

IDENTITÁSKERESÉS

Kozékiné dr. Hammer Zsuzsanna családterapeuta elmondta, teljesen egyetért Eötvös Györggyel abban, hogy a családfakutatás alapvetően identitáskeresés. Annak megismerése, milyen élettörténetek, életpályák, foglalkozások voltak felmenőink körében, hozzásegíthet önmagunk jobb megértéséhez, s így az identitásunk megerősítéséhez is. Az identitás az én tudása arról, miben különbözik másoktól, miben más, mint a környezete; s az énkép kialakításában alapvető szerepe van a családnak. Amikor valaki – a családfakutatás révén – közelebb kerül felmenőihöz, jobban megértheti önmagát is; hogy miért lett olyan, amilyen. Ugyanakkor ennek a folyamatnak nehéz részei is lehetnek, például kiderülhetnek kellemetlen információk egy családtagról, ami okozhat törést. Ennek ellenére, a szakértő szerint mindenképpen jobb tudni az igazságot, mert, ha olykor nehéz is befogadni, el lehet kezdeni feldolgozni. Például, ha a hősként emlegetett, imádtott nagypapáról kiderül, hogy kettős életet élt, az megrázó, és kell idő a feldolgozáshoz, ugyanakkor emberibbé is teszi őt, hiszen kiderül róla, hogy mégsem volt tökéletes.



Kozékiné
dr. Hammer
Zsuzsanna

Klinikai pszichológus, család- és párterapeuta, szakpszichoterapeuta, a Magyar Családterápiás Egyesület kiképző családterapeutája. Gyakorló pszichológusi munkája mellett az ELTE Tanácsadás Pszichológiája Tanszékének doktori fokozatot szerzett egyetemi adjunktusa.



*Amikor valaki
– a családfakutatás
révén – közelebb
kerül felmenőihöz,
jobban megértheti
önmagát is; hogy
miért lett olyan,
amilyen.*



DERÜLT ÉGBŐL MILLIÓK

Arról, hogy milyen lelki hatása lehet annak, amikor örökség útján hirtelen nagy vagyonhoz jut valaki, a pszichológus elmondta, ehhez hasonló példákat lottónyereményekből ismerhetünk, ahol gyakran előfordul, hogy a könnyen jött pénz könnyen is megy – az illető nem személyesen dolgozott meg a pénzért, ezért kevéssé felelősségteljesen bánik vele. A kettő azért mégsem teljesen azonos, mert érzelmi többletet ad hozzá, hogy a vagyon egy rokontól származik – még ha személyesen nem ismerték is egymást. Éppen ezért az öröm után büntudat és harag is ébredhet a derült égből örökössé vált illetőben: büntudat, amiért nem ápolta a kapcsolatot azzal, akinek a szerencsét köszönheti, harag pedig a családtagjai – például a szülei – iránt, amiért nem tették lehetővé, hogy még életében ismerje az illetőt. Igaz, kicsi a valószínűsége annak, hogy ilyesmi történik velünk, de ha mégis úgy alakul, vagy ha épp családfakutatásba vágjuk a fejszénket, a pszichológus szerint érdemes szakértői segítséget kérni a feldolgozáshoz.

