

Andrzej Dakowicz

Systemowe ujęcie życia rodzinnego

W pierwszej połowie XX wieku rodzinę traktowano jako zbiór jednostek żyjących wspólnie, charakteryzujących się dynamicznymi zależnościami, które najczęściej ujmowano w kategoriach linearnych (przyczynowo-skutkowych). Psycholodzy o orientacji psychoanalitycznej szukali wytłumaczenia aktualnych zachowań (skutki) człowieka sięgając do jego doświadczeń wczesnodziecięcych (przyczyny). Według psychoanalityków podświadome motywy, urazy, lęki, które zostały nabyte w dzieciństwie po ich rozpoznaniu, wyjaśnieniu i przeniesieniu w obszar świadomości zapewniają efekty terapeutyczne. Behawioryści koncentrowali się na aktualnym zachowaniu jednostki i jego modyfikacji uwzględniając relacje rodzinne o tyle, o ile wynikały one ze zgłaszanych objawów. W przypadku psychologów zorientowanych humanistycznie rodzina stanowiła pewne tło dla problemów zgłaszającej się osoby, najważniejsze były perspektywy jednostki w osiągnięciu pełni ludzkich możliwości (samorealizacji). Zaprezentowane tradycyjne podejścia eksponujące poszczególne aspekty funkcjonowania psychiki ludzkiej sprawiały wrażenie zbyt uproszczonych w stosunku do bogactwa i dynamiki życia psychicznego, które miały tłumaczyć. Spotkało się to z rozczarowaniem wśród psychologów i tendencją do szukania teorii bardziej doskonalych [Radochoński, 1987; Margasiński, 1996].

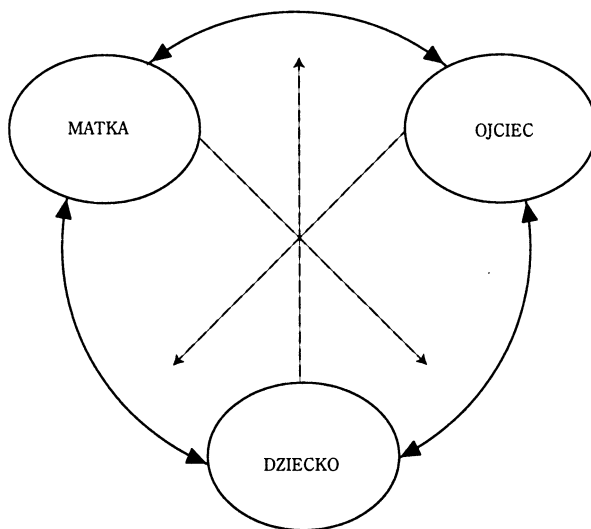
Nowym światłem, pozwalającym szerzej i pełniej ujmować złożoność oraz różnorodność mechanizmów funkcjonowania człowieka w kontekście środowiska rodzinnego, była opracowana w latach pięćdziesiątych przez Ludwiga von Bertalanffy'ego [1984] ogólna teoria systemów. Zmierzała ona ku łączeniu pozornie nie powiązanych ze sobą zjawisk oraz zrozumieniu mechanizmów ich współdziałania [Szymański, 1991].

W myśleniu systemowym zwraca się uwagę na całościowość jako zasadę, opartą na spostrzeżeniu Arystotelesa, że całość nie jest tym samym, co suma jej części [Drożdżowicz, 1997]. System rodzinny traktowany jest jako integralna struktura niebędąca prostą sumą elementów. Członkowie rodziny, posiadając własną indywidualność, noszą w sobie jednocześnie ślady całego systemu [Bradshaw, 1994]. Chcąc poznać rodzinę nie wystarczy zająć się poszczególnymi członkami np. dzieckiem czy rodzicem, ale również interakcjami między wszystkimi członkami tej rodziny. Zmiana zachodząca u jednej osoby np. choroba dziecka, awans zawodowy matki, utrata pracy przez ojca wpływa na klimat życia rodzinnego w oparciu o zasadę przyczynowości cyrkularnej. Wraz z zaistniałą zmianą rozpoczyna się proces kołowy, bez widocznego początku i końca. Członkowie rodziny oddziałują na siebie za pomocą sprzężeń zwrotnych, w których zachowania osób wzmacniają się wzajemnie [Ryś, 2001]. Przykładem może być małżeństwo, w którym mąż często przebywa poza domem, gdyż, jak twierdzi, jego żona jest niemiła, żona zaś jest jeszcze bardziej niemiła, gdy mąż wraca po długiej nieobecności. Próba pomocy takiemu małżeństwu, zgodnie z zasadą przyczynowości cyrkularnej, powinna zmierzać nie tyle ku ustaleniu, kto jest winien, co raczej ku przerwaniu destrukcyjnego ciągu zachowań [Grzesiuk, Tryjarska, 1995]. Skupiając się na tym, co dzieje się „tu i teraz” terapeuta określa symptomatologię zaburzeń nie rezygnując ze spojrzenia na ich genezę, która obecna jest w procesach zachodzących aktualnie wewnątrz systemu [Radochoński, 1984].

Bardzo przydatna w analizie procesów zachodzących w systemie rodzinnym jest zasada ekwifinalności, która zwraca uwagę na możliwość osiągania podobnych rezultatów końcowych przy wychodzeniu z różnych stanów początkowych (np. małżonkowie mający poważne trudności w komunikacji interpersonalnej i małżonkowie mający bardzo dobry kontakt ze sobą od początku, po kilku latach stanowią szczęśliwe związki małżeńskie). Z kolei zasada ekwipotencjalności mówi o doprowadzaniu podobnych stanów początkowych do zupełnie różnych rezultatów końcowych (np. wśród rodzin dotkniętych bezrobociem są takie, które biernie poddają się sytuacji i oczekują na pomoc z zewnątrz i są takie, które dzięki pomyślności i zaradności organizują nowe miejsca pracy). Wynika to stąd, że zmiany zachodzące w systemie rodzinnym nie są zdeterminowane jedynie warunkami początkowymi, lecz również strukturą systemu i naturą samych procesów zmian [Braun-Gałkowska, 1992].

System rodzinny charakteryzuje się dążeniem do zachowania równowagi na zasadzie homeostazy, która rozumiana jest jako tendencja

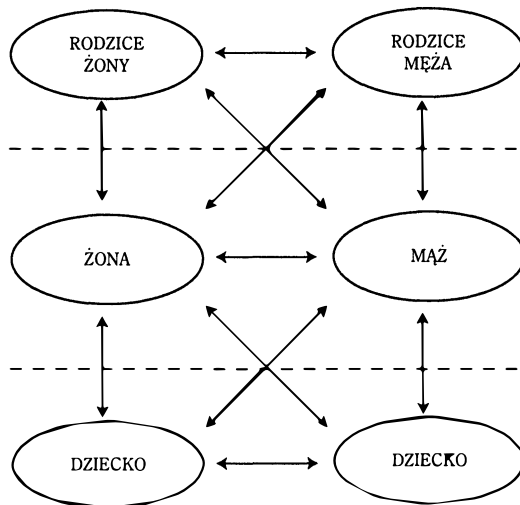
Rysunek 1. System interakcji w rodzinie trzyosobowej



systemu do redukowania znacznych wpływów zewnętrznych do nieznacznych zmian jego struktury. Homeostaza rodzinna przejawia się w staraniach członków rodziny, bezpośrednich lub pośrednich, o zachowanie równowagi i stałości we wzajemnych relacjach. Można ją obserwować poprzez powtarzające się, dające się przewidzieć wzorce zachowań wszystkich członków rodziny [Namysłowska, 1997].

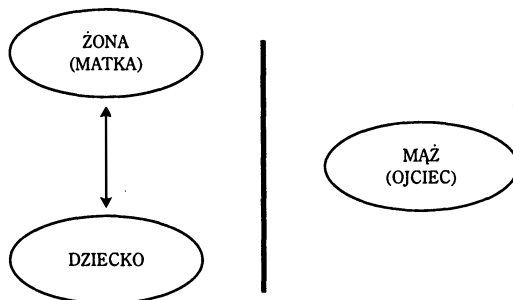
Rodzina składająca się z matki, ojca i dziecka tworzy system trzech interakcji: matka–ojciec, matka–dziecko i ojciec–dziecko. Osoby należące do tej rodziny mają wpływ nie tylko na interakcje, w których bezpośrednio uczestniczą, np. matka na relację matka – dziecko, ale także na interakcje pomiędzy pozostałymi członkami rodziny, np. matka wpływa na relację między ojcem a dzieckiem (rysunek 1).

Im więcej jest osób w rodzinie, tym mają bardziej rozbudowaną sieć interakcji. Nowa osoba pojawiająca się w rodzinie (np. dziecko) zwiększa prawie dwukrotnie liczbę dotychczasowych interakcji, którą można obliczyć posługując się wzorem: $x = (y^2 - y) : 2$, gdzie x oznacza ilość interakcji, a y – liczbę osób w rodzinie [Rembowski, 1986]. Spośród wielu kontaktów interpersonalnych w rodzinie można wyróżnić następujące typy interakcji: a) małżeńskie – między mężem a żoną, b) rodzicielskie – między rodzicami

Rysunek 2. Podsystemy rodzinne o charakterze przymierza

a dzieckiem, c) braterskie – między dziećmi i d) kontakty ze starszym pokoleniem, w tym kontakt małżonka z własnymi rodzicami, z rodzicami współmałżonka oraz kontakty dzieci z dziadkami [Braun-Gałkowska, 1992, s. 16]. Wymienione wyżej typy interakcji są wyrazem podejmowanych przez rodzinę funkcji, które wobec całego systemu rodzinnego tworzą szereg podsystemów. Podobnie jak w przypadku typów interakcji rodzinnych wyróżnia się podsystemy np. mąż–żona, ojciec–córka, brat–siostra, babcia–wnuczek. Najczęściej jeden członek rodziny jest uczestnikiem wielu podsystemów będąc jednocześnie np. mężem, ojcem, synem i bratem. Jeżeli członków podsystemu łączy silna wzajemna więź i są otwarci na innych, wtedy podsystem określany jest jako przymierze. W przypadku braku otwartości na innych i ukierunkowaniu na realizację tylko własnych celów kosztem innych lub przeciwko innym, taki podsystem nazywany jest koalicją. Przymierza występujące w rodzinie wytyczają granice, które są elastyczne (na rysunku 2 zaznaczone są linią przerywaną), umożliwiają bliski kontakt między wszystkimi członkami rodziny, jasno określają związki w ramach pokolenia rodziców czy dzieci [Braun-Gałkowska, 1992].

Koalicje, w przeciwieństwie do przymierzy, najczęściej doprowadzają do zatarcia granic między pokoleniami, co jest wynikiem nadmiernie bliskich

Rysunek 3. Koalicja matki z dzieckiem przeciw ojcu

związków między dwiema osobami z wyłączeniem trzeciej. Przykładem koalicji jest nadmierna bliskość matki i dziecka połączona z odtrącaniem ojca (rysunek 3), która często pojawia się w sytuacji niezadowolenia z małżeństwa [Dakowicz, 1999]. Zaburzony system granic wewnętrznych rodziny utrudnia, a czasami wręcz uniemożliwia wypełnianie podstawowych funkcji rodzinnych żony–matki, męża–ojca i dzieci.

System rodzinny ma również granice zewnętrzne, które z jednej strony zapewniają rodzinie intymność, pozwalają zachować tożsamość, a z drugiej strony umożliwiają kontakty z otoczeniem społecznym [Braun-Galkowska, 1992]. Praktycznie chodzi tu o obronę przed nadmierną ingerencją z zewnątrz w życie rodzinne np. teściów czy sąsiadów i aktywny udział członków rodziny w grupach pozarodzinnych np. stowarzyszenia, partie, kluby sportowe, harcerstwo.

Spojrzenie na rzeczywistość rodzinną z uwzględnieniem całego bogactwa i różnorodności mechanizmów w niej zachodzących musiało zaowocować nowym podejściem do diagnozy i terapii zaburzeń życia rodzinnego. Zgodnie z myśleniem systemowym zachowanie pacjenta można zrozumieć wyłącznie w kontekście systemu, którego jest on członkiem. W zależności od tego, jakie właściwości systemu rodzinnego są w procesie terapii modyfikowane, wyodrębnia się dwie zasadnicze szkoły: komunikacyjną i strukturalną [Grzesiuk, 2000].

Terapeuci reprezentujący szkołę komunikacyjną każde zachowanie traktują jako komunikat, który może doprowadzić do powstania destrukcyjnej pętli sprzężeń zwrotnych zaburzających prawidłowe funkcjonowanie rodziny. Ich głównym zadaniem w pracy z rodziną jest rozpoznanie patolo-

gicznych relacji interpersonalnych i wprowadzenie nowych reguł komunikowania się w systemie rodzinnym [Czabała, 1997; Namysłowska, 1997]. Jedną z odmian terapii komunikacyjnej jest strategiczna terapia krótkoterminowa, gdzie terapeuta bierze odpowiedzialność za bezpośredni wpływ na klientów dobierając odpowiednie strategie przy rozwiązywaniu zaistniałych problemów rodzinnych [Haley, 1999].

Terapia strukturalna ukierunkowana jest na tworzenie nowego systemu rodzinnego poprzez zmianę pozycji poszczególnych członków rodziny. Możliwe to jest do osiągnięcia poprzez włączenie się do systemu rodzinnego terapeuty, który przyjmując rolę lidera stwarza warunki pozwalające na przekształcenie struktury systemu rodzinnego. Najczęściej dotychczasowa struktura rodziny staje się dysfunkcyjna z powodu niedostosowania transakcji komunikacyjnych do zmieniających się warunków i zaburzonych granic między podsystemami. Brak granic prowadzi do trudności w określeniu własnej pozycji w rodzinie, a co za tym idzie nieumiejętności odczytania i podjęcia swojej roli. Granice zbyt sztywne zaburzają komunikację między członkami rodziny uniemożliwiając im zaspokajanie potrzeb psychicznych [Namysłowska, 1997].

Badania dotyczące rodziny w ujęciu systemowym wymagają użycia takich metod, które dostarczą danych od wszystkich członków rodziny, pozwalających określić rzeczywistość rodzinną z ich punktu widzenia. Można tego dokonać spotykając się z całą rodziną jednocześnie, np. podczas sesji terapeutycznej lub badając indywidualnie poszczególnych członków rodziny. Porównanie uzyskanych w trakcie badań obrazów rodziny i wynikające stąd podobieństwa lub różnice stanowią ogromną wartość poznawczą [Braun-Gałkowska, 2002].

Przykładem systemowego podejścia do badania życia rodzinnego jest opracowany przez Dawida Olsona i zespół Katedry Socjologii Rodziny Uniwersytetu Minnesota kołowy model rodziny, który stanowi swoistą kompilację najważniejszych koncepcji systemowych. Wyróżniono w nim trzy zasadnicze wymiary systemu rodzinnego: spójność, adaptacyjność i komunikację. Opracowane inwentarze, którymi bada się wszystkich członków rodziny, po obliczeniu wyniku średniego, dają możliwość zaklasyfikowania badanej rodziny do jednego z szesnastu typów charakterystycznych dla wspomnianego modelu. Dodatkowo można obliczyć wskaźnik rozbieżności wyników między członkami rodziny oraz odległość uzyskanego wyniku od centrum określonego w modelu kołowym [Radochoński, 1987]. W Polsce przeprowadzono badania z wykorzystaniem inwentarzy opracowanych przez Olsona i współpracowników. Jedne z nich dotyczyły adaptacji

systemu rodzinnego do sytuacji stresowej wywołanej chorobą somatyczną [Radochoński, 1987], a drugie związane były z psychologiczną analizą systemów rodzinnych z chorobą alkoholową [Margasiński, 1996].

Inny przykład systemowego podejścia do rodziny to typologia systemów rodzinnych zaproponowanych przez Dawida Fielda [1996]. Autor szczegółowo scharakteryzował pięć systemów rodzinnych umieszczając je na wymiarze dwóch podstawowych ludzkich potrzeb: indywidualności i związków, a także biorąc pod uwagę rodzaj granicy pomiędzy podsystemami rodzice-dzieci. W zależności od nasilenia powyższych zmiennych wymienia następujące rodzaje systemów rodzinnych: chaotyczny, władzy, związków, nadopiekuńczy i uwikłany. Rodzina związków daje członkom rodziny największą możliwości rozwojowych i dobre samopoczucie, pozostałe niosą różnego rodzaju obciążenia wymagające korekty, aby system rodzinny mógł sprawnie funkcjonować. Opierając się na powyższej typologii Maria Ryś [2001] opracowała metody kwestionariuszowe pozwalające badać strukturę rodziny pochodzenia, jak również strukturę rodziny własnej. Po zebraniu wypełnionych kwestionariuszy od członków rodziny i ich porównaniu można obliczyć wynik, a także wykreślić profil pozwalający na graficzne przedstawienie struktury badanej rodziny.

Ważne dane systemowe pozwalające spojrzeć na rzeczywistość życia rodzinnego dają metody opracowane przez Marię Braun-Gałkowską: Skala Postaw Rodzinnych, Test Rysunku Rodziny i Schematyczny Rysunek Rodziny [2002].

Jednym z istotniejszych czynników modyfikujących strukturę interakcji w rodzinie są postawy członków rodziny wobec siebie. Postawa małżeńska zawiera się we względnie stałym sposobie odnoszenia się do współmałżonka, natomiast postawa rodzicielska we względnie stałym sposobie odnoszenia się do dziecka. Dotyczy to reakcji emocjonalnych na współmałżonka (dziecko), myśli i przekonań na ich temat, a także konkretnych zachowań [Aronson i in., 1997]. Skala Postaw Rodzinnych została konstruowana w celu określenia behawioralnego aspektu postawy małżeńskiej i rodzicielskiej, ponieważ w nim w jakimś stopniu zawierają się pozostałe aspekty: emocjonalny i poznawczy. W literaturze najczęściej wymienia się cztery wymiary postaw rodzinnych: 1) bliskość – odnosząca się do dystansu emocjonalnego między członkami rodziny; 2) pomoc – określająca stopień obdarzania pomocą; 3) kierowanie – dotyczące stopnia ingerowania w decyzje, a także zakresu zostawianej samodzielności; 4) wymagania – związane z oczekiwaniami wobec członków rodziny. Powyższe wymiary przy skrajnie dużym i skrajnie małym natężeniu mogą niekorzystnie

wpływać na relacje małżeńskie lub rodzicielskie. W przypadku dużego natężenia poszczególnych wymiarów będzie to nadmierna bliskość, lekkość emocjonalna, nadmierna opiekuńczość, zbytne chronienie, dyrygowanie, nadmierne wymagania i żądania. Przy małym natężeniu poszczególnych wymiarów wystąpi poczucie odrzucenia, niechęci i obcości, brak pomocy i opieki, brak norm i zupełna swoboda oraz całkowity brak wymagań. Dobra relacja małżeńska (rodzicielska) mieści się między powyższymi skrajnościami i wyraża się we właściwej bliskości, udzielaniu odpowiedniej pomocy, dawaniu rozumnej swobody i stawianiu stosownych wymagań.

W trakcie badań Skalą Postaw Rodzinnych osoba badana proszona jest o zaznaczenie na kontynuum punktu oznaczającego stopień podobieństwa zachowania swojego lub innego członka rodziny do zachowań opisanych w skali. Badając kilku członków systemu rodzinnego można zebrać cenne informacje pozwalające porównać wzajemne postawy małżeńskie i rodzicielskie z ich punktu widzenia. Często zdarza się, że postawa określona przez osobę badaną jest zupełnie inaczej odbierana przez pozostałych członków rodziny, np. mężowie niezadowoleni ze swojego małżeństwa przypisują sobie tendencję do bliskości, podczas gdy ich żony i dzieci spostrzegały ich jako odrzucających [Braun-Gałkowska, 1992].

Test Rysunku Rodziny umożliwia zebranie informacji dotyczących badanego i jego relacji w środowisku rodzinnym. Instrukcja: „Wyobraź sobie rodzinę i narysuj ją” daje możliwość ekspresji plastycznej, która jest pośrednią formą wyrażenia „prywatnego świata badanego”, jego cech osobowości, motywów i nastawień do innych [Frank, 1948, 1989, za: Braun-Gałkowska, 2002]. Istotnym elementem badania jest obserwacja zachowań, rejestracja komentarzy słownych badanego a także rozmowa o rysunku. Tak zebrane dane są podstawą do interpretacji przy której zwraca się uwagę na aspekt formalny rysunku, interpretację treści, projekcję konfliktów rodzinnych i niektóre wskaźniki dezorganizacji osobowości [Braun-Gałkowska, 2002].

Analizując aspekt formalny ocenia się: poziom formalny rysunku i jego adekwatność do wieku badanego, typ rysunku sensoryczny (emocjonalny) lub racjonalny, wykorzystane elementy graficzne (np. rozmach i siłę kreski), użyte barwy oraz sposób zagospodarowania przestrzeni kartki.

Interpretacja treści rysunku daje możliwość poznania rodziny widzianej oczami badanego. Zwraca się tu uwagę na to, kto i w jaki sposób jest przedstawiony na rysunku, w jakiej odległości od innych. Jak autor przedstawia siebie i jakie zmiany wprowadza w stosunku do rodziny faktycznej. Bardzo pomocne w interpretacji treści rysunku rodziny są przedstawiane na różne

sposoby przez badanych mechanizmy obronne i świadoma lub nieświadoma identyfikacja. Dużo informacji pomocnych w interpretacji dostarczają umieszczone na rysunku osoby znaczące, które mogą być waloryzowane lub dewaloryzowane oraz osoby lub przedmioty dodane, często wyrażające trudne do zaspokojenia tendencje autora rysunku.

Wykonany rysunek rodziny daje możliwość poznania w jaki sposób jego autor przeżywa swoje relacje z innymi członkami rodziny. Mogą to być relacje poprawne lub zaburzone, które to nierzadko ujawniają się poprzez sygnały konfliktów jawnych lub zamaskowanych. Często konflikty maskowane ujawniają się w postaci agresji, reakcji depresyjnej, identyfikacji regresywnej, zwrotu narcystycznego lub nieprawidłowej identyfikacji z własną płcią.

Wnikliwa analiza formalnych elementów Testu Rysunku Rodziny pozwala również na wykrycie niektórych cech dezorganizacji osobowości badanych osób: wysokiego niepokoju, tendencji do agresji, niepokoju połączonego z agresją i tendencji schizofrenicznych. Są to oczywiście pewne sugestie, wskazania wymagające potwierdzenia przy użyciu bardziej zaawansowanych metod badawczych.

Schematyczny Rysunek Rodziny jest uproszczoną wersją Testu Rysunku Rodziny. Osoba badana otrzymuje ołówek, kartkę papieru formatu A4 oraz instrukcję: „Przedstaw schematycznie siebie i swoją rodzinę uwzględniając dziadków i ewentualnie inne osoby, które mają dla Ciebie znaczenie. Kobiety symbolizuje się przy pomocy kółka, a mężczyzn – kwadratu. W symbolach wpisz kto to jest, np. „ja”, „brat” itd. Osoby nieżyjące oznacz krzyżykiem „+”. Zaznacz też, jaki rodzaj kontaktów wiąże te osoby między sobą. Kontakt oznacz przy pomocy linii: dobry kontakt linią ciągłą, średni – przerywaną, zły, konfliktowy – przekreśloną”. Interpretacja wykonanego przez badanego rysunku opiera się na ogólnych założeniach metod projekcyjnych, które przyjmują, że podawane w nich bodźce wieloznaczne wywołują reakcje różne w zależności od tego, jaka jest osobowość, historia życia i sytuacja osoby badanej [Braun-Galkowska, 2002]. Praktycznie dokonując interpretacji rysunku bierze się pod uwagę: ogólny wygląd rysunku, sposób przedstawienia siebie przez autora, przedstawienie innych osób, relacje w rodzinie, uwzględnienie pokolenia dziadków oraz ewentualne inne osoby lub informacje.

Duża liczba danych dotycząca określonej rodziny, zebrana przy użyciu powyższych metod od kilku członków rodziny daje możliwość systemowego spojrzenia na rodzinę. Prezentowane w tej książce badania nad rodziną w różnych sytuacjach egzystencjalnych zmierzają ku temu, aby poznać

i opisać jak najpełniej mechanizmy funkcjonowania rodziny jako całości oraz człowieka funkcjonującego w rodzinie.

Bibliografia

- Aronson E., Wilson T.D., Akert R.M. [1997]. *Psychologia społeczna. Serce i umysł*. Poznań: Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Bertalanffy L. von [1984]. *Ogólna teoria systemów*. Warszawa: PWN.
- Bradshaw J. [1994]. *Zrozumieć rodzinę. Rewolucyjna droga odnalezienia samego siebie*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia i Trzeźwości PTP.
- Braun-Galkowska M. [1992]. *Psychologiczna analiza systemów rodzinnych osób zadowolonych i niezadowolonych z małżeństwa*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
- Braun-Galkowska M. [2002]. *Metody poznawania systemu rodzinnego*. Lublin: Katedra Psychologii Wychowawczej i Rodziny KUL.
- Czabała J. [1997]. *Czynniki leczące w psychoterapii*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Dakowicz A. [1999]. *Postawy rodzicielskie matłonek zadowolonych i niezadowolonych ze swojego związku*. [W:] B. Lachowska, M. Grygielski (red.), *W świecie dziecka*. Lublin: RW KUL, 73-87.
- Drożdżowicz L. [1997]. *Ogólna teoria systemów*. [W:] B. de Barbaro (red.), *Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny*. Kraków: Collegium Medicum UJ, 9-17.
- Field D. [1996]. *Osobowości rodzinne*. Warszawa: Oficyna Wydawnicza „Logos”.
- Grzebiuk L. [2000]. *Psychoterapia*. [W:] J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, tom 3. Gdańsk: GWP, 767-796.
- Grzebiuk L., Tryjarska B. [1995]. *Jak pomagać sobie, rodzinie i innym*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Haley J. (1999). *Niezwykła terapia. Techniki terapeutyczne Miltona H. Ericksona. Strategiczna terapia krótkoterminowa*. Gdańsk: GWP.
- Margasiński A. [1996]. *Analiza psychologiczna systemów rodzinnych z chorobą alkoholową*. Częstochowa: Wydawnictwo WSP.
- Namysłowska I. [1997]. *Terapia rodzin*. Warszawa: Springer PWN.
- Radochoński M. [1984]. *Psychoterapia rodzinna w ujęciu systemowym*. Rzeszów: Wydawnictwo WSP.
- Radochoński M. [1987]. *Choroba a rodzina*. Rzeszów: Wydawnictwo WSP.
- Rembowski J. [1986]. *Rodzina w świetle psychologii*. Warszawa: WSiP.
- Ryś M. [2001]. *Systemy rodzinne. Metody badań struktury rodziny pochodzenia i rodziny własnej*. Warszawa: Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej.
- Szymański J.M. [1991]. *Życie systemów*. Warszawa: WP.