

Axa familială în modelul integrativ strategic

Stanciu Andrada

Familia ca sistem

Sistemul reprezintă un ansamblu de elemente care se afla într-o ordine anume, ci nu la intamplare, care funcționează urmand niste reguli și se afla in echilibru. Prin sistem ne referim nu numai la un intreg al părților sale ci și la relațiile dintre componente. In ceea ce priveste familia aceasta este văzută ca o sumă a membrilor ce alcatuiesc familia, dar contine si interacțiunea dintre ei, aceasta avand loc după anumite reguli, cu anumite funcții și existând permanent nevoia pastrarii unui echilibru în cadrul acesteia. Ca orice sistem, familiile pot fi închise(nu relaționează aproape deloc cu ceilalti) sau deschise (relaționează cu altii). Familiile închise se ghideaza după regulile și principiile proprii, si sunt foarte rezistente la eventuale modificari, exemple suntacele familii cu foarte puțini prieteni, care nu primesc vizite de la rude, vecini, prieteni, își educă copii doar după ideile proprii și sunt reticente la noutati. Familiile deschise sunt acele familii care leaga usor relații de prietenie, care fac vizite si primesc de asemenea vizitatori, și sunt deschiși in discutarea regulilor și concepțiilor, acceptand si ideile altora in acest sens. Pentru a-și pastra stabilitatea și echilibrul, familia folosește mecanisme de feedback acestea putand fi pozitive sau negative. Privitor la familie, feedback-ul pozitiv este constituit din acțiuni întreprinse, de exemplu atunci când în funcție de nevoile copilului ce merge la grădiniță sau la școală, părinții își modifica sau restructureaza stilul de viață(programul zilei de lucru, timpul liber, timpul dedicat lecțiilor sau activități extrașcolare etc.). Feedback-ul negativ poate fi reprezentat de mecanisme ca pedepsirea, învinovățirea, umilirea, cearta, bătaia, folosite pentru corectarea comportamentelor considerate ca fiind rele ale membrilor familiei.

Structura familiei

Structura familială este un set nescris de norme pentru funcționare care strabileste cum interacționează membrii familiei. Pentru menținerea integrității si a funcționalității unei familii este necesar ca structura sa să fie flexibilă, rezistentă la schimbare dar doar pana intr-un anumit punct si în același timp adaptabilă atunci când situația o impune. Acest lucru se poate realiza prin intermediul subsistemelor familiale.

Subsistemele pot fi :

- indivizi singuri
- diade(exemplu mamă-copil, soț-soție)

Subsisteme importante in familii:

- subsistemul adulților
- subsistemul paternal
- subsistemul fratriilor

Subsistemul adulților sau subsistemul marital, al soților include sotul și soția. Acest sistem are în primul rând rolul de contruii împreună intimitate și angajament. În acest scop este nevoie de abilități ca și complementaritatea și acomodarea reciprocă, aceasta însemnând ca ambii soți trebuie să simtă că pot fi independenți în domenii ce nu tin de cuplu dar în același timp și că sunt împreună în acea diada. Acest subsistem poate dezvolta abilități de învățare, poate stimula creativitatea și creșterea ducând astfel la acomodarea reciprocă, mai precis la susținerea aspectelor dorite la parteneri și la actualizarea aspectelor creative ale acestora, aspecte inactive până atunci. Subsistemul marital are nevoie să fie independent față de cerințele și nevoile altor sisteme cum ar fi de exemplu situația cuplurilor cu copii, astfel aceștia își vor putea oferi unul altuia suport emoțional. Pot apărea disensiuni în relaționare între soți de exemplu, atunci când unul dintre aceștia insistă în urmărirea propriilor scopuri, lăsând la o parte scopurile diadei ca întreg.

Subsistemul paternal se formează atunci când cuplul da naștere unui copil și cuprinde părinții dar și membrii familiei extinse. Responsabilitatea acestui subsistem este mare și constă în creșterea copiilor, educarea lor și stabilirea de limite pentru aceștia. Pot apărea dificultăți, pentru că adultul este în același timp partenerul din diada maritală, dar și părintele copilului, iar uneori aceste două tipuri de funcții sunt sau nu eficient îmbinate. Dificultățile apărute în subsistem, pot conduce la pierderea echilibrului cuplului marital prin atragerea unui copil în interiorul acestuia sau la izolarea copilului de către cuplul marital. Stimulii externi ce apar în viața copilului sau modificările în evoluția subsistemului duc la efecte și asupra subsistemului paternal sau chiar asupra celui marital.

Subsistemul fraților este format din copiii din familie oferindu-le acestora primul grup social caracterizat de egalitate între membrii. Sistemul fraților oferă copiilor lecții despre cum să negocieze, să coopereze, să fie în competiție sau în echipă sau despre submisivitate, suportul reciproc și atașamentul față de prieteni. Copiii învață astfel diferite roluri și poziții în familie, fiindu-le benefice sau nu în evoluția lor ulterioară în viață.

Rolurile familiale

Prin rol familial ne referim la setul constant de comportamente pe care membrii familiei îl pretind de la fiecare membru al sistemului familial, în funcție de poziția pe care o ocupă în acesta. Există trei roluri familiale

Rol conjugal (de partener, de soț/soție) vizând relaționarea cu soțul, soția

- Cunoașterea de sine și a partenerului;
- Satisfacerea reciprocă a nevoilor afectiv-sexuale a intereselor și aspirațiilor referitoare la viața de cuplu;
- Susținerea reciprocă în urmărirea sarcinilor și funcțiilor familiei;
- Modelarea intimității și a vieții de cuplu pentru copii;
- Stimularea funcționării cuplului prin folosirea tuturor resurselor personale.

Rol parental -care are în vedere relația părinte-copil

- Creșterea și educarea copiilor;
- Formarea identității sexuale a copiilor;
- Stimularea evoluției și dezvoltării personalității la copii.

Rol fratern- se refera la relationarea intre frati

- Învățarea traiului alături de egali (prin afecțiune, rivalitate, solidaritate, competiție, conflict, negociere);
- Completarea identității de sine și a celei sexuale;
- Susținerea afectivă și comportamentală în diferite situații.

Pot apărea lipsuri în ceea ce privește îndeplinirea rolurilor familiale cum sunt exacerbaria sau minimalizarea rolurilor familiale. În cazul exacerbarii rolului, soțul sau soția sunt acivi doar în rolul conjugal, producand sentimente de sufocare, de culpă și control pentru cealalt și ignorarea copiilor. Cel mai frecvent exacerbaria rolului se întâlnește la mame, ajungând să facă din rolul de mama un unic scop punându-se chiar și pe ele pe plan secundar . O altă exacerbare poate fi cea de rol fratern care apare în situațiile în care un frate își canalizeaza toată atenția, grija și viața spre frații săi, ignorând propriile nevoi și scopuri, un exemplu fiind copii parentali. Minimalizarea rolului familial poate avea loc de exemplu în cazul rolului conjugal prin îndreptarea spre relații extra conjugale sau activități profesionale. Minimalizarea rolului parental are consecințe negative asupra copiilor deoarece intervine neglijarea acestora sau privarea acestora de satisfacerea nevoilor pe care singuri nu le pot îndeplini având consecințe negative în dezvoltarea lor. Minimalizarea rolului fratern îl întâlnim atunci când frații se ignoră sau atunci când apar situatii conflictuale între ei.

În cadrul familiei se pot stabili alianțe între membri, de exemplu , alianțe între copii, sau între părinți sau între mamă și fiică, tată și fiu. Aceste alianțe strica armonia familială si echilibrul sistemului este dat peste cap , pentru că orice alianță are rol de a diviza, a secționa sistemul, astfel încât familia devine disfuncțională, dizarmonică. Granițele sunt cele care diferentiaza subsistemele familale între ele.

Există trei tipuri de granițe:

- granițe clare – atunci când există deschidere și comunicare reală atât în cadrul familiei cât și între familie și lumea exterioară;
- granițe difuze – când comunicarea este deficitară și duce la percepții confuze ale mesajului verbal și non-verbal;
- granițe rigide – care generează hiperprotecție, iar aceasta, la rândul ei, izolează familia de mediu exterior și o angajează în acțiuni iresponsabile.

Relațiile care sunt dezvoltate și transmise în interiorul familiei nu sunt întotdeauna benefice pentru dezvoltarea în condiții optime ale unora dintre membrii ; dintotdeauna au existat “războaie” între generații – și vor exista – ideea salvatoare este aceea ca membrii familiei trebuie să învețe să negocieze și nu să lupte pentru câștigarea puterii în relațiile cu ceilalți.. În cadrul sistemelor cauzalitatea este susținuta de mecanismele de feed-back, astfel încât sistemul este sursa propriilor sale modificări: o modificare a unui element al sistemului atrage modificarea întregului sistem, astfel încât echilibrul obținut în sistem este independent de starea sa inițială, deci cauze identice pot determina consecințe diferite și invers. Structura interacțiunilor este de baza pentru funcționarea sistemului. Viața sistemului este reprezentata de totalitatea relațiilor dintre componentele sale, ale căror interacțiuni sunt în permanentă schimbare.

Se presupune că există o legătură importantă între organism și mediul său, care se află în relație constantă și nu pot fi separate unul de celălalt, deci este imposibil să nu existe comunicare.

Familia este un sistem care interacționează mai departe de comportamentele sale individuale. Din acest motiv este necesară explorarea relațiilor interpersonale și normele care ghidează familia, astfel încât să fie formulate ipoteze corecte.

Familia ca sistem social

Familia este un sistem social deschis și are aceleași caracteristici ca ale oricărui sistem. Fiecare familie este o totalitate, adică mai mult decât suma elementelor sale, dar este în același timp parte a altor sisteme, în contextul mai larg în care este integrată (comunitate, societate); În cadrul familiei există grupuri mai mici, care la rândul lor sunt parte a grupului mai mare, respectiv există subsisteme. Individul este cel mai mic subsistem din cadrul familiei. Familia are propriile sale granițe sau limite, granițe care pot fi mai mult sau mai puțin difuze, permițând diverse grade de schimb de informație cu mediul extern. Fiecare membru al familiei aparține unor sisteme și subsisteme diferite, și astfel vor îndeplini în același timp diverse roluri, care presupun diferite statute, funcții și interacțiuni. Un membru al familiei este în același timp fiu (al părinților săi), frate, soț, și așa mai departe.

Modelul integrativ strategic al sinelui

Modelele integrative ale secolului 21 țin seama de o multitudine de variabile ce țin de sine și construirea sinelui, cum ar fi cele biologice, comportamentale, cognitive, existențiale, emoționale, spirituale sau psihodinamice. Din perspectiva lui Popescu și Vîșcu (2014), sinele este structurat în patru mari domenii: sinele bazal, sinele central, sinele plastic și sinele extern. Sinele bazal este compus din structuri ale creierului care se formează în copilăria mică la nivel pre-verbal și non-verbal. În urma stimulării provenită din mediul extern, la bebeluși, se formează sinapse neuronale, acesta fiind modul în care se formează mintea. Schemele neuronale care formează circuite pentru emoții, memorie, comportament și relații interpersonale sunt formate în primii ani de viață (Schorre, 1997 apud. Popescu & Vîșcu, 2014).

Sinele bazal se dezvoltă prin modele interne de lucru înăscute. Bowlby a fost cel care a numit modelele interne de lucru în studiile sale referitoare la atașament, iar în perspectivă integrativă strategică, acestea sunt înăscute, în așteptarea stimulilor externi, și sunt organizate în jurul axelor psihologice: axa biologică conține modele interne de lucru pentru schema corporală și pentru imaginea corporală, axa emoțională conține modele interne de lucru pentru atașament, emoții și intersubiectivitate, axa existențială conține modele interne de lucru pentru timp, responsabilitate și cele patru griji fundamentale, iar axa psihodinamică conține modele interne de lucru pentru stările eului și pentru consilierul interior (Popescu & Vîșcu, 2014).

Reprezentările acestea, din mica copilărie sunt în strânsă legătură cu atașamentul, care fiind transmis genetic, are modele interne de lucru înăscute, iar interacțiunile cu persoanele din mediul care furnizează experiențe la nivel emoțional, non-verbal, se achiziționează în sinele bazal. Stilul de atașament al părinților poate prezice chiar și înainte de nașterea copiilor

ce stil de atașament vor avea aceștia, iar acest fapt poate face posibil ca părinții să îi activeze copilului anumite hărți neuronale. Sinele bazal poate fi văzut ca o matrice care conține hărți neuronale pentru modele interne de lucru, moștenite genetic sau dobândite prin experiență.

În privința atașamentului putem spune că există în creierul nou-născutului atât căi neuronale pentru atașament sigur cât și căi neuronale pentru atașamentul nesigur, iar în funcție de stimulii externi se activează o anumită hartă neuronală care devine model intern de lucru și astfel se activează un atașament sigur sau nesigur. Dar modele interne de lucru se pot modifica dacă și interacțiunea cu mediul se schimbă; în cazul copiilor mai repede, iar în cazul adulților poate să dureze mai mult.

Sinele central se dezvoltă în copilărie și este partea sinelui care procesează informația verbală și non-verbală și conține „seturile centrale”, adică anumite scheme mentale. Aici se produc sub influența mediului conținând stimulii verbali și pre-verbali, structuri care alcătuiesc baza modului de funcționare al omului. Sinele central este și el reprezentat pe cele șase axe psihologice, de exemplu, privitor la atașament, pe axa emoțională sunt reprezentate tiparele de atașament.

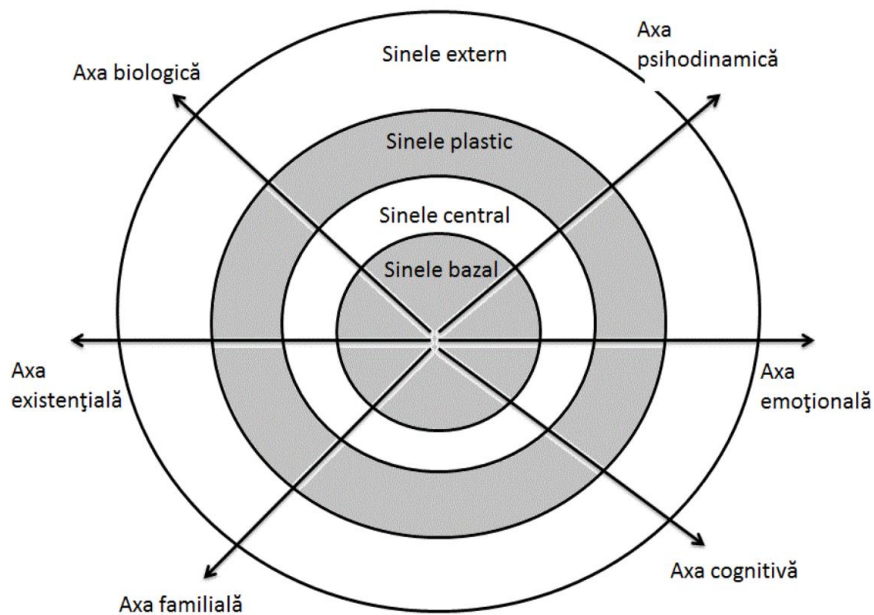
Sinele plastic înzestrează sinele cu mecanisme de menținere și tine de cauzalitatea internă; seturile centrale fiind stabilite, individul le poate menține prin bucle interne de feedback.

Se presupune că avem un creier deschis pentru influențe din mediu toată viața, deci putem forma conexiuni sinaptice noi. (Banes, 1998 apud Popescu & Vișcu, 2014) Hărțile neuronale din sinele plastic sunt hărți mai complexe decât cele de ordinul 2 din sinele central și cele de ordinul 1 din sinele bazal, deci individul reușește să mențină stabil sinele central prin alegerea acelei căi neuronale care să coincidă cu preferințele stabilite deja și astfel să mențină întreg sistemul stabil.

Sinele extern reprezintă sinele aflat la contactul dintre individ și mediu. Creierul creează o experiență aici-și-acum (Siegel, 2001 apud Popescu & Vișcu, 2014), ca răspuns la impactul diferiților stimuli atât din mediul intern cât și din cel extern.

Aici se formează hărți neuronale de ordinul 4 care sunt responsabile cu comportamentul în prezent și care sunt necesare pentru a menține stabilitatea creierului, a mediului intern, acționând ca filtre pentru stimulii externi, dar și ca interfață a mediului intern pentru acțiunea spre cel extern.

Figura 1: Modelul celor patru domenii ale sinelui (Sursa: Popescu & Vișcu, 2014)



Axa familială în modelul integrativ strategic

Mama și tatăl reprezintă pentru fiecare dintre noi persoanele care ne dau viața și ne cresc și educa așa cum au învățat la rândul lor sau cum considera că este bine să o facă. Dar oare asta este tot ce înseamnă părinte? Atunci când avem în vedere modelul integrativ strategic în întregime ne referim deja la o multitudine de factori constitutivi ai sinelui, la niveluri ale sinelui împartite de axe psihologice, dar atunci când ne referim strict la axa familială, domeniile restrâng. Chiar și așa există o multitudine de aspecte care trebuie luate în considerare în acest sens. Familia în acest context reprezintă mai mult decât oamenii cu care avem o legătură de rudenie. Familia este cadrul în care creștem și ne formăm, ne construim sinele și pornim această viață și nu alta. Relațiile din familie ne modelează și ne cioplesc personalitatea, ne fac să fim ceea ce suntem pentru că aparținem acelei familii. Noi reprezentăm în cea mai mare măsură o sumă de însușiri moștenite și unele dezvoltate în mediul în care trăim prin influența acestui mediu asupra noastră. Este evident că acele trăsături moștenite ne provin din familie, fie ea familia primară sau cea extinsă. Trăsăturile modelate de mediu ne provin și ele într-o oarecare măsură tot din interacțiunile cu familia. Atașamentul este cel care ne dictează un model de relaționare, un tipar, iar acesta se formează prima dată în relația cu mama.

La nivel de sine extern, pe axa familială discutăm despre manifestarea rolurilor familiale, a tiparelor transgeneraționale și a tiparelor familiale. La nivelul sinelui plastic regăsim mecanismele de menținere și de întreținere a rolurilor și tiparelor familiale și transgeneraționale. Sinele central conține rolurile și tiparele familiale și transgeneraționale, iar sinele bazal conține aceste roluri și tipare structurate pre-verbal.

Fiecare familie are diferite și diverse trăsături specifice: unele familii sunt rigide, altele haotice sau altele atașate, iar în cadrul sistemelor și subsistemelor familiale se pot

desfasura diverse procese si tipuri de relationari cum arfi aliantele sau relatiile fuzionale sau se pot forma triumhuri dramatice.

Parintii pot avea diferite roluri functionale sau disfunctionale cum este cel de părinte concurențial care este de trei tipuri: părintele „spectacol” (doreste ca odrasla sa sa fie cel mai bun in toate , mai bun decat a fost el), părintele „înșelător” (exagereaza realizarile copilului) și părintele „superstar”(intra in competitie cu propriul copil si ii aminteste constant ca nu este mai bun ca el). Alte roluri parentale disfunctionale sunt cele de parinte indiferent (indisponibil copilului si emotional si fizic), conformist (implicat in viata copilului pentru ca asa crede ca se asteapta de la el , insa este deconectat emotional), prerogativ(pretinde recunostinta si tine doar la nevoile proprii), cunostinta (este bun cu copilul, insa relatia lor nu e caracterizata de intimitate), donator (nu reprezinta mai mult decat parintele biologic), judecator (critica, condamna si santajeaza emotional), fanatic (Autoritar si dominator, doareste sa controleze copilul si il ameninta), scranciob (uneori deschis, uneori dispretuieste; nu e predictibil) sau „mama draga” (abuziv si crud, pedepseste copilul pentru greseli minore)

Unele roluri familiale ce pot fi transmise transgenerational sunt: facilitatorul (cel care tine familia unita indiferent de ce este nevoie pentru a face asta), eroul (avid de realizari si performanta pentru a distrage atentia de la problemele familiei), tapul ispasitor(cele care e invinovatit pentru problemele familiei), copilul pierdut (se instraineaza si neaga existenta familiei) sau mascota (distrage atentia de la problemele familiei prin umor).

Putem concludi, referitor la psihoterapia integrativa, in cadrul careia ne folosim de acest model integrativ strategic al sinelui , ca atunci cand ne referim la axa familiala putem sa identificam multe aspecte importante in rezolvarea problemelor clientului ,pentru ca multe dintre acestea se trag din rolurile asumate in familii, relatiile din familii sau chiar sunt transmise transgenerational.

Bibliografie

- Drobot, L.I. & Popescu, O.M. (2013): *Manual de psihoterapie integrativa*, Bucuresti: ed. Didactica si Pedagogica
- Lazarus, R.S.,(2011). *Emoție și adaptare. O abordare cognitivă a proceselor afective*, Editura Trei, Bucuresti
- Popescu, O.M. & Vîșcu, I.L., (2014). *Manual ACCPI-Suport de curs*
- Ruppert, F., (2012). *Traumă, atașament, constelații familiale. Psihoterapia traumei*, Editura Trei, Bucuresti
- Wallin, D. J., (2010). *Atașamentul în psihoterapie*, Editura Trei, Bucuresti