



Vályi Gábor

A segítség modelljei



A követelménymodul megnevezése:
Egyéni fejlesztés és segítő támogatás

A követelménymodul száma: 1896-06 A tartalomlelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-001-50



A SEGÍTÉS MODELLJEI

ESETFELVETÉS – MUNKAHELYZET

A lelki egészség kritériumai: munkaképesség, megoldott szociális beilleszkedés, örömképesség, önálló életvezetés képessége, és az életszerepeknek megfelelő viselkedés.

Adott, konkrét helyzetben személyeknek, családoknak, személyek csoportjának nyújtott segítség, problémáik megoldásához. E szűkített meghatározás kibővítve azt jelenti, hogy a segítség hatására a kliensek alkalmassá váljanak saját problémáik megoldására önállóan, illetve természetes támaszaik, természetes segítségeik és segítők közreműködésével; **(alkalmassá tétel).**

Jogi és szociálpolitikai szakértelemmel hozzájárulás a problémák megelőzéséhez (prevenció). Ezt továbbgondolva: korrekció és prevenció, mely esetben a cél nem csupán hozzájárulás a probléma megoldásához, s az alkalmassá váláshoz, de a problémák kialakulásának minél eredményesebb és hatékonyabb megelőzése is; **(erőforrások mozgósítása).**

A szakértelem nem csupán feltételezi, de feltételül is szabja a professziót. A szociális szakembernek több szerepe van munkája során. E többféle szerep két csoportba sorolható. A direkt beavatkozásokhoz kapcsolódó **segítő szemléletű szerepek** csoportja, s az indirekt beavatkozásokhoz kapcsolódó ún. **menedzser szemléletű szerepek** csoportja.

Mindkét csoport esetében elengedhetetlen a kliensek érdekeinek szolgálata, a probléma-és erőforrás feltárása, az erőforrások realizálása, mozgósítása; ezekhez kapcsolódóan a tervezés és szervezés szükségessége. A segítő szemléletű szerepben szükséges empátia, a menedzser szemléletű szerepben szükséges a lokális, regionális és globális, illetve a makroszintű gondolkodás. S persze a szerepek keverednek is egymással, egymást áthatják, keresztezik, de a szakmai szabályok szerint nem kerülhetnek ellentmondásba egymással.

A szociális segítség szándéka a segítő kapcsolat célja. A cél azt határozza meg, hogy a segítő honnan hová haladjon; hol kezdje a segítő a munkát, s merre tartson ez a munka.

A segítő kapcsolat célja lehet:

- a problémával jelentkező ügyfél, majd kliens belső, pszichikus működésének hibakorrekciója, tehát a személyiségen belüli változás elérése; ide eszközként a terápia tartozhat, itt a szociális probléma oka a kliens képességeinek hiánya;

- a problémával jelentkező kliens jólétéhez szükséges feltételek megteremtése a társadalmi működés megváltoztatásának kikényszerítésével; ide a segítség módjaként az aktuális pszichológiai, társadalomlélektani és társadalomfilozófiai felfogás alkalmazása illeszthető, itt a szociális probléma oka a kliens társadalmi környezetének hibáiból adódik;
- a problémával jelentkező kliens problémakezelő és -megoldó képességeinek megerősítése, a kliens és az őt erőforrásokkal és szolgáltatásokkal ellátó szervezetek és rendszerek összekapcsolása és a kapcsolat megerősítése; ide a segítség módjaként a tudományterületek fejlődésének eredményeként kialakuló rendszerszemlélet alapján az egyes módszerek összekapcsolódása tartozhat, itt a probléma oka a kliens és társadalmi, illetve társas környezetének kapcsolati hibája.

Mindezt azzal a gondolattal foglalhatjuk össze, s kérdésként is azt fogalmazhatjuk meg előljáróban, hogy a különböző mentálhigiénés problémákkal jelentkező kliensek, elsősorban fiatalok milyen segítséget, szakmai támogatást kaphatnak a szakembertől, s a szakember e segítséget milyen felfogásban és milyen kommunikációs technikával közvetíti. E kérdésre akkor tudunk helyesen és adekváтан válaszolni, ha ismerjük az egyén és az egyén életét meghatározó csoportok életciklusait. Az egyéni és a családi életciklusok itt a meghatározóak. Ez az emberi fejlődésből és a szocializációból vezethető le.

SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

Az ifjúságsegítés egyik alappillére a fejlesztő, támogató és segítő tevékenység. Ennek az alappillérenek a megtámogatása szempontjából az egyik fontos szakmai kritérium a lelki egészség. A lelki egészség egyik oldalról magának a szakembernek a lelki egészsége, másik oldalról pedig a szakember klienseinek mentális állapota.

A lelki egészség sokrétű és sokrétű fogalom. Beleértjük – hogy csak felsorolásszerűen említsük – a szociális beilleszkedést, az önálló életvezetés képességét, az élethelyzeteknek megfelelő szerepek szerinti viselkedést, az örömképességet, s a munkaképességet.

Hogy tisztábban lássuk a lelki egészség fogalomkörét, vizsgáljuk meg először azt a fogalmat, hogy ifjúság, s szakaszoljuk is az ifjúsági korosztályt. Ezt azért tartjuk fontosnak, hogy később erre építve tudjuk értelmezni és elemezni a fejlesztő, támogató és segítő tevékenységet, valamint az életszerepeknek és élethelyzeteknek megfelelő viselkedést; fel tudjuk ismerni a zavarokat és a zavarok okait.

Feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját fűzetükben dolgozzanak!)

ÉLETCIKLUSOK MODELLJEI

A segítő munkában kliens a személy, a pár és a család. A segítő munkában szerepet játszó pszichológiai aspektusoknak is e három dimenzióban van jelentősége. Amikor egyéni – adott esetben fiatalnak – segítség történik, akkor rendszerben gondolkodva mindig számolni kell az egyéni segítség hatásával; az egyénre hatással és az egyén családjára történő hatással. Sőt! Ifjúkorban, s azt követően számolni kell a segített személy párjára való hatással is. Ezért amikor életciklusokat vizsgálunk most meg, akkor foglalkozunk az egyéni, a családi és a pár életciklusaival is. Részleteiben az egyén életciklus modelljét bontjuk ki.

A rendszerben való gondolkodás azt jelenti a segítő szakmákban, hogy minden egyéni megnyilvánulás és hatás kölcsönhatásban van más – pl. családtagok – személyek megnyilvánulásaival és hatásaival; e hatások és megnyilvánulások érzelmi és kognitív szinten is különböző szintű kapcsolódásokat hoz létre. A rendszerben alrendszerek keletkeznek és működnek. Ilyen rendszer pl. a család, s benne alrendszer a szülők, a gyerekek, a nagyszülők, illetve a nemek szerinti besorolás stb.

A segítség az egyén szempontjából úgy jelentkezik, hogy az egyén olyan társas lény, aki más emberektől elszigetelve nem tudja saját szükségleteit helyesen, eredményesen és hatékonyan kielégíteni. Az egyénre hatással van más ember, más emberek csoportja, a családja, családjának tagjai külön-külön is, meg együtt is; hatással vannak a barátai, iskolatársai és munkatársai; hatással van az egyénre szociális környezete. De hat az egyénre az óvodája, iskolája, munkahelye is. S persze, hogy az egyén, a személy is hatással van azokra, akikkel kapcsolatba kerül. E kölcsönhatásból ered a személynek, mint kliensnek a problémája; az ember problémája éppen abból adódik, hogy a kliens és környezete között az egyensúly, a nyugalmi állapot felbomlik, megszakad. Hogy a segítség, a segítői beavatkozás hatékony lehessen, a segítőnek tisztában kell lennie a személyiségpszichológia két alapkérdésének tartalmával.

A két alapkérdés:

- Az egyének különbségei; minden ember különbözik minden más embertől. A személyiség szó éppen azt fejezi ki, hogy vannak az egyénnek jellegzetességei, melyek csak az övéi, csak őrá jellemzők.
- A személyen belüli, intraperszonális működés. Ez a személyen belüli folyamatokat jelenti. Az emberben vannak olyan mechanizmusok és folyamatok, melyek hatására sajátos módon viselkedik.

A család vonatkozásában a pszichológiai aspektusok lényege, hogy a család egy dinamikus egység, rendszer, mely az idők során változik, fejlődik. A családok állandó változási folyamata két irányból ered: egyrészt a rendszerre ható külső tényezők, másrészt a belső hatások változásából. Amikor a család átjut egy fejlődési fázison, a rendszeren belüli viszonyokat újra kell tárgyalni, ennek elmaradása szabályszerűen problémákat okoz. A családi élet fejlődési folyamatában elkülöníthető szakaszok vannak, melyek mindig újabb és újabb megoldandó feladatokat hoznak magukkal.

1. Az egyéni életciklus

Az egyéni életciklus modelljét Erik Erikson pszichoszociális fejlődésmélete alapján mutatjuk be.

Erikson Sigmund Freud lányának, Anna Freudnak a tanítványa volt; saját elméletét úgy tekintette mind a freudi elmélet kiterjesztése, nem pedig módosítását. Fejlődési szakaszait nem a pszichoszexuális, hanem pszichoszociális stádiumnak tekintette, belefoglalva az egofunkciókat is.

Erikson szerint három dolog befolyásolja az ember pszichoszociális fejlődését: éni-identitás, kompetencia, krízis. Minden életszakasznak megvan a maga sajátos problémája, krízise, melyet az egyénnek önmagának kell megoldania, hogy a fejlődésben tovább tudjon lépni. Ha sikerül a krízist megoldani, uralni, akkor a személy erőt merít, pszichoszociális értelemben én-erőt nyer, s ezt fel tudja használni a fejlődése későbbi szakaszában. Ha nem sikerül úrrá lenni a krízisen, akkor a fejlődés negatív kimenetelű lesz.

Erikson a fejlődést egész életen át tartó folyamatként értelmezte, s az egész életet 8 szakaszra osztotta.

1. fejlődési szakasz: csecsemőkor; az 1. életév

- Ebben az életciklusban a **krízist** a bizalom és a bizalmatlanság jelenti; az ősbizalom áll szemben az ősbizalmatlansággal. Az anyai gondoskodás függvénye a gyerek léte. Az anya játssza a fontos szerepet, bizalmat alakít ki a gyerekekben; az anya képes kielégíteni a gyerek szükségleteit. Ekkor a legfontosabb funkció a bekebelezés; a gyerek szájba vesz mindent. Az ősbizalom a mások megbízhatóságában való hit és az önmagába vetett hit.
- **Az én-erő** alapja a remény, az alapvető bizalom élménye, az, hogy bízhat másokban, tartós hit abban, hogy a vágyai is teljesülhetnek. Ha az én-erő negatív, mert az elutasítás van túlsúlyban, s a gyerek nem tud megbízni másokban, akkor a korán történt események meghatározzák a későbbi felnőttkori személyiséget.
- **A rendszer** az anya és a gyerek között van. Alapviselkedés az adni és kapni viszonya; mit és hogyan ad az anya, és a gyerek hogyan kap bizonyos dolgokat, hogyan tud, képes befogadni.

2. fejlődési szakasz: kisgyermekkor; a 1–3. életév

- Ebben az életciklusban a **krízist** az autonómiára törekvés és a szégyen, kétely jelenti. Az autonómia ott jelentkezik, hogy elindul a szobatisztaság, s a gyerekek egyre több lehetősége van a világban, de a határok is szép számmal jelen vannak, melyek mozgásban korlátozzák, tehát szembesül a lehetőségekkel és annak határaival. A szégyen kiszolgáltatottság másokkal szemben; a kétely: elkezd járni, de a teljes testét még nem tudja szabályozni. Mi az, ami mögötte van, amire nincs befolyása, amit nem lát? – kérdezné, de a válasz még késik.
- **Az én-erő** saját akarata; tudja magát kontrollálni, másokat befolyásolhat, szembeszegülhet.

- **A rendszer** a gyerek és a szülők. Alapviselkedés a megtartás és elengedés; testi funkciók feletti kontroll, másokhoz való viszonyulás. Megtartás: másokról való gondoskodáshoz vezethet, de a hibás működés mások korlátozást eredményezheti, ennek alapja az erőszakos visszatartás. Az elengedés azt jelenti, hogy hagyja a dolgok történését, s ellenséges indulatait szabadjára engedi. Tehát: szabad döntéseket hozzon, s ugyanakkor képes legyen az önkorlátozásra is.

3. fejlődési szakasz: óvodáskor vagy a játék korszaka; a 3–6. életév

- Ebben az életciklusban a **krízist** a kezdeményezés és a büntudat jelenti. Ha a gyerek kezdeményezőképességét nem támogatják, kíváncsiságát gátolják, kialakul a büntudat, s a gátoltság érzése. A nemek egymástól elkülönülnek, a nemi identitás megjelenik. A meghatározó tevékenység a játék.
- **Az én-erő** a szándék és célkitűzés: képes magának célokat állítani, ezzel szembenézni. A céltudatos szándék az a bátorság, melynek révén nagyra értékelt és elérhető célokkal szembe mer nézni, törekszik a célok elérésére, s eközben nem bénítja meg a büntetéstől való félelem, a büntudat.
- **A rendszer** a család. Az alapviselkedés a létrehozás. Fiúknál a behatolás (térbe, ismeretlenbe, társadalmi szerepekbe; kíváncsiság); lányoknál megszerzés, befogadás: ez a játékokban jelenik meg; mindét nemnél erős a vágy az alkotásra, a felnőtt kor utánzására, s a kezdeményezés.

4. fejlődési szakasz: iskoláskor; a 6–12. életév

- Ebben az életciklusban a **krízist** a teljesítmény és kisebbség érzése jelenti. Ha azt érzi, hogy nem olyan, mint a többiek, nem ér el sikereket maga vagy a rajta kívülálló miatt (bőrszín, társadalmi helyzet), kisebbség érzése lesz. Meg akar felelni az elvárásoknak (ez lányoknál áll inkább), s könnyen feladja a gyermeki vonásait, komoly lesz, esetleg visszahúzódó.
- **Az én-erő** a hatékonyság. A teljesítmény a hatékonyság érzése, kompetencia valamilyen területen, ahol eredményeket tud elérni, jártasságot tud szerezni, elsősorban feladathelyzetekben.
- **A rendszer** a kortárs kapcsolatok, barátok; fontos mások véleménye.

5. fejlődési szakasz: serdülőkor; a 12–18. életév

- Ebben az életciklusban a **krízist** az identitás és identitásdiffúzió (szerepkonfúzió) jelenti. Az identitás az a mind teljesebb meggyőződés, hogy az ember önazonosságának és önfolytonosságának bizonyossága egybecseng azzal a folytonossággal és azonossággal, amit ő mások számára jelent az elmúlt évek során elért fejlődés alapján. Az identitás a valahová tartozás kialakítására, önmaga megtalálására vonatkozik (itt érdemes az identitást összevetni a Maslow-i szükségletrendszerrel). Az identitásdiffúzió a nem sikerült identitás-kialakítás, amikor nem találja meg a világban önmagát.

- **Az én-erő** a hűség. A hűség a szabadon vállalt lojalitás fenntartása az értékrendszerek ellentmondásossága ellenére. Ez az identitás alappillére. Amikor megtalálja önmagát a világban, akkor beszélhetünk hűségről; hű lesz az értékekhez, amit kijelölt magának (pl. vállalt foglalkozás, célok). Ezzel ellentétes az elidegenedés; nem találja meg a céljait, helyét, s élete értelmét, elzárkózik a problémák elől, elidegenedik a másokkal való kapcsolatoktól.
- **A rendszer** a kortárscsoport, mely itt hangsúlyosabb, mint kisiskoláskorban. E kortárscsoport segítheti abban a fiatalt, hogy megtanulja, ki ő, megtalálja helyét, szerepét a társadalomban.

6. fejlődési szakasz: fiatal felnőttkor; a 20-as életek

- Ebben az életciklusban a **krízist** az intimitás és izoláció jelenti. A kérdés az, hogy képes-e a fiatal másokkal intim kapcsolatot kialakítani, magának párt választani. Akkor lehet a válasz igen, ha megtalálta önmagát, identitását; a másokkal való intim kapcsolat feltételezi, hogy át tudja magát adni a másik személynek. Ha ez nem sikerül, fél, hogy elveszíti magát a másokban, s bekövetkezhethet az elszigetelődés.
- **Az én-erő** a szeretet és a szerelem. Itt valósul meg a nemek közötti különbségek teljes polarizációja. A szerelem az elköteleződés kölcsönössége, melynek ereje felülmúlja a megosztott funkciókban rejlő ellentmondásokat. Az erotikus vonzalmon túl a kölcsönös szeretet képessége is szerepet kap.
- **A rendszer** a párkapcsolat. Ez azt jelenti, hogy elveszteni és megtalálni önmagát a párban, az én-határok kitágulnak.

7. fejlődési szakasz: érett felnőttkor; a 30-60-as életek szakasza

- Ebben az életciklusban a **krízist** az alkotóképesség és stagnálás jelenti. Az érett felnőttnek szüksége van arra, hogy szükség legyen rá (gyerek, munka); annak a természete vezérli, amiről gondoskodnia kell. A gondoskodás egyre kiterjedtebb törődés mindazzal, amit a szerelem, a szükség vagy a sors szeszélye létrehozott. Olyan törődés, amelynek győzedelmeskednie kell a kényszerűség és az önzés okozta ambivalencia felett. Komolyan veendő kérdés, hogy létre tudja-e hozni a következő generációt, fel tudja-e nevelni az utódait, képességeit át tudja-e adni másoknak. Ha erre nem képes, nem akar gyermeket, elakadás, stagnálás következhet be.
- **Az én-erő** a gondoskodás; általános törődés mindazzal, ami körülveszi. Ha visszautasításban van része, ez kiüresedéshez, magányhoz vezethet.
- **A rendszer** a párkapcsolat, a család, a munkahelyi kapcsolatok. Alapviselkedés itt az alkotni akarás és a gondoskodás.

8. fejlődési szakasz: időskor; a 60-as éveken túl

- Ebben az életciklusban a **krízist** az integritás és kétségbeesés jelenti. Integritás: elfogadni a tényt, hogy az élet megismételhetetlen; az életnek volt célja, pozitívan viszonyul az életéhez, nem bán meg semmit, képes belenyugodni, hogy életének végéhez közeledik, át tudja adni tapasztalatait. Ennek ellentéte a kétségbeesés: jó lenne újrakezdeni, kijavítani dolgokat. Kialakulhat a halálfélelem és a depresszió.
- **Az én-erő** a bölcsesség; tárgyilagos, aktív törődés az élettel a halál árnyékában.
- **A rendszer** az emberiség: kitágul a nézőpont, az emberiség részének tekinti önmagát.

Érdeemes két-három szempontot figyelembe venni:

- Általában ifjúsági korosztályon a 0–30 éves korú embereket értjük. Jog szerint ma a 0–14 éves gyermek kiskorú, a 14–18 éves gyermek fiatalkorú, 18 éves kor a felnőtté válás korhatára jogi értelemben. Különböző nemzetközi dokumentumok (pl. az Európai Ifjúsági Jogok Chartája, az ENSZ Közgyűlés 1958. évi 1386-os Nyilatkozata a gyermekek jogairól, a Gyermekek Jogairól szóló Egyezmény) egymással összecsengően, de némi eltéréseket is mutatva határozzák meg a gyermekkor, a nagykorúság és az ifjúsági korosztály életkori számhatárait.
- Az egyes életciklus-felfogások határainak, jellemzőinek meghatározásában több nézőpont, és kategorizálás játszott szerepet. Ezek közös nézőpontja az a felfogás, hogy az egyes életszakaszok meghatározásánál nemcsak a testi és lélektani fejlődést kell figyelembe venni, hanem a környezeti, társadalmi hatásokat is.

Feladat:

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

Az Erikson nevével fémjelzett, bemutatott egyéni életciklus modell mellett vannak más életciklus modellek is. Készítsen leírással vagy táblázatos vázlatot más szerzők életciklus modelljeiről! Pl. S. Freud, J. Piaget, Nagy László, D. E. Super, C. Bühler életciklus modelljeit vizsgálja!

MUNKANYAG

2. A családi életciklus

A család dinamikus egység, amely az idők során változik és fejlődik. A hagyományos ok-okozati összefüggéseken túl sok jelenség megértésében a szakember segítségére van, ha az egyes viselkedéseket és jelenségeiket kölcsönhatásukban szemléli, ha észreveszi a családtagok egymáshoz való viszonyának jellegzetességeit, a hibás működést fenntartó kommunikációt. A családi rendszer olyan egység, amelynek jól felismerhető, egyedi sajátosságai vannak, meghatározott működésmódja, szabályai. A tartós együttélés során kialakuló mintázat kihat a családtagok önállóságára, érzelmi viszonyaira, megszabja cselekvési lehetőségeiket, alkalmazkodóképességüket, meghatározza a saját magukról és a személyes kapcsolatokról kialakított képüket. Így természetesen a gyerek fejlődésére is kihat.

Az életciklus fogalma voltaképpen egy gondolkodási keret arról, hogyan is működik egy család a kulturális és társadalmi normák talaján. Azt például, hogy mi az elfogadható és mi az elfogadhatatlan viselkedés egy adott családban, a család életének minden szakaszában kétségtelenül a kulturális elvárások szabják meg. A biológiai fejlődés is szolgálhat némi támpontul, ennek segítségével végiggondolhatjuk hogyan kapcsolódnak egymáshoz a szülői szerepek és a gyerekek.

Az alkalmazkodást kívánó helyzetek a családi életciklus változásaival, szakaszaival modellezhetőek:

1. házasodás (fészekrakás); a családalapítás új identitás kialakításával is együtt jár,
2. család újszülöttel és kisgyerekekkel; az újszülött megváltoztatja a pár kapcsolatát egymással és a külvilággal. Az anya szinte minden idejét a csecsemő köti le. Ugyanakkor az anyai szerep körül bizonytalanságot, szorongást is átélhet, ennek enyhítésében fontos párja empátiája. Eközben maga az apa is azt tapasztalja, hogy kevesebb figyelem irányul rá, nagy a tágabb család támogatásának jelentősége,
3. család óvodáskorúval – az óvodáskor a gyerek nagyobb önállósodásával jár együtt. Fontos kérdések: leválás, anya munkába állása, testvér születése új viszonyrendszert hoz a családba. Ilyenkor az apa szerepe megnő a gyerek ellátásában,
4. család iskoláskorúval; az iskolába kerüléssel új napirend alakul ki. Az iskolai szocializáció és a kortársak is problémát jelenthetnek. Az évek óta együtt élő pár kapcsolati problémái is ekkor jelentkezhetnek,
5. család serdülőkorúval; a serdülőkor az egész család számára kihívást jelent. A serdülőnek saját önazonosságát kell kialakítania, a szülőkről való leválás gyakran viharos, a kortársak szerepe megnő. Gyakran a szülők életében az életközépi válság is ebben az időben köszönt be, ebben az időszakban meg kell újítani az identitást, a párkapcsolatot, és az idősekkel, nagyszülőkkel való törődés is ekkor jelentkezhet,
6. család elbocsátott gyerekekkel (fészekhagyás); az évek óta szülőként funkcionáló pár elveszíti elsődleges feladatát. A magukra maradt szülőknek újra közeledniük kell egymáshoz, az intimitás újra előtérbe kerül. A nagyszülői szerephez is alkalmazkodni kell, a szülők (nagyszülők) elvesztése is ebben az időszakban ad megoldandó feladatokat. A kirepülő gyerekek saját családalapításuk során az 1. szakasztól kezdik újra, ők is belépve a családi életciklus fejlődésébe,

7. inaktív idős házaspár; a nyugdíjas lét feladata, hogy a szükségtelenség érzésén túllendülve az idős házaspár megfelelő elfoglaltságot találjon magának, s lehetőleg ez ne a fiatalok életének igazgatása legyen. Az egyik fél megözvegyülése nehéz élethelyzet, megoldása az egész család összefogását igényelheti.

Ezt a szakaszolást több szerző így színezi, értelmezi:

Haley szerint a családok állandó változási folyamata két irányból ered: egyrészt a rendszerre ható külső tényezők, másrészt a belső hatások változásából. Utóbbihoz tartoznak a készségek, lehetőségek természetes fejlődéséből, a gyermekek növekedéséből származó igények. Haley vezette be a családi életciklus fogalmát, hogy a folyamat fontos szakaszai és az átmenet időpontjai markánsabban kiemelődjenek. Az ő családi életciklus modellje:

1. az udvarlás periódusa,
2. a házasság korai szakasza,
3. az első gyermek születése, és a vele való törődés időszaka,
4. a házasság középső szakasza, a gyermekek iskoláskora,
5. a gyermekek „kirepülése a fészekből”,
6. nyugdíjaskor és öregkor,
7. a halál és a veszteségek korszaka.

Amikor a család átjut egy fejlődési fázison, a rendszeren belüli viszonyokat újra kell tárgyalni, ennek elmaradása szabályszerűen problémákat okoz. A családi élet fejlődési folyamatában elkülöníthető szakaszok vannak, melyek mindig újabb és újabb megoldandó feladatokat hoznak magukkal. Az új fejlődési szakasz elérése új működésmód kialakulását is szükségesé teszi, ami egy úgynevezett „normál krízis”. Ezek változtatásra provokáló hatásokat jelentenek, fordulópont jellegű időszakok.

Igazi krízis akkor keletkezik, ha a család nem tudja funkcióit rugalmasan működtetni. A rugalmas működés pedig csak úgy lehetséges, ha az egyéneket nagyfokú stabilitás jellemzi és alkalmasak az életciklus-váltásokkal együtt járó szerepváltásokra is.

Családszociológiai szempontú Hill és Rodgers családi életciklus modellje. Ez a család önmegújításán alapszik, és azon, hogy a család fontosabb eseményei megváltoztatják annak egész interakciós és érzelmi rendszerét. Ezek a szakaszok a következők:

1. újonnan házasodott pár, gyermek nélkül,
2. csecsemős család,
3. kisgyermekes család (2,5 – 6 éves korig),
4. család iskoláskorú gyermekkel (6– 12 éves korig),
5. család serdülő korú gyermekkel,
6. a felnövekedett gyermeket kibocsátó család,
7. magukra maradt, még aktív szülők családja,
8. inaktív öreg házaspár családja.

A családi élet fejlődési folyamat. Bizonyos szakaszokra jellemző helyzetek, szerepek, kommunikációs stílusok és adott problémák alakulnak ki. Az egyes életciklusok közötti átmenet alkalmazkodást, rugalmasságot igényel. Ha ez hiányzik, normatív krízisek alakulnak ki. A családi életciklusok gyermekek jelenlétéhez vannak kötve. Egyik életciklusból a másikba átkerülni mindig krízisekkel jár. Krízis: amikor a régi működési módok már nem funkcionálnak, de még nincsenek újak.

Normatív krízis: a fejlődésből következik. Paranormatív krízis: nem következik a fejlődésből; paranormatív a krízis, ha a családi életciklusoktól független, hirtelen bekövetkező változások miatti krízisek alakulnak ki. Pl. baleset, haláleset, válás.

A családi életciklusban két ponton jönnek létre rendszerint krízisek:

- az egyik szakaszból a másikba való átlépés tagadásakor,
- a következő szakaszba való továbblépés elmaradásakor.

Összefoglalás

Hogy tisztábban lássuk a lelki egészség fogalomkörét, megvizsgáltuk azt a fogalmat, hogy ifjúság, s szakaszoltuk is az ifjúsági korosztályt, ezt beillesztve az egyéni és a családi életciklus modellekbe.

Feladat:

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

A fiatal korosztályt figyelembe véve, válasszon ki egy családi életciklust saját szakmai tapasztalata alapján, s írja le konkrét eset alapján a családi életciklus megjelenésének jellemzőit!

MUNKANYAG

A LELKI EGÉSZSÉG

Azt láttuk az előzőekben, hogy az ifjúsági korosztály életszakaszai biológiai és személyiségfejlődési szempontból is krízisekkel, ellentmondásokkal, buktatókkal és viharokkal teli időszakok. A lelki egészség szempontjából nem hogy nem hagyható figyelmen kívül, de egyenesen szükséges a fiatalkori krízisekkel, mint adódó, "törvényszerűen" bekövetkező helyzetekkel és jelenségekkel számolni a szakmai munkában. Az adódó érzelmi és fiziológiai, illetve szociális változások ismerete és figyelembe vétele nélkül a segítő szakember nehezen tud viszonyítani a konkrét lelki egészség vonatkozásában.

Ha az emberi szervezetet erősebb ingerek, megterhelések érik, a szervezet a neuroendokrin rendszer útján védekezik. Ha ártalmas hatások támadják meg az egészséget, szinte az egész szervezet válaszol. Hippokratész óta tudjuk, hogy nem külön a fül, a szem, a máj betegszik meg, hanem minden betegség az egész embert veszi igénybe; fiziológiásan és mentálisan is. Ez a szervezet védekezése oldaláról is így van. A szervezet öngyógyító ereje legtöbbször sikerrel állítja helyre a harmonikus testi működést, amit a betegség bontott meg.

1. Krízisek ifjúkorban

Krízis krízis hátán az ifjúkor. Ezek a krízisek (pl. a tanulás vagy a pályaválasztás kudarcai, a meg nem értés, a nemzedéki konfliktus a családban, a társadalmi normákkal való egyet nem értés, új érzelmi kapcsolatok létesítésének kudarcai, a szexuális élet elkezdésének gátja) sokszor megjelennek a normál lélektani folyamatban is. A mindennapi tapasztalat azt mutatja, ha az ifjúkor viharok nélkül múlik el, komoly válságokkal lehet számolni a felnőttkorban. A krízis fájdalmas, ezzel együtt érlel és döntésre tanít; döntésből, döntési helyzetből a felnőttkorban sincs hiány.

Az ifjúkorhoz szinte hozzátapad a pszichoszexuális fejlődés krízise.

Minden látszat ellenére, amely azt hangoztatja, hogy a gyerekek korán szereznek információkat a szexualitásról, a gátlásosság, az éretlenség jelen van a másik nemhez való viszonyulásban. Büntudat jelenhet meg a fejlődő személyiségben az autoerotikus késztetéseiket illetően, ha azokra tiltó, büntető visszajelzéseket kapnak egészséges útmutatás helyett. Sokszor jelenik meg a fiatalban aggodalom, hogy a nemi élet meg fogja változtatni, romlottá teszi őt; ezt sugallhatja, elültetheti benne a hibás szülői, nevelői attitűd közvetítése, illetve a szülői, nevelői attitűdnek és tapasztalatnak a hibás kommunikálása. Előfordul, hogy a másik nem képviselője tűnik fel félelmetesnek, veszélyesnek.

Ezekkel a gátlásokkal nehéz helyzetbe lehet kerülni abban társaságban, amely a szexuális felszabadultságot "vallja", értéknek tekinti. A társaság peremére lehet itt szorulni, vagy szerepjátszásra lehet kényszerülni. Kisebbrendűségi érzések kétségbeesett próbálkozásokba sodorják a bizonytalanokodó fiatal.

A fiúk megragadhatják az első alkalmat a nemi közösülésre a teljesítményorientáltság nagy szorongásai közepette, majd az első kudarc után, az impotenciától félve még jobban magukba zárkóznak. A lányok félve, hogy nem lesznek képesek az igazi női szerepre, belevetik magukat egy elsietett szexuális kalandba, ott frigidnek bizonyulnak, majd az egész szexuális életet technikai kérdésnek felfogva, tovább hajszolják a kalandokat, hasonló eredménnyel. Mindkét nem számára mutatkoznak tehát a krízishelyzetek és a zsákutcák.

A pszichoszexuális identitás zavaraival küszködő fiatalok gyakran kerülnek ki érzelmi hidegségben vagy izoláltságban élő családokból, szétesett életközösségekből, ahol a magára maradt szülő a gyerekekkel kizárólagos kettős kapcsolatban él. Nem lehet figyelmen kívül hagyni a jelenleg egyre szaporodó szingli szülő-modellt, amikor a gyerek nem ismeri másik szülőjét. Ez kedvezőtlenül hat a pszichoszexuális krízisek egészséges kimenetelére. Az ilyen krízisek elől nem térhet ki a személyiségfejlődés folyamata. Az elsődleges életközösségi hatásoknak pedig döntő jelentőségük van.

A vegetatív krízisek és a neurotikus tünetképződés sem ritka jelenség a fiatalok körében.

Gyakran jelentkeznek ún. ideges tüneteknek nevezett vegetatív funkciózavarok: fejfájás, szédülés, elpirulás, verejtékezés, szívpanaszok (szűrés, erős dobogás). Ezek egy-egy aktuális szituációban, azok hatására, valamilyen élmény következtében alakulhatnak ki. Ezek rendre kellemetlenek, érzelmileg megterhelők a fejlődő személyiség számára, ennek következtében az érzések és a kísérő jelenségek felerősödhetnek. A vegetatív krízist az okozza, hogy a konkrét helyzetekben keletkező érzések és jelenségek ismétlődhetnek, ezek viszont újabb negatív, kellemetlen érzésekkel és jelenségekkel járhatnak, pl. szorongás. S már nem a konkrét helyzet lesz a fő iránymutató, hanem a lehetősége, hogy valami bekövetkezhet.

Neurotikus tünetképződés az ifjúkorban sokkal könnyebben kialakul, mint felnőttkorban, hiszen a személyiség elhárító és védekező mechanizmusai ebben az életperiódusban még törékenyek. Ezért tapasztalható pl. több „hisztériás” reakció ebben a korban olyan esetekben, amikor a stresszel szemben szükséges megküzdési stratégiához még nem elég erős a személyiség védekező rendszere. Ez azt jelzi, hogy az ifjúkor érzelmileg érzékeny időszak, és ez testi tünetekben is „üzen” a környezet felé. A környezetnek meg az a feladata, hogy próbálja ezt számításba venni, s figyeljen ezekre az üzenetekre.

Depresszió és öngyilkossági kísérlet; krízis a javából

Elveszíti a fiatal a gyermekkorát, rádöbben, hogy a felnőttek (szülei, tanárai) nem tökéletesek, nem mind példaképek már a számára; az addigi idealizált környezet tapasztalatok útján már nem ideális. Ez az életkor hajlamosít a depresszióra. A serdülő depressziója ritkán jelentkezik nyíltan: tartósan szomorú alaphangulat, gátoltság, beszűkült gondolkör, kisebbrendűségi érzések, aggodalmak, önvádolások tüneteivel. Sokkal gyakrabban jelenik meg burkolt formában. Ilyen burkolt depresszió lehet a visszaesés a tanulásban, a közöny, a lustaság, a fokozódó magány és kapcsolatnélküliség, sőt az egyre jelentkező viselkedészavarok.

Az öngyilkosságot megelőző depresszió nem mindig vehető észre. Derült égből villámcsapásként érheti a környezetet. Megfigyelések azonban azt mutatják, hogy az öngyilkosságot vagy öngyilkossági kísérletet megelőzi egy depresszív színezetű tünetegyüttes. Ennek három összetevője van: a gondolkör beszűkülése negatív élményekre; a kifelé gátolt, önmaga ellen irányított agresszió, mely az emberi kapcsolatok elszegényedése miatt nem talál kiutat; a fantáziálás az öngyilkosságról (ezekben a képzeleti játékokban a fiatal regrediál arra a gyermeki szintre, amikor a halál még nem tűnik véglegesnek, visszafordíthatatlannak).

A depresszív krízist csak kis lépés választja el az önpusztító késztetések megjelenésétől. Az értéktelenség és értelmetlenség érzéseire nem könnyű pozitív válaszokat találni abban a korban, amikor még a bizonyosságérzés hiánya a mindennapok meghatározója. Amikor a lét alapvető kérdéseire (ki vagyok, mi vagyok, honnan jöttem, hová tartok) még fel sem sejlik a válasz.

Lázadás! – Hová tartozni? Autoritáskrízisek is kísérik az ifjúkort.

Az ifjúkori lázadás kiélezett formája a tekintély (lehet: szülő, iskola, társadalmi szabályok) elleni lázadás. Az öltözködés esetleges szokatlansága, a késői kimaradások, a "rendetlenség", a tanulás elhanyagolása, a szülőkkel ellentétes nézetek hangoztatása vagy a szülők szemében nem kívánatos társaság keresése, ezek mind megnyilvánulásai a tekintély elleni lázadásnak. Gyakori, hogy az ilyen problémákat, tünetegyütteseket hordozó fiatalok zaklatott életű családokból kerülnek ki, tele gyerekkori sérelmekkel, csalódásokkal.

Ezek mostanra, e korszakra érnek be. Az akaratát durva módon gyermekére kényszerítő felnőtt rendszerint erőszakos és lázadó utódot nevel magának. De az sem ritka, hogy a lázadás kétségbeesett kísérlet. Hogy a szülőkhöz, otthonhoz fűződő erős érzelmi köteléket a fiatal eltépje, szabaduljon végre az „aranyketrecből”. Viharos autoritáskrízisek is nyom nélkül lezajlódhatnak, ha a szülő-gyerek kapcsolat az első életévekben megbízhatóan jó volt. Itt csak utalunk arra a szakmai fogalomra, hogy elég jó; ez a fogalom a tárgykapcsolatelmélet egyik kulcsfogalma a pszichológiában.

Autoritásprobléma az is, ha a lázadás a társadalom szabályaiba ütközik: ilyen az iskolakerülés, a munkakerülés, a csavargás, a lopás, garázdálkodás, vagy éppen a prostitúció. A kiskorút, majd fiatakorút lázadása, szerepkísérletezése, határainak próbálgatása könnyen sodorja a törvényszegés irányába. Különösen a korai serdülő fantáziája játszik szívesen a kriminalitással, és a nagyra törő álmok hősei, a tudós, a művész, a felfedező mellett a kalandor, a szélhámos, a bandavezér is vonzó figura lehet számára. Legtöbbször az álmodozástól a tettig nagy a távolság, de az sem ritka, hogy a fiatal a bátorságát próbálva kisebb bűncselekményeket mégis elkövet, például ellop valamit. Ha a felelősségre vonás szakaszában nem jelenik meg a büntudat, akkor az mindenképpen a lázadás mélyebb fokozatát jelenti.

Nem kevés fiatal úgy sodródik bele az első bűncselekménybe, hogy egyúttal közösséget is keres. Otthonától érzelmileg elszakad, a sikeres kortársak csoportjából kudarcai miatt kirekesztettnek érzi magát, az azonnali szükségletkielégülésről a jövő kedvéért lemondani nem tud, mert ahhoz valamilyen külső vagy belső ideállal való azonosulás szükséges. A negatív értékeket valló kortárs csoportokhoz való sodródást megelőzi a családi környezetből való kilazulás, az elmagányosodás, a rendezetlen konfliktusok és az azokból adódó feszültségek kezeletlensége.

Az autoritáskrizissel összefüggésben van a kábítószer használat is; erre itt csak utalunk, hiszen ez önmagában is igen összetett probléma.

2. Az emberi személyiség védelme

Az emberi szervezet védekezéséről azt mondtuk az előzőekben, hogy a szervezet öngyógyító ereje a legtöbbször sikerrel veszi fel a harcot a betegséggel. Kérdés, hogy van-e az emberi személyiségnek hasonló védekezési képessége. Miként a szervezetet érő külső és belső megterhelések, ártalmak a szervezet épségének visszaállítására elindítja a gyógyulási folyamatot, a lelki életben is elindul egy folyamat az egészség helyreállítására. Maga az egészség szó is az egész fogalmát tartalmazza.

A WHO (az ENSZ Egészségügyi Világszervezete) meghatározása szerint **az egészség** nem pusztán a betegségi tünetek vagy károsodás hiányát jelenti, hanem **az ember testi, lelki, szociális jólét állapotát is**. Ez az általánosságban megfogalmazott megállapítás tovább bontható, már csak azért is, mert nem kevés szakirodalom mellett is a lelki egészségről nincs egységesen kialakult vélemény. A különféle megközelítések az emberről alkotott képtől, elmélettől, s a vizsgálatok módjától függenek. Vonatkoznak ezek megközelítések az emberi személyiségre vagy annak egy vagy több kiemelt működésére. Egy-egy ember lelki egészségét vagy annak hiányát tesztekkel, pszichodiagnosztikai vizsgálatokkal is próbálják megközelíteni.

A szomatikus (szomatikus: testi, testre vonatkozó) orvostudományból kölcsönzött "normális", "nem normális" vagy "abnormális" kifejezést gyakran halljuk a lelki egészséggel vagy betegséggel kapcsolatosan.

A **"normális" kifejezés** vonatkozhat bizonyos számszerű összefüggésekre (ún. statisztikai norma), melyek szerint az "átlagemberre" jellemzően viselkedők az egészségesek.

A **"nem normális" viselkedés** a környezettől eltérő vagy a személy megszokott magatartásától észlelt eltérés, változás, különbség a laikusokban felkelti a probléma, az "abnormitás" gondolatát. E megközelítés szerint tehát elsősorban a lelki eredetű kóros tünetek jelentkezésekor beszélhetünk abnormitásról. Ha pl. egy általában, a környezetében folyamatosan derűs ember búskomorrá válik, a környezet "joggal" feltételezheti a tünetek alapján a lelki egészség időszakos megroppanását.

Az egészség skálája igen széles; kérdés, hogy hol a határ. Beszélhetünk egészséges lelki közérzetről. Ennek lehetnek fokozatai pozitív vagy negatív irányban. A beteggé minősítés viszont a környezet, a társadalom részéről akkor következik be, ha az ember belső nehézségei elérnek egy bizonyos szintet, vagy meghatározott külső körülmények kóros reakciót váltanak ki. A környezet beteggé minősítő tevékenysége függ a tűrőképességtől, beállítottságtól.

Összefoglalva

A fiatal korosztály lelki egészségének megítélése szempontjából nem hagyhatók figyelmen kívül a korosztályra és életkori sajátosságokra jellemző krízisek. A krízisek egy része nem káros, más részük viszont a személyiséget károsíthatják. Ez felveti az egészség, illetve a normális és nem normális fogalmak tartalmi értelmezését.

A normalitást és az abnormitást illetően a beteggé minősítés függ az adott személy belső világától, viselkedése következményeinek külső megjelenésétől, a környezet értékelésétől, s e kettő kölcsönhatásától; tehát az egyén és a környezet itt is, így is szimbiózisban van.

TANULÁSIRÁNYÍTÓ

Az ifjúságsegítés, s általában a segítő munka szakmai szempontból fejlesztő, támogató és segítő tevékenység. Az ifjúságsegítő szakember a szociális segítés alapfeladatait is ellátja munkája során.

Ahhoz, hogy e segítői feladatoknak, s a segítséssel szemben támasztott elvárásoknak meg tudjon Ön felelni, szükséges néhány módszerbeli tanács megfogalmazása.

Először is azt kell szem előtt tartania, hogy e tananyagban szereplő tartalmat a megértéshez való hozzásegítés érdekében át kell ültetnie a gyakorlatra; tehát konkrét feladatokat kell megoldani, s nem is egyedül, hanem tanuló párral.

A tananyag tartalmaz köznyelvi és szakmai nyelvi megfogalmazásokat, szófordulatokat egyaránt; mindkét tartalmi megfogalmazást el kell tudnia olvasni, s értelmeznie is kell tudni. Az értelmezéshez szakkönyveket, illetve az internetet vegye igénybe, s emellett, akár csak a feladatok megoldásánál, törekedjen az olvasottakról tanuló párral beszélgetni.

2. feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

Egy konkrét élethelyzet leírása alapján kapcsolja össze az egyéni és a családi életciklust, valamint az élethelyzetre jellemző, illetve jelentkező krízishelyzetet!

MUNKANYAG

MEGOLDÁSOK

1. feladat

A Feladat megoldásánál nem fontosak a normatív, definitív meghatározások. Sokkal lényegesebb, hogy a tanuló saját megfogalmazásai alapján kifejezésre tudja juttatni a segítő, támogató és fejlesztő tevékenységről szóló gondolatait. A megfogalmazás módja, a szóhasználat – hogy nem csak szakszöveget alkalmaz, hanem megjelenik a szövegben az emóció – inkább fontos a tartalom megítélésénél. S ebből következik, hogy a tanuló megfogalmazását, feladatteljesítését nem minősíteni kell, hanem megítélni.

Ami még fontos szempont lehet a feladatteljesítés megítélésekor, hogy a tanuló a három fogalmat hogyan kezeli rendszerben.

2. feladat

Az egyik fontos szempont a feladat teljesítésének értékeléséhez, hogy a tanuló konkrét élethelyzetet írjon le; tehát legyen egy történet. A történet leírásának elemzését érdemes azzal kezdeni, hogy a tanuló a történetben milyen minősítéseket, milyen jelzős szerkezeteket alkalmaz.

A másik szempont az lehet, hogy az adott életkorú fiatal egyéni és esetleges családi életciklusát hogyan határozza meg, mennyire használja a tananyagban szereplő tartalmat helyesen. Ebből lehet következtetni a tanuló szövegértelmező képességének szintjére.

A krízishelyzet leírásakor egyrészt a ténylegesen bekövetkező krízist jól mutatja-e be a tanuló, másrészt a saját tapasztalatai és a fantáziája alapján milyen krízist feltételez az adott helyzetben.

IRODALOMJEGYZÉK**AJÁNLOTT IRODALOM**

Bánszegi Zsuzsa (szerkesztő): Az ifjúsági munka fogalomtára. Az ifjúsági munka területéhez kapcsolódó fogalmak gyűjteménye. Ifjúsági Munkások Szakmai Módszertani Egyesülete, Debrecen, 2006.

Nagy Ádám (szerkesztő): Ifjúságsegítés. Probléma vagy lehetőség az ifjúság? Palócvilág Alapítvány, Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest–Szeged, 2007.

Nagy Ádám (szerkesztő): Ifjúságügy. Ifjúsági szakma, ifjúsági munka. Palócvilág Alapítvány, Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest, 2008.

Wootsch Péter: Otthonosan itthon. Települési ifjúsági munka – az otthonosság megközelítései. Mobilitás Országos Ifjúsági Szolgálat, Budapest, 2009.

MUNKKAMUNKA

A(z) 1896–06 modul 001–es szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
55 762 01 0000 00 00	Ifjúságsegítő

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:
15 óra

MUNKANYELVI ANYAG

MUNKANYAG

A kiadvány az Új Magyarország Fejlesztési Terv
TÁMOP 2.2.1 08/1-2008-0002 „A képzés minőségének és tartalmának
fejlesztése” keretében készült.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

Kiadja a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet
1085 Budapest, Baross u. 52.
Telefon: (1) 210-1065, Fax: (1) 210-1063

Felelős kiadó:
Nagy László főigazgató