

Változó világ – változó családok Kihívások és megoldások

A család az emberiség egyik legősibb intézménye, amely gyerekeknek fészket, felnőtteknek társat ad, kielégíti az ember legalapvetőbb szükségleteit, a valakihez való tartozás érzését, befogadottságot és biztonságot. A leghatékonyabb mentálhigiénés csoport, amely tagjait védi, támogatja és erőforrásokkal, valamint megküzdési stratégiákkal látja el.

A család legfontosabb egysége a házaspár. A házastársi kapcsolat a család kapcsolati központja, amely kulcsfontosságú szerepet játszik a család egészének érzelmi klímájában és kapcsolati szerkezetében. Ez a család statikai bázisa és tengelye, amely köré a többi kapcsolat rendeződik.¹ A házasság a legnagyobb boldogságot és a legtöbb fájdalmat hozó emberi kapcsolat, sajátos kombinációja az erőnek és a törekenységnek, ezért mindig, de különösen változó világunkban védelmet, erősítést és gondoskodást igényel.

I. Kihívások

Korunk egyik nagy kihívása a házasság stabilitásának gyengülése, amely a II. világháború után indult el és napjainkban drámai mértékűvé vált. A modernnek nevezett korszak a házasság stabilitásának külső pilléreit rombolta le (jogi előírások a válással kapcsolatban, választási alternatíva, a válás társadalmi megítélésének változása), míg a posztmodernitás a házasság stabilitásnak belső tartópilléreit gyengítette. Felforgatta a hagyományos értékrendet, háttérbe került a hűség, elköteleződés, felelősségvállalás, a házasság értéke, és előtérbe került az újdonságkeresés, sikeresség, szabadság, az önérdek önző önmegvalósítása. Ennek következtében gyökeresen megváltozott a házasságról, kapcsolatokról, gyermekvállalásról, nemi szerepekről való gondolkodás. A szekularizáció elterjedése pedig gyengítette a házasság és a család egyik nagyon fontos tartóoszlopát, a vallásosságot.

Növeli a nehézséget az a posztmodern fejlemény is, hogy az a világ, amelyben ma élünk, növekvő mértékben változó és kiszámíthatatlan, így a mai családoknak több váratlan kihívással, nehézséggel kell szembenézniük, ugyanakkor egyre kevésbé támaszkodhatnak az eredeti családból hozott megoldásmódokra, mintákra. Ez a tényező nemcsak a házasságban élőknek, házasságra készülőknek és a különböző családi struktúrában élőknek, hanem a házasságot és a családot továbbra is értéknek tartó egyháznak és számos szakembernek is új feladatot jelent.

Csökken a házasságkötések és a születések száma

Napjainkban folyamatosan növekszik azon férfiak és nők aránya, akik elkerülik a házassággal és szülőséggel járó kötelezettségeket, ezzel a házassággal és gyerekeveléssel együtt járó örömet és elégedettséget is. A szociológiai vizsgálatok szerint 1990 és 2011 között 47%-kal csökkent a házasságkötések és 23%-kal a születések száma.² Úgy tűnik, hogy a feminista mozgalom szírihangjai sokszor csak átmenetileg, de elnyomják az anyaság és apaság utáni vágyakozást, és azt hirdetik, hogy az ember egyedülállóan is megtalálhatja élete értelmét és feladatait, társ és gyerekek nélkül is kiteljesedhet az élete.

¹ David H. Olson: *Marriage in perspective*. In Frank D. Fincham – Thomas N. Bradbury (szerk.): *The psychology of marriage*. Guilford Press, London, 1990, 7–50.

² Pongrácz Tiborné: *A demográfiai értékrend változásában szerepet játszó főbb tényezők*. In uő. (szerk.): *A családi értékek és a demográfiai magatartás változásai*. Népszéki Intézet, Budapest, 2011, 17–35.

A házasságkötések és a gyerekvállalás csökkenésének számos ismert és feltáratlan oka van, de valószínűleg jelentős szerepe van annak, hogy még az elégedett párok is házasság és a gyereknevelés árát hangsúlyozzák, és elhallgatják a házasság jótéményeit és a szülőség örömeit.

Növekszik a válások száma

A hazai statisztikák szerint ma Magyarországon, a nemzetközi tendenciákhoz hasonlóan, a házasságok 46%-a válással végződik.³ A válások növekedésében a házasság értékének csökkenése mellett jelentős tényezőnek mutatkozik a kapcsolatban való élésre való felkészülés gyengesége és a szülői minta hiánya is. Az utóbbi időben azonban a válási okok között egyre erősebb hatásúnak bizonyul a szülők válása és a házasság előtti együttélés. A szülők válása igen erősen meghatározza a gyerekek házassághoz való viszonyát és ezen keresztül házasságuk stabilitását. Az elvált szülők gyermekeinek nehezebb stabil kapcsolatot kialakítani másokkal, alacsonyabb bennük az együttműködési hajlam és kompromisszum készség, alacsonyabb a másokban való bizalom mértéke, félnek a hosszú távú elköteleződéstől, házasságukban szülői minta hatására gyakoribb a negatív kommunikáció. Emellett többnyire hiányzik vagy gyenge a nehézségekkel való megküzdés hatékony stratégiája is.

Növekszik az együttélések száma a házasság előtt és a házasság helyett

Az együttélés társadalmi elfogadottsága nő, a magyar fiatalok 76,7%-a jónak és kívánatosnak tartja a házasság előtti együttélést.⁴ Az együttélés motivációs alapja szerint három markánsan eltérő csoport határozható meg. Vannak olyan párok, akik a házasság helyett választják az együttélést, számukra a házasság fogalma kiüresedett, a házasságkötést értéktelen „papír”-nak tartják. Nem foglalkoznak a jövőre vonatkozó közös tervekkel, többnyire karrierépítők és jó anyagi körülmények között élnek. A legnehezebb helyzetben azok vannak, akik számára az együttélés a magány és a rossz anyagi helyzet alternatívája. Gyakori, hogy elvált többgyerekes anyák költöznek össze magányos vagy elvált férfikkal a magány elkerülése és az anyagi helyzet javítása érdekében. Ezek a kapcsolat törékenyek, a gyerekek és az anyák gyakran veszélyeztetettek a családi erőszak és a gyakori párváltás vonatkozásában.

Az együtt élők többsége ma már a fiatal korosztályból kerül ki, akik az együttélést próbaházasságnak, a házasság első lépcsőfokának tekintik. Házasságra készülnek és makacsul él bennük az a meggyőződés, hogy az együttélés segít a megfelelő pár választásban és a jobb, stabilabb házasság megalapozásában. Azonban a kiterjedt kutatások szerint nemcsak az együttélési kapcsolat törékeny, hanem az együttélést követő házasság is. Körükben több a válás, mint azokban a házasságokban, amelyet nem előzött meg együttélés. A házasság és az együttélés több tényezőben ugyan hasonló, de számos olyan lényeges házasságépítő tényezőben különböznek, amelyek jelentősek a házasság stabilitása és minősége szempontjából, és vízváltóként működnek a két kapcsolati forma között. A házasság elköteleződésre épül, az együttélésben ez hiányzik vagy gyengébb. A házasságban hosszú távra érvényes a viszonyosság normája és az egyenlőség percepciója, az együttélésben mindkettő rövidtávra szól. A házastársakban erős a jövőre irányultság, fontos a közös cél és életstílus kialakítása, egymás karrierjének segítése, míg az együttélésben ezek többnyire jelentéktelenek. Erős különbség mutatkozik az értékorientációban is: a házasságban a hűség, egymás iránti felelősség, kölcsönösség, tártámogatás kap magas értékeket, míg az

³ Pongrácz Tiborné: i. m.

⁴ Pongrácz Tiborné: i. m.

együttélésben az eszközjellegű értékek (pénz, lakás, jövedelem) erősebbek.⁵ A házasságban élők vallásosabbak és boldogabbak, mint az együtt élők.⁶ A mértékadó kutatások eredményei arra utalnak, hogy a két kapcsolati forma különbsége legerősebben az elköteleződés mértékével van összefüggésben. Az együttélést követő házasság törekénységében pedig az „együttélési effektusban” összefogott tényezők játszanak szerepet, a komoly döntés helyett belesodródás, a gyerek születése általi kényszer, az együttélési kapcsolati minta továbbvitele, alacsonyabb az elégedettség, kevesebb a pozitív interakció, és továbbra is fennmarad az egyéni karrier előtérbe helyezése.⁷

A nők munkába állása és széleskörű társadalmi felelősségvállalása

Fontos kihívást jelentő tényező a nők, feleségek munkába állása, a munka–otthon közötti feszültségek kezelése. A munka és az otthon egyensúlyának megteremtése egyre nagyobb kihívás a kétkarrieres, a kétkeresős és az egyszülős gyereket nevelő családokban. Az összeegyeztetés okozta feszültség mértékében és különösen megoldási módjaiban jelentősen különböznek az említett családok. A kétkarrieres családokban általában mindkét fél magas iskolázottságú, mindkét fél számára fontos és jutalomértékű a munka, továbbá a személyes kibontakozást segíti. Emiatt a férfiak feleségük karrierjét támogatva többet vállalnak a család fizikai és nevelési terheiből, körükben erőteljesen változik és gazdagodik a férfiszerep tartalma, egyre fontosabbá válik a családi szerep és többnyire képesek arra, hogy a két szerepet integrálják. Míg a kétkeresős családokban a feleség munkavállalása többször kényszer és nem szabad választás, bár többen közöttük a munkába állást a női függetlenség és a társas támogatási lehetőség egyik forrásának tartják. Körükben azonban a férjek kevésbé vonódnak be a gyereknevelésbe és a háztartási munkákba, a hagyományos férfi szerepek szerint élnek. Míg az egyszülős családokban, az egyedül élő szülőre kétszeres teher nehezedik, és az összeegyeztetés csak mások, illetve intézményi segítséggel oldható meg.

A munka–otthon közötti feszültség tárgyalásába gyakran bevonódik az egyenlőség–egyenlőtlenség kérdése is. A szociológiai vizsgálatokban az egyenlőség mércéje elsősorban a háztartási munka elosztásának módja. A házastársi egyenlőség pszichológiai megközelítésében az egyenlőség mértéke a kapcsolatba való bevonódásban és érzelmi befektetésben, a tártámogatás kölcsönösségében, az egyéni és közös problémák megoldásában való részvételben, az egyénre és kapcsolatra vonatkozó döntések megosztásában, a társak szakértői területeinek kialakításában, az egymás iránti respektus kimutatásában, valamint a hatalomelosztás egyeztetésében, az igazságosság észlelésében mutatkozik meg. A mai házasságokban a pszichológiai egyenlőség percepciója egyre jelentősebbé válik a házassággal való elégedettségben és a házasság stabilitásában.

A média növekvő hatása a házasságban és a család működésében

A média ma már integrált része a családi életnek, amelynek egyaránt vannak negatív és pozitív hatásai. A házasság vonatkozásában az általa közvetített család/házasságképnek, a verbális és fizikai erőszaknak és a kapcsolati agresszióknak, valamint a házastársi elvárások tartalmában van a média hatásának szerepe. A média családképe ritkán valóságos és árnyalt,

⁵ Ádám Szilvia – Rosta Andrea: *Nemi szerepek*. In Rosta Gergely – Tomka Miklós (szerk.): *Mit értékelnek a magyarok?* OCIPE Magyarország – Faludi Ferenc Akadémia, Budapest, 2010.

⁶ Horváth-Szabó Katalin: *A házasság és a család belső világa*. SE Mentálhigiéné Intézet – Párbeszéd Alapítvány, Budapest, 2007.

⁷ Scott M. Stanley – Galena K. Rhoades – Paul R. Amato – Howard J. Markman – Christine A. Johnson: *The timing of cohabitation and engagement: Impact on first and second marriages*. *Journal of Marriage and Family*, vol. 72, August 2010, 906–918.

időnként erősen idealizált, többnyire azonban konfliktussal terhelt, negatívumokkal telített. A család- és házasságkép erős hatása az elvárások kialakítására. Az idealizált, romantikus álmom a házasság mindennapjaiban ritkán valósul meg, így csalódással jár, míg a negatív házasságképek a házasság értékét rombolják, ezáltal a házassági elköteleződést vagy a házasságkötésre való motivációt gyengítik. A médiában szereplő párok közötti fizikai erőszak és a megalázó, személyiséget sértő verbális erőszak mintává válhat. Az utóbbi időben, a szappanoperák elterjedésének következtében a kutatók a kapcsolati agresszió házasságra, elköteleződésre gyakorolt hatásait vizsgálják. A kapcsolati agresszió fogalmába azok a viselkedésmódok tartoznak, amelyekkel manipulálni lehet a társ vagy más emberek viselkedését, kisebb-nagyobb hazugságokkal, rágalomokkal, érzelemszínleléssel. Ezek a viselkedésmódok nemcsak gyakoriak a szappanoperákban, hanem többnyire igazságosnak, jogosnak és sikeresnek mutatkoznak. A gyerekek és felnőttek körében is bizonyítékok vannak arra, hogy a kapcsolati agresszió erős viselkedésalakító tényező, viselkedési normaként rögzül és legitimmé teszi a kapcsolatokat mérgező viselkedést. Ez viszont jelentős szerepet játszik a kapcsolati bizalom és az elköteleződés gyengülésében.⁸

Burnout a házasságban

A nyugati típusú kultúrákban a fiatalok nagy része, de még a második házasságukra készülők vagy együttélési kapcsolat után is nagy és illuzórikus elvárásokkal lépnek a házasságba.⁹ A szenvedélyt előtérbe állító korábbi szerelem-fogalmak a szenvedélyt, az égést hangsúlyozták, a romantikus regények és a média idealizált házasságképe illuzórikus elvárások kialakítására motiválnak. Amikor a mindennapok nehézségei között elillan az öröknek gondolt szerelem, amikor az előzetes elvárások nem teljesülnek, az egyének csalódást élnek meg és fokozatosan erodálódik a másik iránti szeretet. A házastársak között csökken a kommunikáció, ellenségesek egymással, csökken az érzelmi hőfok. Emellett a *burnout* kialakulásához vezethet a kifáradás, a túl sok feladat, a kimerülés, a törődés és a dicséret hiánya is. A jó házasságban élők többsége a házasságról és a házastársról való gondoskodás keretében *burnout* megelőző stratégiákat alkalmaznak, minőségi időt, együttléteket biztosítanak egymás számára, csökkentik a mindennapok terhelését, kiszabadulnak a mindennapi rutin taposómalmából.

A családi formák bővülése

Az utóbbi időszakban drámaian megnőtt az egyszülős és komplex kétszülős családok száma. Egyre több gyerek él egyszülős családban özvegyesség, válás vagy élettársi kapcsolat megszakadása következtében. Mind a szociológiai, mind a pszichológiai vizsgálatok azt mutatják, hogy az egyszülős családok élete a legnehezebb nemcsak anyagi, hanem pszichológiai szempontból is. Nagy kihívás az egyedülálló szülőnek, többségében az anyának a biológiai apa aktív, pozitív természetű segítsége nélkül gyermeket gondozni, nevelni és felnevelni. Különösen nehéznek mutatkozik a férfiak iránti pozitív attitűd kialakítása, a férfi szerepminták közvetítése, de ugyanúgy nehéz mintát adni a házastársi kapcsolat társtámogatási kommunikációjára, a közös problémamegoldásra, konfliktuskezelésre és a házasságról való gondoskodásra. Az egyszülőség legnagyobb kihívása azonban az apahiány hatásainak gyengítése, a biológiai apával való nevelési szövetség fenntartása és az apa-gyerek kapcsolat gyakoriságának, valamint a kapcsolat pozitív természetéhez való hozzájárulás biztosítása. Az utóbbi időben az apahiányt és az apával való kapcsolat jellegét vizsgáló

⁸ Jennifer R. Linder – Nicole E. Werner: *Relationally aggressive media exposure and children's normative belief: Does parental mediation matter?* Family Relations, vol. 61, 2012, 488–500.

⁹ Scott S. Hall – Rebecca Adams: *Newlyweds' unexpected adjustments to marriage.* Family and Consumer Science Research Journal, vol. 39, June 2011, 375–389.

kutatások demonstrálták azokat az előnytelen hatásokat, amelyeket a biológiai apjuktól külön élő gyerekek élnek meg. Meggyőző bizonyítékokat hoztak arról, hogy a szétesett egyszülősé váló családokban, illetve kisebb mértékben az újráházasodott családokban élő gyerekek körében jelentősen nagyobb számban fordul elő beilleszkedési és magatartászavar.¹⁰ Körükben az apai irányítás hiánya következtében gyengébb az önkontroll és önszabályozás. Több esetben zavart szenved a nemi identitás egészséges fejlődése a megfelelő férfiminta hiányában. Lányoknál pedig a férfiakkal szemben kialakuló negatív attitűd és bizalmatlanság az elköteleződés gyengeségével és az élettársi kapcsolat előtérbe helyezésével járhat.¹¹ Az utóbbi időben összefüggést találtak az apahiány és/vagy negatív apa–gyerek kapcsolat és a vallásvesztés, vallásos közöny és az ateizmus között.¹²

A különélő apák gyermekeikkel való kapcsolata nagyon különböző, mivel erős összefüggésben van a válási vagy a kapcsolat megszakadási folyamatával és a különélés utáni anya–apa kapcsolattal, valamint az anya „kapuzáró” viselkedésével. A szülők többsége a kapcsolat szétesése után is törekszik arra, hogy csökkentse a válás gyerekre tett negatív hatásait, ezért nevelési szövetségüket őrizve együttműködnek. Azonban az elvált szülők közel egyharmadánál a szakítás/válás utáni kapcsolat konfliktusokkal terhelt, haragosak, ellenségesek egymás iránt, bosszúálló harcaikban a gyereket eszközként használják. Az anya nehezíti a gyermek–apa kapcsolat folyamatosságát, az apák egy része elszakad, sokszor eltűnik a gyermek életéből. Ez utóbbi jelentősen gyakoribb az együttélési kapcsolatok megszakadása után. Hazai adatok hiányában a nemzetközi eredményekre támaszkodva mondhatjuk ki, hogy a nem házas szülők és az apa–gyerek közötti kapcsolat általában gyenge és az idők során gyakran megszűnik.¹³

Komplex házasságok: újránházasodás vagy együttélés, amelyben több apától származó gyerekek élnek

A családi változások színterén jelentőssé vált a családok komplexitásából eredő hatások és kihívások szerepe. Az özvegyek, elváltak és korábban együtt élők egy része újból megházasodik, vagy pedig újabb élettársi kapcsolatot létesít. Az új partner jelenléte megváltoztatja a biológiai apával kialakult szülői-nevelési szövetséget, az új, mostanában „szociális apának” nevezett mostoha apa vagy az anya új partnerének megjelenése meglehetősen bonyolulttá teszi a család kapcsolati hálózatot. A szociális apa szerepe és aktivitása nagyon jelentős lehet, pozitív vagy negatív jelleggel megváltoztathatja a gyermek és a biológiai apa kapcsolatát, rombolhatja a biológiai szülők szövetségét, hozzájárulhat a biológiai apa kilépéséhez és a gyerekek magatartászavarának, beilleszkedési nehézségeinek kialakulásához.

II. Megoldások: változás vagy az erősségek megőrzése

A válások nagy száma és a házasságkötések csökkenése ellenére a szoros, támogató jellegű biztonságot és elégedettséget hozó tartós házassági kapcsolat világszerte és hazánkban is sok ember számára jelentős értéknek számít. Az emberek többsége a boldogságot a házasságban

¹⁰ Heather Juby – David P. Farrington: *Disentangling the link between disrupted family and delinquency*. British Journal of Criminology, vol. 41, Spring 2001, 22–44.

¹¹ William J. Doherty – Shonda M. Craft: *Single mothers raising children with male positive attitude*. Family Process, vol. 50, March 2011, 63–76.

¹² Frank L. Pasquale: *An assessment of the role of early parental loss in the adoption of atheism or irreligion*. Archive for the Psychology of Religion, vol. 32, January 2010, 375–396.

¹³ Judy Dunn: *Annotation: Children's relationships with their non-resident fathers*. Journal of Child Psychology and Psychiatry, vol. 45, May 2004, 659–671.

keresi, még a házasságban kedvezőtlen tapasztalatokat szerzett elvált férfiak és nők többsége is újra megházasodik.

A pszichológiai szakirodalom már tekintélyes bizonyítékokat hozott arra, hogy sok család rendelkezik a változásokkal és nehézségekkel való megbirkózáshoz szükséges eszközökkel, személyes, társas, környezeti és a házasság létéből eredő erőforrásokkal, amelyek képessé teszik a családot mint egységet és az egyes tagokat a változásokhoz való alkalmazkodásra és a nehézségekkel való megküzdésre.

A házasság stabilitását és minőségét vizsgáló pszichológiai kutatások, összhangban a boldog párok értékelésével az elköteleződést, a társámogatást és a vallásosságot emelik ki. Az elköteleződés vízválasztónak mutatkozik a házasság és az együttélés között, a biztonságot és a stabilitást, a jövőre irányultságot és a házasság szövetségi jellegét erősíti. A társámogatás elérhetősége és megvalósulása a nehézségekkel való szembenézést, valamint a megküzdést segíti, és nagymértékben járul hozzá a biztonsághoz és elégedettséghez. A vallásosságnak kiemelkedő szerepe van a házasság stabilitásában, minőségében és a házassággal való elégedettségben. A vallásosság nemcsak a stresszel való megküzdésben jelentős, hanem erősíti a házasság minőségét meghatározó tényezőket, a házasság értékét, az elköteleződést, a társámogatást és a legfontosabb kapcsolati erényeket, a megbocsátást, hűséget, hálát, empátiát. A vallásosság hatásait áttekintő kutatásában Annette Mahoney¹⁴ bizonyítékokat hozott arra, hogy a vallásosság a vallásgyakorlás révén közvetlenül hat a házassági kapcsolatra, míg a vallásosság hatásait közvetítő imádkozás, különösen a társért való imádkozás, vallásos megküzdés, megbocsátás szoros összefüggésben van a szorongás és a depresszió alacsonyabb voltával és a jó közérzettel.

A házastársak és a családok többsége tehát nem eszköztelenül néz szembe a kihívásokkal. A szülők pozitív példái, az egyéni kapcsolati tapasztalatok, a szerelem /szeretet kiváltotta nagylelkűség, a házasság fontosságának tudatosulása és értéke, s nem utolsósorban a mély hitből fakadó erőforrások hatékonnyá teszik a házasság stabilitásának és minőségének fenntartását.

Ma már azonban egyre nagyobb azon házasságra készülő vagy már házassági vagy együttélési kapcsolatban élő fiatalok száma, akik konfliktusokkal terhelt ép családban, egyszülős vagy újránházasodott családban nőttek fel, vagy akiknek szülei elváltak vagy élettársi kapcsolatban éltek. A felnövő családokban sokan közülük nem kaptak megfelelő kapcsolati mintát, átvették a váláshoz, kapcsolatszakadáshoz vezető viselkedésmintákat, és sokszor erőforráshiánnyal is küzdenek.

Változásokkal teli és kiszámíthatatlan világunkban különösen az utóbbiaknak, de a jól működő családokban felnőőknek is az élet minden szakaszában szüksége lenne olyan segítő intervenció működtetésére, amely a gyerekeket és fiatalokat felkészíti a házasságra, a házasságban élőknek pedig segítséget ad a párkapcsolati nehézségek megoldására, a házasság és a család stabilitásának megőrzésére, a családi életből fakadó traumák feldolgozására.

Ma már a világ több országában kiépült a házasság és a család erősítését, megőrzését, segítségét szolgáló preventív és gyógyító háló, amely az életkorhoz, élethelyzethez, sajátos problémákhoz igazodva ad segítséget. Hazánkban még hiányos ez a segítő programokból álló hálózat, pedig ennek igénye erős.

Megoldást segítő lehetséges preventív, családerősítő és problémamegoldást segítő programok

Családi életre nevelés

A hazai működő programokat kisgyerekek és serdülők számára dolgozták ki. A házasság és a család értékét hordozó programok fókuszában a társas létet meghatározó kapcsolatépítő

¹⁴ Annette Mahoney: *Religion in families, 1999–2009: A relational spirituality framework*. Journal of Marriage and Family, vol. 72, August 2010, 805–827.

képességek és erények fejlesztése (empátia, kommunikáció, érzelmkifejezés, érzelmkontroll, nagylelkűség, önfeláldozás) és az életkorhoz illeszkedő kapcsolatok minőségének javítása áll. A serdülőkori csoportokban előkerülő szexualitás téma nem pusztán biológiai megközelítésben, hanem pszicho-szexualitásként pszichológiai tartalommal is telíti, valamint etikai és kapcsolati keretbe helyezi.

„Kapcsolat és döntés”. Ifjak számára kidolgozott programok

Ma már sok fiatal ugyan kikerült a serdülőkorból, ám viselkedésében, személyiségének érettségében mégsem tekinthetők felnőttek. Ebben a korban már fontos a másik nemmel való kapcsolat, udvarolgatnak, játszanak a szerelemmel, de még nem akarnak megházasodni, inkább együtt élnek és a házassági döntést vagy egy más nemű lény iránti elköteleződést elkerülik, elodázzák. Ezen fiatalok házasságra való felkészítésének fókuszában a kapcsolatépítési képességek, az elköteleződés és a párválasztási döntés meghozatalának kérdései állnak.

Jegyesoktatás és házasságra való felkészítés

A leghosszabb története és a legnagyobb elterjedtsége a jegyesoktatásnak és a házasságra való felkészítésnek van. A II. világháború után felerősödő változások a házasságról és a családról való gondolkodásban a családért, házasságért aggódó szakemberek, legtöbbször az USA-ban és Kanadában a házasság előkészítését szorgalmazták. Elsőként és gyorsan a keresztény egyházak léptek. A meglévő, sok helyen előírt jegyesoktatást pszichológiai tartalmakkal dúsították, és számos, különböző hosszúságú programokat dolgoztak ki. A tartalmak kidolgozásánál a boldog és boldogtalan párok működésének különbségeiből, a boldog párok beszámolóiból, a családterapeuták tapasztalataiból és a család-kutatások eredményeiből indultak ki.

A jegyesoktatás fontosságára hívják fel a figyelmet azok a kutatási eredmények, amelyek szerint a házasság minősége a házasság előtti időszakban formálódik, és a korai kapcsolati minták előre jelzik a házasság sikerességét.¹⁵ A jegyesség tanulási időszak, a párok motiváltak a házasságról szóló ismeretek befogadására, a kapcsolati sémák változtatására és gyakorlására, nyitottak a házasság értékének tudatosítására. Fontos érv a jegyesoktatás előtérbe helyezése mellett a hatékonyság és a hatás-elérés könnyebbége, szemben a korrekciós és terápiás beavatkozásokkal. Az utóbbiakban nemcsak egy adott problémával kell foglalkozni, hanem a probléma eddigi hatásaival is. Ma már köztudott az is, hogy a válások többsége a házasság első 5 évében és kiemelten az első évben történik. A házasságra való felkészítésben és jegyesoktatásban résztvevő párok körében azonban jóval alacsonyabb a válási ráta és magasabb a párkapcsolati elégedettség.¹⁶

Újházások számára házasságerősítő program

A házasság első éve több, hosszútávon ható feladatot ad a házasság működésének kialakítására. A programok egyik célja a működést veszélyeztető, elégedetlenséget okozó tényezők megbeszélésének, megoldásának segítése. Fontos kérdések az egyenlőség, hatalomelosztás, pénzkezelés, egymás karrierjéhez való viszonyulás, a munka és az otthon közötti feszültség, valamint az eredeti családdal való kapcsolat tisztázása. Másik, nem kevésbé fontos cél pedig a szülőségre való felkészítés.

Egyszülős és újránházasodott családok működésének segítése

¹⁵ David H. Olson: i. m.

¹⁶ Jason S. Carrol – William J. Doherty: *Evaluating the effectiveness of premarital prevention program: A meta-analytic review of outcome research*. Family Relationships, vol. 52, April 2003, 105–118.

A válás és/vagy a megszakadt élettársi kapcsolatok után sokan maradnak egyedül, de tekintélyes mértékű az újráházasodás is. Az egyedül maradó szülők nevelési szövetségének megőrzése, illetve kialakítása, míg az újráházasodásban a komplexitás kezelése, valamint a biológiai és a szociális apa egymással és a gyerekekkel való kapcsolatának kialakítása igényel segítséget.

Házasságot erősítő és a házasság/család működését segítő programok

A házasságerősítés célja a *burnout* kialakulásának megelőzése, a házasság értékeinek, jó hatásainak tudatosítása, a házasság vitalizálása. A család működését segítő programokban a házasság vagy a család működésében aktuálisan vagy tartósan problémát okozó tényezők megoldásának segítése áll. A család és a gyerekek szempontjából kiemelten fontosak és sok családot érintenek a jobb szülővé válást segítő programok és a válási szemináriumok. Az utóbbi jelentőségét a válások nagy száma és a válás utáni nevelési szövetség megőrzésének és a külön élő szülő, főként az apa-gyerek kapcsolat megőrzésének fontossága adja. Napjainkban nagy kihívás elvált apának lenni. A megoldás azonban nemcsak az apa kezében van, hanem az elvált szülők egymással való kapcsolata is meghatározza. Az anyák többsége ugyan gyermeke érdekében törekszik a gyerek apjával való kapcsolatának elősegítésére, de sokan vannak olyanok, akik ehhez segítséget igényelnének.

A házasság és a család megerősítéséről gondolkodva felmerül a kérdés, vajon változásra vagy a hagyományok, az eddigi megoldási módok megőrzésére van-e szükség. Számba véve a megoldások jellegét, úgy tűnik, hogy mindkettőre. Egyes kihívások megoldása a változás, míg a másikonál a régóta működő viselkedésmódok, attitűdök és képességek megerősítése mutatkozik hatékonynak. A nők munkába állása és széleskörű társadalmi szerepvállalása, növekvő iskolázottsága a hagyományos női és férfi szerepek tartalmának kiszélesítését, jelentős változást igényli. Fontos és szükségesnek mutatózó változás indult el a házastársak egyenlőségéről való gondolkodásában is. Napjainkban már a házastársak tekintélyes része, különösen a fiatalok és a magasabb iskolázottsággal rendelkezők, házasságukat egyenrangúak szövetségére építik. A szövetségben pedig a döntések és választások közös megegyezéssel és osztott felelősséggel történnek. Emellett a posztmodern kihívások egyik pozitív változtatásra motiváló hatása annak tudatosulása, hogy a házasság boldogsága és tartóssága, elégedettsége és minősége a házastársak közös gondoskodó erőfeszítéseiből formálódik ki. A párokban tudatosul és erőfeszítésre motivál az a felismerés, hogy a házastársak a házasság építései, ők hozzák létre az erős támpilléreket, ők feszítik ki a védőhálót, és ők védik meg házasságukat a negatív környezeti hatásoktól és a harsány szirénhangoktól.

A házasság belső tartópilléreinek meggyengülése viszont a házasság stabilitását biztosító elköteleződés, társtámogatás, intimitás, kölcsönösség erősítését és a nehézségekkel való megküzdés hatékonyságának növelését igényli.

A házasságra való felkészítés és a házasság erősítése talán soha nem volt olyan fontos, mint napjainkban, mivel a kihívások jelentősen megnöttek, a házasulandók és házasságban élők felkészültsége viszont gyengébb. Kihívás is és megoldás is a házasságra felkészítő, házasságot erősítő és gyógyító programok kidolgozása és működtetése. A szerteágazó feladatok közül a jegyesoktatás és a házasságra való felkészítés előtérbe helyezése mutatkozik a legfontosabb és legígéretesebb feladatnak. A házasságra készülő fiatalok többségének egyaránt szüksége van a házasság fontosságát, szentségjellegét erősítő és reményt adó teológiai megalapozású jegyesoktatásra és a társkapcsolati lét megélését segítő házasságra való felkészítésre. Ésszerűnek látszik a nemzetközi gyakorlathoz igazodva és abból tanulva a teológiai és a pszichológiai megközelítés és tartalmak integrálása. Érdemes figyelembe venni azt is, hogy a jegyesoktatás és a házasságra való felkészítés nehezebbnek mutatkozik, mint korábban gondolták. A házasság sikerességét nemcsak a társas viselkedéshez szükséges

képességek határozzák meg, hanem számos mélyen ható tényező is befolyásolja (személyiségjellemzők, kapcsolati tapasztalatok, megélt stressz, az eredeti család öröksége), ezek feltárása, elfogadása és tudatosítása erre felkészült szakemberek bevonását igényli. Azaz a segítő programok mellett képzési programok kidolgozására is szükség van. A programok működtetése a nemzetközi tapasztalatok szerint nemcsak a házasságok sikerességéhez járulhat hozzá, hanem nagy lehetőség a családpszichológia kiterjesztésére, megerősítésére, és ezáltal a jövő nemzedék életének jobbítására is.