

Dificultățile care pot apărea într-o familie trebuie înțelese în contextul de viață în care se află familia respectivă. Mai mulți terapeuți de familie (Duvall, 1977, Rodgers, 1960) au clasificat o serie de etape de viață care suscită schimbări și adaptări de statusuri și roluri.

În viața de familie există perioade bune, precum și dificultăți sau obstacole mai mari și mai dificile, momente de impas. Astfel de situații sunt greu de evitat pentru că, în general, fac parte integrantă din viață. Fiind vorba de o perspectivă care vizează familia ca un sistem, momentul inițial este considerat acela premergător întemeierii familiei. Conform teoriei lui Betty Carter și Monica McGoldrick, există mai multe cicluri de viață, fiecare având probleme specifice și impunând schimbări necesare dezvoltării.

· Părăsirea casei părintești, a familiei de origine, de către adulții tineri presupune un travaliu de renunțare la statutul de copil, cu toate avantajele lui, și de acceptare a responsabilității pentru propria persoană. Tânărul se separă de familie, se diferențiază de aceasta și își creează propria rețea de prieteni și cunoscuți. Prin profesia pe care și-o alege și prin scopurile pe care și le fixează în viață, fiecare om se definește ca individ social. Slujba schimbă cu totul viața unei persoane, pe de o parte crescând independența financiară și oferind stabilitate, pe de altă parte diminuând disponibilitatea de timp pentru prieteni și familie. Părinții (uneori și frații) pot reacționa cu frustrare și se pot simți lăsați deoparte, neglijăți sau părăsiți sau îi pot încuraja pe cei tineri să rămână dependenți de familie într-o formă sau alta.

O separare sănătoasă de familia de origine înseamnă stabilirea unor relații care implică respectul reciproc, în care tinerii adulți își pot aprecia părinții pentru ceea ce sunt, fără a-i învinovăți pentru ceea ce nu pot fi, fără a le cere să se schimbe după placul lor.

· Întemeierea unei familii prin căsătorie - înseamnă multiple angajamente în noul sistem pe care îl reprezintă familia, angajamente pe care ambii parteneri trebuie să și le asume. De asemenea, noua familie este pusă în situația de a reamenaja relațiile cu familiile extinse ale celor doi membri ai cuplului, precum și cu prietenii acestora. Este o perioadă care poate genera tensiune în cuplu, pentru că fiecare membru dorește să se simtă integrat în ambele sisteme familiale și sociale, atât cel propriu, cât și cel al partenerului. Dacă aceste sisteme sunt diferite din multe puncte de vedere (economic, social, cultural), integrarea și adaptarea pot fi mai dificile, punând presiune pe membrii cuplului.

· Sarcina - reprezintă un alt punct de cotitură în viața unui cuplu, o perioadă de visare la copilul ideal, imaginar, dar și de efort intern pentru a face loc în familie și în propria minte copilului real care se va naște. Este o perioadă de mare vulnerabilitate psihică pentru femeie, vulnerabilitate ce are uneori ecou și în viața afectivă a bărbatului. Suportul terapeutic poate aduce o schimbare benefică în astfel de momente, oferind posibilitatea a ventila emoțiile și a diminua temerile legate de sarcină și de viitorul copil.

· Odată cu apariția unui copil în familie, părinții devin conștienți de schimbările majore care vor apărea în viața lor. Concurența între părinți, renunțarea la carieră pentru a putea îngriji copiii, conflictele ce implică decizii legate de creșterea copiilor, dificultatea de a-și exercita autoritatea și a impune limite, obligațiile financiare sau angajarea în sarcinile și responsabilitățile pe care le presupune creșterea unui copil sunt doar câteva dintre problemele inerente în această etapă de

viață. Nu este de mirare faptul că în acest ciclu se înregistrează cele mai multe divorțuri. Este o perioadă care impune mari eforturi, uneori chiar sacrificii, din partea ambilor membri ai relației pentru ca viața să se poată reechilibra; este un alt punct de cotitură, un salt uriaș în dezvoltarea și maturizarea oricărui individ care devine părinte.

· Familiile cu adolescenți se confruntă cu problemele specifice adolescenței, perioadă caracterizată de o luptă între autonomie și dependență. În această perioadă, familiile trebuie să se pregătească să accepte prieteni noi, prin urmare valori și idealuri noi și să crească permeabilitatea granițelor pentru a permite mișcarea adolescentului înăuntru și în afara familiei. Conflictul cu părinții fac parte dintr-o mișcare normală de dezvoltare, de reorganizare și de creștere a adolescentului. Părinții renunță la omnipotența parentală, în sensul că nu mai pot menține autoritatea totală asupra copiilor, iar copiii renunță la idealizarea modelelor parentale. În vreme ce adolescentul își găsește și alte modele de identificare și pare a începe să se descurce singur, părinții sunt cei care au nevoie de îndrumare (pentru a se putea da la o parte) și de suport (pentru a putea depăși această situație dificilă). Ca o consecință, în această perioadă mulți părinți se recentrează pe relația de cuplu sau pe aspectele profesionale. Din cauza angoasei determinată de conștientizarea trecerii ireversibile a timpului, precum și de scăderea sexualității, a dorinței față de partenerul care îmbătrânește și el, pot apărea probleme în cuplu, comportamente care descriu așa zisa criză a vârstei mijlocii.

Dacă opoziția dintre părinți și adolescent este prea puternică, există riscul de a transfera acest conflict în relațiile cu alți adulți, determinând asumarea unor conduite deviate, patologice. De multe ori, problemele adolescentului sunt asociate diverselor patologii familiale (divorț, separare, neînțelegeri permanente între părinți, istoric de boli psihice în familie, alcoolism, emigrare). Din acest motiv, abordarea clinică în cazul unui adolescent aflat în dificultate presupune și evaluarea mediului său familial.

· Familia este în situația de se restructura odată cu creșterea copiilor, deveniți tineri adulți, mai precis odată cu plecarea acestora sau cu atingerea unui grad suficient de autonomie. Părinții trebuie să dezvolte și să înlocuiască treptat relațiile de tip adult-copil cu cele de tip adult-adult, păstrând totuși diferența și bariera între generații și relația de filiație. Apariția rudelor prin alianță și a nepoților implică o reorganizare și o redefinire a rolurilor din cadrul familiei.

Problemele specifice acestei perioade sunt generate de dificultatea părinților în a-și lăsa copiii să plece de acasă, confruntându-se cu sentimente de pierdere, de lipsă de sens, mai ales în cazul femeilor care s-au centrat exclusiv pe creșterea copiilor sau, mai degrabă, a copilului. Acestora le vine greu să își redirecționeze atenția și interesul în sfera profesională. Această perioadă poate fi încărcată și de schimbarea relației cu părinții proprii care se pot îmbolnăvi și pot deveni dependenți dându-le responsabilități de îngrijire.

Sunt multe familii care solicită ajutor terapeutic în această perioadă, deși cel mai adesea sentimentul de pierdere, de dezintegrare sau de depresie este trăit în mod individual.

· Adaptarea la schimbarea de roluri generaționale, adaptarea după pierderea slujbei, odată cu pensionarea, încercarea de a face față doliului în cazul pierderii unui membru al familiei extinse sau a partenerului, încercarea de a face față dificultăților de a trăi singur, insecuritatea financiară sunt doar câteva din procesele emoționale pe care le implică înaintarea în vârstă. Explorarea noilor roluri sociale, prin faptul de a fi bunici, oferă o nouă sursă de plăcere, bucuria de trăi și dorința de a merge mai departe. Oportunitatea de a fi în preajma unui nepot, fără a avea presiunea răspunderii parentale, reprezintă o compensare pentru dificultățile și suferințele prin care pot trece unele persoane vârstnice.

Betty Carter și Monica McGoldrick consideră că cele mai dificile perioade în dinamica familială

apar în tranziția de la o fază la alta, de la un ciclu de viață la altul. Terapia de familie ar trebui să ofere membrilor oportunitatea de reorganizare pentru a-și putea continua creșterea și dezvoltarea, trecerea către un nou ciclu de viață.

Mădălina Lincă

Psiholog principal - psihoterapeut

Psiholog clinician specialist

Telefon: 0722 458 860

E-mail: madadinu@yahoo.com