értekezésben idézett bibliai textusokat a Magyar Bibliatanács 1975-ös fordításának javított kiadásából vettük át.

¹ Nancy Jean Vyhmeister, *Handbook for Research: Guidelines for Theolgy Students* (Silang, Cavite: AIIAS, 1989), 2. kiadás. Eszerint az első alkalommal történő idézéskor a mű valamennyi bibliográfiai adatát felsoroljuk, az azonos műből történő második és többedszeri idézés esetén pedig csak a szerző vezetéknevét, a mű címét és az oldalszámot jegyezzük.

1. A lelkipozás dialógusa a jelentősebb pszichoterápiás irányzatokkal, különös tekintettel azok házasságpozási szempontjaira

1.1 A pszichoanalízis és a lelkipozás

1.1.1 A gyakorlati teológia párbeszéde a freudi pszichoanalízissel

1.1.1.1 A pszichológia és a lelkipozás kapcsolatának jellemzői Freud előtt

A pszichoanalízis alapítóatyjaként Sigmund Freudot tartják számon és a lelkipozás témájában nyilatkozó teológusok gyakran őt tekintik dialóguspartnerüknek, akivel szemben vagy akivel egyetértésben határozzák meg a lelkipozás egy-egy vonását. Ezzel együtt azonban a pszichoterápia² és a lelkipozás egymástól való elválasztásának, és a két diszciplína közötti határok világos meghúzásának igénye már jóval Sigmund Freud munkássága előtt is megjelent. A szétválasztást elsősorban az orvosi oldalról szorgalmazták, míg a teológustársadalom jóval nagyobb be- és elfogadókészséget mutatott a kibontakozódó új tudományág iránt.

Johann Christian August Heinroth például így nyilatkozik 1818-ban:

„A lelkészek, mint elismert lélekgyógyászok, álláspontjukból, valamint képzésükéből és irányultságukból fakadóan kevésbé alkalmasak arra az ügyletre, amelyről itt szó van. Az ő tevékenységük mezeje ugyanis az ember erkölcsi természetével foglalkozik, amíg az fennáll, nem pedig azzal, ami ha nem is elveszett, de időlegesen eltűnt. Az ő foglalkozásuk ebből fakadóan teljesen más területeken otthonos, mint azok, amelyeket a pszichikus orvosnak ismernie kell.”³

Kevésbé elutasító, ám mégis határozott különválasztást sürgető megjegyzést tesz Friedrich Nasse is 1844-ben:

„A lelkészeket tisztelet és hála illeti meg erőfeszítéseikért, hogy felállhasson az az ország, amelynek eljöveteleért naponta imádkozunk, mélységes elismerés a támogatásért, amely utat mutat nekünk, és segít megszabadulnunk a szív legnagyobb szorongatásaitól. Az

² A Freud előtti pszichoterápiás műhelyek és jelentősebb személyiségek, szerzők összefoglalásához lásd: Helmut E. Lück, Rudolf Miller (szerk.), *Illustrierte Geschichte der Psychologie* (Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999), 2. kiadás, 3-64. p.

³ Johann Christian August Heinroth, *Lehrbuch der Störungen des Seelenlebens oder der Seelenstörungen und ihre Behandlung. Vom rationalen Standpunkt aus entworfen* (Leipzig: Vogel, 1818), 44-45. p. Idézi: Martina Plieth, *Die Seele wahrnehmen. Zur Geistesgeschichte des Verhältnisses von Seelsorge und Psychologie* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1994), 20. p. A megjegyzés érdekessége, hogy Heinroth, miközben egyfelől a lelkipásztorok szemére veti munkájuk erkölcsi töltetét és elkötelezettségét, maga is erkölcsi fogalmakat használ munkaterületének megjelölésére azzal, hogy a pszichésen beteg embert olyan személynek minősíti, akinek életéből – ha csak átmenetileg is, de – eltűnt az erkölcs.

elismerésünk mellett azonban nem rejthetjük el, hogy a lelkész nem alkalmas a lelki betegségek kezelésére. [...] Az emberi test állapotairól való ismeret általában távol áll tőle, így az ember erkölcsi erőinek megértése csak a lélek szolgálatára teszi alkalmassá.”⁴

A lelkipásztor kompetenciahatárai iránti tisztázási igény mellett Nasse kihívást is intéz a teológustársadalom felé. Ha a teo-lógus „csak” az Istenről szóló tudományt műveli, munkásságában „csak” Isten megismerésére és az Istenről szóló tan helyes megfogalmazására törekszik, akkor munkája idegen marad az embertől és végső soron az ember számára használhatatlan tudás lesz. Nasse kritikájában megfogalmazódik a gyakorlati teológia egyik lényeges posztulátuma, miszerint annak figyelme az emberre és annak életére is irányul, akinek szolgálatában áll.⁵

A lelkipásztorokat kirekesztő orvosi nézet azonban nem az egyedüli vélemény a pszichés rendellenességekkel foglalkozók szakmai vitájában. M. Jacobi – éppen Nasse írására reagálva – kollegiális, pozitív hangvételt üt meg a lelkészek irányában, amikor azt mondja, hogy a két szakember „Az életben egymás mellett áll,”⁶ majd hozzáteszi, hogy „Egyik a másik hatékonyságát nem képes helyettesíteni, legfeljebb csak kiegészíteni.”⁷

A teológusok oldaláról jóval nagyobb nyitottság tapasztalható a kibontakozódó új tudományág iránt. Ez a jelenség figyelhető meg Carl Immanuel Nitzsch esetében is, aki „Gyakorlati teológia” című művének harmadik kötetét teljes egészében a lelkigondozásnak szenteli, és elismerően ír a lelki bajokkal foglalkozó orvoslásról, valamint annak ismereteit az egyházi szolgálatban állóknak is ajánlja. A lelkigondozó eszköztárát például így sorolja fel:

„Nagy hangsúlyt fektetünk arra, hogy a pásztori megbízhatóság és elhivatás konkrét feltételeinek meghatározásában a személyes mozzanatokat is meghatározzuk: Keresztyén jellem, jó név, karizma és képzés, diagnosztikus és terápiás képesség, tanításra való alkalmasság és az imádság ajándéka, kísérő magatartás.”⁸

⁴ Friedrich Nasse, *Die Behandlung der Gemüthskranken und Irren durch Nichtärzte* (Bonn: Neidhardt, 1844), 41-42. p. Idézi: Plieth, *Die Seele wahrnehmen*, 21. p.

⁵ A gyakorlati teológiának ez az emberre (is) figyelő jellege fejeződik ki a következő definíciókban is: „A gyakorlati teológia a keresztyén kijelentés és annak jelenlegi tapasztalataiból származó felismerések összekapcsolása a tudományos elmélettel. Ez képezi felelősségvállalásának alapját az egyház történelmi megjelenése és a keresztyéneknek az egyházban való együttélése iránt.” Dietrich Rössler, *Grundriss der praktischen Theologie* (Berlin, New York: Walter de Gruyter, 1993), 2. kiadás, 3. p.

„A gyakorlati teológia a krisztopraxisban gyökerezik [...] A ’Hogyan éljünk?’ és ’Mit tegyünk?’ kérdésekre keres választ annak tiszteletbentartásával, amit Isten kijelentett szavában, és amit Isten tesz a Szentlélek által. Ez az a folyamatos hermeneutikai feladat, amely az egyháznak adatott a gyakorlati teológia művelése által.” Ray Sherman Anderson, *The Shape of Practical Theology: empowering ministry with theological praxis* (Downers Grove: InterVarsity Press, 2001), 52. p.

⁶ M. Jacobi, „Bemerkungen über die Bedeutung des Ausdrucks ’Seelenstörung’ in der Psychiatrie, und über die Mitwirkung der Geistlichen bei der Behandlung von Irren, durch Nasse’s Schrift: ’Über die Behandlung von Gemüthskranken und Irren durch Nichtärzte’ veranlasst.” *Allgemeine Zeitschrift für Psychiatrie und psychisch-gerichtliche Medicin*, 1844/1, 404. p. Idézi: Plieth, *Die Seele wahrnehmen*, 21. p.

⁷ Jacobi, „Bemerkungen über die Bedeutung des Ausdrucks ’Seelenstörung’ in der Psychiatrie, und über die Mitwirkung der Geistlichen bei der Behandlung von Irren.” 404. p.

⁸ Carl Immanuel Nitzsch, *Praktische Theologie* (Bonn: Adolph Marcus, 1868), 3. kötet, 2. kiadás, 56. p.

Amint majd a későbbi bemutatásban is láthatóvá válik, az orvosi oldalon való bizalmatlanság mindvégig fennmarad a teológusok irányába, a diszciplínák közötti párbeszéd jobbára egyoldalú, amelyet az esetek nagy részében a teológusok kezdeményeznek és tartanak fenn.

1.1.1.2 Freud pszichoanalízise

Freud munkásságát számos szerző feldolgozta, ezért értekezésünkben feltételezzük a főbb freudi koncepciók ismeretét és csak azokra a szempontokra mutatunk rá, amelyek témánk tekintetében fontosak. A Freud tudományos gondolkodását befolyásoló hatások közül az alábbiakat emeljük ki a pszichoanalízis és a poimenika, mint gyakorlati teológiai diszciplína szembenállásának megértéséhez:

A pozitivista filozófia, amelynek alapjait a francia filozófus, Auguste Comte (1798 – 1857) fektette le, miszerint az emberiség fejlődése 3 stádiumon megy keresztül: (1) teológiai, (2) metafizikai és (3) absztrakt. A vallásos-babonás szemléletet elhagyva válik az ember képessé az elvontabb összefüggések felismerésére és kutatására. Szerinte minden tudományág, de ezen belül minden egyén is végigmegy ezeken a fejlődési stádiumokon.⁹ Német nyelvterületen Ludwig Feuerbach (1804 – 1872) képviselte a pozitivista filozófia nézeteit, akinek írásai nagy hatást gyakoroltak Freudra egyetemi éve alatt.¹⁰ Feuerbach a „Hermeneutik des Verdachts” (A gyanú hermeneutikája) című munkájában a kinyilatkoztatást az ember projekciójának tekinti Isten felé, így a vallásosság nem az úgynevezett „objektív tudatosság” területén keresendő, hanem a szubjektív képzetek végtelen mezején. A vallásosságnak ezért szükségszerűen valóságtorzító hatása van, mivel az egyén az objektív világra rákényszeríti szubjektív fikcióit.¹¹

További fontos hatás a darwini evolúcióelmélet, amely Freudot már az egyetemi éve alatt hatása alá vonta Carl Brühl népszerű természettudományi előadásai nyomán.¹² Egyfelől Freud hivatkozik Darwin megfigyeléseire a gyermekek érzelmeit illetően,¹³ másfelől pedig saját elméletalkotásaiban is felhasználta Darwin – szintén elméleti – konstrukcióit, amelyek közül az egyik leggyakrabban használt az úgynevezett „őshorda elmélet”, amelyet

⁹ Helmut E. Lück, *Geschichte der Psychologie: Strömungen, Schulen, Entwicklungen* (Stuttgart: Kohlhammer, 2009), 4. kiadás, 37. p.

¹⁰ Vö.: Susanne Heine, *Grundlagen der Religionspsychologie: Modelle und Methoden* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2005), 147. p.

¹¹ Vö.: Garrett Green, „Feuerbach and the Hermeneutics of Imagination.” In: Christine Helmer, Taylor G. Petrey (szerk.), *Biblical interpretation: history, context and reality* (Atlanta: Society of Biblical Literature, 2005), 26. kötet, 162. p.

¹² Heine, *Grundlagen der Religionspsychologie*, 147. p.

¹³ Vö.: Frank J. Sulloway, *Freud, biologist of the mind: beyond the psychoanalytic legend* (New York: Harvard, 1979), 245. p.

1913-ban a „Totem és tabu,”¹⁴ valamint az 1939-ben megjelent „Mózes és a monoteizmus”¹⁵ című munkáiban nagy súllyal alkalmaz.¹⁶

Végül fontos kiemelni a 19. század végén kibontakozó kísérleti pszichológiával való ambivalens kapcsolatát. Egyfelől szakított a Freud korában még mindig befolyásos Wilhelm Wundt féle irányzat biológiaközpontúságával és figyelmét a lelki és kapcsolati tényezőkre irányította, másfelől azonban mindig is igényelte magának, hogy a pszichoanalízist természettudományként ismerjék el.¹⁷ Ez a törekvése is hozzájárulhatott a vallásosság iránti ellenségességéhez.

Mindezek mellett meg kell jegyeznünk, hogy Freud a vallásos szakembereknek is segítségül kínálja felismeréseit,¹⁸ ugyanakkor a vallással folytatott párbeszédben egyoldalú, mert szeretné a vallást befolyásolni, de a vallás (én annak képviselői) felől érkező befolyásoknak nem enged teret a saját gondolkodási rendszerében.

1.1.1.3 Az egyházi lelkigondozás viszonyulása a pszichoanalízishez a XX. század első felében

Az egyházi lelkigondozás elméletalkotói és gyakorlati művelői sokféleképpen reagáltak a kibontakozódó új tudományágra. A spektrum a két irányzat összeházasítása és azok éles elválasztása között mozgott. Ebből az időszakból négy meghatározó személyt emelünk ki, akiknek a pszichoanalízishez való viszonya jól szemlélteti koruk gondolkodását.

1.1.1.3.1 Oskar Pfister és az analitikus lelkigondozás

A két diszciplína kapcsolatában mérföldkönek számít Oskar Pfister (1873 – 1956), református lelkész munkássága. Ő volt egyike az első egyházi személyeknek, aki

¹⁴ Sigmund Freud, *Totem és tabu* (Budapest: Göncöl, é. n.).

¹⁵ Sigmund Freud, *Mózes* (Budapest: Európa, 1987).

¹⁶ Vö.: Heine, *Grundlagen der Religionspsychologie*, 166-171. p.

¹⁷ „Mindig is nagy igazságtalanságnak éreztem, hogy a pszichoanalízist nem akarták ugyanúgy kezelni, mint minden más természettudományt.” Sigmund Freud, *Zur Geschichte der psychoanalytischen Bewegung* (1914). Idézi: Heine, *Grundlagen der Religionspsychologie*, 148. p. Ezt a törekvését Freudnak erősen kritizálja Habermas, aki szerint Freud szcientisztikus önfélreértésben szenved. Szerinte Freud ugyan következetes logikával építette fel koncepcióit, kiindulási alapja azonban nem természettudományos, hanem hermeneutikai jellegű. Vö.: Jürgen Habermas, *Erkenntnis und Interesse* (Frankfurt a M.: Suhrkamp, 1968), 262. pp.

¹⁸ „Mint ’mélylélektan’ a lelki tudattalanról szóló tudomány, [a pszichológia] minden tudomány számára nélkülözhetetlen lehet, amely az emberi kultúra és annak nagy intézményeinek – mint kultúra, vallás, társadalmi rend – keletkezéstörténetével foglalkozik. Úgy gondolom, hogy ezeknek a tudományoknak már eddig is tekintélyes segítséget nyújtott problémáik megoldásához, de ezek csak kis hozzájárulások ahhoz képest, ami elérhető lenne, ha művészettörténészek, valláspszichológusok, nyelvészek, stb. értenének a rendelkezésükre bocsátott új kutatási eszköz alkalmazásához.” Sigmund Freud, *Die Frage der Laienanalyse*, (1928) Idézi: Wahl, „Tiefenpsychologische Aspekte des seelsorgerlichen Gesprächs.” In: Wilfried Engemann (szerk.), *Handbuch der Seelsorge: Grundlagen und Profile* (Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt, 2007), 232. p.

következésképpen integrálta a pszichoanalízis módszereit az egyházi lelkipozás gyakorlatába. A két irányzat egymással való viszonyáról a következésképpen fogalmaz:

„A gyakorlati teológia, mint tudományos diszciplína ritkán tapasztalhatott ilyen módszertani gazdagodást, mint amilyenhez Sigmund Freud pszichológiája által juthatott. Nemcsak a lelkibeteg emberek lelkipozása, hanem a legtágabb értelemben vett lelkipozás, a vallásos-erkölcsi egészség ápolása is egy sor új célt és eszközt nyert a nagy bécsi pszichiáter munkája révén az evangéliumi gyógyerők érvényre juttatásában.”¹⁹

A lelkipozás és a pszichoanalízis koncepcionális összeolvasztásából alkotta meg az analitikus lelkipozást, amely saját meghatározása szerint:

„A tudattalan motívumok felkutatására és befolyásolására, valamint vallási és erkölcsi szükségletek és sérülések kezelésére irányuló tevékenység.”²⁰

A két nézőpont közös nevezőre hozatalában igyekezett távol tartani magát minden részrehajlástól,²¹ így nem vette át Freud vallással kapcsolatos nézeteit, sőt éles hangon mondott ellent azoknak:

„A vallást, mint szublimált libidót értelmezni olyan együgyű vállalkozás lenne, mint a kölni dómot a geológia kérdéskörébe utalni, mint Beethoven hegedűhangversenyét juhbélszavardásnak vélni, vagy a virágot átváltoztatott trágyának értelmezni. Több lenne a hibánál: butaság volna.”²²

Ugyanakkor azt sem tűrte el, hogy egyházi oldalról felületes megítélés alapján elutasítsák a pszichoanalízis alkalmazását a lelkipozásban:

„Mindig elcsodálkozom azon, hogy nekünk analitikusoknak több évi kutatásra van szükségünk ahhoz, hogy ítéletet alkothassunk valamiről, miközben mások, akik egyetlen analízis végrehajtására sem képesek, úgy gondolják, hogy mindenféle vizsgálat nélkül, orrukot vonogatva jogosultak ítéletet mondani.”²³

Lelekipozói munkáját jól szemlélteti az alábbi esetbemutató: Egy 19 éves fiatalember levelet írt Pfisternek, aki akkor a zürichi óvárosi gyülekezet lelkipoztora volt. A levél szerint Dietrich (így nevezi őt Pfister az esetbemutatójában) nagy vágyakozást érzett a szűzanya iránt. Protestánsként vonzódott Mária és a katolikus egyház felé. Mindezt értelmetlennek és szükségtelennek tekintette, valahogy azonban jól is esett neki. Nem tudott ettől az érzéstől szabadulni. Pfister azonnal felismerte, hogy valamilyen neurózissal van dolga, amely korábbi fájdalmas, elfojtott eseményekből táplálkozik. Miután meghívta a férfit személyes beszélgetésekre, kiderült, hogy szomatikus tünetei is vannak, valamint a szüleivel való kapcsolata konfliktusokkal terhes, amelyek gyakran csapnak át dühkitörésekbe és kölcsönös megbántásokba. A következő 11 hét során további 6, jobbára

¹⁹ Oskar Pfister, „Psychoanalytische Seelsorge und experimentelle Moralpädagogik.” *Protestantische Monatshefte*, 1909/1, 7. p.

²⁰ Oskar Pfister, *Analytische Seelsorge. Einführung in die Praktische Psychoanalyse für Pfarrer und Laien* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1927), 10. p.

²¹ Ennek ellenére a két diszciplína közötti egyensúlyozásban későbbi kritikusi szemére vetik, hogy átbillent a pszichoanalízis oldalára. Vö.: Plieth, *Die Seele wahrnehmen*, 46-48. p.

²² Pfister, *Analytische Seelsorge*, 123. p.

²³ Pfister, *Analytische Seelsorge*, 122. p.

többórás ülésre került sor, aminek végén a fiatalember kigyógyult a „hisztérikus madonnakultuszából” és egy évvel később is egészséges, teljes értékű életet folytatott.²⁴

Eckart Nase a következő pontokban foglalja össze a pszichoanalízis hatását a lelkipozítói munka gyakorlatára Oskar Pfister eseteírása és munkássága alapján: (1) a pszichológiai gondolkodás megjelenése a lelkipozításban,²⁵ (2) az analitikus lelkipozítás a pásztorálpszichológia előfutára, (3) a szexualitás és a szerelem kérdésköreinek bevonása a lelkipozítói munkába,²⁶ (4) a lelkipozítás átveszi a pszichoanalízis fókuszált beszélgetésvezetését,²⁷ (5) a lelkipozítás a pszichoanalízistől vette át az empirikus-kritikai munkamódszert, amely fontos eleme a pásztorálpszichológia elméleti és gyakorlati megalapozásának.²⁸

Pfister munkásságát, valamint a pszichoanalízis felismeréseinek a lelkipozításban való alkalmazását látva maga Freud is megjegyezte:

„Nagyon meglepett, hogy magam sem gondoltam rá, micsoda rendkívüli segítséget nyújthat a pszichoanalitikus módszertan a lelkipozítás számára.”²⁹

²⁴ Eckart Nase, „'Ein merkwürdiger Mann' – Oskar Pfister und die Anfänge der analytischen Seelsorge.” In: Isabelle Noth, Christoph Morgenthaler (szerk.), *Seelsorge und Psychoanalyse* (Stuttgart: Kohlhammer, 2007), 15-16. p.

²⁵ „Pfister [...] megnyitotta a teret az érzelmek kifejezésére, majd később az álmok és konfliktusokkal teli kulcsemények elmondására. A beszélgetések folyamán ezek összeállnak egy értelmes, követhető összefüggéssé. Ez az eljárás ma magától értetődő a számunkra, akkor azonban forradalmi volt.” Nase, „'Ein merkwürdiger Mann' – Oskar Pfister und die Anfänge der analytischen Seelsorge.” 18. p.

²⁶ „A Dietrich-el folytatott beszélgetések során természetesen sor került a pubertás szexualitás és a szerelmi kívánságok verbalizálására is. Az analitikus lelkipozító tárgyilagosan néven nevezi a dolgokat, amit egyébként Freud is szorgalmaz. Már ez is fontos lépés, ám utána az életkorának megfelelő fejlődési folyamatok besorolása, a kamasznak a szüleirol való leválását segítő realiztikus feldolgozás segít Dietrich heves szégyen- és büntudatának kezelésében.” Nase, „'Ein merkwürdiger Mann' – Oskar Pfister und die Anfänge der analytischen Seelsorge.” 20-21. p. Mindez azonban nem jelenti azt, hogy Pfister egyszerűen átvette volna Freud nézeteit a szexualitásról és megteremtette a libidóelmélet egyházi kontextusban történő alkalmazási kereteit. Freud például 1909 tavaszán leírta Pfisterhez intézett levelében, hogy milyen jelentőséget tulajdonít Dietrich szexuális töltésű álmainak. Pfister pedig nem fogadta el Freud értelmezését.

²⁷ Pfister átvési a freudi beszélgetésstruktúrát, ám az analízist nem terjeszti ki az élet minden területére, hanem csak azokra, amelyek a megkínált tünettel közvetlen kapcsolatban állnak. Ezzel egyszersmind előfutárává válik a mai terápiás irányzatoknak is, amelyek hasonlóan járnak el: „A konfliktusfeldolgozás indítékát, időtartamát, célját, módját és mélységét tekintve az analitikus lelkipozítás nem 'potenciális végtelen', hanem szignifikánsan korlátozott. Hol van az ugrópont amely most és így feldolgozható? A mai rövidtávú- és fokálterápiás munka, valamint a célzott lelkipozítói támogatás egyfajta előfutáráról van szó.” Nase, „'Ein merkwürdiger Mann' – Oskar Pfister und die Anfänge der analytischen Seelsorge.” 25. p. Ugyanakkor a gyors gyógyulás iránti törekvésében Pfister olykor átbillen a felületes kezelés irányába, amikor a páciens az áttétele mentén tünetmentessé válik, de a tartós gyógyulás elmarad. Így eseteírásaiban olykor fellelhetők az alábbihoz hasonló mondatok: „Az analízist sajnos nem tudtuk végigvezetni, mert a gyógyulás túl gyorsan bekövetkezett.” Idézi: Eckert Nase, *Oskar Pfisters analytische Seelsorge. Theorie und Praxis des ersten Pastoralpsychologen dargestellt an zwei Fallstudien* (Berlin/New York: Walter de Gruyter, 1993), 114. p.

²⁸ Pfister 250 személlyel folytatott analitikus lelkipozítói beszélgetésről készített jegyzőkönyvet. A dokumentálásnak ez a módja – amely korábban nem volt gyakorlat a lelkipozítók körében – lehetőséget nyújtott az alkalmazott módszerek kritikus felülvizsgálatára, valamint más szakemberekkel való megvitatására (szupervízió).

²⁹ Freud levele Pfisterhez (1909.02.09.). In: *Sigmund Freud – Oskar Pfister, Briefe 1909-1939* (Frankfurt a. M.: Ernst L. Freud, Heinrich Meng, 1980), 13. p. Idézi: Isabelle Noth, „Seelsorge zwischen Erinnern und Vergessen – Zur Einseitigkeit des Dialogs mit der Psychoanalyse.” In: Noth, Morgenthaler (szerk.), *Seelsorge und Psychoanalyse*, 9. p. A két férfi kapcsolatának ismeretében ez a megjegyzés nagy dicséretnek

Freudnak ez a kijelentése kettős jelentőséggel bír. Egyfelől elismeri a lelkigondozást dialóguspartnerként, és foglalkoztatja annak sorsa, alakulása és munkája. Másfelől azonban Pfister volt az első és utolsó teológus, akinek sikerült Freuddal kölcsönösen egyenrangúnak elfogadott kapcsolatba kerülnie.³⁰ Ezt azért fontos megjegyezni, mert az évtizedek alatt a lelkigondozás folyamatosan a pszichoanalízis nyugtalanító, kihívó és fejlődésre ösztönző hatása alatt állt, ugyanakkor fordítva ez nem mondható el. A lelkigondozás nem tudott jelentős hatást gyakorolni a pszichoanalízisre, vagy a későbbi pszichológiai irányzatokra.³¹

1.1.1.3.2 Walther Buntzel és a közvetett szerepű pszichoanalízis

Walther Buntzel (1881 – 1945) kritikusan áll a pszichoanalízishez, mint zürichi kollégája. A lelkipásztor szolgáltatásainak időigényességére hivatkozva nehezményezi az analitikus kiképzésre és az analitikus munkára fordított időmennyiséget,³² ezért a lelkigondozásban a pszichoanalízisnek inkább közvetett szerepet szán. A lelkigondozásnak szerinte nem kell módszeresen végigvezetett analitikus terápiának lennie, mindössze annyi a szerepe, hogy eszközként élessé tegye a lelkigondozó tekintetét a gondozott rejtett szükségleteire.

Buntzel különös érdeme, hogy a pszichoanalízist közvetetten igénybe vevő lelkigondozást a valláspedagógiai munkába is bevonja:

„Ismételten mondjuk, hogy nem lehet a mi feladatunk, mint ahogy azt javasolták, hogy minden hitoktatása ellátogató gyermeket beható analízisnek vessünk alá. Ez nemcsak, hogy

számít Freud részéről, hiszen nem csak az elismerésüknek adtak hangot egymás iránt levélváltásaikban, de a különbözőségeiket is nyíltan és tudatosan kezelték. 1928-ban Pfister a két álláspont közötti különbségeket szemléltetve azt írja Freudnak: „Nem túl nagy a veszélye annak, hogy Ön keresztségre jelentkezzen, minthogy az sem valószínű, hogy én leugrom a szószékről.” Idézi: Plieth, *Die Seele wahrnehmen*, 39. p. Érdekes még Freud azon megjegyzése is, amellyel a keresztyén oldalon tapasztalható ambivalens viszonyulást (egyfelől elítélik vallásidegen háttéré miatt, másfelől keresik a saját munkájukban való alkalmazás lehetőségeit) illeti: „Egészen mellesleg: Miért nem tudta a sok kegyes közül egy sem megalkotni a pszichoanalízist, és miért kellett ehhez megvárni egy teljesen istentelen zsidót?” Freud levele Pfisterhez (1918.10.09.) Idézi: Wahl, „Tiefenpsychologische Aspekte des seelsorgerlichen Gesprächs.”, 227. p.

³⁰ „Pfister [...] az első és utolsó volt a céhéből, aki a nem jelentéktelen bécsi pszichoanalitikust egy rövid időre meglátogathatta és egy hosszú időre foglalkoztathatta.” Christoph Morgenthaler, „Zur Funktion der Psychoanalyse in der gegenwärtigen Pastoralpsychologie: Acht Thesen mit Erläuterungen.” In: Noth, Morgenthaler (szerk.), *Seelsorge und Psychoanalyse*, 61. p. Pfister nagyságát mutatja az is, hogy olyan kutatók gondolkodására volt hatással, mint Donald Woods Winnicot (Vö.: Heine, *Grundlagen der Religionspsychologie*, 195. p.) valamint, hogy az Amerikai Pszichiátriai Társaság (APA) létrehozott egy Oskar Pfister díjat olyan kutatók részére, akik kimagasló eredményeket értek el a vallás és a pszichiátria területén. A díjat eddig több neves tudós nyerte el, mint például Viktor Frankl, Hans Küng, James W. Fowler, Anna-Maria Rizzuto, Paul Riceur, stb.

³¹ „A pasztorálpszichológia az emberről való gondolkodásában és konkrét lelkigondozói cselekvésében évtizedekig engedte magát a pszichoanalízis által nyugtalanítani, kihívni, és előbbre vinni. És mindeközben sokat tanult. [...] Ezzel szemben a pasztorálpszichológia, mint teológiailag megalapozott diszciplínát a pszichoanalitikus mozgalomban alig vették észre, a pszichoanalízis képviselőit alig nyugtalanította és alig provokálta megalapozott vizsgálódásra.” Morgenthaler, „Zur Funktion der Psychoanalyse in der gegenwärtigen Pastoralpsychologie: Acht Thesen mit Erläuterungen.” 61. p.

³² Vö.: Nase, *Oskar Pfisters analytische Seelsorge*, 543. p.

gyakorlatilag lehetetlen, de az egyházi tanítás lényegének sem felelne meg. Ugyanakkor évről évre találkozunk gyerekekkel, akik különös ragaszkodással vagy távolságtartással, figyelmükkel vagy figyelmetlenségükkel, idegességükkel vagy lomhaságukkal kilógnak az osztály keretéből. [...] Éppen velük szemben alkalmazható az, amit pszichoanalitikus látásélesítésnek nevezünk – abban az értelemben, hogy a dolgokat ne csak jó vagy rossz jellemtulajdonságoknak vegyük, itt dicsérjük, ott dorgálunk, hanem négy szemközti beszélgetésekben a mélyebb indítékokra is ráérezzünk.”³³

Buntzel az orvosi és a lelkipásztori munka szigorú szétválasztását követeli. Szerinte az orvos és a lelkigondozó együttműködése fontos, de ez az együttműködés nem vezethet odáig, hogy az orvos lelki munkát végezzen, a lelkigondozó pedig orvosit. A freudi emberképet összeegyeztethetetlennek tartja a keresztyén hittal, és ezt különösen két pontra hegyezi ki: (1) Freud emberképében összemosódik a bűn és a betegség, valamint (2) Freud túlhangsúlyozza az ember ösztönéletét. Buntzel számára tehát nem kérdéses a lelkigondozás és a pszichoanalízis helyes viszonya:

„Nem pszichoanalízis vagy lelkigondozás, hanem pszichoanalízis a lelkigondozásban.”³⁴

Ezzel tulajdonképpen a pszichoanalízist a lelkigondozás után sorolja be, mint segéd tudományt, amely nem lehet egyenértékű az egyházi lelkigondozással.

1.1.1.3.3 Eduard Thurneysen: A pszichoanalízis, mint a lelkigondozás segéd tudománya

Eduard Thurneysen (1888 – 1974) ugyancsak visszafogott lelkesedést mutatott a pszichoanalízis iránt.³⁵ Álláspontja szerint minden gyakorlati teológia legfőbb tárgya a prédikáció,³⁶ ezért a lelkigondozásról való gondolkodását is az igehirdetés kontextusa határozza meg. Innen eredeztethető a kérügmaticus lelkigondozás fogalma.³⁷ Thurneysen, számára a lelkigondozás teljes egészében teológiai diszciplína, amelynek segéd tudománya a pszichológia. A pszichológia fogalma alatt pedig elsősorban Carl Gustav Jung analitikus

³³ Walther Buntzel, *Die Psychoanalyse und ihre seelsorgerliche Verwertung* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1926), 58-59. p.

³⁴ Buntzel, *Die Psychoanalyse und ihre seelsorgerliche Verwertung*, 66. p.

³⁵ Találój Stollberg jellemzése Thurneysen és Pfister kapcsolatára: „Thurneysen [...] a modern poimenika egyik ősatya egyúttal a pásztorálpszichológia atyjának is számíthat. Ami abban az időben éles ellentétnek látszott, pl. Oskar Pfister és Eduard Thurneysen pozíciója, az összetartozik, mint az elipszis két pólusa.” Dietrich Stollberg, „Freiwillige Unfreiheit? Thurneysen, die Seelsorgebewegung und manche Vorurteile.” *Wege zum Menschen*, 2008/60, 74. p.

³⁶ Eduard Thurneysen, *Die Lehre von der Seelsorge* (München: Kaiser, 1948), 9. p.

³⁷ „A lelkigondozás, ennek az irányzatnak a felfogása szerint, a gyülekezeti igehirdetésben általánosan, mindenkire hirtetett igének az egyén számára való továbbítása élethelyzetének megfelelően. Egyszerűbben szólva a lelkigondozás: igehirdetés személyes beszélgetésben. A gyülekezeti igehirdetésben szükségszerűen meglévő általánosság és távolságtartás a lelkigondozásban eltűnik s az igét közvetlenül az egyén személyére és életére lehet alkalmazni.” Németh Dávid, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban: A pszichológia helye a poimenikában* (Budapest: Kálvin Kiadó, 1993), 9. p.

pszichológiáját tekinti beszélgetőpartnerének,³⁸ aki jóval pozitívabban viszonyult a vallásossághoz, mint Freud.³⁹

Írásaiban megfigyelhető egy folyamatos közeledés a pszichológia felé, a kezdeti éles elkülönüléstől a későbbi már-már egyenrangú viszony elfogadásáig. A lelkigondozás és a pszichoanalízis viszonyának szempontjából két műve különösen jelentős, az 1928-ban megjelent „Rechtfertigung und Seelsorge,”⁴⁰ (Megigazulás és lelkigondozás) valamint a „A lelkigondozás tana.”⁴¹

1928-ban még éles hangon hirdeti az elkülönülést minden nem teológiai diszciplínától:

„Óvakodnunk kell attól, hogy ama instanciák területeire tévedjünk, nem kell pszichológust játszanunk, orvost, vagy jogászt, még akkor sem, ha az ismereteinket tekintve megtehetnénk, még akkor sem, ha a segítséget kérő ezt elvárná, vagy követelné tőlünk.”⁴²

Ugyanitt a pszichoanalízist kísértésnek nevezi a lelkipásztor számára, amely

„[...] készítetés a határátlépésre, valamint az egyházi lelkigondozás és a pszichoanalízis kétséges összeházasítására.”⁴³

A pszichoanalízis egyik fő problémájaként a bűn iránti tehetetlenségét határozza meg. A pszichoanalízis nem tud mit kezdeni a bűn fogalmával,⁴⁴ ugyanakkor az analízis során felszínre kerülhetnek bűnrendezést igénylő tényezők. A pszichoanalízis Thurneysen számára valójában csak akkor vállalható fel, sőt akkor bírható ki, ha ott van mellette az isteni megbocsátás.⁴⁵ Ebben már előrevetíti, hogy a pszichoanalízis kevesebb, mint a lelkigondozás, mert az ember legmélyebb belső szükségleteire csak Isten tud válaszolni, a pszichoanalízis pedig nem számol Istennel.

„Mindent egy utolsó, minden tudatos és öntudatlan pszichés szükségleten túli szükségletre vonatkoztatunk; valamint egy utolsó és első, minden lehetőségen, még az ember legmélyebb lelki lehetőségein is túli reménységből fakadóan válaszolunk meg. Ebből fakadóan pedig minden lelki tényezője és adottsága új megvilágításba kerül, és mint ilyenek jobban

³⁸ Vö.: Lessing, *Geschichte der deutschsprachigen evangelischen Theologie von Albrecht Ritschl bis zur Gegenwart*, 366. p.

³⁹ „Jung viszonyulása a valláshoz egyértelműen pozitív. Számára a vallás nem a lelki élet neurotikus megbetegedésének egyik tünete, hanem éppen fordítva: a vallás hiánya vezet neurotikus tünetekhez. Ezenkívül egy sor olyan elemet tartalmaz pszichológiája, amelyekhez a lelkigondozás könnyen csatlakozhatott.” Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban*, 18. p.

⁴⁰ Eduard Thurneysen, „Rechtfertigung und Seelsorge.” *Zwischen den Zeiten*, 1928/6. 197-218. p.

⁴¹ Eduard Thurneysen, *A lelkigondozás tana* (Budapest: Református Egyetemes Konvent Sajtóosztálya, 1950).

⁴² Thurneysen, „Rechtfertigung und Seelsorge.” 211. p.

⁴³ Thurneysen, „Rechtfertigung und Seelsorge.” 211. p.

⁴⁴ Freud számára a vallásos ember vallásos ember hasonló vonásokat mutat a kényszerbeteg emberrel. Ami az egyiknek a büntudat, az a másiknak a szorongás. Mindkettő beteges tiltások alatt áll és el kell fojtania a készítetéseit, valamint mindkettő életét a büntudat határozza meg: a cselekmények ceremóniaszerű, ismétlődő elvégzése által akarják a büntetést, vagy valamilyen bekövetkezendő balsorsot távol tartani. Következtetése: A neurózis individualizált vallásosság, a vallás pedig univerzális kényszerneurózis. Jóllehet, aki az utóbbihoz csatlakozik, az megmenekülhet az egyéni neurózistól. Vö.: Sigmund Freud, „Zwangshandlungen und Religionsübungen.” *Zeitschrift für Religionspsychologie*, 1907/1, In: Sigmund Freud, *Gesammelte Werke* (Frankfurt aM: Fischer, 2010), 7. kötet, 129-139. p.

⁴⁵ Thurneysen, „Rechtfertigung und Seelsorge.” 212. p.

megérthetővé is válnak, mint ahogy az a közönséges- és az úgynevezett mélylélektan számára lehetséges.”⁴⁶

Lényegesen eltérő hangnemet üt meg 1948-ban,⁴⁷ amikor beismeri, hogy a pszichológiai ismeretek segítségével lehetnek a lelkipálcának a gondozott személy megértésében, így a pszichológiát beemeli munkájába, a lelkipálcás segédtudományként, jóllehet figyelmezteti a lelkipálcát, hogy határolódjon el a pszichológiának, a teológiáitól idegen világnézetétől:

„Az embernek a lelkipálcás beszélgetés során való megszólítása emberismeretet feltételez. A lelkipálcásnak ezért szüksége van segédtudományként a lélektanra, amely az ember belső természetének kikutatására szolgál s ezeket az ismereteket közvetítheti. Ugyanakkor azonban kritikai módon kell elhatárolnia magát olyan világnézeti előzményektől, amelyek lényegükben idegenek tőle, vele párhuzamosan folynak s a maga sajátos, a Szentírásból vett emberértelmezésének árthatnak.”⁴⁸

A két szemléletmód szétválasztásában hangsúlyozza, hogy a Biblia minden ismeret legfőbb forrása a hívő embernek, még az emberről szóló ismeretnek is. A Biblia, mint Isten szava ezért felette áll a pszichológiának. A pszichológia ugyan aranyat ér, de ez számára az az egyiptomi arany, amelyet az izraeliták a kivonuláskor magukkal vittek a szomszédjaiktól, és amellyel magasabb célokat valósítottak meg, mint amire eredetileg előállították. A lelkipálcás tehát alkalmazza a pszichológiai ismereteket és módszereket, de az emberről való gondolkodását a bibliai antropológia határozza meg.⁴⁹ Ezt a szempontot fontos kiemelni, mert ez a viszonyulás több későbbi szerző alapállása is.⁵⁰ Ez a hozzáállás végigkíséri Thurneysen munkásságát, ugyanezen a talapzaton, bár olykor megengedőbb – már-már egyenrangúságot feltételező – hangnemet is megüt a pszichológiával szemben. Mindkét irányzat a másik segítségére van utalva, nemcsak a lelkipálcás a pszichológusra, hanem fordítva is.⁵¹ Az isteni cselekvés primátusát képviseli az 1968-ban megjelent munkájában is, nemcsak a pszichológiával szemben, de a lelkipálcásban megjelenő emberi cselekvéssel szemben is.⁵²

⁴⁶ Thurneysen, „Rechtfertigung und Seelsorge.” 217. p.

⁴⁷ Ekkor jelent meg *A lelkipálcás tana* eredeti kiadása.

⁴⁸ Thurneysen, *A lelkipálcás tana*, 146. p.

⁴⁹ „A lelkipálcásra nézve pedig az ilyen használattal szemben mindig egy végső bizalmatlanság a helyénvaló. [...] Egy pilantra sem dobhatja el Bibliából merített emberértelmezésének primátusát. Tudja, hogy ezzel áll vagy bukik.” Thurneysen, *A lelkipálcás tana*, 156. p.

⁵⁰ Különösen kiemelendő ezek közül Michael Dieterich, aki a biblikus-gyógyító lelkipálcás (németül: biblisch-therapeutische Seelsorge) alatt hasonló programot valósított meg. Munkájában a bibliai emberképet ötvözte a pszichológiai módszerekkel. Vö: Michael Dieterich, *Pszichológiai és lelkipálcás kézikönyv* (Budapest: Szent István Társulat, 2000).

⁵¹ „A pszichoterapeuta is növekvő mértékben ráutaltta válik a lelkipálcával való együttműködésre. Az ember belső természetének feldolgozása közben ugyanis olyan tényállásokba és kérdésekbe ütközik, amelyek metabiológiai és metapszichológiai jellegűek.” Eduard Thurneysen, „Seelsorge und Psychotherapie.” *Theologische Existenz heute*, 1950/25, 4. p.

⁵² Vö.: Eduard Thurneysen, *Seelsorge im Vollzug* (Zürich: EVZ, 1968), 41. p.

Eduard Thurneysennek a pszichológia és a lelkipozás párbeszédbe állítására irányuló munkáját Martina Plieth-et idézve a következőképpen foglalhatjuk össze:

„A pszichológia és a pszichoterápia szerinte elvezethet a gyógyuláshoz; evilági orientáltságúak és tisztán tudományos tényekkel dolgoznak. A lelkipozás ezzel szemben az ember üdvösségét szolgálja, ezért jövőorientált, jobban mondva: transzcendens. A két nagyságot (gyógyulást és üdvösséget, valamint pszichológiát és teológiát/lelkipozást) természetesen nem szabad egyszerűen kivonnunk egymásból, ugyanis a kettőjük kapcsolatában mindig egy komplex megfelelési viszonyról beszélünk.”⁵³

1.1.1.3.4 Helmut Tacke és a hitterápiás lelkipozás

Helmut Tacke (1928 – 1988) a pszichoanalízis és a lelkipozás párbeszédében visszanyúl Thurneysenhez és az ő irányvonalát próbálja aktualizálni. Számára a lelkipozás nem más, mint a hitre segítés útja. A lelkipozói tevékenység fő célját az Isten szavának személyreszabott hirdetésében látja, ám nem implicit módon, ahogy azt a terápiás orientáltságú szerzők képviselik, hanem explicit módon.

„Mivel Isten szólt, a verbális momentum az egyházi lelkipozásban is elsőrangú eszközzé vált.”⁵⁴

Tacke felemeli szavát a lelkipozók „elterápiásodása” ellen, ami szerinte szükségszerűen magával hozta az evangélium verbális kifejezésének csökkenését, erősebben kifejezve a lelkipozás radikális szubsztanciavesztését. Szerinte a lelkipozás:

„[...] az evangélium gyakorlatias hirdetése egy szabad beszélgetés formájában, amelyben Isten lelkipozása szóhoz jut. A lelkipozói cél a hitre segítés, hogy azután a hit életsegítségnek bizonyulhasson.”⁵⁵

A lelkipozó önmeghatározásában fontos kérdés számára a „terapeuta vagy tanú” kérdés. Válaszkeresésében arra a következtetésre jut, hogy a lelkipozónak a kliense figyelmét önmagáról el kell terelnie és Isten szavára kell irányítania. Így az ige továbbadása ember és ember között bizonyágtevővé, tanúvá teszi a lelkipozót egy speciális közvetítői helyzetben. Ez a hozzáállás megőrzi a lelkipozót a fenyegető moralizmus és a törvényeskedő magatartás szélsőségeitől.⁵⁶

⁵³ Plieth, *Die Seele wahrnehmen*, 77-78. p.

⁵⁴ Helmut Tacke, *Glaubenshilfe als Lebenshilfe. Probleme und Chancen heutiger Seelsorge* (Neukirchen-Vluyn: Neukirchener, 1979), 81-82. p.

⁵⁵ Tacke, *Glaubenshilfe als Lebenshilfe*, 32. p.

⁵⁶ Klaus Winkler, *Seelsorge* (Berlin, New York: Walter de Gruyter, 2000), 2. kiadás, 216-217. p.

1.1.1.4 A pszichoanalízis és a lelkipozás kapcsolatának alakulása a XX. század második felében

1.1.1.4.1 Egy rendszeres teológus a lelkipozásról: Paul Tillich

A pszichoanalízis olyannyira témává vált a teológusok körében, hogy a rendszeres teológus Paul Tillich (1886 – 1965) is írt egy értekezést róla.⁵⁷ Ebben kifejti a két diszciplína közötti leglényegesebb különbséget, miszerint a pszichoanalízis az egyén önmagával és a világgal való kapcsolatát vizsgálja, míg a lelkipozás megbízásának tárgya az egyén és Isten viszonya. Szerinte a pszichés zavarok az Istennel való zavart kapcsolat következményei, amelyeket végső soron csak a megváltás tud feloldani, ami pedig a lelkipozáson keresztül válik hozzáférhetővé. A pszichoterápia ezért rá van utalva a megváltást közvetítő lelkipozásra.⁵⁸ A pszichoterápia nem mehet tovább a diagnózisnál és a terápiás kezelésnél, és semmiképpen sem szabad kiterjednie a világnézeti kérdések irányába. Ugyanakkor a teológia hálás lehet a pszichológiának, amiért emlékezetébe hívta az ember önmagától való elidegenedését, amelyet a teológia hosszú ideig figyelmen kívül hagyott.⁵⁹

Tillich lelkipozással kapcsolatos írásai az analitikus irányultságú lelkipozáson kívül több más irányzatra is befolyással voltak, valamint hozzájárulhattak ezeknek az irányzatoknak a párbeszédéhez és egymás felismeréseinek recepciójához.

„Hogy egy szisztematikusnak, mint Paul Tillichnek alapvető mondanivalója volt a pszichoanalízis teológiai jelentőségéről, valamint a pszichológiának a lelkipozásra való hatásáról, bizonyára jelentős löketet jelentett ahhoz, hogy az Egyesült Államokban a '60-as évektől viharos fejlődésnek indult pasztorálszichológia teológiai önazonosságot találjon és a pszichoanalitikus gondolati tartalmakat a modern lelkipozói elmélet legitim, nélkülözhetetlen hozzájárulásaiként befogadja. Ma a tárgykapcsolat elmélet (Melanie Klein; Donald W. Winnicot; Wilfried R. Bion és mások),⁶⁰ a Selbst-pszichológia (Heinz Kohut), az

⁵⁷ Paul Tillich, „Seelsorge und Psychotherapie. Der Einfluß der Psychotherapie auf die Theologie.” In: Paul Tillich, *Gesammelte Werke* (Stuttgart: Walter de Gruyter, 1970), 7. kötet, 316-335. p. Tillich számára a pszichoanalízis fontos alkotóeleme annak a koncepciónak, amelyet a szerző a „Kultúrteológia” (theology of culture) névvel illet. Egy szóvizsgálat, amely Tillich 10 legjelentősebb, angol nyelvű művét nézte át, a „Freud”, „Jung”, „Eric Fromm”, „psychoanalysis”, „psychotherapy”, „psychiatry”, „psychosys”, „psychology”, „psychological dimension”, „depth psychology” és a „psychological circle” szavakra 75 találatot mutatott. Emellett Tillich gyakran a prédikációiban is alkalmazta az elfojtás, az elhárító mechanizmusok, tagadás, szorongás és büntudat kifejezéseit. Vö.: Curtis W. Hart, „Paul Tillich and Psychoanalysis.” *Journal of Religion and Health*, 2011/50, 647. p.

⁵⁸ Vö.: Samuel Buser, *Psychotherapie und Seelsorge im Strafvollzug: Unterschiede und Gemeinsamkeiten* (Bern: Peter Lang, 2007), 58. p.

⁵⁹ Hogy Tillich mennyire komolyan gondolta ezt a hálát, igazolja, hogy a saját lakásán szervezte meg a „New York Psychology Club” társaságot, amelyben teológusok, filozófusok és pszichoanalitikusok gyűltek össze olyan kérdések megvitatására, mint a hit, a szeretet, a gyógyítás, a tudat lélektana, valamint az etika és a pszichológia kapcsolata. Vö.: Curtis W. Hart, „Paul Tillich and Psychoanalysis.” 653. p.

⁶⁰ Wahl nem említi meg név szerint, de különösen egy keresztyén szemléletű munkában fontos kiemelni William R. D. Fairbairn szerepét a tárgykapcsolat elmélet kialakításában: „Fairbairn fogalmazta meg az első tiszta tárgykapcsolat elméletet, amely a freudi biológiai alapú érvelés helyett az embernek a kapcsolatok kezdeményezése iránti belső készletére helyezte a hangsúlyt.” Matt Jarvis, *Psychodynamic Psychology: Classical theory and contemporary research* (London: Thomson, 2004), 118. p. Vö.: Veres Sándor,

interszjektív pszichoanalízis (George E. Atwood; Robert D. Stolorow), valamint a kisgyermek-kutatás (Daniel Stern) továbbfejlesztései várnak a pasztorális munkában kreatív recepcióra.”⁶¹

1.1.1.4.2 Joachim Scharfenberg és a szolidáris lelkigondozás

Joachim Scharfenberg (1927 – 1996), gyakorlati teológus és pszichoanalitikus továbbvezeti a lelkigondozás és a pszichoanalízis fogalmát a partnercentrikus attitűd irányába. Szerinte a lelkigondozás terén az elmélet és a gyakorlat eltávolodott egymástól, és a lelkigondozónak újra fel kell fedeznie a beszélgetésben rejlő lehetőségeket, ebben pedig segítségére lehet a pszichoanalízis. Számára a lelkigondozás „Az igazság iránti együttes kérdés szolidaritása.”⁶² Megközelítése a következő pontokban foglalható össze:⁶³ (1) a lelkigondozás beszélgetés, amelyben az egyén szabadságot nyer, hogy magáról és az életéről olyan dolgokat tudjon meg, amelyekhez feltétlenül köze van; (2) a gondozottat a régi ismétlési kényszerei és áttételei gátolják a kiteljesedésében és az életéért való felelősségvállalásban, ezért szüksége van valakire, aki feltárja ezeket a régi mintákat és segít ezek leépítésében; (3) a lelkigondozó teret biztosít ennek a folyamatnak a beszélgetés során tanúsított magatartása által és az értelmezéseivel, amelyek felszabadítják régi viselkedési minták alól; valamint (4) a pszichoanalízis kritikus fontosságú társtudomány a lelkigondozó számára, aki a beszélgetésvezetéshez a pszichoanalízis eszközeit és módszereit alkalmazza.

Egy 1982-ben írt tanulmányában⁶⁴ tárgyalja a pszichológia és a lelkigondozás elválasztásának szükségességét is a klienssel szembeni etikus eljárás jegyében. A pszichológiai tanácsadást szerinte az a veszély fenyegeti, hogy pótvallássá válhat a kliens számára, ugyanakkor a lelkigondozás, ha nem tárja fel nyíltan célját és módszereit, öntudatlan vallási-morális befolyásolás eszközévé válhat.

“Ami a vallást és a pszichológiát, a lelkigondozást és a tanácsadást összeköti, az a szimbólumok használata; ami pedig elválasztja, az az alkalmazott szimbólumok különbözősége, valamint a szimbólumok értelmezéséhez és megértéséhez alkalmazott hermeneutikák különbözősége.”⁶⁵

“Pszichoanalízis és kereszténység: Az értelmezés lehetőségei Fairbairn tárgy-kapcsolat elméletében.” *Theologiai Szemle*, 1991/34, 289-301. p.

⁶¹ Wahl, „Tiefenpsychologische Aspekte des seelsorgerlichen Gesprächs.” 228. p.

⁶² Joachim Scharfenberg, *Seelsorge als Gespräch* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1972), 64. p.

⁶³ Vö.: Michael Klessmann, *Seelsorge: Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens* (Neukirchen-Vluyn: Neukirchener, 2008), 82. p.

⁶⁴ Joachim Scharfenberg, „Religion, Seelsorge und Beratung.” *Wege zum Menschen*, 1982/34, 171-177. p.

⁶⁵ Scharfenberg, „Religion, Seelsorge und Beratung.” 174. p. A szimbólumokat a szerző diskurzív, művészi és specifikusan vallási szimbólumokra osztja. Szerinte a pszichológia nem kizárólag, de főként az első kettővel dolgozik, míg a lelkigondozás nem kizárólag, de főként a harmadikkal operál.

1.1.1.4.3 Dietrich Stollberg és a pszichoterápiás lelkigondozás

Dietrich Stollberg (1937 –) szerint – aki Tillich teológiai hatása alatt áll – a lelkigondozást nem a pszichoterápiához, hanem a szomatikus orvosláshoz és a tárgyi segítségnyújtáshoz (szociális munka, diakónia) képest kell meghatározni. A lelkigondozás a pszichoterápiák sorába tartozik. Definíciója szerint: „A lelkigondozás pszichoterápia egyházi kontextusban.”⁶⁶ Számára a lelkigondozás az empirikus tudományok sorába tartozik annak teológiai háttere mellett is, mert a

„[...] teológiai perspektíva egy transzlogikus, de mégis teljességgel empirikus nézőpont (ha nem kanonizálja az antik ember világmépét és kifejezési módjait). Benne a 'teológiai' és a terapeutikus lelkigondozás nem alternálnak, amint nem alternatívák a keresztyén és az ember, a teológus és a terapeuta.”⁶⁷

A teológia és az empiria viszonyát négy pontban fogalmazza meg:⁶⁸ (1) A teológia és az empiria az egy valóságnak két különböző, de egymással nem ellentétes perspektívája. (2) Mindkettőt az ítélet (Urteil) egy megelőző ítélet (Vor-Urteil) befolyásolja. A teológia megelőző ítélete az Isten népének, a prófétáknak és apostoloknak empirikusan és perszónálisan átélt isteni kijelentéseken alapuló bizonyágtétele. (3) Az empiria és a teológia kapcsolata korrelatív és komplementáris. Az empirikus és a teológiai szemlélet kiegészítik egymást. Az empiria teológia nélkül értelmetlen, a teológia empiria nélkül halott. (4) A teológia és az empiria a konkrét lelkigondozói szituációban találhatnak egymásra. A szituáció az empirikus és empirián túli tényezők találkozási pontja, amely egyúttal a teológia (mint személyes hitvallás az ember helyzetére nézve) születésének helye is.

Stollberg meghatározásában tehát a lelkigondozás lényegében pszichoterápiás eljárás,⁶⁹ így módszereit tekintve körülírható,⁷⁰ ám speciális propriuma (ez Stollberg számára hangsúlyos kifejezés) az evangéliumi perspektíva. A lelkigondozó számára ezért, hogy valóban terápiás munkát tudjon kifejteni, előnyös, ha rendelkezik valamilyen terápiás képesítéssel is.

Disszertációnk témájának szempontjából említésre méltó Stollberg házasságról és válásról szóló kiskönyve is.⁷¹ A szerző ebben nem fejt ki egységes koncepciót a házasság-

⁶⁶ Dietrich Stollberg, *Mein Auftrag, deine Freiheit. Thesen zur Seelsorge* (München: Claudius, 1972), 33. p.

⁶⁷ Stollberg, *Mein Auftrag, deine Freiheit*, 14. p. Németh Dávid fordítása in: Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban*, 54. p.

⁶⁸ Vö.: Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban*, 53-56. p.

⁶⁹ Ezt erősíti meg abban a 2003-as írásában is, amelyben a lelkigondozás és a pásztorálpszichológia viszonyát igyekszik meghatározni. A lelkigondozást ebben önálló entitásként kezeli, amelynek megalapozó tudománya (Grundlagenwissenschaft) a pásztorálpszichológia, a teológia valamint más humán és szociális tudományágak. Vö.: Dietrich Stollberg, „Wie konservativ muss die Pastoralpsychologie sein?” *Wege zum Menschen*, 2003/55, 403. p.

⁷⁰ Vö.: Klessmann, *Seelsorge*, 85. p.

⁷¹ Dietrich Stollberg, *Nach der Trennung: Erwägungen für Geschiedene, Entlobte, Getrennte und – Verheiratete* (München/Mainz: Kaiser/Grünwald, 1973).

gondozásról, ám a házasság bizonyos aspektusainak vizsgálatához segítségül hívja a pszichoanalízist.⁷² Ahogy később más analitikusoknál (pl. Jürg Willi) is látni fogjuk, Stollberg is eljut az analitikus gondolkodás határáig és előreutal a rendszerszemlélet felé, amikor azt mondja:

“Különösen a házasságban tehetünk szert arra a tapasztalatra, hogy minden ember a személyközi kapcsolatai felől válik érthetővé.”⁷³

Ugyanakkor a házasságban résztvevő személyek viselkedésének megértéséhez azok egyéni múltjához nyúl vissza.

1.1.1.4.4 Gyökössy Endre és a parakletikus lelkigondozás

A pszichoanalízis és a lelkigondozás XX. századi viszonyának bemutatása nem lehet teljes Gyökössy Endre (1913 – 1997) munkásságának – legalább érintőleges – bemutatása nélkül, aki a pasztorálpszichológia egyik első meghonosítójaként sokat tett hazánkban azért, hogy a teológustársadalom elfogadja a lélektani tudományok felismeréseit és alkalmazni merje azokat lelkigondozói szolgálatában. Németajkú kortársaival szemben ő nem Freud tanításait veszi alapul, hanem Carl Gustav Jung hatása alatt áll, akinek személyesen tanítványa is volt svájci tanulmányai során,⁷⁴ de szívesen alkalmazza Viktor Frankl⁷⁵ egzisztenciaanalízisét és más analitikus módszereket is. Számos jungi koncepciót átvesz és beültet a keresztyén kontextusba (archetípusok, karaktervariációk, individuáció, stb.). Mindemellett operál a klasszikus freudi terminusokkal is és számol azokkal a lelkigondozói munkában (áttétel, viszontáttétel, szublimáció, ellenállás, stb.).⁷⁶ Gyakran hangsúlyozza, hogy a lelkigondozás mindig több, mint módszerek alkalmazása, ezért nem is horgonyozhat le egyetlen módszernél vagy irányzatnál:

“Sose akadunk le egy embernél, iskolánál vagy módszernél. [...] a pszichodogmatizmus, a módszerkényszeresség, vagy módszerfanatizmus a parakletikus lelkigondozói tevékenységnél sem lehet előrelendítő. Amit az orvos-pszichoterapeuta megengedhet magának, hogy egy bizonyos lélektani iskola megszokott módszerét használja talán egy életen át, azt a lelkigondozó nem engedheti meg, mert [...] mi elsősorban nem a beteg ember szimptomáival foglalkozunk, hanem a bajba jutott ember problémáival.”⁷⁷

Módszerét a vigasztalás görög megfelelőjéből levezetve parakletikus lelkigondozásnak hívja. Számára a lelkigondozás egy kísérési folyamat, amelyben a lelkigondozó embere a

⁷² Pl. a szülővel való gyermekkori kapcsolat hatása a későbbi párválasztásra. Vö.: Stollberg, *Nach der Trennung*, 17. p.

⁷³ Stollberg, *Nach der Trennung*, 29. p.

⁷⁴ „Alig van jelentősebb lélektani iskola vagy irányzat, amelynek főbb eredményeit ne építtem volna be könyvembe. A pasztorálpszichológus nem lehet pszichodogmatikus vagy módszerfanatikus. [...] De legnagyobb hasznát vettem a mélylélektani irányzatok közül: C. G. Jung analitikus lélektanának.” Gyökössy Endre, *Magunkról magunknak* (Budapest: Kálvin Kiadó, 1992), 7. kiadás, 7. p.

⁷⁵ Vö.: Gyökössy Endre, *Életápolás* (Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1992), 176-183. p.

⁷⁶ Vö.: Gyökössy, *Életápolás*, 97-98. p.; Gyökössy, *Magunkról magunknak*, 241-248; 256-260. p.

⁷⁷ Gyökössy, *Magunkról magunknak*, 227. p.

bajba jutottnak, mint ahogyan Jézus embere volt a 38 éve beteg embernek a bethesda tónál (Jn 5,1-15). A jó lelkigondozónak Gyökössy szerint a következő karakterisztikumokkal kell rendelkeznie:⁷⁸ (1) karizma, mint isteni elhívás és kegyelmi ajándék; (2) képzettség; és (3) Krisztus, mint isteni személy és mint a szeretet erőtere, amely áthatja a lelkigondozói folyamatot. A szerző számára egyúttal ezek a jellegzetességek is különböztetik meg a pszichoterápiát és a lelkigondozást. A pszichoterapeuta Krisztus nélkül dolgozik, képzettsége mellett pedig nem kegyelmi ajándékkal, hanem tehetséggel, rátermettséggel végzi munkáját.

A parakletikus lelkigondozás technikai lefolyását három lépésben ismerteti:⁷⁹ (1) betájolás, a kezelés diagnosztikai szakasza, amely egyúttal túlmutat az okok magyarázatán és arra összpontosít, hogy a jelenlegi helyzetből mik a továbblépés lehetőségei, mi történik, ha előre, hátra, vagy semerre nem lép; (2) döntésre inspirálás, a negatív gondolatkörből, vagy a tehetetlenség holtpontjától való kimozdítás lépése; és (3) katarzis, mint a lelkigondozás végző célja, amely Gyökössy számára egyenlő a megtérésre vezetéssel. E lépések után a lelkigondozó utóbeszélgetések, levelek, vagy telefonhívások útján még egy darabig együtt halad a kliensével, majd leválva engedi őt tovább menni új útján.

Különösen fontos számunkra Gyökössy családokkal, párokkal folytatott szolgálata.⁸⁰ Noha nem dolgoz ki karakterisztikus – csak rá jellemző – házasság gondozói koncepciót, munkáiban sok ösztönzést, és jól használható gyakorlatias megközelítést bocsát az egyház és a párok rendelkezésére.⁸¹ Az egyház családok felé irányuló szolgálatát négy “fronton” képviseli.⁸² (1) igehirdetés, amelyben nem a bibliai kor kulturális jellemzőit (patriarchális többgenerációs családforma) kell erőltetni, hanem a bibliai elvek mai megélésének lehetőségeit felmutatni; (2) diakónia; amely a mindennapi életet érintő konkrét tárgyi segítségnyújtást jelent (Gyökössy ezt többdimenziós: testi-lelki-szellemi szolgálatnak nevezi); (3) lelkigondozás, aminek része a házassági felkészítés,⁸³ de család- és házasságterápiás tevékenységet is magában foglalhat; és (4) hiteles keresztyén életforma, amely követendő mintát nyújt mások számára.

⁷⁸ Gyökössy, *Életápolás*, 22-23. p.

⁷⁹ Gyökössy, *Magunkról magunknak*, 233-234. p. A könyv ezen szakasza (a további beszélgetésvezetési módszertani fejezetekkel együtt) önálló kötetként is megjelent, mint: Gyökössy Endre, *Bevezetés a parakletikus lelkigondozásba* (Budapest: Klinikai Lelkigondozók Ökumenikus Egyesülete, 1983).

⁸⁰ Ez a szolgálati terület kiemelten fontos Gyökössy számára, elsődlegesen házasság- és családterápiával foglalkozó lelkigondozóként értelmezi magát. Vö.: Gyökössy, *Életápolás*, 176. p.

⁸¹ Házasság szemléletében Theodor Bovet, svájci pszichiáter hatása alatt áll. Vö.: Gyökössy, *Magunkról magunknak*, 5. p.

⁸² Gyökössy, *Életápolás*, 149-155. p.

⁸³ Ehhez Gyökössy társszerzőségével segédanyagot is kiadott a Református Egyház: Ablonczy Dániel, Gyökössy Endre, Adorján József, *Nem jó az embernek egyedül... Útavaló házasságot kötő fiataloknak. Pásztori segítség a családi élet kérdéseiben minden református családnak* (Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1991). 8. bőv. kiadás.

Fontosnak tartja a családi életre nevelés bevonását a hitoktatásba,⁸⁴ valamint bátorítja az egyházat a családi élet különböző aspektusait bemutató művek publikálására.⁸⁵

Gyökössy Endre munkásságának összegzéseként elmondhatjuk, hogy a szerzőnek nem az az elsődleges hozzájárulása a pasztorálpszichológiai és lelkigondozói irodalomhoz, hogy új koncepciókat hozott létre, hanem az, hogy a – főként – pszichoanalitikus terminológiát “megszelídítette”, a magyarországi lelkipásztorhoz közel hozta, számára érthetővé és alkalmazhatóvá tette. Útkészítőként, előítélet-eloszlatóként szolgált ahhoz, hogy műveit olvasva a magyar teológusközönség is befogadóvá váljon a lélektan lelkipásztori alkalmazására.

1.1.1.4 Összefoglalás

Amint az előzőekben láthattuk, a lelkigondozás és a pszichoanalízis kapcsolata korántsem fogalmazható meg egységes álláspontként. Koronként és szerzőnként változott az elzárkózás és az egybeolvadás két végpontja között. A legbefolyásosabb szerzők attitűdjeit Martina Plieth táblázatával foglaljuk össze:⁸⁶

Név	Lelkigondozás meghatározása	Viszonymeghatározás	Központi fogalmak	
O. Pfister	A lelkigondozás erkölcsi szükségletek és károsodások feloldása a tudattalan motívumok felkutatásával és befolyásolásával.	pszichoanalízis mint új <i>segéd tudomány</i> , amely új <i>segédeszközöket</i> kínál „lelkigondozás és pszichoanalízis”	„integráció”	„analitikus lelkigondozás” „mélylelkigondozás”
W. Buntzel	A lelkigondozás gyónási-bűnbánati történés azt követő abszolúcióval.	pszichoanalízis mint új <i>segéd tudomány</i> , amely új <i>segédeszközöket</i> kínál „pszichoanalízis a lelkigondozásban”	„közvetett alkalmazás”	„konkrét lelkigondozás”
E. Thurneysen	A lelkigondozás egyéni igehirdetés, amely az egyházban történik.	pszichológia/pszichoterápia mint <i>segéd tudomány</i> , amely <i>segédeszközöket</i> kínál „új pszichológia” (teológiai orientáltságú és felelősségű)	„segéd tudomány”	„szubsztanciális lelkigondozás” „valódi lelkigondozás”
D. Stollberg	A lelkigondozás pszichoterápia egyházi	lelkigondozás, mint <i>pszichoterápia egyházi kontextusban</i>	„izoláció helyett integráció”	„pszichoterápia mint lelkigondozás”

⁸⁴ Vö.: Gyökössy, *Életápolás*, 151. p.

⁸⁵ Ebben maga is példát mutat azzal, hogy számos kisebb terjedelmű könyvet publikál családok, párok számára. Pl.: Gyökössy Endre, *Együtt a szeretetben* (Budapest: Szent Gellért, 1995).

⁸⁶ Plieth, *Die Seele wahrnehmen*, 216. p.

	kontextusban.	„lelkigondozás, mint a teológia megtestesítője”		
H. Tacke	A lelkigondozás hitre segítés, mint életre segítés, ill. „hitterápia.”	az <i>evangélium</i> , mint terápiás erővel rendelkező <i>integratív erő</i> (dynamis)	„hitre segítés, mint életre segítés”	„evangélium mint terapeutikum”
		„krisztusi lelkigondozás” mint „kiegészítő lelkigondozás”, „biztonságlelkigondozás”, „felértékelő lelkigondozás”		

1. Táblázat: Néhány jelentősebb gyakorlati teológiai szerző pszichoanalízishez való viszonyának összefoglalása.

1.1.2 A pszichoanalitikus orientáltságú lelkigondozás legfontosabb vonásai

Eddigi vizsgálódásunk lelkigondozói recepciójaként azokat a szempontokat vesszük sorba, amelyek megkülönböztetik a pszichoanalitikus orientáltságú lelkigondozást a hagyományos értelemben vett lelkigondozástól. A felsorolásban Heribert Wahl meghatározásaira támaszkodunk:⁸⁷

1. Személyes identitás és lelkigondozói-pasztorálterápiás szakmai szerep. Mint minden analitikus foglalkozásban, úgy az analitikus lelkigondozásban is a páciensekkel való foglalkozást meg kell előznie a lelkigondozó önismereti jellegű analízisének, amelynek során a saját élettörténetét vizsgálja meg analitikus szempontok alapján. Ez meghatározó hatással bír az egyéni és a szakmai identitására egyaránt.

2. Szabad asszociáció alkalmazása a probléma bemutatásában és az önfeltárásban. A pszichoanalízisben alkalmazott szabad asszociáció lehetővé teszi a gondozott cenzúrázatlan megnyilvánulását, amelynek során a lelkigondozó felismerheti az események sorrendje, vagy ismétlődő kifejezések, motívumok révén a jelenlegi probléma öntudatlan mozgatóit.

3. Nem célzott anamnézis. A lelkigondozó nem állít fel előzetes hipotézist a gondozott problémájával kapcsolatban, igyekszik szabadon figyelni a megkínált életrajzi és pszichogenetikai összefüggésekre.

4. A megragadható érzelmekre és öntudatlan érzelmi „résekre” való fókuszált figyelem. A 3. pontban leírtakhoz hasonlóan a lelkigondozó elfogulatlan, hipotézismentes figyelmet fordít arra, amit a gondozott éppen érez, vagy arra, amit éppen nem érez, de éreznie kellene.

⁸⁷ Vö.: Wahl, „Tiefenpsychologische Aspekte des seelsorgerlichen Gesprächs.” 235-238. p.

5. Az elhárító magatartás és az ellenállás regisztrálása. Fontos ezeknek a mechanizmusoknak a felismerése, ugyanakkor a lelkigondozó figyelme arra is ki kell, hogy terjedjen, hogy a gondozott miért alkalmazza a megfigyelt mechanizmusokat, és ennek milyen szerepe van a tanácsadási folyamat szempontjából.

6. Az áttétel-viszontáttétel jelenségeinek figyelembevétele és értelmezése. A pszichoanalízisben az áttét-viszontáttét fogalompár központi szerepet játszik. Eszerint a páciens a terapeuta biztonságot adó jelenlétében képes megélni és kifejezni erősen megterhelő érzelmeket, amelyek nem a terapeutának szólnak, hanem egy korábbi, feldolgozatlan életesemény következményei. Hasonlóképpen a páciens viselkedése, beszéde a terapeutában is kiválthat indulatokat, amelyek viszont nem a páciensnek, hanem saját korábbi élményeinek szólnak.

7. Az Én-erősítés, mint implicit lelkigondozói cél. Az egyén önmagával való összhangra találása fontos lelkigondozói cél az analitikus orientáltóságú lelkigondozásban, amely a konkrét megkínált cél mögött mindig meghúzódik. A freudi hármasság Én-meghatározásának (Es – Ich – Über-Ich) a bibliai antropológiához hozzáigazított alkalmazásáról van szó, amely segíti a gondozottat a késztetési felismerésében és elfogadható megélésében, illetve szublimálásában. Fontos, hogy az Én különböző szintjei ne álljanak tartósan ellentmondásban egymással.

8. Vallásos kérdések kezelése az aktuális élettörténeti értelmi és kapcsolati kontextusban. Az analitikus lelkigondozó a gondozott vallási megnyilvánulásait és kérdéseit nem az ellenállás, vagy az elhárítás jeleiként kezeli, hanem annak aktuális élethelyzetébe ágyazva, hozzáértő módon képes vizsgálni azokat és megoldásra segíteni a gondozottat. Ezen a ponton határozott különbség látható az analitikus lelkigondozás és az analitikus pszichoterápia között.

1.1.3 Pszichoanalitikus orientáltóságú párterápiás és házasság gondozói⁸⁸ koncepciók

1.1.3.1 A klasszikus pszichoanalízis vonalát követő koncepciók

Jóllehet Freud sokat írt a különböző családi kapcsolatokról,⁸⁹ munkásságában a házasság és a családi kapcsolatok csak az egyéni neurotikus patológiák kialakulásának

⁸⁸ A házasság gondozás kifejezését itt a párterápia gyakorlati teológiai pendantjaként alkalmazzuk. Mivel értekezésünk egyik célja az egyes terápiás irányzatok hatásának felvázolása a párterápiás koncepciókra és azok lelkigondozói recepciójának feltárása, fontosnak tartjuk a fogalmi különbségtételt a terápiás diszciplínák tevékenysége (elsősorban helyreállító-gyógyító) és a lelkigondozás tevékenysége (elsősorban preventív és edukatív és csak másodsorban gyógyító-helyreállító) között. Ezt a különbséget kívánjuk kifejezni a két fogalom – a párterápia és a házasság gondozás – tudatos alkalmazásával.

háttértényezőiként érdekelték.⁹⁰ Későbbi szerzők azonban számos elméletét továbbviszik és alakítják párterápiás és házasság gondozói koncepciók alapjává. Ezek közül tekintünk át néhányat ebben az alfejezetben.

1.1.3.1.1 Annelise Heigl-Evers, Franz Heigl és a házasság dinamikus egyensúlya

Az Annelise Heigl-Evers (1921 – 2002) és Franz Heigl (1920 –2001) alkotta szerző házaspár közvetlenül a freudi⁹¹ örökséget viszi tovább és ülteti át az általuk kidolgozott modellbe, amely elsősorban a párkapcsolati diszfunkciók okainak megértését szolgálja. Álláspontjuk szerint az ember mindig ellentétes érzelmek és ellentétes késztetések keresztüztüében éli meg egyéni és kapcsolati mivoltát. Egyéni és kapcsolati sikeressége pedig attól függ, miként tudja ezeket az ellentéteket⁹² kiegyensúlyozni.

“Az ambivalencia fogalma [...] számol azzal a ténnyel, miszerint az emberi érzést és viselkedést két ellentétes motívum hordozza és határozza meg. Egyazon vonatkoztatási személy iránt egyidőben jelen lehet egy impulzus és egy ellenimpulzus egymás mellett. Hogy megfeleljünk az emberi megélés többértelműségének, különösen figyelmesnek kell lennünk, és meg kell tanulnunk például a nem verbális kifejezéseit, az önkifejező magatartását a legtágabb értelemben felfogni.”⁹³

A párkapcsolatot átfogó ambivalenciákat a szerzőpáros három csoportba sorolja: (1) adni és elfogadni, (2) érvényesülni és érvényesülni hagyni, (3) szeretni és szeretve lenni. Mindhárom kategóriát egy-egy kötetben dolgozzák fel.

A három ellentétpár mögött alapvető emberi törekvések állnak (birtoklás, érvényesülés, szeretet),⁹⁴ amelyek kiteljesedésének, vagy gátoltságának folyamata a gyermek 5-6 éves

⁸⁹ Fred Sander metaanalízise szerint Freud írásaiban 350 utalás található az „apa” és „apaság” kifejezésekre, 200 az „anya” és „anyaság” szavakra, valamint 600 referencia a „gyermek” és „gyermekség” szavakra. Vö.: Fred M. Sander, „Ehe und Familie in Sigmund Freuds Schriften.” *Familiendynamik*, 1978/2, 150. p. Az egyéni tünetek szempontjából a családi kapcsolatokra kiszélesített figyelmére jó példa az alábbi, 1905-ből származó idézet: „Éppenannyira figyelmet kell fordítaniuk [...] pácienseik emberi körülményeire és társadalmi helyzetére, mint a szomatikus jellemzőkre és az adott zavar tüneteire. Az érdeklődés mindenek felett a családi körülményeikre irányul.” Idézi: Herbert és Irene Goldenberg, *Áttekintés a családról* (Budapest: Animula, 2008), 2. kötet, 10. p.

⁹⁰ A tünetek okozásán túli jelentőséggel bíró kapcsolati dinamikánat Freud nem szentel figyelmet, sőt kifejezetten tiltakozik a páciens és a hozzátartozók együttes kezelése ellen: „[...] ami a hozzátartozók együttes kezelését illeti, meg kell vallanom, hogy ahhoz teljességgel képtelenek látom magam [...]” Sigmund Freud: *Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung*. (1912) *Gesammelte Werke*, VIII, 4. kiadás. 120. p. Idézi: Sander, „Ehe und Familie in Sigmund Freuds Schriften.” 159. p.

⁹¹ Az őket befolyásoló szerzők között másokat is megneveznek, de első helyen Freudot említik, valamint a koncepciójuk bemutatásakor is a legtöbbet rá hivatkoznak: „Gyakorló pszichoterapeutákként tevékenységünkben elsősorban S. Freud, H. Schultz-Hencke, E. Fromm, és K. Horney koncepcióit és tanításait érezzük meghatározónak.” Annelise Heigl-Evers, Franz Heigl, *Gelten und Geltenlassen in der Ehe: Eine tiefenpsychologische Studie* (München: Kindler, 1980), 2. kiadás, 7. p.

⁹² Freud után ambivalenciáknak nevezik őket. Heigl-Evers, Heigl, *Gelten und Geltenlassen in der Ehe*, 15. p.

⁹³ Heigl-Evers, Heigl, *Gelten und Geltenlassen in der Ehe*, 15. p.

⁹⁴ E három késztetést a szerzők mélyen meggyökerezve látják az emberiségben. Szerintük ezek fékentartására irányul a három legfontosabb vallási erény is: a szegénység (mint válasz a birtoklási késztetésre), az engedelmesség (mint válasz az érvényesülési késztetésre) és az erkölcsi tisztaság (mint válasz a szeretet és ezen belül is a szexualitás késztetésére). Vö.: Harald Schultz-Hencke, *Der gehemmte Mensch: Entwurf eines Lehrbuches der Neo-Psychoanalyse* (Stuttgart: Thieme, 1969), 3. kiadás, 39-40. p. Ugyanezek

koráig lejátszódik a szüleivel való kapcsolatában. Ha a gátoltság túl erős és a gyermek nem tud kiteljesedni törekvéseiben, akkor beszél a szerzőpáros neurózisról.⁹⁵ A házasság tulajdonképpen a szülő-gyermek viszony újraélése és egy lehetőség a gyermekkori beszűkülések korrigálására egy egyenrangú, szeretetteljes emberi kapcsolatban.⁹⁶ Ebből következik a szerzők szeretet-meghatározása is, miszerint a szeretet az a sok munkával járó folyamat, melynek során az egyén a kapcsolatban kibontakozódik és érvényesül.⁹⁷

Az “adni és elfogadni” ellentétpár a birtoklásról és annak megéléséről szól. Összetevői a birtokbavétel, a tulajdon megtartás és a tulajdonátadás igénye. Az tulajdonátadás a legáltalánosabban elfogadott erény a társadalomban (ajándékozás vagy adományozás formájában), ám mivel sokan az első kettőt zavartan élik meg, ezért az adás készsége kifejezetten marad.

Az “érvényesülni és érvényesülni hagyni” ellentétpár valójában a hatalomgyakorlásról szól. Patológiás esetben a szerepek rögzülnek és a házasságban résztvevő egyik fél uralkodójává válik a másiknak, aki a szolgálai funkciót tölti be. A probléma megoldása a kölcsönösség és egyenrangúság, ami a kötet első megjelenésekor, 1963-ban még egyáltalán nem mondható általánosan elfogadott elvnek a házasságok megélésében:

“A probléma megoldása [...] nem úgy hangzik, hogy szolgálni vagy uralkodni. Az egymáshoz alkalmazkodás optimumát a felváltva gyakorolt segítő autoritás útján érhetik el. A mindenkori erősebb vezet, bátorít, segít. Ebből következik egy rugalmas rangsor. A jogarhol az egyik fél kezében van, hol a másikéban. Ebből jön létre a kölcsönösség léggömbje.”⁹⁸

Patológiás esetben a párokat az billenti ki az egyensúlyukból, hogy nem a valós hús-vér partnert szeretik, hanem egy ideálképet, amelyet a gondolataikban megalkottak róla. Ha az ideálkép a valóságnál jobb színben festi meg a partnert, akkor ez alávetettséghez vezethet, ha viszont a valóságnál rosszabbnak, akkor ez uralkodáshoz vezethet a gyengébbnek, butábbnak, tehetetlenebbnek vélt fél felett. Ehhez társul még a destruktív kritika, amelynek tartós gyakorlása szintén az uralkodó-szolga szerepek rögzüléséhez vezet a házasságban. Az egészséges állapot visszaállításának fontos lépése a valóság megtapasztalása és a partnerről való reális kép megtalálása.

A “szeretni és szeretve lenni” a legrészletesebben kidolgozott a három koncepcionális elem közül. A szeretet adásának és fogadásának egyensúlyában fontos szerep kerül arra a

a tényezők köszönnek vissza a szépirodalomban is. Nem véletlen, hogy Dosztojevszkij regényeinek fő témái a kapzsiság (birtoklás), a fennhéjázás (érvényesülés) és a bujaság (szeretet – szexualitás). Vö.: Annelise Heigl-Evers, Franz Heigl, *Geben und Nehmen in der Ehe: Eine tiefenpsychologische Studie* (München: Kindler, 1979), 2. kiadás, 14. p.

⁹⁵ Vö.: Heigl-Evers, Heigl, *Geben und Nehmen in der Ehe*, 13. p.

⁹⁶ Vö.: Heigl-Evers, Heigl, *Geben und Nehmen in der Ehe*, 18. p.

⁹⁷ Vö.: Heigl-Evers, Heigl, *Geben und Nehmen in der Ehe*, 21. p.

⁹⁸ Heigl-Evers, Heigl, *Gelten und Geltenlassen in der Ehe*, 18-19. p.

képességre, amelyet a szerzők “szeretetokosságként” (Gefühlsklugheit) határoznak meg.⁹⁹ A jól működő párkapcsolat ismertetőjelei: (1) a MI tudat megélése, szemben az elszigetelt ÉNnel; (2) a szerelmen alapuló szabad választás, így a házasság egy olyan csoport, amelyet az egyén magának választ, nem pedig olyan, amelybe akarata ellenére beleszületik (pl. származási család); (3) a szexuális kreativitás, amely magában foglalja a termékenységet, de a kreativitás játékosságát és spontaneitását is; (4) a folyamatosság és tartósság, mivel mindkét fél az életének teljes idejére tervezi a házasságot; és végül (5) a privátság és intimitás, ahol a privátság a nyilvánosság ellentéte. Ahhoz, hogy egy ilyen attribútumokkal felruházott házasság létrejöhessen, a benne résztvevő feleknek egyénileg is el kell jutniuk egy bizonyos érettségre. Ez az érettség a következő képességeket feltételezi: (1) az aktív önátadás képessége; (2) az önelhatárolás és az önérvényesítés képessége; (3) a heteroszexuális összekapcsoltság, a fajfenntartás és szaporodás iránti törekvés; valamint (4) annak a ténynek az elismerése, hogy a házassági partneri kapcsolat nem egy elért állapot, hanem egy folyamat. A szeretet adásában és befogadásában különös súllyal kezelik a szexualitást,¹⁰⁰ amelynek számos zavarára részletességgel kitérnek és felvázolják azok lehetséges fejlődéslelektani, valamint házassági dinamikai okait, továbbá lehetséges megoldási útjait. Végül következtetésükben arra jutnak, hogy a szeretet adásának és befogadásának egyensúlya meghatározó szerepet tölt be az egyén individuációjában és szocializációjában, ennek pedig a jól működő házasság ad keretet.¹⁰¹

Koncepciójuk alapkategóriáit és azok jellemzőit az alábbi táblázatban foglaljuk össze:

Kategóriák	Jellemzők	Túl sok	Egyensúly	Túl kevés
Birtoklás ¹⁰²	A. Birtokba vétel igénye	irigység, kapzsiság	optimizmus, vállalkozókedv, élvezetképeség	túlzott szerénység, beletörődés
	B. I. Tulajdonmegtartás igénye	fukarság	takarékosság, gazdaságosság	pazarlás
	B. II. Tulajdonátadás igénye	pazarlás	nagyvonalúság	fukarság
Érvényesülés ¹⁰³	Tekintély és	érvényesülési és	önállóság,	lomhaság,

⁹⁹ Ezzel Heigl-Evers és Heigl két évtizeddel Goleman előtt definiálja az érzelmi intelligenciát. Vö.: Daniel Goleman, *Érzelmi intelligencia* (Budapest: Háttér, 2008). A szerzőpáros meghatározása szerint: „Érzelmileg okosnak lenni a házasságban azt jelenti: ráérezni, amikor a partner más nézetek felé hajlik vagy más szükségeket táplál, amelyek ütköznek a sajátjainkkal. Azt is jelenti: a saját magatartásnak a partnerre gyakorolt hatásait átgondolni, azokra ráhangolódni és azokra tekintettel lenni.” Annelise Heigl-Evers, Franz Heigl, *Lieben und Geliebtwerden in der Ehe: Eine tiefenpsychologische Studie über Ursachen und Auswirkungen von Partnerschaftskonflikten* (München: Kindler, 1977), 2. kiadás, 19. p.

¹⁰⁰ Pl. különböző típusú potencia- és coitus zavarok férfiaknál, frigiditás- és orgazmuszavarok nőknél. Vö.: Heigl-Evers, Heigl, *Lieben und Geliebtwerden in der Ehe*, 52. pp.

¹⁰¹ Heigl-Evers, Heigl, *Lieben und Geliebtwerden in der Ehe*, 82. p.

¹⁰² Heigl-Evers, Heigl, *Geben und Nehmen in der Ehe*, 29. p.

¹⁰³ Heigl-Evers, Heigl, *Gelten und Geltenlassen in der Ehe*, 32. p.

	érvényesülés igénye	uralkodási kényszer	büszkeség, méltóság, szabadságtudat, rangsorolási képesség	túlengedékenység, alávetettség
Szeretet ¹⁰⁴	A. Gyengédség igénye	gyengédségfüggés	szívélinesség, érzelmi melegség, kezdeményezés, összhang, figyelmesség	fanyarság, hűvösség, szárazság
	B. Odafordulás és átadás igénye	biztonságfüggés, bizaloméhség	lojalítás, békülékenység, otthonosság, bizalomra méltóság, bizalom, kegyesség	érzelmi hidegség, bizalmatlanság
	C. Érosz-igény	esztéticizmus	kecsesség, szépérvék, ízlés	ízléstelenség, kicsinyesség
	D. Szexuális szükséglet	kicsapongás	örömteli testiség, érzékiség	szexuális aszkézis

2. Táblázat: Heigl-Evers és Heigl dinamikus házassági egyensúlykategóriáinak áttekintése.

A kapcsolat egészséges működése Heigl-Evers és Heigl szerint addig szavatolt, amíg a párnak sikerül az ambivalens törekvéseit egyensúlyban tartania. Amikor a birtoklás, érvényesülés és szeretet késztetései szélsőséges mintákat támogatnak, a párkapcsolati egyensúly is kibillen, és patológiás konfliktusok jönnek létre. Ebben az egyensúlyozási törekvésben a Heigl házaspár előfutárnak tekinthető, hiszen később más szerzők is – noha más terminológiákkal, de – alkalmazzák a különböző tényezők egyensúlyán alapuló megközelítést.¹⁰⁵

Teológiai szempontból fontos kiemelni, hogy a szerzőpáros gyakran idézi a Bibliát, mint az emberiség korai megtapasztalásainak lecsapódását.¹⁰⁶ Ezt azért lényeges megjegyezni, mert számos analitikus gyökerű szerző a vallást és ezzel együtt a Bibliát is konkurensként – de legalábbis kritikus távolságtartással – kezeli, ám ebben az esetben egy tiszteletteljes elfogadás és egymásmellettélés figyelhető meg.

Eredeti megközelítésük méltatása mellett meg kell említenünk annak korlátozottságát is, mert koncepciójuk inkább a diszfunkciók megértésében (diagnózis) nyújt segítséget, nem

¹⁰⁴ Heigl-Evers, Heigl, *Lieben und Geliebtwerden in der Ehe*, 80-81. p.

¹⁰⁵ Két szerzőt külön kiemelünk, akiknek koncepciói a későbbiekben részletesen bemutatásra kerülnek: (1) Salvador Minuchin az érzelmi összefonódottság mentén dolgozik, ahol a vizsgált családokat az összeolvadtság és a szétkapcsoltság szélsőségei között helyezi el. Vö.: Salvador Minuchin, *Családok és családterápia* (Budapest: Animula, é. n.), 53-57. p. (2) David H. Olson az általa kidolgozott „Cirkumplex modellben” egy két tengelyből álló diagramon helyezi el a párokat és családokat. Az egyik tengely a kohézió (szélsőségei a minuchini terminológiához hasonlóan az összeolvadtság és a szétkapcsoltság), a másik pedig az adaptivitás (szélsőségei a rigid és a kaotikus). Vö.: David H. Olson, „Circumplex Model of Family Systems VIII: Family Assessment and Intervention.” In: David H. Olson, Candyce S. Russel, Douglas H. Sprenkle (szerk.), *Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of Families* (New York, London: Haworth, 1989), 7-50. p.

¹⁰⁶ Vö.: Heigl-Evers, Heigl, *Lieben und Geliebtwerden in der Ehe*, 15. p.

pedig a kívánt állapot helyreállításában (terápia). A szerzők a terápiához új felismerésekkel nem járulnak hozzá.

1.1.3.1.2 Hans-Joachim Thilo és az osztatlan ember

Hans-Joachim Thilo (1914 – 2003) evangélikus teológus és pszichoanalitikus az első szerzők egyike, aki a pszichoanalízis felismeréseit átülteti a gyakorlati teológia munkaterületeinek széles spektrumára (lelkigondozói beszélgetések, istentisztelet, kazuáliák, házassági felkészítés, házasság gondozás). Úgy teszi ezt, hogy közben szilárd rendszeres teológiai alapokon áll¹⁰⁷ és a pszichoanalízisnek a teológia számára idegen és összeegyeztethetetlen fogalmait és koncepcióit átértelmezi és a teológus számára is alkalmazhatóvá teszi.

Emberképében Thilo a teremtéstörténetet veszi alapul. Számára az ember osztatlan és oszthatatlan lény. A teremtéstörténet tanúsága szerint az ember testébe Isten belehelte az élet lehetét, ettől lett az ember élő lélekké (1Móz 2,7). Az embernek tehát nem lelke van, hanem ő maga a lélek. Ennek felel meg a héber „nefes” kifejezés, amely az egész személyt jelöli, testestől-lelkestől. Az ószövetségi kettős egységhez az Újszövetség egy harmadik összetevőt is hozzárendel, így az ember a test, a lélek és a szellem egysége (1Thessz 5,23). Ezt az osztatlan egységet Thilo következetesen végigvezeti az emberi életszakaszokon és a különböző lelkigondozói élethelyzeteken egyaránt. Az antropológiaszemléletéből következik a patológiaszemlélete is. A betegség ebben a megközelítésben lényegében nem más, mint az ember teljességében bekövetkező hasadása (gespaltene Ganzheit).¹⁰⁸

A bibliai antropológia mentén Thilo úgy gondolja, hogy ha az ember az Istennel való kapcsolatban válik emberré, és a test-lélek-szellem egységében él, akkor az egészség állapota nem más, mint ahogy azt a magyar „egész-ség” szóösszetétel is jelzi: az ember egészsé, teljessé válik önmagában is és Istennel való kapcsolatában is. A patológia fogalma tehát végső soron a bűn kérdése körül forog. Ezen a ponton jelentős különbség van a lelkigondozó és a pszichológus felfogása között. A pszichológus a bűn helyett a felelősség

¹⁰⁷ Ezt fontosnak tartjuk hangsúlyozni, mert véleményünk szerint a jól megalapozott gyakorlati teológia összhangban áll a számára háttérrel biztosító rendszeres teológiával. Stollbergnél például előfordul, hogy a gyakorlati teológiát szembeállítja a rendszeres teológiával a gyakorlati javára. A házasság felbomlásakor a bűnösség kérdésére azt válaszolja: „Isten azonban nagyvonalúbb, mint a ’törvényei’: ez az evangélium magva.” Stollberg: *Nach der Trennung*, 79. p. Ez a gondolat rendszeres teológiai szempontból nem koherens, mert azt a benyomást kelti, mintha Isten az evangéliummal kijátszaná a saját törvényét. Ezzel szemben az evangélium arról szól, hogy a törvény érvényben van, Jézus pedig magára vállalja a mi törvényáthágásaink következményét. Isten tehát nem gondolta meg magát a törvényével kapcsolatban – hiszen az szent, igaz és jó (Rm 7:12) – de eltörölte a kereszten az adósságlevelet, amely a törvény áthágásáért kárhóztat bennünket (Kol 2:14). A gyakorlati és rendszeres teológia kapcsolatához lásd: Michael Meyer-Blanck, Birgit Weyel, *Studien- und Arbeitsbuch Praktische Theologie* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2008), 39-48. p.

¹⁰⁸ Vö.: Hans-Joachim Thilo, *Die therapeutische Funktion des Gottesdienstes* (Kassel: Johannes Stauda, 1985), 18-25. p.

fogalmával dolgozik. Ám nem mond-e ellent önmagának, amikor ezt teszi? Lehet-e apellálni egy lelkileg beteg ember esetében a felelősségtudatra?¹⁰⁹ Ha viszont nem beszélünk sem bűnről, sem pedig felelősségről, akkor elveszítünk minden viszonyítási alapot, amelynek mentén egy cselekedet minősíthetünk. Így végső soron mindenféle perverzión felmenthetővé válna.

„A lelkigondozó és az analitikus párbeszéde során csaknem rendszeresen sor kerül az egyházi lelkigondozással szembeni súlyos szemrehányásra, miszerint tevékenységével túl sok esetben hozzájárul ahhoz, amit napjainkban különböző körökben az 'ekkléziogén neurózis' fogalmával jelölnek. Ez alatt azt értik, hogy a késztetések tudatos beszűkítésével és a bűntudat hangsúlyozásával bizonyos görcsösségek lépnek fel, amelyek pszichés területen depresszióhoz, kapcsolatnélküliséghez, tehát életképtelenséghez vezetnek, amelyek fiziológiailag egészen a spazmikus bénulásos tünetekig is elmehetnek. Ezzel egyidőben az analitikus oldal meggondolatlanul egyenlővé teszi egymással a megbánást, vétket és bűnt, ezzel pedig frontális támadást intéz a lelkigondozói gyakorlat ellen. A lelkigondozás végső soron mindig a bűnbocsánatig és a vétkességtől való szabadulásig akar elvezetni. Ez megkerülhetetlen a számára. Az a lelkigondozás, amelynek nem ez a végcélja, vétkessé teszi önmagát a Szentírás elleni engedetlenség bűnében.”¹¹⁰

Az egészség és betegség közötti különbség összefoglalását az élet fogalmának két görög kifejezésének bemutatásával zárja. A „bios” az élet biológiai lefolyását jelöli, amely mérhető, bizonyítható, és mindig az immanencia határain belül mozog. Ezzel szemben a „zoé” átlépi a határvonalat a transzcendens felé. A „zoé”-val jelölt életet nem lehet klinikailag diagnosztizálni. Az emberi lét totalitását, teljességét jelenti, annak immanenciájával és transzcendenciájával együtt. Az Újszövetség tanításában Jézus pontosan ezt akarja az embernek visszaadni. Jézus számára az élet és halál kérdése nem egyszerűen a szervek megfelelő működésével függ össze, hanem az Istennel való kapcsolattal. Az az ember, aki a szónak ebben az értelmében egész, teljes, tehát él (zoé), az egészségesnek tekinthető. Aki ezt nélkülözi, – bármilyen egészségesek is a szervei – beteg. A nyilvánvaló különbségek ellenére mindkét megközelítésnek – a szekuláris lélekgyógyászatnak és az egyházi lelkigondozásnak is – szüksége van egymásra. Mindketten együtt kell, hogy működjenek egymással az ember teljeskörű segítésén.

„A pszichoterapeuta és a lelkigondozó együttműködése éppen olyan elengedhetetlen, mint a kétféle realitás kölcsönös elismerése, amelynek mentén az orvos és a lelkigondozó cselekszik. A keresztyén lelkigondozót nem nevezhetjük ki a 'jó' terapeutának a 'rossz' nem keresztyénnel szemben. Mégis a pszichoterápás cselekvés számára a lelkigondozóval való együttműködés éppen olyan fontos, mint a lelkigondozó tárgyi ismeretei, amelyek birtokában egy bűnbánó embert vezet.”¹¹¹

¹⁰⁹ „De mit jelent a 'felelősség' a neurotikus számára? Orvosilag nem felelőtlenység egy ilyen fogalommal szembesíteni egy éppenséggel 'betegnek' felismert ember magatartását? Nem zárják-e ki egymást kölcsönösen az olyan kifejezések, mint a 'beteg' és a 'felelősségteljes'?” Hans-Joachim Thilo, *Der ungespaltene Mensch: Ein Stück Pastoralpsychologie* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1957), 113. p.

¹¹⁰ Thilo, *Der ungespaltene Mensch*, 108. p.

¹¹¹ Thilo, *Der ungespaltene Mensch*, 116. p.

A lelkigondozás – noha más módon használja a felszínre hozott ismereteket, mint a pszichoanalízis – két ponton sokat köszönhet a pszichoanalízisnek:

„1. Az öntudatlan dimenziójának felfedezése, és annak lehetősége, hogy a tudattalan tartalmak tudatossá váljanak. 2. A szexualitás jelentősége az ember viselkedésében.”¹¹²

A pszichológia, mint a lelkigondozás kiindulási alapjának vizsgálata során egybeveti egymással Freud és Jung munkásságát. Amikor összehasonlítja egymással a vallással nyíltan szembehelyezkedő, a vallásosságot illúzióknak és kényszernek aposztrofáló Freudot és a vallásosságról jóval elfogadóbban nyilatkozó, bibliai iratokat kommentáló, ám a hitet filozófiailag eltorzító Jungot, arra az összegzésre jut, hogy Freud felismerései használhatóbbak a lelkigondozó számára:

„Vállalkozunk a merész kijelentésre, miszerint a freudi alapkoncepciók 'vallástalan' pszichológiája könnyebbé teszi a lelkigondozó számára gondozottjának vezetését, mint a numinózum filozófáló pszichológiája, amelyet C. G. Jung kínál számunkra.”¹¹³

A lelkigondozói és a pszichoterápiás megközelítés különbözőségét és egymásrautaltságát Groeger találó szójátékával összegzi:

„A pszichoterápia segít [hilft], de nem ment meg [rettet nicht], a pszichoterápia old [löst], de nem vált meg [erlöst nicht], a pszichoterápia gyógyít [heilt], de nem szentel meg [heiligt nicht].”¹¹⁴

A pszichológiával való párbeszédben elvitathatatlan érdemeket szerzett. Egyike az első teológusoknak, akik következetesen végigvezetik a lelkigondozás és a pszichoterápia hasonlóságainak és különbségeinek bemutatását az egyházi élet konkrét helyzeteinek széles spektrumán.

1.1.3.1.3 Jürg Willi és a kollúzióelmélet

Jürg Willi (1934 –)¹¹⁵ svájci párterapeuta a freudi fejlődéslélektanból eredezteti legfontosabb párterápiás koncepcióját, a kollúziós elméletet. A szerző ugyan közvetett, mégis nagyon közeli kapcsolatba került Freuddal tanulmányai során.¹¹⁶

¹¹² Thilo, *Der ungespaltene Mensch*, 100. p.

¹¹³ Thilo, *Der ungespaltene Mensch*, 108. p.

¹¹⁴ G. Groeger, „Psychotherapie – Ersatz oder Hilfe für die Seelsorge?” *Kirche in der Zeit*, 1957/4. Idézi: Thilo, *Der ungespaltene Mensch*, 116. p.

¹¹⁵ Willit német nyelvterületen párkapcsolati témakörökben úgy tudományos munkákban, mint népszerű stílusú magazinokban rendszeresen idézik, mint a házasság-párkapcsolat témakör egyik kiemelkedő kortárs szakértőjét. Magyar nyelven sem a könyvei nem jelentek meg, sem pedig másodlagos forrásként nem találkozunk vele, néhány ritka kivételtől eltekintve. Bagdy Emőke egy-egy alfejezetet szentel Willi kollúziós elméletének bemutatására munkáiban. Vö.: Bagdy Emőke (szerk.), *Pár- és családi kapcsolatok vizsgálata* (digitális tankönyv), 5.1.2. fejezet. Forrás: <http://www.webcreator.hu/tankonyv/krv1.html> (Találat napja: 2011.02.28). Továbbá: Bagdy Emőke, „A tudattalan összejátszástól az együttfejlődésig.” In: Bagdy Emőke (szerk.), *Párkapcsolatok dinamikája* (Budapest: Animula, 2002), 34-52. p. Más magyar nyelvű másodlagos források is általában Bagdyra hivatkoznak.

¹¹⁶ A híres Burghölzli¹¹⁶ egyetemi pszichiátriai kórházban szerzett pszichiáteri és pszichoterapeuta szakorvosi képesítést Prof. Manfred Bleuler (Eugen Bleuler fia) vezetése alatt. A Burghölzli Klinika volt egyike az első pszichiátriai intézményeknek, amelyek Sigmund Freud elméleteit a klinikai gyakorlatba is integrálták. A

Willi az analitikus fogalmakat szervesen beépíti a pár- és családterápiás gondolkodásba. Ez a hozzáállás jól tükröződik már abból is, ahogyan a házasság sikerét meghatározó főbb tényezőket összegzi:

„Három funkcionális elvre szeretnék utalni, amelyet a terápiás gyakorlatomban a kapcsolat sikerét tekintve fontosnak találtam. Először az elhatárolódási elvről van szó: Egy jól működő diádnak kifelé és befelé világosan meg kell magát határoznia. Egy második funkcionális elv kimondja, hogy a házasságban a regresszív-gyermeki és a progresszív-felnőtti viselkedési módokat nem szabad polarizált szerepekként kiosztani a párokra. A harmadik elv az önértékelés egyensúlyára vonatkozik, nevezetesen arra, hogy egy jól funkcionáló házasságban a felek egyenrangúsága egyensúlyban kell, hogy legyen.”¹¹⁷

A felsorolt elvek közül a másodiknak a kollúzióelmélet kifejtésében is nagy jelentősége lesz. Ennek meghatározásában a freudi elhárító mechanizmusokhoz nyúl vissza.¹¹⁸

„A regresszív és progresszív pozíciókat [...] kizárólag neurotikus elhárítási magatartásokként értjük: A regressziót a gyermeki viselkedési módba való visszaesésként, míg a progressziót a saját gyengeség 'felnőtt látszattal' való túljátszási kísérletként.”¹¹⁹

A három funkcionális tényező mellett végül egy szemléletmódbeli kérdésre is kitér, amelynek elvétése szintén patológiás kapcsolati megélések forrásává válhat:

„A házasságot gyakran abban az elképzelésben kötik, mintha az egy statikus építmény lenne, amely az évek során ugyanaz marad, és ugyanannak is kell maradnia. [...] A valóságban azonban a házasság nem egy állapot, hanem egy folyamat. Sok kolluzív konfliktusmegoldás éppen azáltal keletkezik és rögzül, hogy a felek nem merik beleengedni magukat ebbe a fejlődési folyamatba az attól való félelem miatt, hogy ezzel tönkreteszik az eredeti boldogságukat. Ragaszkodnak a kapcsolatuk eredeti meghatározásához és a partnerüket is erre akarják kötelezni.”¹²⁰

Ez a megállapítás fontos alapja lesz később Willi kóevolúciós elméletének,¹²¹ valamint az ökológiai szemléletnek is.¹²²

Willi párterápiás megközelítésében figyelembe veszi ugyan a kommunikációelméleti megközelítést és a rendszerszemléletű családterápiát, mégsem találja meg a felsoroltakban a számára alkalmas magyarázati modellt a párkapcsolatok diszfunkcionalitásához. Ezért vezeti be a kollúzióelmélet fogalmát. Elmélete a regresszió és a progresszió neurotikus párkapcsolati helyzeteire alapul:

„Egy progresszív partner neurotikus összefonódását egy regresszív partnerrel, [...] következetesen kollúzióként írjuk le.”¹²³

klínikát akkoriban Eugen Bleuler (1857-1939), pszichiáter vezette, akinek munkatársa volt Carl Gustav Jung. Vö.: Heine, *Grundlagen der Religionspsychologie*, 149. p.

¹¹⁷ Jürg Willi, *Die Zweierbeziehung: Spannungsursachen – Störungsmuster – Klärungsprozesse – Lösungsmodelle* (Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1975), 15. p.

¹¹⁸ Vö.: Anna Freud, *Normality and Pathology in Childhood: Assessments of Development* (London: Karnac Books, 1989), 93-107. p.;

¹¹⁹ Willi, *Die Zweierbeziehung*, 23. p.

¹²⁰ Willi, *Die Zweierbeziehung*, 31. p.

¹²¹ Jürg Willi, *Ko-Evolution: Die Kunst gemeinsamen Wachsens* (Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1985).

¹²² Jürg Willi, *Was hält Paare zusammen? Der Prozeß des Zusammenlebens in psycho-ökologischer Sicht* (Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1991).

¹²³ Willi, *Die Zweierbeziehung*, 24. p.

A progresszív-regresszív viselkedés tehát ebben az összefüggésben nem egy pillanatnyi hangulatzavar, hanem a személyre általánosan jellemző viselkedési minta. Nem összetévesztendő a neurotikus regresszív és progresszív viselkedés azzal, ami egészséges működésű pároknál naponta előfordul, és amire például a tranzakció analízis épül.¹²⁴

Willi nem az egyedüli alkalmazható módszerként mutatja be a kollúzióelméletet, viszont olyan koncepciónak tartja azt, amely egy párkapcsolati konfliktus sok lehetséges oka közül és a terápiát potenciálisan befolyásoló számos információ közül azokra koncentrál, amelyek a veszekedések öntudatlanul, de ismétlődően visszatérő „alpdallamát” fejezik ki. A kollúzió egyik tanpéldája annak a házaspárnak az esete, amelyben a férfi impotenciája képezi a konfliktusok alapját. Az anamnézis során kiderül, hogy a férfi apjának szintén voltak potenciaproblémái, ami miatt az anyja gyakran a gyerekek jelenlétében nevetség tárgyává tette. Miután a szülők házassága a férfi pubertás korában felbomlott, az uralkodó természetű anya arra kényszerítette a fiút, hogy miközben ő fürdött, a fiú a kád mellett ülve felolvasson neki. Ilyen és ehhez hasonló módon táplálta incesztfantáziáit. Különös traumát jelentett számára egy 8 éves korában végrehajtott fitymaszűkületi műtét, amelyre az anyja nem készítette fel, amelynek során lekötözték, miközben az anya hangosan nevetgált. A fiú ekkor azt hitte, le fogják vágni a hímvesszőjét. Az eset után 18 éves koráig rendszeresen ágyba vizelt. Miután az anyja ily módon „kasztrálta”, a férfi úgy próbálta felnőttként kompenzálni a traumáját, hogy egy esendő, gyenge, segítségre szoruló nőt választott magának, aki mellett erősnek és férfiasnak érezhette magát. A felesége szintén egy zsarnokias anya és egy jellegtelen apa mellett nőtt fel. Mivel már kislánykorában kitűnt a kortársai közül szokatlanul nagy testméreteivel és férfias arcával, zavart nemi identitással nőtt fel. Ezt próbálta ellensúlyozni azzal, hogy tudatosan az anyjával ellentétes módon viselkedett. A későbbi férjben az erő, a gondoskodás, a férfiaság tetszett meg neki és úgy érezte, végre talált magának valakit, aki mellett igazán nő lehet. Mindkét fél tehát elfojtott, a férfi egy alkatától idegen, felnőtt viselkedést vett fel (progresszív viselkedés), a nő pedig egy ugyancsak kompenzatív jelleggel felöltött gyengébb, gyermekies viselkedést (regresszió). A házasságban azonban az elfojtások felszínre törtek és éppen azt aktiválták egymásban, amit kompenzálni próbáltak. Az erős nőnek (az anyjához hasonlóan) férfiasan kellett viselkednie egy gyenge férfi mellett, a férfi pedig ugyanazt élte át a felesége mellett,

¹²⁴ A tranzakcióanalízis különbséget tesz gyermek-én, felnőtt-én és szülő-én között. A társas interakcióban két személy különböző én-szintjei lépnek kapcsolatba egymással. Ha például a feleség megkérdezi a férjet, hogy kenjen-e részére egy szelet lekváros kenyeret, a nő szülő-énje szólítja meg a férfi gyermek-énjét. Ez a helyzet azonban nem ugyanaz, mint amikor a házastársak bennerekednek egy regresszív-progresszív viselkedési mintában. Vö.: Eric Berne, *Emberi játszmák* (Budapest: Háttér, 2002); Thomas Harris, *OKÉ vagyok, OKÉ vagy* (Budapest: Édesvíz, 2000).

mint a „kasztráló” anya uralma alatt. A férfi impotenciája mindennek természetes következményeként fogható fel.¹²⁵

A kollúzióelmélet szempontjából az alábbi következtetések fogalmazhatók meg az esetbemutatásból:

1. A kollúzió két vagy több partner be nem vallott, egymástól eltitkolt összjátéka, amely egy hasonló jellegű, feldolgozatlan alapkönfliktuson alapul.
2. A közös feldolgozatlan alapkönfliktust különböző szerepekben hordják ki, ami azt a látszatot kelti, mintha a felek egymás ellentétei lennének. A valóságban azonban ugyanannak a dolognak a polarizált variációiról van szó.
3. A hasonló alapkönfliktusban való összekapcsoltság az egyik partnerben progresszív (túlkompenzáló), a másikban pedig regresszív öngyógyító kísérletek megjelenésének kedvez.
4. Ez a progresszív és regresszív védekező magatartás meghatározó részt tesz ki a pár diádikus vonzódásában és ragaszkodásában. Mindkét fél abban reménykedik, hogy a saját alapkönfliktusából a partnere fogja megváltani. Abban hisznek, hogy a mély szorongások kivédése a partner által olyan biztonsággal megadatik számukra, hogy a szükségletkielégítés eddig el nem ért mértékben megengedhetővé és lehetségessé válik.
5. A hosszabb együttélés során ez a kolluzív öngyógyító kísérlet kudarcba fullad a két fél elfojtott tartalmainak felszínre kerülése miatt. A partnerre átvitt (delegált vagy externalizált) részek a saját énben törnek fel.”¹²⁶

Ahogy a fenti minta is jól szemlélteti, a házassági konfliktus megértésének egyik fontos szempontja a párválasztás folyamatának megértése.¹²⁷

A szerző arra is kitér, hogy a kollúziók meghatározott minták szerint játszódnak le, amelyek nagyrészt megfelelnek a pszichoanalízis szerinti fejlődéslelektani állapotoknak.¹²⁸ Ezek a kollúziós minták a következők:

1. Nácisztikus kollúzió. A nácisztikus személy hozzáállása az édesanyjával való kapcsolatában gyökerezik. Mivel az anya a gyermekét saját énjének részeként kezelte, a gyermek nyiladozó autonómiatörekvései ellenállást váltottak ki az anyában. A következmény a gyermek önállótlanágában, bizonytalanságában, önértékelési

¹²⁵ Willi, *Die Zweierbeziehung*, 51-58. p.

¹²⁶ Willi, *Die Zweierbeziehung*, 59-60. p.

¹²⁷ Ebben az összefüggésben Willi megközelítése párhuzamba állítható Hans Joachim Thiloval, aki ugyancsak pszichoanalitikus szemlélet háttérén vizsgálja a párválasztás problematikáit és azoknak a későbbi házasságra gyakorolt hatását. Vö.: Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 163-201. p.

¹²⁸ Freud úgy vélte, hogy az első öt életévben tapasztalható fejlődési szakaszok hatással vannak a későbbi személyiségre. Az ebben az időben végbemenő szakaszokat pszichoszexuális szakaszoknak nevezte, ezen belül pedig azt vizsgálta, hogy melyik korban, milyen területekhez köthetők a gyermek örömszerző impulzusai. A következő három szakaszt határozta meg: „Freud az első életévet a pszichoszexuális fejlődés orális szakaszának nevezte el. Ebben az időszakban a csecsemők öröme elsősorban a szopásból származik, és bármit, ami a kezük ügyébe kerül, azonnal a szájukba vesznek. A második életévet Freud az anális szakasz kezdetének vélte, amikor is a gyermek a széklet visszatartásában, illetve elengedésében talál örömet. A fallikus szakaszban, amely háromtól hatéves korig tart, örömeik nemi szervük simogatásából származnak. Felfigyelnek a fiúk és lányok közötti különbségre, és ébredező szexuális impulzusaikat az ellenkező nemű szülőre irányítják.” Rita L. Atkinson, Richard C. Atkinson, Edward E. Smith, Daryl J. Bem, Susan Nolen-Hoeksema, *Pszichológia* (Budapest: Osiris, 1999), 2. kiadás, 381. p. A három freudi szakasz elejére Willi hozzáfűz még egy fejlődéslelektani stádiumot, nevezetesen a nácisztikus szakaszt, amelyben a gyermek még nem képes világosan különbséget tenni a testrészei és a külső tárgyak között. A tárgyakat a testének meghosszabbodásaként éli meg, így vannak párkapcsolati kollúziók is, amelyekben a határok nem világosak és a nácisztikus személy a partnert a saját énjének kiterjesztéseként kezeli. Willi, *Die Zweierbeziehung*, 65-88. p.

problémáiban válik láthatóvá. Számára a szeretet egyfajta taktika a másik feletti uralomra. Ezt a mintát vezeti át a párkapcsolatra is. A szeretetnek két formáját ismeri: (1) Feladja magát a partner kedvéért, (2) A partner feladja magát az ő kedvéért.¹²⁹ Amikor a párkapcsolatba a felek a szeretetnek ezt a két különböző módozatát hozzák be, egy egymást kiegészítő – komplementer – minta alakul ki, amit Willi nárcisztikus kollúzióknak nevez. A nárcisztikus személy a szexualitásban a közhiedelemmel ellentétesen nem csak a saját élvezetét keresi, hanem tekintettel van a partnerre is, ám ebben is saját énjének megerősítését várja, mert számára a partner kielégítése a saját szexuális teljesítményének visszaigazolása. A nárcisztikus személyiség retteg a házasság intézményével járó elköteleződéstől. Ha csak teheti, inkább az élettársi kapcsolatot választja. Ha alaptendenciáit sikerül is elfojtania (regresszió vagy progresszió által) egy házassági konfliktus képes aktiválni az elfojtott tartalmakat és felszínre törnek az eredeti minták.

2. Orális kollúzió. Az orális kollúzió az orális fejlődéslelektani fázisban gyökerezik, ahol az első emberi kapcsolat meghatározó eleme a szájon át történő táplálás. A gyermek sírása az anyában aktiválja a gondoskodó magatartást, akinek az a fő feladata, hogy kielégítse gyermeke szükségleteit. Az orális kollúzióban a pár tagjai kiegészítik egymást a gondoskodás-gondoskodásrautaltság vonatkozásában. Az anyaszerepet betöltő fél gyakran a foglalkozásában is hordozza a gondoskodás aspektusát (ápoló, orvos, szociális munkás). A konfliktust ilyen pároknál két dolog okozhatja: (1) a „gondozott” fél az idealizált anyát (partner) azonosítja a valós anyával, aki végső soron magára hagyta (felnövekedése után már nem táplálta úgy, mint csecsemő korában) és fél a partner általi magára hagyatottságtól, (2) a hosszú időn át fennálló regresszív magatartás aláássa a „gondozott” fél önértékelését és a felek egyenlőségét.

3. Anális-szadista kollúzió. A pszichoanalitikus megközelítés szerint a gyermek 1 és 3 éves kora között alakulnak ki az autonóm én-funkciók. Ebben a korban kezdődnek el gyakran a gyermek és szülei közötti hatalmi harcok, ekkor jelentkezik az első dackorszak is. Ezek analógiájára az anális-szadista kollúziós párkapcsolatban is a legmeghatározóbb vonás az autonómia, a hatalom, a dominancia kérdése. Willi megfigyelése szerint ez a fajta kollúzió volt a leggyakoribb a '70-es években a közép- és felsőosztálybeli párok körében. Az uralkodásvágy és a domináns viselkedés gyakran egy elhárító viselkedés, amellyel az egyén a függőségtől és az elnyomatástól való félelmét próbálja elfojtani. Az anális-szadista kollúzió másik partnere passzív jelleget ölt, ám nem azért, hogy párjának ezzel behódoljon,

¹²⁹ Szexualitásának kibontakozásában gyakori az önkielégítés, ahol nem kell valós, személyes kapcsolatba kerülnie a másik emberrel, illetve a prostitúció igénybevétele, ahol a partnert nem kell személynek tekinteni, hanem tárgyként „használhatja” őt. Ezt követik „fejlődésében” a futó kapcsolatok, amelyekben a partnert már részben önálló személyként képesek felismerni. Vö.: Willi, *Die Zweierbeziehung*, 73. p.

hanem azért, hogy a látszólagos alávetettség helyzetéből tudjon dominálni felette. Mint az előző két esetben, úgy az elfojtás felszínre törése ebben a kapcsolati mintában is házassági konfliktushoz vezet, mert a korábban megszilárdult progresszív és regresszív viselkedést felülírja és megfordítja. Az anális szadista kollúzió szélsőséges formája a szado-mazochista kollúzió.¹³⁰

4. Fallikus-ödipális kollúzió. Freud idevonatkozó koncepciói, mint a „péniszirigység”, „kasztrációs magatartás” és „passzív-feminin tendenciák”, erős kritikákat vontak magukra, ezért a nő másságának pszichoanalitikus megközelítése meglehetősen bizonytalan talajon áll.¹³¹ Az ödipuszkomplexus Willi szerint a pubertás években visszatér és hasonló kollúziós helyzethez vezet a gyermek és az ellenkező nemű szülő között, mint a fallikus-ödipális házassági kollúzió. Egyúttal ez az időszak patológiás családi viszályok és inceszthelyzetek kialakulásának veszélyét is magában hordozza. A felnőttkori kapcsolatokban gyakran egy hisztérikus nő és egy hisztérikus személyiségű férfi találkozik egymással.¹³² A nő impulzív, proaktív viselkedése a férfit elkerülő, passzív magatartásba hajtja. Mivel azonban a nő a környezetével való összeütközésekből meríti önazonosságát, a férfi passzivitása ellenségeskedést, sőt utálatot vált ki belőle. Mindkettőjük alapproblémája az, hogy zavartan viszonyulnak a férfi szerep iránt, ezt pedig tovább terhelheti, hogy mindketten megoldatlan konfliktusokat hagytak maguk mögött az ellenkező nemű szülővel való kapcsolatban, valamint nem láttak követhető példát az azonos nemű szülőben.

Miután 1975-ben lefektette a házassági patológiaszemléletének alapjait, Willi 1978-ban egy újabb munkájában kifejti a terápiáról vallott nézeteit is.¹³³ Gregory Bateson, Murry Bowen és Jay Haley munkáira hivatkozva azt vallja, hogy a terapeutának aktívan be kell csatlakoznia a pár rendszerébe, hiszen a diád egy labilis rendszer, amely nyomás alatt triangulálódik és triáddá alakul át. A triangulált személy lehet a gyermek, a szülő, egy barát, vagy éppen a terapeuta. A terapeutának ezt a szerepet fel kell vállalnia.¹³⁴

¹³⁰ Willi, *Die Zweierbeziehung*, 120. p.

¹³¹ Willi M. Meadre hivatkozva vallja, hogy a freudi meghatározások a jellegzetesen férfias, vagy nőies vonásokra nem egységesek minden kultúrában, ezért ezeket a meghatározásokat mindig az adott kultúra kontextusában kell vizsgálni. Vö.: M. Mead, *Mann und Weib* (Hamburg: Rowohlt, 1958).

¹³² Willi a „hiszterofil” kifejezést használja. A hisztérikus személyiségvonás jellemzőinek, valamint azok szerelemre, munkára, magatartásra gyakorolt hatásait Fritz Riemann dolgozta ki, ezt bővíti az egyes személyiségtypusok hihez való viszonyának bemutatásával, illetve egy személyiségteszttel Reinhold Ruthe. Vö.: Fritz Riemann, *A szorongás alapformái* (Budapest: Háttér, 1998). Reinhold Ruthe, *Typen und Temperamente* (Moers: Brendow, 1999).

¹³³ Jürg Willi, *Therapie der Zweierbeziehung* (Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1978).

¹³⁴ Ezzel a megközelítéssel azonos platformra kerül a strukturális családterápiát megalapító Salvador Minuchinnal, aki munkájának fontos technikai elemévé teszi a családi rendszerhez való csatlakozást (joining): „A család csak akkor mozdul, ha a terapeutának sikerült a rendszerbe azzal szinten módon, együtt rezdülve belépnie.” Minuchin, *Családok és családterápia*, 117-118. p. Ugyanakkor Willi azáltal, hogy azonosul a házassági rendszerbe való belépés gondolatával, kimondatlanul is szembekerül a kor másik uralkodó család- és párterápiás megközelítésével, a milánói irányzattal, amely éppen a terapeuta semlegességét hangsúlyozza, mint egyik legfőbb beavatkozási technikát: „Mivel a milánói csoport szerint a

„A terapeuta számára fontos látni, hogy már csak a külső keretfeltételekből fakadóan is részévé válik ő maga is ennek a triangulációnak, ennek a háromszögeképzésnek, akár akarja ezt, akár nem.”¹³⁵

A terapeutának mindamelllett, hogy tudatában van a házassági rendszerbe való aktív belépés kockázatainak, ügyelnie kell arra, hogy az egyik fél ne használhassa fel szövetségesként a másik ellen. Ez már abban is megnyilvánul, hogy a leendő páciensnek¹³⁶ a telefonos bejelentkezéskor nem engedi meg, hogy a párkapcsolat részleteiről beszéljen a partner távollétében.

Az első terápiás ülést a következő pontok szerint strukturálja:

1. A konfliktus bemutatása mindkét partner szemszögéből. A mintegy 75-90 perces első ülés bevezető részében a terapeuta viszonylag strukturálatlan beszélgetés formájában mindkét féltől megkérdezi segítségkeresésének okát. Közben figyel arra, hogy ki mutatja be elsőként a pár helyzetét, valamint arra is ügyel, hogy a pár milyen szerepet szán a terapeutának (bíró, segítő, szövetséges, ellenség, szerető, tekintély, rivális, stb.).
2. A mostani konfliktus és a párválasztás közötti összefüggés. A terapeuta az eddig hallottakat felhasználja, hogy összefüggést ismerjen fel a párválasztás körülményei és a pár jelenlegi konfliktusa között. Olyan kérdések segítik ebben, mint:

„Hogyan ismerkedtek meg egymással? Milyen benyomása volt, amikor a partnerét először meglátta? Milyen reményeket és elvárásokat táplált a kapcsolatuk iránt? Mik voltak a félelmeik és szorongásaik? Ön szerint milyen fontos elvek képezhetik a párja iránti kötődésének alapját? Mit változtatott a párkapcsolata a külső kapcsolataiban, különösen a szüleivel való kapcsolatában? Milyen lemondásokra lett volna akkoriban képes?”¹³⁷

Ezek a kérdések a pár és a terapeuta számára egyaránt világossá teszik, hogy:

„A házassági krízis nem egy irracionális esemény, hanem egy messzemenően megérthető jelenség, egy következetes folyamat eredménye. Arról van szó, hogy a krízist termékennyé tegyük, hogy ezáltal a pár képes legyen azt a teljesítményt megtenni, amit a krízis mindkettőjüktől megkövetel.”¹³⁸

3. Próbaértelmezés és a terápiás folyamat tisztázása

A beszélgetés első 50-60 percének eltelte után a terapeuta összefoglaló mondatokkal visszajelzi a pár felé, amit eddig felismert és amilyen irányban a terápiát el tudja képzelni.

terapeuta soha nem tudhatja, hogy milyennek kellene lennie a családnak, a terapeuta viselkedése arra kell irányuljon, hogy stimulálja a család képességeit saját megoldások kialakítására. A semleges pozíciónak bizonyos értelemben kettős üzenete van a család felé: az általuk talált megoldás mostanáig tökéletes volt, mostantól azonban egy új interakcióban (a terápiában) vannak, ami lehetőséget nyújt új lehetőségek kieszelésére, új megoldások kimunkálására, a terapeutával közösen.” Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Lynn Hoffmann, Peggy Penn, *A milánói módszer* (Budapest: Animula, é. n.), 92. p.

¹³⁵ Willi, *Therapie der Zweierbeziehung*, 39. p.

¹³⁶ Willi a pszichoanalitikus terminológiának megfelelően következetesen a „pánciens” megnevezést alkalmazza a segítségkeresőkre. A rendszerszemléletű és rogersi irányzatok inkább a „kliens” szót alkalmazzák.

¹³⁷ Willi, *Therapie der Zweierbeziehung*, 45. p.

¹³⁸ Willi, *Therapie der Zweierbeziehung*, 46. p.

Közben figyeli a pár reakcióit és motiváltságát a terápia iránt. A terápiás folyamat akkor veheti kezdetét, ha mindhárman (a pár és a terapeuta is) kellően motiváltak.

A terápia további lefolyásában ugyan „kollúzióterápiáról” beszél, ám ez sokkal inkább a pár által felkínált konfliktus értelmezési keretére vonatkozik, semmint az alkalmazott intervenciós technikákra. A terápia technikai elemeit tekintve szívesen átnyúl más irányzatokhoz is és alkalmazza azok módszereit. A terápiás módszerről következőképpen vall:

„Azt hiszem, hogy önmagában helyes módszer nem létezik, hanem vannak pszichoterapeuták, akik a személyiségük és a preferenciájuk mentén ettől, vagy attól a módszertől jobban megszólítva érzik magukat, továbbá pedig vannak páciensek, akik ebből vagy abból a terápiás módszerből többet tudnak profitálni.”¹³⁹

Terápiás eljárás módjában egyaránt alkalmaz viselkedésterápiás, rendszerszemléletű és kommunikációelméleti intervenciókat is. A probléma megértésében a minuchini strukturális terápiával megfogalmaz közös vonásokat, ám Minuchin változás-orientált, erősen beavatkozó hozzáállásától eltérően Willi óvatos a viselkedésváltozást megcélzó intézkedésekkel szemben.¹⁴⁰

1985-től Willi új megközelítési utakat keres magának, ugyanis felismeri, hogy az emberiség elindult egy nárcizmus felé vezető fejlődési útvonalon.¹⁴¹ Úgy tűnik számára, mintha a nárcizmus kilépne az addig patológiásnak tartott keretéből és általános szocializációs típussá válna, ami viszont nem marad következmények nélkül az emberek egymással való kapcsolatára nézve sem.¹⁴² A téma feldolgozásához visszanyúl az individualizmus történetének gyökereihez és filozófiai úton vizsgálja meg az egyénre összpontosító világnézetet, amelyet utána kiszélesít az ökológiai szemlélet irányába.¹⁴³ Vizsgálódásában arra a végkövetkeztetésre jut, hogy az ember önmagában nem képes megélni emberlétét, önmagát is csak más emberekhez és tárgyakhoz való viszonyából tudja meghatározni. Ez a gondolat válik azután az általa ökológiai nevezett szemlélet alapposztulátumává:

¹³⁹ Willi, *Therapie der Zweierbeziehung*, 141. p.

¹⁴⁰ Vö.: Willi, *Therapie der Zweierbeziehung*, 144-145. p.

¹⁴¹ Jürg Willi, *Ko-Evolution: Die Kunst gemeinsamen Wachsens* (Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1985).

¹⁴² „Nárcizmus – egy új szocializációs típus? Kérdezik pedagógusok. A fiatalok között a társadalmi realitástól való elfordulást állapítják meg, valamint egyfajta tiltakozást a társadalomért végzett munka és a hozzá való alkalmazkodással szemben. Ugyanakkor mindeközben a saját énjük felé történő erősebb odafordulás jellemző. [...] A pedagógus Hartmut von Hentig megállapítja, hogy a mai gyerekek ijesztően alacsony szolidaritási képességekkel kerülnek az iskolába, amihez pedig fordított arányban áll a biztonság, az odatartozás és a ráhagyatkozás szükséglete.” Willi, *Ko-Evolution*, 24. p. Vö.: Christopher Lasch, *Az önimádat társadalma* (Budapest: Európa, 1984).

¹⁴³ Érdekes adalék ebben a vonatkozásban, hogy Willi az individualizmus gondolatának elindulását a keresztyénséghez köti. A néphez való tartozás önmagában már nem volt elég a vallásossághoz, Krisztus mindenkitől személyes döntést várt mellette vagy ellene. Itt vall egyébként Willi először a saját vallásosságáról is, amikor beszél katolikus neveltetéséről és arról, hogy az egyháztól való szervezeti eltávolodása ellenére is összekapcsolva érzi magát a katolikus világmegtapasztalással. Vö.: Willi, *Ko-Evolution*, 7. p.

„Egyetlen ember sem áll függetlenül önmagában. Mindenki csak a más személyekkel és tárgyakkal való kapcsolatában lép színre. [...] Az önmegvalósítás egy ilyen értelemben vett világban nem kivitelezhető az embertársaktól függetlenül. Sokkal inkább és alapvetően az egymásrautaltságból és a kölcsönös korlátozottságból adódik.”¹⁴⁴

Teológiai értelemben kiemelendő, ahogyan az emberi ökológiába bevonja Istent is. A hívő ember Istennel való kapcsolatát is egy olyan viszonynak tekinti, amelyben az ember fejlődik, változik:

„A személyes Istenről szóló hitelképzelésben benne foglaltatik a párbeszédre törekvő, interakcionális viszony Isten és ember között. Isten nem csak olyan lényként jelenik meg, aki a túloldalon áll és mindenkinek felett van, nem is mint az emberi énben gyökerező, sokkal inkább, mint olyan, aki közvetlenül érintett az emberrel való kapcsolatában. [...] Jézus élete olyan példázatokból és eseményekből épül fel, amelyek a tevékeny találkozásokból jöttek létre. Az evangélium nem egy bölcsességi tanítás, vagy egy útmutató a megvilágosodáshoz vezető ösvényre. Az, ami történt, a közötte és vonatkoztatási személyei között lejátszódó együttműködésből jött létre.”¹⁴⁵

Az ökológiai szemléletből azután levezeti a párkapcsolat új meghatározását, amely lényegében egybeesik a rendszerszemlélet meghatározásával. A házasság, a párkapcsolat Willi számára egy olyan ökológiai rendszer, amelyben a pár tagjai hatással vannak egymásra, részt vesznek egymás fejlődésében, önmagukat a másik felől határozzák meg.

„E kapcsolati téren belül a partnerek többé nem függetlenek egymástól a gondolkodásukban, érzésükben és cselekvésükben, hanem azok által közvetlenül érintettek. A rendszer korlátozott kapcsolati térben az egyik fél cselekvése a másik cselekvésé is válik.”¹⁴⁶

A kapcsolat legfőbb céljává ezzel a közös fejlődés, a koevolúció lesz. A fejlődés jellegéből fakad, hogy az lehet konstruktív és destruktív irányultságú is. A konstruktív fejlődés minden kapcsolat természetes célja, destruktív fejlődés esetén pedig korrekcióra van szükség, amelynek egyik lehetséges útja a párterápia. Az utolsó láncszem Willi pszicho-ökológiai házasságszemléletében az a pont, amelyben bevonja a párterápiás szemléletébe a kapcsolat külső megnyilvánulásait is. Ezt nevezi a kapcsolat otthonának vagy életterének (Behausung).¹⁴⁷

„Az élettér [Behausung], amelyet a párok az együttélésük során létrehoznak, közös belső és külső világgént írható le. A 'belső világ' azokat a közös elképzeléseket foglalja össze, amelyeket a pár világgént konstruált magának közös értékekkel, normákkal és szabályokkal. A 'külső világ' a tulajdon, a külső élettér megszerzését jelenti. Egy család megalapítását, egy közös üzleti vállalkozás felépítését, a külső kapcsolati hálót és a többi.”¹⁴⁸

E meghatározás mentén a párterápia fontos témájává válik, hogy a pár a közös élettér kialakításában mennyire tud konstruktívan részt venni, hiszen a közös élettér jelentős

¹⁴⁴ Willi, *Ko-Evolution*, 64. p.

¹⁴⁵ Willi, *Ko-Evolution*, 71-72. p.

¹⁴⁶ Willi, *Ko-Evolution*, 133. p.

¹⁴⁷ A német „Behausung” kifejezés szó szerinti fordítása a „hajlék” lenne, ám a magyar nyelvben ez túlságosan kötődik a lakóház kifejezésére alkalmazott szókészlethez. Az eredeti kifejezés szélesebb értelmezési keretet is megenged.

¹⁴⁸ Willi, *Was hält Paare zusammen? Der Prozeß des Zusammenlebens in psycho-ökologischer Sicht* (Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1991), 267-268. p.

szerepet játszik a párkapcsolat fenntartásában, a pár együttmaradásában. Olyan kérdéskörök kerülnek itt terítékre, mint az egyéni személyiségszerkezet hatása a közös világra, a származási család világának hatása az új, diádikus közös világra, valamint annak feldolgozása, hogy mindkét fél az általuk létrehozott közös világ mellett más világoknak is része (pl. munkahely).

Az előző oldalak vizsgálódásának összefoglalásaként a következő pontokban fogalmazhatjuk meg Jürg Willi munkásságának méltatását és kritikáját:

1. Willi a pszichoanalitikus párterápiás munkásságával képes volt egy harmonikus belső logikájú, koherens gondolkodási rendszer megalkotására, amely számos párkapcsolati probléma megoldására eszközt és elméleti háttérrel kínál. Kimondhatjuk, hogy a legjobban kidolgozott pszichoanalitikus párterápiás elméletet Jürg Willi szolgáltatta.

2. A kollúziós modell, amely Willi legfőbb terápiás konstrukciója, nem alkalmazható minden párkapcsolatra, csak bizonyos kapcsolati minták magyarázhatók vele, amelyekben valamilyen kollúzió áll fenn.¹⁴⁹

3. A előző pontból fakad az a megállapítás is, miszerint a kollúzióelmélet túl egyoldalúan kezeli a házassági konfliktusok eredetét, amikor azok alapmintáit a korai gyermekkor feldolgozatlan konfliktusaihoz köti és figyelmen kívül hagyja a felnőttkori egyéni és párkapcsolati hatásokat.¹⁵⁰ Valószínűleg ennek felismerése sarkallja a szerzőt arra, hogy az 1990-es évekre egyre inkább a redszerszemléletű gondolkodás felé haladjon, amely nemcsak a múltbeli hatásokat veszi figyelembe, hanem az „itt és most” zajló interakcióknak is ugyanakkora jelentőséget tulajdonít.

4. Willi patológiaszemlélete kidolgozottabb a terápiaszemléleténél. A kollúziós modell segítségével jól megmagyarázható bizonyos párkapcsolati problémák kialakulástörténete, ugyanakkor a megoldásban kevésbé használható, a terapeuta a saját belátására és korábbi ismereteire van utalva.¹⁵¹

¹⁴⁹ Ugyanakkor a legtöbb patológiás párkapcsolat mutat valamilyen kollúziós mintát. A kollúziós kapcsolatnak talán egy partneri, egyenrangú és funkcionális kapcsolat lehetne az ellentéte.

¹⁵⁰ Ezt a kritikát már Richter is megfogalmazza 1976-ban. Vö.: H. E. Richter, *Flüchten oder Standhalten* (Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1976). Willi elfogadja ezt a kritikát és hozzá teszi: „A felnőtt azonban újszerű szociális kötődések sokaságával konfrontálódik, amelyeket pusztán a gyermeki tapasztalati mintái alapján sem teljesen megérteni, sem gyakorlatilag megküzdenni nem képes. Ezzel új válaszokat kell találnia azokra a kérdésfeltevésekre, amelyek a privát partneri kapcsolatait illetik.” Willi, *Therapie der Zweierbeziehung*, 31. p.

¹⁵¹ Ezt a hiányosságot Willi azzal magyarázza, hogy a kollúzióelmélet nem is akar terápia lenni, inkább egy koncepció, amit mindenki saját terápiás orientációjának megfelelően alkalmazhat: „A kollúzió koncepciója elsősorban egy saját terápiás technika, nem pedig olyan koncepció, amellyel a párkapcsolati konfliktusok teljeskörűen átláthatókká válhatnak. Termékenynek bizonyulhat minden fajta házassági kezelés számára, legyen szó ortodox pszichoanalízisről, analitikus párterápiáról, szerepjátékról, viselkedésterápiáról vagy kommunikációs terápiáról.” Jürg Willi, *Die Zweierbeziehung: Spannungsursachen – Störungsmuster – Klärungsprozesse – Lösungsmodelle*, 259. p.

5. A szerző közeledése a rendszer-szemlélethez egy új gondolkodási modell megfogalmazásában manifesztálódik. Az általa leírt pszicho-ökológiai szemlélet magában foglalja mindazt, amit a rendszerszemlélet is vall, a kettő között annyi a különbség, hogy Willi a pszicho-ökológiai szemlélet vonatkoztatási rendszerét kiszélesíti a rendszerszemlélethez képest (pl. azzal, hogy belevonja Istent, a pár házát, üzleti vállalkozását, stb.).¹⁵² Kérdéses, hogy ezek a különbségek létjogosulttá teszik-e egy új fogalom bevezetését.¹⁵³ Mivel azonban a terápiás implikációiban jórészt az inter- és intraperszonális tényezőkre összpontosít, a pszicho-ökológiai megközelítés nem nyújt érdemileg többet a rendszerszemléletű terápiás megközelítésnél. Mivel a pszichoanalízis és a rendszerszemlélet lényegileg eltér egymástól, Willi valószínűleg ezzel az áthidaló megoldással próbálta megőrizni analitikus identitását és integritását.

1.1.3.2 Tárgykapcsolat-elméleten alapuló pár- és családterápia¹⁵⁴

A klasszikus freudi pszichoanalízist ösztönelméletnek tekinthetjük, amely az “ösztön-énből” (id, it, es) eredő szexuális és agresszív impulzusokra épül. Az egyén megpróbálja ezeket a késztetéseket kielégíteni az “én” (ego, Ich), valamint a “felettes én” (super ego, Über-Ich) szabályozása szerint. A késztetés kiélése azonban olykor nem lehetséges (büntetéstől való félelem, veszélyes, stb.), ezért elfojtásra kerül. Ebből a folyamatból származtatja Freud a pszichopatológiát. A tárgykapcsolat-elmélet követői ezzel szemben azt vallják, hogy az elsődleges cél nem az öröm megélése (libidó), hanem a külső személlyel (szeretettárggyal) létesített kapcsolat. Az örömszerzésnek csak közvetítő szerepe van, mivel elősegíti a kapcsolat létrejöttét.¹⁵⁵ További – ám ebből fakadó – különbség, hogy a tárgykapcsolat-elmélet követői elvetik Freud hármass személyiségstruktúra elméletét, helyette a dinamikus egót hangsúlyozzák. A harmadik jelentős különbség, hogy

¹⁵² „A rendszerszemléletű megközelítési mód, amelyet a családterápia vezetett be a pszichoterápiába, az egyént ugyancsak szociális rendszerek elemeként látja, különösen a családi rendszer részeként. A pszicho-ökológiai szemlélet kiszélesíti a rendszerszemléletű perspektívát a materiális-fizikai világ felé, amelyet az egyén és családja teremt magának, és amellyel kölcsönhatásban áll.” Willi, *Was hält Paare zusammen?*, 221. p.

¹⁵³ A rendszerszemléletű irodalomban nem mondható ki egyértelműen, hogy a rendszer nem foglalhat magában élettelen elemeket. Ugyan külön-külön szó van élő és élettelen rendszerekről, az azonban eldöntetlen marad, hogy az élő személyek és az élettelen tárgyak közötti kapcsolat rendszernek tekinthető-e. A rendszerszemléletű irodalom ezt egyértelműen nem zárja ki. Vö.: Hézszer Gábor, *Miért? Rendszerszemlélet és lelkgondozói gyakorlat* (Budapest, Kálvin Kiadó, 2001), 15. pp.; Arist von Schlippe, Jochen Schweitzer, *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht), 54. pp.!

¹⁵⁴ Mivel a szerzők is családokról és családterápiáról szólnak, megtartjuk ezt a fókuszot. Ugyanakkor megjegyezzük, hogy a családterápia és a párterápia módszertanilag nem választható el élesen egymástól, így értekezésünkben – noha elsődlegesen a párokkal való munkára összpontosítunk – családterápiás irányzatokat is érintünk. A „tárgykapcsolat” kifejezésben szereplő „tárgy” itt nem élettelen tárgyra utal, hanem élő személyekre, (esetleg azok szimbólumban tárgyiasult megjelenésére), akik a kötődés, a szeretet, a vonzalom tárgyát képezik.

¹⁵⁵ Vö.: Székely Ilona, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában* (Budapest: Animula, 2003), 24. p.

a tárgykapcsolat-elméleti terapeuták elvetik a klasszikus pszichoanalízisben vallott örömvivő-realitáselv (Lustprinzip-Realitätsprinzip) szembeállítását. A dinamikus ego kezdettől fogva valamely külső tárgy felé irányul, tehát a realitáselv vezérli. Mind az öröm, mind a fájdalmas élmények elsősorban a kapcsolatok minőségének a függvényei.

A tárgykapcsolatot a csecsemő és édesanyja között kialakuló kapcsolat képezi, amely később visszatükröződik más fontos emberi kapcsolatokban is (házasság):

“A libidóval megszállt külső tárgy a bekebelezés (incorporation), majd később a bevetítés (introjection) mechanizmusai útján a belső reprezentációs világ része lesz, az énnel tárgykapcsolati egységet alkotva. Az első én-tárgy kapcsolati egységek (őskapcsolati minták) a fejlődés során változnak ugyan, de meghatározóak maradnak későbbi kapcsolatainkban is.”¹⁵⁶

A tárgykapcsolat-elmélet legjelentősebb szerzői: W. Ronald Fairbairn (1889 – 1964), aki elsőként fogalmazta meg Freuddal szemben a fent bemutatott pontokat; Melanie Klein (1882 – 1960) aki Magyarországon is dolgozott, és akinek nevéhez a személyiség fejlődésének pozíciókhoz kötése kapcsolódik;¹⁵⁷ valamint ő dolgozta ki a projektív identifikáció fogalmát is;¹⁵⁸ Donald W. Winnicott (1896 – 1971), aki a tárgykapcsolat-elméleten belül kidolgozta a holding¹⁵⁹ (átfogó, biztonságot adó tartás), a mirroring¹⁶⁰ (visszatükrözés), az átmeneti tárgy¹⁶¹ és más fontos fogalmakat; valamint Jill Savage Scharff és David E. Scharff, akik kidolgozták a tárgykapcsolat-elméletre épített családterápiát.

A Scharff házaspár által kidolgozott családterápiás módszer az álmokban és fantáziákban kifejeződő tudattalan motívumokat teszi vizsgálatának tárgyává, hogy feltárja, miként viszonyul a családtagok egyéni története az egymással való jelenlegi kapcsolatukhoz.

“A házasságot az egyes partnerek korai anya-gyermek kapcsolataihoz hasonlónak tekintik, amennyiben, immár felnőttként mindkét fél tartósan kötődni szeretne egy gondoskodó személyhez.”¹⁶²

¹⁵⁶ Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 25. p.

¹⁵⁷ A pozíciók a szelf-tárgy kapcsolatok szervezési módjára utalnak. A paranoid-szkizoid pozíció esetében az én még nem különült el a külső, illetve belső tárgytól. A depresszív pozíció esetében a gyermekben már elkülönültek az én és a tárgy határai, egységes egészként érzékeli önmagát is és szeretete tárgyát is (én-tárgy differenciáció), el tudja fogadni a jó és a rossz kettősségét önmagában és szeretete tárgyában is. Vö.: Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 45-51. p.

¹⁵⁸ „A kivetítő azonosulás folyamán a csecsemő lehasított én- vagy belső tárgy-részei tudattalan fantázia által kivetődnek egy külső tárgyba.” Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 51. p.

¹⁵⁹ Az anya beállítódása csecsemője iránt, amely nélkül „a természetes adottságokkal, potenciákkal született csecsemőből nem lesz igazi emberi csecsemő, majd gyermek, aki önálló élet felé fog fejlődni.” Donald W. Winnicott, *Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis* (London, Tavistock, 1958). Idézi: Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 59. p.

¹⁶⁰ „A csecsemő az anya arcának, tekintetének tükrében találja meg önzönosságát, amikor az elég jó anya azt tükrözi vissza, amit csecsemője saját kibontakozó személyiségéből nyújt neki.” Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 61. p.

¹⁶¹ A gyermek első „nem én” tulajdona, egy maci, cumi, takaró, ami az anya jelenlétét közvetíti. Vö.: Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 63. p.

¹⁶² Herbert és Irene Goldenberg, *Áttekintés a családról* (Budapest: Animula, 2008), 2. kötet, 35. p.

Az egymáshoz való kötődést döntően befolyásolja a csecsemő- illetve gyermekkorban megtapasztalt kötődés az édesanyához. A korai szeparáció rombolóan jelenik meg a házassági kötődésben is, bizonytalanná téve a társ iránti kötődést. A terápiás munka célja, hogy a családtagok újrafelfedezzék családjuk és saját szelfjük elveszett részeit. Ehhez fontos eszközként alkalmazzák a megtartó környezetet, amelyben a bizalom és empátia segíti a páciensek kibontakozását, hogy pszichés folyamataik egymással és külön-külön is jól megfigyelhetővé váljanak. Ebben a vonatkozásban terápiájuk sok hasonlóságot mutat a később bemutatásra kerülő kliensközpontú irányzattal. Ez a hozzáállás a terápiás szoba berendezésében is megmutatkozik. A hagyomány analitikus dívány helyett itt egyszerűen, de barátságosan berendezett térben folyik a kezelés.

A Scharff házaspár által alkalmazott terápiás munka állomásait a következő pontokban foglalhatjuk össze:¹⁶³

1. A család helyzetének felmérése (más irányzatokban ezt nevezik első interjúnak), amely több találkozásból áll. A terapeuta különös figyelmet szentel ebben a fázisban a következő szempontokra: (1) A család működésének fejlődési foka, amely magában foglalja a függőségi igényeket, az ambivalenciák megfigyelését, a struktúra merevségét. A családokat ezek mentén kategorizálja a freudi fejlődési stádiumok szerint (orális, anális, ödipális család). (2) A szorongások elleni védekezések. (3) Alapfeltevés csoportosulások, mint például dependencia, harc-menekülés, párképzés. És végül (4) a család nyitottsága a tárgykapcsolat-terápia iránt (mennyire képes a család elfogadni az alkalmazott módszereket, együttműködni a terapeuta értelmezéseivel).

2. Terápiás intervenciók végrehajtása, amely egy hosszabb folyamat. Ennek során a következő technikákat alkalmazza a terapeuta: (1) a holding tér kialakítása, (2) "itt és most" az "ott és akkor"-ral szemben, (3) "itt és most" a múlt fényében, (4) értelmezés, (5) kommunikációfejlesztés, (6) támogatás, és (7) áttétel-vizontáttétel.

"A terápia sikerességét nem a tűnethordozó gyógyulása, hanem a család fokozottabb belátása vagy önmagával kapcsolatos megértése, illetve a fejlődéssel járó stressz kompetensebb megértése."¹⁶⁴

Judith Siegel munkássága is említést érdemel, aki a tárgykapcsolat-elméletben használt szerteágazó fogalomkészletet a bizalom fogalmává absztrahálja. Ezzel lényegében ugyanazt a munkamódszert folytatja, mint a korábban felsorolt szerzők, de átláthatóbb, egyszerűbb nyelvezettel. A párterápia fő fókusza nála a felek közötti bizalom megteremtése vagy helyreállítása:

"A bizalom helyreállításához az intrapszichés és a kapcsolati dinamikát egyaránt figyelembe kell venni."¹⁶⁵ Egy házasság nem érthető meg annak ismerete nélkül, hogy a felek miként

¹⁶³ Vö.: Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 86-89. p.

¹⁶⁴ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 36. p.

észlelik, értelmezik a kapcsolati akcióikat, milyen jelentéseket fűznek azokhoz. Az egymásközti eseményekre ritkán adnak tárgyilagos választ; reagálásuk általában egymással kapcsolatos elvárásaik és az egymásról alkotott szubjektív, intrapszichés kép függvényei. A bizalom kialakításának és fenntartásának képességét, illetve az érzelmi szükségletek kielégítésének módozatait szintén intrapszichés jelenségek determinálják. Következésképpen a párterápiának az egyéni és a rendszerdinamikát egyaránt meg kell céloznia.”¹⁶⁶

Siegel további hozzájárulása tárgykapcsolat-elméleti párterápiához az általa kidolgozott párstruktúra koncepció. Aszerint, hogy a felek a megnyugtató és saját önbecsülésük szabályozását mennyire bízzák partnerükre (pár-identitás és egyéni identitás határkérdései), három párstruktúrát határoz meg:¹⁶⁷ (1) szkizoid struktúrát, amelyben a szelf- és tárgy-reprezentációk nem különülnek el eléggé, ezért olyan magatartásformák aktiválódnak, amelyek segítségével az egyén igyekszik megóvni a szelfjét a meghitt, szoros kapcsolattal járó veszélytől; (2) a borderline struktúrát, amelyben a szeretett partner irreálisan jó, gondviselő tárgyként jelenik meg, és ahol a tárgy birtoklása garantálja a védelmet az internalizált rossz világtól, és (3) a nárcisztikus struktúrát, ahol a partner a tárgyat grandiózus szelfjének részeként fogadja el, így a partner csak a szelf függvényében létezik.

Összegezve elmondhatjuk, hogy a tárgykapcsolat-elmélet jelentős elmozdulás az egyéni analitikus szemlélettől a kapcsolati dinamika irányába. Ugyanakkor még mindig túl nagy hangsúlyt fektet a csecsemő- és gyermekkori hatásokra és kevés teret enged más fejlődési hatásoknak és az egyéni döntéseknek. Következtetéseiből úgy tűnik, mintha meghatározott gyermekkori hatások meghatározott felnőttkori családi vagy párkapcsolati diszfunkciókat determinálnának. Az emberi kapcsolatok vizsgálatában ezzel azt a benyomást kelti, mintha azokból matematikai képletekhez hasonlóan előre meg lehetne jósolni a kapcsolat sorsát, ami túlzottan leegyszerűsíti a kapcsolatok bonyolult rendszerét.

Leegyszerűsítése mellett a tárgykapcsolat-elmélet egyúttal bonyolult és nehezen áttekinthető szemléletmód is, hiszen sok olyan fogalommal operál, amelyek használata a tárgykapcsolat-elméleten belül sem egységes minden szerzőnél.

1.1.3.3 Transzgenerációs pár- és családterápiás modellek

A transzgenerációs terápiás iskolák:

¹⁶⁵ Ez a mondat jól tükrözi a tárgykapcsolat-elmélet átvezető szerepét a pszichoanalízis és a rendszerszemléletű terápia között. A klasszikus pszichoanalízis inkább – esetenként kizárólag – az intrapszichés tényezőkre figyel, míg a rendszerszemlélet a kapcsolati dinamikára. A tárgykapcsolat-elmélet ezzel szemben mindkét irányba törekszik figyelni.

¹⁶⁶ Judith Siegel, *A bizalom helyreállítása: Tárgykapcsolati családterápia* (Budapest: Animula, 1992), 10. p.

¹⁶⁷ Siegel, *A bizalom helyreállítása*, 43, 55-56. p.

“[...] pszichoanalitikusan orientált, történeti szemlélettel közelítenek a család aktuális életvezetési problémáihoz, ugyanis az évtizedeken át fennálló kapcsolati mintáknak szentelnek kiemelt figyelmet.”¹⁶⁸

Ebben az alfejezetben két családterápiás koncepciót mutatunk be, amely az analitikus orientáltságú, de transzgenerációs szemléletű irányzatot képviseli.

1.1.3.3.1 Murray Bowen és a családrendszer elmélet

Murray Bowen (1913 – 1990) elsősorban olyan családokkal dolgozott, amelyek együtt éltek felnőtt szizofrén gyermekükkel. A családokat több hónapra beköltöztette a kórházba és tanulmányozta interakciós mintáikat.¹⁶⁹ Ez a módszer határozta meg a családokkal való későbbi munkáját és családterápiás elméletalkotását is. Bowen alkotta meg a családrendszer-elmélet koncepcióját (szemben a rendszerelmélettel), amely szerint a család egy érzelmi egységnek tekinthető, egymást átszövő kapcsolatok hálózatának, amelyet a legjobban többgenerációs, vagy történeti elméleti keretben érthetünk meg. Ezt a családrendszer-elméletet természeti rendszerelméletnek is nevezi, hogy ezzel is megkülönböztesse a kibernetikai alapú rendszerelmélettől. A családrendszer-elmélet szerint a család működését nyolc különböző erő formálja:

1. Elkülönülés.

„A családban két ellentétes irányban működnek az erők; az egyik erő az egyén különállása felé mutat, az azzal ellentétes pedig az összetartozás fokozásához. Ezekben intrapszichés és interperszonális tényezők egyaránt szerepet játszanak. Ami az előbbit illeti, a személynek – a szorongását leküzdve – meg kell tanulnia elválasztani az érzelmeit a gondolkodásától, és el kell döntenie, hogy az intellektusára hallgat-e vagy az érzelmeire.”¹⁷⁰

Munkájának korai szakaszában bevezette a „családi ego-massza” fogalmát, amelyet az egyéni differenciálódást gátló, összetapadt családokra alkalmazott. Az egyén differenciáltságát egy 0 és 100 közötti skálán szemléltette, ahol a 0 jelenti a fúziót, a 100 az elkülönülést. A differenciáltság mérésére kidolgozott egy kérdőívet (Differentiation of Self Inventory), amelynek adatai alapján megállapította, hogy a 75-tel jellemezhető személy az elkülönülés igen magas fokát érte el, ám a társadalom tagjainak többsége nem jut 60 fölé. Továbbá kimutatta, hogy a kisebb érzelmi reakciókészségű és fúzióra kevésbé hajlamos személyeknél ritkább a krónikus szorongás és nagyobb a házassági elégedettség.¹⁷¹

2. Háromszögek. Háromszöghelyzetről, vagy triangulációról akkor beszélünk, amikor egy feszült kétszemélyes kapcsolat feloldására bevonnak egy harmadik családtagot. Bowen szerint

¹⁶⁸ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 41. p.

¹⁶⁹ Forrás: www.thebowencenter.org (találat napja: 2010.08.29.)

¹⁷⁰ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 46. p.

¹⁷¹ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 51. p.

„[...] minél nagyobb a családon belül az összeolvadás, annál erősebbek és kitartóbbak a triangulációra irányuló erőfeszítések; különösen a család kevésbé differenciált tagjai vannak kitéve annak, hogy bevonják őket a feszültség csökkentésére.”¹⁷²

3. A nukleáris család érzelmi viszonyrendszere.

„A nukleáris család érzelmi rendszere többgenerációs fogalom. A családrendszer-elmélet szerint az emberek párválasztásukban és fontos kapcsolataikban megismétlik az eredeti családból hozott mintázatokat és hasonlókat adnak tovább gyermekeiknek. Az aktuális családi problémák feloldásának egyetlen hatékony módja, ha változás történik az egyén eredeti családjával folytatott interakcióiban. Ahogyan a személy változik, ezzel összhangban a vele érzelmi kapcsolatban állók is változnak.”¹⁷³

4. Családi projekciós folyamat. Az éretlenségükben összefonódott szülők figyelmének középpontjába a legéretlenebb gyermek kerül, születési sorrendjétől függetlenül. Az ilyen gyermek a legérzékenyebb a családi problémák és labilitás jelzéseire. Bowen ezt nevezi családi projekciós folyamatnak. Az ilyen gyermek sok esetben fizikailag vagy mentálisan amúgy is hátrányos helyzetű, esetleg pszichésen védtelen, és ezért azzal „bűnhődik”, hogy kevésbé differenciálódik.

5. Érzelmi kilépés. A projekciós folyamatba bevont gyermek felnőttként különféle stratégiákkal próbál kilépni a család által ráruházott helyzetből. Ennek szélsőséges formája az érzelmi kilépés (emotional cutoff), amelynek során földrajzilag, vagy pszichésen elzárja magát a családjától (elköltözik, nem beszél velük). Ez az elszakadás tükrözi a problémát (a generációk közötti összeolvadást), megoldja a problémát (csökkenti a kapcsolattal összefüggő szorongást) és teremti a problémát (fontos kapcsolatokról fosztja meg az érintettet).

6. Többgenerációs átviteli folyamat. Bowen szerint egy súlyos működési zavart több generáción keresztül továbbadott krónikus szorongás eredményének lehet tekinteni. Ha két család legkevesbé differenciált tagja köt házasságot (ami szerinte nagyon valószínű), akkor a projekciós folyamat értelmében legalább egy gyermekük náluk is differenciálatlanabb, így még szorongóbb lesz. Ez a ciklus több generáción keresztül ismétlődhet, ezért 8-10 generáció alatt olyan szintű károsodás következhet be, amely már komoly működési zavar formáját ölti és szkizofrénia, krónikus alkoholizmus, vagy más pszichés rendellenesség alakulhat ki.

7. Születési sorrend. Walter Toman¹⁷⁴ kutatásaira támaszkodva Bowen úgy véli, hogy a gyermekben a születési sorrendje alapján meghatározott vonások alakulnak ki. Ennek hatása van a későbbi párválasztásra, így minél pontosabban megismétli a házasság a

¹⁷² Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 51. p.

¹⁷³ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 55. p. Ez a szemlélet fontos alapot teremt annak a nézetnek, miszerint családi problémák esetén is hatékony lehet az egyéni terápia, vagy egyéni lelkigondozás (például, ha a másik érintett fél nem bevonható).

¹⁷⁴ Walter Toman, *Family constellation* (New York: Springer, 1961).

gyermekkori születési sorrendet, annál valószínűbb annak sikere. Egy elsőszülöttnél például az a legjobb, ha másodszülöttel házasodik, valamint nagyobb a siker esélye azoknál, akiknek ellenkező nemű testvéreik is voltak, mint azoknál, akik csak azonos nemű testvérek között nőttek fel.

8. Társadalmi regresszió. Ebben a tételben Bowen a többgenerációs átviteli folyamatot kiterjesztette az egész társadalomra. Megítélése szerint az elmúlt évtizedekben csökkent a társadalom differenciáltsági szintje. Úgy látta, hogy az érzelmek és a gondolkodás erősebb szétválasztására lenne szükség az egész társadalom egészségesebb működéséhez.

Beavatkozási technikáit tekintve két pontot érdemes kiemelni más irányzatok eljárásaihoz képest:

1. Bowen kidolgozott egy sajátos jelrendszert a genogram felvételéhez, amelyen pontosabban ábrázolhatók a transzgenerációs minták.¹⁷⁵
2. A generációk közötti problémák „visszamenőleges” kezelésére kidolgozta a visszalátogatás technikáját.

„Annak érdekében, hogy a felnőtt kliensnek segítsünk kilépni a szüleivel kialakult, feszültségteli érzelmi háromszögből, megszervezhetjük, hogy egyedül visszalátogasson eredeti családjába. Ezeket a strukturált látogatásokat általában telefonon vagy levélben előkészítjük, így a kliens hangot adhat az őt nyugtalanító kérdéseknek. Megkérjük a klienst, hogy amennyire lehet, maradjon 'megfigyelő' és kísérje figyelemmel a számára zavaró érzelmi és magatartási mintákat, és egyúttal az őt körülvevő feszültség és szorongás ellenére próbálja fenntartani az elkülönültség érzését.”¹⁷⁶

Ahogy az analitikus iskolákra összességében megállapítható, úgy Bowen munkásságára is igaz, hogy felismeréseit elsődlegesen diagnosztikai célokkal lehet alkalmazni, a terápiás munkához – két kreatív újítástól eltekintve – lényeges új hozzájárulást nem tesz. Ugyanakkor a diszfunkciók kialakulására olyan koherens belső logikájú rendszert kínál, amely nem csak terápiás, de edukatív és preventív keretek között is jól alkalmazható.

1.1.3.3.2 Böszörményi-Nagy Iván és a kontextuális családterápia

Böszörményi-Nagy Iván (1920 – 2007) Magyarországon született, a Pázmány Péter Tudományegyetem pszichiátriai rezidense volt, amikor 1948-ban elhagyta az országot. 1950-ben az Egyesült Államokban telepedett le, ahol 1957-től kezdte el kutatásait a Kelet-Pennsylvaniai Intézetben. Érdeklődésének homlokterében a szkizofrénia és a családi kapcsolatok viszonya állt.

Megközelítési módjában a tárgykapcsolat-elméletből indult ki, azt azonban kibővítette a “kontextus” fogalmával, amelyet a következőképpen definiál:

¹⁷⁵ A genogramok alkalmazása inkább a rendszerszemléletű irányzatokra jellemző, az analitikus szerzők szívesebben alkalmaznak más eljárásokat. Vö.: Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 88. p.

¹⁷⁶ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 65. p.

„Azt a dinamikus és etikai összekapcsolódást értik 'kontextus' alatt – a múlt, a jelen és a jövő vonatkozásában –, mely olyan emberek között létezik, akiknek léte egymás számára jelentőséggel bír.”¹⁷⁷

Érdekessége, hogy mindezt egy olyan korban teszi, amikor a rendszerelmélet az uralkodó megközelítés, ám szerinte a rendszerelméletben az egyén túlságosan háttérbe szorult.¹⁷⁸

Álláspontja szerint az egyén kezelése kihatással van a rokonokra is, akár jelen vannak a terápián, akár nem. Munkájának eredménye az itt bemutatásra kerülő kontextuális, kapcsolati etikai családterápia, amelynek első, széles körben elismert publikációja az 1973-ban megjelent „Invisible Loyalties”¹⁷⁹ című könyve volt. Böszörményi-Nagy különös érdeme, hogy a bemutatja és részletesen kidolgozza az egyén kapcsolati valóságának négy dimenzióját:¹⁸⁰

1. A tények dimenziója. A valóságnak ez az aspektusa genetikusan meghatározott gyökereinkből, valamint fizikai állapotunkból eredő hatásokon alapul (betegség, örökbefogadás, munkanélküliség, rokkantság, stb.).

2. A pszichológiai dimenzió. Az egyén lelki szükségleteire vonatkozik (énerő, szabályozás, védekező mechanizmusok, elégedettség, fantáziák, álmok, belátás, stb.).

3. A tranzakciók dimenziója. Az emberek között megfigyelhető viselkedési és kommunikációs mintákat foglalja magában.

4. A kapcsolati etika dimenziója. A negyedik dimenzió a kapcsolat méltányosságára (fairness), egyensúlyi helyzetére (relational equilibrium), valamint a szerzett érdemek (earned merit) és a kötelezettségek (obligations) egyensúlyára utal. Ide tartozik még lojalitás (loyalty), a bizalom (trust), a megbízhatóság (trustworthiness) és a jogosultság (entitlement) fogalma is. Az etika fogalmát Böszörményi-Nagy nem morális, vagy vallásos értelemben használja, hanem az emberek közötti kölcsönös kiérdemlések és kötelezettségek viszonyaként.

A terápiás munkában a legnagyobb hangsúly a negyedik dimenzióra kerül. Ennek ugyanis transzgenerációs hatása van, vagyis az előző nemzedékek a kapcsolataik etikájával jogosultságokat (konstruktív, vagy destruktív) szereznek, amelyek örökségként befolyásolják az utódok életét is. Azzal például, hogy valaki másoknak törődést, figyelmet nyújt, maga is jogosulttá válik arra, hogy ebben részesüljön. A méltányosság elve szerint az egészséges kapcsolatokban mindig jelen van az adok-kapok egyensúlya. Ha ez az

¹⁷⁷ Böszörményi-Nagy Iván, Barbara R. Krasner, *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa* (Budapest: Coincidencia, 2001), 22. p.

¹⁷⁸ „Alapjait tekintve a kontextuális terápia szándéka szerint a rendszerszemléletű terápiába újra bevezeti a személy egyediségét, és a kapcsolati összefonódások és egyensúlyok segítségével hidat épít az egyéni terápia felé.” Böszörményi-Nagy, Krasner, *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*, 21. p.

¹⁷⁹ Ivan Boszormenyi-Nagy, Geraldine M. Spark, *Invisible Loyalties* (Hagerstown: Harper & Row, 1973).

¹⁸⁰ Vö.: Else-Marie van den Eerenbeemt, Amy van Heusden, *A változó egyensúly: Böszörményi-Nagy Iván egyéni- és családterápiás módszere* (Budapest: Coincidencia, 2001), 17-18. p.

egyensúly felbomlik, akkor a kapcsolat kizsákmányolóvá, méltánytalanná és hosszú távon életképtelenné válik.¹⁸¹ Az erőforrások ilyen értelmű meghibásodása a családon belüli dialógus akadályozottságában manifesztálódik. A leggyakoribb akadályok a következők:¹⁸²

(1) a belső szükségletek és külső valóság közötti ellentét, (2) mereven ismétlődő tevékenység-sorozatok és visszacsatolási körök, és (3) a destruktív jogosultság kiélése.

A kapcsolati erőforrásokat nemcsak a jelenben vizsgálja, hanem igyekszik elhelyezni a múlt-jelen-jövő tengelyen is. Közben kitér olyan lényeges szempontokra, mint a horizontális (egyenjogú személyekkel szembeni, pl. házastárs) és vertikális (aszimmetrikus kapcsolatokban tapasztalt, pl. szülő-gyerek) lojalitás.¹⁸³ Beszél hasított lojalitásról, amikor az egyik fél iránti lojalitás szükségszerűen magával hozza a másik féllel szembeni illojalitást (pl. gyerek helyzete a szülők válásakor). Fontos fogalom még a családi főkönyv és a forgótár.

„Egy gyermek születése új lapot nyit az érdemek és kötelezettségek főkönyvében, ő is elfoglalja saját helyét az igazságosság intergenerációs egyensúlyában [...] A fizetetlen számlák az élet velejárói. Ha a vertikális szálon súlyos elakadás keletkezik, a számla új formát ölthet, például egy gyerekre hárulhat. [...] A kiegyenlítésre kötelezett felek között érvényes számla igazságtalanul hárul egy ártatlan harmadikra. A 'forgótár-jelenség' zavart okoz későbbi családi életében, hiszen ő nem oldhatja meg az előző nemzedék konfliktusait.”¹⁸⁴

Terápiaszemléletét illetően azt mondhatjuk, hogy nem a technikájában, hanem a céljában és megközelítésében tér el a többi módszertől, így integrálja magában azok eljárásait, technikáit is. Az a fontos számára, hogy a kliens megtalálja és megalkossa magának a többoldalúan felelősséget vállaló megoldásait azokra a kapcsolatokra és élethelyzetekre, amelyek ösztönösen ellenkező irányba terelnék. Saját módszereként a többirányú részrehajlást emelhetjük ki. Böszörményi-Nagy nem akar kívül maradni a családi rendszeren, inkább az a célja, hogy mindenkit megajándékozzon figyelmével, elfogadásával, megértésével és ezzel vezesse a mélyebb szinteken való megnyílás felé. A többirányú részrehajlás összetevőiként az empátiát (a terapeuta beleéli magát a család tagjainak érzelmi világába, hogy teljesebb képet kapjon azok személyes perspektíváiról és érdekellentéteiről), a méltánylást (párhuzamokat von a saját helyzete és a család helyzete között, ezzel bátorítja a családot, hogy hasonlóan méltányolják egymás cselekedeteit), az elvárást (a terapeuta például elvárja a családtagoktól az egymás hibái alóli felmentést és ezzel mindkét érintett fél iránt részrehajlást gyakorol), az inkluzivitást (mindenkinek igazságosan esélyt ad, annak is, aki mindig helytelenül jár el) és az időzítést (a terapeuta

¹⁸¹ Vö.: Böszörményi-Nagy, Krasner, *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*, 206. p.

¹⁸² Vö.: Böszörményi-Nagy, Krasner, *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*, 209-210. p.

¹⁸³ „A vertikális lojalitás-kötelek megszakítása, kerülése, vagy megtagadása súlyosan megrendítheti a horizontális (választott) kapcsolatokat.” Van den Eerenbeemt, van Heusden, *A változó egyensúly*, 37. p.

¹⁸⁴ Van den Eerenbeemt, van Heusden, *A változó egyensúly*, 41. p.

mindig a leginkább sérült személy felé gyakorolja a részrehajlást) sorolja fel. Tanulságosak a kérdéstípusai, amelyek jellegzetesen az etikai dimenzió átgondolására készítetik a klienseket és mélyebb szintre engedik jutni a beszélgetést:¹⁸⁵

- “Boldogabb volt-e az Ön gyermekkor, mint a gyermekeié?
- Hasonló-e az Ön házassága a szülei házasságához?
- Milyen hatással van az Ön házassága és az Ön szülei házasságának következményei az Ön gyermekeire?
- Ön kire számíthat?
- Kivel tud Ön nyíltan beszélni?
- Hogyan járulnak hozzá a gyermekei az Ön jóllétéhez a mindennapi házi munkán kívül?
- Hogyan ismeri el Ön az ő hozzájárulásukat?
- Melyik szülő a sebezhetőbb? Hogyan?
- Védik-e a gyermekek a sebezhetőbb szülőjüket? Ha igen, hogyan?
- Melyik szülőt kritizálhatják a gyermekek nagyobb biztonsággal?
- Mit tudnak a gyermekei az Ön gyermekkorának nehézségeiről?
- A gyermekeivel való kapcsolata mennyiben reménykeltő? Mennyiben elkedvetlenítő és kétségbeejtő?
- Gyermekként nyert tapasztalatai forrásaként szolgálnak-e azon hajlamának, hogy a gyermekeit hibáztassa?
- Látták-e Önt valaha sírni a gyermekei?
- Mit árul el arra való hajlandósága, vagy éppen vonakodása, hogy fájdalmában lássák, a gyermekei és Ön közötti bizalom szintjéről?”

Az elmúlt évtizedekben Hollandiában létrejöttek olyan kezdeményezések, amelyek a kontextuális terápiát megpróbálják az egyházi lelkigondozásban is meghonosítani “kontextuális pasztoráció” néven. Ennek képviselői a kontextuális szemléletet annak etikai és transzgenerációs gondolata miatt jól illeszthetőnek látják a lelkigondozás célkitűzéséhez:

“[...] ez a ‘kontextuális’ szemlélet jellegzetes része: a pasztoráció úgy tekint az emberre, mint aki képes szenvedni a felebarátja szenvedése miatt, amiért őt tisztelet illeti meg. Úgy látjuk, hogy a pszichoterápiának az a célja, hogy az embert megszabadítsa a szükségtelen pszichikai szenvedéstől. A pasztoráció is erre törekszik, de emellett van egy másik, tágabb megbízatása, amely az egész emberi életre (nemcsak a pszichikai tényezőre) irányul. A pasztorációban ezen túl szó van a szenvedésről is, amelyet nem szabad elvenni, hanem ki kell bontakoztatni és irányítani kell: a felelősségről, az érzékenységről, a mások szenvedése miatti szenvedésről.”¹⁸⁶

Hanneke Meulink-Korf és Aat van Rhijn kiemeli, hogy a kontextuális szemlélet sok ponton segítheti a lelkipásztor munkáját. Például képessé teszi a bűn kérdésének hiteles kezelésére (konstruktív vagy destruktív jogosultság, családi főkönyv); a problémákra figyelés helyett a megoldásra összpontosítani (erőforrások a múltban, amelyek a jelenben hozzáférhetőek lehetnek), konfliktusban álló feleket támogatóan elfogadni és megbékéltetni (többirányú részrehajlás), családi el rendezetlenségek rendezésében segíteni (lojalitás).

¹⁸⁵ Böszörményi-Nagy, Krasner, *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*, 316. p.

¹⁸⁶ Hanneke Meulink-Korf, Aat van Rhijn, „Kontextuális Pasztoráció.” Forrás: <http://gyokossyintezet.hu/wp-content/uploads/Kontextualis-pasztoracio.pdf> (Találat napja: 2012.10.12.) Lásd még: May Michielsen, Wim van Mullingen, Leen Hermkens (szerk.), *Összetartozásban – A kontextuális segítségről* (Kolozsvár: Exit, 2010). Valamint: Hanneke Meulink-Korf, Aat van Rhijn, *A harmadik – akivel nem számoltak* (Kolozsvár: Exit, 2009).

1.1.3.4 Egy pasztorálszichológiai modell: Hans-Joachim Thilo házasság gondozása

Korábban már kifejtettük Thilo pasztorálszichológiai koncepciójának jelentősebb elemeit, ám a házasság gondozói koncepciók bemutatása nem lehet teljes a szerző „Ehe ohne Norm?”¹⁸⁷ című, jelentős monográfiájának ismertetése nélkül. E kötetben Thilo hosszan időzik a párválasztás motivációinál és azok mélylélektani háttereinél. A választás szabadságát megkérdőjelezve¹⁸⁸ arra a következtetésre jut, hogy a párválasztás során csak korlátozott szabadságot élünk meg, amely öntudatlan belső motivációk hosszú sorának befolyása alatt áll.

A párválasztás típusait a következő csoportokban foglalja össze:¹⁸⁹

1. A partner mint „pótszemély”. A gyermekkori csalódások tudattalanban sebeket hagynak hátra, amelyek arra sarkallhatják a személyt, hogy az apa vagy az anya közelsége iránti vágyat kivetítse a potenciális partnerre. Ennek a motivációnak a külső megjelenése lehet például, ha a férfi olyan nőt keres, aki jól főz, és mindig rendelkezésre áll, amikor szüksége van rá. Az ilyen választáson alapuló házasságok kezdetben harmonikusnak tűnnek, ám 10-12 év elteltével súlyos konfliktusok léphetnek fel, amikor a gyermekkorában sérült fél lassan „fel nő” a biztonságot adó partner mellett és elkezd felnőttként viselkedni, míg az eddig szülői funkciókat ellátó fél bennreked az eddigi szerepében és nem tudja a párját egyenrangú félként kezelni.

2. A partner mint második én. Az ilyen párválasztás belső indítéka, hogy a másik félnek pontosan olyannak kell lennie, mint amilyen én vagyok. Ha pedig nem olyan, akkor olyanná kell válnia.

„Ez a kívánság már önmagában hadüzenetet implikál. A hadüzenet célja a partner énjének átalakítása önmaga énjévé. A partner ettől kezdve semmilyen más feladatra nem lesz képes a házasságban, mint hogy engem csodáljon és biztosítsa számomra szükséges öngazolásomat.”¹⁹⁰

Az a szeretet, amely ebben a házasságban megvalósul (olyanná kell lenned, mint amilyen én vagyok), pontosan az ellenkezője az Újszövetség agapé szeretetének. Azok az emberek, akik ilyen motiváció mentén választanak partnert általában lelkileg nagyon labilisak és hajlamosak az öngyilkosságra.

¹⁸⁷ Hans-Joachim Thilo, *Ehe ohne Norm? Eine evangelische Eheethik in Theorie und Praxis* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1978).

¹⁸⁸ A szabadság meghatározásában pszichoanalitikus forrásokat hív segítségül: „Szabad akarat alatt nem az arra való szabadságot értjük, hogy mindent akarhatunk, sem azt a képességet, hogy mindent véghezvigyünk; hanem, hogy van erőnk az indítékok egymással való ütköztetésére, hogy igent tudunk mondani azokra az erőkre, amelyek által meghatározva érezzük magunkat, hogy lehetőségünkben áll egy meghozott döntést cselekménnyé átültetni, ha a körülmények ezt megengedik. Ha önmagunkkal harmóniában élünk, akkor a szabadságunk és a rendeltetésünk egybeesik.” P. C. Kuiper, *Die seelischen Krankheiten des Menschen* (Stuttgart, 1969), 194. p. Idézi: Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 163-164. p.

¹⁸⁹ Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 168-173. p.

¹⁹⁰ Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 169. p.

3. A partnernek olyannak kell lennie, amilyen én soha sem lehettem. A partnernek ebben az esetben meg kell testesítenie mindent, amit én nem értem el. Vonzónak, sikeresnek, csodálnak kell lennie. Röviden: másnak, mint én. Ez a házasság is kezdetben nagyon harmonikusnak tűnik. Az így választó személy kezdetben a tenyerén hordja partnerét, elhalmozza ajándékokkal és kedvességgel. Gyakran azonban szexuális problémák jelentkeznek a pár kapcsolatában. A párját idealizáló férfi öntudatlanul óvni akarja felesége szüzességét és az együttlétek során olyan óvatos, hogy ezzel beteljesületlenné, élvezhetetlenné teszi párja számára az aktust. Sok esetben a szexuális intimitás teljesen meg is szűnik az ilyen házasságokban.

4. A partner mint bűnbak. A látszólagos ellentmondás mellett ez a választás nagyon közel áll az első pontban bemutatotthoz. Az elhanyagolt gyermek azzal akarja megbosszulni helyzetét, hogy valaki mást, nála gyengébbet elnyom. Olyan ember motivációja ez, akit a szülei az életkoránál fiatalabb gyermek szerepében tartottak. Gyermekként sokat hallotta, hogy „ehhez túl kicsi vagy”, „ez túl nehéz neked”, „nem vagy erre képes”.

„Igazából én vagyok az, aki ezt vagy azt nem tudja megtenni, de pontosan ez az, amit nem akarok beismerni, hanem inkább áttolom a partneremre. Ha a párválasztás során felsejlik annak lehetősége, hogy a másik fél kész ezt a szerepet felvenni, például azáltal, hogy a jegyesség alatt minden konfliktust úgy old fel, hogy magára vállalja a felelősséget, akkor megtalálta az 'ideális' partnert, akinek semmi más dolga nem lesz, mint hogy betöltse a bűnbak szerepét. Az ilyen házasságokban könnyen kialakul a kölcsönös látens gyűlölet. A helyzet attól válik azután kétségbeejtővé, hogy a gyűlölet érzését egyik fél sem meri beismerni, hanem a szeretet látszólagos bizonyítékaival igyekszik kompenzálni.”¹⁹¹

5. A partner mint haver. Az élet értelmessége felőli tudat elvesztése, a mély magányérzet, a munkahelyi rivalizálás ma sokkal nagyobb mértékben igénybe veszi az embert, mint a korábbi évtizedekben, ezért felülkerekedik a vágy egy olyan partner után, aki állandóságot nyújt, aki megbízható támasz lehet jóban-rosszban. Ez önmagában teljesen normális, ám:

„A helyzet problematikája ott ütközik ki, ahol a párválasztás és a haver iránti vágy semmi más célt nem szolgál, mint a saját agresszivitás stabilizálását. A mindenki által félreismert, félreértett és elnyomott ember, akinek agresszivitása minden sikertelenség alkalmával megerősítést nyer, szövetséges társat keres. Azt reméli, hogy a házasságban megtalálja.”¹⁹²

Mivel a házaspárok egy beteges háborúban támogatják egymást, egyre jobban elszigetelődnek a környezetüktől, egyéneként és párként is. Az elszigetelődést előbb-utóbb valaki a családból szóvá fogja tenni, aminek hatására rövidtávon a pár még szorosabbra összezár, hosszabb távon azonban elkezdik egymást hibáztatni a kialakult állapotokért, ez pedig könnyen szétfeszítheti az egész kapcsolatot.

A házasulandó pár bejelentkezése a lelkipásztornál az esküvői szertartásra jó lehetőséget kínál a házassággal kapcsolatos fontos kérdéskörök megbeszélésére. Mivel a saját korában

¹⁹¹ Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 171. p.

¹⁹² Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 174. p.

(1970-es évek) olyan változásokat lát, amelyek merőben megváltoztatják a házassági kapcsolat megélését a korábbi nemzedékekhez képest, sürgetően javasolja ezeknek a témaköröknek a megszólítását, megelőzve ezzel a későbbi házassági problémákat. Ezek a kérdéskörök ma is befolyásolják a házasulandó párok gondolkodását és életvitelét, ezért a Thilo által megfogalmazott alapelvek ma sem veszítettek aktualitásukból. A következő kérdéskörökre tér ki:

1. Szerepek. A mai párok gyakran más szereposztásban élik meg párkapcsolatukat, mint a szüleik. A korábbi hierarchikus-patriarchális párszerkezet helyét egyre inkább átveszi az egyenrangú szereposztás, amelyben a nő is dolgozik, karriert épít, pénzt keres, ezzel ugyanazokra a jogosultságokra tart igényt, mint a férje (döntési jogkörök, háztartási feladatok egyenlő megosztása, stb.). Ennek az új szereposztásnak a gyakorlati megélése és a szülői mintától való eltérés lelkiismereti feloldása képezi a beszélgetés egyik fontos témakörét.

2. Szexualitás és hűség. Thilo fontosnak tartja a szexualitás szerepének tisztázását a házasságon belül. Különösen két szélsőséges nézet jelenthet problémát: (1) az első szerint a szexualitás egyedül a gyermeknemzés céljára adatott; (2) a másik szélsőség szerint a szexualitás nem érinti a házasság lényegét, ezért a házassági hűség nem feltétlenül terjed ki a szexualitásra, azaz valaki lehet hű a házastársához, miközben egy másik személlyel létesít szexuális kapcsolatot (ezt nevezi az új morál: szociális hűségnek). Mindkét véleménynek Thilo határozottan ellentmond, és ennek az ártalmas felfogásnak a feloldását a házasságkötést megelőző lelkiigazozói beszélgetés fontos feladatává teszi.

3. A próbaházasság problematikája. A fogamzásgátlás biztonságos módszereinek széles körű hozzáférhetősége alapvető változást hozott a házasság előtti párkapcsolatokba. Míg a korábbi évszázadokban a szexualitás megélése a nem kívánt terhességek elkerülése miatt a házasságkötés utáni időre tevődött, addig ma (Thilo idején, napjainkban pedig még nagyobb mértékben) általános, hogy a házasulandó fiatalok már szexuális kapcsolatra léptek egymással (vagy korábban más partnerekkel).

„Józanul meg kell állapítanunk, hogy az Újszövetség nem ad utasítást a nemek házasság előtti viszonyára és arról sem tud határozott felvilágosítást adni, hogy milyen körülmények között és mikor kezdődik el a házasság. Azonban kéz a kézben korunk nőgyógyászati és neurológiai tapasztalataival feltétlenül fenntartjuk a házasság előtti közösülésre kimondott nemünket, ha a statisztikákból megtudjuk, hogy áll a helyzet valójában. [...] Egy lány számára minden házasság előtti közösülésben jelentős mértékben ott lebeg a szorongás és a szégyen. Az aktus kivitelezésének méltatlansága, a lebukástól való félelem, a lelki ellazulás hiánya sok esetben olyan traumákat okoz, amelyek jelenlétét nem lehet kikapcsolni. Tény, hogy a boldogtalan házasságok jelentős százalékának háttérében a testi kielégülés hiánya áll, amely különösen a lánynál a házasság előtti idők szorongásaiból táplálkozik, amelyet

továbbvitt magával a házasságába, ami fiatalasszonyként gátolja az oldott és teljes önátadásban.”¹⁹³

Noha azt tartja szerencsésnek, ha a szexuális közösség megélésével a párok megvárják a házasságkötést kiemeli, hogy a lelkipozítói beszélgetésnek azért is ki kell térnie erre a kérdéskörre, hogy a lelkipozító ellensúlyozni tudja a korábbi tapasztalatok negatív hatásait.

A házaspárok lelkipozítói tanácsadásának bemutatásakor ugyancsak gondosan különbséget tesz a pszichoterápiás kezelés és az egyházi lelkipozítás között. Szerinte az egyházi tanácsadó helyek ebben az összefüggésben népszerűbbek a pszichoanalitikusok rendelőinél, mert: (1) A klienseknek szükségük van vezetésre és érezni akarják, hogy a tanácsadó szavai mögött egy szilárd értékrend, normarendszer áll, amelyet az egyházban szavatolva látnak. (2) Az egyházi szakembereknél a kliensek jobban bíznak a titoktartásban, ezért bátrabban meg tudnak nyílni.¹⁹⁴ Másfelől a segítségkérők összetétele is eltéréseket mutat. A lelkipozítónál magasabb arányban található meg azok a személyek, akik valamiféle regresszióban szenvednek, vagyis életük bizonyos aspektusait gyermekként élik meg. A szerző szerint ez az egyházi személyekhez kötött archetipikus funkcióval magyarázható, amely öntudatlanul is jobban vonzza az apafigurát kereső egyéneket.

A két megközelítési mód összehasonlításakor végül különbséget tesz a lelkipozítás és a pszichoterápia célja között is. A lelkipozítói munka sikere nem a potencia, vagy a frigiditás mértékének változásaiban fejeződik ki, sem nem a születendő gyermekek számában, hanem az életre és a szeretetre való képességben, hogy mennyire képesek a felek elfogadni önmagukat és egymást, mint Isten által elfogadott és szeretett személyeket. Ez utóbbi különbségtétel azt a következtetést hordozza magában, hogy a lelkipozítás célközönsége elsősorban nem a válási krízisben lévő házaspárok. Hiszen az egyházi lelkipozítás intervenciói sokkal inkább személyiségfejlesztő, mintsem kríziskezelő jellegűek. Ennek a fejlődési útvonalnak fontos tényezője az öntudatlan belső folyamatok tudatosítása, mint például a félelem és az agresszivitás összefüggéseinek felszínre hozatala. Mindehhez a lelkipozítónak speciális szakmai ismeretekre van szüksége, amelyek célzott beavatkozásra képesítik.¹⁹⁵

¹⁹³ Thilo, *Der ungespaltene Mensch*, 48-19. p.

¹⁹⁴ Vö.: Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 227. p.

¹⁹⁵ „Mint ahogy egyetlen orvosnak sem jutna eszébe, hogy pusztán a gyógyítás iránti vágyból elvégezzon egy műtétet, mint ahogy felelőtlenség lenne, ha egy betegápolót beküldenének a pszichiátriai osztályra a szükséges előképzettség biztosítása nélkül, és arra hagyatkoznának, hogy a személyes kisugárzása és a jól megalapozott keresztyén életvitele elégséges, úgy a házassági tanácsadó sem mondhat le a kézzel fogható, jól megalapozott szakmai ismeretekről. Aki ezt tagadja, az nem biblikusán megalapozott keresztyén, hanem egy ábrándozó.” Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 236. p.

A lelkipozdó alkalmazza a mélylélektan technikáit, ám munkája két ponton lényegesen eltér az analitikus munkájától: (1) a kezelés fókuszja egy gyújtópontra összpontosul – szemben az analitikus terápiával, amely sokfókuszú, és (2) a kezelés időtartama behatárolt (Thilo 20-25 ülést javasol) – szemben az analitikus terápiával, ahol nem rögzítenek határokat.¹⁹⁶ A fenti eltérések miatt az alkalmazott technikák is változnak. A hagyományos pszichoanalízisben alkalmazott módszerek helyett inkább a szintén analitikus háttéren született, de jobban kapcsolat- és megoldásorientált technikákat javasolja. Ilyen eljárások a Ferenczi és Bálint által kidolgozott fokálterápia, valamint az Eric Berne nevéhez fűződő tranzakció analízis.¹⁹⁷ Ugyan említést tesz a Carl Rogers által kidolgozott kliensközpontú terápiáról és az abból kinőtt CPT (Clinical Pastoral Training) mozgalomról, ám ahelyett, hogy kidolgozná ennek alkalmazhatósági kereteit, csak a pszichoanalízissel szembeni különbségeket emeli ki (a közelség-távolság szabályozása, a tudattalan jelentősége és a diagnózis kimondásának szükségessége). Megemlíti továbbá a családterápiát is, mint kezelési lehetőséget, ezt azonban inkább szkeptikus távolságtartással kezeli.

Thilo munkájára jellemző az árnyalt részletek iránti érdeklődés, a kérdések sok szempontú körbejárása és a fekete-fehér gondolkodás mellözése. Megközelítési módjaiban mélyen biblikus. Vizsgálódásait az esetek többségében bibliai, majd rendszeres teológiai alapokra helyezi. Innen lép tovább a lélektani összefüggések felé. Biblikussága mellett a protestáns identitás képviselője is fontos számára. Felvállalja a véleményét olyan kérdésekben is, amelyekben szembehalad a katolikus állásponttal (pl. szexualitás, válás, fogamzásgátlás). Házasságpozdói megközelítésében Thilo kissé egyoldalúan a pszichoanalízis kereteiben marad. Ezt egyfelől nagyon hitelesen tudja tenni és képes a keresztyén gondolkodástól idegen tartalmakat is megfelelően átfogalmazni úgy, hogy az a lelkipozdás számára alkalmazható legyen, másfelől viszont úgy tűnik, mintha nem venne tudomást más irányzatokról, amelyek párkapcsolati területen nagyobb hatékonysággal alkalmazhatók (például rendszeres szemléletű irányzatok, amelyek éppen a '70-es években érték el első virágzásukat).

1.1.4 Összegzés

Az egyes szerzők és koncepciók összefoglalását megtettük az egyes alfejezetek végén, így most csak néhány jelentősebb gondolatot emelünk ki, amely nagyobb általánossággal érvényes a pszichoanalízis és a lelkipozdás kapcsolatára, valamint az analitikus szemléletű párterápiás és házasságpozdói koncepciókra:

¹⁹⁶ Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 241. p.

¹⁹⁷ Vö.: Thilo, *Ehe ohne Norm?*, 242-247. p.

1. A pszichoanalitikus szerzők többsége párbeszédben áll a vallással. Vagy cáfolni igyekszik azt (Freud) vagy fontos kulturális kiindulási alapként kezeli (Heigl-Evers), esetleg beépíti a páciens vonatkoztatási rendszerébe (Willi), de mindenképp foglalkozik vele. Ez a párbeszédre való alapvető nyitottság megkönnyíti a gyakorlati teológus dolgát. A későbbi irányzatok képviselői eltérnek ettől a mintától és teljesen a vallástól különálló entitásokként határozzák meg magukat, amelyek sem kapcsolatban nem állnak azzal, sem különösebben hatni nem kívánnak rá. Bizonyára ez az oka annak, hogy csak kevés más irányzat tudott olyan általános és mély hatást gyakorolni a lelkigondozásra, mint a pszichoanalízis.

2. Érdekes elkülönülés figyelhető meg abban, hogy a gyakorlati teológián belül mely diszciplína mely pszichoanalitikus irányzattal áll kapcsolatban. A lelkigondozás dialóguspartnere jobbra a freudi pszichoanalízis, ám a pasztorálpszichológia (elsősorban annak korai szakaszában, Európában) inkább a jungi analitikus pszichológiára hivatkozik. Később megfigyelhető lesz, hogy a pasztorálpszichológia érdeklődése (különösen annak amerikai irányzatai) áttérrelődik a rogersi kliensközpontú pszichológiai megközelítés felé.

3. Annak ellenére, hogy Freud antropológiája távolabb áll a bibliai emberképtől (nem számol Istennel, bűnnel, szabad akarral, stb.) a lelkigondozás befogadóbb volt a freudi koncepciók iránt, mint a jungi gondolkodásmód iránt, aki jóval pozitívabban nyilatkozik a hitről (nyíltan beszél Isten valóságáról, az embert természeténél fogva vallásos lénynek tekint, a Selbst-et az istenérzékelés szerveként határozza meg, stb.), de meghatározásai sokszor félreérthetőek, elvontak maradnak. Emellett a jungi rendszer zártabb, alkalmazójától annak teljes elfogadását kívánja, míg a freudi rendszer nagyobb szabadságot enged az egyes elemek elfogadására és más elemek elutasítására.¹⁹⁸

4. A pszichoanalitikus terápia keletkezési idejéből és munkamódszeréből fakadóan elsősorban egyéni patológiák és diszfunkciók kezelésére alkalmas eljárás. A párok és családok iránti érdeklődés csak másodlagos szerepet töltött be az analitikus úttörőknél, ezért a belőle kifejlődött párterápiás eljárások is elsősorban a kapcsolatban résztvevő egyénekre fókuszálnak (ennek ellensúlyozására többször megjelenik – különösen a transzgenerációs irányzatoknál – az a gondolat, miszerint az egyén változásai a családra is kihatással vannak). Ebből fakadóan az egyéni lelkigondozás is többet profitál az analitikus módszerekből, míg a párok és családok tanácsolására más eljárások alkalmasabbak lehetnek.

5. A pszichoanalitikus párterápiás irányzatok elsősorban a patológia megértésének folyamatában (egyéni terápiás terminológiában a diagnózis felállításában) analitikusak. A

¹⁹⁸ Vö.: Thilo, *Der ungespaltene Mensch*, 108. p.

terápiás intervenciókra inkább az eklekticizmus jellemző. Ha már egyszer feltárták a diszfunkciók okait, akkor nagyobb szabadsággal vonnak be a kezelésbe más, nem analitikus módszereket is.¹⁹⁹

5. A pszichoanalízis különös érdeme, hogy komolyan foglalkozik a szexualitással (még ha Freud aránytalanul nagy figyelmet is szentel neki). Ezzel az attitűddel a gyakorlati és rendszeres teológia képviselőit is ösztönözte a szexualitásról való tudományos gondolkodásra, valamint ezzel indította el útjára a szexuálterápiát is – mint különálló diszciplínát.²⁰⁰

¹⁹⁹ A pszichoanalitikus párterápia mai művelői a zavar feltárásában használnak jellegetesen analitikus eljárásokat és fogalmakat (áttét-viszontáttét, összeolvadás, elfojtás, élettörténet elemzés), ám konkrét intervenciók technikák megfogalmazása kevésbé jellemző, ezeket inkább a terapeuta találékonyságára bízzák. Vö.: Thea Bauriedl, „Paartherapie, psychoanalytische.” In: Gerhard Stumm, Alfred Pritz (szerk.) *Wörterbuch der Psychotherapie* (Wien, New York: Springer, 2009), 2. kiadás, 490. p.

²⁰⁰ A legtöbb mai szexuálterápiás irányzat a patológiaszemléletében analitikus, míg a terápia szemléletében viselkedésterápia-orientált.

1.2 A humanisztikus pszichológia és a lelkipozás

A "humanisztikus pszichológia" gyűjtőnévvel illetett lélektani irányzatok jellemzően a freudi irányzattal szemben fogalmazták meg nézeteiket az ember lelki működéséről. Központi fogalmaik:²⁰¹ (1) az egészlegesség (Ganzheitlichkeit) – amely az egész embert veszi célba annak intra- és interperszonális megnyilvánulásával, valamint testi és lelki jelenségeivel együtt; (2) az önmegvalósítás – szemben a freudi elvvel, miszerint az ember eredendően gonosz és antiszociális, valamint a behaviorizmussal (lásd később), amely szerint az embernek a külső ingerek általi kondicionálásra van szüksége, a humanisztikus irányzatok az embert konstruktív és bizalomra méltó lénynek tekintik, akiben megvan a boldoguláshoz és a jó élethez szükséges potenciál; (3) a tudatosság és felelősség – a lélek tudattalan produktumai helyett az élet tudatos befolyásolására, a múlt elemzése helyett az itt-és-most megélésére kerül a hangsúly; és (4) a kapcsolat – az egyéni tudatosság a másik emberrel és a környezettel való kapcsolatban realizálódik, ennek megfelelően a terápiában nagy jelentősége van a terapeuta és a kliens közötti kapcsolat minőségének.

A humanisztikus pszichológia úttörőjeként Carl R. Rogers-et tartják számon, akinek az addig uralkodó freudi valamint az akkoriban kibontakozó behaviorista nézetekkel szembeni radikálisan új megközelítési módjai vezettek egy új lélektani paradigma kialakulásához és elterjedéséhez.

1.2.1 Carl R. Rogers és a humanisztikus pszichológia kezdetei²⁰²

Carl Ransom Rogers (1902 – 1987) szigorú életfelfogású evangéliumi protestáns családba született. Főiskolai éveiben teológiai pályára is készült, ám hamar szembekerült a családjából hozott vallási és életviteli nézeteivel és a lelkeszi szolgálat helyett inkább a tanári, majd pedig a pszichológusi munka felé irányult.²⁰³

²⁰¹ Wolfgang Hinte, Rüdiger Runge, „Humanistische Psychologie.” In: Roland Asanger, Gerd Wenninger (szerk.), *Handwörterbuch Psychologie* (Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999), 301-302. p.

²⁰² Mivel Rogers hatása kimagasló a lelkipozói és pasztorálpszichológiai irodalomban, fontosnak tartjuk a szerző életrajzi adatainak ismertetését. Ezek a részletek segítenek a pszichológiai koncepcióinak megfelelő értékelésében is.

²⁰³ Önéletrajzi visszatekintésében így ír erről a váltásról: „[...] nem tudok olyan területen dolgozni, ahol előre meghatározott vallási doktrínákban kell hinni. A hitelveim akkorra már igen sokban megváltoztak és várható volt, hogy még tovább változnak. Elborzasztott az a gondolat, hogy előre meghatározott hitelvekre kell esküt tennem csak azért, hogy egy adott életpályán maradhassak. Olyan pályát akartam találni magamnak, ahol a gondolat szabadsága feltétel nélkül biztosított.” Carl R. Rogers, *Valakivé válni: A személyiség születése* (Budapest, Edge 2000, 2003) 35. p. Sem vallási, sem tudományos korlátozásokat nem tűrő attitűdje jól kifejeződik a következő idézetben is: „Sem a Biblia, sem a próféták, sem Freud, sem a kutatás, de még az isteni vagy emberi megvilágosodás sem válhat fontosabbá számomra, mint a saját, közvetlen tapasztalatom.” Rogers, *Valakivé válni*, 53. p.

Pszichológiai megközelítése olyan mértékben eltér a korábban alkalmazott módszerektől, hogy a pszichológia tudományára gyakorolt hatását egyes szerzők a lutheri reformációnak az egyházra gyakorolt hatásához hasonlítják.²⁰⁴ Rogers élesen tiltakozott a segítő foglalkozások hierarchikus felépítettsége, a kezelő és a beteg közötti méltatlan különbségtétel ellen. Ez megmutatkozott a hozzáállásában és az általa bevezetett terminológiában is.

“A ‘páciens’ megjelölés helyett a ‘kliens’ megjelölést alkalmaztuk, hogy világossá tegyük, itt nem egy manipulatív és orvosi előírásokat adó módszerről van szó.”²⁰⁵

Rogers jelentősen demisztifikálta a terápiás folyamatot azzal, hogy kerülte az olyan bonyolult koncepciók alkalmazását, mint az áttétel és viszontáttétel, és inkább a terapeuta attitűdjére helyezte a hangsúlyt. Emellett ő volt az első pszichoterapeuta, aki terápiás üléseit teljes terjedelemben hangszalagra, majd később filmre is rögzítette, ezzel felvállalva kritikusainak elemző támadását, ugyanakkor lehetővé téve a terápiás beszélgetések még részletesebb kutatását.²⁰⁶

Az általa megalapított terápiás szemléletet Rogers kliensközpontú pszichoterápiának nevezte el, amelyet a következőképpen definiál:

“Személyközpontú terápia egy másik emberrel való, fokozatosan fejlődő együttlét, amely az egészség és a személy növekedését eredményezi. E terápia legfontosabb hipotézise: a személy hatalmas erőforrásokkal rendelkezik, amelyek önmaga megértését mozdítják elő, létmódjában és viselkedésében pozitív változásokat eredményezhetnek. Ezeket az erőforrásokat sajátos emberi kapcsolatok által mozgósíthatjuk. Ha a terapeuta vagy más segítő személy gondoskodást, mély érzékeny, ítéletmentes megértést tapasztal és azt a másikkal közölni képes, a pozitív irányú változások nagy valószínűséggel megjelennek. Az egész terápiás folyamatban a viszony milyensége a döntő.”²⁰⁷

A szemlélet háttérét képező antropológia legfontosabb koncepcióit Rogers így határozza meg:

1. Aktualizációs tendencia, amelyet a szerző az alábbiak szerint határoz meg:

“Hipotézisünk szerint az ember – éppúgy mint minden más élő szervezet, legyen az akár állat, vagy növény – rendelkezik egy belső tendenciával minden erejének kifejlesztéséhez, amely a szervezet fenntartását vagy növekedését szolgálja. Ha ez a tendencia nincs korlátozva, akkor megbízhatóan munkálja az egyén növekedését, érését és életének gazdagítását.”²⁰⁸

2. Önkép. A freudi hármas tagolódás helyett Rogers egységes én-ről beszél. Szerinte:

²⁰⁴ Vö.: Terry D. Cooper, „Carl Rogers and Martin Luther – A ‘Reformation’ in the Helping Professions.” *Pastoral Psychology*, 1989/38, 15-24. p.

²⁰⁵ Carl R. Rogers, *Therapeut und Klient: Grundlagen der Gesprächspsychotherapie* (München: Kindler, 1977), 16. p.

²⁰⁶ Cooper, „Carl Rogers and Martin Luther.” 19. p.

²⁰⁷ Carl R. Rogers, „Client-centered psychotherapy.” In: H. J. Kaplan, B. J. Sadock, A. M. Freedman, (szerk.) *Comprehensive Textbook of Psychiatry* (Baltimore: Williams & Wilkins, 1980). Idézi és fordítja: Tringer László, *A gyógyító beszélgetés* (Budapest: Semmelweis Egészségtudományi Egyetem Egészségügyi Főiskolai Kar, 2003), 20. p.

²⁰⁸ Rogers, *Therapeut und Klient*, 35. p.

“Ennek alakja ugyan folyékony és változó, de minden pillanatban egységes. [...] Nem mindig tudatos, de a tudat számára hozzáférhető. Állandó viszonyítási pont az egyén számára, amelyhez a cselekvését igazítja.”²⁰⁹

3. **Átézés (Experiencing).** Az emberi élménynek vagy átélésnek nagy szerepe van a változások elindításában (ezért is alapul sok későbbi humanisztikus irányzat az élményen). Rogers erről úgy beszél, mint

“ [...] egy érzés általi ‘megérintődés’ jelensége. Egy érzékelt jelentőség teljes és közvetlen átélése a jelenben, amely fontos szerepet játszik a változásban.”²¹⁰

4. **Inkongruencia.** Az egészséges fejlődés fontos keretfeltétele, hogy az ember önképe és a megtapasztalásai öszhangban álljanak egymással. Ha azonban ezek szembekerülnek egymással, az aktualizációs tendencia kettős jelleget ölt. Egyfelől támogatja a személy én-konceptióját és küzd az önmagáról alkotott kép javításáért, másfelől azonban a szervezetnek olyan szükségleteit is jelzi, amelyek adott esetben teljesen ellentétesek a személy tudatos szükségleteivel. Ezekben a helyzetekben van szükség terápiára, amelynek legfőbb célja a személy inkongruenciájának feloldása.

Terápiáját tekintve Rogers egy egyszerűnek látszó, de a leendő terapeuták elé mégis komoly szakmai és személyes szűrőt állító rendszert fogalmaz meg.²¹¹

A rogersi terápiás attitűd²¹² legfontosabb összetevői:

1. **Empátia, vagy precíz és beleérző megértés.**

“Ez a beleérző megértés azt jelenti, hogy a terapeuta otthon van a kliens világában. Ráérez a kliens belső világának itt-és-most-jára, annak egészen személyes jelentéstartalmaival együtt. Mintha az a terapeuta saját világa lenne, jóllehet ezt a ‘mintha’ jelleget soha sem veszíti szem elől.”²¹³

Az idézet jól mutatja az empátia két oldalát. A terapeuta egyfelől teljesen ráhangolódik kliensére, végső soron képes lesz annak kimondására, amit a kliens csak gondol, vagy érez.

²⁰⁹ Rogers, *Therapeut und Klient*, 36. p.

²¹⁰ Rogers, *Therapeut und Klient*, 36. p.

²¹¹ Ezt a szempontot azért fontos hangsúlyozni, mert más pszichológiai irányzatok inkább a terapeuta képzésére, annak technikai és kognitív ismereteire helyezik a hangsúlyt. Így elképzelhető, hogy egy-egy terapeuta magas szakmai minősítéssel, de – rogersi fogalmak szerint az empátia, az elfogadás és a kongruencia mentén – gyenge személyes kompetenciával bír, ezért a munkájában is kevésbé lesz sikeres. Rogers számára a sorrend fordítottan igaz: a személyes kompetenciák fontosabbak a szakmai ismereteknél (ezért is található a kliensközpontú irányzat olyan gyorsan utat magának a nem terápiás segítő foglalkozásokban).

²¹² Találó Mérei Ferenc összefoglalása: „Az egész irányzat inkább stílus, szemlélet, hozzáállás: egy pszichológiai viselkedés meghatározása. Nem kísérleti eredmények konceptualizálásával kialakított elmélet, mint mondjuk Pavlov vagy Lewin műve. Nem is a gyakorlat felbontásával formált elmélet alkalmazása, mint a mélylélektanok vagy Piaget episztemológiájának felhasználása. Nem is módszeres tapasztalatgyűjtemény, mint a szociometria, vagy mint a Master-Johnson összefoglalás a szexuális élet nehézségeiről. Rogers műve a tudományba bevett rendszerek elméleti és alkalmazott tartományának a határterületén helyezkedik el. A viselkedés stílusaként, a magatartásra vonatkozó szemléletként érvényesül. Van ugyan benne ismeretanyag, amit meg lehet tanulni, vannak módszertani fogások, amelyeket el lehet sajátítani. De mindez kevés, aránytalanul csekély egy rendszertől elvárt tudásanyaghoz viszonyítva.” Mérei Ferenc, „Utószó: Carl Rogers amerikai pszichológus gondolatvilága.” In: Carl R. Rogers, *Találkozások: a személyközpontú csoport* (Budapest: Edge 2000 & Oktatókutató és Fejlesztő Intézet, 2008), 273. p.

²¹³ Rogers, *Therapeut und Klient*, 20. p.

Másfelől azonban mindig megőrzi kívülálló státusát, hogy a kliens életét és érzéseit kívülről figyelő álláspontból a legnagyobb támogatást adhassa neki. Az empátiát nem Rogers fedezte fel, az már a pszichoterápia kezdetei óta része a volt a terapeuta kellékárának, ám Rogers hangsúlyozta, hogy nem elég a terapeutának beleélnie magát kliense helyzetébe, a “felfedezéseit” a kliense tudomására is kell hoznia tükrözés útján.

2. Értékelés, vagy feltételektől mentes elfogadás (akceptancia).

“[...] a terapeuta úgy értékeli kliensét, mint szülő a gyermekét – nem azért, mert helyesli annak minden megnyilvánulását és magatartását, hanem mert teljesen, és nem csak bizonyos feltételek teljesítése esetében, elfogadja őt.”²¹⁴

Ez az összetevő szoros kapcsolatban áll Rogers antropológiájával és patológiai nézeteivel. Ha a kliens önképe összeütközésbe került a külső realitással, akkor szüksége van a kívülről jövő elfogadásra. Ha a terapeutától mély, ítéletmentes elfogadást tapasztal, akkor képes lesz önmagát is elfogadni, ez pedig elindítója lehet a pozitív pszichés változásoknak. Emellett képes lesz az elfogadást más, harmadik személy felé is megélni.

3. Kongruencia vagy hitelesség. A kongruencia kritériuma arra szólítja a terapeutát, hogy ne akarjon kliense előtt olyan valakinek látszani, aki nem ő, hanem legyen teljesen önmaga, vagyis a belső megélése és a külső magatartása fedje egymást. Rogers szavaival a kongruencia követelményének eleget tevő terápia “két tökéletlen ember valódi, személyes kapcsolata.”²¹⁵ A kongruencia mérésére többen is kidolgoztak skálákat. Európában főleg a Reinhard Tausch által kidolgozott 5 fokozatú skála vált általánossá, amelynek segítségével a terápiás beszélgetések objektíven kiértékelhetővé váltak.²¹⁶

Vizsgálatok kimutatták, hogy ha a terapeuta a felsorolt három terápiás attitűdöt alkalmazni tudja, az komoly pozitív változásokat hoz a terápiás folyamatba, függetlenül az alkalmazott módszerektől és a terapeuta pszichoterápiás irányultságától.²¹⁷ A kliensközpontú terápia során a kliens fokozatosan halad saját kongruenciája felé. A terápia előrehaladása a következő pontokon válik megragadhatóvá:²¹⁸

1. Az érzelmekhez való viszony megváltozása. A terápia elején a kliens még nem tudja kifejezni az érzelmeit, majd elkezdi fokozatosan, főként tárgyilagosan és múlt időben

²¹⁴ Rogers, *Therapeut und Klient*, 23. p.

²¹⁵ Rogers, *Therapeut und Klient*, 27. p.

²¹⁶ Tausch 1956-től fokozatosan dolgozott a kliensközpontú pszichoterápia európai bevezetésén. Vö.: Helga Lemke, Wilhelm Thurnau, „Personenzentrierte Psychotherapie und Seelsorge.” In: Wilfried Engemann, (szerk.) *Handbuch der Seelsorge: Grundlagen und Profile* (Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt, 2007), 253. p. A skála a teljes diszkrpanciától a teljes kongruenciáig 5 fokozatot különböztet meg: (1) nyilvánvaló elentmondás a terapeuta élményei és megnyilvánulásai között, (2) a terapeuta személytelen, professzionális, (3) látszólagos fedés, diszkrpanciára utaló olykori jelek, (4) teljes összhang, és (5) a terapeuta belsőleg szabad és teljesen önmaga. Reinhard Tausch, *Gesprächspsychotherapie* (Göttingen: Hogrefe, 1973). Idézi: Tringer, *A gyógyító beszélgetés*, 114. p.

²¹⁷ Charles B. Traux, Robert Carkhuff, *Toward Effective Counseling and Psychotherapy* (Chicago: Transaction Publishers, 1976), 28-31. p.

²¹⁸ Vö.: Rogers, *Therapeut und Klient*, 124-128. p.

beszélni azokról, végül pedig képes lesz az itt-és-most lezajló belső történéseinek verbalizálására.

2. A megélés módjának változása. A folyamat elején a kliens csak tüneti szinten beszél magáról, a folyamat előrehaladtával azonban egyre jobban bepillantást enged a tünet személyes megélésébe, majd végül az ahhoz fűzött személyes jelentéstartalmakba.

3. A személyes konstrukciók változása. A folyamat elején a kliens még mereven és az objektivitás igényével írja le a saját világát. A terápiás folyamat során azonban egyre inkább átfogalmazódnak ezek, a merevség oldódik, végül pedig beismeri konstrukciói szubjektivitását és változtathatóságát.

4. Az önkifejezés változása. A folyamat elején a személy csak a problémával kapcsolatban nyilatkozik magáról. A változás előrehaladásával azonban egyre kevésbé beszél magáról úgy, mint tárgyról, és egyre nagyobb örömét és felszabadulását leli abban, hogy belső történéseiről és észleléseiről közléseiről adjon számot.

5. A problémához való viszony változása. A folyamat elején a kliensnek nincs problémadata, vagy a problémát, mint önmagán kívül álló tényezőt írja le. Idővel azonban egyre jobban tud azonosulni a vele és felismeri a saját felelősségét a kialakulásában és a megoldásában.

6. A személyközi kapcsolatok változása. A folyamat elején több elhárító mechanizmust alkalmaz, megpróbálja eljátszani a jó kliens szerepét. A terápiás folyamat során azonban egyre inkább mer valós személyként jelen lenni a terápiás kapcsolatban, majd ezt a viszonyulási módot alkalmazni más, a terápián kívüli emberi kapcsolatokban is.

Az 1960-as évektől Rogers figyelme az egyéni terápiáról fokozatosan a csoportokkal való munkára helyeződik át. Az általa "encounter csoportnak"²¹⁹ nevezett önismereti és terápiás foglalkozás az 1970-es évekre több százezer embert ért el az Egyesült Államokban. Ennek módszertanára és párkapcsolati alkalmazhatóságára visszautalunk a házasság-gazdagító csoportfoglalkozásokat bemutató fejezetben.

Összességében megállapíthatjuk, hogy Rogers merőben új irányt adott a pszichoterápiának. Hatása abban is megmutatkozik, hogy a segítő foglalkozások széles spektrumában az ő munkáira építik a segítő beszélgetés alapelveit és módszertanát.²²⁰ Emellett a rogersi szemlélet jelentős hatást gyakorolt a pedagógiára is, amelyben a kliensközpontú megközelítést a gyermekközpontúságra applikálták.²²¹

²¹⁹ Rogers, *Találkozások: a személyközpontú csoport*.

²²⁰ Lásd: Tringer, *A gyógyító beszélgetés*. Továbbá: Wilfried Weber, *Wege zum helfenden Gespräch: Gesprächspsychotherapie in der Praxis* (München: Ernst Reinhardt, 1981).

²²¹ Klein Sándor, *Gyerekközpontú iskola* (Budapest: Edge 2000, 2002). Reinhard Tausch, Anne-Marie Tausch, *Erziehungspsychologie: Begegnung von Person zu Person* (Göttingen: Hogrefe, 1998). Thomas Gordon, *T. E. T. - A tanári hatékonyság fejlesztése: A sikeres tanítás szemlélete és gyakorlati készségtára*

1.2.2 A humanisztikus orientáltságú pszichológia recepciója a lelkigondozásban

A rogersi irányzat hamar kedvező fogadtatásra talált a teológustársadalomban, így a pszichoanalízist övező érdeklődés átterelődött a kliensközpontú pszichoterápiára, amely – különösen az amerikai pasztorálpszichológiában – a lelkigondozás csaknem kizárólagos dialóguspartnerévé vált.²²² E különös nyitottságra Christiane Bundschuh-Schramm négy okot fogalmaz meg:²²³ (1) A megközelítés egyszerűsége. A kliensközpontú irányzat egyszerűsége különösen vonzó azok számára, akik nem rendelkeznek pszichológiai alapképzettséggel, hanem csak kölcsönveszik a lélektan ismeretanyagát. (2) Rogers emberképe nyitott a keresztyén értelmezés irányában. A teremtéstörténet tanúságával harmóniában Rogers hisz abban, hogy minden ember eredendően jó.²²⁴ (3) A kliensközpontú irányzat eszközei nem technikák. Rogers technikák helyett alapbeállítódásról, attitűdről beszél, amelyet a hívő ember az Istennel való kapcsolatában is megtapasztal (empátia, akceptancia, kongruencia).²²⁵ (4) A kliensközpontú irányzat non-direktív.²²⁶ A korábbi direktív tanácsadáshoz képest ez felszabadítóan hatott a lelkigondozókra.

Egyúttal azonban jelentős különbségek is megfigyelhetők a kliensközpontú terápia és a teológiai szemlélet között, amelyekre a lelkigondozás választ akar adni. Rogers olyan attribútumokat tulajdonít az embernek (jóra való törekvés; a boldoguláshoz, sikeres élethez való szükséges erőforrások birtoklása; döntési szabadság), amelyeket a teológia a bűnbeesés előtti, valamint a megváltott és megigazított embernek tulajdonít. Vagyis, az ember az Istennel való kapcsolatának függvényében képes aktiválni a jóra való

(Budapest: Assertiv Kiadó, 1999). Thomas Gordon, *P. E. T. - A szülői eredményesség tanulása: A gyerekeknevelés aranykönyve* (Budapest: Assertiv Kiadó, 1999).

²²² „[...] olykor ugyan más pszichoterápiás megközelítések is berobbantak a katolikus és protestáns lelkigondozók körébe, a személyközpontú irányzat azonban vitathatatlanul a mai napig a tanácsadó lelkigondozók királyi diszciplínájának számít.” Christiane Bundschuh-Schramm, „Der personenzentrierte Ansatz und die Tradition der Geistlichen Beratung: Plädoyer für eine Annäherung zwischen Seelsorge und Geistlicher Beratung.” *Wege zum Menschen*, 2008/60, 334. p.

²²³ Bundschuh-Schramm, „Der personenzentrierte Ansatz und die Tradition der Geistlichen Beratung.” 334-335. p.

²²⁴ Ugyanakkor nem vesz tudomást a bűnről és annak az ember lelki folyamataira gyakorolt hatásáról.

²²⁵ Lemke és Thürnau szerint ezek az attitűdök megtalálhatók Pál apostol tanácsai között is: „A szeretet ne legyen képmutató [*kongruencia*]. Iszonyodjatok a gonosztól, ragaszkodjatok a jóhoz, a testvérszeretemben legyetek egymás iránt gyengédek [*elfogadás*], a tiszteletadásban egymást megelőzők [...] Örüljete az örülőkkel, sírjatek a sírókkal [*empátia*].” Rm 12,9-15. Vö.: Lemke, Thürnau, „Personenzentrierte Psychotherapie und Seelsorge.” 262. p.

²²⁶ A non-direktivitás fogalmát Rogers konstruálta, arra akar utalni vele, hogy a kliensközpontú terapeuta nem tereli a beszélgetést egy meghatározott következtetés irányába, óvakodik az értékítélettől, bátorítja a kliens kezdeményezését. Vö.: Mérei, „Utószó: Carl Rogers amerikai pszichológus gondolatvilága.” 274. p.

képességeit.²²⁷ Rogers ezeket a képességeket tulajdonképpen leválasztja az Istennel való kapcsolatról és önmaguktól működőként, az emberi lét természetes hozzátartozóiként határozza meg.²²⁸ Németh Dávid találóan nevezi Rogers antropológiáját és etikáját “konzekvensen szekularizált liberális keresztyén”-nek.²²⁹ Még élesebben fogalmazva: Rogers a kliensébe a megigazított ember képességeit és lehetőségeit látja bele, a megigazító Isten és a hit általi megigazulás folyamatának megkerülésével. Új élet megtalálását tűzi ki célul újjászületés nélkül.²³⁰ Ezt a hiányosságot akarja pótolni a humanisztikus orientáltságú lelkigondozás. Ahogyan Helga Lemke és Wilhelm Thürnaу megjegyzi:

“Rogers a konstruktív fejlődést az aktualizációs tendenciától várja, a lelkigondozó viszont Isten munkájában bíz és Istennek az emberhez való odafordulásában.”²³¹

Gyakran azonban a lelkigondozásban is inkább csak implicit módon fejeződik ki a teológiai vonás, így nem mindig egyértelmű a határ a humanisztikus szemléletű lelkigondozás és pszichoterápia között:

“A teológiai deficit abban a legszembetűnőbb, hogy a lelkigondozás megelégszik egy formális céllal és ezért csak metodikai-technikai kérdésekkel foglalkozik. Az egész lelkigondozás-elméletet kizárólag teremtésteológiai alapokra építi és elhanyagolja a lelkigondozás krisztológiai és pneumatológiai vonatkozásait. [...] Mi a lelkigondozás (vagy van-e egyáltalán a lelkigondozásnak) különös sajátossága a pszichoterápiás tanácsadással szemben?”²³²

Az alábbiakban a legjelentősebb recepciós kísérleteket mutatjuk be.²³³

²²⁷ Vö.: Hartwig Daewel, „Seelsorgekonzeptionen seit der dialektischen Theologie.” In: Reimund Blühm, Heinrich Fink, Jürgen Henkys, Hans-Heinrich Jossen, Ernst-Rüdiger Kiesow, Eberhard Winkler (szerk.), *Handbuch der Seelsorge* (Berlin: Evangelische Verlagsanstalt, 1983), 79-80. p.

²²⁸ Erre a különbségre világít rá Michael Dieterich is: Dieterich, *Pszichológiai és lelkipásztorkodási kézikönyv*, 285-286. p.

²²⁹ Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban*, 47. p. 2012-ben kiadott interjújában Németh Dávid így foglalja össze a lelkigondozás és a rogersi irányzat viszonyát: „[...] noha elmélete keresztyén alapokon nyugszik, az nem Krisztus-központú, inkább Krisztus-hiányú megközelítés. Nem tagadom, hogy a ’krisztustalanított’ hozzáállás csapdákat is rejt, de szerintem megéri vállalni a kockázatot. A keresztyén lelkigondozás, amikor magáévá tette Rogers megközelítését, úgy próbálta kiküszöbölni a veszélyeket, hogy a rogersi felfogásba visszacsempészte Krisztust.” Izsák Norbert, Németh Dávid, *A Lélek titkai: Németh Dávid pasztorálpszichológiai professzorral beszélget Izsák Norbert* (Budapest: Harmat, 2012), 18. p.

²³⁰ Az emberi lét rogersi értelemben vett teljessége és a teológiai értelemben vett teljesség közötti különbséget jól szemlélteti Lemke és Thürnaу idézete: „[...] Jézus halála nem azért történt, hogy az ember humanista értelemben jóvá váljon, hanem azért, hogy megtalálja Istent. A keresztyénségnek és a megváltásnak pusztán morális felfogása összezavarodáshoz vezethet.” Lemke, Thürnaу, „Personenzentrierte Psychotherapie und Seelsorge.” 263. p.

²³¹ Lemke, Thürnaу, „Personenzentrierte Psychotherapie und Seelsorge.” 264. p.

²³² Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban*, 47-48. p.

²³³ A felsoroltakon kívül más szerzők is foglalkoztak a kliensközpontú pszichoterápia lelkigondozói integrációjával, ám ezek részletes ismertetésétől eltekintünk. Vö.: Peter F. Schmidt, *Personale Begegnung. Der personenzentrierte Ansatz in Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge* (Würzburg: Echter Verlag 1989); Hans van der Geest, *Unter vier Augen. Beispiele gelungener Seelsorge* (Zürich: Theologischer Verlag, 1981).

1.2.2.1 Howard Clinebell és a növekedésorientált lelkigondozás

Howard Clinebell (1922 – 2005) rogersi alapokról indul, ám néhány ponton jelentősen eltér attól. Mint Rogers gyakorlati teológiai pendantját, Clinebell munkásságát is részletesebben ismertetjük (a házassággondozói koncepciójának is – Rogershez hasonlóan – külön alfejezetet szánunk). Clinebell kliensközpontú tanácsadó lelkigondozói képzésben részesült, ám amikor maga is kliensként részt vett egy kétéves pszichoterápián, úgy érezte, az sokkal sikeresebb lett volna, ha az elfogadás mellett a terapeuta a szembesítés módszerét is alkalmazta volna.²³⁴ Ez az élmény készítette a szerzőt saját koncepciójának kidolgozására. A lelkigondozást a következőképpen definiálja:

“A lelkigondozói tanácsadás két ember, vagy a lelkigondozó és egy kisebb csoport kapcsolata, amely segít az embereknek életproblémaikkal való megküzdésében és személyes lehetőségeik megvalósításában. Ezt azzal éri el, hogy segít a belső gátoltságok leépítésében, amelyek az egyént visszatartják a kielégítő kapcsolatoktól.”²³⁵

A meghatározás első részével bizonyára Rogers is egyetértene, ám a második rész gyakorlati megvalósításában kettéválik a két szerző gondolkodása. A Rogers-szel szembeni kritikáit Clinebell a következő pontokban fogalmazza meg:²³⁶ (1) Rogers figyelmen kívül hagyja a terápia hatalmi struktúráit. Szerinte a rogersi attitűd a bizalmi légkör kialakításához fontos, ám miután az létrejött, a kliensnek vezetésre van szüksége a növekedéshez. (2) Rogers mellőzi a konfrontációt a terápiájában. Ezzel lemond a sikeres terápia összetevőinek feléről. Csak a szeretetet hirdeti, holott szükség lenne arra is, hogy a terapeuta mondja el kliensének az igazságot szeretetben.²³⁷ (3) A behaviorizmus iránti ellenállásában Rogers a szükséges és terápiásan indokolt viselkedésváltoztatásról is lemond. (4) Rogers koncepciójából teljesen hiányzik a kliens értékrendjének és lelki dimenziójának figyelembevétele.

Clinebell számára a növekedés képlete: “Növekedés = Törődés + Konfrontáció.”²³⁸ Ezzel Clinebell nem csak rogersi módon elfogadja kliensét, de irányt is mutat neki.²³⁹ A

²³⁴ Howard J. Clinebell, *Wachsen und hoffen: Beiträge zur wachstumsorientierten Beratung aus traditionellen und zeitgenössischen Therapien* (München: Chr. Kaiser, 1983), 106. p.

²³⁵ Howard J. Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge* (München: Chr. Kaiser, 1985), 5. kiadás, 16-17. p.

²³⁶ Clinebell, *Wachsen und hoffen*, 112-115. p. Vö.: Jill Snodgrass, „From Rogers to Clinebell: Exploring the History of Pastoral Psychology.” *Pastoral Psychology*, 2007/54, 513-525. p.

²³⁷ „Úgy tűnik, mintha a moralisztikus fundamentalizmustól való felszabadultságában feladta volna az emberi patológia, a gonoszság és a rombolási hajlam mélyebb megértése iránti igényét is.” Clinebell, *Wachsen und hoffen*, 113. p.

²³⁸ Howard Clinebell, *Growth counseling* (Nashville: Abingdon, 1979), 55. p.

²³⁹ Ennél is tovább lép Jay E. Adams, aki nem csak irányt mutat, de int és fedd is. Az általa noutethikus vagy felszabadító lelkigondozásnak nevezett irányzat nem ismer el más okot a lelki megbetegedésekre, mint az organikus (szervi eredetű) és a hamartiogén (bűnhöz kötődő) okokat. Emberképében hagsúlyos az ember bűnössége, akinek szüksége van a bűnnel való szembesítésre. Kritikusai szerint Adams, miközben nyíltan elutasítja a pszichoterápiát, rejtetten behaviorizmust gyakorol, hiszen a lelki bajokat viselkedésmódosítással kezeli. Vö.: Hartwig Daewel, „Seelsorgekonzeptionen seit der dialektischen Theologie.” 89. p. Adams

konfrontációt mélyen meggyökerezve látja a keresztyén hagyományban (az egyházfegyelem és bűnbocsánat által), így azt a lelkipozástól is elidegeníthetetlennek tartja.²⁴⁰ Egyúttal szemére is veti a lelkipozásnak, hogy nem dolgozott ki módszereket a bűn kezelésére és az embereknek a bűntől való megszabadítására. Számára a bűn azt jelenti, hogy az ember megsértette azokat az értékeket, amelyeket lelkiismeretének érett oldala érvényesnek és fontosnak tekint.²⁴¹ A konfrontáció lényege és terápiás hatása:

“Az emberek csak akkor változnak meg, ha a jelenlegi helyzetük fájdalmasan tudatossá válik számukra. A konfrontáció pontosan ennek a fájdalomnak teszi ki őket, amely a felelőtlen magatartásukból ered.”²⁴²

A konfrontáció alkalmazásával óvatosan kell bánni, mert az olyan, mint egy erős gyógyszer. Megfelelő adagolásban gyógyít, túladagolva azonban megsebez. Clinebell óv a visszaélés és manipuláció veszélyétől, amelytől szerinte az óvatos és visszafogott alkalmazás, valamint a segítő szándék tudatosítása, és a felelősségvállalásra való nevelés szándéka tud megóvni.

A lelkipozói kapcsolat célja kettős, nem csak az aktuális problémából való gyógyulás, hanem a személyiség érettebbé válása is fontos számára, az azonban nem csak a lelkipozó szakmai felkészültségétől függ, hanem magában foglalja a lelkipozói folyamat spirituális dimenzióját is.²⁴³ A lelkipozói folyamat sikere abban is mérhető, hogy a gondozott jobb viszonyba került Istennel.²⁴⁴

Noha Clinebell visszahozza a konfrontációt a lelkipozásba, mégsem ez áll koncepciója középpontjában, hanem a növekedés. A növekedés az a lencse, amelyen keresztül a kliens életét szemléli, és amelyen keresztül a kapcsolat célját és sikerét is méri:

“Az emberek fájdalmát és betegségét képes vagyok a múltbéli sikereiken (még ha azok korlátozottak is), a jelenbéli erősségeiken, valamint jövőbeni potenciáljukon keresztül látni.”²⁴⁵

Rogershez hasonlóan Clinebell is vallja, hogy a változások – paradox módon – akkor indulnak be, amikor a kliens elfogadja helyzetének megváltoztathatatlanságát. Az ehhez vezető út fontos állomása az érzelmi katarzis, amelynek során felszínre törnek érzelmi töltetű gondolatai, beállítódásai, késztetései. A katarzis eléréséhez az érzelmi fókusz

ugyanezeket az elveket átvezeti a családi életre és a házasságra is. Vö.: Kereskényi Sándor, „Jay Adams családterápiája.” *Theologiai Szemle*, 2000/2, 82-93. p.

²⁴⁰ Lényegében erről beszél Gyökössy is, amikor azt mondja: “Igyekszem nem meglegedni a Rogers-féle facilitátor szolgálatával, ami némi megkönnyebülést ad a partnernek. Bár ez sem lebecsülendő eredmény. Esetleg öngyilkosságot akadályozhat meg. De ha mód van rá, mindent megkísérlek, ha kell partnercentrikusan, ha úgy adódik téma, vagy problémacentrikusan a partneremet katarzishoz, belső megtisztuláshoz (megtéréshez) segíteni.” Gyökössy, *Magunkról magunknak*, 233. p.

²⁴¹ Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 211. p.

²⁴² Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 214. p.

²⁴³ Vö.: 1Kor 3,6.

²⁴⁴ Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 35. p.

²⁴⁵ Clinebell, *Growth counseling*, 53. p.

megtartása vezet, amelynek során a lelkigondozó odafigyel a kliens minden érzelmi megnyilvánulására, valamint tudatosan kerüli az információfeltáró kérdéseket, hogy ne terelje át a beszélgetést intellektuális síkra. A katarzis megélése után a lelkigondozói intervenció nagyobb teret nyer. A lelkigondozói folyamat lefolyása a következő állomásokat érinti:²⁴⁶ (1) a kliens támasz iránti szükségletének kielégítése, (2) érzelmi katarzis, (3) a stressz-szituáció objektív feltárása, (4) elhárító mechanizmusok feloldása, (5) az élethelyzet megváltoztatása, (6) terápiás cselekvések, házi feladatok elvégzése, és (7) vallásos segítség bevonása.

Clinebell egyéni és csoportos lelkigondozó munkássága mellett – amellyel nem csak teológiai körök, de számos más segítő foglalkozás képviselőjének elismerését is kivívta – jelentős a növekedésorientált koncepciójának alkalmazása a párokkal és családokkal való munkára is. Ezt a humanisztikus orientáltságú párterápiás és házasság gondozói koncepciókat bemutató alfejezetben ismertetjük.

1.2.2.2 Hans-Christoph Piper és a kommunikációs fókuszú lelkigondozás

Hans-Christoph Piper (1930 – 2002) az első német szerző, aki a kliensközpontú gondolatiságot beemelte a lelkigondozói munkába és azt a Paul Watzlawick által erősen meghatározott kommunikációelmélettel kiegészítve, saját koncepcióként bemutatta.

Piper akkor került közeli kapcsolatba a humanisztikus orientáltságú lelkigondozással, amikor 1968-ban a Vandenhoeck & Ruprecht kiadó megbízta az első rogersi alapokon nyugvó lelkigondozói könyv német nyelvre való fordításával.²⁴⁷ Lelkigondozói munkájában hangsúlyozza a rogersi attitűd megvalósítását, ám mindeközben mellőzi a

²⁴⁶ Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 136-138. p. A felsorolásban jól megfigyelhető, hogy Clinebell analitikus módszereket is alkalmaz, ám megjegyzi, hogy ezek én-gyengeségtől szenvedő kliensek esetében csak korlátozottan kivitelezhetők.

²⁴⁷ H. Faber, E. van der Schoot, *A lelkigondozói beszélgetés lélektana* (h. n.: HÍD Családsegítő Központ, Nemzeti Egészségvédelmi Intézet Mentálhigiénés Csoportja, Magyar Pszichiátriai Társaság Pszichohigiénés Szekciója, 1990). Az eredeti holland kiadás 1962-ben jelent meg. A kapcsolatnak biográfiai okai is vannak: Piper 15 évesen elvesztette édesapját, így teológiai tanulmányait Günther Ruprecht, a kiadó társtulajdonosa finanszírozta, aki apjának barátja volt. 1954/55-ben egy tanévet Amsterdamban töltött ösztöndíjasként, itt ismerte meg későbbi feleségét is. Hazatérése után a kiadó gyakran kérte fel holland nyelvű könyvek véleményezésére, hogy azok alkalmasak-e a német nyelvre történő fordításra. Ugyancsak 1968-ban Piper részt vett Wybe Zijlstra 3 hónapos hollandiai szemináriumán. Ez azért fontos állomás, mert Zijlstra az Egyesült Állomokban tanulta a rogersi beszélgetésvezetést és ez újabb jelentős hatást gyakorolt Piperre. Piper később is Wybe-t tekintette szupervizorának és mentorának, amikor Hannoverben maga is létrehozta Németország első klinikai lelkigondozói képzését. Hollandiában nyert benyomásairól később így ír: „Ott találtam meg a teológiai gondolkodás és cselekvés számomra eddig ismeretlen empirikus vonását is, amely a kezdeti megütközés után felszabadító hatással volt rám. Ott kerültem először kapcsolatba a vallásfenomenológiával és a pasztorálpszichológiával, ami teológiai látóhatárom nem sejtett kiszélesedését jelentette.” Hans-Christoph Piper, *A kommunikáció tanulása a lelkigondozás és a prédikálás terén: Egy pasztorálteológiai modell* (Debrecen: Debreceni Református Hittudományi Egyetem, 1999), 32. p.

jellegetes rogersi terminológiát és elismeri a Szentlélek munkáját a lelkigondozói folyamat szerves részeként:

“A megértésnek kevesebb köze van az értelemhez, mint az elfogadáshoz, a közelséghez, a téradáshoz és a szeretethez. A megértés kreatív és kreativitásra szabadít fel. A ‘Creator Spiritus’-hoz van köze. A megértő meghallgatás transzparens, túlmutat önmagán Rá, aki fenntartás nélkül elfogadja az embert, aki közel áll hozzá és szereti őt. Így nem csoda – vagy sokkal inkább: éppen ez a Szentlélek csodája – ha ott, ahol ilyen megértéssel találkozunk, újra örülni tudunk a teremtettségünknek [...]”²⁴⁸

Rogers eljárás módját követve Piper is fontosnak tartja a beszélgetések rögzítését, ám ezt nem a beszélgetés közben teszi hangi vagy képi eszközökkel, hanem a beszélgetés után, emlékezetből. Ezt tudatosan teszi, mert számára a beszélgetés tartalmának felidézése a megfigyelés fontos része, ugyanis a visszaemlékezés során a nem verbális közlésanyag is felszínre kerül, amelyre a lelkigondozó a beszélgetés során nem figyelt fel tudatosan.²⁴⁹ A jegyzőkönyv tehát nem csupán a beszélgetés tárgyilagos feljegyzése, hanem értelmezési és feldolgozási folyamat is egyben, amely a következő kérdésekre tér ki:

“Valóban megértette a lelkigondozó a beszélgetőpartnerét? És fordítva: ez meg tudta érteni amazt? Milyen érzelmek fejeződtek ki az elhangzott szavakban (mindkét oldalon)? Hogyan zajlik a kommunikációs folyamat a beszélgetésben? Milyen akadályok gátolják a kommunikációt (mindkét oldalon)? Betartotta-e a lelkigondozó a beszélgetőpartnerére iránti közelség és távolság helyes középútját? Ő maga milyen szerepet játszott a beszélgetésben? Hú maradt a szerepéhez, vagy kiesett abból? Mik a beszélgetés pszichológiai és teológiai implikációi? Melyek a lelkigondozó által elkövetett jellegetes hibák és milyen saját rejtett problematikára utalhatnak ezek?”²⁵⁰

A beszélgetések bemutatását – Rogershez hasonlóan – Piper magas fokú őszinteséggel teszi, ezzel egyszersmind potenciális szakmai támadásoknak is kitéve magát, mert nem csak a sikeres beszélgetéseit, hanem a kudarcait és hibáit is részletesen közli.²⁵¹ A jegyzőkönyv írást egy önálló kötetben be is mutatta, amely fontos alaplátvává vált német nyelvterületen a teológusképzésen belüli lelkigondozói, majd pedig a szerző által létrehozott posztgraduális klinikai lelkigondozói képzésnek is (Klinische Seelsorgeausbildung – KSA).²⁵²

Mivel a beszélgetés egy kommunikációs műfaj, Piper hangsúlyozza a kommunikációs törvényszerűségek ismeretét és szemére is veti a teológustársadalomnak ezirányú tájékoztatatlanságát.²⁵³ Ezen a ponton kölcsönzi Paul Watzlawick és munkatársai

²⁴⁸ Hans Christoph Piper, *Gesprächsanalysen* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1973), 2. kiadás, 119-120. p.

²⁴⁹ Piper, *Gesprächsanalysen*, 9. p.

²⁵⁰ Piper, *Gesprächsanalysen*, 10. p.

²⁵¹ Hans-Christoph Piper, „Macht und Ohn-macht: Die Frage nach dem Proprium der Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 1982/34, 294. p.

²⁵² Piper, *Gesprächsanalysen*. Később a szerző egy külön kötet szentelt a haldoklókkal folytatott lelkigondozói beszélgetéseknek is: Hans-Christoph Piper, *Gespräche mit Sterbenden* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1977).

²⁵³ Piper, *A kommunikáció tanulása a lelkigondozás és a prédikálás terén*, 68. p.

eredményeit és fogalomkészletét.²⁵⁴ Ennek megfelelően beszél analóg és digitális kommunikációról, miközben hangsúlyozza, hogy a krízisben lévő ember analóg módon (képek, álmok, hasonlatok, szimbólumok és metaforák útján) fejezi ki magát és a lelkigondozónak értenie kell az analóg kommunikáció nyelvét.²⁵⁵ Beszél a lelkigondozói kommunikáció interpunkciójáról, miszerint a beszélgetés nem egy előre meghatározott, irányított forgatókönyv szerint zajlik, hanem ingerek és reakciók láncolatából épül fel.²⁵⁶ Akkor is watzlawicki terminusokhoz nyúl, amikor Asmussen és Thurneysen megközelítésében a lelkigondozó és a gondozott kapcsolatát aszimmetrikusnak, a rogersi alapokon nyugvó, Faber és van der Schoot féle megközelítésben pedig szimmetrikusnak aposztrofálja.²⁵⁷

Végző soron a lelkigondozás propriumát vizsgálva arra a megoldásra jut, hogy az nem más, mint az Isten nevében és Isten megbízásából folytatott beszélgetés. Ez különbözteti meg a lelkigondozást a pszichoterápiától, és ez különbözteti meg a poimenikát más teológiai diszciplínáktól is.²⁵⁸

1.2.3 Humanisztikus orientáltságú párterápiás és házasság gondozói koncepciók

1.2.3.1 Humanisztikus pár- és családterápiás koncepciók

1.2.3.1.1 Carl R. Rogers a házasságról

Rogers nem dolgozott ki részletes párterápiás modellt, ettől függetlenül sokat és behatóan foglalkozott a párkapcsolatok témájával.²⁵⁹ 1972-ben egy teljes kötetet is szentelt a

²⁵⁴ Paul Watzlawick, Janet H. Beavin, Don D. Jackson, *Menschliche Kommunikation: Formen, Störungen, Paradoxien* (Bern: Hans Huber, 2000), 10. kiadás. Az első kiadás 1969-ben jelent meg.

²⁵⁵ Piper, *A kommunikáció tanulása a lelkigondozás és a prédikálás terén*, 72. p. Vö.: Watzlawick et al, *Menschliche Kommunikation*, 61-68. p.

²⁵⁶ Piper, *A kommunikáció tanulása a lelkigondozás és a prédikálás terén*, 72. p. Vö.: Watzlawick et al, *Menschliche Kommunikation*, 57-61. p. Erre a jelenségre utal a lelkigondozás propriumának tárgyalásakor is: „Ez a lelkigondozás propriuma: a lelkigondozó védtelen, strukturálatlan helyzete és tehetetlensége (Ohnmacht), a minden beszélgetésben újra megjelenő feszültsége, hogy vajon mi sül ki belőle.” Piper, „Macht und Ohn-macht: Die Frage nach dem Proprium der Seelsorge.” 296. p.

²⁵⁷ Hans-Christoph Piper, „Das Menschenbild in der Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 1981/33. 387. p. Ugyanitt a kétféle viszony megkülönböztetésére használja a „paternalis” és „fraternális” jelzőket is.

²⁵⁸ „Mi a lelkigondozás sajátja az egyházi cselekvés, beszéd és kommunikáció más megnyilvánulásaihoz képest? Mi az összetéveszthetetlen propriuma? A beszélgetés. A két beszélgetőpartner egyike megkezdí a beszélgetést Isten nevében és az ő megbízásából. Ez a személy lelkipásztoroként, lelkigondozóként engedi magát felismerni a másik számára. Ez határozza meg a beszélgetés strukturáját, amennyiben a másik fél belemegy a beszélgetésbe.” Piper, „Macht und Ohn-macht: Die Frage nach dem Proprium der Seelsorge.” 295. p.

²⁵⁹ A „Valakivé válni” című kötetben például egy egész fejezetet szentel annak bemutatására, hogy a kliensközpontú terápián való részvétel miként befolyásolja a kliens családi életét. Eszerint: (1) képes lesz az

témának “Becoming Partners: Marriage and its Alternatives”²⁶⁰ címmel. A könyv érdekes, ám nem veszélytelen alapállásból született. A szerző szerint a házasság és a nukleáris család, mint emberi közösség és együttélési forma a könyv megírásának idejére bizonyítottan kudarcot vallott, ezért új utakat kell keresni az intim kapcsolatok megélésére. Az 1970-es években felvirágzó élettársi kapcsolatok és szabad szerelmet hirdető kommunák tulajdonképpen válaszkeresések az intim kapcsolatok kríziseire, amelyeket Rogers kreatív kísérletekként üdvözöl.²⁶¹ A szerző szerint ezek kísérletek egy újfajta közösség megélésére, egy újfajta értékrendszer mentén.²⁶² Számos interjú bemutatása után így foglalja össze téziséit:

“Ha egy pár a szülők, a vallás, vagy a társadalom elvárásai szerint akar élni, az zavarja és károsítja a házasság fejlődésének összetett folyamatát.”²⁶³

Azért tartjuk ezt a megállapítást veszélyesnek, mert nem csupán az általa destruktívnek ítélt korlátozások nyomása alóli felszabadulásra buzdít, hanem az erkölcsről vallott társadalmi és vallási konszenzussal való nyílt szembehelyezkedést is hirdeti. Ezzel kihúzza az etikai talajt a párkapcsolat lába alól anélkül, hogy valami jobbat adna alá.²⁶⁴ Ugyanezt a folyamatot figyelhetjük meg posztmodern irányultságú családterapeutáknál is.²⁶⁵ A pszichoterapeuta deklaráltan értéksemlegesen végzi munkáját, a lelkipogozó azonban – mint gyakorlati teológiát művelő szakember – a rendszeres és biblikus teológia fegyelmező tekintélye alatt végzi szolgálatát, ezért van mércéje a jó és rossz, a helyes és helytelen magatartási módok mérlegelésére.

érzéseit hatékonyabban kifejezni, (2) a kapcsolatok megélése kongruensebbé válik, (3) fejlődik a kétirányú kommunikáció, és (4) a másik személy önállóságának megengedése. Rogers, *Valakivé válni*, 391-405. p.

²⁶⁰ Értekezésünkben a német kiadást idézzük: Carl R. Rogers, *Partnerschule: Zusammenleben will gelernt sein – das offene Gespräch mit Paaren und Ehepaaren* (München: Kindler, 1975).

²⁶¹ Ma már láthatjuk, hogy ezek az együttélési formák nem bizonyultak jobbnak a házasságnál. Az élettársi kapcsolat 2-5-szörte bomlékonyabb a – mára még a '70-es évekhez képest is bomlékonyabbá vált – házassághoz képest. Vö.: Tárkányi Ákos, „A család válsága – tévhitek és megoldások.” 3. p. Forrás: ncsszi.hu/download.php?file_id=504 (Találat napja: 2012.10.24.) A kommunák gondolata pedig olyan gyakorlatokkal és fogalmakkal társul, mint a drogfogyasztás, csoportsex, vallási fanatizmus, messianisztikus öngyilkos-szekták. Így végső soron kijelenthetjük, hogy a kísérlet kudarcot vallott.

²⁶² Rogers, *Partnerschule*, 155. p.

²⁶³ Rogers, *Partnerschule*, 196-197. p.

²⁶⁴ A lelkipogozó számára fontosnak tartjuk a bibliai értékekben való meggyökerezést. A keresztyén ember számára a bibliai értékrend tömör összefoglalása a Tízparancsolatban található, ezt tekinti mérvadónak a jó és a rossz megkülönböztetésében és ezt tekinti zsinórmértéknek az emberi kapcsolataiban – így a házasságban – is.

²⁶⁵ Varga Pál erre tesz kísérletet az általa „autonómián alapuló szerelmi házasságnak” nevezett koncepcióban. Abból kiindulva, hogy a házaspárok jelentős hányada megesalja egymást arra a következtetésre jut, hogy a házasságon kívüli szerelmi kapcsolat az emberi természetből fakadó, legitim emberi szükséglet, ezért olyan kapcsolati etikát kellene létrehozni, amely elismeri ezt a szükségletet és lehetővé teszi annak megélését a párkapcsolat veszélyeztetése nélkül. Vö.: Varga Pál, „A Romantikus szerelem hétköznapjai.” Konferenciai előadás kézirat, IV. Európai Családterápiás Konferencia (2001). Korábban ezt a gondolatot Szilágyi Vilmos is felvetette: Szilágyi Vilmos, *Nyitott házasság, korszerűbb életstílus* (Budapest: Idegenforgalmi Propaganda és Kiadó Vállalat, 1988).

Rogers könyvének értéke, hogy interjúi alapján összefoglalja a tartós és boldogító párkapcsolatok legfontosabb minőségi mutatóit:²⁶⁶ (1) önátadás és kötődés,²⁶⁷ (2) kommunikáció, (3) a szerepek felfüggesztése,²⁶⁸ és (4) önálló személylé válás.

1.2.3.1.2 Virginia Satir élményközpontú családterápiája

Virginia Satir (1916 – 1988) az egyik legbefolyásosabb családterapeuta, ugyancsak a humanista irányzathoz köthető. Elismertségét és karizmatikus voltát jelzi, hogy John Grinder és Richard Bandler 1972-ben Fritz Perls és Milton Erickson mellett Satirt is bevonta kutatásába, melynek az volt a célja, hogy a kor legjelentősebb terapeutáinak munkamódszereit megfigyeljék és azokat technikákká absztrahálva mások számára is hozzáférhetővé tegyék.²⁶⁹

Satir helyzete többszörösen is kiemelkedő a családterápia történetében: nőként és szociális munkásként képes volt érvényesülni egy férfi pszichiáterek által uralt szakmában, emellett – férfikollégáit jóval megelőzve – már 1951-ben végzett családterápiát, valamint ő szervezte meg 1955-ben az első családterápiás képzést.²⁷⁰ Nem utolsósorban, azzal hogy bevonta az identifikált páciens családtagjait is a terápiás folyamatba, Satirnak köszönhető, hogy a családterápia az analitikus, majd humanista irányultságból elindult a rendszerszemlélet felé.

Rogershez és Clinebellhez hasonlóan Satir is erőforrás- és növekedésorientált. Meggyőződése, hogy minden egyén és minden család rendelkezik azzal a potenciállal, amelynek birtokában életét sikerre és boldogulásra juttathatja. A diszfunkcionális személyek és családok azonban nem férnek hozzá ezekhez az erőforrásokhoz, ezért van szükségük egy terapeutára, aki (1) nyílt kommunikáció és (2) érzelmi élmény(ek) segítségével megnyitja az utat kliensei előtt a saját erőforrásaik felé.

²⁶⁶ Rogers, *Partnerschule*, 191-200. p.

²⁶⁷ Ezt a pontot Rogers kérdőjellel vezeti fel, mert ugyan a sikeres párkapcsolat fontos részének tekinti, ám kételkedik abban, hogy a kapcsolatban résztvevő felek ennek meglétét reálisan fel tudják-e mérni. Szakításkor gyakran mondják azt, hogy „Én azt hittem, szeretem őt, de most már látom, hogy nem.” John Gottman szerint ez a jelenség a megromlott kapcsolat egyik tünete, amikor a pár tagjai, hogy – rogersi terminológiával élve – kongruensek maradhassanak a „most nem vagyunk jóban egymással” érzésükhöz, utólag átírják a közös múltat. Vö.: John M. Gottman, Nan Silver, *A boldog házasság hét titka* (Budapest, Vince Kiadó, 2000), 53. p.

²⁶⁸ Ezen a ponton összemosódik a szerepek megváltoztatása és a hagyományos értékrend felfüggesztése, mintha az egyenlő szerepmegosztás és az individuális fejlődés csak a keresztyén erkölcs feladásával lenne lehetséges. A hagyományos férfi-női szereposztás felfüggeszhető a kapcsolat etikai alapjairól való lemondás nélkül is, ám úgy tűnik, Rogers ezzel a lehetőséggel nem számol.

²⁶⁹ Ennek a vizsgálatnak az eredményeként született meg a neurolingvisztikus programozás (NLP). Vö.: Joseph O'Connor, John Seymour, *NLP: Segítség egymás és önmagunk jobb megértéséhez, pszichológiai gyakorlatok* (Piliscsaba: Bioenergetic, 1996) 24. p. Továbbá: Mihalec Gábor, „Az NLP módszerei: Legfontosabb kommunikációs technikák bemutatása, etikai megjegyzések.” *Theológiai Szemle*, 2002/4, 216-220. p.

²⁷⁰ Vö.: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 101. p.

A nyílt kommunikáció koncepciójában rogersi terminológiával él és a személyes, illetve családi kongruencia megvalósítását tekinti elérendő céljának. Koncepciója szerint minden embernek megvan a saját megküzdési módja, amelynek kialakulásában fejlődéslelektani tényezők játszanak közre, és amely folyamat a beszédtanulás koráig már le is folyik. Ez a megküzdési stílus azután befolyásolja, hogy miként határozzuk és védjük meg magunkat, vagyis mennyire bízunk magunkban, mennyire tudunk az erőforrásainkra támaszkodni. Satir öt megküzdési stílust (vagy ahogyan ő nevezi: pozíciót) különböztet meg, amelyek közül négy destruktív, egy pedig funkcionális, egészséges. A megküzdési pozíciók azonosításában fontos kritérium, hogy az egyén mennyiben veszi figyelembe világának három meghatározó elemét: az ént, a kontextust és a másikat.

A négy destruktív megküzdési pozíció:

1. Engesztelés.

Az ilyen személy figyelmen kívül hagyja a saját értékére vonatkozó érzéseit, hatalmát a másoknak adja át és mindenre igent mond. Az engesztelő csak a másokra és a kontextusra figyel, az én kirekesztődik a figyelméből.

2. Vádaskodás.

A vádaskodó magáévá tette a társadalomnak azt a követelményét, miszerint nem szabad gyengének mutatkozni, ki kell állni magunkért, másoktól nem lehet támadást vagy mehetségeket elfogadni. A vádaskodó leértékeli a másikat, csak önmagát és a kontextust veszi figyelembe.

3. Okoskodás.

Az okoskodó csak a kontextust veszi figyelembe, azt is leggyakrabban az adatok és a logika szintjén. Leértékeli önmagát és a másikat is. Kommunikációjában végletesen tárgyilagos és kerül minden érzelmi megnyilvánulást.

4. Zavarodottság.

Ezt a megküzdési pozíciót gyakran összetévesztik a bohóckodással, vagy vidámsággal. Az ilyen ember állandóan mozgásban van, mozgásával tereli el a figyelmet az aktuális témáról. nincs tekintettel sem önmagára, sem a másokra, sem pedig a kontextusra.

A négy destruktív pozíció mellett Satir megfogalmazza az egészséges személyiség megküzdési stílusát is, amelyre a Rogers által bevezetett „kongruens” (máskor: egységes) jelzőt alkalmazza.

„Az ilyen kommunikációban az üzenet minden része ugyanabba az irányba halad: a szavak összhangban vannak az arckifejezéssel, testhelyezettel, és a hangszínnel. A kapcsolatok könnyűek, szabadok, és őszinték, és az emberek önértékelését semmi sem fenyegeti. Az ilyen reakció szükségtelenné teszi az engesztelés, vádaskodás mintáját, az okoskodásba menekülést, vagy az állandó mozgást. Az öt minta közül egyedül csak az egységes, áramló

viselkedésnek van esélye arra, hogy a viszályokat elsimítsa, hogy túllendítsen a holtponthoz, vagy hidat építsen az emberek között.”²⁷¹

A kongruenciát Satir három szinten kezeli. Az első szinten az egyén elfogadja az érzéseit olyanoknak, amilyenek; a másodikon összhangba kerül az énjével; a harmadikon pedig a harmóniába kerül az életerejével, spiritualitásával, vagy Istennel.²⁷²

Az öt megküzdési pozíció az alábbi táblázattal foglalható össze:²⁷³

	Engesztelő	Vádaskodó	Okoskodó	Zavarodott	Kongruens
Szavak	Mindent magára vállal: ”Minden az én hibám.” „Semmi sem vagyok nélküled.” „Azért vagyok, hogy téged boldoggá tegyelek.”	Egyet nem értés: „Sosem csinálsz jól semmit!” „Mi a baj veled?” „Csak a te hibád!”	Extrém tárgyilagosság: Hivatkozás a szabályokra és a „helyes” dolgokra. Elvont kifejezések és hosszú fejtegetések.	Kívülállóság, oda nem illés: Sületlenségeket beszél, elkalandozik, nem a lényegről beszél.	Valódi: A szavak összhangban vannak a testhelyzettel, a hangszínnel és a belső érzésekkel. Szavai arról tanúskodnak, hogy tudatosan megéli az érzéseit.
Érzés	Könyörgés. Esdeklő kifejezések és hanghordozás. Gyengeségről árulkodó testhelyzet.	Vádaskodás. Erőt sugárzó testhelyzet. Merevség.	Merev, zárkózott. Visszafogott gesztusok, felsőbbrendű arckifejezés.	Zavart. Folyton változó arckifejezés. Szögletes és laza testhelyzet.	Összhangban a szavakkal, a kifejezések áramlása.
Viselkedés	Függő mártír. „Túl jó” magatartás. Bocsánatkérés, mentegetőzés. Vinnyogás és könyörgés. Feladás.	Támadás, ítélkezés, parancsolgatás, hibáztatás.	Tekintélyelvű, merev, fegyelmezett magatartás. Racionalizált cselekvés, manipulatív, kényszeres.	Elvonja a figyelmet. Nem megfelelő magatartás. Hiperaktív, félbeszakít.	Élénk, egyedi, kreatív, kompetens.
Belső élmény	Értéktelenség	Elszigeteltség	Sebezhetőség	Egyensúlyvesztett	Harmónia, egyensúly, magas önbecsülés.
Lélektani hatások	Neurotikus, depressziós, öngyilkosságra hajlamos.	Paranoid, bűnöző, gyilkos.	Megszállott-kényszeres, szociopata, társaságtól visszahúzó, katatón.	Zavarodott, nem helyénvaló, pszichotikus (őrült).	Egészséges
Élettani hatások	Irritált emésztőrendszer, gyomorzavarok, hányinger, cukorbetegség, migrén, szorulás.	Izomfeszültség és hátfájdalmak, vérkeringési problémák és magas vérnyomás, ízületi	Kiszáradással kapcsolatos betegségek, nyál, nyirokmirigyek, és más kiválasztó funkciók sérülése.	Feszült központi idegrendszer, gyomorpanaszok, hányinger, cukorbetegség, migrén, székrekedés.	Egészséges

²⁷¹ Virginia Satir, *A család együttélésének művészete* (Budapest: Coincidencia, 1999), 95-96. p.

²⁷² Virginia Satir, John Banmen, Jane Gerber, Gömöri Mária, *A Satir-modell: Családterápia és ami azon túl van* (Budapest: Ursus Libris, 2006), 201. p.

²⁷³ Satir et al, *A Satir-modell*, 64., 68., 72., 75. és 97. p. alapján.

		gyulladás, székrekedés, asztma.			
--	--	---------------------------------------	--	--	--

3. Táblázat: Az öt megküzdési pozíció jellemzői Virginia Satir szerint.

Az egységes megküzdési pozíció felé való fejlődés egyenes arányban áll az önértékelés fejlődésével is, ami Satir számára az ember egyik legfontosabb erőforrása.

Az érzelmi élmények tekintetében Satir elhatárolódik Freudtól, aki az emberek érzéseire csak a múltbeli élményeik összefüggésében koncentrál. Ugyanakkor Rogers hozzáállását is kritizálja, aki megelégszik annyival, hogy az emberek felvállalják és megélik érzéseiket, engedjék, hogy az érzéseik irányítsák őket, bármilyenek is legyenek azok.²⁷⁴ Satir hangsúlyozza, hogy ennél tovább kell lépni, és az embereknek el kell dönteniük, hogy az érzéseik alapján hogyan fognak cselekedni.

„Az érzések olyanok, mint a hőmérő, amely megmondja, mennyi a hőmérséklet, ami segít eldönteniünk, hogy mit vegyünk fel. Az érzéseink a belső folyamataink hőmérsékletéről árulkodnak, és segítenek annak eldöntésében, hogy milyenek legyünk, és mit tegyünk.”²⁷⁵

Száma számára nem elég a mentális szintű változás a mélyebb megküzdési mintázatok átalakításához, ezért tudatosan törekszik arra, hogy klienseit mély érzelmi élményekben részesítse a terápiás folyamat során. Ugyanakkor az érzelmeknek keretet is szab, azokat konkrét cselekvésekké alakíttatja át klienseivel. Ezt a folyamatot vezetik végig kreatív terápiás technikái is, amelyekben ötvözi a gestalt-terápia, a hipnózis, az irányított fantázia, a pszichodráma, a szerepjáték és a családi szobor elemeit.²⁷⁶ Legismertebb élményközpontú technikája a családi rekonstrukció. Ennek során a kezelt személyek felállítják a szüleik családját és szerepjáték formájában eljátszák annak bizonyos élethelyzeteit, azután a szülők egymásratalálását és végül a saját családjuk működését. A terapeuta közben irányított kérdésekkel segíti a reflexiót. Ezzel az érintetteknek alkalma nyílik a családi működést meghatározó tényezőket több generáción át végigkísérni azok gyökeréig, régi eseményeket új megvilágításban látni és ezzel együtt régóta megrögzült hiedelmeket és érzelmeket megváltoztatni. A folyamat hatásait és tanulságait Satir a következő pontokban foglalja össze:

„1. A szülők nem természetes ellenségei a gyermekeiknek, ahogyan a pszichoanalízis alapján képzelhetjük. 2. Az emberek megteszik, ami tőlük telik. [...] 3. Az emberek saját magukban hordozzák a családjukról alkotott elképzeléseiket. 4. Ezekkel az elképzelésekkel foglalkoznak, nem pedig a hús-vér apjukkal vagy anyjukkal. [...] 5. Nem a traumatikus esemény fáj az embernek, hanem ahogyan reagál a traumatikus eseményre. [...] 6. Azt találtam, hogy nem a problémával van gond, hanem a megküzdéssel vagy a megküzdés hiányával. [...] 7. A belső folyamat külső megjelenítése vezetett el a szerepjátszáshoz. [...] 8. Kialakítottam egy dramaturgiai formát, amelyben volt humor és szórakozás, s amely az

²⁷⁴ Vö.: Satir et al, *A Satir-modell*, 175-176. p.

²⁷⁵ Satir et al, *A Satir-modell*, 176. p.

²⁷⁶ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 107. p.

agyunk jobb féltekéjére hat. 9. Arra is rájöttem, hogy a szerepjátszók tudják, mit kell mondani még akkor is, ha csak kevés információ áll a rendelkezésükre. [...] 10. Ez a folyamat sokszintű, spirituális és nagyon erőteljes. [...] 11. A szülők felnőtt gyerekek, s a tőlük telhető legtöbbet teszik.”²⁷⁷

Élete utolsó öt évében alakította ki Satir a családi rekonstrukció rövidített változatát, amelyet „a kritikus hatás rekonstrukciója” elnevezéssel illetett.

A terápiás munka során a kliens (vagy kliens család) a következő szakaszokon megy végig: (1) status quo, (2) az idegen elem bevezetése a rendszerbe, (3) káosz, (4) új lehetőségek és integráció, (5) a gyakorlatba ültetés, valamint (6) új status quo.

A Virginia Satir munkásságát bemutató alfejezet végén ki kell térnünk a szerző spiritualitáshoz való viszonyára. Műveiben gyakran emlegeti a spiritualitást, az életerőt, és olykor Istent is. Hogy ezek a fogalmak mit is jelentenek számára, azt az alábbi idézet szemlélteti:

„Hitem szerint a spiritualitás az univerzummal való kapcsolatunkat jelenti, létünk alapja, és ezért alapvetően fontos szerepe van a pszichoterápiában is. [...] Az élet olyan erőből származik, amely sokkal nagyobb, mint a miénk. A teljesebb emberi élet megkívánja, hogy nyitottak legyünk, és kapcsolatba kerüljünk azzal az erővel, amelyet sokféleképpen nevezünk, az egyik gyakori elnevezése Isten. Azt hiszem, a sikeres élet azon múlik, hogy kapcsolatba lépünk-e saját életerőnkkel, s elfogadjuk-e azt.”²⁷⁸

Azzal, hogy Satir ilyen hangsúlyosan bevonja munkájába a spiritualitás témakörét és ilyen nyíltan ír Istenről, megközelítése sok lelkigondozó és pasztorálpszichológus számára rokonszenves,²⁷⁹ ugyanakkor a „numinózumról filozofáló” Junghez hasonlóan Satirról is elmondható, hogy istenképe sokkal inkább panteista-ezoterikus, semmint bibliai.

Munkásságának méltatásaként elmondhatjuk, hogy fontos szolgálatot tett a Rogersi koncepció továbbgondolásával és annak párokra, illetve és családokra szabásával. Ugyanakkor mivel alapvetően a szülők és gyermekek viszonyrendszerében gondolkodik, felismerései kevésbé alkalmasak a pár- mint inkább a családterápiára. Az életművét feldolgozó szerzők számára kérdés marad, hogy eljárása mindenki számára megtanulható és alkalmazható elméletileg megalapozott terápiás rendszer-e, vagy inkább csak intuitív attitűd, amely az ő egyéniségéhez volt kötve.²⁸⁰

²⁷⁷ Satir et al, *A Satir-modell*, 257-258. p.

²⁷⁸ Satir, *A család együttélésének művészete*, 306, 308. p.

²⁷⁹ Például: Ekman P. C. Tam, „Satir Model of Family Therapy and Spiritual Direction.” *Pastoral Psychology*, 2006/54, 275-287. p.

²⁸⁰ Vö.: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 109. p. Satirnak természetes képessége – mondhatnánk: karizmája – volt a klienseivel való mély kapcsolat gyors kialakítására. Mindezt nem módszeresen, hanem intuitíven tette. Csak viszonylag későn fogalmazta meg és gyűjtötte pontokba kapcsolatteremtési „technikáit”. Vö: Virginia Satir, *Mein Weg zu dir: Kontakt finden und Vertrauen gewinnen* (München: Kösel, 1989).

1.2.3.1.3 Susan M. Johnson és az érzelmi fókuszú párterápia

Ez az irányzat sok összetevőt átörökít a már bemutatott koncepciókból és kiegészíti azokat néhány új elemmel, illetve egy világosan kidolgozott elméleti háttérrel és hozzá tartozó hatékonyságvizsgálattal.

„Ez a rövid távú (8-10 üléses) élményközpontú módszer a humanisztikus terápia folyamánya, különösen Carl Rogers kliens-centrikus eljárásait [...] és Fritz Perls Gestalt terápia [...] fogásait ötvözve. Adjuk ehhez az elegyhez Satir hozzájárulását, különösen a hiteles kommunikációra és a meghitt terapeuta-kliens kapcsolatra vonatkozókat, és még Bowlby kötődés-elméletéből a felnőtt szeretetkapcsolatokra vonatkozó elképzelést.”²⁸¹

Az irányzat kidolgozása Susan Johnson és Leslie Greenberg kortárs kanadai pszichológusok nevéhez kötődik.²⁸² Johnson szerint az érzelmi fókuszú terápia (EFT – Emotionally Focused Therapy; máshol: EFCT – Emotionally Focused Marital Therapy) koncepció legfontosabb forrása Carl Rogers, Ludwig von Bertalanffy és John Bowlby munkássága.²⁸³

Az EFT fontos diagnosztikai eszközként alkalmazza a kötődéselmélet felnőttekre vonatkozó elképzeléseit, amelyek szerint az emberek a kötődési képességeik mentén négy kötődési stílus valamelyikébe sorolhatók. Az egyes stílusok jellemzőit az alábbi táblázat foglalja össze.²⁸⁴

Kötődési stílus	Leírás		
	Kép önmagáról	Kép a másikról	Kapcsolati jelleg
Biztonságos	Pozitív	Pozitív	Magas fokú intimitás és autonómia
Bizonytalan-belefeledkező	Negatív	Pozitív	Önértékelése abból táplálkozik, ha mások elfogadják
Bizonytalan-elutasító	Pozitív	Negatív	A közelség elkerülésével védekezik, független és sebezhetetlen
Bizonytalan-szorongó	Negatív	Negatív	Számít a cserbenhagyásra, kritikára és elutasításra, a közelség elkerülésével védekezik

4. Táblázat: A felnőtt kötődési stílusok összefoglalása.

²⁸¹ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 111. p.

²⁸² Leslie Greenberg, Susan M. Johnson, *Emotionally Focused Therapy for Couples* (New York: Guilford Press, 1988).

²⁸³ Susan M. Johnson, Brent Bradley, Jim Furrow, Alison Lee, Gail Palmer, Doug Tilley, Scott Woolley, *Becoming an Emotionally Focused Couple Therapist: The Workbook* (New York: Routledge, 2005), 13. p.

²⁸⁴ John W. Millikin, *Resolving Attachment Injuries in Couples Using Emotionally Focused Therapy: A Process Study* (Blacksburg, Virginia: Virginia Polytechnic Institute and State University, 2000), kiadatlan PhD értekezés, 14. p. A kötődési stílusok részletesebb bemutatásához lásd: Horváth-Szabó Katalin, *A házasság és a család belső világa* (Budapest: Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet, Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, 2011), 289-290. p.

Az EFT fontos célkitűzése, hogy a bizonytalan kötődési mintákat a párkapcsolatban résztvevő mindkét félben leépítse és segítse a biztonságos kötődés kialakulását. Bizonytalan kötődés esetén az érzelmi elköteleződést gátolja, hogy a felek elrejtik egymás elől az elsődleges érzelmeiket (pl. elutasítástól vagy elhagyástól való félelem), és ehelyett az azok által generált másodlagos érzelmeiket fejezik ki egymás felé (harag, hibáztatás). Az EFT arra tanítja meg a klienseket, hogy pillanatról pillanatra fel tudják tárni belső élményeiket és kapcsolati eseményeiket. Ehhez az alábbi humanisztikus lélektani tartalmakra támaszkodik:

„1. A humanisztikus/élményközpontú perspektíva az érzelmi reakciókra fókuszál, és azokat használja fel a terápiás változás folyamatában. [...] 2. Az optimista patologizálásmentes alapállás létfontosságú. [...] 3. Az egészség fokmérője a nyíltság és az elköteleződés. [...] 4. Az ülések a jelenre fókuszálnak, pillanatról-pillanatra folyamat formájában.”²⁸⁵

A később bemutatásra kerülő rendszerszemlélet hozadéka, hogy az EFT tekintettel van a személyközi jelenségekre, a pár „együtt táncolására” miközben élményközpontúan egyidejű intrapszichés fókusszal monitorozza az egyének érzelmerkifejezését is.

A terápiának hármas célja van: (1) a terápiás szövetség megalapozása és fenntartása a rogersi alapattitűdök mentén, (2) az érzelmeik hozzáférhetővé tétele és átfogalmazása a partner magatartásának és a mögötte meghúzódó érzelmeknek a tudatosítása révén, valamint (3) a kulcsfontosságú interakciók újrastrukturálása azzal, hogy a másodlagos érzelmeik helyett a felek megtanulják az elsődleges érzelmeiket kifejezni és ezzel biztonságos teret hoznak létre az érzelmi kötődéshez.

A folyamat során végbemenő változás az alábbi tengelyeken érhető tetten:

„Az elidegenedéstől az érzelmi elköteleződés felé; az éber védekezéstől és önvédelemtől a nyíltság és kockázatvállalás felé; a kapcsolat táncával [dinamikus mozgásban levésével – a szerző] szembeni passzív tehetetlenségtől a tánc irányításának képességéről való meggyőződés felé; a másik fél kétségbeesett hibáztatásától annak megértése felé, hogy a felek miként nehezítik meg egymás számára a viszonyulást és törődést; a másik fél tetteinek kémlélésétől a saját félelmek és vágyak felismerése felé; és mindenk felett: az elszigeteltségtől a kötődés felé.”²⁸⁶

Mindezt az EFT terapeuta 9 lépésen keresztül igyekszik megvalósítani a kliens párral. Ezek a lépések képezik az EFT legfontosabb módszertani keretét. A lépéseket Johnson a zene és a tánc metaforája mentén mutatja be.²⁸⁷ A kilenc lépést öt szakaszba sorolja:

I. szakasz: Felmérés – térképek készítése és a zene meghallgatása

1. lépés: A fő ellentét konfliktusos témáinak körülhatárolása.

2. lépés: A negatív kapcsolati ciklus azonosítása.

²⁸⁵ Johnson et al, *Becoming an Emotionally Focused Couple Therapist*, 29. p.

²⁸⁶ Susan M. Johnson (szerk.), *The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy: Creating Connection* (Philadelphia: Brunner/Mazel, 1996), 6. p.

²⁸⁷ A lépések részletes ismertetéséhez lásd: Johnson (szerk.), *The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy*, 73-154. p. A lépések magyar elnevezésének forrása: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 113. p.

II. szakasz: A zene megváltoztatása

3. lépés: A kapcsolati pozíciók mögötti el nem ismert érzelmek felszínre hozása.

4. lépés: A probléma újradefiniálása a mögöttes érzelmek, a kötődési igények és a negatív ciklusok fogalmaival.

III. szakasz: Szembesülés a sárkánnyal

5. lépés: Azonosulás biztosítása a szelf megtagadott igényeivel, és ezek beépítése a kapcsolatba.

6. lépés: A partner tapasztalatainak és az új kapcsolati mintáknak az elfogadása.

IV szakasz: Érzelmi elköteleződés

7. lépés: Az igények és kívánságok kifejezésének megkönnyítése, és az érzelmi elköteleződés létrehozása.

V. szakasz: Biztonságos alap

8. lépés: Az új megoldások felbukkanásának megalapozása.

9. Az új pozíciók megszilárdítása.

Az elmúlt évtizedek során az EFT általánosan elfogadott és népszerű irányzattá vált a párterapeuták körében. Ennek egyik oka a jól felépített, átlátható módszertana,²⁸⁸ a másik pedig az empirikus vizsgálatok sora, amely igazolja az eljárás hatékonyságát.²⁸⁹ Kérdés marad ugyanakkor, hogy a kötődési nehézségek magyarázata minden párkapcsolati problémára alkalmazható-e vagy csak a kapcsolati problémák bizonyos típusaira.

1.2.3.2 Humanisztikus lelkigondozói szemléletű házassággondozói modellek

1.2.3.2.1 Howard Clinebell növekedés-orientált házassággondozása

Mint Rogers lelkigondozói pendantját, itt mutatjuk be Howard Clinebell házassággondozói koncepcióját is. Clinebell a házassági és családi tanácsadást a lelkipásztori munka legfontosabb területének tekinti, amellyel olyan gyakran találkozik szolgálata során, hogy a téma szakértőjévé kell fejlesztenie magát. Az esetek gyakorisága mellett azért is fontos a lelkésznek képeznie magát ezen a területen, mert a tanácsadás egyetlen más területén sem

²⁸⁸ „[...] amit Satir képes volt intuitíven elérni, mint a pozitív intenciók és források szinte mágikus megtalálása (akármilyen is volt a probléma), az EFCT keretében szisztematikusan teszik, lépésről lépésre felépített feladatokkal.” Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 111. p.

²⁸⁹ Az eljárás az egyik legátfogóbban kutatott és igazolt párterápiás megközelítésnek számít. Vö.: Ryan L. Dunn, Andrew I. Schwebel, „Meta-analysis of marital therapy outcome research.” *Journal of Family Psychology*, 1995/9, 58-68. p. Továbbá: Susan M. Johnson, John Hunsley, Leslie Greenberg, Dwavne Schindler, „Emotionally Focused Couples Therapy: Status and Challenges.” *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2001/6, 67-79. p.

forog annyi jövőt meghatározó emberi érték kockán, mint éppen a családi életben.²⁹⁰ Ez a hozzáállás merőben eltér Rogers kísérletező-megfigyelő alapállásától.

Felfogása szerint a házasságba mindkét fél a személyes szükségletekről vallott egyéni mintákkal lép be. A személyes szükségleteknek – amelyek általában személyes, vagy szexuális jellegűek – egy bizonyos szintig kielégítést kell nyerniük ahhoz, hogy a felek érzelmileg szabadok legyenek a másik, valamint a gyermekek szükségleteire figyelni. Ha a kölcsönös szükségletkielégítés magas szintet ér el, a házasság boldognak mondható, ha viszont a kapcsolat nem képes kielégíteni a felek érzelmi éhségét, az aláássa a partnerek önértékelését, ami elutasításban, haragban és agresszív viselkedésben manifesztálódik.²⁹¹ A rogersi passzivitás különösen a párterápiás helyzetben ütközik korlátokba, ahol a tanácsadó aktív, irányító részvételére van szükség. A lelkigondozó szerepét “megfigyelő résztvevőnek” nevezi, aki egy személyben bíró, tréner, tanácsadó, kommunikációkatalizátor, elfogadó tekintélyszemély, lelkipásztor, a realitás megtestesítője, viselkedéskutató, vezető, beleélő ember és barát.²⁹² Az egyéni lelkigondozáshoz hasonlóan itt is kulcsszerepe van az érzelmi katarzisanak, ami után következhet a lelkigondozói folyamat érdemi része.

A tanácsadás fókuszában nem az áll, hogy mi a rossz a kapcsolatban, hanem, hogy mi a jó benne és mivé válhat ez a kapcsolat a jövőben.

“A legtöbb házasságban létezik egy elrejtett házasság, amely felfedezésre és felszabadításra vár. Ez a látens házasság egy jobb házasság – kielégítőbb, intimebb, elevenebb – mint az itt-és-most kapcsolat. A látens házasság azért van elrejtve, mert betemeti a harag, a kölcsönös elutasítás és megbántás. Sok pár nem vesz tudomást a látens házasságáról. Nem veszi tudomásul, hogy csak egy kis részét – talán 15-25%-át – használja a kielégítő kommunikációra, szexuális öröme, és kölcsönösen beteljesítő szerelemre való kapacitásának.”²⁹³

Ezt a célt tűzi ki a házassággondozói folyamat elé, amit a következő lépések útján valósít meg:²⁹⁴ (1) a felek jobb kommunikációjának kialakítása önmagukkal, a másikkal, a természettel, Istennel; ²⁹⁵ (2) készségfejlesztés egymás megerősítésére és egymás szükségleteinek kielégítésére; (3) konstruktív döntések és felelősségteljes tevékenységek; (4) az életciklusnak megfelelő növekedési lehetőségek igénybevétele; (5) a fájdalom, a problémák és krízisek kihasználása a növekedésre való lehetőségként; (7) a lelki-spirituális növekedés serkentése.

²⁹⁰ Vö.: Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 86-87. p.

²⁹¹ Vö.: Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 89. p.

²⁹² Vö.: Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 106. p.

²⁹³ Howard J. Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment: Pre-Marriage and the Early Years* (Philadelphia: Fortress, 1975), 18. p.

²⁹⁴ Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 2. p.

²⁹⁵ Ezt a többdimenziós kitekintést nevezi Clinebell ökoterápiás szemléletnek. Vö.: Howard J. Clinebell, „Ökotherapie’ – Ein Paradigma für eine ökologisch-soziale Identität.” *Wege zum Menschen*, 1998/50, 160-174. p.

Azzal, hogy a lehetőségekre és erőforrásokra összpontosít, a növekedés-orientált szemlélet nem hagyja figyelmen kívül a szenvedést, fájdalmat és a problémákat, mert azzal a realitást tagadná. A pozitív gondolkodást túlhangsúlyozó irányzatok pontosan ebbe a hibába esnek. Ehelyett a növekedés-orientált házassággyógyítás szembenéz a problémákkal, ám ezt a realitáson alapuló reménység kontextusában teszi.

A koncepció hiányosságaként a szerző maga is elismeri, hogy az kevésbé alkalmas akut krízisben lévő párok számára, nekik inkább valamilyen hagyományos hosszabb távú párterápiás intervenciót javasol.²⁹⁶ Ebből a megfontolásból a növekedés-orientált házassággyógyítás inkább preventív-educatív eljárásnak alkalmas, vagy házasság-gazdagító csoportfoglalkozások háttérszemléletének, semmint önálló terápiás foglalkozásnak.

1.2.3.2.2 Traugott Ulrich Schall lelkipásztori házasságkoncepciója

A humanisztikus lélektan és a lelkipásztori párbeszédét bemutató fejezetet is egy monografikus művel és annak szerzőjével zárjuk. Traugott Ulrich Schall (1931 –), németországi evangélikus lelkipásztor és pszichológus hozzájárulása az európai protestáns házassággyógyításhoz a legjelentősebb Hans-Joachim Thilo “Ehe ohne Norm?” című munkája óta.

A lelkipásztorról általánosságban Schall úgy gondolja, hogy annak akkor maradhat jelentősége önálló diszciplínaként, ha hű marad bibliai hagyományaihoz. Ez a hűség pedig implicit és explicit módon egyaránt kifejezésre kell, hogy jusson.

“A bibliai hagyomány – a Szentírás tanúságtétele a törvényről és az evangéliumról – minden egyházi tanácsadásban és lelkipásztori munkában jelen van, ha legitim módon egyházi térben, a gyülekezet megbízásából és annak szolgálatában alkalmazzák.”²⁹⁷

Ez a hangsúly azonban nem elválasztja a lelkipásztorit a pszichoterápiától, hanem ellenkezőleg, azonos rangra emeli vele,²⁹⁸ hiszen a pszichoterápiában is implicit módon jelen van annak vallási meggyőződése, vagyis az emberképe. A keresztyén lelkipásztor számára a Biblia szolgáltatja az antropológiai háttérrel, valamint a Biblia tanításához mérten ítél bizonyos jelenségeket igaznak vagy életképesnek, illetve hamisnak és életképtelennek. Emellett:

“A bibliai Igére való explicit visszautalás megőrzi az egyházi megbízásból végzett lelkipásztori munkát és tanácsadást az egyházi megbízás keretein belül, valamint megóvja attól, hogy a bűnt büntudatba, a hitbeli kételyeket és kérdéseket depresszióba, valamint az

²⁹⁶ Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 21. p.

²⁹⁷ Traugott Ulrich Schall, „Zur Bedeutung der biblischen Tradition in Beratung und Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 1985/37, 131. p.

²⁹⁸ „A klinikai pszichológia és a lelkipásztori közélet között részben egyenlőségjelet tehetünk, egyúttal azonban látnunk kell, hogy a lelkipásztori területet ölel fel, mint a pszichológia.” Traugott Ulrich Schall, „Seelsorge und klinische Psychologie.” *Wege zum Menschen*, 1982/34, 393. p.

életürességet zavart gyermekkori élményekbe engedje átfolyni – és mindezt tudatosan és módszeresen teszi.”²⁹⁹

A lelkipáncosás mindehhez igénybe veszi a pszichológia eszköztárát, ebből is a legalkalmasabbnak a rogersi kliensközpontú megközelítést tartja,³⁰⁰ amely az analitikus és a viselkedésterápia mellett a három klasszikus irányzat egyike. Egyúttal hangsúlyozza, hogy a lelkipáncosásnak nem csak a lélektanhoz képest, de más egyházi szolgálatokhoz képest (pl. igehirdetés, tanítás, diakónia, vezetés) is meg kell magát határoznia, amelyek ugyan egyenként is magukban hordoznak lelkipáncosói aspektusokat, mégsem egyenlők azzal. Végkövetkeztetése: Az implicit és explicit módon jelen lévő bibliai hagyomány nélkül a lelkipáncosás megszűnik lelkipáncosásnak lenni.

Házasságpáncosói művét³⁰¹ 1983-ban adta ki, későbbi publikációiban pedig az itt lefektetett alapgondolatokat konkretizálta és gondolta tovább. Ebben a munkában a házassági tanácsadást egyértelműen az egyházi lelkipáncosás feladatkörébe delegálja,³⁰² amely történelmileg előbb foglalkozott a házasságokkal, és amelyhez csak később csatlakoztak a különböző pszichológiai iskolák. Schall szerint az egyház nemcsak jogosultabb, de alkalmasabb is a házassággal való foglalkozásra, mert:³⁰³ (1) a gyülekezeti közösség a lelkipáncos és a gyülekezeti tagok közötti természetes kapcsolat forrása, amely lehetőséget ad az időben történő beavatkozásra; (2) a gyülekezeti közösségben a tagok bátrabban kínálják meg a házassággal, neveléssel és életvezetéssel kapcsolatos problémáikat; (3) az egyházi munka a megelőzési lehetőségek széles spektrumát kínálja, amely hozzájárul a kielégítőbb házassági kapcsolatokhoz, és (4) a lélektani terápiás irányzatok és szolgáltatások problémaközpontúak és specializáltak, ellenben az egyházi lelkipáncosás fókuszja mindig egészes (ganzheitlich).³⁰⁴

²⁹⁹ Schall, „Zur Bedeutung der biblischen Tradition in Beratung und Seelsorge.” 134. p.

³⁰⁰ A pszichoanalitikus modellt teoretikus, empirikusan nem igazolt modellnek tekinti. A kliensközpontút ezzel szemben igazolt eljárásnak látja, ám ezen belül is kiemeli, hogy a rogersi ortodox irányzat csak a kezdet, amely azóta számos új szemponttal gazdagodott, amit a lelkipáncosónak érdemes bevonnia a munkájába. Vö.: Schall, „Seelsorge und klinische Psychologie.” 396-397. p.

³⁰¹ Traugott Ulrich Schall, *Eheberatung – Konkrete Seelsorge in Familie und Gemeinde* (Stuttgart: Kohlhammer, 1983).

³⁰² Németországban például a hivatalos egyetemi pszichológusképzés elindítása előtt, már 1949-ben megalakult egy máig működő, fiatalok lelkipáncosásával és házassági tanácsadással foglalkozó keresztyén szervezet (Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e. V. – DAJEB). Vö.: Schall, *Eheberatung*, 17. p. A házasság, mint intézmény is bizonyos fokig az egyházhöz kötődik, ezért az egyház, amely az áldást kimondja a házasságra mindent meg akar tenni annak érdekében, hogy a párokat ennek az áldásnak a hatása alatt is tudja tartani. A házasságokért végzett munka így, mint a társadalomért végzett fontos szolgálat, a keresztyén egyház egyik kulcsfeladata. Vö.: Traugott Ulrich Schall, „Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Spannungsfeld gesellschaftlicher und kirchlicher Interessen.” Wege zum Menschen, 1996/48, 38. p.

³⁰³ Schall, *Eheberatung*, 20. p.

³⁰⁴ Schall, „Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Spannungsfeld gesellschaftlicher und kirchlicher Interessen.” 40. p.

A lehetőségek mellett Schall felsorolja a korlátokat is, amelyek miatt sok közösségben nem kapják meg azt a segítséget, amely elvárható lenne:³⁰⁵ (1) a lelkipásztor hiányzó szakértelme, (2) a hiányzó szakértelemből fakadó bizonytalanságérzet, (3) a sokrétű gyülekezeti feladatok figyelemelvonó sodrása, és (4) a lelkipásztor inadekvát hozzáállása. Emellett akadályok léphetnek fel a jószándékú és segítő hozzáállású lelkipáosztornál is, ha az túl segítőkész, túl tökéletes, túl gyors és túl értelemközpontú.³⁰⁶

A párokkal foglalkozó lelkigondozó eszköztáráként Schall a következő szempontokat sorolja fel:

1. Partnerközpontú hozzáállás, vagyis: a felelősség átengedése a kliensnek.³⁰⁷

Schall a rogersi empátia-akceptancia-kongruencia triászból indul ki, annak segítségével kapcsolódik a hozzá forduló párhoz. E folyamat közben különös hangsúlyt helyez az érzelmi töltetű megnyilatkozások visszajelzésére, valamint a kliensekre való ráhangolódásra. Számára a lelkigondozó ellenállás-érzése a kliensben arra utal, hogy a lelkigondozó nem tudott kellő mélységben a kliensre hangolódni, hanem megrekedt a saját problémáinál, amelyekre a kliens elbeszélése emlékeztette. A partnercentrikus hozzáállás egyúttal azt is jelenti, hogy a lelkigondozó nem akarja megoldani a problémát a kliens helyett, hanem engedi őt felelősséget vállalni a saját problémájáért és annak megoldásáért.

2. Kísérletező hozzáállás, vagyis: bátorság a tökéletlenségre.³⁰⁸

Ez a pont úgy is felfogható, mint a kongruencia kiterjesztése. A lelkigondozó a közelség-távolság tengelyen szabadon mozog és keresi a pillanatnak legmegfelelőbb helyet. Ez a hozzáállás a következő magatartásformákban válik megragadhatóvá: (1) a tanácsadó oldott és laza, (2) jobban érdekli a kliens személye, mint a saját tanácsadói teljesítménye, (3) nem áll merev szabályok és kényszerek hatása alatt, (4) valóságos személyként mutatja meg magát, (5) van bátorsága átnézni dolgok felett, (6) érdekelt a saját tanulási folyamatában, és (7) szeretne valamit maga is tanulni a klienseitől. A kísérletezés soha sem csaphat át a kliens "kísérleti nyúllá" történő lealacsonyításába, hiszen ezzel a tanácsadó vét a partnercentrikusság követelménye ellen.

3. Türelmes hozzáállás, vagyis: a problémáknak idő kell.³⁰⁹

³⁰⁵ Schall, *Eheberatung*, 22. p.

³⁰⁶ Schall, *Eheberatung*, 24. p.

³⁰⁷ Schall, *Eheberatung*, 30-42. p. Később ugyanezt a pontot „elfogadó hozzáállásként” fogalmazza meg. Vö.: Traugott Ulrich Schall, „Seelsorgerliche Hilfen in Partnerschafts- und Familienkonflikten.” In: Isidor Baumgartner (szerk.), *Handbuch der Pastoralpsychologie* (Regensburg: Friedrich Pustet, 1990), 390. p.

³⁰⁸ Schall, *Eheberatung*, 42-51. p. Később ezt a pontot is átnevezi a félreérthetőség elkerülése miatt és „próbáló hozzáállásként” adja vissza. Vö.: Schall, „Seelsorgerliche Hilfen in Partnerschafts- und Familienkonflikten.” 392. p.

³⁰⁹ Schall, *Eheberatung*, 51-61. p.

A kliens számára nagyon fontos a tanácsadó türelme, ami azt üzeni felé, hogy a problémát ki lehet bírni, a konfliktust el lehet viselni. A lelkipáternek vigyáznia kell arra, hogy mindig a türelmet és a megoldásba vetett reményt sugározza, és ne engedje magát elragadtatni a kliensektől a gyors tünetenyhítésre és a felületes megoldások iránti nyomásra. A türelem jó fokmérője, hogy a lelkipáter miként viszonyul a tanácsadás során bekövetkező csendekhez, szünetekhez.

4. Gyakorlatias hozzáállás, vagyis: több figyelem az érzelmekre és a magatartásra.³¹⁰

A lelkipáter a gyakorlatias hozzáállásával és jelen idejű „jelen”-létével mintát ad a kliensek számára, hogy ők is miként viszonyulhatnak egymáshoz. A házasságban megélhető új gyakorlatiasságot Schall a következő ellentétpárokkal szemlélteti:³¹¹ (1) kölcsönös meghallgatás kontra rábeszélés, prédikálás, kihallgatás; (2) önfeltárás kontra diagnosztizálás, vádolás, elítélés; (3) elismerés és hála kifejezése kontra közömbösség és hibák listázása; (4) kívánságok kimondása kontra a másik fél bizonytalanságban hagyása, vagy csalódott duzzogás; (5) időt szánni egymásra kontra a házasságra szánt időt, gyerekekkel, hobbiival, munkával kitölteni; valamint (6) a jelenben élni és megbocsátani kontra a múlt állandó felhánytorgatása.

A megértést és lelkipáteri segítséget próbálja megkönnyíteni Schall azzal, hogy a klienseket, valamint a párkapcsolati problémákat is meghatározott típusokba sorolja. Ha már azonosítani tudta a lelkipáter a kliens, illetve a tanácsadásra felkínált házassági probléma típusát, akkor könnyebben tud orientálódni a rendelkezésére álló megoldási eszköztárban.

A klienseket a következő típusokba sorolja:³¹² (1) siető, túllicitáló gyülekezeti tag,³¹³ aki gyorsan változtatja a témákat, azonnali megoldásokat követel és mindig a leghetlenebb időpontokban keresi fel a lelkészt (istentisztelet előtt, ebéddőben, késő este); (2) távolságtartó gyülekezeti tag, aki először mindent megpróbál saját erőből helyrehozni és csak akkor kér külső segítséget, ha kifogyott a megoldásokból, ám akkor is hűvös és tárgyilagos marad; (3) nyomott gyülekezeti tag, aki láthatóan nagyon szenved a problémájától, kiszolgáltatottnak és áldozatnak látszik, aki védelemre és vigasztalásra

³¹⁰ Schall, *Eheberatung*, 61-71. p. Később ezt a pontot „gyakorlatias-konkrét hozzáállásnak” nevezi. Vö.: Schall, „Seelsorgerliche Hilfen in Partnerschafts- und Familienkonflikten.” 393. p.

³¹¹ Schall, „Seelsorgerliche Hilfen in Partnerschafts- und Familienkonflikten.” 394. p.

³¹² Schall, „Seelsorgerliche Hilfen in Partnerschafts- und Familienkonflikten.” 396-401 p. A schalli felsorolás analógiába hozható a riemann-i személyiség-típológiával, ahol a siető-túllicitáló a hisztérikus, a távolságtartó a skizoid, a nyomott a depresszív, a korrekt pedig a kényszeres személyiség-típusnak feleltethető meg. Vö.: a 132-es számú lábjegyzettel!

³¹³ Schall a tipológiájában gyülekezeti tagokról beszél, ám a kontextusból kihallatszik a népegyházi jelleg, ahol a gyülekezeti tag nem feltétlenül él aktív közösségi életet is. Így a fogalmat kiszélesíthetjük minden segítséget kérő személyre.

szorú; (4) korrekt, rendes gyülekezeti tag, aki szigorúan ragaszkodik az elvekhez, alapos és türelmes, ugyanakkor fél a spontaneitástól, a kiszámíthatatlanságtól.

A házassági problémákat a következő típusokra osztja:³¹⁴ (1) szexuális megvonás, (2) hűtlenség, (3) alkoholizmus, (4) bántalmazás, (5) különélés.

Összegezve elmondhatjuk, hogy Schall fontos adalékokat tesz hozzá a rogersi koncepcióhoz, amelytől az még használhatóbbá, differenciáltabbá válik.

Schall megközelítése, miszerint a házassággyógyászatnak az egyház fennhatósága alá kellene tartoznia – minthogy onnan is származik –, visszaadja a lelkigyógyítás önbecsülését és kompetenciatudatát. Ez fontos erőforrás a lelkigyógyító számára, aki gyakran a pszichológuskolléga árnyékában érzi magát, mint kevésbé kompetens, kevésbé képzett kvázi-szakember.

A kapcsolati problémák típusokba sorolása leegyszerűsíti a lelkigyógyító feladatát, mert konkrét támpontokat ad számára, ugyanakkor meg is köti a kezét, mert nem minden élethelyzet sorolható be a – koronként változó – schalli típusok valamelyikébe, illetve nem minden típusprobléma kezelhető jól az adott típusokhoz felsorolt technikák segítségével. A kezelés ezzel valótlanul mechanikussá válik, mintha minden házassági konfliktustípushoz létezne egy előre kidolgozott tanácsadói foratókönyv.

Schall munkájára a konkrét segítségnyújtásban jellemző egyfajta eklekticizmus. Megértésében ugyan következetesen kliensközpontú, ám alkalmazott technikáiban gyakran segítségül hív tanuláselméleti,³¹⁵ tranzakció analitikus,³¹⁶ kommunikációelméleti,³¹⁷ vagy akár megoldásközpontú³¹⁸ intervenciókat is.

1.2.4 Összegzés

A humanisztikus pszichológia és a vele való párbeszédéből kialakult lelkigyógyítói irányzat, valamint a humanisztikus-élményközpontú párterápiás koncepciók bemutatása után a következő összefoglaló pontokat fogalmazhatjuk meg:

1. A humanisztikus irányzatok jellegzetessége nem annyira az alkalmazott technikákban rejlik, mint inkább az alapvető hozzáállásban. Ha igaz az a zsargon megállapítás, miszerint a pszichológus a személyiségével gyógyít, akkor ez a humanisztikus pszichológusról mindenképp elmondható.

³¹⁴ Schall, „Seelsorgerliche Hilfen in Partnerschafts- und Familienkonflikten.” 401. p. A tipológia a mindenkor uralkodó társadalmi jelenségeken alapul, ezért időről időre változik. Az 1983-as műben szereplő tipológia még sokkal inkább a kommunikációs problémákra volt kihegyezve.

³¹⁵ Schall, *Eheberatung*, 63. p.

³¹⁶ Schall, *Eheberatung*, 96-97. p.

³¹⁷ Schall, *Eheberatung*, 77. p.

³¹⁸ Schall, *Eheberatung*, 116-117. p.

2. Rogers arra törekedett, hogy irányzatának minden eleme tapasztalati alapú legyen, mégis kritikusan szemérem vetik, hogy éppen ezt a követelményt függeszti fel azzal, hogy megfelelő tudományos módszeresség nélkül, a kísérleti pszichológia vonatkozó eredményeit figyelmen kívül hagyva fogalmazza meg elméleti építményeit.³¹⁹ Így – noha eljárásának hatékonyságát empirikus vizsgálatok hosszú sora igazolja – végül mégiscsak teoretikus koncepcióról beszélhetünk.

3. Ami az előző pontban kritikaként megfogalmazódott, az egyúttal Rogers erénye is, hiszen egyszerű megfogalmazásával, átláthatóbb és a tudományoskodást mellőző koncepcióival a pszichoterápiás segítségnyújtásban megtörte a pszichiátertársadalom addigi monopóliumát és a segítségbe bevonta a segítő foglalkozások széles spektrumát. A rogersi alapelveket számos diszciplína átvette (szociális munka, pedagógia, poimenika, stb.), emellett pedig a rogersi triászban megfogalmazott alapattitűd más – a humanisztikus eljárásoktól eltérő munkamódszerű – pszichoterápiás iskolák művelői számára is a segítőtol elvárt alapmagatartássá vált. A kliensközpontú irányzat hatását a lelkipásztorokra az is jól szemlélteti, hogy a klinikai lelkipásztorokban résztvevő lelkipásztorok mindmáig kliensközpontú szellemiségben képződnek (Clinical Pastoral Education – CPE, Klinische Seelsorgeausbildung – KSA).³²⁰

4. A humanisztikus pszichoterápia erőforrás-orientált megközelítése jól összhangba állítható a bibliai emberképpel, ám az a hiányossága, hogy a bűn miatt korlátolt kibontakozásra képes embernek korlátlan lehetőségeket tulajdonít. Ezzel Rogers és követői számára a pszichológia egyfajta pótvallássá avanszálódhat, amelyben nincs szükség megváltóra és a mindenható individuum elfoglalja az Istennek járó helyet is. A lelkipásztorok ezt kiegyensúlyozott mederbe tereli azzal, hogy az embert visszaállítja teremtményi státusába, aki nem a legvégső instancia, hanem alá van vetve a Teremtőnek. Ugyanakkor a bűn miatt korlátolt kibontakozásra a megváltás-megigazulás-megszentelődés triász útvonalán keresztül megnyitja a valóban korlátlan fejlődés távlatát.

5. A teológus szemével vizsgálva a humanisztikus beállítódású lélektan könnyen átcsapathat határok és viszonyítási pontok nélküli bizonytalanságba. A legfőbb cél itt a növekedés, ám hiányoznak azok a világosan megfogalmazott keretek és irányvonalak, amelyekben belül a növekedés optimális esetben lezajlik. A lelkipásztor számára ezt a szerepet tölti be a

³¹⁹ Baumgartner különösen a személyiségelméletének elemeit hangsúlyozza, mint az önkoncepció, az aktualizációs tendencia, és a disszociáció. Vö.: Isidor Baumgartner, *Pasztorálpszichológia* (Budapest: Semmelweis Egyetem, Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, HÍD Alapítvány, 2003), 459. p.

³²⁰ Egyetértünk Klessmannal: „Az ember megítélése a beszélgetésterápiában és a lelkipásztorokban eltérő, a motivációik forrása is eltér egymástól, végeredményben azonban összhangban állnak egymással a segítséget kérő ember iránti magatartásukban. A lelkipásztorok ezért átvehet módszereket a beszélgetésterápiából, mert ezek segítségével a keresztyén célkitűzéseinek is megfelelhet.” Klessmann, *Seelsorge*, 280-281. p.

poimenika (mint a lelkigondozás elméletét szolgáló gyakorlati teológiai diszciplína) mögött meghúzódó értékrendszer és bibliai emberkép. Értékelésünk szerint a személyiségnek a kiegyensúlyozott fejlődéshez szüksége van viszonyítási pontokra, értékrendre és határookra. A kliensközpontú terápia a szubjektív élmény és az individualitás túlhangsúlyozásával éppen ezeket az – egészséges esetben segítő, patológiás esetben pedig korlátozó és destruktív – elemeket helyezi hatályon kívül.³²¹

6. A szubjektivitás és individualitás túlhangsúlyozásával a kliensközpontú irányzat el is szigetelheti az egyént környezetétől, aki a saját potenciáljának kiaknázásán dolgozva szembekerülhet környezetének fejlődésével és érdekeivel. Ezért a humanisztikus pszichoterápia sokat köszönhet Satir hatásának, aki a kliensközpontú attitűd mellett beemeli a rendszerben való gondolkodást és a rendszerben résztvevő egyének egymásra való hatásának átgondolását is. Az egyén fejlődése ezzel úgy mehet végbe, hogy az ne a másik személy ellen irányuljon, hanem vele párhuzamosan, vele összhangban.

7. A poimenika sokat köszönhet a humanisztikus pszichoterápiának abban is, hogy az segítette újra felfedezni az érzelmek jelentőségét az ember életében, és utat nyitott az érzelmekkel való lelkigondozói munkára. Ez azért fontos hatás, mert a keresztyénséget a helyes tanítás, a konzekvens és koherens hermeneutika és exegézis keresésében mindig is fenyegette a racionalitás túlhangsúlyozása és az érzelmek alábecsülése. A humanisztikus pszichoterápia azonban visszazökkentette ezt a tendenciát egy kiegyensúlyozottabb irányba.

³²¹ Baumgartner, *Pasztorálpszichológia*, 460. p.

1.3 A kognitív viselkedésterápia³²² és a lelkipozítás

1.3.1 A kognitív viselkedésterápia rövid áttekintése

Ahogy az elnevezés is tükrözi, két – eredendően különálló – terápiás irányzat, a kognitív terápia és a viselkedésterápia összevonásáról van szó, amit az egyszerűbb bemutatás és az aktuális szakirodalmi használat³²³ való összhang jegyében mi is együtt kezelünk. Mindkét irányultság a tanuláselmélet iránt elkötelezett, azzal a különbséggel, hogy a viselkedésterápia az egyén viselkedését, adott helyzetre való reagálását igyekszik megváltoztatni, míg a kognitív irány a valóságról való gondolkodását módosítja a belátás mentén. A kognitív viselkedésterápia mai formája már nem a kezdetben alkalmazott klasszikus kondicionálásra épít,

“[...] amely az embert a környezeti determinánsok passzív produktumaként kezelte, hanem egy szociális-kognitív tanuláselméletet vesz alapul, amely az embernek aktív szerepet tulajdonít környezetének kialakításában és eközben a kognitív mediációs folyamatok fontosságát hangsúlyozza.”³²⁴

Ennek a váltásnak fontos szerepe lesz a későbbiekben, amikor a kognitív viselkedésterápia lelkipozítói recepcióját vizsgáljuk, hiszen a legtöbb negatív keresztyén kritika éppen a korábbi behaviorisztikus paradigma ellen fogalmazódott meg.³²⁵

1.3.1.1 A kognitív viselkedésterápia vázlatos kialakulástörténete

A kognitív viselkedésterápia alapjául szolgáló tanuláselmélet Ivan Petrovics Pavlov (1849–1936) híres állatkísérleteire vezethető vissza, amelyek segítségével bizonyította a feltételes reflexet és a klasszikus kondicionálást. Pavlov kísérleti eredményein felbuzdulva az amerikai behaviorizmus úttörői gyermekekkel kezdtek el kísérletezni, a reflexek tanulmányozására, illetve a szorongások kialakulásának megértésére. Közülük kiemelkedik

³²² Indokolt lehetne a kognitív pszichoterápia és a viselkedésterápia különálló bemutatása is, ám tekintettel az újabb kori szakirodalmi használatra (amelyre a két terápiás irányzat együttes bemutatása a jellemző), valamint arra a tényre, hogy a kognitív pszichoterápia feltűnően keveset foglalkozik a házastársi kapcsolat problémáival, a két irányzat együttes bemutatása mellett döntöttünk.

³²³ Perczel Forintos Dóra, Mórotz Kenéz (szerk.), *Kognitív viselkedésterápia* (Budapest: Medicina, 2010), 3. kiadás.

³²⁴ Eva Jaeggi, „Kognitive Therapie.” In: Asanger, Wenninger, *Handwörterbuch Psychologie*, 357. p.

³²⁵ Tapolyai Mihály például a saját lelkipozítói útkeresésének egyik állomásként így említi a behaviorista szemléltetű viselkedésterápiát: „Könnyű volt átalakítani a pavlovizmust kissé tartalmasabb ’magatartás-lélektanná’ [...] Alapítója, Watson boldogan dörzsölte kezét, hogy ’megtalálta a lélek nélküli lélektant.’” Tapolyai Mihály, *Isten arcának törött cserépdarabjai: Mások vagyunk* (Budapest: Advent Kiadó, 2010), 10. p.

John. B. Watson (1878 – 1958),³²⁶ aki az új felismerések elterjesztésében az egész emberiség jobbátételének lehetőségét látta;³²⁷ Joseph Wolpe (1915 – 1997), aki az állatkísérletek humán recepciójával lefektette a későbbi viselkedésterápiás módszerek alapjait; Burrhus F. Skinner (1904 – 1990), aki egyenes összefüggést látott a tünet és a szorongás között, amelyben a kognitív folyamatoknak csak közvetett szerepe van; és Hans J. Eysenck (1916 – 1997) aki az egyén személyiségdimenziójának és tanulási folyamatainak összefüggéseit vizsgálta.³²⁸

Az 1960-as és '70-es évekre a viselkedésterápia széles körű alkalmazást nyert és a szorosan pszichoterápiás alkalmazás mellett megjelentek viselkedésterápiás befolyásoltóságú szociális-készség tréningek, szexuálterápiás kutatások, relaxációs eljárások, kommunikációs és konfliktuskezelési tréningek is. Mindezekben egyre nagyobb súllyal jelentek meg kognitív változók, ami a viselkedésterápia és az akkorra már ugyancsak kibontakozott kognitív pszichoterápia közeledését vetítette előre. A "kognitív fordulat" néven ismertté vált átalakulás legfontosabb alakjaiként Peter J. Lang, Arnold Lazarus, Albert Bandura, Albert Ellis és Aaron T. Beck nevét említik.³²⁹

„A fejlődés e vonala napjainkig követhető, amit jól illusztrál, hogy mára a behavior-terápia helyett egyre inkább a kognitív-behavior terápia kifejezést használjuk, még akkor is, ha az egyes konkrét terápiás programokban a kognitív és viselkedéses összetevők aránya természetes módon változik.”³³⁰

A kognitív viselkedésterápia magyarországi kutatásában és oktatásában a Semmelweis Orvostudományi Egyetem munkatársai voltak az úttörők. Az 1970-es években Tringer László és Mórotz Kenéz vezették be az új irányzat elveit a kezelési gyakorlatba. Később a Kopp Mária köré szerveződött kutatócsoport eredményei váltottak ki nemzetközi elismerést.³³¹

³²⁶ Munkásságának összefoglalásáról lásd: Mórotz Kenéz, „A kognitív viselkedésterápia történeti fejlődése.” In: Perczel Forintos, Mórotz, *Kognitív viselkedésterápia*, 36-38. p.

³²⁷ „Az univerzum meg fog változni, ha gyermekeiteket behaviorisztikus szabadságban nevelitek fel. [...] Nem ezek a gyermekek fogják átvenni a mi társadalmunk helyét a jobb életszokásaikkal és gondolkodásmódjukkal, valamint a gyermekeik, akiket még nagyobb tudományos megalapozottsággal nevelnek fel, mígnem a világ olyan helyé válik, amelyben igazi emberiesség honol?” John B. Watson, *Behaviorism* (Chicago: University of Chicago Press, 1930). Idézi: Eva Jaeggi, Robert Rohner, Peter M. Wiedemann, *Klinische Psychologie: Was ist das? Eine Einführung aus sozialwissenschaftlicher Sicht* (Weyarn: Seehamer, 1999), 132. p.

³²⁸ Eysenck ortodox behaviorista hozzáállását jelzi az alábbi polemikus élű idézet: „A tünet maga a neurózis. Gyógyítsd meg a tünetet és meggyógyítottad a neurózist.” Hans J. Eysenck, *Behavior therapy and the neurosis* (Oxford: Pergamon, 1960). Idézi: Jaeggi et al, *Klinische Psychologie*, 334. p.

³²⁹ Vö.: Mórotz, „A kognitív viselkedésterápia történeti fejlődése.” 48-52. p.

³³⁰ Mórotz, „A kognitív viselkedésterápia történeti fejlődése.” 34. p.

³³¹ Vö.: Mórotz, „A kognitív viselkedésterápia történeti fejlődése.” 53. p.

1.3.1.2 A kognitív viselkedésterápiában alkalmazott technikák

Mivel a kognitív viselkedésterápia a külső realitásról való gondolkodást és a viselkedést akarja befolyásolni, és destruktív tanulási folyamatokkal magyarázza a különböző patológiás állapotok kialakulását, elsősorban olyan eljárásokkal dolgozik, amelyek a destruktív tanulási folyamatot igyekeznek felülírni új, a valóságnak jobban megfelelő viselkedési és gondolkodási mintákkal. Ennek eléréséhez az irányzat számos technikát dolgozott ki, amelyek közül itt csak a legjelentősebbeket soroljuk fel. A bemutatott technikákat nem csak külön-külön, de egymással kombinálva is alkalmazzák. Viselkedésterápiás háttéren az alábbi technikákat használják a leggyakrabban.³³²

1. Szerepjáték. A szerepjáték technikáját sokféle helyzetben és változatban alkalmazzák. A pszichodramától eltérően itt a terapeuta direktívebben működik közre, konkrét instrukciókat ad, hiszen az elsődleges cél az új viselkedés begyakorlása, nem pedig traumatikus élmények felidézése és feldolgozása. A szerepjáték terve tartalmazza a probléma definiálását, a megjelenített konkrét helyzet leírását, a szereplő személyek meghatározását, a szerepjáték céljának megfogalmazását, a szereplők közléseinek nagy vonalakban történő előírását, illetve a visszajelzés módjának meghatározását.³³³

2. Operáns kondicionálás. A számos variációban alkalmazott eljárás lényege, hogy a viselkedésnek a környezetre gyakorolt hatása képezi a legfőbb viselkedésbefolyásoló tényezőt. Az alkalmazás során a betegnek a viselkedés várható eredményét kell meghatároznia és a viselkedését a legkedvezőbb várható eredménynek megfelelően alakítania. Az eljárást "eredmény-tanulásnak" is nevezik.³³⁴

3. Szisztematikus deszenzitizálás. A viselkedésterápia egyik legjobban kidolgozott és legtöbbet vizsgált módszerének kidolgozása Wolpe nevéhez fűződik. Az eljárás során a szorongást keltő helyzeteket a szorongással ellentétes aktivitással (relaxáció) társítják, aminek következtében azok szorongáskeltő potenciálja fokozatosan csökken. A szorongáskiváltó helyzettel való konfrontáció történhet in vivo (valóságos), vagy in sensu (gondolati) módon.

4. Ingerelárasztás. A beteget – a szisztematikus deszenzitizáláshoz képest fokozott mértékben és ellentétes aktivitás nélkül – szembesítik szorongásának tárgyával. Az eljárás célja a habituáció, vagyis annak megtapasztalása, hogy a szorongást kiváltó inger jelenléte

³³² Az alkalmazott eljárások legrészletesebb bemutatásához lásd: Steffen Fliegel, Wolfgang M. Groeger, Rainer Künzle, Dietmar Schulte, Hardo Sorgatz, *Verhaltenstherapeutische Standardmethoden: Ein Übungsbuch* (Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1998), 4. kiadás.

³³³ Mórotz Kenéz, „A viselkedésterápia főbb módszerei.” In: Perczel Forintos, Mórotz (szerk.), *Kognitív viselkedésterápia*, 135-186. p.

³³⁴ Vö.: Mórotz, „A viselkedésterápia főbb módszerei.” 145. p.

ellenére a szorongásérzet csökken és végső soron nem következik be az, aminek megtörténésétől a beteg retteg.

5. Relaxáció. A viselkedésterápiához köthető számos relaxációs eljárás kidolgozása (progresszív izomrelaxáció, autogén tréning, biofeedback), amelyet más eljárások részeként (pl. szisztematikus deszenzitizálás), vagy önálló terápiás intervencióként is alkalmaznak. A relaxációs módszereket nem csak terápiás céllal, hanem preventív eljárásként is tanítják, emellett fontos alkalmazási területet talált magában sportban, a hadseregben és a wellnessben is.³³⁵

6. Szociális kompetenciatréning. Az önérvényesítés megtanulásával segíti a résztvevőket a mindennapi élethelyzetek sikeresebb, szorongásmentes megoldásában. Legismertebb és legjobban igazolt változata a Rüdiger Hinsch és Ulrich Pfingsten³³⁶ által kidolgozott csoportos szociális kompetenciatréning (Gruppentraining sozialer Kompetenzen – GSK), amely a viselkedési módok differenciálását tanítja meg, majd az egyes helyzeteket segít kiértékelni, hogy a résztvevő megállapíthassa, hogy az adott helyzethez viselkedérepertoárjának mely megoldási módja alkalmazható.³³⁷

A kognitív pszichoterápia legfontosabb célja a kognitív átstrukturálás, vagyis a kliens realisabb, kevésbé szorongást keltő, valóságűbb helyzetértékelésének kialakítása. Ehhez a kognitív terapeuta a következő technikákat alkalmazza (az alábbi felsorolást a kognitív terápia lépéseiként is felfoghatjuk):³³⁸

1. Szókratészi dialógus. Az ókori görög filozófus által alkalmazott kérdezési stílusban a terapeuta olyan kérdéseket tesz fel, amelyekre a páciens tudhatja a választ, csak eddig nem gondolta át ilyen szempontból a problémáját. A terapeuta tehát nem ad didaktikus magyarázatot a páciens problémájára, hanem őt készíti gondolkodásra és saját elgondolásainak megfogalmazására. A kérdések irányulhatnak az (1) információgyűjtésre, (2) összefoglalásra, és (3) szintetizálásra. A kérdések után a terapeuta rövid összegzéssel jelzi empátiás aktivitását.

2. Szocializálás és esetkonceptualizálás. A kognitív terapeuta az anamnézis felvétele után bevezeti a saját problémájának konkrét példáján keresztül a kognitív terápia működésébe.

³³⁵ A relaxációs eljárások fajtáiról és hatásmechanizmusáról bővebben lásd: Mihalec Gábor, *A nyugodt élet titkai: Gyors és hatékony ellazulás progresszív izomrelaxációval* (Budapest: Palatinus, 2006). Bagdy Emőke, Koronkai Bertalan, *Relaxációs módszerek* (Budapest: Medicina, 1998).

³³⁶ Rüdiger Hinsch, Ulrich Pfingsten, *Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK): Grundlagen, Durchführung, Materialien* (Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1998). 3. kiadás.

³³⁷ Hinsch és Pfingsten magyar nyelvű adaptációjára és lelkigondozói recepciójára tettünk kísérletet az alábbi munkában: Mihalec Gábor, *Áspiskígyók és palimadarak: A magabiztos kommunikáció kézikönyve* (Budapest: Athenaeum 2000, 2004). A szociális kompetencia párkapcsolati alkalmazásához lásd: Mihalec Gábor, *Ketten együtt, magabiztosan: Párkapcsolat-erősítő kommunikáció* (Budapest: Kulcslyuk, 2013).

³³⁸ Vö.: Perczel Forintos Dóra, „A kognitív terápia standard módszerei és hatótényezői.” In: Perczel Forintos, Mórotz (szerk.), *Kognitív viselkedésterápia*, 241-274. p.

Ennek folyamatábrája a kiváltó helyzettel kezdődik, amelyre a páciens meghatározott módon reagál (pl. szorongás). A szorongás kiváltója pedig a helyzettel kapcsolatos irracionális gondolat, amely a szorongás testi tünetei mögött áll. A páciens ezzel megérti, hogy szorongása akkor oldódik, ha a helyzetre nem a szokványos negatív automatikus gondolatokkal (NAG) reagál, hanem alternatív gondolatokat tesz magáévá, amelyek nem váltanak ki benne szorongást.

3. Gondolatnapló. A páciens, miután megértette a folyamatot, feladatul kapja saját szorongást keltő élethelyzeteinek és a mögöttük meghúzódó kognícióknak a monitorozását. A gondolatnaplóban feljegyzi a problémás helyzetet, az általa kiváltott hangulatot és annak erősségét (0 és 100% között), valamint az arra megjelenő negatív automatikus gondolatokat.

4. Alternatívák keresése a negatív automatikus gondolatok ellen. A következő lépésben a terapeuta és a páciens végignézi a napló bejegyzéseit és megkérdőjelezi a NAG-okat. Ebben a következő kérdések vezetnek: Milyen bizonyítékok támasztják alá a NAG-ot? Mi az, ami nem teljesen támasztja alá a NAG-ot? Ha igaz a NAG, mi a legrosszabb, amitől tart? Más hogyan reagálna ebben a helyzetben? Ezután újraértékelik az eredeti érzést, majd realisztikusabb gondolatokat fogalmaznak meg. A páciens ezeket is feljegyzi a gondolatnaplójába. Végül az új alternatív gondolatot a valóságban is kipróbálja viselkedési kísérlet formájában (eközben a páciens ismét monitorozza a kiváltott hangulat erősségét).

1.3.2 A kognitív viselkedésterápia lelkipozíciójának lehetőségei

A címet feltételes módban fogalmaztuk meg, mert a lelkipozíció – noha sokat meríthetne belőle – máig nem igazán tudott mit kezdeni a kognitív viselkedésterápiával, így annak átfogó recepciója mindeddig kihasználatlan potenciál maradt. Éppen ezért ebben az alfejezetben a hangsúly kevésbé a részletesen kidolgozott lelkipozíciós koncepciók ismertetésére kerül, inkább csak néhány metszéspont és modell felvázolására vállalkozhatunk.

Az 1970-es évek végétől kezd a lelkipozíció felfigyelni az irányzatra, ám áttörő jelentőségű publikációk nem születnek.³³⁹ Stollberg teológiai és pszichológiai szempontból egyaránt gyanakvással tekint a viselkedésterápia pozitívizmusára. Számára az ember ebben

³³⁹ Stollberg és Besier mellett amerikai oldalon megemlíthetjük Howard Stone munkáját, amely ugyancsak kevés visszhangot keltett a lelkipozíciós szakirodalomban. Vö.: Howard Stone, *Using behavioral methods in Pastoral Counseling* (Minneapolis: Fortress Press, 1980).

a megközelítésben “javítható gépnek” vagy idomítható “cirkuszi állatnak” tűnik.³⁴⁰ 2008-ban is kitart – még ha némileg tompítva is fogalmaz – 30 évvel korábbi véleménye mellett:

“Megvan az értelme annak, hogy a pszichológia és a pszichiátria behaviorista irányzatai a poimenikában a mai napig csak árnyéklétezését folytatnak.”³⁴¹

Gerhard Besier³⁴² pozitív hangvétellel ajánlja a klinikai viselkedésterápiát a lelkigondozók figyelmébe, mert ez az irányzat rendelkezik a legtöbb empirikusan igazolt eljárásmóddal, valamint nem támaszt igényt arra, hogy az értékek és az emberkép kérdésében állást foglaljon.³⁴³ Gyökössy még 1992-is megállapítja, hogy a lelkigondozásnak, noha szüksége lenne rá, még mindig sok hiányossága van ezen a területen.³⁴⁴ Egy kisebb tanulmányban Rickey L. George³⁴⁵ azt javasolja, hogy a lelkipásztorok pszichológusi képesítés nélkül is tanulják meg a relaxációval kombinált deszenzitizálás módszerét,³⁴⁶ hogy kezelni tudjanak olyan gyülekezeti tagokat, akik valamilyen szorongásos problémára kérnek segítséget (elsősorban szexuális, büntudat-jellegű és szociális szorongásokat utalva a lelkipásztor hatáskörébe). Samuel Pfeiffer megállapítja, hogy a pasztorálszichológia a szociokulturális közegének pszichológiai hatása alatt áll és 10-20 éves lemaradással mindig követi annak paradigmáit.³⁴⁷ Hiányolja azonban, hogy az analitikus és humanisztikus paradigmánál megfigyelhető minta a kognitív terápia esetében elmarad.

Isidor Baumgartner az irányzat kritikájában elsősorban annak emberképére tér ki, amelyet három ponton bírál: (1) a viselkedésterápia objektivitásra törekvése elutasítja a lélekkel, vagy a tudattal való foglalkozást;³⁴⁸ (2) a viselkedésterápia mechanikus emberképe szerint

³⁴⁰ Dietrich Stollberg, *Wahrnehmen und Annehmen: Seelsorge in Theorie und Praxis* (Gütersloh: Gütersloher, 1978), 49. p.

³⁴¹ Stollberg, „Freiwillige Unfreiheit? Thurneysen, die Seelsorgebewegung und manche Vorurteile.” 75. p.

³⁴² Gerhard Besier, *Seelsorge und Klinische Psychologie: Defizite in Theorie und Praxis der Pastoralpsychologie* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1980). A szerzőnek ez az egyetlen lelkigondozással kapcsolatos kötete, később inkább az egyháztörténelmi munkásságáról válik ismertté.

³⁴³ Talán ez a két szempont teszi a viselkedésterápiát a hetednap adventista lelkigondozók és pszichoterapeuták számára is különösen vonzóvá. Az első az ezoterikus irányzatoktól való elhatárolódás miatt jelentős, a második pedig azért, mert nyitva hagyja a bibliai antropológia alkalmazásának lehetőségét. A Loma Linda University (világszerte a legjelentősebb adventista orvosi egyetem) pszichológusképzése viselkedésterápia-orientált, emellett saját alma materunk, a németországi Theologische Hochschule Friedensau működtette a közelmúltig az egyetlen európai adventista pszichológiai tanszéket, amely ugyancsak viselkedésterápiás tanszék volt. Mindezek ellenére az adventista teológia sem termelte ki a viselkedésterápia koherens lelkigondozói recepcióját.

³⁴⁴ A lelkipásztorok “Alapvető lélektani – közelebről: szociállélektani, viselkedéslélektani és mélylélektani ismeretekre kell szert tennie. (Itt még igen sok a tenni és tanulni valónk!)” Gyökössy, *Életápolás*, 29. p.

³⁴⁵ Rickey L. George, „Desensitization: Using Classical Conditioning in Pastoral Counseling.” *The Journal of Pastoral Care*, 1983/37, 42-49. p.

³⁴⁶ Ugyanebben az évben figyelmeztet Werner Jentsch: „A szorongások deszenzibilizálása még nem jelenti azt a teljes megnyugvást, amelyet a világot legyőző Krisztus Jn 16,33-ban megígér. A tanult szokások ’kioltása’ nem közvetít megigazolást a bűnösnek. A bünt nem lehet kioltani, csak megbocsátani.” Werner Jentsch, *Der Seelsorger: Beraten – Bezeugen – Befreien. Grundzüge einer biblischen Seelsorge* (Moers: Brendow, 1983), 172. p.

³⁴⁷ Samuel Pfeiffer, „Kognitive Therapie – ein neues Paradigma für die Seelsorge?” *Wege zum Menschen*, 1988/40, 163-172. p.

³⁴⁸ E pont igazolásaként Skinner mondatát idézi: „Ha önök mást értenek léleken, mint fizikai-biológiai folyamatokat, akkor annak létezését tagadom.” Vö.: Baumgartner, *Pasztorálszichológia*, 409. p.

az emberi viselkedés tanult viselkedés, amelynek törvényszerű folyamataival szemben az egyén passzív – vagyis az ember kívülről determinált, környezetének terméke, végső soron egy technikai gép, vagy reflexszerűen reagáló állat; (3) az operációanalízis jegyében csak kísérleti úton nyert eredményekkel lehetne dolgozni, amit megfelelő matematikai adatfeldolgozás követne, hogy az emberi viselkedést az optimumra fejlesszék és a működési hibáit kiiktassák.

A szerző maga is elismeri, hogy a felsorolt jellemzők mind a radikális behaviorizmus termékei, amelyekkel nemcsak a lelkipogozó, de a kognitív viselkedésterápia mai képviselői sem értenek egyet. Ha tehát egyházi oldalon ezeket az érveket használjuk a viselkedésterápia ellen, akkor olyan ellenség ellen intézünk támadást, amely tulajdonképpen már nem is létezik.

A kritikai észrevételekben felsoroltakat Michael Klessmann sem tartja összeegyeztethetőnek a keresztyén antropológiával,³⁴⁹ egyúttal óv attól, hogy a lelkipogozó lemondjon a viselkedésterápiából meríthető pozitív impulzusokról. Ennek létjogosultságára két érvet fogalmaz meg: (1) A tanuláselmélet és a kondicionálás kimondva vagy kimondatlanul minden pszichoterápiában és lelkipogozásban jelen van. Elfogadó attitűdjével, a tükrözés technikájának alkalmazásával a lelkipogozó lényegében megerősít kívánatos viselkedésformákat és figyelmen kívül hagy – tehát kiolt – nem kívánt viselkedési mintákat (operáns kondicionálás), a sikeres lelkipogozói folyamatot a gondozott pozitív asszociációként összekapcsolja az egyházzal és a lelkipogozó személyével (asszociatív tanulás), a lelkipogozó hozzáállása mintaként szolgál a gondozottnak arra, hogy egy hívő ember hogyan kezeli a problémákat (minta alapján történő tanulás). (2) A kognitív viselkedésterápia egyes módszerei jól beépíthetők a lelkipogozói munkába. Külön kiemeli az Ellis féle racionális-émotív terápiát (RET) amely irracionális gondolatokat segít felülírni racionális és a megküzdést segítő gondolati mintákkal (pl. fundamentalista keresztyén csoportok sokat kamatoztathatnak ebből a megközelítésből irracionális vallási értelmezési kereteik módosításához), valamint a relaxációs eljárásokat (progresszív izomrelaxáció és autogén tréning), amelyek spirituális gyakorlatokba is jól beilleszthetők.

Gondolatsorát a következő megjegyzéssel zárja:

“A lelkipogozásnak le kellene vetnie a viselkedésterápiás megközelítés iránti távolságtartását. A lelkeszi hivatalban különösen a rövidtávú intervenciók alkalmazása igenis lehetséges és hasznos.”³⁵⁰

³⁴⁹ Vö.: Klessmann, *Seelsorge*, 283. p.

³⁵⁰ Klessmann, *Seelsorge*, 285. p.

Klessmann megfigyelését a saját lelkigondozói gyakorlatunk is alátámasztja. Egy 21 éves szuicidveszélyeztetett férfi lelkigondozásának első elemeként az Edmund Jacobson féle progresszív izomrelaxációt alkalmaztuk. A fiatalember csak a szenvedésnyomás enyhülése után vált képessé a szorongásairól való beszélgetésre. A kisebb-nagyobb kihagyásokkal egy évig tartó lelkigondozói kapcsolat eredményeként a férfi tünetmentessé vált, majd megtért, azóta is aktív gyülekezeti életet él.

Michael Dieterich úgy gondolja, a különböző terápiás irányzatokban alkalmazott módszerek elválaszthatók azok ideológiai háttérétől, ezért a viselkedésterápia technikai bibliailag igazolhatók, így a lelkigondozás "elveszett" formái közé tartoznak. A tanuláselméleti háttérről megjegyzi:

"A Szentírás szemléletében a tanulás képessége az Isten teremtette ember 'alapfelszereléséhez' tartozik. Ha így nézzük, a viselkedésterápia eszköztárát hittudományos alapon semmi esetre sem lehet elutasítani – hiszen ezzel elutasítanánk Isten ajándékát az ember számára."³⁵¹

Magunk is úgy látjuk, hogy a tanuláselméleten alapuló emberkép nem áll szükségszerűen szemben a bibliai antropológiával. Két példa erre: (1) „[...] változatok meg értelmek megújulásával [...]” (Rm 12,2) Az elme megújulása (tanulás) az élet irányának és az ember viselkedésének megváltozását hozza magával; (2) „Mi pedig, miközben fedetlen arccal, mint egy tükörben szemléljük az Úr dicsőségét mindnyájan, ugyanarra a képre formálódunk át [...]” (2Kor 3,18) Jézus szemlélése (minta alapján történő tanulás) azt eredményezi, hogy a hívő ember élete és viselkedése megváltozik annak mintájára, akit szemlél.³⁵²

Az eddig felsorolt szerzők (Klessmant leszámítva) jobbra csak a viselkedésterápiát tekintették dialóguspartnerüknek, ám kevesen foglalkoztak a kognitív terápiás tartalmaknak a lelkigondozásba való beemelésével. Erre tesz kísérletet Németh Dávid a *Pasztorálanropológiájában*.³⁵³ Németh a kognitív terápia alapját képező attribúcióelméletet a hitbeli tartalmakra is alkalmazza. Eszerint a személy valóságról és annak történéseiről alkotott képében jelentős hányadot tesznek ki a tulajdonítások (attribúciók). Minél alapvetőbb kérdéseket tesz fel, annál nagyobb ez a hányad.

"Megállapítható, hogy a legfelszínesebb és a leginkább elmélyült valóságértelmezésekben vesz részt legintenzívebben a hitfunkció. Az előbbiben a naivul hiszékeny, az utóbbiban a vallásos formájában. A kettő között helyezkedik el a tudományos objektivitásra törekvő értelmezési mód."³⁵⁴

³⁵¹ Dieterich, *Pszichológiai és lelkipásztorokodási kézikönyv*, 248. p.

³⁵² Vö.: Mihalec Gábor, *Lélek-ápolás: A leggyakoribb pszichés megbetegedések felismerése, kezelése és megelőzése dióhéjban* (Budapest: Élet és Egészség, 2005), 66. p.

³⁵³ Németh Dávid, *Pasztorálanropológia* (Budapest: Károli Gáspár Református Egyetem – L'Harmattan, 2012), 1. kötet.

³⁵⁴ Németh, *Pasztorálanropológia*, 49. p.

Ebből a megállapításból következik számára a vallásosság meghatározása is: Vallásosságról akkor beszélünk, amikor a konstruktumok rendszerében központi helyet foglalnak el olyan értelmezési mintázatok, amelyek a végső valósággal is számolnak. Bernhard Spilkára utalva Németh megjegyzi, hogy az attribúciós törekvések mögött ugyanazok a mozgatórugók figyelhetők meg, mint amelyek a vallásosság háttérében is fellelhetők:

“[1] igény arra, hogy a világban folyó történéseket *értelmeseeknek* találjuk [...] [2] igény arra, hogy *ellenőrzésünk* vagy *hatalmunk* alatt tartsuk az eseményeket és bizonyos fokig *előre kiszámítuk* azokat [...] [3] igény arra, hogy fenntartsuk, sőt növeljük *önbecsülésünk* mértékét [...]”³⁵⁵

A fenti célok megvalósítása során az egyén tulajdonítási hibákat is elkövethet (ebből jönnek létre a patológiás helyzetek), amikor olyan valóság-torzító attribúciókat hoz létre, amelyek önmaga számára nem vizsgálhatók felül és nem korrigálhatók. A leggyakoribb hibás attribúciók a felsorolt szükségletek lehető leggyorsabb és legegyszerűbb kielégítésére irányulnak.³⁵⁶ Ennek elkerülésére az embernek szüksége van évszázadok tapasztalatainak nyugvó értelmezési segítségre. A hívő ember életében a vallásosság pontosan ezt a szerepet tölti be, ám ez a fajta valóságértelmezés csak az érett vallásosság esetén terjed ki az élet minden területére. Az attribúciók a fókuszuk alapján feloszthatók kazuális (aktuális eseményekre vonatkozó) és finális (a jövőbeni eseményeket elővételező) tulajdonításokra. Németh Dávid ismerteti Albert Ellis, Aaron T. Beck kognitív terápiájának alkalmazási lehetőségeit a (vallási)³⁵⁷ “hiedelmek” megváltoztatásában, valamint részletesen kitér a séma-elmélet lelkigondozói alkalmazási lehetőségeire is. Összefoglalásában így fogalmazza meg a kognitív terápia véleményét a hitről:

“A kognitív pszichoterápia a hitet pszichikus diszpozíciónak tekinti, ami egyebek mellett vallási tartalmak befogadására is képessé tesz bennünket. Alapvető pszichikus szükségleteink kielégíthetlensége miatt szorulunk rá, hogy a hitünkkel vallási tartalmakban kapaszkodjunk meg.”³⁵⁸

Noha a lelkigondozó integrálhatja munkájába a kognitív nézőpontot, ezt a gondolatot nem veszi át, hiszen:

³⁵⁵ Németh, *Pasztorálanropológia*, 52-53. p.

³⁵⁶ Gary Hartz és Henry Everett ezt a jelenséget sorolja fel a fundamentalista vallásosság egyik ismertetőjeleként „Quick fix” (gyorsjavítás) elnevezés alatt, amin a szerzőpáros a különböző élethelyzetek (házasság, gyereknevelés, szexualitás, társadalom) kihívásaira adott, átgondolatlan, általánosságban megfogalmazott válaszként értelmez. Vö.: Gary W. Hartz, Henry C. Everett, „Fundamentalist Religion and Its Effect on Mental Health.” *Journal of Religion and Health*, 1989/28, 208. p.

³⁵⁷ Saját tapasztalatunk szerint a vallási háttérű hiedelmek megváltoztatása nehezebb kihívás, mint a mindennapi élettel összefüggő hiedelmek kezelése. A vallási tévhiteket ápoló személy gyakran Isten személyes üzeneteiként fogja fel az elképzeléseit, amelyek mellett ki kell tartania. Aki megpróbálja a gondolatai irracionálisát igazolni, az az ellenség képviselője, aki el akarja fordítani az igaz hittől; márpedig ha hűségeseznek akar bizonyulni Isten mellett, akkor azt csak egy úton érheti el: kitart az irracionális vallási elképzelések mellett.

³⁵⁸ Németh, *Pasztorálanropológia*, 65. p.

“Istent valóban nem szabad hiánypótlónak használni, mert ő vagy mindent meghatározó és mindennek értelmet adó valóság, vagy nem Isten.”³⁵⁹

Ahogy a párterápiás koncepciók bemutatásánál látni fogjuk, a kognitív viselkedésterápiás eljárások konkrét, direktív, a magatartásra irányuló utasításokkal dolgoznak, amelyekről a funkcionális állapot helyreállítását várják. Ez egybeesik a lelkigondozónak azzal a – nondirektív irányzatok által elnyomott, de belül mégiscsak létező – vágyával, hogy Jézushoz, az apostolokhoz és a prófétákhoz hasonlóan konkrét utasítást adhasson, amelyek követésétől várhatja az egészséges állapot helyreállítását.³⁶⁰ Néhány bibliai példa: “Menj, és fürödj meg hétszer a Jordánban, akkor újra megtisztul a tested!” (2Kir 5,10) “Menj el, mosakodj meg a Siloám tavában” (Jn 9,7).³⁶¹

A két megközelítés közötti – nem jelentéktelen – különbség annyi, hogy a viselkedésterapeuta a bizonyítékokon alapuló³⁶² kutatási eredményeire hivatkozik, a lelkigondozó pedig Isten gyógyító erejére.

Ezen felül fontos megfigyelnünk, hogy a kognitív viselkedésterápiában – éppen a bizonyítékokon alapuló megfigyelésekre való hivatkozás miatt – létezik egyfajta meggyőződés arról, hogy van a gondolkodásnak, a megélésnek, a házasság működtetésének igazoltan helyes és helytelen módja.³⁶³ Ha egy kutató jól működő házasságokat vizsgál, és felismer bizonyos hasonlóságokat a jól működő kapcsolatok között, akkor ezeket a tényezőket a házasság helyes működtetésének módjaként fogja fel. A diszfunkcionális kapcsolatot tehát azzal lehet funkcionálissá tenni, ha a pár az egészséges kapcsolatú pároknál megfigyelt közös tényezőket megvalósítja. Ez az attitűd bizonyos fokig szemben áll a posztmodern terápiákkal (lásd később), amelyek messzemenően tartózkodnak az “így kell csinálni” jellegű utasításoktól, tagadva az abszolút igazságok létezését. Ugyanakkor megfelel a keresztyén lelkigondozás igényének, mely elfogadja, hogy igenis létezik AZ út, AZ igazság és AZ élet (Jn 14,6).

³⁵⁹ Németh, *Pasztorálanropológia*, 53. p. Szigeti Jenő gyakori mondása ugyanezt a gondolati tartalmat fejezi ki: „A hit nem az ész vészkijárata.”

³⁶⁰ Jaeggi szerint a dolgok „megcsinálhatóságának” ez a fajta elképzelése a protestáns keresztyénséghez is közel áll. Vö.: Jaeggi et al, *Klinische Psychologie*, 132. p. Ugyanezt az attitűdöt nevezi Christian Schwarz missziológus technokrata gondolkodásmódnak. Vö.: Christian A. Schwarz, *A gyülekezet természetes fejlődése* (Jánoshalma: BMSZ, 1998), 88-89. p.

³⁶¹ Éppen ez utóbbi példánál megfigyelhető a különbség Jézus és a tanítványok között, amelyet akár viselkedésterápiás és analitikus jelzőkkel is illelhetünk. A vak ember láttán a tanítványok azt kérdezik: „ki vétkezett: ez vagy a szülei, hogy vakon született?” (Jn 9,2). A kérdésfeltevés jellegzetesen analitikusan hangzik (múltba irányul, szülőket is bevonja). Jézus viszont a jelenre irányítja a figyelmet és az egyénnek szóló konkrét utasítást ad (viselkedésterápiás attitűd).

³⁶² Vö.: Lőke Lajos, „Bizonyítékokon alapuló módszerek a pszichoterápiában.” In: Perczel Forintos, Mórutz (szerk.), *Kognitív viselkedésterápia*, 19-32. p.

³⁶³ Hézszer megjegyzi, hogy a viselkedésterápia kritikusai éppen ezt vetik az irányzat szemére: „Valóban azonosítható-e az emberi viselkedésmód olyan mértékben, ahogy azt ez az irányzat feltételezi? Megállapíthatóak-e egyáltalán ’normális’ viselkedési-magatartási normák?” Hézszer Gábor, *A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve* (Budapest: Kálvin Kiadó, 2002), 4. kiadás, 43. p.

Az alábbiakban megvizsgálunk néhány modellt, amely kísérletet tesz a kognitív-viselkedésterápiás gondolati tartalmaknak a keresztyén lelkigondozásba való beemelésére.

1.3.2.1 Lawrence Crabb lelkigondozói modellje

Crabb nem a hagyományos útvonalat követi, amelyben a teológus-lelkigondozó szembesül a teológiai megközelítések korlátaival, azután a pszichológiához fordul további ösztönzésért, majd végül megkeresi a saját egyensúlyát a két megközelítés között. Crabb klinikai pszichológusként kezdi pályafutását, annak korlátaiba ütközik bele, és azt gazdagítja a bibliai látásmóddal. A szerző klasszikus kognitív alapokon áll és felismeri, hogy a diszfunkcionális gondolati sémákat nem elég funkcionálisakra kicserélni, hanem szükség van egy felsőbbrendű mércére, amelyhez viszonyítva egy gondolatot jónak, vagy rossznak lehet ítélni. Ezen az útvonalon keresztül jut el a Lélek által kontrollált (Spirit-controlled) gondolkodás megfogalmazására, amelyből a Lélek által kontrollált érzelmek és a Lélek befolyása alatt álló viselkedés lesz. Gondolatának kiindulási alapja a Kol 1,28 versében szereplő krisztusi tökéletesség (Crabb megfogalmazásában érettség – maturity), amely fogalomban a szerző összekapcsolja a teológiai és a pszichológiai értelemben vett érettséget.³⁶⁴ Crabb szerint egy személy annál érettebb, minél inkább el tudja fogadni Isten rá vonatkozó szándékát. A lelkigondozás folyamán lényegében ennek az isteni szándéknak az elfogadása és a gondolkodás ennek mentén történő újrastrukturálása zajlik. Ezt az új gondolati tartalmat a következő három tételben fogalmazza meg:

“[1] Isten arra rendelt, hogy tökéletessé tegyen engem. [2] A megigazulásomra és a jövőbeni megdicsőülésemre való tekintettel szeretnék Istennek tetsző életet élni. [3] Elfogadható vagyok Isten számára. Ezt Isten jelentette ki.”³⁶⁵

A kezelés fókuszában így nem az egyéni boldogságérzet áll, hanem a kliens elkísérése a teológiai és pszichológiai éretté válás folyamatában. Későbbi írásában ezt a gondolatot kibővíti a szeretet képességében való fejlődéssel és azzal a készséggel, hogy az egyén Isten előtt elszámoltathatóvá merje magát tenni.³⁶⁶ 1997-re³⁶⁷ szemléletét kiterjeszti az egész egyházra és egy olyan modellt fogalmaz meg, amelyben az egyház ismét a lelki egészség helyreállításának helye lehet (mint ahogyan a pszichológiai tudomány kialakulása előtt

³⁶⁴ Lawrence J. Crabb, *Effective Biblical Counseling: A Model for Helping Caring Christians Become Capable Counselors* (Grand Rapids: Zondervan, 1977), 22. p.

³⁶⁵ Crabb, *Effective Biblical Counseling*, 25. p.

³⁶⁶ Lawrence J. Crabb, *Mélybenéző: Énünk és kapcsolataink gyógyulása* (Budapest: Harmat, 2007).

³⁶⁷ Magyarul: Lawrence J. Crabb, *Kapcsolódás: Szemléletváltás a lelkigondozásban* (Budapest: Harmat, 2005).

volt). Ehhez a tagok egymáshoz való kapcsolódásában látja az utat.³⁶⁸ E modell megvalósulásától azt várja, hogy a jelenleg terápiás kezelésben gondozott problémák jelentős része átkerülhetne az egyház kompetenciájába (kapcsolati problémák, nem szélsőséges hangulati kilengések, sőt bizonyos személyiségzavarok is!).³⁶⁹ Egyetértünk azzal, hogy a gyülekezeti közösségnek nagyobb gyógyító potenciálja van, mint amit (legalábbis mi, magyarországi egyházi közösségek) megélünk belőle, de Crabb állítását ezen a ponton elrugaszkodottnak érezzük.

1.3.2.2 Michael Dieterich biblikus-terápiás lelkigondozása³⁷⁰

Érdekes lelkigondozói modellt szolgáltat Michael Dieterich, aki szintén terápiás oldalról közelít a teológiai oldal felé. Az eredetileg szociálpedagógus, neveléstudományi professzor szerző 1987-ben mutatta be a biblikus-terápiás lelkigondozást.³⁷¹ Dieterich abból indul ki, hogy a lelkipásztorok sok pszichés problémával szembesülnek munkájuk során, amelyen speciális képzettség híján nem tudnak segíteni, a hívő emberek viszont gyanakvással kezelik a szekuláris terapeutákat, azok nem világos antropológiája miatt. Dieterich antropológiájában nagyon hangsúlyos az egészlegesség fogalma, az embert test-lélek-szellem megbonthatatlan egységeként kezeli.³⁷² Fontos számára, hogy a lelkigondozó mindhárom egységet figyelembe vegye, de soha ne kezelje azokat egymástól függetlenül. Emberképét és az abból származtatott lelkigondozói következtetéseket Dieterich a következő pontokban foglalja össze:

“1. Az ember kapcsolatban áll a látható világ és a láthatatlan világ egész valóságával.

³⁶⁸ „[...] ha két ember egymáshoz kapcsolódik, ha lényük olyan szorosan összeér, mint két test szeretkezés közben, az egyikből valami átárad a másikba, ennek gyógyító ereje a legmélyebb sebeket is képes összeforrasztani, s visszaadni a másik egészségét. [...] Ott rejtőzik mindenkiben, csak fel kell szabadítani, hogy csodát tegyen. Ez mégis ritkán történik meg.” Crabb, *Kapcsolódás*, 9. p. Érdekes párhuzamot találhatunk Crabb gyülekezeti modellje és a viselkedésterápiás háttérű John M. Gottman között, aki a párkapcsolatok jó működésének kulcselemét látja a kapcsolódásban (Gottman a „bidding” kifejezést használja a crabbi „connecting” helyett). Vö.: John M. Gottman, Joan DeClaire, *The Relationship Cure: A 5 Step Guide to Strengthening Your Marriage, Family, and Friendships* (New York: Three River Press, 2001).

³⁶⁹ Crabb, *Kapcsolódás*, 248-249. p.

³⁷⁰ Dieterich könyvének magyar kiadása a „biblikus-lelki gondozói lelkipásztorkodás” fogalmával adja vissza, ez azonban sem a német eredeti gondolattartalomnak, sem pedig a bevett magyar lelkigondozói terminológiának nem felel meg, ezért az eredetivel egyező „biblikus-terápiás lelkigondozás” kifejezést alkalmazzuk. Vö.: Dieterich, *Pszichológiai és lelkipásztorkodási kézikönyv*.

³⁷¹ Michael Dieterich, *Psychologie, Seelsorge, biblisch-therapeutische Seelsorge* (Wuppertal: Hänssler, 1987).

³⁷² Ez a megközelítés rokonszenvenné tette a biblikus-terápiás lelkigondozást a hetednapos adventisták számára, akik elutasítják a lélek halhatatlanságának tanítását. Vö.: P. G. Damsteegt (szerk.), *A hetedik napot ünneplő adventisták hitelvei: A 27 alapvető hitelv bibliai magyarázata* (Budapest: Advent Kiadó, 2002), 93-94. p. Talán ennek a megközelítésnek tudható be az is, hogy az adventista Theologische Hochschule Friedensau az 1990-es évek második felében Dietericht egyetemi docensként foglalkoztatta, sőt Dieterich vezette az egyetem Pszichológiai és Lelkigondozói Intézetét is (Institut für Psychologie und Seelsorge – IPS).

2. Az ember Isten képmása, s ez a méltósága (tehetséges, bölcs, értelmes). A bűnbeesés után Isten ellen lázadó (öntörvényű, vétkes). [...]
3. Az embernek nyújtott lelkipásztori segítség számol az emberi teremtménybe oltott képességekkel (pl. a tanulás képességével), a hit lelki szenvedésekre pozitívan ható erejével (megbocsátás, megigazulás, szabadság).
4. A biblikus-terápiás lelkigondozás [átírva az eredeti szóhasználat szerint] megkülönbözteti, de nem választja szét az emberért való lelkipásztori fáradozásának két, egymásra vonatkozó oldalát: a gyógyítást, az üdvösséget.”³⁷³

Antropológiájából következik a patológiaszemlélete is. A betegséget az emberi létezés strukturáltságának hiánya okozza, amely lehet: (1) szomatikus – például a neurotranszmitter háztartás egyensúlyvesztése, (2) pszichés – a gondolatok és érzelmek strukturáltságának egyensúlyvesztése, és (3) pneumatikus – az Istennel való kapcsolat rendezetlensége.³⁷⁴

A biblikus-terápiás lelkigondozás segítő munkája a következő tevékenységekben nyilvánul meg: (1) vigasztalás, (2) helyreigazítás, (3) oldás és kötés, (4) a tanulás és gondolkodásváltás folyamatának elindítása, (5) az önismeret folyamatának elindítása, és (6) a múlt jövőbe tekintő elemzése.³⁷⁵

A felsorolásból is jól látszik, hogy a biblikus-terápiás lelkigondozás döntő terápiás komponensét a viselkedésterápia teszi ki (a kognitív jóval kisebb hányadban vannak jelen). A vigasztalás, valamint az oldás és kötés (Mt 18,18) jellegzetesen lelkigondozói módszer, ám a lelkigondozói attitűd a többi elembe is beleszövődik. A helyreigazításban például a helytelen gondolati tartalmak a bibliai tanítással kerülnek felülírásra (Kol 3,16).³⁷⁶

Crabb-hez hasonlóan Dieterich is úgy gondolja, a segítséget nem szabad csak a professzionális szakemberek fennhatósága alatt tartani, helyette el kell fogadni, hogy minden keresztyén segítségére hivatott, ezért 500 órás tanácsadói tanfolyam keretében képez lelkipásztorokat és laikus hívőket a kognitív-viselkedésterápiás alapú lelkigondozói tanácsadásra. Egy meg nem nevezett felmérésre hivatkozva vallja, hogy a lelkigondozói esetek 75,5%-a magatartásproblémákból tevődik össze (21,8% lelki és 2,7% testi problémákból), ezért a lelkipásztornak képesnek kell lennie ezek kezelésére.³⁷⁷ A szerző sokat foglalkozik a különböző pszichológiai irányzatok összehasonlításával,³⁷⁸ ám végül arra a megállapításra jut, hogy lényegében minden irányzat a tanulásról szól (asszociatív,

³⁷³ Dieterich, *Pszichológiai és lelkipásztorkodási kézikönyv*, 220. p.

³⁷⁴ Michael Dieterich, „Psychologie-Psychotherapie-Seelsorge: Chancen und Grenzen unterschiedlicher Wege zum Menschen.” *Spes Christiana*, 2000/11, 96. p.

³⁷⁵ Vö.: Dieterich, *Pszichológiai és lelkipásztorkodási kézikönyv*, 217. p.

³⁷⁶ A helyreigazítás gondolatában Adams eljárását veszi alapul, de bírálja annak elutasító magatartását a lélektannal szemben, és azzal sem ért egyet, hogy minden pszichés probléma mögött a rendezetlen bűn problematikája állna. Vö.: Dieterich, *Pszichológiai és lelkipásztorkodási kézikönyv*, 238-240. p.

³⁷⁷ Michael Dieterich, *Allgemeine Beratung, Psychotherapie und Seelsorge: Entstehungsgeschichte, Konzept und Ausbildung* (Freudenstadt: BTS Fachgesellschaft für Psychologie und Seelsorge, 2012), 3. p.

³⁷⁸ Az egymástól merőben eltérő irányzatok összehasonlíthatóságára az antropológia-patológia-terápia modellt javasolja. Vö.: Dieterich, „Psychologie-Psychotherapie-Seelsorge.”

mint alapján történő és belátás útján történő tanulás) és az eljárás akkor ér el eredményt, ha a tanulási folyamat végbemegy.³⁷⁹ Ezzel Dieterich ugyan módszerpluralizmust és integrativitást hirdet,³⁸⁰ de lényegében a viselkedésterápiát minden más irányzat fölé emeli.

1.3.3 Viselkedésterápián alapuló párterápiás modellek és koncepciók

Tóth Miklós szerint a behaviorista házasságfelfogás alapja a szociális csereelmélet, amely szerint a házasságot kötő személyek azzal az implicit elvárással lépnek a kapcsolatba, hogy a házasságukban legalább annyit fognak kapni, mint amennyit beletesznek. A kapcsolat addig működőképes, amíg a felek úgy érzik, több előnyt élveznek, mint amennyi hátrányuk származik belőle.³⁸¹ A házassági problémák mögött gyakran a kölcsönös pozitív megerősítés hiányát és irreális hiedelmeket sejtene, amelyek megváltoztatásához a pácienseket “racionális, felnőtt, egyenlő jogokkal bíró” egyéneknek tekintik.³⁸²

Utalunk a kognitív viselkedésterápia által kidolgozott szexuálterápiás módszerekre is, hiszen ezek – amellet, hogy a terápiás munkán belül is speciális területnek számítanak – hatással vannak a párterápiás munkára. A szexualitás elválaszthatatlan a házassággal való megelégedettségtől, hiszen a házasság elején bekövetkező szexuális elégedetlenség például növeli a válás valószínűségét, tovább súlyosbítja a helyzetet, hogy az érintett párok egy idő után már nem beszélnek a problémáról, ezzel pedig növekszik az elidegenedésük. A további kudarcok elkerülése érdekében ezután fokozatosan kialakul az elkerülő magatartás minden testi érintésre vonatkozóan. Mindemellett a szexuális zavarok intrapszichés hatásai is jelentősek (önértékelési problémák, szorongás, stb.).³⁸³ Ezeknek az eljárásoknak a részletes kifejtése túlfeszítené e dolgozat kereteit.

Ugyancsak érintőlegesen utalunk a stresszkezelés-megküzdés és a házassági megelégedettség összefüggéseit vizsgáló tanulmányokra. Ezek közül különösen kiemelendőnek tartjuk svájci Guy Bodenmann munkáját, aki a diádikus megküzdést állítja középpontba, mint a kapcsolat jövőjét szignifikánsan befolyásoló tényezőt.³⁸⁴ A diádikus megküzdés felmérésével a szerzőnek sikerült 73%-os pontossággal előrejelezni a válást.

³⁷⁹ Dieterich, *Allgemeine Beratung, Psychotherapie und Seelsorge*, 13. p.

³⁸⁰ Vö.: Dieterich, „Psychologie-Psychotherapie-Seelsorge.” 94. p.

³⁸¹ Tóth Miklós, *Házasságterápia* (Budapest: Gondolat, 1989), 44. p. Ebből a megfogalmazásból jól látszik hogy a behaviorista nézet nem számol etikai fogalmakkal, a házasság megítélésének legfőbb kritériuma afunkcionalitás. E terápiás irányultságnak ez a jellemzője a későbbiekben még világosabbá válik.

³⁸² Tóth, *Házasságterápia*, 46. p.

³⁸³ Vö.: Lukács Eszter, „A szexuális zavarok kognitív viselkedésterápiája.” In: Perczel Forintos, Mórotz, *Kognitív viselkedésterápia*, 530-531. p.

³⁸⁴ „A modern párkapcsolati és válási kutatás számos felismerést hozott felszínre, amely megalapozott képet tükröz a párkapcsolati krízis és a válás kialakulásáról. A legfontosabb felismerés, hogy a személyiségjegyek (mint pl. pszichés labilitás) mellett egyéni és diádikus (párkapcsolati) kompetenciák felelnek a párkapcsolat

1.3.3.1 Bernard Guerney kapcsolatfejlesztő modellje

Bernard Guerney (1930 –) nagyon hamar átültette a kognitív viselkedésterápia megközelítési módját a párokkal és családokkal való foglalkozásba. Emellett ő volt egyike az első szerzőknek, akik a pszichoterápiás munkában az edukatív szemléletet hangsúlyozták és akik a terápiás munkába segítőként nem professzionális személyeket, továbbá szülőket és tanárokat is bevontak. Ezt az új segítői státuszt nevezte el Guerney “pszichoterápiás ügynöknek” (psychotherapeutic agent).³⁸⁵ Modelljét a szerző maga így definiálja:

“A kapcsolatfejlesztésre (Relationship Enhancement – RE) irányuló terápia és program nevelő szándékú szolgáltatás, amely az intim viszonyban élő emberek (elsősorban családtagok) kapcsolatának fejlesztésére irányul. Az RE programok résztvevői lehetnek egyének, diádok, vagy nagyobb csoportok. A programok célja a résztvevők megelégedettségének növelése intim kapcsolataikra nézve, ezzel együtt pedig egyéni pszichológiai és emocionális jóllétük erősítése is.”³⁸⁶

A programok edukatív jellegéből fakad, hogy a fókuszban a tanulás áll, amelyet két részre bontanak: (1) koncepciók és elméletek közvetítése kognitív szinten, valamint (2) személyközi viselkedési készségek begyakoroltatása, amelyek viselkedésmódosuláshoz vezetnek.

Guerney amellet érvel, hogy az ilyen tanulás jóval szélesebb rétegeket ér el, preventív szemléletű, és az általa kiváltott változások ugyanolyan mélyek és tartósak, mint a hagyományos kognitív viselkedésterápiával elérték.³⁸⁷ A terápiával szembeni további előnye, hogy kevesebb ellenállást vált ki a kliensekben; csökkenti a rivalizálást a pár, illetve a család tagjai között, hiszen senkinek sem kell igazolnia magát, vagy a viselkedését; strukturált felépítése révén a figyelmet folyamatosan a kapcsolaton tartja; valamint a probléma megoldása iránti felelősséget a résztvevők hatáskörébe delegálja, ahelyett hogy a terapeutától várnák a megoldást. Módszertani hátterére jellemző, hogy instant megoldások elmondása helyett készségeket tanít, amelyekkel a résztvevők maguk is megoldhatják problémáikat; bátorít az önálló működésre és kerüli a terapeutától való függést; és mellőzi a szükségtelen diagnózisokat és analitikus spekulációkat.³⁸⁸ Modelljét a

lefolyásáért és a válási kockázatért. Ezek: (a) kommunikációs készségek, (b) problémamegoldó kompetenciák, és (c) egyéni és diádikus stresszkezelési kompetenciák, amelyek alapján megbízható kijelentéseket tehetünk a párkapcsolat minőségéről.” Guy Bodenmann, *Beziehungskrisen erkennen, verstehen und bewältigen* (Bern, Göttingen: Huber, 2002), 159. p.

³⁸⁵ Ezt a megközelítést különböző indikációkra részletezve kidolgozta több társszerzővel az alábbi kötetben: Bernard G. Guerney (szerk.), *Psychotherapeutic Agents: New Roles for Nonprofessionals, Parents, and Teachers* (New York: Holt, Rinehart and Winston, 1969).

³⁸⁶ Bernard G. Guerney, *Relationship Enhancement: Skill-Training Programs for Therapy, Problem Prevention, and Enrichment* (San Francisco: Jossey-Bass, 1982), 1. p.

³⁸⁷ Guerney, *Relationship Enhancement*, 5. p.

³⁸⁸ Guerney, *Relationship Enhancement*, 75-82. p.

kamasz gyerekek és szülei együttélését segítő programok, valamint a csoportos házassági felkészítés konkrét példáin szemlélteti. Guerny megközelítésére visszatérünk a házasság-gazdagító foglalkozásokról szóló fejezetben is.

1.3.3.2 Arnold Lazarus és a multimodális terápia

Arnold Lazarus (1932 –) kiemelkedő egyéniség a kognitív viselkedésterápiában. Egyfelől fontos szerepet játszott a kognitív szemlélet integrálásában, másfelől a legnagyobb valószínűség szerint ő vezette be a szakirodalomban a “behavior therapy” kifejezést is.³⁸⁹ Lazarus a viselkedésterápiás fókuszba bevonta a testi érzékelést (megkülönböztetve az érzelmi reagálástól), a vizuális képzeletet (megkülönböztetve a nyelvi alapú gondolkodástól), a személyközi kapcsolatokat és különböző biológiai tényezőket. Ezt a megközelítést nevezi Lazarus multimodális irányultságnak.³⁹⁰

A terápiás cél meghatározásakor a szerző végigmegy a multimodalitás minden, fent felsorolt pontján és megfogalmazza a pár tagjairól való diagnosztikus benyomását. Ezután kognitívan tisztázza velük a kapcsolatuk működtetésének jövőbeni játékszabályait, amit 3 példányban oda is ad nekik (egy a férj tárcájába, egy a feleség retiküljébe, egy a hűtőszekrényre) az alábbi pontokkal:

1. Soha ne kritizálja a másikat. Kérjen konkrét változtatást a viselkedésében.
2. Ne kövessen el erőszakot a másik gondolatain (vagyis: ne mondja meg a másinak, hogy mit gondol, vagy mit mond).
3. Kerülje a ‘Te mindig...’ és a ‘Te soha...’ kezdetű mondatokat. Legyen konkrét.
4. Kerülje a helyes-helytelen, jó-rossz kategóriákat. Ha különböző nézeteket vallanak, keressék a kompromisszumot.
5. Használjon ‘Úgy érzem...’ üzeneteket a ‘Te... vagy’ üzenetek helyett. Mondja például, hogy ‘Mebántva érzem magam, amikor nem figyelsz rám.’ ahelyett, hogy azt mondaná: ‘Önző vagy, mert csak magadra figyelsz engem pedig figyelmen kívül hagyasz.’
6. Legyen közvetlen és őszinte. Mondja el, amit gondol, és gondolja komolyan, amit mond.
7. Én is oké vagyok, te is oké vagy, én is számítok, te is számítasz.”³⁹¹

Érdekes a diagnosztikai metódusa, amelyben az első interjú és különböző állapotfelmérő kiértékelések alapján három szempontot vesz figyelembe: (1) jelen van-e a kapcsolatban az egymás iránti őszinte szeretet és törődés, (2) érzelmileg stabilak-e a felek, és (3) nincs-e jelentős mértékű inkompatibilitás a felek között. Ha az (1) és (3) pont nem teljesül, akkor megfontolja a válási terápia felajánlását. Ha az (1) és (3) pont teljesül, de a (2) pont hiányosságokat mutat, akkor különválasztja a párt és egyéni terápiát kezdeményez, mert

³⁸⁹ Vö.: Mórotz, „A kognitív viselkedésterápia történeti fejlődése.” 34. p.

³⁹⁰ Vö.: Arnold A. Lazarus, *Brief but Comprehensive Psychotherapy: The Multimodal Way* (New York: Springer, 2006), 25 pp.

³⁹¹ Lazarus, *Brief but Comprehensive Psychotherapy*, 102. p.

úgy gondolja, hogy valamilyen egyéni diszfunkcionalitás áll a háttérben, amely a kapcsolati működést is zavarja.³⁹²

Lazarus leírásában a terápia legjelentősebb részét a diszfunkcionális minták megértési folyamata teszi ki.³⁹³ „Esküvő előtt, esküvő után” című munkájában fel is dolgoz 24 általa tévhitnek minősített elképzelést, amelyek megléte akadályozza a párkapcsolat jó működését, és amelyek kognitív helyreigazításra szorulnak. Alkalmazott technikái az egyéni terápiában alkalmazott technikákra emlékeztetnek (önkiértékelési kérdőívek, asszertivitást és aktív figyelmet erősítő gyakorlatok, irányított beszélgetések, a pszichodrámaiban alkalmazott duplázás, stb).³⁹⁴ Az egyéni helyzetektől eltérően azonban megjegyzi, hogy asszertívnek lenni a házasságban nem ugyanazt jelenti, mint munkahelyi körülmények között. Munkahelyi, vagy érdekérvényesítő helyzetekben előnyös lehet nemet mondani, ugyanakkor a házasság nehezen viseli el a nemet, kivéve, ha az valóban indokolt.³⁹⁵

Lazarus modelljének előnye, hogy rövidtávon is érzékelhető változásokat hoz a párok kapcsolatában (egy terápiás folyamat általában 6-7 ülésből áll). Ezt azzal éri el, hogy eljárása a hatékonyság irányába optimalizált terápia. Véleménye szerint a terápiát meg kell tisztítani az olyan hatékonyság gátló eljárásoktól, amelyek múltba néznek és a miérteket kérdezik.

„[...] sok terapeuta abból indul ki, fel kell derítenie a páciense gyerekkorát, és egy csomó időt azzal töltenek, hogy alaposan megbeszéljék a múltban történeteket. Pszichológusoknak és szociális munkásoknak is megvannak a maguk téveszméik és tévedéseik, és ezek a melléfogások csökkentik a terápiás intervenciók hatékonyságát. Számos kollégámnak az a tévhite, hogy a pácienseknek kell kideríteniük, *miért* olyanok, amilyenek, *miért* teszik ezt vagy azt, és *miért* érzik magukat úgy, ahogy éppen érzik. Valójában sok ember lényegesen jobban járna, ha a terapeuták nagyobb számban belátnák, a *mi* inkább mérvadó mint a *miért*, amikor bizonyos magatartásformák megváltoztatásáról van szó. A kérdés így hangozzék: *Mi az, amit tennünk kell* ahhoz, hogy a dolgok, amilyen gyorsan csak lehet, tartósan megváltozzanak?”³⁹⁶

³⁹² Ezzel tudatosan a rendszerszemléletű terapeutákkal szemben halad, akik nem egyéni patológiákban gondolkodnak hanem kapcsolati kölcsönhatásokban. Ellist idézi, aki szerint: „Ha egy neurotikusnak alapvetően irracionális felfogása, vagy értékrendje van, és ha ez a felfogása önvédelmi magatartásra készíti a házastársával szemben, akkor a tanácsadónak nem a házasság problémáját kell felgöngyöltetnie, és még csak nem is a házastársak közötti neurotikus interakciókkal kell foglalkoznia, hanem a neurozist kiváltó irracionális elgondolásokkal és meggyőződésekkel.” Albert Ellis, *Reason and Emotion In Psychotherapy* (New York: Lyle Stuart, 1962), 210. p. Idézi: Lazarus, *Brief but Comprehensive Psychotherapy*, 102. p. Ugyanezt a gyakorlatot követi (a tünetet elválasztja a kapcsolattól) bizonyos szexuális problémák esetén is. Vö.: Arnold Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után: Huszonnégy közkeletű tévhit a párkapcsolatról* (Budapest: Móra, 2002), 23. p.

³⁹³ „Általában azt a gyakorlatot követem, hogy felkérem a házaspárokat, adjanak számot azokról az alapelvekről, amelyek a párkapcsolatban vezetik őket [...]” Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*, 11. p.

³⁹⁴ A technikák rövid leírásához lásd: Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*, 143-152. p.

³⁹⁵ Lazarus, *Brief but Comprehensive Psychotherapy*, 111. p. Ezt a különbségtételt fontosnak tartjuk, mert gyakori megfigyelésünk, hogy házaspárok munkahelyi tréningeken elsajátított asszertivitási technikákat visznek be a házasságukba, ami szétfeszíti a kapcsolatukat a helyzetek eltérő jellegzetességei miatt. Bővebben a témáról lásd: Mihalec, *Ketten együtt, magabiztosan*.

³⁹⁶ Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*, 153. p.

Ezzel együtt kritikusan meg kell említenünk, hogy Lazarusnál a terápia fókuszában inkább a funkcionalitás áll, mint a férj és a feleség mélyebb szinteken való kapcsolódása.³⁹⁷ Ha Lazarus leírását Crabb hozzáállásával vetjük össze, akkor könnyen elképzelhető, hogy Crabb mélyebb kapcsolódáshoz segít hozzá két gyülekezeti tagot, akik sem vérségi sem szerelmi kapcsolatban nem állnak egymással, mint Lazarus két házastársat. Lelkigondozóként továbbá kifogásoljuk, hogy Lazarus nem ismer magasabb etikai elvet a funkcionalitásnál, így terápiás célból elfogadhatónak tart olyan gyakorlatokat, amelyeket a keresztyén ember a bibliai etikára támaszkodva elutasít.³⁹⁸

1.3.3.3 Neil Jacobson és Andrew Christensen integratív párterápiája

A szerzőpáros új utakat keresett a viselkedésterápián alapuló párterápiában, mert tapasztalataik szerint az irányzat hagyományos technikáival (viselkedéscsere, kommunikációs- és problémamegoldó tréning) kezelt párok esetében túl nagy volt a visszaesési arány.³⁹⁹ Statisztikai alapú vizsgálatuk során kiderült, hogy öt tényező különösen nagy hatással van a terápiás folyamat várható sikerére: (1) irányultság – az együttélés fenntartására törekvő párok jobb eredményeket értek el azoknál, akik a válás előtt egy utolsó esélyt akartak adni kapcsolatuknak; (2) életkor – a fiatalabb párok kedvezőbben reagáltak a terápiára mint az idősebbek; (3) érzelmi kötődés – minél nagyobb volt az érzelmi kötődés a párok között annál jobb eredményeket értek el; (4) tradicionalitás – az egyenrangú párok jobban reagáltak a terápiára, mint a tradicionális párok; és (5) közös célok – minél hasonlóbban gondolkodott egy pár a kapcsolat működtetésének ideális módjáról, annál jobb eredményeket ért el a terápián.⁴⁰⁰ A szerzők a felsorolt pontok mögött a hagyományos viselkedésterápia hiányosságát vélik felfedezni, amely a csereelmélet mentén a kompromisszumot és együttműködő készséget erősíti a pár tagjai között. Ezen a ponton igyekszik Jacobson és Christensen túllépni azzal, hogy a csereelmélet – ki nem mondott – felfüggesztésével beemeli módszerébe az elfogadás elemét.⁴⁰¹ Módszerük az elfogadás bevonásától válik integratívvá. Az elfogadásnak két dimenzióját hangsúlyozzák:

³⁹⁷ Lazarus a felszínen tagadja ezt, példáiban azonban jól megfigyelhető ez a hozzáállás. „Radikális behavioristák hallani sem akarnak olyan nem mérhető jelenségről, mint a 'szerelem', legtöbbször viszont tudja, ég és föld a különbség egy békés, baráti együttélés és egy beteljesült, jól sikerült házasság között.” Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*, 49. p.

³⁹⁸ Ilyenek például a „terápiás szándékkal” történő megcsalás és az abortusz. Vö.: Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*, 26. és 76. p.

³⁹⁹ Vö.: Neil S. Jacobson, Andrew Christensen, *IP integratív párterápia – az elfogadás és változás módszere* (Budapest: Animula, 2009), 12-13. p.

⁴⁰⁰ Jacobson, Christensen, *IP integratív párterápia*, 13-15. p.

⁴⁰¹ Ezzel az új szemponttal megoldást kínálnak arra a helyzetre, amelyet Daniel Wile megoldhatatlan problémának tekint. A szintén viselkedésterapeuta Wile szétválasztja a pár tagjai között feszülő

“Az első a problémák egy olyasféle átfogalmazása, ami által azok a változás hordozóivá válhatnak. [...] Az elfogadás második dimenziója a feleknek nyújtott segítségre utal, abban, hogy feladják a másik megváltoztatásáért folytatott küzdelmüket.”⁴⁰²

A terápia első lépésében a terapeuta megpróbálja megérteni és a párral is megértetni azt a folyamatot, amelynek révén a jelenlegi állapot kialakult. Ehhez három szempontot alkalmaz: (1) téma – mi a látszólag össze nem függő konfliktusterületeket egységbefoglaló téma, (2) polarizálódási folyamat – hogyan válnak a kezdeti nézetkülönbségek polarizált szilárd álláspontokká a kapcsolatban, és (3) kölcsönös csapda – annak felismerése, hogy mindkettlen kudarcot vallottak a másik megváltoztatására irányuló törekvésükben. Ahogyan a Goldenberg házaspár összefoglalja:

“[...] ha egy pár elismeri egymás érzelmi sebezhetőségét és egyéni különbségeit, nagy lépést tett egymás érzéseinek és cselekvésének aktív elfogadása irányában, és távolodik a hibáztatástól. Ebben a látásmódban a fő téma: változás egymás elfogadásával.”⁴⁰³

Az alkalmazott terápiás intervenciók tekintetében a szerzők különbséget tesznek az elfogadást segítő és a változást előmozdító technikák között. A változást előmozdító technikák megegyeznek a hagyományos viselkedésterápiában alkalmazottakkal. Az elfogadást segítő technikák között szerepel például az empátiás összefogás a probléma ellen,⁴⁰⁴ valamint a negatív viselkedés pozitív vonásainak kiemelése.⁴⁰⁵

A szerzőpáros lényegében a humanisztikus orientáció fontos elemét hozza be a viselkedésterápiába, miszerint a változás akkor áll be, amikor a kliens elfogadja helyzete megváltoztathatatlanságát. Mivel azonban a viselkedésterápia alapvetően szemben áll a humanisztikus terápiával, Jacobson és Christensen olyan fogalmakkal írja le modelljét, amely kognitív viselkedésterápiás közegben is elfogadható.

1.3.3.4 John M. Gottman és a szeretet-labor

A legátfogóbb kognitív viselkedésterápiás koncepciót a párterápia számára kétségtelenül John Mordechai Gottman (1942 –) szolgáltatja. Gottman egzótának számít az empirikus kutatók között, mert írásaiban hívó emberként nyilatkozik, ám nem keresztyén háttérrel

konfliktusokat megoldható és megoldhatatlan konfliktusokra. A megoldhatatlanok esetében hangsúlyozza, hogy az azokkal kapcsolatos érzések megbeszélhetők oly módon, hogy az növelje a pár egymás iránti intimitását. Ebben a folyamatban az önverbalizációnak nagy jelentőséget tulajdonít (ezért hívja eljárás ego-analízisnek). Vö.: Daniel B. Wile, *After the fight: using our disagreements to build a stronger relationship* (New York: Guilford, 1993).

⁴⁰² Jacobson, Christensen, *IP integratív párterápia*, 17. p.

⁴⁰³ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 23. p.

⁴⁰⁴ Ez a technika párhuzamba állítható a narratív családterápiában alkalmazott externalizálással, amelyben a problémát leválasztják a személyről: „Nem a személy a probléma, hanem a személynek van egy problémája.” Vö.: Michael White, David Epston, *Die Zähmung der Monster: Der narrative Ansatz in der Familientherapie* (Heidelberg: Carl-Auer, 2009), 6. kiadás, 55-82. p.

⁴⁰⁵ Hasonlít a rendszerszemléletű és NLP terápiákban alkalmazott „Reframing” technikákra. Vö.: Mihalec, „Az NLP módszerei.” 218. p.

jön, hanem az ortodox zsidósággal azonosítja magát (édesapja a második világháború előtt rabbi volt Bécsben). A University of Washington intézményi keretében az 1980-as évek elején a szerző és kutatócsoportja létrehozott egy “szeretet-labornak” nevezett garzonlakást, amelybe két napra beköltöztetett párokat és detektívtükroket, illetve kamerák és mikrofonok felvételei segítségével megfigyelte a pár tagjai közötti interakciókat. A beköltözés előtt kérdőíveket vett fel velük, mélyinterjút készített, illetve különböző mérőberendezésekkel látta el őket, amelyek a stressz és a nyugalom fiziológiai jeleit rögzítették.⁴⁰⁶ Mindemellett megfigyeléseibe bevonta Paul Ekman mikro-arc kifejezés koncepcióját is. Az elmúlt évtizedekben mintegy 3.500 pár adatait vonta be statisztikai elemzéseibe, ezek az elemzések képezik kutatási eredményeinek alapját.

Megfigyelései alapján kidolgozott egy olyan kritériumrendszert, amelynek segítségével 91%-os statisztikai valószínűséggel különbséget tud tenni a házasságban maradó és elváló párok között.⁴⁰⁷ Párterápiás elveit aszerint határozta meg, hogy mi jellemzi a jól működő házasságokat, majd ezeket a jellemzőket igyekszik megvalósítani a diszfunkcionális kapcsolatokban a házassággal való megelégedettség helyreállítására. A boldog házasságokban a következő közös jellemzőket emeli ki:

1. Részletes szeretet-térkép. Az egymással jó kapcsolatot megvalósító párok tagjai részletes “kognitív” teret tartanak fenn egymás számára, amelyben a másikkal kapcsolatos fontos információkat tárolják. Ebben az összefüggésben utal a bibliai “ismer” ígére, amely sokszor a szexuális kapcsolat szinonimájaként jelenik meg (pl. 1Móz 4,1).
2. Az egymás iránti szeretet és csodálat érzetének táplálása. A boldog párok tudatosan tesznek annak érdekében, hogy megőrizték magukban az egymás iránti gyengéd érzelmeket. Ez többek között abban is látszik, ahogyan a közös múltjukról beszélnek.⁴⁰⁸
3. Az egymáshoz fordulás az egymástól való eltávolodás helyett. A szerző külön vizsgálatot folytatott az egymás iránti verbális és non-verbális kapcsolatkezdemenyezésről (lásd később), amely igazolta, hogy a boldog házasságban élő párok rendszeresen és tudatosan kapcsolódnak egymáshoz (Gottman erre a “bidding” kifejezést alkalmazza). A

⁴⁰⁶ A fiziológiai vizsgálatok fontos szerepet játszanak Gottman koncepciójában, ezek eredményeit is statisztikailag összesíti: „Amikor a szeretet-labor kétnapos vizsgálatában részt vevő ötven pár immunválaszait vizsgáltuk, éles különbséget találtunk azok között, akik rendkívül elégedettek voltak a házasságukkal, illetve akik közömbösek voltak egymás iránt, vagy boldogtalanok voltak. [...] A házasságukkal elégedett alanyok természetes killersejtjei hatékonyabban fejtik ki a funkciójukat, mint a többieké.” Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 15-16. p.

⁴⁰⁷ „Előre meg tudom mondani, hogy egy pár boldogan együtt marad-e, vagy külön válnak útjaik. És ehhez nem kell több, mint öt percen át figyelni az interakciókat a szeretet-laborban. Három különböző vizsgálat elvégzése után átlagosan 91% pontossággal előre megmondom, hogy mi lesz a házasság sorsa.” Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 12. p. Gottman statisztikai módszerének kritikájához lásd: Richard E. Heyman, Amy M. Smith Slep, „The Hazards of Predicting Divorce Without Crossvalidation.” *Journal of Marriage & Family*, 2001/63, 473-479. p.

⁴⁰⁸ „Az esetek 94%-ában azt tapasztaltam, hogy azoknak a pároknak, akik pozitívan emlékeznek házasságuk történetére, valószínűleg van közös jövőjük is.” Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 74. p.

kapcsolódásokkal a pár tagjai gazdagítják egymás érzelmi bankszámláját, így a kapcsolatnak lesz fedezete nehezebb életszakaszok és különbözőségek elviselésére is.

4. A másik fél véleményének figyelembe vétele. Ugyanarról a gondolati tartalomról van itt szó, amit más viselkedésterápiás szerzők gyakran az "egyenjogúság" kifejezéssel adnak vissza.

„A statisztikai adatok szerint, amennyiben egy férj nem osztja meg a hatalmat a feleségével, 81% a valószínűsége, hogy tönkre megy a házasságuk.”⁴⁰⁹

Ezt a jellemzőt tekinti Gottman az érzelmileg intelligens gyermeknevelés alapjának is.⁴¹⁰

5. A megoldható konfliktusok megoldása. Ezen a ponton Gottman követi Daniel Wile felfogását a megoldható és a megoldhatatlan konfliktusokról és hangsúlyozza a kétfajta konfliktus tudatos kezelését, a megoldhatóak megoldását és a megoldhatatlanok esetében a különböző álláspontok tiszteletét és elfogadását. Gottman felsorolja a konfliktusokban való elakadás jeleit is, amelyek fennállása esetén a párnak terápiás segítségre van szüksége.⁴¹¹

6. Kiszabadulni a csapdából. Az előző ponthoz kapcsolódva itt a megoldhatatlan konfliktusokkal való együttélés megtanulására kerül a hangsúly.⁴¹²

7. A házasság értelmének közös felfedezése. Itt jelenik meg a házasság spirituális dimenziója, amelyről sok viselkedésterápiás háttérű szerző megfeledkezik, amely túlmutat az operacionálizálható, mérhető jelenségeken:

“Van egy spirituális dimenziója is, ami annyit jelent, hogy a két ember egy közös belső életet⁴¹³ teremt – egy szimbólumokban és rituálékban gazdag kultúrát, amelyben nagyra becsülik mindkét ember céljait, az őket egymással összekötő szerepeket. Amelyben mindketten tudják, hogy mit jelent abba a családba tartozni, amivé váltak.”⁴¹⁴

A kiemelkedően boldog párok mellett Gottman a boldogtalan és válás felé sodródó párok jellemzőit is elemezte. Megfigyelése szerint azok konfliktuskezelésében jellemző négy vonás, amit a Jelenések könyvére támaszkodva az apokalipszis négy lovasának nevez:⁴¹⁵

(1) kritika, (2) megvetés, (3) védekezés, és (4) falépítés.⁴¹⁶

⁴⁰⁹ Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 111. p.

⁴¹⁰ Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 121. p.

⁴¹¹ Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 145. p.

⁴¹² „Amikor elakadunk és egyszerűen nem tudunk előbbre jutni a megoldás felé, aligha tudjuk elképzelni, hogy úgy is kezelhetünk egy ilyen nézeteltérést, mint egy pszichológiai térdficamot, amivel ha kell, megtanulhatunk együtt élni. Lehetetlennek tűnik ugyan, de mégis lehetséges.” Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 235. p.

⁴¹³ Ez a belső világ párhuzamba állítható azzal, amit Willi a „Behausung” fogalmával határoz meg.

⁴¹⁴ Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 262. p.

⁴¹⁵ Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 38-45. p.

⁴¹⁶ A felsorolt magatartásmódok sorozatos, egymásra épülő alkalmazása elindítja a kapcsolatban a negavitás körforgását, amelyet a Gottman által „javítási kísérleteknek” nevezett közbelépésekkel lehet megállítani. A kapcsolat helyreállításának tekintetében kritikus jelentősége van annak, ahogyan a partner reagál párja javítási kísérletére. Vö.: John Gottman, *Why marriages succeed or fail... and how you can make yours last* (New York: Simon & Schuster, 1994), 97-98. p.

Viselkedésterápiás szerzőktől szokatlan módon Gottman kifejezetten sokat foglalkozik a kapcsolatok érzelmi világával. Az érzelmi kapcsolódáshoz bevezette a „bid”⁴¹⁷ kifejezést, amely a szerző meghatározásában:

„[...] lehet egy kérdés, egy gesztus, egy pillantás, vagy érintés – minden egyes megnyilvánulás, amely azt mondja 'Összekötve akarom magam érezni veled.' A bid-re való válasz ugyanilyen – egy pozitív vagy negatív válasz egy személy érzelmi kapcsolódási kérésére.”⁴¹⁸

A válást előrejelző tanulmányokban kimutatta például, hogy a később elváló férjek feleségeik bid-jeinek 89%-át figyelmen kívül hagyták, míg a stabil házasságban élő férjek csak 19%-ra nem reagáltak. A feleségeknél ez az arány 50% és 14% volt.⁴¹⁹ A partner kapcsolódási kísérleteire adott reakciókat Gottman három csoportba sorolja: (1) „felé”, amikor pozitívan fogadja párja bid-jét és viszontkapcsolódással válaszol; (2) „ellene”, amikor negatívan fogadja a partner bid-jét és ellenségesen reagál rá; és (3) „tőle”, amikor figyelmen kívül hagyja partnere kapcsolódási kísérletét és közömbös marad vele szemben, magatartásával kivonul a kapcsolatból. Utánkövetéses vizsgálatai szerint azok a párok maradtak stabil kapcsolatban egymással, akiknél a bid-ek többsége „felé” válaszra talált, míg a többségében „ellene” és „tőle” reagálású párok idővel elváltak. További érdekesség, hogy a válás hamarabb következett be azoknál, akik közömbösen reagáltak, mint azoknál, akik ellenségesen.⁴²⁰

Ehhez kapcsolódik szorosan a pozitív és negatív interakciókról szóló vizsgálat is, amelyet sok szerző idéz,⁴²¹ és amelyre számos önsegítő és terápiás technika is épül:

„A kutatásunk azt mutatja, hogy a stabil kapcsolatú párokat a bajban lévő pároktól a leginkább az egymás iránti pozitív és negatív érzelmek és tettek aránya különbözteti meg. [...] A mágikus arány 5:1. Más szavakkal: Amíg ötször annyi a pozitív érzelem és interakció a férj és a feleség között, mint a negatív, a házasság stabil marad. [...] A nagyon boldogtalan pároknál több a negatív interakció, mint a pozitív.”⁴²²

Párterápiás kutatásai mellett jelentősek Gottman családterápiás, a gyermekeket bevonó utánkövetéses vizsgálatai is, amelyekben a különböző szülői stílusok hatásait mutatta ki,⁴²³

⁴¹⁷ Az angol kifejezés magyarul licitet, ajánlattételt jelent, ez azonban nem felel meg a szerző eredeti szándékának, ezért a bemutatásban megtartjuk az angol kifejezést.

⁴¹⁸ John M. Gottman, Joan DeClaire, *The Relationship Cure: A 5 Step Guide to Strengthening Your Marriage, Family, and Friendships* (New York: Three Rivers, 2001), 4. p.

⁴¹⁹ Gottman, DeClaire, *The Relationship Cure*, 4. p.

⁴²⁰ Gottman, DeClaire, *The Relationship Cure*, 16-18. p.

⁴²¹ Pl. Jacobson, Christensen, *IP integratív párterápia*, 11. p. Nem köti Gottman nevéhez, de a jelenségre utal a Skrabski–Kopp szerzőházaspár is. Vö.: Skrabski Árpád, Kopp Mária, *A boldogságkeresés útjai és útvesztői a párkapcsolatokban* (Budapest: Szent István Társulat, 2010), 50. p.

⁴²² Gottman, *Why marriages succeed or fail*, 56-57. p.

⁴²³ Az 1986-ban elkezdett, 56 házaspárra kiterjedő vizsgálatban Gottman különbséget tett elutasító, helytelenítő, laissez-faire és érzelmileg intelligens (emotional coach) szülői stílus között. A háromévente megismételt, 20 évig követett vizsgálatok kimutatták, hogy az érzelmileg intelligens szülők neveléséből kikerülő gyermekeknek szignifikánsan jobb tanulmányi eredményeik voltak, ritkábban voltak betegek, pozitívabb önképpel rendelkeztek, több kortárs kapcsolatuk volt és jobb megküzdési mintáik voltak, mint a

illetve arra kínál megoldást, hogy a házaspár miként őrizheti meg házassági megelégedettségét a szülővé válás után is.⁴²⁴

Gottman művei meggyőző számadatokkal igazolják a bennük található megfigyelések hitelességét. Emellett koncepciója jól alkalmazható terápiás és lelkipozítói keretek között, valamint önsegítő eljárásként is. A viselkedésterápiás eljárások iránt idegenkedők számára előnyt jelent, hogy Gottman komolyan veszi a házasság érzelmi és spirituális dimenzióit,⁴²⁵ ugyanakkor kifogásolható egy egységes, strukturált terápiás módszer hiánya. Így Gottman munkásságának erénye túlmutat egy önálló terápiás metódus kidolgozásán, legfőbb tudományos teljesítménye a más terápiás koncepciókba is jól beépíthető, megbízható és gazdag ismeretanyag feltárása és rendelkezésre bocsátása.

1.3.4 Kognitív viselkedésterápiás hatás alatt álló keresztyén házasságpozítói modellek

Az egyik legkorábbi viselkedésterápiás lelkipozítói koncepciót Jay Adams dolgozta ki, noutethikus lelkipozítás néven. Adams azonban nem nevezi a saját eljárását behavioristának, szemléletét kizárólag bibliai alapokra véli helyezni, csak kritikussal vetik szemére, hogy keresztyén lepel alatt radikális behaviorizmust folytat.⁴²⁶

Pozitív példaként említjük David és Claudia Arp munkásságát. Azért szorítkozunk csak vázlatos említésükre, mert az Arp házaspár nem terápiás, vagy tanácsadói koncepciót dolgozott ki, hanem viselkedésterápiás alapú csoportfoglalkozásokat és önsegítő (selfhelp) könyveket publikál. A szerzők a házasság életciklusának valamennyi szakaszát figyelembe veszik. Házasságra készülők,⁴²⁷ házások⁴²⁸ és érett korú párok⁴²⁹ számára is kidolgoztak

másik három stílusban felnevelkedő gyermekeknek. Vö.: John Gottman, Joan DeClaire, *The Heart of Parenting: How to Raise an Emotionally Intelligent Child* (New York: Simon & Schuster, 1997).

⁴²⁴ A Gottman házaspár által kidolgozott, szülőiségre felkészítő tréning résztvevői nem mutattak alacsonyabb házassági megelégedettséget a szülővé válás után (szemben a kontrollesoporttal, ahol a párok 67%-a jelentős csökkenésről számolt be), emellett a nők 22,5%-a mutatott szülés utáni depressziós tüneteket (szemben a kontrollesoporttal, ahol a nők 58%-a mutatott valamilyen depressziós tünetet). Vö.: John Gottman, Julie Schwartz Gottman, *And Baby Makes Three: The Six-Step Plan for Preserving Marital Intimacy and Rekindling Romance After Baby Arrives* (New York: Crown, 2007).

⁴²⁵ Az utóbbi néhány évben különösen a bizalom kérdésére összpontosít, amelynek a megcsalás megelőzésében és a megcsalás utáni helyreállításban is kulcsszerepet tulajdonít. Vö.: John M. Gottman, Nan Silver, *What Makes Love Last? How to Build Trust and Avoid Betrayal* (New York: Simon & Schuster, 2012). Továbbá: John M. Gottman, *The Science of Trust: Emotional Attunement for Couples* (New York, London: Norton, 2011).

⁴²⁶ Vö.: Pfeiffer, „Kognitive Therapie – ein neues Paradigma für die Seelsorge?” 168. p. Daewel az Adams által kidolgozott irányzatot „primitív és masszív behaviorizmusnak” nevezi, amely a lelkipozítást viselkedéstréninggé degradálja. Daewel, „Seelsorgekonzeptionen seit der dialektischen Theologie.” 89. p.

⁴²⁷ David & Claudia Arp, Curt & Natalie Brown, *10 Great Dates Before You Say „I Do”* (Grand Rapids: Zondervan, 2003). Feldolgozott témák: a kapcsolat iránti elvárások, a különbözőségek kezelése, kommunikáció, problémamegoldás, pénzkezelés, szülők elhagyása, intimitás, szerepek a házasságban, spiritualitás, tudatosság.

viselkedésterápiás gyakorlatokon alapuló tréningeket. Az életkori és családi életciklus iránti érzékenységük mellett az Arp házaspár megközelítésének erénye, hogy minden témakört a hit szempontjából vizsgál és összhangba tudja hozni a bibliai értékrendszert a viselkedésterápiás ismeretanyaggal.

James Dobson munkássága is említést érdemel, aki a “kemény szeretet” fogalmát vezette be a keresztyén házassági irodalomba.⁴³⁰ A házasságnak és a családi együttélésnek a legfontosabb elemeként Dobson a tiszteletet emeli ki. Ha a tisztelet elvész, akkor engednek meg a felek deviáns, vagy megalázó magatartást maguknak a másikkal szemben. Ennek egyik formája a megcsalás. Sokan ebben a helyzetben – a megcsaló partner visszaszerzésének reményében – megalázkodnak a hűtlen fél előtt, kiszolgáltatják magukat neki, amivel még jobban elveszítik annak tiszteletét, tehát a megcsalás folytatódik és a távolság a házaspár között növekszik. Ezzel szemben a szerző egy következetes, határozott magatartást javasol. Mint mondja:

“[...] mindig az a személy fogja irányítani a kapcsolatot, akinek kevésbé van szüksége a másikra.”⁴³¹

Ezzel adja vissza a kontrollt a megcsalt fél kezébe. Dobson megközelítése konkrét, “hogyan csináljuk?” tanácsokat, lépéseket, és levélmintákat fogalmaz meg, ezért soroljuk művét a viselkedésterápia befolyása alatt álló munkák közé.

A következőkben két szerzőt mutatunk be, akinek irodalmi munkássága az önsegítő jelleg mellett tudományos igényű szakirodalomnak is tekinthető.

1.3.4.1 Norman Wright terápiás-lelkigondozói megközelítése

Mindenképp ki kell emelnünk a keresztyén szerzők közül Norman Wright személyét, aki tudományos munkásságával jelentősen gazdagította az amerikai lelkigondozói irodalmat, és aki egyike az első szerzőknek, aki vállaltan kognitív viselkedésterápiás megközelítést alkalmaz. Figyelme a családi és házassági témákon kívül kiterjed a traumaterápiára, a gyászfeldolgozásra, és a bántalmazások különböző formáira. 1983-as munkájában kísérletet tett a kognitív viselkedésterápia recepciójára a keresztyén

⁴²⁸ David & Claudia Arp, *10 Great Dates to Energize Your Marriage* (Grand Rapids: Zondervan, 1997). Feldolgozott témák: prioritások újrendezése, konfliktuskezelés, egymás bátorítása, egység a különbözőségben, kreatív szerelmi élet, felelőségek és munkamegosztás, a szülői és házastársi szerepek egyensúlya, spirituális intimitás, tudatosság.

⁴²⁹ David & Claudia Arp, *The Second Half of Marriage: Facing the Eight Challenges of the Empty-Nest Years* (Grand Rapids: Zondervan, 2000). Feldolgozott témák: a múlt elengedése, a partner-fókusz visszaállítása a gyermek-fókusz helyett, hatékony kommunikációs stratégiák újrafelfedezése, harag és konfliktus, mély barátság, romantika és szexualitás, felnőtt gyerekekhez és idős szülőkhöz való viszony, spiritualitás.

⁴³⁰ James Dobson, *Kemény szeretet: Remény a válságban lévő családoknak* (Budapest: KIA, 2002).

⁴³¹ Dobson, *Kemény szeretet*, 45. p.

házasságrendezésbe.⁴³² Ez az írás még a kognitív fordulat előtti szemléletet képviseli, ahol külön kezeli a kognitív és behaviorista technikákat, hozzáadva a rogersi kommunikációs attitűdöket. Egy fejezetet szán a behaviorista és a biblikus szemlélet összehasonlítására is, amelyben arra az álláspontra jut, hogy a két nézőpontnak nem kell szükségszerűen szemben állnia egymással, a biblikus alapon álló lelkipásztor alkalmazhatja a viselkedésterápiás talajon született felismeréseket és módszereket. A házassági problémákat négy területre vezeti vissza: (1) kielégítetlen szükségletek és irreális elvárások,⁴³³ (2) a pozitív viselkedés kölcsönösségének hiánya, (3) konfliktuskezelési stratégiák hiányosságai, és (4) negatív kommunikációs minták. A könyv címében ígért kognitív viselkedésterápiás megközelítés inkább a lelkipásztoroknak adott tanácsokban jelenik, semmint a terápiás intervenciókban. A javasolt technikákra inkább az eklekticizmus jellemző. Everett Worthington hiányolja Wright munkájában a valódi recepciós munkát. Azt veti szemére, hogy csak felsorolja a lelkipásztor által is alkalmazható kognitív és viselkedésterápiás technikákat, de adós marad azoknak a lelkigondozás hagyományába való integrációval.⁴³⁴

Az 1970-es években Wright is csatlakozott a házasság-gazdagító mozgalomhoz, amelynek keretében értékes segédanyagokat dolgozott ki házasság- és család-gazdagító szemináriumok tartásához.⁴³⁵ Figyelme olyan témákra terjedt ki, mint a szexuális nevelés, házasságerősítés, szülői tréningek, házassági felkészítés, válás-megelőzés, válás utáni újrakezdés, fogyatékos családtaggal együtt élő családok segítése, stb. Mindegyik témához kidolgozott kurrikulumot mutat be konkrét téma- és feladatjavaslatokkal.

Későbbi munkássága, amely több mint 70 kötetet ölel fel, inkább önsegítő, mint szakirodalomnak tekinthető. Ezek fontos közös eleme, hogy empirikus kutatások eredményeit is megfogalmazza a különböző élethelyzetekben lévő olvasók (házasulandó, házassági válságban lévő, szüleiről leváló, gyászoló, stb.) számára.⁴³⁶

Összességében elmondható, hogy Wright irodalmi munkássága a családi életciklus teljes skáláját felöleli, annak minden állomására kínál hasznos tanácsokat. Hiányzik azonban egy

⁴³² H. Norman Wright, *Marital Counseling: A Biblical, Behavioral, Cognitive Approach* (San Francisco: Harper & Row, 1983).

⁴³³ A fentebb bemutatott csereelmélet nyomán.

⁴³⁴ Everett L. Worthington, *Marriage Counseling: A Christian Approach to Counseling Couples* (Downers Gove: InterVarsity, 1989), 356. p.

⁴³⁵ H. Norman Wright, *Marriage and Family Enrichment Resource Manual* (Denver: Christian Marriage Enrichment, 1979).

⁴³⁶ Házasságra készülők számára írt művében például az elköteleződés kérdését járja körül az életciklus-váltás, a közös célok, a kommunikáció, a konfliktuskezelés és a spiritualitás vonatkozásában. Vö.: H. Norman Wright, *Házasodni készülsz? Az erős, tartós kapcsolat építésének titka* (Debrecen: Új Remény Alapítvány, 2010). Házasok számára minden fontos kapcsolati témakörhöz bemutat egy-egy önfelmérő tesztet, amelynek segítségével a pár képet nyer kapcsolatának erről az aspektusáról, majd javaslatokat tesz a kapcsolat gyengébb területeinek tudatos fejlesztésére. Vö.: H. Norman Wright, *The Marriage Checkup* (Ventura: Regal Books, 2002).

egységes, átlátható logikai szerkezet az írásaiban, ami munkásságát inkább értékes tanácsok egymástól független gyűjteményévé teszi, semmint koherens lelkipozíciós koncepcióvá.

1.3.4.2 Andreas Bochmann statisztikai alapú házassággondozása

A lelkipozíciós modellek végén bemutatjuk volt tanárunk Andreas Bochmann munkásságát, aki saját szemléletünket jelentős mértékben befolyásolta. Jóllehet Bochmann nem vallja magát a behaviorisztikus szemlélet elkötelezettjének, a Theologische Hochschule Friedensau viselkedésterápiás tanszékének docenseként tevékenykedett, ma pedig az ugyancsak viselkedésterápiásan orientált tanácsadói (Counseling) mesterképzés vezetője, illetve az angliai Newbold College pasztorálpszichológia-tanára.

Bochmann nagy hangsúlyt fektet a statisztikai adatnyerésre és ezek eredményei alapján fogalmazza meg következtetéseit a keresztyén kontextusban történő tanácsadásra.⁴³⁷

Európai vizsgálatai közül kiemelkedik a Ralf Nätherrel közösen végzett kutatása a keresztyén párok szexuális életéről. Ebből kiderül, hogy a kiegyensúlyozott keresztyén értékrend szignifikánsan befolyásolja a házasság sikerét és a szexuális élettel való megelégedettséget.⁴³⁸ Legjelentősebb munkája a házassági felkészítésről írt kötete, amelyet lelkipozíciók és tanácsadók számára írt szakmai segédletként.⁴³⁹ Elméletalkotásában ugyan a rendszer-szemlélet is erőteljesen jelen van (David Olson kutatásaira sokat hivatkozik), javasolt intervencióiban azonban inkább a viselkedésterápiás technikák szerint orientálódik. Könyvének különös értéke, hogy minden téma bemutatását a tanácsadó saját reflexióját elősegítő kérdésekkel kezdi, amelyeknek mentén a párral foglalkozó szakember megfogalmazhatja saját értékrendjét, véleményét és hozzáállását. A könyv néhány fontos tanulságára visszatérünk a házassági felkészítésről szóló fejezetben.

Bochmann számára fontos, hogy a lelkipásztoroknak használható módszertani eszközöket nyújtson a házassággondozáshoz és, hogy tagjaiknak azonnali és hatékony segítséget tudjanak adni. Ebből a célból hozta 1985-ben a PREPARE/ENRICH programot is német

⁴³⁷ Vö.: Andreas Bochmann, *The impact of religious orientation on premarital couples: A cross-cultural and cross-denominational comparison* (Baltimore: Loyola College, 1993), kiadatlan PhD értekezés.

⁴³⁸ Az 1000 fős mintavétel eredményei szerint azok a legelégedettebbek a szexuális kapcsolatukkal, akik hetente 2-3 alkalommal szeretkeznek, soha sem voltak hűtlenek, és nyíltan kezelik a szexualitást (szabadon beszélgetnek róla és nyitottak új dolgok kipróbálására). Azok a legelégedetlenebbek, akik ritkán szeretkeznek, már voltak hűtlenek, és elutasítóak minden olyan gyakorlattal szemben, amely eltér a megszokottól. A vizsgálat azt is kimutatta, hogy a gondolatbeli hűtlenség és a tetteges hűtlenség egyaránt szignifikánsan negatív hatással van a pár szexualitással való megelégedettségére. Vö.: Andreas Bochmann, Ralf Näther, *Sexualität bei Christen: Wie Christen ihre Sexualität leben und was sie dabei beeinflusst. Empirische Studien und Diskussionsbeiträge* (Giessen, Basel: Brunnen, 2002) 102-131. p.

⁴³⁹ Andreas Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung: Anregungen für Seelsorger und Beratung* (Giessen, Basel: Brunnen, 2004).

nyelvterületre, ahol elsősorban lelkészeket képezett ki a házassági tanácsadói program használatára. A házassági krízisek tárgyalásánál különbséget tesz: (1) fejlődési-normatív (pl. várandósság, nyugdíjazás), (2) szituatív (pl. súlyos betegség, gyermek halála), és (3) önmaga okozta – morális (pl. házasságtörés, válás vagy különélés eldöntése) krízis között.⁴⁴⁰ A krízisek kezelésében vállalt lelkési szereppel kapcsolatban megjegyzi:

“Jóllehet a közösségünk legtöbb lelkésze sem nem tanácsadó sem nem terapeuta, képesnek kell lennie arra, hogy valamiféle ‘elsősegélyt’ vagy krízisintervenciót felajánljon. Ehhez hozzátartozik a krízisben lévő ember dinamikájának megértése és néhány intervenció módszer legalább alapszintű ismerete. Ahhoz, hogy többet tegyen az ‘elsősegélynél’, speciális képességekre és képzésre van szükség [...]”⁴⁴¹

“Elsősegély” alatt olyan – elsősorban viselkedésterápiás – módszereket ért, amelyek krízis esetén a kapcsolat stabilizálására, a negatív kommunikációs és viselkedési minták eszkalálódásának megakadályozására, valamint az egymás iránti pozitív érzelmek megerősítésére használhatók.⁴⁴² A krízisek kezelésénél hangsúlyozza a gyülekezet szerepét is. Ahogyan a házasság a bibliai időkben a közösség ügye volt, úgy ma is jobban a közösségbe kellene integrálni annak kríziseivel és kudarcaival együtt is, hogy hozzáférhetőek legyenek a házasság számára a közösség által kínált gyógyító mechanizmusok is (imádság, rituálék, stb.). Ezzel együtt azonban megjegyzi:

“A lelki eszközök jelentéktelenné válnak, ha nincsenek összekapcsolva gyakorlatias, életközeli segítséggel és a pár azonnali szükségleteire való figyelemmel.”⁴⁴³

Lelkipásztoroknak javasolja az esküvői szertartáshoz hasonlóan a válási rítus bevezetését is, amellyel fontos szolgálatot tehetnek a gyülekezet és az érintett tagok felé is a válás feldolgozásában, az újraorientálódásban, a megbocsátásban és a béke helyreállításában. Szerinte egy ilyen rítus kidolgozásakor a következő elemeket kell figyelembe venni:⁴⁴⁴ (1) nyilvánosság,⁴⁴⁵ (2) idioszinkratikusság,⁴⁴⁶ és (3) béketeremtés.⁴⁴⁷

⁴⁴⁰ Andreas Bochmann, „Seelsorge bei Ehekrisen.” In: Roberto Badenas, Stefan Höschele (szerk.), *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte* (Lüneburg: Saatkorn, 2010), 403. p.

⁴⁴¹ Bochmann, „Seelsorge bei Ehekrisen.” 405. p.

⁴⁴² A konkrét módszerek bemutatásához lásd Jens Schwenger szakdolgozatát, amelyet Bochmann vezetése alatt írt: Jens Schwenger, *Erste-Hilfe-Techniken für die Paarberatung: Von der Kunst das Herz des Anderen zu erreichen* (Neuenhagen b. Berlin: CAB-Service, 2010).

⁴⁴³ Bochmann, „Seelsorge bei Ehekrisen.” 408. p.

⁴⁴⁴ Andreas Bochmann, „Abschlussrituale.” In: Andreas Bochmann, Klaus-Jürgen van Treeck (szerk.), *Ehescheidung und Wiederheirat: Ein Pastoral-Theologisches Symposium* (Friedensau: Theologische Hochschule Friedensau, 2000), 262. p.

⁴⁴⁵ Az 5Móz 24:1-ben megfogalmazott útmutatást rituáléként értelmezi, amely tanúk jelenlétében került kivitelezésre. A nyilvánosság Bochmann számára nem kvantitatív, hanem kvalitatív fogalom, a „privátság” ellenpólusaként alkalmazza.

⁴⁴⁶ Azt érti ezalatt, hogy a rítusnak illeszkednie kell az érintettek élethelyzetéhez és a kultúrához, amelynek kontextusában a rítus végrehajtásra kerül. Ezzel egyúttal nehezzé válik egy egyetemesen alkalmazható forгатókönyv megalkotása.

⁴⁴⁷ A rítus fontos célja, hogy az érintettek és a gyülekezet is békére leljen. Ez a béke nem fegyverszünet (egy ideig most nem bántjuk egymást) és nem is kibékülés (mégiscsak szeretjük egymást), sokkal inkább abszolúció (megbocsátás és elengedés).

Bochmann irodalmi munkássága kettős fókuszú: egyfelől a gyakorlati teológiai irodalomban igyekszik meghonosítani a statisztikai alapú empirikus kutatást, másfelől pedig konkrét és gyakorlatias ismeretanyagot szolgáltat a párokkal foglalkozó egyházi szakemberek számára.

1.3.5 Összegzés

A kognitív viselkedésterápia és a lelkigondozás párbeszédét vizsgáló fejezetünkben bemutattuk, hogy a két diszciplína jól egymás mellé állítható, sőt – némi túlzással – még azt is kijelenthetjük, hogy egymásra van utalva. Összefoglalásul a következő pontokat fogalmazhatjuk meg:

1. A viselkedésterápia fontos szolgálatot tehet a lelkigondozás számára, mert kontrollált adat-alapú⁴⁴⁸ ismeretanyagával konkrét “hogyan csináljuk?” beavatkozási eszközöket bocsát a lelkipásztor rendelkezésére.
2. A poimenika leginkább a viselkedésterápiával foglalkozik, ám a kognitív pszichoterápiára kevesebb figyelmet fordít. Ezen a téren a gyakorlati teológiának még komoly elmaradásai vannak, hiszen a kognitív pszichoterápiában sok kihasználatlan lehetőség rejlik a lelkigondozás számára, emellett pedig a viselkedésterápia felé megfogalmazott kritikák a kognitív irányzatra nem vonatkoznak, az zökkenőmentesebben illeszkedik a keresztyén antropológiai gondolkodásba.
3. A kognitív viselkedésterápia pasztorálpszichológiai adaptációja nem jelenti annak kritikátlan átvételét. A viselkedésterápiának van ugyan meggyőződése arról, hogy mi a helyes viselkedés adott helyzetben, de ehhez nincs – de legalábbis nincs teológiailag képviselhető – etikai mércéje.⁴⁴⁹ Mivel a viselkedésterápia azt vizsgálja, hogy mit tesz egy jó kapcsolatú házaspár, illetve hogyan viselkedik egy egészséges lelkivilágú egyén, a viselkedésterápiának van válasza arra a kérdésre, hogy “Mit tegyek, hogy elnyerjem az életet?” (Mk 10,17, az “örök” szó kihagyásával) A válasz azonban szükségszerűen evilági válasz, amely csak a funkcionális működést veszi célba. A viselkedésterápia-orientált lelkigondozás többet tehet ennél. Van egy ismeretanyaga – mit kell tenni – és van egy etikai mércéje. Ez több, mint pusztán viselkedés-, vagy gondolkodásmódosítás.
3. A kognitív viselkedésterápia antropológiája nyitott a bibliai antropológia irányában. Számos példán megvilágítottuk, hogy a tanuláselmélet, a realitásról való gondolkodás kihatásainak, illetve a viselkedés módosításának koncepciói nem idegenek a bibliai

⁴⁴⁸ Vö.: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 40. p.

⁴⁴⁹ Ahogyan például Lazarus esetében utaltunk a terápiás javallatra történő megcsalásra, vagy a kapcsolat fenntartásáért vállalt abortuszra.

hagyománytól. Ugyanakkor a pasztorálpszichológia még mindig adós a kognitív viselkedésterápia teljeskörű (antropológia-patológia-terápia szintű)⁴⁵⁰ recepciójával.

4. A viselkedésterápia iránti korábbi tartózkodás ma már értelmetlen, hiszen azzal a megközelítéssel, amellyel szemben a pasztorálpszichológia gyakran tartózkodó álláspontra helyezkedik, a mai viselkedésterápia sem azonosul már. A pasztorálpszichológiának a múltba tekintés helyett a kognitív viselkedésterápia mai irányvonalával kellene dialógusba kerülnie, így dialóguspartnere nem a pavlovi, vagy skinneri behaviorisztikus szemlélet, hanem a kognitív fordulat utáni viselkedésterápia.

5. A kognitív viselkedésterápia felfogása gyakran csak a funkcionalitásra korlátozódik. Számára egészséges egyén és egészséges kapcsolat az, amely működőképes. Közben úgy tűnik, mintha megfelelkezne egy sor olyan mélyebb tényezőről, amely az egyén és a pár boldogságához szükséges.⁴⁵¹ A kognitív viselkedésterápiának nyitnia kell olyan tényezők felé is, amelyek nem feltétlenül operacionalizálhatók, mégis kihatással vannak az egyénre és kapcsolataira. Ebben a vonatkozásban a pasztorálpszichológia ismét segítségére lehet a klinikumnak a spiritualitás témájának beemelésével.

6. Az irányzat bizonyíték-orientáltsága előnyt jelent a lelkigondozói alkalmazás számára, mert előre kiszűri azokat a tendenciákat, amelyektől a tradicionális pasztorálpszichológia is elhatárolódik: az ezoterikus elhajlásokat és a teoretikus spekulációkat.⁴⁵²

7. A lelkigondozó számára nehézzé teszi a kognitív viselkedésterápiás eljárások alkalmazását, hogy azokhoz széleskörű szakmai tudás, valamint a klinikusi képzés során elsajátított leleményesség, találékonyosság, kreativitás szükséges. Ez jellegzetesen az az irányzat, amelynek elsajátításához önismereti és módszerspecifikus képzésre van szükség, és amely nem tanulható meg pusztán könyvekből. Az alkalmazhatóságot mindenképp megkönnyítené, ha a teológiai képzésben a kognitív viselkedésterápiás technikák egy bizonyos szinten és választékban integrálásra kerülnének.

⁴⁵⁰ Vö.: Dieterich, „Psychologie-Psychotherapie-Seelsorge: Chancen und Grenzen unterschiedlicher Wege zum Menschen.”

⁴⁵¹ Mi van például akkor, ha egy pár jól kommunikál egymással, megfelelő konfliktuskezelési készségekkel rendelkezik, rendszeres és kielégítő szexuális életet él, és mégis elidegenedve és eltávolodva érzi magát egymástól?

⁴⁵² Ez szempont döntő abban, hogy számos adventista egészségügyi és mentálhigiénés program a kognitív viselkedésterápia talaján áll. Ezek közül a legismertebbek a „Lélegezz szabadon!” dohányzásleszoktató és a „Győzelem a stressz felett” stresszkezelő tréning. Vö.: Ósz-Farkas Ernő, *Az egészségügyi szolgálatok kézikönyve* (Budapest: ESZO & Advent Kiadó, 2003), 164-166. p.

1.4 A rendszerelméleten alapuló pszichoterápia és a lelkgondozás

1.4.1 A rendszerelmélet történeti és elméleti hátterének áttekintése

A rendszerelmélet egy meghatározott szemléletmód, amellyel az egyén a körülötte lévő világot értelmezheti. Mivel a valóság abszolút értelemben az ember és a tudomány számára elérhetetlen,⁴⁵³ mindaz, amit valóságnak gondolunk egy konstruált valóságként képeződik le bennünk. A rendszerelmélet is egy lehetséges modellje a valóságkonstrukciónak, amely a hagyományos individualista, lineáris, ok-okozati összefüggések helyett egy szélesebb vonatkoztatási rendszerre összpontosít és a rendszer működése alapján következtet a rendszert alkotó egyedi szereplőkre vagy jelenségekre.

A rendszerelmélet fogalmát Ludwig von Bertalanffy, magyar származású osztrák biológus vezette be,⁴⁵⁴ aki új tudományos paradigmát kívánt megfogalmazni az általa fizikainak nevezett szemlélettel szemben. Szerinte a fizikai szemlélet, amely az egyedi jelenségeket elszigetelten vizsgálja, nem alkalmazható a biológiában, ezért helyette inkább olyan szemléletmódra van szükség, amely az egyedi jelenségeket más jelenségekkel való hálós szerveződésben, egymásra kölcsönösen ható zárt rendszerben látja.

A rendszerelmélet fejlődésének következő fontos állomása a kibernetika volt. A kibernetika a rendszerek (elsősorban technikai rendszerek⁴⁵⁵) szabályozását és irányítását kutatta. Fő kérdése az volt, hogy miként őrizhető meg egy rendszer egyensúlya a fennálló állapot és a kívánt állapot között megtett fejlődési út során. A kutatások azt a választ fogalmazták meg a kérdésre, hogy bonyolult folyamatok is tervezhetővé és irányíthatóvá válnak, ha sikerül olyan képet alkotni róluk, amely reálisan számol a folyamat bonyolultságával.

⁴⁵³ Hézszer Gábor, *Miért? Rendszerszemlélet és lelkgondozói gyakorlat* (Budapest: Kálvin Kiadó, 2001), 9. p.

⁴⁵⁴ Ludwig von Bertalanffy, *General System Theory: Foundations, Development, Applications* (New York: George Braziller, 1976), átdolgozott kiadás.

⁴⁵⁵ Nem véletlenül alakultak ki az első nagy családterápiás műhelyek a californiai Palo Altóban, az amerikai számítógépgyártás fellegrájának számító „szilikonvölgyben”. Vö: Arist von Schlippe, Jochen Schweitzer, *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1997), 3. kiadás, 50. p. A későbbiekben különbséget tesznek első- és másodrendű kibernetika között. Az elsőrendű kibernetikában a megfigyelő egy objektív külső pozícióból véli megfigyelni a rendszert, míg a másodrendű kibernetikában a megfigyelő objektivitása legfeljebb annyi lehet, hogy figyelni önmagát, amint a rendszer részeként figyel a rendszert. Az elsőrendű kibernetika tehát elválasztja a megfigyelés alanyát és tárgyát, mintha a tárgy teljesen független lenne az alanytól, a másodrendű kibernetika pedig tudomásul veszi, hogy a megfigyelés tárgyára hatással van annak alanya a megfigyelés folyamatával, vagy a pusztán jelenlétével is.

Ezt a gondolatot vitte tovább az 1980-as évek elején Humberto Maturana és Francisco Varela, akik kidolgozták az élő rendszerek önszabályozásának elméletét.⁴⁵⁶ Az önszabályozás korábbi fogalma, a „homeosztázis”⁴⁵⁷ helyett most az „autopoiesis” kifejezés nyert általános elfogadást. Az előbbi azt sugallta, hogy a rendszer mindig visszaáll ugyanarra az állapotra, így végső soron a terápiás beavatkozások eredményessége korlátolt. Az utóbbi szerint viszont a rendszer egy külső zavar (esetünkben a terápiás beavatkozás) hatására újraszerveződik, beépítve a kívülről jött új impulzusokat. A rendszerek egyensúlya tehát ennek értelmében nem statikus, hanem dinamikus egyensúlyként fogható fel.⁴⁵⁸

Mivel a lelkipozásban emberek alkotta élő rendszerekkel dolgozunk, fontosnak tartjuk vizsgálódásunk elején bemutatni az élő rendszerek jellemzőit. Bertalanffy⁴⁵⁹ klasszikus művére támaszkodva, Hézszer Gábor így foglalja össze ezeket:⁴⁶⁰

1. Az egész minőségileg több és más, mint a részek tulajdonságainak summája. A rendszerben részt vevő egyének számos láthatatlan szállal kapcsolódnak egymáshoz, ezért a rendszer működésének megértéséhez ezeknek a kölcsönhatásoknak a feltérképezésére is szükség van.
2. A fejlődési folyamatok célirányosak. Akár tudatos viselkedésről van szó, akár valamilyen öntudatlan „program” követéséről, a családon belüli fejlődési folyamatoknak mindig van valamilyen célja. A család működésének megértéséhez fontos kulcsot szolgáltat a folyamatok céljainak tudatosítása.
3. Önszabályozó (önregulációs) képesség. Az emberi közösségek a status quo megtartására és megváltoztatására irányuló folyamatok kölcsönhatásában élnek. Ez a két folyamat biztosítja a rendszer önszabályozását.
4. Dinamikus egyensúly. A rendszer egyensúlya nem statikus állapotot, hanem folyamatot jelent. A családterápiás szakzsargon szerint a terapeuta nem egy pillanatfelvételt vizsgál a családról, hanem a családtagok együtt táncolását.

⁴⁵⁶ Vö.: Humberto R. Maturana, Francisco J. Varela, *Autopoiesis and Cognition: The Realization of the Living* (Dordrecht: D. Reidel, 1980).

⁴⁵⁷ „Homeosztázis alatt kapcsolatok valamilyen tömegének azt a tendenciáját értjük, amely arra irányul, hogy önszabályozás révén fenntartsa saját struktúráját és önszerveződését (jó példa erre a testhőmérséklet, amelyet a biológiai szabályozómechanizmusok nagyjából mindig azonos értéken tartanak). A homeosztatisz rendszerek olyan rendszerek, amelyek bizonyos kívánt értékeket egy meghatározott tól-ig értéken belül tartanak, tehát viszonylag stabilak.” Christoph Morgenthaler, *Systemische Seelsorge: Impulse der Familien- und Systemtherapie für die kirchliche Praxis* (Stuttgart: Kohlhammer, 2005), 4. kiadás, 66. p.

⁴⁵⁸ A szakirodalomban egyébként ez a különbségtétel nem jelenik meg ilyen erőteljesen, mint ahogy azt Maturana és Varela sugallja, a legtöbb forrás a homeosztázisba is beleérti a növekedés, az új helyzethez való igazodás mozzanatát. Vö.: Udo Lemke, „Gestalttherapie.” In: Asanger, Wenninger (szerk.), *Handwörterbuch Psychologie*, 256. p.

⁴⁵⁹ Vö.: von Bertalanffy, *General System Theory*.

⁴⁶⁰ Hézszer, *Miért?*, 16-18. p.

5. Ugrásszerű fejlődés. A családi és egyéni fejlődés természetes krízispontjain a rendszer ugrásszerű változásra képes (pl. gyermek születése, beiskolázása, házasságkötés, nyugdíjazás, stb.).

6. Hierarchikus tagolódás. Az élő rendszerek alrendszerekből épülnek fel, amelyek önmagukban is rendszereknek tekintendők és hierarchikus viszonyban állnak egymással.

7. Szabályok. A rendszer működésében a külső szemlélő olyan ismétlődéseket figyelhet meg, amelyek mint szabályszerűségek körülírhatók és tetten érhetők.

8. Nyílt és zárt rendszerek. Az élő rendszerek elválaszthatatlan kapcsolatban állnak az őket magukban foglaló nagyobb és az őket alkotó kisebb rendszerekkel. A viszony lehet nyílt, vagy elzártságra törekvő.

9. Az élő rendszerek és a külső szemlélő interdependens kapcsolata. Az élő rendszer megismerhetősége mindig relatív, erősen függ a megfigyelő személytől.⁴⁶¹ Az objektív megfigyelés végső soron illúzió marad, mert a terapeuta azt tudja leírni, hogy milyen a család, amikor azzal ő kapcsolatban áll. A terapeuta tehát bizonyos fokig a rendszer részévé válik a terápia folyamatában.

10. Az ember közösségi rendszerei kommunikatívak. Mivel az ember nem képes nem kommunikálni,⁴⁶² minden rendszert a benne résztvevő tagok kommunikációja formál és határoz meg. Ezért a kommunikáció kulcsterületet képez úgy a terápiában, mint a lelkipozásban.

Az elmúlt évtizedek során a rendszerelmélet utat tört magának számos diszciplína irányába. Sikeresen alkalmazzák a segítő szakmákban (pszichoterápia, pedagógia, szociális munka), de jól használható szemléletmódnak bizonyult a társadalomtudományokban (történelem, politika),⁴⁶³ a gazdaságban (vállalati és szervezeti tanácsadás),⁴⁶⁴ sőt még a természet-tudományokban (informatika, matematika, kémia)⁴⁶⁵ is. Az alkalmazási területek sokfélesége magával vonja a terminológia sokszínűségét is. Értekezésünkben ennek megfelelően a „szisztémikus”, a „rendszerelmélet” és a „rendszerelmélet”

⁴⁶¹ Ennek a tézisnek hangsúlyozásában Günther Emlein odáig megy, hogy a rendszer nem is létező, megfigyelhető tárgy, hanem konstrukció. A megfigyelt „valami” nem önmagában, hanem a megfigyelés tényétől válik szerinte rendszerré. A fókuszban tehát nem is megfigyelés tárgya (egyén, házasság, család, szervezet, egyház, stb.) áll, hanem maga a megfigyelés. Vö.: Günther Emlein, „Wozu Systeme? Ein Nachdenken über Theorie und ein Blick in die (kirchliche) Landschaft.” *Wege zum Menschen*, 2007/59, 251-265. p.

⁴⁶² A kommunikációelmélet első számú axiómája. Lásd: Watzlawick et al, *Menschliche Kommunikation*, 50. p.

⁴⁶³ Vö.: Frank Becker, Elke Reinhardt-Becker, *Systemtheorie: Eine Einführung für die Geschichts- und Kulturwissenschaften* (Frankfurt/Main: Campus, 2001).

⁴⁶⁴ Vö.: Heiner Ellebracht, Gerhard Lenz, Gisela Osterhold, *Systemische Organisations- und Unternehmensberatung: Praxishandbuch für Berater und Führungskräfte* (Wiesbaden: Gabler, 2009). 3. kiadás.

⁴⁶⁵ Vö.: Franz Pichler, *Mathematische Systemtheorie: Dynamische Konstruktionen* (Berlin, New York: Walter de Gruyter, 1975).

kifejezéseket szinonim fogalmakként használjuk. Az alkalmazási variációkat a szövegkörnyezet és a mondat szerkesztési kívánalmak határozzák meg.

1.4.2 A rendszerelmélet útkeresése a gyakorlati teológiai gondolkodásban

A gyakorlati teológia – és egyáltalán a teológia, mint diszciplína – ambivalens vonásokat mutat a rendszerben való gondolkodás iránt. Egyfelől a keresztyénségre általánosan jellemző, hogy köreiben erős hagyományai vannak az individualista és lineáris gondolkodásnak.⁴⁶⁶ Ezt a vonást hangsúlyozza Ronald Richardson is, aki munkájában a boweni terápiás irányzatot ülteti át a lelkigondozói gyakorlatba:

„A legfontosabb teológiai hagyományaink az individualista filozófia termékei és nem sok hasonlóságot mutatnak a rendszerszemléletű gondolkodással (leszámítva a *rendszeres teológia* kifejezésünket). A közeledés a kutatók és a teológusok érdekeit egyaránt szolgálhatja, jóllehet nagyon eltérő szemléletet és előfeltevéseket vallanak. A bibliai és teológiai háttérű gondolkodók végső válaszokat keresnek. A 'miért' kérdésekre törekednek megfelelni. Amikor emberek nem szeretettel viszonyulnak egymás iránt, akkor azt mondjuk, hogy ez a bűn következménye. Így a bűn lesz minden rossz magatartás végső magyarázata. [...] A kutatók ezzel szemben a 'ki, mit, hol, mikor és hogyan' kérdéseket teszik fel. [...] Nem azt akarom ezzel állítani, hogy a gonosz nem létezik a világban. Amit mondani akarok az az, hogy kivonjuk magunkat a problémákból, amelyekkel szembesülünk, és ez önmagában egy gonosz dologgá válik. Képletesen szólva a gonosz munkája lehet az is, ha kivonjuk a saját felelősségünket a nehézségeinkből. Ha teológiailag komolyan vesszük a bűnbeesés tanítását, akkor nem vonhatjuk ki magunkat a világ bűneinek részleges felelőssége alól. A jó az, hogy részünk lehet a megoldásban is, ha elismerjük a részünket a dolgok egészében.”⁴⁶⁷

Ugyanakkor az is elmondható, hogy a Biblia – innen eredően a keresztyén gondolkodás is – tele van családi történetekkel, az emberek egymásrataltságának, Isten kapcsolatkeresésének, leírásaival, amelyek implikálják a rendszerben való gondolkodást. A figyelem tehát kiszélesedik az egyénről a csoport felé, valamint a kazualitásról a dinamika felé:

„A lelkigondozásban az egyéni üdvösségre való összpontosításnak történelme van. Ez a történelem azonban nem volt megszakítások nélküli. A biblikus hit hagyományait meghatározza az egyén és a gyülekezet üdvösségének dinamikus összefüggéseinek mély megértése is, amelyet például Pál kifejez, amikor a tagok dinamikus és a jövő felé nyitott összjátékáról beszél Krisztus testében (Rm 12,4-8; 1Kor 12,12-27).”⁴⁶⁸

Ezt a gondolatot erősíti a szövetség motívuma is, amelyet Christoph Morgenthaler szintén a rendszer keretében értelmez:

„Az embert olyan lényként értjük, amely az életét ennek a szövetségi viszonynak megfelelően igazságosan, pontosabban: kapcsolatilag igazságosan tudja és akarja élni. Nem

⁴⁶⁶ Ez például abban mutatkozik meg, hogy minden embernek egyénileg kell megállnia Isten ítélőszéke előtt (2Kor 5,10), továbbá a lineáris kauzalitás kifejeződésre jut az ok-okozati összefüggések keresésében (Rm 6,23), stb.

⁴⁶⁷ Ronald W. Richardson, *Couples in Conflict: A Family Systems Approach to Marriage Counseling* (Minneapolis: Augsburg Fortress, 2010), 11-12. p.

⁴⁶⁸ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 18. p.

az igazságosság valamilyen elvont normáját követi, hanem igazságos cselekvést a kapcsolatokban. Ez az ajánlás és a parancs, amelyet Isten szövetsége az emberi kapcsolati viszonyokba és – ha használhatjuk itt ezt a kifejezést – kapcsolati rendszereibe behirdet.⁴⁶⁹

1.4.2.1 Exkurzus: Rendszerszemléletű kitekintés a missziológiára

A keresztyén hit tartalmi elemei tehát mélyen összekapcsolódnak a rendszerben való gondolkodással. Ha ez igaz, akkor a rendszerelméletnek nem csak a lelkigondozásban, hanem a gyakorlati teológia más területein is meg kellene honosodnia. Akkor a többi gyakorlati teológiai diszciplína is profitálhatna abból a sajátságos megközelítési módból, ahogy a rendszerelmélet háttérén értelmezhető az egyház, a gyülekezeti tagok kapcsolatrendszere, Isten és ember kapcsolata. Erre tesz sajátságos kísérletet Christian Schwarz missziológus, amikor a misszió teológiáját gondolja újra a rendszerelmélet háttérén. Számára a gyülekezet egy élő organizmus, és mint ilyen, az élő szervezetek – rendszerek – minden tulajdonságával rendelkezik. Schwarz a „rendszer” és a „rendszerelmélet” kifejezések helyett a „biotikus” fogalmat használja. Amit azonban a gyülekezetek biotikus elvei alatt megfogalmaz, gyakorlatilag nem más, mint egy rendszerszemléletű gyülekezetnövekedési koncepció bevezetése. Munkájában hat ilyen „biotikus” elvet határoz meg:⁴⁷⁰

1. Hálós szerveződés. E tétel kifejtésében Schwarz csaknem szóról szóra megismétli a rendszerelmélet egyik fontos alaptételét, miszerint az egész minőségileg több és más, mint a részek tulajdonságainak summája:

„A hálós szerveződés biotikus elve kimondja: az a mód, ahogy a különféle alkotóelemek az egészbe integrálódnak fontosabb, mint maguk az alkotóelemek. [...] Ha csak egyetlen részt befolyásolok is, akkor az – lineáris gondolkodásmóddal előre nem látható módon – minden részre kihatással van.”⁴⁷¹

2. Megsokszorozódás. A megsokszorozódás elve azt mondja ki, hogy minden élő szervezet eléri egyszer a végleges méretét, és azután nem növekszik tovább, hanem szaporodik. Ugyanígy a gyülekezeteknél sem az a cél, hogy azok vég nélkül növekedjenek, hanem egy bizonyos méretet elérve újabb gyülekezeteket hívjanak életre.

3. Energiaátalakulás. Ez az elv is rokon szálakat mutat a rendszerelmélet egyik alapposztulátumával, miszerint a rendszer bizonyos krízispontjain ugrásszerű változásra képes. Ennek példái lehetnek a keresztyénüldözések, amelyek ahelyett, hogy megállították volna az egyház fejlődését, inkább a további növekedés mozgatóivá váltak.

⁴⁶⁹ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 40. p.

⁴⁷⁰ Schwarz, *A gyülekezet természetes*, 61-82. p.

⁴⁷¹ Schwarz, *A gyülekezet természetes fejlődése*, 66. p.

4. Többszörös hasznosítás. Schwarz azzal a példával illusztrálja a többszörös hasznosítást, hogy a gyülekezet lelkésze maga mellé vesz segítőköt különböző egyházi szolgálatok végzésekor. Ezzel kettős célt ér el, egyfelől az egyházi szolgálat előre halad, másfelől viszont a szolgálat végzése közben egyúttal képzést is ad a segítőknek az adott egyházi szolgálat végzésével kapcsolatosan. A családi életben is a tagok egymástól tanulnak és a gyermekek sok tekintetben megismétlik a szüleik „forgatókönyveit”.⁴⁷²

5. Szimbiózis.

„A szimbiózis nem más, mint különféle fajok mindenki számára kölcsönösen hasznos együttélése. Erre az elvre két ellenmodell van: egyrészt a konkurenciaharc, másrészt a monokultúra.”⁴⁷³

Schwarz ebben a pontban – ugyan más terminológiával, mégis – ugyanazt a témakört idézi fel, amelyre a minuchini családterápia épül (lásd később). Az élő rendszerekben a rendszer tagjainak egymáshoz való viszonyát az összefonódottság és a szétkapcsoltság közötti kategóriákkal írhatjuk le. A rendszer tagjai annál egészségesebben működnek, minél kiegyensúlyozottabb az egymáshoz való kapcsolódásuk (tehát sem nem konkurálnak, sem nem olvadnak össze).

6. Működőképesség (eredetiben: Funktionalität). Az élő rendszerekben a fejlődési folyamatok mindig célirányosak, vagyis, mindennek van funkciója, értelme, célja, gyümölcse.⁴⁷⁴

„Isten teremtésében minden részletnek szerepe van. [...] minden élő t jellemez az, hogy valamilyen módon 'gyümölcset' teremjen. [...] Ahol már nem terem gyümölcs, ott minden élő halálra van ítélve!”⁴⁷⁵

Az elméleti alapok után Schwarz a gyakorlati megvalósításban is feldolgoz rendszerelméleten alapuló elveket. A gyülekezetnövekedés egyik leghatékonyabb eszközöként például az ún. „Oikos-faktort” tekinti. Az „Oikos” az újszövetségi családfogalom megfelelője, a ház, annak lakóival együtt.⁴⁷⁶ Az evangélium hirdetésének szerinte a személyközi (házon belüli) hirdetés a leghatékonyabb módja, mert (1) az oikos-kapcsolatok természetes hálót képeznek az evangélium továbbadására, (2) az oikos-tagok nagyobb befogadókészséget mutatnak az idegenekhez képest, (3) az oikos-kapcsolatok természetes és fesztelen közeget biztosítanak az Isten szeretetéről való beszélgetésre, (4) az oikos-kapcsolatokban természetes támogatást találnak az újonnan megtértek, (5) az oikos-kapcsolatok utat képeznek a gyülekezetbe való integrálódáshoz, (6) az oikos-kapcsolatokra

⁴⁷² Lásd később John Byng-Hall leírását a replikatív, korrektív és improvizatív családi szkriptekről!

⁴⁷³ Schwarz, *A gyülekezet természetes fejlődése*, 74. p.

⁴⁷⁴ A cél és értelem nem minden esetben értendő pozitív előjellel. A milánói családterápiás irányzat például hangsúlyozza, hogy a család magának „választ” tünetet azokkal a fejlődési folyamatokkal, amelyeknek tudatosan, vagy öntudatlanul teret enged (lásd később).

⁴⁷⁵ Schwarz, *A gyülekezet természetes fejlődése*, 76. p.

⁴⁷⁶ Vö.: Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 38-41. p.

összpontosítva a gyülekezet egész családokat érhet el az evangéliummal anélkül, hogy annak egyes tagjait kiragadná a családi rendszerből, (7) a kibővített család révén az oikos mindig újabb kapcsolati lehetőségeket kínál az evangélium hirdetésére, és (8) az oikos-kapcsolatok lehetővé teszik az evangélium olyan formájú bemutatását, amely tekintettel van az egyén sajátos szükségleteire.⁴⁷⁷

1.4.2.2 A rendszerszemléletű lelkigondozás sajátos vonásai

1.4.2.2.1 Az analitikus és a rendszerszemléletű lelkigondozás különbségei

Ha a gyakorlati teológián belül ismét a lelkigondozásra összpontosítunk, megállapíthatjuk, hogy a lelkigondozás céljának meghatározási lehetősége széles skálán mozog. Vannak definíciók, amelyek a hitbeli aspektusokat helyezik előtérbe,⁴⁷⁸ míg mások az életvezetéshez és életértelmezéshez nyújtott kísérő támogatást hangsúlyozzák.⁴⁷⁹ Végül vannak meghatározások, amelyek a kapcsolati aspektust emelik ki. Ezek közé tartozik Howard Clinebell definíciója is:

„A lelkigondozói tanácsadás két személy, vagy egy kis csoport kapcsolatát arra használja fel, hogy az embernek segítsen az életproblémáinak megfelelő kezelésében és a személyes lehetőségeinek megvalósításában. Ezt azáltal éri el, hogy segít leépíteni a belső gátoltságokat, amelyek távol tartják a felszabadító kapcsolatoktól. Ez a tanácsadás fő célja.”⁴⁸⁰

A lelkigondozás – ennek a kapcsolati fókuszú meghatározásnak a fényében – akkor érte el a célját, ha a kliens:

„Képes lesz a problémáinak és felelősségeinek terhével megküzdeni. Felnövekszik az egyedülálló személyes lehetőségeinek megvalósításához. Képes lesz konstruktív kapcsolatok kialakítására. Az Istennel való kapcsolata új értelmet nyer. Megújulási tényezővé válik a családjában, a gyülekezetében és a társadalomban.”⁴⁸¹

Amit Clinebell analitikus megközelítésben, lineáris gondolkodási háttéren megfogalmaz,⁴⁸² az kiterjeszhető a rendszerszemléletű lelkigondozásra is. A két megközelítés hasonló a céljában, de eltér a szemléletében és a kezelési attitűdjében. Christoph Morgenthaler,

⁴⁷⁷ Christian A Schwarz, *Grundkurs Evangelisation: Leise werben für die Gute Nachricht* (Emmelsbüll: C&P, 1993), 21-22. p.

⁴⁷⁸ „[...] összefoglalását adjuk annak a szolgálatnak, amely lelkigondozáson valóban a gyülekezet lelki egészségének, illetőleg tagjai lelki életének, tehát hitbeli állapotának gondozását, táplálását, erősítését érti.” Rózsai Tivadar, *Lelkigondozástan* (Debrecen: Debreceni Református Theológiai Akadémia, 1981), 3. p.

⁴⁷⁹ „A lelkigondozás az egyház mindenki számára hozzáférhető szolgáltatása, amelyben emberi támogatást, találkozást és életértelmezést nyújt a keresztyén hit háttérén azzal az céllal, hogy erősítse az emberek élet- és hitbizonyosságát.” Klessmann, *Seelsorge*, 8. p.

⁴⁸⁰ Clinebell, *Modelle Beratender Seelsorge*, 16-17- p.

⁴⁸¹ Clinebell, *Modelle beratender Seelsorge*, 17. p.

⁴⁸² Az idézett, 1985-ös megjelenésű munkája, noha kivonatosan bevonja Virginia Satir családterápiás szemléletét és a Paul Watzlawick körül szerveződött Palo Alto-i Mental Research Institute felismeréseit, jórészt még analitikus talajon áll. Később vonja be átfogóbban szemléletébe az ökológiai szempontokat, amelyek – bár módszertanilag teljesen eltérnek, mégis – rokoni kapcsolatban állnak a rendszerelmélettel. Vö.: Howard J. Clinebell, *Ecotherapy: Healing Ourselves, Healing the Earth* (Minneapolis: Fortress, 1996).

akinek a rendszerelmélet koherens recepcióját, valamint annak különböző lelkigondozói helyzeteken és kazuáliákon keresztül történő szemléltetését köszönhetjük, így fogalmazza meg ezt a váltást:

„A szisztémikus lelkigondozás abból indul ki, hogy az identifikált páciens nehézségei (vagy egy más módon fixálódott pozícióba került személy sajátosságai) úgy is felfoghatók, mint egy kapcsolati rendszer kisiklott folyamatainak, vagy célszerűtlen struktúráinak tünetei.”⁴⁸³

A lineáris-analitikus patológiaszemlélethez képest megváltozott gondolkodásmód hatásai a terápiaszemléletben is megmutatkoznak. Az egyéni segítő beszélgetés rogersi alapattitűdjei mellé így újabb, dinamikai hangsúlyú elemek is belekerülnek a lelkigondozó eszköztárába:

„A lelkigondozói munka középpontjában módszertanilag eddig az egy emberrel folytatott párbeszédben kifejezett empátia, hitelesség és elfogadás állt. Most viszont az interpatia, a megértés cirkularitása és a kapcsolati rendszerben való öndifferenciálódás hangsúlyozódik ki.”⁴⁸⁴

A rendszerszemléletű lelkigondozó tehát nem csak a kliensét tartja szem előtt, hanem annak vonatkoztatási rendszerét (házastársát, családját, szüleit, munkatársait, diáktársait, gyülekezeti közegét, stb.) is. Ennek az aspektusnak a figyelmen kívül hagyása korábban hátrányosan befolyásolta a tanácsadási folyamat sikerét a lelkigondozásban és a pszichoterápiában egyaránt. Ulrich Giesekeus⁴⁸⁵ például beszámol olyan ekkleziogén neurotikus esetekről, akik néhány hetes kórházi kezelés után tünetmentesen távoztak a terápiából, majd amikor hazakerültek a beteges kegyességet támogató családi vagy gyülekezeti rendszerükbe, rövid időn belül visszaestek és a korábbinál súlyosabb tüneteket produkáltak.

Ha a lelkigondozó képes átlátni és a kliensével is felismertetni azokat a kapcsolati működési mechanizmusokat, amelyek az általa megkínált probléma kialakulásában közrejátszhattak, komoly lépést tesz az egészséges állapot helyreállításáért és a jövőbeni állapotrontó tényezők kiküszöböléséért.

„A szisztémikus lelkigondozás a maga eszközeivel ahhoz akar hozzájárulni, hogy nők és férfiak számára tudatossá váljon, hogy milyen koordináták között élnek a jelenben az életüket és alakítják ki a kapcsolataikat. Ezzel megfelel a bibliailag megalapozott 'bőségben éljenek' (Jn 10:10) lehetőségnek, hogy az önmaguk okozta és a mások által elszenvedett életszegénységet áthidalhassák. A szisztémikus lelkigondozás ezzel együtt érzékennyé tesz az intézményes struktúrák hatásai iránt is, és kérdőre vonja azok összeférhetőségét az étellel és a hittel.”⁴⁸⁶

⁴⁸³ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 16. p.

⁴⁸⁴ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 17. p.

⁴⁸⁵ Ulrich Giesekeus, „Krankmachende Strukturen in der Gemeinde?” In: Michael Dieterich (szerk.), *Der Mensch in der Gemeinschaft: Psychotherapie und Seelsorge am System* (Friedensau: Institut für Psychologie und Seelsorge der Theologischen Hochschule Friedensau, 1997), 145-162. p.

⁴⁸⁶ Angelika M. Eckart, „Gesegnet sei, wer da nichts erwartet.” In: Arnd Götzelmann (szerk.) *Seelsorge systemisch gestalten: Konstruktivistische Konzepte für die Beratungspraxis in Kirche, Diakonie und Caritas* (Norderstedt: Books on Demand, 2008), 15-28. p.

Fontos mindezek mellett hangsúlyozni, hogy annak ellenére, hogy szisztémikus lelkgondozás alkalmazza a szisztémikus terápia megközelítését és módszereit, nem akar terápia lenni. A lelkgondozás működési területe inkább a prevenció és a krízisben való támogatás, semmint patológiás helyzetek kezelése. Morgenthaler így határozza meg a szisztémikus lelkgondozás működési területét:

„Az ilyen preventív lelkgondozás célcsoportjai a 'normális családok', akik semmilyen különösebb feltűnést nem keltenek. Akik sem az ellátásban nem rendelkeznek aktával, sem pedig a biztosító számára nem váltak még különösebb financiaális kockázati tényezővé, akiknek nem voltak rendőrségi ügyeik és a tanári szobában sem tárgyalták még ki őket. A fejlődésorientált lelkgondozás 'működőképes', jó családok felé irányul, akik a kríziseken át új megoldásokat és utakat akarnak találni. Ezeket a családokat akarja támogatni a lépéseikben úgy, hogy az erőforrásaik megsokszorozódjanak és megtanulják azokat használni.”⁴⁸⁷

Miután a rendszerelmélet a család- és párterápiában nyert legszélesebb körű alkalmazást, kézenfekvő, hogy a szisztémikusan orientált lelkgondozás is olyan kapcsolati rendszerekre összpontosít, mint a házasság és a család. Ez ugyanakkor nem jelenti azt, hogy a rendszerelméleten alapuló lelkgondozás csak páros, vagy családi közegben lenne alkalmazható. Mivel a lelkgondozó gyakran találja magát egyéni tanácsadási helyzetekben, fontos, hogy a rendszerelméleti megközelítés ebben a közegben is alkalmazható legyen számára.⁴⁸⁸

Az alábbi – saját lelkgondozói gyakorlatunkból vett – példával szemléltetjük, hogy ez miként lehetséges. Egy harmincas éveit elején járó egyetemi hallgató kért segítséget a megromlott házasságával kapcsolatos döntéshez. Elmondása szerint a feleségével igazán soha sem szerették egymást, a rövid házasságban töltött idő alatt többet éltek külön, mint együtt, a házasságkötésre csak a szexuális kapcsolatuk legalizálása miatt került sor, mivel a keresztyén közösség, amelyhez tartoznak kifejezte rosszallását a házasság előtti szexuális kapcsolatuk iránt. A feleség az utóbbi időben gyakran marad ki éjszaka és ittasan megy haza. A férj megtudta, hogy más férfiak társaságában is látták.

„Lelkgondozó: Milyen eredményt vár ettől a beszélgetéstől? (A figyelmet az elérendő cél felé irányítja)

Kliens: Szeretném tudni, hogy van-e értelme folytatni ezt a házasságot, vagy inkább váljak el, és kezdjek új életet. Tudom, hogy Isten elítéli a válást, de nem tudom, hogy képes vagyok-e ezt a helyzetet sokáig kibírni.

Lelkgondozó: Mitől olyan nehéz ezt a helyzetet elhordozni?

Kliens: Nem tudom elviselni, amikor megérezem rajta az ital szagát. Fáj az a bizonytalanság, hogy kivel volt és mit csinált. Miért játszik velem?

⁴⁸⁷ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 192. p.

⁴⁸⁸ Ugyanez a folyamat megfigyelhető a terápiás munkában is. Míg az 1970-es és 1980-as években „családterápiáról” beszéltek, ma egyre gyakrabban alkalmazzák a „szisztémikus terápia” vagy „szisztémikus tanácsadás” kifejezéseket, mert a családterápia azt feltételezi, hogy a terapeuta az egész családdal dolgozik, szisztémikus tanácsadásban azonban részesülhet a kliens, mint egyén is, a szisztémikus összefüggések figyelembevételével. Vö.: von Schlippe, Schweitzer, *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*, 17. p.

Lelkigondozó: Mit gondol, a felesége hogyan értékeli az Ön elbizonytalanodását? (Cirkuláris kérdés)

Kliens: Szerintem nem érdekli, ha fontos volnék neki, nem tenné ezt velem.

Lelkigondozó (kitesz egy üres széket a feleség részére, majd megkéri a férfit, foglaljon rajta helyet és képviselje a beszélgetésnek ebben a részében a nem jelenlévő feleségét): Kedves ... [feleség neve]! Hallotta mindazt, amit a férje a kettőjük kapcsolatáról mondott. Látja a bizonytalanságát, a vívódását. Hogyan tudná őt megnyugtatni?

Kliens (a feleség szerepében): Nem tudom, én erre nem tudok mit mondani.

Lelkigondozó (a feleség szerepében lévő klienshez): De hát mégiscsak az Ön férje, senki sem ismeri őt úgy, mint Ön. Próbáljon meg segíteni neki! (A kliens önmaga életének a legjobb szakértője, a lelkigondozó feladata pedig, hogy az erőforrásait elérhetővé tegye számára)

Kliens (a feleség szerepében): Azt szeretném, ha türelmesebb lenne hozzám. Mindketten szenvedünk, mindketten menekülünk, csak ő magába fojtja, én meg elmegyek itthonról, hogy ne szembesüljek a problémákkal. (Sírni kezd) Szeretném, ha néha éreztetné velem, hogy még fontos vagyok neki, ez nekem is segítene a változásban.

Lelkigondozó (visszaülteti a férfit a saját székére és a saját szerepében szólítja meg): Milyen érzés volt ezt hallani a feleségétől? Változott-e valami abban, ahogyan a kapcsolatukat látja?

Kliens: Eddig nem tudtam, hogy ez neki is fontos. Azt hittem, csak engem akar bosszantani, de úgy látszik, sokkal megértőbbnek kellene nekem is viszonyulnom hozzá. [...]”⁴⁸⁹

A példából is látszik, hogy a szisztémikus lelkigondozás alkalmazási köre igen sokrétű. Alkalmazható páros, csoportos helyzetekben, de egyéni lelkigondozói keretben is. Alkalmazható a kazuáliák kontextusában, egyházi képzési alkalmakon (házassági felkészítés, házasságerősítés), vasárnapi- illetve szombatiskolai keretben, szülők körén, ifjúsági foglalkozásokon, különböző témájú nyári táborokon, stb.⁴⁹⁰

A szisztémikus lelkigondozást nem a résztvevők száma és a tanácsadás közege teszi rendszerszemléletűvé, hanem a lelkigondozó szemléletmódja és az általa alkalmazott technikák. A szisztémikus lelkigondozás módszertani, technikai elemeit Morgenthaler a következő pontokban foglalja össze:⁴⁹¹

1. A rendszerhez való csatlakozás (Joining). Ahogyan a terápiás irányzatoknál, úgy a lelkigondozás esetében is meghatározó, hogy a lelkigondozó miként csatlakozik a rendszerhez.

„A 'joining' fogalma minden folyamatot magában foglal, amely akkor játszódik le, amikor egy terapeuta vagy egy terápiás team egy család hozzátartozóival találkozik és kapcsolódási pontokat keres hozzájuk.”⁴⁹²

2. Többirányú részrehajlás és interpátia. A Böszörményi-Nagy által kidolgozott többirányú részrehajlás attitűdjében hasonlít a milánóiak neutralitására (lásd később), ám

⁴⁸⁹ A beszélgetésről készült saját feljegyzések alapján.

⁴⁹⁰ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 207-208. p.

⁴⁹¹ Vö.: Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 146-159. p.

⁴⁹² Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 146. p. Ahogyan később látni fogjuk, a joining nagyon hangsúlyos technikai elem Salvador Minuchin strukturális családterápiájában is. A rendszerhez való csatlakozásnak Minuchin három lehetséges módozatát különbözteti meg: (1) közeli pozíció, amelyben a terapeuta csatlakozik az egyik családtaghoz, hogy koalíciót alkosson vele egy másikkal szemben, (2) mediális pozíció, amelyben a terapeuta aktív, ám semleges megfigyelőként csatlakozik a családhoz, valamint (3) kívülálló pozíció, amelyben a terapeuta inkább rendezőként működik a „darabban” semmint színészként.

némileg aktívabb annál. Nem akar kívül maradni, inkább az a célja, hogy mindenkit megajándékozzon figyelmével, elfogadásával, megértésével és ezzel vezesse a mélyebb szinteken való megnyílás felé. A többirányú részrehajlás összetevőiként az empátiát (a terapeuta beleéli magát a család tagjainak érzelmi világába, hogy teljesebb képet kapjon azok személyes perspektíváiról és érdekellentéteiről), a méltánylást (párhuzamokat von a saját helyzete és a család helyzete között, ezzel bátorítja a családot, hogy hasonlóan méltányolják egymás cselekedeteit), az elvárást (a terapeuta például elvárja a családtagoktól az egymás hibái alóli felmentést és ezzel mindkét érintett fél iránt részrehajlást gyakorol), az inkluzivitást (mindenkinek igazságosan esélyt ad, annak is, aki mindig helytelenül jár el) és az időzítést (a terapeuta mindig a leginkább sérült személy felé gyakorolja a részrehajlást) sorolja fel.⁴⁹³

Az interpatia kifejezése a rogersi terminológiából ismert empátiát szélesíti ki, amelyben a figyelem nem csupán a rendszer egyes tagjaira összpontosul, hanem a tagok közé is elhat:

„Ami azt jelenti: szabályokat azonosítani és tiszteletben tartani, egyenlőtlenségeket megsejteni és kompenzálni, a kapcsolatok minőségét felmérni és a szimpátiák és antipátiák szövevényét felismerni. Ezért különösen tetszik nekem az 'interpatia' a dolgok közé való beleélés kifejezése.”⁴⁹⁴

3. Tehetetlenség és felhatalmazás. Ez a pont a kliens hozzáféréseinek megkönnyítését jelenti a saját erőforrásaihoz, hogy azok birtokában újra tudja strukturálni a kapcsolatait, és újra tudja fogalmazni a hitét is.

4. Szisztémikus kérdezés. A kérdéseknek központi jelentőségük van a rendszerszemléletű terápiákban.

„A kérdezés nem csak az információnyerést szolgálja, hanem egyidejűleg és sokkal inkább új információk teremtésére, generálására is alkalmas. Ugyanis minden kérdésben meghúzódik egy implicit kijelentés is, amely azt a megszokott módot, ahogyan a család a dolgokat látja, potenciálisan megzavarhatja.”⁴⁹⁵

A kérdések a megfogalmazásuk, a céljuk és az elért hatásuk szerint többfélék lehetnek. A leggyakoribb kérdésformák:⁴⁹⁶ (1) Cirkuláris kérdések, amelyek a rendszer valamely tagját arra készítik, hogy a rendszer többi tagjának szempontjából gondolja át a saját viselkedését (pl.: „Ön szerint a kislányában milyen érzések ébrednek, amikor hallja, ahogyan kiabál a feleségével?”); (2) különbségeket hangsúlyozó kérdések, amelyek a rendszer tagjainak véleményét, megélését, álláspontját tisztázzák egy adott téma kapcsán (pl.: „Ki örül a családban a legjobban az anyós beköltözésének és ki a legkevésbé?”); (3) valóság- és lehetőségkonstrukcióra vonatkozó kérdések, amelyek feltárják, hogy a rendszer tagjai miként értik a jelenben a helyzetüket, valamint lehetőséget adnak új, jövőbeni

⁴⁹³ Vö: Böszörményi-Nagy, Krasner, *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*.

⁴⁹⁴ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 150. p.

⁴⁹⁵ von Schlippe, Schweitzer, *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*, 137. p.

⁴⁹⁶ von Schlippe, Schweitzer, *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*, 137-162. p.

lehetőségek konstruálására (pl.: „Ha az éjszaka folyamán történne egy csoda, amely megoldaná problémájukat, miből vennék észre, hogy a csoda megtörtént? Mi lenne más az életükben?”);⁴⁹⁷ (4) kezdő és befejező kérdések, amelyek strukturálják az ülést (pl.: „Minek kell itt ma történnie ahhoz, hogy sikeresnek értékeljük a beszélgetésünket?” vagy „Ha valamilyen okból ma be kellene fejeznünk a terápiás folyamatot, mi történne Önökkel?”).

5. Tiszteletlenség. A családban gyakran működnek ki nem mondott erők, amelyeket a családi rendszer a lelkigondozóra vonatkozóan is érvényesíteni törekszik (titkok, tabuk, rejtett koalíciók, stb.). A lelkigondozónak azonban jogában áll ezeket megkérdőjelezni és felülírni.

„Tiszteletlenség az ötletekkel és erőkkel szemben, de tisztelet az ember iránt [...] A szisztémikus lelkigondozásban a túlélést segítheti, ha a lelkigondozó ezt a tiszteletlenséget képes a személyes hittartalmakkal, egyházi és teológiai álláspontokkal szemben is gyakorolni.”⁴⁹⁸

Az alkalmazott technikák mellett a lelkigondozás a rendszerszemléletű terápiák közös szemléletmódjait is átvette és beépítette a maga kontextusába. A főbb rendszerszemléletű terápiás irányzatoknál bemutatásra kerülő közös jellemzők a szisztémikus lelkigondozásra is igazak, ezeket Martin Ferel is hangsúlyozza a szisztémikus lelkigondozásról szóló tanulmányában:⁴⁹⁹

1. Rendszerelméleti háttér.

„A szisztémikus terápia kezdettől fogva bevon mindenkit, akinek része van az adott problémában, akár az együttes jelenlét reális értelmében (pl. egy család, vagy pár), vagy ha ez nem, vagy még nem lehetséges, akkor a fontos interakciós partnerek elképzelt jelenlétével. Az első terápiás lépés abban áll, hogy a problémát, vagy egy bizonyos tünetet nem hagyjuk az ún. indexpáciensnél, hanem átfogalmazzuk oly módon, hogy a többi résztvevő is részévé és részesévé váljon a folyamatnak.”⁵⁰⁰

2. Kapcsolatorientáltság.

„Nem az egyes személyekre (a párból, családból, csoportból) kerül a fő figyelem (esetleg a mély belső megéléseikre, mint ahogy az sok egyéni orientáltságú eljárásnál szokás), hanem következetesen a közöttük fennálló kapcsolatra. A család jellemzői (a mintáik, a szabályaik a mechanizmusaik) a megélt kapcsolataik dinamikájából válnak megfoghatóvá.”⁵⁰¹

3. Erőforrás-orientáltság.

„Minden azon múlik, hogy sikerül-e a rendszer önszabályozását megfelelő irányban mozgásba hozni. A terápiának nincs más lehetősége – ez azonban rendelkezésére áll – minthogy a rendszer (legyen szó egy személyről, egy családról vagy valamilyen más rendszerről) erőforrásaival dolgozzon. Ezeket képességekként, erőkként, 'egészséges'

⁴⁹⁷ A „csodakérdés” kidolgozója Steve De Shazer, akinek megoldásközpontú terápiájában ez egy fontos technika (lásd később).

⁴⁹⁸ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 159. p.

⁴⁹⁹ Martin Ferel, „Willst du gesund werden?” – Das systemsche Verständnis von Krankheit und Heilung als Orientierung für die Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 1996/48, 359-374. p.

⁵⁰⁰ Ferel, „Willst du gesund werden?”, 365-366. p.

⁵⁰¹ Ferel, „Willst du gesund werden?”, 367. p.

hozzájárulásokként/viselkedésekként/reakciókként fel kell ismerni és pozitívan kell értékelni (pozitív kommunikáció). A terápia nem lehet több, mint segítség az önségítéshez.”⁵⁰²

4. Kapcsolati dinamika.

„Bárhol, ahol a lelkigondozásnak betegséggel van dolga, ott egyúttal interakcionális viszonyokkal is van dolga, akár tudatában van ennek, akár nem. Egy rendszerrel, amely egészen meghatározott módon, a saját struktúráival és mintáival részt vesz annak létrejöttében és tünetképzésében (pl. lelki megbetegedés esetében), vagy pedig az arra való (pl. testi) reagálásban.”⁵⁰³

A hasonlóságok mellett le kell fektetnünk azokat a különbségeket is, amelyek a szisztémikus lelkigondozást megkülönböztetik a szisztémikus terápiától. Fentebb már kiemeltük, hogy a lelkigondozó nem patológiákkal foglalkozik, hanem pszichésen-mentálisan egészséges egyénekkel és családokkal, akik növekedni szeretnének, vagy egy akut krízishelyzetet élnek át. Ezzel szemben a rendszerelméleten alapuló családterápia a pszichotikus betegek családjaival való terápiás munkából nőtt ki.

További különbségként ki kell emelnünk, hogy a lelkigondozás etikailag nem semleges. A szekuláris pszichoterápiában a terapeuta nem foglal állást egy magatartás, életforma vagy megélés helyességét vagy helytelenségét illetően (kivéve az abúzusok különböző formáinál). A lelkigondozó ezzel szemben a bibliai-keresztyén etika alapjain áll és jogosultságot formál arra, hogy bizonyos magatartásokat helytelennek tartson, és ezt a véleményét – a tanácsadáson résztvevő személyek méltóságának tiszteletbentartása mellett – ki is fejezze.

A felsoroltak mellett Ferel további három különbségre világít rá:

1. A lelkigondozás az egyház speciális kontextusában zajlik, ami hatással van a tanácsadási folyamat célkitűzéseire, elvárásaira és légkörére.
2. A lelkigondozásnak megvan az a sajátos helyzete, hogy a szenvedés, a betegség vagy a családi konfliktusok kérdésköreibe beemelve a vallásosság dimenzióját is. Ezzel a problémameghatározás és a megoldáskeresés határait is kiszélesítheti, valamint új erőforrásokat tehet hozzáférhetővé az érintettek számára.
3. A lelkigondozás – minden integrációs kísérlet ellenére – nem része a pszichoszociális intézmények (kórház, idősek otthona, börtön, ifjúságvédelem, stb.) hierarchikus rendszerének,⁵⁰⁴ ezért a függetlenségéből adódóan nagyobb mozgástere van.

Ahogy a fenti vizsgálódás is jelzi, a rendszerszemléletű lelkigondozást nemcsak a rendszerszemléletű pszichoterápiához képest kell meghatározni, hanem az a poimenikán belül is egy különleges helyet foglal el. Az alábbi táblázatban a rendszerelmélet hatása

⁵⁰² Ferel, „Willst du gesund werden?”, 368. p.

⁵⁰³ Ferel, „Willst du gesund werden?”, 371. p.

⁵⁰⁴ A lelkigondozó legtöbbször nem áll alkalmazotti jogviszonyban a kórházzal, hanem egyháztól kapja fizetését.

alatt álló lelkigondozás és a hagyományos értelemben vett (analitikus-lineáris) lelkigondozás közötti különbségeket foglaljuk össze.⁵⁰⁵

Kategória	„Tradicionális” lelkigondozás	Szisztémikus lelkigondozás
Kapcsolódó tudomány	Dogmatikus teológia, orvostudomány, pszichológia	Gyakorlati teológia, rendszertudományok, konstruktivizmus
Terápiás megközelítés	Szomatogén orvostudomány, patológizálás	Pszichoszomatikus megközelítés, szalutogenezis (egészségteremtés)
Általános fókusz	Deficitek, problémák	Erőforrások, megoldások
Kauzalitás	Monokauzális: ok-okozat	Multikauzális: reciprocitás, ⁵⁰⁶ rekurzivitás, ⁵⁰⁷ cirkularitás ⁵⁰⁸
Episztemológia (ismeretelmélet)	Abszolút igazság	Az igazság eltérő értelmezései
Érintettek köre	Egyén, szűk családi perspektíva	Egyén és rendszer, kontextualitás, többgenerációs perspektíva
Idősík	Múlt → jelen	Jövő → jelen
Vallásértelmezés	A pszichoanalízis alapján: valláskritika (vallás, mint neurózis); a pszichoterápia alapján: közömbösség a vallással szemben	A funkcionális rendszerelmélet alapján: a vallásos rendszer speciális szerepe
A gondozott szerepe	Tárgy, kliens, páciens	Személy, saját életének szakértője
A lelkigondozás formája	Egyéni prédikáció, beszélgetés	Zavarkeltés, jóllét, gyógyulás
Teológiai vezérmotívum	Martyria ⁵⁰⁹	Diakónia, koinónia
A lelkigondozó pozíciója	Részrehajló	Többirányú részrehajlás, neutralitás

5. Táblázat: Az analitikus és a rendszerszemléletű lelkigondozás összehasonlítása.

1.4.2.2.2 A spiritualitás kérdése a rendszerszemléletű lelkigondozásban és terápiában

A lelkigondozói irodalom kritikusan megjegyzi, hogy a szekuláris terápiás irodalom gyakran teljesen figyelmen kívül hagyja a spiritualitás/vallásosság jelentőségét a terápiás folyamatban.

„Tulajdonképpen azt kellene feltételeznünk, hogy a vallásosság a családi életre való sokrétű hatása miatt fontos téma a család- és szisztémikus terápiában. Kelly (1992) megvizsgálta ezt a kérdést tizenkét vezető Észak-amerikai családterápiás szaklap publikációi alapján. Jómagam elvégeztem ugyanezt a vizsgálatot az 1987 és 1997 között megjelent német nyelvű szakfolyóiratokban (Familiendynamik, Zeitschrift für systemische Therapie, Systema, System Familie, Klinische Psychologie). Az eredmény kijózanító. Az angol nyelvű folyóiratokban, az említett időszakban megjelent 3615 tanulmánynak 2,6%-a tartalmazott

⁵⁰⁵ Arnd Götzelmann, „Seelsorge systemisch – andere Perspektiven.” In: Arnd Götzelmann (szerk.) *Seelsorge systemisch gestalten: Konstruktivistische Konzepte für die Beratungspraxis in Kirche, Diakonie und Caritas* (Norderstedt: Books on Demand, 2008), 148. p.

⁵⁰⁶ Kölcsönösség.

⁵⁰⁷ „A rekurzivitás azt jelenti, hogy az egységek felváltva megzavarják egymást, mégpedig úgy, hogy a keltett zavarok jól illszkedjenek egymáshoz, és a másik fél mindig azonos módon dolgozza fel őket. Ebben az esetben a két rendszer egymás mellett siklik.” von Schlippe, Schweitzer, *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*, 70. p.

⁵⁰⁸ A cirkularitás az ok-okozati megközelítéssel szemben azt hangsúlyozza, hogy amikor „A” személy viszonyul „B” személyhez, az nem csak „B” személyre van hatással, hanem visszahat „A” személyre is. „Gyakran alkalmazzák a kibernetika megalkotója, Norbert Wiener által bevezetett ’cirkuláris kauzalitás’ fogalmát annak a folyamatnak a szemléltetésére, amelyben egy rendszer tagjai kölcsönösen hatnak egymásra. Egy ilyen kölcsönhatásban minden cselekvés visszahat a cselekvő személyre is. Ezt az aspektust szokták az ’önreferencia’ vagy az ’önvonatkoztatás’ kifejezésekkel leírni.” von Schlippe, Schweitzer, *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*, 90. p.

⁵⁰⁹ A szerző az angol „compassion” (együttérzés, együttszenvetés) kifejezésre alapozza megfogalmazását.

utalást a vallásosságra, vagy foglalkozott annak jelentőségével. A tanulmányoknak mindössze 0,7%-a indult ki abból, hogy a vallásosságnak lehet pozitív értékelése. Hasonlóan szegényesnek bizonyult a német nyelvű szaklapok vizsgálatának eredménye is: az 1050 átvizsgált tanulmányból összesen 13 (1,2%) tartalmazott konkrét utalást etikai vagy vallási témákra.⁵¹⁰

Lelkigondozói szemmel különösen elkésérítőek ezek az adatok, hiszen a vallásosság fontos része az egyén és a család lelki történéseinek. Még beszédesebbé válnak ezek az adatok akkor, ha melléjük állítjuk, hogy a kliensekben milyen igény van arra, hogy a terapeuta vagy orvos vallásos dolgokról is beszéljen velük. George Gallup és Michael Lindsay⁵¹¹ amerikai vizsgálatát összegezve Froma Walsh azt írja:

„A megkérdezettek 80%-a igényt tartott volna arra, hogy a személyes lelki gyakorlatait és vallásos hitét bevonják a tanácsadási folyamatba, 75%-uk szerette volna, ha az orvos vagy terapeuta lelki témákat is szóvá tett volna a kezelés során. Az idősebb felnőttek fele igényelte volna, hogy az orvos imádkozzon vele, amikor a közeledő halálával szembesíti.”⁵¹²

Walsh megvizsgálta azt is, hogy a terapeuták miért kerülnek ennek a témának a kezelését. Az eredmények erős ellentmondásban állnak a terápia lényegével:⁵¹³

1. A kliens magánszférájának tiszteletben tartása. Amikor egy egyén vagy család terápiára jelentkezik, annak tudatában teszi ezt, hogy életének személyes, és akár fájdalmas területeit is fel kell tárnia annak érdekében, hogy a kezelés a várt eredményt hozza. Vajon mennyivel sérti a vallásosság témája jobban a kliensek magánszféráját, mint a szexualitás, a pénzkezelés és hasonló kérdések tárgyalása, amelyeket a terápia folyamatában teljesen természetesnek vesznek?

2. A terapeuta vallási képzetlensége. A szisztémikus terápia egyik alapállása az, hogy a kliens a maga életének legjobb szakértője, ebből az is következik, hogy a terapeutának nem kell magát kellemetlenül éreznie, ha a kliens valamihez jobban ért nála.

3. Mivel a terapeuta maga nem vallásos, ezért nem tud a témával mit kezdeni. Ez az érv sem tartható, hiszen a terapeuta más kérdésekben is tud segíteni anélkül, hogy azokat át kellett volna magának is élnie (pl.: bántalmazás, megcsalás, válás, stb.).

Valójában a hit kérdése legkésőbb Carl G. Jung óta legitim belépést nyert a pszichológiába, ezért a tőle való idegenkedés – bármilyen okból történjék is – indokolatlan, és a terápia egy fontos eleméről való lemondást jelenti. A terapeuta számolhat egy családban Isten valóságával, függetlenül attól, hogy ő személyesen hisz-e benne vagy sem. Hiszen a jungi meghatározás értelmében egy terápiás folyamatban minden elfogadható valóságnak, ami valóságos hatással bír:

⁵¹⁰ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 90. p.

⁵¹¹ George Gallup, Michael D. Lindsay, *Surveying the religious landscape: Trend in U. S. Beliefs* (Harrisburg PA: Morehouse, 1999).

⁵¹² Froma Walsch, „Integrating Spirituality in Family Therapy.” In: Froma Walsh (szerk.), *Spiritual Resources in Family Therapy* (New York: Guilford, 2009), 2. kiadás, 36. p.

⁵¹³ Walsch, „Integrating Spirituality in Family Therapy.”, 45-47. p.

„Az a pszichológiai tény, amely a legnagyobb hatalommal bír az emberben, istenként működik, mivel mindenek felett álló pszichológiai tényezőként hat, ezért is hívják istennek. Mihelyt egy isten megszűnik mindenek felett álló pszichológiai tényezőnek lenni, egy pusztán névvé válik. A lényege meghal, a hatalma semmibevész.”⁵¹⁴

A vallásosságnak kimutatható hatása van egy házasság vagy család életére akár pozitív, akár negatív értelemben. Lehet konfliktusforrás, vagy erőforrás egyaránt.⁵¹⁵ Ahogyan Willinél is láttuk, a hívő családban Isten részét képezi a családi rendszernek.⁵¹⁶

Ha pedig ez igaz, akkor feltehetjük a kérdést, hogy beszélhetünk-e egyáltalán rendszerszemléletű terápiáról úgy, hogy közben figyelmen kívül hagyjuk a rendszer egyik fontos elemét, vagy „tagját”? A szisztémikus lelkigondozásnak megvan az az előnye a szisztémikus terápiához képest, hogy magától értetődő természetességgel emelheti be ezt a kérdéskört a terápiás munkába:

„A szisztémikus lelkigondozásnak – pontosan azért, hogy különös szerepe van a családi életnek erre a dimenziójára – lehetőségében áll szolgálatot tenni és egyfajta őrálló szerepet játszani az általános szisztémikus terápia számára. Ahol figyelmen kívül hagyják a családi rendszer értelemkeresési törekvéseit, ahol ráadásul kikapcsolják ennek az értelemkeresésnek a transzcendens vonatkozásait is, ott nem csak a családnak egy jelentős teljesítményét teszik semmissé. Ott a társadalmi életnek, a racionális felvilágosításnak és a gyakorlati megélésnek olyan területeit hatástalanítják, amelyek az évszázadokon keresztül napjainkig meghatározták a családi életet.”⁵¹⁷

A vallásosság a család életének számos területét átjárja, ezért a vallásosság kérdésének figyelmen kívül hagyása számos jelenséget a család megélésében értelmezhetetlenné tenné a terapeuta vagy a lelkigondozó számára. A vallásosság hatásait Morgenthaler a következő pontokban foglalja össze:

1. Családszerkezet.

„Minden nagy vallás megpróbálja a családszerkezetet befolyásolni azzal, hogy szabályokat és normákat fogalmaz meg a házasságkötés, válás, fogamzásgátlás, terhességmegszakítás, házasság előtti szexualitás, hűség, együttélés, családalapítás, nemi szerepek különböző kérdéseinek szabályozására. A házastársak, valamint a szülők és gyermekek közötti kapcsolat vallási normái beépülnek a családba, ezzel részévé válnak azoknak a szociális alapegységeknek, amelyekből a társadalom felépül.”⁵¹⁸

2. Családi folyamatok.

„A vallásosság a családi rendszerben fontos szerepet játszik a családi tranzakciós minták tekintetében is. A vallásosság meghatározza, hogy egy család miként dolgoz fel információkat, hogyan hoz döntéseket, hogyan oldja meg a konfliktusokat, hogyan serkenti az individuációt, milyen szocio-emocionális támogatást biztosít, hogyan kezeli a stresszt és miként reagál a változásokra.”⁵¹⁹

⁵¹⁴ Carl G. Jung, *Psychologie und Religion*, 84. p. Idézi: Heine, *Grundlagen der Religionspsychologie*, 287. p.

⁵¹⁵ Peter J. Larson, David H. Olson, „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.” 2005. Forrás: https://www.prepare-enrich.com/pe_main_site_content/pdf/research/beliefsandmarriage.pdf (Találat napja: 2011.03.31.)

⁵¹⁶ Willi, *Ko-Evolution*, 71. p.

⁵¹⁷ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 93. p.

⁵¹⁸ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 79. p.

⁵¹⁹ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 80. p.

3. Határok.

„A határok arra szolgálnak, hogy kiválogassák majd elfogadják vagy elutasítsák azokat az információkat, amelyek a családi rendszerbe be vagy abból kiáramlanak. Így a családot behatárolják annak hitbeli meggyőződései, morális elképzelései és értékei. A hitbeli meggyőződések képezik a formális és informális szabályok és normák alapjait. A család azért állítja fel őket, hogy megmutassa tagjainak, hogyan viselkedjenek egymással, valamint miként lépjenek kapcsolatba olyanokkal a környezetükben, akik más rendszerekhez tartoznak.”⁵²⁰

4. Családi egyensúly és integráció.

„Vallási eszközeivel a család hozzájárulhat a saját családi identitásának megfogalmazásához, megerősítéséhez és integrálásához is. Ez az integráció segíti őket abban, hogy az idők folyamán újra és újra egységként határozhassák meg magukat. [...] A családi rendszer stabilitása ott jön létre, ahol a család tagjai elköteleződnek a közös értékek és elképzelések mellett.”⁵²¹

Ez utóbbi folyamat több lépcsőn keresztül megy végbe. A család a jelenlegi helyzetét átvetíti a transzcendensbe, ahonnan védelmet kap valamilyen sérüléssel, vagy más bajjal szemben; azután a család érzelmi is elköteleződik a védelmet nyújtó instancia mellett; rituálékkal, ismétlődő vallási cselekedetekkel (asztali imádság, vallásos ünnepek, stb.) gondoskodik arról, hogy a szentesített rend fennmaradjon; végül pedig megfogalmazza a saját mítoszait, amelyek rövid, szimbolikus elbeszélésekben tükrözik a család hitrendszerét. A vallásosság kérdésében a lelkipáasztor – speciális kettős képesítésénél fogva⁵²² – nagyobb mozgástere van, mint a terapeutának, és tőle a vallási meggyőződések iránti tiszteletlenség, illetve azok megkérdőjelezése, dekonstrukciója és újrakonstruálása kisebb ellenállásba ütközik a kliens rendszerénél, hiszen a lelkipáasztor saját hitbeli identitásánál fogva egy oldalon áll a klienssel.

1.4.2.2.3 A lelkipáasztor sajátosságos helyzetéből fakadó előnyök a rendszerelmélet alkalmazásában

A lelkipáasztor sajátosságos helyzetben van, amely számos előnyt jelenthet a tanácsadói szolgálatban a pszichoterapeutához képest.

„A lelkipáasztor a gyülekezetéhez tartozó emberekkel speciális szerepben találkozik, amit egy különös nyelvezet, különös szokások és különös váradalmak határoznak meg. Ezt a szerepet nem csak ő hordozza, hanem egyúttal a gyülekezeti tagok is ráruházzák, ami 'csúcspozícióba' juttatja őt a 'gyülekezet' rendszerének struktúráiban. Ez a hatás azonban nem csak az 'egyház' rendszerének ebben az alrendszerében válik érezhetővé. A szerepe meghatározza – különösen kisebb településeken – az olyan emberekkel való kapcsolatát is, akik nem tartoznak a lelkipáasztor gyülekezetéhez.”⁵²³

Ez a különös szerep elsősorban két területen mutatkozik meg:

⁵²⁰ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 80. p.

⁵²¹ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 80-81. p.

⁵²² Vö.: Mihalec Gábor, „A lelkipáasztor önértelmezése. A lelkipáasztor helyének meghatározása a teológiai diszciplinák és a segítő foglalkozások frontvonalán.” *ATF Szemle*, 2005/1. 56-63. p.

⁵²³ Gyula Kaszó, *Gefängnisseelsorge in Ungarn: Historische, systemisch-pastoralpsychologische und theologische Perspektiven* (Budapest: L'Harmattan, 2007), 165. p.

1. A tanácsadás tere. A lelkigondozó lelkipásztor számára természetes lehet, hogy a segítségkérő személyt vagy családot annak természetes közegében, a család otthonában keresse fel. Mivel a családlátogatás elfogadott része a lelkipásztori szolgáltatásnak, ez általában semmilyen ellenállást nem vált ki a kliens rendszerben. Ugyanakkor a lelkigondozó ezzel betekinthez a rendszer működésének olyan elemeibe, amelyek a terapeuta elől rejtve maradnak. Megfigyelheti, hogy milyen szabályok szerint lépnek a rendszer tagjai interakcióba egymással, megláthatja a lakótér strukturáltságát, a hatalmi viszonyokat, és más – a későbbi tanácsadás szempontjából fontos – részleteket. Ugyanakkor a lelkipásztornak tudatában kell lennie, hogy a család otthonában idegen terepen mozog.⁵²⁴ Ez az idegen terep pedig nem alkalmas a hosszabb távú terápiás munkára. Egyfelől a helyiség minden berendezési tárgya egyfajta „előterheléssel” bír a család számára. Egy dísz a polcon, egy kép a falon olyan gondolatokat ébreszthet, amelyek elterelik a kliens figyelmét a szóban forgó témáról. Másrészt pedig a terápiás folyamat sikeres irányításához a lelkigondozónak vezető pozíciót kell betöltenie, ez pedig nem lehetséges olyan közegben, ahol ő a vendég, a tanácsolt személyek pedig a házigazdák.

2. Kazuáliák. A kazuáliák révén a lelkipásztor hivatalból kapcsolatba kerül a családi rendszerekkel olyan pontokon, amelyek fordulópontot jelenthetnek családi dinamikájukban, fejlődésükben, életciklusaikban. Mivel sok család csak patológiás esetekben keres külső segítséget, a lelkigondozó ezen a ponton ugyancsak helyzeti előnybe kerülhet a terapeutához képest.

„A hagyományos kazuáliák (esketés, keresztség, konfirmáció és temetés) a családi fejlődés dinamikai csúcspontjain helyezkednek el: Az esketés a pár együttélésében az elköteleződésnek egy új fázisába való átmenetet jelöli; a keresztség a nem kisebb kihívást jelentő átmenetet, amikor egy újszülött, nyöszörgő emberi lényt kell felvenni az új, talán éppen csak ideiglenesen berendezett közös 'fészekbe'; a konfirmáció a legtöbb család számára komoly megterhelést jelentő pubertás korban történik, amikor a gyerekek elkezdnek leválni a származási család kötelékeiről; az egyházi gyászszerterítés pedig az életciklus legnehezebb áttörése, amikor egy családtag halála az egész családi rendszert mélyen megzavarja. A kazuáliák a lelkipásztor számára hozzáférést biztosítanak a családokhoz fejlődésüknek olyan fontos fázisaiban, amelyekben társadalmunkban alig közelítheti meg őket más szakma képviselője. A kazuális ünnepek éppen ezért nem csak a preventív lelkigondozás alkalmai lehetnek, hanem a krízisorientált lelkigondozás kezdőpontjai is a gyülekezetben.”⁵²⁵

Miután áttekintettük a rendszerelmélet vázlatos kialakulástörténetét és a lelkigondozásban való recepcióját megállapíthatjuk, hogy olyan ismeretelméleti megközelítésről van szó, amely jól beilleszthető a biblikus-keresztyén gondolkodásba, és amelynek módszerei gazdagíthatják az egyház lelkigondozói szolgálatát. Ennek ellenére a rendszerszemlélet korántsem vált még magától értetődővé a lelkigondozói szakirodalomban. Néhány

⁵²⁴ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 149, 152. p.

⁵²⁵ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 173. p.

szerzőtől eltekintve ⁵²⁶ a legtöbb lelkipálcózással foglalkozó mű az egyéni-pszichoanalitikus megközelítés talaján állva kezel olyan témaköröket is, amelyek nyilvánvalóan szisztémikus jellegűek (család lelkipálcózása, házassági problémák, stb.). Megfelelő képzés birtokában a rendszerelméleti megközelítés sokban hozzájárulhat a lelkipálcózó munkájának hatékonyabbá tételéhez. Ugyanakkor vannak területek, ahol a lelkipálcózás tudna szolgálatot teljesíteni a szekuláris terápia számára is (spiritualitás kérdése, Isten "beemelése" a rendszerbe, stb.). Az átjárhatóság azonban a lelkipálcózástól a terápia felé lényegesen akadályozottabb, mint a terápiától a lelkipálcózás felé. Ennek a kérdéskörnek a gyümölcsözőbbé tétele a jövőben további interdiszciplináris kutatás és együttműködési kísérlet tárgyát kell, hogy képezze.

1.4.3 A rendszerelméleten alapuló legjelentősebb pár- és családterápiás, valamint lelkipálcózási házasság- és családkoncepciók bemutatása

1.4.3.1 Klasszikus rendszerelméletű családterápiás modellek

Mivel a rendszerelmélet figyelmének középpontjában a rendszer tagjai közötti kapcsolat áll kézenfekvő, hogy e szemlélet háttérén család- és párterápiás iskolák egész sora alakult ki. Ezek mindegyike máshová helyezik a hangsúlyokat, de egyetértenek az alábbi négy pontban (ezek a pontok képezik a szisztémikus lelkipálcózás ismertetőjeleit is):

1. Rendszerelméleti háttér. Minden családterápiás irányzat alapvető gondolkodási keretét a rendszerelmélet adja meg, amelyet ugyan olykor kiszélesítenek, esetleg kritikusan mérlegelnek de végső soron teljesen nem hagynak el.

⁵²⁶ Ahogy a bemutatásban is láthatóvá vált, különösen kiemelkedő szerepet játszik Christoph Morgenthaler, aki kisebb tanulmányokban további értékes szempontokkal is hozzájárult a rendszerelmélet lelkipálcózási recepciójához. Ilyenek például: (1) Szempontok egy lelkipálcózási egyház kialakulásához – amellelt érvel, hogy az egyháznak vissza kellene találnia az „anyanyelvéhez”, a lelkipálcózáshoz, és nem csak alkalomszerű szolgáltatásként felajánlani a lelkipálcózást, hanem engedni az egyház egész létét átítatódni a lelkipálcózás által. Számára a lelkipálcózás megannyi lehetséges változata közül a szisztémikus lelkipálcózás a legalkalmasabb erre. Vö.: Christoph Morgenthaler, „Der Traum einer Seelsorgerlichen Kirche: Zehn Thesen.” *Lebendige Seelsorge*, 2009/60, 298-301. p. (2) Időtényező a lelkipálcózásban – a krízisek rövid idő alatt kialakuló, intenzív lefolyású életesemények, amelyek gyors, szakszerű és megoldásközpontú beavatkozást igényelnek. A lelkipálcózók anélkül, hogy megnevezték volna, tulajdonképpen évszázadok óta ilyen szolgáltatást nyújtanak. Vö.: Christoph Morgenthaler, „Begrenzte Zeit – erfüllte Zeit: (Kurz)Zeitperspektiven in der systemischen Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 2002/54, 161-176. p. (3) Haldoklók lelkipálcózása – a hagyományos gyakorlatban a lelkipálcózás célszemélye a haldokló, majd annak halála után a gyászoló család. A rendszerelmélet háttérén azonban mindenki bevonható a lelkipálcózási folyamatba: a haldokló, a családtagok, sőt még a kórházi személyzet is. Vö.: Christoph Morgenthaler, „Sterben im Krankenhaus – systemische Aspekte.” *Wege zum Menschen*, 2000/52, 408-424. p.

2. Kapcsolatorientáltság. Minden irányzat számára fontosak a családon belüli kapcsolati dimenziók. Nagy hangsúly kerül az interakciókra, a kommunikációra.

3. Erőforrás-orientáltság. Minden irányzat igyekszik feltárni és mozgásba hozni a családi erőforrásokat, amelyek a probléma megoldásában segítségül lehetnek. A problémát nem a terapeuta oldja meg, így a megoldás nem kívülről jön. A kliens a saját problémájának legjobb szakértője, a terapeuta pedig segít neki a számára legjobb megoldás megtalálásában és alkalmazásában.

4. Kapcsolati dinamika. Minden irányzat számára fontos a családtagok egymással való kapcsolatának dinamikája (kötődés-elkülönülés, rugalmasság-merevség).

Az alábbiakban a két legjelentősebb irányzat kerül bemutatásra.

1.4.3.1.1 Salvador Minuchin és a strukturális családterápia

Salvador Minuchin 1923-ban született Argentínában, bevándorolt orosz-zsidó szülők gyermekeként. Gyermekorvosként és gyermekpszichiáterként az 1960-as évek elejétől dolgozott a filadelfiai Child Guidance klinikán, amelynek 1965-ben igazgatója lett. Vezetése alatt az intézmény a világ egyik vezető családterápiás műhelyévé és kiképzőhelyévé nőtte ki magát. Munkájában hamar felismerte a családon belüli határok jelentőségét. Szerinte a legtöbb családnak vannak összeolvadt és szétkapcsolt alrendszerei és ezeknek az átalakítása, átstrukturálása (innen az irányzat neve) a terapeuta fő feladata. Felismeréseinek legátfogóbb összefoglalását a „Families and Family Therapy”⁵²⁷ című munkájában publikálta 1974-ben, amely azóta is alaplőnek számít a családterápiában. 1969-ben Jay Haley, Braulio Montalvo és Bernice Rosman oldalán elkezdte egy családterápiás kiképző intézmény alapjainak lefektetését, ahol a strukturális családterápia technikáit oktatták. 1981-ben alapította meg New Yorkban a „Family Studies” társaságot, amelynek 1996-ban történt nyugalmazásáig igazgatója volt.

A rendszerelmélet felismerései közül a következő hármat emeli ki saját munkamódszerének alapelemeiként:⁵²⁸ (1) az egyén pszichés élete nem teljesen belső folyamat, hat a környezetére, amely egy aktív kapcsolatban viszontbefolyásolja őt; (2) a családszerkezetben végbemenő változások hozzájárulnak a rendszer tagjainak viselkedésében és belső pszichés folyamataiban lezajló változásokhoz is; (3) amikor a terapeuta egy pácienssel, vagy egy páciens családdal dolgozik, viselkedése részévé válik ennek a környezetnek (vagyis a terapeuta az intervenció során részévé válik a családi rendszernek).

⁵²⁷ Értekezésünkben a magyar kiadást használjuk: Minuchin, *Családok és családterápia*.

⁵²⁸ Minuchin, *Családok és családterápia*, 15. p.

Terápiás munkájának legnagyobb fókuszát erre a struktúrára irányítja:

„A család több, mint tagjainak egyéni biopszichikus dinamikája. A családtagok bizonyos megállapodások szerint viszonyulnak egymáshoz, ezek irányítják kapcsolataikat. A megállapodások, bár gyakran nincsenek nyíltan megfogalmazva, sőt, felismerve sem, egészet alkotnak – a család struktúráját.”⁵²⁹

A család struktúrája Minuchin számára a legfontosabb kritérium a család a család funkcionalitásának,⁵³⁰ patológiájának megállapításánál:

„A családon belüli határok világossága hasznos paraméter a család működésének értékelésében.”⁵³¹

Ezek az alrendszerek közötti határok lehetnek merevek (ilyenkor beszélünk szétkapcsolt családról magas egyéni autonómiával, kevés kötődéssel), normálisak (az egészséges szerveződésű családok alrendszereit ilyen határok veszik körül) és diffúzak (összeolvadt családok, magas érzelmi kötődéssel, kevés egyéni autonómiával).

A diagnózis felállítása hat lépésben történik:⁵³² (1) a terapeuta áttekinti a családszerkezetet, annak preferált tranzakciós mintáit és a rendelkezésre álló alternatívákat; (2) értékeli a rendszer rugalmasságát, problémafeldolgozó és szerkezetátalakító képességét; (3) megvizsgálja a rendszer rezonanciáját, érzékenységét az egyes tagok akcióira; (4) képet alkot a család élethelyzetéről; (5) értékeli, hogy a család milyen életciklusban tart és mennyiben képes teljesíteni az adott ciklus feladatait; (6) feltárja, hogyan használja a család az index-páciens tüneteit a preferált kapcsolati minták fenntartására.

A szerző külön figyelmet fordít a pszichoszomatogén családokra, amelyek legfőbb működési jellemzőiként az összeolvadást, a túlvédést, a merevséget és a megfelelő konfliktuskezelés hiányát azonosítja.⁵³³ Az ilyen családok ismertetőjele továbbá, hogy a konfliktusok a felszín alatt zajlanak, a gyerek részt vesz a szülői konfliktusokban, valamint a gyermek fiziológiailag sérülékeny.

A strukturális terapeuta elsődleges célja, hogy csatlakozzon a családi rendszerhez és úgy módosítsa a család szerveződését, hogy a családtagok változást tapasztaljanak.⁵³⁴ Ez a terápiás folyamat három alapvető lépésből épül fel:⁵³⁵ (1) a terapeuta vezető pozícióban csatlakozik a családhoz; (2) feltárja és értékeli a család láthatatlan, a működését megalapozó szerkezetét; (3) olyan körülményeket teremt, amelyek lehetővé teszik ennek a szerkezetnek a megváltozását.

⁵²⁹ Minuchin, *Családok és családterápia*, 86. p.

⁵³⁰ Minuchin a beteg-egészséges kategóriák helyett előszeretettel alkalmazza a funkcionális-diszfunkcionális kategóriákat.

⁵³¹ Minuchin, *Családok és családterápia*, 56. p.

⁵³² Minuchin, *Családok és családterápia*, 122-123. p.

⁵³³ Minuchin, *Családok és családterápia*, 215. p.

⁵³⁴ Minuchin, *Családok és családterápia*, 19. p.

⁵³⁵ Minuchin, *Családok és családterápia*, 104. p.

A módszer leírásában a szerző feltűnően nagy hangsúlyt fektet a terapeutának a családhoz való csatlakozására. Számára a terapeuta nem neutrális külső szemlélő, hanem olyan személy, aki egy időre maga is a családi rendszer részévé válik. Közben ügyel az egyensúlyra, hogy kellőképpen része legyen a családi rendszernek ahhoz, hogy aktívan befolyásolni tudja annak folyamatait, annyira viszont ne azonosuljon a rendszerrel, hogy az beszívja, beszippantsa magába és ezzel antiterápiás helyzetet eredményezzen.⁵³⁶

A strukturális családterápia technikái a rendszerhez való csatlakozás (joining), valamint a családi struktúra megváltoztatása köré szerveződnek. Technikai eszköztárához a következő technikák tartoznak:⁵³⁷

1. Karbantartás. A karbantartás a családi alrendszerek aktív megerősítését és támogatását jelenti annak érdekében, hogy a terapeuta a családi hierarchia csúcsán megerősíthesse saját pozícióját, hogy onnan elindíthassa a restrukturáció folyamatát.

2. Aktív követés. A terapeuta aktívan követi a család közléseinek és viselkedésének tartalmát és előmozdítja folyamatosságukat. Például tisztázó kérdéseket tesz fel, egyetértő megjegyzéseket ejt el, felerősít egy-egy gondolatmenetet.

3. Mimézis. A mimézis a családtagok szavainak, viselkedésének követő visszatükrözését jelenti (hasonlóan a gyermekét etető anyához, aki a falat nyújtásakor maga is kitér a száját). A mimetikus gesztusok fokozzák a családban a közelség érzését és azt jelzik, hogy mind a terapeuta mind a családtagok emberibbek, mint egyébként. A mimézis a szerkezetátalakítás fontos útkészítője. Hasonló ez az NLP-ben használt pacing és leading technikához,⁵³⁸ amelynek során a terapeuta a kliens külső reprezentációinak visszatükrözésével éri el a rapport állapotát, majd egy-egy apró változtatással kibillenteti kliensét a mesterségesen felállított egyensúlyból elérve ezzel, hogy a kliens kövesse a terapeuta által jelzett irányt.

4. Határszabás. Ennek során a terapeuta segít a családtagoknak és az egyes alrendszereknek kialakítani a saját pszichodinamikai területének függetlenségét és kölcsönösségi viszonyait.

5. Feszültség fokozása. A terápiára szoruló családok általában diszfunkcionálisan kezelik az őket érő stresszt, ezért a feszültség fokozásával a terapeuta túlfeszíti a rendszer megszokott működési keretét és újraszerveződésre kényszeríti azt. A feszültség fokozása történhet például a megszokott kapcsolati minták gátlásával, a különbségek

⁵³⁶ Minuchin, *Családok és családterápia*, 108. p.

⁵³⁷ További strukturális technikák összefoglalásához lásd: Robert Sherman, Norman Fredman, *Strukturális technikák a pár- és családterápiában* (Budapest: Magyar Pszichiátriai Társaság, 1989).

⁵³⁸ Vö.: Mihalec, "Az NLP módszerei." 217-218. p.

hangsúlyozásával, a rejtett konfliktusok kirobantásával, szövetség vagy koalíció alakításával.

6. Házi feladatok. A házi feladattal a család gyakorlatilag magával viszi a terapeutát az otthonába, így ő lesz a szabályalkotó a terápiás ülés keretein kívül is.

Minuchin fontos szolgálatot tett a családterápiának a strukturális tényezők feltárásával, ám a családok alrendszeri határainak felmérését a terapeuta szubjektív megítélésére bízta. Így módszere nem utánozható egyszerűen minden terapeuta számára, Satirhoz hasonlóan Minuchinnál is fontos részt tesz ki az irányzatalapító szerző egyéni karizmája a terápiás sikerben.

1.4.3.1.2 A milánói családterápiás iskola

Az irányzat elsődleges alapítójának Mara Selvini-Palazzoli számít, aki pszichoanalitikus munkatársaival, Luigi Boscolóval, Gianfranco Cecchinél és Giuliana Prataival szkizofréniás és anorexiás érintettségű családokkal foglalkozott.⁵³⁹ Amikor az analitikus módszerek nem bizonyultak hatékonyak, elkezdték a Palo Alto csoport (Paul Watzlawick és munkatársai) terápiás alapelveit átültetni szkizofrén családok terápiájába. Az 1970-es évek elejétől a csoport intenzíven Gregory Bateson írásainak tanulmányozása felé fordult és ezek ihletése alatt dolgozta ki innovatív terápiás eljárásait. 1980-ban a csoport kettévált. Selvini és Prata a kutatásra koncentrált, míg Boscolo és Cecchin a képzés felé orientálódott, amelyre saját szervezetet hozott létre Milan Associates néven.

A milánói iskola antropológiájára mindaz érvényes, amit korábban általánosságban ismertettünk a rendszerelméletre vonatkozóan, hiszen Bateson kutatásaira épül, amelyek magának a rendszerelméletnek is alapjait képezik. Úgy is fogalmazhatunk, hogy a milánói irányzat a legrendszeresebb családterápia.

A szerzőcsoport szerint az ember kapcsolati rendszereinek

„legfontosabbika a család; tehát ha a személyes kapcsolatok mintázatai a családban módosíthatók, akkor a problémás magatartás is megváltozik.”⁵⁴⁰

Patológia-szemléletük ugyancsak Bateson elméletére támaszkodik, aki szkizofrén gyermekek legfőbb megbetegítő tényezőjeként a családban alkalmazott kettős kötést (double bind) tekintette.⁵⁴¹ Mivel Selvini és kollégái szintén szkizofrén gyermekek családjával dolgoztak, kézenfekvő volt, hogy ők is átvegyék ezt a nézetet. Ez a magyarázat azonban még túlságosan lineáris-analitikus volt, ezért a csoport fokozatosan

⁵³⁹ Vö.: Gunthard Weber, Fritz B. Simon, „Systemische Therapie” In: Roland Asanger, Gerd Wenninger (szerk.), *Handwörterbuch Psychologie* (Augsburg: Weltbild, 2000), 768-772.

⁵⁴⁰ Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Lynn Hoffman, Peggy Penn, *A milánói módszer* (Budapest: Animula), 9.

⁵⁴¹ Vö.: Watzlawick et al, *Menschliche Kommunikation*, 194-203. p.

kidolgozta a saját szisztémikus megközelítését. Ennek első eleme, hogy a problémának értelme van. A patológia valamit meg akar mutatni, ki akar fejezni. Ám a csoport még ennél is tovább lép: nem csak, hogy értelme van a betegségnek, hanem azt a beteg bizonyos fokig maga „választja”. A terapeuta ugyanis úgy értelmezi a betegséget, „mint az egyén egy döntését adott módon viselkedésre.”⁵⁴² A betegség kialakulásának megértéséhez több tényezőt hangsúlyoz az irányzat:

1. Címkezés. A címkek létrejöttét a csoport így írja le:

„Az emberek abban a reményben adnak és fogadnak el címkeket, hogy azok értelmet adnak valaminek, amit nem igazán értenek és ami félelmetes, mint például az elmebetegség. [...] Sajnálatos módon, a címkezést legtöbbször szakemberek kezdeményezik, a családok pedig (elfogadva azokat) egyre több bizonyítékot találnak rájuk.”⁵⁴³

Ez később a narratív terápiaiban is fontos megállapítássá válik.

2. Mítoszok. A mítosz ugyanilyen ártalmas lehet. Ha egy családban például korábbi rossz tapasztalatok újbóli átélését kivédendő kialakult a „mi egy tökéletes család vagyunk” mítosza, akkor

„[...] ebben a mítoszban a gyermekeknek is részt kellett venniük azzal, hogy boldog, normális viselkedést mutatnak. Ilyen tökéletes szülőkkel a gyerekeknek nem lehetnek problémáik! [...] Az ilyen fajta mítosz úgy kapcsolódik a pszichózishoz, hogy általában a pszichotikus családtag az, aki nem képes elfogadni a mítoszt és viselkedésén keresztül megkérdőjelezi azt. [...] Egy ilyen mítoszt nagyon nehéz fenntartani; adott ponton valakinek ki kell törnie és az a személy pszichotikusnak tűnő viselkedést fog mutatni.”⁵⁴⁴

3. Bűnbakképzés.

„Ahol van egy bűnbak, ott gyakran tágabb értelemben is szakadás van. Itt a szülők arra a pontra jutottak, hogy ha a gyerekek elmennek otthonról, szembesülniük kell a saját problémáikkal [...] hogy ezt elkerüljék, mindenki egyesül azzal a taggal szemben, aki hajlandó az összes bűnt magára venni.”⁵⁴⁵

A milánói módszerre minden más családterápiás irányzatnál jellemzőbb a csapatmunka. A kezelt családdal legalább négy személy dolgozik, közülük kettő vezeti az interjút, kettő pedig egyirányú tükör mögül figyeli a történéseket. A négy terapeuta a családdal való találkozás előtt, közben és után is megbeszélést tart. Az irányzathoz tartozó kutatók számos új intervenciós eljárással gazdagították a családterápiát (például a pozitív minősítés és a paradoxon), a csoport tagjai által írt művekben mégis három pont külön kiemelésre nyert:

1. Hipotéziskészítés. A milánói csoport már a családdal való első találkozás előtt megfogalmaz egy lehetséges magyarázati modellt, egy hipotézist arról, ami a család problémája mögött meghúzódhat. A beszélgetési struktúra azután a hipotézis cáfolása vagy megerősítése köré épül. Álláspontjuk szerint a hipotézis igazolása érdekében feltett

⁵⁴² Boscolo et al, *A milánói módszer*, 169. p.

⁵⁴³ Boscolo et al, *A milánói módszer*, 37-38. p.

⁵⁴⁴ Boscolo et al, *A milánói módszer*, 39-41. p.

⁵⁴⁵ Boscolo et al, *A milánói módszer*, 52. p.

kérdések vezetnek el azokhoz az információkhoz, amelyek birtokában megválasztható a megfelelő terápiás beavatkozás.⁵⁴⁶ A hipotézis megfogalmazásának két fontos szempontja van:

- (1) „A hipotézis, mint olyan, soha nem igaz vagy hamis, hanem inkább többé vagy kevésbé hasznos.”⁵⁴⁷
- (2) „A hipotézisnek a családi élet minden összetevőjét tartalmaznia kell, felvetésünknek a teljes kapcsolatrendszerre érvényesnek kell lennie.”⁵⁴⁸

Érdekes megfigyelni, ahogyan Cecchin később újragondolja a hipotéziskészítést és már inkább forgatókönyvről, szkriptről beszél, amelyet a terapeuta a családdal közösen írhat meg.⁵⁴⁹ Ez a váltás előremutat John Byng-Hall munkája felé.

2. Rendszerszemlélet (cirkularitás). A csoport megfogalmazásában:

„Rendszerszemlélet, cirkularitás alatt a terapeutának azt a képességét értjük, hogy vizsgálódása a család azon visszacsatolásain keresztül történik, amelyek válaszként jelentkeznek az általa bevitt információra és így reagálni tud a változásokra és a különbségekre.”⁵⁵⁰

Ezen a szemléleten alapul a cirkuláris kérdezés technikája, amelyet sokan a milánóiak legkreatívabb újításának tartanak. A terapeuta olyan kérdést tesz fel, amely egyidejűleg lehetővé teszi, hogy információt nyerjen (exploráció) és új információt hozzon létre a kérdezett személyben a kérdés megválaszolása során (intervenció).⁵⁵¹ A cirkuláris kérdés irányulhat:⁵⁵² (1) Sajátos események előfordulásánál az adott esemény által kiváltott interaktív mintákra. Például: „Amikor Lorenzo kezdi elveszíteni a kontrollt és megüti anyádat, apád mit csinál?” (2) Viselkedési különbségekre. (3) Különlegesen viselkedő vagy a speciális interakcióban résztvevő családtagok rangsorolására. (4) A kapcsolat változásának kutatására egy bizonyos esemény előtt és után. Például: „Szerinted anyád és bátyád mikor veszekedtek többet, mielőtt apád beteg lett, vagy inkább azóta?” (5) A feltételezett körülményeknek tulajdonítható differenciák megtalálására. Például: „Ha egyik gyerek otthon maradna anélkül, hogy férjhez menne vagy megnősülne, mit gondolsz, apa melyikötöknek örülne jobban?”

3. Neutralitás. Minuchin módszerével szemben – aki nyílt koalíciókat kötött egyik-másik családtaggal, a milánóiak semlegességre törekednek, az egész család támogatását tűzik ki

⁵⁴⁶ M. Selvini Palazzoli, L. Boscolo, G. Cecchin, G. Prata, „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás: a családterápiás ülés vezetésének három vezérelve.” In: Bíró Sándor, Komlósi Piroska (szerk.), *Családterápiás olvasókönyv* (Budapest: Animula, 2001), 53-66. p.

⁵⁴⁷ Selvini et al, „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás.” 56. p.

⁵⁴⁸ Selvini et al, „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás.” 57. p.

⁵⁴⁹ G. Cecchin, „A milánói alapelvek – újra átgondolva.” In: Bíró Sándor, Komlósi Piroska (szerk.), *Családterápiás olvasókönyv* (Budapest: Animula, 2001), 67-74. p.

⁵⁵⁰ Selvini et al, „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás.” 60. p.

⁵⁵¹ Weber, Simon, „Systemische Therapie.” 770. p.

⁵⁵² Selvini et al, „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás.” 62-64. p.

célul anélkül, hogy valakit külön kiemelnének a családi rendszerből. Hogy a terapeuta jól teljesítette-e a neutralitás elvárását, azon mérhető, hogy

„[...] ha arról kérdezzük meg a családtagokat, hogy nyilatkozzanak, kit támogatott vagy ki mellett állt a terapeuta, vagy netán milyen ítéletet alkotott valamelyikükről, hogyan viselkedett az egész családdal szemben – valószínűleg tanácsstalanok és bizonytalanok maradnak.”⁵⁵³

A kezdeti egyetértés ellenére a neutralitást illetően a csoporton belül kritikus hangok is megjelennek. Cecchin szerint:

„Évek során meggyőzően bizonyították a viták, hogy valójában nem lehet neutrálisnak maradni, hisz minden viselkedés, s így a szóbeli megnyilvánulások is, a társas interakciók közegében jön létre és azokra visszahat.”⁵⁵⁴

Majd hozzáteszi, hogy a neutralitásra mindenáron való törekvés sokaknál „hideg, közömbös pozíció felvételéhez vezetett.”⁵⁵⁵ Ez pedig kontraproduktív hatást gyakorol a terápiára.

Összegezve elmondhatjuk, hogy a milánói iskola számos újítást hozott a családterápiás szemléletbe. Módszereit, kérdezési technikáit más irányzatok is átvették. Ám (hasonlóan, mint a pszichoanalízis az egyéni terápiában) a milánóiak megközelítése hatékonyabb a patológia feltárásában, mint annak kezelésében. Ezt a hiányosságot maguk a módszer képviselői is beismerik:

„Változást hozhat-e a családterápia során csupán a jelenlegi interjúvezetési módszerünkben meglévő 'negrópiás' [információszerző és -létrehozó – a szerző megjegyzése] hatás [...]? Reméljük, ezt a kérdést is meg tudjuk válaszolni mihamarabb!”⁵⁵⁶

Emellett pedig meg kell jegyeznünk, hogy a milánói eljárás mód más irányzatokhoz képest rendkívül időigényes és drága, hiszen ma már nem kivitelezhető, hogy egy párral vagy családdal négy szakember foglalkozzon, aki még az ülések előtt és után is értekezik a hipotézisekről és az alkalmazott intervenciókról.

1.4.3.2 Egy empirikus-szisztémikus koncepció: David H. Olson, a circumplex modell és a PREPARE/ENRICH

David H. Olson munkásságának bemutatására nagyobb részletességgel és bővebb terjedelemben vállalkozunk, mint ahogy azt más szerzőknél tettük. Ennek az az oka, hogy Olson alapvetően befolyásolta a házasságról és a párterápiáról való saját gondolkodásunkat, valamint a később bemutatásra kerülő, „Gyűrű-kúra” nevet viselő saját

⁵⁵³ Selvini et al, „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás.” 65. p.

⁵⁵⁴ Cecchin, „A milánói alapelvek – újra átgondolva.” 67. p.

⁵⁵⁵ Cecchin, „A milánói alapelvek – újra átgondolva.” 67. p.

⁵⁵⁶ Selvini et al, „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás.” 66. p.

integratív modellünk tartalmi felépítése és hatékonyságvizsgálata szoros függésben áll az olsoni koncepciókkal.

David H. Olson, a Minnesotai Állami Egyetem családszociológiai tanszékének professzor emeritusa. Tudományos munkásságának kezdetétől arra törekedett, hogy a házasságban és családban lejárló dinamikai jelenségeket mérhetővé, ábrázolhatóvá és kutathatóvá tegye. Emellett olyan minőségi eszközök kidolgozását tűzte ki célul, amelyek közvetlenül alkalmazhatók a terápiában, nevelésben és prevencióban.⁵⁵⁷ Tudományos munkássága leginkább az 1979-ben bemutatott „circumplex modell”⁵⁵⁸ elnevezésű családszerkezeti koncepciója révén vált ismertté, amely a párkapcsolaton és a családon belüli kohézió (összetartás) és adaptivitás (alkalmazkodóképesség) mértékét teszi ábrázolhatóvá és mérhetővé. Ebből dolgozta ki a klinikai és kutatási alkalmazásra szánt „FACES” teszteszköztárat, valamint a szélesebb körű alkalmazásra szánt „pár- és családszerkezeti térképet”. Olson circumplex modellje az egyik leggyakrabban alkalmazott családszerkezeti modell. Több mint 1.200 tudományos tanulmány jelent meg, amely vizsgálataiban a circumplex modellt alkalmazta.⁵⁵⁹

A circumplex modell mellett igen jelentősek a különböző életszakaszokban és párkapcsolati konstellációkban élő párok számára kifejlesztett multidimenzionális tesztesomagjai. A PREPARE/ENRICH elnevezés alatt ismertté vált teszteket az elmúlt 30 évben világszerte mintegy 3.000.000 pár töltötte ki, akiknek adatait egy központi adatbázisban tárolják. Ezzel David H. Olson és munkatársai rendelkeznek világszerte a legnagyobb kutatható párkapcsolati adatbázissal.⁵⁶⁰ A PREPARE/ENRICH kutatásokra számos gyakorlati segédeszköz épül, ilyenek a fiataloknak szóló, párkapcsolatra felkészítő „Building Relationships”⁵⁶¹, valamint házaspárok számára készült „Empowering Couples”⁵⁶² csoportfoglalkozási segédanyagok. Legutóbbi munkája a PREPARE/ENRICH tesztesomagok „felhasználóbarát”, önségítő internetes verziója, amelyben egy erre

⁵⁵⁷ A Minnesotai Állami Egyetem ehhez kiváló kutatási közeget jelentett, hiszen az egyetem munkatársai számos nemzetközileg alkalmazott kvantitatív pszichometrikus eljárást dolgoztak ki (pl. Minnesota Multiphasic Personality Inventory – MMPI).

⁵⁵⁸ A circumplex modell kidolgozásának fázisairól, alkalmazási területeiről, érvényességi vizsgálatairól bővebben lásd: Olson et al, *Circumplex Model*.

⁵⁵⁹ Forrás: https://www.prepare-enrich.com/webapp/pe/about_us/template/DisplaySecureContent.vm;pc=1315903511078;jsessionid=13C85A8185375924282BEDFB2BC82F2B?id=pe*about_us* david_vitae.html&emb_org_id=0&emb_sch_id=0&emb_lng_code=ENGLISH (Találat napja: 2011.09.14.)

⁵⁶⁰ Forrás: https://www.prepare-enrich.com/webapp/pe/couples/template/DisplaySecureContent.vm;pc=1316010199621?id=pe*couples*for_couples.html&emb_org_id=0&emb_sch_id=0&emb_lng_code=ENGLISH (Találat napja: 2011.09.14.)

⁵⁶¹ David. H. Olson, John DeFrain, Amy K. Olson, *Building Relationships: Developing Skills for Life* (Minneapolis: Life Innovations, 1999).

⁵⁶² David H. Olson, Amy K. Olson, *Empowering Couples: Building on Your Strengths* (Minneapolis: Life Innovations, 2000).

kialakított számítógépes program a pár életciklusára aktualizált kérdéssort állít össze, és amelynek segítségével a párok szakember segítsége nélkül is felmérhetik a kapcsolatuk különböző területeit és kinyomtathatják mintegy 20 oldalas párkapcsolati kiértékelésüket, illetve letölthetnek különféle segédanyagokat a kapcsolatuk fejlesztéséhez. A program elnevezése „Couple Checkup” (magyarul: Kapcsolatleltár).⁵⁶³

1.4.3.2.1 A circumplex modell

Az 1950-es évektől kezdve számos családterápiával foglalkozó szerző tett említést a családon belüli kohézió, rugalmasság és kommunikáció kritikus jelentőségéről a család egészséges működésének szempontjából.⁵⁶⁴ Olyan kategóriák ezek, amelyeket a szerzők (ha más-más elnevezést is alkalmaznak rájuk) magától értetődően használtak, ugyanakkor mérésekre nem álltak rendelkezésre megfelelő eszközök. A klinikai gyakorlatban a terapeuták a saját tapasztalatukra és megérzéseikre voltak hagyatva, ha ezekkel a kategóriákkal szerettek volna dolgozni. A circumplex fogalmát először Louis Guttman alkalmazta.⁵⁶⁵ A circumplex egy olyan ábrázolási forma, amely különböző változók egymáshoz való korrelációs kapcsolatáról nyújt speciális információt. Ebben a grafikus ábrázolásban a változók reprezentációja körkörösén jelenik meg úgy, hogy az ábrázolásban egymáshoz közel fekvő változók egymással erős pozitív korrelációs kapcsolatban állnak (minél közelebb vannak egymáshoz, annál pozitívabb a korreláció), míg az egymástól távol fekvők (pl. a kör egymással ellentétes pontjain elhelyezkedők) közötti korrelációk igen alacsonyak (nulla körüliek vagy negatívak). A grafikus ábrázolás két fő változóját Olson a következőképpen definiálja:

⁵⁶³ A kapcsolatfelmérő teszt online változata a www.couplecheckup.com weblapon található (magyar változat: www.kapcsolatleltar.hu). A program részletes ismertetéséhez lásd: David H. Olson, Amy Olson-Sigg, Peter J. Larson, *The Couple Checkup* (Nashville: Thomas Nelson, 2008).

⁵⁶⁴ Olson 11 szerzőt, illetve szerzőcsoportot sorol fel, akiknek családterápiás koncepcióiban központi szerepet kapnak a felsorolt tényezők: Beavers és Voeller (1983); Benjamin (1977); Epstein, Bishop és Levin (1978); French és Guldera (1974); Gottman (1979); Kantor és Lehr (1975); L'Abatae (1985); Leary (1957) és Constantine (1986); Leff és Vaughn (1985); Parsons és Bales (1955); Reiss (1981). Vö: David H. Olson, „Circumplex Model of Family Systems: Family Assessment and Intervention.” In: Olson et al, *Circumplex Model*, 9. p. A kohézió, rugalmasság és kommunikáció kategóriái Minuchinnál is központi fogalmak, amelyeket családi funkcionális egyik legfontosabb paramétereként kezel: „A családon belüli határok világossága hasznos paramétere a család működőképességének. Vannak befelé forduló, egy saját mikrokozmoszt kialakító családok, amelyekben ennek következtében a családtagok között nagyobb a **kommunikáció** és a törődés. Az eredménye azonban gyakran az, hogy csökkennek a **távolságok**, a határok diffúznak. A családi struktúra gyengén differenciált, elmosódott lesz. Az ilyen rendszer könnyen túlterhelődik, és stresszhelyzetekben hiányzik belőle az **alkalmazkodáshoz** és változáshoz szükséges erőtartalék. Más családoknál igen merev határok alakulnak ki; itt nehézkessé válik az alrendszerek közti kommunikáció és gyengül a család protektív funkciója. A határ működésének ezt a két szélsőséges esetét nevezzük **összeolvadásnak**, illetve **szétkapcsoltságnak**.” Minuchin, *Családok és családterápia*, 56. p. (kiemelés tőlünk)

⁵⁶⁵ Louis Guttman, „A new approach to factor analysis: The radex.” In: Paul F. Lazarsfeld (szerk.), *Mathematical thinking in the social sciences* (Glencoe, IL: Free Press, 1954).

„A családi kohézió a családtagok egymás iránt táplált érzelmi kötődéseként határozható meg. A circumplex modellben olyan speciális koncepciók és változók teszik a családi kohéziót mérhetővé és diagnosztizálhatóvá, mint: az érzelmi kötődés, családtagok közötti határok, koalíciók, idő, tér, barátok, döntéshozatal, valamint érdeklődés és szabadidőtöltés.”⁵⁶⁶

A családi kohézió dimenziója tehát azt vizsgálja, hogy a családtagok miként tartják egyensúlyban az együttléteket és az elkülönülést. A családon belüli kohézió mértéke a szétesett (Minuchinnál szétkapcsolt) és az egybefonódott (Minuchinnál összeolvadt) szélsőségek között helyezkedik el.

„A családi rugalmasság a családon belüli vezetés, a kapcsolati szerepek, valamint a kapcsolati szabályok változásainak mértékét vizsgálja. Ez a koncepció magában foglalja a vezetéskontrollt (kontroll, fegyelem), az interakciós stílust, a szerepfelosztást és a szabályozottságot.”⁵⁶⁷

A rugalmasság dimenziója tehát a stabilitás és a változás egyensúlyát vizsgálja. A családon belüli rugalmasság mértéke egyfelől a kaotikus (szabályok és fegyelem teljes hiánya), másfelől pedig a merev (túl sok szabály, túlzott fegyelem, ellenállás a változással szemben) szélsőségek között helyezkedik el.

Végül Olson azonosítja a kommunikációt, mint harmadik dimenziót, amely azonban nem jelenik meg a circumplex modell grafikai ábrázolásában, inkább, mint egy mögöttes, láthatatlan dimenziót kezeli. Emiatt többen támadták is Olsont és munkatársait.⁵⁶⁸

Előfordulhat, hogy a felmérés idején egy család (például egy normatív vagy szituatív krízis miatt) kiegyensúlyozatlan értékeket mutat, ez azonban nem jelenti automatikusan azt, hogy a család klinikai kezelésre szorulna, amennyiben a családtagok közötti kommunikáció kiegyensúlyozott értékeket mutat. Ha azonban a kohézió, a rugalmasság és a kommunikáció egyaránt kiegyensúlyozatlan értékeket mutat, indokoltá válhat a család terápiába való bevonása.

A családtagok pozitív kommunikációját olyan változók jelzik, mint az egyértelmű és kongruens üzenetküldés, az empátia, egymáshoz intézett támogató megjegyzések, valamint a hatékony problémamegoldó képesség. A negatív kommunikáció a leértékelő és inkongruens üzenetküldésben, az empátia hiányában, negatív megjegyzések

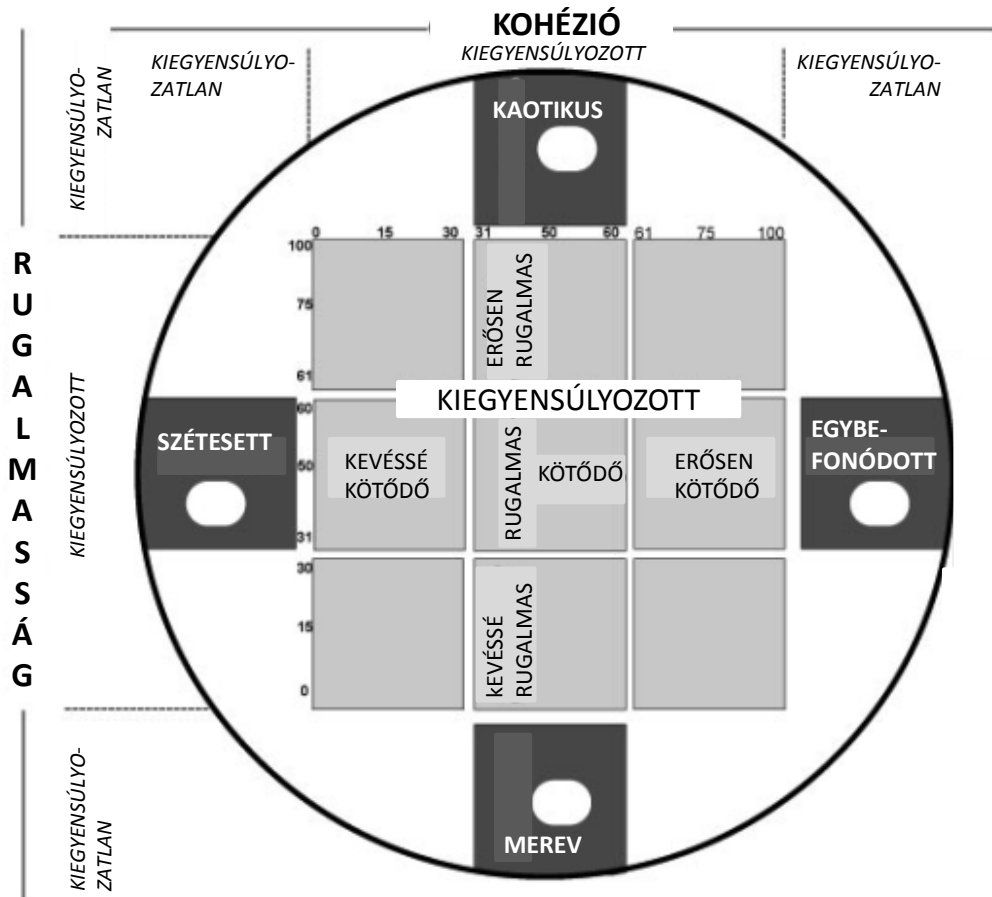
⁵⁶⁶ Olson, „Circumplex Model of Family Systems: Family Assessment and Intervention.” 9. p.

⁵⁶⁷ Olson, „Circumplex Model of Family Systems: Family Assessment and Intervention.” 12. p.

⁵⁶⁸ Emiatt többen támadták is Olsont és munkatársait: „Több kutatóban felmerült a kérdés, hogy az e dimenzió elért értékek hogyan befolyásolják a két fő dimenzió által meghatározott modellbeli besorolást. Olson ezekre a kérdésekre annyiban válaszolt, hogy feltételezése szerint a dimenzió megerősítést nyújthat a problémás és nem problémás családok közötti elkülönítésben. A tapasztalatok ugyanis azt mutatják, hogy a pozitív kommunikációs stílus a kiegyensúlyozott, vagyis a nem problémás családi funkcionalitás ismérve, mely hatással van a családtagok közötti kapcsolatokra (kohézió dimenzió) és a változásokra (adaptivitás/flexibilitás dimenzió).” Kisgyörgyné Pongrácz Dóra, Tóth Melinda, Mírnics Zsuzsanna, Bagdy Emőke, Vargha András, „A Circumplex modell és az OCST-4 (FACES IV) David Olson strukturális családindinamikai modelljének és mérőeljárásának ismertetése.” In: Bagdy Emőke (szerk.), *Pár-és családi kapcsolatok vizsgálata* (Digitális tankönyv). 6. fejezet. Forrás: <http://www.webcreator.hu/tankonyv/> (Találat napja: 2011.09.15.)

alkalmazásában, gyenge problémamegoldó képességben, valamint a paradox vagy kétértelmű üzenetek (double-bind) alkalmazásában válik megragadhatóvá.

A kohéziót és rugalmasságot megjelenítő circumplex modell a következő ábrával szemléltethető:⁵⁶⁹

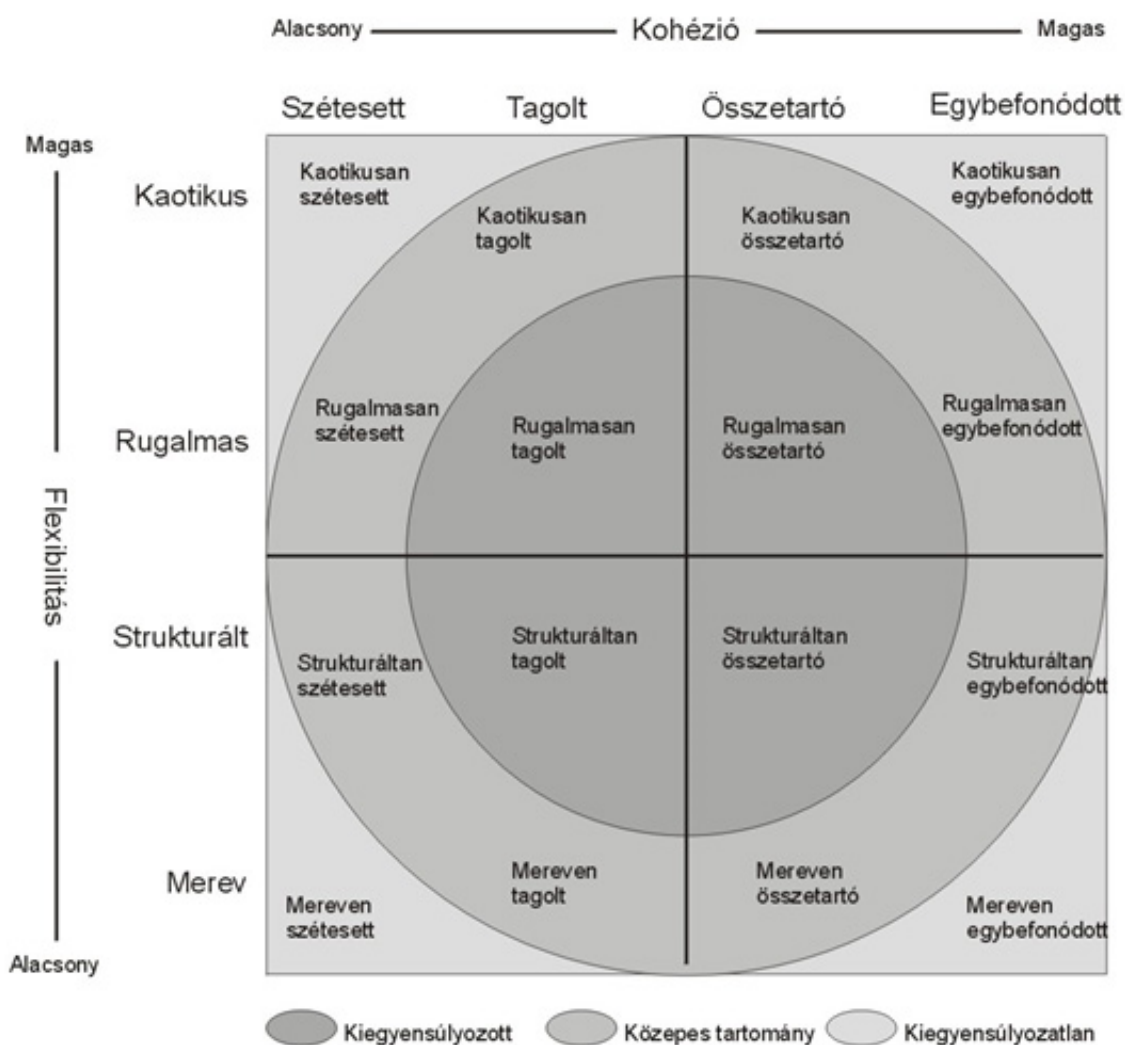


1. Ábra: A circumplex modell grafikai ábrázolása és tartalmi elemei.

A családnak a modellen belüli elhelyezkedésétől függően 16 különböző családtípus azonosítható.⁵⁷⁰

⁵⁶⁹ David H. Olson, Dean M. Gorall, „FACES IV and the Circumplex Model.” (Kiadatlan kézirat, 2006), 5. p.

⁵⁷⁰ Kisgyörgyné et al, „A Circumplex modell és az OCST-4 (FACES IV) David Olson strukturális családdinamikai modelljének és mérőeljárásának ismertetése.”



2. Ábra: A circumplex modellből levezethető családtypusok.

Általában azok a családok válnak klinikai esetekké, amelyek a közepes, vagy a kiegyensúlyozatlan tartományban találhatók.

1.4.3.2.2 FACES

A circumplex modell értékeinek mérésére Olson kidolgozta a FACES elnevezésű teszteljárást. A tesztet a család minden 12 év feletti tagja kitöltheti, aminek eredményeként a családi rendszer pontosan elhelyezhetővé válik a circumplex modell ábráján. A kohézió, rugalmasság és kommunikáció mellett a teszt külön itemeket tartalmaz a megelégedettségre, illetve általános demográfiai háttéradatokat is felmér. A 62 item tartalmilag az alábbiak szerint oszlik meg:

„Az első 42 állítás a kohézió és a flexibilitás dimenzióinak mérésére készült. Az állításokat a sorszámuk mellett lévő vonalon, 1 és 5 közötti számmal kell értékelni, melynél a két szélső érték jelentése: 1 = 'egyáltalán nem jellemző a családunkra'; 5 = 'nagyon jellemző a családunkra'. A válaszlap jobb szélén nyomtatott nagybetűk jelzik a kohézió és flexibilitás alskáláit. Itt fel lehet tüntetni skálánként az értékelés után az elért pontszámokat.

Szerkezetileg a válaszlapon második része a kommunikációra vonatkozó 10 állítás sorszámát tartalmazza. Ezt is a fentiekben részletezett ötfokú skálán kell értékelni. A harmadik rész a megelégedettségre vonatkozó 10 állítás sorszámát tartalmazza. Ezeket az állításokat is egy 1 és 5 közötti számmal kell értékelni, melynél a két szélső pont jelentése: 1 = 'nagyon elégedetlen vagyok'; 5 = 'tökéletesen elégedett vagyok'.⁵⁷¹

A FACES program megbízhatóságát illetően számos vizsgálatot készítettek Olson pártolói és kritikusai egyaránt. Ezek a vizsgálatok magára a programra is visszahatottak, hiszen Olson és munkatársai az újabb eredmények hatására többször is átdolgozták a tesztprogramot (FACES I, II, III, és az aktuális VI. számú verzió).⁵⁷²

A tesztcsomag aktuális, negyedik változatának magyar adaptációja is készült.⁵⁷³ A Károli Gáspár Református Egyetem Pszichológiai Intézetének munkatársai és hallgatói Bagdy Emőke vezetése alatt lefordították és magyar társadalmi viszonyokhoz szabva némileg módosították a 62 itemből álló tesztet. A FACES IV (vagy ahogyan a kutatócsoport magyarul elnevezte: Olson Család Tesztet – OCST) így elkészített magyar változatát azután 479 szülővel töltötték ki, Budapesten, kisvárosokban és falvakban. A teszt kitöltő családok között voltak problémás⁵⁷⁴ és egészséges, azaz klinikai indikáció nélküli családok. A teszt ebben az esetben is különbséget tudott tenni egészséges és problémás családok között. Emellett a magyar példa azt is igazolja, hogy a FACES IV teszt az amerikaitól eltérő kultúrákban is sikerrel alkalmazható (jóllehet a vizsgálat során néhány

⁵⁷¹ Kisgyörgyné et al, „A Circumplex modell és az OCST-4 (FACES IV) David Olson strukturális családindinamikai modelljének és mérőeljárásának ismertetése.”

⁵⁷² 1981-ben például Portner összehasonlított a FACES I teszt segítségével 55 klinikailag kezelt családot 117 klinikai tünetektől mentes családdal. A kontrollcsaládok 58%-át sorolta a teszt valamelyik kiegyensúlyozott családtípusba, míg a klinikai tünetekkel rendelkező családok 30%-a a széthulló-kaotikus kiegyensúlyozatlan területre esett. Ez utóbbi övezetbe a kontroll családoknak csak a 12%-a került. Vagyis a vizsgálatban a teszt megfelelően differenciált a problémás és nem problémás családok között. 1984-ben a FACES II teszt segítségével Clark szkizofrén és neurotikus érintettségű családokat hasonlított össze klinikai kórképtől mentes családokkal. A neurotikus családok 64%-a és a szkizofrén családok 56%-a a modell szélsőséges övezeteibe került. A kontroll családok körében ez az arány csak 7% volt. Fordítottan, a modell centrumában, a kiegyensúlyozott családtípusok valamelyikében, a neurotikus családok 8%-a és a szkizofrén családok 12%-a helyezkedett el, szemben a kontrollcsaládok 48%-ával. Hasonló vizsgálatokat végeztek alkoholista érintettségű, valamint olyan családokon is, amelyekben az apa szexuálisan bántalmazta valamely családtagot. A teszt minden esetben különbséget tudott tenni a klinikai tünetekkel rendelkező családok és a kontrollcsaládok között. Vö.: Volker Thomas, „Das 'Circumplex Modell' und der FACES.” In: Michael Cierpka (szerk.), *Familiendiagnostik* (Springer, Heidelberg, 1988), 272. p.

⁵⁷³ Vargha András, Baktay Gizella, Tóth Melinda, Kisgyörgyné Pongrácz Dóra, Bagdy Emőke, „A Circumplex Modellel és az Olson-teszttel kapcsolatos nemzetközi és hazai empirikus vizsgálatok.” In: Bagdy Emőke (szerk.), *Pár-és családi kapcsolatok vizsgálata* (Digitális tankönyv). 7. fejezet. Forrás: <http://www.webcreator.hu/tankonyv/> (Találat napja: 2011.09.15.)

⁵⁷⁴ A Kincsesház két iskolájában pszichológusok által diagnosztizált hiperaktív és súlyos tanulási problémás gyerekek családjai; a XVII. Kerületi Egészség ház munkatársai által delegált, kimondottan problémás családok, ahol vagy a szülők betegsége (pl.: sclerosis multiplex), vagy a közöttük lévő diszharmonikus kapcsolat vagy a gyermek pszichológus által diagnosztizált problémája indokolta a problémás csoportba való bekerülést; a Vadaskert Alapítványi Kórházban pszichológus által diagnosztizált gyerekek családjai; valamint a tatabányai Pedagógiai Szakszolgálatok intézményében szintén pszichológus által diagnosztizált gyerekek családjai.

item megfogalmazását meg kellett változtatni a félreérthetőségek minimalizálása érdekében).⁵⁷⁵

1.4.3.2.3 Pár- és családszerkezeti térkép

A circumplex modellt Olson a később bemutatásra kerülő PREPARE/ENRICH tesztcsomagba is beledolgozta. A különböző szakmai háttérű szakemberek (pszichológusok, pár- és családterapeuták, lelkipásztorok, stb.) számára kidolgozott tanácsadói diagnosztikai segédletben pár- és családszerkezeti térkép néven szerepel. Az eredeti modellhez képest itt megváltozott a terminológia és a grafikai ábrázolás módja is. Így a tanácsadó bevonhatja azt a pár- illetve családterápiás folyamatba, és a szakirányú képzettség nélküli párok is képesek értelmezni, amit az ábra a kapcsolatukról mond. A pár- és családszerkezeti térkép az alábbiakban tér el a circumplex modelltől:

„A leíró terminológia leegyszerűsödött. 'Kohézió' helyett itt *közelségről* van szó, 'alkalmazkodóképesség'⁵⁷⁶ helyett pedig *rugalmasságról*. A *rugalmasság* és *közelség* mértékének meghatározását szolgáló fokozatok száma négyről ötre emelkedett, így már nem 16, hanem 25 fajta pár- és családi rendszer leírására nyílt lehetőség. A megnövekedett szám lehetővé teszi a család pontosabb elhelyezését a normálistól a zavartig terjedő skálán. Az új rendszer megjelenése négyzetekre épül, nem pedig koncentrikus körökre, amelyek a céltábla benyomását keltik, ahol az elérendő cél az ideális közép.”⁵⁷⁷

A némileg leegyszerűsített grafikai ábrázolás így néz ki:




⁵⁷⁵ Vö: Vargha András, Tóth Melinda, „Az Olson-féle családteszt magyar adaptációja.” In: Bagdy Emőke, Mirnics Zsuzsanna, Vargha András, *Egyén-pár-család: Tanulmányok a pszichodiagnosztikai tesztadaptációs és tesztfejlesztő kutatások köréből* (Budapest: Animula, 2007), 288-309. p.

⁵⁷⁶ A FACES első változatában még adaptivitás, illetve alkalmazkodóképesség állt, ezt a következő verziókban már a FACES tesztben is átírták rugalmasságra.

⁵⁷⁷ David H. Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv* (Szeged: Ketten Együtt Házassági Felkészítő és Tanácsadó Műhely, 2008), 56-57. p.

		K Ö T Ö D É S					A rugalmasság jelei
		nincs kötődés	kevés kötődés	kötődő	erős kötődés	szélsőséges kötődés	- képesség a változásra - vezetés - szerepelosztás - fegyelem
RUGALMAS ÁLLAMTÍPUSOK	R	szélsőségesen rugalmas					Egyensúlyvesztett: széls. rugalmas - túl sok változás - hiányzó vezetés - drámai szerepcserék
	U	erősen rugalmas					Kiegyensúlyozott: enyhén – nagyon rugalmas - szükség esetén képes változni - megosztott vezetés - megosztott szerepek - állandó, egészséges fegyelem
	G	erősen rugalmas					
	A	rugalmas					
	S	kevésbé rugalmas					Egyensúlyvesztett: széls. rugalmatlan - túl kevés változás - autoritativ vezetés - a szerepek ritkán változnak - szigorú fegyelem
Á	kevésbé rugalmas						
G	rugalmatlan						

A kötődés jelei			
egyedüllét (én) / együttlét (mi)	túl sok én	jó én-mi egyensúly	túl sok mi
érzelmi közelség	kevés	közepes – magas	sok
lojalitás	hiányos	közepes – magas	magas
függőség	túl független	interdependens	túl függő

	kiegyensúlyozott
	közepes
	egyensúlyvesztett

3. Ábra: A pár- és családszerkezeti térkép.

Noha ez az ábra a circumplex modell 16 családtípusához képest 25 családtípust határoz meg, ez egyszerűsítésként fogható fel, hiszen végső soron a 25 típus (az ábra négyzeteinek megfelelő egy-egy típus) három csoportban foglalható össze (a négyzetek színeinek megfelelő típusok):

1. Kiegyensúlyozott típusok. A középső 9 négyzet tartozik ebbe a csoportba. A kiegyensúlyozott típusok úgy a közelség, mind a rugalmasság terén kiegyensúlyozott értékeket mutatnak. Az ilyen kapcsolatok a legegészségesebbek és legműködőképesebbek. Jó egyensúlyban tartják az elkülönülést és az együttlétet (közelség), valamint a stabilitást és a változást (rugalmasság).
2. Közepes típusok. Az ábra oldalain található 4x3 négyzet tartozik ebbe a csoportba. A közepes típusú kapcsolatok kiegyensúlyozott értékeket mutatnak az egyik dimenzióban (pl. közelség), ugyanakkor kiegyensúlyozatlanok a másik dimenzióban (pl. rugalmasság). Az ilyen kapcsolatok általában viszonylag jól működnek, nyomás alatt azonban elbizonytalanodnak. Ilyen esetben inkább a kiegyensúlyozatlanság felé tendálnak.
3. Egyensúlyvesztett típusok. Ezek az ábra négy sarkában találhatóak. Ezeknél a típusoknál úgy a közelség, mint a rugalmasság dimenziója extrém értékeket mutat. Az ilyen

kapcsolatok egészségtelenek és szélsőségesek (a közelség terén egybefonódott, vagy szétesett; a rugalmasság terén pedig kaotikus, vagy merev).

A pár- és családszerkezeti térkép továbbá nem csak a pár tagjainak adatait jelzi (párszerkezeti térkép), hanem a párt alkotó egyének származási családjaiét is (családszerkezeti térkép). Ennek azért van jelentősége, mert a családi életciklusokkal együtt járó normatív, vagy szituatív stresszhelyzetek hatására az egyén hajlamos ugyanazokat a mintákat követni, mint amit a szüleitől tanult, ez pedig befolyásolja a párkapcsolatában tanúsított közelségét és rugalmasságát.⁵⁷⁸

Olson hat hipotézist fogalmazott meg a pár- és családszerkezeti térkép alapján, amely közvetlenül alkalmazható a pár- és családterápiában, és amelyet nagy mintaszámú vizsgálataiban igazolni is tudott:

- „1. hipotézis: A kiegyensúlyozott kötődésű és rugalmasságú párok és családok általánosságban jobban működnek a család különböző életciklusaiban, mint azok, amelyek szélsőséges értékeket mutatnak.⁵⁷⁹ [...]
2. hipotézis: A kiegyensúlyozott párok és családok szélesebb viselkedési repertoárral rendelkeznek, és a szélsőséges családokhoz képest készségesebbek a változtatásra.
3. hipotézis: Ha a család normatív elvárásai akár a kötődés, akár a rugalmasság dimenziójában szélsőséges viselkedési mintákat támogatnak, a család jó működése addig szavatolt, amíg mindenki elfogadja ezeket az elvárásokat. [...]
4. hipotézis: A kiegyensúlyozott pároknak és családoknak több pozitív kommunikációs képességük van, mint a szélsőséges családoknak és pároknak. [...]
5. hipotézis: A pozitív kommunikációs képességek a kiegyensúlyozott párokat és családokat jobban képessé teszik a kötődés és a rugalmasság mértékének megváltoztatására, mint az egyensúlyvesztett párokat és családokat.
6. hipotézis: A szituatív stressz, és a pár/család életciklusának megfelelő szükséges változások kezelésére a kiegyensúlyozott családok képesek a kötődés és a rugalmasság megváltoztatására, míg az egyensúlyvesztett családok ellenállnak a változásnak.”⁵⁸⁰

Végül fontos kiemelnünk, hogy a pár elhelyezkedése a pár- és családszerkezeti térképen erősen függ attól is, hogy a pár éppen milyen családi életciklusban van. Reuben Hill javaslatára Olson ezt a szempontot is bedolgozta rendszerébe. Ennek megfelelően...

„[...] feltételezzük, hogy a családoknak a normális átmeneti állomások idején változniuk kell. A család aktuális életciklusának tehát komolyan veendő hatása van a családi rendszer egészére.”⁵⁸¹

⁵⁷⁸ „A családszerkezeti térkép azért fontos, mert az emberek hajlamosak a származási családjukban tapasztalt mintákat a párkapcsolatukban is megvalósítani. Vagy megpróbálják ugyanazt a családi rendszert megvalósítani, mint amit a gyermekkorukból ismernek, vagy pedig próbálnak ellene hatni, és mindent ellenkező módon megélni. Ha a pár tagjai különböző családi rendszerekből jönnek, akkor ez konfliktusokat okozhat a kapcsolatukban.” Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 59.

p.
⁵⁷⁹ Ezen a ponton megjegyzi Olson, hogy fontos szem előtt tartani a vizsgált pár vagy család kulturális közegét. Európai viszonyok között például teljesen más a normálisnak elfogadott kötődés mértéke egy átlagos dél-európai családban, mint egy észak-európai családban. Ami az egyiknél szélsőségnek számít a másiknál teljesen normális. A vizsgálatot készítő szakembernek érzékenységet kell tanúsítania e kulturális különbségek iránt.

⁵⁸⁰ Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 60-62. p.

⁵⁸¹ Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 62. p.

A David Olson munkásságáról szóló eddigi vizsgálódásunkat összefoglalva a circumplex modellről és a hozzá kapcsolódó kutatásokról elmondhatjuk, hogy:

„[...] a családterápia és az empirikus családkutatás jelenlegi állása mellett az OCST [FACES IV] és a Circumplex modell rendkívül informatív, hatékony segítséget nyújt terápiás keretek közt a diagnózis felállításában és a kezelés megtervezésében. Bár tartózkodni kell attól az elvárástól, hogy a csalárendszer teljes komplexitásának kibontását várjuk tőle, viszont segítséget nyújthat a realitást átlátható struktúrává redukálni.”⁵⁸²

A circumplex modell preventív és klinikai alkalmazhatóságát növeli, hogy a modell nem akar önálló terápiás irányzat lenni, hanem minden rendszerelméleten alapuló irányzatba jól beépíthető segédeszközként készült. A circumplex modell által rendelkezésre bocsátott diagnosztikai információkat minden terápiás, vagy pszichoedukatív irányzat beépítheti a saját gondolkodási rendszerébe, majd saját módszertanának megfelelően megtervezheti és kivitelezheti a kezelést.⁵⁸³

1.4.3.2.4 PREPARE/ENRICH tesztcsoomagok

A ma használatos terápiás és tanácsadói segédeszközök első változata, a házasságra készülő párok számára készült PREPARE⁵⁸⁴ teszt a kapcsolat 12 területét mérte fel: idealisztikus torzulás, reális elvárások, személyiség, kommunikáció, konfliktuskezelés, pénzügyek, szabadidő, szexualitás, gyerekek és szülői szerep, család és barátok, szerepértelmezés, és hitbeli meggyőződés. A tesztprogram hatékonyságának ellenőrzésére több vizsgálatot is lefolytattak.⁵⁸⁵ Ezek eredményeit Olson beledolgozta a teszt 1980-as

⁵⁸² Kisgyörgyné et al, „A Circumplex modell és az OCST-4 (FACES IV) David Olson strukturális családaddinamikai modelljének és mérőeljárásának ismertetése.”

⁵⁸³ A circumplex modell alkalmazási lehetőségeire a milánói családterápiás irányzatban jó példát mutat be Maddock és Lange tanulmánya. A szerzőpáros a milánói módszerben hangsúlyos hipotézisalkotás folyamatába vonja be a circumplex modellt és azon elhelyezve a család megkínált, jelenlegi helyzetét, megtervezi, hogy milyen irányba szeretné a családot elmozdítani, majd ennek tükrében dönt az alkalmazott terápiás intervenciókról. Vö.: James W. Maddock, Carol G. Lange, „Integrating Milan Therapy and the Circumplex Model: Ecosystemic Consultation with Families and their Helpers.” In: Olson et al, *Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of Families*, 141-174. p.

⁵⁸⁴ A program kidolgozásának történetéhez lásd: Mihalec Gábor, „A PREPARE/ENRICH párkapcsolati diagnosztikai teszteljárások alkalmazása a pár- és családterápiában.” *Családterápiás Hírmondó*, 2011/1-2, 108-119. p.

⁵⁸⁵ Az egyikben a házasságkötés előtt álló párokat öt csoportba sorolták: egy csoport semmilyen felkészítést nem kapott, egy csoport tagjai különböző felkészítő eljárásokban vettek részt, egy csoport kitöltötte a PREPARE tesztet visszajelzés nélkül, egy csoport a kitöltés után kétórás visszajelzést kapott az eredményekről, egy pedig négyszer kétórás visszajelzést kapott az eredményekről. A két utóbbi csoport az előzőekhez képest több lényeges döntést hozott az esküvője előtt, valamint kimutatható kapcsolati-dinamikai változásokat tapasztalt. Vö.: D.G. Fournier, J. Springer, D. H. Olson, „Conflict and commitment in seven stages of premarital and marital relations.” (Kiadatlan kézirat, 1979). Hasonló vizsgálatot készített Luke Knutson és David Olson 2003-ban. 153 házasság előtt álló párt három részre osztottak: az egyik csoport kitöltötte a PREPARE tesztet és részt vett legalább négy visszajelző alkalmon, a második csoport csak kitöltötte a tesztet, de nem kapott visszajelzést az eredményekről, a harmadik csoport pedig sem nem vett részt foglalkozáson, sem nem töltötte ki a tesztet. Az eredmény: a teljes programon részt vett párok 90%-a szignifikáns változásokat mutatott a poszt-teszten az első tesztfelvételhez képest a legtöbb kapcsolati kategóriában (különösen figyelemre méltó, hogy a feszült kapcsolatú párok 90%-a kiegyensúlyozottabb típusba lépett fel), míg a két másik csoport párjainál nem történt változás. Vö.: Luke Knutson, David H. Olson, „Effectiveness of PREPARE Program with Premarital Couples in Community Settings.” *Marriage*

revíziójába.⁵⁸⁶ A következő átdolgozásra 1986-ban került sor, amikor a származási családdal foglalkozó rész kibővült a circumplex modellben szereplő kohézió és adaptivitás kategóriákkal. A legnagyobb változáson az 1996-ban kiadott, úgynevezett „Version 2000” ment keresztül.⁵⁸⁷

A PREPARE tesztsomag alapelveire és kutatásaira építve Olson és munkatársai létrehoztak módosított skálákat is, amelyek tekintettel vannak különböző párkapcsolati típusok eltérő jellegzetességeire:⁵⁸⁸ (1) PREPARE MK tesztsomag házasságra készülő párok részére, ahol legalább az egyik félnek van gyermeke egy korábbi kapcsolatból (induló mozaikcsalád); (2) ENRICH házas, vagy már hosszabb ideje együtt élő párok számára; és (3) MATE érettebb korú párok számára.

A tesztek mai formája 165 itemből áll, amely a következő kategóriákban méri fel a vizsgált pár kapcsolatát:

Kategória (itemek száma) \ Teszt	PREPARE	PREPARE MK	ENRICH	MATE
Idealisztikus torzulás (7)	X	X	X	X
Házasság iránti elvárások (10)	X	X	Helyette: házassággal való megelégedettség (10)	Helyette: Átmenetek az életben (10)
Személyiség (10)	X	X	X	X
Kommunikáció (10)	X	X	X	X
Konfliktuskezelés (10)	X	X	X	X
Pénzügyek (10)	X	X	X	X
Szabadidő (10)	X	X	X	X
Szexualitás (10)	X	X	X	X
Gyerekek és szülői szerep (10)	X	X	X	Helyette: Transzgenerációs kérdések (10)
Család és barátok (10)	X	X	X	Helyette: Egészség (10)
Szerepértelmezés (10)	X	X	X	X
Hitbeli meggyőződés (10)	X	X	X	X

and Family, 2003/6, 529-546. p. David Fournier 1979-ben készített egy vizsgálatot 1000 jegyespár és 200 házasságra felkészítő lelkipásztor bevonásával. A vizsgálat igazolta a PREPARE teszt validitását, ugyanakkor számos jobbító javaslat is megfogalmazódott, amelyet Olson bedolgozott a teszt következő, 1980-as verzióba. Vö.: David G. Fournier, *Validation of PREPARE: A Premarital Counseling Inventory* (St. Paul: University of Minnesota, Family Social Science, 1979), kiadatlan PhD disszertáció. Idézi: Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 70. p.

⁵⁸⁶ Az átdolgozás során az eredeti 125 itemből 55 itemet hagytak változatlanul, 48-at átfogalmaztak, valamint 28 újat vettek be.

⁵⁸⁷ Ennek keretében 40%-nyi új itemet dolgoztak be a programba, valamint a meglévők 30%-át ártírták; bevezettek 30 általános személyes háttérre vonatkozó kérdést, amelyek közül 15 a bántalmazás különböző formáiról szól; beépítettek négy személyiség szerkezeti elemet; bevezették a 4 (házasság előtti párok esetén), illetve 5 (házaspárok esetén) típusból álló párkapcsolati tipológiát; a származási család és a párkapcsolat dinamikáit bemutató pár- és családszerkezeti térképet; valamint 6 gyakorlatot az utóbeszélgetésekhez. Vö.: David H. Olson, Amy K. Olson, „PREPARE/ENRICH Program: Version 2000.” In: R. Berger, M. Hannah (szerk.), *Handbook of Preventative Approaches in Couple Therapy* (New York: Brunner/Mazel, 1999.), 200. p.

⁵⁸⁸ Vö.: Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 15-16. p.

Párkötődés (10)	X	X	X	X
Párrugalmasság (10)	X	X	X	X
Családi kötődés (10)	X	X	X	Itt nem a származási, hanem a kibővült családra vonatkozik
Családi rugalmasság (10)	X	X	X	Itt nem a származási, hanem a kibővült családra vonatkozik
Személyiségdiagnosztika: önbizalom (8), önérvényesítés (8*), mellőzés (8*), partnerdominancia(8*)	X	X	X	X
* Ezek az itemek más kategóriáknál is szerepelnek				

6. Táblázat: A PREPARE/ENRICH tesztek áttekintése a vizsgált dimenziók és az itemek száma szerint.

A párkapcsolati szakirodalomban gyakran alkalmaznak különböző fajta csoportosításokat,⁵⁸⁹ ám ezek közül csak kevés alapul megfelelő mintaszámú statisztikai elemzéseken.⁵⁹⁰ Olson és Fowers 3 fokozatú klaszterelemzést hajtott végre egy 5.030 párból álló reprezentatív mintán az Egyesült Államokból. A párok a PREPARE teszt 1986-os verzióját töltötték ki, adataikat pedig 11 kategóriában korreláltatták egymással (házasság iránti elvárások, személyiség, kommunikáció, konfliktuskezelés, pénzkezelés, szabadidő, szexualitás, gyermekek és szülői szerep, család és barátok, szerepértelmezés, vallási orientáció). A vizsgálat négy, egymástól elkülöníthető pártípust mutatott ki:

„A párok első csoportját *vitális* pároknak neveztük el. Ez a csoport a minta 29%-át tette ki [...]. Az ebbe a klaszterbe tartozó párok magas kapcsolati minőséget mutattak mind a 11 kategóriában, innen a vitális elnevezés. Minden kategóriában, minden csoport közül ezek a

⁵⁸⁹ Gyökössy Endre például beszél hét fajta házasságról: pár-központú, gyermek-központú, szülő-központú, „mi”-központú, „én”-központú, barát/barátnő- és társaság-központú, valamint munka-központú házasságról. Vö.: Gyökössy Endre, *Ketten-hármasban* (Budapest: Új Ember, 2004), 68-77. p.

⁵⁹⁰ A házaspárokra alkalmazott tipológiák közül kiemelhetjük Mary Ann Fitzpatrick tipológiáját, amelyben az általa megfigyelt és kérdőívekkel megkérdezett párokat az ideológiájuk, a kommunikációjuk, az interdependenciájuk és a hatalmi dinamikájuk mentén három típusba sorolt: tradicionális (traditional – sok konfliktus, magas fokú interdependencia és magas megegyezés az ideológiában), elkülönült (separated – kevés konfliktus, kevés interdependencia), és független (independent – sok konfliktus, magas fokú interdependencia, egyet nem értések az ideológiában) párok csoportjába. Vö.: Mary Ann Fitzpatrick, *Between Husbands and Wives: Communication in Marriage* (Newbury Park, CA: Sage, 1988). Ugyancsak figyelemre méltó John M. Gottman tipológiája is, aki Fitzpatrickre támaszkodik, ugyanakkor saját tipológiáját a konfliktusok kezelésének módjára hegyezi ki és az egyes házassági típusok várható sikerességét is latolgatja. Gottman érvényesítő (validating – sok konfliktusuk van, de várnak egy ideig mielőtt elkezdenék feldolgozni őket és először kérdeznek, utána tesznek javaslatokat egymásnak), lobbánékony (volatile – sok konfliktusuk van és azonnal reagálnak is azokra) és elkerülő (avoiding – kevés konfliktusuk van, nem dolgoznak azok megoldásán, inkább elterelik önmaguk és egymás figyelmét az egyet nem értésekről) párokról beszél. Vö.: John M. Gottman, Clifford I. Notarius, „Marital Research in the 20th Century and a Research Agenda for the 21st Century.” *Family Process*, 2002/41/2, 175-176. p. Gottman szerint mindegyik típus képes stabil házassági kapcsolat kialakítására, ám mindegyik típusnak vannak jellegzetes kihívásai, amelyek meg nem küzdése előreláthatóvá teszi a pár jövőbeni válását. Vö.: Gottman, *Why marriages succeed or fail*, 32-67. p.

párok mutatják a legmagasabb értékeket, kivéve a 'realisztikus elvárások' és a 'vallási orientáció' skáláit.

A második csoport a *harmonikus*⁵⁹¹ elnevezést kapta, az elsődleges minta 26%-ával [...]. Ezek a párok viszonylag magas megelégedettséget mutattak a legtöbb PREPARE minőségi mutatóval, de alacsonyabb eredményeket értek el a 'realisztikus elvárások,' 'gyermek és szülői szerep,' valamint a 'vallási orientáció' terén. [...]

A harmadik klaszter a *tradicionális* megjelölést kapta, a párok 23%-a tartozott ebbe a csoportba [...]. Ez a profil viszonylag alacsony értékeket mutatott az intrakapcsolati skálákon (például személyiség, kommunikáció, és konfliktuskezelés), ugyanakkor ez a csoport érte el mindegyik közül a legmagasabb eredményeket a 'realisztikus elvárások' és a 'vallási orientáció' skálákon, valamint viszonylag magas értékeket a 'gyermek és szülői szerep' skálán. [...]

Az utolsó klaszter a *konfliktusos* elnevezést kapta. A párok 22%-a tartozott ebbe a csoportba [...]. Ezt a csoportot alacsony értékek jellemezték mind a 11 skálán.⁵⁹²

A szerzőpáros hasonló vizsgálatot készített egy 6.267 házaspárból álló, szintén reprezentatív mintán is. Ezek a párok értelemszerűen az ENRICH tesztet töltötték ki, így adataikat szintén 11 skála mentén korreláltatták egymással. Az eredmények hasonlóak voltak, mint a házasságra készülő párok esetében, ám két lényeges eltérés mutatkozott az előbbi vizsgálathoz képest: a párok százalékaránya jelentősen eltért az egyes típusokban, valamint az elemzés felszínre hozott egy ötödik típust is, amely a házasságra készülő párok között nem szerepelt.⁵⁹³ Az egyes típusokat (ezúttal fordított sorrendben) így mutatják be:

„Az első házaspár típus az elsődleges minta 31%-át [...] foglalja magában és minden ENRICH skálán a legalacsonyabb eredményt érte el. Ezeket a párokat 'devitalizált' pároknak neveztük el.

A második klaszter az elsődleges minta 28%-át [...] foglalta magában. Ezeknek pároknak a személyiség, kommunikáció és konfliktuskezelés skáláin voltak a legalacsonyabb értékeik. A pároknak ezt a csoportját a 'konfliktusos' elnevezéssel illettük. Ezeknek a pároknak némileg magasabb eredményeik voltak a pénzügyek, a szabadidő, a szexualitás, a gyermek és házasság, valamint család és barátok területén. Viszonylag magas volt náluk az egyenlőségen alapuló szereposztás és a vallási orientáció.

Valamivel több, mint 15% [...] került a harmadik típusba. Ezeknek a pároknak a házassági megelégedettsége éppen az átlag felett volt azokon a skálákon, amelyek magára a házassági kapcsolatra összpontosítanak (személyiség, kommunikáció, szabadidő és szexuális kapcsolat). Nekik voltak a legmagasabb értékeik a gyermek és szülőség skálán minden más pár klaszter közül és viszonylag magas értékeket értek el a vallási orientáció területén. Ezt a kapcsolati típust 'tradicionálisnak' neveztük el, hogy kifejezzük a mérsékelt interperszonális megelégedettség, valamint a szülőség és vallás magas értékeinek kombinációját.

A párok 12%-a [...] került a negyedik klaszterbe. Ezeket a házasságokat viszonylag magas értékek jellemzik a házassági kapcsolati skálákon drámai mélyponttal a gyermek és szülőség skálán. Őket neveztük 'harmonikus' házaspároknak.

Az utolsó csoport a minta 13%-át [...] tette ki. Ezeket a párokat nevezzük 'vitális' pároknak, hogy kifejezzük a magas szintű elégedettségüket valamennyi ENRICH skálával. Különösen

⁵⁹¹ A „harmonikus” elnevezést némileg félrevezetőnek érezzük, mert a köznyelvben ezt a magas minőségű, jól működő kapcsolatokra alkalmazzák. Az olsoni tipológiában azonban a köznyelvi alkalmazástól eltérően a funkcionális, de nem legmagasabb megelégedettségű párcsoportra használják. Ezen anomália megjegyzése mellett, az elterjedt szakirodalmi használatra való tekintettel mi is megtartjuk az eredeti elnevezést.

⁵⁹² Blaine J. Fowers, David H. Olson, „Four Types of Premarital Couples: An Empirical Typology Based on PREPARE.” *Journal of Family Psychology*, 1992/6/1, 15. p.

⁵⁹³ A házaspárok típusai között legalacsonyabb értékeivel rendelkező „devitalizált” párok valószínűleg azért nem jelennek meg a házasságkötés csoportjában, mert maguktól megszakítják a kapcsolatukat és már találjuk őket azok között, akik kitöltene egy párkapcsolati kérdéssort.

magas értékeket értek el a személyiség, a kommunikáció, a konfliktuskezelés és a szexuális kapcsolat skáláin.”⁵⁹⁴

Figyelemre méltó a különböző pártípusok kapcsolatának hosszabb távú megfigyelése. Ehhez egy tanulmányban Olson, Montel és Fowers 328 olyan párt figyelt meg hároméves utánkövetéssel, akik a PREPARE tesztet kitöltötték házasságkötésük előtt. A vizsgálatból a következő tanulságokat vonták le:

- „1. A válások legnagyobb százaléka a konfliktusos párokból kerül ki.
2. Az elégedett párok legnagyobb százaléka a vitális párokból kerül ki.
3. A tradicionális párok kevésbé hajlamosak a különélésre, vagy válásra, mint a harmonikus párok.
4. A harmonikus párok magasabb fokú megelégedettséget mutatnak a házasságukkal, mint a tradicionális párok.
5. A házaspárok házassággal való megelégedettsége a legmagasabb fokú megelégedettségtől a legalacsonyabbig az alábbi sorrendben jellemző: vitális, harmonikus, tradicionális, konfliktusos.”⁵⁹⁵

A tanulmány értelmében tehát az Olson által meghatározott tipológia alkalmas arra, hogy előre különbséget tegyen három év múlva elégedetten, vagy elégedetlenül együtt élő, valamint külön élő és elváló párok között. A tipológia másik nagy előnye, hogy többdimenziós kritériumrendszer alapján sorolja be a párokat egy-egy típusba. A korábbi tipológiák szűkebb szempontrendszerrel dolgoztak, ám annak előrejelzésére, hogy egy pár el fog-e válni vagy sem, nem elegendő felmérni pusztán a házassággal való megelégedettségüket. Vannak ugyanis párok, akik magas fokú elégedetlenség mellett sem válnak el.⁵⁹⁶ Ezeknek a különbségeknek a megállapítására alkalmas Olson pártipológiája, ugyanis különbséget tesz az elégedetlen és válás felé sodródó (konfliktusos és devitalizált), valamint az elégedetlen, de egymás iránt elkötelezett (tradicionális) párok között.

1.4.3.2.5 A vallásosság és a házassággal való megelégedettség összefüggései

Lelkigondozói szemmel vizsgálva igen sokatmondók Olson vizsgálatai a vallásosság és a házassági kapcsolat minőségének összefüggéseiről. A korábbi vizsgálatoktól eltérően Olson nem csak azt nézi, hogy a felek hisznek-e vagy sem, hanem azt is megvizsgálja, hogy a házastársak hite egymással kompatibilis-e.⁵⁹⁷ Kompatibilitáson azt érti, hogy a pár

⁵⁹⁴ David H. Olson, Blaine J. Fowers, „Five Types of Marriage: An Empirical Typology Based on ENRICH.” *The Family Journal*, 1993/1/3, 200. p.

⁵⁹⁵ Blaine J. Fowers, Kelly H. Montel, David H. Olson, „Predicting Marital Success for Premarital Couple Types Based on PREPARE.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1996/22, 107. p.

⁵⁹⁶ Vö.: Fowers, Montel, Olson, „Predicting Marital Success for Premarital Couple Types Based on PREPARE.” 104. p.

⁵⁹⁷ Az alábbi itemek szerepelnek a vallásosságra vonatkozóan a tesztekben, amelyeket utána korreláltak egymással a kiértékelés során (az előjel az item pozitív vagy negatív megfogalmazására utal, a szám pedig az adott item sorszámát jelöli a PREPARE/ENRICH kérdéssorozatban):

„(-) 15 Partnerem és én nem értünk egyet hitbeli kérdésekben.

(+) 30 Hasonló a hitbeli meggyőződésünk.

(+) 45 A vallási értékeinkről való beszélgetés segíti a kapcsolatunk növekedését.

tagjai pozitív módon egyetértnek egymással hitük tartalmában és megélési módjaiban. A kompatibilitás kritériumának bevezetése elengedhetetlen a valósághű vizsgálati eredményekhez, ugyanis Olson 2000-ben végzett reprezentatív mintavétele szerint a megkérdezett párok 53%-ának megoldatlan különbözőségeik vannak vallási kérdésekben, valamint 36%-uk kapcsolatában feszültségeket okoznak a vallási különbözőségeik.⁵⁹⁸ Már ezekből az adatokból is kitűnik, hogy a vallásosság megélésének kimutatható hatása van a házassági kapcsolat minőségére. Hogy még tisztább képet adhasson a kérdésről, Olson és Peter Larson 2000 és 2001 között újabb vizsgálatot készített egy 24.671 párból álló reprezentatív amerikai mintán.⁵⁹⁹ A mintacsoportba az amerikai lakosság százalékarányainak megfelelő vallási összetételű párokat válogattak be. Az ENRICH teszt kitöltése után a résztvevő párokat három csoportba sorolták. Azokat, akik a vallásosság megélésével foglalkozó kérdések legalább 70%-át pozitív egyetértésben válaszolták meg (6.557 pár tartozott ebbe a csoportba), a „magas lelki megegyezőségű” csoportba; azokat, akik kevesebb mint a kérdések 30%-át válaszolták meg pozitív egyetértésben, az „alacsony lelki megegyezőségű” csoportba (6.562 pár tartozott ebbe a csoportba); és végül a közte lévő 11.552 párt a „mérsékelt lelki megegyezőségű” csoportba. A vizsgálat következő fázisában az alacsony és magas lelki megegyezőségű párokat összehasonlították egymással valamennyi ENRICH kategória mentén. A mérsékelt megegyezőségű csoportot kihagyták a vizsgálatból. Az összehasonlítás eredményeit az alábbi diagram foglalja össze.⁶⁰⁰

(+) 52 A hitem fontos alkotóeleme a partnerem iránti kötődésemnek.

(-) 75 A hitbeli különbségek feszültségeket okoznak a párkapcsolatunkban.

(+) 82 Nincsenek olyan hitbeli különbségeink, amelyeket nem tudnánk megbeszélni.

(+) 90 A házasságunknak szerves részét kellene, hogy képezze az egyházi életben való aktív részvétel.

(+) 104 Elégedettek vagyunk azzal, ahogyan megéljük a hitünket.

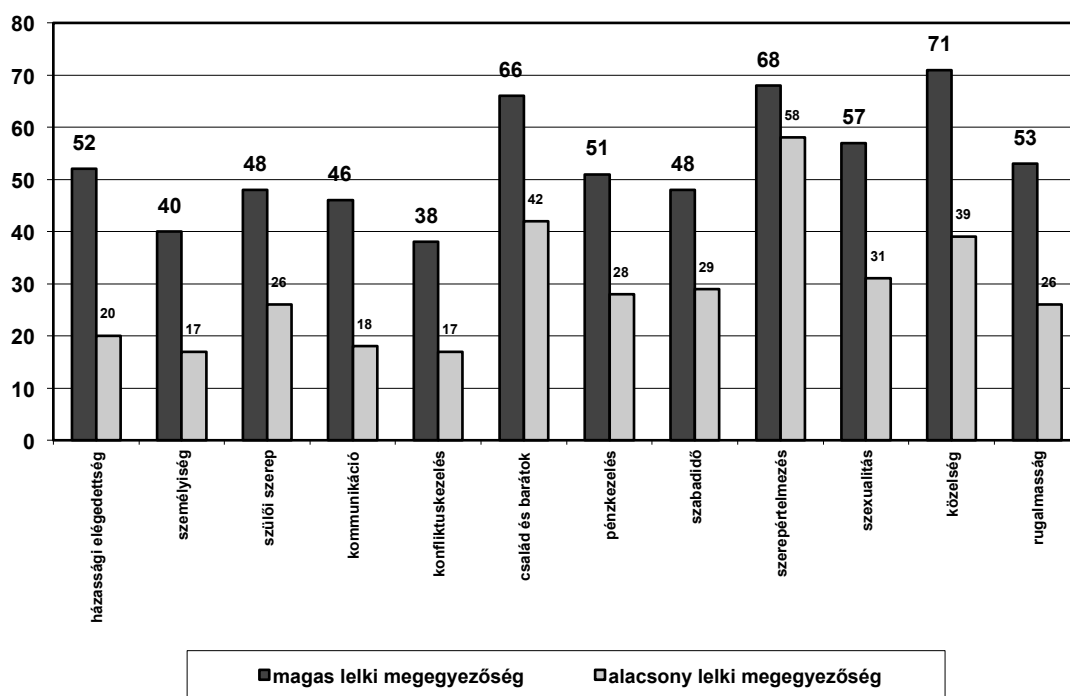
(+) 131 Nehéz időkben sokat segít a hitünk.

(+) 145 A hit közelebb hoz bennünket egymáshoz.” Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 106-107. p.

⁵⁹⁸ Olson és Olson, *Empowering Couples*, 110. p.

⁵⁹⁹ Peter J. Larson, David H. Olson, „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.” Kézirat, 2005. Forrás: <http://www.prepare-enrich.co.nz/index.php/articles/research-articles/77-vi-national-surveys-using-prepareenrich> (Találat napja: 2011.05.18.).

⁶⁰⁰ Larson, Olson, „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.” 4. p.



4. Ábra: A hitbeli kompatibilitás hatása a házassági megelégedettségre.

További részletek derültek ki, miután megvizsgálták a lelki megegyezés és a pártipológiában való elhelyezkedés korrelációit.⁶⁰¹

Pártípus	Magas lelki megegyezés	Alacsony lelki megegyezés
Vitális	36%	5%
Harmonikus	11%	10%
Tradicionális	21%	4%
Konfliktusos	23%	19%
Devitalizált	9%	62%
Össz	100%	100%

7. Táblázat: A hitbeli kompatibilitás és a pártipológia korrelációi.

A kutatás eredményei alapján Olson és Larson az alábbi összefoglaló következtetéseket vonja le:⁶⁰² (1) Az eddig alábecsült vallásosság kérdésének, nagy terápiás jelentősége van. A vallásosság egy pár életében lehet erőforrás és lehet konfliktusterület. Egy terápiás folyamatban mindkettő komolyan veendő és bevonandó. (2) A vallásoságnak protektív hatása lehet a házasság minőségére és tartosságára. Különösen kitűnik ez a hitbeli kompatibilitás és a pártipológia korrelációiban. (3) A vizsgálat egy újabb igazolása az

⁶⁰¹ Larson, Olson, „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.” 6. p.

⁶⁰² Larson, Olson, „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.” 8. p.

ENRICH tudományos értékének és használhatóságának. Egy olyan összetett kérdéskör vizsgálata, mint a vallásosság és a házassági kapcsolat minőségének összefüggése, csak egy multidimenzionális teszttel valósítható meg, amely nem csupán a kapcsolatban résztvevő egyének adataira összpontosít, hanem a partnerek adatait egymással is összeveti. Ebben az ENRICH kiválóan „vizsgázott”.⁶⁰³

1.4.3.2.6 Az olsoni családterápiás koncepciók terápiás és lelkipozói alkalmazása

David Olson munkásságát nem egy önálló terápiás irányzat megalapításaként fogjuk fel. A circumplex modellel és a PREPARE/ENRICH tesztekkel olyan segédanyagokat bocsátott a terapeuták rendelkezésére, amelyek minden rendszerszemléletű, és számos más irányultságú terápiás eljárásba is beépíthetők. A tesztek olyan gazdag diagnosztikai adatmennyiséget szolgáltatnak, amelyeket egy tapasztalt terapeuta is esetenként csak 3-5 ülés alatt tud összegyűjteni. Emellett az adatok itt rendszerezetten, áttekinthető formában és logikusan felépített gondolkodási keretben állnak rendelkezésre. A tesztek különös értéke még a 30 kérdésből álló általános személyes háttér bemutatása, amely ugyancsak számos értékes adalékot szolgáltat a hipotézisalkotáshoz. A diagnosztikus segítség mellett a tesztek lehetőséget adnak a terápiás folyamat hatékonyságának objektív leellenőrzésére is. A terápiás megbízás elején és végén felvett teszt összehasonlítása a terapeutának és a párnak vagy családnak egyaránt visszajelzést ad az elvégzett munka hatékonyságáról, valamint a rendszerben lezajlott dinamikai változásokról.

Olson további érdeme, hogy beemelte a házasságra való felkészítés témakörét az empirikus kutatások látómezejébe, ami sokáig az egyházi megközelítésű programok kizárólagos privilégiuma volt, amelyet sokszor azonban megfelelő kutatási háttér nélkül műveltek. A PREPARE teszt megalkotásával és a hozzá tartozó gazdag kutatási adatmennyiséggel azonban olyan rendszert hozott létre, amelyet egyházi és terápiás keretek között egyaránt hatékonyan használhatnak a szakemberek.

Végül meg kell említenünk, hogy Olson munkásságának köszönhetően a vallásosság témaköre a terápiás munka elvitathatatlan, komolyan veendő részévé avanzsálódott, amelyhez – mint a kapcsolat dinamikáját jelentősen befolyásoló kategóriához – megfelelő alázattal és empirikus aprólékossággal közelít.

A PREPARE/ENRICH tesztek a lelkipozó számára is jól átlátható, logikusan felépített és tudományosan igazolt gondolkodási keretet biztosítanak a párokkal való foglalkozáshoz, amelyet a lelkipozó megtölthet saját tartalommal. A tesztek kellőképpen érzékenyek a

⁶⁰³ A PREPARE/ENRICH tesztek szabványosításáról, az itemek validitási-, reliabilitási és normavizsgálatairól szóló tanulmányok összefoglalásához lásd: Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 11. p.

vallásosság témája iránt, így sem a lelkipásztorok, sem a segítséget kérő pár nem érzi azokat idegen testnek a lelkipásztori foglalkozásban. A sok háttéradat mellett, amit a tesztek rendelkezésre bocsátanak, a lelkipásztorokban is kiemelhetjük a hatékonyságellenőrzés lehetőségét, hiszen a teszt újrafelvételével lehetőség válik a lelkipásztorok előtti és utáni állapot összehasonlítására. Hátrányként ki kell emelnünk, hogy a sok statisztikai adat és diagnosztikai kifejezés riasztónak tűnhet azoknak a lelkipásztoroknak, akik képzésük során nem tanultak statisztikai és terápiás jellegű tantárgyakat, ám ezek az ismeretek később is pótolhatók, valamint a PREPARE/ENRICH tanácsadói képzés is megad minden segítséget a tesztkiértékelés adatainak szakszerű értelmezéséhez. A házassági felkészítés során nagy előnyt jelent a circumplex modell, valamint a pár- és családszerkezeti térkép, amelynek segítségével a családterápiában kevésbé képzett lelkipásztor is képes következtetéseket levonni a pár jövőbeni magatartására és lehetséges konfliktusaira nézve, ezzel pedig hatékony segítséget adhat a későbbi házassági krízisek megelőzéséhez. Emellett a pár besorolása a pártipológiában szintén fontos prognosztikus értékkel bír, amelynek ismeretében a lelkipásztor felmérheti, hogy milyen segítséget nyújtson a párnak a lehető legjobb eredmények érdekében.

Végül kiemeljük, hogy a PREPARE/ENRICH program nem csak lelkipásztoroknak nyújt segítséget a párokkal való munkában, hanem számos egyházi közösségben a lelkipásztorok körében szervezett laikus gyülekezeti tag házaspárok is alkalmazzák, hogy más pároknak segítsenek vele. A „házassági mentor” (Marriage Mentor) elnevezésű programnak számos dokumentált pozitív eredménye áll rendelkezésre.⁶⁰⁴

1.4.3.3 Szociális konstruktivista koncepciók és modellek

A szociális konstruktivista gondolkodás háttérében a posztmodernizmus eszmeisége áll,⁶⁰⁵ amely új tudományfilozófiai paradigmát jelent.⁶⁰⁶ A párokkal és családokkal való

⁶⁰⁴ Robert Oglesby kísérleti csoportjában például 320 párból, akiket mentorházaspárok készítettek fel a házasságra és kísérik a házasságukban, mindössze 4 pár vált el, ami az 50%-hoz közeli társadalmi válási arányszámokhoz képest nagyon meggyőző eredmény. Forrás: <http://www.prepare-enrich.co.nz/index.php/articles/marriage-mentor-studies> (Találat napja: 2011.10.03.) Vö.: S. A. Wages, C. A. Darling, „Evaluation of a marriage preparation program (PREPARE) using marriage mentors.” *Marriage & Family Journal*, 2004/7/2, 103-121. p.; J. S. McClurkan, *The effect of couple-to-couple-mentoring on weak marriage relationships*. (Southern Baptist Theological Seminary, 2003), kiadatlan PhD disszertáció. Idézi: <http://www.prepare-enrich.co.nz/index.php/articles/marriage-mentor-studies> (Találat napja: 2011.10.03.)

⁶⁰⁵ „Nem azt állítom, hogy a posztmodernizmus teljes uralmat nyert a család terén, csak azt mondom, hogy ez az újonnan létrejövő elméletek legerősebb formáló ereje – akár jó, akár rossz ez, függően az elméletalkotók tudományfilozófiájától, értékrendjétől és elméleti előfeltevéseitől.” William J. Doherty, „Postmodernism and Family Theory.” In: Marvin B. Sussman, Suzanne K. Steinmetz, Gary W. Peterson, *Handbook of Marriage and the Family* (New York: Plenum Press, 1999), 2. kiadás, 205. p.

munkában is megfigyelhetők ezek a paradigmaváltások. Az egyéni szelfről a családterápia áthelyezte a fókuszot a rendszerre, majd a posztmodern irányzatokban a rendszerről átkerül a történetekre (amelyekben ismét megjelenik a szelf).⁶⁰⁷ A modernizmusnak a posztmodernizmustól merőben eltérő jellegzetességeit a családterápiában William Doherty a következő pontokban emeli ki:⁶⁰⁸

1. A modernizmus elkötelezett az emberi fejlődés mellett (pozitivista világkép), amit kiterjeszt a társadalmi struktúrákra, a gazdaságra, a tudományra és minden más területre. Ez a pozitivista szemlélet megmutatkozott a családterápiában is, ahol addig elsődlegesen a kvalitatív megközelítés dominált.

2. A modernizmus elkötelezett a racionalitás mellett. Az egyetemesen érvényes, racionális, értéksemleges elveket és módszereket keresi, amelyek mentén a családok helyreállíthatók. Ezzel azonban figyelmen kívül hagyta a családi élet sokszínűségét, a kapcsolati formák, hatalmi struktúrák, az interakcionális szimbólumok egységbe nem kategorizálható variációit.

3. A modernizmus elutasítja a történelmet és a hagyományt.

4. A modernizmus az egyéni jogokat és az egyéni tapasztalatot hangsúlyozza. Ez utóbbi két ponton a rendszerszemléletű családterápia némileg enyhített, hiszen a családra összpontosított és tekintettel volt a családi hagyományokra és a generációk egymásra való hatására. Ugyanakkor a modernizmus univerzalizmusának hatása alatt a családokat kiragadta azok tágabb történelmi és környezeti kontextusából.

A szociális konstruktivizmus önmagában véve nem új jelenség. A posztmodern befolyás alatt álló szociális konstruktivizmus viszont magán hordja a következő jellemzőket:⁶⁰⁹ (1) kifejezetten poszt-pozitivista álláspontot képvisel a társadalomtudományok iránt, (2) nem mutat érdeklődést az átfogó elméletek és magyarázati modellek iránt, és (3) hangsúlyozza a családi és szélesebb szervezeti narratívák közötti kapcsolatot (tekintettel van a család beágyazottságára egy szélesebb kontextusba).

A szociális konstruktivista családterápiában a terapeuta nem a problémával foglalkozik, hanem azokkal a feltevésekkel, amelyeket az egyes családtagok a problémáról tartanak (alaptétele: a valóságot nem felfedezik, hanem csinálják).⁶¹⁰ Felfogásuk szerint a realitásról alkotott feltevések nem a valóság objektív tükörképei, hanem a kommunikáció során

⁶⁰⁶ A posztmodernizmus lelkiigondozói recepciójához lásd: Michael Klessmann, „Seelsorge im Zwischenraum / im Möglichkeitsraum: Pastoralpsychologische De- und Rekonstruktionen.” *Wege zum Menschen*, 2003/55, 411-426. p.

⁶⁰⁷ Vö.: Donald Capps, „Situating System and Giving Self Its Due: A Story-Based Counseling Model.” *Pastoral Psychology*, 2000/48, 293-313. p.

⁶⁰⁸ Doherty, „Postmodernism and Family Theory.”, 206-207. p.

⁶⁰⁹ Doherty, „Postmodernism and Family Theory.”, 210. p.

⁶¹⁰ Vö.: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 50. p

keletkező konstruktumok. Ezért kerül nagy hangsúly a nyelvi kifejezések aprólékos megfigyelésére. A klienst saját élete legavatottabb szakértőjének tekintik, ezért elutasítják a terapeuta-kliens hierarchiát.

Meg kell jegyeznünk, hogy a posztmodern szociális konstruktivista pár- és családterápiás eljárásoknak egy nagyobb egységbe (esetünkben a rendszerszemléletű pszichoterápiába) való besorolása, csak korlátozottan helytálló. Amit Németh Dávid a “posztmodern” szó definiálása kapcsán megjegyyez, az a posztmodern hatás alatt álló terápiás irányzatokra is igaz:

“A posztmodern szó definiálása nem illene a szó tartalmához, az klasszikusan modern vállalkozás lenne. Ezért a jelenséggel foglalkozók meghatározás helyett inkább jellemzőket sorolnak, ki-ki a maga szemszögéből. Egyesek lélektani, mások szociológiai, megint mások filozófiai vonatkozásokat emelnek ki.”⁶¹¹

1.4.3.3.1 John Byng-Hall és a családi szkript elmélet

John Byng-Hall családterápiája nem tekinthető önálló irányzatnak, vagy koncepciónak, mert terápiás munkájában számos más irányzat technikáit és megközelítéseit alkalmazza, elméletalkotása mégis olyan sajátos, hogy érdemes külön alfejezetet szentelni munkásságának. Emellett tekinthetjük megközelítését a klasszikus rendszerelméleti családterápia és posztmodernizmus összekötő láncszemének is.

Az 1960-as évektől kezdve Byng-Hall vezéregyénisége a Nagy-britanniai családterápia megszilárdulásának. Munkásságának nagy részét a Tavistock klinikán töltötte gyermekpszichiáterként és családterapeutaként 1997-ben történt nyugalmazásáig. Munkájában a szisztémikus, analitikus és narratív megközelítést próbálja közös nevezőre hozni.⁶¹² Legjelentősebb műve az 1995-ben megjelent: *Rewriting Family Scripts: Improvisation and Systems Change*.⁶¹³ A szkriptekkel való munka elméleti háttérét a kötődéselmélet biztosítja. A kötődéselmélet a faj fennmaradását biztosító viselkedéseket vizsgálja. Meghatározása szerint a kötődés annak az egyénnek a viselkedése, aki egy potenciális veszélyhelyzetben egy kötődésfigura közelségét keresi.⁶¹⁴ Ez a mechanizmus védi meg a családban a szülőket és a gyermekeket a sérülésektől. A családtagok közötti különleges érzelmi kötelékek egy életen át fennállhatnak, ezzel elősegítik a biztonságérzet állandósulását, és forrásává válnak a gondoskodásnak és törődésnek. A családi élet mindennapjaiban ezek a kötődési viselkedések egy meghatározott forgatókönyv (szkript) alapján történnek. Ha egy generáció hasonló mintákat alkalmaz szkriptjeiben, mint az

⁶¹¹ Németh, *Pasztorálanropológia*, 130. p.

⁶¹² Glenn Lerner, „The 'Unfashionable' John Byng-Hall: Narrative, Myths and Attachment.” *A. N. Z. J. Family Therapy*, 1999/20, 34-39. p.

⁶¹³ Magyarul: John Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel* (Budapest: Animula, é. n.).

⁶¹⁴ Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel*, 18. p.

előző, replikatív szkriptekről beszélünk, ám azzal is találkozunk, amikor egy generáció szembefordul a szülői mintákkal és más szkriptet hoz létre, ezt nevezi a szerző korrektív szkriptnek. Végül vannak improvizált szkriptek is, amelyeket a család nem az előző generációktól vett át, hanem például más családoktól tanult. Egy idő után ezek természetes részévé válnak a családi rendszer szkript-készletének. Ez utóbbiakat hívja improvizatív szkripteknek.⁶¹⁵ Ezeknek később a terápiában nagy szerepük lesz, hiszen ahogyan a család más családoktól képes új szkripteket tanulni és saját készletébe beépíteni, úgy a terápiás folyamat is új improvizatív szkriptek kialakítására törekszik, amelyek helyettesítik a család egészséges működését gátló korábbi szkripteket.

Leegyszerűsítve:

„A koherens családi narratíva a biztonságos kötődés eredménye, míg az inkoherens narratíva a bizonytalan kötődés következménye.”⁶¹⁶

A szülők és gyermekek kötődésében az alábbi kötődési stílusokat határozza meg:⁶¹⁷

1. Koherens/biztos. Az ilyen kapcsolatok jellemzője a kölcsönös elfogadás. A kapcsolatokról koherens és reális vélemény alakul ki, ahol a jó és rossz viselkedés egyaránt kiszámítható és előre látható. A családi szerepképzetek konszenzuson alapulnak és a viselkedés széles repertoárját fedik le.⁶¹⁸

2. Inkoherens/elkerülő. Ezekben a családokban nagyfokú a múlt- és jelenbeli történések defenzív természetű tagadása. A szerepek polarizáltak: jók, vagy rosszak, mint ahogy az egyéneket is vagy idealizálják, vagy befeketítik.

3. Inkoherens/ambivalens. Ezek a családok múltbeli kísértetekkel élnek együtt. Folyamatosan felülvizsgálják múlt- és jelenbeli tapasztalataikat, de soha nem oldják meg azokat. Az igazságtalanságok a családtagokban heves érzelmeket keltenek. Az ilyen családokban a szerepek gyakran felcserélődnek: a gyerekek szülői szerepbe kerülnek.

4. Bizonytalan/dezorganizált/dezorientált.⁶¹⁹ Ez a mintázat akkor lép fel, amikor a szülő múltbeli traumája a jelenben aktiválódik. A szülő szorongása megijeszti a gyermeket, aki nem tudja, hogy közeledéssel, vagy távolodással reagáljon-e. Hasonló mintázat jelentkezik abúzusos szülő-gyermek kapcsolatokban is.

A gyerek-szülő kötődésen túl Byng-Hall a szülők közötti kötődésben is látja ezeket a mintázatokat, így ezek is magyarázatul szolgálhatnak a patológiás viselkedésre. A kötődés

⁶¹⁵ Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel*, 15. p.

⁶¹⁶ John Byng-Hall, „The crucial roles of attachment in family therapy.” *Journal of Family Therapy*, 2008/30, 135. p.

⁶¹⁷ Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel*, 134-135. Vö.: Byng-Hall, „The crucial roles of attachment in family therapy.”

⁶¹⁸ Ez a megállapítás egybeesik David Olson eredményével is, miszerint az egészséges kötődésű párok és családok rendelkeznek a legszélesebb kommunikációs és viselkedési repertoárral.

⁶¹⁹ Byng-Hall, „The crucial roles of attachment in family therapy.”

módja meghatározza azt a jellegzetes forgatókönyvet (szkript), amely szerint a család tagjai egymáshoz viszonyulnak. A szkript végső soron a valóságnak egy sajátos leképezése a család számára, amely vagy segíti, vagy gátolja annak működését.

„A konstrukcionizmus arra tanít minket, hogy több valóság van, és nincs abszolút igazság, ezért nem túl bölcs dolog azt állítani, hogy van érvényesebb és kevésbé érvényes konstruktum. A terapeutáknak viszont van elképzelésük arról, hogy mi használ a családoknak és mi nem.”⁶²⁰

Byng-Hall szemléletében a terápia célja, hogy azonosítsa a család meglévő, diszfunkcionális szkriptjeit és azokat működőképes, új improvizatív szkriptekkel helyettesítse. Ebben a folyamatban hasonló szerepet tölt be, mint egy színházban a rendező. Közben figyelnie kell, hogy az új szkript a családé legyen, nem pedig a rendező-terapeutáé. Ezt úgy éri el, hogy csak vázolja az új szkript néhány alapszabályát, de annak konkrét részletes kidolgozását a családra bízta.⁶²¹ A szkriptekkel való munkán túl Byng-Hall nem dolgozott ki saját terápiás intervenciókat, az egész terápiás folyamatban már meglévő technikákra, módszerekre támaszkodik. A régi szkriptek mögött meghúzódó mítoszok és legendák feldolgozásában analitikusan jár el, alkalmazza a genogramot, a családon belüli tekintélykérdések és alrendszerek közötti határok tisztázásában pedig strukturálisan dolgozik,⁶²² beszélgetésvezetésében és a munka kiértékelésében a milánóiak eljárás módja is felismerhető.⁶²³

1.4.3.3.2 Megoldásközpontú családterápia

A megoldásközpontú rövidterápia (Solution Focused Brief Therapy – SFBT) egy nagyon dinamikus, pragmatikus, a hatékonyságra kihegyezett gyors lefolyású terápiás koncepció, amelyet egyéni, pár- és családterápiára egyaránt alkalmaznak. Kidolgozója és elméletalkotója Steve de Shazer (1940 – 2005), a klinikai gyakorlatba történő átültetése pedig de Shazer koreai származású felesége, Insoo Kim Berg (1934 – 2007) nevéhez fűződik. A terápiás irányzat filozófiáját Berg a következőképpen foglalja össze:

“A megoldásközpontú terápiát úgy foghatjuk fel, mint konstruktivista, posztmodern, posztstrukturalista megközelítési módot, olyat, ami a terápiát folyamatnak képzei el, amelyben a kliens és a terapeuta együtt alkotnak kívánatosabb ‘realitásokat’. Az alapelv az, hogy mi, terapeuták tevékenyen részt veszünk – akár tudunk róla, akár nem – abban a folyamatban, melynek segítségével a klienseink másféle szemléletmódot alkotnak magukról, a partnereikről, helyzetükről és kölcsönhatásaikról. Ahogyan nézünk, befolyásolja azt, amit

⁶²⁰ Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel*, 132. p.

⁶²¹ Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel*, 13. p.

⁶²² Jóllehet megjegyzi, hogy kerüli a drámai erősségű beavatkozásokat és lényegesen türelmesebb a családdal szemben, mint Minuchin. Vö.: Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel*, 92-92.; 161. p.

⁶²³ Annak ellenére, hogy ő maga leggyakrabban egyedül dolgozik, kiemeli a csoportban való munka előnyeit, az egyirányú tükör használatát, valamint beszélgetésvezetési technikáinak fontos eleme a cirkuláris kérdezés. Vö.: Byng-Hall, *Munkám családi szkriptekkel*, 40-41. p.

látunk, és az, amit látunk, befolyásolja azt, amit teszünk – és körbe-körbe visszatérően, ahogyan a folyamat előrehalad.”⁶²⁴

Az SFBT terapeuták szerint a diagnózis és a kliens ellenállása csak a terapeuta fejében létező fogalmak. A hagyományos diagnózis-terápia útvonal helyett arra tanítják a klienseket, hogy megoldják a saját problémáikat azoknak a viselkedési formáknak az ismétlésével, amelyek akkor jellemezték őket, amikor a probléma nem létezett. Felfogásuk szerint a kliensek azért termelik a problémáikat, mert nem emlékeznek vissza arra az időre, amikor a problémát hatástalanítani tudták, amikor nélküle éltek. A problémát dekonstruálják és a megoldásról folytatott beszélgetésben új működési módokat keresnek, amelyeknek már nem része a probléma.

A terápia lefolyása a következő folyamattal írható le:

“A terapeuta a legrövidebb időn belül elkezd a megoldás keresését azzal, hogy kivételek keresésére ösztönöz. Ez azt jelenti, hogy a terapeuta a panaszmentes időt a lehető legnagyobb pontossággal vizsgálja. Teljesen mindegy, mennyit mesél a kliens a terapeutának a panaszairól, a terapeuta újra és újra a panaszmentes időszakra irányítja a beszélgetést. Ezután a terapeuta átvált egy jövőkép közös kidolgozására, amelyben a panasz eltűnt. Ez a probléma, illetve annak etiológiájának átfogó körülírása nélkül történik, sőt meglepő módon olykor még a panasz eltűnéséhez szükséges lépések sem kerülnek megvitatásra. [...] A második ülésen a kliens leírja, hogy milyen lépéseket tett a panaszmentes élet irányába, együtt meghatározzák a következő lépést és a ciklus folytatódik mindaddig, amíg a kliens meggyőződött a kielégítő megoldás eléréséről.”⁶²⁵

Mindaz, ami a fenti összefoglaló idézetben koncentráltan megjelent, felosztható az alábbi technikai lépésekre:

1. A megoldás keresése már a terápia megkezdése előtt elkezdődik. A kliens a telefonos bejelentkezéskor feladatul kapja, hogy figyeljen meg minden változást vagy különbséget. Olykor azt is mondják neki, hogy jegyezzen fel mindent, amit szeretne, hogy változatlanul maradjon. Ezzel az eljárással a terapeuta a változást a terápiás üléseken kívülre helyezi, így a kliens feladatává teszi.⁶²⁶
2. Kivételek keresése. De Shazer megfogalmazásában “Kivétel minden, ami akkor történik, amikor a panasz nincs jelen.”⁶²⁷ A kivételek keresésénél a fókusz nem azon vagy, hogy mit érez a kliens (például: felszabadult vagyok, boldognak érzem magam), amikor a probléma nincs jelen, hanem, hogy mit tesz.
3. Panaszmentes jövőkép megfogalmazása. Ehhez dolgozta ki de Shazer és Berg az egyik legkreatívabb SFBT technikát, a csodakérdést. A csodakérdés meglehetősen tiszta képet

⁶²⁴ Michael F. Hoyt, Insoo Kim Berg, „Megoldásközpontú párterápia: Hogyan segítsünk a klienseknek önbeteljesítő reallításokat alkotni?” In: Michael F. Hoyt (szerk.), *Konstruktív terápiák kézikönyve: A terápiás gyakorlat mestereinek újító törekvéseiből* (Budapest, Animula, é. n.), 237. p.

⁶²⁵ Steve de Shazer, *Der Dreh: Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie* (Heidelberg: Carl-Auer-Systeme, 2004), 8. kiadás, 69. p.

⁶²⁶ Evan George, Chris Iveson, Harvey Ratner, *Megoldásközpontú terápia – a de Shazer modell* (Budapest: Animula, é. n.), 13. p.

⁶²⁷ de Shazer, *Der Dreh*, 70. p.

közvetít arról, hogy milyen lenne az élet a probléma nélkül (még akkor is, ha a problémát magát nem határozták meg pontosan). A csodakérdés segít abban, hogy kliens a kivételt folyamatosan megvalósítható lehetőségnek lássa. A csodakérdés például így hangozhat:

“Tegyük fel, az éjjel, amíg Ön alszik, egy csoda történne és a problémája megoldódna. Miből venné észre, hogy a probléma megoldódott? Mi lenne más? Honnan fog a férje tudomást szerezni róla anélkül, hogy Ön csak egy szóval is elmondaná neki?”⁶²⁸

4. Kontextus. Az SFBT terapeuta számára a kliens viselkedése, érzélemvilága, gondolkodása és észlelése hozzá tartozik a problémát fenntartó kontextushoz. Ha megoldás a fenti lépések alkalmazása ellenére sem jön el, akkor a terapeuta a kontextus változtatását írja elő. Olykor a legabszurdabb változtatások is hozzájárulnak a probléma megoldásához. Ismertek esetek, amikor rémálmokat, ágybavizelést, sőt szexuális problémákat azzal “gyógyítottak ki”, hogy a klienseknek át kellett helyezniük az ágyat a szoba másik oldalára, a házaspárnak helyet kellett cserélnie, vagy meg kellett változtatni az alvási pozíciót.⁶²⁹

De Shazer a terápia lehető legmagasabb hatékonysága érdekében osztályozza a klienseket is, azok változtatási készsége és képessége mentén. A klienseket három csoport valamelyikébe sorolja:⁶³⁰ (1) látogató, akinek nincsenek problémái, nem akar terápiát, nem akar itt terápiát (az ilyen kliensnek nem ad feladatokat, csak udvarias visszajelzést ad számára és elengedi – a terápia akkor folytatódhat, ha a látogatóból panaszos lesz); (2) panaszos, akinek van panasza, de nincs meggyőződve arról, hogy a terápia segíthet (neki elsősorban megfigyeléses feladatokat ad – például osztályozza az állapotát 1 és 10 között, mikor tapasztalt változást, stb.); és (3) vevő, aki megoldást akar (ez a klienstípus nyitott a jövőbe irányuló munka iránt is, vele lehet a fent felsorolt lépéseket végigvezetni).

Ha a terápia során a kliens elakadást tapasztal, akkor annak egyik lehetséges oka, hogy a kliens nem vette észre a különbségeket, vagy nem értékelte azokat kellőképpen. Ha a dolgok tényleg nem javultak, akkor a terapeuta kiszélesíti a megoldáskeresés körét és bevonja családi és szociális kapcsolatok rendszerét a feltáró munkába.

Az SFBT családterápiás alkalmazásának elméleti alapjait Matthew Selekman a következő pontokban foglalja össze:

- “1. *Az ellenállás nem hasznos fogalom.* [...] a kliensek akarnak változni és ehhez a terapeutának a családot inkább az együttműködés pozíciójából kell megközelítenie, és nem abban gondolkodva, hogyan kontrollálja a segítő szándékkal szembeni ellenállásukat.
2. *A változás elkerülhetetlen.* A terapeutának azt kell hangsúlyoznia, hogy annak bekövetkezte csak idő kérdése és olyan nyelvezetet használnia, ami aláhúzza a lehetséges megoldásokat.

⁶²⁸ de Shazer, *Der Dreh*, 24. p.

⁶²⁹ de Shazer, *Der Dreh*, 77. p.

⁶³⁰ George et al, *Megoldásközpontú terápia*, 16-18. p.

3. *Csak egy kis változás szükséges.* Minél inkább képesek a kliensek értékelni a minimális változásokat, annál inkább elvárják és keresik a még nagyobbakat.
4. *A klienseknek megvan az erejük és más belső forrásuk a változáshoz.* A terapeuta jobb eredményre jut, ha támogatja ezeket az erőket, mint ha a problémákat, vagy a patológiát emeli ki.
5. *A problémák sikertelen kísérletek a nehézségek megoldására, azokat a család ismétlődő, hibás kísérletei tartják fenn.* A ‘többet ugyanabból’ féle megoldásokba való ‘beleragadás’ oldásához a családoknak segítségre van szükségük.
6. *Nem szükséges ismerni a megoldandó nehézség minden részletét.* A terapeuta a kivételeket – vagyis amikor a probléma nem jelentkezik – használja fel, ezekből lehetséges a családdal együtt megkonstruálni a megoldásokat, anélkül hogy pontosan meghatároznánk, miért éppen az adott probléma bukkant felszínre.
7. *Többszörös perspektíva.* A valóság szemléletének nincs ‘végső’ vagy ‘helyes’ módja, ennél fogva egy helyzetet sokféleképpen lehet tekinteni és a megoldásra is több mint egy lehetőség van.”⁶³¹

A megoldásközpontú eljárás mód hasznos kiegészítő lehet a lelkipásztor eszköztárának is, aki gyakran kerül hirtelen megoldandó helyzetbe, vagy sokirányú kötelezettségei miatt nem tud elköteleződni egy hosszabb távú tanácsadási folyamat mellett.⁶³²

1.4.3.3 Narratív családterápia

A narratív terápiás megközelítés kidolgozását Michael White (1948 – 2008) és David Epston (1944 –) kezdte el az 1980-as években. Mindketten a szociális munka háttéréről érkeztek a pszichoterápiához, ahol erős ellenállást váltott ki bennük a kórházak hierarchikus felépítése és az a mód, ahogyan ott a pácienseket kezelték, mintegy kutatási tárgyakká lealacsonyítva őket. További közös vonásuk, hogy mindketten erős egyéniségű, feminista nőkkel házasodtak össze, akik nagy hatást gyakoroltak a terápiás munkájukra. Olyan eljárást kerestek, amely előtérbe helyezi a társadalmi igazságosságot, nélkülöz minden hierarchiát a kezelő és a kezelt(ek) között, valamint alkalmazási területek széles spektrumán bevethető.

A narratív megközelítés minden irányzatnál jobban tükrözi a kor “Zeitgeist”-jét, amelyben létrejött. Megtalálhatók benne a batesoni rendszerelmélet alapjai (hangsúlyozva, hogy az objektív realitás megismerhetetlen és minden tudásunk csak interpretáció – tehát szigorú

⁶³¹ Matthew D. Selekmán, „Solution-oriented brief therapy with difficult adolescents.” In.: Steven Friedman (szerk.), *The new language of change* (New York: Guilford, 1993), 138-157. p. Idézi: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 64. p.

⁶³² Vö.: Schwenger, *Erste-Hilfe-Techniken für die Paarberatung*, 30-33. p.

elhatárolódás az elsőrendű kibernetikától),⁶³³ ezzel együtt a posztmodern relativizmus,⁶³⁴ a sokszintűség,⁶³⁵ és a történetek (narratívák) jelentőségének hangsúlyozása.⁶³⁶

A narratív családterápiás gondolkodás abból indul ki, hogy

„[...] az ember valóságérzékelését magáról és ismert világáról összeszedett tudást tartalmazó történetek szervezik és tartják fenn. Ezek a történetek úgy kerülnek felszínre, hogy az emberek értelmezik, magyarázzák az életüket, a konkrét életeseményeket sorrendbe állítják – ez ad értelmet konkrét életük hogyanjának és miértjének. Az események folytonos egybeszövése egy koherens egészévé számtalan, változatos történetet formál önmagukról, képességeikről, alkalmasságukról, cselekvéseikről, kapcsolataikról, teljesítményeikről, kudarcaikról.”⁶³⁷

Foucault filozófiai háttéréből egyenesen következik a narratív terápia poszt-strukturális szemlélete is, amely az emberben megkérdőjelezi a statikus „felszín és mélyréteg” kettéosztást.⁶³⁸ White és Epston érvelése szerint a mögöttes vonások keresése mesterségesen szegény leírásokhoz vezet, pedig ehelyett a gazdag, soktörténetű leírásokat kellene keresni. Narratív megközelítésben tehát az ember végső soron

„[...] maga konstruálja a saját világát. Életünk sok oldalról megközelíthető, ugyanarról az eseményről számtalan történet mesélhető el. Az pedig, hogy a sok történet közül melyiket választjuk, hatással lesz a további eseményekre, vagyis történeteink nem csak azt mutatják meg, hogyan gondolkodunk magunkról, hanem meghatározzák életünket, cselekedeteinket

⁶³³ Vö.: White, Epston, *Die Zähmung der Monster*, 17. p.

⁶³⁴ A posztmodern szemlélet egyik legfontosabb jellemzője a korábbi (vallási, politikai, társadalmi) abszolútumok megkérdőjelezése, az „izmusok” felülbírálata. A bevezetőben említett besorolási problematika a narratív terápiára fokozottan érvényes. Rendszerezésére és a szisztémikus eljárások között történő felsorolására csak a jobb áttekinthetőség miatt vállalkozunk.

⁶³⁵ Egy anekdota szerint Michel Foucault (akire White és Epston sokat hivatkozik), francia posztmodern filozófustól megkérdezték egyszer, hogy hogy van. Foucault válasza: „Melyik szinten?” A valóság sokszintűségének ez a szemlélete tettenérhető a posztmodern filmművészetben is, az elmúlt két évtizedben a korábbi lineáris történetmesélés helyét egyre inkább átvette az idősíkokban váltakozó elbeszélés, és az azonos időn belüli sokszintűség (a jelenség klasszikus példája a *Mátrix* című film, amelyben két párhuzamos valóság között váltakozik a történet, további jó példa a jelenségre az *Eredet* című film, amelyben az álom és ébrenlét több síkján párhuzamosan zajlik a cselekmény: ébrenlét; álom; álmában álmodik; és álmában azt álmodja, hogy álmodik). A narratív terápiában ez így néz ki: „[...] a narratív terapeuta nem abban segít, hogy a kliense egyszerűen lecseréljék az egyik történetet egy másikra, hanem inkább abban, hogy kezdjék el az életüket soktörténetűnek látni – azaz választásokkal, számtalan elérhető lehetőséggel. Életük egydimenziós szemlélete helyett, amilyent egy zaklatott, gondokkal, hiányokkal bajlódó család rendszerint prezentál – belefagyva az időbe a jövő érzete nélkül – a narratív terapeuta célja, és abban segít, hogy a családtagok kiterjesszék életüket és változtassák meg az önmagukról és a világról szóló korlátozó, elégtelen történeteiket.” Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 78-79. p

⁶³⁶ „Egy elbeszélés strukturálását megelőzi egy szelekciós folyamat, amelynek során töröljük a tapasztalatainkból azokat az eseményeket, amelyek nem illenek azokba az uralkodó történetekbe, amelyeket önmagunkról vallunk, amelyeket mások mondanak rólunk.” White, Epston, *Die Zähmung der Monster*, 27. p. Az egyén és a család önmagáról való képét tehát a történetei határozzák meg. A történetek pedig átírhatók, szerkeszthetők. A történetek elemzésének megvan a maga hermeneutikája. Nem véletlen, hogy éppen a posztmodern korban került előtérbe a bibliai szövegek narratívák értelmezése is. Lásd például: Han Young Lee, *From History to Narrative Hermeneutics* (New York: Peter Lang, 2004). Az is érdekes párhuzam, hogy míg a modernizmus hatása alatt álló missziós stratégiák középpontjában a nem hívők racionális meggyőzése állt, a posztmodern evangelizátor viszont történeteket mesél. Vö.: Jon Paulien, *Weltlich von Gott reden? Mission in einer säkularen Welt* (Lüneburg, Advent-Verlag, 1997). 2. kiadás.

⁶³⁷ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 74. p.

⁶³⁸ Vö.: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 77. p. Ez a hozzáállás megmutatkozik az egyik legfontosabb narratív technikában, az externalizálásban is. Ahelyett, hogy a terapeuta a probléma feltárása érdekében a múltba tekintene és internalizálna (a kliens belső megélésében magyarázatot keresne a jelenlegi magatartásának megértésére), a jövőbe tekint, externalizálja (a kliensen kívülre helyezi) a problémát és megoldásokat keres rá.

is. Hajlamosak vagyunk a különböző eseményeket egy bizonyos narratíva mentén mesélni, értelmezni. A hozzánk segítségért forduló életét egy problémával terhelt narratíva határozza meg, ami vagy kulturális, szociális diskurzus vagy családi történetek folyománya.”⁶³⁹

A narratív terápia szerint tehát az egyéni-családi diszfunkcionalitás fő oka a helytelen történetekben keresendő. A családok gyakran olyan történeteket konstruálnak a saját életükről, amelyek zsákutcába vezetik őket (mítoszok, mentségek, címkék, alkalmatlan és vesztes érzések megokolása, változások elmaradásának magyarázata formájában). A terapeutának gyakran feltűnik, hogy a kliensek

„önmagukról olyan gondokkal zsúfolt szegényes leíráson [...] alapuló történeteket mesélnek, amelyeket gyakran tekintélyszemélyek (tanárok, szülők, papok) aggattak rájuk, és amit az öndefiníálásuk mint megalapozott, elnyomóító 'igazságokat' rögzít. [...] A helyzetet tovább rontja, hogy az így megcímkézett egyének gyakran elkezdik igaznak, valósnak elfogadni ezeket a külső minősítéseket ('Igen. Lusta vagyok') megváltoztathatatlan, csupa gond történetek formájában önmagukról, meg sem vizsgálva, hogyan tulajdonítanak jelentést a saját viselkedésüknek. [...] A szegényes következtetések [...] gyakran oda vezetnek, hogy az illető már egyetlen pillanatot sem képes felidézni, amikor ennek ellentmondóan viselkedett.”⁶⁴⁰

A szegényes leírás fogalma mellett a narratív terápia fontos kifejezése még a domináns kulturális narratíva. Ez arra vonatkozik, hogy az egyéni narratívákra hatással lehet a társadalmi közeg is, amelyben az egyén él, megerősítve annak egyéni történeteit. Például, ha egy kultúra előnyben részesíti a vékony nőket és a sikert a test alakja és mérete alapján méri, akkor abban a kultúrában az anorexia és a bulimia valószínűleg gyakori probléma lesz. Vagy ha egy társadalom a férfi dominanciáját hangsúlyozza, akkor valószínűsíthetően burjánozni fog a férfierőszak, a nők fizikai és szexuális bántalmazása.

A narratív terapeuta terápiás célja a család uralkodó narratívájának feltárása, valamint alternatív narratívák létrehozása, megerősítése és működtetése. A terápia lényegében beszélgetések sorozata a megbecsülés és nem-hibáztatás klímájában. A kliensek a saját életük szakértői és feltételezett birtokosai az önmagukról szóló pozitívabb történetek konstruálásához szükséges készségnek és alkalmasságnak. Új szemléletük azután a tapasztalataik új jelentéséhez vezet, és végül, ha a folyamat sikeres, a viselkedés új módozataihoz.⁶⁴¹ A terápia ennek megfelelően a következő lépésekből épül fel:

1. A probléma externalizálása.⁶⁴² Az első lépésben a terapeuta tudatosítja a kliensben, hogy a probléma nem a személy, hanem a probléma a probléma. Vagyis, a személy nem probléma, hanem a személynek van egy problémája. Ennek elérésére a terapeuta gyakran

⁶³⁹ Hajdú Judit, „Esetbemutató: Lecserélt engem a tumorra.” *Családterápiás hírmondó*, 2009/1-2, 34-54. p.

⁶⁴⁰ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 77-78. p.

⁶⁴¹ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 76. p.

⁶⁴² Az externalizálás tettenérhető keresztyén gondolkodásban is, amikor a bűnt és a bűnöst különválasztjuk egymástól. Externalizálunk akkor is, amikor egy helytelen magatartást a kívülről (Sátántól) jövő kísértés eredményeként magyarázunk. Vö.: Irene Alexander, „Power: A conversations between Narrative ideas and Christian perspectives.” In: Richard Cook, Irene Alexander, *Interweavings: Conversations between Narrative Therapy and Christian faith* (North Charleston: CreateSpace Books, 2008), 67-91. p.

megszemélyesíti a tünetet (depressziós kliens esetén például Mélabú Úrnak nevezi a betegséget), ezzel is önálló entitást tulajdonítva annak.

“Az ‘externalizálás’ során a terapeuta a nyomasztónak érzékelt problémát tárgyiasítani próbálja, vagy olykor meg is személyesíti azt. E folyamat során önállósodik a probléma és leválik az emberről, vagy a kapcsolatról, amely korábban problémaként került bemutatásra. A problémák és tulajdonságok, amelyeket korábban a személyhez, vagy a kapcsolathoz kötöttek, most önállósulnak, így kevésbé lesznek megterhelők és beszűkítők.”⁶⁴³

2. Egyedi kimenetek keresése. Az externalizálás után a családnak olyan történeteket kell felidéznie, amelyek nem a szokásos narratíva szerint zajlottak le, amikor a probléma hatása kevésbé látszott, vagy akár meg is szűnt. Ezek az esetek bizonyítékai annak, hogy a család képes másfajta működésre is, mint ami az uralkodó narratívájából következne. Ennek során olyan erőforrások kerülhetnek felszínre, amelyekről az egyén vagy a család eddig nem is tudott, és amelyeket most tudatosan alkalmazhat az externalizált problémával szemben.⁶⁴⁴

3. Alternatív narratívák közös alkotása. A terapeuta a családdal ebben a fázisban megalkotja azt az új narratívát, amellyel a régit szeretné felcserélni. Újra és újra elmesélteti azt a család tagjaival egyre gazdagabban, színesebben, részletesebben kidolgozva (itt jut kifejeződésre a sokszintűség). A terapeutát az a metafora vezeti ebben a munkában, miszerint a család egy többszintes épületben él, amelyben fogságban van az alagsorban. A terapeuta dolga, hogy kiszabadítsa ebből a fogságból és segítse feljutni a felsőbb szintekre, ahonnan kitágul a perspektíva, ahonnan sokkal távolabbra lát el és gazdagabb jelentést tulajdoníthat eddigi – földközeli – életének.

4. Az alternatív narratíva megerősítése. Ennek a lépésnek számos konkrét technikája van, amelyek közül a legfontosabbak a (1) ceremóniák, amikor a kliensek tanúk jelenlétében (segítő csoport, vagy további családtagok, stb.) elisméltik, mintegy hallgatóságnak előadják az új narratívát; (2) levelek, amelyeket a terapeuta a családnak az ülés után küld;⁶⁴⁵ és (3) ligák, amelyekbe tömörülve a korábban segítségre szorultak maguk is segítőké válnak, hiszen a saját problémájuk leküzdése révén rendelkeznek kellő tapasztalattal és ismerettel ahhoz, hogy másokat is vezessenek hasonló problémák leküzdésében.

⁶⁴³ White, Epston, *Die Zähmung der Monster*, 55. p.

⁶⁴⁴ Vö.: Mihalec Gábor, *Bostonka megszelídítése* (Budapest: Magyar Családterápiás Egyesület, 2012), kiadatlan szakdolgozat, 12. p.

⁶⁴⁵ Tartalmuk és céljuk szerint ezek a levelek lehetnek az előző ülést *összegző*, távol maradt családtagot *invitáló*, a több szerepet betöltő kliens megerősíteni kívánt szerepét *isméltő*, bizonyos személyektől vagy szerepektől búcsúzó *elbocsátó*, vagy az új lehetőségeket felvázoló *jóslat* levelek. A szerzők szerint egy levél terápiás hatása olykor 4-5 terápiás ülés hatásával is felérhet. Vö.: Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 93. p.

A narratív szemlélet – megfelelő képzés és gyakorlat után – jól beilleszthető a lelkipozíciós eszköztárba is.⁶⁴⁶ Az emberről és a problémáról való gondolkodása nem áll ellentétben a keresztyén felfogással.⁶⁴⁷ Ahogyan Irene Alexander fogalmaz:

“A mi Istenünk olyan Isten, aki ismeri a szomorúságot, a gyászt, a megcsalást és a halált, és mégis át tudta ezeket fordítani a szeretet, a kegyelem, az öröm és az élet történeteivé. Ő az alternatív történetek Istene.”⁶⁴⁸

1.4.3.4 Rendszerelméleten alapuló, transzgenerációs lelkipozíciós családmódok

A keresztyén szerzők elsősorban a rendszerelmélet és a transzgenerációs gondolkodás összekapcsolásával dolgoztak ki családi és házassági lelkipozíciós módok. A transzgenerációs és a rendszerelmélet társítása számos előnnyel kecsegtet azok számára, akik nem analitikusan dolgoznak, ugyanakkor tekintettel szeretnének lenni a különböző generációk közötti dinamikákra a terápiás munkában. Három monográfia kiemelkedő szerepet játszik ebben a megközelítésben, ezeket mutatjuk be ebben az alfejezetben.

⁶⁴⁶ A Günther Emlein által javasolt szisztémikus lelkipozíciós koncepció tulajdonképpen a narratív terápia keresztyén újragondolása. A narratív gondolati tartalmak egyértelműen felismerhetők Emlein tanulmányának összefoglaló téziseiben: „- A szisztémikus gyakorlat az ötletváltásokra épít, nem pedig a feldolgozásra és tudatosításra. – Az erőforrásokat mozgósítja ahelyett, hogy a hiányosságokat akarná félreállítani. – A megszokott ötletek cseréjére hív fel, ahelyett, hogy a 'helyálló leírást' kutatná (az igazságokról való lemondás). – Gondolatokkal játszik, és ötleteket ültet (minden egészen máshogy is lehetne). – A tüneteket megoldásokként fogja fel és használja, ahelyett, hogy problémaként a leküzdésükre törekedne (lemondás a patológiáról és a hiányosságok leírásáról). [...] – A különlegeset és specifikust keresi, az általános-törvényszerű helyett. [...]” Günther Emlein, „Seelsorge als systemische Praxis: Grundlagen für eine systemische Konzeption der Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 2001/53, 176. p. Ugyanakkor fel kell hívni a figyelmet két olyan pontra is, amely ütközhet a keresztyén felfogással. Thomas V. Frederick utal egy tanulmányában arra, hogy a narratív megközelítés terápiás célja és a bűnhöz való viszonya veszélyforrásokat rejt a keresztyén terapeuta és kliens számára. Egyrészt az egyik realitásnak (narratíva) másik fölé rendelése megerősíti a posztmodern szemléletre amúgy is jellemző hiper-individualizmust, ami elszigeteli az embert a társadalom többi tagjától; másrészt pedig a probléma externalizálásával a bűn kérdése is a személyen kívülre helyeződik, ami megnehezítheti az egyén számára a bűnösség felismerését és az Istennel való bűnrendezést. Vö.: Thomas V. Frederick, „Models of Psychotherapy: Implications for Pastoral Care Practice.” *Pastoral Psychology*, 2009/58, 356-357. p.

⁶⁴⁷ Érdekes összehasonlítást tesz Gregg Blanton a posztmodern és a keresztyén gondolkodás között. A kettőt kompatibilisnek látja egymással, mert: „ [1] Először is, a posztmodernizmus képviselői megfigyelték az emberi tudás korlátozottságát. A posztmodern családterapeutákhoz hasonlóan a keresztyének is egyetértenek abban, hogy nem ismerik, vagy értik az igazság teljességét (1Kor 13,12). [...] [2] Másodszor, a keresztyén hagyomány a posztmodernizmushoz hasonlóan kitart amellett, hogy az igazságot nyelvi eszközökkel kommunikálják (Jn 1,1,14). [3] A keresztyénség egyetért a posztmodernizmussal, amikor az experimentális tudást hangsúlyozza. [...] Ezek az elhanyagolt tapasztalatok új történetek alapjaivá válhatnak, történetekévé, amelyek új lehetőségeket tárnak fel. [4] A keresztyén világnézet egyetért a posztmodern felfogással abban is, hogy a megismerés folyamatában szükség van a többhangúságra. keresztyén hit arról tájékoztat bennünket, hogy az egyén nem képes elszigeteltségben megismerni az igazságot. [...] Ehelyett az igazság mindig a beszélgetés kontextusában tárul fel.” P. Gregg Blanton, „How to Talk to Christian Clients About Their Spiritual Lives: Insights From Postmodern Family Therapy.” *Pastoral Psychology*, 2005/54, 96-97. p.

⁶⁴⁸ Irene Alexander, „Narrative, suffering and the alternate story.” In: Cook, Alexander, *Interweavings*, 117. p.

1.4.3.4.1 John Patton és Brian Childs modellje

A John Patton és Brian H. Childs alkotta szerzőpáros kötete 1988-ban jelent meg.⁶⁴⁹ A szerzők célja, hogy a transzgenerációs gondolkodásmódot ötvözze a keresztyén antropológiával, és ezzel hozzon létre egy új lelkipozítói irányultságot. Alapvetésükben leszegeznek:

“A keresztyén családi életet úgy határozzuk meg, mint a *generációk szeretetteljes együttélését*, a családtagok lelkipozítása pedig ennek a szeretetnek a támogatása. Számunkra, emberek számára normatív jelentőségű, hogy rendelkezésére álljunk azoknak a generációknak, amelyek meghatároznak bennünket, alapesetben az előttünk, mellettünk és utánunk lévő generációknak. [...] A generációk egymásról való gondoskodásának minősége a keresztyén családi élet számára nagyobb fontossággal bír, mint a jelenlegi együttélés formája vagy struktúrája.”⁶⁵⁰

Az utóbbi meghatározás élességét tompítandó, kifejtik a szerzők, hogy nem a szülőkkel való kapcsolatot akarják a házastárssal való kapcsolat fölé rendelni, hanem úgy gondolják, hogy az egyén akkor képes igazán beteljesült kapcsolatra jutni a saját generációjához tartozó házastársával, ha rendezett viszonyban áll az előtte lévő (szülők) és utána következő (gyermek) generációval. A generációkba való beágyazódottság nem csak a családi viszonyokban fontos a szerzők szerint, hanem a lelkipozítónak a szakmai képzése során is be kell tagolódnia az előtte, mellette, és utána következő generációk sorába. A kiképzői, tanárai képezik ebben a gondolkörben a szülői generációt, a hallgatótársai a testvérit, a gondozottjai pedig a gyermeki generációt. A lelkipozító akkor tud kellő érzékenységet tanúsítani kliense transzgenerációs kérdései iránt, ha a saját transzgenerativitását a családi és a szakmai életében is tudatosan megélte.⁶⁵¹ Munkamódszerük bemutatásában hivatkoznak Murray Bowenre, Melanie Kleinra és Böszörményi-Nagy Ivánra,⁶⁵² ám a felsoroltakkal ellentétben Patton és Childs végig a szisztémikus gondolkodás keretein belül marad.

A segítségkérő család megértésében különösen fontosnak tartják a következő fogalmakat: (1) a kötődés, mint az egyenrangú házastársi kapcsolatot leíró fogalom, amely szabad választáson és szándékosságon alapul; (2) a lojalitás, mint a szülők, illetve gyerekek felé irányuló kapcsolatot leíró fogalom, amely kötelezettségeken és jogosultságokon alapul,⁶⁵³ és (3) az intimitás, amelyet nem csak testi-szexuális síkon értenek, amely

⁶⁴⁹ Értelmezésünkben a német kiadásra támaszkodunk: John Patton, Brian H. Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1995).

⁶⁵⁰ Patton, Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*, 12-13. p.

⁶⁵¹ Patton, Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*, 41. p.

⁶⁵² „Böszörményi-Nagy Iván a legfontosabb pszichológiai fegyvertár egy olyan családelmélet számára, amely bevonja a generációk egymásutánját. Pasztorálteológiai felismeréseink direkt, vagy indirekt módon, de az ő vizsgálataira támaszkodnak.” Patton, Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*, 66. p.

⁶⁵³ Patton, Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*, 56. p.

“Az arra irányuló kívánság, hogy az egyén megmutathassa magát olyannak, amilyen; felvállalva akár a megszegyenülés lehetőségét is az önközlés érdekében; hogy teljesen ráhangolódjon a másik szükségleteire.”⁶⁵⁴

Különösen figyelemreméltó, ahogyan a szerzők a családi dinamikákat megfogalmazzák. A családban végbemenő folyamatokat 6 ellenpólussal írják körül, amelyek közül 3 teológiai (autoritás és kötelék, közösség és elhívás, valamint szolidaritás és kreativitás), 3 pedig pszichoszociális (függés és individuáció, lojalitás és delegáció, homeosztázis és heterosztázis) jellegű.⁶⁵⁵

Alkalmazott technikáik között a legjelentősebbek: (1) a spekulációmentes kérdés, amely a “ki, mit, mikor, hol, és hogyan” kérdőszavakkal dolgozik, mert ezek tényfeltáró kérdések, a “miért” kérdést számúzik eljárás módjukból, mert ez szerintük spekulációhoz vezet,⁶⁵⁶ (2) a genogram, amelyet változtatás nélkül átvesznek Bowentől; és (3) a tracking, amit Minuchintól vesznek át, és a család nyelvezetének, élettémáinak, történetének és értékeinek követéseként határoznak meg (amit a Minuchin bemutatásakor mimézisnek nevezünk).

A szerzőpáros a fent vázolt koncepció alkalmazását példaszerűen a következő kázusokon szemlélteti: (1) egyedülálló lelkigondozása; (2) házasságra való felkészítés; (3) házások lelkigondozása; (4) a magcsalád lelkigondozása; (5) lelkigondozás válás és kapcsolatvesztés esetén; (6) újránházasodók lelkigondozása.

Patton és Childs munkásságát összegezve elmondhatjuk, hogy nagy szolgálatot tettek a lelkigondozásnak azzal, hogy a generációkra való figyelmet beemelték a poimenika látóterébe, ugyanakkor eltúlzottnak érezzük, hogy a családban lezajló valamennyi dinamikai jelenséget ezen az értelmezési kereten át vizsgálják. Bizonyos helyzetekben gazdagíthatja ez a nézőpont a tanácsadási folyamatot, ugyanakkor nem erőltethető rá minden családi problémára.

1.4.3.4.2 Edwin H. Friedman családi folyamatmodellje

A bemutatásra kerülő három monográfia közül Edwin Friedman (1932 – 1996) műve⁶⁵⁷ a legkevésbé transzgenerációs. A szerző az analitikus orientáltságú egyéni lelkigondozásban képződött klerikusokat szólítja meg azzal a céllal, hogy a rendszerszemléletet mint alternatív megközelítési módot bemutassa és annak különböző helyzetekben való alkalmazhatóságát szemléltesse. A transzgenerációs szemlélet itt inkább az analitikus és a

⁶⁵⁴ Patton, Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*, 120. p.

⁶⁵⁵ Patton, Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*, 131. p.

⁶⁵⁶ Patton, Childs, *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*, 52. p.

⁶⁵⁷ Edwin H. Friedman, *Nemzedékről nemzedékre: Családi folyamatok egyházi és zsinagógai közösségekben* (Kolozsvár: Exit, 2008).

rendszer szemléletű gondolkodás közötti különbségre utal. A rabbi-családterapeuta szerző azonban sokkal többet tesz a rendszer szemlélet pusztá bemutatásánál: sajátos értelmezési keretet ad a szisztémikus lelkipozás szabályszerűségeinek, és az egész gyülekezeti létet újraértelmezi a rendszer szemlélet mentén, különös tekintettel a lelkipásztor és családja szerepére az adott gyülekezeti kontextusban. A rendszer szemlélet számára olyan nagy fordulat a pszichoterápiában, mint a reformáció a keresztyénségben.⁶⁵⁸ A rendszer szemlélet új munkamódját az analitikushoz képest a következő pontokban foglalja össze:

1. az érzelmi folyamatokra figyelés a tünetek tartalma helyett,
2. a hatásokat a rendszer szerves részeként tekinti, és nem a lineáris ok-okozat láncolat végpontjaként,
3. a tünetek kiiktatása, nem a diszfunkcionális elem megváltoztatásának kísérletével, hanem a rendszer változtatásával,
4. az adott rész várható működésének előrejelzése, nem annak természetét elemezve, hanem a rendszerben elfoglalt helyét figyelve.”⁶⁵⁹

Ahhoz, hogy a lelkipásztor ezt a fókuszváltást a saját szolgálatában is kivitelezhesse, a szerző bevezeti az általa legfontosabbnak ítélt rendszer szemléletű fogalmakba is (azonosított páciens – a tünethordozó a rendszerben; alkalmazkodó képesség vagy homeosztázis – a meghatározásában inkább az autopoiesis felé hajlik; öndifferenciáció – boweni fogalmak szerint; kiterjesztett családmező – ez az elem utal a transzgenerációs szemléletre; és érzelmi háromszög – trianguláció⁶⁶⁰), majd pedig sajátos felsorolást ad a rendszerre jellemző törvényszerűségekről:⁶⁶¹

1. Érzelmi távolság. Az érzelmi kapcsolatban álló emberek között kell lennie bizonyos mértékű távolságnak is a kapcsolat jó működéséhez (lásd Minuchin). Ha a család tagjai érzelmileg túlságosan függővé válnak, gyakran a fizikai távolságba menekülnek, ami nem oldja meg a problémát csak áthelyezi azt egy másik kapcsolati rendszerre.
2. Veszteség és behelyettesítés. A család az elszenvedett veszteségeit a fájdalom csökkentésére gyorsan igyekszik pótolni, ugyanakkor ezzel csökkenti a lehetőségét annak, hogy a veszteség által elindítani “kívánt” változások végbemehessenek.

⁶⁵⁸ Vö.: Friedman, *Nemzedékről nemzedékre*, 27-28. p.

⁶⁵⁹ Friedman, *Nemzedékről nemzedékre*, 32. p.

⁶⁶⁰ Friedman éleslátással veszi számba a trianguláció szabályszerűségeit: „1. Az érzelmi háromszög két tagjának kapcsolatát az tartja egyensúlyban, ahogy a harmadik tag viszonyul hozzájuk. [...] 2. Egy érzelmi háromszög harmadik tagja általában nem tudja megváltoztatni a másik kettő viszonyát direkt módon. [...] 3. Amikor egy érzelmi háromszög egyik tagja a másik kettő kapcsolatán akar változtatni, ez a próbálkozás nemcsak eredménytelen, hanem a homeosztatisz erők miatt gyakran ellenkező hatást ér el. [...] 4. Minél inkább próbálja – eredménytelenül – egy érzelmi háromszög harmadik tagja megváltoztatni a másik kettő viszonyát, annál valószínűbb, hogy belegabalyodik a másik kettő stresszébe. [...] 5. Az érzelmi rendszerek háromszögei kölcsönhatásban vannak egymással, ezért az egész rendszer homeosztatisz erői ellenállnak minden erőfeszítésnek, amivel bármelyik háromszögben változtatni akarunk. [...] 6. Az érzelmi háromszögek egyik oldala hajlamosabb a konfliktusokra, mint a másik kettő. [...] 7. Csak olyan kapcsolatot tudunk megváltoztatni, amelyben mi benne vagyunk.” Friedman, *Nemzedékről nemzedékre*, 52-54. p.

⁶⁶¹ Vö.: Friedman, *Nemzedékről nemzedékre*, 56-80. p.

3. Krónikus állapotok. Ha a családban valamilyen probléma állandósul, vagy rendszeresen visszatér, akkor kell lennie a rendszerben egy reaktív vagy adaptív visszacsatolásnak, amely a problémát fenntartja.
4. Fájdalom és felelősség. Ha a család egyik tagja emelni tudja magában azt a küszöböt, amelynél a másik tag fájdalmára reagál, ezzel párhuzamosan emelkedni fog a másik fél fájdalomküszöbe is, így megnő annak az embernek a működési tartománya.
5. A komolyság paradoxonja és a paradoxon játékossága. A család számára sokszor nem a probléma okoz nehézséget, hanem az a komolyság, amellyel a problémát kezeli. A probléma tehát nem a probléma, hanem a problémához való viszony. A komolyság ellenpólusa a játékosság.
6. Titkok és rendszerek. Friedman két képet alkalmaz a titok szerepének bemutatására: (1) a titok lerakódás az artérián, amely akadályozza a kommunikáció vérkeringését a családban, és (2) olyan mint a lavina, amely két részre osztja a családot (kívülállókra és beavatottakra, vagy betemetettek), ahol a belül lévők sokkal jobban tudnak egymással kommunikálni, mint a kívül lévőkkel.
7. Testvér-pozíció. Az egyén származási családban elfoglalt testvéri helyzete meghatározza a házastárssal kapcsolatos elvárásokat, a saját gyermekeivel kapcsolatos komfortérzetet, valamint a nukleáris csoportok gyakorolt vezetési stílust (lásd Bowen elméletét a születési sorrendről).
8. Diagnózis. Ha a család valamely tagjáról egyéni diagnózist állítanak ki, az rögzíti a család egyensúlyát és megnehezíti a diagnosztizált személy számára a változást.
9. Szimmetria. A családon belüli érzelmi vonzások és taszítások összege nulla, így egy megfigyelt hatás mögött egymással teljesen ellentétes okok is állhatnak. Minél inkább polarizálódnak az erőviszonyok a családban, annál valószínűbb, hogy a dolgok valahogy kapcsolatban állnak egymással.
10. Túlélés a családban. A túlélés döntő kérdése, hogy a szervezet (egyén, család, gyülekezet) miként válaszol a kihívásra. A megfelelő megoldáskészlettel rendelkező szervezet az alternatívák széles skálájában gondolkodik amely vagy a szervezet, vagy pedig a környezet átalakítására irányul. A szegényes megoldáskészlet áldozati magatartást eredményez, amely csak a környezet káros hatásaira irányítja a figyelmét és lemond a változtatások lehetőségéről.

Friedman szerint a felsorolt törvények ismerete elengedhetetlen a lelkipásztor számára, mert (1) az analitikus szemléletben megtanulandó diagnózisok és terápiák katalógusa helyett, "csak" a kapcsolati szabályokat kell megfigyelni és alkalmazni; (2) a felsorolt törvények kultúra-feletti, egyformán alkalmazhatók bármilyen háttérű családok és

gyülekezetek esetében; és (3) a személyes és a gyülekezeti életben egyaránt alkalmazhatók.

A szerző – és ez a kötet legnagyobb erénye – ezeknek a törvényeknek az alkalmazását mutatja be három rendszerben:

“Ennek a könyvnek az alaptétele, hogy a klérus tagjai – felekezettől függetlenül –, egyidőben három különböző családhoz tartoznak, amelyeknek az érzelmi erői összefonódnak: a gyülekezetben levő családokhoz, a gyülekezethez, mint egy-egy nagy családhoz, és a saját vér szerinti családjukhoz. Mivel ezekben a rendszerekben az érzelmi folyamatok azonosak, a bármelyikben felmerülő megoldatlan problémák tüneteket okozhatnak a másik kettőben, és az egyik jobb megértése mindhárom rendszer megfelelőbb működését segíti.”⁶⁶²

E kijelentés fényében Friedman megközelítését akár transzgenerációs helyett transzszisztémikus fókuszra is nevezhetnénk, hiszen az egyes rendszerek (gyülekezeti családok, gyülekezet mint család, lelkész saját családja) közötti kölcsönhatásokat veszi figyelembe.

A gyülekezeti családok lelkigondozásának kérdését a konkrét szituációk széles skáláján vizsgálja (házasságra készülő pár,⁶⁶³ házaspár, elváltak, gyermeces családok, különélők, testi betegségben érintett családok, időskori problémák, halálhoz közeledő családtagot ápoló családok, gyászoló családok, stb.). Érdekes az a megfigyelése is, miszerint a gyülekezet, mint egész a család működését mintázza, és ugyanazok a törvényszerűségek irányítják, mint a nukleáris családot is. Itt is ugyanúgy működhet a trianguláció, az azonosított páciens (a klasszikus családterápiás irodalomban: identifikált páciens – IP) ugyanúgy a rendszer működési zavarait jelzi (például a lelkészi kiégés is ide vezethető vissza). A lelkészcsaláddal kapcsolatos megfigyeléseit ugyancsak a rendszerelmélet mentén fogalmazza meg. A lelképásztor saját családjának működése hatással van a gyülekezetre, mint család működésére is, és fordítva. Ebben sokszor gátló tényező lehet a lelkészcsaládokra oly gyakran jellemző “mi mások vagyunk” szemlélet. Ehelyett a lelkész családját be kellene kapcsolni a gyülekezetet alkotó családok vérkeringésébe, hogy a közös családi erőforrásokban ők is osztozhassanak.

Összegezve Friedman munkásságát kiemelhetjük, hogy a szerző nemcsak átülteti a rendszerszemléletet az egyházi kontextusba, hanem az egyházi élet sajátosságaira való

⁶⁶² Friedman, *Nemzedékről nemzedékre*, 15. p.

⁶⁶³ Különösen érdekes értekezésünk szempontjából az, ahogyan az egyéni terápiák háttérén gondolkodó házassági felkészítő eljárásokról vélekedik: „A jegyesbeszélgetések csődje, ami a mai válási arányt befolyásolja, elsősorban azzal magyarázható, hogy a megközelítés a pár kapcsolatára irányul. A személyiségre, a pszichodinamikára és a tranzakciókra való figyelés megfosztotta a párokat egy sokkal gazdagítóbbról lehetőségtől, hogy átgondolják problémáikat és jövőjüket. Különösen az egyéni modell hígította fel a lelkészi pozícióval járó gyógyító lehetőségeket, hiszen az udvarlás alatt belépni a családba kizárólag nekik, a lelképásztoroknak adatik meg. A menyasszony és vőlegény eredeti családjára irányítva a figyelmet, nemcsak a jegyesfelkészítés válik eredményesebbé [...] de az az élmény egyben lehetőség arra is, hogy ne csak egy párra, és ne csak egy nemzedékre legyen hatással.” Friedman, *Nemzedékről nemzedékre*, 108. p.

finom érzékenységgel újra is definiálja annak egyes fogalmait. Mindezt egyszerű szóhasználattal, a szakzsargon tudatosan kerülve, mégis magas szakmai hitelességgel teszi. Konceptiója a rendszerelméletű családterápia jól kiegyensúlyozott ötvözése a szervezeti rendszerelemzéssel.

1.4.3.4.3 Családfánk titkai

A harmadik monográfia egy 2011-ben megjelent könyv,⁶⁶⁴ amelyben a lelkész és pszichológus szerzők vállaltan rendszerelméleti háttéren igyekeznek az olvasónak segítséget nyújtani, hogy felismerje családfájának destruktív mintázatait, tudatosítsa azokat és saját utódainak más mintázatokat adjon tovább.

A kötet egyik érdeme, hogy koherens mintát mutat a bibliai történetek rendszerszemléletű értelmezésére.⁶⁶⁵ A mű elején beható elemzés található Izsák, Dávid és Jézus családi történeteiről, azokon belül is különös tekintettel a generációkon átívelő családi mintákra. Olyan jelenségeket vizsgálnak a szerzők, mint a felnőtt férfi anyjával való összeolvadása, a gyermekek parentifikálása, bűnbakképzés, és a spiritualitás.

Henry Cloud, John Townsend, Dave Carden és Earl Henslin a bibliai alapvetés után bemutatja a destruktív mintázatok egyik generációról a másikra való átörökítésének dinamikáját. Konceptiójuk jól átgondolt, logikusan felépített. Szerintük a családi titkoknak kulcsszerepe van a minták továbbörökítésében (így jelenik meg az atyák vétke a fiakban). A legtöbb családban a titkok (pl. függőség, hűtlenség, trauma, stb.) köré egy hármas szabályrendszer szerveződik: “ne beszélj, ne bízz és ne érezz!”⁶⁶⁶ A család funkcionalitása attól függ, hogy a család tagjai milyen gyakorisággal és hányat alkalmaznak a három szabályból. A lehetséges változatok súlyosodó sorrendben a következők:

“[1] A fenti három szabály közül *néha* minden család alkalmaz *egyes* szabályokat. [...] [2] Egyes családok *bizonyos* szabályokat *mindig* alkalmaznak. [...] [3] Egyes családok *néha valamennyi* szabályt alkalmaznak. [...] [4] Egyes családok *valamennyi* szabályt alkalmaznak, mégpedig *állandóan*.”⁶⁶⁷

Az utóbbi csoportba tartozó családokban felnövő gyerekek vannak a legveszélyeztetettebb helyzetben:

⁶⁶⁴ Magyar kiadása: Henry Cloud, John Townsend, Dave Carden, Earl Henslin, *Családfánk titkai: Hogyan változtassunk káros családi mintáinkon?* (Budapest: Harmat, 2012).

⁶⁶⁵ Ez azért kiemelendő, mert az analitikus szemlélettől eltérően (lásd pl. Eugen Drewermann munkásságát), a rendszerszemléletű bibliaértelmezésnek sem hagyománya, sem kidolgozott módszertana nem ismeretes, csak esetenként találkozunk vele a feminista teológiába beágyazva. Vö.: Luise Schottroff, Marie-Theres Wacker (szerk.), *Feminist Biblical Interpretation: A Compendium of Critical Commentary on the Books of the Bible and Related Literature* (Grand Rapids: Eerdmans, 2012). Továbbá: Silvia Schroer, Sophia Bietenhard (szerk.), *Feminist Interpretation of the Bible and the Hermeneutics of Liberation* (London: Sheffield, 2003).

⁶⁶⁶ Cloud et al, *Családfánk titkai*, 70. p.

⁶⁶⁷ Cloud et al, *Családfánk titkai*, 70. p.

“E családokban a legkárosabb mintázat működik. Az ilyen családban nevelkedő gyerekek kénytelenek elfojtani az érzéseiket, ami akadályozza őket identitásuk kibontakoztatásában. Energiáik kimerülnek a mindennapok túlélésében.”⁶⁶⁸

A családi működési zavarok továbbadásában egy 6 lépéses folyamatábrát vázolnak fel a szerzők az alábbiak szerint:

1. A diszfunkcionális család szabályai: ne beszélj, ne bízz, ne érezz!
2. Kialakul a család iránti kötődés személyes mintája: ‘Fontos vagyok, mert...’ ‘A szüleim azt várják tőlem, hogy...’
3. A gyermek a spontán érzelmi reakcióit ‘kikapcsolja’, és automatikus megküzdési módot alakít ki.
4. A gyermek tovább csiszolja megküzdési módját attól függően, hogy az milyen reakciót vált ki a szüleiből. A megküzdési mód lassanként szereppé rögzül.
5. Ez a szerep határozza meg a kapcsolati működést mind a származási családban, mind pedig a házasságkötés után keletkező új családban.
6. Miután más megküzdési módot nem ismer, és érzéseit blokkolta, a személy azokat a kapcsolati készségeket gyakorolja, amelyeket addig kialakított. Abban a mintában bízik, amely elsődleges oka annak, hogy nem bízik önmagában, megalapozva ezzel a diszfunkcionális család következő nemzedékét.”⁶⁶⁹

Az új generációnál a folyamat az 1. ponttól újraindul.⁶⁷⁰ A felvázolt koncepcióban hangsúlyos a 6. pontban megfogalmazott mondat: “Abban a mintában bízik, amely elsődleges oka annak, hogy nem bízik önmagában.”⁶⁷¹ A gyermek a saját képességeibe vetett bizalom helyett azokba a negatív megküzdési mintákba helyezi bizalmát, amelyek elvették az önbizalmát, de amelyekben kiismeri magát, és amelyek játékszabályait alkalmazni tudja. Ez a dinamika áll a háttérben például annak a jelenségnek, amikor egy alkoholista apa lánya, annak ellenére alkoholista férjeket vonz be magának, hogy ő maga sokat szenvedett gyermekként apja függősége miatt.

A szerzők a rendszerszemlélet hagyományába ágyazódnak be akkor is, amikor a jól működő család legfontosabb feladatait a következő két pontban foglalják össze:⁶⁷² (1) mély és szeretetteljes kötődések kialakítása, (2) az elkülönülés biztosítása. A családokról való gondolkodásukat (ugyancsak jellemzően szisztémikus módon) a triádok határozzák meg. Szerintük minden családi közösség (függetlenül a résztvevők számától) triádokra oszlik.⁶⁷³

A triádban résztvevő személyek kapcsolatát a közelség – Minuchinhoz képest némileg

⁶⁶⁸ Cloud et al, *Családfánk titkai*, 70. p.

⁶⁶⁹ Cloud et al, *Családfánk titkai*, 74. p.

⁶⁷⁰ A családi diszfunkcionalitásnak ez a felfogása párhuzamba állítható Murray Bowen családrendszer elméletével, azzal a különbséggel, hogy itt nem az egyéni differenciálódás, hanem a családi megküzdési minták állnak a fókuszban. A szerepekké rögzülő megküzdési módok közül a következőket emelik ki: (1) reakcióképzés, (2) áttolás/átvitel, (3) projekció/kivetítés, (4) introjekció/bevetítés, (5) elfojtás. Vö.: Cloud et al, *Családfánk titkai*, 77-83. p.

⁶⁷¹ Watzlawick erre a jelenségre alkalmazza a „még többet ugyanabból” elnevezést, amikor egy kudarcot vallott megküzdési stratégiát még nagyobb intenzitással tovább erőltetnek, még nagyobb károkat okozva azzal. Vö.: Paul Watzlawick, *Anleitung zum Unglücklichsein* (München: Piper, 2009), 15, kiadás, 27. p.

⁶⁷² Cloud et al, *Családfánk titkai*, 119., 135. p.

⁶⁷³ A házasságot is triádként fogják fel, ahol a harmadik szereplő Isten. Vö.: Cloud et al, *Családfánk titkai*, 85. p.

leegyszerűsített – kategóriáival írják le: szoros, hűvös, konfliktusos. Ebből azután a következő dinamikai megfigyeléseket fogalmazzák meg:

“[1] Minden triád csupán egy szoros, egy hűvös és egy konfliktusos kapcsolatot tartalmazhat. Amikor egy adott triádban egy újabb kapcsolat válik szorossá, az egész mintázat megváltozik. [2] Minél inkább diszfunkcionális a család, annál élesebben elkülönül a három kapcsolati forma. [3] A körülmények átmenetileg megváltoztathatják a triádban megszokott kapcsolati mintát. [...] [4] Amikor egy triádban egy adott személy helyére egy másik kerül [...] mindhárom kapcsolat ki van téve a változásnak.”⁶⁷⁴

A “Családfánk titkai” című mű – noha nem tartalmaz szakirodalmi hivatkozásokat, és nyelvezetével elsősorban laikus olvasóközönséget céloz meg, olyan logikus és sok helyzetre érvényesíthető koncepciót fogalmaz meg, amely teljesjogúan szakirodalmi művé emeli.

1.4.4 Összegzés

Az előző oldalakon megvizsgáltuk a rendszerelmélet alaptéziseit, azok recepciós lehetőségeit a lelkigondozásban, valamint áttekintettük a rendszerelmélet befolyása alatt álló legfontosabb terápiás és lelkigondozói koncepciókat és modelleket. A pszichoterápia és a lelkigondozás határkérdéseinek összefüggésében az alábbi összefoglaló pontokat tartjuk relevánsnak:

1. A rendszerelmélet a monádról a diádra és a triádra helyezte át a figyelmet. Ezzel kimozdította a pszichoterápia figyelmének középpontjából az addig egyeduralgó intrapszichés megközelítést és a tudományos érdeklődést átvezette az interperszonális síkra. A rendszerelmélet túl tudott lépni azon a ponton, ahol az individualista szemlélet elérte a korlátait. Anélkül, hogy kimondanák, lényegében az intrapszichés orientáltságú irányzatok is rendszerben gondolkodnak, amikor párokkal, vagy családokkal dolgoznak.⁶⁷⁵
2. A rendszerelmélet összhangban áll a bibliai antropológia számos tételével. A kommunikáció hangsúlyozásával lényegében az ember isteni képmását emeli ki,⁶⁷⁶ az

⁶⁷⁴ Cloud et al, *Családfánk titkai*, 84. p

⁶⁷⁵ “Noha a családterápiás irányzatok más-más teóriát és beavatkozási módszereket vallottak magukénak, egy közös nevezőt mindegyiknél megtalálunk: a családot meghatározott pszichológiai egységnek tekintették, amelyben a családtagok kölcsönösen befolyásolják egymást, és amely nyitott a szociokulturális környezet felé. Ez az általánosan elfogadott szemlélet megegyezik a *nyitott rendszer logikai paradigmájával*. Szokványos ugyan azokat a családterápiás iskolákat, amelyek szerint a család interakciós folyamatai határozzák meg az egyének magatartását ‘rendszerelméletinek’ nevezni – ezek az irányzatok nem tartják szükségesnek az egyéni pszichológiai tényezők ismeretét. A szerző véleménye szerint azonban minden családterápiás iskolában, beleértve a pszichoanalitikus tárgykapcsolati és kontextuális családterápia irányzatait, a nyitott rendszer paradigmája érvényesül, noha azokban az egyének intrapszichés folyamatai is fontos szerepet kapnak. Ezért tágabb értelemben minden családterápia rendszerelméletűnek tekinthető.” Székely, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*, 12-13. p.

⁶⁷⁶ Az emberi kommunikáció mint Imago Dei. Vö.: Fodorné Nagy Sarolta, *A katechézis kommunikációs problémái* (Budapest: Kálvin Kiadó, 1996), 13-16. p.

embert nem önmagában vizsgálja, nem elszigetelt individuumból titulálja jónak, vagy rossznak, funkcionálisnak, vagy diszfunkcionálisnak, hanem kapcsolatrendszerének tükrében szemléli (Mt 22,37-40).

3. A rendszerelmélet az egyházi szolgálatban fellelhető helyzetek sokaságára kínál teológiailag is képviselhető új értelmezési keretet, amely meghatározza az adott helyzet kezelését (pl. kazuális lelkigondozás – Christoph Morgenthaler, börtönlelkigondozás – Kaszó Gyula, kórházi lelkigondozás – Hézszer Gábor,⁶⁷⁷ gyülekezeti szervezetelemzés – Edwin Friedman, gyülekezetnövekedés – Christian Schwarz, stb.). A személyes rendszerek mellett a rendszerszemléletű megközelítés új távlatokat nyithat a bibliaértelmezés, az istentisztelet és a diakóniai szolgálat újragondolásához is.⁶⁷⁸

4. Mivel a rendszerelmélet a monokauzális-lineáris gondolkodástól merőben eltér, a lelkigondozónak képeznie kell magát ebben az irányultságban ahhoz, hogy magabiztosan alkalmazni tudja. Ezek az ismeretek jelenleg még hiányoznak a teológiai képzésbe ágyazott lelkigondozói kurrikulumból. Ennek a hiánynak a pótlása – tekintettel a rendszerelmélet sokoldalú egyházi felhasználási lehetőségeire – sürgető feladat lenne a teológiai főiskolák és egyetemek gyakorlati teológiai tanszékei számára.

5. A rendszerszemléletű technikák (elsősorban a kreatív kérdező technikák) alkalmasak lehetnek a lelkigondozó számára a speciálisan lelkigondozói helyzetekben is (pl. házassági felkészítés; betegek, haldoklók, gyászolók lelkigondozása; gyülekezetek vezetése, stb.). Ezek segítségével jobban képes hatni a csoportdinamikai történésekre és jobban meg tudja érteni a rendszerben lejátszódó kölcsönhatásokat is.

6. A lelkigondozó a – képzésében már vélhetően elsajátított – rogersi alapelveket jól át tudja ültetni a rendszerszemléletű munkába azzal, hogy a kliensközpontúság helyére a kapcsolatközpontúságot állítja.

7. A terápiás kompetenciák hiányát a lelkigondozó jól ellensúlyozhatja megbízható rendszerszemléletű kapcsolat-elemzési segédanyagokkal, amelyek hiteles képet nyújtanak számára a kapcsolat különböző dimenzióiról, illetve tájékoztatást nyújtanak számára a kapcsolat erősségeiről és növekedési területeiről. A PREPARE/ENRICH egy ilyen eszköz a lelkipásztor kezében.

⁶⁷⁷ Vö.: Hézszer, *Miért?*, 52-79. p.

⁶⁷⁸ Vö.: Wahl, „Tiefenpsychologische Aspekte des seelsorgerlichen Gesprächs.” 231. p

1.5 Összefoglalás: A lelkipozás és a pszichoterápia határkérdései a különböző terápiai és lelkipozói irányzatok tükrében

Ahogy az értekezésünk első nagyobb egységében világossá vált, a pszichoterápia és a lelkipozás nem egyesszámú fogalom. Nem beszélhetünk pszichoterápiáról, mint egységes, körülírt tudományos diszciplínáról, hanem pszichoterápiákról beszélünk, amelyek mindegyike más emberképből indul ki, más patológiafogalmakkal operál és más elképzelései vannak az egészséges állapot helyreállításáról is. Így beszélünk analitikus, humanisztikus, kognitív viselkedésterápiás és szisztémikus pszichoterápiákról (és ezek csak a legjelentősebb irányzatok).⁶⁷⁹ Ehhez hasonlóan a poimenika diszciplínája – amelynek teoretikus eredményei kerülnek megvalósításra a lelkipozás során – sem egységes, egyesszámú tudományága a gyakorlati teológiának.⁶⁸⁰ A poimenika hatása alatt áll annak a lélektani irányzatnak, amellyel párbeszédet folytat. A pszichoterápiákhoz hasonlóan beszélhetünk analitikus, kliensközpontú, kognitív viselkedésterápiás és szisztémikus lelkipozásról is.⁶⁸¹

A lelkipozás párbeszédben áll a pszichoterápiákkal, merít belőlük, de egyúttal túl is mutat rajtuk, mivel figyelme nem csak a kliens/páciens/család (irányzattól függően) testi-lelki-kapcsolati egészségére irányul, hanem annak spiritualitását, Istennel való kapcsolatát, így végső soron üdvösségét is figyelmének fókuszában tartja. Ez az a döntő különbség, amely a két megközelítést elhatárolja egymástól minden módszertani, szemléletmódbeli, értelmezési hasonlóság (olykor összeolvadás) ellenére is. A lelkipozó tehát nem alulképzett pszichoterapeuta. A két segítő szakma nem alá- vagy fölérendelt viszonyban áll egymással, nem is konkurens egymásnak. A lelkipozó és a pszichoterapeuta két különálló szakterület egyenrangú képviselője, akiknek munkájában vannak átfedések, de akik rá is vannak utalva egymás speciális szakmai ismereteire és kompetenciáira.

⁶⁷⁹ Federspiel és Lackinger Karger 120 pszichoterápiás irányzatot sorol fel könyvében, ezek közül a tudományosan megalapozott iskolák száma is meghaladja a 80-at. Vö.: Krista Federspiel, Ingeborg Lackinger Karger, *A lélek egészségkönyve* (Budapest: Kossuth Kiadó, 1998).

⁶⁸⁰ Egyetértünk Holger Eschmann-nal: „[...] meg kell állapítanunk hogy, sem a lelkipozás, sem pedig a pszichoterápia nem létezik. Ehelyett lelkipozói modellek és terápiai koncepciók sokaságával van dolgunk.” Holger Eschmann, „Wie hältst du’s mit der Psychotherapie? Zur Verhältnisbestimmung von Seelsorge und Psychotherapie.” *Wege zum Menschen*, 2009/61, 370. p.

⁶⁸¹ Vö.: Schall, „Seelsorge und klinische Psychologie.”, 393-394. p.

1.5.1 A lelkgondozás és a pszichoterápia elhatárolása az antropológia mentén

A lelkgondozás és a pszichoterápia közötti különbségek és összefonódások jól szemléltethetők az antropológia példáján. A lelkgondozó emberképe az alábbi pontokon nyugszik.⁶⁸² Az ember (1) Isten képmására teremtett lény, egyéniséggel, a gondolkodás és cselekvés hatalmával és szabadságával; (2) a test, lélek és szellem oszthatatlan egysége. (3) Az Isten iránti engedetlensége miatt az emberben összetört az isteni képmás és ezt az összetörtséget adja tovább utódainak is, akik a halál uralma alatt, gyengeséggel és bűnös hajlammal születnek. (4) Jézus Krisztusban Isten megbékéltette magát az emberrel, (5) így a Szentlélek munkája nyomán Isten a bűnbánó emberben helyreállítja Alkotója képmását.⁶⁸³

A pszichoanalízis ezzel szemben az evolúción alapuló emberképet tette magáévá, amely az embert az állatok közé sorolja és legnagyobb hajtóerejeként az ösztönöket nevezi meg. Az ember akkor képes harmóniában működni, ha az ösztöntörekvései – ezek közül is kiemelten a szexuális törekvései – kielégítést nyernek. Ha ezek elfojtásra kerülnek a tudattalan tartalmába, akkor neurózisokat, lelki zavarokat okoznak. A poimenika oldalán nyilatkozó szerzők elfogadják az elfojtás tanítását, de egyúttal túl is mutatnak rajta, mert a lelki zavarok okát alapvetően az Istentől való elszakadásban, a bűnben látják.⁶⁸⁴ A poimenika elfogadja, hogy bizonyos embereknek szükségük van pszichoanalízisre, viszont hangsúlyozza, hogy minden ember megváltásra és Isten kegyelmére szorul.

A humanisztikus pszichológia a behavioristák által hangsúlyozott gépiességgel és az analitikusok által hangoztatott állatiassággal szemben az ember egyediességét emeli ki. Hangsúlyozza, hogy az ember kreatív erővel rendelkezik, amelyek révén megvalósíthatja

⁶⁸² Értekezésünkben nem célunk egy részletes pasztorálantropológia megfogalmazása. Vázlatos leírásunkban az „Az ember természete” című, 7. sorszámú adventista hitelvre támaszkodunk. Vö.: Damsteegt, *A hetedik napot ünneplő adventisták hitelvei*, 88-107. p. Pasztorálpszichológiai szempontok mentén részletesen kidolgozott antropológiához lásd: Németh, *Pasztorálantropológia*.

⁶⁸³ A lelkgondozás meghatározásának szoros kapcsolatban kell állnia a bibliai antropológiával. Egy ilyen – véleményünk szerint sikeres – meghatározási kísérletet tesz az egzisztenciaanalitikus Wolfram Kurz. Szerinte a lelkgondozás: (1) az embert olyan lényként kezeli, aki Istentől elidegenedve létezik; (2) az embert olyan lényként kezeli, aki azért küzd, hogy lényegi egzisztenciává váljon; (3) tudatában van annak, hogy az ember akkor képes lényegi egzisztenciává válni, ha engedi magát megérinteni Istentől Jézus Krisztus által; (4) nem csak az ember Istentől való elidegenedésének legyőzését tűzi célul, hanem az ember felszabadítását egzisztenciájának esszenciális megélésére; (5) ha ez megtörténik, az ember szabaddá válik arra, hogy létrehozza saját életművét; (6) az ember felszabadulása arról lesz felismerhető, hogy képes lesz hinni és szeretni (ez pedig azt is jelenti, hogy a lelkgondozás alanya is hívő és szerető ember). Vö.: Wolfram Kurz, „Das Verhältnis von Seelsorge und Psychotherapie. Von der Trotzmacht des Geistes und vom Mut zum Sein.” In: Wolfram Kurz, Franz Sedlak (szerk.), *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse: Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven* (Tübingen: Lenenskunst, 1995), 404. p.

⁶⁸⁴ Pálhegyi Ferenc, „Mi baj van a pszichológiával?” In: John MacArthur (szerk.), *Biblikus lelkgondozás* (Budapest: Jó Hír, é. n.), 10. p.

önmagát. megvan benne minden képesség ahhoz, hogy életét sikeressé, boldoggá tehesse. A poimenika ezeket a kreatív erőket elismeri, mint az ember istenképűségének “tartozékait”, ám egyúttal túl is mutat a humanisztikus pszichológián, mert a személy helyett a személyt helyreállítani képes Krisztust állítja a középpontba.⁶⁸⁵

A kognitív viselkedésterápia a lelki fejlődés legfontosabb eszközének a tanulást tekinti. Az egyén diszfunkcionális viselkedése mögött negatív tanulási folyamatok állnak, amelyeket felül kell írni pozitívokkal. A kognitív fordulat azután hozzátett még egy fontos elemet: Az egyén magatartását az is meghatározza, hogy miként gondolkodik a valóságról. A változás folyamata ettől kezdve két irányra oszlott, a viselkedésre és a gondolkodásra. A poimenika elismeri a tanulási folyamatok fontosságát, a minta és belátás útján történő tanulást a bibliai emberkép elidegeníthetetlen részének tekinti, de egyúttal túl is mutat azon. Az ember szabad lény is, akinek van lehetősége jó és rossz között választani, és akinek ezt a szabadságot Isten biztosítja.

Végül áttekintettük a szisztémikus pszichoterápiát, amely szakít az individualista szemlélettel és az embert visszahelyezi elszigeteltségéből a kapcsolatok szövevényes hálózatába. Az egyén ezzel tűnethordozóvá, “identifikált pácienssé” válik, akinek működési zavarai a rendszer működési zavaraira hívják fel a figyelmet, és akinek tünetei a rendszer zavarainak elhárítása után maguktól enyhülnek. Ám lehet-e egy családi rendszer teljességgel funkcionális, helyreállított, hogy ha nem vonja be Istent is mint a rendszer teljes jogú tagját?

A poimenika integrálja a rendszerelméletet, mint a bibliai antropológiával harmonizáló gondolkodási keretet, de egyszersem túl is mutat azon, mert kiterjeszti az emberi rendszert Isten felé és végcéljaként nem a család funkcionalitását, hanem a család üdvösségét tűzi maga mellé. A lelkigondozás – szemben mindennemű pszichoterápiával – nem a probléma/tünet/diszfunkció/panasz jelensége köré szerveződik, és nem csupán annak elmúlasztását tűzi ki célul, hanem Isten országát tartja szeme előtt, amelynek tagja, részese az előtte álló szenvedő ember is.⁶⁸⁶

⁶⁸⁵ „[...] nem Krisztus-centrikus a megszokott értelemben, hanem krisztusian, Krisztus Lelkének erejével és áradásában embercentrikus, mert Krisztus szeretetét akarja közel vinni az emberhez.” Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban*, 198. p.

⁶⁸⁶ Mindkettő célja „[...] egy ember beszélgetése egy másik emberrel úgy, hogy közben annak szükséghelyzete enyhül, esetleg megoldódik, de legalábbis elhordozhatóvá válik.” – vallja Wolfram Kurz, majd hozzát teszi, hogy e közös meghatározás mellett lényegi különbségek is vannak a két diszciplína között: (1) A terapeuta elsősorban a beteg betegsége ellen lép fel, míg a lelkigondozó a szükségben lévő emberért cselekszik, függetlenül attól, hogy az beteg vagy egészséges. (2) A lelkigondozó vonatkoztatási tudománya a teológia, míg a pszichoterápiát és klinikai pszichológiát segédtudományként használja. A pszichoterapeuta vonatkoztatási tudománya a klinikai pszichológia, illetve a különböző pszichoterápiás elméletek, a teológiát, mint segédtudományt bevonni azonban csak a kevés terapeutának jut eszébe (holott az ötlet megfontolandó lenne). Vö.: Kurz, „Das Verhältnis von Seelsorge und Psychotherapie.”, 412. p.

1.5.2 A lelkigondozás propriuma és a teljes elválasztás lehetetlensége

Ha Jézust a lelkigondozás őstípusaként értelmezzük, akkor az ő szolgálata jól példázza a lelkigondozás lényegét (a pszichoterápiához képest és más gyakorlati teológiai diszciplínákhoz viszonyítva is):

- “- Jézus nem tart beszédet az üdvösségről gyógyító tettek nélkül.
- Jézus érzékeny a szenvedő ember iránt. Lelkigondozása a szükség érzetével és észlelésével kezdődik.
- Terápiás stílusa a kommunikatív kapcsolati cselekvés, amely kerülőutak nélkül kormányoz a megsebzett pont felé.
- Jézus állást foglal a kívülálló személyi méltósága mellett, és közben halálos konfliktust kockáztat azokkal az erőkkel, amelyek a szombatot az ember fölé helyezik.
- Jézus először tettekben beszél Istenről, ezzel pedig a diakóniát az igehirdetés és a liturgia elé helyezi.”⁶⁸⁷

A lelkigondozás és valamely pszichoterápiás irányzat közé (bármennyire is közel álljanak azok egymáshoz) tehát soha sem tehetünk egyenlőségjelet, mert akkor a lelkigondozás pontosan a legfontosabb meghatározó eleméről mondana le, amely minden más segítő foglalkozástól megkülönbözteti. A valódi propriumáról, a közvetítői szerepéről a megoldást kereső ember és a megoldást kínáló Isten között.

Ahogy a pszichoterápiában implicit módon jelen van a terapeuta “vallása” (annak emberképében), úgy a bibliai hagyománynak a (törvény és evangélium tanúságtételének) implicit módon minden egyházi kontextusban lezajló lelkigondozásban jelen kell lennie.⁶⁸⁸

E meghatározó mozzanat nélkül a lelkigondozás megszűnne lelkigondozásnak lenni. Isten tehát implicit módon jelen van a lelkigondozás folyamatában. Azonban, hogy ennek az implicit jelenlétnek mennyire kell explicitnek lennie, nehezen ragadható meg, az mindig a lelkigondozó egyéni érzékenységén és a kliens befogadóképességén múlik. Albert Görres szerint az implicit isteni jelenlét olykor még a világi pszichológus munkájában is megnyilvánulhat, anélkül hogy a pszichoterapeuta ennek tudatában lenne:

- “Ahol a pszichológiát tisztelettel, okossággal és jósággal művelik, ott gyaníthatjuk és remélhetjük, hogy olyan istenközelség és emberközelség valósul meg, amely talán még a pszichológus számára is rejtve marad.”⁶⁸⁹

Míndeközben a két diszciplína kölcsönösen egymásra is van utalva (még akkor is, ha a pszichoterápia képviselői ennek kevésbé adnak hangot). A lelkigondozó saját eszköztárából az általános keresztyén lelki eszközöket használja (imádság, bibliaolvasás,

⁶⁸⁷ Isidor Baumgartner, „Psychotherapeutische Seelsorge: Psychotherapie und Seelsorge – Zusammengehörend und doch getrennt.” *Lebendige Seelsorge*, 1994/45, 168. p.

⁶⁸⁸ Vö.: Schall, „Zur Bedeutung der biblischen Tradition in Beratung und Seelsorge.”, 131. p.

⁶⁸⁹ Albert Görres, „Kirchliche Beratung – eine dringende Antwort auf Symptome und Ursachen seelischer Krisen?” Idézi: Isidor Baumgartner, „Psychotherapeutische Seelsorge.”, 169. p.

igehirdetés, rituális-ceremoniális cselekmények).⁶⁹⁰ A tanácsadási folyamat során alkalmazott technikáinak, módszereinek nagy részét (pl. beszélgetésvezetési és kérdezői technikák, genogram, viselkedésorientált feladatok, externalizálás, diagnosztikai teszteljárások, stb.) a pszichoterápiától kölcsönzi és a bibliai antropológiához igazítva használja. Ugyanakkor a két szakterület egymásra utaltsága nem csak a lelkigondozástól a pszichoterápia irányában figyelhető meg, hanem fordítva is. Két területen különösen szembevetendő, hogy a pszichoterápia korlátai a lelkigondozás lehetőségeiként jelennek meg: (1) a spiritualitás⁶⁹¹ és az (2) orientáció⁶⁹² keresése terén. A lelkigondozásnak mindkét területen történelmi hagyományai, sokszorosan kipróbált és – ami véleményünk szerint egyre fontosabbá válik – az európai kultúrában és gondolkodásmódban meghonosodott tanításai és módszerei vannak.

Tovább árnyalhatja a határkérdésről alkotott képünket Klessmann, aki arról az oldalról közelíti meg a kérdést, hogy milyen jellemzők teljesedése esetén lehet egy lelkigondozói, illetve egy pszichoterápiás folyamatot sikeresnek nevezni. Tanulmányában négy ilyen jellemzőt sorol fel:⁶⁹³ (1) A lelkigondozó és a kliens közötti kapcsolat minősége. Ez a tétel alapkövetelmény minden segítő kapcsolatban, általában a rogersi attitűdök megvalósulásával teljesedik. (2) A tanácsadási folyamat hatására a kliens jobban megérti a saját élethelyzetét. Bizonyos pszichoterápiás irányzatoknál ez nem feltétel. (3) A kliens vigasztalást nyer a tanácsadási folyamat során. Ez a pont a lelkigondozás sajátja, amelynek teljesedése elvárás minden lelkigondozás iránt, terápiában azonban nem jelenik meg kifejezett célként (számos lelkigondozói rituális-ceremoniális eszköz – pl. imádság, igeolvasás, úrvacsora, kézrátétel, stb. – ezt a hatást erősíti). (4) Problémamegoldás. A terápiában nagyobb a nyomás a probléma megoldása iránt, míg a lelkigondozásban sokszor az is elfogadható eredmény, ha a kliens erőt kapott problémájának elhordozásához.

⁶⁹⁰ „[...] a lelkigondozásnak nincs önálló módszere az ember lelki életének megközelítésére, a pszichikus folyamatok elemzésére és befolyásolására. Az Ige megszólaltatása, az imádkozás és az áldás (vagy feloldozás) nemcsak módszertani elemek a lelkigondozásban, amilyen mértékben viszont azok, annyiban nem a pszichikus törvényszerűségek hatályaon kívül helyezésével, hanem azok igénybevételével és mozgósításával hatnak. [...] Az ehhez szükséges ismereteket és képességeket, ha nem is kizárólagosan, de nagyobbrészt a pszichoterápiától tanulhatja meg, vagy a meglévőket fejlesztheti tovább.” Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban*, 203. p.

⁶⁹¹ „Az emberi spiritualitás az egyik utolsó lélektani titok, és az egyik ismeretlen nagyság az amúgy alaposan kielemezett és teoretikusan leképezett lelki életben. Hans Küng a vallást az utolsó pszichológiai tabunak nevezte, amelynek jelentőségét elfojtják és hasonlóan kezelik, mint a viktóriánus időkben a szexualitást.” Michael Utsch, „Grenzen der Psychotherapie – Chancen der Seelsorge.” In: Michael Utsch (szerk.), *Wenn die Seele Sinn sucht. Herausforderung für Psychotherapie und Seelsorge* (Neukirchen: Neukirchener, 2000), 86. p.

⁶⁹² „A masszív társadalmi változások következtében nagy igény jött létre a világnézeti orientáció iránt. A jelenleg sokfelé megfigyelhető orientációs válságot az emberek az irracionális iránti odafordulással próbálják ellensúlyozni: a meditációtól és önismerettől kezdve egészen a kockázatos önségítő ajánlatokig mindent kipróbálnak.” Utsch, „Grenzen der Psychotherapie – Chancen der Seelsorge.” 88. p.

⁶⁹³ Michael Klessmann, „Qualitätsmerkmale in der Seelsorge oder: Was wirkt in der Seelsorge?” *Wege zum Menschen*, 2002/54, 149-150. p.

A pszichoterápia és a lelkipálcázás Martina Plieth szavaival összegezve: "két alapvetően független, de önkéntes egymásrautaltságban álló tudomány."⁶⁹⁴ A két diszciplína elkülönítése mindig mesterséges és mindig csak részleges lehet. Vannak mindkét oldalon területek, amelyek csak az adott oldal kompetenciájába tartoznak (pl. szorongásos megbetegedések kezelése a pszichoterapeuta és az istenkép kérdése a lelkipálcázó oldalán), és vannak területek, amelyek átfedésben állnak egymással (pl. a lelkipálcázó szerepe annál a kliensnél, akinek szorongásos megbetegedésében közrejátszott a félreértelmezett istenképe). Ahogyan Németh Dávid fogalmaz:

"Elkerülhetetlenek az átfedések, ezért szükséges és emiatt nehéz a két segítő eljárás viszonyának helyes meghatározása. [...] Ugyanazokat az emberi problémákat egészen más szemszögből, eltérő módon közelítik meg, másféle megoldási lehetőségeket találnak, mégsem zárják ki, hanem kiegészítik egymást. Vagyis nincs olyan emberi-egzisztenciális, vagy szituatív lelki konfliktus, amelynek megoldásában ne lenne a pszichoterápia illetékes, és nincs olyan emberi életkérdés, amelyből Istent, az Ő ígéreteit és akaratát alapvetően kihagyhatnánk."⁶⁹⁵

1.5.3 A lelkipálcázás és a pszichoterápia munkamegosztása a házasságcázásban

A lelkipálcázás és a pszichoterápia elkülönítésére irányuló fenti gondolatmenetek általánosságban próbálták megragadni a két terület azonosságait és különbségeit. Mivel azonban értekezésünk fókuszában a házassággal való foglalkozás áll, a két segítő hozzáállás hasonlóságait és eltéréseit ebben a konkrét kérdéskörben is megkíséreljük felvázolni.

Ehhez először tisztáznunk kell, hogy kit is tekintünk lelkipálcázónak, illetve pszichoterapeutának. A "lelkipálcázó" elnevezésbe alapvetően két csoportot vonunk be:

1. A lelkipálcázókat, akiknek képzésében a lelkipálcázás és a pasztorálcpszichológia, mint gyakorlati teológiai tanegység megjelenik. Ez a csoport hivatalból foglalkozik lelkipálcázással, arról bizonyos alapismeretekkel rendelkezik, de a képzésében szereplő tanegységek nem feltétlenül szavatolják, hogy munkájában a lelkipálcázás hangsúlyosan meg is jelenik. Vannak lelkipálcázók, akik biblikus teológiai beállítottságúak, mások inkább a rendszeres teológia, vagy az egyháztörténelem felé orientálódnak.⁶⁹⁶

⁶⁹⁴ Plieth, *Die Seele wahrnehmen*, 259. p.

⁶⁹⁵ Németh, *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkipálcázásban*, 210-211. p.

⁶⁹⁶ Ennek ellenére egyetértünk Oates-szal: „A lelkipálcázóknak nem áll módjában eldönteni, hogy akar-e lelkipálcázni vagy sem. [...] A kérdés nem az, hogy lelkipálcáz-e, hanem hogy lelkipálcázói szolgálatát fegyelmelzetten és megalapozottan végzi-e vagy pedig hanyagul és dilettánsan.” Wayne E. Oates, *An Introduction to Pastoral Counseling* (Nashville: Broadman, 1959), VI. p.

2. A lelkipozás mívelésének magasabb szintű ismereteit Magyarországon jelenleg szakirányú továbbképzések (intézményenként eltérő hangsúllyal: hospice, életmód, mentálhigiéné, biblikus, stb.), illetve egyetemi mester- (pasztorálpszichológus, pasztorális tanácsadás) és doktori képzések közvetítik. Ezeknek a képzéseknek a birtokában elvárható, hogy az érintettek mindannak elvégzésére képesek legyenek, amit értekezésünkben a lelkipozás hatáskörébe utaltunk.

Hasonlóan kell eljárunk a pszichológiai szakma esetében is.

1. Pszichoterapeutának alapvetően az nevezheti magát Magyarországon, aki rendelkezik egyetemi pszichológusi vagy orvosi képesítéssel, és elvégez egy 3-4 éves pszichoterapeuta vagy klinikai szakpszichológusi képzést. Mivel azonban mindezeknek a képzéseknek a fókusa egyéni pszichoterápiás, ezért az áttekinthetőség kedvéért értekezésünkben egy csoportban kezelünk minden olyan szakembert, aki egyéni terápiás módszerekben képződött (pszichológus, pszichiáter, pszichoterapeuta, klinikai szakpszichológus). Ezt a csoportot értjük a "pszichoterapeuta" elnevezés alatt.

2. Pár- és családterapeutáknak azok a személyek nevezhetik magukat, akik egyetemi alapidplomájukon felül egy pár- és/vagy családterápiás módszerspecifikus elméleti és gyakorlati akkreditált képzést is elvégeznek (Magyarországon jelenleg a Magyar Családterápiás Egyesület kínál fel családterapeuta képzést).

A fenti kategóriák mellett előfordulnak egyre nagyobb számban szakmai keveredések is, amikor valaki lelkipasztorként például családterápiás képesítésre tesz szert, vagy pszichológusi alapvégzettséggel lelkipozói szakirányú továbbképzésen vesz részt.

A házassággal kapcsolatos lelkipozói és terápiás tevékenységeket ennek alapján így oszthatjuk fel az egyes segítő szakmák között (- = nem jellemző; X = jellemző; (X) esetenként előfordul):

Szakember		Egyházi lelkipozás		Szekuláris pszichológia	
		Lelkipásztor	Lelkipozó/ pasztorálpszichológus	Pszichoterapeuta	Pár- és családterapeuta
Preventív/ edukatív	családi életre nevelés ⁶⁹⁷	X	X	-	-
	szexuális nevelés ⁶⁹⁸	X	X	-	-
	házassági felkészítés	X	X	-	-
	házasság- gazdagítás ⁶⁹⁹	X	X	-	-
	házassági	X	X	X	X

⁶⁹⁷ A családi életciklust átfogó ismeretek közlése elsősorban tantermi (iskola, hitoktatás) keretekben.

⁶⁹⁸ Szexuális felvilágosító órák tartása iskolai, gyülekezeti, tábori keretekben.

⁶⁹⁹ Csoportos házasság-gazdagító (Marriage Enrichment) foglalkozások olyan pároknak, akik jó kapcsolatban élnek egymással és szeretnék kapcsolatukat még tovább fejleszteni. Lásd később!

Terápiás	tanácsadás ⁷⁰⁰				
	krízisintervenció	X	X	X	X
	párterápia	-	(X)	(X)	X
	családterápia,	-	(X)	-	X
	terápia pszichopatológias érintettségű családdal	-	-	X	X
szexuálterápia	-	-	X	(X)	

8. Táblázat: A lelkigondozói és pszichoterápiás szakmák összehasonlítása a házassággal kapcsolatos tevékenységeik mentén.

Érdeemes azt is megvizsgálni, hogy az egyes szakmai háttéren dolgozó szakemberek mely terápiás irányzatokat hívják segítségül munkájukhoz. A felsorolásba csak az értekezésünkben bemutatott, legjelentősebb irányzatokat vonjuk be:

Szakember Ter. irányzat	Egyházi lelkigondozás		Szekuláris pszichológia	
	Lelekipásztor	Lelekigondozó/ pasztorálpszichológus	Pszichoterapeuta	Pár- és családterapeuta
pszichoanalízis	(X)	X	X	X
humanisztikus psz.	X	X	X	(X)
kognitív viselkedésterápia	-	(X)	X	(X)
szisztémikus psz.	-	(X)	X	X

9. Táblázat: A lelkigondozói és pszichoterápiás szakmák összehasonlítása az alkalmazott terápiás irányzatok szempontjából.

Összehasonlításunkat a különböző szakmai képviselők munkavégzési helyének (tanácsadási settingeknek) az összevetésével zárjuk. Ez a szempont is segít a két megközelítési mód közötti tisztánlátásban:

Szakember Helyszín	Egyházi lelkigondozás		Szekuláris pszichológia	
	Lelekipásztor	Lelekigondozó/ pasztorálpszichológus	Pszichoterapeuta	Pár- és családterapeuta
hivatalos tanácsadó ⁷⁰¹	-	-	X	(X)
magánrendelő	-	-	X	X
hivatal/saját lakás	X	X	-	-
kliens lakása	X	X	-	-
tábor/üdülő	X	X	-	-

10. Táblázat: A lelkigondozói és pszichoterápiás szakmák összehasonlítása a munkavégzés helyének szempontjából.

A fenti összehasonlításokból kiderül, hogy az individuálterápiás orientáltságú segítő tevékenységekben néhány világos különbségtételi lehetőség mellett (antropológia, proprium) a gyakorlati munkavégzésben sok átfedés figyelhető meg a lelkigondozás és a

⁷⁰⁰ Tanácsadás terápiás elköteleződés nélkül kisebb elakadások esetén.

⁷⁰¹ Hivatalos, állami/önkormányzati fenntartású rendelőintézet, amelynek szolgáltatási költségeit a társadalombiztosítás fedezi.

pszichoterápia között. A határvonalak némileg világosabbá válnak akkor, ha vizsgálódásunkat a házassággyógyás, illetve a párterápia konkrét tárgykörére szűkítjük. Így kiderül, hogy a lelkiigazgató elsődlegesen munkaterülete a prevenció és az edukáció, amelyet jobbra analitikus és humanisztikus pszichológiai befolyás alatt, nem hivatalos rendelés keretében folytat, míg a pszichoterapeuta elsődlegesen terápiás beavatkozásokat végez konkrét terápiás indikáció (patológia, diszfunkció) esetén, elsődlegesen analitikus és kognitív viselkedésterápiás (családterapeuták szisztémikus!) befolyás alatt, hivatalos állami fenntartású rendelés, vagy magánrendelés keretében. E viszonylag világos különbségek mellett számos átfedésre is rávilágítottunk, így továbbra is fenn kell tartanunk a két megközelítés közötti határvonal diffúzitását, amelyen át továbbra is mindkét irányba áramolnak a kölcsönösen serkentő impulzusok.

2. A házassággal kapcsolatos egyházi szolgálatok

Ahogy az előző fejezet összefoglalásában is világossá vált, a házasság- és családgondozás terén a pszichoterápiás és a lelkigondozói megközelítés meglehetősen polarizált képet mutat (míg az egyéni tanácsadásban a szétválás kevésbé erős). A pszichoterapeuta inkább deficit- vagy patológiaorientáltan dolgozik, a lelkigondozó pedig inkább preventív és edukatív szándékkal.

Ám a lelkigondozás preventív irányultsága sem magától értetődő és általánosan elfogadott. Csak az elmúlt néhány évben kezdték el a prevenció fogalmát szélesebb egyetértésben kiterjeszteni a szorosan szomatikus egészségügyi értelmezéstől a lelki és kapcsolati egészség irányába.⁷⁰² Ulf Harder munkája úttörő jelentőségű ebben a megközelítésben.⁷⁰³ A házasságra kihegyezve Harder a következő célt fogalmazza meg a preventív lelkigondozás számára:

„A különélés, válás és krónikus kapcsolati konfliktusok prevenciójára irányuló tevékenységek célja nem lehet az, hogy minden házassági konfliktust elkerülhetővé tegyenek. Gyakran éppen az együttélés 'élei és sarkai' azok, amelyek nem csak a partner veszélyeit és korlátait, de egyedülálló értékeit is felszínre hozzák.”⁷⁰⁴

A preventív lelkigondozás éppen ennek felfedezésében akar segítséget nyújtani a párkapcsolat minőségének megelőző serkentése által. E megközelítés indikációit Harder a következő tényezőkben látja:⁷⁰⁵ a párkapcsolatok magas fokú instabilitása, a párkapcsolati krízisek és válások magas nemzetgazdasági költségei, a válási kockázat továbbörökítése az elvált szülők gyermekei felé, a válás negatív következményei az érintett felek számára, a válás negatív következményei az érintett gyermekek számára, krízisben lévő párok hiányos vagy késői kapcsolatfelvétele tanácsadó szervekkel, a párterápia korlátozott hatékonyság a késői segítségkérés miatt, valamint az élethosszig tartó kapcsolati boldogság elérése.

Annak alátámasztására, hogy a lelkigondozói irodalom mekkora utat tett meg a deficiitorientált gondolkodástól a preventív megközelítésig, Harder megvizsgálja a legjelentősebb német szerzők lelkigondozás-felfogását.

Noha Nitzsch már 1868-ban beszél „profilaktikus” lelkigondozásról,⁷⁰⁶ ezt szigorúan a bűnelkövetés megelőzésére érti és nem a prevenció mai felfogása szerint. Így a

⁷⁰² 2002-ben például Andreas Bochmann még nem tudta elfogadtatni a házassági krízisek prevencióját, mint rehabilitációs témát. A megkeresett tanszékek azzal érveltek, hogy a prevenció a szomatikus egészségre lefoglalt fogalom és nem alkalmazható a lelkigondozásra. Ezzel szemben 2010-ben Ulf Harder doktori értekezést írhott a preventív lelkigondozásról, amely 2012-ben meg is jelent.

⁷⁰³ Ulf Harder, *Prävention in der Seelsorge. Vorgestellt am Beispiel der Eheseelsorge* (Neukirchen-Vluyn: Neukirchener, 2012).

⁷⁰⁴ Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 239. p.

⁷⁰⁵ Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 239-240. p.

⁷⁰⁶ „[...] a nem valószínűtlen elkövetés esete arra kell, hogy sarkallja a lelkigondozót, hogy profilaktikus tevékenységet gyakoroljon az Úr által rábízott körben, nevezetesen a lehetséges, vagy már fenyegető

lelkigondozói irodalom Harder szerint akár tudatosan, akár tudattalanul a schleiermacheri meghatározás befolyása alatt áll, akinek megfogalmazásában lelkigondozásra annak az egyénnek van szüksége, aki az egésszel való egységéből kiesett, nem tud önmagán segíteni, és megbízza a lelkigondozót, hogy segítsen rajta.⁷⁰⁷ Ez a meghatározás deficitorientált és elveszi a lelkigondozótól a kezdeményezésre való jogosultságot. A lelkigondozó tehát akkor kerül a gondozott látómezejébe, amikor annak már problémája van, a lelkigondozónak pedig nincs lehetősége előre, megelőző szándékkal beavatkozni.

A modern szerzők közül Dietrich Rössler akkor látja indokoltnak a lelkigondozói beavatkozást, amikor valamilyen „konkrét megrázkódtatás” esete áll fenn.⁷⁰⁸ Klaus Winkler ugyan a konfliktusfeldolgozást tekinti a lelkigondozás elsődleges céljának, ám elismeri annak „nevelő hatását” és „magatartásváltoztató befolyását”, ami már nyitva hagyja az értelmezés lehetőségét a prevenció irányába is.⁷⁰⁹ Jürgen Ziemer kevésbé krízisközpontúan fogalmaz, de feltételezi a tanácsolt személy segítségreszolultságát a lelkigondozói kapcsolat létrejöttéhez.⁷¹⁰ Christoph Morgenthaler teljesen elfordul a lelkigondozás problémaorientált felfogásától és az erőforrásorientáltság felé nyit. Az ő megközelítésében már explicit módon megjelenik a lelkigondozás prevenciós jellege.⁷¹¹ Michael Klessmann a lelkigondozás hat dimenzióját különbözteti meg:⁷¹² (1) a mindennapi, (2) a kérügmaticus, (3) a terápiás, (4) a rituális, (5) a politikai-társadalmi, és (6) a filozófiai-tanító és etikai dimenziót. A hatodik dimenzió távolodik el a leginkább a deficitorientált állásponttól, és nyit a preventív szemlélet felé.⁷¹³

E vázlatos felsorolás szemlélteti, hogy jogos igényt tart a lelkigondozás megnevezésre minden olyan egyházi kontextusban zajló segítő beavatkozás is, amely nem egy fennálló akut vagy krónikus problémára akar megoldást keresni, hanem jövőbeni problémák megelőzésére irányul. Ebben a fejezetben ilyen egyházi szolgálatok kerülnek bemutatásra a házasság kontextusában.

bűnelkövetést megelőzőt, arra figyelmeztetőt, attól megőrzőt.” Nitzsch, *Praktische Theologie*, 3. kötet, 211.

p.

⁷⁰⁷ Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 265. p.

⁷⁰⁸ Vö.: Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 273. p.

⁷⁰⁹ „Általánosságban a lelkigondozás úgy határozható meg, mint a keresztyén magatartás felszabadítása az élet feladataival való megküzdésre. Szorosab értelemben a lelkigondozást specifikus feltételek szerinti konfliktusfeldolgozásként értelmezzük.” Winkler, *Seelsorge*, 3. p. Vö.: Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 274. p.

⁷¹⁰ „A lelkigondozásban az emberrel, mint egyénnel találkozunk, annak kérdéseivel, konfliktusaival, testi, lelki és szellemi szenvedéseivel együtt.” Jürgen Ziemer, *Seelsorgelehre. Eine Einführung für Studium und Praxis* (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2009), 21. p. Vö.: Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 275. p.

⁷¹¹ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 192-209. p.

⁷¹² Klessmann, *Seelsorge*, 49-116. p.

⁷¹³ Ebben a dimenzióban az az ember kerül megszólításra, „Akinek kérdése van az élet felé, aki nem szükségszerűen beteg, nem is ’zavart’ és nem feltétlenül terápiára szoruló.” Klessmann, *Seelsorge*, 112. p. Vö.: Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 278-279. p.

2.1 Házassági felkészítés

A legtöbb egyházi közösség valamilyen formában felkínál házassági felkészítést a házasságkötésre jelentkező párok számára. A lelkipásztorok önkéntes alapon, vagy az esketés feltételeként; önállóan, vagy más szakemberek, esetleg házaspárok bevonásával; saját tematikával, vagy az egyre bővülő szakirodalom felhasználásával végzik ezt a szolgálatot.

Ezzel párhuzamosan a házasságra való felkészítés, mint szolgáltatás megjelenik az egyházi háttérrel nélkülöző, szekuláris segítő foglalkozások kínálatában is. Az elmúlt évtizedekben komoly empirikus kutatások is napvilágot láttak a témában. Ebben a fejezetben egy rövid fogalmi és módszertani tisztázás után megvizsgáljuk, hogy milyen társadalmi folyamatok hívták életre a házassági felkészítést, hogy miként alakult ki a házassági felkészítés kultúrája a különböző egyházakban, hogy miként viszonyul egymáshoz az egyházi jegyesoktatás és a szekuláris házasság előtti tanácsadás. Ezután megvizsgáljuk a házassági felkészítés mai módszereit, azok tartalmi felépítését és hatékonyságát.

2.1.1 Fogalmi és módszertani tisztázás

2.1.1.1 A „jegyesoktatás” elnevezés problematikája

A magyar nyelvterület sajátságos helyzetben van a házassági felkészítés terminológiáját illetően. Mivel a téma elsősorban az egyházi keretek között működő szakembereket foglalkoztatja, ezért a legtöbb szerző, és a legtöbb felkészítő lelkipásztor a „jegyesoktatás” kifejezést alkalmazza. Ennek a kifejezésnek az alkalmazása kettős tekintetben is problematikus. Először is a „jegyesoktatás” feltételezi, hogy akik házasságkötésre készülnek, azok jegyben járnak, azaz eljegyezték egymást.⁷¹⁴ Ez a feltételezés viszont ma korántsem helytálló, mert sok esetben a párok nem tartanak eljegyzést, hanem az együttjárás minden átmenet nélkül átfolyik a házasságkötésbe.⁷¹⁵ A „jegyesoktatás” második eleme is problematikus. Az „oktatás” kifejezés egy alá-fölérendelt szerepet

⁷¹⁴ Ez a gondolkodás erősen jellemzi a bibliai törvényeket is, amelyek szerint a jegyesség jogilag azonos fokú elkötelezettséget jelent a házassággal. Az egyetlen különbség a két együttélési forma között az volt, hogy a jegyesség nem ruházta fel a feleket a szexuális kapcsolat jogával. Vö.: 5Móz 22,23-29; Mt 1,18-19!

⁷¹⁵ „Az eljegyzésnek manapság már nincsen akkora társadalmi és jogi jelentősége, mint régebben, inkább a hagyományoknak köszönhető, hogy még ma is sok helyen megtartják. Egyébként a pár már akkor is menyasszonynak, illetve vőlegénynek tekintheti magát, amikor kinyilvánították egymás felé, hogy szándékukban áll összeházasodni. Gyakorlatilag az eljegyzés sem más: két ember szándéknyilatkozata, ígérete, miszerint a jövőben házasságot kívánnak kötni egymással.” Palásti Andrea, *Az esküvő: Menyasszonyok és vőlegények kézikönyve* (Veszprém: Á&F Kiadó, 1999), 18. p.

feltételez az oktató és az oktatott (némi áthallással: ki-oktatott) között. Ez viszont inkább a kérügmaticus lelkigondozás attitűdjének felel meg, semmint egy partnercentrikus, a klienst egyenrangú félként kezelő lelkigondozói hozzáállásnak, ami a lelkigondozást ma általánosan jellemzi, és amiről a házasságra való felkészítésben sem kívánunk lemondani. A házasságra való felkészítés sokkal inkább kétirányú beszélgetés, a pár és a felkészítő között, valamint a házasulandó felek között, semmint egyirányú kommunikáció a felkészítőtől a pár felé. A két attitűd közötti különbséget jól megvilágítja Szarka Miklós:

“A tanító alapmagatartás egy ismereten vagy egy feltételezésen alapul: tudom vagy feltételezem, hogy hol tart a másik, és ott kezdem, ahol a másik van, ameddig eljutott. A befogadó magatartás lényege az, hogy nem ismerem a másik helyzetét, sőt feltételezéseim sincsenek arról, hogy hol tart a másik. Befogadom, ahogy ő, az erre legilletékesebb ‘adja magát’, és közli, kicsoda ő, ezzel bátorítom, hogy befogadásom nyomán merjen az lenni, aki.”⁷¹⁶

A fenti megfontolásokat figyelembe véve a „jegyesoktatás” terminusa helyett a „házassági felkészítés” megnevezést javasoljuk, amely nem a felek jelenlegi állapotára (jegyeség), hanem a jövőbeni státusára utal (házasság), valamint a „felkészítés” szó használatával szabadon hagyja a felkészítés módszerét és attitűdjét, és nem állítja azt be egy meghatározott irányba (oktatás). Mivel a jegyesoktatás jellegzetesen magyar és jellegzetesen egyházi megnevezés, a házassági felkészítés jobban megfelel a nemzetközi terminológiának is (Ehevorbereitung, premarital counseling).

2.1.1.2 A házassági felkészítés “műfajának” és céljának meghatározása

Mivel a házassági felkészítést számos foglalkozás képviselője végzi, szükséges vizsgálódásunkat kiterjeszteni a házassági felkészítés műfaji kérdéseire is. A probléma bonyolultságát szemléltetve Fejes Mária és Morlin Imre így fogalmaz:

„A jegyesoktatás sajátos műfaj. Nagyon összetett ismereteket kell közölni, illetve feleleveníteni – *tehát tanítás*. Hamis nézeteket, téves felfogásokat kell tisztázni – *tehát dialógus*. Hitigazságokat kell megvédeni – *tehát apológia*. Szexuális felvilágosítást kell adni (mert a jegyesek vagy nem kaptak eddig, vagy rosszul kapták) – *tehát szexuális felvilágosítás*. Keresztény lelkiségüket kell felszítani (hit, remény, szeretet, szentségi élet...) – *tehát 'lelkizés'*. Rá kell bírni őket, hogy a hallott igazságokat ne csak helyeseljék, igaznak tartsák, hanem gyakorlattá is váltsák – *tehát lelki gyakorlat*. És mindez a Szentírásra támaszkodva történjék – *tehát biblióra*.”⁷¹⁷

Az idézetből is kitűnik, hogy a szerzők a házassági felkészítésről egyházi szolgáltatásként gondolkodnak. Az egyháznak elvitathatatlanul fontos szerepe van a házassági felkészítésben, mert funkciójából adódóan minden segítő foglalkozásnál közelebb kerül a házasságra készülő párokhoz. Az első házasságkötések 75%-ára (legalábbis az Egyesült

⁷¹⁶ Szarka Miklós, *Házasságra felkészítő beszélgetések: Útmutató Lelkipásztoroknak és segítőknek* (Budapest: Kálvin Kiadó, 2012), 34. p.

⁷¹⁷ Fejes Mária, Morlin Imre, *Jegyesekkel beszélgetünk* (Kecskemét: Korda, 1999), 10. p.

Államokban) egyházi közegben kerül sor,⁷¹⁸ így az egyház fontos befolyással bír, amelyet felhasználhat a válások megelőzésére, valamint a házassági kapcsolat megélésének tudatosabbá tételére. Ezen kívül az egyház küldetésének része a társadalom formálása, szolgálat annak jólétének:

„Az egyházi házassági felkészítés össztársadalmi jelentőséggel bír, amelyet nem mindig ismernek el kellőképpen [...] Ezzel az egyház fontos küldetést teljesít az emberért, amely egyfelől fiatal embereket képessé tesz a házasság és család továbbra is fontos életformájának sikerre vitelére, másfelől pedig preventív jelleggel védi az egyént és a társadalmat a különélés és válás komoly pszichológiai, szociális és gazdasági következményeitől.”⁷¹⁹

Ugyanakkor az egyház nem elégedhet meg csak a saját teológiai eszközeivel, mert azok – bár fontosak – nem elegendők a tartós házasságok kialakításában.⁷²⁰ Az egyházi kezdeményezéseknek is igénybe kell venniük a pszichológia és a pedagógia ismereteit, eszközeit. Ez azonban nem azt jelenti, hogy a házassági felkészítés a pedagógusok, vagy a pszichológusok feladata lenne csupán, amit az egyházi személyek is, mintegy félprofesszionális segítőként ellátnak.

A dilemmát Bochmann is megfogalmazza:

„Mi is tulajdonképpen a 'házassági felkészítés' és mit akar elérni? Vajon valamilyen vallási kötelesség teljesítéséről van szó? Vagy egy újfajta pszichoterápiás eljárásról? A házassági felkészítés inkább a pedagógia szakterületéhez tartozik? Vagy egyszerűen csak egy átmeneti divatjelenség, amely jó bevételt ígér a női magazinoknak? A lehetőségeknek ez a sokasága világossá teszi, hogy mennyire szükséges a 'házassági felkészítés' szilárd megalapozása.”⁷²¹

Válaszkeresésének összefoglalásában arra a következtetésre jut, hogy a házassági felkészítés több diszciplína ismeretanyagát és célkitűzéseit ötvözi, így azt egyik szakma sem sajátíthatja ki magának, több szakterület képviselője művelheti. Ugyanakkor előrevetíti egy olyan diszciplína szükségességét, amely mindezeket ötvözi magában. Ennek megvalósulását a lelkigondozás és a tanácsadás (Counseling, Beratung) diszciplínájában látja.

„A házassági felkészítés semmi esetre sem pszichoterápiás cél. A pszichoterápia szótani jelentése (és általában a gyakorlata is) valamilyen zavart, vagy betegséget feltételez. A házassági szándék minden bizonnyal nem esik ebbe a kategóriába [...] Emiatt problematikussá válik, ha a házassági felkészítést túlságosan 'elpszichologizáljuk', és ezzel a párkapcsolatot *de facto* patologizáljuk. A házassági felkészítés sokkal inkább úgy írható le, mint 'pszichoedukatív' folyamat. Pedagógiai célkitűzésről van tehát szó, amely bevonja munkájába a pszichológia, és más szociális és bölcsészettudományok (nem utolsó sorban a

⁷¹⁸ Scott M. Stanley, „Making a case for premarital education.” *Family Relations*, 2010/50, 272-280. p.

⁷¹⁹ Markus Wonka, „Kirchliche Ehevorbereitung: Spannungen – Herausforderungen – Chancen.” In: Stephan E. Müller, Erwin Möde (szerk.), *Ist die Liebe noch zu retten? Brennpunkt Partnerschaft, Sexualität und Ehe* (Münster: LIT Verlag, 2004), 210-241.

⁷²⁰ Rajki Zoltán a 2001-es népszámlálás adatait összegezve kimutatta, hogy a legtöbb egyház válási arány alig tér el a társadalmi átlagtól. Tanulmánya szerint a társadalom felnőtt lakosságának 8,9%-a elvált. Ugyanez az arány a magukat katolikusnak vallók között 8,7%, a magukat reformátusnak vallók között 8,8%, a magukat evangélikusnak vallók között 8,3%, a magukat baptistának vallók között 5,7%, valamint a magukat adventistáknak vallók között 8,9%. Vö.: Rajki Zoltán, „Az adventisták családi állapot szerinti megoszlása a 21. század elején a 2001. évi népszámlálási adatai alapján.” *ATF Szemle*, 2008/1, 48-87. p.

⁷²¹ Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 14. p.

teológia!) ismereteit. Pontosán emiatt a házassági felkészítés a lelkigondozás és tanácsadás területén képzett szakemberek kezébe tartozik, amely terület egyre inkább önálló szakmaként lép előtérbe.”⁷²²

A házassági felkészítés műfaji meghatározásával kezdi Szarka Miklós is a lelkipásztoroknak szóló összefoglalását, amikor azt mondja, hogy az egyházi esküvőt

“[...] szakszerű, preventív, lelkigondozói igényességű házassági előkészítő beszélgetéssorozat előzze meg.”⁷²³

A lelkigondozást Szarka is problémaközpontúan értelmezi, ezért a házassági felkészítés esetében megjegyzi:

“[...] a házasulandó párral a lelkész nem ‘lelkigondozói’, hanem ‘lelkigondozói jellegű’ konzultatív beszélgetést folytat.”⁷²⁴

Végül megpróbálja elhelyezni a házassági felkészítést a pszichoterápia és a teológia tengelyén is:

“Hangsúlyozom, hogy a lelkipásztoroknak nem kötelező a pár- és családterápiás kompetencia kialakítása és az ehhez szükséges tanulmányok elvégzése. Azonban az, hogy a lelkigondozásban képezze, illetve tovább képezze magát, és kora elvárásainak mint házassági előkészítő beszélgetést folytató lelkipásztor feleljen meg, mindenképpen elengedhetetlen követelmény. [...] Ennek a ‘többszakmás’ megközelítésnek van jövője. [...] A ‘lelkigondozói jellegű’ házassági előkészítő beszélgetés több, mint doktrináció, de kevesebb, mint terápiás lelkigondozás, azaz nem kríziskezelés.”⁷²⁵

A házassági felkészítés céljait a legátfogóbban Robert Stahmann és William Hiebert fogalmazza meg klasszikus házassági felkészítő művében. A szerzőpáros hét pontban foglalja össze a felkészítő foglalkozások célkitűzéseit: (1) Önismeret – a foglalkozás fontos eleme a felekben az „én-pozíció” kialakítása, hogy képesek legyen felismerni és kifejezni a saját gondolataikat, érzelmeiket, véleményeiket és fantáziáikat. (2) Társismeret – az Önismeret mellett a felek világosabb képet nyernek a társukról is, annak gondolatairól, érzelmeiről, véleményeiről és fantáziáiról. (3) Félelmek feloldása – az esküvő közeledtével a pár nem csak jó érzésekkel, hanem félelmekkel is szembesül. Ezek a félelmek vonatkozhatnak az esküvőre, de a kapcsolatra is. A felkészítési folyamat segít ezeknek a félelmeknek a tudatosításában és feldolgozásában. (4) Mintaadás – a felkészülési folyamat mintát közvetít a pár számára arról, hogy tehet valamit a kapcsolataért. Ez fontos erőforrás lehet később a házasság során. (5) Kommunikáció – a kommunikációs készségek fejlesztése két szinten is megvalósul. Egyfelől a kommunikáció témája explicit módon kifejeződik a felkészülésben ismeretanyag és gyakorlatok formájában, másfelől pedig a tanácsadók is mintát szolgáltatnak a hatékony kommunikációra, amit a párok megfigyelnek és elsajátítanak. (6) Megfigyelés és előrevetítés – a gyakorlatok során a felkészítők

⁷²² Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 10. p.

⁷²³ Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 10. p.

⁷²⁴ Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 10. p.

⁷²⁵ Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 12-14. p.

lehetőséget nyernek a pár kapcsolati dinamikájának megfigyelésére, amelyből következtetéseket tudnak levonni a későbbi házassági kapcsolatra vonatkozóan. Ez segít fontos kérdések tematizálásában és kockázati tényezők tudatosításában. A prognózisban nem csak a szubjektív megfigyelés, de objektív tesztek is segítik a felkészítőt. (7) Gátlások feloldása – a felkészítési folyamat talán legfontosabb célja, hogy a pár lehetőséget kapjon olyan kérdések megbeszélésére, amelyeket maguktól nem tettek volna beszélgetéstémává. Ezek később konfliktusok forrásává válnának, így viszont előre meg tudják fogalmazni közös álláspontjukat és ki tudják dolgozni megoldási stratégiáikat.⁷²⁶

2.1.2 A házassági felkészítés történeti áttekintése⁷²⁷

Fiatal diszciplínáról lévén szó, a vizsgálódásunkba történeti kutatásoktól idegen módon, fiatal forrásokat is beveszünk, a felhasznált „történelmi” források megjelenési idejének határát az ezredfordulónál húztuk meg. Igyekszünk tehát minden jelentősebb művet megvizsgálni, amely 2000 előtt jelent meg.

2.1.2.1 Egyházi megközelítések

Értekezésünk kereteit túlfeszítené, ha kísérletet tennénk minden jelentősebb vallási közösség házassági felkészítő gyakorlataink bemutatására, ezért a hozzáférhető dokumentumok mennyisége (katolikus, református) és a személyes érintettség (adventista) alapján három egyház felkészítői szolgálatának történeti vázlatait mutatjuk be, egyháztörténeti sorrendben.

2.1.2.1.1 Római Katolikus Egyház

2.1.2.1.1.1 A II. Vatikáni Zsinat

A házasságra való felkészítéssel kapcsolatos katolikus források között elsőként a II. Vatikáni Zsinat házasságra vonatkozó ajánlásairól kell szólnunk. Tesszük ezt annak ellenére, hogy a zsinat dokumentuma explicit módon nem tesz ajánlást a házassági felkészítésre, viszont a házasság fontosságának megerősítésével ráirányítja a figyelmet a kérdésre, ami a későbbi évtizedekben konkrét ajánlások, dokumentumok, szabályozások formájában testesül meg. A zsinat ajánlásait az 1965. december 2-án megjelent „Roma

⁷²⁶ Robert F. Stahmann, William J. Hiebert, *Premarital & Remarital Counseling: The Professional's Handbook* (San Francisco: Jossey Bass, 1997), 49-50. p.

⁷²⁷ Ennek az alfejezetnek bizonyos részei önálló tanulmányként jelentek az alábbi címen: Mihalec Gábor, „A jegyesoktatás története.” *Theologiai Szemle*, 2011/1, 33-40. p.

Locuta” című dokumentum foglalja össze. A dokumentum megszületésének indoklásaként a 47. szakasz a társadalmi változásokat nevezi meg: többnejűség, válási járvány, szabad szerelem és egyéb erkölcsi eltévelyedések, önzés, gyönyörhajhászás, meg nem engedett fogamzásgátló eljárások.⁷²⁸ A házasságra való felkészítésre mindössze egy általános ajánlást tesz, amelyet azután a későbbi dokumentumok konkretizálnak:

„A szülők, vagy a gyámok kötelessége, hogy családalapításkor okos tanácsadással irányítsák a fiatalokat. Ezek viszont készségesen hallgassák meg őket.”⁷²⁹

A későbbi források ezt az ajánlást viszik tovább és fejtik ki, a jegyesoktatás feladatát továbbbrazva az egyház, valamint a lelkipásztorok irányába.

2.1.2.1.1.2 Házasság előtt

Ezt a címet viseli egy több mint 300 oldalas kézikönyv, amelyet a Magyar Katolikus Egyház 1972-ben adott ki. Érdekessége, hogy részletes teológiai alapvetés után ismerteti a témával kapcsolatos zsinati dokumentumokat és pápai körleveleket, majd konkrét lépéseket is megfogalmaz a házasságra való felkészítéssel kapcsolatosan. Ennek keretében különbséget tesz a jegyesvizsgálat és a jegyesoktatás között:

„Mindenekelőtt tudni kell, hogy más a jegyesvizsgálat és más a jegyesoktatás. Rendszerint egymásután következnek ugyan, de más a kerete és a jelentősége. A jegyesvizsgálat elsősorban jogi szempontból igyekszik fényt deríteni arra, hogy a jegyesek alkalmasak-e arra, hogy Isten oltára elé lépjenek és ott megkössék a házassági szerződést, vagyis házasságot kössenek.”⁷³⁰

E bevezető után a könyv 25 oldalon taglalja a jegyesvizsgálat módját és tematikáját. Magára a jegyesoktatásra ezzel szemben csak 5 oldalt szentel, ám ez mindenképp fontos lépésként értékelendő a jegyesoktatás önálló lelkigondozói szolgálattá válásában.⁷³¹ A jegyesoktatás tematikájának felállításában jórészt rendszeres teológiai talajon marad, azt 11 pontban fogalmazza meg: (1) Isten rendelése, (2) A házasság szentsége, (3) A hűség, (4) Soha fel nem bontható életszövetség, (5) A polgári házasság, (6) A szeretet, (7) A gyermekáldás, (8) A teremtő Isten munkatársai, (9) A magzatelhajtás, (10) A házassági szándék, valamint (11) A házasságkötés után.⁷³² A magyar egyház ezzel a művel megelőzte a nemzetközi egyházi intézményeket, mert már a nagyobb horderejű nemzetközi dokumentumok megjelenése előtt komolyan foglalkozott a témával.

⁷²⁸ *Roma Locuta*. Idézi: Bánk József (szerk.), *Házasság előtt* (Budapest: Szent István Társulat, 1972), 99-108.

p.

⁷²⁹ *Roma Locuta*, 52. szakasz.

⁷³⁰ Bánk, *Házasság előtt*, 137. p.

⁷³¹ A jegyesvizsgálat erős hangsúlyozása még 1993-ban is megfigyelhető, amikor Manfred Belok a felkészítő lelkipásztor teendői között elsőként a „házasságkötés egyházi feltételeinek teljesülésének megnyugtató vizsgálatát” emeli ki és csak utána beszél a növekedésorientált kapcsolati pasztorációról, valamint a kapcsolati és párbeszéd-készségek fejlesztéséről. Vö.: Manfred Belok, „Zur Aufgabe und Chance kirchlicher Ehevorbereitung und -begleitung.” *Lebendige Seelsorge*, 1993/44, 236-241. p.

⁷³² Bánk, *Házasság előtt*, 164-168. p.

2.1.2.1.1.3 *Familiaris Consortio*

A „*Familiaris Consortio*” II. János Pál pápa apostoli buzdítása az egész katolikus egyház püspökeihez, papjaihoz és híveihez a keresztény család feladatairól a mai világban, amely 1981. december 16-án jelent meg.⁷³³ A későbbi források ezt nevezik a katolikus családszemlélet *Magna Cartájának*.⁷³⁴ A mű bőséges összefoglalást nyújt a katolikus egyház család- és házasságszemléletéről. Témánk szempontjából különösen érdekes a 66. szakasz, amely „A házassági előkészület” címet viseli. Ez kimondja:

„Napjainkban különösen szükséges, hogy a fiatalokat fölkészítsük a házassági és családi életre. A világnak vannak még olyan részei, ahol ősi hagyományaik szerint maguk a családok adják át a fiataloknak – beavatással, vagy fokozatos neveléssel – a házastársi és családi élet tudnivalóit. De azok a változások, amelyek korunk szinte minden társadalmában lezajlottak, azt követelik, hogy ne csupán a család, hanem a társadalom és az Egyház is törekedjék arra, hogy a fiatalokat jól fölkészítse eljövendő feladataikra.”⁷³⁵

A házasságra való felkészítés tehát elsődlegesen a család feladata lenne, ám mivel a család nem mindenhol tölti be ezt a feladatát, felhívja a társadalmat, valamint az egyházat, hogy pótolja a család mulasztásait és segítse a házasulandó párokat a megfelelő felkészülésben. A házasságra való felkészülés folyamatát három lépcsőben különbözteti meg: (1.) távoli, (2.) közelebbi és (3.) közvetlen. Az első két szakasz a gyermek- és ifjúkor katekézisében kerül megvalósításra, a harmadik szakasz pedig az, amit hagyományosan a „jegyesoktatás” és a „házassági felkészítés” kifejezésekkel foglalunk össze:

„Hasznos, ha a közvetlen előkészület a házasságkötés előtti hónapokban és hetekben történik; s ha új tartalmat, témát és formát kap az a vizsgálat, amelyet a házasságkötés előtt a kánonjog megkíván. Erre a minden esetben fontos előkészítésre különösen azok a jegyesek szorulnak rá, akiknek a keresztény tanítás és élet kérdéseiben hiányosságai vagy nehézségeik vannak. A katechumenátushoz hasonló házassági előkészítésben – amely úgy is fölfogható, mint hitre vezető út – az átadásra kerülő anyagban helyet kell kapnia Krisztus és az Egyház misztériumának, a kegyelemnek, és a keresztény házasság feladatainak, de szerepelnie kell benne a házasságkötés liturgiájában való tevékeny és tudatos részvétel előkészítésének is. A házassági előkészítés körvonalazott fokozataiban részt kell vállalnia a keresztény családnak és az egész egyházi közösségnek.”⁷³⁶

Ez a szakasz a házassági felkészítést is katekézis jelleggel ruházza fel, úgy tűnik, mintha a foglalkozások fő témái kimerülnének dogmatikai és ekkleziológiai kérdésekben (erre a megközelítésre jobban illik a „jegyesoktatás” kifejezés). Később azonban kifejezetten bátorítja a püspöki konferenciákat, hogy dolgozzanak ki saját családi pasztorációs direktóriumot, amelyben más jellegű, inkább a kapcsolat dinamikájára és a házasság

⁷³³ *Familiaris Consortio* (Budapest: Szent István Társulat, 1982. Fordítással: Dr. Diós István). Forrás: <http://uj.katolikus.hu/konyvtar.php?h=202> (Találat napja: 2010.11.07.)

⁷³⁴ Pontifical Council For The Family: *Preparation For The Sacrament of Marriage*, 4. szakasz.

Forrás:

http://www.vatican.va/roman_curia/pontifical_councils/family/documents/rc_pc_family_doc_13051996_preparation-for-marriage_en.html (Találat napja: 2010.11.06.)

⁷³⁵ *Familiaris Consortio*, 66. szakasz.

⁷³⁶ *Familiaris Consortio*, 66. szakasz.

egészségügyi kérdéseire vonatkozó témákat is szerepeltetnek. Itt érhető tetten a hangsúlyeltolódás a biblikus-rendszeres teológiai megközelítéstől a gyakorlati teológiai szemlélet felé (és ezzel együtt a jegyesoktatástól a házassági felkészítés felé is):

„[...] törekedjenek arra, hogy kiadják a *Családi pasztoráció direktóriumát*. E direktóriumban elsősorban az 'Előkészítő kurzus' időtartamát, módszereit és témáit kell rögzíteni. Úgy kell összeállítani, hogy ismeretközlő, pedagógiai, jogi és orvosi részei között egyensúly uralkodjék és úgy fogalmazzák meg, hogy a házasságra készülők, amellet, hogy értelmileg felfogják a közölt anyagot, arra is indítást kapjanak, hogy szorosabban kapcsolódjanak az egyházi közösséghez.”⁷³⁷

A katolikus egyház tehát ezen a ponton nem ad részletes módszertant, vagy tematikát a házassági felkészítéshez, ám felhívja a figyelmet annak fontosságára és bátorítja az egyház helyi képviselőit a társadalmi kihívásoknak, a helyi szokásoknak és kultúrának megfelelő program kidolgozására.

2.1.2.1.1.4 Felkészülés a házasság szentségére

Ezt a címet viseli az Alfonso Cardinal López Trujillo által elnökölt pontifikátusi tanács a családról. A tanácskozás eredményeként megszületett 73 szakaszból álló dokumentumot 1996. május 13-án adta ki a Vatikán. Erős függést mutat ez a mű a *Familiaris Consortio*val, és annak házasságra való felkészüléssel kapcsolatos téziseit fejt ki alapos részletességgel. Az előző alapmű háromlépcsős felkészítési stratégiáját viszi tovább és ennek mentén határozza meg az egyes lépések konkrét célját és tematikáját.

A távoli felkészítés oktatási helyszínéként a családot, az iskolát és a hitoktatást nevezi meg. Tematikájára utalva a következőt írja:

„Ebben az életszakaszban alakul ki a hiteles emberi értékek iránti tisztelet, itt tanulják meg a gyermekek a személyközi és társadalmi kapcsolatok szabályait, mindez pedig hatással van a jellemfejlődésükre, az önuralmukra, az önértékelésükre, képességeik megfelelő használatára, és a másik nem tiszteletére. A keresztények számára kívánatos az alapos lelki és katechetikai nevelés (vö.: FC 66).”⁷³⁸

A második, közelebbi szakasznak tartalmaznia kell pedagógiai, lélektani, jogi és orvosi elemeket is a családi életről és a házasságról. Nevelési célját így határozza meg:

„A jegyesek kapjanak útmutatást a férfi és a nő közötti személyközi kapcsolat természetes követelményeiről, hogy betölthessék Isten tervét a házasságra és a családra vonatkozóan. Ide tartozik a lelkiismereti szabadság iránti érzékenység, amely közösségük alapja; a házasság egysége és felbonthatatlansága; a felelősségteljes szülőség kiegyensúlyozott koncepciója; a szexuális közönség emberi aspektusai, annak elvárásaival és következményeivel; valamint a gyermeknevelés kérdése. Mindennek az a célja, hogy megismerjék az erkölcsi igazságot, valamint hogy formálja a lelkiismeretet.”⁷³⁹

⁷³⁷ *Familiaris Consortio*, 66. szakasz.

⁷³⁸ *Preparation For The Sacrament of Marriage*, 22. szakasz.

⁷³⁹ *Preparation For The Sacrament of Marriage*, 35. szakasz.

Fontos megjegyeznünk, hogy a teológiai és erkölcsi kérdések mellett itt explicit módon megjelenik a személyköziség is, ami egyértelműen jelzi, hogy a dokumentum megfogalmazói kapcsolati dinamikai fogalmakban is gondolkodnak.

A közvetlen szakasz az esküvői szertartást megelőző rövid időszak. Ennek négyes szerepet tulajdonít a dokumentum: (1) a felkészítés során tanultak összegzése, (2) az imádságban való elmélyülés, (3) az esküvői liturgia előkészítése, valamint (4) beszélgetés az eskető pappal egymás jobb megismerése céljából.

2.1.2.1.1.5 A Boldogabb Családokért

„A Boldogabb Családokért” a Magyar Katolikus Püspöki Kar körlevele a hívekhez és minden jóakarátú emberhez a házasságról és a családról Magyarországon, amelyet 1999-ben adtak ki.⁷⁴⁰ Ez a dokumentum úgy is felfogható, mint a „Familiaris Consortio” helyi, magyar viszonyokra átültetett, és aktualizált változata. Gyakran hivatkozik az 1981-ben megjelent műre és konkrét lépésekben megfogalmazza annak általános, elvi felhívásait.

A házassági felkészítés fontosságának indoklásában részletes statisztikai adatokkal kitér azokra a társadalmi jelenségekre, amelyeket a későbbiekben részletesen bemutatunk: a házasság intézményének kedvezőtlenebb társadalmi megítélése, a házassági kedv csökkenése a válások számának növekedése, valamint a születések számának csökkenése.⁷⁴¹

A házassági felkészítés konkrét tematikájára térve idézi a Familiaris Consortio 66. szakaszát, és hozzáteszi:

„Napjainkban minden korábbinál nagyobb szükség van arra, hogy a házasságra készülők megfelelő előkészítésben részesüljenek.”⁷⁴²

Jelentős változás a korábbi munkához képest, hogy a felkészítés tematikájába a kapcsolat dinamikáját érintő fontos lélektani kérdéseket is bevon. A jegyesoktatás szakmai komolyságát azzal is növeli, hogy a lelkipásztor feladatává teszi, hogy megfelelő kompetenciák hiányában vonjon be képzett szakembereket vagy tapasztalt párokat a jegyesekkel való foglalkozásba, továbbá szorgalmazza a lelkiségi mozgalmak és házasság csoportok létrejöttének támogatását. Itt már egyértelmű a gyakorlati teológiai jelleg:

„Kívánatos, hogy a felnőtt élet kapujában minden fiatal vegyen részt *házasságra felkészítő* kurzusokon, akkor is, ha még nem készül esküvőre, házasságra. E tanfolyamokon megtanulhatják és gyakorolhatják az egymással való érintkezés, az egymáshoz való alkalmazkodás törvényeit, a konfliktusok megoldásának alapszabályait. Ezeknek az ismereteknek s főleg készségeknek mindenképpen hasznát veszik, akárhogy alakul is később az életük. A lelkipásztoroknak legyen gondjuk arra, hogy jól felkészült előadókkal

⁷⁴⁰ A Boldogabb Családokért. Forrás: <http://www.katolikus.hu/csalad.html> (Találat napja: 2010.11.16.)

⁷⁴¹ A Boldogabb Családokért, 31-43. szakasz.

⁷⁴² A Boldogabb Családokért, 125. szakasz.

rendezzenek ilyen tanfolyamokat. Nagy segítséget jelenthetnek azok a házaspárok, akik saját életük tapasztalatát meg tudják osztani a fiatalokkal.”⁷⁴³

„Reményeink szerint egyre több házasságra készülő pár kaphat segítséget *tapasztaltabb házaspártól*, akik bevezetik őket a gyakorlati tudni- és tennivalókba, tanácsaikkal, segítségükkel átsegítik őket az indulás nehézségein. Reméljük azt is, hogy egyre több lelkeségi mozgalomban, sőt egyházközségben alakulnak *házasságcsoportok*.”⁷⁴⁴

Érdeemes megjegyezni, hogy a Familiaris Consortiohoz hasonlóan ez a levél is különbséget tesz a még konkrét házassági szándék nélküli, a családi életre nevelés keretébe tartozó felkészítési munka és az esküvőt megelőző jegyesoktatás között. Az előzőt fontosabbnak és hatékonyabbnak ítéli az utóbbinál:

„A házasságra való felkészülésre ugyanis többnyire elégtelen az esküvőt közvetlenül megelőzően tartott néhány 'jegyesoktatás', de ugyanígy alkalmatlanok a hittanórák hagyományos keretei és módszerei is, minthogy a házasságra való alapvető felkészülés a személyiség formálásával kezdődik. Az Egyháznak egyre több módon részt kell vállalnia abban, hogy a helyes önismeretre, rendszeres önnevelésre és tudatos életvezetésre, a másokkal való kapcsolatteremtésre elsegítse a gyermekeket és a fiatalokat, ennek pedig már a gyermekkorban el kell kezdődnie. Különleges felelősség hárul itt a katolikus iskolákra: a személyiség formálásának és a családi életre nevelésnek példaadó műhelyévé kell válniuk.”⁷⁴⁵

2.1.2.1.1.6 Kánonjogi szabályozás

Az előzőekben bemutatott irányelveket az egyházi kánon kötelező jelleggel is kimondja a lelkipásztorokra vonatkozóan. Az 1063. kánon rendelkezése így fogalmaz:

„1063. kán. - A lelkipásztorok kötelesek gondoskodni arról, hogy saját egyházi közösségük segítséget nyújtson a krisztushívőknek a házassági állapot keresztény szellemben való megőrzésére és tökéletesítésére, Ezt a segítséget elsősorban a következőképpen kell megadni:

1. szentbeszédekkel, a gyermekeknek, az ifjúságnak és a felnőtteknek szóló hitoktatással, sőt a tömegtájékoztató eszközök használatával is; ezek során a krisztushívők oktatást nyernek a keresztény házasság jelentéséről, a keresztény házastársak és szülők feladatáról;
2. a házasságkötésre való személyes felkészítéssel, amelynek során a jegyesek új állapotuk szentségére és kötelességeire alkalmassá válnak;
3. a házasságkötés gyümölcsöző liturgiájával, amelyből kitűnik, hogy a házastársak a Krisztus és az egyház közti egység és termékeny szeretet misztériumát jelzik, és részesülnek benne;
4. a házastársaknak nyújtott segítséggel, mely támogatja őket abban, hogy a házastársi szövetséget hűségesen megtartva és megvédve, a családban napról napra szentebb és teljesebb életet éljenek.”⁷⁴⁶

A katolikus egyház, mint láthattuk, a református egyház igyekezeteivel ellentétesen elsősorban a lelkipásztorok felé orientálódott a házassági felkészítéssel kapcsolatos nyilatkozataival és segédanyagaival,⁷⁴⁷ azoknak a műveknek a megjelentetése, amelyek

⁷⁴³ A Boldogabb Családokért, 126. szakasz.

⁷⁴⁴ A Boldogabb Családokért, 127. szakasz.

⁷⁴⁵ A Boldogabb Családokért, 126. szakasz.

⁷⁴⁶ Forrás: <http://www.piar.hu/pazmany/konyvek/cic01.txt> (Találat napja: 2010.11.06; kiemelés tőlünk)

⁷⁴⁷ A „minden hívőnek” és „jóakarátú embernek” címzett dokumentumok is olyan „bennfentes” nyelvezettel íródtak, amelyek inkább a lelkipásztorokat és az egyház iránt erősebben elkötelezett laikusokat szólítja meg, mint a közösséghez lazábban kapcsolódó, de a házasságukra jól felkészülni kívánó jegyeseket.

közvetlenül a házasulandókhoz szólnak, csak később, az ezredforduló után válnak általánossá.

2.1.2.1.2 Magyarországi Református Egyház

A református egyház házassági felkészítéssel kapcsolatos erőfeszítései az 1967-ben tartott Jubileumi Zsinattal vették kezdetüket. Az adventista egyházhoz hasonlóan a református egyházban is a házasság és a család megerősítésének összefüggésében, fokozatosan került a figyelem a házasságra való felkészítésre. A házasság és a család helyzetét a zsinat „egész népünket mélységesen érintő kérdéseknek” sőt, „világproblémának” minősíti. Kiemeli a társadalom törekvéseit az erkölcsi színvonal és a családi élet anyagi bázisának növelése érdekében. Ezután kijelenti:

„Kötelességünknek érezzük, hogy társadalmunk ilyen irányú erőfeszítéseit a magunk körében és sajátos eszközeinkkel elősegítsük.”⁷⁴⁸

Noha explicit módon nem mondja ki, ebből a megfogalmazásból kiolvasható, hogy az egyház másként gondolkodik a házasságról és az állami törekvések kiegészítéseként, esetleg annak sajátos hangsúlyait ellensúlyozandó maga is foglalkozni kényszerül a házasság és család kérdéskörével.

2.1.2.1.2.1 Az 1985-ös Istentiszteleti rendtartás⁷⁴⁹

Az 1985-ban megjelent “Istentiszteleti rendtartás” (közismertebb nevén: *Ágenda*) megerősíti a “jegyesoktatás” fontosságát és megnevezi annak tematikáját is:

“A házasságkötés a polgári hatóság előtt történik. Az ‘egyházi esküvő’ a házasságkötés megáldását jelenti – lehetőleg a gyülekezet jelenlétében. Megelőzően a jegyeseket elő kell készíteni az alkalomra. A jegyesoktatás alapja és vezérfonala az eskü szövege, amelyet Isten és a gyülekezet színe előtt majd elmondanak. E tanítás keretében meg kell ismerjék a felek a házassággal, a keresztyén családi élettel, a családtervezéssel és a gyermekek vallásos nevelésével kapcsolatos keresztyén erkölcsi előírásokat. (E kérdésekkel részletesen foglalkozik a *Diakóniai Kézikönyv.*) (Vö. B. rész 75. és C. rész 178. skv. old.)”⁷⁵⁰

Az idézetből jól látszik, hogy a szerkesztők szemléletében jelentős szerepe van az esküvőre való felkészítésnek (és talán kevésbé a házasságra való felkészítésnek). A felkészítés fontos eleme, hogy a házasulandó felek megértsék, mi mellett kötelezik el magukat az eskü

⁷⁴⁸ Bartha Tibor (szerk.), *Örökségünk és feladatunk* (Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1968). Idézi: Ablonczy Dániel, Gyökössy Endre, Adorján József, *Nem jó az embernek egyedül: Útvaló a házasságot kötő fiataloknak; Pásztori segítség a családi élet kérdéseiben minden református családnak* (Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1991), 8. kiadás, 9. p.

⁷⁴⁹ Bartha Tibor (szerk.), *Istentiszteleti Rendtartás a Magyarországi Református Egyház számára* (Budapest: A Magyarországi Református Egyház Zsinati Irodájának Sajtóosztálya, 1985).

⁷⁵⁰ Bartha, *Istentiszteleti Rendtartás*, 40. p. A felkészítő beszélgetések tematikájához javasolt Diakóniai Kézikönyv vonatkozó fejezetei elsősorban nem házassági felkészítő segédletként íródtak, hanem egy szélesebb kontextusban taglalják a házasság és válás etikai és teológiai kérdéseit, a nemiség és szexualitás különböző területeit, a családtervezést, valamint a családi nevelés erkölcsi kérdéseit. Vö.: Bartha Tibor (szerk.), *A Magyarországi Református Egyház Diakóniája* (Budapest: A Magyarországi Református Egyház Zsinati Irodájának Sajtóosztálya, 1986), 187-215. p.

kimondásával. Emellett gyakorlati témakörök is megszólításra kerülnek, de mindvégig az erkölcsi nevelés kontextusában. A jegyesoktatás alapjául szolgáló eskü szövege így hangzik:

“Mondjad először te, keresztyén férfitestvérem:

Én ... esküszöm az élő Istenre, aki Atya, Fiú, Szentlélek, teljes Szentháromság, egy, örök Isten, hogy ...-t, akinek most Isten színe előtt kezét fogom, szeretem. Szeretetből veszem el őt, Isten törvénye szerint feleségül. Hozzá hű leszek, vele megelégszem, vele szentül élek, vele tűrök, vele szenvedek, és őt sem egészségében, sem betegségében, sem boldog, sem boldogtalan állapotában, holtomig vagy holtáig, hitetlenül el nem hagyom, hanem teljes életemben hűséges gondviselője leszek. Isten engem úgy segítsen. Ámen

Mondjad te is, keresztyén nőtestvérem:

Én ... esküszöm az élő Istenre, aki Atya, Fiú, Szentlélek, teljes Szentháromság, egy, örök Isten, hogy ...-t, akinek most Isten színe előtt kezét fogom, szeretem. Szeretetből megyek hozzá, Isten törvénye szerint feleségül. Hozzá hű leszek, vele megelégszem, vele szentül élek, vele tűrök, vele szenvedek, és őt sem egészségében, sem betegségében, sem boldog, sem boldogtalan állapotában, holtomig vagy holtáig, hitetlenül el nem hagyom, hanem teljes életemben hűséges segítőtársa leszek. Isten engem úgy segítsen. Ámen”⁷⁵¹

Az *Ágenda* az esküvői istentisztelet liturgiájának leírásánál még egyszer megerősíti, hogy a jegyesoktatás az eskü szövegén alapul, majd hozzáteszi, hogy a párnak fel kell mutatnia a polgári házasságkötés igazolását.⁷⁵²

“HÁZASSÁGKÖTÉS MEGÁLDÁSA

Jegyesoktatás előzi meg, melynek során ismertetjük a jegyespárral (írásban is kezükbe adjuk) az eskü szövegét és – ha szükségesnek látszik – a helyszínen is elmagyarázzuk, hogy a szertartás során mi a teendőjük, hová álljanak, stb. Felhívjuk figyelmüket, hogy a házassági anyakönyvi kivonatot mutassák be, hogy annak sorszámát az egyházi anyakönyvbe bejegyezhessek. A polgári házasságkötés igazolása nélkül a lelkész nem eskethet.”⁷⁵³

2.1.2.1.2.2 *Nem jó az embernek egyedül*

A zsinat által megfogalmazott célkitűzés 1972-ben öltött konkrét alakot, amikor megjelent a „Nem jó az embernek egyedül” című házassági felkészítő segédlet első kiadása. Hiánypótló szerepét és népszerűségét jelzi, hogy 1991-ig nyolc kiadást ért meg. Ez a mű kifejezetten azzal a szándékkal íródott, hogy a házasságra való megfelelő felkészülést segítse:

„Ajánljuk először a házasságra készülő, vagy házasságot kötő református fiataloknak. Meggyőződésünk, hogy akár a házasságkötés előtt külön-külön, akár a házasságkötés után együtt olvassák el, belőle útmutatást, testvéri és pásztori segítséget és mindenekfelett Isten igéjének eligazítását merítik sorsdöntő lépésükhöz.”⁷⁵⁴

⁷⁵¹ Bartha, *Istentiszteleti Rendtartás*, 180. p.

⁷⁵² Ahogyan később a katolikus gyakorlatban látni fogjuk, itt is megfigyelhető a jegyesoktatás (a házasságra, vagy az esküvőre való felkészítés), valamint a jegyesvizsgálat (a házasságkötés törvényessége felől való meggyőződés) szétválasztása. A korábbi évszázadok során ezt a célt szolgálta az a református gyakorlat is, miszerint a házassági szándékot három egymást követő vasárnapon ki kellett hirdetni a gyülekezetben, hogy ha valaki tudott olyan okról, amely akadály lehetett az házasság megkötésének, akkor legyen ideje és lehetősége ezt elmondani.

⁷⁵³ Bartha, *Istentiszteleti Rendtartás*, 75. p.

⁷⁵⁴ Ablonczy et al, *Nem jó az embernek egyedül*, 9. p.

A könyv megjelenésének indoklásában a szerzők a társadalmi változásokra hivatkoznak, ezek között különösen kiemelve a házasságkötések számának csökkenését, a válások számának növekedését, a népszaporulat csökkenő tendenciáját (1981 óta fogy a lakosság), valamint az abortuszt. Ennek a felsorolásnak fontos szerepe lesz a későbbiekben, amikor a házassági felkészítésre irányuló egyházi és szekuláris törekvéseket elhelyezzük a szélesebb társadalmi kontextusban.

A mű három fő részből áll, amelyek mindegyike más-más szempontot képvisel: (1) Ablonczy Dániel írta a kötet első részét, amely a Biblia házasságról szóló tanítását fejt ki, (2) Gyökössy Endre a lélektan és a „házasságtudomány” útmutatásait foglalja össze, végül (3) Adorján József ad lelkipásztori segítséget a családi élet kérdéseiben.

A műről elmondható, hogy szilárd biblikus és rendszeres teológiai alapokat fektet le a házasság különböző aspektusairól (párválasztás, férfi-női szerepek, szövetség, szeretet, szülőség, stb.). Gyakorlati ismereteket is feldolgoz a párkapcsolat dinamikáját illetően (a házasság életszakaszai, a házasság válságai és azok kezelése, családtervezés, szabadidő, stb.), összességében azonban dominál benne a biblikus és rendszeres teológiai megközelítés a gyakorlati teológiai szemlélet kárára.

2.1.2.1.2.3 *Keresztyén házasság*⁷⁵⁵

Pálhegyi Ferenc könyve teljesen más megközelítésből fordul a téma felé: benne a pszichológus hívja segítségül a teológiát és ezen a szemüvegen át vezeti végig a kiegyensúlyozott házasság összetevőinek bemutatását. Ez a könyv kevesebb figyelmet fordít a biblikus és rendszeres teológiai alapokra. Feltételezhetően abból indul ki, hogy a dogmatikai háttérrel a „Nem jó az embernek egyedül” című munkából már megismerték az olvasók. Így szabadon fordul a kapcsolat kifejezetten gyakorlati, személyközi kérdései felé és azokat dolgozza fel szemléletesen, könnyed stílusban. Noha a könyv felhasznált irodalomjegyzékében kivétel nélkül minden mű egyházi megközelítésű, Pálhegyi olyan témaköröket dolgoz fel, amelyek a későbbi pszichológiai megközelítésekben is megtalálhatók: szexualitás, célok, kommunikáció, konfliktuskezelés, szerepértelmezés, időbeosztás, pénzkezelés.

Érdekes, ahogy a szerző magát pozicionálja a pszichológia és a teológia között:

„Ki írta ezt a könyvet, Isten embere vagy egy pszichológus? Lehet-e a kettő ugyanaz a személy? [...] Pszichológus vagyok, szeretem a szakmámat, odaadással műveltem a keretében fejlődő tudományt [...] Életem alapvető problémáinak megoldását azonban nem a pszichológiától várom, ezért másoknak is azt ajánlom: ne ott keressék.”⁷⁵⁶

⁷⁵⁵ Pálhegyi Ferenc, *Keresztyén házasság* (Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1992).

⁷⁵⁶ Pálhegyi, i. m. 5. p.

Pálhegyi érdeme, hogy a jegyesoktatás kapcsolati dinamikai témaköreit párbeszédbe tudta állítani a Bibliával, ezzel megteremtette az átmenetet a biblikus-rendszeres teológia és a gyakorlati teológia között, amely jellegéből adódóan alkalmasabb a jegyesoktatással való foglalkozásra. A könyv hatását jól szemlélteti, hogy általános elfogadásra talált a református egyházon kívül számos más egyházban is, továbbá gyakran használták lelkipásztorok házassági felkészítő anyagként, valamint ifjúsági rendezvények tematikájaként is.⁷⁵⁷

A fenti áttekintésből látszik, hogy a református egyház viszonylag kevés házassági felkészítő anyagot bocsátott rendelkezésre, ezek azonban nagyon alaposan összeállított művek voltak, amelyeket évtizedekig használhattak különösebb változtatás nélkül. Az is megfigyelhető, hogy a kiadványok a „végfelhasználókat”, a házasulandókat szólítják meg. Egy kiforrott lelkipásztori segédlet elkészüléséig a lelkészeknek 2012-ig, Szarka Miklós könyvének megjelenéséig kellett várniuk.

2.1.2.1.3 Hetednapi Adventista Egyház

2.1.2.1.3.1 Házassági felkészítés Ellen Gould White írásaiban

E. G. White (1827-1915) a Hetednapi Adventista Egyház egyik alapító tagja volt. Munkáiban számos gyakorlati kérdésben adott állásfoglalást, útmutatást, vagy személyes tanácsot. A házassági felkészítés szempontjából két kötet különösen kiemelkedik, az „Üzenet az ifjúságnak” valamint a „Boldog otthon” című munkák.⁷⁵⁸

Az „Üzenet az ifjúságnak” című művet először 1930-ban adta ki a szerzőnő hagyatékát kezelő szerkesztőbizottság. A 345 oldalas kötet az ifjúság erkölcsi nevelésének számos területét öleli fel, közülük az utolsó fejezet foglalkozik a párválasztás kérdéskörével. A házasságkötéssel kapcsolatban a legfőbb célja a tudatosságra való nevelés:

„Fiatal barátaim, tanácskozzatok Istennel és istenfélő szüleitekkel. Foglaljátok ezt az ügyet imáitokba. Fontoljátok meg minden érzelmet és figyeljétek meg annak minden jellemvonását, akivel életsorsotokat akarjátok összekötni. A lépés, amelyre magatokat elhatározzátok, életetek legfontosabb lépése és azt nem szabad elhirtelenkedni. Bár szeressetek, de ne szeressetek vakon.”⁷⁵⁹

A mű sajnos sok helyen túl általánosan fogalmaz, ami visszaélési lehetőségeket kínált szélsőségre hajlamos személyeknek, ezért a művet az 1980-as évek óta nem adják ki. A „Boldog otthon” ugyancsak szerkesztői munka eredményeként született kötetet 1952-ben adták ki először. Közel 500 oldalon mutatja be a családi élet legkülönbözőbb aspektusait. Olyan témaköröket dolgoz fel, mint az otthon berendezése, a férj és a feleség szerepe, a

⁷⁵⁷ Nyugalmozott lelkipásztorokkal készített saját interjúk alapján.

⁷⁵⁸ Meg kell jegyeznünk, hogy mindkét kötet E. G. White idézetek tematikus gyűjteménye, amelyet a szerzőnő hagyatékát kezelő bizottság állított össze.

⁷⁵⁹ Ellen G. White, *Üzenet az ifjúságnak* (Budapest: Bibliaiskolák közössége, 1989), 320. p.

gyermek értéke és nevelése, a család lelki élete, pénzkezelés, pihenés és kikapcsolódás, stb.

A házasságra való felkészülésben a legnagyobb hangsúlyt a társ jellemének megfigyelésére, valamint a gyakorlati készségek elsajátítására helyezi.

„A felek semmiképpen se kössenek házasságot addig, amíg nincs ismeretük a gyakorlati otthoni élet kötelességeiről. A feleség kapjon szellemi és gyakorlati képzést jövő generáció helyes nevelésére. Sok tanult nő, aki kitüntetéssel végezte tanulmányát, szégyenletesen tudatlan az élet gyakorlati kötelességeit illetően. Nélkülözi a család megfelelő irányításához szükséges képzettséget és ennél fogva azt, ami nélkülözhetetlen boldogságához.”⁷⁶⁰

A pénzkezelés fontosságát is kiemeli a sikeres házasság nélkülözhetetlen feltételeként:

„Senkinek sem lehet mentsége, hogy nem ért a pénz kezeléséhez. Sok emberről elmondható, hogy kedves, szeretetre méltó, adakozó, jó ember, jó keresztény, de saját dolgait nem tudja irányítani. Ami javainak kiadását illeti, olyan mint egy gyermek. Szülei nem nevelték arra, hogy megértse és gyakorolja az önfenntartás elveit.”⁷⁶¹

Korára jellemző, hogy a kapcsolati dinamikai elemek helyett a kötelességek oldaláról közelíti meg a házasságra való felkészülést. Ugyancsak fontos megjegyeznünk, hogy nem gondolkodik lelkész által tartott házassági felkészítésben, hanem azt kizárólag a család feladatkörébe delegálja.

2.1.2.1.3.2 Nemzetközi szabályozások 1977 után

1977 azért jelentős dátum az egyház házassági felkészítési szolgálatában, mert a világszervezet (Generál Konferencia) Otthon- és Családszolgálatának akkori vezetői, Delmer W. Holbrook és Betty Holbrook összehívtak egy konferenciát Washingtonban, amelyen számos lelképásztor és családi szakember is részt vett. A konferencia fő témája az volt, hogy az egyház miként válaszolhat a családi életet érő kihívásokra. A megoldási javaslatok között szerepelt egy egységes házassági felkészítő segédlet összeállítása, amelyet az egyházban világszerte használhatnak.⁷⁶²

A segédanyag összeállítására létrehívtak egy munkacsoportot, amelyet lelképásztorok, tanárok, családi életre nevelők, családterapeuták, nőgyógyászok és pszichológusok alkottak. Közöttük volt Ron és Karen Flowers is, akik 1980 és 2010 között az egyház világműködésének Családi Osztályát vezették. Két éves szerkesztői munka után elkészült a házassági felkészítő segédlet kézírata, amely három kötetből és három hangkasszettából állt. A dokumentum fontos része volt egy házassági előrejelző teszt, amelyet Ernest Burgesstől adaptáltak, valamint hét ülés beszélgetésvázlata (6 az esküvő előtt, 1 az esküvő után). A

⁷⁶⁰ Ellen G. White, *Boldog otthon* (Budapest: Advent Kiadó, 1998), 75. p.

⁷⁶¹ White, *Boldog otthon*, 79. p.

⁷⁶² „Premarital Guidance in the Seventh-Day Adventist Church.” Forrás: http://www.adventistfamilyministries.org/world/premarital_guidance.htm (Találat napja: 2010.11.12.)

munka elméleti részére nagy hatással volt Norman Wright munkássága, aki 1977-ben az egyház J. N. Andrews Egyetemén tanított családi életre nevelést. Ugyancsak fontos forrásként szolgáltak Edward Bader és Claude Gulder munkái, akik a '70-es évek elején Torontóban végeztek kutatásokat a házasság előtti tanácsadás hatékonyságáról.⁷⁶³ A munkaanyag „Marriage Education; Togetherness, Oneness, Joy.” (Házassági nevelés; közösség, egység, öröm) címen jelent meg, és 1980-ig három kiadásban mintegy 1.500 példányban fogyott el. A művet azzal a kritikával illették, hogy túl szerteágazó, annyi információt tartalmaz, hogy a felkészítők és a párok elvesznek benne, ezért 1985-ben revideálták és egyszerűsített változatban újra kiadták „Preparing for marriage” (Felkészülés a házasságra) címen.⁷⁶⁴ A dokumentum a házasság számos területét dolgozza fel, jellemzően nagy hangsúlyt fektetve a kapcsolati dinamikai elemekre. Olyan területeket ölel fel, mint: párválasztás, értékek és célok, szerelem és érzelmek, vallásos meggyőződés és elvárások, szerepek és felelősségek a házasságban, kommunikáció és konfliktuskezelés, pénzügyek, egymás szüleivel való kapcsolat, szexualitás és családtervezés, egészség és szokások.

2.1.2.1.3.3 1984-es Generál konferenciai határozat

1984-ben az egyház legfelső döntéshozó testülete a Generál Konferencia az egész világgözöösségre vonatkozóan a következő határozatot hozta:

„A hetednapi adventista lelkészek részesítsék házasságra való felkészítésben a házasságkötésre jelentkező párokat. Ahol lehetséges, ez a felkészítés néhány tanácsadási ülésből álljon, amelyet az eskető lelkész, vagy más képzett személy tart. A házasság előtti tanácsadás javasolt módszereként, valamint ahol a tanácsadás nem lehetséges, ott a párok részére önképző segédletként a Generál Konferencia Otthon- és Családszolgálat kiadta a 'Marriage Education' (Házassági nevelés) című programot, amely tanulmányozási útmutatót, kazettákat, javasolt irodalomjegyzéket, tesztekét és más lényeges információkat tartalmaz.”⁷⁶⁵

A határozatot az egyház családi osztályvezetőinek első világtalálkozásán 1996-ban megerősítették, ahol újból elkötelezték magukat a házasságra való felkészítés fontossága mellett.⁷⁶⁶

⁷⁶³ Forrás: http://www.adventistfamilyministries.org/world/premarital_guidance.htm (Találat napja: 2010.11.12.)

⁷⁶⁴ Ron Flowers, Kit Watts, *Preparing for marriage* (Silver Spring: Department of Family Ministries, General Conference of Seventh-day Adventists, 1985).

⁷⁶⁵ Határozat száma: 245-84NG. Forrás: „Premarital Guidance in the Seventh-Day Adventist Church.”

⁷⁶⁶ Határozat száma: 96FMWA-8. Forrás: „Premarital Guidance in the Seventh-Day Adventist Church.”

2.1.2.1.3.4 1989-es osztálymunka szabályzat

1989-ben a Generál Konferencia újrafogalmazta a Családi Osztály munkaszabályzatát. Ebben a házassági felkészítés központi szerepet kapott. Az új szabályzó szerint a világgözösség Családi Osztálya következő feladatokat látja el:

- „1. A divíziók⁷⁶⁷ vezetőségének ellátása a Biblián és a próféta-ság lelkén alapuló munkaanyagokkal.
2. A divíziók vezetőségének segítése az aktuális kutatások figyelemmel kísérésével, és a leghatékonyabb módszerek adaptálásával.
3. A divíziók segítése a különböző kultúrákba adaptálható házassági felkészítő anyagokkal, amelyeket az egyes uniók⁷⁶⁸ alkalmazhatnak, valamint egy mintaprogram kidolgozása, amely bemutatja a lefedni kívánt területeket és a leghatékonyabbnak bizonyult módszereket.
4. A divíziók felkérésére vezetők kiképzése, akik a helyi lelkészeket kiképzik a párok házasságra való felkészítésére.”⁷⁶⁹

2.1.2.1.3.5 A lelkészi kézikönyv ajánlása

A különböző határozatok és értékes segédanyagok ellenére úgy tűnik, nem vált általános gyakorlattá a lelkészek által felkínált házassági felkészítés. A lelkészek munkájának irányelveit összefoglaló „Lelkészi kézikönyv” ugyanis némileg kritikus hangnemben beszél erről a kérdésről:

„Az adventista lelkészek ellenzik a válást, mégis sokkal könnyebben veszik az új otthonok teremtését, mint számos egyéb felekezetben történik. Ott a lelkészek nem esketnek meg senkit, akinek nem tartottak házassági előkészítést, katekizmust, vagy jegyesoktatást. Gyakran hetenkénti találkozót kérnek, és házi feladatot adnak a párnak több hónapon át, mielőtt megtartanák az esküvőt. Az adventista lelkészeknek is intenzív jegyesoktatást kell tartaniuk, mielőtt sor kerülhetne az esküvőre. [...] megtörténhet, hogy a házasság előtti tanácsadás még akkor sem változtatja meg a jegyesek elhatározását, ha komoly gondok vannak, mégis van haszna ennek a szolgáltatásnak. A lelkész és a pár között olyan bizalmi kapcsolat alakul ki, ami alapot ad a későbbi pásztorációs szolgálathoz.”⁷⁷⁰

A kézikönyv megerősíti a Házassági felkészítés fontosságát. Egyúttal arra is rámutat, hogy a felkészítési folyamat során fontos bizalmi kapcsolat alakul ki a pár és a lelkész között, ez pedig természetes közeget biztosít a házassági problémák megoldásához való későbbi segítségkéréshez.

2.1.2.2 Szekuláris megközelítések

2.1.2.2.1 Állami család- és nővédelmi tanácsadás

Magyarországon az 1970-es években minden első házasságkötésre készülő, 35 évet be nem töltött házasulandónak kötelezően részt kellett vennie erre kijelölt orvosok (általában szülész-nőgyógyászok) által tartott család- és nővédelmi tanácsadáson.

⁷⁶⁷ A Generál Konferencia helyi, általában egy-egy földrészt átfogó képvisellete.

⁷⁶⁸ Az egyház helyi, általában egy-egy országra kiterjedő szervezete.

⁷⁶⁹ Idézi: „Premarital Guidance in the Seventh-Day Adventist Church.”

⁷⁷⁰ Sz. n. *Hetednapi adventista lelkészi kézikönyv* (Budapest: Advent Kiadó, 1996), 231. p.

„A tanácsadás alkalmával sor kerül családtervezési kérdések megbeszélésére, de arra is, hogyan képzelik el a házastársak a jövőjüket, hol fognak lakni, biztosítva vannak-e a feltételek (lakás, munka, stb.) ahhoz, hogy együtt éljenek és hogy leendő gyermekeiket felnevelhessék. Lehetőség van arra, és indokolt is, hogy feltárják előtte esetleges más problémáikat. Így különösen indokolt vele megbeszélni, hogy nincs-e valamelyiküknek olyan betegsége, amely születendő gyermekükre káros lenne. Ennek érdekében – kérelmükre – az orvos vizsgálatot is végezhet.”⁷⁷¹

A tanácsadáson való részvételről az orvos igazolást adott a párnak, ami nélkül nem lehetett a házasságot megkötni. Ennek a tanácsadásnak az információs anyagként jelent meg több kiadvány is, amely a házasság más-más aspektusára fektetett hangsúlyt. Mindegyik kiadvány a „Házasság előtt” címet viselte. Bemutatásukban ezért nem a könyv címe alapján, hanem a kiadás éve alapján sorakoztatjuk fel őket.

Az 1974-ban megjelent 20 oldalas kiadvány⁷⁷² legfőbb célja a családtervezésről való felvilágosítás. A bevezetőben felsorolja a családalapítással kapcsolatos érvényes jogi szabályozásokat (terhesek jogai, gyermekneveléshez nyújtott anyagi segítség), majd rátér a különböző fogamzásgátlási módszerek bemutatására. Nem preferál egyetlen fogamzásgátlási módot sem, mindegyiknek bemutatja az előnyeit és hátrányait, majd a párra bízta a választást. Végül beszél az abortuszról is, bemutatva annak rövid és hosszú távú kockázatait, és figyelmezteti az olvasót, hogy azt amennyire csak lehet, kerülje el. A kiadvány különös értéke egy egyoldalas bibliográfia, amely további támpontokat nyújthat a felkészülést komolyan vevő párnak.

1975-ban egy 32 oldalas kiadvány⁷⁷³ jelent meg, melynek szerzője meleg hangvétellel, már-már atyáskodó stílusban vezeti be a párokat a házasság kérdésébe. Alapállása, hogy minden házasság más, ezért nem létezik megbízható recept annak helyes működtetésére.

„Mégis van néhány, évszázadok tapasztalataiból levont alapgondolat, amely eligazíthatja az útra indulót.”⁷⁷⁴

Három tényezőt sorol fel: (1) a szerelem jelentősége, (2) némi objektivitás szükségessége, valamint (3) a családalapításhoz szükséges körülmények biztosítása. A továbbiakban a füzet ismerteti a házassággal kapcsolatos családjogi szabályozásokat, majd kitér néhány lényeges, a kapcsolat dinamikájával is foglalkozó kérdésre, mint például egymás személyiségének elfogadása, egyenlőségelvű szereposztás megvalósítása, a szülőkkel és barátokkal való kapcsolat és annak házasságra gyakorolt hatása, a szülői szerepre való felkészülés. A szexualitás csak marginális szerepet kap, ám mindenképp kiemelendő, hogy

⁷⁷¹ Sulyok K., Bacsó J., Hajdú T., Takács F.-né, Némethy L., Nagy L., *Házasság előtt* (Budapest: Állami Ifjúsági Bizottság, Magyar Nők Országos Tanácsa, Minisztertanács Tanácsi Hivatala, 1979), 8. p.

⁷⁷² Sz. n. *Házasság előtt* (Budapest: Fővárosi Egészségnevelési központ, Magyar Vöröskereszt Budapesti Titkársága, 1974).

⁷⁷³ Majzik Lászlóné, *Házasság előtt* (Budapest: Állami Ifjúsági Bizottság, Magyar Nők Országos Tanácsa, Minisztertanács Tanácsi Hivatala, 1975).

⁷⁷⁴ Majzik Lászlóné, *Házasság elő*, 7. p.

nagy hangsúlyt fektet a házassági hűségre, amit az 1974-es családjogi törvény is megfogalmaz.

Az 1979-ben megjelent 70 oldalas mű⁷⁷⁵ a legátfogóbb felvilágosító anyag a felsoroltak közül. Bemutatja a családjogi törvény mindennapi alkalmazását, valamint a családalapításhoz igénybe vehető állami támogatásokat. Hogy miért fektet ilyen aránytalanul nagy hangsúlyt a jogi oldalra, azt így magyarázza:

„Mindezeknek az ismerete szükséges a házasulók számára. Ismerjék meg jogaikat és kötelességeiket. Csak így tudnak azokkal élni, illetőleg azokat teljesíteni. Akkor lesz jó a családi közösség, ha ezek ismeretében a család minden tagja tiszteletben tartja egymás jogait és kötelességeit. A család érzelmi közösség is, ezért az egymás iránti tiszteletet, a jogok és kötelességek teljesítését a szeretetnek, megértésnek, egymás megbecsülésének kell áthatnia.”⁷⁷⁶

Kiemelendő előnye a műnek, hogy sokat foglalkozik a pénzügyekkel, így a házasulandókat az igénybe vehető támogatások és takarékosági lehetőségek bemutatása mellett tudatosságra is neveli, hogy tervezetten, kiszámítható módon éljék meg kapcsolatuk pénzügyi aspektusait. Hátránya viszont, hogy a kapcsolat dinamikai tényezőit teljesen figyelmen kívül hagyja.

2.1.2.2.2 Pszichológus szerzők a házassági felkészítésről

A különböző megközelítések bemutatását a pszichológiai megközelítésekkel zárjuk. Ahogyan látni fogjuk, az egyházi intézkedésekkel párhuzamosan a házasságra való felkészítés kérdéskörére a pszichológus szerzők és empirikus kutatóműhelyek is felfigyeltek.

Adler már 1926-ban felvetette a házasság előtti tanácsadás gondolatát.⁷⁷⁷ A második világháború után azonban a pszichológiai vizsgálatok érdeklődésének középpontjában az individuuum állt, ezért a párkapcsolat és család témakörében csak elvétve találkoztunk publikációkkal. Az 1970-es évek elejétől fokozatosan szélesedik a kutatók látóköre és elkezdnek foglalkozni a házasság és ezen belül a házasság előtti tanácsadás kérdéskörével is. Mark Meadows és Jaci Taplin 1970-ben kijelenti:

„Szükség van a házasság előtti tanácsadás elméleti kereteinek kidolgozásra, valamint olyan kutatásokra, amelyek igazolják annak gyakorlatát.”⁷⁷⁸

⁷⁷⁵ Sulyok et al, *Házasság előtt*.

⁷⁷⁶ Sulyok et al, *Házasság előtt*, 5. p.

⁷⁷⁷ A. Adler, *Cooperation between the sexes: Writings on women, love and marriage, sexuality and its disorders* (New York: Anchor Books, 1978). Idézi: D. Russell Bishop, „An Evaluation of Premarital Counseling from an Adlerian Perspective.” *Individual Psychology*, 1993/49, 296. p.

⁷⁷⁸ Vö: Mark E. Meadows, Jaci F. Taplin, „Premarital counseling with college students: A promising triad.” *Journal of Counseling Psychology*, 1970/17, 516-518. p. Idézi: Bishop, „An Evaluation of Premarital Counseling from an Adlerian Perspective.” 298. p.

Ahogy az első fejezetben láttuk, ugyancsak a '70-es években indulnak el a nagyobb családterápiás kutatások is, ám ezek főként patológiás helyzetekkel foglalkoznak és nem térnek ki a házassági felkészítésre. Az 1980-as azonban években intenzív kutatások kezdődnek a témában.⁷⁷⁹ Ekkor kerül sor a házassági felkészítés céljának pszichológiai meghatározására is.

„A házasság előtti tanácsadás alapvető törekvése, hogy segítsen a leendő házastársaknak kapcsolatuk kiértékelésében, valamint megismertesse őket olyan módszerekkel, amelyekkel boldogabbá és sikeresebbé tehetik házasságukat.”⁷⁸⁰

Arnold Lazarus a már idézett, 1985-ben írt könyvét így kezdi:

“A házassági anyakönyvi kivonatot – más okmányoktól, oklevelektől eltérően – nem azért kapja az ember, mert bizonyos tudásról tanúbizonyságot tett. Az orvosi diploma igazolja, hogy tulajdonosa rendelkezik a gyógyításhoz szükséges ismeretekkel, a jogosítvány tanúsítja birtokosa alkalmasságát a gépjárműforgalomban való részvételre. És a házassági anyakönyvi kivonat? Oly sok házasság, illetve párkapcsolat lehetne harmonikusabb, szeretetteljesebb és értelmesebb, ha lennének ‘házasság-előkészítő iskolák’, mint ahogy magától értetődően vannak autóvezetést oktató iskolák.”⁷⁸¹

Saját felvetéséről azonban gyorsan le is mond, amikor így folytatja:

“Csak az a kérdés: ki lenne a tanár egy ilyen intézményben? Számos házassági tanácsadónak, pszichológusnak, pszichiáternek a feje éppúgy hamis illúziókkal van tele, mint a pácienseiké. A végeredmény: szinte senki sem tudja, hogyan kell harmonikusan együtt élni!”⁷⁸²

Említésre méltó Charles Huber tanulmánya, aki 1987-ben részletesen kidolgozott kerettervet fogalmaz meg a házassági felkészítéshez.⁷⁸³ A tanácsadási folyamat olyan témákat dolgoz fel, mint a házasság erőforrásai, a kapcsolat megértése, kongruencia a házasságban, és a döntéshozatal. Alkalmazza az Olson által kidolgozott PREPARE tesztcsomagot is a kapcsolat dinamikai kategóriáinak felmérésére.

A témával való intenzív foglalkozás ellenére 1993-ban még mindig hiányosságok mutatkoznak. Bishop a következő pontokat veti a szakma szemére: (1) Még mindig nem vált evidenssé a házasság előtti tanácsadás szükségessége, hiszen házassági és családi szakkönyvek sora jelenik meg anélkül, hogy akár csak egy alcímet is szentelne ennek a kérdéskörnek, (2) a kutatók nem jutottak megállapodásra a házasság előtti tanácsadás technikáit illetően, ahány szerző megnyilatkozik a témában annyi féle módszertan létezik,

B. Silliman, W. R. Schumm, „Topics of interest in premarital counseling: Clinet’s views.” *Journal of Sex & Marital Therapy*, 1989/15, 199-206. p. Idézi: Bishop, „An Evaluation of Premarital Counseling from an Adlerian Perspective.” 300. p.

⁷⁷⁹ P. Giblin, D. H. Sprenkle, R. Sheehan, „Enrichment outcome research: A meta-analysis of premarital, marital and family interventions.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1985/11, 257-271. p. Idézi: Bishop, „An Evaluation of Premarital Counseling from an Adlerian Perspective.” 303. p.

⁷⁸⁰ D. A. Bagarozzi, P. Rauen, „Premarital counseling: Appraisal and status.” *American Journal of Family Therapy*, 1981/9, 13-30. p. Idézi: Bishop, „An Evaluation of Premarital Counseling from an Adlerian Perspective.” 299. p.

⁷⁸¹ Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*, 7. p.

⁷⁸² Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*, 7. p.

⁷⁸³ Charles H. Huber, „Premarital Counseling Using Time for a Better Marriage.” *Individual Psychology*, 1987/43, 202-205. p.

és (3) szükség volna hosszabb távú utánkövetéses vizsgálatokra, amelyek bemutatják a házasság előtti tanácsadás hosszabb távú hatásait.⁷⁸⁴

Az empirikus műhelyek közül kiemelkedik David Olson és munkatársainak hozzájárulása a házassági felkészítés tudományos kritériumok szerint műveléséhez. Ahogyan már korábban is utaltunk rá, Olson kutatásainak kezdetétől fogva az a cél vezette, hogy egy tesztsomagot dolgozzon ki, amely átfogó képet nyújt a pár kapcsolatáról, és amely a tanácsadási folyamatban fontos információkat biztosít a tanácsadónak. Már az első tesztsomag, amelyet kidolgozott, házasságra készülő pároknak szólt, így Olson tekinthetjük a házassági felkészítő tesztek kidolgozásának úttörőjeként.⁷⁸⁵ Ennek utódjaként jelent meg többszöri revidálás után 1977-ben a ma is használt „PREmarital Personal And Relationship Evaluation” (PREPARE) tesztsomag első változata, amely a párkapcsolat három síkját méri fel: (1) Intrapersonális sík (idealisztikus torzulás, házasság iránti elvárások, hitbeli meggyőződés, szabadidőtöltés), (2) interperszonális sík (kommunikáció, konfliktuskezelés, szexualitás, szerepértelmezés, szülőség), valamint a (3) külső sík (pénzügyek, család és barátok, származási család).

Kutatásainak összefüggő rendszerbe foglalásaként Olson kiadta a „Building Relationships: Developing Skills for Life”⁷⁸⁶ című könyvét, amely 13 fejezetben foglalja össze házasságra készülő párok számára a sikeres házassági kapcsolat elemeit. A könyv nem csupán elméleti ismereteket közöl, hanem tesztekkel és gyakorlatokkal ösztönzi a párokat a témák feldolgozására, az azokról vallott nézeteik megbeszélésére. Olson külön érdeme, hogy empirikus kutatóként a házasság várható sikerét meghatározó témák körébe a hit kérdését is bevonja. Az általa kidolgozott házasság előtti tanácsadói rendszer ezért jól alkalmazható egyházi kontextusban is, ami miatt egyházi szakemberek széles köre bedolgozta a saját házassági felkészítési rendszerébe.⁷⁸⁷ Ugyanakkor azt is megállapíthatjuk, hogy Olson munkásságával a házassági felkészítés új irányzatként meghonosodott a pszichológiában. Mivel a házassági felkészítés – mint a “műfaji” tisztázásban már láttuk – nem terápiás jellegű foglalkozás (a házasodási szándék nem egy patológia, amiből ki kell a klienseket

⁷⁸⁴ Bishop, „An Evaluation of Premarital Counseling from an Adlerian Perspective.” 304. p.

⁷⁸⁵ Az 1968-as „Pre-Marital Attitude Scale” (PMAS). Vö.: Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 44. p.

⁷⁸⁶ David H. Olson, John DeFrain, Amy K. Olson, *Building Relationships: Developing Skills for Life* (Minneapolis: Life Innovations, 1999).

⁷⁸⁷ Például: Karen Flowers, Ron Flowers, „Preparing Couples for Marriage.” Forrás: http://www.adventistfamilyministries.org/world/premarital_preparing.htm (Találat napja: 2010.11.19.). Továbbá: Bryan Craig, *Beginnings: A Pre-Marital Counselling Resource for Pastors* (Sydney: Adventist Family Ministries, 2002), 53-61. p.

gyógyítani), ezért a pszichológia tudományán belül a házasság előtti tanácsadást az úgynevezett pszichoedukatív irányzatok közé sorolják.⁷⁸⁸

2.1.2.2.3 A házassági felkészítést befolyásoló társadalmi kontextus, valamint a kihívásokra adott egyházi és pszichoterápiás válasz

A házassági felkészítés történetének felvázolását nem fejezhetjük be annak megválaszolása nélkül, hogy miért éppen az 1970-es és '80-as években kezdtek el egyházi és szekuláris szakemberek felismerni a házasságra való felkészítés fontosságát. Már az egyházi megközelítések bemutatásakor felhívtuk a figyelmet arra, hogy azok szoros párbeszédben álltak a társadalommal és a társadalmi kihívásokra való válaszként fogalmazódtak meg. Több forrás kiemeli a társadalmi változások között a házasságkötések számának csökkenését, a válások számának növekedését, valamint a népesség fogyását és az abortusz problematikáját. Az alábbiakban bemutatunk néhány példát arra vonatkozóan, hogy ezek a változások miként alakultak az említett évtizedekben.

Magyarország:⁷⁸⁹

Magyarország	1941	1949	1960	1970	1980	1990	2001
Házasságkötések száma	79 074	107 820	88 566	96 612	80 331	66 405	43 583
Válások száma	6 858	12 556	16 590	22 841	27 797	24 888	24 391
Terhesség-megszakítások száma	-	-	162 160	192 283	80 882	90 394	56 404
Természetes szaporodás	53 698	84 680	44 936	31 622	3 318	-19 981	-35 136

11. Táblázat: A házassági felkészítést befolyásoló jelentősebb demográfiai adatok a 20. század második felében Magyarországon.

Megfigyelhető, hogy a hullámzó házasságkötési szám mellett Magyarországon folyamatosan nőtt a válások száma. 1970 és 1980 között azonban a házasságkötések száma drasztikusan csökkent (16.281 házasságkötéssel kevesebb!), ugyanakkor ebben az időszakban (1981-ben) a természetes szaporulat átment negatív értékbe (vagyis a lakosság száma elkezdett csökkenni).

Németország:⁷⁹⁰

⁷⁸⁸ Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 95-118. p.

⁷⁸⁹ Forrás: http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/xstadat/xstadat_eves/i_wnt001a.html (Találat napja: 2010.11.02.)

⁷⁹⁰ Forrás: <http://www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Statistiken/Zeitreihen/LangeReihen/Bevoelkerung/Content75/lrbev06a,templateId=renderPrint.psml> (Találat napja: 2010.11.02.)

Németország	1950	1960	1970	1980	1990	2000	2008
Házasságkötések száma	750 452	689 028	575 233	496 603	516 388	418 550	377 055
Válások száma	134 600	73 418	103 927	141 016	154 786	194 408	191 948

12. Táblázat: A házassági felkészítést befolyásoló jelentősebb demográfiai adatok a 20. század második felében és az ezredfordulón Németországban.

Németországban nem figyelhető meg ebben az időszakban nagyobb méretű változás. Az évtizedek során folyamatosan csökkent a házasságkötések száma, valamint nőtt a válások száma. Talán ez is az oka annak, hogy Németországban csak az új évezredben jelentek meg jelentősebb szakkönyvek a házassági felkészítés témájában,⁷⁹¹ és talán ez lehet az oka annak is, hogy a Németországban számottevő tagsággal bíró evangélikus egyház nem adott ki jelentősebb nyilatkozatot sem a témában.

Amerikai Egyesült Államok:⁷⁹²

USA	1950	1960	1970	1980	1996
Házasságkötések száma	1.667.231	1.153.000	2,158.802	2.413.000	2.344.000
Válások száma	385.144	393.000	708.000	1.182.000	1.150000
Arány	4,3 : 1	3,9 : 1	3,0 : 1	2,0 : 1	2,0 : 1

13. Táblázat: A házassági felkészítést befolyásoló jelentősebb demográfiai adatok a 20. század második felében és az Egyesült Államokban.

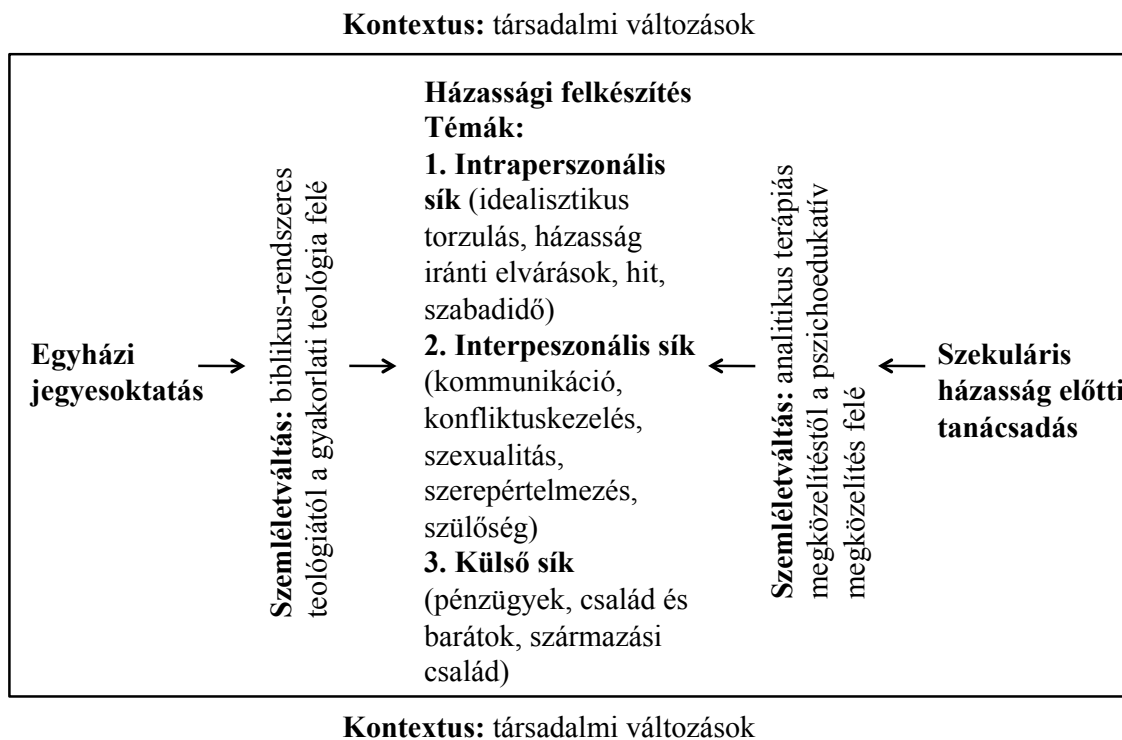
Az Egyesült Államokban Magyarországhoz hasonló nagy kilengés figyelhető meg 1970 és 1980 között. Míg korábban a házasságkötések és válások aránya 0,4-el, majd 0,9-el csökkent, az említett két évtized között egy egész számmal közelebb került a két érték egymáshoz. Sem előtte, sem utána nem volt ilyen nagyméretű változás (sőt, utána mintha az arány stabilizálódott volna). Kijelenthetjük tehát, hogy a házassági felkészítésre vonatkozó kibontakozó törekvések, nyilatkozatok, kutatások és publikációk tudatos válaszkeresések voltak a társadalomban végbemenő eseményekre.

Vizsgálódásunk összegzéseként elmondhatjuk, hogy úgy az egyházi “jegyesoktatás”, mint a szekuláris “házasság előtti tanácsadás” az 1970 és 1980 között lezajló társadalmi változásokra adott válaszként született meg. E válasz – mindkét oldalon– többszöri módosításokon átesett változatát nevezzük ma egységesen házassági felkészítésnek. Az

⁷⁹¹ Például: Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*.

⁷⁹² Stephen A. Grunlan, *Marriage and the Family: a Christian perspective* (Grand Rapids: Zondervan, 1999), 284. p.

ebben az időszakban robbanásszerűen megnőtt válási mutatók, valamint az ezzel együtt megfigyelhető házassági kedv csökkenése, továbbá a népesség fogyása szerzők és szervezetek sorának irányította a figyelmét a házasságra és a házassági válságok megelőzésére, ami a házasságra való felkészítésben testesült meg. Az egyes megközelítésekben végbemenő változásokat a következő ábrával szemléltethetjük:



5. Ábra: A házassági felkészítést egyházi és szekuláris megközelítésének változásai.

Jóllehet az egyházi és szekuláris irányzatok különböző oldalról közelítették meg a témát, hasonló fejlődési utat jártak be és hasonló következtetésekre jutottak el. Az egyházi megközelítésben a biblikus-rendszeres teológiai munkától a gyakorlati teológia felé fejlődött a házassági felkészítés meghatározása, amely a dogmatikai tényezők mellett fokozatosan kiterjedt pszichológiai, kapcsolati dinamikai szempontokra is. Ezzel párhuzamosan a szekuláris kutatások fokozatosan elmozdultak a terápiás megközelítéstől a pszichoeducatív megközelítés felé, a házasság előtti tanácsadás tematikájába pedig a hit kérdését is bevonták, mint a kapcsolat dinamikáját és várható sikerét meghatározó tényezőt. Az egyházi irány tehát fokozatosan haladt a pszichológia felé, míg a pszichológia a spiritualitás felé. Így mára a házassági felkészítés egy többé-kevésbé egységes, interdiszciplináris és interkonfesszionális tevékenységként határozható meg.

2.1.3 A házassági felkészítés hatékonysága, aktuális irányzatai és speciális kihívásai

A házassági felkészítés történetének áttekintése után annak aktuális kérdéseit tesszük vizsgálatunk tárgyává. Ennek keretében megvizsgáljuk a házassági felkészítés jelenleg alkalmazott eljárásait, azok tartalmát és hatékonyságát. Az aktuális módszerek között külön kezeljük az egyházi háttérű irányzatokat, valamint az empirikus háttérű, szabványosított eljárásokat. természetesen az ezredfordulónál nem húzható éles határvonal, így a “történelmi” és aktuális koncepciók között számolunk átfedéssel. Végül a házassági felkészítés speciális kérdéseivel foglalkozunk, amelyek jelenléte különös kockázatot jelenthet a pár leendő boldogságára nézve, ezért a házassági felkészítés folyamatában is külön ki kell térni rájuk.

2.1.3.1 A házassági felkészítés hatékonyságának mérése

Ahogy az empirikus vizsgálatok egyre nagyobb teret hódítanak a gyakorlati teológiai diszciplínákban, valamint ahogy egyre nagyobb átfedések alakulnak ki teológia és pszichoterápia között, egyre nagyobb érdeklődés mutatkozik a házassági felkészítés hatékonyságának empirikus szempontok alapján történő mérésére. Ezzel feltárható, hogy melyek a legfontosabb elemek a házassági felkészítés tematikájában, valamint, hogy melyek azok a módszertani elemek, amelyek a legjobban segítik a felkészülés szempontjából fontos témakörök elmélyítését. Egy házassági felkészítő program kiértékelése számos szempont alapján történhet. Markus Wonka felsorolása jó összegzést ad ezekről:

„A kiértékelés egyes szintjei a következő kiértékelési aspektusokat foglalják magukban:

- A pár kapcsolati minőségének szubjektív értékelése.
- A kapcsolati minőség felmérése egy szabványosított párkapcsolati diagnosztikai eljárással.
- A résztvevők elvárásainak felmérése a kurzus iránt
- A kurzus tartalmi kiértékelése a résztvevők által a rendezvény után.
- A kurzus tartalmi aspektusainak elemzése.
- A kurzus didaktikai aspektusainak elemzése.
- Összefoglaló értékelés a résztvevők által.
- Cél-eredmény elemzés az előadók által.
- Az utánkövetés eredményeinek feldolgozása a rendezvény hatékonyságának szempontjából.”⁷⁹³

Amint a fentiekből kitűnik, a kiértékelés sokféle szempont alapján történhet, és ezek a szempontok kombinálhatók is egymással. A házassági felkészítés – legyen akár egyházi,

⁷⁹³ Wonka, „Kirchliche Ehevorbereitung: Spannungen – Herausforderungen – Chancen.” 216. p.

akár szekuláris háttérű – nem engedheti meg magának a kiértékelés mellőzését, hiszen ezzel kap visszajelzést saját munkájának eredményéről, és ezzel teszi szolgáltatását átláthatóvá, elszámoltathatóvá kliensei számára. Az egyes irányzatok bemutatásakor külön figyelmet fordítunk arra, hogy az eljárás hatékonyságának mérésére történtek-e lépések, illetve hogy azok milyen eredményt hoztak.

2.1.3.2 Egyházi házassági felkészítő programok

Jóllehet, mint korábban láttuk, pszichológus szerzők is nyilatkoznak a házassági felkészítéssel kapcsolatosan, ám annak gyakorlati kivitelezése az esetek jelentős többségében mindmáig a lelkipásztor hatásköre maradt.⁷⁹⁴ Noha minden egyes ezzel kapcsolatos munkára nem tudunk kitérni,⁷⁹⁵ ebben az alfejezetben bemutatjuk a legjelentősebb aktuális egyházi háttérű házassági felkészítő programokat és monográfiákat.

2.1.3.2.1 Párbeszélgetés

A program szerzője Nemes Ödön, a Semmelweis Egyetem posztgraduális lelkipánczozó képzésének alapító tagja és tanára, aki mintegy negyven évig dolgozott Japánban házasulandó és házas párokkal. Programjában egyszerre 25 jegyespárral foglalkozik, öt hónapig, hetente másfél órában. A csoportfoglalkozásokon három kisebb csoportot alkotnak a párok, akik egy-egy segítő házaspárral megbeszélnek a házi feladatokat, amelyek fontos részét képezik a tanulási folyamatnak. Módszerére jellemző, hogy nagy arányban szólít meg nem keresztyén párokat is. Legfőbb tanítási módszere a kérdezés. Könyve is jórészt tematikusan összegyűjtött kérdésekből áll, amelyekre a pár tagjai külön-külön

⁷⁹⁴ Néhány példa ennek alátámasztására: „A lelkipásztorok voltak a házassági felkészítés úttörői és nekik köszönhetjük a témakör irodalmát is.” Walter R. Schumm, Wallace Denton, „Premarital Counseling: Approaches, Objectives, Content, and Evaluation – A Bibliography.” *Pastoral Psychology*, 1980/28, 181. p. „Az első házasságok 60-80%-a, valamint a második házasságok 30-40%-a az egyházban kötötték. A lelkipásztorok gyakran teljesen egyedül hordozzák a párok felkészítésének hatalmas felelősségét, jóllehet az lélektani átmeneti rítus és egyházi szolgálat egyaránt. [...] A házassági felkészítések jelentős többségét lelkipásztorok végzik, a kisebbik részét pedig laikus önkéntes párok.” Paul GIBLIN, „Premarital Preparation: Three Approaches.” *Pastoral Psychology*, 1994/42. 147. és 150. p. „Az Egyesült Államokban a legtöbb pár a lelkipásztorától kapta a házassági felkészítést. [...] [Ugyanakkor:] Kevés írás született arról, hogy a lelkipásztorok miként tanulhatja meg a házassági felkészítés művelését.” Eric F. Jones, Robert F. Stahmann, „Clergy Beliefs, Preparation, and Practice in Premarital Counseling.” *The Journal of Pastoral Care*, 1994/48, 181. p.

⁷⁹⁵ Kisebb vázlat szerű összefoglalások közül megemlítjük Várnai Péter, *Jegyesek vagyunk – házások leszünk: Vázlatkönyvi jegyzetek keresők, jegyesek, boldog házasságra készülők számára* (Budapest: Szent Gellért, é. n.) című munkáját. A katolikus lelkiségi mozgalmi háttérű irányzatok közül a Jegyes Hétvégét részletesebben is bemutatjuk, de eltekintünk más lelkiségi programok (pl. Schönstatti jegyesoktatás) ismeretétől. Az adventista háttérű programok közül nem tárgyaljuk részletesen Andreas Bochmann monográfiáját (aki lényegében a PREPARE/ENRICH tesztek kategóriáit fogalmazza meg keresztyének számára), viszont a házassági felkészítés egy-egy konkrét kihívásánál idézzük meglátásait. Ugyancsak eltekintünk a Gyűrű-kúra bemutatásától, amelynek az értekezés végén egy önálló fejezetet szánunk.

válaszolnak, majd megbeszélik egymással válaszaikat. A felkészítő szerepe itt a facilitátoré,⁷⁹⁶ aki a pár beszélgetésbe kerülésén dolgozik a házasság fontos témái mentén:

„[...] nem intelmeket, előírásokat adtunk, vagy előadásokat, prédikációkat tartottunk a jórészt nem keresztyény pároknak, mert nem voltak erre felkészülve. Azt a formát választottam, hogy kérdéseken keresztül mélyüljön el a gondolkodásuk, az ismeretük, a tapasztalatuk, az egymás iránti szeretetük, és döbbenjenek rá egy-egy fontos alapigazságra. Ők azért jöttek, hogy fejlesszék a kapcsolatukat és felkészüljenek egy templomi esküvőre, amiben bent foglaltatott, hogy lelkükben valamiképpen egyetértettek a keresztyény értékekkel, és a maguk módján igyekeztek házasséletüket ezekre az alapokra helyezni.”⁷⁹⁷

Nemes Ödön könyve 19 beszélgetéshez tartalmaz kérdéseket és gondolatébresztőket. Ezek a beszélgetések a következő témaköröket fedik le: (1) Származási család. Különös értéke a könyvnek, hogy bátorítja a párt genogram készítésére, részletesen bemutatva a genogram elkészítésének módját és 23 kérdést felsorolva, amely vezérfonala lehet a származási családról való beszélgetésnek.⁷⁹⁸ (2) Szerepértelmezés. Aminek keretében segíti a párt az „én” és a „mi” közötti egyensúly megtalálásában.⁷⁹⁹ (3) Szeretet. Többször is visszatérő téma, először a szabadság kontextusában, később egy szeretet-spirál formájában.⁸⁰⁰ (4) Nehézségekkel való megküzdés. Ez a rész korábbi megküzdési stratégiákra kérdez rá, valamint segít közös jövőbeni stratégiák kidolgozásában. (5) Imádság, bűn, megváltás. A vallásos kérdéseket gyakorlati, tapasztalati szinten, a házasságra kivetítve kezeli. (6) Veszekedés. Alapállása szerint a veszekedés természetes része a párkapcsolatnak, a kérdések segítenek különbséget tenni építő és romboló veszekedés között. (7) Szexualitás. Elsősorban a kommunikáció meghitt formájának fogja fel. (8) Bizalom. Az egymás iránti bizalom fontos alapja az Isten iránti bizalom.

Nemes programja jól átgondolt, fontos témákat érint megfelelő mélységgel és komolysággal. Ugyanakkor a találkozások gyakorisága és a folyamat hossza nagy

⁷⁹⁶ Jones és Stahmann 231 lelkipásztor megkérdezésével végzett vizsgálatában nyolc lelkipásztori szerepet azonosít a házassági felkészítés szolgálatában ezek közül a legfontosabbként a facilitátor (a pár beszélgetésre bátorítása) funkcióját jelölték meg a megkérdezettek. A további szerepek (fontossági sorrendben, kezdve a legfontosabbtól): gazdagító (kapcsolatgazdagítás), erkölcsi tanító (házassággal kapcsolatos erkölcsi tanítás), nevelő (információkövetítés), evangelizátor (a személyes hit erősítése), felmérő (a házasságra való alkalmasság vizsgálata), ceremóniamester (a szertartásra való felkészítés), erőforrás azonosító (erősségek, segítség megglátatása). Vö.: Jones, Stahmann, „Clergy Beliefs, Preparation, and Practice in Premarital Counseling.” 183. p. Hasonló felsorolást ad Szarka Miklós is, amikor számba veszi a házassági felkészítés különböző elemeit: lelkigondozói-pasztorális, antropológiai, kérügmaticus, evangelizációs, a gyülekezetbe való bevonás, házasságtudományi és kazuális elem. Vö.: Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 23-29. p.

⁷⁹⁷ Nemes Ödön, *Párbeszélgetés: Kapcsolatépítő munkafüzet jegyes- és házaspároknak* (Budapest: Harmat – Új Ember, 2009), 2. kiadás, 8-9. p.

⁷⁹⁸ Nemes, *Párbeszélgetés*, 22-24. p.

⁷⁹⁹ „A párkapcsolatban az igazi egység nem abban áll, hogy egybeolvadunk. Abban sem, hogy valamelyikünk mindig feladja a maga álláspontját, és azt teszi, amit a másik kér. [...] Az igazi egység abban áll, hogy ugyanazon cél felé haladunk, esetleg más-más úton. Értékrendünket nem adjuk fel, de amennyire lehet, próbáljuk egyeztetni.” Nemes, *Párbeszélgetés*, 38. p.

⁸⁰⁰ Bibliai példákra hivatkozva Nemes felállít egy fejlődési útvonalat, amely szerinte ismétlődő mintát követ az az emberi kapcsolatban. Ennek állomásai: hívás (Lk 1,28), új azonosság (Lk 1,30), meghittség (Lk 1,31;35), szembesítés és kihívás (Lk 1,34), megtérés (1,38), kiengesztelődés (Lk 1,38), egység (Lk 1,38), elköteleződés (Lk 1,38) és küldetés (Lk 1,39). Vö.: Nemes, *Párbeszélgetés*, 45-48. p.

elköteleződést igényel a párok részéről, akik éppen az esküvő előtt nehezen vonhatók be egy hosszú távú rendezvénysorozatra. Hatékonyságvizsgálattal kapcsolatos információk nem állnak rendelkezésre.

2.1.3.2.2 Jegyes Hétvége és MÉCS napok

A MÉCS program elindítója Gabriel Calvo, spanyol katolikus pap volt az 1960-as évek elején. Ő volt a Házassági Hétvége megalkotója is, amely később új irányt vett Charles A. Gallagher hatására, így a két program közös értékekből táplálkozik.

„Gabriel Calvo házaspároknak szóló Marriage Encounter programja 1961 óta a világ számos országában sokféle változatban terjedt el. Legismertebb változata a jezsuita Chuck Gallagher nevéhez fűződő Worldwide Marriage Encounter (Magyarországon: Házassági Hétvége). A MÉCS Napok Házasságoknak nem más, mint Calvo eredeti Marriage Encounter programja. E program Magyarországon 1999-ben indult a szerző engedélyével és támogatásával, a MÉCS Családközösségek szervezésében.”⁸⁰¹

A Jegyes Hétvége a Házassági Hétvége mozgalomból nőtt ki, annak jegyesek számára kidolgozott foglalkozása. Annak ellenére, hogy a mozgalom katolikus körökből indult, napjainkban már élvezi a református és az evangélikus egyház támogatását is.

„A lelkeség Spanyolországban indult, ahol egy házaspár szentségi házasságuk elmélyítésében kért segítséget egy lelkésztől. Az 1970-es években Charles A. Gallagher jezsuita továbbfejlesztette a házaspárok találkozóinak tematikáját és módszereit. Akkor volt rá az igény, hogy Joseph Léó Suenens belga bíboros támogatásával hamarosan világméretű mozgalommá fejlődött. 1984-ben az osztrák közösség képviselői hozták Magyarországra a lelkeséget. A politikai helyzet miatt akkor még titokban, magánházakban kellett tartani a hétvégeket, majd 1989 óta lelkigyakorlatos házak, katolikus iskolák adnak otthont egy-egy nagyobb összejuvetelnek. [...] A Házassági Hétvége szervezésében a még nem elkötelezett fiatalok is megszólítást kapnak. A Jegyes Hétvége házasságra készülő párokat hívnak.”⁸⁰²

Mára a Házassági Hétvége világszéles mozgalommá nőtt, World Wide Marriage Encounter (WWME) néven. Gabriel Calvo házassági felkészítésről vallott nézeteit a „Kéz a kézben: Kérdések és válaszok boldog házasságra készülő fiataloknak” című munka foglalja össze. A 168 oldalas mű először általános bevezetést nyújt a házasság témájához, majd három gondolati egységben segíti a párt a felkészülésben: (1) Ki vagyok én? Olyan önismereti témák tartoznak ebbe a részbe, mint az önbecsülés, őszinteség, önuralom, önbizalom. (2) Kik vagytok? A figyelem ebben a részben az egyénről a pár felé fordul (szerelem, párbeszéd, kiengesztelődés, közös fejlődés, stb.). Valamint (3) Hármában. A hívő pár és Isten közössége az imádság, az igeolvasás és a közös istenkeresés más módjai által.⁸⁰³

⁸⁰¹ Forrás: <http://www.mecsnapok.hu/index.php?menu=f> (Találat napja: 2010.12.01.)

⁸⁰² Czémán Zsófia, „Lehet életre szólóan szeretni valakit?” Forrás: <http://www.hazashetvege.hu/images/HetiValasz.html> (Találat napja: 2010.12.01.)

⁸⁰³ Gabriel Calvo, *Kéz a kézben: Kérdések és válaszok boldog házasságra készülő fiataloknak* (Budapest: MÉCS Családközösség, 2005).

A Házasság Hétvége jegyeseknek készült műve gyakorlatiasabb, strukturáltabb anyag, inkább munkafüzet, mint könyv.⁸⁰⁴ A hat foglalkozás tematikájának megfelelően a következő kérdéseket dolgozza fel: (1) férfi és női szerepek, (2) szerelem, (3) szexualitás, (4) a házasság szentsége, (5) Isten szándéka a házasságban, és (6) lelkiesség a házasságban.

Annak ellenére, hogy a Jegyes Hétvége és a MÉCS programok ismertetőiben számos pozitív személyes bizonyágtétel olvasható a programok hatékonyságát illetően, elmondható, hogy a szervezők nem törekednek a hatékonyság empirikus felmérésére.⁸⁰⁵

Ezen a helyzeten próbált változtatni Markus Wonka, aki a következő megállapításra jutott:

„A kiértékelés feltételei igen bonyolultak, mivel a Jegyes Hétvégéknek nincs semmilyen szabványosított, egységes formája, így a kiértékelésnek viszonylag magas absztrakciós szintet kell megcélözni. A kiértékelés célja általánosan fogalmazva a jelenlegi gyakorlat tényállásának feltárása, amely reflexiós impulzusokat ad egy megváltozott gyakorlathoz. Az eljáráshoz kérdőíves megkérdezést használunk kvalitatív és kvantitatív kérdésekkel, amelyet három különböző mérési időpontban vetünk be (a foglalkozások előtt és után, valamint 4-6 héttel későbbi utánkövetés).”⁸⁰⁶

Az eichstädti egyházmegyében tartott Jegyes Hétvégéken részt vett 374 egyén megkérdezése után Wonka a következő kiértékelést fogalmazza meg:

„Ha összefoglalóan áttekintjük a kiértékelést, meg kell állapítani, hogy a Jegyes Hétvégék jelenlegi formája (valószínűleg nem csak az eichstädti egyházmegyében) legjobb esetben a kommunikációs viselkedés egyes általános elemeit, valamint a vallásos élet és a lelkiesség egyes elemeit befolyásolja. A rendezvény végén a párok többsége azzal az érzéssel távozik, hogy tett valamit a kapcsolatáért, valamint kellemes légkörű napokat élt át. Hiányzik azonban mindezeknek a tartós hatása.”⁸⁰⁷

A kiértékelés eredményeinek láttán Wonka arra a következtetésre jut, hogy a Jegyes Hétvégék átszerkesztésre szorulnak, ez a feladat pedig sürgető, hiszen ez az egyetlen prevenciósi lehetőség a katolikus egyház kezében, amellyel hathatósan tehetne valamit a válások visszaszorítására.

2.1.3.2.3 Szarka Miklós analitikus-strukturális házasságra felkészítő koncepciója

Szarka Miklós református lelkipásztor, pár- és családterapeuta, aki művében nem a felkészülő párokat, hanem a velük foglalkozó lelkipásztorokat és más szakembereket szólít meg. Megközelítésének megnevezésében a Gyökössy által is használt „házasságtudomány”⁸⁰⁸ kifejezést alkalmazza, amelyet a következőképpen definiál:

⁸⁰⁴ Don Lino Faggioli, *A szerelem útja: Hat estét betöltő alaptanfolyam házasságra készülő jegyespároknak* (Budapest: Don Bosco, 2003).

⁸⁰⁵ Jegyes Hétvége szervezőkkel történt személyes beszélgetésekben megfigyeltük, hogy az empirikus adatfelvételtől idenkednek mondván, hogy a Szentlélek munkáját nem lehet számokba foglalni. Emellett a hétvége tartalmi felépítését is titokzatosság övezi, amelyet csak átélni lehet, de vizsgálatát, megkérdőjelezését, elemzését mintha nem vennék szívesen.

⁸⁰⁶ Wonka, „Kirchliche Ehevorbereitung: Spannungen – Herausforderungen – Chancen.” 215. p.

⁸⁰⁷ Wonka, „Kirchliche Ehevorbereitung: Spannungen – Herausforderungen – Chancen.” 241. p.

⁸⁰⁸ Ablonczy et al, *Nem jó az embernek egyedül*, 55. p.

“A keresztyén házasságtudomány ‘felettébb nagy titka’ Isten teremtő munkájának és az ember ezzel kapcsolatos felelősségének a tisztánlátása, azaz az isteni teremtő erő és az emberi felelősség kompetenciaköreinek lehatárolása és harmonizálása.”⁸⁰⁹

Szarka nem határozza meg a felkészítő beszélgetés-sorozat pontos forgatókönyvét, viszont megnevezi és részletesen kifejti azokat a témaköröket, amelyeket a felkészítésben mindenképp érinteni kell. Külön érdeme, hogy nagy érzékenységet tanúsít a lelkeszi kompetenciahatárok iránt és figyelmeztet arra, ha egy témakör azt meghaladja és utal azokra a további kompetenciákra is, amelyeket a lelkipásztornak érdeme megszereznie. Az általa kezelt témakörök:

1. A párkapcsolat anatómiája

E címszó alatt a szerző egy meggyőző önálló modellt mutat be, amely a klasszikus freudi személyiségfelosztás hármasságát fogalmazza át keresztyén terminusokra és terjeszti ki a diádikus kapcsolatra.⁸¹⁰ Az új triádst itt az értelem, az érzelem és az akarat/jellem hármasa alkotja. E strukturális modell mentén tárgyalja a leválás, a kapcsolódás,⁸¹¹ az önérzet és önértékelés valamint a kapcsolati csatornák (ki- és bementek) témáit.

2. Párválasztási motívumok tisztázása

Ahogy korábban bemutatásokban Thilonál és Willinél, úgy Szarkánál is hangsúlyos eleme a házassági felkészítésnek annak a kérdéskörnek a tisztázása, hogy milyen tudattalan tényezők játszottak közre a párválasztás folyamatában.

“A párválasztási motívumok tisztázása a házassági előkészítő beszélgetés leglényegesebb része.”⁸¹²

Azért lényeges ez, mert elejét veheti a domináns-alárendelődő szerepek későbbi rögzülésének. A szerző a következő motívumokat különbözteti meg: (1) szülőkeresés, (2) hiánypótló, és (3) ellentétek vonzása. A szerző ezen a ponton külön felhívja a figyelmet arra, hogy a lelkigondozó olyan önismereti mélységekig juthat el a téma kezelésében, amely meghaladhatja a kompetenciáit.

3. Válsághelyzetek megelőzésére és fogadására való felkészítés

Ebben a témakörbe Szarka a házasság normatív krízishelyzeteit járja körül, amelyeknek előzetes ismerete megelőzheti a pár kétségbeesését és felszabadíthat a kreatív konfliktuskezelésre. Különbséget tesz horizontális és vertikális krízisek között. A

⁸⁰⁹ Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 64. p.

⁸¹⁰ „[...] ha a személyiségről – a maga esetlegességeivel, fogyatékoságaival együtt – készíthető strukturális modell, akkor a házaspárcapcsolatról is készíthető ugyanilyen.” Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 40. p.

⁸¹¹ Érdekes és a gyakorlatban jól használható, ahogyan a szerző különbséget tesz kötődés és kapcsolódás között: „A kohéziós erőt létrehozó érzelmek minősége is fontos. A korábbi éveiben traumákat átélt lélek túlságosan kötődik, néhol görcsösen kapaszkodik. Az ezekből kigyógyult, vagy viszonylag egészséges lélek kapcsolódik. Az előző kötődik, szinte vágyik megismételni a csecsemőkori anya-gyermek közelséget, hogy biztonságba helyezze magát. Az utóbbi kapcsolódik, hogy biztonságot ajándékozzon.” Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 43. p.

⁸¹² Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 71. p.

horizontális krízisek közül a következőket emeli ki: (1) a házasság 2-5. éve közötti válság, amikor a felek a másik személyiségének idealizálásától elmozdulnak a realitás irányában és tudatosítják a kettő közötti diszkrepanciát; (2) a házasság 15-20. éve körüli válság, amely a felek egyéni "lét-válságával" kapcsolatos; (3) a biológiai kapuzárással kapcsolatos válság a felek 50-60. életéve körül. A vertikális krízisek az egyéni személyiségfejlődés eltérő irányából fakadhatnak.

4. Az intim viselkedéskultúra elmélyítése

A szexuális intimitás tárgykörében Szarka különbséget tesz preerotikus, erotikus és genitális zóna között, ezeket külön témakörökként tárgyalja a házasságra készülőkkel. Különösen fontos, hogy meghatározza a témával való foglalkozás lelkipásztori követelményeit:

„Fontos alap a beszélgetéshez, hogy maga a beszélgetést vezető szakember fogadja el Isten ajándékképpen saját nemiségét, és ha házastárs adatott számára, akkor ebben a kapcsolatban ingergazdag preerotikus, erotikus és genitális tapasztalatokkal rendelkezzen. Csak így lesz képes pozitív élményként, hitelesen beszélni a témáról.”⁸¹³

5. A házaspárkapcsolat és a családi élet erőforrásai

A diádok és triádok jó működéséhez szükséges erőforrások vizsgálatánál Szarka arra a következtetésre jut, hogy ezek erőforrása maga a kapcsolat.⁸¹⁴ Ezeket az erőforrásokat a következő kisebb egységekre osztja: (1) párkapcsolati (centripetális, centrifugális, kohéziós, gravitációs és transzcendentális erők), (2) kommunikációs,⁸¹⁵ (3) kontextuális energiák, valamint a (4) kegyelem, mint erőforrás.

6. A családtervezés és fogamzásgátlás etikai kérdései

A szerző – a pozitív és negatív családtervezés megkülönböztetésén túl – valóban megáll az etikai oldalnál és nem foglal állást egyik módszer mellett sem, ugyanakkor hangsúlyozza, hogy a lelkipárizónak érzékenynek kell lennie az ezzel kapcsolatos témakörök iránt (pl. posztabortív trauma) és képeznie kell magát, hogy megfelelő támogatást nyújthasson a pár részére.

7. A párkapcsolat kegyességi-spirituális rejtélye

⁸¹³ Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 92. p. Hasonló követelményeket fogalmaz meg Bochmann is a felkészítő személy felé azzal az eltéréssel, hogy a személyes kompetenciák helyett a szakmai elvárásokat helyezi előtérbe: „A szexualitás témája nyíltságot követel a pártól és a lelkipárizótól, illetve tanácsadótól egyaránt. Ugyanakkor a téma 'kioktatás' jellegű túlhangsúlyozása, vagy a pár voyeurisztikus kontrollálása sem etikailag nem képviselhető, sem nem hasznos. Ezzel együtt a lelkipárizó és tanácsadó szakembernek rendelkeznie egy alapvető szaktudással, és különösen képesnek kell lennie a szexuális bántalmazás kérdéskörének megfelelő kezelésére.” Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 98. p.

⁸¹⁴ „Ez azt jelenti, hogy az egyén erőforrása maga a psziché, a házaspárkapcsolat erőforrása maga a párkapcsolat, a család létének pedig maga a családi rendszer, a közösség.” Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 107. p.

⁸¹⁵ A kommunikáció akkor erőforrás, ha a körkörösen jelen van és a rendszer minden tagját érinti. Egyúttal így válik a rendszer egészségének fokmérőjévé is. Olson ugyanebből a megfontolásból nevezi a kommunikációt a circumplex modell harmadik dimenziójának.

A spiritualitást a szerző felszín alatti témaként vezeti be, amely sok elégedetlenség mögött – akár tudattalanul is – meghúzódhat. Ennek tudatosítása a pár számára két fogalommal történhet: a kegyességgel, amely az Isten és ember közötti kapcsolatot, valamint az ennek a kapcsolatnak az ápolására tett erőfeszítéseket jelöli; valamint a spiritualitással, amely – különösen a posztmodern ember számára – az lett teljessége, az egység, a belső harmónia utáni vágyat fejezi ki. A jó házassághoz mindkettőre szükség van, mert:

“A kegyesség azaz az Isten–ember kapcsolat megélése beteljesítheti az ember ‘végsővel’, ‘szenttel’ való összekapcsolódási vágyát, amely egy vertikális kapcsolati csatornán át realizálódik. [...] Ugyanakkor a spiritualitásban ezek a kegyességi tapasztalatok az ember–ember kapcsolat szintjén adódnak tovább.”⁸¹⁶

Összességében megállapíthatjuk, hogy a Szarka Miklós könyvét alapul vevő lelkipásztor mélyebb szinteken találkozhat a párral, mint a rutinjára és a teológiai képzésében itt-ott felbukkanó házassággal kapcsolatos tartalmakra hagyatkozó kollégája, ugyanakkor a kötet olyan szakmai és személyes elvárásokat támaszt a felkészítő szakember felé, amelyeket csak a téma iránt igazán elkötelezett lelkipásztorok teljesítenek.

2.1.3.2.4 Családok Jézusban

A házassági felkészítés magyarországi gyakorlatából ki kell emelnünk A Gorove házaspár által szervezett “Családok Jézusban” címet viselő katolikus programot. Gorove László mentőorvos és felszentelt diakónus, felesége Krisztina pedig tanár. A házaspár 20 éve foglalkozik házassági felkészítéssel, és elmondásuk szerint az eddigi munkájuk során felkészített 951 párból mindössze 25 pár vált el.⁸¹⁷ A házaspár azt is sikernek tekinti, hogy a felkészítésre jelentkező párok közül minden évben néhányan visszalépnek a házassági szándékuktól, hiszen így megelőzhetnek egy későbbi válást.

Ezt az eredményt úgy tudták elérni, hogy kezdettől fogva magas fokú elköteleződést várnak a pártól. A felkészítési folyamat kilenc, heti egy alkalmas nyolc szem közötti beszélgetéssel kezdődik a Gorove házaspár nappali szobájában (ezt követi még két beszélgetés, amit egy segítő házaspár vezet). A beszélgetések vezérfonalaként az évek során egy 35 témát felölelő gyűjtemény állt össze,⁸¹⁸ amelyet a nyolc szem közötti beszélgetések során végigvesznek a párokkal. A nyolc szem közötti találkozókat követi egy csoportos tanfolyam és egy jegyes hétvége, amelynek során a párok más párokkal is

⁸¹⁶ Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 134. p.

⁸¹⁷ Gorove László személyes elmondása alapján (2013.01.11. „Jegyesoktatók Országos Találkozója”, Kecskemét, Parázs Pasztorális Központ).

⁸¹⁸ Az anyag nyomtatásban nem jelent meg, de megtalálható teljes terjedelemben a Gorove házaspár által közreadott CD összeállításon. A témakörök gyakorlatokkal, önismereti feladatokkal és illusztrációkkal felölelik a származási család, a születésszabályozás, a hitélet, az ön- és társismeret, a kommunikáció, a szexualitás, a konfliktuskezelés, az összeillőség, a humor, a szerepek, az ünnepek és rituálék, az időbeosztás, a krízishelyzetek kezelése, az esküvői szertartás és a nászéjszaka kérdésköreit.

megismerkednek, illetve az egyházi életbe való bekapcsolódásra is lehetőséget nyernek. Ahhoz, hogy a párok megkapják az egyházi házasságkötéshez szükséges igazolást, részt kell venniük az egész folyamaton (mindössze egy hiányzást fogadnak el), emellett heti 3-4 órát kell fordítaniuk az otthoni beszélgetésre, hogy a találkozásokon felvetett témákat elmélyítsék, magukévá tegyék. Ezzel a magas elkötelezettséggel a párok megtanulják, hogy a kapcsolatukért folyamatosan dolgozniuk kell, így ez egy értékes lélektani „mellékhatása” lehet a programnak.

A Gorove házaspár házassági felkészítő módszeréről empirikus vizsgálatok nem állnak rendelkezésre, de a tapasztalati megfigyelésen alapuló 2,6%-os válási arány igen meggyőző.⁸¹⁹

2.1.3.3 Szabványosított eljárások

A szakirodalom mintegy 80 különböző, többé-kevésbé szabványosított eljárásról tesz említést.⁸²⁰ Ezek közül a legelterjedtebb és a hatékonyságuk terén legátfogóbban megvizsgált eljárásokat tekintjük át ebben az alfejezetben.

2.1.3.3.1 PREmarital Personal And Relationship Evaluation (PREPARE)

David H. Olson munkásságát már ismertettük a szisztémikus párterápiás koncepciók sorában, most kifejezetten a házassági felkészítéssel kapcsolatos munkájára fókuszálunk. A program kidolgozása válaszkérés volt arra a problémára, hogy miért olyan nehéz a házasulandó párokat bevonni házassági felkészítő programokra. Olson a probléma megoldásaként egy olyan tesztcsomag kidolgozását tűzte ki célul, amely a pároknak lehetőséget nyújt a kapcsolatukról való beszélgetésre ahelyett, hogy csak egy „felülről” oktató szakembert kelljen hallgatniuk. A program mai változatáig több lépés és számos kutatás vezette el a szerzőt, amiben fontos hatást gyakorolt rá Jeffrey Larson és Thomas Holman meta-analízise,⁸²¹ amelyben a szerzőpáros 1994-ben az addig rendelkezésre álló összes házassági felkészítő program tematikáját összehasonlította egymással és megállapította, hogy egy hatékony programnak legalább a következő öt területtel kell foglalkoznia: (1) kommunikáció, (2) konfliktuskezelés, (3) származási család, (4)

⁸¹⁹ Ez az arány megközelíti az Egyesült Államokban bemutatott PREPARE/ENRICH mentorházaspárok programjával elért eredményeket. Vö.: S. A. Wages, C. A. Darling, „Evaluation of a marriage preparation program (PREPARE) using marriage mentors.”

⁸²⁰ Vö.: Ina Grau, Hans-Werner Bierhoff, *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (Berlin, Heidelberg: Springer, 2003), 200. p.

⁸²¹ Jeffrey H. Larson, Thomas B. Holman. „Premarital Predictors of Marital Quality and Stability.” *Family Relations*, 1994/43, 228-237. p.

pénzügyek, valamint (5) célok. A PREPARE program a fentiek értelmében két alkotóelemből tevődik össze:⁸²² (1) egy tesztsomag, amely a kapcsolat valamennyi fontos területére kiterjed, és (2) legalább hat alkalomból álló csoportos, vagy hat szem közti foglalkozás-sorozat, amelyben a pár a teszteredmények alapján átbeszélheti a párkapcsolat erősségeit és növekedési területeit.⁸²³

A párok élethelyzetének megfelelően 4 különböző teszteljárást dolgoztak ki: (1) PREPARE, házasságra készülő gyermektelen párok részére, (2) PREPARE MC, házasságra készülő párok részére, ahol legalább az egyik félnek van gyermeke egy korábbi kapcsolatból (mozaikcsalád), (3) PREPARE CC,⁸²⁴ házasságra készülő, együtt élő párok részére, valamint (4) MATE (Mature Age Transition Evaluation), érett korú házasulandó (és házas-) párok számára. Mindegyik tesztsomag 165 kérdést tartalmaz és a következő kategóriákat méri: (1) Intrapersonális sík (idealisztikus torzulás, személyiség, házasság iránti elvárások, hitbeli meggyőződés, szabadidőtöltés), (2) interperszonális sík (kommunikáció, konfliktuskezelés, szexualitás, szerepértelmezés, szülőség, kötődés), valamint a (3) külső sík (pénzügyek, család és barátok, származási család).⁸²⁵

Az Olson által létrehozott Life Innovations nevű társaság 2008-ban vezette be a tesztprogram új verzióját, amely internet alapú, és amely nem kötött kérdéssorral dolgozik, mint a papíralapú tesztváltozatok, hanem a pár általános háttér-információinak (kapcsolat státusa, demográfiai adatok, vallási hovatartozás, stb.) megjelölése után az online program több száz kérdésből automatikusan állítja össze az adott pár helyzetéhez legjobban alkalmazható kérdéssort.⁸²⁶

A teszteredmények alapján a párok 6 alkalommal találkoznak a tanácsadóval. A beszélgetések egy része kötött, vagyis minden pár esetében ugyanazokat a témákat és gyakorlatokat öleli fel, egy része viszont szabadon variálható a pár szükségleteinek megfelelően. A kötött rész a következő elemekből áll: (1) erősségek és növekedési területek feltérképezése, (2) kommunikációt és asszertivitást erősítő gyakorlatok, (3) 10 lépéses konfliktuskezelés, (4) származási családok elemzése a pár- és családszerkezeti térkép alapján, (5) fenntartható házi költségvetési terv összeállítása, valamint (6)

⁸²² David H. Olson, Amy K. Olson, „PREPARE/ENRICH Program: Version 2000.” In: Tony Berger, Mo Therese Hannah, *Preventive Approaches in Couples Therapy* (Philadelphia: Brunner/Mazel, 1999), 196-216.

p.

⁸²³ Mivel a program elmélete háttere a rendszerelmélet, Olson nem beszél „gyengeségekről” vagy „negatívumokról”, hanem tudatosan a „növekedési terület” kifejezést alkalmazza, hogy ezzel felszínre hozza a pár erőforrásait és azokat a problémamegoldás érdekében mozgósítsa.

⁸²⁴ Mivel az élettársi kapcsolatok dinamikája az Egyesült Államokban és Európában eltér egymástól (az USA-ban az élettársi kapcsolat a házasság előfázisa, míg Európában egyre inkább a házasság alternatívája), ez a változat Európában nem elérhető.

⁸²⁵ Olson, Olson, „PREPARE/ENRICH Program: Version 2000.”

⁸²⁶ Olson et al, *The Couple Checkup*.

személyes, párkapcsolati és családi célok megfogalmazása. Az üléseket végigkíséri egy 25 oldalas kapcsolaterősítő munkafüzet.

A program hatékonyságát illetően számos vizsgálat készült. Ezek jelentős része a teszteljárás validitását és reliabilitását igazolja. Témánk szempontjából azonban jelentősebbek azok a vizsgálatok, amelyek a teljes program (teszt és beszélgetések) hatásaira kiterjednek. Ezek közül Luke Knutson és David Olson 2003-as tanulmányát emeljük ki.⁸²⁷ A tanulmány 153 házasság előtt álló párt vizsgált meg 3 csoportban: (1) 59 pár, aki részt vett a teszteljáráson és legalább 4 utóbeszélgetésen, (2) 46 pár, aki kitöltötte a tesztet, de semmilyen visszajelzést nem kapott és nem vett részt foglalkozáson, valamint (3) 48 pár, aki a poszt-teszt után kapott visszajelzést. A vizsgálatban a 2. és 3. csoport párpárjainál a pre- és a poszt-teszt azonos eredményeket mutatott, az 1. csoport párpárjainak 90%-ánál azonban szignifikáns különbség volt a két mintavétel között. A pre- és poszt-teszt felvétele között két hónap telt el. A poszt-teszt tanúsága szerint a teljes programon részt vett pároknál a 13 kapcsolati kategória közül 10 kategóriában szignifikáns növekedést mutattak ki, míg a visszajelzést nem kapott pároknál csupán 4 területen mutatkozott szignifikáns változás. További lényeges hatékonysági kritérium, hogy a teljes programon részt vett párok az Olson által kidolgozott pártipológián is feljebb léptek egy, vagy akár több kategóriával.⁸²⁸ A párok 55%-a legalább egy kategóriával feljebb lépett (40% maradt ugyanabban a kategóriában, 5% visszaesett egygyel). A program kezdetén 21 pár tartozott a vitális párok csoportjába, míg a poszt-teszt idején 32. A korábban harmonikus csoportba tartozó párok 71%-a feljebb lépett a vitális csoportba (7-ből 5 pár). A feszült párok 83% feljebb lépett (6-ből 5 pár) egy (67%), illetve két (17%) kategóriával. A másik két tesztcsoportnál a változások nem érték el a szignifikáns mértéket.⁸²⁹

2.1.3.3.2 Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP)

A program kidolgozása a korai 1970-es évekhez nyúlik vissza. A PREP program kutatási hátterét Howard Markman és John Gottman fektették le, akik azt vizsgálták, hogy milyen különbségek mutathatók ki a kapcsolatukkal elégedett és a kapcsolatukban elakadt párok kommunikációja között.⁸³⁰ 1981-ben Markman kimutatta, hogy a párok jövőbeli házassági problémáinak egyik legjelentősebb előrejelző tényezője a házasság előtti kommunikáció.⁸³¹

⁸²⁷ Luke Knutson, David H. Olson, „Effectiveness of PREPARE Program with Premarital Couples on Community Settings.” *Marriage and Family*, 2003/6, 529-546. p.

⁸²⁸ Vö.: Fowers et al , „Predicting Marital Success For Premarital Couple Types Based on PREPARE.”

⁸²⁹ Knutson, Olson, „Effectiveness of PREPARE Program with Premarital Couples on Community Settings.”

⁸³⁰ Scott M. Stanley, Howard J. Markman, Susan L. Blumberg, Natalie Jenkins, *Prevention and Relationship Enhancement Program: Leader's Manual* (Greenwood Village: Prep Educational Products, 2006).

⁸³¹ Howard J. Markman, „Prediction of marital distress: A 5-year follow-up.” *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1981/49, 760-762. p.

Mivel a kommunikációs készségek viselkedésszintű változtatására irányul, a PREP program elméleti háttere a kognitív-behaviorista párterápiából táplálkozik. A gyakorlati készségek mellett a kapcsolat iránti elvárások is fontos szerepet kapnak, ezen belül pedig kiemelt helyen szerepel a hitbéli kompatibilitás kérdése. Az utolsó témakör, amelyre a PREP hangsúlyt fektet, a pár tagjai közötti érzelmi kötődés, amelyben a legfontosabb kategóriák a szórakozás, barátság és gyengédség.

A program gyakorlati végrehajtása 14 ülésből áll, amely ülések során a párok minden fentebb leírt témához kapnak elméleti háttérismereteket és gyakorlási lehetőségeket a kiképző (coach) felügyelete mellett.⁸³²

A PREP program hatékonyságát illetően több vizsgálat is készült. Ezek közül kiemeljük Markman és munkatársai 2004-es kimutatását.⁸³³ A vizsgálatban a szerzők 114 pár adatait vetették össze egymással három csoportban (a programon részt vett, a programot elutasító és egy kontrollcsoport) a következő kategóriákban: (1) házassággal való megelégedettség (Marital Adjustment Test alapján), (2) házassági problémák (Relationship Problem Inventory alapján), (3) konfliktuskezelés (Conflict Tactics Scale alapján), valamint (4) kommunikáció (Interaction Dimensions Coding System alapján). A méréseket mindegyik csoporttal, minden kategóriában elvégezték az intervenciók előtt, majd 1,5; 3; 4; és 5 évvel az intervenciók után. Az egyes vizsgálatok számszerű eredményeit a tanulmány több táblázatban összesíti, itt csak az összefoglalást idézzük:

„Szembetűnő, hogy az intervenciós program a résztvevő pároknak szignifikáns előnyöket nyújt a kommunikáció és a konfliktuskezelés terén, ami négy évig is kimutatható. A harmadik mérés során az intervenciókon részt vett párok jóval magasabb értékeket mutattak a kommunikációs készségek használatában, több pozitív odafordulást, több problémamegoldó képességet, és több értékelést és támogatást egymás iránt, mint a kontrollcsoportok párjai. Ugyanakkor náluk kevesebb volt az egymás iránti elutasítás, dominancia, negatív megnyilvánulás, konfliktus és negatív kommunikáció, mint a kontrollcsoportok párjainál. Mivel az intervenció közvetlenül ezeket a magatartásokat célozza meg, abból indulunk ki, hogy a kimutatott változások az intervenció eredményei.”⁸³⁴

Az eljárás értékét aláhúzza, hogy az intervenciók által kiváltott változások még négy évvel az intervenciók után is kimutathatók voltak.

2.1.3.3.3 Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL)

A fent bemutatott PREP program adaptálásával készült, német nyelvű, elsősorban egyházi házassági felkészítésben használt program. Általában csoportfoglalkozásként alkalmazzák

⁸³² Scott M. Stanley, Howard J. Markman, Susan L. Blumberg, Natalie Jenkins, *Prevention and Relationship Enhancement Program: Leader's Manual* (Greenwood Village: Prep Educational Products, 2006).

⁸³³ Howard J. Markman, Mari Jo Renick, Frank J. Floyd, Scott M. Stanley, Mari Clements, „Preventing Marital Distress Through Communication and Conflict Management Training: A 4- and 5-Year Follow-Up.” *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1993/61, 70-77. p.

⁸³⁴ Markman et al, „Preventing Marital Distress Through Communication and Conflict Management Training: A 4- and 5-Year Follow-Up.”

négy párral és két képzett trénerrel. Hat alkalomból álló programként, vagy hétvégi tréning formájában is megrendezik. A párok informatív képzést kapnak a párkapcsolati szabályszerűségekről, majd feladatokat kapnak, amelyeket részben kettesben, részben a tréner ellenőrzése alatt végeznek el. A tréner a professzionális szakértő szerepét tölti be. Az intervenciók fő célja az új kommunikációs készségek elsajátítása és házi feladatokkal történő megszilárdítása. A foglalkozások előrehaladtával a trénerek egyre jobban háttérbe vonulnak (fading out), hogy a pár maga felelősséget vállaljon a saját kommunikációjáért.⁸³⁵ A tréning hat alkalma a következő tematikus felosztásban zajlik: (1) kommunikáció (beszéd), (2) kommunikáció (meghallgatás), (3) problémamegoldás, (4) a házasság iránti elvárások, (5) gyengédség és szexualitás, valamint (6) problémamegoldás (a párok által megjelölt témában).⁸³⁶ Ehhez jön opcionális lehetőségként a (7) keresztyén házasság kérdésköre (az esküvői szertartás szimbólumai, a keresztyén házasságról való nézetek megbeszélése).⁸³⁷

Az EPL program hatékonyságára Franz Thurmaier és munkatársai készítettek vizsgálatot.⁸³⁸ A vizsgálat során 64 EPL kurzuson részt vett párt hasonlítottak össze egy 32 párból álló kontrollcsoporttal, 5 éves utánkövetéses vizsgálat keretében. A vizsgálat eredményeit három pontban foglalták össze: (1) Kapcsolati státusz: az EPL programon részt vett párok öt év után 3%-os válási arányt mutattak a kontrollcsoport 16%-ához képest, valamint az EPL csoport 81%-ának volt gyermeke öt év után a kontrollcsoport 62%-ához képest. (2) Házasság minősége: a párok a vizsgálat során szubjektív elégedettségi tesztet tölthettek ki. 1,5 évvel a házasságkötés után nem mutatkozott különbség a két csoport között, 3 év után szignifikáns különbség volt kimutatható az EPL csoport javára, míg 5 év után ugyancsak eltűnt a különbség. (3) Kommunikációs minták megváltozása: a vizsgálat során 1,5; 3 és 5 évvel a házasságkötés után a pároknak videolaborban kellett beszélgetniük egy házassági konfliktusról. Mindhárom mérés során szignifikáns különbség volt kimutatható a két csoport között, az EPL csoport jóval több pozitív kommunikációs stratégiát (önfeltárás, elfogadás, pozitív megerősítés, egyetértés) és kevesebb negatív mintát (kritika, öngazolás, egyet nem értés) használt a kontrollcsoportéhoz képest. A kontrollcsoport párpai 5 év után kétszer annyi negatív mintát alkalmaztak, mint az első

⁸³⁵ Kathrin Widmer, Guy Bodenmann, „Die Förderung von Paarkompetenzen zur Vorbeugung von Beziehungsstörungen.” In: Wolfgang Lutz (szerk.), *Lehrbuch der Paartherapie* (München: Ernst Reinhardt, 2006), 80-104. p.

⁸³⁶ Ludwig Schindler, Kurt Hahlweg, Dirk Revenstorf, *Partnerschaftsprobleme: Therapiemanual* (Heidelberg: Springer, 2006), 2. kiadás, 111. p.

⁸³⁷ Vö.: Harder, *Prävention in der Seelsorge*, 414. p.

⁸³⁸ Franz Thurmaier, Joachim Engl, Kurt Hahlweg, „Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings – Ergebnisse nach fünf Jahren.” *Zeitschrift für klinische Psychologie*, 1998/28, 54-62. p.

mérés során. További érdekesség, hogy a nonverbális síkon is szignifikáns különbség mutatkozott az EPL párok javára (több szemkontaktus, mosoly, érdeklődő odafordulás).

A három bemutatott eljárás tematikáját az alábbi táblázatban foglaljuk össze:

	PREPARE	PREP	EPL
Kommunikáció	X	X	X
Konfliktus-kezelés	X	X	X
Elköteleződés		X	
Elvárások	X	X	X
Szórakozás/ szabadidő	X	X	
Barátság/kötődés	X	X	
Gyengédség/szexualitás	X	X	X
Hit/lelkiség	X	X	(X)
Idealisztikus torzulás	X		
Szerepértelmezés	X		
Szülőség	X		
Pénzügyek	X		
Család és barátok	X		
Származási család	X		
Kötődés	X		
Rugalmasság	X		

14. Táblázat: Az empirikus alapú házassági felkészítő programok tematikájának összehasonlítása.

2.1.3.4 A házassági felkészítés speciális kérdései

A házassági felkészítés témakörének vizsgálatában utolsó kérdéskörként azokat a speciális helyzeteket vesszük számba, amelyek különös körülményt igényelnek a felkészítő szakember részéről.

2.1.3.4.1 Felekezeti és/vagy nemzetiségi vegyesházasság

A vegyesházasságok kérdését számos vallási közösség különböző módon ítéli meg. Vannak közösségek, amelyekben ez nem jelent problémát. A házassági felkészítés keretében legfeljebb a különböző felekezetű lelkipásztorok feladatmegosztása szorul tisztázásra az esküvői szertartás során. Ugyanakkor vannak olyan közösségek is, amelyek elzárkóznak attól, hogy tagjaik más felekezetűekkel kössenek házasságot és akár gyülekezeti fenyítéket is kilátásba helyeznek, ha valaki mégis megtenné.

Noha az egyházak elsősorban dogmatikai kérdésként foglalkoznak a vegyes házasságokkal, a házasulandók szempontjából ez elsősorban kapcsolati dinamikai és csak másodsorban dogmatikai kérdés:

„A felekezeti különbségeket megítélésem szerint akkor kell tematizálni, ha a felek legalább egyike erős gyökerekkel rendelkezik a saját felekezetében. A hit és a lelkiség ugyan sokkal több, mint felekezeti hovatartozás kérdése, ugyanakkor a felekezeti hovatartozás meghatározza ezeket. A hívő ember számára a saját gyülekezete és egyháza – még akkor is,

ha kritikusan nyilatkozik vagy viselkedik vele kapcsolatban – mindig egy darabka otthon, kultúra és életstílus. Éppen ezért ez a téma több, mint 'csupán' dogmatikai különbség.”⁸³⁹

Ugyanez az érvelés jelenik meg a Hetednapi Adventista Egyház Gyülekezeti kézikönyvében is:

„A boldog, sikeres otthon feltétele, hogy a férjnek és feleségnek egységes elképzelései és céljai legyenek. A Szentírás ezt tanácsolja: 'Ne legyetek hitetlenekkel felemás igában' (2Kor 6,14). Nagyon valószínű, hogy a hitbeli eltérés megmérgezi az otthon boldogságát. Ha a szülők különböző hitelveket vallanak, az zűrzavarhoz, bonyodalmakhoz és a gyermeknevelés kudarcához vezethet. [...] Isten tisztelete, a szombatünneplés, a pihenés, a társas kapcsolatok, az anyagi források kezelése és a gyermeknevelés fontos összetevői a boldog családi kapcsolatoknak. [...] A házasságra való megfelelő felkészülés feltétlenül foglalja magába az ezen területekre kiterjedő jegyesoktatást, amelyet a lelkész végez.”⁸⁴⁰

A pár kapcsolatának szempontjából tehát elsősorban a hit megélése, kifejezése, annak a mindennapi életre való hatása jelentős. Ezek azok a kérdések, amelyek tisztázást igényelnek a házasságra való felkészítésben. Larson és Olson 2000-ben végzett vizsgálata szerint a hit kérdésében a legfontosabb tényező, hogy a felek egyetértsenek a hitbeli értékek és meggyőződések gyakorlati kifejezésének módjában (kompatibilitás). A 21.501 pár bevonásával készült reprezentatív vizsgálatban a boldog házasságban élő párok 89%-a magas pozitív megegyezést mutatott ebben a kategóriában. A vizsgálat arra is kitér, hogy az alacsony lelki megegyezésű párok (akik különböző módon élik meg a hitüket) 5%-a tartozik a legelégedettebb párkapcsolati típusba (vitális párok), a hitben kompatibilis párok 36%-ához képest. Az 5% sikerét azzal magyarázza, hogy ezek a párok olyan jól megtanulták a különbözőségek kezelését, hogy azt még a hitbeli értékrendre is tudják alkalmazni.⁸⁴¹

Bár jóval tapintatosabb megfogalmazásban, de hasonló véleményen van Szarka Miklós is:

“Fontos a kapcsolati rendszert alkotó pár közös és hasonló értékrend iránti elköteleződése, mert ez a garanciája annak, hogy bárhonnan érkezenek külső hatások, azok közös vagy hasonló értékrendi alapon állva kerülnek a mérlegre a pár belső kommunikációjában. Ennek a belső kommunikációnak az eredménye lesz a közös 'határvédelem', vagy a közös, egyeztetett 'csatornanyitás' esetleg bizonyos csatornák részleges lezárása. Ez alól két csatorna kivétel. A saját psziché, illetve a transzcendens felé irányuló csatornák lezárásáért vagy nyitásáért elsősorban maga az egyén a felelős.”⁸⁴²

Hasonló a helyzet a nemzetiségi különbségekkel is. A maga is nemzetiségi vegyesházasságban élő Bochmann a következő alapelvet fogalmazza meg a nyelvi és kulturális különbözőségről:

„Gazdagságot jelentenek, ha mint ilyet felismerik és elismerik őket, de veszélyes csapdává válnak akkor, ha megpróbálnak úgy tenni, mintha a szerelem eltakarna minden különbözőséget.”⁸⁴³

⁸³⁹ Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 141-142. p.

⁸⁴⁰ Sz. n., *Hetednapi Adventista Egyház Gyülekezeti kézikönyv* (Pécel: Hetednapi Adventista Egyház Magyar Unió, 2006), 182-183. p. (angol számozás szerint)

⁸⁴¹ Larson, Olson, „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.”

⁸⁴² Szarka, *Házasságra felkészítő beszélgetések*, 48. p.

⁸⁴³ Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 144. p.

Bochmann különös fontosságot tulajdonít a nyelv és a kultúra kérdésének a nemzetiségi vegyesházasságok esetében. A nyelv kérdése azért fontos, mert akadályozhatja a kommunikációt a felek között, ami pedig automatikusan magával vonja a kapcsolat megromlását. Mivel érzelmi szinten nehezen tud valaki megnyílni egy számára idegen nyelven, ez a különbség gátolhatja az intimitás kialakulását.

A kulturális különbségek közül különösen a következőkre érdemes kitérni a felkészítő beszélgetések során:

„Milyen szerepet tölt be a nő az adott kultúrában? Milyen erős a családi összetartás? A kis család az elfogadott, vagy a több mint két nemzedéket felölelő nagycsalád? Ki a családfő? Milyen elvárások léteznek egymás rokonainak látogatásával kapcsolatosan? Milyen mértékű közelség elfogadott az adott kultúrában? [...] Melyik a domináló vallás a partner kultúrájában? Ő melyik vallás követője? Milyen politikai és erkölcsi normák uralkodnak abban a kultúrában? Milyen a jellemző öltözködési mód?”⁸⁴⁴

Marsha Wiggins Frame különbséget tesz faj (bőrszín és testtípus), kultúra (azonos értékeken, szokásokon, és rituálékon osztozó emberek csoportja) és etnikum (köz s faji, vallási, földrajzi és kulturális hovatartozás) között.⁸⁴⁵ Frame szerint a különbözőségek különösen az alábbi területeken lehetnek nagy hatással a házasságra: értékrend, nemi szerepek, pénzkezelés, szexualitás, vallás, gyermeknevelés, társadalmi osztály, nyelv. Az eltérő nemzetiségi hovatartozásból fakadó értékrend-különbségek tisztázásának elősegítésére a következő értékrend-tengelyek megbeszélését javasolja:

“Kontroll – bizalom
individualizmus – csoportszellem
változás – stabilitás
önmegvalósítás – születés szerinti jogok
egyenlőség – hierarchia
idő – emberi interakciók
versengés – együttműködés
jövőorientáltság – múltorientáltság
tenni – lenni
informalitás – formalitás
közvetlenség – udvariaskodás
gyakorlatiasság – idealizmus
materiális – spirituális.”⁸⁴⁶

Abban az esetben, ha a nemzetiségi vegyesházasság az egyik fél bevándorlásával jön létre, van még egy tényező, amelyre tekintettel kell lenni a felkészítés folyamatában: a kultúravesztés jelensége.

„A kultúravesztés (Entkulturation) a szocializáció része, amely tudatos és tudattalan tanulási folyamatokat egyaránt magába foglal. Ennek során az egyén magáévá teszi egy társadalom

⁸⁴⁴ Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 145-146. p.

⁸⁴⁵ Marsha Wiggins Frame, „The Challenges of Intercultural Marriage: Strategies for Pastoral Care.” *Pastoral Psychology*, 2004/52, 220. p.

⁸⁴⁶ Frame, „The Challenges of Intercultural Marriage.” 221. p.

(illetve szub-társadalom) kulturális hagyományait (pl. nyelv, értékrendszer, példaképek), és közben az új társadalom tagjává válik.⁸⁴⁷

A bevándorló fél tehát lead a saját kultúrájából és ez különösen a gyermeknevelésben lesz érezhető. A vegyesházasságból születő gyermek ugyanis csak másodkézből érintkezik a bevándorló szülőfél kultúrájával, így viselkedését, gondolkodását és értékrendjét túlnyomóan az a kultúra határozza meg, amelynek kontextusában él.⁸⁴⁸

Végül figyelembe kell venni a bevándorlás útján létrejött vegyesházasságoknál, hogy a bevándorló fél bizonyos értelemben függő viszonyba kerül a társától. A nyelvismerete, a szociális kötődése, a kultúrába való beágyazódás hiányos, ezért gyakran csak a partnerén keresztül tud csatlakozni az új kultúrához.

2.1.3.4.2 A házasulandók életkora

Az életkor tekintetében három problémás helyzetcsoportha számíthat a felkészítő: (1) az átlagosnál fiatalabb házasulandó pár, (2) a nagy korkülönbségű pár, és (3) az érett korú pár. Ezeknek a szituációknak a kihívásait tekintjük át az alábbiakban.

A 20 év alatti házasodási kor a szakirodalomban különös kockázati tényezőnek számít.⁸⁴⁹

Ennek a megállapításnak fejlődéslélektani okai vannak. Ha a fejlődéslélektan eriksoni modelljében helyezük el a kérdést, akkor ez az életkor a serdülőkor és a fiatal felnőttkor közötti határvonal. A serdülőkor megküzdendő pszichoszociális krízise az „identitás avagy szerepkonfúzió”. Ha a fiatal sikerrel megküzd ezt a krízist, képes lesz önmagáról, mint egyedi személyről alkotott egységes képben gondolkodni. A fiatal felnőtt kor pszichoszociális krízise ezután az „intimitás avagy izoláció”. Ennek megküzdésével a fiatal kész és képes lesz szoros és tartós kapcsolatok kialakítására.⁸⁵⁰ Ha ez a sorrend felcserélődik, vagyis a fiatal először társat választ és azután küzd meg a saját identitását, akkor ez akár szét is feszítheti a kapcsolatot:

„[...] azoknak a serdülőknek, akik még nem alakítottak ki kielégítő identitást, nehézségeik lesznek az intim, kölcsönösen kielégítő kapcsolatokban való részvételben, mert a magába mélyedés megnehezíti, hogy a másik szükségleteire figyeljenek.”⁸⁵¹

Howard Clinebell így foglalja össze e helyzet kockázati tényezőit:

“A személyes identitás megtalálásának lezáratlansága, az alacsony pénzkereseti lehetőségek, a házasságkötés háttérében gyakran meghúzózó terhesség miatti stressz – mindezek

⁸⁴⁷ Katharina Zoll, *Stabile Gemeinschaften: Transnationale Familien in der Weltgesellschaft* (Bielefeld: transcript Verlag, 2007), 207. p.

⁸⁴⁸ Zoll, *Stabile Gemeinschaften*, 207. p.

⁸⁴⁹ Vö.: Olson et al, *Building Relationships*, 48. p.

⁸⁵⁰ Rita L. Atkinson, Richard C. Atkinson, Edward E. Smith, Daryl J. Bem, Susan Nolen-Hoeksema, *Pszichológia* (Budapest: Osiris, 1999), 2. kiadás, 99-101. p.

⁸⁵¹ Atkinson et al, *Pszichológia*, 99-101. p.

kombinációja felelős azért, hogy a tinédzserkorban kötött házasságok jelentős hányada az első néhány évben zátonyra fut.”⁸⁵²

A nagy korkülönbségű párok legnagyobb kihívása, hogy a felek életciklusa nem áll harmóniában egymással. Mindketten más-más fejlődéslélektani stádiumban vannak, mások a megoldandó kríziseik, ezért a kapcsolatukat is másként élik meg:

„Itt válik láthatóvá az életciklusok egyidejűségének és kétidejűségének jelentősége a párkapcsolatra nézve. A nagy korkülönbség kapcsolati síkon áthidalhatatlan idegenséget képezhet a felek között, amelyet a szerelmesség fázisában túl könnyen figyelmen kívül hagynak.”⁸⁵³

Az összhang hiánya különösen támadhatóvá teszi a kapcsolatot a „külső betolakodók” számára. Ha pedig a fiatalabb házastárs félrelépése vele egyidős személlyel történik, akkor az az idősebb fél számára különösen fájdalmas és megalázó. Az ilyen választások veszélyére Hans-Joachim Thilo már 1978-ban felhívja a figyelmet.⁸⁵⁴ Thilo szerint a nagy korkülönbségű pároknál a fiatalabbik fél pótolni akar valamit az idősebbikkel, amit gyermekként a szüleitől nem kapott meg. Az ilyen házasságok kezdetben harmonikusnak tűnnek, ám 10-12 év elteltével súlyos konfliktusok léphetnek fel, amikor a gyermekkorában sérült fél lassan „fel nő” a biztonságot adó partner mellett és elkezd felnőttként viselkedni, míg az eddig szülői funkciókat ellátó fél bennereked az eddigi szerepében és nem tudja a párját egyenrangú félként kezelni. A házassági felkészítésben ezt a kérdést érdemes körüljárni, valamint fontos a pár számára tisztán látni a kapcsolat jövőbeni kihívásait is (az idősebb fél attraktivitásának, vitalitásának, szexuális teljesítőképességének csökkenése, stb.).

Az érett korú pároknak az egymással való kapcsolatuk mellett más tényezőkkel is szembe kell nézniük a házassági felkészítés során, amelyek élethelyzetükből, vagy egészségi állapotükből adódóan hatással lesznek a leendő házasságra. Ezek a témakörök külön kategóriákként szerepelnek Olson érett korúak számára kidolgozott házassági felkészítő tesztcsomagjában is (MATE). Ezek a témák az életszakasz-váltás (nyugdíjazás, üres fészek, stb.), a transzgenerációs kérdések (az érett korú pár „szendvics” helyzetben van az esetleges korábbi házasságból származó felnőtt gyermekek, és idős, ápolásra szoruló saját szülei között), valamint az egészség köré csoportosulnak:

„[...] a házasság iránti elvárások (PREPARE) kategóriák helyett a MATE csomag az átmenetek az életben kategóriával dolgozik. Ez a kategória az idősödéssel járó átmenetekkel és változásokkal foglalkozik, mint például a nyugdíjazás, az időskori lakóhely, vagy a kibővült család kezelése. [...] A *gyerekek és szülői szerep* kategóriát (PREPARE/ENRICH) a MATE kiegészíti *generációkat átfogó* témákkal, amelyek olyan kérdéseket foglalnak magukban, mint a közös és/vagy saját gyerekek, unokákhoz való viszony, valamint az idős

⁸⁵² Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 63. p.

⁸⁵³ Hans Jellouschek, *Warum hast du mir das angetan? Untreue als Chance* (München: Piper, 2010), 10. kiadás, 69. p.

⁸⁵⁴ Thilo, *Ehe ohne Norm?* 168-169. p.

szülőkkel való kapcsolat. Olyan kényes területek is hangot kapnak, mint az örökségi szabályozások, valamint az időskori ápolás. A *család és barátok* kategória helyett a MATE az *egészség* új kategóriáját is tartalmazza. Ez a személyes egészség, a várakozások és félelmek kérdéseit tematizálja.”⁸⁵⁵

2.1.3.4.3 Mozaikcsalád

Mozaikcsaládról (egyres forrásokban mostoha- vagy patchwork családok) akkor beszélünk, amikor a házasulandó felek legalább egyikének van gyermeke egy korábbi kapcsolatból. Az ilyen családkonstellációk strukturálisan jelentős eltéréseket mutatnak a hagyományos családi struktúrákhoz képest:

„A mostohacsaládokban legalább az egyik, a gyermekek számára fontos kapcsolódási személy nem él a családi közösségben.

Minden, illetve csaknem minden tag átélte egy fontos kapcsolódási személy (illetve jelentős kapcsolati forma) elvesztését.

A mostohaszülőnek (és adott esetben annak gyermekeinek) egy már meglévő, szilárd kapcsolati mintákban élő csoportban kell helyet találnia magának, illetve két részcsaládnak kell összenőnie egymással.

A gyermekek több mint egy családi közösség tagjai, az első és a mostohacsalád tagjai, de adott esetben a velük nem egy háztartásban élő, új családot alapított szülőfél családjához is kötik szálak.

Az egyik szülőnek nincsenek szülői jogai egy vagy több gyermek felett, noha – kívülről tekintve – a szülői alrendszerhez tartozik.”⁸⁵⁶

Az alakuló új család tagjainak tudatosan kell ezeket a különbségeket kezelniük. A leggyakrabban elkövetett hiba az, amikor az új család azt az elvárást támasztja tagjai felé, hogy ebben a konstellációban mindennek úgy kell működnie, mint egy „normális” családban. A mostohaszülő átveszi az édes szülő szerepét, ami gyakori konfliktusok forrása. Ehelyett jobb, ha a mostoha szülő nem próbál pótszülő lenni, hanem inkább egy kedves rokon szerepét ölti magára (nagybácsi, nagynéni pozíció). Átlagosan öt évre van szükség ahhoz, hogy egy mozaikcsaládban beálljon egy jól működő egyensúly.”⁸⁵⁷

2.1.3.4.4 Házasságra készülő élettársak

Pongrácz Tiborné és Spéder Zsolt reprezentatív felmérése szerint a 19-39 éves magyar lakosság 67,9% szerint a házasságra való legjobb felkészülési mód a házasságot megelőző együttélés.⁸⁵⁸ A közhittel ellentétesen ennek a fordítottja igaz: a házasságkötés előtti együttélés növeli a válás kockázatát.

⁸⁵⁵ Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 16. p.

⁸⁵⁶ Manfred Cierpka, *Handbuch der Familiendiagnostik* (Heidelberg: Springer, 2008), 3. kiadás, 216. p.

⁸⁵⁷ Doris Mártin, *Love Talk: Der neue Knigge für zwei* (Frankfurt am Main: Campus, 2007), 183. p.

⁸⁵⁸ Pongrácz Tiborné, Spéder Zsolt, „Élettársi kapcsolat és házasság – Hasonlóságok és különbségek az ezredfordulón.” *Szociológiai Szemle*, 2003/4, 55-75. p.

„Paradox módon a házasság előtti együttélés, mely egyes körökben szinte normává vált éppen arra hivatkozva, hogy a lehető legalaposabban ismerjék meg egymást a felek, mielőtt összeházasodnának, növeli annak esélyét, hogy az ilyen kapcsolat válásban végződjék.”⁸⁵⁹

Ennek megfelelően a házassági felkészítésben gyakran találkozunk olyan párokkal, akik már együtt élnek. Az ilyen kapcsolatok esetében külön figyelmet kell fordítani néhány szempontra, amely az élettársi kapcsolat és a házasság közötti dinamikai különbségekből fakad.⁸⁶⁰ Az ilyen kapcsolatokat szétfeszítő szempontok mindegyike arra vezethető vissza, hogy az élettársi kapcsolatban alacsonyabb az elköteleződés mértéke a házassághoz képest, és a volt élettársak ugyanazt az alacsony fokú elköteleződést viszik magukkal a házasságba. Két ponton különösen felszínre tör ez a kérdés: (1) a konfliktuskezelés és a (2) szexuális hűség terén. Több vizsgálat rámutatott, hogy egy párkapcsolatban az együttélés első két évében szilárdulnak meg azok a konfliktuskezelési minták, amelyeket a pár valószínűleg a kapcsolat fennállásának egész ideje alatt gyakorolni fog.⁸⁶¹ Ennek tükrében a későbbi sikeres konfliktuskezelés szempontjából nagy jelentősége van, hogy a pár az együttélés elejétől kezdve elköteleződjön egymás mellett. Ehhez szorosan kapcsolódik Robert Billingham vizsgálata is, aki kimutatta, hogy minél alacsonyabb az elköteleződés szintje egy kapcsolatban, annál hajlamosabbak a felek verbális és fizikai erőszak alkalmazására a konfliktusok kezelésében.⁸⁶² Ez lehet az oka annak is, hogy az élettársi kapcsolatban élők között – bizonyos szubkultúrákban – háromszor olyan gyakran fordul elő fizikai bántalmazás, mint a házasságban élő párok körében.⁸⁶³

A szexuális hűség tekintetében különös hozzáállás figyelhető meg az élettársi kapcsolatokban: az élettársi kapcsolatban a felek elvárják egymástól a szexuális hűséget, ugyanakkor nagyobb személyes szabadságot követelnek maguknak, mint ahogyan az a házasságban elfogadott.⁸⁶⁴

Mivel a házasságkötés a felek jogi státusát változtatja meg, de a gondolkodásmódját nem formálja át, a házassági felkészítésnek ki kell térnie ezekre a témakörökre.

⁸⁵⁹ Gödri Irén, „A házasságok és az élettársi kapcsolatok minőségének és stabilitásának néhány metszete.” In: Pongrácz Tiborné, Spéder Zsolt (szerk.), *Népesség – értékek – vélemények* (Budapest: KSH NKI Kutatási jelentések, 2002), 73. p.

⁸⁶⁰ Vö.: Mihalec, „Házasság és élettársi kapcsolat: Hasonlóságok, különbségek, etikai és lelkigondozói megfontolások.” Továbbá: Mihalec Gábor, Tárkányi Ákos, „A házasságok és élettársi kapcsolatok összehasonlító vizsgálata.” *Mester és Tanítvány*, 2010/27, 62-72. p.

⁸⁶¹ Vö.: Mark A. Fine, John H. Harvey, *Handbook of divorce and relationship dissolution* (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2006), 205. p.

⁸⁶² Robert E. Billingham, „Courtship Violence: The Patterns of Conflict Resolution Strategies Across Seven Levels of Emotional Commitment.” *Family Relations*, 1987/36, 283-289. p.

⁸⁶³ Allan W. Horwitz, Helene R. White, „The relationship of cohabitation and mental health: A study of a young adult cohort.” *Journal of Marriage and the Family*, 1998/60, 505-514. p.

⁸⁶⁴ Thomas Domanyi, „Eheähnliche Lebensgemeinschaften im Lichte der biblischen Ethik.” *Dialog*, 2007/11, 2-5. p.

2.1.3.5 Összegzés

Az előző oldalakon kísérletet tettünk a házassági felkészítés történeti áttekintésére, valamint aktuális kérdéseinek vázlatos bemutatására.

A vizsgálat során bemutattuk, hogy a házassági felkészítés diszciplinájának kialakulása szoros kapcsolatban áll az 1970-es és '80-as években bekövetkezett demográfiai változásokkal, amelyekre úgy az egyházi, mint a pszichológus szakemberek a házasságra való felkészítéssel próbáltak válaszolni. A válaszkeresésben mindkét oldal a megszokott eszközeihez és módszereihez nyúlt (biblikus-rendszeres teológiai, illetve analitikus-terápiás megközelítés) majd ettől mozdult el fokozatosan a párkapcsolat dinamikáját előtérbe helyező preventív attitűd irányába (gyakorlati teológiai, illetve pszichoedukációs megközelítés), ahol az egyházi és szekuláris irányzatok végső soron találkoztak, vagy közel kerültek egymáshoz.

Az aktuális házassági felkészítő programok bemutatásából megállapíthatjuk, hogy egyre inkább elmosódni látszanak a határvonalak az egyházi és az empirikus háttérű felkészítő programok között, jóllehet az empirikus programok esetében gyakrabban végeznek utánkövetéses vizsgálatokat, amelyekkel nyomon követhető a programok hatékonysága, valamint egységesebb a foglalkozások témaválasztása. Míg az empirikus irányzatok tematikája sok hasonlóságot mutat, az egyházi programok tematikája lényegesen szerteágazóbb. A házassági felkészítés különböző módszerei páros keretben is folytathatók, de általánosabbak a csoportos házassági felkészítő programok.

Mivel az egyes élethelyzetek jelentős eltéréseket mutatnak, a házassági felkészítés általános kérdéskörei mellett a felkészítőnek tájékozottságra van szüksége speciális témakörökben is, hogy az ezekben érintett házasulandókkal a különös helyzetükből fakadó kockázati tényezőket meg tudja beszélni, valamint ezek kezelésére fel tudja őket készíteni.

2.2 Az egyházi esküvő

2.2.1 A házasságkötés rövid történeti áttekintése

2.2.1.1 A házasságkötés bibliai konstitúciója⁸⁶⁵ a teremtéstörténet kontextusában

Ha a házasságot rendszeres teológiai szempontból vizsgáljuk, megállapíthatjuk, hogy azt Isten vezette be és áldotta meg, mint a legszorosabb emberi életközösséget. A teremtési hét hatodik napján Isten maga celebrálta az első esküvői szertartást, amelyben egyesítette az első férfit és az első nőt, mint egyenrangú feleket (1Móz 2,18-25). Istennek az volt a szándéka az első házassággal, hogy mintául szolgáljon minden későbbi házassági kapcsolathoz: „Ezért a férfi elhagyja apját és anyját, ragaszkodik feleségéhez, és lesznek egy testté.” (1Móz 2,24). Az idézett mondatot a házasság alapdokumentumaként is tekinthetjük, hiszen az Újszövetség többször is idézi, mintegy aláhúzva annak érvényességét. Két szinoptikus evangélium tanúsága szerint Jézus idézi, mint a házasság alapposztulátumát (Mt 19,3-6; Mk 10,6-9),⁸⁶⁶ emellett pedig két alkalommal Pál apostol is hivatkozik rá, mint Isten teremtői szándékára (1Kor 6,16; Ef 5,31).⁸⁶⁷

Ha 1Móz 2,24 versét a házasság alapdokumentumának tekintjük, akkor ez a mondat három dolgot fogalmaz meg a házasság mibenlétéről:

1. A szülők elhagyása

„[...] a férfi elhagyja apját és anyját [...]” hangzik a mondat első része. Ha figyelembe vesszük a mondat első elhangzásának körülményeit, akkor különös kép rajzolódik ki. A teremtő Isten mondja ki az első emberpárnak, azon belül is elsődlegesen a férjnek, Ádámnak címezve, akinek tulajdonképpen nincs apja és anyja.⁸⁶⁸ Ebből következik, hogy a kijelentés nemcsak Ádámra és Évára korlátozódik, hanem minden későbbi házaspár kapcsolatát is hivatott szabályozni. Ebben az értelemben szövetségi dokumentumként is felfoghatjuk.⁸⁶⁹ Az első mondatrész további érdekessége, hogy egy olyan kultúrában

⁸⁶⁵ Vö.: Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 24. p.

⁸⁶⁶ Jézus mindkét esetben a válás kontextusában idézi a mózesi szöveget. Ezzel fontos mintát ad egy etikailag megkérdőjelezhető gyakorlat vizsgálatához. Ahhoz, hogy állást tudjunk foglalni egy mai helyzettel kapcsolatban, vissza kell mennünk a kezdethez, és meg kell néznünk, hogyan rendelkezett Isten a bűneset előtti embernek. Az az ideális állapot, és a mérce a mai párok számára is.

⁸⁶⁷ Pál nem a házasság összefüggésében idézi a szöveget, hanem az egyház és Krisztus kapcsolatának analógiájaként.

⁸⁶⁸ Ádám „szülőnélküliségét” a Biblia írói tudatosan kezelik. Ezen a gondolati háttéren írja Lukács Jézus nemzetségtáblázatának végén: „[...] ez Enósé, ez Sété, ez Ádámé; ez pedig az Istené.” Lk 3,38.

⁸⁶⁹ A teremtéstörténet leírásában semmilyen esküvői szertartásról nem olvashatunk, ennek ellenére Jézus azt mondja, hogy „Amit tehát az Isten egybekötött, ember azt el ne válassa.” Mt 19,6. Az „egybekötés” vagy ahogyan Károli még kifejezőbb fordítja, „egybeszerkesztés” tehát a szövetségkötés cselekményét jelöli, amely a vizsgált mondatunk kimondásakor jön létre.

foglalják írásba, ahol a férfi nem hagyja el az apját és az anyját, ehelyett a menyasszonyát hazaviszi a szülői házba.⁸⁷⁰ Különös, hogy ennek ellenére éppen a férfit szólítja meg. A héber szövegben szereplő kifejezés (עזב) elsődlegesen valóban elhagyást jelent, a szó földrajzi értelmében, ám értelmezhető úgy is, hogy „hátrahagy”, vagy „eltávolodik”.⁸⁷¹ Ez pedig sokkal jobban megfelel a szöveg üzenetének: A házasság két önálló, a szüleitől függetlenedett, saját identitását megtalált ember ügye.

2. Ragaszkodás

„[...] ragaszkodik feleségéhez [...]” – hangzik a posztulátum második eleme. A „ragaszkodás” héber kifejezését (קבץ) pontosan adja vissza a magyar fordítás. A szó valóban a ragasztással, összeolvasztással áll kapcsolatban.⁸⁷² A házasságkötés olyan, mint amikor két faelemet enyvvvel megkennek és egymáshoz ragasztanak. Ez a két darab úgy összeragad, hogy többé nem választható szét ott, ahol összeragasztották. Csak erőszakkal lehet lefeszíteni őket egymásról és azon az áron, hogy az egyik kitép egy darabot a másiktól. A mondatrész másik fontos üzenete, hogy van egy jól körülhatárolható pillanat, amikor az összeragasztás megtörténik. A házasságnak van egy mindenki számára látható kezdete, valamilyen ünnepség, vagy rituális cselekmény, amely jelzi, hogy a pár tagjai mostantól együvé tartoznak. Már abban az időben, amikor az esküvőnek semmilyen vallásos jellege nem volt, sőt évezredekkel az anyakönyvezés bevezetése előtt, létezett valamiféle szertartás, amely jelezte a házasság kezdetét. Izsák és Rebeka házasságkötésekor megfigyelhetjük, hogy a vőlegény bevezeti menyasszonyát anyja sátrába és ezzel mindenki felé egyértelműen jelzi, hogy mostantól ők házastársak (1Móz 24,67). Egy nemzedékkel később Jákób házasságkötési rítusával találkozunk, ahol a vőlegény felemelheti a menyasszony arcát eltakaró fátyolt (1Móz 29,22-25). Ez a mozzanat hangsúlyozza a házasság szövetségi jellegét, ugyanis a szövetségkötés a Bibliában elképzelhetetlen tanúk nélkül. A tanúk jelenléte teszi hivatalossá, érvényessé. Így a házasságkötés egy olyan rítus, amely nem csak a két érintett személy magánügye, hanem a szélesebb család, a gyülekezet és a társadalom ügye is.⁸⁷³

3. Egy testté válás

„[...] és lesznek egy testté.” Ez a házasság alapidokumentumának harmadik kijelentése. A következetes hermeneutika nem teszi lehetővé a passzus testiség nélküli értelmezését, így

⁸⁷⁰ Bochmann, *Praxisbuch Ehevorbereitung*, 24. p.

⁸⁷¹ Wilhelm Gesenius, *Hebräisches und aramäisches Handwörterbuch* (Berlin, Göttingen, Heidelberg: Springer-Verlag, 1962), 17. kiadás, 576. p.

⁸⁷² Gesenius, *Hebräisches und aramäisches Handwörterbuch*, 152. p.

⁸⁷³ Ezt a lelkigondozói megállapítást alátámasztják azok az empirikus kutatások, amelyek igazolják, hogy a szülők és rokonok nélkül megrendezett összeköltözés, sőt a családtagok nélküli házasságkötés is kockázati tényezőt jelent a házasság vagy együttélés tartósságára nézve. Vö: Olson et al., *Building Relationships*, 48. p.

azt is mondhatjuk, hogy ez a szöveg tartalmazza az emberi szexualitás mandátumát. A testnek fordított héber szó (בשר) nem csak az érzelmi, vagy szellemi egyesülést jelenti, hanem konkrétan „bőrt és húst”.⁸⁷⁴ A házasságban a férj és a feleség egymás bőrébe, húsába bújik, a legteljesebb értelemben eggyé válik.⁸⁷⁵ A mondat harmadik része tehát félreérthetetlenül szexuális jellegű, ám a kiegyensúlyozott értelmezés és megélés megköveteli, hogy figyeljünk a sorrendre:

- „[...] a férfi elhagyja apját és anyját [...]”, azaz önálló, független egyéniséggé válik, aki felelősséget tud vállalni a döntéseiért és tetteiért, azután
- „[...] ragaszkodik feleségéhez [...]”, hozzá ragasztja magát egy mindenki számára látható szövetségi rítusban a feleségéhez, és csak ezután
- „[...] lesznek egy testté.”

2.2.1.2 Házasságkötés a bibliai idők után

Értekezésünknek ugyan nem célja a házasság történetének részletes tárgyalása, ám néhány állomást érdemes felvázolni, hogy végigkövessük a házasságról való gondolkodás alakulását.

Az első századokban a házasságkötés a család és a szélesebb nyilvánosság ügye volt, mindenféle hivatalos megkötöttségek nélkül. Az egyházi áldás, pap jelenléte gyakori eleme volt a házasságkötésnek, ám nem volt a házasság érvényességének feltétele.

„Az egyházi közreműködés szokását végül 893-ban VI. (Bölcs) Leó császár 89. rendelete emelte a világi törvények sorába, midőn előírta, hogy akárcsak az örökbefogadás, a házasság is *egyházi megszentelés* révén nyerje el jogerejét, s kimondta, hogy az e nélkül kötött házasság kezdettől érvénytelen, az együttélés pedig nem jár a házasság joghatásaival.”⁸⁷⁶

Magyar vonatkozásban

„[...] elsősorban a Könyves Kálmán korában, valószínűleg 1112-ben tartott II. Esztergomi zsinat 16. kánonja érdemel figyelmet, amely elrendeli, hogy minden házasságkötés az egyház színe előtt, pap jelenlétében, alkalmas tanúk szeme láttára, az eljegyzés valamely

⁸⁷⁴ Gesenius, *Hebräisches und aramäisches Handwörterbuch*, 120. p.

⁸⁷⁵ Amikor az Újszövetség idézi 1Móz 2:24 versét, mind a 4 alkalommal a σαρχ kifejezést használja, amely jellegzetesen biológiai jellegű szó. Jelentése: „ami az állati vagy emberi csontvázát körül fogja, tehát izmok, hús.” Varga Zsigmond J., *Újszövetségi görög-magyar szótár* (Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1992), 857. p. Teszi ezt annak ellenére, hogy használhatná a kevésbé testies hangzású σωμα szót is, amely szintén testet jelent, de annak inkább a személyiségét, egyéniségét, egészségességét hangsúlyozza. Vö: Varga, *Újszövetségi görög-magyar szótár*, 913. p. A szóválasztás tudatosságát igazolja, hogy Pál egyazon kontextuson belül alkalmazza mind a két kifejezést: „Mert a maga testét soha senki nem gyűlölte, hanem táplálja és gondozza, ahogyan Krisztus is az egyházat, minthogy tagjai vagyunk testének [σωμα]. A férfi ezért elhagyja apját és anyját, és ragaszkodik feleségéhez, és lesznek ketten egy testté [σαρχ].” Ef 5,29-31.

⁸⁷⁶ Komáromi László, „A bizánci hatás egyes kérdései a középkori magyar házassági jogban.” *Iustum Aequum Salutare* II. 2006/1-2. 163. p.

jelével és mindkét fél beleegyezésével történjék, különben nem házasságnak, hanem paráznaságnak tekintendő.”⁸⁷⁷

A házasságkötésnek és a házasság jogi szabályozásának ez az egyházi jellege többé-kevésbé egészen a XIX. századig fennmaradt, amikor a törvényhozásban megjelent a polgári házasság fogalma.

„A polgári házasság intézményét hazánkban a házassági jogról szóló 1894. XXXI. t.-cikk hozta be, mely 1895 okt. 1. lépett hatályba s elsejét teszi ama nagy horderejű öt törvénynek, amelyek mint egyházpolitikai törvények ismeretesek.”⁸⁷⁸

Ez a törvény többek között kitér az eljegyzés jogi jelentőségére, a házasságkötés akadályaira, a házasságkötést megelőző kihirdetésre, a házasság érvénytelenségének bemutatására, a házasság megszűnésének okaira, a házasságok nyilvántartására és tanúsítására, amelyre kizárólag az állami anyakönyvi hivatal jogosult, sőt még a születendő gyermekek vallására is (vallásilag vegyes házasság esetén).

Ezzel egyidőben, 1875-ben Németországban Otto von Bismarck hozott hasonló intézkedéseket. Az addig teljes jogkörrel eskető papok ezután már csak azután adhatták össze a házasulandó párokat, miután azok a világi hatóságok előtt előzőleg már kifejezték házasságkötési szándékukat és házassági okiratot (Trauschein) kaptak.

A házasságot ma Magyarországon az 1952-es családjogi törvény szabályozza, amelyet azóta többször is módosítottak. Ennek második paragrafusa kimondja:⁸⁷⁹

1. Házasság akkor jön létre, ha az együttesen jelenlevő házasulók az anyakönyvvezető előtt személyesen kijelentik, hogy egymással házasságot kötnek.
2. Az anyakönyvvezető a kijelentés megtörténte után a házasságkötést a házassági anyakönyvbe bejegyzi.
3. A házasságkötés nyilvánosan, két tanú jelenlétében történik.

Noha a törvény semmilyen vallásos motívumot nem tartalmaz, felfedezhető benne néhány párhuzam a házasság mózesi alapidokumentumával.

1. A házasság két önálló, döntéseiért és tetteiért felelősséget vállalni képes felnőtt ember ügye.
2. A házasságnak van egy kezdőpontja, amely egy elköteleződő nyilatkozathoz kötődik.
3. A házasság nem csupán magánügy, megkötését az ószövetségi szövetségekhez hasonlóan tanúk hitelesítik.

⁸⁷⁷ Komáromi, „A bizánci hatás egyes kérdései a középkori magyar házassági jogban.” 163. p.

⁸⁷⁸ Pallas Nagylexikon. Forrás: http://www.kislexikon.hu/polgari_hazassag_a.html (Találat napja: 2009.09.16.)

⁸⁷⁹ <http://www.jogiforum.hu/torvenytar?id=116> (Találat napja: 2009.09.16.)

2.2.2 Katolikus és protestáns házasságkötés-felfogás

A római katolikus felfogás szerint a házasság szentség (sákramentum). A szentségek meghatározását az egyház Katekizmusa a következőképpen fogalmazza meg:

„Az Újszövetség szentségeit Krisztus alapította és szám szerint hét van: keresztség, bérmálás, oltáriszentség (Eucharisztia), bűnbánat, betegek kenete, egyházi rend és házasság szentsége. A hét szentség a keresztyén élet minden fontos pillanatát és állomását érinti: a szentségek a keresztyének hitéletéhez megadják a születést és a növekedést, a gyógyítást és a küldetést. Ezen a téren bizonyos hasonlóság található a természetes élet állomásai és a lelkiélet állomásai között.”⁸⁸⁰

A házasságról szóló tanítás bemutatásakor azt vallja:

„A házassági szövetséget, amelyben a férfi és a nő az egész élet olyan közösségét hozza létre egymással, mely természeténél fogva a házaspár javára, gyermekek nemzésére és nevelésére irányul, Krisztus Urunk a megkereszteltek között a szentség rangjára emelte.”⁸⁸¹

Az egyház tehát Jézus Krisztusnak tulajdonítja a házasság szentségi rangra történő emelését. Noha a házasság szentségi voltára közvetlen bibliai utalás nincs, az egyház két momentumra alapozza állítását, (1) Jézus csodatételére a kánai menyegzőn, valamint (2) a házasság analógia-funkciójára, amely Krisztus és az egyház kapcsolatát példázza:

„Nyilvános élete kezdetén Jézus – Anyja kérésére – első csodáját egy menyegzős ünnepen cselekedte. Az Egyház nagy jelentőséget tulajdonít Jézus részvételének a kánai menyegzőn, mert bizonyítékot lát benne arra, hogy a házasság jó, és annak meghirdetését, hogy a házasság ezentúl Krisztus jelenlétének hatékony jele lesz.”⁸⁸²

„A keresztyén házasság a maga részéről hatékony jellé válik, Krisztus és az Egyház szövetségének sákramentumává. Mivel ennek kegyelmét jelzi és közvetíti, a keresztyének közötti házasság az Újszövetség igazi szentsége.”⁸⁸³

A protestáns értelmezés nem kezeli a házasságot szentségként.⁸⁸⁴ A protestáns és katolikus házasságfogalom ebből fakadóan abban is eltér egymástól, hogy a katolikus felfogásban a polgárilag megkötött házasságot az egyházi szertartás emeli szentségi rangra, tehát

⁸⁸⁰ *A Katolikus Egyház Katekizmusa*, 1210. bekezdés. Forrás: <http://www.katolikus.hu/kek/> (Találat napja: 2011.11.07.)

⁸⁸¹ *A Katolikus Egyház Katekizmusa*, 1601. bekezdés.

⁸⁸² *A Katolikus Egyház Katekizmusa*, 1613. bekezdés.

⁸⁸³ *A Katolikus Egyház Katekizmusa*, 1617. bekezdés.

⁸⁸⁴ Általában a protestáns egyházak a keresztséget és az úrvacsorát kezelik szentségként, de ez a szentségfogalom (sákramentum) eltér a katolikus szentségfogalomtól, mivel a katolikus értelmezésben a szentségeknek önmagukban is megváltást közvetítő erejük van, függetlenül a személy hitbeli hozzáállásától (ex opere operato). Ezzel szemben a protestáns értelmezés szerint a szentségek kiválthatják és erősíthetik, de nem pótolhatják, vagy helyettesíthetik a személyes hitet. Az adventista teológiában a szentségek kérdése a következőképpen jelenik meg: „Krisztus két vallási rendtartást alapított, a keresztséget és az úrvacsorát. A vallási rendtartás nem szentség opus operarum értelemben, azaz nem olyan cselekmény, amely önmagában és önmagától kegyelemben részesítene, és üdvösséget eredményezne. A keresztség és az úrvacsora csak a sákramentumhoz, a római katonák esküjéhez hasonló értelemben mondható szentségnek, amelyben megfogadták, hogy mindhalálig engedelmeskednek a parancsnokuknak. Ezeknek a rendtartásoknak része, hogy a hívő maradéktalan hűséget fogad Krisztusnak.” Damsteegt, *A hetedik napot ünneplő adventisták hitelvei*, 206. p.

minőségi tartalom hozzárendelését vallja.⁸⁸⁵ Talán nem megyünk túl messzire az értelmezésben, ha a katolikus a felfogásban azt látjuk, hogy „Az igazi házasság a keresztény házasság, az pedig most köttetik.”⁸⁸⁶ Ezzel szemben a protestáns értelmezés teljes értékűnek és érvényesnek tekinti a polgári hatóság előtt megkötött házasságot és a már megkötött házasságra kéri az egyházi szertartás keretében Isten áldását. Ez a felfogás világosan tükröződik a Magyarországi Református Egyház Istentiszteleti Rendtartásának megfogalmazásában:

„A házasságkötés a polgári hatóság előtt történik. Az 'egyházi esküvő' a házasságkötés megáldását jelenti – lehetőleg a gyülekezet jelenlétében.”⁸⁸⁷

Ennél még bővebben és egyértelműbben fogalmaz Az Igehirdetők Kézikönyve, amely „Az alkalom teológiája” cím alatt a következőt írja:

„A házasságkötéssel kapcsolatos egyházi tevékenység kérdéseket vet fel. Az első kérdés: lehet-e egyházi értelemben házasságkötésről beszélni? A felelet egyértelmű és világos: nem! A házasságkötés nem a templomban történik, az áldásért a templomba belépő pár már nem jegyespár, hanem házaspár. A megkötött és a hatóság által anyakönyvezett házasság érvényes, pótlásra, kiegészítésre nem szorul. Innen a második kérdés: mit keresnek hát az érvényes házasságot kötött fiatalok Isten házában? Ez a felelet is egyértelmű: ami a templomban történik, nem házasságkötés vagy annak egyházi ismétlése, hanem gyülekezeti istentisztelet. Ezen a házasságot a gyülekezet jelenlétében istentisztelettel szenteljük meg.”⁸⁸⁸

Mindennek értelmét és célját a mű az alábbi pontokban konkretizálja:

„1. Az esketési istentisztelet hitből való lehetőség és alkalom Isten magasztalására. [...] 2. Az esketési istentisztelet Istenre való rászorulásunk megvallása. [...] 3. Az esketési

⁸⁸⁵ E szempont mellett fontos kiemelnünk, hogy a katolikus házasságszemlélet megpróbál annak a veszteségnek is elégtételt szerezni, hogy az évszázadokig egyházi hatáskörbe eső hivatalos házasságkötési jogot az állami hatalom magához ragadta, mintegy kisajátította az egyház kárára. „A szentség nem vallásos függeléke vagy dísz a házasságnak, hanem maga a házasság, amennyiben Krisztus Urunk akaratából a természetfeletti élet egyik intézményes formájává vált. A szerződés és a szentség szétválasztása ellenkezik az egész hagyománnyal, mert hiszen az egyház évszázadokon keresztül nem vezetett be sajátos egyházi szertartásokat a házasság megszentelésére, hanem éppen a szerződés-kötésben látta a keresztény menyegző lényegét, a Krisztussal való találkozás sajátos helyét. Az egyház tanító hivatala mindig bátorította és végül kifejezetten magáévá tette a szerződés és szentség azonosságának tanítását [...] mind az egyház, mind az állam a maga törvényei szerint tulajdon hatósága által rendelte a házasság ügyét és kölcsönösen figyelmen kívül hagyták egymás eljárását. Az állam csak a maga hivatalnokai előtt kötött ('polgári') házasságot tekinti érvényesnek, és érvényesnek tartja egyházi esküvő nélkül is; rendesen elég könnyen kimondja a válást is. Az egyház általában megkívánja, hogy a hívők az állami hatóság előtt is kössenek házasságot, hogy ezáltal együttélésüket az állam törvényei is védjék, de mind a polgári házasságot, mind az állami törvényszékek által kimondott válást érvénytelennek tartja.” Alszegehy Zoltán, *A házasság* (Róma: k. n., 1982, Teológiai Kiskönyvtár, III/9. kötete), 86-87- p.

⁸⁸⁶ Peter Cornehl, „Liturgie der Liebe zwischen Romantik und Realismus. Beobachtungen zu neueren Trauliturgien.” In: Benedikt Kranemann, Joachim Hake (szerk.), *Hochzeit – Rituale der Intimität* (Stuttgart: Kohlhammer, 2006), 45. p.

⁸⁸⁷ Bartha, *Istentiszteleti Rendtartás a Magyarországi Református Egyház számára*, 40. p. Az 1927-es Ágenda tovább konkretizálja a házasságkötésben résztvevő személyek és szervezetek hatáskörét, amikor kimondja: „A házasságot a felek kötik, az állam csak megállapítja és igazolja annak érvényét. Az egyház pedig a felek által megkötött házasságot, amennyiben azok bizonyosságot tesznek arról, hogy Isten szerint kívánnak egymással élni, megáldja.” Ravasz László (szerk.), *Ágenda: A Magyar Református Egyház liturgiás könyve* (Budapest: Magyarországi Református Egyház, 1927), 38. p.

⁸⁸⁸ Adorján József (szerk.), „*Hirdesd az Igét!*” *Az igehirdetők kézikönyve* (Budapest: A Magyarországi Református Egyház Zsinati Irodájának Sajtóosztálya, 1980), 251. p.

istentisztelet gyülekezeti közügy. [...] 4. Az esketési istentisztelet alázatos odaállás Isten elé.”⁸⁸⁹

Hasonlóan vélekedik az adventista felfogás is. Thomas Domanyi így foglalja össze:

„Egy házasság megkezdése olyan döntő jelentőségű esemény, hogy egy keresztyén pár aligha fogja ezt a lépést megtenni anélkül, hogy Isten jelenlétét és áldását kérné rá. Ezért a hívő párok Isten és a gyülekezet előtt is elmondják házassági fogadalmukat. Azokban az országokban, amelyekben a házasság az anyakönyvi hivatal által lép jogerőre, a gyülekezeti esküvő nem azt az értelmet hordozza, hogy utólag jóváhagyja az állami jogi aktust. Azért megy el a pár a gyülekezetbe, hogy házasságát az evangélium ígéből, mint isteni megbízást vegye át, valamint azért, hogy házasságát Isten vezetése alá helyezze.”⁸⁹⁰

A protestáns házasságfogalom értelmében tehát az egyház nem tesz hozzá tartalmilag a házasság érvényességéhez, ám Isten áldása, védelme és irányítása alá helyezi azt. Ezzel egyszersmind fontos hitbeli keretet teremt a házasságnak, de nem avatkozik be annak érvényességébe. Úgy is fogalmazhatunk, hogy a katolikus házasságfelfogás inkább dogmatikai síkon, a protestáns felfogás pedig inkább lelkigondozói síkon járul hozzá az újonnan létrejött házassághoz azzal, ahogyan a házasságról és az egyházi „házasságkötésről” gondolkodik. Ezt az alapállást azonban az egyháznak világosan kommunikálnia kellene a házasulandók felé is, akik olykor lebecsülően kezelik a polgári házasságkötést és nem élik meg annak szépségét, méltóságát és fontosságát.⁸⁹¹

2.2.3 Az eskető személyi feltételei

Ahogy fentebb is láttuk, a lelkipásztor szerepe a házasságkötésben viszonylag korlátozott, és ez különösen igaz a protestáns lelkészre. Ha ugyan kissé sarkítva is fogalmaz, egyet érthetünk Richard Lehmann összegzésével:

„Az adventista lelkész hajlik arra, hogy a protestáns hagyományokhoz igazodva ne szentségként kezelje a házasságot, és ezzel leszűkítse a saját szerepét. Pásztori teendői az ifjú pár házassági felkészítésére és a válófélben lévő pár lelkigondozói támogatására korlátozódik. Úgy tűnik, az egyháztörténelem is megerősíti ezt az álláspontot, hiszen a házasságkötés vallási formái igen későn jelentek meg, a reformáció pedig meg is kérdőjelezte ezeket. Ráadásul a francia forradalom azzal, hogy újra bevezette a polgári házasságkötést, olyan eljárást teremtett, amely mellé a nyugati társadalmak csaknem teljes egésze felzárkózott.”⁸⁹²

Ettől a helyzettől némileg eltérő gyakorlat található azokban az országokban, ahol a lelkipásztor egyúttal anyakönyvvezetői jogkörrel is rendelkezik. Ezekben az országokban a

⁸⁸⁹ Adorján, „*Hirdesd az Igét!*” *Az igehirdetők kézikönyve*, 251-252. p.

⁸⁹⁰ Thomas Domanyi, „Sexualität und Ehe aus theologischer Sicht: Ein Beitrag zur biblischen Anthropologie und Ethik.” In: Roberto Badenas, Stefan Höschele (szerk.), *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte* (Lüneburg: Advent-Verlag, 2010), 245. p.

⁸⁹¹ Különösen igaz ez adventista kontextusban, ahol a szombat szakrális jellege miatt a polgári és egyházi szertartás gyakran nem ugyanarra a napra esik, és az anyakönyvi hivatalba a pár csak „beugrik” a szüleivel és tanúival, olykor nem is az esküvői ruhát felöltve, mert azt gondolja, hogy ez csak egy szükséges színjáték, de az igazi házasságkötés majd a templomban lesz az Úr és a gyülekezet színe előtt.

⁸⁹² Richard Lehmann, „Die kirchliche Feier der Eheschließung.” In: Badenas, Höschele, *Die Ehe*, 271. p.

lelkipásztorok külön képzésben részesülnek, így nyilvántartásba vételük után az általuk celebrált házasságkötés polgári jogi értelemben is érvényes házasságkötésnek minősül. Esetükben tehát az esküvői istentisztelet a házasság megszentelése és megáldása mellett egyszerre mind a törvényes házasságkötés alkalma is. Ilyen helyzettel találkozunk például Ausztráliában, ahol többek között az Ausztráliai Magyar Református Egyház, A Római Katolikus Egyház, valamint a Hetednap Adventista Egyház lelkipásztorai az állam által is regisztrált házasságkötők (angolul: Marriage Celebrants).⁸⁹³ Ilyen rendszer működik Új-Zélandon, az Amerikai Egyesült Államokban és még több más országban is. Ennek a jelenségnek a kihangsúlyozását azért tartjuk fontosnak, mert a lelkipásztor egyházi és hatósági kettős funkciója az egyházi szabályozásokban is megjelenik, és bizonyos esetekben behatárolja, hogy ki vezethet esküvői istentiszteletet. Ebben az esetben tehát a szertartást vezető személynek kettős kritériumnak kell eleget tennie: meg kell felelnie az érvényben lévő polgári törvényi előírásoknak és rendelkeznie kell az egyház szabályainak megfelelő felhatalmazással.

A katolikus egyház Katekizmusa az egész világon érvényes az egyház tagjai és szolgálattevői számára. Meghatározásában a katolikus esküvőn a szentséget a házasulandók egymásnak szolgáltatják ki, ám a szertartást hivatalos, felszentelt egyházi személy vezeti:

„Az *eskető pap* vagy *diákonus* az Egyház nevében veszi ki a beleegyezést a jegyesektől és adja az Egyház áldását. Az Egyház hivatalos szolgájának jelenléte és a tanúk azt teszik láthatóvá, hogy a házasság egyházi életforma.”⁸⁹⁴

A református szabályozás nem törekszik nemzetközi alkalmazhatóságra, ezért nem tér ki azokra az országokra, ahol a magyartól eltérő törvényi szabályozás van érvényben. Ennek fényében, és annak a ténynek az ismeretében, miszerint a református szabályozás szerint az egyházi szertartásnak nincs kihatása a házasság érvényességére, az esküvői istentiszteletre ugyanazokat a feltételeket tekinthetjük érvényesnek, amelyek általánosságban az istentiszteletekre vonatkoznak:

„Az istentisztelet vezetésének feltételei. Az istentiszteletet vezetését elsősorban az e szolgálatra képesített és kibocsátott lelkészek végezhetik. Meghatározott esetekben istentiszteleti szolgálat végzésére engedélyt kaphat teológiai hallgató, diakónus, presbiter, vagy arra alkalmas egyháztag is. Az illetékes egyházi hatóság engedélye meghatározza, hogy mely gyülekezetben, mikor, milyen szolgálatot végezhet (jogosult-e palást viselésére), és kijelöli a lelkészt, akinek felügyelete alá tartozik.”⁸⁹⁵

⁸⁹³ Vö.: *Marriage (Recognised Denominations) Proclamation 2007* (A ausztrál kormány által házasságkötési jogkörrel felruházott egyházak névsora). Forrás: <http://www.ag.gov.au/celebrants> (Találat napja: 2011.11.08.)

⁸⁹⁴ *A Katolikus Egyház Katekizmusa*, 1630. bekezdés. Az 1623. bekezdés hozzátétele: „A keleti egyházak hagyományaiban a papok vagy püspökök tanúi a jegyesek kölcsönös konszenzus-cseréjének, de áldásuk szükséges a szentség érvényességéhez.”

⁸⁹⁵ *Istentiszteleti Rendtartás a Magyarországi Református Egyház számára*, 57. p.

A Hetednapi Adventista Egyház Gyülekezeti Kézikönyve azzal az igénnyel íródott, hogy az egész világgazságság számára érvényes, követhető útmutatásokat adjon a gyülekezeti élet különböző aspektusaira. Így – kellő érzékenységet tanúsítva az egyes országok eltérő törvényi szabályozásai iránt – minden lehetőséggel számol:

„Egyes országokban és államokban csak hivatalosan kinevezett és bejegyzett lelkészek tarthatnak menyegzői istentiszteleteket. Más helyeken a lelkész megtarthatja a menyegzői istentiszteletet a templomban, de a házassági szerződést hivatalosan a kerületi anyakönyvvezető írja alá, aki akkor a sekrestyében tartózkodik, hallgatva a helyes formában elhangzó házassági fogadalmat. Megint más országokban a lelkész egyáltalán nem végezhet esküvői szertartást, mert azt állami feladatként és polgári szerződésként tartják számon. Ilyen esetekben a polgári esküvő után tagjaink vagy haza, vagy az imaterembe mennek, ahol a lelkész vezetésével ünnepélyes istentisztelet keretein belül áldást kérnek a párra.”⁸⁹⁶

Azokban az esetekben, amikor a menyegzői istentisztelet egyúttal a hivatalos házasságkötés alkalma is, csak felszentelt lelkipásztor vezetheti a szertartást, más esetekben – mint amilyen a magyar gyakorlat is – a felszentelt lelkész mellett megbízott lelkész,⁸⁹⁷ segédlelkész, vagy felszentelt presbiter is vezetheti az egyházi szolgálatot:

„A menyegzői szertartásban az esketést és a házassá nyilvánítást csak felszentelt lelkész végezheti, kivéve azokat a területeket, ahol a divízió bizottsága határozatban jóváhagyja egyes segédlelkészeknek vagy megbízott lelkészeknek, hogy vezessenek ilyen alkalmakat [...] A prédikációt, imát és az áldást egyaránt mondhatja felszentelt lelkész, segédlelkész, megbízott lelkész vagy a felszentelt presbiter.”⁸⁹⁸

Összefoglalva elmondhatjuk, hogy a magyarországi gyakorlatban a Magyarországi Református Egyház és a Hetednapi Adventista Egyház felfogása nagyon közel áll egymáshoz. Mindkét közösség a polgárilag már megkötött házasság megáldásaként fogja fel az esküvői istentiszteletet, valamint jóllehet elsődlegesen a lelkész vezeti az esküvői szertartást, bizonyos esetekben arra más személyek is kaphatnak meghatalmazást. A katolikus gyakorlat annyiban tér el ettől, hogy az egyházi szertartásnak a házasság

⁸⁹⁶ Sz. n. *Hetednapi Adventista Egyház Gyülekezeti Kézikönyv* (Pécel: Hetednapi Adventista Egyház Magyar Uniója, 2006), 100. p.

⁸⁹⁷ A megbízott lelkész státusát a Hetednapi Adventista Egyházban általában a lelkésznőkre alkalmazzák. Mivel az egyház szervezeti szabályai az egész világon érvényesek, az egyház egyelőre nem tette lehetővé a nők lelkészi felszentelését, mivel az egyes patriarchális szerveződésű országokban nem lenne kulturálisan elfogadható. Ezért azokban az országokban, ahol a lelkésznők szolgálata nem ütközik az elfogadott társadalmi normákba, a lelkésznők megbízott lelkészi státusban dolgoznak, ami néhány kivételtől eltekintve a felszentelt lelkésszel azonos jogköröket biztosít számukra.

⁸⁹⁸ *Hetednapi Adventista Egyház Gyülekezeti Kézikönyv*, 80. p. A polgári esketéssel egybekötött egyházi szertartás lebonyolítására bizonyos esetekben nem felszentelt lelkészek is kaphatnak engedélyt, de ezt a világszervezet kihelyezett képviselője, az ún. divízió bizottsága kell, hogy jóváhagyja: „A divízió végrehajtó bizottsága adhat felhatalmazást a jogkörök és a felelősség kiterjesztésére. Ennek a szervezetnek a döntése szükséges ahhoz, hogy az egyházterület kiterjesztett jogkörrel és felelősséggel ruházza fel a segédlelkészt. Egy ilyen határozat mindig pontosan és világosan rögzítse, hogy a segédlelkész milyen egyéb feladatokat tölthet még be [...]” *Hetednapi Adventista Egyház Gyülekezeti Kézikönyv*, 184. p. Mivel tehát az egyházi szertartásban esketésről a szó szoros értelmében nem beszélhetünk, a házassá nyilvánítás pedig nem az egyház jogköre, hanem az anyakönyvvezetőé, a magyarországi viszonyok között – legalábbis elvben – nem csak felszentelt lelkipásztor vezetheti a szertartást, hanem az említett többi kategóriához tartozó egyházi személyek is. Ugyanakkor meg kell jegyeznünk, hogy az egyházi köztudatban sokan – a lelkész funkció és az egyházi szertartás félreértése, valamint a katolikus szentségi értelmezés tudattalan befolyása miatt – az esküvői szertartás levezetését általában a felszentelt lelkész kizárólagos jogkörébe delegálják.

egyházilag is elfogadható érvényességéhez hozzájáruló szerepet tulajdonít azzal, hogy a házasságot szentségi rangra emeli és azzal, hogy ezt a szentséget a házaspárok az esküvői szertartásban egymásnak szolgáltatják az egyházi személy jelenlétében.⁸⁹⁹

2.2.4 Az esküvői liturgiák összehasonlítása

Az alábbi táblázatban összehasonlítjuk a Magyar Református Egyház, a Római Katolikus Egyház, valamint a Hetednapos Adventista Egyház esküvői liturgiáját. Az összehasonlítás ismertetésénél hangsúlyoznunk kell, hogy míg a református és katolikus szertartás kötött liturgiára épül, azaz a szertartás vezetője szó szerint mondja el a liturgiában szereplő elemeket, addig az adventista szertartásban a lelkésznek nagyobb szabadsága van egy helyi igényekre és gyakorlatra épülő, saját liturgiai rend összeállítására:

„A h. n. adventistáknak nincs kötött liturgiájuk, és mivel világszéles közösség vagyunk, lehetővé kell tennünk a helyi kultúrához való igazodást. Ott, ahol az esküvők rendje eltér az alábbiaktól, a divízió, illetve az unió javaslatot tehet a szertartás adoptálására. [...] Az alább javasolt szertartást talán egyetlen lelkész sem alkalmazza változtatás nélkül. Nyugodtan igazíthatjuk azt saját körülményeinkhez.”⁹⁰⁰

Liturgiai elem	Római Katolikus Egyház⁹⁰¹	Magyar Református Egyház⁹⁰²	Hetednapos Adventista Egyház⁹⁰³
A vendégek gyülekezése	A násznép és a tanúk helyet foglalnak a templomban. A jegyespár a kísérelőkkel a templomajtóban áll. Elöl a vőlegény, mögötte a menyasszony.	-	A vendégeket a rendezők úgy kísérelők helyükre, hogy a menyasszony rokonai a terem jobb oldalán, a vőlegény rokonai a bal oldalon foglaljanak helyet. A pár szülei és nagyszülei részére az első sorban biztosítsunk helyet.
Nászinduló	Meghúzzák a csengőt és megszólal az orgona.	-	Nincs útmutatás
Bevonulás	A jegyespár egyenként bevonul, először a vőlegény, majd a menyasszony. Az eskető pap fehér/arany miseruhában, a helyükön fogadja a jegyespárt, a jegygyűrűket tálcán az oltára helyezi, a menyasszonyi csokrot díszítésként szintén	Helyi szokásnak és gyakorlatnak megfelelően. 1. Orgonaszó közben 2. A gyülekezet éneklése alatt: 162. ének: Ím bejöttünk nagy örömben... 3. A szolgálattelvő vagy a gyülekezet képviselője a templom kapujában fogadja	A pár a nászinduló alatt a hátsó kijáratától átvonul a terembe, és megáll a számára kijelölt székek előtt. A lelkész és segítők általában az oldalsó ajtón lépnek be, és megállnak a szószéken a gyülekezettel szemben.

⁸⁹⁹ „A házasság szentségét a jegyesek szolgáltatják ki egymásnak az illetékes püspök, pap vagy diakónus [...] és két tanú előtt. Ez a házasság 'formája', amelytől két katolikus keresztény között a házasság szentségének érvényessége függ.” Verbényi István (szerk.), *Liturgikus lexikon* (Budapest: Szent István Társulat, 2001), 75.

⁹⁰⁰ *Hetednapos Adventista Lelkészi Kézikönyv*, 232. p.

⁹⁰¹ Az 1962-es *Ordo Celebrandi Matrimonium* szertartáskönyv alapján. Forrás: http://www.plebani.net/hittanterem/?op=view&k_id=1269 (Találat napja: 2011.11.09.)

⁹⁰² Bartha, *Istentiszteleti Rendtartás a Magyarországi Református Egyház számára*, 178-182. p. A felsorolásban szereplő sorszámozatok az egyes liturgiai elemek variációs lehetőségeire utalnak.

⁹⁰³ *Hetednapos Adventista Lelkészi Kézikönyv*, 232-235. p.

	az oltár szélére teszi. Közösen térdet hajtanak, majd a jegyespár a helyére áll, a pap pedig az oltár mögött kezdi a szertartást!	az esketendőket és orgonaszó vagy gyülekezeti ének közben vezeti be őket.	
Köszöntés	-	Az esketendő pár és a tanúk (násznagyok) az úrasztala elé állnak, a szolgálattevő igével köszönti őket: 1. Kegyelem néktek és békeesség, Istentől, a mi Atyántól és az Úr Jézus Krisztustól. Ámen. 2. Zsolt 90,17a 3. Zsolt 118,1; 23-24	-
Ének	-	Ahol olyan gyülekezet közösségében történik a házasság megáldása, amely tud szépen és áhítatosan énekelni, ott hálaadó éneket énekeljen a gyülekezet. 1. Adjatok hálát az Úrnak, hívjátok segítségül nevét. Énekeljük a... 2. Milyen jó hálát adni az Úrnak és zengeni neved dicséretét, oh Felséges. Legyen énekünk boldog hálaadás, énekeljük a... 3. Jöjjetek, örvendezzünk az Úr előtt, menjünk elé hálaadással, ujjongjunk előtte énekszóval! Énekelve a...	Nincs útmutatás
Fohás	Pap: Könyörögjünk! Tekints könyörgésünkre Istenünk, és áraszd jóságosan kegyelmedet a mennyasszonyra és a völegényre, akik most házasságot kötnek szent oltárodnál! Legyenek mindig állhatatosak a kölcsönös szeretetben! A mi Urunk Jézus Krisztus, a te Fiad által, aki veled él és uralkodik a Szentlélekkel egységben, Isten mindörökkön örökké. Hívek: Ámen.	1. A mi segítségünk jöjjön az Úrtól, aki teremtett, megtart és igazgat mindeneket. Ámen. 2. Légy a mi segítségünk Urunk és szólj hozzánk most és életünk minden idejében, s adj engedelmes szívet, hogy kövessük akaratodat. Ámen	Nincs útmutatás, nem kötött imádság
Szolgálatok	-	-	Nincs útmutatás
Textus	Lektor: SZENTLECKE Szent Pál apostolnak a korintusiakhoz írt első leveléből 1Kor 12,31-13,13 (kivonatolva) Lektor: Ez az Isten igéje. Hívek: Istennek legyen hála!	Midőn Isten áldását kéritek házassági szövetségekre, halljátok az Ő hozzátok szóló üzenetét a...	Nincs külön textusolvasás, a prédikáció kontextusában hangzik el
Prédikáció	Pap: EVANGÉLIUM Szent Máté könyvéből Hívek: Dicsőség neked	a gyülekezet ülve hallgatja	Javasolt alapszövegek a prédikációhoz: 1Móz 1,26-28

	<p>Istenünk! Mt 19,3-6 Pap: Ezek az evangélium igéi! Hívek: Áldunk téged Krisztus! RÖVID HOMÍLIA</p>		<p>1Móz2,18-24 Én 2 Én 8,6-7 Mk 10,6-9 Jn 2,1-10 Jn 15,9-12 1Kor 13 Ef 5,22-28 Zsid 13,4</p>
Esketés/ fogadalom	<p>Pap: Kedves jegyespár! Eljöttetek ide a templomba, hogy az Úr megpecsételje és megszentelje szívetek szeretetét, előttem az ő egyházának szolgálja és a hívek közösségének színe előtt. Krisztus Urunk bőséges áldását adja erre a szeretetre. Egy külön szentség kegyelmével gazdagít és erősít meg titeket, hogy kölcsönös, örök hűségben vállalni tudjátok a házastársak szent kötelességeit. A házasság szentségének méltósága őszinte szándékot kíván tőletek. Feleljetek ezért az Egyház kérdéseire! Pap kérdezi a vőlegényt: N., megfontoltad-e Isten előtt szándékodat, és szabad elhatározásból jöttél-e ide, hogy házasságot köss? Vőlegény: Igen. Pap: Ígéred-e, hogy leendő feleségedet tiszteled és szereted, míg a halál el nem választ benneteket egymástól? Vőlegény: Ígérem. Pap: Elfogadod-e a gyermekeket, akikkel Isten megajándékozza házasságtokat? Vőlegény: Elfogadom. Pap: Ígéred-e, hogy Krisztusnak és az ő egyházának törvényei szerint neveled őket? Vőlegény: Ígérem. Pap kérdezi a menyasszonyt: N., megfontoltad-e Isten előtt szándékodat, és szabad elhatározásból jöttél-e ide, hogy házasságot köss? Menyasszony: Igen. Pap: Ígéred-e, hogy leendő férjedet tiszteled és szereted, míg a halál el nem választ benneteket egymástól? Menyasszony: Ígérem.</p>	<p>Kedves Testvéreim! Miután most azért álltok itt Isten és a gyülekezet színe előtt, hogy szövetségeket az Ő segítségül hívásával is megerősítsétek, és arra áldást kérjetek, fogjátok meg egymás jobbkezeit és mondjátok utánam a házassági esküt. A gyülekezet állva legyen tanúja az eskütételnek. Mondjad először te, keresztyén férfitestvérem: Én ... esküszöm az élő Istenre, aki Atya, Fiú, Szentlélek, teljes Szentháromság, egy, örök Isten, hogy ...-t, akinek most Isten színe előtt kezét fogom, szeretem. Szeretből veszem el őt, Isten törvénye szerint feleségül. Hozzá hű leszek, vele megelégszem, vele szentül élek, vele tűrök, vele szenvedek, és őt sem egészségében, sem betegségében, sem boldog, sem boldogtalan állapotában, holtomig vagy holtáig, hitetlenül el nem hagyom, hanem teljes életemben hűséges gondviselője leszek. Isten engem úgy segítsen. Ámen Mondjad te is, keresztyén nőtestvérem: Én ... esküszöm az élő Istenre, aki Atya, Fiú, Szentlélek, teljes Szentháromság, egy, örök Isten, hogy ...-t, akinek most Isten színe előtt kezét fogom, szeretem. Szeretből megyek hozzá, Isten törvénye szerint feleségül. Hozzá hű leszek, vele megelégszem, vele szentül élek, vele tűrök, vele szenvedek, és őt sem egészségében, sem betegségében, sem boldog, sem boldogtalan állapotában, holtomig vagy</p>	<p>A menyasszony és a vőlegény megfoghatja egymás kezét, amíg a fogadalmat elmondják. A lelkész felhívhatja a gyülekezetet, hogy amíg az új pár elmondja a fogadalmat, a jelenlévők is újítsák meg fogadalmukat egymás iránt. Mivel Magyarországon a házasságkötés törvényes formáságait az anyakönyvvezetők látják el, az eskü szövegénél abból kell kiindulni, hogy a menyegzőre érkező pár törvényesen már házastársnak számít, jelenlétük a megkötött házasság egyházi megáldását és megerősítését szolgálja. [...]</p> <p>Kedves Testvéreim! Mielőtt Isten áldását kérném házasságotokra, felhívom figyelmeteket a házastársi szent kötelekre, az apostol szavaival: „Engedelmesek legyetek egymásnak Isten félelmében. Ti asszonyok a ti férjetekek engedelmesek legyetek, mint az Úrnak... Ti férfiak szeressétek a ti feleségeket, miképpen Krisztus is szerette az egyházat, és önmagát adta azért” (Ef 5,21-22; 25). Legyetek egymás iránt mindig gyöngédek, kedvesek, szeretetteljesek. Bátorítsátok egymást mind az élet küzdelmeiben, mind a hit harcaiban. Legyen kölcsönös köztetek a megbocsátás és az elnézés, mert ezek az erények szorosabban fűznek össze benneteket, mint a szerelmes érzések. Kérdezem tőled, kedves Vőlegény Testvérem, hogy a melletted álló (a menyasszony neve) testvérnőt, mint feleségedet szereted-e, és megígéred-e, hogy őt soha el nem hagyod, egész életen át hűséges segítőtársa leszel, a derűs napokon éppen úgy, mint</p>

	<p>Pap: Elfogadod-e a gyermekeket, akikkel Isten megajándékozta házasságotokat?</p> <p>Menyasszony: Elfogadom.</p> <p>Pap: Ígéred-e, hogy Krisztusnak és az ő egyházának törvényei szerint neveled őket?</p> <p>Menyasszony: Ígérem.</p>	<p>holtáig, hitetlenül el nem hagyom, hanem teljes életemben hűséges segítőtársam leszek. Isten engem úgy segítsen. Ámen</p>	<p>a küzdelmekben? Megígéred-e ezt?</p> <p>A vőlegény válasza: Igen. Tőled is kérdezem, Kedves Menyasszony Testvérem, hogy a melletted álló (a vőlegény neve) testvért, mint férjedet szereted-e, és megígéred-e, hogy őt nem hagyod el soha, egész életen át hűséges segítőtársam leszel, a derűs napokon éppen úgy, mint a küzdelmekben? Megígéred-e ezt?</p> <p>A menyasszony válasza: Igen. Vallomástokat hallotta a menny és a gyülekezet. S most, miután a házasságkötéssel kapcsolatos törvényes kötelezettségeknek is eleget tettetek, benneteket a H. N. Adventista Egyház nevében is házastársaknak nyilvánítalak.⁹⁰⁴ Házasságotokra Isten áldását kérem.</p>
<p>Házasságkötési szándék kinyilvánítása (consensus)</p>	<p>Pap ezután így szól a jegyesekhez: Kedves jegyespár! Most következik az a szent pillanat, amikor ünnepélyesen kinyilvánítjátok, hogy egymásnak házastársai akartok lenni.</p> <p>Fogjatok egymással kezét, és én egybefonódott kezeteket átkötöm a stórával annak jeléül, hogy házasságotok Isten előtt felbonthatatlan lesz.</p> <p>A pap a térdeplő elé áll.</p> <p>A házasulandók megfogják egymás jobb kezét. A pap átköti kezüket egy stórával - (lehetőleg külön stórával használjon).</p> <p>Pap kérdezi a vőlegényt: N., nyilatkozzál Isten és az Anyaszentegyház színe előtt, akarod-e a jelenlévő N.- t feleségül venni?</p> <p>Vőlegény: Akarom.</p> <p>Pap: Mondd tehát utánam:</p>	-	-

⁹⁰⁴ Ha – mint fentebb megállapítottuk – az egyházi szertartás a már megkötött házasság megáldása, akkor ez a mondat revidálásra szorul, hiszen a lelkésznek nincs jogköre arra, hogy egy már érvényes házasságot felülbíráljon. Református oldalon ez a korrekció már megtörtént: „[...] a régi istentiszteleti rendtartás szerinti ún. 'intelem' e része: 'a ti esküvéstek alapján a Magyarországi Református Egyház nevében én is megkötöttnék nyilvánítom a ti házasságotokat,' nem állja meg a helyét. Ugyan szó szerint nem mondjuk ki, hogy mi kötjük a házasságot, de kinyilvánítjuk megkötöttnék. És ha nem tennénk, nem lenne érvényes a polgári házasság? Vagy azt korrigálni kell nekünk? Netán egy új házasságot kell kötni? Szó sincs erről. A polgári házasságkötés érvényes.” Nagy István, *A kazuáliák homiletikuma* (Nagykőrös: KRE, HTK, Gyakorlati Teológiai Tanszék, 2004), 50. p.

	<p>N. - Isten szent színe előtt - feleségül veszek. A vőlegény megismétli a pap szavait. Pap kérdezi a menyasszonyt: N., nyilatkozzál Isten és az Anyaszentegyház színe előtt, akarsz-e a jelenlévő N.- hez feleségül menni? Menyasszony: Akarok. Pap: Mondd tehát utánam: N. - Isten szent színe előtt - feleségül megyek hozzád. A menyasszony megismétli a pap szavait. A pap ezután így szól az új házasokhoz: Most megkötött házasságotokat az Egyház nevében érvényesnek nyilvánítom, és megáldom az Atya, † a Fiú és a Szentlélek nevében. Az új házasársak felelik: Ámen. A pap a tanúkhöz fordulva így folytatja: Ti pedig, testvéreim, akik itt tanúként jelen vagytok, legyetek valóban tanúi e szent életszövetség megkötésének, amely Krisztus Urunk szava szerint felbonthatatlan, ahogy Ő mondta: "Amit Isten egybekötött, ember szét ne válassa!" A pap leveszi kezükről a stólát⁹⁰⁵</p>		
Gyűrűk megáldása	<p>A pap az új házasársak gyűrűit az oltár mögött a néppel szemben áldja meg: Áldd † meg, Istenünk, ezeket a gyűrűket, hogy az új házasársakat mindig emlékeztessék kölcsönös szeretetükre és hűségükre! Krisztus, a mi Urunk által. Hívek: Ámen.</p>	-	-
Gyűrűk felhúzása	<p>A pap a tálcán a gyűrűket a térdeplő elé viszi és folytatja: Pap: Csókoljátok meg a hűség gyűrűjét, húzzátok egymás ujjára és mondjátok utánam: A férj megcsókolja a gyűrűt és a feleség ujjára húzza, ismételve a pap szavait: N., viseld ezt a gyűrűt - szeretetem és hűségem jeléül</p>	-	Választható

⁹⁰⁵ A házaspár a consensus után még esküt tesz a feszületre, az eskü szövegét itt nem idézzük.

	- az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében! A feleség megcsókolja a gyűrűt, és férje ujjára húzza, ismételve a pap szavait: N., viseld ezt a gyűrűt - szeretetem és hűségem jeléül - az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében!		
Intelem	-	Házastársi szövetségeket Isten és a gyülekezet színe előtt szent esküvel is megerősítettétek. Legyen a ti igenetek igen, teljesítsetek fogadásotokat maradéktalanul és az Isten békessége meg fogja őrizni szíveteket és gondolataitokat a Krisztus Jézusban.	-
Imádság	Pap: Kérjük, testvéreim, a mindenható Istent, hogy szentelje meg és halmozza el áldásával az új házastársakat! Az egyes fohászok után mindnyájan közösen válaszoljuk: Kérünk téged, hallgass meg minket! [...] A felajánlás következik! Hallgasd meg könyörgésünket, Istenünk, és fogadd el jóságosan adományainkat híveidért (N-ért és N-ért), akik most szent életszövetségre léptek egymással. A szent áldozat bemutatása erősítse meg őket kölcsönös vonzalmukban és az irántad való szeretetben. Krisztus, a mi Urunk által.	Akik tanúi voltunk a házaspár esküjének, könyörögjünk értük: Urunk Istenünk, minden kegyelemnek forrása és minden tökéletes ajándék szerzője, Rád bízunk ezt a házaspárt. Adj nekik hosszú életet, örömmel és hűséggel, kegyelemmel és békességgel teljeset. Tedd, hogy mindegyikük a másik javát keresse és kölcsönösen osztozzanak egymás örömeiben és bánatában. Ajándékozd meg őket a te Szentlelkeddel, a bölcsesség és szeretet lelkével a gyülekezet közösségében. (Áldd meg őket gyermekekkel. Segítsd meg őket, hogy gyermekeiket testben egészségben, szilárd jellemű és hitben élő emberekké nevelhessék.) ⁹⁰⁶ Ajándékozd meg őket élő reménységgel, igaz szeretettel, hogy családi otthonuk tanúbizonysága lehessen a Te szentségednek és szeretetednek. Mindenható Atyánk, őrizd meg őket mind e földön, mind az örökkévalóságban a mi Urunk Jézus Krisztusnak, a világ Megváltójának nevében kérünk. Ámen.	Nincs útmutatás, nem kötött imádság
Úrvacsora/szent-áldozás	A pap kitért karral mondja: Magasztalunk téged, mennyei Atyánk, mert	-	-

⁹⁰⁶ A zárójelben lévő szöveg idős pár esetén elhagyandó.

	<p>életünk útjain velünk vagy mindig, de kiváltképp most, midőn Szent Fiad, Jézus szeretetének asztalánál gyűjt egybe minket, magyarázza a Szentírást és megtöri a kenyeret, mint egykor az emmauszi tanítványoknak.</p> <p>Kezét összeteszi, és a felajánlott adományok fölé terjesztve mondja: Kérünk, tehát, mindenható Istenünk, küldd el Szentlelkedet e kenyérre és borra,</p> <p>Kezét összeteszi, keresztet rajzol a kenyér és a kehely fölé, és mondja: hogy Jézus Krisztus jelen legyen közöttünk testével † és vérével. [...]</p>		
Úri imádság	<p>(Az áldozás keretében az ostya kiosztása előtt hangzik el)</p> <p>Pap: Isten szeretete kiáradt a szívünkbe a Szentlélek által, ezért mondjuk bizalommal: Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, [...]</p>	Fennhangon, közösen mondja a gyülekezet.	-
Áldás	<p>Pap: Mindnyájan álljunk fel így fogadva az áldást! Az Úr legyen veletek! Hívek: És a te lelkeddel! A pap föléjük terjesztett kézzel énekl: Pap: Istenünk, az örök Atya, őrizzen meg benneteket egyetértésben és kölcsönös szeretetben, hogy Krisztus békéje töltse el lelketeket, és otthonotokban mindig megmaradjon! Hívek: Ámen. [Legyetek áldottak gyermekeitekben!] Találjatok az életben őszinte jóbarátokra, és éljetez minden emberrel igaz békességben! Hívek: Ámen. Isten szeretetéről tanúskodjatok a világban, hogy a szenvedők és a szegények, akikhez jók voltatok, egykor hálásan fogadjanak majd Isten örök hajlékában! Hívek: Ámen. És titeket, mindnyájakat, akik itt együtt vagytok, áldjon meg a mindenható Isten: az Atya, † a Fiú és a</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 4Móz 6,24-26 2. 1Thessz 3,12-13 3. Fil 4,6-7 4. Jak 1,17 	Nincs útmutatás

	Szentlélek! Hívek: Ámen.		
Biblia, emléklap átadása	Feszület és gyertya átadása kivonulás közben	A mai nap emlékéül fogadjátok el egyházunk nevében ezt a Bibliát. Isten igéje legyen családi olvasmányotok, merítsetek belőle az élet minden körülményei között erőt, vigasztalást, bátorítást.	-
Szolgálatok	-	Ha a helyi adottságok lehetővé teszik, adjunk lehetőséget énekkar, szólóének vagy más, az istentisztelet áhítatát emelő zeneszám előadására.	Nincs útmutatás
Kivonulás	A pap a templom kijáratáig kísérheti a helyi szokásnak megfelelően az új házastársakat, és ott jókívánságokkal búcsúzik el tőlük. - Ekkor történhet a feszület, és a gyertya átadása. Közben alkalmas ének vagy orgonaszó hangzik, és megszólalnak a harangok!	Nincs útmutatás	Nincs útmutatás

15. Táblázat: A Római Katolikus Egyház, a Magyarországi Református Egyház és a Hetednapi Adventista Egyház esküvői liturgiájának összehasonlító táblázata.

2.2.5 Az egyes liturgiai elemek lelkigondozói vonatkozásai

2.2.5.1 A rítus, mint az egyházi esküvő értelmezési kerete

Rendszeres teológiai nézőpontból az egyházi szertartást áldáskérésként fogjuk fel a már megkötött házasságra, gyakorlati teológiai szempontból azonban szükségesnek látjuk, hogy az esküvői szertartás egy másik lényeges szolgálatot betöltsön – elsődlegesen – az ifjú pár és szüleik számára: Az esküvői szertartáson meg kell jelennie a státusváltásnak, egy életszakasz lezárásának és egy új megnyitásának, az életszakaszok közötti átmenetek megélésének és a továbbhaladás megsegítésének. A szakirodalom ezt a folyamatot a „rites de passage” elnevezéssel illeti. Olyan rítusokat sorolnak ebbe a kategóriákba, amelyek jellegzetesen az emberi lét fordulópontjain kerülnek megrendezésre, és amelyek az átmenetet hivatottak segíteni egyik életciklusból a másikba. A kifejezést Arnold van Gennep, francia etnográfus és folklorista vezette be, aki az átmeneti rítus jellegét a következőképpen határozza meg:⁹⁰⁷ A rítus főszereplője elhagy egy helyet. Az átmenet helyét gyakran egy küszöb, egy kapu, egy határvonal, vagy egy elkülönített különleges tér

⁹⁰⁷ Vö.: Arnold van Gennep, *Übergangsriten (Les rites de passage)*, (Frankfurt/Main: Campus, 2005), 3. kiadás, 21. p.

jelzi. A küszöbön túl egy 'új világ', egy új tér vár, amelyhez a személy csatlakozik. Ezeket a térbeli átmeneteket megfelelő rítusok kísérik, elválási rítusok (rites de séparation), küszöb- vagy átváltozási rítusok (rites de marge), és csatlakozási rítusok (rites d'agrégation).

Az egyházi esküvőnek ez a rítusjellege elengedhetetlen fontosságú szerepet játszik abban, hogy a pár leváljon a korábbi életéről, a szüleiről és a gyermek-státusról és egy új életszakaszba, a felnőtt, a házastárs, a szüleitől független, számukra már nem elszámoltatható státusba kerüljön. A lelkész felelőssége, hogy az esküvői liturgia ezt a folyamatot a fiatalok és azok szülei számára egyaránt elősegítse.

Egyúttal ez egy olyan meghatározó momentum is, amely a házasságot és az élettársi kapcsolatot minőségileg megkülönbözteti egymástól. A rituálék segítenek az életciklusok közötti határvonalak világossá tételében és fontos szerepük van abban, hogy ezeket a határokat az egész család figyelembe vegye és a párhoz való viszonyát ennek mentén újrastrukturálja. A házasságkötés éppen ezért sokkal több, mint „egy darab papír.” A családterápiás kutatások korai szakaszától kezdve figyelmet fordítottak erre a területre.

„Selvini-Palazzoli kihangsúlyozza, hogy a ceremóniák és rituálék a burkolt, implicit kommunikációnak nagyon hatékony eszközei. [...] Haley észlelte azt, hogy a nyugati társadalmakban a ceremóniák formásaiban tapasztalható nagyobb szabadság nagyobb konfúziókhöz is vezetett.”⁹⁰⁸

Ahogy azt a fejezet elején felsorolt bibliai példákban is láttuk, a házasságkötésnek minden időben volt egy rituális oldala, amely lezárta egy korábbi életszakaszt és megnyitott egy újat. Ez hiányzik az élettársi kapcsolatokból. Az élettársi kapcsolatnak nincs születésnapja, nincs megünnepelhető nyitóceremóniája. Ezzel a kapcsolat szegényebb lesz, és ahogyan arra a fenti idézetben szereplő utalás is sejteti, a rituálék eljelentéktelenedése a kapcsolatok minőségének és tartósságának hanyatlását is magával hozta.

Az emberek többsége még mindig természetesnek tartja – függetlenül attól, hogy kötődik-e az egyházhoz és a helyi gyülekezetekhez vagy sem – hogy az élet fordulópontjain igénybe vegye az egyház kazuális szolgálatait.⁹⁰⁹ Ez pedig nagyszerű lehetőséget ad a lelkész számára, hogy kézzel fogható, gyakorlati segítséget nyújtson a párnak, ami a későbbiekben is visszahozza a családot az egyházhoz élete újabb fordulópontjain, és ami lehetőséget ad arra is, hogy az evangéliummal megszólíthassa a család tagjait. Ám elfogadható-e, hogy egy szent cselekményt, egy áldáskérő istentiszteletet rituáléként fogjunk fel és egyik legnagyobb érdeként a rítus-funkcióját emeljük ki? Nem alacsonyítjuk le ezzel, és nem

⁹⁰⁸ R. Dallos, H. Procter, „A családi folyamatok interakcionális szemlélete.” In: Bíró Sándor, Komlósi Piroška (szerk.), *Családterápiás olvasókönyv* (Budapest: Animula, 2001), 30. p.

⁹⁰⁹ Vö.: Hézszer Gábor, *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez: Elméletek és gyakorlati lehetőségek* (Budapest, Kálvin Kiadó, 2007), 119. p.

helyezzük-e a hétköznapi ünnepek, lakomák és multságok szintjére? Bernhard Oestreich, adventista biblikus teológus válasza egyértelmű erre a kérdésre:

„Az istentisztelet olyan cselekmények, amelyeket emberek közösen hajtanak végre, amelyek elhatárolódnak a mindennapi történésektől, és amelyek egy meghatározott forma szerint zajlanak le – ezek olyan ismertetőjelek, amelyek a rituálét meghatározzák. [...] Az istentiszteleti cselekményben találkozik egymással a teológia és a kultúra, a transzcendencia és a történetiség, Isten cselekvése és az emberi cselekmények hatásai, valamint az egyéni hit és a közösségi hagyomány. A rituáléknak pedig éppen az a szerepe, hogy ezeket a különbözőségeket feldolgozza.”⁹¹⁰

Az esküvői istentisztelet ezzel tulajdonképpen nem is tehet mást, minthogy rítus legyen. A lelkésznek nincs lehetősége eldönteni, hogy rítus legyen-e az istentisztelet vagy sem, hiszen természeténél fogva az. Azt döntheti el, hogy a pár és családja javára él-e a rítus adta lehetőségekkel és azokat megjeleníti-e az esküvői liturgiában.

2.2.5.2 Az egyházi esküvő főbb liturgiai elemei

Akár kötött, akár rugalmas liturgiát követ, a lelkésznek fontos feladata, hogy a szertartás minden egyes elemét átgondolja, egymással összehangolja, és megfelelő tartalommal töltsse meg. A következő kérdések lehetnek ebben segítségére:

„Az alkalmazott esküvői agenda világos üzenetet és koherens koncepciót közvetít-e a házasságról? Van-e benne átlátható cselekmény és a liturgia felépítése támogatja-e ezt a cselekményt? A recepció számára központi kérdés: kifejező-e a rítus, megjegyezhető és egyértelműek-e a formulák? Megérintik-e a szívet? Vannak-e benne jelentőségteljes szimbólumok, gesztusok és események?”⁹¹¹

2.2.5.2.1 Bevonulás

A bevonulásra vonatkozóan – ahogyan fentebb a táblázatban is jól látszik, többféle gyakorlat létezik. Érdekes ezeket a gyakorlatokat azok szimbolikus jelentései, lelkigondozói üzenetei iránt is kérdőre vonni. Ha a bevonuláskor a lelkész megy elől, azzal azt a képet sugározhatja, hogy ő az esemény főszereplője. Célszerű ezért, ha a lelkész a párt a templom belsejében fogadja, jelezve felé, hogy nincs egyedül, hogy élete fontos eseményében a gyülekezet mellette áll és támogatja. A gyülekezet felállva vesz részt a bevonuláson, ezzel is erősítve az összképet, hogy a pár nincs egyedül. Mellettük *állnak* mindazok, akik számukra fontosak, és akiket meghívtak, hogy osztozzanak velük életük nagy napjában.

⁹¹⁰ Bernhard Oestreich, „Feier des Glaubens. Gedanken zum christlichen Gottesdienst als Ritual.” *Spes Christiana*, 2004-2005/15-16, 89-90. p.

⁹¹¹ Cornehl, „Liturgie der Liebe zwischen Romantik und Realismus.”, 43. p.

„A bevonulási rend azt is kifejezi, hogy a 'kiházásító' családtagok helye a pár *mögött* van. Nem ők mutatják az utat a párnak és nem ők – közöttük haladva – kapcsolják azt össze!”⁹¹²

Fontos eleme lehet a bevonulásnak a menyasszony átadása, amely azt fejezi ki, hogy megváltozik a nő hovatartozási viszonya. Most már nem az édesapja a legfontosabb férfi az életében, hanem férje. Az édesapa a lánya feletti gondoskodás és védelem felelősségét és kötelezettségét átadja vejének.⁹¹³

2.2.5.2.2 Az esküvői prédikáció

A prédikáció tekintetében két elvi alapot tartunk fontosnak, ami meghatározza az igehirdetés témáját és szerepét is. Először is, ha az egyházi szertartást „rites de passage”-ként fogjuk fel, akkor az igehirdetésnek központi szerepe van abban, hogy megteremtse a rítus jelleget és minden résztvevő félnek lehetőséget adjon az átmenet tudatosításában és megélésében. Másodszor az esküvői prédikáció nem egyedi és kapcsolódás nélküli esemény a szertartás légüres terében, hanem a házasságra való felkészítés utolsó „leckéje”. Egy hosszabb folyamat utolsó eleme, amely az előtte elhangzottakból táplálkozik, és amely a bekövetkező változásokra való felkészülést a nyilvánosság rangjára emeli. Thiloval együtt

„Azt a véleményt képviseljük, hogy a kazuális igehirdetésnek elválaszthatatlan belső összefüggésben kell állnia a kazuális beszélgetéssel.”⁹¹⁴

Saját gyakorlatunkban ezt igyekezzük tudatosítani azzal, hogy az igehirdetésben elmondjuk: „Kedves ... és ...! A házassági felkészítő beszélgetéseink során jobbra ti beszéltek, én pedig kérdeztem. Most, hogy a felkészítő beszélgetéseink utolsó állomásához értünk, szeretnék én elmondani néhány dolgot számotokra abból, amit a beszélgetéseink alapján fontosnak látok, és amit a szeretteitek és barátaitok is hallhatnak, illetve szeretnék Isten szavából néhány útravalót megosztani veletek az előttetek álló új életszakaszra. Azonban már nem úgy mondom ezt, mint házasságra készülő párnak, hanem mint törvényesen már házas, de az új életnek még mindig a küszöbén álló párnak.”

2.2.5.2.2.1 Az esküvői prédikáció célközönsége

1. A házaspár

Magától értetődő, hogy az ifjú pár a legfontosabb célközönsége az esküvői prédikációnak. A párt segítse az igehirdetés az átmenet megélésében. Mutasson rá a lezárandó életszakaszra, legyen benne – akár valamilyen rítusszerű cselekménnyel egybekötve is – a

⁹¹² Hézszer, *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*, 165. p.

⁹¹³ E momentum további jelentéstartalmához lásd: Annemarie Pultke, „'Mein Vater soll mich in die Kirche führen' – Pastoralpsychologische Erwägungen zum Wunsch des Brautvatergeleits zur kirchlichen Trauung.” *Transformationen*, 2008/10, 4-57. p.

⁹¹⁴ Thilo, *Beratende Seelsorge*, 147. p.

jelenlegi határkö-szituáció, és tekintsen ki a jövő felé, a megváltozott jogi és családi státus és annak mindennapi következményei felé. Ugyanakkor tudatában kell lennünk, hogy a nap érzelmi töltete, a programok zökkenőmentessége felőli aggodalom és a sokféle megosztott figyelem miatt éppen őket a legnehezebb megszólítani.

„[...] az előttünk álló két ember azon a napon annyi mindenre figyelt már, és figyel még. Csak azt képes megőrizni, ami megragadta és amit magával tud vinni.”⁹¹⁵

Ha szeretnénk, hogy a pár gondolataiban megfelelő talajra találjon az igehirdetésben elvetett mag, érdemes az esküvői prédikációt nyomtatott formában is odaajándékozni a párnak. Sok pár jegyezte már meg, hogy az esküvői prédikáció elolvasása új erőt és célt adott házasságának egy-egy kritikus életszakaszban. Az igehirdetés szó szerinti leírása egyúttal segíti az igehirdetőt a fegyelmezett gondolatvezetésben, a prédikáció tervszerű felépítésében.

2. A házaspár szülei

Lényeges hangsúlynak kell esnie az ifjú pár szüleiére is. Ha rájuk az igehirdetésben kellő figyelmet fordítunk, megkönnyíthetjük számukra az átmenetet a gyermekei iránt elsődleges felelősséget hordozó szülők státusából, a fiatalok útját immáron nagyobb távolságból figyelemmel kísérő, elengedve támogató státus felé.

„Az esküvői prédikációban elengedhetetlen egy szó a házaspár szüleihez és barátaihoz. A gyermekek esküvőjének napja a szülők számára nem csak a töretlen öröm napja. Az öröm, a félelem és a gyermekhez való jövőbeni kötődés megkérdőjeleződésének megoldatlan problematikájának ambivalenciája megterheli a párt, a szülőket és a barátokat egyaránt.”⁹¹⁶

Hézszer Gábor kitekint azokra a következményekre is, amelyek abból eredhetnek, ha a szülők nem élik meg azt a folyamatot, amire az esküvő számukra hivatott:

„A síró 'örömszülők' nem (csak) a boldogságtól sírnak. Ha ezek az érzelmek és indulatok nem kapnak helyet a templomi alkalmon, akkor az esküvő az elfojtási hajlamot és folyamatot erősíti a párban és a családban.”⁹¹⁷

Saját gyakorlatunkban a leválás elősegítésére a fiatalok egy különös feladatot kapnak az esküvőt megelőző napokban. Mindketten egy búcsúlevelet írnak szüleiknek, amelyet még az esküvő napja előtt egy előre megtervezett, meghitt pillanatban külön-külön fel kell, hogy olvassanak a saját szüleiknek. A búcsúlevél megfogalmazását a következő kérdések segítik: Mi az, amiért hálás vagyok nektek? Mi az, amit a házasságotokból tanultam, és továbbviszek a saját házasságomba? Mi az, amit rosszul tettem, és amit sajnállok? Mi az, amivel ti okoztatok nekem fájdalmat? Mit kívánok nektek? Hogyan képzelem el a kapcsolatomat/kapcsolatunkat veletek az esküvő után? A szülők visszajelzései szerint ez a

⁹¹⁵ Adorján, „Hirdesd az Igét!” *Az igehirdetők kézikönyve*, 258. p.

⁹¹⁶ Thilo, *Beratende Seelsorge: Tiefenpsychologische Methodik dargestellt am Kasualgespräch*, 192. p.

⁹¹⁷ Hézszer, *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*, 165. p.

gyakorlat sokat segít az életszakasz-váltás tudatos megélésében és az új házassághoz való viszony újragondolásában.

3. Más házaspárok. Az igehirdetés fontos alkalom lehet azok erősítésére is, akik korábban már házasságot kötöttek. Ahogy fentebb láttuk az adventista liturgia felhívja a lelkész figyelmét, hogy a fogadalomtételnél a jelenlévő házaspárok is újítsák meg egymásnak tett fogadalmukat. Fekete Károly az igehirdetésre vonatkozóan kiemeli:

„Ha ez a tanítás igazán gyakorlati, igeszerűsége mellett még lelkigondozói lelkületű is, akkor a már meglévő, régebbi házasságok sebeit is gyógyítja. Vagyis közösségi, templomi családgondozás történik általa.”⁹¹⁸

4. A vendégek, násznép. A jelenlévők többsége általában nem rendszeres templombajáró, sőt még csak nem is egyháztag, ez pedig külön érzékenységet követel a lelkésztől.

„A résztvevők többségében [...] szekularizáltak. [...] Csak nagy jóindulattal lehet gyülekezetnek nevezni a jelenlevőket. A násznép kifejezés sokkal jobban illik rájuk. Természetesen mindig jelen van a krisztusi 2-3 személy. Ez a 'gyülekezet' általában nem tudja, miként kell viselkedni egy református istentiszteleten, s ez bizony gyakorta zavaró tényező is lehet.”⁹¹⁹

Természetesen az egyházi közegben nem jártas vendégek, nem csak zavaró tényezőként foghatók fel az istentiszteleten, hanem részükre az esküvői istentisztelet egyúttal missziós alkalom is, amikor a lelkész lehetőséget kap arra, hogy az igével olyan személyeket is megszólítson, akik egyébként nem fogékonyak arra. Ezt az evangelizációs aspektust a lelkésznek a felkészülés során ugyancsak számításba kell vennie.

2.2.5.2.2.2 Az esküvői prédikáció tartalmi szempontjai

Az igehirdetés legfontosabb tartalmi szempontjait jól összefoglalja református igehirdetői kézikönyv:

„1. Az esketési igehirdetésről elsőként is azt kell mondani, hogy igehirdetés, Verbum Dei. Az igehirdető Isten felelőse. [...] Az esketési igehirdetés tehát legyen igehirdetés, szóljon a követ méltóságával, az ajándékozó Isten szeretetet kínáló ígérete alatt, bátran a gyülekezethez, akiket maga a külső alkalom is megszólítható állapotba hozott. 2. Az igehirdetés az alkalom kínálta lehetőségért fordítson figyelmet a keresztyén házasság vagy a házasság keresztyénségére. [...] Az ige nem más az esketési igehirdetés textusában sem, de akkor lesz 'aranyalma' (Péld 25,11), ha a házasságok szívéig ér. 3. Az esketési igehirdetésnél is elől kell járnia a textusnak. Nem szokásból, még csak nem is a jó rend kedvéért. Az igeolvasás, mint a textus előrebocsátása, azt az alapállást jelenti: így szól az Úr!⁹²⁰ [...] Az esketési igehirdetés tehát ne a házasságról, mint témáról, hanem a textusról mint Istennek a házassághoz szóló üzenetéről szóljon. 4. Esketési igehirdetésünk is akkor igazán textusszerű, ha Krisztust prédikáljuk. Az esketési igehirdetés sem feledkezhet meg arról, hogy az igében

⁹¹⁸ Fekete Károly, *A gyülekezetépítés szolgálatában: Válogatott előadások – tanulmányok a gyakorlati teológia tárgyköréből* (Budapest: Lux, 2000), 93. p.

⁹¹⁹ Nagy, *A kazuáliák homiletikuma*, 47. p.

⁹²⁰ Meg kell jegyeznünk, hogy az adventista igehirdetést nem minden esetben előzi meg textusolvasás. A textus sokszor a prédikációba beágyazva kerül felolvasásra, a bevezetést pedig más figyelemfelkeltő módon – illusztráció, meglepő kijelentés, példázat, közmondás, kérdés, történet, vagy drámai cselekedet formájában – építi fel az igehirdető. Vö.: Szilvási András, *Isten általunk hirdetett ígéje. Homiletikai jegyzet* (Pécel: Adventista Teológiai Főiskola, 2010), 64-65. p.

Krisztus öltött testet. [...] 5. Az Esketési igehirdetés szóljon azokról is, amik 'kívül esnek' a házastársak közösségén, a házasság belső ügyein, feladatán és célján. Jó, békességes házaselet is lehet önző, magának élő. [...] 6. Az esketési igehirdetés HOGYAN-ja lényegileg semmiben sem különbözik gyülekezeti igehirdetésünk hogyanjától.”⁹²¹

A textus kiválasztásánál gondosan mérlegelni kell, hogy az érthető-e az adott kontextusban, hogy az ugyanolyan asszociációkat hív-e elő az ifjú párban, mint amilyeneket a bibliai időkben, vagy attól idegen, és ebből adódóan a bibliai üzenetet is torzító képeket, gondolatokat, eseményeket kelt életre a 21. századi hallgató gondolataiban. Ilyen problematikus kifejezés például az 1Móz 2,18-ban szereplő „segítőtárs” kifejezés. Hans-Joachim Thilo megjegyzi vele kapcsolatban:

„Abból kell kiindulnunk, hogy bizonyos szavak hallásakor a hallgatókban meghatározott asszociációk kelnek életre, amelyek semmiképpen sem felelnek meg a szó eredeti értelmének. Ez a 'segítőtárs' kifejezésnél különösen fontos, mivel a héber szó nem foglalja magában azt a fajta alárendeltséget, amelyet a német nyelvben a 'segítőtárs' képvisel. [...] indokoltnak és exegetikailag is szükségesnek tűnik, hogy a 'segítőtársat' a 'partner' kifejezéssel helyettesítsük.”⁹²²

Az igehirdetés elidegeníthetetlen része a krisztusi szeretetről való beszéd. Ennek hangsúlyozásakor több szerző kiemeli, hogy ennek a szeretetnek az ember számára történő hozzáférhetőségét hangsúlyozzuk és ne a bűnös ember számára elérhetetlen erkölcsi magaslatát. Boross Géza szerint „Krisztus szeretetét ne normaként állítsuk a fiatalok elé, hanem erőforrásként.”⁹²³ Nagy István pedig hozzáteszi, hogy Jézus nem példa, hanem megváltó.⁹²⁴

Az esküvői prédikáció tartalmából következnek annak leggyakoribb buktatói is: érzélgősség, házassági tanácsadás (kioktatás), moralizálás, evangelizálás (tolakodó „megmissziózás”), lamentáció (az élet nehézségeivel való fenyegetés).⁹²⁵ Mindegyik buktató abból származik, hogy az igehirdető elveszíti prédikációjának kiegyensúlyozottságát, és valamit – aminek egyébként akár fontos helye is lehet a prédikációban – a többi aspektus kárára túlhangsúlyoz:

„[...] az által lett valami buktatóvá, tévúttá, kipellengérezhető megoldássá, hogy valamit, ami szükséges, ami legitim mondanivaló, azt az igehirdető főhelyre tette, túlhangsúlyozta, a többi szükséges mondanivaló rovására egyeduralomra juttatta és ezáltal mindent elrontott. Íme néhány bizonyító példa: nyilván szükséges tanítani a házasság bibliai titkát, a vele kapcsolatos igei tanítást. Kizárólagosságra emelve létrejön a tanprédikáció. Nyilván kell

⁹²¹ Adorján, „Hirdesd az Igét!” *Az igehirdetők kézikönyve*, 253-258. p.

⁹²² Thilo, *Beratende Seelsorge*, 190. p. Thilo véleményét támasztja alá az az exegetikai megfigyelés is, miszerint a segítőtársnak fordított héber szó (צַר) 27 alkalommal fordul elő az Ószövetségben, és ebből 17 alkalommal Istenre vonatkozik (pl. Zsolt 10:14). Ha viszont a férfi és a nő között a szó egy egyenlőtlen hierarchikus rendre utalna, akkor Isten is alacsonyabb rangú lenne, mint az, akinek segít (pl. özvegyek, árvák, stb.). Vö.: Bryan Craig, *Searching for Intimacy in Marriage* (Washington DC: General Conference Ministerial Association of Seventh-day Adventists, 2004), 29. p.

⁹²³ Boross Géza, *Homiletika* (Budapest: Budapesti Református Theológiai Akadémia, 1988), 214. p.

⁹²⁴ Nagy, *A kazuáliák homiletikuma*, 51. p.

⁹²⁵ Vö.: Nagy, *A kazuáliák homiletikuma*, 52. p.; Fekete, *A gyülekezetépítés szolgálatában*, 96-97. p.; Fekete Károly, *Homiletika* (Debrecen: Debreceni Református Theológiai Akadémia, 1993), 132. p. Boross, *Homiletika*, 212. p.

beszélünk arról, hogy a házasságban mint hivatásgyakorlásban vannak erkölcsi elkötelezettségek. De az evangéliumhirdetés nélküli követelménysorok kegyetlen moralizálássá fajulnak. Vagy még egy helyzet: nyilván komolyan kell vennünk a személyes viszonyulást az ifjú párhoz és komolyan kell vennünk az alkalom személyes vonásait. De az ifjú pár magánéletének taglalása, a mindent jól tudó és ismerő lelkipásztor tolakodása ízléstelen. A személyes hang nem lehet személyeskedő, minden lében kanál magatartás kifejezése.”⁹²⁶

2.2.5.2.2.3 Az esküvői prédikáció formai kérdései

A jó esküvői igehirdetés mindenekelőtt rövid. Ebben a kérdésben valamennyi szerző és liturgiai leírás egyetért. Többen konkrét időkeretet is megadnak, ezek általában 5-10-13⁹²⁷ perc közötti időintervallumok. Ez az időkeret elég rövid ahhoz, hogy az istentiszteleti közeghez nem szokott vendégek is „kibirják”, és elég hosszú lehet ahhoz, hogy elvihető, megjegyezhető üzenetet adjunk. Ugyanakkor az idő rövideje a fegyelmezett gondolatvezetés és a jó felkészülés felelősségét is rója az igehirdetőre.

A rövideg mellett fontos szempont még a közérthető szóhasználat. Az egyszerű, az utca embere számára is érthető, az egyháziaskodást mellőző, de nem közönséges kifejezőmód fontos ahhoz, hogy az igehirdető valóban elérhesse a célját.⁹²⁸

2.2.5.2.3 Eskü/fogadalom

A fogadalomtétel, vagy eskü létjogosultsága a protestáns esküvői szertartáson kérdéses, hiszen a pár nem most köt házasságot, hanem – mint megállapítottuk – már jogilag házaspárként érkezik a templomba. Miért tekintjük akkor mégis az esküvői liturgia részének? Az eskü problematikus voltára rávilágít Nagy István megjegyzése:

„Honnan ered ez a magyar specialitás? A középkori római katolikus egyház gyakorlatából. PÁZMÁNY Péter személyesen járt közben a pápánál, hogy ez az ősi magyar szokás megmaradjon a római egyház gyakorlatában. Innen vettük át mi is. Már emiatt is kérdéses, de a korábban elmondottak miatt még inkább. Ha megkötött házasságra kérjük az Isten áldását, mi az eskü funkciója? Semmi! Abba kellene hagyni! Ez azonban csaknem kivitelezhetetlen. Akkor még arról nem is szóltam, hogy exegetikailag is problémás az eskü megtartása. A Mt 5,34-37, illetve Jak 5,12 egyértelműen tiltják az esküt.”⁹²⁹

Amint az idézetből is kiderül, eskü helyett sokkal szerencsésebb lenne a fogadalomtétel kifejezést használni, amelyet, ha dogmatikailag és törvényileg nem is tekintünk a házasságkötés elengedhetetlen részének, lelkigondozói szempontból azért sokban hozzájárulhat a szertartás rítus-jellegéhez. A fogadalomtétel fontos eleme az összetartozás és az egyenrangúság kifejezése. Hézszer azonban felteszi a kérdést, hogy kifejezi-e az

⁹²⁶ Fekete, *A gyülekezetépítés szolgálatában*, 97. p.

⁹²⁷ A túl rövid igehirdetés azzal a veszéllyel is járhat, hogy komolyságát, súlyát veszíti, saját gyakorlatunkban a 15-18 perces prédikáció bizonyult hatékonynak.

⁹²⁸ Fekete, *A gyülekezetépítés szolgálatában*, 103. p.

⁹²⁹ Nagy, *A kazuáliák homiletikuma*, 51. p.

egyenrangúságot az, ha a partnerek nem egyszerre mondják el a fogadalomtételüket, hanem a lelkész – mint ahogy az a legtöbb liturgiában szokásos – először a férjet kérdezi, utána pedig a feleséget. Nem lehetséges, hogy éppen a lelkész lesz az ebben az esetben, aki hierarchikus viszonyba állítja egymással a férfit és a nőt?⁹³⁰

Christoph Morgenthaler azt javasolja, hogy a fogadalomtétel szövegét a lelkigondozó személyre szabottan dolgozza ki a párral, mert ez a folyamat segít felszínre hozni azokat a láthatatlan szabályszerűségeket, amelyekre a kapcsolat épül, és lehetőséget ad annak eldöntésére, hogy a pár a jövőben is ezek a szabályok szerint akarja-e berendezni az életét.⁹³¹ Továbbá ez a momentum hangsúlyozza a házasságkötésben a szövetségi jelleget, az egymásnak való önátadást és elköteleződést, ami a polgári esküvő szertartásából hiányzik. Ott a felek egyszerűen csak kijelentik, hogy szeretnének egymással házasságra lépni.

2.2.5.2.4 Gyűrűk

A gyűrűhúzás nem minden esetben része a protestáns liturgiának, hiszen inkább a házasság megkötéséhez, semmint megáldásához tartozik. Ha azonban belevonjuk, akkor a következőket érdemes tudatosítani a szertatásukkal kapcsolatosan:

„A gyűrűk – a közösség egy további szimbóluma – ugyancsak ambivalens tartalommal: az összetartozást, de a megkötözöttséget is példázza. A szimbolikus kifejezőmódot illetően ezért jelentős különbség, hogy ki által kerülnek a gyűrűk a pár ujjára. Ha a tanúk nyújtják át a gyűrűket, akkor ezzel szimbolikusán azt is kifejezik, hogy felelősséget vállalnak a házasság iránt. Ha a lelkész nyújtja át a gyűrűket, akkor ez az egyenrangúság látható kifejezése.”⁹³²

A katolikus felfogás szerint a gyűrűnek általánosabb szimbolikus jelentősége is van. A gyűrű itt „a szabadon kötött szövetség szimbóluma”, amelyet házasságkötéskor, püspökké- illetve apáttá szenteléskor is használnak, valamint a szerzetesnők is viselik Krisztussal való eljegyzettségük jeleként.⁹³³

2.2.5.2.5 Áldás

Ahogy a gyűrűváltás az egymáshoz tartozást fejezi ki, úgy az áldás Istennek a házassághoz való hozzátartozását jelképezi. Azt szemlélteti, hogy a házasság Isten védelme, védnöksége alatt áll.⁹³⁴

Az áldásra vonatkozóan a Szentírás sokféle gyakorlatot tartalmaz. Ezek stilizált formái élnek tovább a mai istentiszteleti alkalmazásokban is. Klaus Douglass – ugyan nem az

⁹³⁰ Vö.: Hézszer, *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*, 166. p.

⁹³¹ Morgenthaler, *Systemische Seelsorge*, 184-185. p.

⁹³² Hézszer, *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*, 166. p.

⁹³³ Verbényi, *Liturgikus lexikon*, 72. p.

⁹³⁴ Az áldás katolikus felfogásához lásd: Klemens Richter, „Trauunsliturgie – Sakramente oder Segnung.” *Lebendige Seelsorge*, 2001/1, 13-15. p.

esküvőre vonatkoztatva, hanem az istentisztelet általános kontextusában tárgyalva – a következőképpen foglalja össze a leggyakoribb áldásformákat:

- „- Az áldás adója felemeli a kezét/kezeit az áldás fogadója előtt.
- Az áldás adója ráteszi a kezét/kezeit az áldás fogadójának fejére.
- Az áldás adója a kezét/kezeit az áldás fogadójának vállára/vállaira, vagy karjára helyezi, esetleg gyógyulásért való imában más testrészeire is (feltétlenül ügyeljünk a szemérmesség hatáira!).
- Az áldás adója megfogja az áldás fogadójának egyik vagy mindkét kezét.
- Az áldás adója egy keresztet rajzol a levegőben az áldás fogadója felett.
- Az áldás adója szabad imádságot mond és ez az imádság átmegegy áldásba.
- Az áldás adója egy bibliai igével mondja az áldást. [...]
- Az áldás adója a Szentháromság nevében áldja meg az áldás fogadóját ('Megáldalak téged az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében.').
- Az áldás adója szabad megfogalmazású áldást mond (esetleg prófétai igével egybekötve).
- Az áldás adója egy bibliai igéből indul ki, és a bibliavers alapján szabad megfogalmazású áldást mond.”⁹³⁵

Bármelyik formát is választjuk, az áldásnak Isten ígéreteit kell hordoznia a pár felé, amelyekbe belekapaszkodva erőt meríthetnek mindennapjaikban, és amely az Istennel való kapcsolatuk szorosabbra vonásának igényét fejezi ki feléjük.

2.2.5.2.6 Kivonulás

Thilo számára a kivonulásban, mint a csendnek, a gyülekezés biztonságának elhagyásában a zajos külső világ felé benne foglaltatik a házasság küldetés-funkciója is. A pár útra kel, hogy közösen teljesítse immáron házaspárként az Istentől kapott küldetését a világban.⁹³⁶ Hézser is utal erre az aspektusra, de külön foglalkozik a kivonulási sorrend jelentőségével is:

„A kivonulásnál jó, ha megcserélődik a sorrend: a házaspár megy elöl és a lelkész követi őket. Így fejeződik ki, hogy áldást nyerve, önállóan indulnak el útjukra, de nem támasz nélkül. A gyülekezet a padokban felállva várja ki, amíg a pár kiér a templomból és önállóan 'kilép a világba'.”⁹³⁷

⁹³⁵ Klaus Douglass, *Gottes Liebe feiern: Aufbruch zum neuen Gottesdienst* (Emmelsbüll: C&P, 1998), 209-210. p.

⁹³⁶ Thilo, *Beratende Seelsorge*, 193. p.

⁹³⁷ Hézsér, *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*, 167. p.

2.2.6 Exkurzus: A házassággal kapcsolatos alternatív rituálék

Jóllehet hagyományosan csak az egyházi esküvőt gyakoroljuk a házassággal kapcsolatos egyházi rítusként,⁹³⁸ mégis egyre több szerző szót emel amellett, hogy a házasság más – olykor negatív – eseményeit is ritualizálni kellene. A teológus és párterapeuta Hans Jellouschek szerint:

“Az emberek szeretetben való egyesülését és hűséges együttmaradását rituálisan megünnepeljük. Ugyanakkor az elválásra, szakításra, eltávolodásra, ha ezek szabad választásból történnek, nem pedig a sors kényszeríti ki – például halál által – nem létezik rituálé. A nehéz krízis utáni újrakezdés sem kerül rituális méltatásra, mert egy ilyen krízist már a tabuizált tér részeként tekintünk.”⁹³⁹

A válási rítus gondolata nem újkeletű, hiszen arra már az Ószövetség korai időszakában is találunk példát: “Ha valaki feleségül vesz egy lányt, és férje lesz annak, de később nem találja kedvére valónak, mert valami ellenszenveset talál benne, akkor írjon válólevelet, adja azt az asszony kezébe, és úgy küldje el a házából.” (5Móz 24,1)⁹⁴⁰ Andreas Bochmann három pontot emel ki a mózesi textusból, amely a rituális jellegre vall.⁹⁴¹ (1) A férfi válólevelet ír. Nem rekonstruálható ugyan, hogy egy válólevél hogyan nézett ki, de fontos, hogy a válás nem következhetett be haragból, vagy hirtelen felindulásból, hanem megfontolás, reflektálás előzte meg, ami írott formában manifesztálódott. (2) A dokumentumot “kézbe kell adni”. Ez egy utolsó találkozás a férj és a feleség között. Egy utolsó pillanat, amikor mindketten ugyanazt a dokumentumot fogják. (3) A férfi elbocsátja a feleségét, ami gyaníthatóan a házasságkötésnél történő sátorba való bevezetéshez hasonlóan szintén tanúk jelenlétében történik.

Egy mai válási rituálét hosszú előkészítő munkának kell megelőznie. A váló párnak eddig a pontig megnyugtatóan tisztáznia kell a vagyonmegosztás, a gyermekfelügyelet kérdéseit, valamint viszonylagos nyugvópontra kell jutniuk a válás utáni lakáskörülményeket és gyakorlati életvezetést illetően. Különösen fontos, hogy a válást eredetileg nem akaró fél is belenyugodjon a másik döntésébe, megértse, elfogadja azt. Csak ebben az esetben lehet a válási rituálé segítség a kapcsolat zátonyra futásának feldolgozásában.⁹⁴²

⁹³⁸ Az exkurzusban hivatkozott szerzők a rituálé fogalmát a következőképpen definiálják: „Olyan szimbólumokat és formulákat bocsátanak rendelkezésre, amelyek lehetővé teszik szóban és gesztusban kifejezni azt, amit spontán módon nehezen tudnánk elmondani vagy kifejezni. Ezzel fontos erőforrásokká válnak a kritikus életeseményekkel való megküzdésben.” Hans Jellouschek, *Warum hast du mir das angetan? Untreue als Chance* (München, Zürich: Piper, 2010), 10. kiadás, 160. p. „A rituálé egy visszatérő cselekmény, amely szimbólumok bevonásával túlmutat önmaga jelentőségén.” Bochmann, „Abschlussrituale.” 255. p.

⁹³⁹ Hans Jellouschek, *Warum hast du mir das angetan?* 160. p.

⁹⁴⁰ Jézus kifejti, hogy a válás – és ezzel együtt a válással kapcsolatos jelképes cselekmények – nem tartozott Isten eredeti teremtői szándékához, de a bűn által megrontott világ elvitathatatlan része (Vö.: Mt 19:3-9).

⁹⁴¹ Bochmann, „Abschlussrituale.” 257. p.

⁹⁴² Vö.: Hans Jellouschek, *Warum hast du mir das angetan?* 161. p.

Bochmann a nyilvános válási rituálé létjogosultságát a következő pontokban látja:⁹⁴³ (1) A gyülekezet részt vesz a házasság létrejöttében, így a annak befejezésében sem szabad a párt magára hagynia. (2) “Ha szenved az egyik tag, vele együtt szenved valamennyi” (1Kor 12,26) (3) A rituálé esélyt nyújt arra, hogy túlmutassunk a szükség idején.

Jellouschek inkább csak szűk, terápiás keretek között alkalmazza a válási rituálét. Ebben az esetben a párnak előre átad egy kinyomtatott szöveget, majd a pár tagjainak megfelelő felkészítése után elmondhatja velük az alábbi szöveget:

“... (megszólítás), elfogadom tőled mindazt, amit adtál nekem. Tisztelettel fogok visszaemlékezni mindarra, amit kaptam tőled, és amit köszönök neked. A kapcsolatunk zátonyra futásának rám eső részéért vállalom a felelősséget, a rád eső részt pedig átengedem neked, hogy te is felelősséget vállalhass azért. Tisztelni és becsülni foglak, mint közös gyermekeink édesapját/édesanyját, és minden tőlem telhetőt megteszek azért, hogy a jólétükért továbbra is együttműködjek veled. Házastársként viszont elengedlek téged. Isten veled! Menj a saját utadon, mint ahogyan én is a saját utamon fogok menni.”⁹⁴⁴

Magunk is előnyösebbnek ítéljük, hogy a rítus csak lelkigondozó és a pár jelenlétében, a lelkigondozás kontrollált terében kerüljön megrendezésre. Ha mégis a gyülekezet nagyobb nyilvánossága előtt történik, akkor a lelkipásztornak vigyáznia kell, hogy a pár belső élete ne kerüljön közszemlére (Bochmann a valóságshow-szerű gyülekezeti voyeurizmustól óv), valamint a pár segítségként élje meg, nem pedig a közösségi kontrollgyakorlás megnyilvánulásaként. A lehetséges kontraindikációk között különös súllyal emeljük ki azt az esetet, ha a párnak kiskorú gyermekei vannak. Egy kiskorú gyermek számára a szülők válása eleve szörnyű élmény, ha ez ráadásul “Isten színe előtt” történik, akkor ez traumatizáló hatással is bírhat és összezavarhatja az Istenről való elképzeléseit. Az ő szintjén ez akár úgy is értelmezhető, mintha a testvéri veszekedés következtében valakinek el kellene mennie a háztól (ráadásul isteni jóváhagyással). Az istenkép torzulásának ezt a lehetőségét mindenképp el kell kerülni. Ennek megelőzése is segíthet azzal, ha a válási rítus nem kultuszhelyhez kötött kultikus cselekményként kerül megrendezésre.

Exkourzusunkban példaként kiemeltük a válási rituálé kérdését, ám érdemes volna az egyháznak kidolgoznia egy házasságmegerősítő szertartást is, amellyel a házaspár vagy család egy válság megoldását, vagy egy sikeres terápia lezárás megünnepelheti, ritualizálhatja. További kidolgozandó rítusok lehetnek: újraráadásos rítus, mozaikcsalád alakulását segítő rítus,⁹⁴⁵ stb.

⁹⁴³ Bochmann, „Abschlussrituale.” 260. p.

⁹⁴⁴ Hans Jellouschek, *Warum hast du mir das angetan?* 162. p.

⁹⁴⁵ Ilyen rituáléra tesz javaslatot: Richard Lyon Morgan, „A Ritual of Remarriage.” *The Journal of Pastoral Care*, 1983/37, 292-301. p.

2.2.7 Összegzés

E fejezetben kísérletet tettünk a különböző egyházi hagyományok talaján született esküvői liturgiák összevetésére és lelkipozói értékelésére. Vizsgálódásunk során rámutattunk, hogy a katolikus és protestáns házasságkötési szemlélet nem csak abban tér el egymástól, hogy az egyik szentségnek tekinti a házasságot, a másik pedig nem, hanem abban is, hogy a protestáns esküvői szertartások nem minősülnek házasságkötésnek, nem akarják egyházi kontextusban megismételni a házasság létrejöttét, hanem a már megkötött házasságra kérik Isten áldását, tehát áldáskérő istentiszteletek. Ez a tény nem minden esetben válik világossá az esküvői liturgiákban, hiszen gyakran a protestáns liturgiában is megjelennek olyan elemek, amelyek inkább a házasságkötési, semmint az áldáskérési jelleget erősítik.

Azt is láttuk, hogy a liturgiák között vannak kötött és rugalmas módozatok is, ám bármelyik szerint is folyjon a szertartás, a lelkész felelőssége, hogy azt megfelelő tartalommal töltsen meg. Az esküvői istentisztelet fontos lelkipozói célja, hogy a házaspárt és szüleit segítse az életciklus-váltás megélésében, és hogy életüknek ezen a fontos állomásán összekapcsolja őket Isten jelenlétével és a gyülekezet közösségével, mint erőforrásokkal, amelyekre életük későbbi szakaszaiban is számíthatnak.

2.3 Házasság-gazdagítás (Marriage Enrichment)

A házasság-gazdagítás egzotikumnak tekinthető a házassággal kapcsolatos egyházi szolgálatok sorában. A magyar szóhasználatban semmilyen kifejezés nem honosult meg annak a segítő irányzatnak a meghatározására, amelyet az angol “Marriage Enrichment” kifejezés takar, ezért bemutatásunkban az angol elnevezés szó szerinti fordítását (házasság-gazdagítás) alkalmazzuk. Talán jobban illeszkedne kultúránkhoz a “párkapcsolati tréning” elnevezés, de ez inkább az üzleti világ szókészletét idézi, ezért a program egyházi keretek közötti létrejöttét hangsúlyozandó, megtartjuk az idegen csengésű, de szó szerinti fordítást.

2.3.1 Definíciós kísérletek és műfaji tisztázás

A házasság-gazdagítás meghatározása viszonylag széles skálán mozog. Az alábbiakban összefoglaljuk a téma alapműveinek szerzői által megfogalmazott definíciókat.

Diana Garland szerint:

“A házasság-gazdagítás kifejezése utal egy filozófiára (a házasságról és annak az egyének és a társadalom felé betöltött funkciójáról), egy edukációs modellre (a segítő szakmák által felkínált páros és csoportos szolgálatok), valamint meghatározott programokra (amelyek ezeket a szolgálatokat ellátják). Mindhárom szempont – a filozófia, a szolgálati modellek és az azokból levezetett programok – fókuszában a házasság fejlesztése áll.”⁹⁴⁶

Larry Hof és William Miller meghatározása részben fedi Garland definícióját de jóval konkrétabb annál:

“A házasság-gazdagítás a kapcsolatfejlesztés edukatív és preventív megközelítése. A kifejezés utal a megközelítés filozófiájára, folyamatára, valamint a programok széles választékára. A házasság-gazdagítás célja, hogy a következő célok elérésében segítse a párokat: 1) hogy mindkét személy önismeretét javítsa, valamint segítse a társ jobb megismerését is, különös tekintettel a pozitív aspektusokra, az erősségekre, az egyéni és a házassági növekedési potenciálra; 2) hogy segítse a partnerek érzelmi és gondolati önfeltárulkozását; 3) hogy fejlessze a kölcsönös empátiát és intimitást; és 4) hogy kifejlessze a párokban a hatékony kommunikációhoz, problémamegoldáshoz és konfliktuskezeléshez szükséges készségeket, valamint bátorítson ezek alkalmazására.”⁹⁴⁷

Más meghatározások a terápiás irányultsághoz képesti különbséget hangsúlyozzák, ilyen Wallace Denton, valamint David és Vera Mace definíciója:

“A házasság- és család-gazdagítás egy lényeges változást képvisel a családok segítésére irányuló törekvések sorában. A tradicionális (vagy orvosi) modell, amely a pszichoterápiában testesül meg, a helyreállításra, a széttört kapcsolatok megjavítására hív fel. [...] Ezzel szemben a gazdagítás a prevencióra összpontosít, arra hogy a párok és

⁹⁴⁶ Diana S. Richmond Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment: A Guide to Developing, Conducting, and Evaluating Programs* (San Francisco: Jossey-Bass, 1983), 1. p.

⁹⁴⁷ Larry Hof, William R. Miller, *Marriage Enrichment: Philosophy, Process, and Program* (Bowie: Prentice-Hall, 1981), 3. p.

családok felfedezzék erősségeiket és fejlesszék ezeket, mielőtt elérnék a kritikus fázist. Ahelyett, hogy a dolgok megromlására várna, a gazdagítás proaktív szemléletű.”⁹⁴⁸

“A házasság- és család-gazdagítás egy gondolkodásmód váltást jelent a helyreállító programoktól, amelyek a bajban lévő családokat segítik a preventív programok felé, amelyek segítik a családokat a baj elkerülésében azzal, hogy képessé teszik őket a saját erőforrásaik kialakítására.”⁹⁴⁹

Egy későbbi tanulmányban a Mace házaspár így bővíti meghatározását:

“A házasság-gazdagítás célja, hogy a növekedés folyamatával és a viselkedés megváltoztatásával serkentsse a férj és feleség közötti kölcsönösen kielégítő és kreatív kapcsolat kialakulásának potenciálját.”⁹⁵⁰

Mindegyik megfogalmazásból jól kivehető, hogy az 1970-es években merőben új irányultságnak számított a házasság-gazdagítás, amely összekötő láncszemmé vált a didaktikusan eljáró családi életre nevelés és a gyógyító-helyreállító megközelítésű pár- és családterápia között.⁹⁵¹ Az újabbkori szakirodalomban ezt a műfajt nevezik “pszichoedukatív” eljárásnak:

„A pszichoedukáció empirikusan megalapozott beavatkozás, amellyel információt közlünk a bajjal küzdő családokkal, megtanítva őket arra, hogyan fejleszthetik ki a zavart családtag, vagy a problematikus családi kapcsolat megértésének és kezelésének készségeit. Azon családok számára, amelyekben szkizofrén tag él, vagy fizikai-szexuális erőszak dűl fel, vagy valamely tagja szer-abúzzsal küzd, vagy a krónikus betegek családjai, vagy akik egyszerűen csak javítani szeretnék kapcsolati készségeiket, a pszichoedukatív programok bevezetése jelentős fejlődést képvisel az utolsó két évtizedben. [...] A pszichoedukatív gyakorlatok nem vezethetők le valamely családelmélethez, és nem kötődnek egy adott technikához. Abból az igényből eredve, hogy mozgósítsa a családot a tartós stresszhelyzet megoldására, a megközelítés eklektikus, tapasztalati megalapozottságú és alkalmazza (többféle kombinációban, a családtól és annak körülményeitől függően) a rendszerszemléletet, a kognitív viselkedésterápiát, a neveléslektant és a strukturális terápia elemeit.”⁹⁵²

A házasság-gazdagításra a fenti meghatározás minden eleme vonatkoztatható, kivéve azt, hogy a házasság-gazdagításban nem zavart, problematikus, patológiás érintettségű párokkal dolgoznak, hanem egészséges, funkcionáló, “normál” párokkal.

A házasság-gazdagítást tehát munkánkban úgy tekintjük, mint egészséges egyénekből álló, funkcionáló kapcsolatban élő párok csoportjával végzett, csoportdinamikán alapuló, preventív fókuszú pszichoedukatív intervenciót.

⁹⁴⁸ Wallace Denton, „Introduction to Marriage and Family Enrichment: A Shift in the Paradigm.” In: Wallace Denton (szerk.), *Marriage and Family Enrichment* (New York: Haworth, 1986), 3. p.

⁹⁴⁹ David és Vera Mace, „The History and Present Status of the Marriage and Family Enrichment Movement.” In: Denton, *Marriage and Family Enrichment*, 7. p.

⁹⁵⁰ David és Vera Mace, „The Selection, Training, and Certification of Facilitators for Marriage Enrichment Programs.” *The Family Coordinator*, 1976/25, 117. p.

⁹⁵¹ Vö.: David R. Mace, *Close Companions: The Marriage Enrichment Handbook* (New York: Continuum, 1984), 127. p.

⁹⁵² Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 3. kötet, 95-96. p.

2.3.2 Történelmi gyökerek: David és Vera Mace

A házasság-gazdagító mozgalom gyökerei az 1962-es évhez nyúlnak vissza. A mozgalom megalapítóiként és a “házasság-gazdagítás” fogalom megalkotóiként is a Mace házaspárt tartják számon. David és Vera Mace, kvéker vallási hátterű házaspár, amely 1949-ben vándorolt ki Angliából az Egyesült Államokba. David eredetileg lelkipásztori képesítéssel rendelkezett, majd szociológiából doktorált, Vera pedig házassági tanácsadóként dolgozott. Még Nagy-Britanniában megalapították a “Marriage Guidance Council” nevű szervezetet, amelynek keretében országszerte több mint 100 házassági tanácsadó központot hoztak létre. Az Egyesült Államokban 1960 és 1967 között ők töltötték be az “American Association of Marriage Counsellors” szervezet elnöki tisztségét.⁹⁵³

Az első házasság-gazdagító hétvégét 1962-ben szervezték meg New Jersey-ben a Kirkridge lelkigyakorlatos házban nyolc házaspár számára. Az első sikeren felbuzdulva évente megismételték a rendezvényt, évről évre finomítva a foglalkozások tematikáját és struktúráját a párok visszajelzései alapján. Egy idő után igény mutatkozott arra, hogy más párok is kiképzést nyerjenek hasonló hétvégék tartására, hogy minél több helyen elindulhasson a házaspárokért végzett szolgálat. Így a Mace házaspár 1969-ben tartotta meg a kvéker generál konferenciájának megbízásából a Pendle Hill-i kvéker tanulmányközpontban, Philadelphia közelében az első házasság-gazdagító kiképző hétvégét.

A házasság-gazdagító hétvégéket “normál” házaspároknak szánták. Ezek a párok másfajta foglalkozást igényeltek, mint a terápiás esetek, ezért a házasság-gazdagító programokat kifejezetten az ő igényeikre szabták. Fókuszváltásukat az alábbi érvekkel támasztják alá:

1. A házasságoknak csak egy kis hányada valósítja meg a benne lévő teljes potenciált. Lederer és Jackson becslése szerint a ‘stabil-kielégő’ házasságok aránya a mi kultúránkban nem éri el az 5-10 százalékot.
2. A legtöbb házaspár vágyik annak megvalósítására, amit mi ‘elmélyült házasságnak’ nevezünk. A házaseletük elején azonban a növekedésüket meggátolják a személyközi konfliktusok, amelyeket vagy nem értenek, vagy nem rendelkeznek a megoldásukhoz szükséges felkészültséggel. A kompromisszumok sorozata végül a kapcsolat felszínességéhez vezet.
3. Az idő múlásával a pár vagy elfogadja ezt a felszínes állapotot, vagy egyre intoleránsabbá válik. Önvédelemre berendezkedő interakciós mintáik általában annyira fogva tartják őket, hogy saját erőfeszítésből nem tudnak kitörni azokból. Néhányan közülük házassági tanácsadást kérnek, de gyakran túl későn ahhoz, hogy az hatékony segítséget jelenthessen számukra.
4. A kifejeletlen potenciálnak ez a tragédiája elkerülhető lenne, ha a párnak világosabb elképzelése volna a házasság működtetéséről, valamint nem egyedül kellene küzdenie, elszigetelten olyan pároktól, akik ugyanezen a tapasztalaton mennek keresztül. A házaspárok

⁹⁵³ Vö.: David és Vera Mace, *Marriage Enrichment Retreats: Story of a Quaker Project* (Philadelphia: Friends General Conference, 1972), 3. p.

egymásnak nyújtott segítségében nagy lehetőség rejlik, de ez spontán módon nem működik a kultúránkban felismeretlenül ható tabuk miatt.⁹⁵⁴

A "normál" párok számára kialakított házasság-gazdagító hétvégét a Mace házaspár a csoportos párterápiától és a rogersi encounter csoporttól⁹⁵⁵ (nem összetévesztendő a Calvo féle Marriage Encounter-rel, magyarul: Házasság Hétvége) való elkülönülés jegyében szervezte meg.

A csoportos párterápiához képest a házasság-gazdagítás a következő eltéréseket mutatja.⁹⁵⁶

(1) A csoportos párterápián részt vevő pároknak általában komoly problémáik vannak, amelyekhez gyakran még az egyik fél egyéni személyiségzavara, vagy pszichopatológiája is társul. Ezzel szemben a házasság-gazdagítás mentálisan egészséges, funkcionális kapcsolatú pároknak szól. (2) A csoportos párterápián részt vevő párok hetente vagy kéthetente találkoznak egy hosszabb időintervallumig. Közben a párok külön is részt vesznek terápiás üléseken. A házasság-gazdagítás viszont egy időben behatárolt (általában egy hétvéges) foglalkozás külön ülések nélkül. (3) A terápiás csoportot általában pszichiáter, klinikai szakpszichológus, párterapeuta vagy szociális munkás vezeti, direktív vezetői stílusban. A házasság-gazdagítás esetében kevésbé hangsúlyos a csoportvezető szakmai kvalifikációja és kevésbé direktív a vezetői stílus.

Az encounter csoportokhoz képest az alábbi különbségek figyelhetők meg:⁹⁵⁷ (1) Az encounter csoportok egymástól független egyénekből tevődnek össze, míg a házasság-gazdagításon csak párok vehetnek részt. Ez egészen más csoportdinamikát feltételez, amely miatt a csoportvezetőnek három különböző interakciós típusra tekintettel kell lennie: a csoporttagok közötti egyéni interakciók, a csoportban résztvevő párok interakciója más párokkal, és a párkapcsolaton belüli férj-feleség interakciók. (2) Az encounter csoportok

⁹⁵⁴ Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 7-8. p.

⁹⁵⁵ Az encounter csoportok hosszabb időn át fennálló, minimális irányítással működő önismereti csoportok, amelyekben a csoporttagok közötti kommunikáció a felszínestől az ellenségesen át halad az elmélyült pozitív önfeltárásközös irányába. Rogers megfogalmazásában a csoportdinamika a következő fázisokon megy végig: (1) mindenirányú kavargás, (2) az önkifejezéssel vagy explorációval szembeni ellenállás, (3) elmúlt érzések leírása, (4) negatív érzések kifejezésre juttatása, (5) személyes jelentőségű érzelmek kifejezésre juttatása és megbeszélése, (6) az egymás iránti érzések kifejezése, (7) a csoport gyógyító képességének fejlődése, (8) önfogadás és a változás kezdete, (9) az álarcok levétele, (10) az egyén visszajelzést kap, (11) konfrontáció, (12) segítő kapcsolat a csoportüléseken kívül, (13) mély találkozás, (14) a pozitív érzelmek és a közelség kifejezésre juttatása, és (15) magatartásváltozások a csoportban. Vö.: Rogers, *Találkozások*, 35-52. p. Jóllehet Rogers házaspárokat is bevont az encounter csoportjaiba, utal arra, hogy ennek a hatására a házasság akár nem kívánatos irányba is változhat, emellett pedig fenáll a veszélye annak, hogy valamely házastárs és a csoport más tagjai között erős érzelmi szálak alakulhatnak ki, amelyeknek nem ritkán szexuális összetevőik is vannak. Vö.: Rogers, *Találkozások*, 53. p. Mindezek ellenére Rogers kitart amellett, hogy az encounter csoportokat jegyeeseknek, házaspároknak és családoknak is ajánlja, azzal együtt, hogy megjegyzi, a jegyeesek közül sokan a jegyesség felbontása mellett döntenek, amit a Rogers a későbbi válás megelőzőeként értelmez és üdvözöl. Vö.: Rogers, *Találkozások*, 152-153. p.

⁹⁵⁶ Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 9-10. p. Garland szerint a terápia és a házasság-gazdagítás közötti döntő különbségek a házasság-gazdagítás időbeni korlátozottsága és tematikus strukturáltsága. Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 5. p.

⁹⁵⁷ Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 10-11. p.

teret engednek a negatív interakcióknak is a csoport tagjai között, míg a házasság-gazdagítás a pozitív interakciókra fókuszál és azok gyakorlására ösztönzi résztvevőit.

David és Vera Mace Amerikában kezdetben a “National Council on Family Relations” (NCFR – ma a családi életre nevelés legnagyobb ernyőszervezete) keretein belül dolgozott, majd a “American Association of Marriage and Family Counselors” társaság tagjaként (ebből alakult ki később a “American Association of Marriage and Family Therapists, AAMFT”). Végül az 1970-es években létrehozták a házasság-gazdagítás népszerűsítésére a saját szervezetüket, “Association for Couples in Marriage Enrichment” néven (A.C.M.E.), mint egyháztól független, nonprofit egyesületet. 1994-ben, a családok nemzetközi évében, a házasságok javítását szolgáló világszéles munkájáért az ENSZ “Family Patron Award” díjjal tüntette ki a házaspárt.⁹⁵⁸

Mace-ékkel párhuzamosan, szintén 1962-ben Gabriel Calvo hasonló szolgálatot indított el Spanyolországban,⁹⁵⁹ amit ma Házás Hétvége néven ismerünk (a programot már bemutattuk a házassági felkészítéssel foglalkozó fejezetben). Calvo egy kérdéssorozatot dolgozott ki, amelynek segítségével a férfiak és feleségek először önmagukról mint egyénekről reflektálhattak, majd magukról, mint házaspárról, végül pedig az Istennel való közös kapcsolatukról. Ahogyan Britton Woods fogalmaz:

“Mindkét irányzat, a Házás Hétvége és az A.C.M.E. hatékony eszköznek bizonyult a házaspárok kapcsolatának fejlesztésében. Noha eltérő a megközelítésük, hasonlítanak a párkapcsolati növekedés hangsúlyozásában.”⁹⁶⁰

A Házás Hétvége 1967-ben az Egyesült Államokat is elérte, ahol Mace-ék is részt vettek a mozgalom népszerűsítésére szervezett konferenciákon (jóllehet Mace és Calvo 1974-ig személyesen nem találkozott). Ám miután 1969-ben Charles Gallagher vette át a mozgalom amerikai irányítását, aki a mozgalomban a katolikus egyház megújításának eszközét látta, és a Házás Hétvégét (legalábbis annak gallagheri ágát) egyre inkább kirekesztővé tette a más felekezetűekkel szemben, különváltak a Házás Hétvége és az A.C.M.E. útjai.⁹⁶¹ A Házás Hétvége módszertanát 1974-ben Bernard Kligfeld zsidó kontextusra is adoptálta, ám ennek részletes ismertetése túlfeszítené értekezésünk kereteit.⁹⁶²

⁹⁵⁸ Vö.: Britton Wood, "Marriage Enrichment." *International Encyclopedia of Marriage and Family*. 2003. Forrás: <http://www.encyclopedia.com/doc/1G2-3406900290.html> (Találat napja: 2013.03.25.)

⁹⁵⁹ Calvo elmondása szerint: „Felismertem, hogy el kell jutnom a család szívéig – a házaspárhoz. Ők a kulcsa annak a szeretet-forradalomnak, amelyre a világnak szüksége van.” Idézi: Mace, *Close Companions*, 121. p.

⁹⁶⁰ Wood, "Marriage Enrichment."

⁹⁶¹ Vö.: Mace, *Close Companions*, 124. p.

⁹⁶² A mozgalom bemutatásához lásd: Bernard Kligfeld, „The Jewish Marriage Encounter.” In: Herbert A. Otto, *Marriage and Family Enrichment: New Perspectives and Programs* (Nashville: Parthenon, 1976), 129-143. p.

A házasság-gazdagítás történetéhez fontos még egy harmadik szílat megemlítenünk, amely szintén 1962-höz kapcsolódik. Az Egyesült Metodista Egyház ebben az évben bízta meg Leon Smith-t az egyház családszolgálatának vezetésével. 1964-ben Leon és Antoinette Smith egy két és fél napos házasság-gazdagító programot szervezett metodista lelkesházaspárok részére tizenkét strukturált foglalkozással. A programot később “Marriage Communication Lab”-nek nevezték el, amit több más egyház is átvett. A három irányzat műfaji különbözőségeit éreztetve Mace úgy fogalmaz, hogy a Házasság Héttvége “felügyelet mellett végzett önésegítés”, a Smith féle Marriage Communication Lab “kísérleti tanulás”, az általa elindított házasság-gazdagítás pedig “pár-csoport interakció”.⁹⁶³ A Smith házaspár vezetőségi tagként csatlakozott az A.C.M.E.-hez, így az 1970-es évektől a házasság-gazdagítás két fő szálon fut tovább: (1) A Calvo által elindított, de Gallagher által erősen meghatározott Házasság Héttvége irányába, valamint a (2) Mace és Smith házaspárok által meghatározott irányba.⁹⁶⁴ A házasság-gazdagítás kifejezéssel illetett programok a szakirodalomban általában a Mace (és Smith) féle irányzatra utalnak. A fejezet további részében mi is erre az ágazatra összpontosítunk.

2.3.3 Házasság-gazdagító programok módszertani és tartalmi felépítése

Mivel a házasság-gazdagításnak számos irányzata létezik,⁹⁶⁵ lehetetlen volna minden egyes programot elemezni, amely ezt a műfaji meghatározást vonatkoztatja magára. Így csak a legjelentősebb – és legrészletesebb leírással rendelkező – programok vázaltszerű bemutatására vállalkozhatunk.

2.3.3.1 David és Vera Mace koncepciója

A Mace házaspár eredeti elképzelései és csoportvezetési stílusa mutat némi függést az encounter csoportok vezetési stílusával. Mai szemmel nézve, amikor a legtöbb segítő csoport vezetéséhez a demokratikus stílust alkalmazzák (esetleg némi autokratikus felhanggal), a Mace-i stílus inkább a laissez-faire és a demokratikus stílus határán

⁹⁶³ Vö.: Mace, *Close Companions*, 131-132. p.

⁹⁶⁴ Vö.: Mace, *Close Companions*, 125. p.

⁹⁶⁵ Norman Wright csak az 1979-ig megjelentek közül 37 különböző szerzőt és szervezetet sorol fel, amely a házasság-gazdagításhoz a házaspár valamely életszakaszára (házasság előtti és friss házasság, házasság, szülői és családi) programot készített. Vö.: Wright, *Marriage and Family Enrichment Resource Manual*, 7-9. p. A könyv további részében egy széles gyakorlat- és módszergyűjteményt állít össze olvasóinak saját programok létrehozásához.

helyezhető el.⁹⁶⁶ A programra jellemző, hogy kevés információs-educatív elemet tartalmaz,⁹⁶⁷ inkább a csoporttapasztalattól várja a változás elindulását a résztvevő párok kapcsolatában. A foglalkozások a következő témaköröket érintik:⁹⁶⁸ (1) közös célok és értékek, (2) elköteleződés a növekedés mellett, (3) kommunikációs készségek, (4) a konfliktusok kreatív használata, (5) elismerés és gyengédség, (6) megegyezés a nemi szerepekben, (7) együttműködés és csapatmunka, (8) szexuális beteljesedés, (9) pénzkezelés, és (10) szülői hatékonyság vagy döntéshozatal (attól függően, hogy a pároknak van-e gyermekük vagy sem). Nem térnek ki minden rendezvényen minden témakörre, inkább azokra fókuszálnak, amelyeket a párok többsége fontosnak tart a saját kapcsolatára nézve.

A programot általában hétvégi rendezvényként szervezték meg, ritkán hat egymást követő héten heti egy találkozással. Módszerükhöz az ideális csoportméret 6 pár és a csoportvezető házaspár, de a valós létszám általában 5-9 pár között mozgott. Mivel felismerték, hogy a homogén és heterogén csoportoknak is megvannak a maguk előnyei és hátrányai, a csoport összetételét illetően nem támasztottak különösebb követelményeket (életkor, rassz, kapcsolati státus, társadalmi és gazdasági státus, stb.).⁹⁶⁹

A péntek estétől vasárnap délig tartó foglalkozásokon a résztvevő párok körben (a pár tagjai egymás mellett), a csoportvezető pár pedig a kör közepén ül. A vezetők a változási folyamat facilitátoraiént értelmezik magukat, nem előadók, terapeuták vagy tanárok, hanem házaspárként maguk is résztvevői a csoport munkájának. Meggyőződésük szerint nem az információközlés hoz változást a pár kapcsolatában (hiszen az információkat könyvekből is elolvashatják), hanem a gyakorlat. Az pedig, hogy a pár más párok jelenlétében verbalizálja a saját belső történéseit, önmagában egy gyakorlati tanulási folyamat. Ezért is nevezik eljárásukat tapasztalati tanulásnak (experiential learning).⁹⁷⁰

A hétvége célját három pontban fogalmazzák meg:⁹⁷¹ (1) őszinte felmérése annak, hogy milyen a pár házassága most; (2) egy új irány eldöntése, hogy merre szeretnének fejlődni a következő 12 hónap során; és (3) a növekedéshez szükséges mélyebb belátások, valamint kapcsolati készségek elsajátítása.

⁹⁶⁶ Garland szerint Mace-ék vezetési stílusa laissez-faire, míg a Házasság Hétvége vezetési stílusa az autoritativ vezetés „prototípusa”. Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 89-90. p.

⁹⁶⁷ „A hétvégi programban készek vagyunk minielőadásokat tartani, ha azok relevánsá válnak, ám ahelyett, hogy eleve beterveznénk ezeket a programba, és a csoportot iskolai osztályként kezelnénk, tudásunkat inkább informálisan ajánljuk fel, amikor egy-egy ’befogadó pillanatot’ észlelünk.” Mace, *Close Companions*, 155. p.

⁹⁶⁸ Mace, *Close Companions*, 39. p.

⁹⁶⁹ Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 13. p.

⁹⁷⁰ Vö.: David és Vera Mace, *Love & Anger in Marriage: How to manage your conflicts* (Basingstoke: Pickering & Inglis, 1983), 97-98. p.

⁹⁷¹ Mace, *Close Companions*, 145. p.

A megfogalmazott célok eléréséhez három szabályt is lefektetnek, amelyre a csoportmunka épül: (1) a csoportmunkában való részvétel teljességgel önkéntes (ha egy gyakorlatra senki sem jelentkezik, akkor az a gyakorlat egyszerűen kimarad), (2) a csoporttagok nem a véleményüket osztják meg egymással, hanem a tapasztalataikat (ez a hangsúly szavatolja a “tapasztalati tanulás” megvalósulását), és (3) mivel a házasság-gazdagítás nem terápia, ezért a párok nem diagnosztizálják és analizálják egymást.

A foglalkozások során a csoportvezetők feladnak páros feladatokat is, amelyeket a párok a szobájukban, kettesben vesznek át, vannak egyéni feladatok, amelyeket mindenki magának tölt ki vagy gondol át, de minden feladat végén – még intim kérdésekben is – a párok az egész csoporttal megosztják tapasztalataikat. A hétvége egy személyes növekedési terv megfogalmazásával és megosztásával, valamint a rendezvény kiértékelésével zárul.⁹⁷²

2.3.3.2 Hof és Miller kreatív házasság-gazdagító programja

Larry Hof és William R. Miller methodista kötődésű, és általuk “kreatív házasság-gazdagításnak” nevezett programja négy fontos teoretikus forrásból táplálkozik:⁹⁷³ (1) a rogersi meggyőződés, miszerint az empatis környezet kedvező közeget biztosít a viselkedés mélyén meghúzódó kognitív tényezők változásához; (2) a behaviorista hangsúly, miszerint a kívánt viselkedés többszöri ismétléssel rögzül és az egyén megoldáskészletének részévé válik; (3) a csoportdinamikai folyamatok gyógyító hatása; és (4) William Schutz elmélete az egyén három alapvető kapcsolati szükségletéről. Schutz szerint mindenki ezeket a szükségleteket próbálja kielégíteni egy intim személyközi kapcsolatban:

“Az *inklúzió* arra vonatkozik, hogy fontosnak, jelentősnek, értékesnek érezzük magunkat. A *kontroll* a kompetencia érzését takarja, amely magában foglalja az intelligenciát, a megjelenést, a gyakorlatiasságot és a világgal való kapcsolatbakerülés általános képességét. A *gyengédség* igénye a szeretettség érzése körül forog, hogy az egyén belső lényét felismerik, és azt szerethetőnek tekintik.”⁹⁷⁴

A programon alkalmazott intervenciók ezekre a szükségletekre reagálnak.⁹⁷⁵ A kreatív házasság-gazdagítási program öt foglalkozásból áll, amelyekben a rövid elméleti

⁹⁷² A hétvége részletes forgatókönyvéhez lásd: Mace, *Close Companions*, 144-154. p.

⁹⁷³ Vö.: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 75-76. p.

⁹⁷⁴ William Schutz, „Encounter.” In: Raymond Corsini (szerk.), *Current Psychotherapies* (Itasca: Peacock, 1973), 414. p. Idézi: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 76. p.

⁹⁷⁵ Hof és Miller mindhárom szükségletre egy-egy gyakorlat gyűjteményt mutat be könyvében. Az inklúzióhoz lásd: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 85-108. p. A kontrollhoz lásd: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 109-126. p. A gyengédséghez lásd: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 127-141. p.

felvezetések és az azokhoz kapcsolódó páros és csoportos gyakorlatok követik egymást. A program tartalmi felépítése a következő sémát követi:⁹⁷⁶

1. Csoportformálás. Tartalmi elemek: (1) ismerkedés, a csoporttagok és a csoportvezetők iránti elvárások megfogalmazása és megvitatása, ennek eredményeként a csoport céljainak és szabályainak lefektetése; (2) erősségek felmérése és a csoportot alkotó többi párral való megosztása; (3) az otthonról hozott, a párkapcsolatra jellemző tárgyak és képek bemutatása.

2. Kommunikáció. Tartalmi elemek: (1) teljes jelenlét, (2) aktív figyelem, (3) egymás megértése, (4) az egymás iránti szeretet kifejezésének módjai, (5) nonverbális kommunikáció. A foglalkozáshoz házi feladat is tartozik, amelynek során a párok naplót vezetnek házastársuk kommunikációs "teljesítményéről".

3. Problémamegoldás és konfliktuskezelés. Tartalmi elemek: (1) win-win helyzetek kialakítása, (2) döntéshozatal, (3) a közelség és távolság optimális egyensúlyának megtalálása, (4) problématerületek feltérképezése, és (5) a veszekedések miértjének megértése.

4. Értékek és prioritások. Tartalmi elemek: (1) háztartási feladatok elosztása, (2) kettesben töltött idő, (3) hasonló és eltérő értékek feltárása, (4) különleges időszakok a kapcsolatban, és (5) prioritások.

5. Intimitás és szexualitás. Tartalmi elemek: (1) belső és külső körök, (2) az érzelmek megosztása, (3) a szexuális kapcsolat felmérése, (4) asszociációk a szexről, és (5) szerelmes levelek.

2.3.3.3 Howard Clinebell és a tudatos házasság módszere

A már fentebb bemutatott – a humanisztikus pszichoterápia talaján álló – Clinebell egy 86 oldalas kis kötetben szintén állást foglalt a témával kapcsolatban. A szerző nem ad részletes kurrikulumot, ehelyett inkább elvi alapokat fektet le és egy speciális gondolati keretbe helyezi a házasság-gazdagítást, amit ő tudatos házasság módszerének (Intentional Marriage Method – IMM) nevez. Megközelítésének háttérében az általa (Rogers-szel szemben) megfogalmazott növekedési formula áll: TÖRŐDÉS + KONFRONTÁCIÓ = NÖVEKEDÉS.⁹⁷⁷ Clinebell szerint a házasság-gazdagító programnak a következő négy elemre kell épülnie:⁹⁷⁸ (1) a kapcsolat erősségeinek felismerése és megerősítése; (2) a kapcsolat növekedési területeinek, valamint a felek kielégítetlen szükségleteinek és

⁹⁷⁶ Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 233-280. p.

⁹⁷⁷ Vö.: Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 11. p.

⁹⁷⁸ Vö.: Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 12-14. p.

kívánságainak azonosítása; (3) újraszerezés a változásra, amikor a felek tudatos döntést hoznak, hogy jobban igyekeznek kielégíteni egymás szükségleteit; valamint (4) a változás elindítása azzal, hogy a pár lefektet egy változtatási tervet, megteszi a megvalósítási lépéseket és utánköveti a folyamatot.

2.3.3.4 Bernard Guerney viselkedésterápiás modellje

Ahogy már a kognitív-viselkedésterápiás koncepciókat bemutató fejezetben láthattuk, Guerney a terápiás szakmában két ponton is úttörőnek számít, és mindkét pont szorosan kapcsolódik a házasság-gazdagító mozgalomhoz: (1) a terápiás irányultságtól nyit a preventív-educatív szemlélet irányába, valamint (2) a kapcsolatfejlesztő munkába segítőként laikus személyeket is bevon “terápiás ügynökként”. Guerney nem korlátozza munkáját a házasságra, hanem kiterjeszti azt minden olyan viszonyrendszerre, amelyekben a meghitt emberi kapcsolatoknak jelentősége van. Kapcsolatfejlesztés (Relationship Enhancement – RE) elnevezésű programját ajánlja családi kapcsolatok, kortárs iskolai csoportok, házasulandó és házaspárok, munkahelyi, gyülekezeti és civil kapcsolatok javítására egyaránt, sőt kitér olyan speciális közegekre, mint a pszichiátriai intézetek lakói vagy börtönök fogvatartottai közötti személyközi kapcsolatok.⁹⁷⁹ Jóllehet Guerney módszerében semmilyen egyházi háttér nem ismerhető fel, a szerző etikai szálakat is belefűz munkájába. A kapcsolatfejlesztés eredményessége ugyanis abban is meglátszik szerinte, hogy az egyén etikusabban éli meg a személyes viszonyait:

“Meghatározásunk szerint a ‘fejlett’ kapcsolatok azok, amelyekben a résztvevők nagyobb kapacitásra tettek szert abban, hogy erényesebb viszonyulást tanúsítsanak, valamint jobban megértsék önmagukat és a másikat.”⁹⁸⁰

Guerney programja a következő kommunikációs “üzemmódok” gyakorlás útján történő elsajátítására koncentrálnak:

“A kifejező üzemmód:

1. Képes kifejezni a meglátásait. 2. Képes kifejezni az érzéseit. 3. Specifikus és a magatartásra összpontosít, kerüli az általánosítást, a másik fél indítékainak elemzését, a másik fél jellemzését. 4. Ha vannak is kritikai észrevételek a kijelentésében, megpróbál pozitív mögöttes érzéseket vagy elvárásokat beépíteni. 5. Szükség esetén személyközi üzenetet fogalmaz meg, amely magában foglalhatja az 1-4. pontokat.

Empatikus válaszadó üzemmód:

1. Képes a másik helyzetébe képzelni magát, hogy megértse annak (a) gondolatait és (b) érzéseit az adott tárgyval kapcsolatban. 2. Elfogadást és megértést közvetít (a) a hangjával, testhelyzetével és arckifejezésével, (b) a másik fél legfontosabb gondolatainak, konfliktusainak, vágyainak és érzéseinek megfogalmazásával.

Facilitátor üzemmód:

⁹⁷⁹ Guerney, *Relationship Enhancement*, 289-311. p.

⁹⁸⁰ Guerney, *Relationship Enhancement*, 12. p.

1. Elismeri a másikat oly módon, hogy az megfeleljen a másik fél üzemmódjának: (a) többet nyújt az általánosan elvárható szintnél, vagy (b) érzelmileg nehéz helyzeteket is felvállal. 2. Meghatározott mondatokat fogalmaz meg, hogy ezzel segítse a másik fél – kifejező, vagy empátikus válaszadó – önkifejezését. 3. Emlékezteti a másikat, ha megnyilatkozása eltér a kifejező vagy empátikus válaszadó üzemmódok szabályaitól. 4. Üzemmód váltást javasol a másik félnek, ha az indokoltnak látszik.

*A fenti üzemmódok váltott alkalmazása.*⁹⁸¹

Guerney koncepciója jól összegyűjti a házasság-gazdagítástól elvárható kommunikációs tartalmakat, ám – amint az a többi tematikából is kivehető – a kommunikáció csak egy tartalmi eleme a házasság-gazdagításnak, így az a program, amely csak erre témakörre összpontosít nem tekinthető teljes értékűnek.

2.3.3.5 Egy szisztémikus modell

Figyelemre méltó modellt mutatott be Stephen Elliott és Benjamin Saunders egy 1982-ben írt tanulmányban.⁹⁸² A szerzőpáros terápiás háttérrel közelít az általuk önálló területként elismert házasság-gazdagítás felé.⁹⁸³ Szempontjuk sajátos és figyelemfelkeltő, hiszen az abban az időben már komoly szakmai sikereket felmutató rendszerszemléletet emeli be a házasság-gazdagítás szakmai fórumának figyelmébe. Programjukban a rendszerelmélet három fontos felismerését dolgozzák be a házasság-gazdagítás műfajába:⁹⁸⁴

1. A cirkuláris kauzalitást, amely bemutatja a párnak, hogy a kettőjük viselkedése kölcsönhatásban áll egymással. Ezt elfogadva a pár belátja, hogy a vádaskodásnak nincs értelme, hiszen az egyik fél nem kívánatos magatartása kölcsönhatásban áll a másikéval.

2. A pár tagjai közötti kommunikáció bejósolható mintáit. Azzal, ahogyan a pár az eddigi közös élete során kialakította a közelség-távolság egyensúlyát, ahogyan a döntéseket hozzák és ahogyan a konfliktusokat kezelik, olyan kommunikációs mintákat hoztak létre, amelyek lefolyása egy adott helyzetben előre kiszámítható.

3. Az adaptív és homeosztatisz mechanizmusokat. A párkapcsolatnak vannak morfogénikus (a változást serkentő) és morfostatikus (a változásnak ellenálló) tendenciái. A nyomás alatt álló kapcsolatok az állandóságra törekednek, amivel gyakran még rosszabbá válik a helyzet, hiszen a megoldáshoz szükséges változások nem kivitelezhetők, míg a funkcionális, egészséges kapcsolatok könnyebben alkalmazkodnak a megváltozott körülményekhez.

⁹⁸¹ Guerney, *Relationship Enhancement*, 51-52. p.

⁹⁸² Stephen S. Elliott, Benjamin E. Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program: An Alternative Model Based on Systems Theory.” *Family Relations*, 1982/31, 53-60. p.

⁹⁸³ Megfogalmazásuk igazolja a házasság-gazdagítás egyházi szakemberek általi dominánságát, hiszen munkájukat a „kritikára és a továbbfejlesztési gondolatokra nyitottan bocsátják szakmai közösség elé.” Vö.: Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 54. p.

⁹⁸⁴ Vö.: Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 54. p.

A program általános céljaiban ez a megközelítés is illeszkedik a házasság-gazdagítás már kialakított hagyományaihoz. Ezek:⁹⁸⁵ (1) a funkcionális kapcsolatok még jobbá tétele, (2) a kapcsolat erősségeinek felismerése és hangsúlyozása, és (3) a preventív megközelítés.

A szerzők egyszerre 6-8 párral dolgoznak, akikkel 10 egymást követő héten, hetente egy alkalommal találkoznak 2-2 órára. A foglalkozások lefolyását 5 fázisra osztják az alábbiak szerint:

1. Fázis: A csoportdinamika kialakulása.

2. Fázis: A célok meghatározása (mindkét fázist az 1. foglalkozáson valósítják meg).

“Célok: 1. a ‘gazdagító rendszer’ kialakítása, kapcsolat létrehozása a csoporttagok és a vezetők között, pozitív légkör kialakítása, amelynek révén a csoport egy önálló házasság-gazdagító rendszerré formálódik. 2. Tájékoztatás arról, hogy a csoport miként fog működni. 3. A formai és logisztikai részletek megbeszélése.”⁹⁸⁶

3. Fázis: A rendszer intenzitásának fokozása (2-5. foglalkozások).

“Célok: 1. Minden párt elvezetni arra a megtapasztalásra, amely megérteti vele a házassági interakció cirkuláris és reciprokális természetét. 2. Minden párt megfigyelőként elvezetni a házassági kapcsolat folyamatainak megtapasztalásra. 3. Minden pár számára világossá tenni a kapcsolatának erősségeit és fejlesztendő területeit. 4. Az érzelmi intenzitás mértékét emelni minden házastársi rendszerben a pozitív adaptív változások megjelenése érdekében.”⁹⁸⁷

4. Fázis: Problémamegoldás (6-9. foglalkozások).

“Célok: 1. A 3. fázisban elindított szisztémikus változások továbbvitele. 2. A résztvevő párok kommunikációs és problémamegoldó készségeinek fejlesztése. 3. Néhány általános és fontos problémamegoldó elv bemutatása.”⁹⁸⁸

5. Fázis: Lezárás (10. foglalkozás).

“Célok: 1. a párok összefoglalják, hogy mit tanultak a csoportban. 2. A tanulás és további fejlődés hangsúlyozása.”⁹⁸⁹

2.3.3.6 David Olson házasság-gazdagító programjai

A korábban már bemutatott szerző a PREPARE/ENRICH tesztprogramokkal kapcsolatos kutatási eredményeket felhasználva két különböző programot is összeállított, egyet párválasztás előtt álló, egyet pedig házasságra készülő, házas vagy együtt élő párok részére. Olson programja annyiban tér el az előzőekben bemutatottaktól, hogy jóval nagyobb hangsúlyt fektet az információközlésre, emellett lényegesek a páros gyakorlatok (amikor férj és feleség együtt dolgozik egy feladaton), ugyanakkor nem sok szerepet kap a párok közötti interakció (amikor több pár együtt dolgozik egy feladaton, vagy megosztja egymással az adott témáról szerzett tapasztalatait). A programok beépítik a circumplex

⁹⁸⁵ Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 55. p.

⁹⁸⁶ Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 56. p.

⁹⁸⁷ Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 57. p.

⁹⁸⁸ Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 58. p.

⁹⁸⁹ Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 59. p.

modellt, mint szisztémikus értelmezési keretet, de tartalmaznak olyan gyakorlatokat is, amelyek inkább viselkedésterápiás módszerekre emlékeztetnek.

A "Building Relationships" című program inkább családi életre nevelő jellegű, hiszen elsősorban egyéneket szólít meg, semmint párokat. Az azonos címet viselő könyv alapján David Olson, Amy K. Olson, valamint John DeFrain kidolgozott egy 13 részes foglalkozás-sorozatot fiataloknak a párválasztás és a házasság legfontosabb kérdéseiről: (1) házasság és család ma; (2) randizás és párválasztás; (3) szerelem és házasság; (4) felkészülés a házasságra; (5) a házassággal kapcsolatos hozzáállások; (6) gyermekek és szülőség; (7) kommunikációs készségek; (8) konfliktuskezelési készségek; (9) kapcsolati szerepek; (10) gyengédség és szexualitás; (11) pénzügyi döntések; (12) hit, értékrend és viselkedés; valamint (13) a családunk megértése. Minden témához tudásfelmérő kérdéssor is tartozik, amit a résztvevők a foglalkozás előtt kitöltenek, majd a foglalkozás során a csoportvezetőkkel átbeszélnek, megismerve a PREPARE/ENRICH kutatásokból nyert válaszokat. A programot csoportvezetői kézikönyvvel, munkafüzetekkel és kidolgozott PowerPoint prezentációkkal bocsátják a csoportvezetők rendelkezésére.⁹⁹⁰ A program hiányossága, hogy hatékonysági vizsgálatok eddig nem állnak róla rendelkezésre.

Az „Empowering Couples” elnevezésű program házasulandó és házaspárok számára készült a tesztsomagok (PREPARE és ENRICH) párkapcsolati kategóriáinak nagy részét veszi végig egy-egy foglalkozás keretében: (1) az erők ösvénye (általános bevezetés a házasság minőségét meghatározó tényezőkről); (2) kommunikáció; (3) konfliktuskezelés; (4) kapcsolati szerepek; (5) pénzkezelés; (6) hitbeli meggyőződés; (7) szexuális kapcsolat; (8) a párkapcsolat feltérképezése (kötődés és rugalmasság); (9) gyerekek és szülőség; valamint (10) személyes, párkapcsolati és családi célok. Az azonos című könyvet David Olson a lányával, Amy K. Olsonnal írta. A könyv anyaga egy 1999-es, 21.501 pár adatait magában foglaló reprezentatív mintavételen alapul. Ehhez a foglalkozás-sorozathoz is kapható csoportvezetői kézikönyv, és kidolgozott PowerPoint prezentációk. A programmal kapcsolatos hatékonyságvizsgálatokat a házasság-gazdagító programok hatékonyságával kapcsolatos kutatásokat összefoglaló alfejezetben ismertetjük. Kiemelendő, hogy mindkét program integrálja a hit témakörét és annak házasságra való hatásait.

Az egyes irányzatok vázaltszerű áttekintéséből is látszik, hogy azok tartalmi felépítése változó, mindegyik más-más területre helyezi a hangsúlyt. Iránymutatónak tekintjük Diana Garland megjegyzését, aki szerint egy kiegyensúlyozott házasság-gazdagító programnak tárgyi ismereteket, kapcsolati készségeket és értékeket is kell közvetítenie:

⁹⁹⁰ David. H. Olson, John DeFrain, Amy K. Olson, *Building Relationships: Teachers Manual with PowerPoint* (Minneapolis: Life Innovations, 1999).

“A program céljait specifikus tanulási tartalmakká kell konvertálni a résztvevők számára. A csoport vezetőjének három tanulási formára kell érzékenynek lennie: kognitív, készségszintű és affektív tanulás. A kognitív tanulásnak magában kell foglalnia a házasság életciklusainak és azok tipikus fejlődési kríziseinek megértését; az emberi szexuális megélés különböző fokozatainak megismerését, különös tekintettel a férfi és női megélés közötti hasonlóságokra és különbségekre; valamint az érzelmek természetét, azok kifejezésének és elfojtásának módjait. A készségszintű tanulásban a párok kommunikációs, konfliktuskezelési, megerősítési és egyéb készségeket sajátítanak el, amelyek megváltoztatják a viselkedésüket. Az affektív (attitűdöket, értékeket és érzéseket érintő) tanulás során a párok újraértékelhetik a nemek alapján történő szereposztás kérdéseit, felülbírálhatják idő- és pénzgazdálkodási szokásaikat, mélyebb elköteleződésre és boldogságérzésre juthatnak el a házasságukban, és nagyobb reménységgel tekintenek a még ki nem használt változási potenciáljuk felé.”⁹⁹¹

Amint a felsorolásból is látszik, számottevő különbség nem állapítható meg az egyházi háttérű és az inkább szekuláris-empirikus alapon szerveződött programot között (talán Elliott és Saunders modellje kivétel ez alól). A házasság-gazdagítás felsorolását az egyházi házasságszolgálatok között pusztán az a tény indokolja, hogy az irányzat eredetileg egyházi kontextusban jött létre, nem pedig az, hogy különösebben jelen lenne benne valamilyen teológiai tartalom.⁹⁹²

2.3.4 A résztvevő párok toborzása és összetétele

2.3.4.1 A résztvevő párok kiválasztásának folyamata

A legtöbb pár akkor kezd el foglalkozni a kapcsolatával, ha valamilyen problémája van és szabadulni szeretne az egyre inkább növekvő fájdalomnyomástól.⁹⁹³ Ez a helyzet pedig már inkább terápiát indikál, semmint egy preventív eljáráson való részvételt. Ha a házasság-gazdagítás jó kapcsolatban élő párokra összpontosít, mint célközönségre, akkor el kell érnie, hogy ezek a párok kellően motiváltak legyenek arra, hogy a jót még jobbá akarják tenni. Ezzel a kettősséggel találkozott David Mace is, amikor a csoportban való részvétel iránt ellenállást mutató párok érveit négy csoportba sorolta:

“1. Ez behatolás a magánszféránkba. Azt kéri tőlünk, hogy nyissuk meg az életünknek olyan területeit, amelyek csak ránk tartoznak és senki másra. 2. Ha elmennénk egy házasság-gazdagító csoportba, akkor le kellene vetnünk az álarcainkat és olyannak kellene magunkat megmutatnunk, amilyenek tényleg vagyunk. Hogyan hatna ez az önbecsülésünkre? 3. Ha belemegyünk ebbe a programba, akkor ez fájdalmas területekre is rávilágít – olyan

⁹⁹¹ Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 67. p.

⁹⁹² Meg kell jegyeznünk, hogy Garland említést tesz az 1940-es és '50-es években kibontakozott emberi potenciál mozgalomról (human potential movement), amelyet a házasság-gazdagító mozgalom kialakulásához hozzájáruló szekuláris szálnak tekint. A későbbi szekuláris házasság-gazdagító programokat vizsgálva azonban elismeri, hogy a két irányzat közötti különbség inkább filozófiai semmint módszertani természetű. Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 2-4. p. Az egyházi eredetet erősíti az is, hogy a házasság-gazdagítás kifejezésének – ha nem is tudatos – megalkotása és elterjesztése az egyházi háttérű Mace-től eredeztethető. Vö.: Mace, *Close Companions*, 125. p.

⁹⁹³ Vö.: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 50. p.

konfliktusokra, amelyeket nem oldottunk meg, olyan témákra, amelyekről túl fájdalmas beszélni. Inkább nem ébresztjük fel az alvó kutyát. 4. Ezzel azt állítja, hogy problémáink vannak. Ez támadás és sértés.”⁹⁹⁴

Ebből a dilemmából a felvilágosításban és a résztvevő párok pozitív ajánlásaiban látja Mace a kiutat. A kezdeti ígéretes fellendülés után valószínűleg éppen ez a jelenség vezetett a házasság-gazdagítás megtorpanásához, mert a jó kapcsolatú párok külső motiválása nem volt elegendő a részvételhez, és talán ezért vált a házasság-gazdagítás inkább egyházi körökben népszerűvé, ahol eleve magasabb szintű házassági elköteleződésből indulhatunk ki.

A részvételre jelentkező párokkal a csoportvezetők előzetesen találkoztak (lehetőleg a pár otthonában). A találkozó során a csoportvezetők tisztázták a program céljait és megkérdezték a párok személyes céljait és elvárásait, ezután ismertették a program menetét, a párok iránti elvárásokat és felelőségeket és kölcsönös egyetértés esetén szerződést kötöttek a házasság-gazdagítási folyamat melletti elköteleződésre.⁹⁹⁵ Ez a megközelítés ismét az 1970-es és '80-as évek sajtóságos helyzetét tükrözi, amikor a milánói családterapeuták is megengedhették maguknak, hogy egy családdal 4 szakember foglalkozzon, akik találkoztak egymással a terápiás ülés előtt és után is. Ez az időbefektetés ma már sok esetben nem kivitelezhető, így a csoportvezetők általában az első csoportfoglalkozáson találkoznak először a résztvevőkkel.

2.3.4.2 Indikációk és kontraindikációk

Ahogy fentebb láttuk, Mace-ék eredetileg jó kapcsolatú, egészséges párokban gondolkodtak a házasság-gazdagító programok résztvevőiként. A legtöbb szerző egyetért abban, hogy a házasság-gazdagítás alapvető feladata, hogy a jó házasságokat segítsen még jobbá tenni.⁹⁹⁶ Garland három pontban foglalja össze, hogy kik számára kontraindikált a házasság-gazdagításon való részvétel:

“(1) Családok hosszan elhúzódó problémával, vagy régóta megszilárdult diszfunkcionális viszonyulási mintákkal alkalmatlanok a házasság-gazdagításon való részvételre. Ezek egyszerűen túlságosan zavartak és dezorganizáltak a fejlesztéshez. (2) Az együttműködésre képtelen család ugyancsak ellenjavallt. Az ilyen fajta család ellenáll a változásnak (akár testületileg, akár valamely tagján keresztül). (3) Az együttműködésre képtelen családok tagjai nem motiváltak a változásra, mert a változás a kontroll feladásának és a felelősség felvállalásának kockázatával járna együtt.”⁹⁹⁷

⁹⁹⁴ Mace, *Close Companions*, 166-167. p.

⁹⁹⁵ Vö.: Douglas A. Anderson, „The Family Growth Group: Guidelines for an Emerging Means of Strengthening Families.” In: Otto, *Marriage and Family Enrichment*, 33. p.

⁹⁹⁶ Vö.: Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 18. p.

⁹⁹⁷ Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 54. p.

Hof és Miller szerint a funkcionális és diszfunkcionális párok közötti különbségtételt nem a diszfunkcionális pároknak a házasság-gazdagításra való alkalmatlansága indokolja, hanem az a tény, hogy sok csoportvezető nem rendelkezik klinikai képzéssel, így nem tudja megfelelően kezelni a konfliktusos párokat a csoporton belül. A szerzők amellet érvelnek, hogy megfelelő vezetés és kellő tartalmi rugalmasság mellett a diszfunkcionális párok is sokat nyerhetnének a házasság-gazdagítás módszeréből.⁹⁹⁸

A szerzők a számba vehető párokat négy csoportba sorolják: (1) boldog párok, akik kifejezetten elégedettek a kapcsolatukkal és mentesek a patológiáktól vagy diszfunkcióktól; (2) kiegyensúlyozott párok, akik alapvetően jó kapcsolatban élnek, de vannak olyan területeik, amelyek fejlesztésre szorulnak; (3) feszültebb kapcsolatú párok, akik elkötelezettek egymás és a kapcsolatuk mellett, de sok tekintetben diszfunkcionálisak; és (4) diszfunkcionális/patológiás párok, mélyen meghúzódo intra- és interperszonális diszfunkciókkal és/vagy patológiákkal (általában egyéni pszichotikus zavarral egyik vagy mindkét oldalon). A szerzők szerint az 1. és 4. csoportba tartozók nem szorulnak rá, illetve nem alkalmasak a házasság-gazdagításra (a 4. csoportnál általában hiányzik a pozitív kötődés és a jóindulat is a felekben egymás iránt), a 2. és 3. csoportba tartozó párok viszont nem állnak olyan távol egymástól, hogy ez indokolná a 3. csoport kizárását. Véleményük szerint ezek alkalmasak lehetnek a házasság-gazdagító csoportba való bevonásra.⁹⁹⁹ Saját gyakorlatukban terápiára járó párokkal is szerveznek házasság-gazdagító csoportokat, ám ennek szigorú feltételei vannak:

“1) A program terápiában lévő pároknak szól, akik legalább 3-8 ülésen részt vettek már. 2) A házasság-gazdagításon való részvételre akkor kerülhet sor, amikor már létrejött a terápiás szerződés a terapeuták és a kliensek között. 3) A terapeuta úgy érzi, hogy a program hasznára lehet a párnak (nem utolsó megoldásként jön szóba, amikor már minden más intervenció kudarcot vallott). 4) A párnak nyilatkoznia kell a nyitottságáról, hogy a házasság-gazdagítás után visszatér a terápiába. 5) A pár tagjainak alapvetően jóindulatúnak kell lenniük egymás iránt (jelen kell lennie bizonyos fokú pozitív kötődésnek és elköteleződésnek a csoportban való munka és a kapcsolat erősítése iránt).”¹⁰⁰⁰

A fenti modell mellett a házasság-gazdagítás lehet egy terápiás folyamat megkezdése előtti diagnosztikai eszköz is, amelynek során a terapeutának lehetősége van megfigyelni a résztvevő párok interakcióit, erősségeit és növekedési területeit. A terápia végén járó párok akár funkcionális párokkal együtt is részt vehetnek a programon, így a házasság-gazdagítás átmenetet képez számukra a terápia és a mindennapi életbe való visszazárkózás között. Végül pedig a diszfunkcionális, de terápiarezisztens párok egy házasság-gazdagító program során szembesülhetnek a korlátaikkal és elindulhatnak a terápia irányába,

⁹⁹⁸ Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 41. p.

⁹⁹⁹ Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 42-43. p.

¹⁰⁰⁰ Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 49. p.

ahelyett, hogy megvárják, amíg a romboló minták annyira rögzülnek, hogy már nehéz visszafordítani őket.

Saját tapasztaltunk szerint az erős diszfunkcionalitásokat felmutató párokat nem szerencsés a jó kapcsolatú párokkal összevegyíteni, mert az előbbiek túl nagy figyelmet igényelnek maguknak a csoportvezető részéről és ezzel hátrányba hozzák a problémamentesebb párokat, emellett pedig a saját problémáikkal túlterhelik a program légkörét.

A csoport homogenitását vagy heterogenitását illetően Garland szerint lényeges, hogy a csoportot alkotó párok viszonylagos összhangban álljanak egymással a vallási nézeteikben, társadalmi-gazdasági státusukban, családi/házassági életciklusukban, nemi szerepeikről vallott nézeteikben (tradicionális vagy egyenrangúságra törekvő), és a házasságfelfogásukban (gyermektelen, nyílt,¹⁰⁰¹ tradicionális). Bizonyos fokú különbözőség szélesítheti a látókört, a túl nagy különbözőségek azonban veszélyeztetik a csoportkohéziót.¹⁰⁰²

2.3.5 A csoportvezetők kiválasztása és képzése

Azokat a személyeket, akik házasság-gazdagító foglalkozásokat vezetnek, szakmai felkészültségük alapján két csoportba sorolhatunk: (1) professzionális és (2) laikus vezetők csoportjába.

A legtöbb szerző egyetért abban, hogy mindkét csoport által vezetett programok hatékonyak lehetnek, ám a speciális szakmai ismeretekkel dolgozó szisztémikus házasság-gazdagítás esetében a szerzők ragaszkodnak a professzionális vezetőkhez:

“Elvárás, hogy a szisztémikus házasság-gazdagító program vezetője rendelkezzen tapasztalatokkal a párokkal való szisztémikus munkát illetően. [...] A szerzők hisznek abban, hogy a két vezető képzettsége, párokkal szerzett szakmai tapasztalata, és egymással való személyes kapcsolata a csoport sikerét legjobban befolyásoló tényező. Szisztémikus szempontból nincs okunk azt feltételezni, hogy a vezetők azonos, vagy ellenkező nemi hovatartozása, házassági státusa vagy egyéb adottsága hatással lenne az eredményre.”¹⁰⁰³

Más szerzők egyenesen veszélyesnek tekintik, ha laikusok vezetik a csoportokat, mert – különösen az interaktív programok esetében – szakmai hiányosságaik súlyos hibákhoz vezethetnek.¹⁰⁰⁴

¹⁰⁰¹ Emlékeztetünk arra, hogy a házasság-gazdagítás virágkorában az Egyesült Államokban és Európában egyaránt elterjedt az a gondolat, miszerint a házasság (tradicionális monogám felfogásban) idejétmúlt intézmény és bizonyos körök üdvözöltek minden új kísérletet, amely alternatívát nyújthat a házasságra. Vö.: Rogers, *Partnerschule*; Szilágyi, *Nyitott házasság, korszerűbb életstílus*.

¹⁰⁰² Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 50. p.

¹⁰⁰³ Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 56. p.

¹⁰⁰⁴ A kutatások nem tudták igazolni ezeket a félelmeket. Vö.: Preston M. Dyer, Genie H. Dyer, „Leadership Training for Marriage and Family Enrichment.” In: Denton, *Marriage and Family Enrichment*, 99. p.

David és Vera Mace szerint az egyetlen különbség, amely miatt a professzionális háttérű csoportvezetők előnyben lehetnek az, hogy kvalifikáltabban tudnak kezelni előre nem látott, "sürgősségi" helyzeteket.¹⁰⁰⁵ Mivel azonban tapasztalatuk szerint ilyenek nem vagy csak rendkívül ritkán fordulnak elő, ez az előny nem jelenthet kizáró okot a laikus csoportvezetők felé. Szerintük a laikusok még a házasság-gazdagító foglalkozásokon tapasztalt terápiás hatást sem csökkentik, mert kellő elkötelezettség mellett rövid idő alatt elsajátítják azokat a készségeket, amelyek a pozitív terápiás hatás mögött állnak. A terapeutáknak a házasság-gazdagítás ugyancsak szakmaidegen, ezért nekik is szükségük van egy bizonyos tanulási folyamatra ahhoz, hogy jó csoportvezetőkkel váljanak. Összefoglalva:

"Nem érezzük tehát úgy, hogy a klinikai képesítést és diplomát a leendő facilitátorok elé szükséges feltételként kellene állítanunk. Ami *igazán* fontos, az a jelentkezők *személyes kvalitásai és a kapcsolataik minősége.*"¹⁰⁰⁶

Howard Clinebell szerint a lelkipásztornak (ha ő a program szervezője) nincs is más lehetősége, minthogy laikus párokat kiképezzen és bevonjon a házasság-gazdagításba. Indoklását 5 pontban foglalja össze:¹⁰⁰⁷ (1) teológiailag a szolgálat Isten egész népének az ügye, pszichológiailag pedig minden szolgálat képzést igényel; (2) ez hatékony módja annak, hogy a gyülekezetben kialakítsuk az egymásért szolgáló lelkületet; (3) képzett szakemberek híján sok gyülekezet számára ez az egyetlen járható út; (4) miközben a laikus párok más párokkal dolgoznak, a saját házasságuk is fejlődik, ez pedig a növekedés legjobb módja; és (5) a laikusok képzése segíti a lelkipásztort, hogy a szolgálatban ne maradjon magára és ne égjen ki.

További lényeges kérdés, hogy egy személy vezesse-e a csoportot, vagy inkább házaspár. Mace-ék amellet érvelnek, hogy a csoport élén egy házaspár álljon, mert ezzel fontos mintát adnak a résztvevő párok számára (akik tudattalanul is példákat keresnek maguknak a jó házassági kapcsolat megélésére), valamint azért is, mert így nemcsak vezetőkként, de a csoportfolyamat résztvevőiként is jelen vannak. Ez pedig segíti őket a résztvevő párokkal való egyenrangú kapcsolat kialakításában. Ez a szerep jelentősen eltér a terapeuta

¹⁰⁰⁵ Mace, „The Selection, Trainig, and Certification of Facilitators for Marriage Enrichment Programs.” 119. p. Érdekes megfigyelni, hogy ennek ellenére mégis a professzionális közegekből került ki a legtöbb csoportvezető házaspár. Az A.C.M.E. által kiképzett csoportvezetők 53%-ánál mindkét fél rendelkezett valamilyen terápiás képesítéssel (pszichológus, szociális munkás, pár- és családterapeuta, ápoló, orvos, lelkipásztor, vagy tanár) és csak az esetek 13%-ában nem rendelkezett egyik fél sem semmilyen terápiás képesítéssel. vö.: Dyer, „Leadership Training for Marriage and Family Enrichment.” 99-101. p.

¹⁰⁰⁶ Mace, „The Selection, Trainig, and Certification of Facilitators for Marriage Enrichment Programs.” 120. p.

¹⁰⁰⁷ Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 73. p.

szerepétől, aki egy “érinthetetlenebb”, autoritatív pozícióban van a résztvevőkhöz képest.¹⁰⁰⁸

Saját tapasztalatunk is azt támasztja alá, hogy előnyös, ha házaspár vezeti a csoportot. Még ha az egyik fél nem is folyik bele az előadói munkába, de a jelenléte hitelesíti az elhangzó információkat és házaspárként mintául szolgálhatnak a résztvevők számára. Működőképesnek, bár kockázatosnak tartjuk azt a felállást, amelyben két ellenkező nemű személy vezet házasság-gazdagító csoportot, akik nem házastársak. Ezzel egyrészt nem kívánatos gondolat-társításokra adnak okot a résztvevők képzeletvilágában, másrészt pedig önmagukat is szükségtelen erkölcsi határátlépési veszélynek teszik ki. Ez a veszély úgy védhető ki, ha mindketten magukkal viszik a házastársukat, aki szintén részt vesz a csoportfolyamatban és a gyakorlatokban.

A csoportvezetők képzésére nincs szabványosított eljárás, minden irányzat más és más módszereket követ. Az A.C.M.E. (amely ma is működik) csak házaspárokat képez, akiknek meg kell felelniük az alábbi feltételeknek:

“1. Elkötelezettek a házassági növekedés mellett és jelenleg is tevékenyen és hatékonyan dolgoznak a saját házasságukon. 2. Jól működnek, mint csapat, összehangoltak, nem versengnek egymással és nem állnak egymás útjában. 3. Melegséget és törődő attitűdöt sugároznak a csoportban résztvevő többi pár felé. 4. Készek megosztani saját tapasztalataikat, ha szükséges, sebezhetővé is teszik magukat. 5. Érzékenyek a csoport tagjai és a csoportban lezajló folyamatok iránt. 6. Rendelkeznek alapvető ismeretekkel az emberi fejlődésről, a házassági kapcsolatról és a csoportdinamikáról.”¹⁰⁰⁹

A leendő vezetők először párként maguk is részt vesznek egy házasság-gazdagító hétvégén, azután elméleti képzésben vesznek részt, majd tapasztalt csoportvezetők mellett társ-vezetőkként maguk is vezetnek foglalkozásokat. Az értékelést egy vizsgabizottság, a kiképző pár, és a csoport résztvevői végzik kiértékelő lapok és interjúk segítségével. A kiértékelés az alábbi szempontok alapján történik:

“1. Pozitívan hozzájárul az egészséges, fejlődő házassági kapcsolathoz. 2. Hozzájárul a párjával való kóperatív csapatmunkához. 3. Személye melegséget és törődést sugároz. 4. Hatékonyan kommunikál és megértő másokkal szemben. 5. Kész a saját házassági tapasztalatait megosztani. 6. Érzékeny a csoport és a csoportban résztvevő egyének szükségleteire. 7. Hatékonyan kezel nehéz helyzeteket. 8. Hatékony tervező és kivitelező készségekről tanúskodik.”¹⁰¹⁰

Mint fentebb is említettük, minden szervezetnek megvan a saját eljárási rendje, ezek többsége hasonló mintát mutat, kisebb hangsúlyeltolódásokkal és módosításokkal.

¹⁰⁰⁸ Mace, „The Selection, Trainig, and Certification of Facilitators for Marriage Enrichment Programs.” 119.

¹⁰⁰⁹ Dyer, „Leadership Training for Marriage and Family Enrichment.” 105. p.

¹⁰¹⁰ Dyer, „Leadership Training for Marriage and Family Enrichment.” 105. p.

2.3.6 A házasság-gazdagítás hatékonyságával kapcsolatos kutatások

Már a Mace házaspár is igyekezett a program hatékonyságának folyamatos javítására azzal, hogy kiértékelést készített minden megtartott rendezvény után. A kiértékelés a következő területeket érintette:¹⁰¹¹ (1) szervezési kérdések (időpont, helyszín, ár, párok toborzása, csoport mérete, előkészített anyagok), (2) módszerek és technikák (napirend, irányított beszélgetések, gyakorlatok, krízisszituációk), (3) vezetői szerepek (képesítés, célok, csapatmunka, felkészültség, sebezhetőség, utánkövetés), (4) jövőbeni tervek (tanulások a következő programokra, új vezetők képzése, más csoportokkal való együttműködés), és (5) egyéb területek (házasság-gazdagítás módszerének alkalmazhatósága más területeken, pl. fiatalokkal, házasságra készülőkkel, egyedül nevelő szülőkkel, szülőkkel és tinédzserekkel, stb.).

Feltűnő, hogy ezek a felmérések mind a program különböző elemeire vonatkoznak, de nem vizsgálják azt, hogy milyen változás történt a résztvevő párok életében. Közel 20 évvel a házasság-gazdagító mozgalom megszületése után, 1981-ben Hof és Miller azt vallja, hogy a házasság-gazdagítással kapcsolatos kutatások még mindig gyerekcipőben járnak, mert a programokon részt vett párok hatalmas számához képest elenyészően kevés komolyan vehető vizsgálat született.¹⁰¹² A kutatások szegényességét a szerzőpáros három okkal magyarázza: (1) a vizsgálati eszközöket a terápiás használatra tervezték, így azt tudják mérni, hogy a patológiás állapotban javulás állt-e be vagy sem; (2) a legtöbb házasság-gazdagító eljárás célját olyan képlékenyen határozták meg (pl. kapcsolati kreativitás fejlesztése, a szeretetben való növekedés, stb.), ami rendkívül nehezen operacionalizálható és így nehezen is mérhető; (3) a házasság-gazdagítók tartózkodása a munkájuk számszerűsítésétől, amely különösen egyházi háttérű szakembereknél megfigyelhető.¹⁰¹³

Diana Garland előrevetíti, hogy a házasság-gazdagító mozgalom nem kerülheti meg a komoly kutatásokat,¹⁰¹⁴ mert ha ezt teszi, megtorpan az a fejlődés, amely olyan ígéretesen elindult.

“E könyv egyik legfontosabb célja, hogy bátorítsa azokat, akik házasság-gazdagítással foglalkoznak, hogy értékeljék ki a szolgálatukat. Az elméletalkotóknak konceptualizálniuk kell a gazdagítás céljait, a kivitelezőknek pedig meg kell találniuk e konceptualizált célok

¹⁰¹¹ Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 20. p.

¹⁰¹² Vö.: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 51. p.

¹⁰¹³ A szerzők összesítik az 1970-es évek jelentősebb kutatásait. Vö.: Hof, Miller, *Marriage Enrichment*, 58-59. p.

¹⁰¹⁴ A kutatásban még 1999-ben is hiányosságok mutatkoznak. Charles és Anna Cole bemutat vizsgálatokat, amelyekelőremutatóak lennének, ha megismétnék őket, vagy lenne utánkövetéses részük, ám ezek még mindig hiányoznak. Vö.: Charles Lee Cole, Anna L Cole, “Marriage Enrichment and Prevention Really Works: Interpersonal Competence Training to Maintain and Enhance Relationships.” *Family Relations*, 1999/48, 273-275. p.

megvalósításának útjait. Ezen felül pedig próbára kell tenni a már eddig kidolgozott programok miértjeit és hogyanjait. A programkiértékelés és kutatás erős gyökereinek kialakítása nélkül a házasság-gazdagítási szolgálatok eddigi növekedése nem folytatódhat.”¹⁰¹⁵

A fent megfogalmazott tényezők egybefutnak David Olson munkájában, aki a PREPARE/ENRICH létrehozásával megalkotta a megfelelő felmérő eszközt, amely nem csak patológiás és egészséges kapcsolat között tud különbséget tenni, hanem a jó és még jobb között is kimutatja a fontos dinamikai különbségeket. Emellett házasság-gazdagító programjainak világos tagolódása lehetővé teszi konkrét célok kitűzését és mérését. Emellett pedig mélyen elkötelezett az empirikus eljárás mód mellett úgy, hogy közben a keresztyén hitbeli értékeket sem téveszti szem elől. „Empowering Couples” című programjának hatékonyságát illetően Vince Arnold készített vizsgálatot. A hétvégi foglalkozásként megtartott programon 29 párral vett fel pre- és poszttesztet az ENRICH kérdéssorral, majd megismételte a mérést 4 hónappal később. A párok a mérés eredménye szerint a 13 mért kategóriából 6 kategóriában tapasztaltak növekedést, emellett a párok 36%-a legalább egy besorolással feljebb lépett a házaspárok tipológiájában (konfliktusosból tradicionálisba, tradicionálisból harmonikusba, stb.).¹⁰¹⁶ Hasonló eredményre jutott Ted Burleson is egy 43 házaspárból álló mintán. Vizsgálatában a párok mind a 13 kategóriában fejlődést mutattak, amellett pedig a résztvevő párok 48%-a feljebb lépett az olsoni tipológia szerint legalább egy szinttel. A vitális párok mindegyike megmaradt a vitális csoportban, ugyanakkor valamennyi harmonikus pár vitális lett. Minden devitalizált pár feljebb lépett legalább egy szinttel, így a program a közvetlen válási veszély elhárításában is sikeresnek bizonyult. A legkisebb arányú változást a tradicionális párok mutatták.¹⁰¹⁷

A legújabb tanulmányok közül kiemeljük Alan Hawkins és munkatársainak meta-analízisét,¹⁰¹⁸ akik 1975 és 2009 között született 148 házasság- és kapcsolat-gazdagító program kutatási jelentését hasonlítottak össze. A kutatócsoport azt találta, hogy hosszú távon szignifikánsan jobb eredményeket hoztak azok a programok, amelyek 9-20 kontaktórából álltak, mint azok, amelyek csak 1-8 kontaktórával dolgoztak. A programok tematikus felépítését vizsgálva kiderült, hogy jobb eredményeket céloztak meg azok a

¹⁰¹⁵ Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 183. p.

¹⁰¹⁶ Vince Arnold, „Empowering Couples for married couples.” *Marriage and Family Journal*, 2004/7, 237-253. p.

¹⁰¹⁷ Ted Burleson, *Facilitating Marriage using Empowering Couples Program* (Memphis, TN: Harding University, 2004), kiadatlan PhD disszertáció. Idézi: <http://www.prepare-enrich.co.nz/index.php/articles/research-articles/74-iii-research-on-effectiveness-of-empowering-couples-program> (Találat napja: 2011.09.30.)

¹⁰¹⁸ Alan J. Hawkins; Scott M. Stanley; Victoria L. Blanchard; Michael Albright, “Exploring Programmatic Moderators of the Effectiveness of Marriage and Relationship Education Programs: A Meta-Analytic Study.” *Behavior Therapy*, 2012/43, 77-87. p.

koncepciók, amelyek a kommunikációt kiemelt fontossággal kezelték, ám ezek a különbségek nem érték el a statisztikai szignifikancia határát. Nem volt kimutatható korreláció a program szervezőinek szakmai háttere (professzionális, laikus, stb.) és a program eredményessége között. Ugyancsak nem jelentett különbséget a program hatékonyságára nézve hogy szekuláris, vagy egyházi keretben került-e megrendezésre.

2.3.7 Összegzés

A fentiekben bemutatottuk a házasság-gazdagító mozgalom kialakulásának főbb állomásait, valamint a jelentősebb szerzők véleményét és koncepcióit a programok tartalmi felépítéséről, célcsoportjáról és kívánatos csoportvezetési stílusáról. A házasság-gazdagítás alapvetően három különböző keretben valósulhat meg:¹⁰¹⁹ (1) önsegítésként, (2) hatszemközti tanácsadásként és (3) csoportfoglalkozásként. Az 1970-es és '80-as években a házasság-gazdagítás főként a csoportfoglalkozásokban nyilvánult meg, míg napjainkban a megjelenő publikációk hangsúlya inkább áttolódik a másik két forma (ebből is főleg az önsegítés) irányába. A házasság-gazdagító mozgalom nagy képviselőinek szervezetei még mindig léteznek,¹⁰²⁰ de már lényegesen kisebb publicitással és kevesebb egymás közötti átjárással. Lényegében Garland jóslata teljesült, aki a kutatások hiánya miatt előrevetítette az ígéretes növekedés megtorpanását. A kezdeményezés, amely valaha új műfajt teremtett a segítő foglalkozásokban, mára csak elvétve jelenik meg egy-egy könyvcímben, vagy tanulmányban.¹⁰²¹ Fontos tényezőnek tekintjük ebben a megtorpanásban a preventív eljárások iránti viszonylagos érdektelenséget (a felgyorsult élettempó miatt sokan csak akkor kezdenek a párkapcsolatuk minőségével foglalkozni, amikor a szenvedésnyomás már elviselhetetlen kezd lenni számukra). Ebből kiutat jelenthet a prevenciónak a wellness-el való összekapcsolása, amely viszont egyre nagyobb népszerűségnek örvend napjainkban. Az elmúlt néhány évben a témakör újra felhívta magára szakma figyelmét, így ez a jelenség akár a házasság-gazdagítás csoportfoglalkozásainak újrarendülését is magával hozhatja. Ezt a hagyományát veszi fel újra a Gyűrű-kúra házasság-gazdagító és házassági felkészítő program is, amelyhez hatékonyságvizsgálat is készült. Ezt mutatjuk be értekezésünk harmadik fejezetében.

¹⁰¹⁹ Mace, „The Selection, Trainig, and Certification of Facilitators for Marriage Enrichment Programs.” 117.

¹⁰²⁰ Az A.C.M.E. például megtalálható a www.bettermarriages.com weboldalon.

¹⁰²¹ Pl. Joshua N. Hook, Everett L. Worthington Jr., Jan P. Hook, Beth T. Miller, Don E. Davis, „Marriage Matters: A Description and Initial Examination of a Church-Based Marital Education Program.” *Pastoral Psychology*, 2011/60, 869-875. p.

3. Egy integratív modell: Gyűrű-kúra

Értekezésünk utolsó részeként bemutatunk egy saját integrációs kísérletet a pszichoterápia és a lelkipozás együttműködésére, amelyben a preventív és edukatív lelkipozói attitűd mellett felhasználjuk azokat a pszichológiai ismereteket, amelyeket a különböző pár- és családterápiás irányzatok az elmúlt évtizedek során a rendelkezésünkre bocsátottak. Mindezt a bibliai antropológia és etika talaján állva próbáljuk megtenni.

A “Gyűrű-kúra” elnevezésű program párokat szólít meg, a házasság-gazdagítás hagyományaira épülő 10 másfél órás foglalkozás keretében. A programnak két fajtája létezik, az egyik házasság előtt álló párok, a másik pedig együtt élő vagy házaspárok számára készült.¹⁰²²

A program első változatát 2004-ben készítettük el “Párkapcsolatunk arcai” címmel.¹⁰²³ Már ez a változat tartalmazta a mai anyag tízes tagolódását, valamint a ma is használt gyakorlat-típusokat (párok egymás között, párok négy szem között – lásd később), ám a konkrét tartalom többször módosításra került a résztvevők visszajelzései alapján. A résztvevői visszajelzések fontos szerepet játszottak a program kiértékelésében (kezdetben 5 fokozatú skálák a program végén a tartalom, előadásmód, helyszín, ár-érték arány, szállás, ellátás felmérésére; emellett szabadon kifejtendő pozitív és negatív visszajelzések). 2008-tól a programot átneveztük “Gyűrű-kúrának”, valamint ekkor kapták meg a foglalkozások mai arculatukat, és a mai tartalom jelentős része is ekkor állt össze. A tartalmi átdolgozásban Csizmadia Róbert, adventista lelkipásztor, a Ketten Együtt Házassági Felkészítő és Tanácsadó Műhely társalapítója is részt vett. 2008-tól kezdtük el a hatékonyságmérést is egy olyan kérdéssor segítségével, amelyet a PREPARE/ENRICH tesztprogramok kérdéseiből David H. Olson személyes közreműködésével külön erre a célra állítottunk össze (lásd később).

2010 jelentős fordulópontot jelentett, amikor egy nagy összegű pályázati forrásnak köszönhetően a Hetednap Adventista Egyház kiadta a “Gyűrű-kúra: Boldog házasságra készülők kézikönyve”¹⁰²⁴ című 100 oldalas kiskönyvet, amely lényegében a “Gyűrű-kúra”

¹⁰²² A két változat tartalmának legnagyobb része megegyezik, tartalmi eltérések két témakörben vannak: (1) szexualitás (a házasság előtti pároknál nagyobb hangsúly kerül a házasság előtti szexualitás témájára, illetve a fogamzásgátlás kérdéseire), valamint (2) a gyermekevelés (a házasság előtti pároknál nagyobb hangsúly kerül a mikor és a mennyit kérdésekre, míg a házasságnál a szülői szerepből fakadó aktuális kihívásokra). A tartalmi különbségek mellett kisebb grafikai eltérések vannak a két változat PowerPoint prezentációiban.

¹⁰²³ A program tartalmi felépítéséhez lásd: Mihalec Gábor, *Boldog házasság: Ábrándozás helyett 10 biztos, megvalósítható lépés* (Pécel: Boldog Élet, 2007).

¹⁰²⁴ Mihalec Gábor, *Gyűrű-kúra: Boldog házasságra készülők kézikönyve* (Pécel: Hetednap Adventista Egyház Családi Osztálya, 2010).

foglalkozások szövegkönyvének rövid kivonata. A 22.500 példányban megjelent kiadásnak az volt a célja, hogy a társadalom figyelmét felhívja a házassági felkészítésre, valamint az 2010-ben és 2011-ben összeházasodó pároknak a felkészüléshez konkrét segítséget nyújtson. A könyveket több mint 200 anyakönyvi hivatalban ajándékként adták át a házasságkötésre jelentkező pároknak, emellett különböző egyházak lelkipásztorai ingyenesen kaptak példányokat a saját házassági felkészítő szolgálatukhoz (római és görög katolikus, református, evangélikus, baptista). A Hetednap Adventista Egyházban ez lett a hivatalos házassági felkészítő program (amely mellett minden lelkipásztor PREPARE/ENRICH képzésben is részesült).

2011-ben megjelent a könyv bővített kiadása,¹⁰²⁵ valamint elkészült a 10 részes foglalkozás-sorozat angol nyelvű változata is “Connect – Marriage Enrichment Seminar” címen. Az angol változatot megtartottuk ugyanebben az évben Lettországból a három balti államból érkezett lelkipásztor és családi életre nevelő házaspároknak, akik módszertani képzésben is részesültek. Közülük néhányan már maguk is megtartották a programot lett nyelven.

2012-ben egy Szlovéniában megrendezett képzésen a Hetednap Adventista Egyház Transz-európai Divíziójának családi osztályvezetői számára tartottuk meg a programot és a hozzá kidolgozott módszertani képzést. Az itt kiképzettek munkája nyomán a program svéd és lengyel változata is elkészült és megtartásra került. Ugyanezen a képzésen jelen volt Willie Oliver az egyház világszervezetének családi osztályvezetője, akinek javaslatára a könyv bővített kiadása 2014 tavaszán angol nyelven is megjelenik az Egyesült Államokban a “Review and Herald” kiadó gondozásában “I Do: How to Build a Great Marriage” címmel.

3.1 A program tartalmi egységeinek bemutatása

A Gyűrű-kúra összeállításánál a PREPARE/ENRICH kutatásokat vettük alapul, mint magas szakmai elismertségű és empirikusan igazolt ismeretanyagot.¹⁰²⁶ A Gyűrű-kúra

¹⁰²⁵ Mihalec Gábor, *Gyűrű-kúra: Boldog házasságra készülőkhöz kézikönyve* (Budapest: Kulcslyuk, 2011), bővített, átdolgozott kiadás. A fejezet további részében erre a kiadásra hivatkozunk. Amellett, hogy ez a kötet minden foglalkozás témáját teljes részletességgel tárgyalja, külön fejezetben foglalkozik a házassági felkészítés módszertani kérdéseivel, a házasság és élettársi kapcsolat dinamikai különbségeivel, a házasság életciklusával és a házasság „karbantartásával”.

¹⁰²⁶ A PREPARE/ENRICH programot nem csak terápiás és tanácsadói segédletként használják, hanem különféle csoportfoglalkozási programokat is kidolgoztak belőlük. Geniel Childs egy 2008-as tanulmányban 9 különböző házassági felkészítő csoportfoglalkozást hasonlított össze egymással 4 kritérium mentén. Mindegyik szempont szerint a PREPARE/ENRICH-en alapuló csoportfoglalkozás érte el a legmagasabb értékelést (elmélet és kutatás – 97%, kontextus – 82%, gyakorlatiasság – 96%, előrejelzési érték – 88%). Vö.:

tartalmi elemei ezért magukban foglalják azokat a párkapcsolati kategóriákat, amelyeket az olsoni tesztskálák is mérnek.¹⁰²⁷ Az idealisztikus torzulás és a kapcsolati megelégedettség nem szerepel a Gyűrű-kúra programjában (mivel ezek inkább a kapcsolat állapotának felméréséhez szükséges kategóriák), helyettük a házasság céljaival kapcsolatos bevezető foglalkozás szerepel. Minden más kategória – akár önálló foglalkozásként, akár más témával együtt kezelve – megjelenik a foglalkozások során.

A 10 foglalkozás az alábbi menetrendet követi:

1. A házasság céljai: Hogyan lesz a két ÉN-ből egy MI?

A foglalkozás áttekintést nyújt az egész sorozatról, bemutatja annak egyes állomásait, elméleti-kutatási háttérét (utal a PREPARE/ENRICH kutatásokra valamint John Gottman munkásságára), illetve felvillantja, hogy a Gyűrű-kúra hatékonyságvizsgálata az eddigiekben milyen hosszabb távú eredményeket hozott, vagyis mire számíthatnak a résztvevők. A bevezetés után a résztvevők egy “Barátságnyilatkozat” segítségével elköteleződnek a közös munka mellett.¹⁰²⁸ A Célokról szóló rész tudatosságra szeretné a párokat nevelni. Rá akar döbbsíteni, hogy az életük és a kapcsolatuk alakulásának iránya tőlük függ és van lehetőségük pozitív irányba befolyásolni a történéseket. Feladok keretében meg is fogalmazzák, hogy mit szeretnének elérni a következő évek során személyesen, házaspárként és családként.

2. Kommunikáció: A meghallgatás művészete

E foglalkozás fő célja a pár kommunikációs készségeinek fejlesztése, valamint az alkalmazott kommunikációs mintáik tudatossá tétele és korrigálása. A foglalkozás

Geniel Childs, *Marriage preparation marriage education programs: An evaluation of essential elements of quality* (Provo, Utah: Brigham Young University, 2008), kiadatlan MA dolgozat. Forrás: https://www.prepare-enrich.com/pe/pdf/research/2011/childs_pe_group_program_brief_report.pdf (Találat napja: 2013.04.16.)

¹⁰²⁷ A PREAPRE/ENRICH tesztek kidolgozását átfogó teoretikus és empirikus elemzés előzte meg. Az elemzés során számba vették az akkor rendelkezésre álló legjelentősebb kutatásokat és megvizsgálták, melyek azok a kapcsolati témák/kategóriák amelyek a legjobb indikátorai a kapcsolat minőségének. Vö.: David G. Fournier, David H. Olson, Joan M. Druckman, “Assessing marital and premarital relationships: The PREPARE/ENRICH Inventories.” In: Erik E. Filsinger (szerk.), *Marriage and family assessment* (Newbury: Sage Publishing, 1983), 229-250. p. A legfontosabb kapcsolati kategóriákként a következőket azonosították: (1) idealisztikus torzulás, (2) kapcsolati megelégedettség, (3) egymás személyiségének elfogadása, (4) kommunikáció, (5) konfliktuskezelés, (6) pénzkezelés, (7) szabadidő, (8) szexualitás, (9) gyermeknevelés és szülői szerep, (10) család és barátok, (11) egyenlőségelvű szerepértelmezés, (12) vallási orientáció, (13) párkapcsolati kötődés, és (14) párkapcsolati rugalmasság. Vö.: David H. Olson, Blaine J. Fowers, “ENRICH Marital Inventory: A Discriminant Validity and Cross-Validity Assessment.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1989/15, 65-79. p.

¹⁰²⁸ A Barátságnyilatkozat egy 8 pontból álló elköteleződés, amelyet a résztvevők aláírnak: (1) Időben érkezek a foglalkozásokra. (2) Kikapcsolom a mobiltelefonomat a foglalkozások alatt. (3) A tölem telhető legjobban részt veszek a csoport- és pármunkákban, tiszteletben tartva a megadott időkeretet. (4) Amikor véleményt mondok vagy kérdezek, pontos és rövid leszek. (5) Ószinte és nyílt leszek. (6) Tisztelem a másik véleményét, és nem mondok/érezetek ítéletet a másik felé, bármit is mond. (7) A hallott személyes információkat semmilyen módon nem osztom meg másokkal. (8) Felelősséget vállalok a saját növekedésemért. Kapcsolatunk jobbá tételét nem a csoportvezetőtől, a páromtól, vagy másoktól várom, hanem magam is megteszek érte minden tölem telhető.

bevezetést nyújt a kommunikáció folyamatába (kódolás-dekódolás, adatvesztés, stb.), megtanít az aktív figyelem néhány egyszerű technikájának alkalmazására (átírás, benyomás leellenőrzése), tudatosítja a kommunikáció szintjeit¹⁰²⁹ (a sablonoktól az intimitásig). Beépítettük Gottman néhány kommunikációs elvét is (5:1 arány, és a kapcsolódási módok – “Bidding”).¹⁰³⁰ A foglalkozás az asszertivitás témájával zárul (passzív, asszertív és agresszív kommunikációs stílus,¹⁰³¹ valamint a különböző stílusok konstellációja¹⁰³² a házasságban).

3. Konfliktuskezelés: Hogyan veszekedjünk jól?

A foglalkozás célja tudatosítani, hogy a boldog és boldogtalan párokat nem a konfliktusok hiánya különbözteti meg, hanem az, hogy a boldog párok tudják a konfliktusaikat kezelni. Az elején bemutatjuk a családi életciklusokat és azok jellegzetes konfliktushelyzeteit.¹⁰³³ Ezt követi azoknak a “nyersanyagoknak” (személyiség szerkezet, attitűdök, ízlés, neveltetés, stb.) feltérképezése, amelyeket a felek külön-külön magukkal hoztak a kapcsolatukba.¹⁰³⁴ A konfliktusok kezelésének módjánál kitérünk a konstruktív és destruktív folyamatokra,¹⁰³⁵ valamint az egyéni konfliktuskezelési stílusokra is.¹⁰³⁶

4. Pénzkezelés: Ki hordja a nadrágot a pénzügyekben?

Ez a foglalkozás szeretné a pénzkezelésnek a házasság minőségére gyakorolt hatásait tudatosítani, valamint hozzá szeretne járulni ahhoz, hogy a résztvevő párok közös álláspontokat fogalmazzanak meg a pénzkezelési elveikkel és gyakorlatukkal kapcsolatosan. A leggyakoribb kapcsolati botlókövek¹⁰³⁷ bemutatása után kérdőre vonjuk a

¹⁰²⁹ Vö.: Bryan Craig, *Searching for Intimacy in Marriage: The Role that Emotion Plays in Creating Understanding and Connectedness in Marriage* (Washington DC: General Conference Ministerial Association of Seventh-day Adventists, 2004), 75-77. p.

¹⁰³⁰ Gottman megfigyelése szerint a boldog pároknál a pozitív és negatív kommunikáció aránya 5:1, ahogyan az arány változik negatív irányba, azzal együtt csökken a párnak a házasságával való megelégedettsége is. Vö.: Gottman, *Why marriages succeed or fail*, 56-57. p. Szintén Gottman dokumentálta, hogy egymás érzelmi kapcsolódási kísérletére a felek három módon válaszolhatnak: felé (meleg pozitív odaforulás), tőle (közömbös, a kapcsolatból kivonuló magatartás), ellene (szembehelyezkedő, támadó reakció). Gottman azt is leírja, hogy mely reagálási módok milyen közvetlen és hosszú távú következményei vannak. Vö.: Gottman, *The Relationship Cure*, 37-56. p.

¹⁰³¹ Vö.: Mihalec, *Áspiskigyók és palimadarak*, 11-20. p.

¹⁰³² Vö.: Olson et al, *The Couple Checkup*, 41-44. p.

¹⁰³³ Vö.: Horváth-Szabó, *A házasság és család belső világa*, 178-198. p.

¹⁰³⁴ A Mace házaspár klasszikusnak mondható kiskönyvében 3 különböző életvitel mintázatot sorol fel: (1) kongruens, (2) komplementer, és (3) ütköző. A foglalkozáson a közérthetőség kedvéért „életvitel mintázat” helyett „nyersanyagról” beszélünk, a típusokat pedig megegyező, kiegészítő és szembenálló csoportoknak hívjuk. Vö.: Mace, *Love & Anger in Marriage*, 58-59. p.

¹⁰³⁵ Gottman ezeket nevezi az „apokalipszis négy lovasának”: kritika, megvetés, védekezés, falépítés. Vö.: Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 38-45. p.

¹⁰³⁶ A résztvevők a Kilmann és Thomas féle tipológia alapján a következő kérdésekre válaszolnak: (1) Hol tanultam ezt a stílust? (2) Mit szeretek benne? (3) Mit nem szeretek benne? (4) Melyik stílusra cserélném le? Vö.: Ralph H. Kilmann, Kenneth W. Thomas, „Interpersonal Conflict: Handling Behavior as Reflections of Jungian Personality Dimensions.” *Psychological Reports*, 1975/37, 971-980. p. A modell párkapcsolati adaptációjához lásd: Olson, DeFrain, *Marriages & Families*, 139-141. p.

¹⁰³⁷ Vö.: Olson et al, *The Couple Checkup*, 85. p.

pénzkezeléssel kapcsolatos társadalmi mítoszokat.¹⁰³⁸ A párok ezután felméri, hogy a pénzkezelési és pénzügyi döntéshozatali szokásaik mennyire fejezik ki a felek egyenrangúságát, vagy mennyire eszközei a hatalom megélésének, végül pedig elsajátítják a családi költségvetés készítésének módszereit különös tekintettel az adakozásra és a házasság-gazdagításra.¹⁰³⁹

5. Szexualitás: Erőforrás vagy válóok?

A szexuális gyengédségről szóló foglalkozás fő célja, hogy mintát adjon a pár számára a témáról való nyílt, őszinte kommunikációra, valamint tudatosságra neveljen a szexuális megélés különböző aspektusaival kapcsolatosan. Ahogy fentebb említettük, ezen a ponton van néhány eltérés a házasságra készülő és a házas/együttélő változat között. A foglalkozás tartalmi elemei: a férfi és női szexuális megélés közötti különbségek, az „izgalmi görbe”,¹⁰⁴⁰ a szexuális megelégedettség összefüggései,¹⁰⁴¹ fogamzásgátlás, féltékenység és hűség.

6. Gyermekvállalás és szülői szerep: Szülővé válni és szülőnek lenni

Ebben a témában is van néhány hangsúlykülönbség a házasulandó és a házas változat között. A foglalkozás fő célja a gyermekvállalásnak a házasságra való hatásainak bemutatása, valamint felkészítés a tudatos és megalapozott gyermekvállalásra. Az alkalom a mikor és mennyit kérdéssel indít, majd megvizsgálja a szülővé válást férfi és női oldalról egyaránt. Jelentős hangsúly kerül a Gottman féle szülői stílusokra,¹⁰⁴² valamint a fegyelmezésre és a lelki nevelésre.¹⁰⁴³

7. Szabadidő a házasságban: Egyéni és közös hobbijaink

Ez a foglalkozás egyszerre három PREPARE/ENRICH kategóriát dolgoz fel: (1) a szabadidő kérdését, valamint a (2) párkapcsolati kötődést és (3) rugalmasságot. A cél az, hogy a résztvevők megtalálják a számukra elfogadható egyensúlyt az „én” (egyedül töltött

¹⁰³⁸ Dick Towner és John Toffilon három ilyen mítoszt nevez meg: (1) A tárgyak birtoklása boldoggá tesz. (2) Az adósság elfogadható és elkerülhetetlen. (3) Egy kicsivel több pénz minden problémánkat megoldana. Dick Towner, John Toffilon, *The Good Sense Budget Course: Biblical Financial Principles for Transforming Your Finances and Life* (Grand Rapids: Zondervan, 2002), 18. p.

¹⁰³⁹ A foglalkozás egyik fontos mellékhatása, hogy a pár megtanulja a kapcsolatát befektetésnek tekinteni, amelyre időről időre tervszerűen és tudatosan áldoznia kell ahhoz, hogy jól működjön.

¹⁰⁴⁰ Vö.: Craig, *Searching for Intimacy in Marriage*, 110-119. p.

¹⁰⁴¹ Ralf Näther vizsgálata alapján, aki szerint azok a párok a legelégedettebbek, akik heti 2-3 alkalommal szeretkeznek, nyíltan és őszintén beszélgetnek egymással a szexualitásról és még sosem voltak hűtlenek. Ezzel szemben a legelégedetlenebbek azok, akik ritkán szeretkeznek, akik óvatosak és bizalmatlanok a szexualitással kapcsolatban és voltak már hűtlenek. Vö.: Ralf Näther, „Die sexuelle Zufriedenheit in freikirchlich orientierten Ehen.” In: Bochmann, Näther, *Sexualität bei Christen*, 127-128. p.

¹⁰⁴² Lásd Gottman utánkövetéses vizsgálatát a különböző szülői stílusok eredményeiről, azok gyermekekre gyakorolt hatásairól: Gottman, *The Heart of Parenting*.

¹⁰⁴³ Itt explicit megjelenik a keresztyén világnézet. Ha a résztvevők hívők, akkor a hangsúly a család közösen megélt spiritualitására és az együttes imádkozásra kerül, ha pedig nem, akkor a Bibliának, mint az alapvető műveltségnek, valamint az etikai gondolkodás fontos forrásának a kidomborításával történik. Mindkét esetben megfogalmazzuk, hogy a lelki nevelésnek fontos helye lehet a gyermekek lefektetése előtti esti rituálésorozatban.

idő, saját szükségletekre figyelés), a “mi” (a közösen töltött idő és egymásra figyelés) valamint az “ők” (másokkal töltött idő, rájuk fordított figyelem – pl. barátok) között. A szabadidő kérdésének megbeszélése után bemutatjuk a pároknak az Olson féle párszerkezeti térképet, amelyen egy teszt segítségével el is helyezhetik a kapcsolatukat és egy gyakorlat keretében megbeszélhetik a kapott eredményeket.¹⁰⁴⁴

8. Após, anyós és más kedves rokonok: A jó családi kapcsolatok titkai

Ezen a foglalkozáson is megjelennek bibliai tartalmak, hiszen a téma első összefoglalását az őstörténet szolgáltatja.¹⁰⁴⁵ A foglalkozás célja a határszabás segítése a házaspár és szülei, valamint más rokonaik között.¹⁰⁴⁶ Mindezt abban a szélesebb kontextusban tesszük, hogy a szülők és rokonok nagy erőforrást jelenthetnek a család számára, de ahhoz, hogy erőforrásként támaszkodhassanak rájuk, rendezett viszonyokat kell velük teremteniük. A téma feldolgozásakor bemutatjuk a genogram készítésének elveit és bátorítunk a saját családi mintázatok tudatosítására, emellett különbséget teszünk a partner családtagjaival való közvetlen (amikor a konfliktus a valóságban kihordásra kerül) és közvetett (amikor a rokonok nincsenek jelen, de a partner viselkedése mégis behozza őket a házasságba) konfliktusok között.

9. Szerepek: Egyenlőségen vagy hagyományos szereposztáson alapuljon a kapcsolatunk?

Két különböző szerep- és családmodellt ütköztetünk egymással a foglalkozás keretében: (1) a hagyományos szerepértelmezést, amely szerint a férfi a kenyérkereső, a nő pedig a gyermeknevelő és a háztartás vezetője, illetve az (2) egyenrangú szerepmodellt, amelyben mindketten keresnek, együtt nevelik a gyermekeket, valamint a háztartási feladatokat is közösen látják el.¹⁰⁴⁷ Olson kutatásai szerint a mai társadalmi berendezkedés mellett nagyobb esély van a házasság sikerére az egyenrangú modell megélése mellett.¹⁰⁴⁸ A foglalkozás során megvizsgáljuk a pár szerepfelfogásának hatásait a mindennapi étellel kapcsolatos döntéshozatalra, valamint speciális határkérdések is terítékre kerülnek (mindketten egyenlőségre törekednek, de a feleségnek nincs munkahelye; mindketten hagyományos szerepértelmezést szeretnének megélni, miközben a feleségnek van főállású munkahelye). Ezen a foglalkozáson belül érintjük az egymás eltérő személyiségjegyeinek elfogadásáról szóló PREPARE/ENRICH kategóriát is. Végül bemutatjuk a férfi és női szereposztás bibliai modelljét is (lásd később).

¹⁰⁴⁴ A teszt egyszerűsített formáját használjuk: Olson, *Empowering Couples*, 139-141. p.

¹⁰⁴⁵ „Ezért a férfi elhagyja apját és anyját, ragaszkodik feleségéhez, és lesznek egy testté.” 1Móz 2,24.

¹⁰⁴⁶ Vö.: Minuchin, *Családok és családterápia*, 26-27. p. Továbbá: Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 204-205. p. És: David és Vera Mace, *When the Honeymoon's Over* (Nashville: Abingdon Press, 1988), 84-88. p.

¹⁰⁴⁷ Mace, *Close Companions*, 14-23. p.

¹⁰⁴⁸ Olson et al, *The Couple Checkup*, 127-136. p.

10. Lelkiség: A házasság spirituális dimenziói

A Gyűrű-kúra utolsó állomása kifejezetten a hit kérdésével foglalkozik, függetlenül a résztvevők vallási összetételétől. A cél a párok segítése a nagyobb lelkeségbeli kompatibilitás elérésében, valamint a hitről való beszélgetés serkentésére. A foglalkozást az értékrend, a hit és a magatartás összefüggéseinek bemutatásával kezdjük.¹⁰⁴⁹ Ezután ismertetjük Larson és Olson vizsgálatát, amelyből kiderül, hogy a lelkeségükben pozitív megegyezésben lévő (kompatibilis) párok a kapcsolatuk minden más területével is elégedettebbek, mint a lelkeségükben inkompatibilis (nem hívő, vagy különböző módon hívő) párok.¹⁰⁵⁰ A párok megismerhetik azokat a plusz erőforrásokat, amelyekkel a kompatibilis lelkeségű párok rendelkeznek, valamint bevezetést kapnak a bibliai szeretetfogalmakba (fileó és agapé)¹⁰⁵¹ és végigvezethetik a kettő közötti különbségeket egy házassági konfliktus példáján. A foglalkozás és az egész Gyűrű-kúra zárásaként a résztvevők egy bensőséges gyakorlatban leírják, hogy mit mondanának a párjuknak, ha most lenne az esküvőjük és maguknak kellene a fogadalmukat megírni. A párok ezt a fogadalmat – mint a további növekedés melletti elköteleződést – négy szem között ünnepélyes keretek között el is mondják egymásnak.

3.2 A program módszertani felépítése

A Gyűrű-kúra foglalkozásai három alapvető tartalmi egységből épülnek fel: (1) információközlés, (2) “Párok négy szem között” gyakorlatok, és (3) “Párok egymás között” gyakorlatok. Egy-egy foglalkozás hossza 90 perc, ebből mintegy 40 perc az előadás jellegű információközlés, a maradék 50 percet pedig a gyakorlatok töltik ki (páros és csoportos gyakorlatok változó arányban). Az egyes tartalmi egységeket az alábbiakban mutatjuk be részletesen.

3.2.1. Információközlés

Szemben a rogersi encounter csoportokkal, ahol nincs információközlés, hanem a foglalkozások fő célja az érzelmi önkifejezés útján eltért magatartásváltozás,¹⁰⁵² valamint

¹⁰⁴⁹ Az értékrend az, amit fontosnak tartunk, a hit az, amit igaznak tartunk, a magatartás pedig az, amit az első kettő alapján teszünk. vö.: Sz. n. *Fiatalok az élet küszöbén – Tanári kézikönyv* (Budapest: Timóteus Társaság, 2009), 3. kötet, 97-101. p.

¹⁰⁵⁰ Vö.: Larson, Olson, „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.”

¹⁰⁵¹ Vö.: Christian A. Schwarz, *Der Liebe-Lern-Prozess* (Emmelsbüll: C&P, 1998), 18. p.

¹⁰⁵² Vö.: Rogers, *Találkozások*, 26-27. p.

szemben a klasszikus házasság-gazdagítással, ahol nagyon kevés információközlő elem van, és azt is azokra a pillanatokra tartogatják, amikor kérdések vetődnek fel és a hallgatóság különösen fogékony,¹⁰⁵³ a Gyűrű-kúra erősebben strukturált foglalkozás, sok információs blokkal. Ha vezetői stílusát és strukturáltságát tekintve az encounter csoportokat laissez-faire-nek tekintjük, a Mace féle házasság-gazdagítást a laissez-faire és a demokratikus stílus határára helyezük, akkor a Gyűrű-kúra inkább a demokratikus stíluson belül, de az autokrata stílus határához közel áll.

A Gyűrű-kúra foglalkozásain az információközlés a legfontosabb kutatási eredményeket foglalja össze, mint “evidence-based” ismeretanyagot az adott témakörrel kapcsolatosan. Ezzel a résztvevők megismerik a házasság működtetésének igazoltan hatékony módjait és azokat a botlóköveket¹⁰⁵⁴ is, amelyek az adott téma kapcsán problémákat okozhatnak. A Gyűrű-kúra bevezetésében meg is fogalmazódik, hogy az információs blokkokban a csoportvezetők a világ vezető párkapcsolati kutatóinak koncentrált tudásanyagát osztják meg a résztvevőkkel.

Az információs részek a gyakorlatokkal váltakoznak, elkerülve ezzel az egyhangúságot és az unalmasság válást. További fontos eleme az információközlésnek a filmrészletek használata. Az adott témáról minden foglalkozás tartalmaz 2-3 rövid (1-3 perces) filmbejátszást (ismert játékfilmekből kivágott részletek), amely elmélyíti a tanulságot, vagy konkrét mindennapi példát szolgáltat arra. Ez az audio-vizuális támogatás nagyon hasznosnak bizonyult a figyelem ébrentartására és az érzelmi megérintettség elmélyítésére is.

3.2.2 “Párok négy szem között” gyakorlatok

A foglalkozás legfontosabb részének tekintjük azokat a gyakorlatokat, amelyekben a párok négy szem között dolgoznak egy közös feladaton. Itt aktualizálják a saját házasságukra mindazt, amit az információközlésben általános jelleggel elmondunk. A tér megfelelő strukturálása biztosítja, hogy a párok a nagyobb létszám ellenére is megfelelő intimitást teremthessenek maguk körül (az asztalokon virágdíszek, teamécsesek, emellett a gyakorlatok alatt instrumentális háttérzene szól, hogy a párok ne hallják más párok beszélgetéseit, így egy légtéren belül is elszigetelődhessenek egymástól). A témától és a

¹⁰⁵³ Vö.: Mace, *Close Companions*, 155. p.

¹⁰⁵⁴ A „botlókő” fontos terminusa a Gyűrű-kúrának, amelyet David Olsontól vettünk át. A „Változtassuk a botlóköveket lépcsőfokokká!” jelmondat minden foglalkozáson elhangzik és azt akarja tudatosítani, hogy az élet különböző kihívásai lehetnek akadályok, de tudatos és konstruktív hozzáállással válhatnak a növekedés serkentőivé is. Vö.: Olson, *Empowering Couples*, 13. p.

tanulási hatástól függően többféle gyakorlatot alkalmazunk: (1) teszten alapuló gyakorlatok, ahol a pár tagjai kitöltenek külön-külön egy rövid kérdéssort, majd a kiértékelés után megbeszélik egymással az elért eredményeket; (2) önállóan kifejtendő feladatok, ahol a pár tagjainak külön-külön véleményét kell alkotniuk egy témában, amit megbeszélnek, majd megfogalmaznak egy közös álláspontot; (3) közösen megoldandó kreatív írásbeli feladatok (pl. egy újsághirdetés, hűség normák, gyermekfegyelmezési elvek közös megfogalmazása, családi költségvetési terv készítése); (4) irányított beszélgetések (pl. aktív figyelem gyakorlására); (5) szituációs játékok (pl. vásárlás).

Ezek a gyakorlatok lényegében olyan hatást érnek el, mint a párterápiában a házi feladatok. A párok itt konkrét, gyakorlatba ültethető megoldásokat dolgoznak ki a közös életük különböző területeire. Emellett a közös munka érzelmileg is közelebb hozza őket egymáshoz, hiszen a kapcsolatukkal való foglalkozás intenzív élménye intimitáskereső hatással bír. Többen megfogalmazták már a résztvevők közül, hogy utoljára az esküvőjük előtt beszélgettek ilyen intenzitással a kapcsolatukról.¹⁰⁵⁵

Végül fontos kiemelni, hogy a gyakorlatok a változás felelősségét leveszik a csoport vezetőiről és áthelyezik a párokra. Ezzel a jelenséggel gyakran terápiás keretek között is találkozunk, amikor a kliensek ki is fejezik abbéli elvárásukat, hogy a terapeuta hozza helyre a megromlott kapcsolatukat. A Gyűrű-kúrán az első foglalkozástól kezdve világos, hogy a növekedés a pár aktivitásán múlik. A Gyűrű-kúra keretet ad a növekedéshez, de a növekedés konkrét irányai a résztvevő pároktól függenek. A "Párok négy szem között" gyakorlatok során minden párnak lehetősége van az őt érintő konkrét témákon dolgozni és a saját elakadásaikban, vagy diszfunkcióikban előre jutni.

3.2.3 "Párok egymás között" gyakorlatok

A pozitív változások hamarabb bekövetkeznek, ha több pár van együtt, mintha egy terapeuta vagy tanácsadó csak egyszerre egy párral foglalkozna. Ebben a helyzetben a párok egymást is támogatják a kapcsolati tabuk ledöntésében, valamint a csoportos helyzet csökkenti a stigmatizáltság érzetét (valamit rosszul teszünk, ha nekünk erre van szükségünk), amely szintén akadályozhatja a növekedést.¹⁰⁵⁶ Ezeknek a tabuknak a kezelése Mace módszerében is központi jelentőségű. Mace a házasság-gazdagításban

¹⁰⁵⁵ A párok ezzel olyan mintát tanulnak, amelyet a mindennapi működésbe is magukkal vihetnek: „Ez olyasmí, amit minden házaspárnak naponta meg kellene tennie: behozni azokat a kérdéseket, amelyek megbeszélést igényelnek, és őszintén kezelni a zavart vagy negatív érzéseket is.” Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 16. p.

¹⁰⁵⁶ Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 8. p.

tudatosan törekszik ezeknek a tabuknak a mielőbbi megtörésére, hogy a párok szabadon és őszintén meg tudjanak nyílni egymás iránt:

“A kifogáskeresésnek és a kölcsönös védekezésnek komplex mechanizmusai vannak. Néhány közülük ismeretesebb: erős ellenségesség az egyik félben, amikor úgy érzi, a párja túl sokat oszt meg másokkal; viccelődéssel való figyelemelterelés, amikor egy házassági feszültség témája véletlenül felszínre tör; hallgatás vagy visszavonulás, amikor külső személyek túl mélyen tekintenek bele a kapcsolatba. [...] a szexuális tabuk feltétele, amikor a tárgyalt házassági problémának szexuális összetevői is vannak, és a kapott javaslatokban valami a szexuális inkompetenciánkra vall, mélyen megsérti a büszkeségünket.”¹⁰⁵⁷

A Gyűrű-kúra foglalkozásain 2-4 pár ül egy asztal körül (helyszín lehetőségeitől függően), és a “Párok egymás között” típusú gyakorlatok alatt ők beszélgetnek egymással egy megadott témáról. A témák nem követelik meg a sebezhetővé tétel teljes felvállalását, a Mace-i módszertől eltérően nem csak a tapasztalatok oszthatók meg, hanem a vélemények és kívánságok is. Ugyanakkor ez a szint jóval mélyebb, mint amit a párok a mindennapi társas kapcsolataikban megszoktak. Gyakori megfigyelésünk, hogy akik egy Gyűrű-kúrán egy “asztaltársaságot” alkotnak, barátokká válnak és évekig jó kapcsolatot ápolnak egymással.

A “párok egymás között” gyakorlatok másik típusa a szerepjáték, amikor egy pár a többiek előtt megjelenít egy szituációt. A szerepjátékokat kettős céllal alkalmazzuk:¹⁰⁵⁸ (1) viselkedésgyakorlás, vagyis egy kívánt magatartásforma begyakorlása védett közegben; (2) emellett a szerepjáték egyúttal ingerkonfrontációt is jelent, vagyis a résztvevő szembesül olyan helyzetekkel, amelyektől a valóságban tart, ám a játékban történő sikeres megoldás segíti abban, hogy a valós életben is fel tudja vállalni a szituációt.

A Gyűrű-kúrán a szerepjátékban résztvevő pár nem valós pár, hanem két külön pár tagjaiból tevődik össze. Ez azért fontos, mert a szerepjáték lényeges tanulási effektusa, hogy kialakuljon egy konfliktus, amelyet a párnak fel kell oldania, és nem szeretnénk, ha egy valós pár a mesterséges konfliktust hazavinné magával az ellenőrzött térből, és a konfliktus otthon önálló életre kelne közöttük.

3.2.4 További módszertani és szervezési kérdések

A találkozások gyakoriságát tekintve a program megtartható hétvégi rendezvényként, vagy hosszabb időre elnyújtva, heti egy vagy két találkozással is. Mindkét módozatnak megvannak a maga előnyei. A hétvégi módozat esetében a párok elvonulhatnak a

¹⁰⁵⁷ Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 8. p. Máshol házasságközi tabuknak nevezi ezeket (intermarital taboo), amelyeket a házasság-gazdagítás során etikailag képviselhető okokból fel kell függeszteni. Vö.: Mace, *Close Companions*, 138-139. p.

¹⁰⁵⁸ A viselkedésterápiában is ugyanezekből a célokból alkalmazzák a szerepjáték technikáját. Vö.: Hinsch, Pflingsten, *Gruppentraining sozialer Kompetenzen*, 66-67. p.

mindennapi életük nyomása alól és jobban tudnak a kapcsolatukkal foglalkozni. A bizalom, értékelés, elköteleződés egymás és a csoportmunka iránt folyamatosan épülhet fel anélkül, hogy a mindennapi élet feladatai azt megszakítanák. A párok itt nem hagynak ki egyetlen foglalkozást sem, hiszen a csoport az egész hétvégét együtt tölti. Garland szerint a hétvégi “maratoni” rendezvények a legalmasabbak az attitűdök és értékrendek befolyásolására.¹⁰⁵⁹ A hosszabb időn át tartó, heti rendszerességű módozat haszna inkább a készségtanulásban érhető tetten. A pároknak így több idejük van egy-egy téma elmélyítésére, valamint a csoportvezetőknek lehetőségük van házi feladatokat adni, amelyek szintén értékes tanulási tapasztalattá válhatnak. Fennáll ugyanakkor a veszélye annak, hogy a párok kihagynak néhány alkalmat, hiszen az élet mindig hozhat nem várt eseményeket.

A csoport mérete a Gyűrű-kúra esetében eltér a hagyományos házasság-gazdagító programok gyakorlatától. Az itt szokásos 5-8¹⁰⁶⁰ párból álló csoport helyett a Gyűrű-kúra a nagyobb strukturáltsága miatt nagyobb csoportok számára is alkalmas. Az ideális csoportlétszámnak a 15 párt tartjuk, de többször megtartottuk 20-25 párból álló csoportoknak is. Különbség van a hagyományos házasság-gazdagító csoportokhoz képest az ülésrendben és a terem berendezésében is. A körbeülés helyett itt a párok asztalok körül ülnek, a csoport vezetője pedig a csoport előtt áll.

Szerencsés, ha előre meghatározzuk, hogy házasságra készülő, vagy házas/együttélő párokat megszólító csoportról van-e szó. Tapasztalatunk szerint a Gyűrű-kúra vegyes csoportok számára is alkalmas,¹⁰⁶¹ de a homogén csoportok esetében az információközlésben jobban rá tud a csoportvezető az adott csoport szükségleteire hangolódni, emellett a párok egymással való szolidaritása is erősebb. Az indikációk és kontraindikációk tekintetében a házasság-gazdagítás alapvető, fentebb már ismertetett iránymutatását tekintjük mérvadónak.

¹⁰⁵⁹ Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 64. p.

¹⁰⁶⁰ A Mace házaspár egyszerre 5-6 párral dolgozott. Vö.: Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 14. p. Elliott és Saunders viszont 6-8 párt tart ideálisnak. Vö.: Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 56. p.

¹⁰⁶¹ „Nem támasztunk különösebb igényeket a csoport életkori, faji, élethelyzetbeli, neveltetési vagy szocio-gazdasági összetételét illetően. A homogén és heterogén csoportoknak egyaránt megvannak az előnyeik.” Mace, *Marriage Enrichment Retreats*, 14. p.

3.3 A program háttérében meghúzódó rendszeres teológiai és etikai megfontolások

Jóllehet a Gyűrű-kúra sem nem evangelizációs program,¹⁰⁶² sem pedig egyházi tanításokat bemutató előadás-sorozat, az egyes témák kidolgozásakor befolyásolt bennünket a teológiai látásmódunk és etikai meggyőződésünk. Ennek az értekezésnek nem célja egy részletes házasságtológia kidolgozása, ám fontosnak tartjuk néhány témakör vázlatos, a teljesség igénye nélküli érintését, amelyben látásmódunk eltérhet az átlagos társadalmi gondolkodástól, vagy adott esetben akár némely teológiai vagy kegyességi irányzat megközelítésétől is.¹⁰⁶³

3.3.1 Házasság vagy élettársi kapcsolat?

Az élettársi kapcsolat mai elterjedtsége felveti a kérdést, hogy az egyháznak kell-e még ragaszkodnia a házasság bibliai modelljéhez, vagy elfogadhatja a “papír” nélküli életközösséget a házasság egyenrangú alternatívájaként.

A vonatkozó bibliai szakaszok megvizsgálása alapján úgy gondoljuk, hogy a házasság és az élettársi kapcsolat között jelentős minőségi különbség van. Az élettársi kapcsolat egy rendezetlen állapot, amelyet a Biblia a házasságtörés bűneként kezel és elítél. Ugyanakkor Jézus példája alapján fontos látnunk azt is, hogy az egyház feladata az élettársi kapcsolatban élőkkel szemben nem az elítélés, hanem a közösségbe való bevonás és a gyógyítás szolgálata.

3.3.1.1 Az élettársi kapcsolattal összefüggésbe hozható bibliai példák¹⁰⁶⁴

A mai értelemben vett élettársi kapcsolat egyetlen explicit bibliai példája Jézus beszélgetése a samáriai asszonnyal: „Jézus így szólt hozzá: ’Menj el, hívd a férjedet, és jöjj

¹⁰⁶² Jóllehet fontos kapocs lehet emberek számára, hogy egy kiegyensúlyozott képet kapjanak a keresztyénségről, első alapvető ismereteket szerezzenek Istenről, a program elsődleges célja a párkapcsolat jobbá tétele, nem pedig a résztvevőknek a gyülekezetébe való betagozása.

¹⁰⁶³ Ha valamennyi Gyűrű-kúra témakör teológiai háttérét kidolgoznánk, a következő bibliai referenciákra építenénk: Célok (1Móz 2,18; 24; Préd 4,9-11; Mt 19,4-6; Rm 8,28), kommunikáció (Zsolt 19,14; Péld 12,18; Péld 17,27; Jak 1,19), konfliktuskezelés (Péld 14,29; Péld 17,9; Rm 12,17; Ef 4,26; Kol 3,19), pénzkezelés (Péld 3,9-10; Mal 3,10; Lk 16,13; Mt 6,19-21), szexualitás (Én 7,10-12; Péld 5,18-19; 1Kor 7,4-5; Ef 5,28; Zsid 13,4), gyermekvállalás (5Móz 6,4-9; Zsolt 127,3; Péld 22,6; Mt 19,13-15), szabadidő (2Móz 20,8-11), egymás családjának elfogadása (1Móz 2,24; Ruth 1,16-17), szerepek (Jn 13,35; Ef 4,2-3; Ef 5,21-33; 1Pt 3,7), lelkiség (5Móz 6,4-9; Préd 4,12; Mk 12,30-31).

¹⁰⁶⁴ Vö.: Mihalec, „Házasság és élettársi kapcsolat.” 102-103. p.

vissza!’ Az asszony így válaszolt: ’Nincs férjem.’ Jézus erre ezt mondta: ’Jól mondtad, hogy férjed nincs, mert öt férjed volt, és akivel most élsz, nem férjed: ebben igazat mondtál.’ (Jn 4,16-18) Jézus nem ad státusmeghatározást a férfinak,¹⁰⁶⁵ ő a történetben „a férfi, akivel a nő együtt él, de nem férje”. Eszerint az együttélés ténye nem hatalmazza fel a feleket a házassággal járó jogok gyakorlására. Az együttélés tehát bibliailag nem egyenlő a házassággal. Üzenet értéke lehet továbbá annak a körülménynek, hogy az asszony délben jön a kúthoz vizet meríteni (4,6). Ez azért feltűnő, mert közel-keleti szokás szerint az asszonyok este jártak a kúthoz vízért,¹⁰⁶⁶ továbbá az a tény, hogy az evangélista külön megjegyzi, utalhat arra, hogy ez nem szokványos jelenség. Több magyarázó arra következtet, hogy az asszony tudatosan keresett olyan időpontot, amikor nem kell másokkal találkozni.¹⁰⁶⁷ Azért jött délben, mert a jelenlegi életvitele ütközik a közösségi normákkal, mert az életközössége egy olyan férfival, aki nem a férje, a kortársak szemében szégyellnivaló és erkölcstelen. Érdeemes megnézni Jézus magatartását is ebben a helyzetben. Egyrészt a provokáló felhívással fel akarja hívni az asszony figyelmét élete rendezetlenségére, másrészt viszont végig méltósággal felruházott emberi lényként kezeli, sőt ebbe a méltóságteljes beszélgetésbe az élettársát is be akarja vonni („Menj el, hívd a férjedet, és jöjj vissza!”).

A további bibliai példák csak implicit módon hozhatók kapcsolatba az élettársi kapcsolat jelenségével, inkább általánosan a házasság előtti szexualitásról szólnak, amely az élettársi kapcsolat szerves része.¹⁰⁶⁸ Az ilyen helyzetekre vonatkozó törvényi szabályozást 5Móz 22,23-29 tartalmazza, amely szerint ha két egymással szexuális kapcsolatot létesítő személy közül az egyik eljegyzés útján el volt kötelezve valaki másnak, akkor mindkét felet halálbüntetéssel kellett sújtani (kivéve, ha az eset a mezőn történt, ahol a nő hiába kiabálhatott segítségért erőszaktétel esetén, ekkor csak a férfit kellett kivégezni). Ha azonban egyik fél sem volt elkötelezve más mellett, akkor azzal kellett rendezniük a viszonyukat, hogy összeházasodtak és többé nem válhattak el egymástól. Érdekes a jegyesség élethelyzete a Bibliai passzusokban. A jegyesség egyfelől a házassággal azonos elkötelezettségi szintet feltételez (a harmadik személlyel létesített szexuális kapcsolat

¹⁰⁶⁵ Először ugyan férjének nevezi az asszony párját, de később hozzáteszi: „Jól mondtad, hogy férjed nincs, mert öt férjed volt, és akivel most élsz, nem férjed.”

¹⁰⁶⁶ Pl. Eliézer és Rebeka története, ahol a textus ki is mondja: „A városon kívül megpihentette a tevéket egy kútnál, estefelé, amikor az asszonyok vizet meríteni jártak.” 1Móz 24:11.

¹⁰⁶⁷ Pl.: Francis D. Nichol (szerk.), *The Seventh-day Adventist Bible Commentary* (Hagerstown, MD: Review and Herald, 1980), 5. kötet, 937. p. Továbbá: Dwight K. Nelson, *Én vagyok...* (Belgrád: Preporod, 1995), 10. p.

¹⁰⁶⁸ Az egyik definíció szerint: „Az élettársi kapcsolat olyan emberek élethelyzete, akik szexuális közösségben élnek egymással anélkül, hogy házasok lennének.” Douglas J. Miller, „Cohabitation.” In: Walter A. Elwell (szerk.), *Evangelical Dictionary of Theology* (Grand Rapids, MI: Baker Book House, 1994), 254. p.

ugyanúgy házasságtörésnek minősül, mint a házasság esetén), ám nem jogosít fel a házassággal járó jogok gyakorlására (lásd Jézus szüleinek példáját: Mt 1,18-19; Jn 8,41).

3.3.1.2 A házasság és élettársi kapcsolat közötti kapcsolati dinamikai különbségek

Ha elvonatkoztatunk a bibliai hivatkozásoktól és csak a kapcsolat dinamikai szempontjait vesszük figyelembe, kirajzolódik, hogy az élettársi kapcsolat nemcsak etikalilag, de gyakorlati megélés tekintetében is jelentősen eltér a házasságtól. A különbségek a következő pontokon ragadhatók meg:

1. Az elköteleződés hiánya.

Ahogy Douglas Miller találóan megfogalmazza:

„Az élettársi kapcsolat a társas interakciónak olyan formája, amelyben a felek ugyan fontosak egymás számára, de annyira nem, hogy felvállaljanak egy kizárólagos és tartós kapcsolatot egymással.”¹⁰⁶⁹

Az élettársi kapcsolattal foglalkozó vizsgálatok is igazolják, hogy az elköteleződésben szignifikáns különbség van a házasság és az élettársi kapcsolat között.¹⁰⁷⁰

2. Az élettársi kapcsolat, mint felkészülés a házasságra.

Pongrácz Tiborné és Spéder Zsolt tanulmánya rávilágít, hogy a társadalom jelentős többsége elérendő, kívánt állapotnak tekinti a házasságot, ugyanakkor a házasság előtti együttélést tartja a házasságra való legjobb felkészülésnek:

„A vélemények egyértelműen tükrözik a megkérdezettek házasságcentrikus beállítottságát. A teljes népesség meghatározó többsége tekinti a házasságot a partnerkapcsolati formák kívánatos végállapotának. Ez alól nem jelentenek kivételt sem az élettársi kapcsolatban élők, sem a fiatalok. Ugyanakkor a népesség elsöprő többsége – és ez igaz a házasságban élőkre is – a házasságot megelőző élettársi kapcsolatot (‘próbaházasság’) ajánlottnak, kívánatosnak tekinti.”¹⁰⁷¹

Összehasonlító vizsgálatok, amelyek a házasság előtt álló párok kapcsolati megelégedettségét és várható házassági boldogságát kutatták, egyértelműen igazolták, hogy a fenti társadalmi vélemény nem felel meg a valóságnak.¹⁰⁷²

¹⁰⁶⁹ Miller, „Cohabitation.” 255. p.

¹⁰⁷⁰ Példaként kiemeljük, hogy a szexuális hűség terén az élettársak magatartása sokkal közelebb áll az egyedülállóhoz, mint a házasokhoz (a vizsgálatban az élettársi kapcsolatban élő nőknél ötször olyan gyakran volt egy másik szexpartner az élettárson kívül jelen, mint a házasok esetében). Vö.: Renata Forste, Koray Tanfer, „Sexual Exclusivity Among Dating, Cohabiting and Married Woman.” *Journal of Marriage and the Family*, 1996/58, 33-47. p. Lásd továbbá: Kathleen Kiernan, „Cohabitation in Western Europe.” *Population Trends*, 1999/96, 25-32. p.

¹⁰⁷¹ Pongrácz Tiborné, Spéder Zsolt, „Élettársi kapcsolat és házasság – Hasonlóságok és különbségek az ezredfordulón.” *Szociológiai Szemle*, 2003/4, 64. p.

¹⁰⁷² Olson és Larson vizsgálatában, amelyben házasság előtt álló, együtt lakó és külön lakó párokat hasonlítottak össze. „A vizsgálat világosan rámutatott, hogy az élettársi kapcsolatban élő párok esetében jelentősen magasabb a válás kockázata, mint a nem együtt élő párok esetében. Az élettársi kapcsolatban élő párok kisebb százaléka tartozik a sikeresebb kapcsolati típusok közé (vitális és tradicionális) és nagy százaléka tartozik a legproblémásabb kategóriába (konfliktusos).” David H. Olson, Peter J. Larson, „Cohabiting Couples Higher Risk for Divorce.” (2006. kiadatlan tanulmány). Forrás: <http://www.prepare->

E pont összefoglalásaként idézhetjük Gödri Irén kijelentését:

„Paradox módon a házasság előtti együttélés, mely egyes körökben szinte normává vált éppen arra hivatkozva, hogy a lehető legalaposabban ismerjék meg egymást a felek, mielőtt összeházasodnának, növeli annak esélyét, hogy az ilyen kapcsolat válásban végződjék.”¹⁰⁷³

3. Eltérő konfliktuskezelés.

A konfliktuskezelés szerepét a legtöbb kutató kiemeli, mint a kapcsolat tartósságának egyik legjelentősebb összetevőjét.¹⁰⁷⁴ Számos vizsgálat rámutatott, hogy egy párkapcsolatban az együttélés első két évében szilárdulnak meg azok a konfliktuskezelési minták, amelyeket a pár valószínűleg a kapcsolat fennállásának egész ideje alatt gyakorolni fog.¹⁰⁷⁵ Ennek tükrében a későbbi sikeres konfliktuskezelés szempontjából nagy jelentősége van, hogy a pár az együttélés első napjától kezdve elköteleződjön egymás mellett. Ehhez szorosan kapcsolódik Robert Billingham vizsgálata is, aki kimutatta, hogy minél alacsonyabb az elköteleződés szintje egy kapcsolatban, annál hajlamosabbak a felek verbális és fizikai erőszak alkalmazására a konfliktusok kezelésében.¹⁰⁷⁶ Ez lehet az oka annak is, hogy bizonyos szubkultúrákban az élettársi kapcsolatban élők között háromszor olyan gyakran fordul elő fizikai bántalmazás, mint a házasságban élő párok körében.¹⁰⁷⁷

4. A rituálé fontossága a kapcsolat tartósságának és tartalmának szempontjából.

A rituálék – ahogyan az egyházi esküvővel kapcsolatosan is bemutattuk – segítenek az életciklusok közötti határvonalak világossá tételében és fontos szerepük van abban, hogy ezeket a határokat az egész család figyelembe vegye és a párhoz való viszonyát ennek mentén újrastrukturálja. A házasságkötés éppen ezért sokkal több, mint „egy darab papír.”

Ahogyan a Skrabski – Kopp szerzőházaspár is kifejti:

„Mi is a házasságkötés lényege? A kinyilvánított elköteleződés, amely egy életszakasznak, a keresés, a párkeresés időszakának végét jelenti, amit tanúsítanak azok is, akikkel a legközelebbi kapcsolatban állunk. A rítusoknak az emberi társadalom szervezésében meghatározó szerepe van, nem véletlenül válik valaki orvossá akkor, amikor a diplomáját átnyújtják. A fiatalok, amikor a házasság rítusát elutasítják, valójában az ellen tiltakoznak, hogy elfogadják a párválasztás véglegességével kialakuló önzonosságukat. Világjelenség

enrich.com/pe/pdf/research/cohabcoupleshigherrisk.pdf (Találat napja: 2013.04.25.) Egy másik vizsgálatban a házasság előtt álló párok kapcsolati megelégedettségének és lakáskörülményeinek korrelációját vizsgálták meg. A külön és egyedül élők között kétszer annyi volt a boldog, mint a boldogtalan pár, míg az együttélők között fordított volt az arány. A szüleikkel vagy más lakótársakkal élőknel a boldog és boldogtalan párok aránya egyenlő volt. Vö.: Olson et al, *Building Relationships*, 52. p.

¹⁰⁷³ Gödri Irén, „A házasságok és az élettársi kapcsolatok minőségének és stabilitásának néhány metszete.” In: Pongrácz Tiborné, Spéder Zsolt (szerk.), *Népesség – értékek – vélemények* (Budapest: KSH NKI Kutatási jelentések, 2002), 73. p.

¹⁰⁷⁴ Vö.: Craig, *Searching for Intimacy in Marriage*, 125. p.

¹⁰⁷⁵ Mark A. Fine, John H. Harvey, *Handbook of divorce and relationship dissolution* (Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2006), 205. p.

¹⁰⁷⁶ Robert E. Billingham, „Courtship Violence: The Patterns of Conflict Resolution Strategies Across Seven Levels of Emotional Commitment.” *Family Relations*, 1987/36, 283-289. p.

¹⁰⁷⁷ Allan W. Horwitz, Helene R. White, „The relationship of cohabitation and mental health: A study of a young adult cohort.” *Journal of Marriage and the Family*, 1998/60, 505-514. p.

ma, hogy a személyiség érése kitolódik, a kamaszkor lebegtetett azonosságkeresése évtizedekig elnyúlik, ez a pályaválasztásra és a párválasztásra egyaránt igaz.”¹⁰⁷⁸

3.3.1.3 Az élettársi kapcsolat kezelése a Gyűrű-kúrán

Jóllehet a könyvben egy egész fejezet foglalkozik a témával,¹⁰⁷⁹ a foglalkozásokon nem tematizáljuk külön a “házasság vagy élettársi kapcsolat” kérdéskört. A rendezvényen szívesen látunk minden heteroszexuális párt, függetlenül kapcsolatának típusától, ugyanakkor a foglalkozásokon a kapcsolat, valamint a kapcsolatban résztvevő felek megnevezésére tudatosan és következetesen a “házasság”, “feleség” és “férj” terminusokat alkalmazzuk. Ezzel azt sugalljuk, hogy a legjobb, a tartós és boldog kapcsolat kereteit leginkább biztosítani képes kapcsolati formának a házasságot tekintjük. A házasság nemcsak etikailag, de dinamikailag is előnyösebb az élettársi kapcsolatnál. Ennek a hozzáállásnak köszönhetően számos élettársi kapcsolatban élő pár hozott döntést a Gyűrű-kúra foglalkozások során, hogy kapcsolatában “egy szinttel feljebb” lép, és összeházasodik.

3.3.2 Szexualitás

Fontosnak tartjuk a szexualitással kapcsolatos nézetünk felvázolását is, mert az ezzel kapcsolatos keresztyén nézetek széles skálán mozognak,¹⁰⁸⁰ és a foglalkozások során a személyes meggyőződésünk átsugárzik a témáról akkor is, ha explicit nem fejtjük ki.

A szexualitásról való teológiai gondolkodásunkat erősen befolyásolta Andreas Bochmann írása, aki a Biblia ezirányú kijelentéseit négy csoportba sorolta és mindegyikből megfogalmazott egy-egy következtetést, amit a bibliai szexuáletika vezérfonalaiként fog fel.¹⁰⁸¹

1. Antropológiai megközelítés

Bochmann a teremtéstörténet kontextusában elhangzó, a szexualitással kapcsolatos bibliai hivatkozásokat sorolja ide (1Móz 1,27-28; 1Móz 2,24-25). Miután az ember Isten képmására és szexuális aktivitásra (is) teremtett lény, és a szexualitás a bűn nélküli

¹⁰⁷⁸ Skrabski, Kopp, *A boldogságkeresés útjai és útvesztői a párkapcsolatokban*, 74. p.

¹⁰⁷⁹ Mihalec, *Gyűrű-kúra*, 30-48. p.

¹⁰⁸⁰ A keresztyén szexuálpesszimizmus történelméhez és filozófiai gyökereihez lásd: Uta Ranke-Heinemann, *Eunuchen für das Himmelreich: Katholische Kirche und Sexualität* (München: Knaur, 1990).

¹⁰⁸¹ Andreas Bochmann, „Biblische Sexualethik – ein Anachronismus?” In: Bochmann, Näther, *Sexualität bei Christen*, 8-21. p.

Édenből származik, Bochmann első következtetése így hangzik: “A szexualitás jó.”¹⁰⁸² Ez azt jelenti, hogy a szexualitás egy Isten által adott ajándék az ember számára, a férfi és nő közötti különleges kapcsolat megünneplésére és beteljesítésére.¹⁰⁸³ A Gyűrű-kúrában azt képviseljük, hogy a szexualitás egy szerető Isten nagyszerű ajándéka, amelyet azért adott a házaspárnak, hogy örömét lelje benne, és hogy egymásnak is örömet szerezzen általa.¹⁰⁸⁴

2. Normatív-regulatív megközelítés

A törvények és szabályok műfajában írt szövegek ugyancsak sokat foglalkoznak a szexualitás kérdésével. Az ide vonatkozó textusok közül Bochmann különösen 3Móz 18. fejezetét tekinti mérvadónak, amely felsorolja különböző vér szerinti és házasság útján szerzett rokonsági fokokat és megtiltja az ezekkel a személyekkel való szexuális érintkezést. Mivel az indoklás mindig magában foglalja, hogy az valaki másnak a “szemérme”, Bochmann abból indul ki, hogy ezek a tiltások az emberi méltóság védelméről szólnak (az érintett személy méltóságának, vagy annak a méltóságának, akinek a házasság révén jogában áll az érintett személlyel szexuális kapcsolatot létesíteni). A normatív-regulatív megközelítésből levezethető következtetés tehát: “Az emberi méltóság sérthetetlen.”¹⁰⁸⁵ A Gyűrű-kúra során ez fontos szempont különböző szexuális gyakorlatok mérlegelésére (pl. megcsalás, perverziók, stb.). Ami aláássa az emberi méltóságot, azt nem tekintjük elfogadhatónak.

3. Történeti megközelítés

A bibliai narratívák sok szexualitással kapcsolatos beszámolót tartalmaznak (Lót és lányai, Júda és a menyé, Dávid gyermekei, Dávid és Betsabé, Salamon, stb.). Annak ellenére

¹⁰⁸² Bochmann, „Biblische Sexualethik.” 11. p.

¹⁰⁸³ A szexualitás a gyermeknemzésen kívül a kölcsönös örömszerzést és az intimitás elmélyülését is szolgálja. Richard Davidson az Ószövetség szexualitás-felfogását vizsgálva az őstörténetből 10 szempontot emel ki, és ezek közül csak egy szól a szaporodásról: (1) szexualitás, mint teremtési rend; (2) heteroszexualitás és házasság; (3) monogámia; (4) a nemek hierarchia mentes egyenlősége; (5) szexualitás és egészségesség; (6) szexualitás és kizárólagosság; (7) szexualitás és állandóság; (8) szexualitás és intimitás; (9) szexualitás és prokreáció; (10) a szexualitás egészség és szent szépsége. Vö.: Richard M. Davidson, *Flame of Yahweh: Sexuality in the Old Testament* (Peabody: Hendrickson, 2007), 15-54. p. Könyvének későbbi fejezeteiben Davidson ezeket az édeni attribútumokat állítja szembe a bűntől megrontott emberiség torzult szexualitásával (teremtési rend vs. kultikus szexualitás; heteroszexualitás vs. homoszexualitás, transzfesztitizmus és bestialitás; monogámia vs. poligámia és konkubinátus; egyenlőség vs. nők elnyomása; egészségesség vs. fragmentáltság; kizárólagosság vs. házasságtörés és házasság előtti szex; állandóság vs. válás és újraházasodás; intimitás vs. inceszt; prokreáció vs. terméketlenség). Mivel a szexualitást szélesebb perspektívában értelmezzük, mint a szaporodás eszközt, ezért igent mondunk a fogamzásgátlásra is, amennyiben az sem a nő, sem pedig az esetlegesen mégis megfogant élet épségét nem veszélyezteti. A Hetednap Adventista Egyház hivatalos állásfoglalását tekintjük irányadónak. Lásd: Ösz-Farkas, *Az egészségügyi szolgálatok kézikönyve*, 35-37. p.

¹⁰⁸⁴ Ugyan kisebb exegetikai mélységgel, mint Davidson, de kiegyensúlyozott felsorolást ad Dillow és Pintus is arról, hogy Isten miért adta a szexualitást az embernek: (1) hogy életet teremthessen, (2) hogy átélje az egyesülés bensőséges élményét, (3) hogy a felek jobban megismerjék egymást általa, (4) hogy átéljék a gyönyört, (5) hogy védjen a kísértésektől, és (6) a vigasztalás eszközeként. Linda Dillow, Lorraine Pintus, *Intim kérdések: Válaszok a nők legszemélyesebb kérdéseire* (Budapest, Keresztyén Ismeretterjesztő Alapítvány, 2003), 20-24. p.

¹⁰⁸⁵ Bochmann, „Biblische Sexualethik.” 13. p.

bemutatásra kerülnek ezek a történetek, hogy általuk a hit szempontjából jelentős emberek kerülnek negatív megvilágításba. Bochmann azt a következtetést vonja ebből le, hogy “A szexualitást nem szabad tabuizálni.”¹⁰⁸⁶ A Gyűrű-kúrában fontosnak tartjuk a szexualitásról nyílt és őszinte beszélgetést (amely adott esetben még a csoportvezető személyes tapasztalatait is érintheti), mert ezzel mintát adunk a párok számára, hogy egymással is nyíltan, fesztelenül tudjanak erről a fontos kérdéstről beszélgetni.¹⁰⁸⁷

4. Költészeti megközelítés

A narratív textusokban a szexualitás sokszor negatív színezetben jelent meg, ezzel szemben a poetikus szövegekben (elsősorban az Énekek Énekében) a szerelem, a nemiség az érzékiség pozitív képekben kerül bemutatásra.¹⁰⁸⁸ Bochmann különösen kiemeli az Én 2,7 és 8,8-10 részét, amelyben az is megfogalmazódik, hogy a szexualitást óvni, védeni kell. Ez a védelem a házasság keretein belül történik meg, ám tágabb értelemben a szélesebb család (mint az Énekek Énekében a lány bátyjai), az egyházi közösség, sőt a társadalom feladata is kellene, hogy legyen a szexualitás méltóságának megőrzése. A negyedik következtetés tehát: “A szexualitás védelemre szorul.”¹⁰⁸⁹ A Gyűrű-kúrában a szexualitás védelme hasonlóan történik, mint a házasságé az élettársi kapcsolatokkal szemben. Nem polemizáló felhanggal, hanem a házasság adta biztonság és a kölcsönösség hangsúlyozásával, valamint a szexualitásnak a kapcsolat szélesebb kontextusában való elhelyezése révén. Magától értetődő természetességgel beszélünk arról, hogy a szexualitás megélésének helye a házasságban van, mert ott tudja igazán betölteni azt a funkciót, amelyre rendeltetett.

3.3.3 Hierarchikus vagy egyenrangú párkapcsolati modell?

Ahogy már a tematikus felépítés bemutatásánál is említettük, a Gyűrű-kúrában explicit megjelenik a kapcsolat hatalmi struktúrájának kérdése. A férfi és a nő egymáshoz való viszonyának kérdése nemcsak társadalmi, de teológiai szinten is sok vitát gerjesztett. A kettő közös eredményét Erhard Gerstenberger és Wolfgang Schrage az alábbiak szerint foglalja össze:

“A férfi és a nő egyenjogúsága a bibliai tanúságtételnél és az elmúlt évtizedek modern fejlődésénél fogva is a keresztyének ügye. A nemek együttélésére nézve a családi körben ez azt jelenti, hogy a férfi patriarchális elsőbbsége az ÓSZ-ben egy időben korlátolt jelenség,

¹⁰⁸⁶ Bochmann, „Biblische Sexualethik.” 16. p.

¹⁰⁸⁷ Emlékeztetünk Näther vizsgálatára, aki szerint a témáról való nyílt beszélgetés fontos összetevője a pár szexuális megelégedettségének.

¹⁰⁸⁸ Davidson Az Énekek Énekében az édeni állapot helyreállításának előképét látja és ezt végigbeveti mind a 10 felsorolt szempont alapján. Vö.: Davidson, *Flame of Yahweh*, 552-605. p.

¹⁰⁸⁹ Bochmann, „Biblische Sexualethik.” 18. p.

amely nem vihető át a mi társadalmunkba. Ehelyett férfi és nő partnerekként, egyenrangúan állnak egymás mellett. Együttélésük alapja a kölcsönös tisztelet, a kölcsönös bizalom és a folyamatos dialógus.”¹⁰⁹⁰

3.3.3.1 A férfi és a nő viszonya az őstörténetben

Az őstörténet máig a legnagyobb hatást gyakorló bibliai textus a férfi és a nő viszonyára.¹⁰⁹¹ A leírásban különbséget kell tennünk a bűneset előtti és a bűneset következtében beállt állapot között. A bűneset előtti helyzettel kapcsolatosan Friedbert Ninow négy különböző érvet sorakoztat fel, amelyet a hierarchia irányában lehetne értelmezni, ám ugyanezeket az érveket meg is cáfolja.¹⁰⁹²

1. A férfi felsőbbrendű a nőnél, mert Isten előbb teremtette a nőnél

Ninow irodalmi érvelése szerint a perikópa elején szereplő leírás a férfi teremtéséről (1Móz 2,7), valamint a végén szereplő passzus a nő teremtéséről (1Móz 2,21-23) keretbe foglalja a többi élőlény megteremtésének leírását, ezért éppen a két nem egyenrangúságát hangsúlyozza. Roberto Badenas egy logikai elvet is hozzáfűz: ha a teremtési sorrend meghatározza a teremtmények rangsorát, akkor ennek az elvnek az egész teremtésre nézve igaznak kell lennie.¹⁰⁹³ Az 1. fejezet leírása szerint az ember hatodik napon történt teremtése előtt Isten minden más élőlényt megteremtett, így ezeknek magasabb rangúaknak kellene lenniük az embernél (ez viszont azért nem lehetséges, mert Isten kifejezetten megbízza az emberpárt az állatok feletti uralomra – 1Móz 1,28b).

2. A férfi felsőbbrendű a nőnél, mert Isten a nőt a férfi számára teremtette

1Móz 2,18 szerint Isten a nőt a férfi számára “segítőtársul” teremtette. Ez a kifejezés¹⁰⁹⁴ arra utalhat, hogy a segítő alárendelt viszonyban áll azzal, akinek segít. Ugyanakkor a

¹⁰⁹⁰ Erhard S. Gerstenberger, Wolfgang Schrage, *Mann und Frau* (Stuttgart: Kohlhammer, 1980), 64. p.

¹⁰⁹¹ Ahogyan a házasság konstitúciójánál említettük, Jézus is kétszer idézi Isten eredeti tervével kapcsolatban, illetve Pálnál is kétszer találkozunk vele. „A Biblia, vagy más szent iratok egyetlen szövege sem gyakorolt akkora hatást a keresztyénség nőkről való gondolkodására, mint a Biblia első három fejezete. Ez vonatkozik úgy a nemek viszonyára, mint a férfi és nő rangjára, egyenjogúságára, alá- vagy fölérendeltségére, valamint az ember (a férfi) helyzetére mint minden teremtmény fölé rendelt uralkodóra.” Helen Schüngel-Straumann, *Die Frau am Anfang: Eva und die Folgen* (Münster: LIT, 1999), 3. kiadás, 5. p.

¹⁰⁹² Friedbert Ninow, „Die Stellung der Frau: Gedanken zum ursprünglichen Gesign in Genesis 2.” *Spes Christiana*, 1994/5, 37-48. p. Meg kell említenünk, hogy nem mindenki látja így, Alfred Vaucher például már a bűneset előtt is hierarchikus viszonyban látja a férfit és a nőt: „Pál apostol három dolgot vesz figyelembe, amikor felállítja az asszony férfivel szembeni alárendeltségének tételét: 1. Ádám teremtett elsőnek, azután Éva (1Tim 2,13 vö: 1Kor 11,8). 2. Nem a férfi teremtett az asszonyért, hanem az asszony a férfiéért. (1Kor 11,9). 3. Nem Ádám csalatott meg, hanem az asszony (1Tim 2,14). Az asszony férfivel szembeni alárendeltségének tehát három oka van: közülük kettő ősi, alapvető ok, a bukás előtti időre megy vissza. A bukás pedig kiemelte, kiélezte ezt az alárendeltséget.” Alfred Vaucher, *Az üdvösség története* (Budapest: H. N. Adventista Egyház, 1994), 3. kiadás, 151. p.

¹⁰⁹³ Roberto Badenas, „Ehemann und Ehefrau: Zur Frage der Rollenverteilung.” In: Badenas, Höschele, *Die Ehe*, 43. p.

¹⁰⁹⁴ עזר jelentése: segítő, igeként: segít, melláll, támogat. Gesenius, *Hebräisches und aramäisches Handwörterbuch*, 578. p.

kifejezés az őstörténeten kívül további 27 alkalommal fordul elő az Ószövetségben, és ebből 17 alkalommal Istenre vonatkozik (pl. 2Móz 18,4; Zsolt 115,9). Ezen textusokból pedig egyértelműen kiderül, hogy a segítő nem alárendelt szerepben van a segített szemben.

3. A férfi felsőbbrendű a nőnél, mert Isten a nőt a férfiból teremtette

Ezen érvelés szerint a nő létezése a férfitől függ, mivel az első nő a már létező férfiből teremtett. Ninow hangsúlyozza, hogy a nő teremtésekor a férfi aludt, tehát semmilyen aktív része nem volt a folyamatban, így felsőbbbségi igényeket sem támaszthat. Mindkét nem már létező “nyersanyagból” teremtett, a férfi a föld porából, a nő a férfi bordájából, ez a tény pedig ismét az egyenlőséget támasztja alá.¹⁰⁹⁵

4. A férfi felsőbbrendű a nőnél, mert nevet adott a nőnek

Az Ószövetségben számos példát találunk arra, hogy valaki nevet ad egy személynek (vagy átnevezi azt) és ezzel kifejezi a tulajdonjogát felette (pl. Dániel és társai a babiloni udvarban). Ádám a nő megteremtése után felkiált: “Ez most már csontomból való csont, testemből való test. Asszonyember legyen a neve: mert férfiemberből vétetett.” (1Móz 2,23) Ebből úgy tűnik, mintha a férfi (hasonlóan ahhoz, ahogyan az állatokkal is tette – 1Móz 2,19-20) a nőnek is nevet ad. Ninow arra figyelmeztet, hogy ez nem névadás, hanem fajmeghatározás. Névadás csak később, a bűneset után történik (1Móz 3,20).

Az őstörténetből tehát úgy látszik, Isten eredeti szándéka szerint a két nem, noha kinézetében és funkciójában különböző, méltóságban és rangban egyenlő egymással. Ezt hangsúlyozza az a tény is, hogy a férfi és nő együtt hordozza Isten képmását, valamint, hogy a teremtett világ feletti uralmi megbízást is együtt kapják.

3.3.3.2 A férfi és a nő viszonya a bűneset utáni Ószövetségben

A bűneset után megváltozik az addigi rend és megjelenik a nemek közötti hierarchiaharca. Amikor Isten felsorolja, hogy mi lesz a bűn következménye, külön kitér a férfi és a nő viszonyára is: “[...] vágyakozol férjed után, ő pedig uralkodni fog rajtad.” (1Móz 3,16). A dominancia vágya mindkét oldalon megjelenik,¹⁰⁹⁶ ám a férfi erősebbnek bizonyul és

¹⁰⁹⁵ Davidson kiemeli, hogy a férfi „közepéből” kivett borda szolidaritást és egyenlőséget fejez ki. Davidson, *The Flame of Yahweh*, 31. p.

¹⁰⁹⁶ A nőre vonatkozó, „vágyakozásnak” fordított kifejezés szintén dominanciát fejez ki. A תשוקה jelentése: „A nő vonzalma a férfihoz, abbéli törekvés, hogy valamit a birtokába kaparintson.” Gesenius, *Hebräisches und aramäisches Handwörterbuch*, 891. p. Craig hozzáteszi: „Sem nem kedves, sem nem romantikus szó. A teshukah azt jelenti, hogy egy személy ellenállhatatlan vágyat érez arra, hogy az ellenőrzése alatt tartson egy másik embert.” Craig, *Searching for Intimacy in Marriage*, 34. p.

felülkerekedik. Ez a hierarchikus szereposztás pedig megszilárdulni látszik a következő évezredekre:

„A bigámia már 1Móz 4,19-ben lép ebbe a bűnös képbe. Izrael törvényei is egyre inkább a férfi tekintélyét szolgálják. A férj volt az egyetlen, akinek hatalmában állt elválni (5Móz 24,1-4). A lánygyermek kevésbé volt kívántak, mint a fiúgyermek (3Móz 12,1-5), és a nőknek mindig alacsonyabb értéket tulajdonítottak, mint a férfiaknak (3Móz 27,1-7). Egy apa, ha akarta, még prostitúcióra is kényszeríthette a lányát (Bír 19,24; 3Móz 19,29). Eladhatta a lányát rabszolgának, hogy a saját adósságait kiegyenlítse (2Móz 21,7; Neh 5,5). Az ilyen rabszolgák nem szabadultak fel 6 év után, mint a férfiak (2Móz 21,2-11).”¹⁰⁹⁷

Noha ezzel a tényállással találkozunk az Ószövetség nagy részében, találunk ellenpéldákat is, amelyek visszaállítják a nőt eredeti méltóságába. Néhány nő komoly vezetői szerepet töltött be Izrael története során (pl. Mirjám, Debóra, Hulda, Eszter). Szintén kivételes a bölcsességirodalomban megjelenő idealizált nő, aki szorgalmával, kedvességével kivívja férje elismerését (Péld 31,10-31). A férfi és nő kölcsönössége, egyenlősége és édeni egysége az Énekek Énekében csúcsosodik ki.

3.3.3.2 A férfi és a nő viszonya az Újszövetségben

A Jézus korabeli zsidóság továbbviszi a férfiak felsőbbrendűségére épülő társadalmi berendezkedést, amellyel Jézus szavai és tettei éles kontrasztban állnak.¹⁰⁹⁸ Jézus kétszer is hivatkozik a “kezdeti” édeni mintára és ezzel implicit állást foglal az egyenrangúsági modell mellett (Mt 19,3-6; Mk 10,6-9).

“A nemek viszonyának tekintetében felismerjük, hogy Jézus a nők státusát fel-, a férfiak uralmát és privilégiumait támogató struktúrákat pedig leértékelt. Az újszövetségi kor kultúrájában nyilvánvaló társadalmi különbségeket ezzel aláásta és a kegyelem és az elhívás által megváltoztatta. A faji, osztálybeli vagy nemi alapon történő elnyomást és egyenlőtlenséget elvben és gyakorlatban egyaránt elutasította. Az evangélium sem forradalomra, sem a státusz quó passzív elfogadására nem szólított, helyette a szociális kapcsolatok megváltoztatását eredményezte az egyenlőség, a kölcsönösség és az interdependencia irányába.”¹⁰⁹⁹

Ez a hozzáállás figyelhető meg a páli levelekben is. Az emberi kapcsolatok Magna Chartájának¹¹⁰⁰ nevezett Gal 3,28 versében a keresztségre való hivatkozással felfüggeszt minden nemi, nemzeti, társadalombeli megkülönböztetést. Sokat vitatott textus az Efézusi levél házitáblája (Ef 5,21-6,9), amely a nő mindenben területen történő alárendeltségét látszik hirdetni,¹¹⁰¹ ugyanakkor az egész kontextus a kölcsönös engedelmisséget hirdeti a

¹⁰⁹⁷ Elizabeth Achtemeier, *The Committed Marriage* (Philadelphia, Westminster, 1979), 74. p.

¹⁰⁹⁸ Vö.: Mace, *Love and Anger in Marriage*, 69. p.

¹⁰⁹⁹ Mary S. Van Leeuwen, *After Eden: Facing the Challenge of Gender Reconciliation* (Grand Rapids: Eerdmans, 1993), 8. p.

¹¹⁰⁰ Badenas, „Ehemann und Ehefrau.”, 60. p.

¹¹⁰¹ Vö.: Heinrich Baltensweiler, *Die Ehe im Neuen Testament* (Zürich: Zwingli, 1967), 221-225. p.

felek között,¹¹⁰² továbbá a férfiak felé hirdetett elvárás (szeretni a feleségüket, mint Krisztus az egyházat) kizárja a megalázó, domináns, méltóságot sértő magatartást.

3.3.3.3 A Gyűrű-kúrán képviselt házasságmodell

A felsorolt bibliai hivatkozások alapján azt valljuk, hogy a Szentírás két házasságmodellt mutat be, az eredeti teremtői szándék szerinti édeni mintát, amely a nemek funkcionális különbségét, de méltóság- és rangbeli egyenlőségét hirdeti, valamint a bűn által megrontott emberiségre jellemző hierarchikus modellt, amelyben az intimitás és egyenlőség helyét átveszi a kontrollálás és a dominancia. Az Újszövetség a megváltásban az édeni állapotok helyreállítását képviseli, ami a házasság esetében az egyenrangúság helyreállítását is jelenti.

A Gyűrű-kúra foglalkozásai között egy teljes alkalom a házassági szerepekről szól, ahol a hagyományos és az egyenjogú szereposztás tematikáját dolgozzuk fel. A foglalkozáson az egyenjogúsági modellt képviseljük, ahol a családi és háztartási feladatokat a pár a preferenciák és kompetenciák szerint osztja el egymás között, ugyanakkor hangsúlyozzuk, hogy a hagyományos szereposztás is elfogadható és működőképes, ha a nemi megkülönböztetés funkcionális és nem érinti a felek rangját és méltóságát. Felhívjuk a figyelmet a vallási indokokkal elkövetett visszaélések lehetőségére is és világossá tesszük, hogy a bibliailag nem igazolható a férfi felsőbbrendűsége a nővel szemben, mint isteni kívánság.

3.3.4 Válás és újravezetés

Az Ószövetség hat különböző kifejezést ismer a válásra, amelyet összesen 27 helyen alkalmaz, és amellyel összefüggésben olykor az újravezetés gondolata is megjelenik.¹¹⁰³ Két ószövetségi textus különösen jelentős: (1) az elbocsátásról szóló törvény 5Móz 24,1-4 verseiben,¹¹⁰⁴ valamint (2) a válásról szóló isteni állásfoglalást tartalmazó szakasz Mal 2,13-16 verseiben.¹¹⁰⁵

¹¹⁰² Balla Péter – ugyan a gyermeknevelés összefüggésében – hangsúlyozza, hogy a 21. vers („Engedelmeskedjete egymásnak, Krisztus félelmében.”) az egész házitábla bevezetése, címe. Vö.: Balla Péter, *Gyermekek és szülők kapcsolata: Az Újszövetség tanítása kortörténeti kontextusban* (Budapest, Kálvin, 2010), 176. p.

¹¹⁰³ Vö.: Richard M. Davidson, „Scheidung und Wiederheirat im Alten Testament.” In: Badenas, Höschele, *Die Ehe*, 157-158. p.

¹¹⁰⁴ Davidson kihangsúlyozza, hogy az isteni parancs nem a válásra vonatkozik, hanem arra, hogy a férj a korábban már elbocsátott asszonyt ne vegye még egyszer feleségül. Arra alapozza véleményét, hogy az 1-3. versekben csak helyzetleírást (protasis) találunk. Konkrét törvényadás (apodosis, amit a ׀ szócska jelöl)

Jézus újszövetségi álláspontját a válással kapcsolatosan Mk 10,9 tartalmazza: “Amit tehát az Isten egybekötött, ember el ne válassa.” Jézus számára ez a házasság vallási alappozítulátuma, amelyet semmi sem korlátoz, semmi sem old fel, és amelyet az eredeti, “jónak” ítélt isteni akaratra hivatkozva nyilatkoztat ki.¹¹⁰⁶ Más értelmezések szerint Jézus nem a válást, hanem az újraházasodást tiltja (kivéve ha az első házasság a házastárs hűtlensége miatt ért véget).¹¹⁰⁷

Érdekes Pál érvelése, amelyben elválasztja egymástól az isteni és az emberi útmutatást. Az isteni szerint: “A házasoknak pedig nem én parancsolom, hanem az Úr, hogy az asszony ne váljon el a férjétől. Ha azonban elválk, maradjon házasság nélkül, vagy béküljön ki a férjével. A férfi se bocsássa el a feleségét.” (1Kor 7,11-12) A tilalom itt kettős: a válásra és az újraházasodásra is vonatkozik (ráadásul mindkét nemre külön-külön is megfogalmazásra kerül). Az emberi útmutatásban a házasság nélküli élet ajánlását olvassuk (6-9. v.), valamint a hívő és hitetlen felek házasságára és válására vonatkozó útmutatást (12-16. v.).

Úgy tűnik, a nemi szerepekkel kapcsolatos kettősség a válással kapcsolatban is megjelenik. Egyfelől jelen van az édeni ideál, másfelől pedig a bibliai ember történelmét is végigkíséri a bűn által megrontott földi valóság. Ezt a valóságot Isten is ismerni látszik az Izraellel való kapcsolatából:

“[Isten az Ószövetségben] olyan mint az összetört szívű férj, aki arra vágyik, hogy a felesége visszatérjen hozzá (Ézs 50,54; Jer 3; Hós 2). Megbékélésre vágyik és nem válásra. Ő a síró férj, aki vigasztalhatatlan felesége hűtlensége miatt (Jer 8,18-9,22). Az isteni magatartás mintát kínál mindazoknak a mai férjeknek és feleségeknek, akik felfedezték társuk hűtlenségét, hogy miként gyakorolhatnak kegyelmet. Az elvált számára, aki esetleg maga is hozzájárult a váláshoz, vagy aki a befolyásán kívül álló körülmények következményeinek véttlen áldozata és most úgy érzi kudarcba fulladt az egész élete, számára szól Isten kegyelmének szava mindezekben a helyzetekben. Isten ugyanúgy dolgozik a múlttal ma is,

csak a 4. versben jelenik meg, ahol a válás már ténykérdés. Vö.: Davidson, „Scheidung und Wiederheirat im Alten Testament.”, 160. p. Ezt az értelmezést erősíti meg Burgk-Lempar is, amikor azt állítja: „Az Ószövetségben nem található szisztematikus válási törvény, 5Móz 24,1-4 csak egy speciális eset szabályozása: egy elvált asszony ne menjen hozzá még egyszer a férjéhez.” Andrea Burgk-Lempar, *Wenn Wege sich trennen: Ehescheidung als theologische und kirchliche Herausforderung* (Stuttgart: Kohlhammer, 2010), 113. p.

¹¹⁰⁵ Az itt elhangzó kifejezésekről („Gyűlölöm azt, aki elválk feleségétől - mondja az ÚR, Izrael Istene -, mert erőszak tapad ruhájára - mondja a Seregek URa. Vigyázzatok magatokra, ne legyetek hűtlenek!”) Peter Verhoef azt írja: „Az Ószövetség egyetlen más helyén sem találunk olyan emelkedett házasságfelfogást, mint Mal 2,10-16 verseiben. Egyetlen helyen sem ítéli el a válást ilyen explicit módon. [...] Malakiás próféta kínálja számunkra ebben a tekintetben a legmagasabb rendű ószövetségi kinyilatkoztatást.” Peter A Verhoef, *The Books of Haggai and Malachi* (Grand Rapids: Eerdmans: 1987), 280. p.

¹¹⁰⁶ Klaus Schmitz, „Ehe, Scheidung und Wiederheirat in Evangelien- und Paulustexten im NT.” In: Bochmann, van Treeck, *Ehescheidung und Wiederheirat*, 150. p. Burgk-Lempar megerősíti: „Az újszövetségi kutatók túlnyomó többsége által abszolút válási tilalomként értelmezett jézusi ige Mk 10,9 és par. Mt 19,6b verseiben a válási perikópa centrumában áll [...] Jézus itt radikális válásellenzőként áll elő, aki a házasság felbonthatatlanságát teológiailag Isten teremtői szándékával indokolja, amely 1Móz 1,27-ben és 2,24-ben fejeződik ki.” Burgk-Lempar, *Wenn Wege sich trennen*, 114. p.

¹¹⁰⁷ Vö.: Gerstenberger, Schrage, *Mann und Frau*, 171. p.

mint azok életében, akik az Ószövetség idején átérték a válást. Összeszedi a cserépdarabokat és lehetővé teszi az elváltaknak az újrakezdést.”¹¹⁰⁸

A Gyűrű-kúrán nem célunk az újraházasodáshoz való etikai jogosultság vizsgálata, nem részesítjük előnyben azokat, akik első házasságukra készülnek és nem különböztetjük meg azokat, akiknek ez már a többedik nekifutása.¹¹⁰⁹ Minden párnak igyekszünk segítséget nyújtani ahhoz, hogy a jelenlegi kapcsolatát a lehető legteljesebben megélje és azt a lehető legmagasabb megelégedettségi szintre fejlessze. Ugyanakkor kifejtjük a foglalkozások során, hogy a válás nem konfliktuskezelési módszer, mert aki megfutamodik egy probléma érett megoldása elől, az egy következő kapcsolatban is hasonló problémákkal fog szembesülni. A kapcsolat ápolása, tudatos megélése fontos protektív tényező a válással szemben és ezt igyekszünk amennyire csak lehet, világossá tenni.

3.4 A programban megjelenő terápiás irányzatok

3.4.1 A Gyűrű-kúra rendszerelméleti aspektusai

A Gyűrű-kúrában megjelenő pszichoterápiás szemléletmódok közül a legjelentősebb a rendszerelmélet, amely mint egy értelmezési keret végigvonul az egész programon. A rendszerelmélet inkább a kapcsolat struktúrájára és folyamatára összpontosít, semmint konkrét megoldandó problémákra, és ez jól beilleszkedik a program preventív-educatív szemléletébe. Tudatosítja a párokban, hogy nem elszigetelten léteznek, mindenkitől függetlenül, hanem bonyolult kapcsolatrendszerek tagjai és a különböző rendszerekben végbemenő változások rájuk mint egyénekre és rájuk mint párra is hatással vannak.

A rendszerelmélet ismeretanyagából a Gyűrű-kúra is alkalmazza azokat a felismeréseket, amelyeket már Elliott és Saunders szisztémikus házasság-gazdagító programja tartalmazott (cirkuláris kauzalitás, a párkapcsolati kommunikáció bejósolható mintái, adaptív és homeosztatisz mechanizmusok).¹¹¹⁰ Ezzel a párok megtanulják, hogy egymás hibáztatása, felelőssé tétele nem célravezető, hiszen mindkettő hatással vannak egymásra és a házasságukat közösen formálják olyanná amilyen.¹¹¹¹ Továbbá érzékenyebbé válnak a kommunikációjukra, már beszélgetés közben képet alkothatnak az alkalmazott

¹¹⁰⁸ Davidson, „Scheidung und Wiederheirat im Alten Testament.”, 179. p.

¹¹⁰⁹ Az ezzel kapcsolatos egyházi szabályozáshoz lásd: *Hetednapi Adventista Egyház gyülekezeti kézikönyv*, 248-250. p.

¹¹¹⁰ Vö.: Elliott, Saunders, „The Systems Marriage Enrichment Program.”, 54. p.

¹¹¹¹ A botlókövek lépcsőfokokká változtatása mellett a program másik fontos mottója, amely gyakran elhangzik: „A boldog házasság két ember közös munkájának együttes eredménye.” Mihalec, *Gyűrű-kúra*, 17. p.

kommunikációs stratégiák következményeiről és ez tudatosságra neveli őket. Végül pedig perspektívaként megjelenik, hogy a jó házasság állandóan változik. A kapcsolat érese egyre mélyebb közösséget formál a pár tagjai között, így a változás nem valami olyasmi, amitől félni kell, hanem amit a saját előnyükre használhatnak.

Az adaptív és homeosztatisz mechanizmusok az olsoni circumplex modellen alapuló párszerkezeti térképpel külön elemként meg is jelennek a foglalkozások során. A kapcsolat változási készsége a funkcionalitás egyik fontos fokmérője, ezért erre a tényezőre komoly figyelmet fordítunk.¹¹¹² A párok itt megtanulják, hogy a kapcsolati kötődésnek és a rugalmasságnak lehetnek szélsőséges értékei, amelyek diszfunkcionálissá tesznek egy kapcsolatot, és felismerik a kiegyensúlyozott megélés indikátorait is.

A rendszerelméleten belül a strukturális terápiás irányzat szempontjai is jelentős szerepet játszanak a Gyűrű-kúrában. A világos határok (szemben a diffúz és merev határokkal) meghúzése fontos cél a foglalkozások során és feladatként is megjelenik három irányban:¹¹¹³ (1) “felfelé” – a szülőkkal való kapcsolat rendezése, a gyermekstátusból az egyenrangú felnőtt státusba való átlépés, a szülőktől való rendszerszintű elkülönülés; (2) “lefelé” – a gyermekekkel való kapcsolat, a szülői és gyermeki alrendszer szétválasztása, a parentifikáció elkerülése, a szülők egységes fellépésének hangsúlyozása; és (3) “oldalirányba” – a testvérekkel és barátokkal való kapcsolati határok tisztázása, egyéni és közös barátságok kezelése, egységes álláspont abban, hogy kit milyen mélységig engednek betekinteni a kapcsolatukba.

3.4.2 A Gyűrű-kúra kognitív viselkedésterápiás aspektusai

A Gyűrű-kúrában kognitív és viselkedésterápiás¹¹¹⁴ attitűdök és tartalmak is megjelennek. Először is, a program háttérében meghúzódik a meggyőződés, hogy a házasság működtetésének vannak igazoltan (evidence-based) “helyes”, azaz funkcionális és vannak igazoltan “helytelen”, diszfunkcionális módjai.¹¹¹⁵ A program során azokat az ismereteket

¹¹¹² Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 19. p.

¹¹¹³ A strukturális terápia alapítója szerint: „Az egybekelés az új családi egység formális kezdete. De a felek sok lépést tesznek meg a formális egybekelés és egy élhető egység létrehozása között. Az új pár előtt álló egyik feladat éppen az, hogy kialakítsák viszonyukat mindkettőjük eredeti családjával. Ezenkívül az eredeti családoknak is alkalmazkodniuk kell egyik tagjuk részleges elkülönüléséhez, az új tag belépéséhez, és az új házastársi alrendszer beilleszkedéséhez a nagycsalád működésébe. Ha az eredeti család régen rögzült szerkezetei nem változnak, fenyegethetik az új egység kialakulásának folyamatát.” Minuchin, *Családok és családterápia*, 26-27. p.

¹¹¹⁴ David Mace 1984-ben a kibontakozó viselkedésterápiás kutatásoktól a házasság-gazdagítás módszertani elmélyítését várta és ezt a terápiás irányzatot tartotta az egyik legfontosabb impulzusnak. Vö.: Mace, *Close Companions*, 129. p.

¹¹¹⁵ Ez nem azt jelenti, hogy lenne egy mindenki számára beváltható recept, vagy valamiféle cselekvési terv, amelynek végigjárása után automatikusan jó lesz a házasság, ugyanakkor a kutatások világosan különbséget

osztjuk meg a párokkal, amelyek igazoltan hozzájárulnak a kapcsolatuk sikeréhez. Ehhez elválaszthatatlanul hozzátartozik közkeletű tévhitek elemzése és megcáfolása,¹¹¹⁶ valamint adott esetben egy új kapcsolati kultúra alapjainak lefektetése is.

Konkrét gondolati tartalmakként sokban támaszkodik a Gyűrű-kúra John M. Gottman viselkedésterápiás kutatásaira (kommunikáció, gyermeknevelés, anyóskérdés). Ezek megjelennek az információközlésben és bizonyos gyakorlatok is átvételre kerültek Gottman műveiből.

Ugyancsak fontos viselkedésterápiás adalék az a fontos felismerés, miszerint az emberek meghatározott helyzetekben (például párkapcsolat) tanúsított viselkedése, egy (általában tudattalan) tanulási folyamat eredménye. A foglalkozások során alapvető kapcsolati készségeket sajátítanak el, amelyek megszilárdulása a viselkedésterápiában alkalmazott tanulási fázisokon keresztül valósul meg:¹¹¹⁷ (1) információ (a résztvevők tájékoztatást kapnak egy meghatározott készség alkalmazásáról, szerepéről, hatásáról); (2) viselkedés (a résztvevők biztonságos közegben gyakorlatok keretében lehetőséget kapnak az új készség gyakorlására, ami kezdetben még mesterkéltnek tűnik számukra); (3) szokás (a foglalkozásokon, valamint a házi feladatokban történő folyamatos gyakorlás révén az új készségek szokássá válnak, a résztvevők egyre természetesebben alkalmazzák azokat és egyre kevésbé kell tudatos kontrollt gyakorolniuk); és (4) személyiség (a szokássá rögzült új készség beépül a résztvevők személyiségébe és a természetes készség-készlet részévé válik).

3.4.3 A Gyűrű-kúra humanisztikus pszichológiai aspektusai

A kliensközpontú-humanisztikus terápiás megközelítés három ponton érhető tetten a Gyűrű-kúra foglalkozásain: (1) a csoportvezetőknek a résztvevők iránt beállítódásában, (2) a program növekedésorientáltságában, valamint (3) a foglalkozások élményközpontúságában.

tesznek olyan attitűdök, kommunikációs minták, konfliktuskezelési stratégiák és más tényezők között, amelyek a kapcsolat minőségét pozitív vagy negatív irányba befolyásolják. Egy kapcsolat lehet például kiegyensúlyozott és boldog, függetlenül attól, hogy egyenrangú vagy tradicionális szereposztást követ-e, ám nem lehet boldog, ha a felek megcsalják egymást, ha negatív kommunikációs mintáikkal aláássák egymás önbecsülését, ha a gyermekeiket koalíciós partnerként használják egymás ellen. Hogy mely témakörben mi a „helyes”, illetve mik a „helytelen” megélési módok, abban David Olson nagy mintaszámú vizsgálataira támaszkodunk.

¹¹¹⁶ Ez az attitűd több kognitív viselkedésterápiás szerzőnél tettenérhető. Lásd: Lazarus, *Esküvő előtt, esküvő után*. Kisebbségi terjedelemben: Gottman, Silver, *A boldog házasság hét titka*, 24-28. p. Továbbá: Philip C. McGraw, *Válás helyett: Párok kapcsolatunk megmentése* (Budapest: Bestline, 2002), 53-80. p. Jóllehet McGraw egyik felsorolt mítosza éppen az, hogy a párok kapcsolat működtetésének van helyes és helytelen módja.

¹¹¹⁷ Vö.: Hinsch, Pfingsten, *Gruppentraining sozialer Kompetenzen*, 86-87. p.

A három Rogersi alapattitúd alapelvárás a Gyűrű-kúra csoportvezetői felé is:

„Az empátiás reflexió, a feltétel nélküli elfogadás, valamint a terapeuta kongruenciája – ez a három feltétel biztosítja a hatékony segítő kapcsolatot. [...] A mai pszichoterápiás gyakorlatban ezeket a követelményeket alap-feltételekként, vagy pedig a terápia szükséges és elégséges feltételeiként fogalmazzuk meg.”¹¹¹⁸

Az 1980-as években virágzó házasság-gazdagító mozgalomban is ezek képezték a csoportvezetőktől elvárt kvalitások jelentős részét.¹¹¹⁹ Amellett, hogy a három rogersi attitúd fontos elem a csoportvezető és a csoporttagok közötti rapport létrejöttében, a párok számára mintául is szolgál, hogy ők is így viszonyuljanak egymáshoz a kapcsolatukban.

Carl. R. Rogers fogalmazta meg, hogy minden ember rendelkezik azokkal az erőforrásokkal, amelyekre szüksége van egy egészséges, sikeres élet megéléséhez. A baj az, hogy ezek az erőforrások gyakran nem hozzáférhetőek az egyén számára, akinek ezért szüksége van egy külső segítőre, aki bemutatja számára ezeket az erőforrásokat, és megtanítja használni őket.¹¹²⁰ További szerzők (pl. Howard Clinebell,¹¹²¹ Virginia Satir, Susan Johnson, stb.) ezeket a felismeréseket átfordították a pár- és családterápia fogalomkészletére. A Gyűrű-kúra ilyen segítő szeretne lenni a párok számára, hogy hozzáférjenek és használni tudják a saját erőforrásaikat.

Az intenzív kapcsolati élménynek nagy szerepe lehet a pozitív változások elindításában. Ezen a felismerésen alapulnak az élményközpontú terápiás koncepciók is:

“Nem a pszichoanalízisből ismert belátást nyújtják, hanem egy érzelmileg feltöltött élményt – alkalmat a családtagoknak a spontaneitásra, a kifejeződésre, a személyes növekedésre. Nem a technikák hatása, hanem önmagában a kapcsolati élmény a fejlődés elsődleges stimulusa eben az itt-és-most terápiás megközelítésben.”¹¹²²

A Gyűrű-kúra foglalkozások gyakorlatai közül több pontosan ezt szeretné elérni. Az élményt fokozzák a külsőségek is (gyertya, zene, stb.). Ha egy konfliktusokkal küzdő pár a kapcsolatáról beszélget otthon a saját környezetében, akkor ez általában erősen negatív hangulatban történik. A csoportfoglalkozásokon viszont – a helyzet ellenőrzöttsége miatt – pozitív hangvétellel, megoldásközpontúan tudnak beszélgetni és ezt az élményt viszik magukkal az otthoni beszélgetéseikbe is.¹¹²³

¹¹¹⁸ Tringer, *A gyógyító beszélgetés*, 12. p.

¹¹¹⁹ Mace-ék gyakorlatában a képzésben lévő csoportvezetők 6 minősítési kritériuma közül az egyik: „Melegséget és törődő attitűdöt sugároznak a csoportban résztvevő többi pár felé.” Mace, „The Selection, Training, and Certification of Facilitators for Marriage Enrichment Programs.” 119. p.

¹¹²⁰ Vö.: Tringer, *A gyógyító beszélgetés*, 20. p.

¹¹²¹ Clinebell – mint korábban láttuk – „rejtett házasságról” beszél, amely a tanácsadói kapcsolatban kerül felszínre és válik elérhetővé a pár számára. Clinebell a rogersi törődés mellett a konfrontációt is a növekedés fontos serkentőjeként tekinti. Vö.: Clinebell, *Growth Counseling for Marriage Enrichment*, 11. p.

¹¹²² Goldenberg, *Áttekintés a családról*, 2. kötet, 82. p.

¹¹²³ Vö.: Garland, *Working with Couples for Marriage Enrichment*, 54. p.

3.4.1 A Gyűrű-kúra pszichoanalitikus aspektusai

Végül meg kell említenünk a pszichoanalitikus aspektust is, hiszen a házasságba a felek nem „tisztá lappal”, üres háttérrel lépnek be, hanem magukkal hoznak egy-egy “hátizsákot”,¹¹²⁴ amelyben magukkal hordják a szüleik jellegzetes működési módját. Ezek azután a saját házasságukban öntudatlan, rejtett programként bekapcsolnak és meghatározzák a konfliktuskezeléshez, szexualitáshoz, pénzhez és sok minden másához való viszonyulásukat. Ezeknek a rejtett programoknak a felismerése fontos célként jelenik meg. Számos gyakorlat ezt szolgálja (pl. pénzkezelési szokások és elvek, gyermekfegyelmezési módszerek, szülők által gyakorolt családmodell, konfliktuskezelési stratégiák, stb.).

3.5 A program hatékonyságvizsgálata

A Gyűrű-kúra első változatának összeállításától kezdve fontos volt számunkra nyomon követni, hogy a program mennyire találkozik a résztvevők elvárásaival, mennyire jelent számukra valós segítséget a kapcsolatuk fejlesztésére, és hogyan lehetne a foglalkozásokat a lehető leghatékonyabbá tenni. Ezért kezdetben általános 5 fokozatú elégedettségi kérdőívekkel kértük ki a résztvevők véleményét, 2008-tól azonban utánkötéses vizsgálattal kezdtük felmérni, hogy a párok kapcsolatára milyen hosszabb távú hatása van a programon való részvételnek, és ez a hatás a kapcsolat mely területein válik kimutathatóvá. Ennek a vizsgálatnak az eredményeit mutatjuk be az alábbiakban.

3.5.1 A hatékonyságvizsgálat módszerének bemutatása

A Gyűrű-kúra hatékonyságának feltérképezésére minden résztvevő párral három tesztfelvételt készítettünk: (1) egyet a foglalkozások elején az intervenciók előtt, (2) egyet a 10 foglalkozás végén (annak felmérésére, hogy meddig jutottak a párok a foglalkozások hatására), (3) végül pedig egyet hat hónappal a foglalkozások lezárása után (annak megállapítására, hogy az elsajátított új ismeretek és készségek mennyiben épültek be a párok mindennapi működésébe).

A felmérések alapját a PREPARE/ENRICH tesztek itemsorainak egyszerűsített változata képezte, amelyben David Olson személyes közreműködésével válogattuk össze minden

¹¹²⁴ A hátizsák többször visszatérő kifejezés a foglalkozások során, amelyet a származási családból behozott minták gyűjtőfogalmaként használunk.

mérni kívánt kategóriához a legmagasabb validitású és reliabilitású itemeket. További egyszerűsítő változás az eredeti tesztekhez képest, hogy a különböző párkapcsolati típusok részére kialakított tesztsomagok itemjei (PREPARE – házasságra készülők, ENRICH – házások, együttélők) itt egy itemsorként jelennek meg, amely alkalmas minden heteroszexuális párkapcsolati típus felmérésére (bizonyos esetekben a pénzügyek, a szexualitás és a gyermeknevelés kategóriáknál különválasztottuk a házások/együttélők, illetve együttjárók/jegyesek, továbbá a gyermekesek illetve gyermektelenek számára megfogalmazott itemeket). Az itemsort a pár mindkét tagja kitöltötte (minden kérdésre 1 és 5 közötti számmal kellett válaszolni a következők szerint: 1 = egyáltalán nem értek egyet, 2 = nem értek egyet, 3 = eldöntetlen, 4 = egyetértek, 5 = teljes mértékben egyetértek), az eredményeket pedig átlagoltuk egymással, így kaptuk meg a pár közös számadatát egy 5 és 25 közötti szám formájában, ahol az mutatja a pár megelégedettségi szintjét az adott kapcsolati kategóriával, hogy a kapott számérték mennyire közelíti meg az 25-öt. A tesztek kiértékelésénél tekintettel voltunk a negatív megfogalmazású kérdésekre is, így azok számértékét átkonvertáltuk a korrekt értékelés érdekében. Az így nyert eredményeket oszlopdiagramok formájában mutatjuk be, az összesítésben elsősorban azoknak a pároknak az adatait tekintjük mérvadónak, akik mindhárom tesztfelvételen jelen voltak, és hiánytalanul kitöltöttek minden itemsort. Mivel azonban jelentős azok aránya, akik csak az első két tesztfelvételt töltötték ki, egy külön kimutatásban ezeknek adatait is figyelembe vesszük. A felmérés gerincét képező 61 itemből álló teszt mellett szerepel még a felmérésben egy általános demográfiai adatokat felmérő kérdéssor, valamint 2011 óta a párszerkezeti térképet is bevezettük a felmérésbe, így az ehhez tartozó 10 item is integrálásra került kiegészítő tesztlap formájában (ez a 2011 előtti felvételekben nem szerepel).

Annak érdekében, hogy minél pontosabb képet kapjunk a program által kiváltott hatásokról, a vizsgálatot ugyanezzel az itemsorral egy 58 párból álló kontrollcsoporton is elvégeztük. A kontrollcsoport párpai kétszer töltötték ki a tesztet, a két felvétel között hat hónap telt el. Ezzel a módszerrel láthatóvá válik, hogy a programon való részvétel nélkül milyen változások történnek egy párkapcsolatban.

Az itemsor az alábbi kapcsolati kategóriákat öleli fel és az egyes kategóriákat az alábbi itemek segítségével méri fel:¹¹²⁵

Célok¹¹²⁶

¹¹²⁵ Mivel a tesztben az különböző kategóriákhoz tartozó itemeket véletlenszerűen összekevertük, az item sorszáma azt a számot jelöli, amely alatt a tesztben az adott item szerepel.

¹¹²⁶ Olson, *Empowering Couples*, 191-192. p. Az ebből a könyvből vett itemek esetében a kiértékeléshez használt Excel programhoz a kiértékelési számítási eljárást is innen vettük át.

- 27. Egyetértünk a párkapcsolati és családi céljainkban.
- 7. Partnerem támogat a személyes céljaim elérésében.
- 36. Nem fogalmaztuk meg világosan a személyes és családi céljainkat.
- 13. Céljaink többségét képesek vagyunk elérni.
- 18. Világos célokat tűztünk ki a párkapcsolatunk számára.

Kommunikáció¹¹²⁷

- 19. Pozitív és negatív érzéseinket egyaránt jól meg tudjuk osztani egymással.
- 3. A partnerem nagyon jó a meghallgatásban.
- 38. Egymás tudomására hozzuk a kívánságainkat és ötleteinket.
- 10. Nem esik nehezünkre, hogy a kapcsolatunk problémáiról beszéljünk.
- 22. A partnerem igazán megért engem.

Konfliktuskezelés¹¹²⁸

- 52. Kompromisszumot tudunk kötni, ha szükséges.
- 33. Hajlamosak vagyunk bizonyos témák figyelmen kívül hagyására, amik később problémákat okoznak.
- 54. Sokszor engedjük meg, hogy kicsiny dolgokból "elefánt" legyen.
- 5. Eltérően oldjuk meg a problémákat.
- 46. Általában feldolgozzuk és megoldjuk a konfliktusainkat.

Pénzügyek¹¹²⁹

- 23. Általában meg tudunk egyezni azon, hogy mire költjük a pénzünket.
- 39. Bárcsak a párom óvatosabb volna a pénzköltésben.
- 60. **Házasok/élettársak:** Aggasztanak az adósságaink és az, hogy nincsenek megtakarításaink. **Együttjárók/jegyesek:** Legalább egyikünknek vannak aggasztó adósságai.
- 30. **Házasok/élettársak:** A hitelkártyák használata problémát okoz a kapcsolatunkban. **Együttjárók/jegyesek:** El kell még döntenünk, hogy miként kezeljük a pénzt.
- 49. **Házasok/élettársak:** Könnyű eldöntenünk, hogyan kezeljük a pénzügyeinket. **Együttjárók/jegyesek:** Pontosan kiszámoltuk, hogy a házasságunkban milyen anyagi viszonyok között fogunk élni.

Szexualitás¹¹³⁰

- 31. Elégedett vagyok a partnerem által tanúsított gyengédség mennyiségével.
- 42. Hasonlítunk a szexuális érdeklődésünkben és az elvárásainkban.
- 34. Partnerem visszaél a szexszel és zsarol velem.
- 8. **Házasok/élettársak:** Néha attól félek, hogy a partnerem vágyik egy házasságon kívüli szexuális kapcsolatra. **Együttjárók/jegyesek:** Gondot jelentenek számomra a partnerem lehetséges korábbi szexuális tapasztalatai.
- 48. Könnyedén beszélgetünk a szexuális kapcsolatunkról.

Szülőség és gyermekek¹¹³¹

- 35. **Gyermekek:** A mi családjunkban az apa elég időt tölt a gyerekekkel. **Gyermektelenek:** Beszélgettünk már arról, hogy mi az apa felelőssége a gyermeknevelésben.
- 44. Megegyeztünk abban, hogy miként neveljük a gyerekeinket.
- 26. **Gyermekek:** A gyerekek nagy problémaforrást jelentenek a kapcsolatunkban. **Gyermektelenek:** Ha gyermekeink lesznek, az segíthet a kapcsolati problémáink megoldásában.

¹¹²⁷ Olson, *Empowering Couples*, 38-39. p.

¹¹²⁸ Olson, *Empowering Couples*, 63-64. p.

¹¹²⁹ Olson, *Empowering Couples*, 103-104. p.

¹¹³⁰ Olson, *Empowering Couples*, 132-133. p.

¹¹³¹ Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 97. p.

9. **Gyermekek:** A partnerem több figyelmet szentel a gyerekeinknek, mint a házasságunknak. **Gyermektelenek:** Abból, ahogy a partnerem a gyerekekkel bánik aggódom, hogy jó szülő lesz-e.

50. **Gyermekek:** A gyerekek gazdagítják a házasságunkat. **Gyermektelenek:** Megbeszéltem a partneremmel, hogy milyen érzés volna számomra, ha gyerekünk lenne.

Szabadidő eltöltése/Kikapcsolódás¹¹³²

- 24. Jó egyensúlya van kapcsolatunkban a közösen és külön eltöltött időnek.
- 4. Elégedett vagyok a közösen eltöltött szabadidős tevékenységek mennyiségével.
- 37. A társam tevékenységei nem zavarják az együtt töltött időt.
- 28. Ugyanazokat a társasági és kikapcsolódási tevékenységeket szeretjük.
- 43. Hasonló az elképzelésünk arról, hogy mit jelent a kellemesen eltöltött idő.

Család és barátok¹¹³³

- 6. Szívesen vagyok együtt a partnerem rokonaival.
- 16. A partnerem kedveli a barátaimat.
- 29. Ha a családtagjainktól anyagi támogatást vagy tanácsot fogadunk el, az problémákat okoz a kapcsolatunkban.
- 40. Partnerem barátai vagy rokonai olykor beavatkoznak a kapcsolatunkba.
- 56. A tágabb családom elfogad engem, és tiszteletben tartja a döntéseimet.

Szerepek¹¹³⁴

- 45. A szakmai előmenetel egyaránt fontos lehet a férfinek és a nőnek is.
- 51. Az egyenlőségen alapuló kapcsolat gyakori egyeztetést és kompromisszumkészséget igényel.
- 21. Ha mindkét fél dolgozik, a férjnek ugyanolyan mértékben részt kell vennie a házi munkákban, mint a feleségnek.
- 58. A házi munkákat nem a hagyomány szerint, hanem az érdeklődés és a képességek szerint osztjuk el.
- 55. Együtt hozzuk a döntéseinket.

Lelkiség/spiritualitás¹¹³⁵

- 57. A párom és én egyetértünk abban, ahogyan a hitünket gyakoroljuk.
- 47. A vallásosság értelmezése eltér kettőnkénél.
- 59. Egyetértünk párommal a vallásosság kívánatos mennyiségével, amit szeretnénk házasságunkban gyakorolni.
- 17. Az istentiszteleteken való részvétel fontos a számomra.
- 32. A hitbeli meggyőződésünk segít, hogy mint pár, közelebb érezzük magunkat egymáshoz.

Párkapcsolati rugalmasság¹¹³⁶

- 1. Amikor ellentétek merülnek fel közöttünk, kompromisszumot kötünk.
- 20. A legtöbb döntést közösen hozzuk.
- 25. Mindketten képesek vagyunk alkalmazkodni a változáshoz, amennyiben ez szükséges.
- 11. Kreatívak vagyunk abban, ahogyan a különbségeinket kezeljük.

¹¹³² A kérdéseket David Olson javasolta személyes levelében (levelés dátuma: 2008.04.02.).

¹¹³³ Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 98. p.

¹¹³⁴ Olson, *Empowering Couples*, 84-85. p.

¹¹³⁵ Olson, *Empowering Couples*, 117-118. p.

¹¹³⁶ Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 101. p. A kérdések kiválogatása David Olsonnal történt személyes levelezés alapján (levelés dátuma: 2008.04.02.). Mivel a kötődés és a rugalmasság kategóriája kétszer is szerepel a felmérésben (a 61 kérdéses itemsorban és a párszerkezeti térképen is), fontosnak tartjuk kiemelni, hogy az itemsorban szereplő kérdések esetében az mutatja a kapcsolat magas minőségét, ha a kapott eredmény minél inkább a 25 felé közelít. Ezzel szemben a párszerkezeti térkép kérdéseinél a túl alacsony és a túl magas értékek is egyensúlyvesztett kapcsolati dinamikára utalnak, így a kapcsolat kiegyensúlyozottságát a középértékhez való közelség jelzi (esetünkben a 15-ös számérték).

14. A vezetést egyenlően osztjuk meg.

Párkapcsolati kötődés¹¹³⁷

2. Érzelmileg nagyon közel érezzük magunkat egymáshoz.
15. Az együttlét a legfontosabb számunkra.
53. Igazán élvezzük a szabadidőnk közös eltöltését.
41. Segítséget szoktunk kérni egymástól.
12. Könnyedén kitaláljuk, hogy mit csináljunk közösen.

A kapcsolattal való általános megelégedettség¹¹³⁸

61. Nagyon elégedett vagyok a kapcsolatunkkal.

A fenti párkapcsolati kategóriák mellett, mint említettük a felméréshez kiegészítőlap formájában hozzárendeltük 2011-től a párszerkezeti térkép itemjeit is. Ezeket szintén ötfokozatú skálán kellett a kitöltőknek megválaszolni, ám itt minden válaszlehetőségnek külön jelentése van (az “egyáltalán nem értek egyet” fokozattól a “teljes mértékben egyetértek” fokozatig terjedő értékelés helyett minden item esetében más-más válasz felel meg az 1-től 5-ig terjedő számoknak).

Párkapcsolati kötődés¹¹³⁹

1. Milyen gyakran töltik együtt a szabadidejüket?
2. Mennyire érzi magát elkötelezve a párja iránt?
3. Milyen közel érzi magát a párjához?
4. Hogyan tartják egyensúlyban az együtt és külön töltött idejüket?
5. Mennyire függnék egymástól a kapcsolatukban?

Párkapcsolati rugalmasság¹¹⁴⁰

1. Milyen fajta vezetés működik a kapcsolatukban?
2. Milyen gyakran végzik együtt ugyanazokat a feladatokat otthon, vagy töltik be ugyanazt a szerepet?
3. Milyen (írott vagy íratlan) szabályok vannak érvényben a családjukban?
4. Hogyan hozzák a döntéseket?
5. Milyen gyakran történnek változások a kapcsolatukban?

Végül a felmérésben szereplő demográfiai adatok olyan kérdéseket ölelnek fel, mint a kapcsolat típusa (együttjárás/jegyesség, élettársi kapcsolat, házasság), életkor, hány éves házások, illetve mennyi idő múlva tervezik az esküvőt, gyermekek száma, általános beállítódásuk (konzervatív, liberális, egyik sem) iskolai végzettség, vallási hovatartozás és vallásgyakorlás intenzitása.

¹¹³⁷ Olson, *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*, 101. p. A kérdések kiválogatása és átfogalmazása David Olsonnal történt személyes levelezés alapján.

¹¹³⁸ Általános kérdés a kapcsolatban való szubjektív jóllétérés felmérésére.

¹¹³⁹ Olson, *Empowering Couples*, 139-141. p.

¹¹⁴⁰ Olson, *Empowering Couples*, 140-141. p.

3.5.2 A felmérés adatainak kiértékelése

3.5.2.1 A vizsgálat elején megfogalmazott hipotézisek

A vizsgálattal az alábbi hipotézisek helyességére, illetve helytelenségére szeretnénk megbízható válaszokat kapni:

1. A Gyűrű-kúra kimutatható pozitív hatást gyakorol a résztvevő párok kapcsolatára minden mért kapcsolati kategóriában.
2. Mivel a Gyűrű-kúra az információközlés mellett készségek tanulását is megcélozza, abból indulunk ki, hogy a kiváltott pozitív hatás nem ér véget a foglalkozások lezárása után. Az új készségek birtokában a párok kapcsolata a mért kategóriákban a program lezárása után is továbbnövekszik, így a párok hat hónappal később jobb eredményeket érnek el, mint a foglalkozások lezárásakor.
3. Mivel a Gyűrű-kúrán a párok nem csak a kapcsolatuk erősségeivel szembesülnek, hanem azok növekedési területeivel is, elképzelhetők bizonyos pontokon negatív változások is az első és második felvétel között. Ugyanakkor, ha a tanulási folyamat elindul, akkor hat hónappal később ennek tettenérhetőnek kell lennie abban, hogy a harmadik felvétel eredményei jobbak lesznek az elsónél.
4. A Gyűrű-kúrán kialakuló meghitt légkör hatással lesz a tesztkitöltésre is, így várható, hogy bizonyos kategóriáknál a második felmérés eredménye kiugróan jobb lesz az elsónél. Mivel a harmadik, otthoni felmérésnél a Gyűrű-kúrán jelenlévő romantikus elemek hiányoznak (a kapcsolatra való fókuszált figyelem, intenzív csoportélmény, gyertyafény, zene, stb.), a harmadik felmérés eredménye alacsonyabb lehet a másodiknál, ám ha a program megfelelő volt és a kívánt tanulási hatást elindította, akkor a harmadik felvétel jobb eredményt fog mutatni az elsónél, ez pedig már azt a "letisztult képet" fogja mutatni, amelyet a pár az otthoni környezetében, a mindennapi életben megél.
5. A kontrollcsoport értékei kevesebb pozitív változást mutatnak a tesztcsoport eredményeihez képest. A két felvétel adatai megközelítően azonosak lesznek, de várhatók negatív eltérések is.
6. Mivel a Gyűrű-kúrán való részvétel eleve feltételez egyfajta nyitottságot és tudatosságot, abból indulunk ki, hogy a programon résztvevő párok első tesztfelvételének eredményei magasabbak lesznek a kontrollcsoport első tesztfelvételének eredményeinél, hiszen ők nem a kapcsolatuk iránti elköteleződésük mentén kerülnek be a mérési eljárásba, hanem kontrollálatlanabb, véletlenszerű megszólítás alapján.

7. Mivel a párkapcsolat minősége a párszerkezeti térképen is megmutatkozik, azt feltételezzük, hogy a három felvétel eredményei jelentős eltérést fognak mutatni a szélsőségesebb mintáktól a kiegyensúlyozott minták, azaz a diagram középpontja felé. Ugyanez a mérés a kontrollcsoport esetében stagnáló, vagy ellentétes irányú változást fog mutatni.

3.5.2.2 A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatai

Annak érdekében, hogy világosabb képet nyerjünk a résztvevők, illetve a kontrollcsoport összetételéről, a felmérőlapon néhány általános demográfiai kérdést is feltettünk. Az alábbiakban ezek eredményeit összesítjük. Az első sorban minden táblázatban azokat soroltuk fel, akik résztvettek a Gyűrű-kúrán és legalább egyet kitöltöttek a három tesztfelvétel közül (240 fő, azaz 120 pár). A második sorban csak azokat a személyeket szerepeltetjük, akik részt vettek a Gyűrű-kúrán és mindhárom felmérést kitöltötték (108 fő, azaz 54 pár). A harmadik sorban a kontrollcsoport szerepel, amely a hat hónap eltéréssel felvett két teszt között semmilyen párkapcsolati intervención nem vett részt, sem nálunk, sem máshol, sem preventív, sem pedig terápiás keretben (116 fő, azaz 58 pár).¹¹⁴¹

Kapcsolat típusa	együttjárás/ jegység	élettársi kapcsolat	házasság	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	43 ¹¹⁴² 17,91%	11 4,58%	122 50,83%	64 26,66%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	29 26,85%	3 2,77%	64 59,25%	12 11,11%	108 fő 100%
Kontrollcsoport	8 6,89%	12 10,34%	96 82,75%	-	116 fő 100%

16. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a kapcsolatuk típusa szerint.

Életkor	20 alatt	20-25	26-30	31-35	36-40	40 felett	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	1 0,41%	30 12,5%	17 7,08%	37 15,41%	26 10,83%	64 26,66%	65 27,08%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	1 0,92%	19 17,59%	5 4,62%	22 20,37%	17 15,74%	33 30,55%	11 10,18%	108 fő 100%
Kontrollcsoport	1 0,86%	5 4,31%	18 15,51%	23 19,82%	16 13,79%	53 45,68%	-	116 fő 100%

17. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az életkoruk szerint.

¹¹⁴¹ A kontrollcsoport tesztfelvételeit az Adventista Teológiai Főiskola Családi Életre Nevelő szakirányú továbbképzésének hallgatói készítették ismerőseik körében. Munkájukért ezúton is kifejezzük köszönetünket. Nagyobb számú minta esetén érdekes lett volna megfigyelni, hogy a tesztfelvétel időpontja (pl. nyaralás utáni vagy téli felvétel) hatással van-e a mért eredményekre. A minta viszonylag alacsony száma miatt azonban ettől eltekintünk és nem kívánunk spekulációkba bocsátkozni.

¹¹⁴² Az együttjáró/jegyes, valamint az élettársi kapcsolat kategóriáknál azért szerepelnek páratlan számok, mert az együttélő pár egyik tagja jegyességek, a másik pedig élettársi kapcsolatnak értelmezi a kapcsolatát és az ennek megfelelő adatot jelölte meg.

Hány éve házasok	0-5	6-10	11-15	15-20	20 felett	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	49 ¹¹⁴³ 25,12%	19 9,74%	16 8,2%	20 10,25%	18 9,23%	73 37,43%	195 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	19 25,33%	10 13,33%	10 13,33%	12 16%	12 16%	12 16%	75 fő 100%
Kontrollcsoport	35 33,65%	13 12,5%	10 9,61%	16 15,38%	28 26,92%	2 1,92%	104 fő 100%

18. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a házasságban/együttélésben eltöltött évek száma szerint.

Hány hónap múlva lesz az esküvő	0-6	6-12	több mint 12	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	29 64,44%	15 33,33%	1 2,22%	-	45 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	24 72,72%	8 24,24%	1 0,92%	-	33 fő 100%
Kontrollcsoport	-	2 16,66%	7 58,33	3 25%	12 fő 100%

19. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az esküvőig hátralévő hónapok száma szerint.

Gyerekek száma	0	1	2	3	4	5	több mint 5	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	67 ¹¹⁴⁴ 27,91%	33 13,75%	55 22,91%	8 3,33%	5 2,08%	5 2,08%	2 0,83%	65 27,08%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	35 32,4%	19 17,59%	31 28,7%	8 7,4%	1 0,92%	3 2,77%	-	11 10,18%	108 fő 100%
Kontrollcsoport	30 25,86%	24 20,68%	45 38,79%	4 3,44%	10 8,62%	2 1,72%	-	1 0,86%	116 fő 100%

20. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a gyermekek száma szerint.

Iskolai végzettség	általános	szakközép	érettségi	főiskola/egyetem	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	1 0,41%	18 7,5%	47 19,58%	93 38,75%	79 32,91%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	1 0,92%	10 9,25%	28 25,92%	48 44,44%	21 19,44%	108 fő 100%
Kontrollcsoport	5 4,31%	17 14,65%	29 25%	62 53,44%	3 2,58%	116 fő 100%

21. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az iskolai végzettségük szerint.

¹¹⁴³ Az együttélő pár egyik tagja az együttélés idejét jelölte meg, a másik pedig azt, hogy mennyi idő múlva lesz az esküvő.

¹¹⁴⁴ A páratlan számok azt jelzik, hogy a gyermek nem közös, hanem az egyik fél korábbi kapcsolatából való.

Általános beállítódás	konzervatív	liberális	egyik sem	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	53 22,08%	29 12,08%	41 17,08%	117 48,75%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	32 29,62%	14 12,96%	20 18,51%	42 38,88%	108 fő 100%
Kontrollcsoport	48 41,37%	21 18,1%	42 36,2%	5 4,31%	116 fő 100%

22. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az általános beállítódásuk szerint.¹¹⁴⁵

Vallás	katolikus	református	evangélikus	baptista	adventista	karizmatikus	semmilyen	egyéb	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	37 15,41%	3 1,25%	-	2 0,83%	154 64,16%	2 0,83%	9 3,75%	5 2,08%	28 11,66%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	14 12,96%	1 0,92%	-	-	88 81,48%	-	1 0,92%	2 ¹¹⁴⁶ 1,85%	2 1,85%	108 fő 100%
Kontrollcsoport	43 37,06%	14 12,06%	5 4,31%	2 1,72%	32 27,58%	-	13 11,2%	7 ¹¹⁴⁷ 6,03%	-	116 fő 100%

23. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a vallásuk szerint.

Vallás-gyakorlás	egyháza tanítása szerint	maga módján	nem	nincs adat	összesen
Összes Gy-k résztvevő	161 67,08%	40 16,66%	7 2,91%	32 13,33%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	89 82,4%	15 13,88%	1 0,92%	3 2,77%	108 fő 100%
Kontroll-csoport	48 41,37%	34 29,31%	26 22,41%	8 6,89%	116 fő 100%

24. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése a vallásgyakorlásuk intenzitása szerint.

Milyen gyakran vesz részt a gyűl. életben	hetente	kéthetente	havonta	évente néhányszor	ritkábban	nincs adat	össz személy
Összes Gy-k résztvevő	170 70,83%	5 2,08%	3 1,25%	12 5%	14 5,83%	36 15%	240 fő 100%
Mindhárom tesztet kitöltő Gy-k résztvevők	95 87,96%	-	1 0,92%	3 2,77%	6 5,55%	3 2,77%	108 fő 100%
Kontroll-csoport	40 34,48%	7 6,03%	4 3,44%	24 20,68%	31 26,72%	10 8,62%	116 fő 100%

25. Táblázat: A vizsgálatban résztvevő személyek demográfiai adatainak összesítése az egyházi életben való részvételük szerint.

¹¹⁴⁵ Ezt a kategóriát a PREPARE/ENRICH tesztek demográfiai részéből vettük át, ám az összesítés során megfigyeltük, hogy a „konzervatív” és „liberális” kifejezések magyar kontextusban nem alkalmasak arra, hogy a párkapcsolattal összefüggésben komolyabb következtetéseket levonjunk belőlük, mivel mindkét kifejezés vallási és politikai értelemben is kötött és a felmérésből nem derül ki, hogy az adott kifejezés mit jelent a teszt kitöltő számára.

¹¹⁴⁶ Keresztény, szabadkeresztény.

¹¹⁴⁷ Biblia szerint, nazarénus, hindu, egyházon kívüli istenhívó, Golgota.

Az összegzésből megállapíthatjuk, hogy a Gyűrű-kúrával főként házas, vagy házasság előtti, 31 év feletti, 0-5 éve házasodott, vagy a következő 6 hónap során házasodó, gyermektelen vagy kétgyermekes, felsőfokú végzettséggel rendelkező, adventista vagy katolikus rendszeres vallásgyakorló párokat szólítottuk meg. Arányaiban a kontrollcsoport is hasonló összetételű volt azzal az eltéréssel, hogy itt többségében voltak a magukat katolikusnak vallók, és a vallásgyakorlásuk intenzitása jobban eloszlott a lehetséges kategóriák között. Az összegzésből látszik, hogy a Gyűrű-kúra főleg keresztyén egyházi körökben ismert, így az eddigi népszerűsítő tevékenységek mellett további erőfeszítéseket kell tenni annak érdekében, hogy a program a társadalom szélesebb rétegei számára is elérhető legyen.

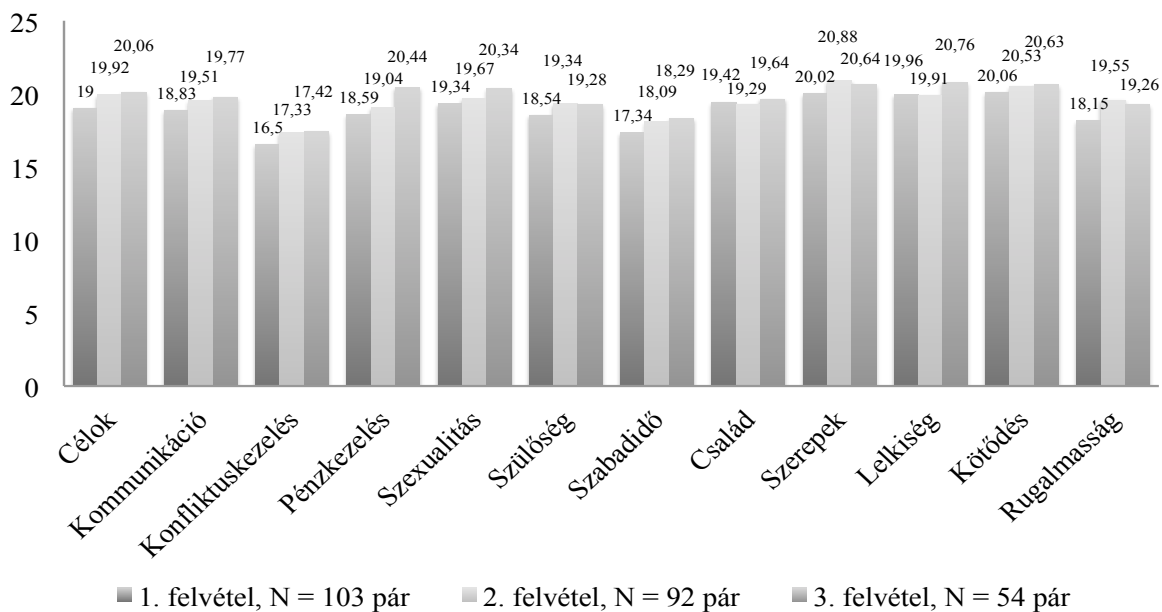
3.5.2.3 A vizsgálatban résztvevő párok megelégedettségének változása a mért párkapcsolati kategóriákban

A hatékonyságvizsgálat legfontosabb részét képezi az a felmérés, amely a párok megelégedettségi szintjét méri az egyes párkapcsolati kategóriákban.¹¹⁴⁸ Ez a mérés teszi pontosan követhetővé, hogy milyen változások történnek a kapcsolat egyes aspektusaiban a program kezdetétől a végéig, illetve mi marad meg az elért pozitív változásokból, esetleg mi fejlődik tovább hat hónappal a Gyűrű-kúra befejezte után is. Az elért változásokat az alábbi oszlopdiagramokkal mutatjuk be.

Az első diagram mindazokat a párokat magában foglalja, akik részt vettek a Gyűrű-kúrán és legalább egy tesztfelvételen jelen voltak a három közül.¹¹⁴⁹

¹¹⁴⁸ A mérésben nem különítjük el egymástól azokat a párokat, akik hétféle rendezvényként vettek részt a Gyűrű-kúrán, illetve azokat, akik a 10 foglalkozást 10 hét alatt végezték el. Ted Futris és munkatársai összehasonlították azoknak a pároknak az eredményeit, akik egy hat foglalkozásból álló házassági felkészítő programot egy hétféle alatt abszolvtak (28 pár) azokéval, akik a hat alkalommal, hetente egyszer találkoztak (25 pár). A program hatékonyságát tekintve nem mutatkozott különbség a két csoport eredményei között. Vö.: Ted G. Futris, Allen W. Barton, Tiffany M. Aholou, Desiree M. Seponski, „The Impact of PREPARE on Engaged Couples: Variations by Delivery Format.” *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 2011/10, 74. p.

¹¹⁴⁹ Az első tesztkitöltők mintegy 52,42%-a töltötte ki a harmadik tesztfelvételt is. Ez az eredmény átlagosnak mondható, tekintettel arra, hogy hasonló vizsgálatokban még pénzügyi ellentételezés esetén sem töltötték ki többen 75%-nál. Vö.: Futris et al, „The Impact of PREPARE on Engaged Couples.”, 74. p. Fowers és munkatársainak kutatásában 42%-os volt a második felvétel kitöltési aránya. Vö.: Fowers et al, „Predicting Marital Success For Premarital Couple Types Based on PREPARE.”

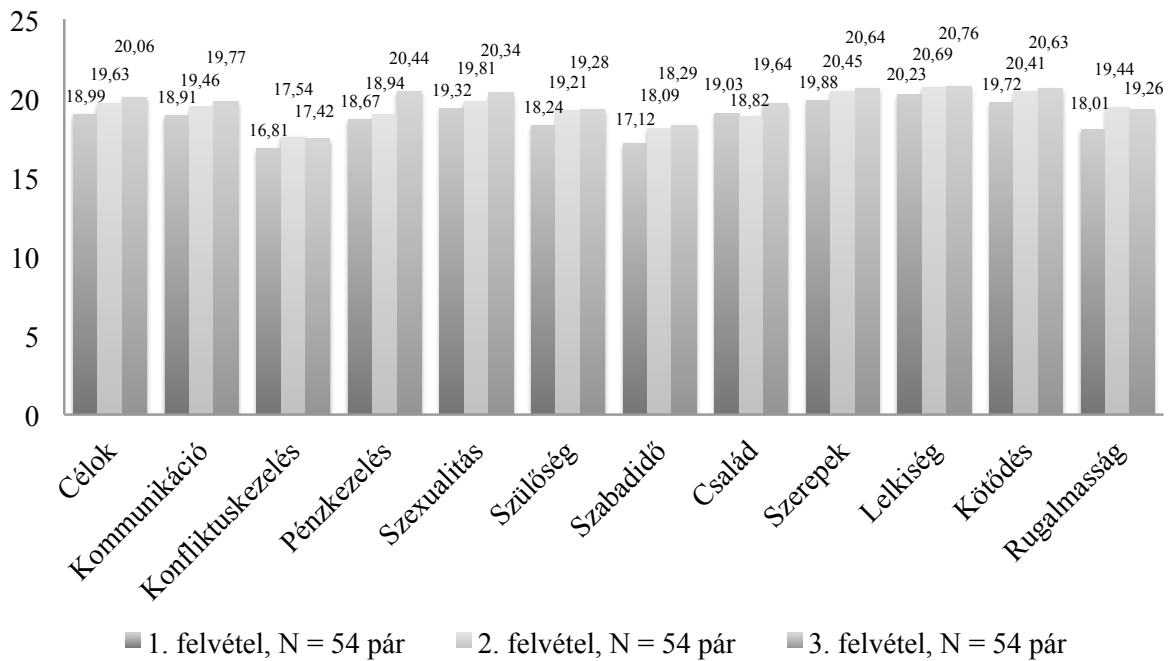


6. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok megelégedettségének szintje a foglalkozásokba integrált párkapcsolati kategóriákban valamennyi résztvevő pár adatai alapján.¹¹⁵⁰

A diagramból jól látszik, hogy a párok kivétel nélkül, minden megcélzott párkapcsolati kategóriában fejlődtek. A legtöbb esetben ez a fejlődés lépcsőzetes mintát mutat, tehát a Gyűrű-kúra végére már kimutatható változást értek el, azonban a fejlődés itt nem állt meg, hanem tovább haladt hat hónappal később is. A Gyűrű-kúráról csak hat hónapos utánkövetési adatok állnak rendelkezésünkre, ám Howard Markman és munkatársai a PREP programmal kapcsolatosan kimutatták, hogy a lépcsőzetes fejlődés 5 évig kitart a program lezárása után és csak azután kezd el csökkenni.¹¹⁵¹ A lépcsőzetes fejlődés alól vannak kivételek is, ám mivel a fenti diagramban nem ugyanazok a párok jelennek mind mindhárom mérésben, így az összevont adatok torzíthatják a valós képet. Az ingadozásokat ezért a következő diagramban értelmezzük, amelyben már csak azoknak a pároknak az adatai szerepelnek, akik mindhárom felmérésben részt vettek, így mindhárom oszlop ugyanazoknak a személyeknek az adatait tartalmazza.

¹¹⁵⁰ A demográfiai adatokban szereplő 120 pár helyett itt csak 103 pár adatait tudjuk szerepeltetni hiányos tesztkitöltés miatt.

¹¹⁵¹ Howard J. Markman, Mari Jo Renick, Frank J. Floyd, Scott M. Stanley, és Mari Clements, „Preventing Marital Distress Through Communication and Conflict Management Training: A 4- and 5-Year Follow-Up.” *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1993/61, 70-77. p.

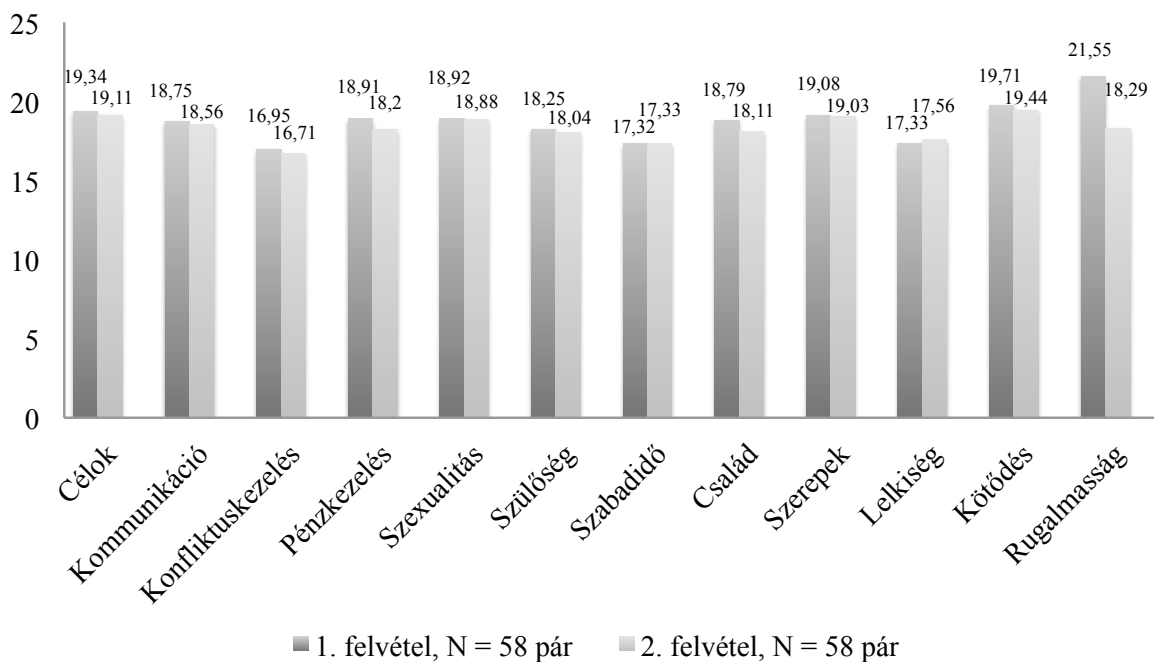


7. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok megelégedettségének szintje a foglalkozásokba integrált párkapcsolati kategóriákban mindhárom felmérésben részt vett párok adatai alapján.

A lépcsőzetes növekedés itt is megmaradt, sőt két olyan kategória (szülőség és lelkiség), amelynél az összes pár adatait összesítő diagram ingadozó tendenciát mutatott (a szülőség esetében a harmadik felvétel visszaesett a másodikhoz képest (18,54 – 19,34 – 19,28), a lelkiség esetében pedig a második felvétel mutatott kis arányú visszaesést az elsőhöz képest (19,96 – 19,91 – 20,76)), most átváltott ugyancsak lépcsőzetesen emelkedő mintázatba (a szülőség esetében: 18,24 – 19,21 – 19,28; a lelkiség esetében pedig: 20,23 – 20,69 – 20,76). A lépcsőzetes növekedés alól itt három kivételt figyelhetünk meg. A konfliktuskezelés (16,81 – 17,54 – 17,42) és a rugalmasság (18,01 – 19,44 – 19,26) esetében a második felméréshez képest a hat hónappal későbbi harmadik felmérés visszaesést mutat, ám ezzel együtt a harmadik felmérés mindkét esetben magasabb értéket mutat az elsőnél. Végeredményben tehát a párok ezekben a kategóriákban is fejlődtek a Gyűrű-kúra előtti állapothoz viszonyítva. A visszaesés oka hipotézisünk szerint az, hogy a foglalkozások során tett felismerések és elhatározások a mindennapi életben nem kerültek maradéktalanul kivitelezésre, így a második felmérés inkább a vágyott állapotot, a harmadik pedig a megélt valóságot tükrözi. A család és barátok kategóriában a második felmérés eredménye mutat visszaesést az elsőhöz viszonyítva, ám a harmadik felmérés már magasabb eredményt mutat, mint az elsőé (19,03 – 18,82 – 19,64). Hipotézisünk szerint ennek az az oka, hogy sokan a program során szembesülnek a szüleikkel való feloldatlan konfliktusaikkal és az emiatti elégedetlenség mutatkozik meg a második felmérés

eredményében. Később azonban elkezdik feldolgozni ezeket a konfliktusokat és a megelégedettségük magasabb lesz, mint a Gyűrű-kúra előtt.

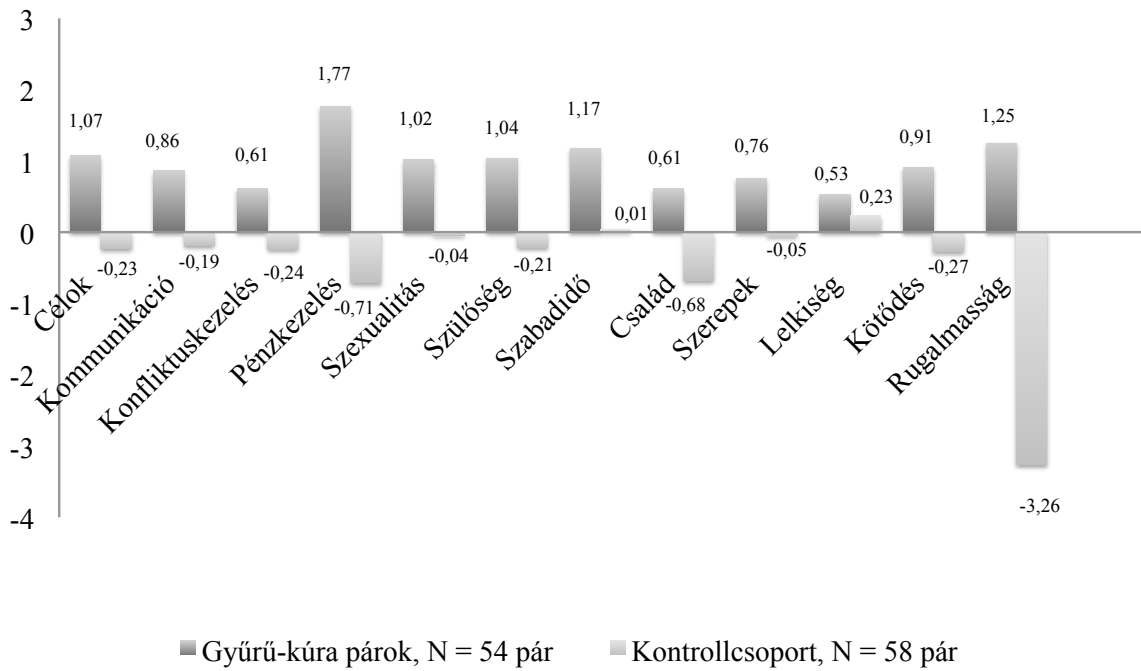
Mindezek az adatok csak korlátozott jelentőséggel bírnak addig, amíg nem tudjuk, hogy a Gyűrű-kúrán való részvétel nélkül miként alakult volna a párok kapcsolata egy hat hónapos időintervallumban. Ezért fontos a kontrollcsoport, amely esetünkben 58 olyan párból állt, akik a felmérés ideje alatt semmilyen párkapcsolati intervención nem vettek részt. Az ő eredményeiket foglalja össze a következő diagram:



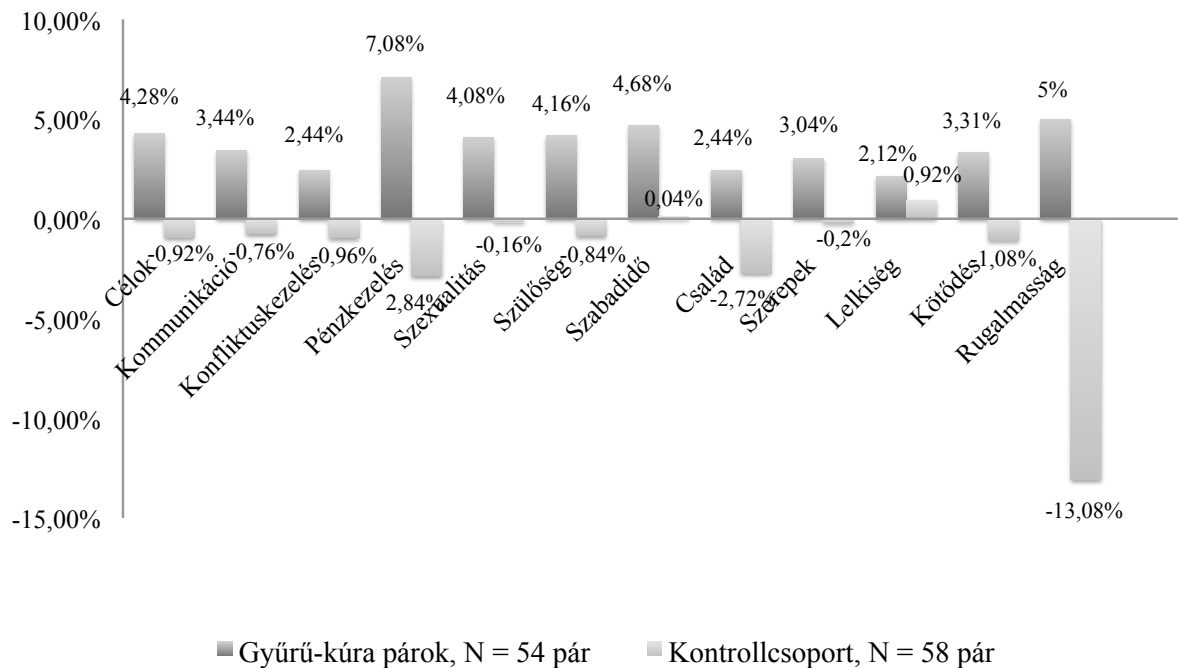
8. Ábra: A kontrollcsoport párojainak megelégedettségi szintje a hat hónapos eltéréssel felvett adatok alapján.

Jól látszik, hogy a kontrollcsoport párojainak kapcsolata csaknem minden mért kategóriában visszaesést mutat a hathónapos időintervallum alatt. Kivétel ezalól a szabadidő (17,32 – 17,33), valamint a lelkiség (17,33 – 17,56) kategóriája, amelyben nagyon enyhe növekedés figyelhető meg. Tekintettel arra, hogy a kontrollcsoporthoz tartozó személyek többsége vallásilag elkötelezett és aktív közösségi életet él egyházában, ez utóbbi eredmény nem meglepő.

Még szembeűnőbb a különbség a Gyűrű-kúra résztvevők és a kontrollcsoport párojai között, ha a pozitív és negatív irányú változásokat hasonlítjuk össze egymással. Az alábbi diagramon a Gyűrű-kúra résztvevők esetében az első és harmadik tesztfelvétel közötti változást, a kontrollcsoport esetében pedig a két tesztfelvétel közötti változást ragadjuk meg:

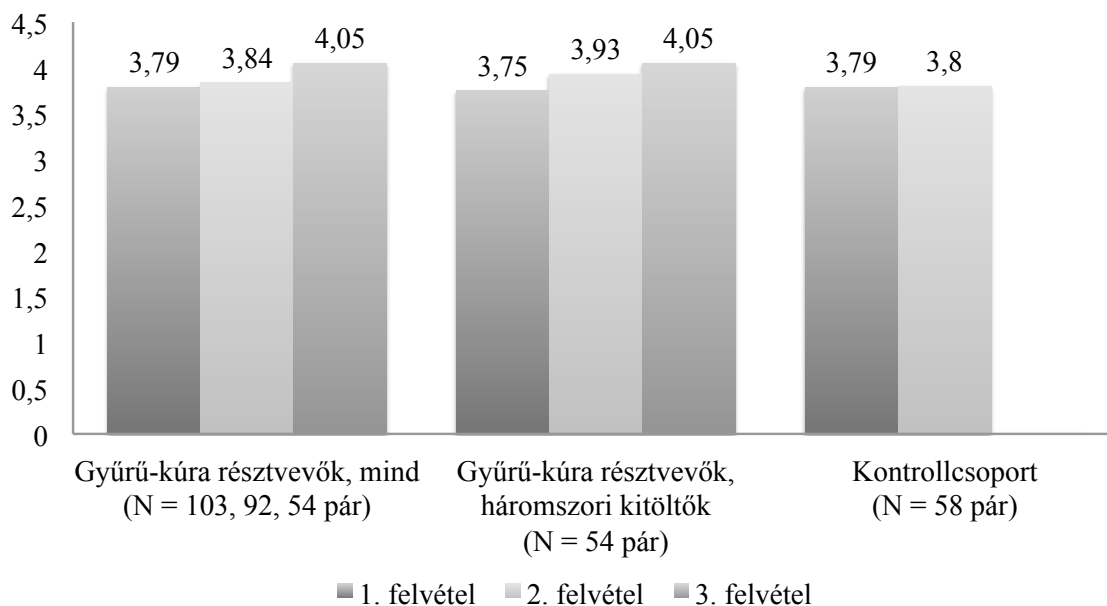


9. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok és a kontrollcsoport kapcsolatának változásai a mérés hat hónapja alatt.



10. Ábra: A Gyűrű-kúrán résztvevő párok és a kontrollcsoport kapcsolatának változásai a mérés hat hónapja alatt százalékarányos kimutatásban.

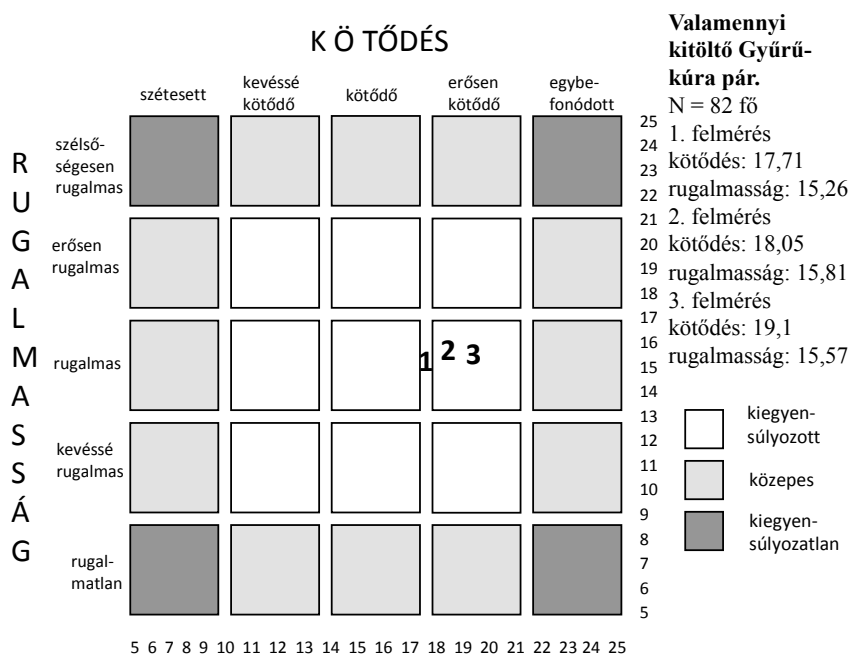
Utolsó diagramunkban a párok szubjektív megelégedettségének változását mutatjuk be a három (Gyűrű-kúra), illetve két (kontrollcsoport) felmérés között. A mérés ebben az esetben csak egyetlen kérdés megválaszolásán alapul: “Nagyon elégedett vagyok a kapcsolatunkkal.”



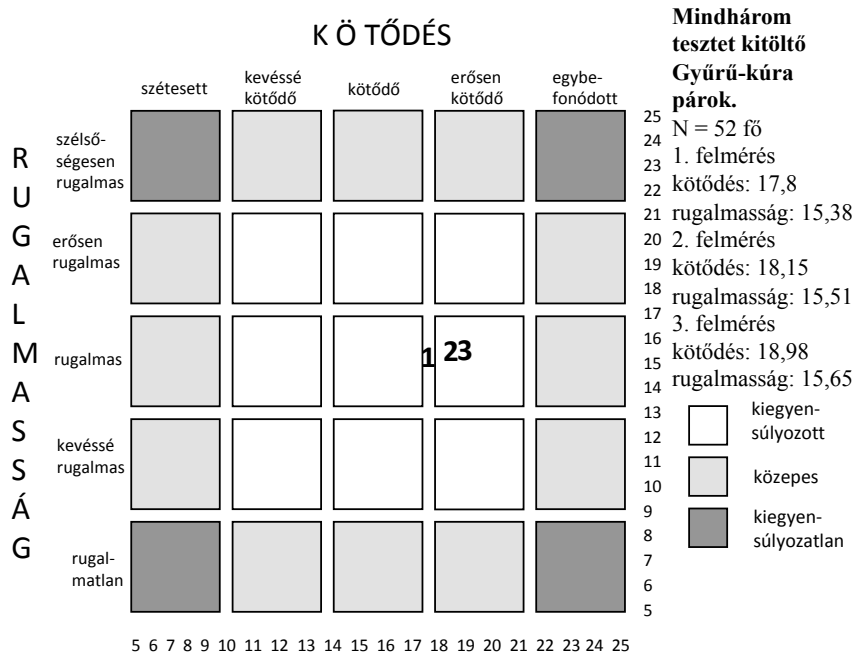
11. Ábra: A szubjektív kapcsolati megelégedettség változása a tesztfelvételek során.

3.5.2.4 A vizsgálatban résztvevő személyek változásai a párszerkezeti térképen

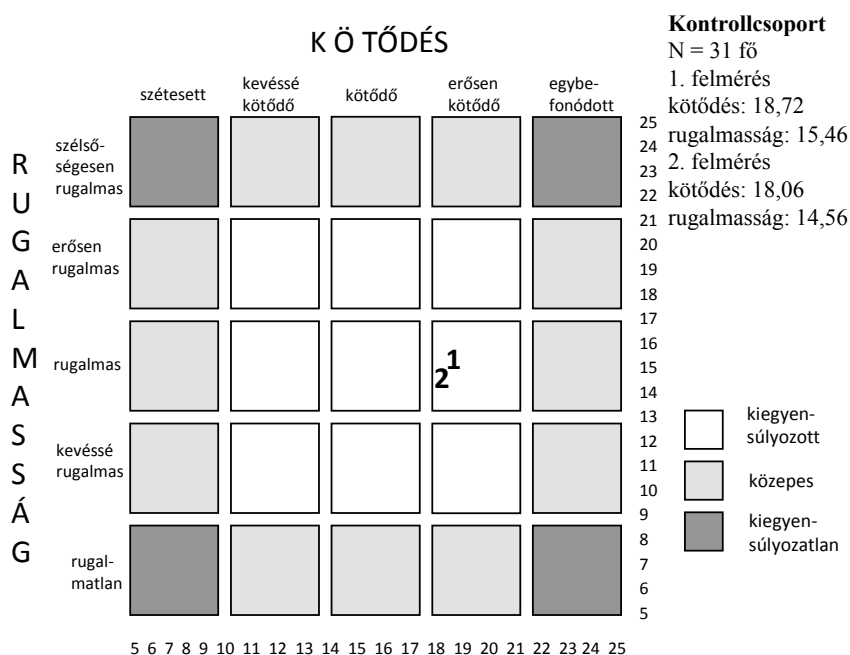
A mérés utolsó fázisa a párszerkezeti térképhez tartozó itemekből állt. Ennek célja a kapcsolati dinamikákban (kötődés és rugalmasság) végbemenő változások nyomonkövetése volt. Az eredményeket az alábbi három ábra szemlélteti:



12. Ábra: A Gyűrű-kúrában résztvevő párok kapcsolati dinamikájának változása valamennyi tesztkitöltő pár adatai alapján.



13. Ábra: A Gyűrű-kúrában résztvevő párok kapcsolati dinamikájának változása a mindhárom tesztet kitöltő párok adatai alapján.



14. Ábra: A kontrollcsoportban tartozó párok kapcsolati dinamikájának változása.

A fenti eredmények az előzetes elvárásoktól eltérő tendenciát mutatnak. A Gyűrű-kúrában résztvevő, mindhárom tesztet kitöltő párok a rugalmasság tengelyén nem mutattak jelentősebb változást (15,26 – 15,57 illetve 15,38 – 15,65), a kötődés tengelyén azonban az erősebb kötődés felé mozdultak el (17,71 – 19,1 illetve 17,8 – 18,98). A

kontrollcsoporthoz tartozó párok kötődésben és rugalmasságban is jelentéktelen változást mutatnak.

A nyert adatokkal kapcsolatban három tényezőt fontosnak tartunk megjegyezni:

1. Minden mozgás a kiegyensúlyozott mezőkön belül maradt, így átlagértékben a párok funkcionális, egészséges működést mutatnak.
2. Mivel a párszerkezeti térképet a vizsgálatnak csak egy későbbi szakaszában integráltuk a felmérésbe, túl kevés adat áll rendelkezésre ahhoz, hogy messzemenő következtetéseket vonhassunk le belőlük.
3. Az átlagolt összesítés nincs tekintettel az egyes kapcsolati típusokra, illetve az egyes párok életciklusára (házasságban eltöltött évek, illetve gyermekeik számra, stb.). Az egyes életciklusok természetéből fakad, hogy a családok (egészséges működés esetén is) más és más helyet foglalnak el a párszerkezeti térképen. Mivel azonban a felmérés célja a Gyűrű-kúra hatékonyságának igazolására korlátozódik, és nem terjed ki a párok egyéni vizsgálatára, egy ilyen részletes elemzés további vizsgálatok tárgyát kell, hogy képezze.

3.5.2.5 A vizsgálat elején megfogalmazott hipotézisek igazolása és cáfolása

A vizsgálat során pontos képet kaptunk a Gyűrű-kúra program hatékonyságáról, így a rendelkezünk a szükséges információkkal, hogy a vizsgálat elején felállított hipotéziseket igazoljuk, vagy cáfoljuk.

1. A Gyűrű-kúra kimutatható pozitív hatást gyakorol a résztvevő párok kapcsolatára minden mért kapcsolati kategóriában.

A hipotézis igazolást nyert. A 9. ábra tanúsága szerint a Gyűrű-kúrán résztvevő párok minden mért kapcsolati kategóriában jobb eredményeket mutattak, mint a kontrollcsoport párjai.

2. Mivel a Gyűrű-kúra az információközlés mellett készségek tanulását is megcélozza, abból indulunk ki, hogy a kiváltott pozitív hatás nem ér véget a foglalkozások lezárása után. Az új készségek birtokában a párok kapcsolata a mért kategóriákban a program lezárása után is továbbnövekszik, így a párok hat hónappal később jobb eredményeket érnek el, mint a foglalkozások lezárásakor.

A hipotézis igazolást nyert. A 7. ábra tanúsága szerint két kategóriát (konfliktuskezelés és rugalmasság) kivéve a párok minden más mért kapcsolati kategóriában továbbfejlődtek a Gyűrű-kúra befejezésekor mért állapothoz viszonyítva.

3. Mivel a Gyűrű-kúrán a párok nem csak a kapcsolatuk erősségeivel szembesülnek, hanem azok növekedési területeivel is, elképzelhetők bizonyos pontokon negatív

kilengések is az első és második felvétel között. Ugyanakkor, ha a tanulási folyamat elindul, akkor hat hónappal később ennek tettenérhetőnek kell lennie abban, hogy a harmadik felvétel eredményei jobbak lesznek az elsónél.

A hipotézis részben igazolást nyert. A 7. ábrán a család és barátok kategória az egyetlen, amely a feltevésünk igazolást nyert. A harmadik felvétel eredményei ugyanakkor kivétel nélkül minden esetben magasabb lettek az elsónél.

4. A Gyűrű-kúrán kialakuló meghitt légkör hatással lesz a tesztkitöltésre is, így várható, hogy bizonyos kategóriáknál a második felmérés eredménye kiugróan jobb lesz az elsónél. Mivel a harmadik, otthoni felmérésnél a Gyűrű-kúrán jelenlévő romantikus elemek hiányoznak (a kapcsolatra való fókuszált figyelem, intenzív csoportélmény, gyertyafény, zene, stb.), a harmadik felmérés eredménye alacsonyabb lehet a másodiknál, ám ha a program megfelelő volt és a kívánt tanulási hatást elindította, akkor a harmadik felvétel jobb eredményt fog mutatni az elsónél, ez pedig már azt a "letisztult képet" fogja mutatni, amelyet a pár az otthoni környezetében, a mindennapi életben megél.

A hipotézist cáfoljuk. A 7. ábrán csak a rugalmasság kategória esetében lett a második felvétel eredménye magasabb a harmadiknál, erre a kategóriára viszont nincs kihatással a foglalkozás légköre (ez sokkal jobban illett volna a kötődésre, lelkeségre vagy a szexualitásra, ám ezeknél a kategóriáknál a jelenség nem mutatkozott). A program emelkedett hangulata tehát nincs kihatással a mérési eredményekre, azokban a párok reális kapcsolati tendenciái tükröződnek.

5. A kontrollcsoport értékei kevesebb pozitív változást mutatnak a tesztcsoport eredményeihez képest. A két felvétel adatai megközelítően azonosak lesznek, de várhatók negatív eltérések is.

A hipotézis igazolást nyert. A 8., 9. és 10. ábra igazolja, hogy a kontrollcsoport párpai negatív irányban változtak, ez alól csak a szabadidő és a lelkeség kategóriája kivétel, amelynél nagyon kis mértékű pozitív változás állt be.

6. Mivel a Gyűrű-kúrán való részvétel eleve feltételez egyfajta nyitottságot és tudatosságot, abból indulunk ki, hogy a programon résztvevő párok első tesztfelvételének eredményei magasabbak lesznek a kontrollcsoport első tesztfelvételének eredményeinél, hiszen ők nem a kapcsolatuk iránti elköteleződésük mentén kerülnek be a mérési eljárásba, hanem kontrollálatlanabb, véletlenszerű megszólítás alapján.

A hipotézist cáfoljuk. A Gyűrű-kúra résztvevők (akik mindhárom tesztet kitöltötték) és a kontrollcsoport párpainak első tesztfelvételének eredménye pontosan megegyezik egymással (a 7. és 8. ábra első oszlopainak átlagértéke mindkét esetben 18,74). A két csoport teljesen azonos "bemeneti értékek" mellett merőben eltérő "kimeneti értékeket"

produkált (a 7. ábrán a harmadik oszlopok átlagértéke 19,71, míg a 8. ábrán a második oszlopok átlagértéke 18,27).

7. Mivel a párkapcsolat minősége a párszerkezeti térképen is megmutatkozik, azt feltételezzük, hogy a három felvétel eredményei jelentős eltérést fognak mutatni a szélsőségesebb mintáktól a kiegyensúlyozott minták, azaz a diagram középpontja felé. Ugyanez a mérés a kontrollcsoport esetében stagnáló, vagy ellentétes irányú változást fog mutatni.

A hipotézist cáfoljuk. A párszerkezeti térképen (13. és 14. ábra) alacsony értékű eltérés mutatkozik, ennek iránya azonban ellentétes az előzetes hipotézishez képest.

3.6 Összegzés

Amint a fenti bemutatásban láthattuk, a Gyűrű-kúra antropológiai és etikai szemlélete a poimenika teológiai talaján áll, a párkapcsolat működtetéséről való gondolkodásában azonban eklektikus, minden jelentősebb párterápiás irányzatból beemel szempontokat és kutatási eredményeket. A pszichoterápia és a lelkipozíció tehát nem áll szemben egymással, hanem megfelelően párosítva jól kiegészíti, segíti egymást.

A Gyűrű-kúra azzal, hogy igazoltan hatékony a kapcsolatok fejlesztésében, fontos egyházi hozzájárulás lehet a társadalom pozitív befolyásolásához. Ehhez azonban a jövőben meg kell találni azokat a csatornákat, amelyeken keresztül a szélesebb nyilvánosságot is eléri.

A fent ismertetett mérési adatokon túl néhány tapasztalati megfigyelés is alátámasztja a program jótékony hatását:

1. A Gyűrű-kúra jó hatással van a gyermekvállalási hajlandóságra. A 10 hetes változat esetében többször megtörtént, hogy egy-egy pár a tizedik foglalkozásra már gyermeket várt, olyan is előfordult, hogy egy pár több évi sikertelen próbálkozás után a Gyűrű-kúra alatt lett várandóssá.
2. A Gyűrű-kúra jótékony hatással van a házassági hajlandóságra. A programon résztvevő élettársak felismerik, hogy a házasságkötés egy lehetőség arra, hogy a kapcsolatukat magasabb szintre emeljék. Így a program gyakori "mellékterméke", hogy a korábban élettársi közösségben élők a Gyűrű-kúra közvetlen hatásaként összeházasodnak.
3. A Gyűrű-kúra jótékony hatással van a válások megelőzésére. A legtöbb párral a program befejezése után is kapcsolatban maradunk, így a 2004 óta résztvevő párok közül mindössze kettőről van tudomásunk, aki időközben elvált. Ehhez képest a kontrollcsoport párjai között két pár a felmérés hat hónapos időszakában elvált.

4. A Gyűrű-kúrán résztvevő párok tudatosabbá válnak a kapcsolatuk iránt és ezt a tudatosságot mások felé is képviselik a környezetükben. Ezt a jelenséget fogalmazzuk meg a “házasság-nagykövet” kifejezéssel. Ismerünk olyan házasság-nagykövetet, aki például az esküvőjén minden vendégpárt megajándékozott egy Gyűrű-kúra könyvvel, aki esküvői ajándékként befizeti a házasodó párokat egy Gyűrű-kúra hétvégére, de több tanácsadásra jelentkező pár is úgy keresett meg bennünket, hogy egy Gyűrű-kúra résztvevő javasolta neki szakember felkeresését.

4. Összefoglalás, a vizsgálatból levezethető tézisek

A lelkipozás és a pszichoterápia határkérdéseit a házassággondozás konkrét példáján vizsgáló értekezésünkben áttekintettük a lelkipozás és a legjelentősebb pszichoterápiás irányzatok dialógusát, továbbá számba vettük a házassággondozás speciálisan egyházi eszközeit és szolgálatait, valamint bemutattunk egy integratív modellt, amely a lelkipozásban alkalmazott bibliai antropológia és etika talaján, a pszichoterápiás kutatások eredményeit integrálva, igazoltan hatékony eszközt nyújt a párkapcsolatok minőségének fejlesztéséhez.

A vizsgálatból az alábbi összefoglaló pontokat fogalmazzuk meg:

1. Ahogyan nem beszélhetünk egységesen pszichoterápiáról, hanem különböző irányultságú és munkamódszerű pszichoterápiákról, úgy a lelkipozás sem egységes és egyes számú diszciplína, hanem függ attól a pszichoterápiás irányzattól, amellyel párbeszédben áll. Az értekezésben így bemutattuk a pszichoanalitikus irányultságú, a humanisztikus attitűdű, a kognitív viselkedésterápiás hatás alatt álló és a rendszerszemléletű lelkipozást. Mindegyik teljes értékűen igényt tart a lelkipozás elnevezésre, mindegyik a bibliai antropológia és etika fegyelmező kontrollja alatt áll, de mindegyik más módszerekkel dolgozik, és máshová helyezi a hangsúlyt az emberről, a betegségről és a helyreállításról vallott nézeteiben.

2. A lelkipozó emberképe az alábbi pontokon nyugszik: Az ember (1) Isten képmására teremtett lény, egyéniséggel, a gondolkodás és cselekvés hatalmával és szabadságával; (2) a test, lélek és szellem oszthatatlan egysége. (3) Az Isten iránti engedetlensége miatt az emberben összetört az isteni képmás és ezt az összetörtséget adja tovább utódainak is, akik a halál uralma alatt, gyengeséggel és bűnös hajlammal születnek. (4) Jézus Krisztusban Isten megbékéltette magával az embert, (5) így a Szentlélek munkája nyomán Isten a bűnbánó emberben helyreállítja Alkotója képmását.

3. Bizonyos pszichoterápiás irányzatok jobban illeszkednek a bibliai antropológiához, míg mások szemben állnak azzal. A freudi pszichoanalízis az evolúción alapuló emberképet tette magáévá, amely az embert az állatok közé sorolja és legnagyobb hajtóerejeként az ösztönöket tekinti (ebből fakadóan nem számol Istennel, bűnnel, szabad akarat, stb.). A humanisztikus pszichoterápia erőforrás-orientált megközelítése jól összhangba állítható a bibliai emberképpel, ám a bűn miatt korlátolt kibontakozásra képes embernek csaknem korlátlan lehetőségeket tulajdonít. A kognitív viselkedésterápiával kapcsolatosan számos példán keresztül megvilágítottuk, hogy a tanuláselmélet, a realitásról való gondolkodás, illetve a viselkedés módosításának koncepciói nem idegenek a bibliai hagyománytól. A

szisztémikus szemléletmód a kommunikáció hangsúlyozásával lényegében az ember isteni képmását emeli ki,¹¹⁵² akit nem önmagában vizsgál elszigetelt individuummként, hanem kapcsolatrendszerének tükrében szemléli.

4. A lelkipozás sokat tanult a különböző pszichoterápiás irányzatoktól, amelyeknek attitűdjeit, munkamódszereit és szemléletmódját számos ponton integrálni tudta. Az egyéni lelkipozáshoz sokat merített a pszichoanalízisből, míg a házassági, családi lelkipozáshoz a szisztémikus megközelítés is megtermékenyítően hatott rá. A humanisztikus pszichoterápia rogersi alapattitűje minden lelkipozói megnyilvánulás elvárt attitűdjévé vált. A kognitív viselkedésterápia (különösen a kognitív oldal) recepciójában még sok kihasználatlan terület rejlik a lelkipozás számára. Lelekipozói recepciója mellett a szisztémikus megközelítés más teológiai diszciplínákat is új távlatok felé inspirált (pl. missziológia, liturgia, diakónia).

5. A lelkipozás párbeszédben áll a pszichoterápiákkal, merít belőlük, de egyúttal túl is mutat rajtuk, mivel figyelme nem csak a kliens-páciens-család testi-lelki-kapcsolati egészségére irányul, hanem annak spiritualitását, Istennel való kapcsolatát, így végső soron üdvösségét is figyelmének fókuszában tartja. Ez az a döntő különbség, amely a két megközelítést elhatárolja egymástól minden módszertani, szemléletmódbeli, értelmezési hasonlóság (olykor összeolvadás) ellenére is. A lelkipozó tehát nem alulképzett pszichoterapeuta. A két segítő szakma nem alá- vagy fölérendelt viszonyban áll egymással, nem is konkurens egymásnak. A lelkipozó és a pszichoterapeuta két különálló szakterület egyenrangú képviselője.

6. A lelkipozás és valamely pszichoterápiás irányzat közé (bármennyire is közel álljanak azok egymáshoz) a fentiek értelmében soha sem tehetünk egyenlőségjelet, mert akkor a lelkipozás pontosan a legfontosabb meghatározó eleméről mondana le, amely minden más segítő foglalkozástól megkülönbözteti. A valódi propriumáról, a közvetítői szerepéről a megoldást kereső ember és a megoldást kínáló Isten között. Ahogy a pszichoterápiában implicit módon jelen van a terapeuta "vallása" (annak emberképében), úgy a bibliai hagyomány implicit módon minden egyházi kontextusban lejátszódó lelkipozásban jelen van. E meghatározó mozzanat nélkül a lelkipozás megszűnne lelkipozásnak lenni.

7. A két diszciplína kölcsönösen egymásra is van utalva (még akkor is, ha a pszichoterápia képviselői ennek kevésbé adnak hangot, mint lelkipozó kollégáik). A lelkipozónak nincsenek saját technikái az általános keresztyén lelki eszközökön túl (imádság,

¹¹⁵² Az ember kommunikációs képessége az isteni képmás, az „Imago Dei” egyik fontos megnyilvánulása. Vö.

bibliaolvasás, igehirdetés, rituális-ceremóniális cselekmények). A tanácsadási folyamat során alkalmazott módszereinek nagy részét (pl. beszélgetésvezetési és kérdezői technikák, genogram, viselkedésorientált feladatok, externalizálás, diagnosztikai teszteljárások, stb.) a pszichoterápiától kölcsönzi és a bibliai antropológiához és etikához igazítva használja. Ugyanakkor a két szakterület egymásra utaltsága nemcsak a lelkigondozástól a pszichoterápia irányában igaz, hanem fordítva is. Két területen különösen szembetűnő, hogy a pszichoterápia korlátai a lelkigondozás lehetőségeiként jelennek meg: (1) a spiritualitás és az (2) orientáció keresése terén. A lelkigondozásnak mindkét területen történelmi hagyományai, és az európai kultúrában és gondolkodásmódban meghonosodott tanításai és módszerei vannak.

8. A határvonalak némileg világosabbá válnak akkor, ha vizsgálódásunkat a házasság gondozás, illetve a párterápia konkrét tárgykörére szűkítjük. Így kiderül, hogy a lelkigondozó elsődleges munkaterülete a prevenció és az edukáció, amelyet jobbra analitikus és humanisztikus pszichológiai befolyás alatt, nem szakrendelési keretben folytat, míg a pszichoterapeuta elsődlegesen terápiás beavatkozásokat végez konkrét terápiás indikáció (patológia, diszfunkció) esetén, elsődlegesen analitikus és kognitív viselkedésterápiás (pár- és családterapeuták szisztémikus) befolyás alatt, hivatalos állami fenntartású rendelés, vagy magánrendelés keretében. E viszonylag világos különbségek mellett számos átfedésre is rávilágítottunk, így továbbra is fenn kell tartanunk a két megközelítés közötti határvonal diffúzitását, amelyen át továbbra is mindkét irányba áramolhatnak a kölcsönösen serkentő impulzusok.

9. Az egyházi lelkigondozó a kazuális alkalmak révén közelebb kerülhet a párokhoz és családokhoz azok döntő életciklusaiban (házasságkötés, születés, ifjúvá válás, haláleset, stb.), mint bármely más segítő foglalkozás képviselője. Ezért a kazuális alkalmakat különös rítusokként fogjuk fel, amelyekkel segíthetjük az érintetteket az életciklusváltásban. Ehhez a pszichoterápiák által kínált ismeretek és módszerek nagy segítséget jelentenek a lelkigondozó eszköztárában.

10. A házassággal és családdal kapcsolatos egyházi szolgálatok a maguk preventív és edukatív szemléletmódjával igazoltan hatékony eljárások a párkapcsolatok minőségének fejlesztésében és a jövőbeni normatív krízisek kezelésére való felkészítésben. Az értekezésben három ilyen szolgálatot mutattunk be részletesen: a házassági felkészítést, az egyházi esküvőt és a házasság-gazdagítást. Olyan kezdeményezések ezek, amelyekre az empirikus kutatók figyelme is kiterjedt és amelyeket különböző pszichoterápiás irányzatok képviselői is az eszköztáruk részévé tettek (házassági felkészítés, házasság-gazdagítás).

11. Az értekezés utolsó részeként bemutattuk a Gyűrű-kúrát, mint saját integratív modellt, amely a bibliai etika és antropológia talaján állva, a házasság-gazdagító mozgalom hagyományaira építve, a különböző pszichoterápiás irányzatok legjelentősebb kutatásait beépítve igyekszik házas és házasságra készülő pároknak segítséget nyújtani kapcsolati készségeik fejlesztésében, kapcsolati működésük tudatossá tételében és végső soron a kapcsolatuk minőségének fejlesztésében. A foglalkozásokon részt vett 54 párból álló tesztcsoport és egy 58 párból álló kontrollcsoport hat hónapos utánkövetéses kvantitatív vizsgálata alapján kimutattuk, hogy a program minden mért kapcsolati kategóriában hozzájárult a párok kapcsolatának fejlődéséhez. Ezzel a Gyűrű-kúra olyan eszköz lehet, amellyel az egyház hozzájárulhat a társadalom szélesebb köreinek jólétéhez. Ez pedig hozzájárulhat az egyház jobb társadalmi megítéléséhez is.

Bibliográfia

- Ablonczy Dániel; Gyökössy Endre; Adorján József. *Nem jó az embernek egyedül... Útravaló házasságot kötő fiataloknak. Pásztori segítség a családi élet kérdéseiben minden református családnak.* Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1991. 8. bőv. kiadás.
- Achtemeier, Elizabeth. *The Committed Marriage.* Philadelphia, Westminster, 1979.
- Adler, Alfred. *Cooperation between the sexes: Writings on women, love and marriage, sexuality and its disorders.* New York: Anchor Books, 1978.
- Adorján József (Szerk.). „Hirdesd az Igét!” *Az igehirdetők kézikönyve.* Budapest: A Magyarországi Református Egyház Zsinati Irodájának Sajtóosztálya, 1980.
- Alexander, Irene. „Narrative, suffering and the alternate story.” In: Cook, Richard; Alexander, Irene. *Interweavings: Conversations between Narrative Therapy and Christian faith.* North Charleston: CreateSpace Books, 2008. 114-125. p.
- Alexander, Irene. „Power: A conversations between Narrative ideas and Christian perspectives.” In: Cook, Richard; Alexander, Irene. *Interweavings: Conversations between Narrative Therapy and Christian faith.* North Charleston: CreateSpace Books, 2008. 67-91. p.
- Alszegehy Zoltán. *A házasság.* Róma: k. n., 1982. Teológiai Kiskönyvtár, III/9. kötete.
- Anderson, Douglas A. „The Family Growth Group: Guidelines for an Emerging Means of Strengthening Families.” In: Otto, Herbert A. *Marriage and Family Enrichment: New Perspectives and Programs.* Nashville: Parthenon, 1976. 28-37. p.
- Anderson, Ray Sherman. *The Shape of Practical Theology: empowering ministry with theological praxis.* Downers Grove: InterVarsity Press, 2001.
- Arnold, Vince. „Empowering Couples for married couples.” *Marriage and Family Journal*, 2004/7. 237-253. p.
- Arp, David; Arp, Claudia. *10 Great Dates to Energize Your Marriage.* Grand Rapids: Zondervan, 1997.
- Arp, David; Arp, Claudia. *The Second Half of Marriage: Facing the Eight Challenges of the Empty-Nest Years.* Grand Rapids: Zondervan, 2000.
- Arp, Claudia; Arp, David; Brown, Natalie; Bown, Curt. *10 Great Dates Before You Say „I Do”.* Grand Rapids: Zondervan, 2003.
- Asanger, Roland; Wenninger, Gerd (szerk.). *Handwörterbuch Psychologie.* Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999.
- Atkinson, Rita L.; Atkinson, Richard C.; Smith, Edward E.; Bem, Daryl J.; Nolen-Hoeksema, Susan. *Pszichológia.* Budapest: Osiris, 1999. 2. kiadás.

- Avery, Curtis E.; Lee, Margie R. „Family Life Education: It's philosophy and purpose.” The Family Life Coordinator, 1964/13. 27-37. p.
- Badenas, Roberto; Höschele, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte*. Lüneburg: Saatkorn, 2010.
- Badenas, Roberto „Ehemann und Ehefrau: Zur Frage der Rollenverteilung.” In: Badenas, Roberto; Höschele, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte*. Lüneburg: Saatkorn, 2010. 41-69. p.
- Bagarozzi, D. A.; Rauen, P. „Premarital counseling: Appraisal and status.” American Journal of Family Therapy, 1981/9. 13-30. p.
- Bagdy Emőke; Koronkai Bertalan. *Relaxációs módszerek*. Budapest: Medicina, 1998.
- Bagdy Emőke. „A tudattalan összejátszástól az együttfejlődésig.” In: Bagdy Emőke (szerk.). *Párkapcsolatok dinamikája*. Budapest: Animula, 2002. 34-52. p.
- Bagdy Emőke (szerk.). *Párkapcsolatok dinamikája*. Budapest: Animula, 2002.
- Balla Péter. *Gyermekek és szülők kapcsolata: Az Újszövetség tanítása kortörténeti kontextusban*. Budapest, Kálvin, 2010.
- Baltensweiler, Heinrich. *Die Ehe im Neuen Testament*. Zürich: Zwingli, 1967.
- Bánk József (szerk.). *Házasság Előtt*. Budapest: Szent István Társulat, 1972.
- Barlow, Jennifer L. „A New Model for Premarital Counseling Within the Church.” Pastoral Psychology, 1999/48. 3-9. p.
- Bartha Tibor (szerk.). *Istentiszteleti Rendtartás a Magyarországi Református Egyház számára*. Budapest: A Magyarországi Református Egyház Zsinati Irodájának Sajtóosztálya, 1985.
- Bartha Tibor (szerk.). *A Magyarországi Református Egyház Diakóniája*. Budapest: A Magyarországi Református Egyház Zsinati Irodájának Sajtóosztálya, 1986.
- Baumgartner, Elisabeth; Baumgartner, Wilhelm. „Franz Brentano.” In: Lück, Helmut E.; Miller, Rudolf (szerk.). *Illustrierte Geschichte der Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 2. kiadás. 19-22. p.
- Baumgartner, Isidor (szerk.). *Handbuch der Pastoralpsychologie*. Regensburg: Friedrich Pustet, 1990.
- Baumgartner, Isidor. „Psychotherapeutische Seelsorge: Psychotherapie und Seelsorge – Zusammengehörend und doch getrennt.” Lebendige Seelsorge, 1994/45. 165-170. p.
- Baumgartner, Isidor. *Pasztorálpszichológia*. Budapest: Semmelweis Egyetem, Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, HÍD Alapítvány, 2003.

- Bauriedl, Thea. „Paartherapie, psychoanalytische.” In: Stumm, Gerhard; Pritz Alfred (szerk.). *Wörterbuch der Psychotherapie*. Wien, New York: Springer, 2009. 2. kiadás. 490. p.
- Becker, Frank; Reinhardt-Becker, Elke. *Systemtheorie: Eine Einführung für die Geschichts- und Kulturwissenschaften*. Frankfurt am Main: Campus, 2001.
- Belok, Manfred. „Zur Aufgabe und Chance kirchlicher Ehevorbereitung und –begleitung.” *Lebendige Seelsorge*, 1993/44. 236-241. p.
- Berger, R.; Hannah, M. (szerk.). *Handbook of Preventative Approaches in Couple Therapy*. New York: Brunner/Mazel, 1999.
- Berger, Tony; Hannah, Mo Therese. *Preventive Approaches in Couples Therapy*. Philadelphia: Brunner/Mazel, 1999.
- Berlin, Jerry. „Paare lernen Kommunikation: Ein programmierter Kurs.” *Partnerberatung*, 1976/13. 23-29. p.
- Berne, Eric. *Emberi játsszák*. Budapest: Háttér, 2002.
- Billingham, Robert E. „Courtship Violence: The Patterns of Conflict Resolution Strategies Across Seven Levels of Emotional Commitment.” *Family Relations*, 1987/36. 283-289. p.
- Bíró Sándor, Komlósi Piroska (szerk.). *Családterápiás olvasókönyv*. Budapest: Animula, 2001.
- Bishop, D. Russell. „An Evaluation of Premarital Counseling from an Adlerian Perspective.” *Individual Psychology*, 1993/49. 294-305. p.
- Blanton, P. Gregg. „How to Talk to Christian Clients About Their Spiritual Lives: Insights From Postmodern Family Therapy.” *Pastoral Psychology*, 2005/54. 93-101. p.
- Blühm, Reimund; Fink, Heinrich; Henkys, Jürgen; Jenssen, Hans-Heinrich; Kiesow, Ernst-Rüdiger; Winkler, Eberhard (szerk.). *Handbuch der Seelsorge*. Berlin: Evangelische Verlagsanstalt, 1983.
- Bochmann, Andreas. *The impact of religious orientation on premarital couples: A cross-cultural and cross-denominational comparison*. Baltimore, Loyola College, 1993. Kiadatlan PhD értekezés.
- Bochmann, Andreas; van Treeck, Klaus-Jürgen (szerk.). *Ehescheidung und Wiederheirat: Ein Pastoral-Theologisches Symposium*. Friedensau: Theologische Hochschule Friedensau, 2000.
- Bochmann, Andreas. „Abschlussrituale.” In: Bochmann, Andreas; van Treeck, Klaus-Jürgen (szerk.). *Ehescheidung und Wiederheirat: Ein Pastoral-Theologisches Symposium*. Friedensau: Theologische Hochschule Friedensau, 2000. 255-264. p.

- Bochmann, Andreas; Näther, Ralf. *Sexualität bei Christen: Wie Christen ihre Sexualität leben und was sie dabei beeinflusst. Empirische Studien und Diskussionsbeiträge.* Giessen, Basel: Brunnen, 2002.
- Bochmann, Andreas. „Biblische Sexualethik – ein Anachronismus?“ In: Bochmann, Andreas; Näther, Ralf. *Sexualität bei Christen: Wie Christen ihre Sexualität leben und was sie dabei beeinflusst. Empirische Studien und Diskussionsbeiträge.* Giessen, Basel: Brunnen, 2002. 8-21. p.
- Bochmann, Andreas. *Praxisbuch Ehevorbereitung: Anregungen für Seelsorger und Berater.* Giessen, Basel: Brunnen, 2004.
- Bochmann, Andreas. „Seelsorge bei Ehekrisen.“ In: Badenas, Roberto; Höschele, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte.* Lüneburg: Saatkorn, 2010. 403-412. p.
- Bodenmann, Guy. *Beziehungskrisen erkennen, verstehen und bewältigen.* Bern, Göttingen: Huber, 2002.
- Boross Géza. *Homiletika.* Budapest: Budapesti Református Theologiai Akadémia, 1988.
- Boscolo, Luigi; Cecchin, Gianfranco; Hoffmann, Lynn; Penn, Peggy. *A milánói módszer.* Budapest: Animula, é. n.
- Boszormenyi-Nagy, Ivan; Spark, Geraldine M. *Invisible Loyalties.* Hagerstown: Harper & Row, 1973.
- Böszörményi-Nagy Iván; Krasner, Barbara R. *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa.* Budapest: Coincidencia, 2001.
- Brauns, Horst-Peter. „Hermann von Helmholtz.“ In: Lück, Helmut E.; Miller, Rudolf (szerk.). *Illustrierte Geschichte der Psychologie.* Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 2. kiadás. 29-31. p.
- Buda Béla. „Családi életre nevelés, Tankönyv és gyakorlati kézikönyv koncepciója.“ In: Buda Béla. *Elmélet és alkalmazása a mentálhigiénében.* Budapest: Támasz Alapítvány, 1998. 127-179. p.
- Bundschuh-Schramm, Christiane. „Der personenzentrierte Ansatz und die Tradition der Geistlichen Beratung: Plädoyer für eine Annäherung zwischen Seelsorge und Geistlicher Beratung.“ *Wege zum Menschen*, 2008/60. 334-343. p.
- Buntzel, Walther. *Die Psychoanalyse und ihre seelsorgerliche Verwertung.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1926.
- Burgk-Lempart, Andrea. *Wenn Wege sich trennen: Ehescheidung als theologische und kirchliche Herausforderung.* Stuttgart: Kohlhammer, 2010.
- Burleson, Ted. *Facilitating Marriage using Empowering Couples Program.* Memphis, TN: Harding University, 2004. Kiadatlan PhD disszertáció.

- Buser, Samuel. *Psychotherapie und Seelsorge im Strafvollzug: Unterschiede und Gemeinsamkeiten*. Bern: Peter Lang, 2007.
- Byng-Hall, John. „The crucial roles of attachment in family therapy.” Journal of Family Therapy, 2008/30. 129–146. p.
- Byng-Hall, John. *Munkám családi szkriptekkel*. Budapest: Animula, é. n.
- Byrne, Michael; Carr, Alan; Clark, Marie. “The Efficacy of Behavioral Couples Therapy and Emotionally Focused Therapy for Couple Distress.” Contemporary Family Therapy, 2004/26. 364-387. p.
- Calvo, Gabriel. *Kéz a kézben: Kérdések és válaszok boldog házasságra készülő fiataloknak*. Budapest: MÉCS Családközösség, 2005.
- Capps, Donald. „Situating System and Giving Self Its Due: A Story-Based Counseling Model.” Pastoral Psychology, 2000/48. 293-313. p.
- Cate, R. M.; Huston, T. L.; Nesselroade, J. R. „Premarital relationships: Toward the identification of alternative pathways to marriage.” Journal of Social and Clinical Psychology, 1986/4. 3-22. p.
- Cheung, Siu-Kau. “Cognitive-behaviourtherapy for marital conflict: refining the concept of attribution.” Journal of Family Therapy, 1996/18. 183-203. p.
- Cierpka, Michael (Szerk.). *Familiendiagnostik*. Springer, Heidelberg, 1988.
- Cierpka, Manfred. *Handbuch der Familiendiagnostik*. Heidelberg: Springer, 2008. 3. kiadás.
- Clinebell, Howard J. *Growth Counseling for Marriage Enrichment: Pre-Marriage and the Early Years*. Philadelphia: Fortress, 1975.
- Clinebell, Howard J. *Growth counseling*. Nashville: Abingdon, 1979.
- Clinebell, Howard J. *Wachsen und hoffen: Beiträge zur wachstumsorientierten Beratung aus traditionellen und zeitgenössischen Therapien*. München: Chr. Kaiser, 1983.
- Clinebell, Howard J. *Modelle Beratender Seelsorge*. München: Chr. Kaiser, 1985. 5. kiadás.
- Clinebell, Howard J. *Ecotherapy: Healing Ourselves, Healing the Earth*. Minneapolis: Fortress, 1996.
- Clinebell, Howard J. „’Ökotherapie’ – Ein Paradigma für eine ökologisch-soziale Identität.” Wege zum Menschen, 1998/50. 160-174. p.
- Cloud, Henry; Townsend, John; Carden, Dave; Henslin, Earl. *Családfánk titkai: Hogyan változtassunk káros családi mintáinkon?* Budapest: Harmat, 2012.
- Cole, Allan Hugh. „What Makes Care Pastoral?” Pastoral Psychology, 2010/59. 711-723. p.

- Cole, Charles Lee; Cole, Anna L. "Marriage Enrichment and Prevention Really Works: Interpersonal Competence Training to Maintain and Enhance Relationships." Family Relations, 1999/48. 273-275. p.
- Cook, Richard; Alexander, Irene. *Interweavings: Conversations between Narrative Therapy and Christian faith*. North Charleston: CreateSpace Books, 2008.
- Cooper, Terry D. „Carl Rogers and Martin Luther – A 'Reformation' in the Helping Professions.” Pastoral Psychology, 1989/38. 15-24. p.
- Cornehl, Peter. „Liturgie der Liebe zwischen Romantik und Realismus. Beobachtungen zu neueren Trauliturgien.” In: Kranemann, Benedikt; Hake, Joachim (szerk.). *Hochzeit – Rituale der Intimität*. Stuttgart: Kohlhammer, 2006. 37-70. p.
- Corsini, Raymond (szerk.). *Current Psychotherapies*. Itasca: Peacock, 1973.
- Crabb, Lawrence J. *Effective Biblical Counseling: A Model for Helping Caring Christians Become Capable Counselors*. Grand Rapids: Zondervan, 1977.
- Crabb, Lawrence J. *Kapcsolódás: Szemléletváltás a lelkigondozásban*. Budapest: Harmat, 2005.
- Crabb, Lawrence J. *Mélybenező: Énünk és kapcsolataink gyógyulása*. Budapest: Harmat, 2007.
- Craig, Bryan. *Beginnings: A Pre-Marital Counselling Resource for Pastors*. Sydney: Adventist Family Ministries, 2002.
- Craig, Bryan. *Searching for Intimacy in Marriage*. Washington DC: General Conference Ministerial Association of Seventh-day Adventists, 2004.
- Cs. F. Nemes Mária (szerk.). *Családpedagógiai módszertan: Prevenziós, családpedagógiai ismeretek*. Budapest: A Családi Nevelésért Alapítvány, é. n..
- Csizmadia Róbert, Mihalec Gábor, Csirke József. „Amit a tudomány megtehet a házasságra nevelésért: Párkapcsolati nevelés a középiskolákban.” Mester és Tanítvány, 2010/27. 108-117. p.
- Csizmadia Róbert, Mihalec Gábor. „A párkapcsolati nevelés lehetősége a középiskolákban.” Új Pedagógiai Szemle, 2011/1-5. 219-224. p.
- Daewel, Hartwig. „Seelsorgekonzeptionen seit der dialektischen Theologie.” In: Blühm, Reimund; Fink, Heinrich; Henkys, Jürgen; Jenssen, Hans-Heinrich; Kiesow, Ernst-Rüdiger; Winkler, Eberhard (szerk.). *Handbuch der Seelsorge*. Berlin: Evangelische Verlagsanstalt, 1983. 55-94. p.
- Dallos, R.; Procter, H. „A családi folyamatok interakcionális szemlélete.” In: Bíró Sándor, Komlósi Piroska (szerk.). *Csalápterápiás olvasókönyv*. Budapest: Animula, 2001. 7-52. p.

- Damsteegt, P. G. (szerk.). *A hetedik napot ünneplő adventisták hitelvei: A 27 alapvető hitelv bibliai magyarázata*. Budapest: Advent Kiadó, 2002.
- Dattilio, Frank M. "Cognitive-Behavior Family Therapy: Contemporary Myths and Misconceptions." *Contemporary Family Therapy*, 2001/23. 3-18. p.
- Davidson, Richard M. *Flame of Yahweh: Sexuality in the Old Testament*. Peabody: Hendrickson, 2007.
- Davidson, Richard M. „Scheidung und Wiederheirat im Alten Testament.” In: Badenas, Roberto; Höschele, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte*. Lüneburg: Saatkorn, 2010. 157-179. p.
- de Shazer, Steve. *Der Dreh: Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme, 2004. 8. kiadás.
- Denton, Wallace (szerk.). *Marriage and Family Enrichment*. New York: Haworth, 1986.
- Denton, Wallace. „Introduction to Marriage and Family Enrichment: A Shift in the Paradigm.” In: Denton, Wallace (szerk.). *Marriage and Family Enrichment*. New York: Haworth, 1986. 3-6. p.
- Dieterich, Michael. *Psychologie, Seelsorge, biblisch-therapeutische Seelsorge*. Wuppertal: Hänssler, 1987.
- Dieterich, Michael. *Wir brauchen Entspannung: Stress, Verspannungen, Schlafstörungen und was man dagegen tun kann*. Giessen, Basel: Brunnen, 1994. 5. kiadás.
- Dieterich, Michael (szerk.). *Der Mensch in der Gemeinschaft: Psychotherapie und Seelsorge am System*. Friedensau: Institut für Psychologie und Seelsorge der Theologischen Hochschule Friedensau, 1997.
- Dieterich, Michael. *Pszichológiai és lelkipásztorkodási kézikönyv*. Budapest: Szent István Társulat, 2000.
- Dieterich, Michael. „Psychologie-Psychotherapie-Seelsorge: Chancen und Grenzen unterschiedlicher Wege zum Menschen.” *Spes Christiana*, 2000/11. 83-100. p.
- Dieterich, Michael. *Einführung in die allgemeine Psychotherapie und Seelsorge*. Wuppertal: Brockhaus, 2001.
- Dieterich, Michael. *Allgemeine Beratung, Psychotherapie und Seelsorge: Entstehungsgeschichte, Konzept und Ausbildung*. Freudenstadt: BTS Fachgesellschaft für Psychologie und Seelsorge, 2012.
- Dillow, Linda; Pintus, Lorraine. *Intim kérdések: Válaszok a nők legszemélyesebb kérdéseire*. Budapest, Keresztyén Ismeretterjesztő Alapítvány, 2003.
- Dobson, James. *Kemény szeretet: Remény a válságban lévő családoknak*. Budapest: Keresztyén Ismeretterjesztő Alapítvány, 2002.

- Doherty, William J. "Postmodernism and Family Theory." In: Sussman, Marvin B.; Steinmetz, Suzanne K.; Peterson, Gary W. *Handbook of Marriage and the Family*. New York: Plenum Press, 1999. 2. kiadás. 205-218. p.
- Domanyi, Thomas. „Eheähnliche Lebensgemeinschaften im Lichte der biblischen Ethik.” *Dialog*, 2007/11. 2-5. p.
- Domanyi, Thomas. „Sexualität und Ehe aus theologischer Sicht: Ein Beitrag zu biblischen Anthropologie und Ethik.” In: Badenas, Roberto; Höschele, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte*. Lüneburg: Advent-Verlag, 2010. 229-252. p.
- Douglas, J. Miller, „Cohabitation.” In: Elwell, Walter A. (szerk.). *Evangelical Dictionary of Theology*. Grand Rapids: Baker Book House, 1994. 254-256. p.
- Douglass, Klaus. *Gottes Liebe feiern: Aufbruch zum neuen Gottesdienst*. Emmelsbüll: C&P, 1998.
- Drewermann, Eugen. *Tiefenpsychologie und Exegese*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag, 1993. 1-2. kötetek.
- Dunn, Ryan L.; Schwebel, Andrew I. „Meta-analysis of marital therapy outcome research.” *Journal of Family Psychology*, 1995/9. 58-68. p.
- Dyer, Preston M.; Dyer, Genie H. „Leadership Training for Marriage and Family Enrichment.” In: Denton, Wallace (szerk.). *Marriage and Family Enrichment*. New York: Haworth, 1986. 97-110. p.
- East, Majorie. *Home economics: Past, present and future*. Boston: Allyn & Bacon, 1980.
- Eckart, Angelika M. „Gesegnet sei, wer da nichts erwartet.” In: Götzelmann, Arnd (szerk.). *Seelsorge systemisch gestalten: Konstruktivistische Konzepte für die Beratungspraxis in Kirche, Diakonie und Caritas*. Norderstedt: Books on Demand, 2008. 15-28. p.
- Ellebracht, Heiner; Lenz, Gerhard; Osterhold, Gisela. *Systemische Organisations- und Unternehmensberatung: Praxishandbuch für Berater und Führungskräfte*. Wiesbaden: Gabler, 2009. 3. kiadás.
- Elliott, Stephen S.; Saunders, Benjamin E. „The Systems Marriage Enrichment Program: An Alternative Model Based on Systems Theory.” *Family Relations*, 1982/31. 53-60. p.
- Ellis, Albert. *Reason and Emotion In Psychotherapy*. New York: Lyle Stuart, 1962.
- Emlein, Günther. „Seelsorge als systemische Praxis: Grundlagen für eine systemische Konzeption der Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 2001/53. 158-178. p.
- Emlein, Günther. „Wozu Systeme? Ein Nachdenken über Theorie und ein Blick in die (kirchliche) Landschaft.” *Wege zum Menschen*, 2007/59. 251-265. p.

- Engemann, Wilfried. „Seelsorge und Psychotherapie im Kontext von Kirche und Gesellschaft: Zwei Versuche einer systematischen Erschließung des Wissensbestandes.” *Wege zum Menschen*, 2003/55. 29-38. p.
- Engemann, Wilfried (szerk.). *Handbuch der Seelsorge: Grundlagen und Profile*. Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt, 2007.
- Epston, David. *Down Under and Up Over – Travels with Narrative Therapy*. Warrington: AFT Publishing, 2008.
- Eschmann, Holger. „Wie hältst du’s mit der Psychotherapie? Zur Verhältnisbestimmung von Seelsorge und Psychotherapie.” *Wege zum Menschen*, 2009/61. 367-377. p.
- Eysenck, Hans J. *Behavior therapy and the neurosis*. Oxford: Pergamon, 1960.
- Faber, H.; van der Schoot, E. *Praktikum des seelsorgerlichen Gesprächs*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1968.
- Faber, H.; van der Schoot, E. *A lelkipedagógiai beszélgetés lélektana*. H. n.: HÍD Családsegítő Központ, Nemzeti Egészségvédelmi Intézet Mentálhigiénés Csoportja, Magyar Pszichiátriai Társaság Pszichohigiénés Szekciója, 1990.
- Faggioli, Don Lino. *A szerelem útja: Hat estét betöltő alaptanfolyam házasságra készülő jegyespároknak*. Budapest: Don Bosco, 2003.
- Farkas Péter. *Összegző beszámoló a családi életre nevelés bevezetésének alapkérdéseiről*. Budapest: Nemzeti Család- és Szociálpolitika Intézet, 2012.
- Federspiel, Krista; Lackinger Karger, Ingeborg. *A lélek egészségkönyve*. Budapest: Kossuth Kiadó, 1998.
- Fejes Mária, Morlin Imre. *Jegyesekkel beszélgetünk*. Kecskemét: Korda, 1999.
- Fekete Károly. *Homiletika*. Debrecen: Debreceni Református Theológiai Akadémia, 1993.
- Fekete Károly. *A gyülekezetépítés szolgálatában: Válogatott előadások – tanulmányok a gyakorlati teológia tárgyköréből*. Budapest: Lux, 2000.
- Ferel, Martin. „’Willst du gesund werden?’ – Das systemsche Verständnis von Krankheit und Heilung als Orientierung für die Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 1996/48. 359-374. p.
- Figley, Charles. R. (szerk.). *Computers and Family Therapy*. New York: Haworth Press, 1985.
- Filsinger, Erik E. *Marriage and Family Assesment: A Sourcebook for Family Therapy*. Beverly Hills: Sage, 1983.
- Fine, Mark A.; Harvey, John H. *Handbook of divorce and relationship dissolution*. Mahwah: Lawrence Erlbaum, 2006.

- Fitzpatrick, Joseph F.; Bringmann, Wolfgang G. „Charles Darwin und die Psychologie”
In: Lück, Helmut E.; Miller, Rudolf (szerk.). *Illustrierte Geschichte der Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 2. kiadás. 17-18. p.
- Fitzpatrick, Mary Ann. *Between Husbands and Wives: Communication in Marriage*. Newbury Park, CA: Sage, 1988.
- Fliegel, Steffen; Groeger, Wolfgang M.; Künzel, Rainer; Schulte, Dietmar; Sorgatz, Hardo. *Verhaltenstherapeutische Standardmethoden: Ein Übungsbuch*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1998. 4. kiadás.
- Flowers, Ron; Watts, Kit. *Preparing for marriage*. Silver Spring: Department of Family Ministries, General Conference of Seventh-day Adventists, 1985.
- Fodorné Nagy Sarolta. *A katechézis kommunikációs problémái*. Budapest: Kálvin Kiadó, 1996.
- Forste, Renata; Tanfer, Koray. „Sexual Exclusivity Among Dating, Cohabiting and Married Woman.” *Journal of Marriage and the Family*, 1996/58. 33-47. p.
- Fournier, D. G.; Springer, J.; Olson, D. H. „Conflict and commitment in seven stages of premarital and marital relations.” Kiadatlan kézirat, 1979.
- Fournier, David G. *Validation of PREPARE: A Premarital Counseling Inventory*. St. Paul: University of Minnesota, Family Social Science, 1979. Kiadatlan PhD disszertáció.
- Fournier, David G.; Olson, David H.; Druckman, Joan M. “Assessing marital and premarital relationships: The PREPARE/ENRICH Inventories.” In: Filsinger, Erik E. (szerk.). *Marriage and family assessment*. Newbury: Sage Publishing, 1983. 229-250. p.
- Fowers, Blaine J.; Olson, David H. „ENRICH Marital Inventory: A Discriminant Validity and Cross-Validation Assessment.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1989/1. 65-79. p.
- Fowers, Blaine J.; Olson, David H. „Four Types of Premarital Couples: An Empirical Typology Based on PREPARE.” *Journal of Family Psychology*, 1992/6/1. 10-31. p.
- Fowers, Blaine J.; Montel, Kelly H.; Olson, David H. „Predicting Marital Success For Premarital Couple Types Based on PREPARE.” *Journal of Marital & Family Therapy*, 1996/22. 103-119. p.
- Fowers, F. J.; Olson, D. H. „Predicting marital success with PREPARE: A predictive validity study.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1986/12. 403-413. p.
- Frame, Marsha Wiggins. „The Challenges of Intercultural Marriage: Strategies for Pastoral Care.” *Pastoral Psychology*, 2004/52. 219-232. p.
- Frederick, Thomas V. „Solution-Focused Brief Therapy and the Kingdom of God: A Cosmological Integration.” *Pastoral Psychology*, 2008/56. 413-419. p.

- Frederick, Thomas V. „Models of Psychotherapy: Implications for Pastoral Care Practice.” Pastoral Psychology, 2009/58. 356-357. p.
- Freeman, Dorothy R. *Házassági krízisek: A házassági tanácsadás gyakorlata*. Budapest: Animula, 1994.
- Freud, Anna. *Normality and Pathology in Childhood: Assessments of Development*. London: Karnac Books, 1989.
- Freud, Sigmund. *Totem und Tabu: Einige Übereinstimmungen im Seelenleben der Wilden und der Neurotiker*. Leipzig, Wien: Hugo Heller, 1913.
- Freud, Sigmund. *Der Mann Moses und die monotheistische Religion*. Amsterdam: Allert de Lange, 1939.
- Freud, Sigmund. *Mózes*. Budapest: Európa, 1987.
- Freud, Sigmund. *Gesammelte Werke*. Frankfurt aM: Fischer, 2010. 7. kötet.
- Freud, Sigmund. „Zwangshandlungen und Religionsübungen.” Zeitschrift für Religionspsychologie. 1907/1. In: Freud, Sigmund. *Gesammelte Werke*. Frankfurt aM: Fischer, 2010. 7. kötet. 129-139. p.
- Freud, Sigmund. *Totem és tabu*. Budapest: Göncöl, é. n.
- Friedman, Edwin H. *Nemzedékről nemzedékre: Családi folyamatok egyházi és zsinagógai közösségekbén*. Kolozsvár: Exit, 2008.
- Friedman, Steven (szerk.). *The new language of change*. New York: Guilford, 1993.
- Futris, Ted G.; Barton, Allen W.; Aholou, Tiffany M.; Seponski, Desiree M. „The Impact of PREPARE on Engaged Couples: Variations by Delivery Format.” Journal of Couple & Relationship Therapy, 2011/10. 68-86. p.
- Gallup, George; Lindsay, Michael D. *Surveying the religious landscape: Trend in U. S. Beliefs*. Harrisburg PA: Morehouse, 1999.
- Garland, Diana S. Richmond. *Working with Couples for Marriage Enrichment: A Guide to Developing, Conducting, and Evaluating Programs*. San Francisco, Washington, London: Jossey-Bass, 1983.
- Gennep, Arnold van. *Übergangsriten (Les rites de passage)*. Frankfurt/Main: Campus, 2005. 3. kiadás.
- George, Evan; Iveson, Chris; Ratner, Harvey. *Megoldásközpontú terápia – a de Shazer modell*. Budapest: Animula, é. n.
- George, Rickey L. „Desensitization: Using Classical Conditioning in Pastoral Counseling.” The Journal of Pastoral Care, 1983/37. 42-49. p.
- Gerstenberger, Erhard S.; Schrage, Wolfgang. *Mann und Frau*. Stuttgart: Kohlhammer, 1980.

- Gesenius, Wilhelm. *Hebräisches und aramäisches Handwörterbuch über das Alte Testament*. Berlin, Göttingen, Heidelberg: Springer-Verlag, 1962. 17. kiadás
- Giblin, P.; Sprenkle, D. H.; Sheehan, R. „Enrichment outcome research: A meta-analysis of premarital, marital and family interventions.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1985/11. 257-271. p.
- Giblin, Paul. „Premarital Preparation: Three Approaches.” *Pastoral Psychology*, 1994/42. 147-161. p.
- Giesekeus, Ulrich. „Krankmachende Strukturen in der Gemeinde?” In: Dieterich, Michael (szerk.). *Der Mensch in der Gemeinschaft: Psychotherapie und Seelsorge am System*. Friedensau: Institut für Psychologie und Seelsorge der Theologischen Hochschule Friedensau, 1997. 145-162. p.
- Gödri Irén. „A házasságok és az élettársi kapcsolatok minőségének és stabilitásának néhány metszete.” In: Pongrácz Tiborné, Spéder Zsolt (Szerk.), *Népesség – értékek – vélemények*. Budapest: KSH NKI Kutatási jelentések, 2002/73. 89-122. p.
- Goldenberg, Herbert & Irene. *Áttekintés a családról három kötetben*. Budapest: Animula, 2008. 1-3. kötetek.
- Goleman, Daniel. *Érzelmi intelligencia*. Budapest: Háttér, 2008.
- Gordon, Thomas. *P. E. T. – A szülői eredményesség tanulása: A gyereknevelés aranykönyve*. Budapest: Assertiv Kiadó, 1999.
- Gordon, Thomas. *T. E. T. – A tanári hatékonyság fejlesztése: A sikeres tanítás szemlélete és gyakorlati készsége*. Budapest: Assertiv Kiadó, 1999.
- Gottman, John M. *Why marriages succeed or fail... and how you can make yours last*. New York: Simon & Schuster, 1994.
- Gottman, John M.; DeClaire, Joan. *The Heart of Parenting: How to Raise an Emotionally Intelligent Child*. New York: Simon & Schuster, 1997.
- Gottman, John M.; Silver, Nan. *A boldog házasság hét titka*. Budapest, Vince Kiadó, 2000.
- Gottman, John M.; DeClaire, Joan. *The Relationship Cure: A 5 Step Guide to Strengthening Your Marriage, Family, and Friendships*. New York: Three River Press, 2001.
- Gottman, John M.; Notarius, Clifford I. „Marital Research in the 20th Century and a Research Agenda for the 21st Century.” *Family Process*, 2002/41. 159-198. p.
- Gottman, John M.; Gottman, Julie Schwartz. *And Baby Makes Three: The Six-Step Plan for Preserving Marital Intimacy and Rekindling Romance After Baby Arrives*. New York: Crown, 2007.

- Gottman, John M. *The Science of Trust: Emotional Attunement for Couples*. New York, London: Norton, 2011.
- Gottman, John M.; Silver, Nan. *What Makes Love Last? How to Build Trust and Avoid Betrayal*. New York: Simon & Schuster, 2012.
- Götzelmann, Arnd (szerk.). *Seelsorge systemisch gestalten: Konstruktivistische Konzepte für die Beratungspraxis in Kirche, Diakonie und Caritas*. Norderstedt: Books on Demand, 2008.
- Götzelmann, Arnd. „Seelsorge systemisch – andere Perspektiven.” In: Götzelmann, Arnd (szerk.). *Seelsorge systemisch gestalten: Konstruktivistische Konzepte für die Beratungspraxis in Kirche, Diakonie und Caritas*. Norderstedt: Books on Demand, 2008. 113-150. p.
- Grau, Ina; Bierhoff, Hans-Werner. *Sozialpsychologie der Partnerschaft*. Berlin, Heidelberg: Springer, 2003.
- Green, Garrett. „Feuerbach and the Hermeneutics of Imagination.” In: Helmer, Christine; Petrey, Taylor G. (szerk.). *Biblical interpretation: history, context and reality*. Atlanta: Society of Biblical Literature, 2005. 26. kötet. 155-182. p.
- Greenberg, Leslie; Johnson, Susan M. *Emotionally Focused Therapy for Couples*. New York: Guilford Press, 1988.
- Grom, Bernhard. „Für eine Spirituelle Theologie ohne Psychologiedefizit.” Geist und Leben, 2012/2. 111-119. p.
- Grunlan, Stephen A. *Marriage and the Family: a Christian perspective*. Grand Rapids: Zondervan, 1999.
- Guerney, Bernard G. (szerk.). *Psychotherapeutic Agents: New Roles for Nonprofessionals, Parents, and Teachers*. New York: Holt, Rinehart and Winston, 1969.
- Guerney, Bernard G. *Relationship Enhancement: Skill-Training Programs for Therapy, Problem Prevention, and Enrichment*. San Francisco: Jossey-Bass, 1982. 3. kiadás.
- Guttman, Louis. „A new approach to factor analysis: The radex.” In: Lazarsfeld, Paul F. (szerk.). *Mathematical thinking in the social sciences*. Glencoe: Free Press, 1954.
- Gyökössi Endre. *Életápolás*. Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1992.
- Gyökössi Endre. *Magunkról magunknak*. Budapest: Kálvin Kiadó, 1992. 7. kiadás.
- Gyökössi Endre. *Együtt a szeretetben*. Budapest: Szent Gellért, 1995.
- Gyökössi Endre. *Ketten-hármasban*. Budapest: Új Ember, 2004.
- Habermas, Jürgen. *Erkenntnis und Interesse*. Frankfurt a M.: Suhrkamp, 1968.
- Hajdú Judit. „Esetbemutató: Lecserélt engem a tumorra.” Családterápiás hírmondó, 2009/1-2. 34-54. p.

- Hansen, Hartwig. *A bis Z der Interventionen in der Paar- und Familientherapie: Ein Praxisbuch*. Stuttgart: Klett-Cotta, 2007. 2. kiadás.
- Harder, Ulf. *Prävention in der Seelsorge. Vorgestellt am Beispiel der Eheseelsorge*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener, 2012.
- Harris, Thomas. *OKÉ vagyok, OKÉ vagy*. Budapest: Édesvíz, 2000.
- Hart, Curtis W. „Paul Tillich and Psychoanalysis.” *Journal of Religion and Health*, 2011/50. 646-655. p.
- Hartz, Gary W.; Everett, Henry C. „Fundamentalist Religion and Its Effect on Mental Health.” *Journal of Religion and Health*, 1989/28. 207-217. p.
- Hawkins, Alan J.; Stanley, Scott M.; Blanchard, Victoria L.; Albright, Michael. “Exploring Programmatic Moderators of the Effectiveness of Marriage and Relationship Education Programs: A Meta-Analytic Study.” *Behavior Therapy*, 2012/43. 77-87. p.
- Heaney-Hunter, Joann. „’Active Faith’ in Christian Marriage: The Challenge of Family Systems.” *Pastoral Psychology*, 1997/45. 261-275. p.
- Heigl-Evers, Annelise; Heigl, Franz. *Lieben und Geliebtwerden in der Ehe: Eine tiefenpsychologische Studie über Ursachen und Auswirkungen von Partnerschaftskonflikten*. München: Kindler, 1977. 2. kiadás.
- Heigl-Evers, Annelise; Heigl, Franz. *Geben und Nehmen in der Ehe: Eine tiefenpsychologische Studie*. München: Kindler, 1979. 2. kiadás.
- Heigl-Evers, Annelise; Heigl, Franz. *Gelten und Geltenlassen in der Ehe: Eine tiefenpsychologische Studie*. München: Kindler, 1980. 2. kiadás.
- Heine, Susanne. *Grundlagen der Religionspsychologie: Modelle und Methoden*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2005.
- Heinroth, Johann Christian August. *Lehrbuch der Störungen des Seelenlebens oder der Seelenstörungen und ihre Behandlung. Vom rationalen Standpunkt aus entworfen*. Leipzig: Vogel, 1818.
- Hewitt, Marsha Aileen. “Attachment Theory, Religious Beliefs, and the Limits of Reason.” *Pastoral Psychology*, 2008/57. 65-75. p.
- Heyman, Richard E.; Smith Slep, Amy M. „The Hazards of Predicting Divorce Without Crossvalidation.” *Journal of Marriage & Family*, 2001/63. 473-479. p.
- Hézser Gábor. *Miért? Rendszerszemlélet és lelkipozíciói gyakorlat*. Budapest: Kálvin Kiadó, 2001.
- Hézser Gábor. *A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve*. Budapest: Kálvin Kiadó, 2002. 4. kiadás.

- Hézszer Gábor. *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez: Elméletek és gyakorlati lehetőségek*. Budapest, Kálvin Kiadó, 2007.
- Hinsch, Rüdiger; Pfungsten, Ulrich. *Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK): Grundlagen, Durchführung, Materialien*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1998. 3. kiadás.
- Hinte, Wolfgang; Runge, Rüdiger. „Humanistische Psychologie.” In: Asanger, Roland; Wenninger, Gerd (szerk.). *Handwörterbuch Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 300-306. p.
- Hof, Larry; Miller, William R. *Marriage Enrichment: Philosophy, Process, and Program*. Bowie: Prentice-Hall, 1981.
- Hook, Joshua N.; Worthington, Everett L. Jr.; Hook, Jan P.; Miller, Beth T.; Davis, Don E. „Marriage Matters: A Description and Initial Examination of a Church-Based Marital Education Program.” *Pastoral Psychology*, 2011/60. 869-875. p.
- Hortobágyiné Nagy Ágnes (szerk.). *Családi életre nevelés az oktatásban*. Budapest: Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola Családpedagógiai Intézete, 2005.
- Hortobágyiné Nagy Ágnes, Komlósi Piroska. „A családi életre nevelés és a társas kapcsolati kultúra fejlesztése az iskolában.” *Új Pedagógiai Szemle*, 2011/1-5. 86-91. p.
- Horváth-Szabó Katalin. *A házasság és a család belső világa*. Budapest: Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet, Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, 2011.
- Horwitz, Allan W.; White, Helene R. „The relationship of cohabitation and mental health: A study of a young adult cohort.” *Journal of Marriage and the Family*, 1998/60. 505-514. p.
- Hoyt, Michael F. (szerk.). *Konstruktív terápiák kézikönyve: A terápiás gyakorlat mestereinek újító törekvéseiből*. Budapest, Animula, é. n.
- Hoyt, Michael F.; Berg, Insoo Kim. „Megoldásközpontú párterápia: Hogyan segítsünk a klienseknek önbeteljesítő reallításokat alkotni?” In: Hoyt, Michael F. (szerk.). *Konstruktív terápiák kézikönyve: A terápiás gyakorlat mestereinek újító törekvéseiből*. Budapest, Animula, é. n. 237-255. p.
- Huber, Charles H. „Premarital Counseling Using Time for a Better Marriage.” *Individual Psychology*, 1987/43. 202-205. p.
- Izsák Norbert; Németh Dávid. *A Lélek titkai: Németh Dávid pasztorálpszichológiai professzorral beszélget Izsák Norbert*. Budapest: Harmat, 2012.
- Jacobi, M. „Bemerkungen über die Bedeutung des Ausdrucks 'Seelenstörung' in der Psychiatrie, und über die Mitwirkung der Geistlichen bei der Behandlung von Irren, durch Nasse's Schrift: 'Über die Behandlung von Gemüthskranken und Irren durch Nichtärzte' veranlasst.” *Allgemeine Zeitschrift für Psychiatrie und psychisch-gerichtliche Medicin*, 1844/1. 353-429. p.

- Jacobson, Neil S.; Christensen, Andrew. *IP integratív párterápia – az elfogadás és változás módszere*. Budapest: Animula, 2009.
- Jaeggi, Eva; Rohner, Robert; Wiedemann, Peter M. *Klinische Psychologie: Was ist das? Eine Einführung aus sozialwissenschaftlicher Sicht*. Weyarn: Seehamer, 1999.
- Jaeggi, Eva. „Kognitive Therapie.” In: Asanger, Roland; Wenninger, Gerd (szerk.). *Handwörterbuch Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 357-359. p.
- Jahnke, Jürgen. „Karl Philipp Moritz.” In: Lück, Helmut E.; Miller, Rudolf (szerk.). *Illustrierte Geschichte der Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 2. kiadás. 2-5. p.
- Jarvis, Matt. *Psychodynamic Psychology: Classical theory and contemporary research*. London: Thomson, 2004.
- Jellouschek, Hans. *Warum hast du mir das angetan? Untreue als Chance*. München, Zürich: Piper, 2010. 10. kiadás.
- Jentsch, Werner. *Der Seelsorger: Beraten – Bezeugen – Befreien. Grundzüge einer biblischen Seelsorge*. Moers: Brendow, 1983.
- Johnson, Susan M. (szerk.). *The Practice of Emotionally Focused Marital Therapy: Creating Connection*. Philadelphia: Brunner/Mazel, 1996.
- Johnson, Susan M.; Hunsley, John; Greenberg, Leslie; Schindler, Dwavne. „Emotionally Focused Couples Therapy: Status and Challenges.” Clinical Psychology: Science and Practice, 2001/6. 67-79. p.
- Johnson, Susan M.; Bradley, Brent; Furrow, Jim; Lee, Alison; Palmer, Gail; Tilley, Doug; Woolley, Scott. *Becoming an Emotionally Focused Couple Therapist: The Workbook*. New York: Routledge, 2005.
- Jones, Eric F.; Stahmann, Robert F. „Clergy Beliefs, Preparation, and Practice in Premarital Counseling.” The Journal of Pastoral Care, 1994/48. 181-186. p.
- Kaszó Gyula. *Gefängnisseelsorge in Ungarn: Historische, systemisch-pastoralpsychologische und theologische Perspektiven*. Budapest: L'Harmattan, 2007.
- Kenessey Béla. „A Fiatalok az Élet Küszöbén (FÉK) program bemutatása.” Új Pedagógiai Szemle, 2011/1-5. 169-183. p.
- Kereskényi Sándor. „Jay Adams családterápiája.” Theologiai Szemle, 2000/2. 82-93. p.
- Kiernan, Kathleen. „Cohabitation in Western Europe.” Population Trends, 1999/96. 25-32. p.
- Kissné Geosits Beatrix, Teleki Béla. *Családi életre nevelés*. Kecskemét: Korda, 2007.

- Klein Sándor. *Gyerekközpontú iskola*. Budapest: Edge 2000, 2002.
- Klessmann, Michael. „Qualitätsmerkmale in der Seelsorge oder: Was wirkt in der Seelsorge?” *Wege zum Menschen*, 2002/54. 144-154. p.
- Klessmann, Michael. „Seelsorge im Zwischenraum / im Möglichkeitsraum: Pastoralpsychologische De- und Rekonstruktionen.” *Wege zum Menschen*, 2003/55. 411-426. p.
- Klessmann, Michael. *Seelsorge: Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens*. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener, 2008.
- Kligfeld, Bernard. „The Jewish Marriage Encounter.” In: Otto, Herbert A. *Marriage and Family Enrichment: New Perspectives and Programs*. Nashville: Parthenon, 1976. 129-143. p.
- Knutson, Luke; Olson, David H. „Effectiveness of PREPARE Program with Premarital Couples in Community Settings.” *Marriage and Family*, 2003/6. 529-546. p.
- Kolonits Klára, Tárkányi Ákos. „Párkapcsolatra és házasságra nevelés Magyarországon és az USA-ban.” *Mester és Tanítvány*, 2010/27. 29-50. p.
- Komáromi László. „A bizánci hatás egyes kérdései a középkori magyar házassági jogban.” *Iustum Aequum Salutare*, 2006/1-2. 159-170. p.
- Komlósi Sándor. *Irányelvek az ifjúság családi életre neveléséhez*. Budapest: Egészségügyi és Művelődési Minisztérium, 1974.
- Köntös László; Steinbach József (szerk.). *„Szenvedjétek el egymást szeretetben” 68 dunántúli esketési igehirdetés*. Pápa: Dunántúli Református Egyházkerület: 2012.
- Kurz, Wolfram; Sedlak, Franz (szerk.). *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse: Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*. Tübingen: Lenenskunst, 1995.
- Kurz, Wolfram. „Das Verhältnis von Seelsorge und Psychotherapie. Von der Trotzmacht des Geistes und vom Mut zum Sein.” In: Kurz, Wolfram; Sedlak, Franz (szerk.). *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse: Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*. Tübingen: Lenenskunst, 1995. 399-415. p.
- Larner, Glenn. „The 'Unfashionable' John Byng-Hall: Narrative, Myths and Attachment.” *A. N. Z. J. Family Therapy*, 1999/20. 34-39. p.
- Larsen, A. S.; Olson, David H. „Predicting marital satisfaction using PREPARE: A replication study.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1989/15. 311- 322. p.
- Larson, Jeffrey H.; Holman, Thomas B. „Premarital Predictors of Marital Quality and Stability.” *Family Relations*, 1994/43. 228-237. p.
- Lasch, Christopher. *Az önimádat társadalma*. Budapest: Európa, 1984.

- Laux, Bernhard. „Zielsetzung kirchlicher Ehevorbereitung.” Lebendige Seelsorge, 2001/1. 21-24. p.
- Lazarsfeld, Paul F. (szerk.). *Mathematical thinking in the social sciences*. Glencoe, IL: Free Press, 1954.
- Lazarus, Arnold. *Esküvő előtt, esküvő után: Huszonnégy közkeletű tévhit a párkapcsolatról*. Budapest: Móra, 2002.
- Lazarus, Arnold A. *Brief but Comprehensive Psychotherapy: The Multimodal Way*. New York: Springer, 2006.
- Lee, Han Young. *From History to Narrative Hermeneutics*. New York: Peter Lang, 2004.
- Lefrancois, Guy R. *Psychologie des Lernens*. Berlin, Heidelberg, New York, London, Paris, Tokyo, Hong Kong, Barcelona, Budapest: Springer, 1994. 3. kiadás.
- Lehmann, Richard. „Die kirchliche Feier der Eheschließung.” In: Badenas, Roberto; Höschle, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte*. Lüneburg: Advent-Verlag, 2010. 271-290. p.
- Lemke, Helga; Thürnau, Wilhelm. „Personenzentrierte Psychotherapie und Seelsorge.” In: Engemann, Wilfried (szerk.). *Handbuch der Seelsorge: Grundlagen und Profile*. Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt, 2007. 252-267. p.
- Lemke, Udo. „Gestalttherapie.” In: Asanger, Roland; Wenninger, Gerd (szerk.). *Handwörterbuch Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 255-261. p.
- Lessing, Eckhard. *Geschichte der deutschsprachigen evangelischen Theologie von Albrecht Ritschl bis zur Gegenwart*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2004. 2. kötet.
- Lőke Lajos. „Bizonyítékokon alapuló módszerek a pszichoterápiában.” In: Perczel Forintos Dóra; Mórotz Kenéz (szerk.). *Kognitív viselkedésterápia*. Budapest: Medicina, 2010. 3. kiadás. 19-32. p.
- Long, Edgar C. J.; Angera, Jeffrey J.; Jacobs Carter, Sara; Nakamoto, Mindy; Kalso, Michelle. “Understanding the One You Love: A Longitudinal Assessment of an Empathy Training Program for Couples in Romantic Relationships.” Family Relations, 1999/48. 235-242. p.
- Lück, Helmut E.; Miller, Rudolf (szerk.). *Illustrierte Geschichte der Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 2. kiadás.
- Lück, Helmut E. *Geschichte der Psychologie: Strömungen, Schulen, Entwicklungen*. Stuttgart: Kohlhammer, 2009. 4. kiadás.
- Lukács Eszter. „A szexuális zavarok kognitív viselkedésterápiája.” In: Perczel Forintos Dóra; Mórotz Kenéz (szerk.). *Kognitív viselkedésterápia*. Budapest: Medicina, 2010. 3. kiadás. 529-582. p.

- Lutz, Wolfgang (szerk.). *Lehrbuch der Paartherapie*. München: Ernst Reinhardt, 2006.
- MacArthur, John (szerk.). *Biblikus lelkipozítás*. Budapest: Jó Hír, é. n.
- Mace, David; Mace, Vera. *Marriage Enrichment Retreats: Story of a Quaker Project*. Philadelphia: Friends General Conference, 1972.
- Mace, David R. "Marriage Enrichment Concepts for Research." *The Family Coordinator*, 1975/április. 171-173. p.
- Mace, David R. *Close Companions: The Marriage Enrichment Handbook*. New York: Continuum, 1984.
- Mace, David R.; Mace, Vera C. "Marriage Enrichment – Wave of the Future?" *The Family Coordinator*, 1975/április. 131-135. p.
- Mace, David; Mace Vera. „The Selection, Training, and Certification of Facilitators for Marriage Enrichment Programs.” *The Family Coordinator*, 1976/25. 117-125. p.
- Mace, David R.; Mace, Vera C. „Marriage Enrichment for Clergy Couples.” *Pastoral Psychology*, 1982/30. 151-159. p.
- Mace, David; Mace, Vera. *Love & Anger in Marriage: How to manage your conflicts*. Basingstoke: Pickering & Inglis, 1983. 97-98. p.
- Mace, David; Mace, Vera. „The History and Present Status of the Marriage and Family Enrichment Movement.” In: Denton, Wallace (szerk.). *Marriage and Family Enrichment*. New York: Haworth, 1986. 7-18. p.
- Mace, David; Mace, Vera. *When the Honeymoon's Over*. Nashville: Abingdon Press, 1988.
- Maddock, James W.; Lange, Carol G. „Integrating Milan Therapy and the Circumplex Model: Ecosystemic Consultation with Families and their Helpers.” In: Olson, David H.; Russel, Candyce S.; Sprenkle, Douglas H. (szerk.). *Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of Families*. New York, London: Haworth, 1989. 141-174. p.
- Majzik Lászlóné. *Házasság előtt*. Budapest: Állami Ifjúsági Bizottság, Magyar Nők Országos Tanácsa, Minisztertanács Tanácsai Hivatala, 1975.
- Markman, Howard J. „Prediction of marital distress: A 5-year follow-up.” *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1981/49. 760-762. p.
- Markman, Howard J.; Renick, Mari Jo; Floyd, Frank J.; Stanley, Scott M.; Clements, Mari. „Preventing Marital Distress Through Communication and Conflict Management Training: A 4- and 5-Year Follow-Up.” *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1993/61. 70-77. p.
- Märtin, Doris. *Love Talk: Der neue Knigge für zwei*. Frankfurt am Main: Campus, 2007.

- Maturana, Humberto R.; Varela, Francisco J. *Autopoiesis and Cognition: The Realization of the Living*. Dordrecht: D. Reidel, 1980.
- Mazat, Alberta. *Captivated by Love: Sharing and Enhancing Sexuality in Marriage*. Silver Spring: General Conference of Seventh-day Adventists Ministerial Association, 1996.
- Mazzola, Rudolf. „EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogram: Eine erstaunliche Akzeptanz eines Kurses.” *Lebendige Seelsorge*, 1993/44. 244-247. p.
- McClurkan, J. S. *The effect of couple-to-couple-mentoring on weak marriage relationships*. Southern Baptist Theological Seminary, 2003. Kiadatlan PhD disszertáció.
- Mead, Margaret. *Mann und Weib*. Hamburg: Rowohlt, 1958.
- Meadows, Mark E.; Taplin, Jaci F. „Premarital counseling with college students: A promising triad.” *Journal of Counseling Psychology*, 1970/17. 516-518. p.
- Mears, Dave; Thorne, Brian. *A személyközpontú pszichoterápia és tanácsadás a gyakorlatban*. Budapest: Oriold és Társa Kiadó, 2011.
- Meischner, Wolfram. „Wilhelm Wundt.” In: Lück, Helmut E.; Miller, Rudolf (szerk.). *Illustrierte Geschichte der Psychologie*. Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1999. 2. kiadás. 35-40. p.
- Mérei Ferenc. „Utószó: Carl Rogers amerikai pszichológus gondolatvilága.” In: Rogers, Carl R. *Találkozások: a személyközpontú csoport*. Budapest: Edge 2000 & Oktatókutató és Fejlesztő Intézet, 2008. 271-209. p.
- Meulin-Korf, Hanneke; van Rhijn, Aat. *A harmadik – akivel nem számoltak*. Kolozsvár: Exit, 2009.
- Meyer-Blanck, Michael; Weyel, Birgit. *Studien- und Arbeitsbuch Praktische Theologie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2008.
- Michielsen, May; van Mullingen, Wim; Hermkens, Leen (szerk.). *Összetartozásban – A kontextuális segítségről*. Kolozsvár: Exit, 2010.
- Mihalec Gábor. „Az NLP módszerei: Legfontosabb kommunikációs technikák bemutatása, etikai megjegyzések.” *Theologiai Szemle*, 2002/4. 216-220. p.
- Mihalec Gábor. *Áspiskígyók és palimadarak: A magabiztos kommunikáció kézikönyve*. Budapest: Athenaeum 2000, 2004.
- Mihalec Gábor. *Lélek-ápolás: A leggyakoribb pszichés megbetegedések felismerése, kezelése és megelőzése dióhéjban*. Budapest: Élet és Egészség, 2005.
- Mihalec Gábor. „A lelkigondozó önértelmezése. A lelkigondozás helyének meghatározása a teológiai diszciplinák és a segítő foglalkozások frontvonalán.” *ATF Szemle*, 2005/1. 56-63. p.

- Mihalec Gábor. *A nyugodt élet titkai: Gyors és hatékony ellazulás progresszív izomrelaxációval.* Budapest: Palatinus, 2006.
- Mihalec Gábor. *Boldog házasság: Ábrándozás helyett 10 biztos, megvalósítható lépés.* Pécel: Boldog Élet, 2007.
- Mihalec Gábor, Tárkányi Ákos, „A házasságok és élettársi kapcsolatok összehasonlító vizsgálata.” Mester és Tanítvány, 2010/27. 62-72. p.
- Mihalec Gábor. „Házasság és élettársi kapcsolat: Hasonlóságok, különbségek, etikai és lelkipozíciós megfontolások.” Theologiai Szemle, 2010/2, 100-109. p.
- Mihalec Gábor. *Gyűrű-kúra: Boldog házasságra készülők kézikönyve.* Pécel: Hetednapi Adventista Egyház Családi Osztálya, 2010.
- Mihalec Gábor. *Gyűrű-kúra: Boldog házasságra készülők kézikönyve.* Budapest: Kulcslyuk, 2011. Bővített, átdolgozott kiadás.
- Mihalec Gábor. „A jegyesoktatás története.” Theologiai Szemle, 2011/1. 33-40. p.
- Mihalec Gábor. „A PREPARE/ENRICH párkapcsolati diagnosztikai teszteljárások alkalmazása a pár- és családterápiában.” Családterápiás Hírmondó, 2011/1-2. 108-119. p.
- Mihalec Gábor, Bakó Dorottya, Boróczki Beáta, Jámor-Szabó Éva, Urbán Irma. „A családi életre nevelés története, módszertana és gyakorlata.” Új Pedagógiai Szemle, 2011/1-5. 96-119. p.
- Mihalec Gábor. *Bostonka megszelídítése.* Budapest: Magyar Családterápiás Egyesület, 2012. Kiadatlan szakdolgozat.
- Mihalec Gábor. *Ketten együtt, magabiztosan: Párkapcsolat-építő kommunikáció.* Budapest: Kulcslyuk, 2013.
- Millikin, John W. *Resolving Attachment Injuries in Couples Using Emotionally Focused Therapy: A Process Study.* Blacksburg, Virginia: Virginia Polytechnic Institute and State University, 2000. Kiadatlan PhD értekezés.
- Minuchin, Salvador. *Családok és családterápia.* Budapest: Animula, é. n.
- Mitchell, Kenneth R.; Anderson, Herbert. „You Must Leave Before You Can Cleave: A Family Systems Approach to Premarital Pastoral Work.” Pastoral Psychology, 1981/30. 71-88. p.
- Morgan, Richard Lyon. „A Ritual of Remarriage.” The Journal of Pastoral Care, 1983/37. 292-301. p.
- Morgenthaler, Christoph. „Trauer und Familie.” Wege zum Menschen, 1994/46. 310-329. p.
- Morgenthaler, Christoph. „Sterben im Krankenhaus – systemische Aspekte.” Wege zum Menschen, 2000/52. 408-424. p.

- Morgenthaler, Christoph. „Begrenzte Zeit – erfüllte Zeit: (Kurz)Zeitperspektiven in der systemischen Seelsorge.“ *Wege zum Menschen*, 2002/54. 161-176. p.
- Morgenthaler, Christoph. *Systemische Seelsorge: Impulse der Familien- und Systemtherapie für die kirchliche Praxis*. Stuttgart: Kohlhammer, 2005. 4. kiadás.
- Morgenthaler, Christoph. „Zur Funktion der Psychoanalyse in der gegenwärtigen Pastoralpsychologie: Acht Thesen mit Erläuterungen.“ In: Noth, Isabelle; Morgenthaler, Christoph (szerk.). *Seelsorge und Psychoanalyse*. Stuttgart: Kohlhammer, 2007. 59-67. p.
- Morgenthaler, Christoph. „Der Traum einer Seelsorgerlichen Kirche: Zehn Thesen.“ *Lebendige Seelsorge*, 2009/60. 298-301. p.
- Mórotz Kenéz. „A kognitív viselkedésterápia történeti fejlődése.“ In: Perczel Forintos Dóra; Mórotz Kenéz (szerk.). *Kognitív viselkedésterápia*. Budapest: Medicina, 2010. 3. kiadás. 36-38. p.
- Mullen, Paul M.; Hill, Wayne E. „A Family Systems Model for Pastoral Care and Counseling in Times of Crisis.“ *The Journal of Pastoral Care*, 1990/44. 250-257. p.
- Müller, Ekkehard. „Homosexuelle Partnerschaft im Licht der Heiligen Schrift.“ In: Badenas, Roberto; Höschele, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte*. Lüneburg: Saatkorn, 2010. 97-130. p.
- Müller, Stephan E.; Möde, Erwin (szerk.). *Ist die Liebe noch zu retten? Brennpunkt Partnerschaft, Sexualität und Ehe*. Münster: LIT Verlag, 2004.
- Nagy István. *A kazuáliák homiletikuma*. Nagykörös: KRE, HTK, Gyakorlati Teológiai Tanszék, 2004.
- Nase, Eckart. *Oskar Pfisters analytische Seelsorge. Theorie und Praxis des ersten Pastoralpsychologen dargestellt an zwei Fallstudien*. Berlin/New York: Walter de Gruyter, 1993.
- Nase, Eckart. „'Ein merkwürdiger Mann' – Oskar Pfister und die Anfänge der analytischen Seelsorge.“ In: Noth, Isabelle; Morgenthaler, Christoph (szerk.). *Seelsorge und Psychoanalyse*. Stuttgart: Kohlhammer, 2007. 15-33. p.
- Nasse, Friedrich. *Die Behandlung der Gemüthskranken und Irren durch Nichtärzte*. Bonn: Neidhardt, 1844.
- Näther, Ralf. „Die sexuelle Zufriedenheit in freikirchlich orientierten Ehen.“ In: Bochmann, Andreas; Näther, Ralf. *Sexualität bei Christen: Wie Christen ihre Sexualität leben und was sie dabei beeinflusst. Empirische Studien und Diskussionsbeiträge*. Giessen, Basel: Brunnen, 2002. 58-136. p.
- Nauer, Doris. *Kirchliche Seelsorgerinnen und Seelsorger im Psychiatrischen Krankenhaus? Kritische Reflexionen zu Theorie, Praxis und Methodik von KrankenhausseelsorgerInnen aus pastoraltheologischer Perspektive mit organisationspsychologischem Schwerpunkt*. Münster: LIT, 1999.

- Nelson, Dwight K. *Én vagyok...* Belgrád: Preporod, 1995.
- Nemes Ödön. *Párbeszélgetés: Kapcsolatépítő munkafüzet jegyes- és házaspároknek.* Budapest: Harmat – Új Ember, 2009. 2. kiadás.
- Németh Dávid. *Isten munkája és az ember lehetőségei a lelkigondozásban: A pszichológia helye a poimenikában.* Budapest: Kálvin Kiadó, 1993.
- Németh Dávid. *Pasztorálanthropológia.* Budapest: Károli Gáspár Református Egyetem – L'Harmattan, 2012. 1. kötet.
- Nichol, Francis D. (szerk.). *The Seventh-day Adventist Bible Commentary.* Hagerstown: Review and Herald, 1980. 5. kötet.
- Nitzsch, Carl Immanuel. *Praktische Theologie.* Bonn: Adolph Marcus, 1868. 3. kötet. 2. kiadás.
- Noth, Isabelle; Morgenthaler, Christoph (szerk.). *Seelsorge und Psychoanalyse.* Stuttgart: Kohlhammer, 2007.
- Noth, Isabelle. „Seelsorge zwischen Erinnern und Vergessen – Zur Einseitigkeit des Dialogs mit der Psychoanalyse.” In: Noth, Isabelle; Morgenthaler, Christoph (szerk.). *Seelsorge und Psychoanalyse.* Stuttgart: Kohlhammer, 2007. 9-14. p.
- O'Connor, Joseph; Seymour, John. *NLP: Segítség egymás és önmagunk jobb megértéséhez, pszichológiai gyakorlatok.* Piliscsaba: Bioenergetic, 1996.
- Oates, Wayne E. *An Introduction to Pastoral Counseling.* Nashville: Broadman, 1959.
- Oestreich, Bernhard. „Feier des Glaubens. Gednken zum christlichen Gottesdienst als Ritual.” *Spes Christiana*, 2004-2005/15-16, 89-116. p.
- Olson, David H. „Microcomputers for Couple and Family Assesment: ENRICH and other Inventories.” In: Figley, Charles. R. (szerk.). *Computers and Family Therapy.* New York: Haworth Press, 1985. 105-116. p.
- Olson, David H.; Russel, Candyce S.; Sprenkle, Douglas H. (szerk.). *Circumplex Model: Systemic Assessment and Treatment of Families.* New York, London: Haworth, 1989.
- Olson, David H. „Circumplex Model of Family Systems: Family Assesment and Intervention.” In: Olson, David H.; Russell, Candyce S.; Sprenkle, Douglas H. (szerk.). *Circumplex Model: Systemic Assesment and Treatment of Families.* New York: Haworth Press, 1989. 7-50. p.
- Olson, David H.; Fowers, Blaine J. “ENRICH Marital Inventory: A Discriminant Validity and Cross-Validity Assessment.” *Journal of Marital and Family Therapy*, 1989/15. 65-79. p.
- Olson, David H.; Fowers, Blaine J. „Five Types of Marriage: An Empirical Typology Based on ENRICH.” *The Family Journal*, 1993/1/3. 196-207. p.

- Olson, David H.; DeFrain, John; Olson, Amy K. *Building Relationships: Developing Skills for Life*. Minneapolis: Life Innovations, 1999.
- Olson, David H.; Olson, Amy K. „PREPARE/ENRICH Program: Version 2000.” In: Berger, R.; Hannah, M. (szerk.). *Handbook of Preventative Approaches in Couple Therapy*. New York: Brunner/Mazel, 1999. 196-216. p.
- Olson, David H.; DeFrain, John; Olson, Amy K. *Building Relationships: Developing Skills for Life*. Minneapolis: Life Innovations, 1999.
- Olson, David H.; DeFrain, John; Olson, Amy K. *Building Relationships: Teachers Manual with PowerPoint*. Minneapolis: Life Innovations, 1999.
- Olson, David H.; Olson, Amy K. *Empowering Couples: Building on Your Strengths*. Minneapolis: Life Innovations, 2000.
- Olson, David H.; Olson, Amy K. *Empowering Couples: Leaders Package with PowerPoint*. Minneapolis: Life Innovations, 2000.
- Olson, David H.; DeFrain, John. *Marriages & Families: Intimacy, Diversity, and Strengths*. Boston: McGraw-Hill, 2006. 5. kiadás.
- Olson, David H. *PREPARE, PREPARE MK, ENRICH, MATE Tanácsadói kézikönyv*. Szeged: Ketten Együtt Házassági Felkészítő és Tanácsadó Műhely, 2008.
- Olson, David H., Olson-Sigg, Amy; Larson, Peter J. *The Couple Checkup*. Nashville: Thomas Nelson, 2008.
- Olson, David. „FACES IV and the Circumplex Model: Validation Study.” *Journal of Marital & Family Therapy*, 2011/3. 64-80. p.
- Ősz-Farkas Ernő. *Az egészségügyi szolgálatok kézikönyve*. Budapest: ESZO & Advent Kiadó, 2003.
- Otto, Herbert A. “Marriage and Family Enrichment Programs in North America – Report an Analysis.” *The Family Coordinator*, 1975/április. 137-142. p.
- Palásti Andrea. *Az esküvő: Menyasszonyok és vőlegények kézikönyve*. Veszprém: Á&F Kiadó, 1999.
- Palazzoli, M. Selvini; Boscolo, L.; Cecchin, G.; Prata, G. „Hipotézis-készítés, cirkularitás és neutralitás: a családterápiás ülés vezetésének három vezérelve.” In: Bíró Sándor, Komlósi Piroska (szerk.). *Családterápiás olvasókönyv*. Budapest: Animula, 2001. 53-66. p.
- Pálhegyi Ferenc. *Keresztyén házasság*. Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1992.
- Pálhegyi Ferenc. „Mi baj van a pszichológiával?” In: MacArthur, John (szerk.). *Biblikus lelkipozás*. Budapest: Jó Hír, é. n. 9-11. p.

- Patton, John; Childs, Brian H. *Generationsübergreifende Ehe- und Familienseelsorge*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1995.
- Paulien, Jon. *Weltlich von Gott reden? Mission in einer säkularen Welt*. Lüneburg, Advent-Verlag, 1997. 2. kiadás.
- Peck, M. Scott. *Úttalan utakon*. Budapest: Láng Kiadó, 1990.
- Perczel Forintos Dóra; Mórotz Kenéz (szerk.). *Kognitív viselkedésterápia*. Budapest: Medicina, 2010. 3. kiadás.
- Perczel Forintos Dóra. „A kognitív terápia standard módszerei és hatótényezői.” In: Perczel Forintos Dóra; Mórotz Kenéz (szerk.). *Kognitív viselkedésterápia*. Budapest: Medicina, 2010. 3. kiadás. 241-274. p.
- Pfeiffer, Samuel. „Kognitive Therapie – ein neues Paradigma für die Seelsorge?” *Wege zum Menschen*, 1988/40. 163-172. p.
- Pfister, Oskar. „Psychanalytische Seelsorge und experimentelle Moralpädagogik.” *Protestantische Monatshefte*, 1909/1. 6-42. p.
- Pfister, Oskar. *Analytische Seelsorge. Einführung in die Praktische Psychoanalyse für Pfarrer und Laien*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1927.
- Pichler, Franz. *Mathematische Systemtheorie: Dynamische Konstruktionen*. Berlin, New York: Walter de Gruyter, 1975.
- Piercy, Fred P.; Sprenkle, Douglas H.; Wetchler, Joseph L. (szerk.). *Family Therapy Sourcebook*. New York: Guilford, 1996. 2. kiadás.
- Piper, Hans Christoph. *Gesprächsanalysen*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1973. 2. kiadás.
- Piper, Hans-Christoph. *Gespräche mit Sterbenden*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1977.
- Piper, Hans-Christoph. „Das Menschenbild in der Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 1981/33. 386-393. p.
- Piper, Hans-Christoph. „Macht und Ohn-macht: Die Frage nach dem Proprium der Seelsorge.” *Wege zum Menschen*, 1982/34. 291-299. p.
- Piper, Hans-Christoph. *A kommunikáció tanulása a lelkipozítás és a prédikálás terén: Egy pásztorálteológiai modell*. Debrecen: Debreceni Református Hittudományi Egyetem, 1999.
- Plieth, Martina. *Die Seele wahrnehmen. Zur Geistesgeschichte des Verhältnisses von Seelsorge und Psychologie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1994.
- Pöhler, Rolf J. „’Das Geheimnis ist groß’: Ist die Ehe ein Sakrament? Eine adventistische Perspektive.” In: Badenas, Roberto; Höschele, Stefan (szerk.). *Die Ehe: Biblische, theologische und pastorale Aspekte*. Lüneburg: Advent-Verlag, 2010. 253-270. p.

- Pongrácz Tiborné, Spéder Zsolt. „Élettársi kapcsolat és házasság – Hasonlóságok és különbségek az ezredfordulón.” *Szociológiai Szemle*, 2003/4. 55-75. p.
- Powell, Gleam S.; Smith Wampler, Karen. “Marriage Enrichment Participants: Levels of Marital Satisfaction.” *Family Relations*, 1982/31. 389-393. p.
- Powell, Lane H.; Cassady, David. *Family Life Education: Working with Families across the Life Span*. Long Grove: Waveland, 2007. 2. kiadás.
- Pultke, Annemarie. „’Mein Vater soll mich in die Kirche führen’ – Pastoralpsychologische Erwägungen zum Wunsch des Brautvatergeleits zur kirchlichen Trauung.” *Transformationen*, 2008/10. 4-57. p.
- Raguse, Hartmut. “Grenzüberschritte zwischen Seelsorge und Psychoanalyse.” *Wege zum Menschen*, 1999/51. 462-474. p.
- Rajki Zoltán. „Az adventisták családi állapot szerinti megoszlása a 21. század elején a 2001. évi népszámlálási adatai alapján.” *ATF Szemle*, 2008/1. 48-87. p.
- Ranke-Heinemann, Uta. *Eunuchen für das Himmelreich: Katholische Kirche und Sexualität*. München: Knaur, 1990.
- Ravasz László (szerk.). *Ágenda: A Magyar Református Egyház liturgiás könyve*. Budapest: Magyarországi Református Egyház, 1927.
- Retzer, Arnold. *Systemische Paartherapie: Konzepte-Methode-Praxis*. Stuttgart: Klett-Cotta, 2004.
- Richardson, Ronald W. *Couples in Conflict: A Family Systems Approach to Marriage Counseling*. Minneapolis: Augsburg Fortress, 2010.
- Richter, H. E. *Flüchten oder Standhalten*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1976.
- Richter, Klemens. „Trauungsritualie – Sakramente oder Segnung.” *Lebendige Seelsorge*, 2001/1. 13-15. p.
- Rieber, Robert W.; Robinson, David K. (szerk.). *Wilhelm Wundt in History: The Making of a Scientific Psychology*. New York: Kluwer, 2001.
- Riemann, Fritz. *A szorongás alapformái*. Budapest: Háttér, 1998.
- Roberts, Lisen C.; Morris, Lane Michael. “An Evaluation Marketing Factors in Marriage Enrichment Program Promotion.” *Family Relations*, 1998/47. 37-44. p.
- Rogers, Carl R. „Client-centered psychotherapy.” In: Kaplan, H. J.; Sadock, B. J.; Freedman, A. M. (szerk.). *Comprehensive Textbook of Psychiatry*. Baltimore: Williams & Wilkins, 1980.
- Rogers, Carl R. *Partnerschule: Zusammenleben will gelernt sein – das offene Gespräch mit Paaren und Ehepaaren*. München: Kindler, 1975.

- Rogers, Carl R. *Therapeut und Klient: Grundlagen der Gesprächspsychotherapie*. München: Kindler, 1977.
- Rogers, Carl R. *Valakivé válni: A személyiség születése*. Budapest, Edge 2000, 2003.
- Rogers, Carl R. *Találkozások: a személyközpontú csoport*. Budapest: Edge 2000 & Oktatáskutató és Fejlesztő Intézet, 2008.
- Rolfe, David J. „Developing Skills and Credibility in Marriage Preparation Ministry.” Pastoral Psychology, 1985/33. 161-172. p.
- Rössler, Dietrich. *Grundriss der praktischen Theologie*. Berlin, New York: Walter de Gruyter, 1993. 2. kiadás.
- Rózsai Tivadar. *Lelkigondozástan*. Debrecen: Debreceni Református Theológiai Akadémia, 1981.
- Ruthe, Reinhold. *Typen und Temperamente*. Moers: Brendow, 1999.
- Sander, Fred M. „Ehe und Familie in Sigmund Freuds Schriften.” Familiendynamik, 1978/2, 148-163. p.
- Sandholm, Gayle L. „A Systems Perspective to Marriage Counseling.” Pastoral Psychology, 1982/31. 118-128. p.
- Satir, Virginia. *Mein Weg zu dir: Kontakt finden und Vertrauen gewinnen*. München: Kösel, 1989.
- Satir, Virginia. *A család együttélésének művészete*. Budapest: Coincidencia, 1999.
- Satir, Virginia; Banmen, John; Gerber, Jane; Gömöri Mária. *A Satir-modell: Családterápia és ami azon túl van*. Budapest: Ursus Libris, 2006.
- Schall, Traugott Ulrich. „Seelsorge und klinische Psychologie.” Wege zum Menschen, 1982/34. 391-399. p.
- Schall, Traugott Ulrich. *Eheberatung – Konkrete Seelsorge in Familie und Gemeinde*. Stuttgart: Kohlhammer, 1983.
- Schall, Traugott Ulrich. „Zur Bedeutung der biblischen Tradition in Beratung und Seelsorge.” Wege zum Menschen, 1985/37. 130-136. p.
- Schall, Traugott Ulrich. „Seelsorgerliche Hilfen in Partnerschafts- und Familienkonflikten.” In: Baumgartner, Isidor (szerk.). *Handbuch der Pastoralpsychologie*. Regensburg: Friedrich Pustet, 1990. 387-408. p.
- Schall, Traugott Ulrich. „Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Spannungsfeld gesellschaftlicher und kirchlicher Interessen.” Wege zum Menschen, 1996/48. 36-44. p.
- Scharfenberg, Joachim. *Seelsorge als Gespräch*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1972.

- Scharfenberg, Joachim. „Religion, Seelsorge und Beratung.” Wege zum Menschen, 1982/34. 171-177. p.
- Schindler, Ludwig; Hahlweg, Kurt; Revenstorf, Dirk. *Partnerschaftsprobleme: Therapiemanual*. Heidelberg: Springer, 2006. 2. kiadás.
- Schmidt, Peter F. *Personale Begegnung. Der personzentrierte Ansatz in Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge*. Würzburg: Echter Verlag 1989.
- Schmitz, Klaus. „Ehe, Scheidung und Wiederheirat in Evangelien- und Paulustexten im NT.” In: Bochmann, Andreas; van Treeck, Klaus-Jürgen (szerk.). *Ehescheidung und Wiederheirat: Ein Pastoral-Theologisches Symposium*. Friedensau: Theologische Hochschule Friedensau, 2000. 147-162. p.
- Schnabl Schweitzer, Carol L. „When 'Living Stories' Encounter the Living Word.” Pastoral Psychology, 2009/58. 629-640. p.
- Schneewind, Klaus A.; Gerhard, Anna-Katharina. “Relationship Personality, Conflict Resolution, and Marital Satisfaction in the First 5 Years of Marriage.” Family Relations, 2002/51. 63-71. p.
- Schneider-Harpprecht, Christoph. „Seelsorge als systemische Praxis: Der soziale und politische Auftrag der Seelsorge.” Wege zum Menschen, 2003/55. 427-443. p.
- Schneider, Gerhard. “Psychoanalyse und Religion – passt das zusammen?” Wege zum Menschen, 2006/58. 402-409. p.
- Schottroff, Luise; Wacker, Marie-Theres (szerk.). *Feminist Biblical Interpretation: A Compendium of Critical Commentary on the Books of the Bible and Related Literature*. Grand Rapids: Eerdmans, 2012.
- Schroer, Silvia; Bietenhard, Sophia (szerk.). *Feminist Interpretation of the Bible and the Hermeneutics of Liberation*. London: Sheffield, 2003.
- Schultz-Hencke, Harald. *Der gehemmte Mensch: Entwurf eines Lehrbuches der Neo-Psychoanalyse*. Stuttgart: Thieme, 1969. 3. kiadás.
- Schumm, Walter R.; Denton, Wallace. „Premarital Counseling: Approaches, Objectives, Content, and Evaluation – A Bibliography.” Pastoral Psychology, 1980/28. 181-187. p.
- Schüngel-Straumann, Helen. *Die Frau am Anfang: Eva und die Folgen*. Münster: LIT, 1999. 3. kiadás.
- Schutz, William „Encounter.” In: Corsini, Raymond (szerk.), *Current Psychotherapies*. Itasca: Peacock, 1973. 401-443. p.
- Schwarz, Christian A. *Grundkurs Evangelisation: Leise werben für die Gute Nachricht*. Emmelsbüll: C&P, 1993.
- Schwarz, Christian A. *A gyülekezet természetes fejlődése*. Jánoshalma: BMSZ, 1998.

- Schwarz, Christian A. *Der Liebe-Lern-Prozess*. Emmelsbüll: C&P, 1998.
- Schweitzer Wood, Norma; Stroup, Herbert W. Jr. „Family Systems in Premarital Counseling.” *Pastoral Psychology*, 1990/39. 111-119. p.
- Schwenger, Jens. *Erste-Hilfe-Techniken für die Paarberatung: Von der Kunst, das Herz des Anderen zu erreichen*. Neuenhagen bei Berlin: CAB-Service, 2010.
- Selekman, Matthew D. „Solution-oriented brief therapy with difficult adolescents.” In: Friedman, Steven (szerk.). *The new language of change*. New York: Guilford, 1993. 138-157. p.
- Sheek, B. W. *A nation for families*. Washington, DC: American Home Economics Association, 1984.
- Sherman, Robert; Fredman, Nomran. *Strukturális technikák a pár- és családterápiában*. Budapest: Magyar Pszichiátriai Társaság, 1989.
- Shim, Eun-Jung. „Pastoral Counseling of Older Adults: Toward a Short-term Integrative Approach.” *Pastoral Psychology*, 2008/56. 355-370. p.
- Sick, Günther. „Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK): Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft.” *Lebendige Seelsorge*, 2001/1. 35-37. p.
- Siegel, Judith. *A bizalom helyreállítása: Tárgyakapcsolati családterápia*. Budapest: Animula, 1992.
- Silliman, B.; Schumm, W. R. „Topics of interest in premarital counseling: Client's views.” *Journal of Sex & Marital Therapy*, 1989/15. 199-206. p.
- Skrabski Árpád, Kopp Mária. *A boldogságkeresés útjai és útvesztői a párkapcsolatokban*. Budapest: Szent István Társulat, 2010.
- Smith, Rebecca M.; Shoffner, Sarah M.; Scott, Jean P. “Marriage and Family Enrichment: A New Professional Area.” *The Family Coordinator*, 1979/január. 87-93. p.
- Snodgrass, Jill. „From Rogers to Clinebell: Exploring the History of Pastoral Psychology.” *Pastoral Psychology*, 2007/54. 513-525. p.
- Somerville, Rose M. „The Relationship between family life education and sex education.” *Journal of Marriage and the Family*, 1967/29. 374-389. p.
- Stahmann, Robert F.; Hiebert, William J. *Premarital & Remarital Counseling: The Professional's Handbook*. San Francisco: Jossey Bass, 1997.
- Stanley, Scott M. „Making a case for premarital education.” *Family Relations*, 2001/50. 272-280. p.
- Stanley, Scott M.; Markman, Howard J.; Blumberg, Susan L.; Jenkins, Natalie. *Prevention and Relationship Enhancement Program: Leader's Manual*. Greenwood Village: Prep Educational Products, 2006.

- Stein, Edward V. "MARDILAB: An Experiment in Marriage Enrichment." The Family Coordinator, 1975/április. 167-170. p.
- Stierlin, Helm. "Die Christen in der Weltfamilie." Familiendynamik, 1982/4. 375-384. p.
- Stollberg, Dietrich. *Mein Auftrag, deine Freiheit. Thesen zur Seelsorge*. München: Claudius, 1972.
- Stollberg, Dietrich. *Nach der Trennung: Erwägungen für Geschiedene, Entlobte, Getrennte und – Verheiratete*. München/Mainz: Kaiser/Grünwald, 1973.
- Stollberg, Dietrich. *Wahrnehmen und Annehmen: Seelsorge in Theorie und Praxis*. Gütersloh: Gütersloher, 1978.
- Stollberg, Dietrich. „Wie konservativ muss die Pastoralpsychologie sein?” Wege zum Menschen, 2003/55. 403-410. p.
- Stollberg, Dietrich. „Freiwillige Unfreiheit? Thurneysen, die Seelsorgebewegung und manche Vorurteile.” Wege zum Menschen, 2008/60. 74-83. p.
- Stone, Howard. *Using behavioral methods in Pastoral Counseling*. Minneapolis: Fortress Press, 1980.
- Stone, Howard W. „The Congregational Setting of Pastoral Counseling: A Study of Pastoral Counseling Theorists from 1949-1999.” The Journal of Pastoral Care, 2001/55. 181-196. p.
- Suloway, Frank J. *Freud, biologist of the mind: beyond the psychoanalytic legend*. New York: Harvard, 1979.
- Sulyok K.; Bacsó J.; Hajdú T.; Takács F.-né; Némethy L.; Nagy L. *Házasság előtt*. Budapest: Állami Ifjúsági Bizottság, Magyar Nők Országos Tanácsa, Minisztertanács Tanácsai Hivatala, 1979.
- Surra, C. A. „Courtship types: Variations in interdependence between partners and social networks.” Journal of Personality and Social Psychology, 1985/49. 357-375. p.
- Sussman, Marvin B.; Steinmetz, Suzanne K.; Peterson, Gary W. *Handbook of Marriage and the Family*. New York: Plenum Press, 1999. 2. kiadás.
- Sz. n. *Házasság előtt*. Budapest: Fővárosi Egészségnevelési központ, Magyar Vöröskereszt Budapesti Titkársága, 1974.
- Sz. n. *Hetednapi adventista lelkesi kézikönyv*. Budapest: Advent Kiadó, 1996.
- Sz. n. *Hetednapi Adventista Egyház Gyülekezeti Kézikönyv*. Pécel: Hetednapi Adventista Egyház Magyar Uniója, 2006
- Sz. n. *Fiatalok az élet küszöbén – Tanári kézikönyv*. Budapest: Timóteus Társaság, 2009. 3. kötet.
- Szabó József László. *Jegyeskönyv*. Miskolc: Szent Maximilian, 2002.

- Szarka Miklós. *Házasságra felkészítő beszélgetések: Útmutató Lelkipásztoroknak és segítőknek.* Budapest: Kálvin Kiadó, 2012.
- Székely Ilona, *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában* (Budapest: Animula, 2003),
- Szekszárdi Ferencné. *Családi életre nevelés az osztályfőnöki órán: Módszertani útmutató az általános iskolai osztályfőnökök számára.* Budapest: Országos Pedagógiai Intézet, 1975.
- Szilágyi Vilmos, *Nyitott házasság, korszerűbb életstílus* (Budapest: Idegenforgalmi Propaganda és Kiadó Vállalat, 1988).
- Szilvási András. *Isten általunk hirdetett igéje. Homiletikai jegyzet.* Pécel: Adventista Teológiai Főiskola, 2010.
- Szopinski, József. „Ehevorbereitung in Kleingruppen.” *Partnerberatung*, 1983/1. 31-36. p.
- Tacke, Helmut. *Glaubenshilfe als Lebenshilfe. Probleme und Chancen heutiger Seelsorge.* Neukirchen-Vluyn: Neukirchener, 1979.
- Tam, Ekman P. C. „Satir Model of Family Therapy and Spiritual Direction.” *Pastoral Psychology*, 2006/54. 275-287. p.
- Tapolyai Mihály. *Isten arcának törött cserépdarabjai: Mások vagyunk.* Budapest: Advent Kiadó, 2010.
- Tausch, Reinhard. *Gesprächspsychotherapie.* Göttingen: Verlag für Psychotherapie dr. C. Hogrefe, 1973.
- Tausch, Reinhard; Tausch, Anne-Marie. *Erziehungspsychologie: Begegnung von Person zu Person.* Göttingen: Hogrefe, 1998.
- Teleki Béla. *Családpedagógia.* Kecskemét: Korda, 2007.
- Tennant, Jan. „Family life education: Identity, objectives, and future directions.” *McGill Journal of Educations*, 1989/24. 127–142. p.
- Thilo, Hans-Joachim. *Der ungespaltene Mensch: Ein Stück Pastoralpsychologie.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1957.
- Thilo, Hans-Joachim. *Das Opfer, das die Liebe bringt: Ein Ehebüchlein.* Hamburg: Agentur des Rauhen Hauses, 1967.
- Thilo, Hans-Joachim. *Beratende Seelsorge: Tiefenpsychologische Methodik dargestellt am Kasualgespräch.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1971.
- Thilo, Hans-Joachim. *Ehe ohne Norm? Eine evangelische Ehe-Ethik in Theorie und Praxis.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1978.
- Thilo, Hans-Joachim. *Die therapeutische Funktion des Gottesdienstes.* Kassel: Johannes Stauda, 1985.

- Thomas, Volker. „Das 'Circumplex Model' und der FACES.” In: Cierpka, Michael (Szerk.). *Familiendiagnostik*. Springer, Heidelberg, 1988. 256-281. p.
- Thurmaier, Franz; Engl, Joachim; Kurt Halhweg. „Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings – Ergebnisse nach fünf Jahren.” *Zeitschrift für klinische Psychologie*, 1998/28. 54-62. p.
- Thurneysen, Eduard. „Rechtfertigung und Seelsorge.” *Zwischen den Zeiten*, 1928/6. 197-218. p.
- Thurneysen, Eduard. *Die Lehre von der Seelsorge*. München: Kaiser, 1948.
- Thurneysen, Eduard. „Seelsorge und Psychotherapie.” *Theologische Existenz heute*, 1950/25. 1-24. p.
- Thurneysen, Eduard. *A lelki gondozás tana*. Budapest: Református Egyetemes Konvent Sajtóosztálya, 1950.
- Thurneysen, Eduard. *Seelsorge im Vollzug*. Zürich: EVZ, 1968.
- Tilden, Terje; Dattilio, Frank M. “Vulnerability Schemas Of Individuals In Couples Relationships: A Cognitive Perspective.” *Contemporary Family Therapy*, 2005/27. 139-162. p.
- Tillich, Paul. *Gesammelte Werke*. Stuttgart: Walter de Gruyter, 1970. 7. kötet.
- Tillich, Paul. „Seelsorge und Psychotherapie. Der Einfluß der Psychotherapie auf die Theologie.” In: Tillich, Paul. *Gesammelte Werke*. Stuttgart: Walter de Gruyter, 1970. 7. kötet. 316-335. p.
- Toman, Walter. *Family constellation*. New York: Springer, 1961.
- Tóth Miklós. *Házasságterápia*. Budapest: Gondolat, 1989.
- Towner, Dick; Tofilon, John. *The Good Sense Budget Course: Biblical Financial Principles for Transforming Your Finances and Life*. Grand Rapids: Zondervan, 2002.
- Traux, Charles B.; Carkhuff, Robert. *Toward Effective Counseling and Psychotherapy*. Chicago: Transaction Publishers, 1976.
- Tringer László. *A gyógyító beszélgetés*. Budapest: Semmelweis Egészségtudományi Egyetem Egészségügyi Főiskolai Kar, 2003.
- Utsch, Michael (szerk.). *Wenn die Seele Sinn sucht. Herausforderung für Psychotherapie und Seelsorge*. Neukirchen: Neukirchener, 2000.
- Utsch, Michael. „Grenzen der Psychotherapie – Chancen der Seelsorge.” In: Utsch, Michael (szerk.). *Wenn die Seele Sinn sucht. Herausforderung für Psychotherapie und Seelsorge*. Neukirchen: Neukirchener, 2000. 86-102. p.

- van den Eerenbeemt, Else-Marie; van Heusden, Amy. *A változó egyensúly: Böszörményi-Nagy Iván egyéni- és családterápiás módszere*. Budapest: Coincidencia, 2001.
- van der Geest, Hans. *Unter vier Augen. Beispiele gelungener Seelsorge*. Zürich: Theologischer Verlag, 1981.
- Van Leeuwen, Mary S. *After Eden: Facing the Challenge of Gender Reconciliation*. Grand Rapids: Eerdmans, 1993.
- Varga Pál. „A Romantikus szerelem hétköznapijai.” Konferenciai előadás kézírata, IV. Európai Családterápiás Konferencia, 2001.
- Varga Zsigmond J. *Újszövetségi görög-magyar szótár*. Budapest: Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1992.
- Vargha András, Tóth Melinda. „Az Olson-féle családteszt magyar adaptációja.” In: Bagdy Emőke, Mirnics Zsuzsanna, Vargha András. *Egyén-pár-család: Tanulmányok a pszichodiagnosztikai tesztadaptációs és tesztfejlesztő kutatások köréből*. Budapest: Animula, 2007. 288-309. p.
- Vaucher, Alfred. *Az üdvösség története*. Budapest: H. N. Adventista Egyház, 1994. 3. kiadás
- Verbényi István (szerk.). *Liturgikus lexikon*. Budapest: Szent István Társulat, 2001.
- Veres Sándor. “Pszichoanalízis és kereszténység: Az értelmezés lehetőségei Fairbairn tárgy-kapcsolat elméletében.” *Theologiai Szemle*, 1991/34. 289-301. p.
- Verhoef, Peter A. *The Books of Haggai and Malachi*. Grand Rapids: Eerdmans: 1987.
- von Bertalanffy, Karl Ludwig. *General System Theory: Foundations, Development, Applications*. New York: George Braziller, 1976. Átdolgozott kiadás.
- von Schlippe, Arist; Schweitzer, Jochen. *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1997. 3. kiadás.
- Vyhmeister, Nancy Jean. *Handbook for Research: Guidelines for Theology Students*. Silang, Cavite: AIIAS, 1989. 2. kiadás.
- Wages, S. A.; Darling, C. A. „Evaluation of a marriage preparation program (PREPARE) using marriage mentors.” *Marriage & Family Journal*, 2004/7/2. 103-121. p.
- Wahl, Heribert. „Tiefenpsychologische Aspekte des seelsorgerlichen Gesprächs.” In: Engemann, Wilfried (szerk.). *Handbuch der Seelsorge: Grundlagen und Profile*. Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt, 2007. 227-251. p.
- Walsh, Froma (szerk.). *Spiritual Resources in Family Therapy*. New York: Guilford, 2009. 2. kiadás.
- Walsch, Froma. „Integrating Spirituality in Family Therapy.” In: Walsh, Froma (szerk.). *Spiritual Resources in Family Therapy*. New York: Guilford, 2009. 2. kiadás. 31-64. p.

- Watson Tiesel, Judy; Olson, David H. "Preventing Family Problems: Troubling Trends and Promising Opportunities." Family Relations, 1992/41. 398-403. p.
- Watson, John B. *Behaviorism*. Chicago: University of Chicago Press, 1930.
- Watzlawick, Paul; Beavin, Janet H.; Jackson, Don D. *Menschliche Kommunikation: Formen, Störungen, Paradoxien*. Bern, Göttingen: Hans Huber, 2000. 10. kiadás.
- Watzlawick, Paul. *Anleitung zum Unglücklichsein*. München: Piper, 2009. 15. kiadás.
- Weber, Gunthard; Simon, Fritz B. „Systemische Therapie.” In: Asanger, Roland; Wenninger, Gerd (szerk.). *Handwörterbuch Psychologie*. Augsburg: Weltbild, 2000. 768-772. p.
- Weber, Wilfried. *Wege zum helfenden Gespräch: Gesprächspsychotherapie in der Praxis*. München: Ernst Reinhardt, 1981.
- White, Ellen G. *Üzenet az ifjúságnak*. Budapest: Bibliaiskolák közössége, 1989.
- White, Ellen G. *Boldog otthon*. Budapest: Advent Kiadó, 1998.
- White, Michael; Epston, David. *Die Zähmung der Monster: Der narrative Ansatz in der Familientherapie*. Heidelberg: Carl-Auer, 2009. 6. kiadás.
- Widmer, Kathrin; Bodenmann, Guy. „Die Förderung von Paarkompetenzen zur Vorbeugung von Beziehungsstörungen.” In: Lutz, Wolfgang (szerk.). *Lehrbuch der Paartherapie*. München: Ernst Reinhardt, 2006.
- Wile, Daniel B. *After the fight: using our disagreements to build a stronger relationship*. New York: Guilford, 1993.
- Willi, Jürg. *Die Zweierbeziehung: Spannungsursachen – Störungsmuster – Klärungsprozesse – Lösungsmodelle*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1975.
- Willi, Jürg. "Die psychosomatische Kollusion am Beispiel einer herzneurotischen Ehe." Familiendynamik, 1976/4. 319-333. p.
- Willi, Jürg. *Therapie der Zweierbeziehung*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1978.
- Willi, Jürg. "Der Kampf der Geschlechter als Kollusion." Familiendynamik, 1978/1. 3-19. p.
- Willi, Jürg. "Therapie von Sexualstörungen – Paartherapie oder Sexualtherapie?" Familiendynamik, 1981/3. 248-259. p.
- Willi, Jürg. *Ko-Evolution: Die Kunst gemeinsamen Wachsens*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1985.
- Willi, Jürg. *Was hält Paare zusammen? Der Prozeß des Zusammenlebens in psychoökologischer Sicht*. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1991.
- Winkler, Klaus. *Seelsorge*. Berlin, New York: Walter de Gruyter, 2000. 2. kiadás.

- Winnicott, Donald W. *Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*. London, Tavistock, 1958.
- Wonka, Markus. „Kirchliche Ehevorbereitung: Spannungen – Herausforderungen – Chancen.” In: Müller, Stephan E.; Möde, Erwin (szerk.). *Ist die Liebe noch zu retten? Brennpunkt Partnerschaft, Sexualität und Ehe*. Münster: LIT Verlag, 2004. 210-241. p.
- Wood, Charles. „Premarital Counseling: A Working Model.” The Journal of Pastoral Care, 1979/33. 44-50. p.
- Worthington, Everett L. *Marriage Counseling: A Christian Approach to Counseling Couples*. Downers Gove: InterVarsity, 1989.
- Wright, H. Norman. *Marriage and Family Enrichment Resource Manual*. Denver: Christian Marriage Enrichment, 1979.
- Wright, H. Norman. *Marital Counseling: A Biblical, Behavioral, Cognitive Approach*. San Francisco: Harper & Row, 1983.
- Wright, H. Norman. *The Marriage Checkup*. Ventura: Regal Books, 2002.
- Wright, H. Norman. *Házasodni készülsz? Az erős, tartós kapcsolat építésének titka*. Debrecen: Új Remény Alapítvány, 2010.
- Ziemer, Jürgen. *Seelsorgelehre. Eine Einführung für Studium und Praxis*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2009.
- Zoll, Katharina. *Stabile Gemeinschaften: Transnationale Familien in der Weltgesellschaft*. Bielefeld: transcript Verlag, 2007.

Internetforrások

A Boldogabb Családokért.

Forrás: <http://www.katolikus.hu/csalad.html>

Találat napja: 2010.11.16.

A Katolikus Egyház Katekizmusa.

Forrás: <http://www.katolikus.hu/kek/>

Találat napja: 2011.11.07.

Bagdy Emőke (szerk.). *Pár- és családi kapcsolatok vizsgálata.* Digitális tankönyv.

Forrás: <http://www.webcreator.hu/tankonyv/krv1.html>

Találat napja: 2011.02.28.

Burleson, Ted. *Facilitating Marriage using Empowering Couples Program.* Memphis, TN: Harding University, 2004. Kiadatlan PhD disszertáció. Idézi:

<http://www.prepare-enrich.co.nz/index.php/articles/research-articles/74-iii-research-on-effectiveness-of-empowering-couples-program>

Találat napja: 2011.09.30.

Childs, Geniel. *Marriage preparation marriage education programs: An evaluation of essential elements of quality.* Provo: Brigham Young University, 2008. kiadatlan MA

dolgozat. Forrás: https://www.prepare-enrich.com/pe/pdf/research/2011/childs_pe_group_program_brief_report.pdf

(Találat napja: 2013.04.16.)

Czémán Zsófia. „Lehet életre szólóan szeretni valakit?” Forrás:

<http://www.hazashetve.hu/images/HetiValasz.html>

Találat napja: 2010.12.01.

„Ethical Thinking and Practice for Parent and Family Educators” (Minnesota Council on Family Relations, 1997) Forrás:

http://www.mcfr.net/Resources/ethical_thinking_and_practice.pdf (Találat napja: 2013.04.12.)

„Ethical Principles and Guidelines” (NCFR, 1995) Forrás:

http://www.humsci.auburn.edu/hdfs/faculty/anderja/ethics/ncfr_ethics.pdf Találat napja: 2013.04.12.

Familiaris Consortio.

Forrás: <http://uj.katolikus.hu/konyvtar.php?h=202>

Találat napja: 2010.11.07.

Flowers, Karen; Flowers, Ron. „Preparing Couples for Marriage.”

Forrás: http://www.adventistfamilyministries.org/world/premarital_preparing.htm

Találat napja: 2010.11.19.

Kisgyörgyné Pongrácz Dóra, Tóth Melinda, Mirnics Zsuzsanna, Bagdy Emőke, Vargha András. „A Circumplex modell és az OCST-4 (FACES IV) David Olson strukturális családdinamikai modelljének és mérőeljárásának ismertetése” In: Bagdy Emőke

(szerk.). *Pár-és családi kapcsolatok vizsgálata* (Digitális tankönyv). 6. fejezet.
Forrás: <http://www.webcreator.hu/tankonyv/>
Találat napja: 2011.09.15.

Larson, Peter J.; Olson, David H. „Spiritual Beliefs and Marriage: A National Survey Based on ENRICH.” (2005. Kiadatlan kézirat) Forrás: https://www.prepare-enrich.com/pe_main_site_content/pdf/research/beliefsandmarriage.pdf
Találat napja: 2011.03.31.

Marriage (Recognised Denominations) Proclamation 2007. Forrás:
<http://www.ag.gov.au/celebrants>
Találat napja: 2011.11.08.

Olson, David H.; Larson, Peter J. „Cohabiting Couples Higher Risk for Divorce.” (2006. Kiadatlan tanulmány). Forrás: <http://www.prepare-enrich.com/pe/pdf/research/cohabcoupleshigherrisk.pdf>
Találat napja: 2013.04.25.

Olson, David H.; Gorall, Dean M. „FACES IV and the Circumplex Model.” (2006. Kiadatlan tanulmány.) Forrás:
<http://www.haifamed.org.il/pictures/files/FACES%20IV%20%20the%20Circumplex%20Model%20-%20D%20OLSON%202006.pdf>
Találat napja: 2013.02.13.

Ordo Celebrandi Matrimonium.
Forrás: http://www.plebania.net/hittanterem/?op=view&k_id=1269
Találat napja: 2011.11.09.

Pallas Nagylexikon.
Forrás: http://www.kislexikon.hu/polgari_hazassag_a.html
Találat napja: 2009.09.16.

„Premarital Guidance in the Seventh-Day Adventist Church.” Forrás:
http://www.adventistfamilyministries.org/world/premarital_guidance.htm
Találat napja: 2010.11.12.

Preparation For The Sacrament of Marriage.
Forrás:
http://www.vatican.va/roman_curia/pontifical_councils/family/documents/rc_pc_family_doc_13051996_preparation-for-marriage_en.html
Találat napja: 2010.11.06.

Tárkányi Ákos. „A család válsága – tévhitek és megoldások.”
Forrás: ncsszi.hu/download.php?file_id=504
Találat napja: 2012.10.24.

Tögel, Christfried. „Freud und Wundt: Von der Hypnose bis zur Völkerpsychologie.”
Forrás: <http://www.freud-biographik.de/frdwundt.htm>
Találat napja: 2011.05.17.

Vargha András, Baktay Gizella, Tóth Melinda, Kisgyörgyné Pongrácz Dóra, Bagdy Emőke. „A Circumplex Modellel és az Olson-teszttel kapcsolatos nemzetközi és

hazai empirikus vizsgálatok.” In: Bagdy Emőke (Szerk.). *Pár-és családi kapcsolatok vizsgálata*. (Digitális tankönyv). 7. fejezet.
Forrás: <http://www.webcreator.hu/tankonyv/>
Találat napja: 2011.09.15.

Wood, Britton. „Marriage Enrichment.” *International Encyclopedia of Marriage and Family*. 2003. Forrás: <http://www.encyclopedia.com/doc/1G2-3406900290.html>
Találat napja: 2013.03.25.

<http://www.abacon.com/famtherapy/minuchin.html>
Találat napja: 2011.03.06.

<http://www.mecsnapok.hu/index.php?menu=f>
Találat napja: 2010.12.01.

https://www.prepare-enrich.com/webapp/pe/about_us/template/DisplaySecureContent.vm;pc=1315903511078;jsessionid=13C85A8185375924282BEDFB2BC82F2B?id=pe*about_us*david_vitae.html&emb_org_id=0&emb_sch_id=0&emb_lng_code=ENGLISH
Találat napja: 2011.09.14.

https://www.prepare-enrich.com/webapp/pe/couples/template/DisplaySecureContent.vm;pc=1316010199621?id=pe*couples*for_couples.html&emb_org_id=0&emb_sch_id=0&emb_lng_code=ENGLISH
Találat napja: 2011.09.14.

<http://www.prepare-enrich.co.nz/index.php/articles/marriage-mentor-studies>
Találat napja: 2011.10.03.

<http://www.prepare-enrich.co.nz/index.php/articles/marriage-mentor-studies>
Találat napja: 2011.10.03.

www.juerg-willi.ch
Találat napja: 2011.02.07.

www.juerg-willi.ch
Találat napja: 2011.02.07.

www.psychotherapieausbildung.ch
Találat napja: 2011.02.07.

www.psychotherapieausbildung.ch
Találat napja: 2011.02.07.

www.thebowencenter.org
Találat napja: 2010.08.29.