

MRE – RMK Házasság – Családsegítő Szolgálat  
Tanulmányi Anyagai  
2007 / 16.

MRE Bethesda Gyermekkórház  
1146 Budapest, Bethesda u. 8.  
Tel.: 364 9343, 364 9020/380,381  
Email: refhazassag.segito@bethesda.hu

## Válság-, krízishelyzetek titkai a fiatal-felnőttkorban – megoldási kísérletek

Írta:

Szarka Miklós VDM  
ref. lelkipásztor  
pár-, családterapeuta

Szerkesztette:

Sz. Darvas Gyopár  
katecheta

Timár Julianna  
szociálpedagógus

H.CS.SZ. misszió munkatársai

Elhangzott:

Leányfalunk, Szent Gellért Lelkigyakorlatos Házban  
FIT-KEVE nyári konferenciáján

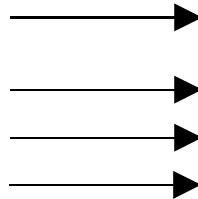
2007. július 5-8.

Válság:

Olyan nehéz, súlyos helyzet, esemény, fordulat, mely hosszabb időre eldönti az egyén (vagy közösség) sorsát.



súlyos, válságos  
nincs közvetlen  
döntéskényszer  
az egyén latolgathat  
„non direktív” tanácsadás



Krízis:

Egy nehéz, súlyos helyzet, esemény, fordulat legválságosabb szakasza, mely egyben döntés – és fordulópont: az egyén fontos életcéljai megvalósítása közben olyan akadályba ütközik, melyet eddigi probléma-megoldó módján nem tud leküzdeni.



legválságosabb  
közvetlen  
döntéskényszer  
dönteni kell  
„direktív tanácsadás

vagy én (is) okoztam, vagy nem figyeltem, vagy rámszakadt

titok:

miért éppen én.... / vagy velem.....?  
miért éppen most..... ?  
miért éppen így történt..... ?  
miért ismétlődik..... ?  
mi az oka, és / vagy a célja.... ?

## A fiatal felnőttkor válság-, krízishelyzetei

1. Kész és képes vagyok e elköteleződni egy intim kapcsolatban – vagy elszigetelődöm?

válság?

krízis?

2. Diplomám van, de lehetőségeim nincsenek

válság?

krízis?

3. Sikerül – e pszichés – szociális környezetemmel megbékélni, vagy mindent itt hagyok?

válság?

krízis?

4. Családom tradicionális értékrendje, vagy a társadalmi elvárás, vagy hitem, ami meghatározóbb?

válság?

krízis?

5. Egy intim kapcsolatért szabad e feladnom identitásomat, vagy identitásom megőrzése fontosabb, mint egy intim kapcsolat?

válság?

krízis?

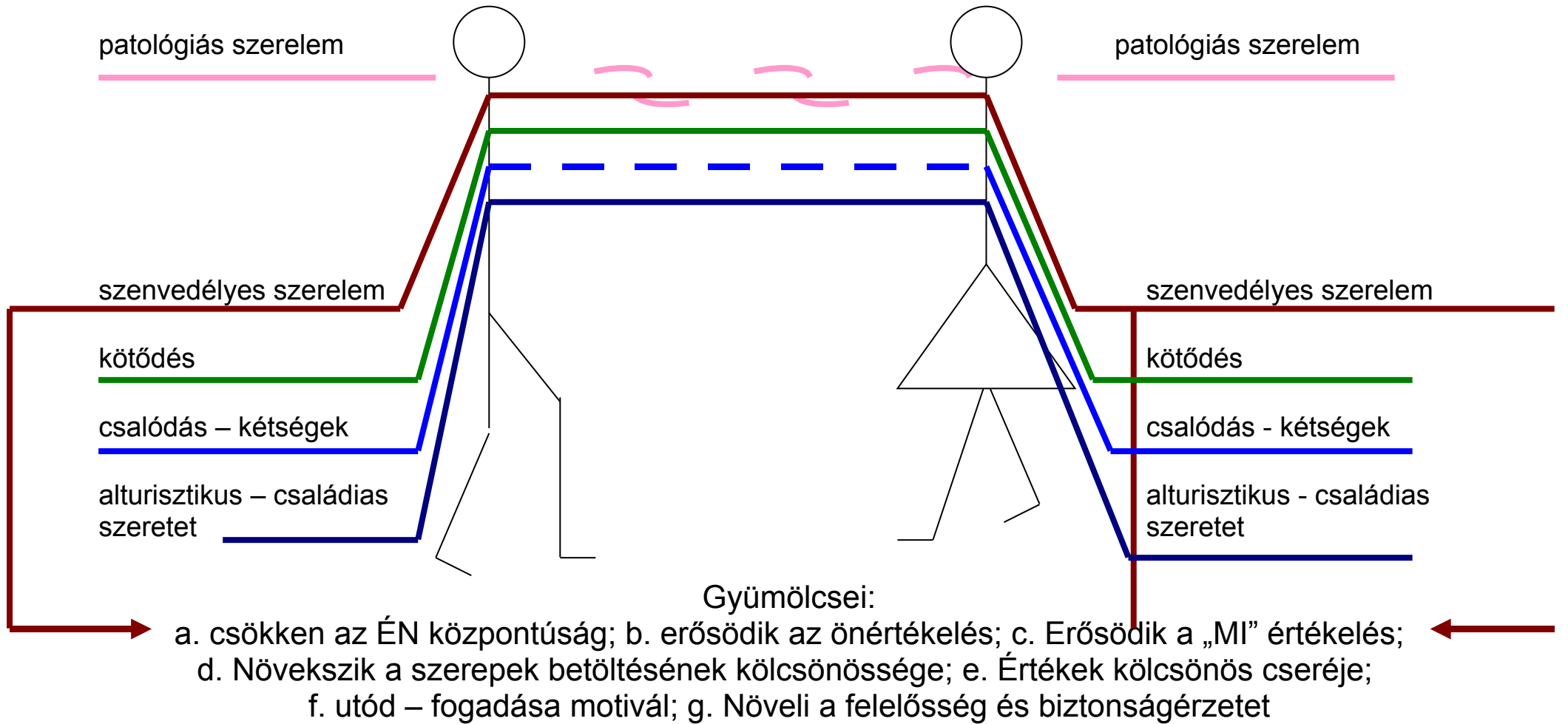
6. A múltamat dolgozzam –e fel, vagy a jövőmön dolgozzam-e?

válság?

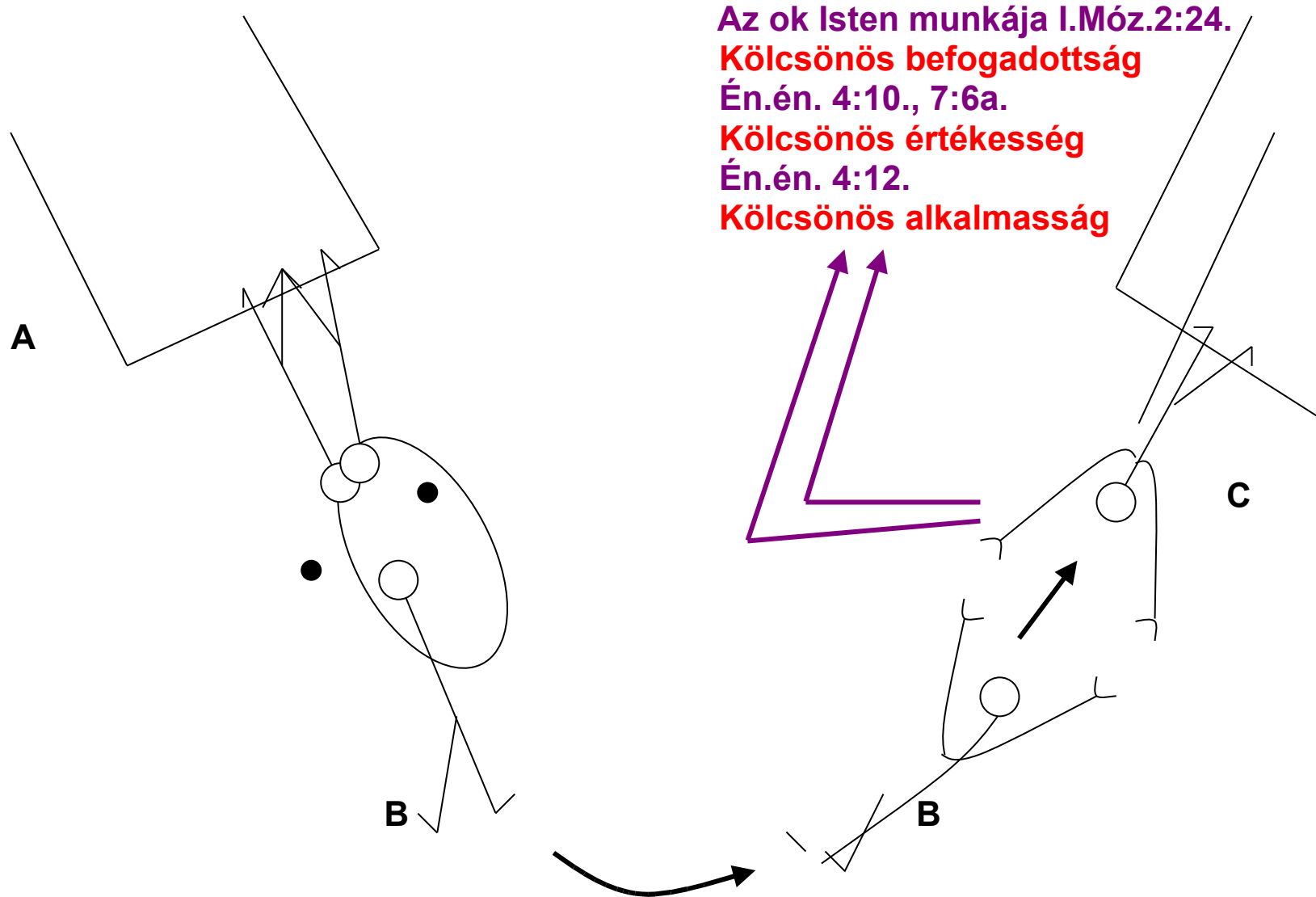
krízis?

**A KRÍZIS MÉLYSÉGÉT NEM A TRAUMA SÚLYOSSÁGA HATÁROZZA MEG, HANEM A SZEMÉLY AKTUÁLIS LELKIÁLLAPOTA, STABILITÁSA, ÉRZÉKENYSÉGE!**

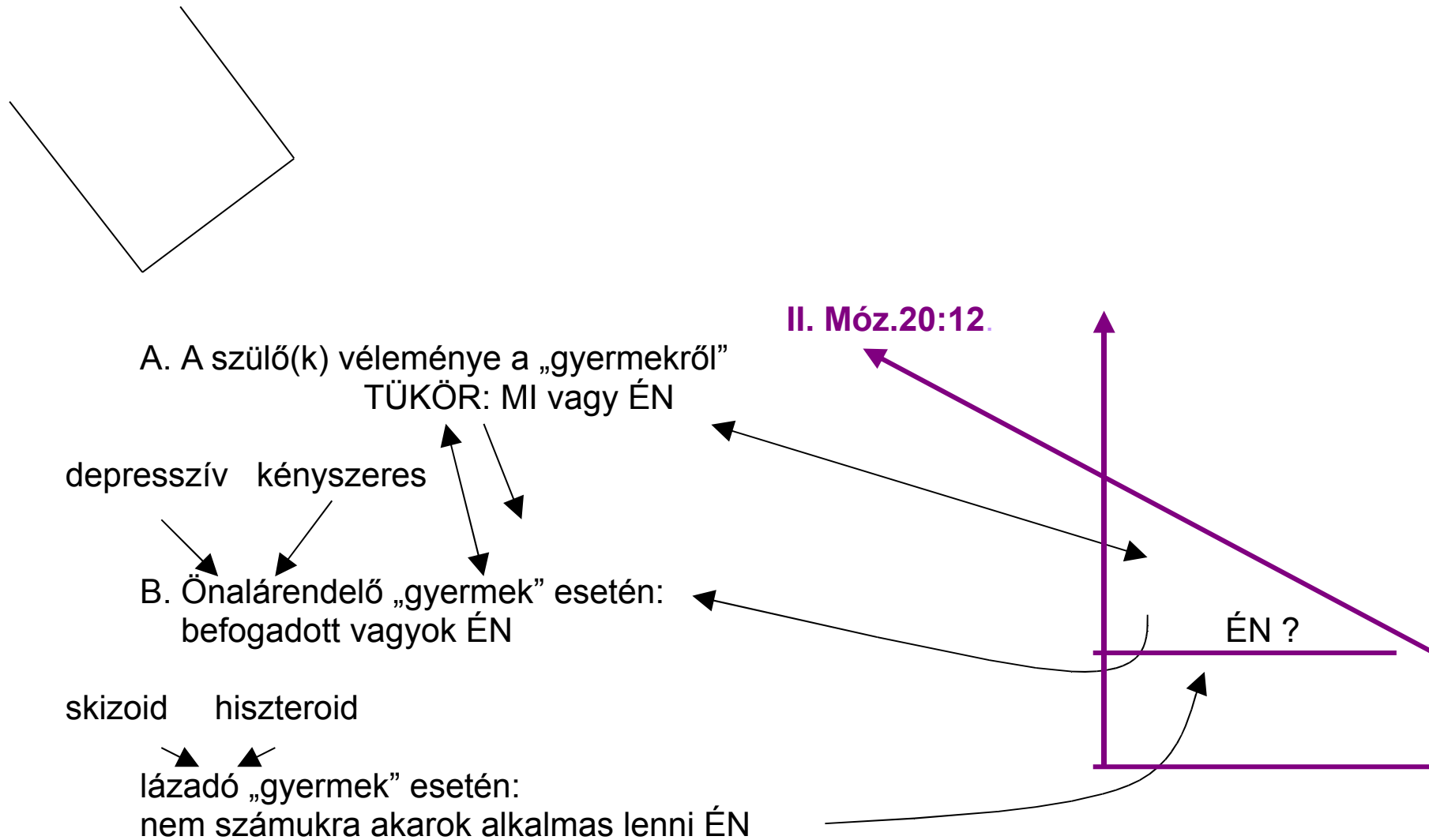
# Szerelemtől a szeretetig, vagy.....?



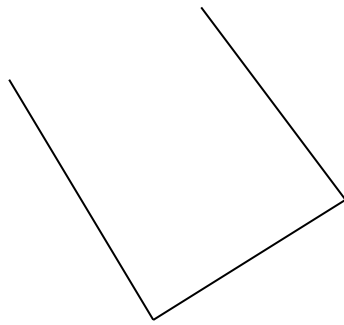
# 1. A szülőkről való leválás folyamata, mint konfliktusmentes folyamat



2 / b. Az „ÉN”- kép alakulása a „leválás, mint konfliktusos folyamat” esetén



### 3 / b. Az „ÉN”- kép alakulása, mint „konfliktusos - kilátástalan folyamat” esetén



A. A szülői ÉN: tükör:

depresszív ↔ kényszeres

B.

önalárendelő „gyermek” esetén:  
önvádlatos folyamatok  
befogadott szeretnék lenni, de..... ÉN

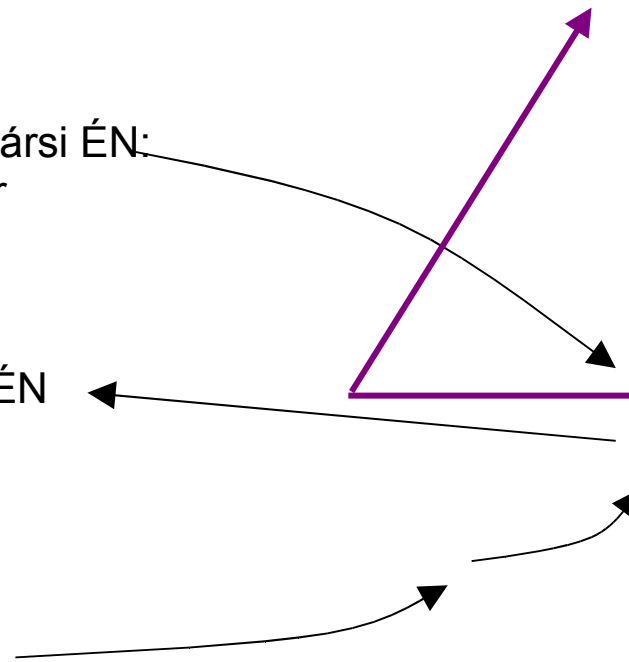
skizoid    hiszteroid

lázadozó „gyermek” esetén:  
alkalmatlan vagyok menekülnék ÉN

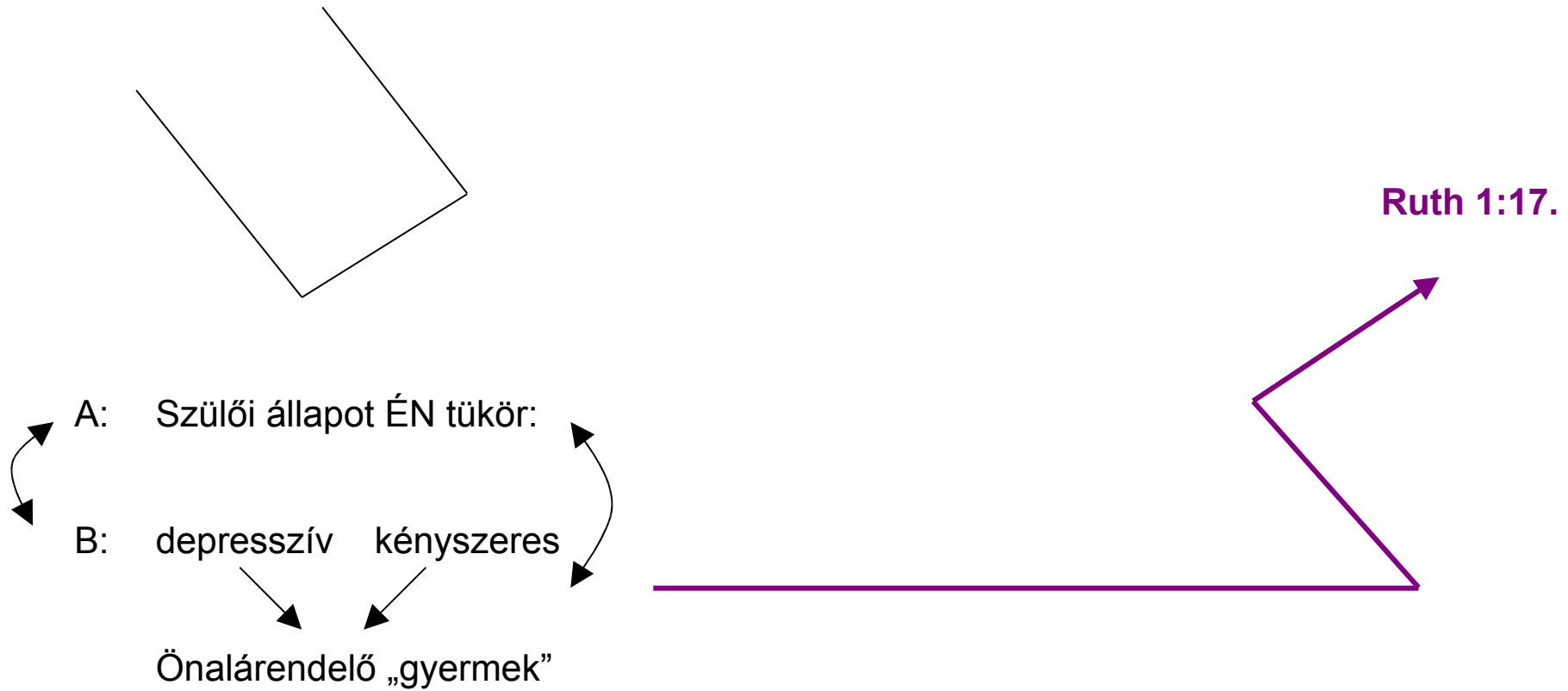
C. A társi ÉN:  
tükör

**Efézus 5:21.**

ÉN+TE=MI  
esélyek?



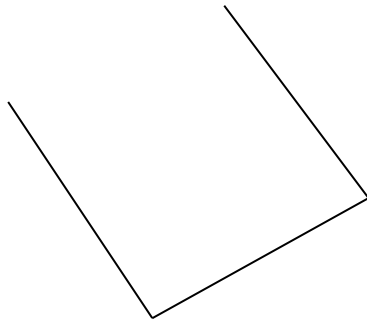
## 4 / b. Az „ÉN”- kép alakulása, mint „kilátástalan folyamat” esetén



**TE** vagy a fontos, nem én



5 / b. Az „ÉN”- kép alakulása, mint „személytelen folyamat” esetén



I.Kor.9:1/b. → alkalmas Jézusnak  
 I.Kor.9:19/a. → befogadott Jézusért  
 I.Kor.9:25-26 → egyre értékesebb  
 I.Kor.9:27. → Jézusban

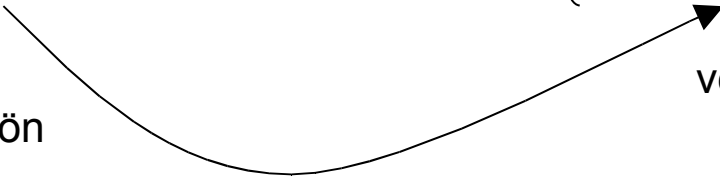
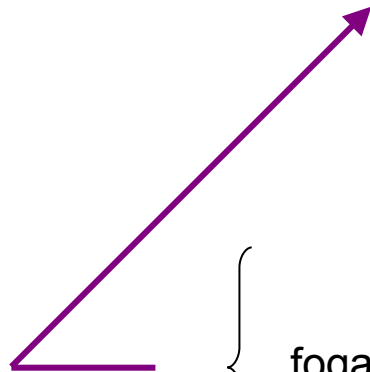
A: Szülői ÉN kép:  
 vagy (egyre) r e l a t í v (abb)  
 vagy: ?

B: depresszív      kényszeres  
 ↓                    ↓  
 önalárendelő „gyermek”  
 jaj.... változás jön!

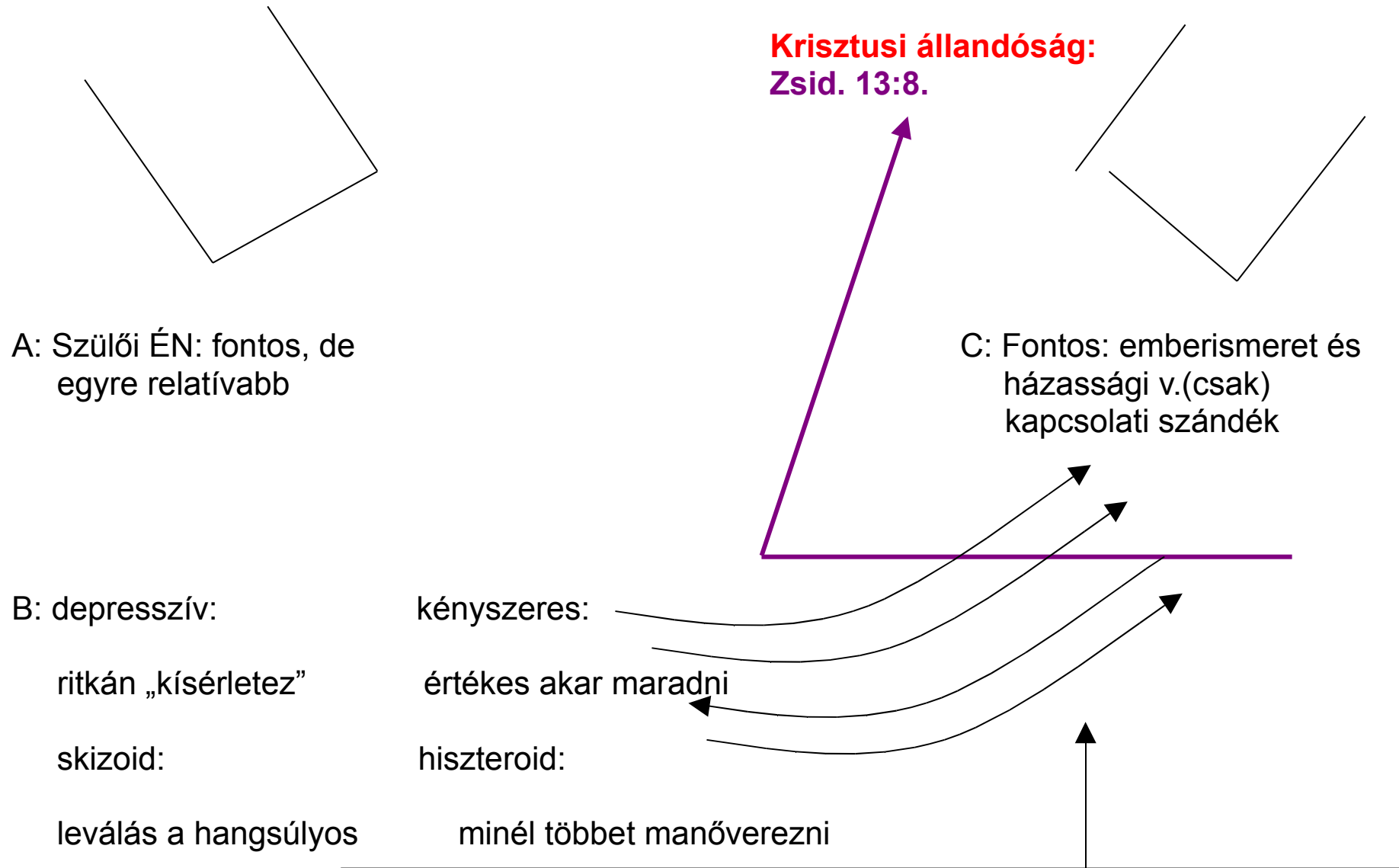
skizoid      hiszteroid  
 ↓                    ↓  
 jaj de jó..... változás jön

B. depresszív:      kényszeres:  
 ↓                    ↓  
 fogadjanak be....      legyek alkalmas.....

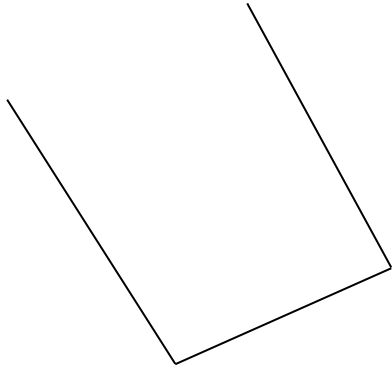
skizoid:                    hiszteroid:  
 ↓                    ↓  
 végre önmagam                    élvezem a  
 lehetek...                    változást...



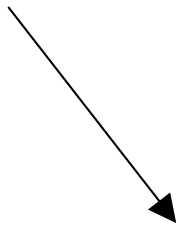
### 6 / b. Az „ÉN”- kép változása „kísérleti folyamat” esetén



7/b. Az ÉN-kép alakulása a leválás, mint „kítaszítási folyamat” esetén

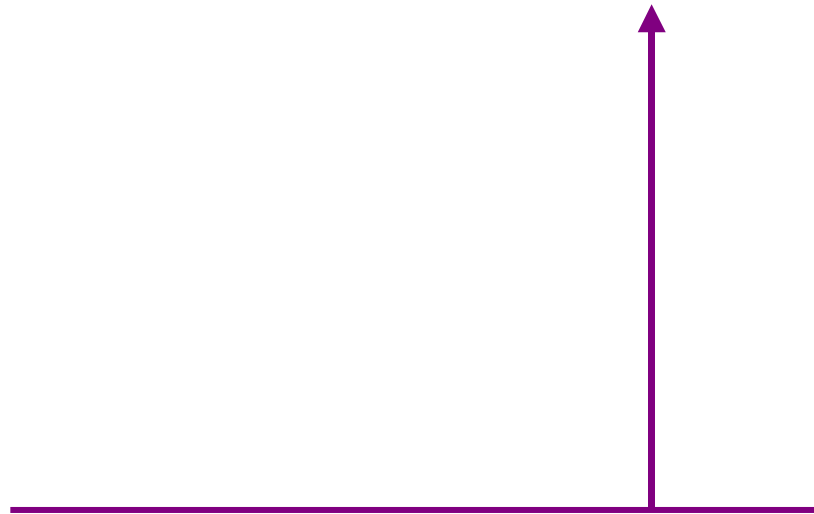


A: Szülő(k) egoizmusa



B: Ősbizalom megtapasztalás hiánya:  
Súlyos személyiség és kapcsolati  
zavarok esélye

Ézs.49:15.



## Válság-, krízishelyzetek titkai a fiatal-felnőtt korban

### PROGRAM:

- ❖ Csütörtök este: Válság vagy / és krízis?  
Válság vagy / és krízishelyzeteim fiatal-felnőtt korban. Mi ebben a titok?
  
- ❖ Péntek délelőtt: Nehézségek és lehetőségek a leváláskor:  
Út a családomtól önmagamig  
Az „ÉN” titkai
  
- ❖ Szombat délelőtt: Csapdák és keskeny út egy kapcsolat  
keletkezésekor: út önmagamtól a másikig  
az „ÉN” titkom a „MI” titkunk
  
- ❖ Vasárnap délelőtt: Szerelemtől a szeretetig, vagy  
Szerelemtől a közönyig?  
Út az érintéstől az egygylélig, vagy....?  
Istentisztelet