

## Psychologie rodiny

*Rodina – některé definice:*

Rodina je společenská skupina spojená manželstvím nebo pokrevními vztahy a odpovědností a vzájemnou pomocí (Hartl, Hartlová, 2000).

Rodina je skupina lidí se společnou historií, současnou realitou a budoucím očekáváním vzájemně propojených transakčních vztahů. Členové jsou často, ale ne nutně, vázáni hereditou, legálními manželskými svazky, adopcí nebo společným uspořádáním života v určitém úseku jejich životní cesty. Kdykoli mezi blízkými lidmi existují intenzivní a kontinuální psychologické a emocionální vazby, může být užíván pojem rodina, i když jde o nesezdaný pár, náhradní rodinu atd. (Sobotková dle Kramera, 1980)

Rodina je přirozená (primární) malá sociální skupina svého druhu složená z jedinců různého pohlaví a věku, kteří jsou na sobě závislí a kteří jsou ve vztazích zaměřených na uspokojování základních biologických, psychologických a sociálních potřeb (Balcar, 1989).

Rodiny se musí postupně přizpůsobovat změnám, které přináší rodinný životní cyklus, aby zvládaly různé životní úkoly. V každé rodině se vyvíjejí specifické způsoby zvládnání úkolů a řešení problémů (Dallos, 1999).

Rodina je místem, kde probíhá socializace prostřednictvím nápodoby a identifikace jedince se svou sexuální rolí i se vzory. **Primární rodina má mimořádný význam pro utváření osobnosti, protože se podílí na vývoji mezosociálních vztahů – mezi dítětem a matkou, dítětem a otcem, mezi sourozenci, případně prarodiči, kteří do primární rodiny zasahují.** Plní základní funkce:

- biologicko-reprodukční
- ekonomicko-zabezpečovací
- kulturně-výchovné

Pokusy o řešení problémů v rodině jsou ovlivněny souborem přesvědčení a názorů, které zastávají jednotliví členové rodiny i rodina jako celek. Vliv mají i obecné platné názory širší společnosti. Významná role připadá míře otevřenosti či uzavřenosti rodinných systémů.

**Uzavřený systém** na první pohled vyvolává pocit bezpečí, ale časem se může stát svazujícím a může bránit úspěšnému rozvoji jednotlivých členů rodiny. Zvláště tím, že neumožňuje, jak přiměřeně reagovat na změny, které život přináší. Ohrožením může být nedostatek kontaktů s okolím, snížení schopnosti zvládat stres. V případě krize může být uzavřená rodina dost zranitelná, a to i chyběním dostatečné podpůrné sítě.

**Otevřený rodinný systém** nabízí větší adaptabilitu, jeho členové snadněji přijímají nové zkušenosti. Není u nich taková závislost na vzorcích chování, které se ukáží jako nefunkční. Tím, že jejich členové jsou otevřeni výměně informací s okolím – společenské kontakty, konfrontace názorů – mají vytvořenu podpůrnou síť, která pomáhá vyrovnávat se s dočasnými potížemi v rodinném fungování.

**Funkční rodina** pomáhá reagovat na problémy, rozpory a překážky, které se staví každému jedinci v průběhu života do cesty. Přispívá k tomu, aby se člověk nebál konfliktů, neutíkal před nimi, učil se řešit problémy. Učí člověka umět počkat na odměnu, vnímat radost a potěšení a umět je pak spontánně prožít. Má vývojově připravit jedince, aby zvládl:

- *v raném dětství* naučit se jíst, chodit, mluvit, ovládat vyměšování
- *ve středním dětství* hrát si, psát, číst, vytvořit si zdravé vztahy k vrstevníkům, mužům i ženám, sociálním skupinám, vypěstovat si nezávislost a svědomí
- *v adolescenci* mužskou / ženskou roli, pěstovat si dobrou tělesnou kondici, zralé vztahy k opačnému pohlaví, připravit se na výběr partnera, na profesi a řídit se morálními hodnotami
- *v mladé dospělosti* zvolit si partnera a umět s ním žít, založit rodinu, vychovávat děti, starat se o domácnost, pracovat a mít přiměřený společenský život
- *ve střední dospělosti* udržet ekonomický standard, připravit děti na dospělost, přijmout fyziologické změny středního věku a vyrovnat se se stárnutím svých rodičů
- *v pozdní dospělosti* vyrovnat se s ubýváním tělesných sil a přizpůsobit se tomu, podporovat udržení psychické kondice, vyrovnat se s odchodem na odpočinek, získat dobré citové vztahy k vlastní věkové skupině, pokračovat ve společenském životě, vyrovnat se s myšlenkou na smrt