

# Felelősség és siker

A tranzakcióanalízis mint döntésmenedzselés

Szerkesztette  
**Járó Katalin**



HÁTTÉR Kiadó  
Budapest  
Alapítva 1987-ben

© Antal Sándor, Cekova Diana, Chrenóczy-Nagy Judit, F. Várkonyi Zsuzsa,  
Galambosi Szilvia, Hans-Georg Hauser, Járó Katalin, Magyar Judit, Mezei Júlia, Münnich Iván,  
Dr. Nagy Gábor László, Nábrády Mária, Pándy Mária, Sari van Poelje, Szatmáriné Balogh Mária,  
Tari Katalin, Váry Annamária, 2013

*A kötetet szerkesztette:*

Járó Katalin

*Lektorálta:*

Dr. Buda Béla

*A kéziratot gondozta:*

Medgyesy Zsófia

*A borítót tervezte:*

Kovács György

[www.jurikov.hu](http://www.jurikov.hu)

© Háttér Kiadó, 2013



ISSN 2062-8374

ISBN 978 615 5124 14 3

# TARTALOM

A szerkesztő ajánlója és bevezető.....	7
<b>I. RÉSZ. A SZERVEZETEK ÉS A TA.....</b>	<b>21</b>
Érzékeny és okos szervezetek ( <i>Váry Annamária</i> ).....	23
Mit nyújthat ma a tranzakcióanalízis a szervezetekben és szervezetekkel dolgozó embereknek? ( <i>Antal Sándor</i> ) .....	31
A szerkesztő jegyzete a szervezeti TA-ról ( <i>Járó Katalin</i> ) – hazai tájakon.....	53
<i>Váry Annamária</i> : Az Adonisz-naprendszer és a haldokló krokodil szomorú története .....	69
<i>Mezei Júlia</i> : Hol volt, hol nem volt... – szervezet újjászületik .....	87
<i>Münnich Iván</i> : A menedzserszemüveg .....	99
<i>Váry Annamária</i> : Fellobbanni és kiégni? .....	113
<b>OLVASÓKÖNYV – MUNKAHELYEN: produktív légkör – karriergondozás.....</b>	<b>133</b>
<i>Sari van Poelje</i> : Játszmák határok nélkül – A munkahelyi légkörről.....	135
<i>Hans-Georg Hauser</i> : Coaching és tranzakcióanalízis .....	147
<i>Chrenóczy-Nagy Judit</i> : Ambíció, gyors siker, és ami mögötte van – Az Y generáció két arca .....	161
<i>Galambosi Szilvia</i> : A félreismeréstől a felismerésig – A kiégésről TA-s szemmel .....	175
<i>Szatmáriné Balogh Mária</i> : „Nem én akartam elmenni!” – avagy a gondoskodó létszámleépítés TA-s alapelveken.....	185
<b>II. RÉSZ. A TANÁCSADÁS ÉS A TA.....</b>	<b>199</b>
Problémák rendezése: önerőből vagy segítséggel? ( <i>Váry Annamária</i> ).....	201
Tanácsadás, útban az információs társadalom felé ( <i>Váry Annamária</i> ).....	213
A szerkesztő jegyzete a TA-s tanácsadásról ( <i>Járó Katalin</i> ).....	245
1. A TA válasza korunk kihívásaira.....	245
2. Hazai tájakon .....	281
<i>Tari Katalin</i> : Stresszel vagy stressz nélkül?.....	293
<i>Nábrády Mária</i> : Mire elég egy pillanat?.....	305
<i>Pándy Mária</i> : Játszmák az agyban, avagy az igazi intimitás .....	317
<i>Váry Annamária</i> : Sose késő! Óz és Dorothy pályaváltásai .....	331

OLVASÓKÖNYV – KÖZÖS DOLGAINK: demokrácia, meggazdagodás, kulturális tolerancia.....	345
<i>Magyar Judit</i> : A demokráciáról és a gazdaságról az érzelmek tükrében .....	347
<i>Nagy Gábor</i> : Az „IKEA-generáció” esete a devizahitelezéssel .....	361
<i>Nagy Gábor</i> : A hiányzó láncszem – avagy pénzügyi sorskönyveink vizsgálata .....	369
<i>Magyar Judit</i> : Országodba befogadtál...?! Néhány gondolat a cigányság sorskönyvéről.....	375
<i>Cekova Diana</i> : Kultúrák ütközőpontjában: Sokkoló percek és mulatságos helyzetek a változás kapujában.....	381
<b>III. RÉSZ. A TA TANÍTÁSA</b> .....	393
<i>F. Várkonyi Zsuzsa</i> : TA-nítási TA-pasztalatok menedzserekkel, támogató foglalkozásúakkal és laikusokkal.....	395
<b>FÜGGELÉK</b> .....	423
Az elektronikus TA-fogalmi szótárról .....	425
A kötet szerzői .....	429
Hivatkozott és tájékoztató irodalom.....	437
Tárgymutató.....	455
Contents (Angol nyelvű tartalom).....	473
Abstract (Angol nyelvű összefoglalás).....	475

# A SZERKESZTŐ AJÁNLÓJA ÉS BEVEZETŐ

Kedves Olvasó!

Köszönjük, hogy megtisztelti figyelmével a munkánkat, mely arra irányul, hogy növelje azok taborát, akik készek – akár mint munkatársak vagy családtagok, főnökök vagy beosztottak, nevelők, szülők, jó barátok – az életük, a kapcsolataik, a közösségeik jobbítása, minőségének optimalizálása érdekében igénybe venni a korszerű pszichológiai kultúra eszközeit. Eric Berne a TA-t hangsúlyosan azzal a szándékkal is alapította, hogy a pszichológia mindenki számára elérhető és fogyasztható tudomány legyen anélkül, hogy a közérthetőség jegyében a szakmai színvonalból engednie kelljen.

Így az új munkáinkkal éppen úgy, mint a korábbi tanulmányköteteinkkel – *Játszmák nélkül – tranzakcióanalízis a gyakorlatban* (Helikon Kiadó, 1999, 2001<sup>2</sup>) és *Sors mint döntés – az érzelmek felfedezése és felszabadítása* (Helikon, 2005) – egyszerre fordulunk az érdeklődő civil közönséghez és szakmánk művelőihez. Arra törekszünk, hogy érzékeltes-sük, a társadalmi és emberi problémák milyen széles körének megértésében visz előbbre a TA eszköztára, s ezáltal Önökben is kedvet keltsünk az iskola szemléletének és módszereinek mélyebb megismerése iránt.

A most kézbe vehető kötet a JÁT SZMÁK NÉLKÜL sorozat második tagja. Köszönet illeti a Háttér Kiadót, amiért 2010-ben felkarolta a vállalkozást, hogy újrakiadással kielégítse a piacon immár keresett hiánycikké vált *Játszmák nélkül* című tanulmánykötet iránti olvasói igényt. Ekkor született a terv, hogy a szóban forgó tanulmányok ezúttal ne a pszichológia minden ágát felölelő összegző kötet formájában, hanem szakterületenként önálló egységekre bontva, négy kötetből álló sorozatként jelenjen meg.

## A sorozatról és a jelen kötetről

Az említett sorozat első kötete 2011-ben látott napvilágot, A JÁT SZMÁK VILÁGA – FELFEDEZÉSEK A TRANZAKCIÓANALÍZIS TÁJAIN címmel. E munka – a nemzetközi hagyományokat követve – egy tankönyv jellegű fogalmi kalauz révén bevezet a tranzakcióanalitikus irányzat gondolatrendszerébe. A rákövetkező történeti fejezet az iskola fejlődését tárgyalja, egy másik fejezet bemutatja a TA nemzetközi és hazai szervezeteit. Egészen új része e kötetnek, hogy „Tisztuló jelentések – az alapfogalmak továbbgondolása” címen közzéteszi a TA-fogalmak jelentése terén időközben lejátszódott korszerűsítő változásokat is. Illusztrációs céllal egy különböző élethelyzeteket érdekesen átvilágító Olvasókönyv

is színesíti ezt a kötetet. A tervek szerint a további három kötet a külföldi és hazai tapasztalatok felhasználásával betekintést ad abba, hogyan alkalmazhatók a TA fogalmi eszközei és sajátos eljárásai a pszichológiai gyakorlat eltérő területein.

A jelenlegi második kötet FELELŐSSÉG ÉS SIKER – A TA MINT DÖNTÉSMENEDZSELÉS címen az elmúlt évtizedekben önállósodott szervezeti és tanácsadói területet képviseli. A könyv I. és II. részének **törzsanyagát** az egykori tanulmánygyűjtemény adott két fejezetének bevezetői és esettanulmányai alkotják, melyeknek máig ható aktualitása hívta életre az újrakiadás gondolatát. Ezek között találkozhatunk néhány kedves kollégánk munkájával is, akik sajnos már nincsenek közöttünk. Olyan jeles szerzőkkel, mint Münich Iván, a médiából szakértőként is jól ismert kriminálpszichológus, akinek itt „A menedzserszemüveg” c. vezetés-lélektani dolgozata olvasható. Továbbá Mezei Júlia, a sokak által kedvelt és tisztelt, a hazai szervezetfejlesztés alapítói között számon tartott szakember, akinek e kötet a „Hol volt, hol nem volt... – szervezet újjászületik” című írását teszi közzé a szervezeti rész törzsanyagában. Valamint a tanácsadás területéről újraolvasható a „Játszmák az ágyban, avagy az igazi intimitás” c. cikk Pándy Mária szexológustól, aki az őt személyesen felkeresők és a honlapját olvasók népes taborának mutatott új utakat. Fontos alkotásaik ismételt közzétételével e kötetünkben szeretnénk méltó emléket állítani nekik. A többi tanulmányt jegyző Nábrády Mária, Tari Katalin és többszörösen Váry Annamária munkái az emberismeret, a stressz, a pályaváltás, a kiegészítő izgalmas kérdéseit ma is érvényes tanulságokkal közelítik meg. (Lásd 69–131. és 293–343. o.)

A korábbi törzsközlemények mellett friss elemet a jelen kötetben az eltelt idő elméleti és módszertani vívmányait bemutató **két új bevezető tanulmány**, valamint a sorozat első kötetében teremtett hagyományt követve napjaink aktuális történéseit és problémáit átvilágító egy-egy **Olvasókönyv** képviseli. A III. részben Ön a **TA oktatásának** egy, a hagyományostól eltérő, alternatív módjával ismerkedhet meg, melyet a szerző, F. Várkonyi Zsuzsa menedzserek, segítők és laikusok körében próbált ki<sup>1</sup>. Íme, éppen ők az a közönség is, akiknek kötetünket, ezt – a felelősség és a siker menedzseléséről szóló – munkát tiszta szívből ajánljuk. Sorozatunk az alternatív tananyag közzétételével alkalmat teremtett a TA iránt érdeklődők számára, hogy eltérő hazai irányzatokkal együtt, egy helyen ismerkedhessenek meg.

A két – a szervezeti és a tanácsadói – terület önállóságát világosan érzékeltetik az alapokat lefektető korábbi, valamint a fejleményeket tárgyaló új bevezető tanulmányok. Eközben az olvasmányok egy része, különösképpen a munka világának kérdéseivel foglalkozó dolgozatok inkább a szakterületek kapcsolódási pontjait illusztrálják. A két részt az eredeti bevezető munkák indítják, szerzőjük mind a szervezeti, mind a tanácsadói fejezetben Váry Annamária. Az új nyitó tanulmányok, mintegy folytatva a korábban felvetett alapkérdéseket, a jelen fejleményeire irányítják a figyelmet, s a két szerzőnek a gondozott

<sup>1</sup> A kötetnek a TA-képzésről szóló III. része egy különálló egység, amely a szerző évtizedes oktatói tapasztalatait összegezi tankönyv jelleggel. A hazai TA-képzésben hagyományosnak tekinthető, a JÁTSZMÁK NÉLKÜL sorozat *A játszmák világa* című első kötetében „Elemzés és változás – TA-fogalmi kalauz” címen Járó Katalin és Juhász Erzsébet által összefoglalt és közzétett alapozó ismeretekhez, tananyaghoz képest képvisel egy alternatív utat néhány fogalom eltérő, újszerű bemutatása révén. A szerző kérésére az eredeti mozzanatok hangsúlyosabbá tétele érdekében a kötet szerkesztése során munkáját minden tekintetben külön egyésként kezeltük (lásd irodalomjegyzék, ábrák számozása stb.).

területtel kapcsolatos aktuális gondolatait közvetítik. Antal Sándor „Mit nyújthat ma a tranzakcióanalízis a szervezetekben és a szervezetekkel dolgozó embernek?” című, a szervezetek világát elemző munkája a TA új eredményeivel büszkélkedik. Váry Annamária „Tanácsadás – útban az információs társadalom felé” című esszéje nagy ívű képet fest az információs társadalom áldásairól és átkairól, melyek közvetlenül lecsapódnak a tanácsadói gyakorlatban is. Sorozatunk vállalt feladata, hogy számot adjon a tárgyalt praxisok nemzetközi és hazai helyzetébe ágyazottan a területen itthon tevékenykedő TA-sok eredményeiről. E vállalás jegyében a két bevezető tanulmányhoz szerkesztőként kiegészítéseket fűztem „A szerkesztő jegyzete a szervezeti TA-ról – hazai tájakon”, valamint „A szerkesztő jegyzete a TA-s tanácsadásról: 1. A TA válasza korunk kihívásaira 2. Hazai tájakon” címmel. A kötet két nagy tartalmi egységét felvezető munkák egymásra épülő sora együtt hivatott az érdeklődő olvasó számára képet adni arról, miképpen teszi a dolgát a TA az alkalmazott pszichológia adott területén.

A kötetben az elméleti jellegű – inkább a szakmai érdeklődőket megszólító – bevezető részeket először a példákkal gazdagon illusztrált – az imént már említett – s a szélesebb közönség figyelmére is számító korábbi hazai szervezeti és tanácsadói törzstanulmányok követik. Majd ezekhez csatlakoznak a jelenben folyó tevékenységek termékei gyanánt az Olvasókönyvek. Nagy örömünkre az itthoni újdonságokat demonstráló Olvasókönyvek elkészítésébe ezúttal első ízben bekapcsolódtak nemzetközi hírű, hazánkban is tevékenykedő külföldi szerzők, így Sari van Poelje és Hans-Georg Hauser. Szintén kiemelésre méltó, hogy az olvasmányok készítői között olyan korábbi munkáinkban is szereplő alkotók mellett, mint Magyar Judit, Szatmáriné Balogh Mária most több első ízben publikáló fiatal kollégát is üdvözölhetünk: Cekova Dianát, Chrenóczy-Nagy Juditot, Galambosi Szilviát és dr. Nagy Gábort.

A szervezeti fejezetet gazdagító „**MUNKAHELYEN: produktív légkör – karriergondozás**” című Olvasókönyvbe került munkák révén mélyebben betekinthetünk abba, milyen lehetőségeket és módszereket kínál a TA különböző helyzetű és eltérő generációkat képviselő munkavállalók, például menedzserek, „Y generációs”-ok vagy a létszámleépítés által érintett dolgozók támogatására. Képet kapunk arról is, különböző eredetű játézmák hogyan mérgezhetik a munkahelyi légkört.

A tanácsadói területen napjainkban folyó munkákat a **KÖZÖS DOLGAINK: demokrácia, meggazdagodás, kulturális tolerancia** c. Olvasókönyv mutatja be. Ebben olyan izgalmas kérdések TA-s megközelítésével találkozunk, mint pl., hogy milyen érzelmek szövik át konstruktív, illetve destruktív módon a gazdaság működését; miben rejlik a devizahitelezés pszichológiai háttere; melyek hazánkban a pénzhez, a meggazdagodáshoz való tipikus viszonyulások; hogyan világíthatók meg a TA eszközeivel az etnikai vagy akár földrajzi alapon fellépő kulturális különbségek, miként támogatható a sajátos kulturális értékek jobb kölcsönös megértése.

A munkavállalással, munkanélküliséggel, pályaválasztással, karrierépítéssel, vezetők támogatásával foglalkozó egyéni és csoportos tanácsadói tevékenységeket bemutató munkák jól érzékeltetik, hogy a jelen kötetben tárgyalt két szakterület önállósága viszonylagos, a munka világában ezek szoros kapcsolatban állnak egymással, így külön fejezetbe sorolásuk némileg önkényesnek tűnhet. A jelen besorolás úgy történt, hogy a munkával, munkahellyel, pályaváltással, karriergondozással foglalkozó írások kerültek a szervezeti

fejezetbe, s valamennyi elemzés, amely a munkán túlmutató, napjainkban égető társadalmi léptékű problémára keres a jelenségeket a TA szellemében átvilágító választ – noha esetleg közvetlenül nem valósul meg konkrét támogató praxis formájában –, a tanácsadói fejéhez kapcsolódó Olvasókönyvben kapott helyet.

A használt fogalmakat, modelleket bemutató számos kép és illusztráció, valamint egy a TA szakkifejezéseket értelmező elektronikus fogalmi szótár segíti az olvasókat abban, hogy jól értsék könyvünk üzeneteit, s igény esetén elmélyülhessenek a TA-terminusok jelentésében, illetve abban, hogy felismerhetők legyenek a közöttük lévő differenciált belső összefüggések.

A sorozat előkészületben lévő további két kötete:

- AZ ÉRZELMEK FELSZABADÍTÁSA – A TA A LELKI EGÉSZSÉGÉRT – a klinikai és egészségpszichológiai területről, és
- BIZTONSÁGOT ÉS BIZALMAT A GYEREKEKNEK! TA-SZELLEMŰ NEVELÉS – a nevelés és oktatás kérdéseiről.

A kötet, melyet most az Olvasó figyelmébe ajánlunk, a címébe foglalt üzenetnek megfelelően azt mutatja, hogy Berne nyomán a TA egy olyan pszichológiai iskola, amely valóban az előrevivő új személyes és intézményi döntések kiérlelésének, az autonómia növekedésének szolgálatában áll.

## „De hát hol a könyv, mely célhoz vezet?”

*Hol a nagyobb rész boldogsága? – Ment-e*

*A könyvek által a világ elébb?”* – kérdezte az írástudóktól Vörösmarty Mihály a magyar történelemnek egy forrongó, reformokkal teli korszakában, 1844 végén.

A közönség elé lépni általában, s különösen tudományos igényű népszerűsítő munkával újra meg újra nagy felelősség, és – őszintén szólva – nem kevés szorongást keltő vállalkozás. Meg kellene tudnunk válaszolni, miért írtunk korábban, immár közel 15 éve, továbbá miért írunk ma, a 21. század első évtizedeiben újra TA-szellemű könyveket. Valójában mi készítet bennünket arra, hogy szakmai tapasztalatainkat éppen az olykor divatjamúltnak tartott TA szemüvegén át elemezzük? Mennyiben tekinthető a tranzakcióanalízis mégis korszerű megközelítésnek? Miben rejlik identitásformáló és közösségépítő, elkötelező varázsa? Mi az iskolának az az egyetemes és ugyanakkor eredeti üzenete, ami által szerintünk más társadalomtudományokkal összefogva szerepet tud vállalni abban, hogy korunk társadalmi – közöttük hazánk – s az itt élő emberek hatékonyabban birkózzanak meg a 21. század nagy horderejű kihívásaival? Az írásom további részében olyan, bennem óhatatlanul felmerülő feszítő kérdésekre keresem a választ, amelyekre – úgy vélem – talán olvasóink is kíváncsiak.



Szerkesztőként azt látom, hogy a kötetekben szereplő alkotókból, szerzőkből szinte elemi erővel kikívánkozik, hogy mindennapi szakmai tevékenységük tükrében megosszák másokkal, milyennek mutatja magát a világ, amiben élünk. Teszik ezt vállaltan a kiútkeresés és az előrelépés konstruktív támogatásának igényével. De hát ezzel így van sok más értelmiségi foglalkozású polgártársunk, közöttük számos pszichológus, magatartás-kutató. A mi közléseink sajátossága a TA Eric Berne által életre hívott szellemisége és nyelve, amelyet a számunkra is szembeötlő a klienseik által élénk tárt jelenségek elemzéseiben alkalmazunk.

Az ezredfordulón a „fejlődés szelleme hajtott minket, tanulni és tanítani akartunk, felkészülni a szabadabb életre, amelyről akkor azt hittük, hogy hamarosan elvezet egy biztonságos, szép új világhoz, amelyben az emberek, az autonómmá érő polgárok törekednek arra, hogy jobban és hatékonyabban éljenek. A *Játzmák nélkül* kötet cikkei akkoriban a korszakhoz illő optimista hangulatot árasztottak. Úgy tűnt, egy jóléti társadalomra számíthatunk, ahol az egyén végre kibontakozhat, és tehetségéhez méltóan boldogulhat.” – írja mintegy válaszul a feltett kérdésre Váry Annamária a tanácsadásról szóló kötet-rész bevezetőjében. Am napjaink új paradoxonok szorításában folynak, melyek közül ő az *átmeneti jelleg elhúzódsát* említi, és vele együtt a megélt *bizonytalanság* erősödését. Emellett leszögezi, hogy „épp a jólét és a boldogulás lehetőségei szűkülnek, miközben folyamatos a fejlődés, újabb és újabb technikai eszközök nyernek tömeges felhasználást”. A bizonytalanság hosszas elviselésére, úgy, hogy közben testi-lelki jóllétüket, egészségüket fenntartsák, csak kevesen képesek. A szocialista társadalom szoros korlátai biztonságot adtak, ám akkoriban fontosabbnak tűnt a szabadság. Most – folytatja a szerző – a szabadabb élettel járó bizonytalanság menedzselése okoz problémát, szívesen menekülnénk a biztonságba.

Antal Sándor, aki a szervezeti kötetrészt gondozta, vezette be, azt tartja napjainkban jellemzőnek, hogy „miközben a gazdasági válságok korábban mindig azzal a tapasztalattal kapcsolódtak össze, hogy a krízist újra a normalitás, a kiszámíthatóság és a biztonság érzése követi, manapság viszont úgy tűnik, hogy ez a fajta ciklikusság már a múlté, a *komplexitás növekedése* és a *folyamatos változás* vált a szervezeti mindennapok részévé. A szervezeteknek a korábban megszokott biztonságos vizek helyett így egyre gyakrabban kell lehetőségeik peremvizein hajóznuk. Mindeközben kiderült, hogy a hagyományos válságkezelő mechanizmusok nem, vagy csak részben képesek megoldásokat hozni. Ezért számos helyen a korábban megszokott társadalmi, szociális és politikai struktúrák problémái is felszínre kerültek. Az elemzések többsége a folyamat mögött meghúzódó *bizalmi válságot* azonosít, amelyben a korábbi megállapodások és egyensúlyok – centrum–periféria, nyugat–kelet, észak–dél; globális–helyi, gazdag–szegény, titkos–nyilvános, állam–polgár, hitelfeltevő–hitelnyújtó stb. – újraértelmezése zajlik.”

Elhúzódsó átmenet, bizonytalanság, a komplexitás növekedése, a változás folyamatossága, problematikus struktúrák, bizalmi válság, újabb információs technikák tömeges terjedése – ezek a korunkra jellemzőnek tartott ellentmondásos kulcsjelenségek, melyek áradatában a modern ember utat keres, s amelyek között a hűmán szakmák is keresik, mit is tehetnének, mit is kíván tőlük korunk. A globalizáció kihívásai közül más szerzők egy másik perspektívában a megrendült kulturális identitásokat hangsúlyozzák, a korunkat jellemző új népvándorlás jelenségeit. Milyen válaszok születnek az identitás bizonytalan-

ságára, a kultúrák, nyelvek együttélési formáinak sokféleségére, mennyiben és miképpen lehetséges a nemzeti szuverenitás értékeinek megőrzése egy alakuló tágabb multikulturális vonatkoztatási keretben? Rákérdeznek a multicégek szerepére a problémák kezelésében, és a globalizáció vívmányai mellett felhívják a figyelmet olyan veszélyekre, mint a szerte a világon terjedő silány univerzális minőség (McWorld) és a gátlástalanul erőszakos, az idegent démonizáló nemzeti fundamentalizmus (dzsihád), valamint a gettósodás (Csepei Gy. 2001, 319–324.). Kötetünk a maga szerény módján reflektál a bevezetőben jelzett problémák mellett néhány, az utóbbi kérdéskörbe tartozó jelenségre is.

## Miért a TA? Mi számít korszerűnek a pszichológiában?

Kötetünk a pszichológia két alkalmazott területének – a szervezetfejlesztésnek és a tanácsadásnak – a kérdéseivel foglalkozik, melyeknek elméleti háttere az alaptudományban halmozódó ismeretek mindenkori rendszere. Az iskolaalapító mester, Eric Berne születésének 100. évfordulójának alkalmából rátekintve a múlt század közepén, az 1950-es évek második felében született iskola eredményeire, fejlődésének útjára, az elakadások kezelésének módszereire, azt kérdeztük (Járó K.–Antal S. 2011): milyen eséllyel tud helytállni az iskola a legújabb kor kihívásainak folyamataiban? Melyek a TA történetének azok a máig érvényes tanulságai, kibontható potenciáljai, amelyek bizakodóvá tehetik az iskola mai híveit és pártolóit?

Jól ismert, hogy a pszichológia mint tudomány és mint gyakorlat, különböző egymást váltó, egymással versengő iskolák formájában jött létre s létezik máig. Iskoláké, melyek egyrészt más *jelenségeket* magyaráznak (élmény, viselkedés, kultúra), továbbá eltérő *magyarázati modellekkel* élnek (visszavezetés biológiai vagy társadalmi alapjelenségekre, meghatározókra). Végül sajátos *megismerési utakat, módszereket* munkáltak ki (kísérlet, teszt, asszociáció a díványon, introspekció stb.). Az iskolák formájában kialakult és megizmosodott pszichológia történetében párhuzamosan mindig jelen volt a lehetséges egységülés, integrálódás vágya. Kezdetben a domináns iskola státusáért folyt a verseny, majd egy nagy integratív tudomány létrehozásának illúziója merült fel, később a különböző találkozási utak és módok keresése vált meghatározóvá. Eric Berne, amikor pszichiáterként életre hívta a tranzakcióanalitikus irányzatot, amely magába épít egy személyiségfelfogást, kommunikációs és fejlődéseméletet, valamint a gyakorlati alkalmazáshoz elveket és módszereket kínál, az a szándék vezérelte, hogy a korszerű pszichológiai ismeretek integrált rendszerét a laikus közönség számára is érthető módon közvetítse (Berne, E. 1957, 1968).

Az integráció jelenkori esélyeiről és a közeljövőben valószínűsíthető történésekről tájékozódva az elmélet és gyógyító gyakorlat két neves szaktekintélyéhez fordultunk, és azt láttuk, hogy Pléh Csaba pszichológiatörténeti, valamint Buda Béla a pszichoterápiában kibontakozó tendenciák felőli megközelítései igen hasonló következtetésekre jutottak.

A tudományban Pléh szerint a „*sokrétűség-felfogás*” tör előre, az elméleti-módszertani változatosság az elmúlt évek során tudományelméleti szempontból a valóság megismerését szolgáló erőnyé vált. Ez a tudományosság kritériumaként korábban egyedül érvényes, a természettudományokban fogant pozitivistá, hipotetikus deduktív utat követő, a fejlődő

dést lineáris kumulatív felhalmozódásként tételező modell kizárólagosságának meghaladását jelenti. Ez a nyitást és befogadást képviselő tendencia egyúttal leváltja az irányzatok versengését is. A lélektani jelenségek – élmények, viselkedés, kultúra – csokorszerűen maguk köré csoportosítják a módszereket, hozzáállásokat és előfeltevéseket. Ezáltal megszűnik a győztes paradigma és győztes módszer kérdése (Pléh Cs. 2008, 13–24.).

A klinikai területen Buda szerint fokozottan értékévé válik a „*pszichoterápiás többnyelvűség*”, a módszerkombináció, az eklekticizmus az egyaránt érdekes önálló felvetéseket és módszereket eredményező iskolák között. A kliensek igényei – növekedés, viselkedésváltoztatás, önszervezés, identitásfejlődés, változásszükséglet, világkép-rekonstrukció, az élet értelmének újrafelfedezése stb. – mentén szerveződik az irányzatok együttműködése. A gyakorlatban ez a többféle képzettségű szakemberek *teammunkájaként* realizálódik. Szerinte az érvényesség igazolása, és különösképpen a széles körű gyakorlati alkalmazás – azaz a kötetünkben tárgyalt szervezetfejlesztés és tanácsadás – miatt célszerű a terápia területén az iskolák által használt műveleti modellek kiemelése. Buda szerint ebben a formában válik lehetővé, hogy ezek érvényessé váljanak a pszichoterápián túl mindenütt, ahol kommunikáció folyik, s beépülve a többszintű szakmai képzésekbe, növelhetik az adott tevékenységek hatékonyságát (Buda B. 2011, 278–285.).

Mint látható, a fenti elgondolásokban közös elem, hogy nem elsődlegesen az elméleti előfeltevések helyességéről szóló viták rendezésében, hanem a *konkrét jelenségek, problémák együttes megoldásában* adódhat össze a sokféle felhalmozott módszertani tapasztalat és tudás anélkül, hogy a művelők közösségeinek identitását adó jellemzőket – a kontextust, melyben az egyes eredeti közelítésmódok megszülettek – fel kellene áldozni. Napjaink kihívása minden pszichológiai iskola irányába, így a kötetünk szemléletét és nyelvezetét adó TA számára is az, hogy a maga eszközeivel eredményesen vegyen részt a tudományban és a társadalomban felmerülő különböző problémák közös megoldásában.

Válaszképpen a felvetett kérdésre, elemzésünk során három fontos stratégiát sikerült azonosítanunk, az iskola három jellemzőjét, mint az „életképesség”-ét igazoló, a múltban már gyakorolt és a jelenben is érvényes erőforrásokat.

1. Folyamatos szellemi építkezés, melyet rendszeres történeti önreflexió követ nyomon.
2. A TA nemzetközi elterjedése, mely fogékonnyá tette a társadalmi-történelmi trendek és különböző kultúrák iránt.
3. A megújulás és kríziskezelés képessége, amely az állandó változás, differenciálódás közepette rendre megőrzi az alapértékeket, és erősíti a szakmai közösség identitását.

Áttekintve a befutott pályát, a felvetett mércék tükrében láthattuk, hogy a TA kifejezetten sokat tesz a *pszichoterápiás többnyelvűség* érdekében, amikor rendre átvilágít más iskolákban születő elgondolásokat, és alkalmazási területein az ott felmerülő igények szerint újrafogalmazza a klasszikus modelljeit. Felmutatott eredményeket a *jelenségek sokrétűségének* kezelése terén is, és számos példáját adta a gyakorlatban a más iskolák képviselőivel való együttműködésnek.

A problémákkal való nyílt szembenézés mindig segítette az iskolának túllépnie a fejlődésében időnként előforduló elakadásokon. Figyelemre méltó nyíltsággal vetette fel napjainkban Günther Mohr (2011) *Individuális és szervezeti TA a 21. században* című könyvében a TA önképe és imázsa közötti feszültség problémáját. Úgy látja, hogy a TA-t a

pszichológusok máig nem ismerik jól, az a híre, hogy divatjamúlt, felületes, könnyű. Ezzel szemben Mohr szerint mindazok, akik mégis vállalkoznak az alaposabb ismerkedésre, egészen másképp érzékelik a helyzetet, és mélyen integrálódnak az iskolába. Ebből arra következtet, hogy a képzések támogató kultúrája fontosabb, hatásosabb érték, mint a modellek vagy a kánon önmagukban véve. A *TA kultúráját* véli az iskola esszenciájának. Egy professzionális perspektívából egy világos és vonzó *TA-védjegy*, *brand* kialakítását sürgeti. Az új brand szerinte abból a módból alakítható ki, ahogyan a TA-képzők Berne óta világos alapelvek mentén megteremtik képzéseik légkörét, ahogy közvetítik a szabadság és az öntevékeny aktivitás varázsát, felszabadítják a lappangó kreatív energiákat. Egy modern TA-brandnek szerves eleme a számos TA-s személyiség által megteremtett pluralizmus és demokrácia, azaz nincsenek kizárólagos tekintélyek, se kiemelkedő centrumok. A bekapcsolódók arra kapnak inspirációt, hogy egy kreatív kultúra építésének váljanak aktív résztvevőivé. Emellett a márkának, a brandnek részét képezi a diagnózis és az intervenciók során alkalmazott tranzakciók professzionális használata, a humanisztikus megközelítés, a gyakorlatias modellek, a kísérletező kedv, a rendszerszemlélet, valamint az integrálóképesség is.

### Emberien az emberről

Felmerül a kérdés: vajon mi állhat az iskola szinte határtalannak tűnő asszimilációs képessége és széles körű kulturális befogadhatósága háttérében? Buda Béla szerint Berne nem annyira gondolkodóként, hanem a pszichológiai praxis „nyelvújítójaként” volt eredeti, paradigmatis alkoto (1997). Vann Joines és Ian Stewart, a nemzetközi hírű TA-tan-könyv, az *A TA – ma* szerzői az ITAA 2010-ben Montrealban, Berne szülővárosában rendezett megemlékező világkonferencián „TA tomorrow” (‘A TA – holnap’) címen tartott előadásukban (2010) a hagyaték maradandó elemei között szintén előkelő helyet biztosítanak annak, hogy a TA komplex jelenségekről a hétköznapi szókincs alkalmazásával egyszerűen tud szólni.

A magunk részéről arra gondolunk, hogy a mester által bevezetett szemlélet és fogalmak – a Szülői, Felnőtt és Gyermeki énállapotok mint személyiség-alkotóelemek – *uni-verzialisában* lelhetjük meg a magyarázatát annak, hogyan lehetnek képesek a TA-modellek a legkülönbözőbb emberi és társadalmi problémák elemzésére szinte kulturális határok nélkül, és miképpen talál elméleti és gyakorlati átjárást igen eltérő pszichológiai ismeretrendszerekhez, melyeket képes magába építeni. Az az egyszerű gondolat, mely szerint az emberi személyiség múltbeli szülői és gyermeki tartalmakból épül fel, és jelen idejű, a jövőre kiterjedő autonóm döntésekben mutatja meg magát mint felnőtt, egy *alapvető antropológiai adottságot* ragad meg. Ezt járja körül különböző aspektusokból és szinteken a pszichológia valamennyi iskolája. A jelenség örök, nem évíülhet el, noha igen sokféleképpen lehet róla beszélni, egyszerűbben vagy komplikáltabban, érthetőbben vagy homályosabban. Megközelíthető a viselkedés vagy az élmények szemszögéből, a keletkezésre (genézisre) vagy a szociális hatásokra figyelve, a tudatos és tudattalan mozzanatok mérlegelve stb. A közérthető kifejezések használata, ami a TA sajátja, nem jelentheti ugyanakkor a bonyolult folyamatok és összefüggések leegyszerűsítését, amely típusú visz-

szaélésért egykor a története során már nagy árat fizetett az iskola. Az emberi személyiség komplex működését sohasem könnyű megérteni, elsajátítása szakemberként vagy önismeretre, fejlődésre vágyó laikusként, esetleg gyógyulásra szorulva mindig emberpróbáló munka, s a TA érzékletes, emberközeli nyelvezete ebben törekszik közös érintkezési esz-közkhöz segíteni az embereket, és az antropológiai emberkép szintjén hidat építeni különböző megközelítések között.

Ez az univerzális emberkép és nyelv teszi realizálhatóvá a berne-i hagyatékunknak a szakmai-ság és a közérthetőség egységére vonatkozó fő üzenetét is. Ebből ered a TA-nak az élet számos területén a mindig új kihívásokra válaszoló eredményes alkalmazhatósága. Nemzedékről nemzedékre támadtak és feltehetően támadni is fognak hívei és továbbfejlesztői ennek az egyszerű univerzális antropológiának, s szerte a világban mindig feljönnek a feladathoz újabb és újabb szakemberek – ahogy ezt itthon a jelen kötet is mutatja –, akik képesek még hosszú távon éltetni a TA-sok közösségét. Bízunk benne: ahogy eddig, úgy ezután is a szakmai és civil érdeklődés életben tartja Eric Berne törekvéseit akkor is, ha a tudományos divatok mainstream irányzatai időről időre váltakozó figyelemre érdemesítik.

## A hazai TA-sok identitása

2010-ben fogalmazódott meg az igény a hazai TA-tagság, a HATA körében, hogy ideje lenne az ezredfordulós önvizsgálat nemzetközi modelljének<sup>2</sup> szellemében nekünk is megvizsgálni, hogyan állunk az alapításkor vállalt küldetés teljesítésével, mit értünk el, melyek az aktuális külső és belső nehézségek, mit tehetünk a további terjesztés, a képzések felfutása érdekében. Időszertüvé vált, hogy számot vessünk azzal, mit végeztünk az iskola meghonosítása terén, mennyire életképes szervezetet hoztunk létre, miként foglalta el a TA a helyét a pszichológia és pszichiátria művelésének hazai rendszerében. Hogyan valósítja meg a korszerűség olyan követelményeit, mint a többnyelvűség, a jelenségek réteges megközelítése, a fogalmak tudományos megalapozása, a kutatások szükségessége, az alkalmazások terjesztése, a társadalmi részvétel s így tovább? E kérdések megválaszolására szervezetünk ekkor egy beszélgetéssorozatot indított, melyen végül 8 elkötelezett TA-szakember vett részt, akik az egyesület úgymond kemény magját alkotják. A program megtervezését és levezénylését Antal Sándor tagtársunk vállalta.

A vonatkozó gyakorlat hat tételbe sűrítette a választ arra a kérdésre, miért fontos számunkra a TA:

1. **Közös nyelvünk a TA** – szakmai anyanyelv, amely áttekinthetővé és érthetővé teszi a szakmai tevékenységünk folyamatát, azt az önbizalmat erősítő élményt adja, hogy tudjuk, mit miért csinálunk. Olyan keretnyelv, amely által máshonnan származó eszközöket is bevonhatunk a munkába anélkül, hogy ellentmondásba keverednének egymással. Személyes élményünk, hogy egészen kivételes eszköze a kliensekkel való kapcsolat megteremtésének és fenntartásának, kis tanulás után közös nyelvet beszélünk velük.

<sup>2</sup> Az iskolában az ezredfordulón lezajlott kritikai önvizsgálatról részletesebben lehet olvasni a *Sors mint döntés* (Járó K.–Nábrády M. 2005, 12–50.), valamint *A játszmák világa* (Járó K. 2011, 280–297.) kötetekben.

2. **A képződés és a képzés közös élményei** értékes emberi kapcsolatok alapjává váltak. Egymás megismerésének különleges élménye a közös tréning – társaink megfigyelése váltakozva hol kliens, hol szakértő szerepben kivételes közelség érzését keltette.
3. **A TA szellemisége és művelése sokat ad a szakmai és személyes fejlődésünkhöz.** A TA a maga nemzetközileg elismert képzési és vizsgarendszerével komoly karrierkínálat négy alkalmazási területen. Kiképzett TA-ssá válni és arra pályát építeni az egyik – igen komoly befektetéseket igénylő – út. Egy másik, civilebb verzió azok útja, akik közvetlenül az alapokra, annak felhasználására építenek egyfajta praxist: előadnak, tanítanak, üzleti képzésekbe szervezik a tudásukat, publikálnak. Az azonban valamenynyünk számára közös mozzanat, hogy a képzésünk során olyan tréningben részesülhettünk, ahol önismeretben és fontos személyes döntésekben léphettünk előre. Megtapasztaltuk, hogy a TA-t nem lehet eredményesen művelni anélkül, hogy a személyes identitás részévé ne váljék.
4. **Képességünk az együttműködésre konkrét feladatokban** – nagyon sok örömet jelentett minden résztvevőnek, amikor egyesületi színekben sikeresen együtt szerepeltünk különböző szakmai rendezvényeken, amikor mi szerveztünk ilyen találkozót, s nem utolsósorban, hogy immár három önálló – saját praxisra alapozott – tanulmánykötettel tudtunk előrukkolni 15 szerző összefogásával (JN 2001, SD 2005, JV 2011). S még annyit, hogy átélhettük, miként szabadította fel a TA a korábbi gátak alól az addig lappangó közlési igényeket és erre szánt gondolatokat.
5. **Szellemi nyitottság, befogadókészség** – megtapasztaltuk, hogy a TA integrálóképessége szinte határtalan, nem ütközik más irányzatokkal, nyelvezete képes ráhangolódni más tanítások üzeneteire. A hazai TA-sok tevékenységére a soknyelvűség valamennyi alkalmazott területen – s nem csak a pszichoterápiában – a kezdetektől jellemző, munkáinkban módszertani elemként fellelhetők a pszichoanalízis, a relaxáció és imagináció, az NLP, az asszertivitás-elméletek, a mozgásterápia, valamint a tanácsadás és nevelés terén a Gordon-módszer, a szociometria, különböző érzelmeleméletek, az alternatív jogorvoslás terén a mediáció, a szervezetfejlesztésben számos más elmélet mellett a csoportdinamika és a rendszerszemlélet elemei.
6. **A TA nemzetközi közössége** biztonságot ad, kezdetben a képzők szakmai szüleinek lettek, az ITAA és EATA egy nagy család érzetét keltette. Különösen kézzelfogható élménnyé vált ez 1996-ban, amikor a nemzetközi konferenciát az EATA Budapesten rendezte, valamint a nemzetközi képzések alkalmával. Idővel vizsgázott kollégáink révén átélhettük az emancipálódást, amikor már ők is egyre gyakrabban részt vettek a nemzetközi erőfeszítésekben, a TA-közösség működésében műhelyek tartásával, vizsgáztatással, publikálással a *Transactional Analysis Journal* (TAJ) hasábjain.

A fentiekben a jelen kötet alkotóinak virtuális közösségét összetartó eszmékről vallottunk, kötetünkkel ebbe a szellemi körbe hívjuk Olvasóinkat és a látásmódjuk bővítésére törekvő kollégáinkat.

## A boldogsághoz vezető útról különböző társadalomtudományok nézőpontjából

Végtelen átmenet, komplexitás, új eszközök áradata, megrendült identitás – ezernyi ok a bizonytalanságra, a szorongásra és egyre erősebb késztetés megkapaszkodni valamiben, ami átélhetővé teszi számunkra a boldogságot, megfoghatóvá teszi, valójában miben rejlik létezésünk értelme. A növekvő szükséglet napjainkra hatalmas piacot teremtett a boldogságot ígérő anyagi és szellemi termékek számára. Az emberiség örök kérdésének korszerű megválaszolására kísérletet tesznek a vallások, az új tudatosság energiáinak éráját hirdető ezoterikus jövőtanok mellett a közgazdaság-tudomány, a szociológia, és természetesen az orvostudomány, a magatartás-kutatás is. Az ún. *Positív pszichológia* formájában az ezredforduló éveiben a pszichológia is előállt egy boldogságot, jólétet és jóllétet ígérő optimista tanítással, valamint egészségpszichológiaként egy új ágazattal, amelyek a lelki zavarokkal foglalkozó korábbi irányzatok helyett az egészséges lelki kibontakozáshoz kínálnak új paradigmát, és rohamosan terjednek az akadémiai tudományosság és a gyakorlat frontján egyaránt.

Hankiss Elemér szociológus az egyik szószólója annak a gondolatnak, mely szerint a gazdasági válságot önmagában gazdasági eszközökkel nem lehet megoldani. Az alapjaiban eltorzult pénzügyi-gazdasági rendszert csak egy alapjaiban *új társadalmi modell* megteremtésével lehetne helyrebillenteni (Hankiss E. 1997). Ha az emberek nem hisznek abban, hogy amit csinálnak, az fontos, az építi a saját életüket és az ország jelenét, jövőjét, akkor az egész gépezet akadozik, és nehezen indulhat meg a gazdasági fejlődés is. Azt hirdeti: a *boldogság gazdaságtana* mutathatja meg, mit értsünk valódi értékteremtés alatt. Daniel Kahneman a döntéshozataalt kutató pszichológusként kapta meg a közgazdasági Nobel-díjat 2002-ben, és őt tekintik a pszichológiai szempontú közgazdaságtani megközelítés atyjának. Idővel került érdeklődésének fókuszába a szubjektív jóllét, a boldogságélmény pszichológiája, annak tanulmányozása, hogy „mi teszi az élettapasztalatokat kellemessé és kellemetlenné”. Azon körülmények egész sorát kutatta, melyek a kellemes és fájdalmas érzések, a kíváncsiság, az unalom, az élvezet, a szomorúság, az elégedettség és az elégedetlenség élményeit előidézik. Később munkatársaival leírta a *fókuszálási illúzió* jelenségét, mely azon hibákat magyarázza, amelyeket az emberek különböző forgatókönyvek jövőbeli boldogságukra való hatásának becslése során elkövetnek. Ez a kutatási irány szorosan kapcsolódik az egyre népszerűbbé váló pozitív pszichológiai irányzathoz.

A válságot Hankiss szerint a politikusok szűken értelmezik, elsősorban gazdasági válságról beszélnek, miközben már 50-60 éve kiderült, hogy a gazdaság része egy sokkal nagyobb és bonyolultabb rendszernek, a társadalomnak. A kapitalizmus előtti korokban a gazdaságot úgy tekintették, mint a társadalom részét, a kapitalizmus azonban kiszakította a társadalmi keretből, önálló rendszerként működtette, nem törődve a társadalmi hatásokkal és következményekkel. Ez a fejlődést ugyan felgyorsította, ugyanakkor a régi kereteket lerombolta, ami részben szükségszerű volt. Amíg azonban a társadalom nem tudja újra keretek közé szorítani, kontrollálni a gazdaságot, addig a rombolás lehetősége túlzottan nagy. A kapitalizmus útelágazáshoz érkezett, az egyik út valójában a mai út makacs folytatása, s ez valószínűleg zsákutca. Attól várni az emberek boldogságát, ha majd ol-

csóbban, többet termelve tudják eltölteni életük nagyobbik hányadát valamilyen munkahelyen – ma már nemcsak nem elégséges, hanem egy téves feltevés.

„A modern fogyasztói kultúrában az ember a fogyasztás növelésével elérhető boldogság illúziójának bűvöletében él, amely azt sugallja, mintha a jobb életminőséget a fogyasztás útján lehetne megszerezni. Ugyanakkor a szorongásos depressziós tünetek terjedése jelzi, hogy az adaptációs zavarok mindennapossá váltak, s a fogyasztás hajszolása erre semmiképpen sem jelent valódi megoldást” – ezek már Kopp Mária magatartás-kutató orvos-pszichológus megállapításai, aki munkacsoportjával 1983-tól szisztematikusan vizsgálta a magyar életminőség lényeges jellemzőit: szubjektív egészségélmény, boldogság, elégedettség, bizalom más emberek, a társadalom iránt, a közvetlen társas támogatás elérhetősége, depresszív tünetek (Kopp M.–Martos T. 2011). A kihívásra, amit a negatív tünetek növekedése jelent – olyan időszakokban is, amikor a GDP növekszik –, minden országnak újszerű válaszokat kell adnia. A jelenlegi válság idején – a szerzők szerint – a társadalmi tőke megerősítése ellensúlyozhatná a pénztökébe vetett hit megingását. A mérések szerint a magyar társadalomban a társadalmi tőke alapjai, a bizalom, a kölcsönösség, az összetartó civil szervezetek gyengék, holott az igény ezek iránt igen erős. A megoldást az jelentené – s ebben a pozitív pszichológiára hivatkoznak –, ha a népegészségügy szintjén romboló, ún. tanult tehetetlenség helyére a tanult leleményesség, sikeresség, erőforrás-gazdagság, a tanult optimizmus léphetne. Ezek elsajátítása a gyermekkorban történik a bizalom és az együttműködés élményeinek megtapasztalása során. A pozitív életminőség alapját, kulcsát jelentő megbirkózás forrásai ezek, és egyben a legfontosabb egészségvédő tényezők is.

Más nézőpontból tekint a mai magyar társadalomra Ferge Zsuzsa szociológus, az egyenlőtlen esélyek, a szegénység kutatója. A mérések kritériumai nála a jövedelmi, vagyoni viszonyok, a fizikai és társadalmi életesélyek, foglalkoztatás, lakás, iskolázás. Azt elemzte, hogy az európai egyenlőtlenségek rangsorában miért annyira hátrányos hazánk helyzete, s miért mutat „a társadalomalatti osztály”, továbbá a lecsúszásban veszélyeztetettek aránya, az iskolai szegregáció mértéke, a társadalmi különbségek, távolság növekvő tendenciát, még fejlődés hátterén is. Arra megállapításra jutott, hogy a jelenségnek nemcsak globális, nemzetközileg széles körben ható, hanem sajátos hazai okai is vannak, melyek között a problémát kezelhetetlenné tevő megosztó nacionalizmust, az önkormányzati működés visszasságait, különböző ideológiák torzulását említi. A helyzet javításával foglalkozók az okokat és javítási eszközöket egyaránt a gazdasághoz kapcsolják (foglalkoztatás növelése, adók csökkentése stb.). Rossz helyzetünknek komplex – gazdasági, társadalmi, pszichológiai – okai vannak. Így ő is arra a konklúzióra jut: a változtatás eszközei is csak összetettek lehetnek. (Ferge Zs. 2008).

Csikszentmihályi Mihály a pozitív pszichológia egyik teoretikusa (2011) az irányzat perspektíváiról úgy fogalmaz, a közeljövőben fog eldőlni, hogy kínálata mindössze hóbortos ötlet, vagy éles fordulat, új paradigma az ember tanulmányozásában. A rehabilitált fogalmak, mint a boldogság, a transzcendencia, erkölcsi bátorság és a többi, új fejezetet nyitnak-e a humán tudományok szótárában. Úgy véli, az iskola berobbanó sikere nem az elméleten múlik. Sikerének igazi titka az általa kihangosított örök kérdés: „Miért érdemes élni, milyen életet éljünk?” Arra következtethetünk, hogy a pszichológiai iskolák között folyó nemes versengésben egy új kritérium született. A Buda és Pléh által megfogal-



mazott ismérv – a hozzáértő helytállás a társadalom fejlődése által felkínált új problémák gyakorlati kezelése terén – mellé felzárkózott az a kérdés: milyen utakat kínálnak az egyes iskolák az értelmes és boldogító élet eléréséhez?

Mind a különböző segítő szakmák, mind pedig különböző pszichológiai iskolák számára – így a TA számára is – valóban megtermékenyítő kihívások ezek. Az egészségesek életminőségének, hatékony működésének, a fejlődésnek a fókuszba állítása ugyanakkor az iskolává érő pozitív pszichológiának az ezredfordulóra tehető berobbanása előtt már szlogenje volt az önállósodás útjára lépett – a könyvünk tárgyát is képező – gyakorlati pszichológiai törekvéseknek, a testi-lelki egészség megőrzésének, a betegségek megelőzésének területén, a különböző mentálhigiénés mozgalmakban éppen úgy, mint a szervezetfejlesztésben. Ezt igyekeztünk kötetünk történeti kitekintő részeiben bemutatni. Közismert, hogy a szakmaiság és a közönség felé való nyitás, a közérthetőség kettős követelménye a berne-i hagyomány egyik legfontosabb üzenete.

A TA bizonyos értelemben akár a pozitív pszichológia előfutárának is tekinthető más humanisztikus megközelítések között, ahogy ezt Bagdy Emőke kifejtette „Egészség-boldogságpszichológia és a TA” című nyitó előadásában, 2011-ben, a Berne-re születésének 100. évfordulóján emlékező és a hazai TA-egyesület 20. születésnapját ünneplő „Változó világban okénak maradni” konferencián. Köztudott, hogy a TA jelentős lépést jelent az emberi autonómia értelmezésében, s olyan eszközök kínálatában, melyek a fejlődési cél elérését elősegíthetik, felszínre hozzák az érett emberi kapcsolatokban.

Könyvesboltok polcain éppúgy, mint az interneten se szeri, se száma a boldogság titkait fürkésző, az érdeklődők boldogságvágyát és a problémákkal való önálló megbirkózás igényét megszólító irodalomnak. Azt gondoljuk, mi hazai TA-sok a magunk módján – követve az iskola hagyományait és új fejleményeit – továbbra is érvényesen tudunk részt venni az életnek értelmet adó valódi értékeket teremtő közös munkában. Mindenekelőtt egy olyan életminőség kialakításához tudunk hozzájárulni, amely a résztvevők pszichológiai érettségének, felkészültségének, autonómiájának előhívása és megerősítése folytán az élet különböző területein – a családokban, a munkahelyeken, a közéletben stb. – az emberi kapcsolatokat mérgező játszmák kiküszöbölését eredményezheti. Ehhez forrásunk:

- az iskola nem évülő humanista, minden embert – ügyfelet és szakértőt egyaránt – okénak, lelkiileg egészségesnek, gondolkodásra és változásra képesnek tartó, az autonómiája kibontakoztatását előrevivő *emberképe*,
- valamint változatos személyes lehetőségeket, perspektívákat nyitogató, erőforrásokat, a külső és belső akadályokkal való megküzdés stratégiáit felszabadító, elfogadó és *engedélyekben gazdag* hozzáállása,
- a személyiséget, az önbizalmat és a méltóságot több szinten *megerősítő (sztrókoló) beavatkozásai*,
- az emberi méltóság tiszteletére alapozva a kölcsönös igényekre tekintettel kialakított *felelős szerződés*ek módszere, amely szavatolni képes ügyfeleink biztonságát.

Ebből ad hitünk szerint izelítőt a *Játszmák nélkül* sorozat jelen kötete is. Bízunk benne, hogy minden olvasó – legyen laikus civil vagy szakmabeli – talál ebben a kötetben olyan megközelítéseket, amelyek arra serkentik, hogy mélyebben elgondolkodjon azon, hogyan is hozhatók egyre bonyolódó világunkban sikerhez vezető döntések. „Ebben az új kor-

szakban azok az országok vannak előnyben – szól Hankiss Elemér víziója –, *ahol szabad, felelősségteljes, öntudatos, toleráns, a problémák megoldásán dolgozó polgárok élnek.*”

Ez a könyv sokak odaadó, áldozatos munkájának eredménye. Mindenekelőtt köszönet illeti a szerzőket, akik korábbi és most született dolgozataikat ellenszolgáltatás nélkül ajánlották fel a sorozat javára. Azt, hogy munkáik újraközlésével méltó emléket állíthattunk az elmúlt évek során elvesztett, nagyra becsült kollégáinknak, nagyon köszönjük jogutódaiknak, akik ezt hasonló feltételek mellett lehetővé tették. A könyvszakma valamennyi közreműködője kiváló munkájával járult hozzá ahhoz, hogy Ön, kedves Olvasónk, egy igazán esztétikus és gondosan kivitelezett könyv lapjain ismerkedhessen a szerzők tolmácsolásában a TA fontos üzeneteivel.

Kötetünk már a nyomdába készült, amikor július 7-én elért hozzánk szakmai lektorunk, Buda Béla hirtelen bekövetkezett halálának szomorú híre. Minden korábbi könyvünk esetében szintén ő végezte ezt a feladatot kivételes érzékenységgel és hozzáértéssel, a legjobb időpontban érkező finom, konstruktív észrevételei rendre a munkák minőségének javára váltak. Kiváló szakmai lektor és valami sokkal több ennél. Jó ügynek gondolta, és szerteágazó, nagy jelentőségű tevékenységei közepett is felkarolta a TA hazai terjesztését, melynek lelkes és lelkesítő mentorává vált. Személyében a magyar TA-közösség egyedüli atyai szakmai támogatóját, a művelt olvasóközönség pedig a pszichológiai horizontjának állandó kiszélesítésén fáradozó tudóst veszített el. Kivételes szakmai tudása, tájékozottsága mellett egyedülálló volt a mód, az emberség, az empátia, ahogy önzetlenül, nagyvonalúan, hátsó gondolatok nélkül állt – minden tekintélyét latba vetve – számára fontos ügyek és emberek mellé. Ide kívánczok, hogy ennek érzékeltetéséhez szó szerint idézzük az Ön által kézben tartott munkánkról a július 3-án tőle a kötet szerkesztőjéhez érkezett – azóta „elbocsátó, szép üzenet”-t é nemesült – alábbi pár sorát:

*„... Megértem, mennyi sok munka lehetett ez a kézirat. Végül is az említett nehézségek nem látszanak rajta, nagyon jó lett. [...] Mindent elkövetek majd, hogy a könyvet minél több szakembernek ajánljam. Kézcsókkal és üdvözléssel: Béla”*

Nagy fájdalom, hogy már nem tehet eleget ennek az ígéretnek. Elmondhatatlanul sokat köszönhattünk neki, nehéz lesz a sorozat további munkálataival kapcsolatos vállalásunkat nélküle folytatni, nagyon fog hiányozni a közreműködése. Emlékét, nagyrabecsülésünket iránta szívünkben és kötetünk lapjain őrizzük.

Megerősítve Buda Béla szakmai lektor, a kiváló tudós és nagyszerű ember immár égi ajánlásával kívánok kellemes és elmélyült olvasást minden Kedves Olvasónknak a magam és valamennyi szerző nevében!

*Járó Katalin szerkesztő*

Budapest, 2013. augusztus