

WIESŁAW SIKORSKI

## GENOGRAM JAKO GRAFICZNA TECHNIKA DIAGNOSTYCZNA RODZINY

Dość często członkowie rodziny zachęceni do podjęcia terapii za pomocą rysunku wyrażają swe obawy, a często od razu wzbraniają się twierdząc, że nie mają żadnych zdolności plastycznych. Nie przemawiają do nich, a przynajmniej w czasie pierwszych spotkań (w czasie zawierania kontraktu terapeutycznego), żadne zapewnienia ze strony terapeuty, że nie są tu wymagane jakiegokolwiek tego typu umiejętności. W efekcie też to sceptyczne nastawienie wobec rysunku może sprawić, że posłużenie się nim jako techniką diagnostyczną, jak i terapeutyczną nie będzie możliwe. Gdy jednak terapeuta uzna za celowe wprowadzenie projekcyjnych technik graficznych do pracy z konkretnymi pacjentami, np. z powodu poważnych trudności werbalnego komunikowania się, to wówczas może zaproponować dość prosty w rysowaniu genogram. Mimo że jest to technika diagnostyczna, to może ona pokazać i przekonać członków rodziny, w jakim stopniu służy on poznawaniu samego siebie, a jednocześnie może ich zachęcić do podjęcia decyzji o rysowaniu w celach diagnostycznych i terapeutycznych.

### 1. „MAPA RODZINY”

Genogram to sposób rysowania drzewa genealogicznego rodziny, istniejących w niej interakcji i ważnych wydarzeń (separacji, adopcji itp.) z bliższej i dalszej przeszłości. Ujęte w formie znaków graficznych są jednocześnie dostarczycielem wartościowego materiału projekcyjnego, ujawniającego bezpośredni stosunek autorów genogramu do osób (członków rodziny) czy zdarzeń negatywnie oddzia-

---

Dr hab. WIESŁAW SIKORSKI – Wyższa Szkoła Bankowa w Poznaniu; adres do korespondencji – e-mail: [wie.sikorski@gmail.com](mailto:wie.sikorski@gmail.com); ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7949-8694>.

łujących na strukturę rodziny. Niewątpliwą zaletą genogramu jest możliwość analizy relacji rodzinnych daleko wstecz, bo aż do trzeciego pokolenia. Często bowiem dawne przeżycia mogą determinować wadliwe funkcjonowanie rodziny. Tak przynajmniej twierdzą twórcy tzw. terapii systemowej, uznając że analiza wzorców, stereotypów i mitów rodzinnych, tajemnic przekazywanych kolejnym pokoleniom sprzyja poznaniu podłoża zaburzeń relacji w rodzinie (Czabała, 2006).

Genogram nie jest jednak narzędziem dostarczającym ocen katagorycznych, nie jest żadnym testem psychometrycznym czy skalą opartą na rzetelnych badaniach statystycznych. Jego funkcja ogranicza się do bardziej wnikliwego wejrzenia w strukturę rodziny, poznania jej systemu jako wyniku wielogeneracyjnych uwarunkowań. Mimo wielu niedoskonałości genogram jest sposobem w miarę szybkiego uzyskania wiedzy o wszystkich członkach rodziny i ich wzajemnych powiązaniach emocjonalnych. W sumie staje się możliwe ustalenie zasadniczych wzorów zachowań rodzinnych, a w konsekwencji postawienie hipotez interpretacyjnych, odnoszących się do sytuacji konfliktowych mających swoje podłoże w rodzinnych interakcjach. Ujęcie graficzne tych interakcji pozwala dość wiernie odtworzyć rzeczywistość, skonstruować całościowy obraz zdarzeń i mechanizmów stanowiących tło rozwojowe zaburzeń funkcjonowania rodziny. Nanoszenie na genogram poszczególnych składowych (skrótów informacyjnych) tego obrazu zmusza do ciągłych prób ujmowania ich w jakąś zglobalizowaną spójną całość. Poszczególne symbole graficzne „mapy rodziny” (inna nazwa genogramu), ich łączna analiza ułatwia dostrzeżenie, że wadliwa struktura rodziny to wynik zbiegu wielu okoliczności, wieloaspektowych powiązań w system wzajemnych uwarunkowań; równocześnie przebiegających różnych procesów. W efekcie dochodzi do zastąpienia klasycznego rozumowania, opartego na jednoprzyczynowości zaburzeń: „przyczyna–skutek”, myśleniem polegającym na ocenie współwystępowania wielu od siebie zależnych czynników (Aleksandrowicz, 2000).

Widać zatem, że technika genogramu znajduje zastosowanie, gdy w toku terapii pojawi się wątek rodzinny, międzypokoleniowy, stąd też jest powszechnie praktykowany w wielu nurtach terapii rodzin, terapii par małżeńskich, a także w terapii dualnej (indywidualnej). Niezależnie od różnic w podejściach terapeutycznych „mapa rodziny” traktowana może być zarówno jako procedura gromadzenia i porządkowania wiedzy umożliwiającej określanie hipotez diagnostycznych, jak i element oddziaływania terapeutycznego; może nim być już samo wykonywanie genogramu (Namysłowska, 1997).

## 2. ZASADY KONSTRUOWANIA

Podczas sesji genogramowej, a zatem w trakcie rysowania struktury rodziny, zbierania o niej informacji oraz nanoszenia w formie graficznych symboli relacji rodzinnych, należy kierować się pięcioma ogólnymi zasadami:

- 1) trzeba rozpoczynać od omawiania aktualnego problemu, a następnie stopniowo przechodzić do szerszego kontekstu, w jakim ten problem można dostrzec;
- 2) od ustalenia wewnętrznych spraw rodziny nuklearnej (najbliższej) należy przejść do poznania problemów dalszej rodziny i jej społecznego kontekstu;
- 3) po rozpoznaniu aktualnej sytuacji rodziny należy cofnąć się do jej przeszłości, z zachowaniem historycznej chronologii wydarzeń w jej obszarze;
- 4) stawianie pytań członkom rodziny powinno być stopniowane – od bardzo łatwych do bardzo trudnych, nawet gdyby to miało rodzić lęk;
- 5) od oczywistych faktów należy przejść do prawdopodobnych, możliwych do zaistnienia, sposobów funkcjonowania rodziny – jej poszczególnych członków i związków rodzinnych – pozwalających na sformułowanie przypuszczeń (hipotez) dotyczących wzorów rodzinnych (McGoldrick, Gerson, Shellenberger, 1999).

## 3. SYMBOLE GRAFICZNE

Podstawą genogramu jest graficzne pokazanie tego, jak różni członkowie rodziny są wzajemnie biologicznie i prawnie połączeni w ciągu pokoleń. Rysowanie „mapy rodziny” odbywa się przy użyciu w miarę jednolitych znaków (patrz poniższy rysunek). Jej konstrukcja jest oparta na okręgach i kwadratach symbolizujących osoby oraz liniach prezentujących ich związki. Kobiety są oznaczane okręgiem, a mężczyźni kwadratem. Członek rodziny, który sprawia największe problemy, czyli tzw. pacjent indeksowany, wokół którego genogram jest konstruowany, jest zaznaczany podwójną linią. Rok urodzenia i śmierci zapisuje się nad symbolem, z lewej i prawej strony. Aktualny wiek osób, lub ich wiek w chwili zgonu, umieszcza się w środku znaku. W rozszerzonych genogramach, zawierających więcej niż trzy generacje, znaki osób z przeszłości nie są zwykle przekreślane, z góry przyjmuje się bowiem, że zmarły. Wyjątkiem są dawne zgony mające związek z aktualnymi okolicznościami, wówczas są zaznaczane. Symbole graficzne, prezentujące członków rodziny, łączy się liniami pokazującymi ich biologiczny bądź prawny związek. Dwie osoby, będące parą małżeńską, łączy się liniami biegnącymi pionowo i poziomo, przy czym męża umieszcza się z lewej strony, a żonę z prawej. Na linii związku małżeńskiego



Dzięki tego typu graficznym znakom możliwe jest zapisanie informacji o wszystkich członkach rodziny i ich wzajemnych relacjach emocjonalnych i to w przestrzeni obejmującej trzy pokolenia. Za pomocą symboli rysunkowych można zestawić ze sobą informacje natury demograficznej (płeć, wiek poszczególnych członków rodziny, daty urodzenia, daty zgonów, miejsce zamieszkania osób i „odnóg” rodziny, poziom wykształcenia, zawód itp.), dotyczące funkcjonowania poszczególnych członków (problemy zdrowotne, emocjonalne, zawodowe, szkolne itp.) oraz przekazy dotyczące krytycznych (ekstremalnych) wydarzeń w rodzinie (separacja, rozwód, śmierć, przeprowadzki, utrata pracy, zmiana pracy, zdarzenia losowe – pożary, zalanie mieszkania z powodu powodzi itp.).

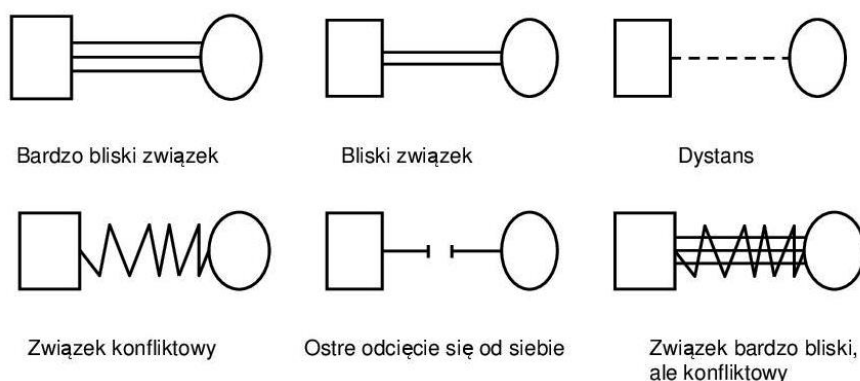
Informacje te są zwykle nanoszone w pobliżu symbolu reprezentującego danego członka rodziny lub w formie legendy w dolnej części planszy czy tablicy, na której rozrysowany jest genogram. Ważne jest zarazem, by genogram, umieszczone na nim znaki i symbole graficzne oraz hasła, stanowiące skrót powyżej wskazanych rodzajów informacji, były odpowiedniej wielkości; takiej, by każdy z członków rodziny mógł bez większej trudności śledzić wprowadzanie kolejnych danych na planszę, a potem dokonywać zglobalizowanych ocen.

#### 4. RELACJE RODZINNE

Jednym z ważniejszych etapów konstruowania genogramu jest nanoszenie relacji rodzinnych. Polega to na wprowadzaniu w strukturę formalną symboli znamionujących relacje emocjonalne panujące w rodzinie (patrz ryc. 2). Natomiast ich jakość jest określana na podstawie obserwacji tego, co ma miejsce w rodzinie, jak przebiega wzajemne komunikowanie się. Najważniejsze są jednak bezpośrednie wypowiedzi poszczególnych członków rodziny, co często może być trudne zarówno dla rodziny, jak i dla prowadzącego sesję genogramową klinicysty. Niejednokrotnie mówienie w sposób otwarty o relacjach emocjonalnych jest bezprecedensowym, zupełnie nowym, mogącym przysporzyć wielu trudności doświadczeniem. Może przy tym dojść do wielu nieporozumień wynikających z pojawienia się odmiennych punktów widzenia i opinii dotyczących tych samych aspektów, sytuacji czy relacji emocjonalnej.

Konieczne jest wówczas wnikliwsze rozważenie tego, gdzie tkwią przyczyny takich różnic w poglądach na tę samą sprawę. Pomocne może tu się okazać zachęcenie członków rodziny do zrewidowania swych sądów, ponownego spojrzenia na sporną kwestię, z tą jednak różnicą, by w większym stopniu wziąć pod

uwagę terażniejszość; skupić się na tym, jak postrzegają relację „tu i teraz”. Niedopuszczalne jest ignorowanie czyjegoś punktu widzenia, czy jakiegokolwiek wywieranie presji na jego zmianę tak, by zadowolić „adwersarzy” (członków rodziny prezentujących przeciwstawne czy zupełnie odmienne stanowisko). W kwestiach bardziej spornych, gdy każda ze stron silnie tkwi w przekonaniu o swej nieomyślności, dopuszczalne jest włączenie do „konwersacji” osoby bezstronnej; nie będącej rzecznikiem któregoś z członków rodziny, w żaden sposób nie zaangażowanej bezpośrednio w budzącą rozbieżności relację. Nie może tą osobą być terapeuta, co nie oznacza, iż zostaje on tym samym pozbawiony możliwości wyrażenia własnego zdania; na tym etapie jednak nie może mieć ono nic wspólnego z narzucaniem własnego osądu, a jedynie z oddziaływaniem terapeutycznym. Wskazane jest też nienanoszenie rodzącej kontrowersje relacji i ponowne zajęcie się nią na kolejnych sesjach. Służą temu konkretne symbole graficzne (patrz poniższa rycina).



Ryc. 2. Wzory interakcji rodzinnych (opracowanie własne na podstawie: McGoldrick, 1988).

Pozwalają one zilustrować stopień wzajemnej bliskości, jej brak czy chłód (dystans, ostre odcięcie się od siebie), konfliktowy charakter relacji lub jej skrajności (duża bliskość z jednoczesnym popadaniem w konflikty).

W interpretacji genogramu ważne jest zwrócenie uwagi na *strukturę rodziny*, stosowany *cykl życia rodzinnego* i *wydarzenia życiowe*, a także na wzory regulacyjne powtarzające się przez generacje, w tym przede wszystkim *trójkąty rodzinne* oraz *równowagę i jej brak w systemie rodzinnym*.

## 5. STRUKTURA RODZINY

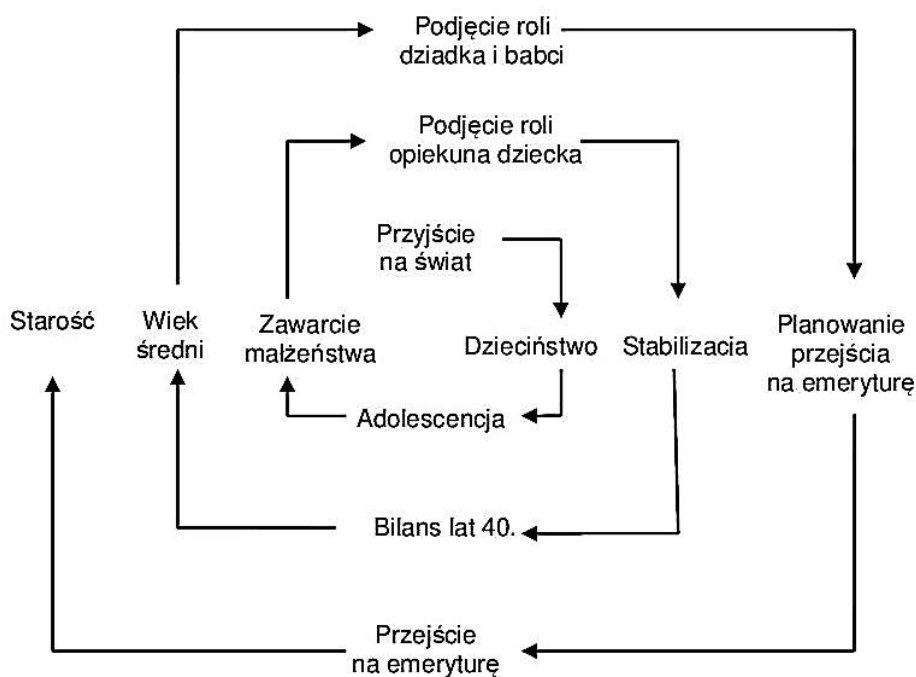
Pierwszym obszarem analizy genogramu jest podstawowa struktura rodziny, tzn. wzorce strukturalne określone symbolami i liniami. Ocena i interpretacja tej struktury graficznej umożliwia wysunięcie hipotez o możliwych trudnościach, rolach, wzorcach i relacjach na podstawie normatywnych wskazań, takich jak: a) konstelacja osób mieszkających wspólnie (rodzic samotnie wychowujący dzieci, rodzina zrekonstruowana, rodzina trzypokoleniowa); b) układ rodzeństwa (kolejność urodzenia, płeć rodzeństwa, dystans wiekowy pomiędzy rodzeństwem) oraz c) nietypowe konfiguracje rodzinne (np. rodzina z włączonymi osobami z zewnątrz).

Wiadomo, że wzorce rodziny stają się trwalsze, jeśli jej struktura jest niezmienna z pokolenia na pokolenie. W szczególności osoby, tkwiące w zbliżonym układzie strukturalnym jak poprzednie generacje, często powielają ten właśnie wzorzec. Z tego względu, poszukując powtórzeń w sposobach funkcjonowania i relacjach, zwykle szuka się również powtórzeń struktury rodzinnej. Przykładowo, ojciec, który jest najstarszy z trzech braci, będzie przypuszczalnie zbyt utożsamiał się ze swoim najstarszym synem, jeśli także będzie miał ich trzech. Tak samo, gdy ktoś pochodzi z rodziny, w której przez trzy ostatnie pokolenia dochodziło do rozwodów i separacji, może uznawać, że tego typu rozłamy w małżeństwie są prawie normą.

Jeden rzut oka na genogram wystarcza zwykle terapeutom by określić strukturę rodziny, tzn. czy jest to tradycyjna rodzina podstawowa (*nuclear family*), rodzic samotnie wychowujący dzieci bądź rodzina składająca się z wielu domostw lub domostwo, w którym funkcjonuje rodzina wielopokoleniowa czy większa rodzina obejmująca kilka rodzin mniej liczebnych.

## 6. CYKL ŻYCIA RODZINNEGO

Interpretując cykl życia rodzinnego należy ocenić sposoby, w jaki rodzina przechodziła przez poszczególne fazy rozwojowe, wyznaczone w dużej mierze przez dorastanie dzieci. Zazwyczaj w opracowanych modelach cyklu życia rodzinnego podaje się od 6 do 8 faz, przez które przechodzi tradycyjna pełna rodzina. Zawsze jest to uogólnienie, które nie odnosi się do jakiegokolwiek konkretnej rodziny. Jest to rys historycznego rozwoju rodziny nuklearnej (rodzice plus dzieci), poczynając od okresu narzeczeństwa do czasu śmierci ostatniego z rodziców. Wyjątkiem jest tu model cyklu życia rodzinnego autorstwa L. Combrincka-Grahama. Wyodrębnił on bowiem aż 12 faz, od narodzin aż do śmierci (patrz poniższa rycina).



Ryc. 3. Fazy życia rodzinnego (na podstawie: Combrinck-Graham, 1985).

Skupił się on na znaczeniu kolejnych faz życia rodzinnego (od narodzin aż do starości) i trudności, z jakimi zmagają się rodziny przy przejściu do następnej fazy. Scharakteryzował też znaczenie odśrodkowych i dośrodkowych sił w systemie rodzinnym, a także życiowych doświadczeń i stresów wywołanych chorobą czy niepełnosprawnością fizyczną w rodzinie (Ostoja-Zawadzka, 1999).

Naniesione na genogram daty oraz wiek poszczególnych członków rodzin pozwala dostrzec, czy rodzina pokonuje kolejne fazy w przewidzianych normatywnych okresach; zorientować się, czy poszczególne wydarzenia, przewidywane dla ogólnego schematu rozwoju rodziny, znamienne dla następujących po sobie cykli rozwoju, są w tej rodzinie obecne. Jeżeli nie, to warto prześledzić, z czego wynikały trudności w radzeniu sobie z przechodzeniem przez kolejne fazy cyklu życia rodzinnego. Zwykle analiza genogramu przekonuje, iż te rodziny mają problemy z przekształceniem swej struktury w różnych okresach zmian (np. ślub, przeprowadzki, odejście z domu dorastających dzieci, przejście na rentę lub emeryturę), a także z adaptowaniem się do nowych sytuacji (Ostoja-Zawadzka, 1999).



## 7. KRYTYCZNE WYDARZENIA

Dalszych wyjaśnień tych trudności może dostarczyć analiza zaistniałych w danej rodzinie krytycznych wydarzeń. Genogram, ujmując tego typu zdarzenia, sprzyja poszukiwaniu zależności między takimi faktami a wzorem funkcjonowania rodziny oraz ujawnianymi przez nią symptomami. Terapeuta wnikliwie „eksploruje” zakres wpływu różnych urazowych (traumatycznych) wydarzeń, jak np. groźba rozpadu małżeństwa, pozostawanie w związku nieformalnym kogoś z małżonków, śmierć dziecka itp. Ocenie podlega także korelacja między stylem funkcjonowania rodziny a uwarunkowaniami zewnętrznymi – społecznymi, wydarzeniami politycznymi oraz sytuacją ekonomiczną. Każdy odnotowany na genogramie fakt przeżycia przez rodzinę ekstremalnego (zagrożającego) wydarzenia musi zostać przeanalizowany i to w odniesieniu do pozostałych zdarzeń z tego okresu. Genogram daje też możliwości ustalenia, które z sytuacji mają wyjątkowo negatywny wpływ na system rodzinny; określenia, które wcześniej doświadczone przeżycia są ciągle postrzegane jako urazowe, destabilizujące rozwój wzorów rodzinnych.

## 8. WZORY RODZINNE

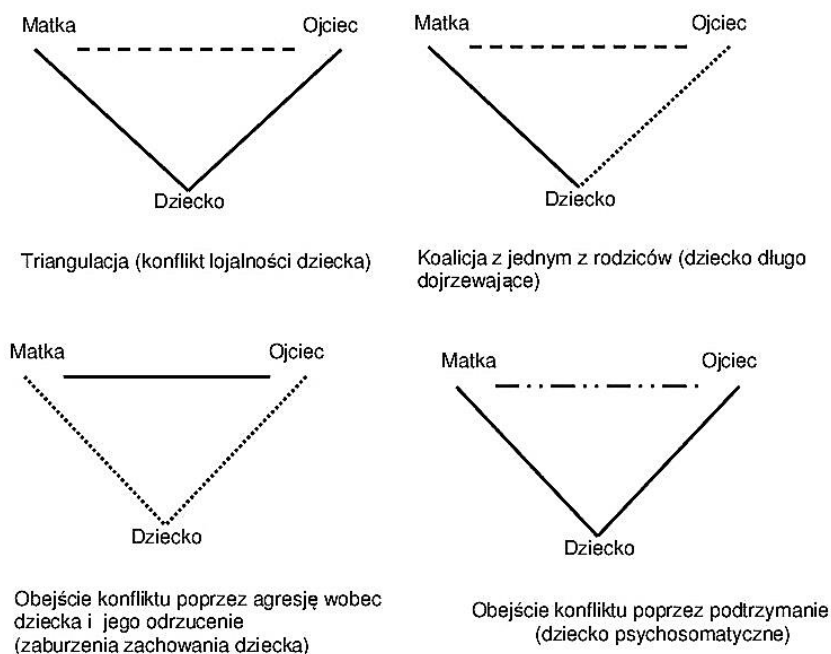
Interesującym zjawiskiem są także wzory rodzinne powtarzające się przez wszystkie generacje, przenoszone z pokolenia na pokolenie. Te powielane wzory mogą dotyczyć struktury oraz funkcjonowania (tj. powtarzających się separacji, rozwodów, adopcji, czy też skłonności samobójczych, problemów z alkoholem, lekami itp.). Przekaz ten nie zawsze musi mieć charakter linearny, co sprawia, że terapeuta powinien bardzo uważnie szukać w genogramie tych wzorów, które nasuwają przypuszczenie o swej powtarzalności. Często też takie drobne konfrontowanie ze sobą różnych znaków i symboli graficznych pozwala dostrzec inne prawidłowości, jak np. tzw. antyprzekaz. Przykładowo, matka przejawiająca skłonności samobójcze, może mieć dzieci, które nad wyraz miłują życie (nie dopuszczają żadnych tego typu myśli), z kolei ich dzieci mogą takie skłonności zdradzać. W efekcie przez stwierdzenie takiej zależności, czy w formie bardziej bezpośredniej, możliwe jest rozpoznanie słabych punktów rodziny, a tym samym objęcie jej oddziaływaniem terapeutycznym.

Interpretacja tej kategorii opiera się także na analizie powtarzających się wzorów relacji w rodzinie. Chodzi tu o relacje w obrębie dwuosobowego systemu. Naniesienie ich na genogram może pomóc dostrzec, że np. w kolejnych

pokoleniach powtarza się bliskość między matkami a córkami, czy dystans między rodzicami a dzieckiem odmiennej płci, albo że samych rodziców charakteryzuje relacja konfliktowa. Pozwala to prognozować, iż córki i synowie będą powielać i przekazywać następnej generacji ten wzór relacji konfliktowej w małżeństwie, bliskości między rodzicem a dzieckiem tej samej płci i dystansu między rodzicem a dzieckiem odmiennej płci. Złożoność możliwych relacji w rodzinie jest dość duża, niektóre z nich są jednak na tyle częste, że mogą zostać unaocznione w czasie konstruowania genogramu lub rozpoznane w czasie pogłębionej analizy naniesionych znaków i symboli graficznych (Józefik, Pietruszewski, 1988).

## 9. TRIANGULACJE

Genogram jest również bardzo użytecznym narzędziem do odkrywania tzw. triangulacji. Jest to kategoria oparta na koncepcji Bowena (1978), która opisuje różne wzory odnoszące się do dwóch osób, które włączają w swoją relację trzecią osobę. Ma to służyć kompensowaniu napięcia w diadzie pierwotnej (np. „rodzice–dziecko”, „małżonkowie–inna dorosła osoba z rodziny”, „małżonkowie–inna dorosła osoba spoza rodziny”). Zachowanie każdej z osób w tym trójkącie jest wypadkową zachowania obu pozostałych. System rodzinny jest tu zatem traktowany jako zespół uwikłanych trójkątów. Tworzenie ich w rodzinie oznacza, że dwie osoby wikłają trzecią w ich relację, aby złagodzić trudności pojawiające się w tej diadzie. Na przykład, starszy brat i siostra mogą się zbliżyć pomagając swej młodszej siostrze, przyjmującej tu pozycję „ofiary”, lub też może dojść do zawiazania koalicji przeciwko któremuś z rodzeństwa, które w takim układzie staje się „czarną owcą”. Każdy tego typu trójkąt jest zwykle fragmentem szerszego modelu systemowego, skonstruowanego z bardzo wielu trójkątów przecinających się. Genogram jest wręcz znakomitym narzędziem rozpoznawania takich potencjalnych trójkątów, jeżeli oczywiście zostaną na nim naniesione odpowiednie dane o poszczególnych rodzajach relacji w rodzinie (patrz poniższa rycina).



Ryc. 4. Patologiczne triady (opracowanie własne na podstawie: McGoldrick, 1988).

Często spotykaną triangulacją jest włączenie dziecka przez jednego rodzica w koalicję przeciwko drugiemu; wciąganie jednego z dzieci przez rodzica w związek koluzyjny przeciwko drugiemu, który w ten sposób zostaje outsiderem. Ma to służyć rozwiązaniu narastającego napięcia w parze rodziców. Przy czym możliwe są tu różne warianty. Może być to np. fuzja z jednym z rodziców i pozostawanie w konflikcie z drugim, lub też obdarzenie dziecka funkcją rozjemcy pomiędzy rodzicami i w związku z tym popadnięcie wobec nich w konflikt lojalności. Małżonkowie mogą też zbliżyć się do siebie w „opiekowaniu” się dzieckiem „chorym”, „wymagającym opieki” lub obrony przed jakimś wewnątrzrodzinnym lub zewnętrznym „zagrożeniem”. Koncentrowanie swej uwagi na dziecku prowadzi tu do „zamknięcia ramion trójkąta”.

Różnego typu triangulacje pojawiają się nader często w rodzinach rekonstruowanych oraz małżeństwach rozwiedzionych. W pierwszym przypadku dotyczą relacji rodzic, nowy partner i dzieci, i zwykle wynikają z powstałego napięcia między dziećmi a nowym partnerem rodzica. Dzieci mogą np. nie akceptować nowego męża matki (a więc swego ojczyma), odczuwając jednocześnie lojalność

wobec biologicznego ojca. Nowy partner może natomiast mieć poczucie, że żona poświęca mu mniej uwagi niż swoim dzieciom z poprzedniego związku, ona z kolei może doświadczać konfliktu lojalności, definiując swą relację do dzieci nowego męża. Kiedy w genogramie pojawia się separacja lub rozwód warto przeanalizować prawdopodobne triangulacje dotyczące byłych małżonków i nowego partnera jednego z nich. Największe zróżnicowanie wzorów triangulacji jest najczęściej związane z wychowywaniem razem dzieci z poprzednich związków, co tym samym często rodzi różnego rodzaju konflikty i nieporozumienia. Dość często zdarza się, że dzieci idealizują biologicznego, nieobecnego rodzica, przybliżając go w ten sposób do rodzica, z którym mieszkają po rozwodzie. Ma to swoje wytłumaczenie w tym, że dzieci w rzeczywistości nigdy nie są przygotowane do utraty jednego z rodziców, bez względu na to, czy wynika to ze zgonu, czy rozwodu lub separacji. W efekcie może to okazać się dokuczliwe zarówno dziecku, jak i „przybranemu” rodzicowi. Dziecku w sytuacji, gdy np. ojczym znacznie odbiega od jego wyidealizowanych wyobrażeń, a ojczymowi, gdy odczuwa „duchową” obecność poprzedniego partnera swej żony i zarazem ojca swego pasierba.

W trójkąt pary małżeńskiej mogą być także włączeni rodzice partnera. Taki wzór triangulacji może mieć różnorodne cele, jak np. uciekanie przed jakimś zaistniałym w rodzinie problemem poprzez skupianie się na tym, co jest negatywnie postrzegane u rodziców któregoś z partnerów. Zamiast więc skoncentrować się na poszukiwaniu sposobów rozwiązania wynikłych trudności we współżyciu partnerskim, strony wolą wikłać w to rodziców współmałżonka, co nieraz jeszcze bardziej nasila istniejące antagonizmy. Innym przykładem triangulacji jest związek pozamałżeński. Z uwagi na to, że źródłem tego wzoru są przykre, przynębiające przeżycia, mogą one na w miarę długi czas, lub też na trwale, wprowadzić ostre odcięcie się partnerów od siebie. Jeżeli nawet nie doprowadzi to do separacji czy rozwodu, to co pewien czas temat ten jest podejmowany na nowo, i to najczęściej w chwilach, gdy pojawi się jakiś większy problem. Ten rodzaj triangulacji służy zwykle uzewnętrznieniu napięć zaistniałych w parze małżeńskiej, albo też jako strategia uzyskania zgody na coś ze strony partnera (tego, który zawinił), lub jako temat zastępczy, mający na celu odwrócenie uwagi od ich rzeczywistego problemu. Analiza genogramu powinna wyjaśnić, czy przedmiotem tego typu trójkąta jest aktualne pozostawanie w związku pozamałżeńskim, czy też wynika on ze „stale obecnego” związku, który już dawno się zakończył (Józefik, Pilecki, 1995).

Wracając jeszcze do triangulacji między rodzicami i dziećmi, warto wspomnieć o sytuacjach, gdy w rodzinie wychowywane są razem dzieci biologiczne z dziećmi adoptowanymi. Tworzące się w ramach takiej struktury trójkąty są bar-

dzo podobne do tych pojawiających się w rodzinach po rozwodach. Wyraźny jest tu dychotomiczny podział na rodzinę biologiczną i rodzinę dającą formalno-bytowe oparcie i opiekę; określa się ją mianem rodziny „karmiącej”. Niezależnie od faktu, czy nieobecni, biologiczni rodzice żyją, czy też nie, zawsze są przedmiotem triangulacji. Analogicznie, jak w małżeństwach rozwiedzionych i w rodzinach zrekonstruowanych, możliwości tworzenia wzorów triangulacyjnych jest bardzo dużo. Analizy wielu z nich przekonują, iż rodzice biologiczni są w miarę często postrzegani ujemnie przez rodziców adopcyjnych (np. za sprzyjanie swym naturalnym dzieciom, za brak cierpliwości, czy liberalizmu i wyrozumiałości). Dziecko adoptowane, zabiegające o względy nowych rodziców, współzawodniczące z przybranym rodzeństwem o ich uczucia, może nieraz stać się „ofiara” zawiązanej przeciwko niemu koalicji: np. poróżnieni ze sobą biologiczni bracia mogą uznać, że ich przybrana siostra zagraża utrzymaniu przez nich dotychczasowej pozycji w rodzinie, i w związku z tym mogą uwikłać ją w swój trójkąt, by w ten sposób mieć możliwość manipulowania nią; wymuszania takich zachowań, by realne stało się zachowanie rodzinnego status quo. Praktyka dowodzi, iż dziecko adoptowane w miarę często stanowi trzeci wierzchołek trójkąta i to zarówno w triangulacjach tworzonych przez przybranych rodziców, jak i rodzeństwo (Wachtel, 1982).

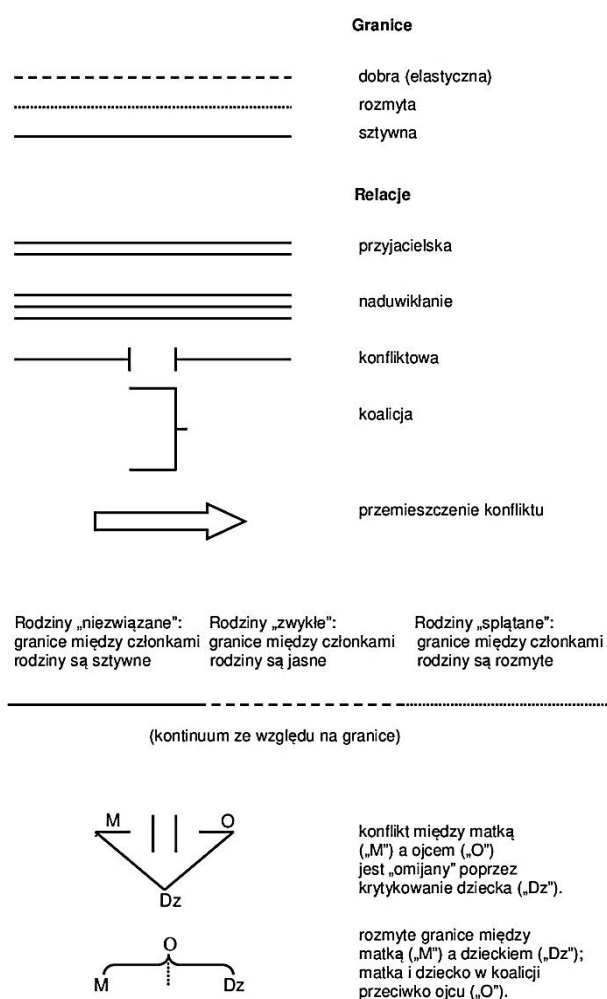
Przydatność genogramu wynika choćby z faktu, że triangulacje dość często przekraczają granice pokoleń, obejmując nierzadko nawet trzy pokolenia. Dość typowe są sytuacje, w których dziadkowie z wnukiem tworzą koalicję przeciwko rodzicom dziecka. Powszechny jest układ samotnej matki mieszkającej z dziećmi u swoich rodziców, co może prowadzić do utraty jej pierwszoplanowej roli na rzecz dziadków. Ma to miejsce, gdy wezmą oni na siebie odpowiedzialność za wychowywanie dzieci (wnuków), albo jeśli zostanie przeciwko matce zawiązana koalicja między jej rodzicami a dziećmi.

## 10. RÓWNOWAGA SYSTEMU RODZINNEGO

Zabiegiem finalizującym sesję genogramową jest analizowanie i interpretowanie równowagi (lub jej braku) systemu rodzinnego. Jest to kategoria obejmująca zarówno strukturę, role, style funkcjonowania, jak i źródła utrzymania, a więc wszystkie scharakteryzowane powyżej poziomy diagnozowania rodziny. Równowaga lub jej brak w obszarze tych poszczególnych kategorii mówi o funkcjonowaniu rodziny jako całości. Pytania, które mają umożliwić poznanie wzorów równowagi, powinny być tak sformułowane, by możliwe stało się uchwycenie różnic i podobieństw zachodzących w rodzinie: w jaki sposób różnice i podo-

bieństwa funkcjonują w systemie rodzinnym?; w jaki sposób utrzymywana jest równowaga? oraz jakie komplikacje i konsekwencje są związane z jej brakiem?

W ocenie stopnia tej równowagi pomocne może okazać się wzbogacenie podstawowych symboli genogramu (patrz ryc. 1 i ryc. 2) symboliką zaproponowaną przez S. Minuchina; przydatną do opisu granic i konfliktów w rodzinie (patrz poniższa ryc. 5).



Ryc. 5. Graficzny zapis struktury rodziny w modelu Minuchina (opracowanie własne na podstawie: Minuchin, 1974)

O wiele łatwiej może wówczas przyjść ustalenie na ile równowaga czy jej brak ma swoje podłoże w strukturze rodziny (np. w jakiej mierze poszczególne rodzaje granic – elastyczna, rozmyta i sztywna – sprzyjają a w jakiej utrudniają utrzymywanie trwałości więzów rodzinnych). Sprawniej może przebiegać interpretacja zasad i wzorów funkcjonowania, pełnienia różnorodnych ról, a więc tego obszaru rodziny, w którym ważne jest określenie relacji (np. przyjacielska, konfliktowa). Możliwa jest też graficzna ilustracja typu rodziny („niezwiązana”, „zwykła”, „splątana”) z uwagi na preferowane granice (sztywne, jasne, rozmyte) między członkami pod kątem specyficznego kontinuum. Rodzina „niezwiązana” (niezaangażowana) to taka, w której dochodzi dość często do powstania zbyt sztywnych granic, które utrudniają komunikowanie się członków należących do różnych podsystemów. Rodzina „splątana” (zmieszana) to zaś taka, w której panuje duże zamieszanie w związku z pełnionymi funkcjami, zajmowanymi pozycjami i zakresem odpowiedzialności. Granice między podsystemami są rozmyte, nie ma ścisłego podziału ról i brakuje wyraźnego zróżnicowania poszczególnych grup. Przystosowanie takiej rodziny do nowych sytuacji może być niezwykle skomplikowane. Traktując postawy „niezwiązaną” i „splątana” jako skrajne, można każdą rodzinę umiejscowić na skali ciągłej, w której centrum umieszcza się rodziny „zwykłe”, tzn. funkcjonalne (Barbaro, 1999).

Zobrazowana na genogramie struktura rodziny może być źródłem hipotez dotyczących zachwiania czy utraty równowagi w rodzinie. Analizując, np. miejsce zajmowane wśród rodzeństwa przez partnerów oraz jego liczebność, można snuć przypuszczenia o stopniu komplementarności ich relacji. Brak równowagi może np. wynikać z tego, iż małżonka pochodzi z rodziny wielodzietnej, a jej partner jest jedynakiem; istnieją wtedy przesłanki do pojawienia się konfliktu skłonności interakcyjnego dystansowania się (potrzeby prywatności, zbytnej niezależności) a koniecznością wzięcia odpowiedzialności za całą rodzinę, aktywnego uczestniczenia w jej życiu i dzielenia się „terytorium”.

Porównanie struktury rodzin pochodzenia poszczególnych partnerów, np. w kontekście trwałości związków małżeńskich, może pomóc partnerom w przyjęciu kompromisowych ustaleń dotyczących wzajemnych oczekiwań. Partnerzy, widząc na genogramie, iż niechlubną rodzinną tradycją jest krótkotrwałość więzów małżeńskich, częste rozwody, mogą stopniowo weryfikować swe nastawienie do małżeństwa, gdy jednocześnie okaże się, że drugi z partnerów pochodzi z rodziny, gdzie zdarzały się bardzo rzadko lub w ogóle rozpady małżeństw, a przy tym jeszcze, iż jest on tą stroną starającą się „ratować” związek, to niechybnie musi to tego

pierwszego partnera silnie zaabsorbować; tym samym zainspirować do pracy nad zmianą dotychczasowych sposobów zachowania.

W poprawnie funkcjonującej rodzinie członkowie podejmują się wykonywania różnych ról, poczynając od tych związanych z opiekowaniem się, zapewnianiem środków materialnych, poprzez przejawianie dbałości o utrzymywanie porządku i ładu w domu rodzinnym, a skończywszy na tym, by każdy z członków mógł w miarę możliwości brać czynny udział w prowadzeniu różnych spraw i interesów rodzinnych. Z genogramu wyraźnie nieraz wynika, że kilku członków stara się brać na siebie wiele obowiązków, podczas gdy inni zdają się ich unikać, bądź też brać na siebie ich znikomą część. Bywa i tak, że to tylko na jednej osobie ciąży odpowiedzialność za pozostałych członków rodziny. Wówczas musi być rozważona kwestia, w jaki sposób jest w tej sytuacji zachowywana równowaga? Warto też zadać pytanie, co by się stało, gdyby osoba – dzięki której utrzymywana jest względna równowaga – zachorowała lub musiała gdzieś nieoczekiwanie wyjechać na dłuższy czas?

Członkowie rodziny preferują różne poziomy i style funkcjonowania. Traktując rodzinę jako system, można styl działania poszczególnych członków uznać jako sposób adaptacji. Każda nowo powstała rodzina musi stworzyć warunki do określonej koordynacji, współgrania różnych wzorców i sposobów bycia. W konsekwencji prowadzi to do powstania modelu, który przejmowany jest przez kolejne pokolenia.

W konkretnej rodzinie poszczególni członkowie mogą zbyt odmiennie hierarchizować wartości, przejawiać bardzo różnorodne i daleko od siebie odbiegające zainteresowania, a zatem znacznie różnić się stylem i poziomem funkcjonowania. Właśnie stan takiego oddalenia się od siebie może przyczynić się do zachwiania się równowagi, co w efekcie będzie rodziło na tym tle konflikty, w eliminowaniu których może być zaangażowany cały system rodzinny. W związku z tym zasadne jest postawienie pytania: czy i w jakiej mierze przeciwstawne zainteresowania i przyjęty system wartości (czy innego rodzaju diametralnie odmiennie sposoby bycia) podtrzymują równowagę rodzinną.

Rodziny z różnych generacji, członkowie rodziny mogą różnić się między sobą zasobami, jakimi dysponują. Chodzi tu o sytuację materialną, stan zdrowia, pozycję zawodową i związany z nią status społeczny, predyspozycje fizyczne, zainteresowania, umiejętności, system wsparcia itp. Jeżeli w tych dziedzinach są dostrzegalne ekstremalne różnice, należy skierować swą uwagę na to, w jaki sposób system rodzinny reaguje na takie zachwianie równowagi. Czy na przykład, żona, której mąż osiąga znaczące sukcesy zawodowe i materialne, wspiera



go czy też może walczy o własny sukces. Analizując genogram w aspekcie tego typu różnic w zasobach materialnych rodzin generacyjnych, można postawić hipotezę dotyczącą adaptacji rodziny wobec sytuacji, które mogą prowadzić do zachwiania równowagi. Poznanie tych różnic jest tu szczególnie istotne, gdyż są one jedną z główniejszych przyczyn braku równowagi w rodzinie (Heinl, 1985).

### 11. FINALIZOWANIE SPOTKANIA

Po zakończeniu sesji genogramowej ważne jest, by klinicysta był w stanie odpowiedzieć na takie pytania, jak: czy na genogram naniesione zostały wszystkie zebrane dane, a jeśli nie, to dlaczego je pominięto; czy w czasie graficznego konstruowania genogramu ogół znaków i symboli narysowano z zachowaniem określonych proporcji, z dbałością o odpowiednie kształty, równość linii, a jeżeli nie, to co było powodem zniekształceń; czy umieszczanie informacji o relacjach rodzinnych przysparzało jakichś problemów, wiązało się z wyjątkowo niechętnym ich rysowaniem; w której fazie konstruowania genogramu klinicysta był szczególnie zaangażowany, w jakich chwilach był bardziej oszczędny w swych ocenach i interpretacjach, lub też – z jakich przyczyn zupełnie zaniechał jakichkolwiek ustosunkowań do danych treści zawartych na genogramie; do kogo najliczniej były kierowane pytania, kto na nie w rzeczywistości udzielał najsensowniejszych odpowiedzi; co faktycznie uległo zmianie w postrzeganiu rodziny i jej trudności po zakończeniu sesji genogramowej? (Józefik, Pilecki, 1995).

### 12. KOŃCOWE REFLEKSJE

Zaprezentowane powyżej zasady wykonywania i interpretacji genogramu przekonują, że jest on w równej mierze techniką diagnostyczną i terapeutyczną, umożliwiającą w miarę szybkie poznanie rodziny poprzez różnorodne, często przeciwstawne, punkty widzenia jej poszczególnych członków. Jest on dobrym narzędziem przyspieszającym uzyskanie zgeneralizowanego obrazu relacji rodzinnych oraz ułatwiającym wyszczególnienie charakterystycznych wzorów rodzinnych, co w efekcie otwiera i zwiększa możliwości sprawniejszego przekształcenia ich na bardziej optymalne. Samemu zaś terapeutcie ułatwia „włączenie się” do rodziny, a także przekonanie jej członków o walorach terapeutycznych tkwiących w wyrażaniu rodzinnych relacji przy użyciu rysunkowych, graficznych znaków i symboli.

## BIBLIOGRAFIA

- ALEKSANDROWICZ, J. (2000). *Psychoterapia. Podręcznik dla studentów, lekarzy i psychologów*. Warszawa: Wyd. Lekarskie PZWL.
- BOWEN, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- COMBRINCK-GRAHAM, L. (1985). A developmental model for family systems. *Family Process*, 24(2), 139-150.
- CZABAŁA, J.C. (2006). Czynniki leczące w psychoterapii. Warszawa: PWN.
- BARBARO, M. (1999). Struktura rodziny. W: B. de BARBARO (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny* (s. 45- 55). Kraków: Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- HEINL, P. (1985). The image and visual analysis of the genogram. *Journal of Family Therapy*, 7, 213-229.
- JÓZEFIK, B., PIETRUSZEWSKI, K. (1988). Zastosowanie genogramu w praktyce klinicznej. *Psychoterapia*, 4, 48-58.
- JÓZEFIK, B., PILECKI, M. (1995). Zasady sporządzania oraz interpretacja genogramu. *Psychoterapia*, 3, 37-49.
- KOLBIK, J. (1999). Wywiad rodzinny z użyciem genogramu. W: B. de BARBARO (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny* (s. 97-109). Kraków: Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- MCGOLDRICK, M., GERSON, R., SHELLENBERGER (1999). *Genograms. Assessment and Intervention*. New York: Norton and Co.
- MCGOLDRICK, M. (1988). Ethnicity and the family life cycle. W: B. CARTER, M. MCGOLDRICK (red.), *The changing life cycle: A framework for family therapy* (s. 42-91). New York: Gardner Press.
- MINUCHIN, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Cambridge: Harvard University Press.
- NAMYSŁOWSKA, I. (1997). *Terapia rodzin*. Warszawa: Springer, PWN.
- OSTOJA-ZAWADZKA, K. (1999). Cykl życia rodzinnego. W: B. de BARBARO (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny* (s. 18-30). Kraków: Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- WACHTEL, E.F. (1982). The family psyche over three generations: The genogram revisited. *Journal of Marital and Family Therapy*, 8(3), 335-345.

GENOGRAM JAKO GRAFICZNA  
TECHNIKA DIAGNOSTYCZNA RODZINY

## Streszczenie

W publikacji podano zasady tworzenia genogramu, zwanego też „mapą rodziny”, służącego gromadzeniu danych o rodzinie przy użyciu określonych symboli graficznych. Zaprezentowano znaki rysunkowe pozwalające zilustrować jak poszczególni członkowie rodziny są ze sobą biologicznie i prawnie powiązani w ciągu trzech pokoleń. Przedstawiono też główne obszary interpretacji genogramu – strukturę rodziny, miejsce rodziny w cyklu życiowym, krytyczne wydarzenia w życiu rodziny, powtarzanie się wzorców przez pokolenia, trójkąty rodzinne oraz równowagę i jej brak w systemie rodzinnym.

**Słowa kluczowe:** mapa rodziny; struktura; relacje; fazy życia; trójkąty.

## GENOGRAM AS A GRAPHIC TECHNIQUE OF FAMILY DIAGNOSIS

## S u m m a r y

The author presents the principles behind creating a genogram, called also a “family map”, which serves the purpose of collecting data about a family with the use of defined graphic symbols. Consequently, graphic signs are presented, which illustrate how individual members of a family are biologically and legally linked with one another, spanning three generations. Apart from this, the main areas of interpreting a genogram, that is the structure of a family, its composition, the place of a family in the life cycle, critical events in the life of a family, repeating family patterns by generations, family triangles, as well as the state of equilibrium regarding the roles played by individual members in families and their functioning are discussed.

**Key words:** family map; family structure; relationships; life phases; triangles.