

Családkutatás

A jó házasság titka



Dr. Hódi Sándor írása

Az országok, nemzetek jövője a családokon áll vagy bukik. A fogyatkozó számú, széthulló családok következménye - fogyatkozó számú, széthulló nemzet.

Ma, sajnos, a világon nagyon sokfelé hiányzik a családokért érzett

felelősség. A kormányok többsége semmihez sem viszonyul nagyobb értelmiséggel és közönnyel, mint a családvédelmi intézkedésekhez. teljesen siketek az utódneveléssel járó problémákra és a széthulló családok gondjaira. Pedig a polgárok részéről határozott igény van a családvédelmi programokra. Választások alkalmával a pártok rá is játszhatnak erre az igényre, hatalomra jutva azonban választási ígéreteikből a családokra vonatkozókat felejtik el először.

A család azonban nem csak a nemzetek jövője, hanem saját sorsunk alakulása szempontjából is fontos szerepet játszik.

A házasság csak akkor tudja zavartalanul betölteni funkcióját, ha érzelmileg megalapozott kapcsolaton nyugszik, és nem tartalmaz olyan érdekellentétet, amit a házastársak nem képesek feloldani. A családszociológiai kutatások feltárták, hogy minden konfliktus, amely a későbbiek során a házasesetben komoly problémát jelenthet, vagy váláshoz vezet, már a házasságkötés előtt adva vannak a házasságra készülő értékrendszerében, személyiségvonásaiban, társadalmi kapcsolataiban. Ebből a szempontból meglepő, hogy milyen sok házasság jön létre

Azt szokták mondani, hogy az ember sok mindent kibír. Vonatkozatható ez a házasságra is. A házassági konfliktusok, a családon belüli viszályok nem feltétlenül károsak. Olykor élénkítően hatnak a kapcsolatra, segítenek legyőzni a problémákat. A viszályok csak akkor teszik tönkre a házasságot, ha a házastársak a szükségleteikről, törekvéseikről, személyiségvonásaikról való lemondással próbálják biztosítani az egyetértést és a harmóniát. Magyarán, ha a kölcsönös alkalmazkodás helyett megpróbálnak erőszakot venni egymáson vagy magukon.

felületes ismeretség alapján, mennyire háttérbe szorul a társkeresésben az igényesség, a megfontoltság, nem is beszélve a szakmai tanácsadásról, amellyel pedig sok keserűséget meg lehetne spórolni.

Persze, akkor sincs veszve minden, ha hiányzik ez a körültekintés, vagy a lobogó szenvedély, és a párválasztásban a véletlen, az alkalmoszerű események játsszák a döntő szerepet. A dolog így is működik, feltéve, ha a házastársak ezt követően kölcsönösen elfogadják egymást, tudomásul veszik partnerük személyi adottságait, s azon nem kívánják mindenáron saját ábrándjaikat bevasalni.

Nincs egyetlen más területe sem életünknek, amely annyira meghatározná közérzetünket, testi és lelki épségünket, mint a család. Ami érthető is, hiszen ha eltérő szerephelyzetekben is - gyermekként, szülőként, nagyszülőként - ebben a szűk közösségben éljük le egész életünket, ennek légköre, kultúrája, kapcsolatrendszere határozza meg viselkedésünket, az élet küzdelmes hétköznapijaitól szükséges sebzettségünket, elesettségünket. Ilyen vonatkozásban különösképpen a nehéz, válságos társadalmi helyzetekben, háborús időkben nő meg a család szerepe. A szilárd családi közösség, a biztonságos háttér, a szeretetteljes légkör nagyon sok nehézségen átsegíti az embert, míg a családi élet működési zavarai, a feszült légkör, az együttélést megterhelő konfliktusok békeidőben is személyiség-zavarok kialakulásához vezethet, hát még háborús helyzetben.

Hadd illusztráljuk ezt egy kitűnő szakember, Eric Berne szemléletes példájával.

- Kovács úr meggyőződéssel vallja, hogy ő remek férj, annak ellenére, hogy hétvégén részegre issza magát, és ilyenkor agyba-főbe veri a feleségét. A felesége Bözsi, védelmezi férjúrát, hiszen tavaly karácsonykor is ajándékot kapott tőle, meg aztán dolgoz ember az ura. Bözsi emellett talpig becsületesen tartja magát, habár úgy hazudik, mint a vízfolyás, és rendszeresen pénzt csen el a férje pénztárcájából. A férj a hét hat napján megerősíti az asszonyt ebben a pozícióban, csak szombatként nevezi hazudós vén szipirtónak, Bözsi pedig viszonzásul hülye bunkónak és részeges disznónak nevezi Kovács urat.

Berne szerint sok házasság azon a kétoldalú egyezsége alapszik, hogy a házastársak kölcsönösen elnézik egymás hibáit, s csak akkor zavarodnak meg, ha azok nagyon szembeötlővé válnak. Ha a kilengések már olyan méretet öltenek, hogy az eredeti alkupozíció tarthatatlanná válik, a házasságnak válás lesz a vége. Mindegy, hogy melyik házastárs lesz az, aki nem bírja tovább: Bözsi nem bírja Lajos részegeskedését, vagy Lajosnak lesz elege felesége csúnya hazug szájából és

kleptomániájából.

Berne tulajdonképpen nem is hibákról beszél, hanem az életpozíciók ellentmondásairól. Szerinte, ha a házastársak "sorskönyve" nem egyforma, az együttélés érdekében kölcsönösen el kell nézniük egymás életpozíciójának az apróbb ellentmondásait.

A szakemberek egyöntetű véleménye szerint a jó házasság titka a kölcsönös rokonszenv, a kölcsönös szeretet, a kölcsönös segítség, a kölcsönös egzisztenciális érdek. Ezek mellett még sokféle szál fűzheti a házasságot, elsősorban a tartós szerelem, a szexuális vonzalom.

Dehát mi ebben a titok, kérdezhetnénk, hiszen ezt mindenki tudja. Sokkal inkább nevezhető titoknak az, amiről John Gottman, a washingtoni egyetem pszichológusa lebbentette fel a fátylat. Gottman 130 frissen esküdt házaspár életét kísérte figyelemmel hat éven át, aztán az adatokat

összevetette olyan házaspárok eredményeivel, akik már sok-sok éve élnek együtt.

"A boldog házasságok egyetlen közös vonása az volt, hogy a férj hajlandó volt szót fogadni a feleségének. Csak azok a férfiak élnek jó és tartós házasságban, akik hajlandók elfogadni az asszony befolyását. Ez hatalommegosztást jelent, amennyiben a férj elfogadja felesége bizonyos követelményeit, s ez a konfliktusmegoldás döntő tényezője" - mondja Gottman.

Amíg ezt az eredményt az újabb családkutatások meg nem cáfolják, legjobb ha a boldog házasság érdekében a férfiek szót fogadnak a feleségüknek.

A családi élet hét szabálya:

Első szabály: Ne zsörtölődj!
 Második szabály: Ne akarj túltenni élettársadon!
 Harmadik szabály: Ne kritizálj!
 Negyedik szabály: Ne fukarkodj az őszinte elismeréssel!
 Ötödik szabály: Gondolj az apró figyelemességekre!
 Hatodik szabály: Légy udvarias!
 Hetedik szabály: Olvass el egy jó könyvet a házasság nemí vonatkozásairól!

Dale Carnegie (amerikai író)