

## PSZICHOLÓGIAI ISKOLÁK NAPJAINKBAN – A TRANZAKCIÓANALÍZIS (TA) KÉPESSÉGE A MEGÚJULÁSRA

JÁRÓ KATALIN<sup>1,2</sup> – ANTAL SÁNDOR<sup>3</sup>

<sup>1</sup> MTA Pszichológiai Intézete

<sup>2</sup> ELTE Radnóti Miklós Gyakorlóiskola és Gimnázium

<sup>3</sup> Antares Csoport Kft.

E-mail: jaro@mtapi.hu; antal.sandor@antarescsoport.hu

Beérkezett: 2013. március 19. – Elfogadva: 2014. június 21.

*A tanulmány a tranzakcióanalízis szemszögéből abba a tágabb kérdéskörbe világít be, milyen az esélye a gyakorlatban születő elméleteknek és módszereknek arra, hogy a korszerű pszichológiai tudomány továbbra is önálló irányzatként számoljon velük. Az iskola olyan szellemi és szakmai tartalékai vannak a fókuszban, amelyek biztosítják számára, hogy rendre megküzdjön az új idők társadalmi és professzionális kihívásaival és megőrizve sajátosságait, képes legyen megújulni. Kitétetten foglalkozunk a krízis- és problémakezelési technikák feltérképezésével, az új kihívások fogadási stratégiáinak bemutatásával egyrészt az iskolában az ezredfordulón lezajlott krízis kreatív meghaladásának tapasztalatai, valamint az alapító, Eric Berne születésének 100. évfordulójához kapcsolódó számvetés alapján. A tanulmány számba veszi a szakmai közösség identitásépítésének, az optimista jövőképek kimunkálásának fontos szerepét. Végül bemutatja, hogy kiértelt megküzdési stratégiáinak birtokában a TA hogyan határozza meg jelenlegi feladatait, mit tesz, hogy erősítse elfogadottságát.*

Kulcsszavak: *a korszerűség ismérvei a pszichológiában, Eric Berne, tranzakcióanalízis*

### BEVEZETÉS

Jelen cikkünkben a TA mint önálló irányzat aktuális státuszára szeretnénk ráirányítani a figyelmet, olyan szellemi és szakmai tartalékaira, amelyek biztosítják számára, hogy rendre megküzdjön az új idők társadalmi és professzionális kihívá-

saival, és megőrizve sajátosságát, képes legyen megújulni. Egy iskola útjának bemutatása abba a tágabb kérdéskörbe világít be, milyen az esélye a gyakorlati tapasztalatok bázisán születő elméleteknek és módszereknek arra, hogy integrálódva helyet kapjanak a szakmai tudástár törzsismereteinek rendszerében, és így arra is, hogy a jövő generáció hivatalos felsőfokú képzése során megismerkedhessen ezen irányzatok tanításaival. A tudományos és a gyakorlati pszichológia, a kutatás szigora és a gyógyítás életszerűsége, a kauzális gondolkodás logikai fegyelme és a viselkedés intuitív értelmezése között feszülő ellentmondás feloldása egyes nézetek szerint lehetetlen, az illúziók birodalmába tartozik (PLÉH, 1992). Az utóbbi évtizedekben ugyanakkor olyan erőfeszítések sorát láthatjuk elsősorban a narratív megközelítések kereteiben, amelyek felfoghatók mint a két terület közötti hídépítés, mint a tudomány posztmodern fejlődésének megnyilvánulásai (SARDAR, 2003; JÁRÓ és NÁBRÁDY, 2005).

### A KORSZERŰSÉG ISMÉRVEI A PSZICHOLÓGIÁBAN

Az iskolák formájában kialakult és megizmosodott pszichológia történetében párhuzamosan mindig jelen volt a lehetséges egységesülés, integrálódás vágya. Az integráció jelenkori esélyeit és a közeljövőben valószínűsíthető történéseket vizsgálva 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 erénnyé vált. A lélektani jelenségek – élmények, viselkedés, kultúra – csokorszerűen maguk köré csoportosítják a módszereket, hozzáállásokat és előfeltevéseket. Ez által megszűnik a győztes paradigma és győztes módszer kérdése (PLÉH, 2008).

A klinikumban Buda szerint fokozottan értéké válik a „*pszichoterápiás többnyelvűség*”. A kliensek igényei mentén szerveződik az irányzatok együttműködése. A gyakorlatban ez a többféle képzettségű szakemberek *teammunkájaként* realizálódik. Szerinte a terápia területén az iskolák által használt műveleti modellek kiemelése a célszerű megoldás, ezen az absztrakciós szinten lesznek az egyes iskolák alkalmasak arra, hogy igazolják érvényességük hatókörét, és egyúttal továbbterjedjenek szélesebb körben is a pszichoterápián túl mindenütt, ahol kommunikáció folyik. Beépülve sokféle szakma képzéseibe növelhetik az adott tevékenységek hatékonyságát (BUDA, 2011).

Mint látható a fenti elgondolásokban közös elem, hogy nem elsődlegesen az elméleti előfeltevések helyességéről szóló viták révén, hanem a *konkrét jelenségek, problémák együttes megoldása során* adódhat össze a sokféle felhalmozott módszertani tapasztalat és tudás. Eközben megőrizhetők a művelőik közösségeinek identitását adó sajátosságok – a kontextus, melyben az egyes eredeti közelítésmódok megszülettek. „Ha voltak is ártalmi az iskolásdinak utólag nézve, mai távlatunkból azt kell mondani – írta az integráció lehetőségeit életművében visszatérően kutató Buda Béla –, hogy inkább *egészséges elmélet és módszerpluralizmus, optimális sokgócúság*

valósult meg a pszichoterápia fejlődésében. A legtöbb pszichoterápiás irányzat fontos összetevőnek mondható abban a különös „evolúcióban”, ami napjainkban is zajlik, és ami most már az integratív szemlélet keretében valamennyire egységesnek fogható fel” (BUDA, 1993, 2001, 183).

Napjaink kihívása minden pszichológiai iskola irányába, így a cikkünk tárgyát képező TA számára is az, hogy a maga eszközeivel eredményesen vegyen részt a tudományban és a társadalomban felmerülő különböző problémák közös megoldásában. Bennünket – a TA hazai képviselőit – természetesen az érdekli, hogyan tud helytállni az iskola, az általa képviselt szemléletmód és eszköztár a legújabb kor kihívásainak folyamataiban. Azt vizsgáltuk, melyek a TA történetének azok a máig érvényes tanulságai, kibontható potenciáljai, amelyek bizakodóvá tehetik az iskola mai híveit és pártolóit.

### A TA KIBONTAKOZÁSA: TRENDEK ÉS ERŐFORRÁSOK

A tranzakcióanalízis – idézzük fel röviden – az 1950-es évek derekán az USA-ban Eric Berne és munkatársai által kimunkált pszichológiai irányzat, amely elméletként a változást segítő pszichoterápiás gyakorlatból a pszichoanalízis társas kiterjesztéseként jött létre (BERNE, 1958). A személyiség kialakulását, felépítését, valamint a viselkedés alkalmi és tartósabb zavarait, továbbá ezek megváltozását a szülői, felnőtt és gyermeki tartalmakat és működést leíró *énállapot-modell* alkalmazásával az emberek közötti érintkezés, az érzelem és információcsere, az ún. *tranzakciók* alapján elemzi és magyarázza. Főbb alkotóelemei: az énállapotok strukturális analízise, a tranzakciók és játszmák elemzése, amelyekben a feltárás a jelenbeli kommunikáció szintjén történik, valamint a szkriptek analízise, az ún. sorskönyv-elemzés, amely továbblép az élettörténet meghatározó mozzanatainak feltárása felé.

Rátéekintve a fél évszázadnál alig idősebb TA-iskola eredményeire, fejlődésének útjára, az elakadások kezelésének módszereire, az iskola három jellemzőjét azonosítottuk mint a megújulási képességét megjelenítő, a múltban már gyakorolt és a jelenben is érvényes erőforrásokat. Ezek:

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

A jelen cikk kitüntetetten az utóbbi mozzanat, a krízis és problémakezelés technikáinak feltérképezésére, az új kihívások fogadásának bemutatására törekszik. Ennek során egyrészt az iskolában az ezredfordulón lezajlott krízis meghaladásának tapasztalataira, valamint az iskolaalapító Eric Berne 100. születésnapja alkalmából elvégzett számvetésre építünk. Az első két tényezőre a teljesség kedvéért éppen

csak – mint előzményekre – összefoglaló jelleggel utalunk.<sup>1</sup> A tanulmány végül bemutatja, hogy kiérlelt megküzdési stratégiáinak birtokában a TA hogyan határozza meg jelenlegi feladatait, mit tesz, hogy erősítse elfogadottságát.

### *Az előzményekről*

A történeti áttekintés során az iskola szellemi növekedésének a belső folyamataira irányítva a figyelmet, azt láttuk, hogy

- Az építkezés egy nem lezárt és meglehetősen ellentmondásos hagyaték feldolgozásával indult. ERSKINE szerint (1998) Berne mindössze 15 év alatt létrehozott életművét a következő nemzedékek számára mint egy *továbbfejlesztésre felszólító kihívást* hagyta hátra, kidolgozta az elmélet legfontosabb fogalmait, megújította a pszichoterápiát, s általában a kultúrára is jelentős hatást tudott gyakorolni. A játszma, a sorskönyv, az énállapotok, a szerződés fogalmai helyet kaptak a pszichoterápia közös szótárában, munkái visszhangra találtak szakmai és népszerű közleményekben egyaránt, de számos ponton a mű *befejezetlen maradt*.
- A mester örökségének lényege: magas szintű szakmaiság az egyik oldalon, ami ugyanakkor összhangban maradt a másik oldalon a közérthetőséggel, melyet a metaforákban gazdag, a játékosságra, humorra is építő nyelvezet, továbbá a kliens avatottságát, felelősségvállalását támogató vizuális modellek által ért el. A *professzionális* és a *populáris* az alkotó életművében megteremtett *egysége* egy megőrzésre méltó érték. A feladat annak a „szegények orvosaként” komolyan vallott mélyen demokratikus üzenetnek a további kibontása, hogy a *pszichológia* nem egy szűk szakmai közösség privilégiuma, hanem egy az élet minőségét javító kultúra, amely *mindenkié* (BERNE, 1957, 1968).
- Az elméleti-módszertani gyarapodás, valamint ezzel szoros összefüggésben a belső differenciálódás, azaz egyre újabb önálló irányok önmeghatározása Berne halála óta folyamatos. A *klasszikus iskola* mellett az alkalmazott módszerek mentén először a Schiff-féle *újrászülősítési* (SCHIFF, 1969) és a Goulding házaspár által létrehozott *újrადöntési* iskola (GOULDING és GOULDING, 1979) határozta meg magát önállóként. Ezt a fejleményt 1977-ben rögzítette Barnes összegező munkája. Később a gyökerekhez való viszony tisztázása a *pszichodinamikai irányzatot* erősítette meg (MOISO és NOVELLINO, 2000). A más iskolák felé való aktív nyitás egy *integratív* közösség önállósodását eredményezte (ERSKINE, 1997). A differenciálódás minden, általában a társadalomtudományokat vagy szűkebben a pszichológiát mozgásba hozó új szellemi, illetve módszerbeli kezdeményezés mentén több irányban az első iskolák önállósodását követően is folytatódik (NAPPER, 2010). JÁRÓ és NÁBRÁDY (2005)

<sup>1</sup> Összegezésünkben a TA hazai képviselői által készített tanulmánygyűjtemények a *Sors mint döntés* (JÁRÓ, 2005), s újabban *Játszmák nélkül* sorozat kötetei *A játszma világa* (JÁRÓ, 2011), valamint a *Felelősség és siker* (JÁRÓ, 2013a, 2013b) történeti fejezeteire építettünk. Egyes témák esetén konkrétan is jelezzük, hol tud e művekben az olvasó magyarul elmélyültebben tájékozódni.

„Kiútkeresés – a pszichoanalízistől a konstruktívizmusig és tovább”, valamint JUHÁSZ és JÁRÓ (2005) „A TA iskolái napjainkban: analitikus, tárgykapcsolati, integratív, kokreatív és klasszikus irányok c. fejezetrészei a folyamatot részleteiben mutatják be. ANTAL (2013) összegező munkájának „Új megközelítések a szervezeti TA-ban” című részében arról tájékoztat, hogy önálló iskolák képződése ma már nemcsak a klinikai területen jellemző, hanem a szervezetfejlesztés és a tanácsadás is kitermelt különböző megközelítéseket: fejlődésorientált, kapcsolatorientált, rendszerszemléletű, integratív stb.

- A TA permanensen rezonál szinte minden, a pszichológiában megjelenő szakmai fejleményre, a TA-modellek szemüvegén át tanulmányozza, kipróbálja, majd magába építi azokat. Mindezt nem egy felszínes eklekticizmus, hanem a gyógyító és fejlesztő praxis igényes optimalizálása jegyében, konkrét feladatok megoldása kapcsán teszi. Azaz teszik azok a képviselői, akik más irányzatokban is képződve a módszerek kombinálására vállalkoznak rendre úgy, hogy elméleti keretként a TA-t tartják meg. Erre jó példa volt korábban a Gestalt-pszichológiával való együttműködés, újabban az, ahogya a TA a pozitív pszichológia által indított szemléleti kihívásra (CSÍKSZENTMIHÁLYI, 2011) reagált egy pozitív fordulattal (CORNELL, 1988; BARROW, 2007; NAPPER, 2009).<sup>2</sup> E pozitív fordulat során ismét felerősödtek az iskolában időszakosan háttérbe került eredeti radikális értékek, újragondolták az autonómia fogalmát, új irányzat és intézmény született a klasszikus modellek egészségközpontú újrafogalmazására (ANTAL, 2013). A két iskola képviselői krízishelyzetben hatékonyan tudtak együtt munkálkodni a többnyelvűség jegyében (ALLEN, 2006), annak ellenére, hogy az élettörténet meghatározó szerepéről eltérő nézeteket vallanak. A TA önmagára joggal úgy tekint, mint a boldogsághoz vezető utak egyik érvényes kínálatára.<sup>3</sup>
- Mindvégig jellemezte az iskolát – elsősorban az európai iskolázottságú szerzők munkái révén – egy önreflexív öndefiníciós igény. Törekvés arra, hogy elemezzék, a TA módszerei mennyiben rokoníthatók más terápiás iskolákkal. Milyen dinamikus, kognitív, érzelmi korrekcióra irányuló, gestalt, humanisztikus, narratív és egyéb jegyek fedezhetők fel bennük, s mennyiben tekinthetők azok kombinációinak? Miben áll a sajátosságuk? Mennyiben és miként lehet alkalmas az iskola arra, hogy hatékony szerepet vállaljon a pszichoterápiák különböző szintű integrációjának megvalósításában (CLARKSON, 1993; SCHLEGEL, 1998; CHRISTOPH-LEMKE, 1999)?<sup>4</sup> Amennyire mi tudjuk, a TA-nak az elméleti integrációra irányuló kezdeményezései többnyire egyoldalúak maradtak, más irányzatok nemigen reflektáltak ezekre.

<sup>2</sup> A TA és a pozitív pszichológia közötti kapcsolat kérdésével foglalkozik JÁRÓ és NÁBRÁDY (2005); JÁRÓ (2011; 2013), valamint VÁRY Annamária (2013).

<sup>3</sup> Utal a pozitív pszichológia és a TA közötti potenciális rokonságra a jóllét tudatosításának modelljei kapcsán OLÁH Attila és KAPITÁNY-FÖVÉNY Máté tanulmánya is (2012). BAGDY Emőke (2011) Egészségboldogságpszichológia és a TA címen tartott előadást a HATA konferenciáján azt elemezve, milyen TA-fogalmak alapozták meg az új – egészségközpontú – pszichológiai területek kialakulását.

<sup>4</sup> Lásd e törekvésekről JUHÁSZ és JÁRÓ (2005); JÁRÓ, (2011).

A pszichológiai iskolák integrációjának lehetőségeit évtizedeken át mélyen elemző BUDA Béla (2008) ugyanakkor meglátta a TA modelljeiben rejlő integratív potenciált.

- Megállapíthattuk azt is, hogy a TA az 1960-as évek közepétől máig szerte a világon kiépítette és működteti az intézményeit, és keretet ad a nagy létszámú szakmai közösségnek a képződéshez és az együttgondolkodáshoz. A világ egyes régióiban a fejlődés nyilván különböző dinamikát mutat, de nyitott a pálya, hogy demokratikusan megküzdjenek sajátos érdekeik érvényesítéséért, s eközben építhetnek arra, hogy a közösség és döntéshozói fogékonyak az eltérő kultúrákból és hagyományokból adódó különbözőségekre.

A mester halálát követő időszak valójában értékelhető egyfajta sikertörténetként. Ekkor heverte ki az iskola azt a megtorpanást, amit a berobbanásának, egyedülálló médiasikerének fenntartásokkal teli szakmai fogadtatása, a popularitás miatt a szakmaiság megkérdőjelezése okozott még a mester életében a '60-as évek végén. „Pop-pszichológiának” bélyegezve leminősítették, tudományos ragját megkérdőjelezték. Ezt követte az imént bemutatott buzgó munkálkodás, a gyarapodó eredmények, az önálló törekvések önmeghatározó aktivitása, valamint a nemzetközi meggyökeresedés. A talpra állás egy ideig ugyanakkor elrejtette a mélyben feszülő és megoldásra váró ellentmondásokat, melyek azután elemi erővel törtek fel az ezredforduló mérlegkészítésre készítő forgatagában. Ekkor került sor az érdemi számvetésre.

Nos, elérkeztünk tanulmányunk fő témájához: a kríziskezelés folyamatát, annak mechanizmusait tárgyaljuk a problémákkal való szembenézésről az éles vitákban érlelődő és téves kezdeményezések buktatóin keresztül ívelő korrektív és kreatív kompromisszumokig. Számba vesszük a szakmai közösség identitása építésének s ebben a jövőbementató maradandó alapértékek azonosításának fontos szerepét.

#### A KRÍZIS AZONOSÍTÁSA ÉS KEZELÉSE AZ EZREDFORDULÓN

Amit mi a krízisből ismertetünk az a fő orgánus, a *TAJ*<sup>5</sup> hasábjain nyilvánosan zajló szakmai viták, a TA-n belüli különböző indíttatású iskolák önmeghatározásai, versengése, kritikája egymás felé. Ebből egy többlépcsős – elakadásoktól, illúzióvesztésektől és újra-nekilendülésektől sem mentes – *közös kreatív problémamegoldó folyamat* tárult elénk. A korábban hazánkban közzétett TA-s tanulmánygyűjtemények történeti fejezetei viszonylag részletes képet adnak a szakmai viták tartalmáról itt most a történet – számunkra izgalmasnak és igen tanulságosnak tűnő – *dinamikáját* szeretnénk hangsúlyossá tenni. A módot, ahogy a TA az iskolán belüli ismeretelméleti, fogalmi ellentmondásokkal, esetenként személyi ellentétekkel *megküzdött*. Figyelmünket mindenekelőtt az ezredfordulón lezajló – általunk *kreatív*

<sup>5</sup> *TAJ* – *Transactional Analysis Journal*. Az ITAA évi négyszer megjelenő periodikája.

*válságnak* nevezett – periódus eseményeire, azaz a közelmúlt jelenbe mutató történéseire irányítjuk. Ehhez fontos későbbi adalék, ahogy Erik Berne jubileumán 2010-ben az iskola jeles képviselői ismét számba vették és meghatározták a TA jelenbeli szakmai státusát, az előtte álló feladatokat. Rekonstruálva a folyamatot, észleltük azokat az önkorrekciós történéseket, melyeket itt lépésről lépésre számba veszünk.

Előrebocsátjuk, hogy a TA küzdőképességének megnyilvánulásai, a szellemi életéből, a szakmai vitákból áradó lüktető energia, mellyel a partnerek végigküzdik a problémákat, miközben nem engedik el egymás kezét, távolról sem keltik egy egykor érdekes, de mára már elavult és kifáradt mozgalom képzetét. Éppen ellenkezőleg, a belső mozgások követése olykor egy kalandregény izgalmaival ajándékozza meg a szemlélőt. Reméljük, munkánkkal sikerül érzékeltetni, miért tekintjük éppen a problémák *kezelésének kultúráját* az iskola jövője szempontjából talán a legfontosabb tényezőnek.

*Önkorrekció lépésről lépésre:  
a gondok megnevezésétől a termékeny kompromisszumokig*

*Rossz szakmai közérzet – a tünetek azonosítása*

Az ezredfordulót a TA-közösség meglehetősen ambivalens szellemi és érzelmi állapotban élte át, ez tett halaszthatatlanná egyfajta számvetést. A gyarapodás pezsgő évei megválaszolatlanul hagytak számos ismeretelméleti és módszertani kérdést. Idővel nem lehetett nem észlelni a megtorpanás jeleit, amelyek az iskola radikális térnyerését, majd a pszichoterápiában történő konszolidált státuszát követették. A tankönyvekben és kézikönyvekben 20 éven keresztül a többi irányzat között ez önálló fejezetet jelentett (ALLEN és ALLEN, 1978; DUSAY és DUSAY, 1989). Idővel azonban a szakirodalmi reflexióban megtorpanás mutatkozott. Az 1990-es évektől jelezték egyes vezető szakemberek először a TA szakmai elszigetelődésének veszélyét. Mások a popularitásból eredő elszegényedéstől tartottak. A tudományosságnak a konstruktivizmus által képviselt új követelményei kérdésessé tették a sok metaforával élő, eredeti, de nem kellően professzionálisnak ítélt nyelvezet alkalmazását. Egyesek úgy látták, hogy a TA, kritikátlanul kanonizálva a mester tanításait, megrekedt egy „naiv realista” tudományszemlélet szintjén, s e téren 30 éves lemaradást kell behoznia. Megfogalmazódott az igény, egyrészt a TA alapfogalmainak korszerű kutatásokra épülő megalapozására, valamint arra az elvárásra, hogy többet kellene foglalkoznia a lelki gyógyítás terén elért gyakorlati eredmények mögött meghúzódó hatásmechanizmusok feltárásával.

*A berne-i életmű ismeretelméleti problémái a válság okai között*

A problémák nyilvános azonosítása az *okok elemzésére* és a kivezető utak keresésére serkentett, amelybe bekapcsolódott a TA valamennyi prominens képviselője és önállóvá kristályosodott irányzata a maga elképzeléseinek közzétételével. Fontos

komponense volt ezeknek az öndefiníciós állásfoglalásoknak, hogy a szerzők felszínre hozták a *mester életművének azon belső ellentmondásait*, melyek kritikájára építették a maguk kezdeményezését. Ezek között felmerült az alapfogalmak, mindegyik az énállapot-modellek episztemológiai ellentmondásossága (STEWART, 2002), a kognitív és viselkedéses összetevők közötti feszültségek (STEWART, 2001), a pszichoanalízis, valamint egészében a tudattalan fogalmának ambivalens kezelése (NOVELLINO, 2003), az intrapszichikus folyamatok terápiájának elakadása, a motivációra, az ún. éhségekre vonatkozó felvetések kimunkálatlansága (ERSKINE, 1998), az empátia és áttétel szerepének bizonyos fokú elhanyagolása (NOVELLINO, 1985; HARGADEN és SILLS, 2001) stb.

*A veszélyeztetett jövő a különböző iskolák ütközésének középpontjában*

A belső irányzatok egymást kritizáló versengésében különböző aggodalmak fogalmazódtak meg a *TA jövőjét*, létét veszélybe sodró tendenciákat illetően. Az a tény, hogy az évek során adós maradt az iskola a gyökereihez, mindenekelett a pszichoanalízishez fűződő viszony tisztásával, a követők egy részénél egyfajta identitásdiffúzióhoz vezetett (MOISO és NOVELLINO, 2000). Megjelent ugyanakkor olyan fenntartás is, mely szerint meg kell óvni a TA-t a regresszív visszaolvadástól a pszichoanalitikus gyökerekbe, mert elveszíti az onnan való kiváláskor kikristályosodott eredeti arcát (STEINER, 2003a). Az a kritika is hangot kapott, hogy a törekvés más iskolák eredményeinek az integrálására, különböző módszerek nem kellően kritikus átvétele azzal fenyeget, hogy az iskola feloldódik az eklektikus sodrásban (CAMPOS, 2003).

*Egy konstruktívnak ígérkező, de zátonyra futó összefogás*

A vitának ezen a pontján merült fel az a konstruktív javaslat, hogy időszerű lenne összefoglalni a *TA lényegi fogalmainak* jelentését. Ebből a célból 1998-ban létrejött egy munkabizottság Steiner, a klasszikus iskolát képviselő közeli alkotótárs irányításával és más neves, többségében szintén az alapító közvetlen környezetéhez tartozó közreműködőkkel. Összeállították a közel 100 legfontosabb TA-fogalom listáját. Majd ennek szelekciójával – mint afféle közös nevezőt – létrehoztak egy fogalomtárat a megfelelő definíciókkal. Közvetve az interneten 1999-ben e produktum nyilvános vita tárgya lett. Végül a közös gondolkodás 2003-ban egy összefoglaló jelentéssel zárult (STEINER és mtsai, 2003).<sup>6</sup> Az igényes elméleti vállalkozás csak részben teljesítette a hozzá fűzött reményeket, nem annyira a tartalom, hanem inkább a folyamat tanulságai tekinthetők érdemi eredménynek. A *lényegi fogalmak* munkálatai igen kemény kritikában részesültek, egyrészt tartalmilag, másrészt az autoriter módszereket is alkalmazó eljárást illetően (LORIA, 2003).

<sup>6</sup> Magyarul megtalálható: <https://www.itaaworld.org/sites/default/files/itaa-pdfs/about-ta/ITAA%20TA%20Core%20Concepts%202000%20-%20Hungarian.pdf> helyen. Időközben készült egy magyar nyelvű TA- fogalmi szótár, melyet az Olvasó a Háttér Kiadó on-line tett közzé tranzakció-analitikus köteteként találja az alábbi webhelyen: [http://www.hatterkiado.hu/sites/default/files/TA-fogalmi-szotar-\\_v1.0\\_2013-10-31.pdf](http://www.hatterkiado.hu/sites/default/files/TA-fogalmi-szotar-_v1.0_2013-10-31.pdf).



A korszerű posztmodern tudományosság időközben túllépett azon, hogy egy elit csoport kodifikálhassa a fogalmak érvényességét, megmerevítve azok jelentését, s ezzel korlátozva a további fejlődés esélyét. Így a lényegi fogalmak gyűjteménye végül nem vált az ITAA<sup>7</sup> hivatalos állásfoglalásává, aminek eredetileg szánták.

#### *A megújulás irányát jelző kezdeményezés*

A vita folyamatában megerősödött a korábban már gyökeret vert konstruktivista szemlélet, amely a múlt század második felének elbizonytalanodott világában a tudomány terén is megkérdőjelezte az egyértelmű és kizárólagosan érvényesnek vélt magyarázatokat, rácsodálkozott a jelenségek többarcúságára. Ez a megközelítés nem tekintette a pszichológia fogalmait a létező valóság elemeinek, sokkal inkább konstruktumoknak, szövegekben létrehozott jelentéseknek, amelyekre egyidejűleg több magyarázat is érvényes lehet (LORIA és ALLEN, 1997). Valamivel később, a szélsőséges relativizálásból történő kijózanodás után végül is ez az erősen kritikai fellépés, valamint a bátor szembenézés a felvetéseivel (STEINER, 2003b), kifejezetten inspirálóan hatott a TA alapfogalmairól való gondolkodás kultúrájára. Az érvényesség határait tudatosítva új síkba helyezte azt.

#### *Kreatív kompromisszumok*

Álljon itt néhány fontosabb felismerés, kompromisszumos belátás, amelyekre ALLEN (2003) a konstruktivista TA-irányzat kezdeményezője a *megújulás és értékörzés dilemmájának* feloldása érdekében hívta fel TA-s szakemberek közösségének figyelmét:

- Az iskola alapfogalmai, úgymint az énállapot, a játszma, a sorskönyv, Szülői, Gyermeki, Felnőtt stb., valóban csak egy „naiv realizmus” szellemében tételeződnek valóságosan létezőknek, azonban ténylegesen nem többek, mint egyéb más lehetőségek között egyfajta *metaforikus elnevezések*. Az iskola történetében e fogalmak jelentése változott, tartalmuk történeti fejlődésen ment keresztül, s mindig újra tudatosítani kell, hogy jelentésük csak az alkalmazás konkrét kontextusában érvényes.
- Nem kerülhető meg a *fogalmak hitelesítése tudományos kutatásokkal*. Professzionális alkalmazásukhoz nem elegendő önmagában a hit, amit egy zárt szakmai közösséghez tartozás tart fenn. A tudományos megalapozás munkálatai, a beinduló empirikus kutatások<sup>8</sup> előrevihetik a TA találkozását a tudomány akadémiai követelményeivel. Ugyanakkor a törekvés a közeledésre a „tisza tudomány” követelményeihez, nem vezethet oda, hogy a TA feladja saját termékeny hagyományát és eredeti vívmányait.

<sup>7</sup> ITAA – International Transactional Association – a nemzetközi egyesület neve.

<sup>8</sup> 2010-ben alapította az EATA az IJTAR, *International Journal of Transactional Analysis Research* című on-line folyóiratot, amely a TA szellemében folytatott empirikus kutatások közzlésének ad helyet. Szerkesztője Julie Hay.

- A munkát a kliensekkel nemcsak az objektív jelen idejű megfigyelések jelentik, hanem fontos szerepe van az utólagos, esetleg többször is megváltozó értelmezéseknek is. Szemben a hagyományos, ún. paradigmaticus felfogással újrafogalmazódott a TA-terápia, mint a terapeuta és a kliens közötti kokreatív dialógusban érlelődő jelentések, közös értelmezések. A folyamat addig tart, ameddig a felek számukra elfogatható közös jelentésekhez jutnak. Ez a munkamód, melynek lényege a *kliens és a szakember referenciakeretének egymásra hangolása*, a katalizálást hangsúlyozva módosította a szakember szerepének felfogását a fejlesztő kapcsolatban, s újrafogalmazta a felek felelősségvállalását is.
- A TA-nyelvezet alkalmazásában differenciálásra van szükség. A gyakorlatban a hatékonyság érdekében az együtt dolgozó partnerek ízlése szerint alkalmazhatóak a TA játékos metaforái, a szakember kiválaszthatja a neki megfelelő eljárásokat és stílust. Ugyanakkor a más iskolák szakembereivel való eredményes kommunikáció érdekében nem kívánatos a speciális szakzsargon, a belső TA-s terminológia használata. Fontos tudni, hogy az utóbbi kifejezések az egyéb megközelítések milyen kulcsfogalmaival feleltethetők meg egymásnak.
- Ellentmondás feszül a TA alapvetően pozitív elfogadó oké-emberképe és olykor patológizáló, klinikai minősítéseket magában rejtő terminusai között. Példa lehet erre, hogy az énállapotok strukturális zavarainak egyikét kontaminációnak, „szennyezés”-nek nevezik, vagy olyan játszmanevet, mint a „faláb”. Ügyelni kell arra, nehogy a jelenségek elnevezései károsan járuljanak hozzá a patológia konstruálásához.
- A gyakorlatban egyfelől hasznos az alkalmazott különböző eredetű eljárások kombinációja, mely addig célszerű, ameddig a hatása jótékony a kliens problémájára. A TA módszereit fogalmi konstrukciók és hozzájuk szervesen tartozó gyakorlatok alkotják. Ezek *szakmai kompetenciákká* kristályosítása lehet a továbblépés útja, többek között az aspecifikus, valamint a sajátos hatótényezők elkülönítésével, a folyamatok és műveletek kutatásával. Ez által egyre tisztábbá válhat, milyen konkrét esetekben, mely eljárások alkalmazása lehet célszerű.
- Időszerű, hogy nagyobb nyilvánosságot kapjanak a különböző *alkalmazási területek* – tanácsadás, szervezetfejlesztés, oktatás-nevelés eredményei, világossá téve, hogy a rendelők ajtaján kívül hol, milyen társadalmi problémák kezelésében és mi módon tud hasznosulni a TA.

ALLEN (2003) végül a TA-s identitás megerősítésének igényével azt hangsúlyozta, hogy az iskola fejlődése a tradíciónak elkötelezett közösség érdeme. A nemzetközi összehasonlító kutatásokban is elismert kivételesen magas színvonalú képzésben (NOVEY, 2002) részesülő szakemberek értelmező közege hozta létre az egyre gyarapodó fogalom- és eszköztárat.

Ezek az elemzésben és vitákban kiérlelt kreatív kompromisszumok – úgy gondoljuk – pontot tettek a TA „naiv realizmusként” jellemzett korszakának végére.

*A közösség identitásának megerősítése – maradandó értékek*

A vitákban és állásfoglalásokban kiérlelődött egy modern tranzakcióanalitikus identitás is. Nyilván nem egészen véletlen, hogy az iskola kiemelkedő képviselői e nehéz periódusban fontosnak tartották újrafogalmazni, miben is áll a TA újszerűsége, innovatív ereje, mely vívmányai ítélnélhető paradigmaticusnak a tudományos gondolkodás számára, felfogásában mi tekinthető valóban eredeti és maradandó szakmai hozzájárulásnak, melyek további fejlődésének irányai. Ezekből mutatunk be néhányat.

STEINER (2003a) az alapfogalmakról zajló vita lezárásakor azt hangsúlyozta, hogy a megújulás igen fontos ugyan, de a TA lényegi sajátosságai semmilyen körülmények között nem adhatók fel, nevezetesen az, hogy egyszerre *három szinten* létezik:

- az emberek életét megérteni és megváltoztatni segítő metaforák, mítoszok és mesék gyűjteménye, mely által a populáris kultúrának is része lett,
- hasznos technikák összessége, amelyek kijelölik a helyét a pszichoterápiák között,
- tudományos kutatásra alapozott elmélet és gyakorlat.

Ha bármely összetevőjéről lemondana valamilyen egyoldalúan értelmezett tudományosság nevében, csorbát szenvednének Berne alapvető törekvései az egyéni autonómia felszabadítására, a kapcsolatok demokratizálására, s arra, hogy a változás mindig a személyiség szerkezetéről szóló információ átadásának keretei között menjen végbe. Úgy is fogalmazhatunk, hogy a hagyaték kettős üzenetének – professzionalitás és közérthetőség – egyik eleme sem áldozható fel a másik javára. Ugyancsak ő írt a TA el nem évülő radikalizmusáról. Arról, hogy az iskola nemcsak a saját korában úttörő jellege miatt tanulságos, hanem az információs társadalom korszakában is szükség van arra a friss és felelős szemléletmódra, ahogy az embert és világát látja, és hatni akar rá (STEINER, 1997).

Érdekes álláspontot fogalmazott meg a terapeutaként filozófiai és szociológiai képzettséggel is bíró Pearl DREGO (2000), aki a Berne-életműben az énállapotok diagnosztizálásának négy útját – viselkedéses, szociális, fenomenológiai és történeti – minősítette paradigmaticusnak. A hagyatékot szerinte nem kanonizálni, hanem mélyebb üzeneteit kibontani és fejleszteni kell. A jövő útját ő egy fenomenológiai látásmód nevében a TA egyidejűleg több formában létező, többlényegű fogalmainak etikai és spirituális továbbgondolásában látja. Hindu kulturális gyökereinek szellemében azt tételezi, hogy a spirituális létélmények átélése, a tanú és a látó szerep, a tisztánlátás és az altruizmus a kiteljesedett Felnőtt sajátja, egy hosszú utazás eredményeképpen kimunkált képesség és egyben energia, amit különböző formákban számos kultúra feltételez (JÁRÓ és NÁBRÁDY, 2005).

A francia gyógyító és tanácsadó szakértő José GREGOIRE szerint (2004) a TA paradigmaticus hozzájárulása a terápiás folyamat megértéséhez az a mód, ahogyan a segítő folyamatban *a múltat és a jelent összekapcsolja*. A múltbeli tapasztalatok és az aktuális mintázatok közötti kapcsolat létrejöttének leírása a különféle modellek segítségével a személyiségen belüli *változások* lehetőségét kínálja, történjenek

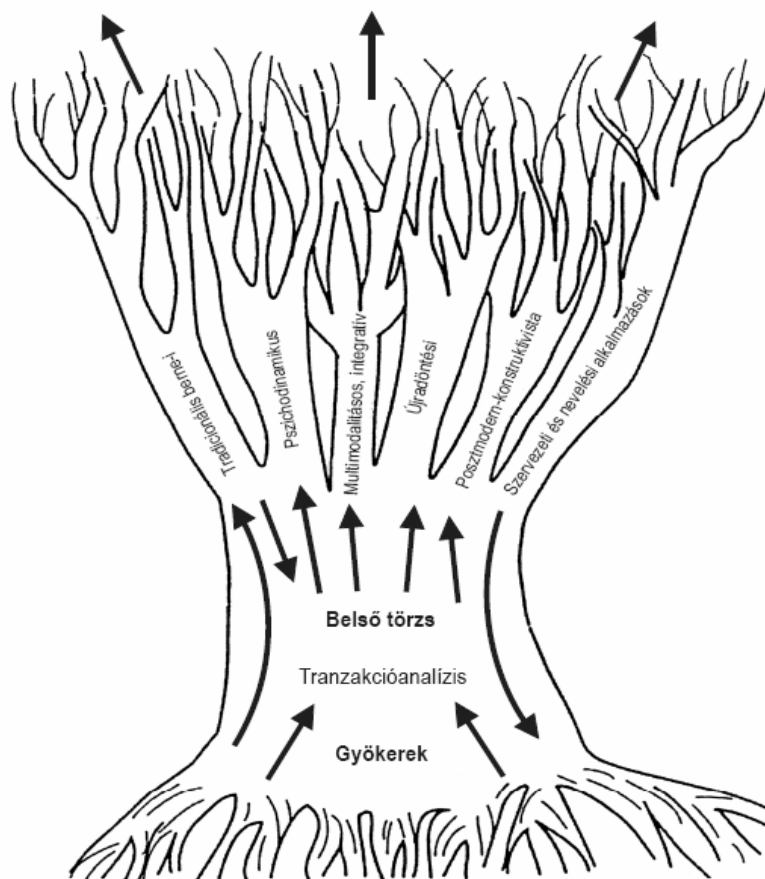
azok a terápia folyamatában, esetleg spontán módon azon kívül. Gregoire szerint a múltat a jelennel összekapcsoló struktúrák megragadása az alapja a TA széles körben való alkalmazhatóságának. Azaz, hogy a kifejezetten gyógyító célú klinikai alkalmazáson túl akár egy tanácsadás vagy tréning keretei között, vagyis a közel-múlt történéseiben maradva is komoly változásokat lehet elérni a személyiségben (JÁRÓ és NÁBRÁDY, 2005).

Nálunk Buda Béla az alábbi szavakkal bocsátotta útjára 1997-ben Eric Berne-nek, a tranzakcióanalízis alapítójának *Sorskönyv* című főművét „Berne az utóbbi fél évszázad egyik legeredetibb gondolatrendszerét hozta létre szinte irodalmi kreációként, új paradigmát, szemléletmódot kialakítva a mindennapi tudat közös jelentés-tartalmaiból. Megközelítésmódja ma is aktuális, szemlélete alkalmazható, gondolatai önállóan vihetők tovább.” (BUDA, 1997, 16). Néhány évvel később megfogalmazta azt is, miben látja a TA szakmai küldetését. Alkalmasnak ítélte az iskolát az *irányzatok közötti párbeszédre*, mivel „a tranzakciók elemzése először kínált relációs taxonómiát az emberi kommunikációs viszonyokban, és tanít nyelvezetet ezek megnevezésére. A klienst vagy a páciens fokozatosan teszi reflexívvé és ad számára »kognitív térképet« a világban való eligazodáshoz. A terapeuta szakértői tekintélyhelyzetben van, az együttműködést könnyebb szabályozni, a terápia »filozófiája« átsugárzik, optimizmust kelt. A »nem-specifikus tényezők« tehát könnyen érvényesülnek. Talán könnyebben, mint más rendszerekben.” (BUDA, 2008, 269.)

Identitáserősítő hatása miatt itt említjük meg Camposnak a „TA fája” (2003) képét is, amelyet a válságot, a benne ható éltető és romboló erőket átvilágító tanulmányában tett közzé az iskola fejlődésének és aktuális státusának érzékeltetése céljából. Az ábra komoly szerepet játszott abban, hogy áttekinthetővé tette a TA belső szerkezetét és aktuális trendjeit (lásd *I. ábra*). Egy életképes fa képét látjuk, amelynek gyökerei sokfelől táplálkoznak, egyre gyarapodó ágai – tradicionális, pszichodinamikus, integratív, újrადöntési, konstruktivista, alkalmazási területek – pedig új tendenciaként a törzsből merítve fontos üzeneteket közvetítenek a környező világ és egyúttal a fa törzse felé is.

A szervezeti és nevelési ág egyre inkább hozzájárul a törzs gyarapításához, amit a lefelé mutató nyíl jelez. A hatás az alapismeretek és az alkalmazás során keletkező tapasztalatok között kölcsönössé vált. Az iskola felismeréseinek egyre terjedő alkalmazása az élet olyan területein, mint a munkahelyek vagy oktatási intézmények, ahol elsődlegesen nem a lelki gyógyítás, hanem a fejlődés és növekedés igényeinek szolgálata a cél, rendre pozitív tartalommal töltötte meg a TA klasszikus modelljeit. Ezáltal azok kiszabadultak a rájuk előítéletként nehezedő kontextusból, miszerint a TA „beteg” emberek gyógyításával foglalkozik, ami gyakran nehezítette a lelkileg egészséges kliensekkel folyó munkát (ANTAL, 2013). Ezen túl az említett praxisok gyakran új integratív modelleket alkotnak, ilyen például egyebek között Trudi Newton (2007) fejlődés-modellje, illetve Ken MELLOR (2008) autonómia-felfogása. 2001-ben ez a törekvés *Developmental TA* néven intézményesült, és azóta mint független képzőhely működik Julie Hay szervezeti és Trudi Newton nevelési területen működő szakemberek irányításával (HAY, 2006).<sup>9</sup>

<sup>9</sup> Újításaiából jó néhányat ismertetnek a *Játszmák nélkül* sorozat *Felelőség és siker* c. 2. kötetének a korszerű szervezetfejlesztést és tanácsadást bemutató tanulmányai (ANTAL, 2013; JÁRÓ, 2013).



1. ábra. A TA fája

### AKTUÁLIS HELYZET ÉS FELADATOK: A VARÁZS ÚJRATEREMTÉSE

Ian Stewart és Vann Joines a *TA – MA. Bevezetés a korszerű tranzakcióanalízisbe* c. nemzetközileg legelterjedtebb tankönyv (1987)<sup>10</sup> szerzői 2010-ben Montreálban, a Berne szülővárosában rendezett, megemlékező világkonferencián szólították meg a TA-sok közösségét. Előadásuknak stílusosan a „TA tomorrow,” (A TA holnap) címet adták. Szerintük a világos kognitív térkép a személyiség felépítéséről és működéséről, a jól érthető magyarázat arról, hogy az emberek miért teszik, amit tesznek, jó ideje teret nyert a gyógyítás mellett a nevelésben és az üzleti életben is, igazolva, hogy ezek ismeretében a szervezeteknek, csoportoknak és egyéneknek

<sup>10</sup> STEWART és JONES *TA – today* c. tankönyvét 1987-es megjelenését követően számos nyelvre, köztük magyarra (1992, 1994, 1998) is lefordították.

módjukban áll optimalizálni a tevékenységüket, növelni a hatékonyságukat, megoldani az érintkezésben felmerülő problémákat. E termékeny eszmék mára megkerülhetetlenek, talajra találtak számos más megközelítésben, melyekből a TA merített a maga idejében. Felbukkannak divatos áramlatokban, alkalmazzák és tanítják azokat, ha eredetükre nem is történik mindig utalás. Szerinte napjainkban a valódi kérdés már nem a túlélés, hanem a *túlélés formája: asszimilálódva vagy önálló megközelítésként, az iskola identitásának megőrzésével*. Azaz, hogy fennmaradnak-e az önálló létezésének feltételeit biztosító szervezetek?

A TA-közösség tennivalói között Stewart azt emelte ki, hogy kívánatos folytatni az együttműködést a pszichológia más irányzataival a kölcsönös megbecsülés és gazdagítás szellemében, vállalva, hogy a TA a pszichoanalízis talaján sarjadt ki és a mai napig sokat merít olyan analitikus elméletekből, mint a tárgykapcsolat-elmélet és a szelfpszichológia, ugyanakkor nem azonos sem az analitikus, sem a kognitív gyökereivel, a TA új minőség. A mester rövid, érthető, világos és egyszerű szavai képviselik ezt a minőséget, amelyek teljes mértékben alkalmasak a más iskolákban megfogalmazott komplikált összefüggések közvetítésére. Sőt még ki is egészítik azokat a *megfigyelhetőség* elemével, a jól látható viselkedésre irányítva a figyelmet. A kölcsönös megbecsülés a TA belső életében is a jövő ígérését hordozza, komoly tartalmak rejlenek a négy alkalmazási terület – gyógyítás, tanácsadás, szervezetfejlesztés, oktatás-nevelés – közötti együttműködésben, az egymástól való tanulásban, módszerek kölcsönzésében. Ezeket érdemes megerősíteni különböző projekteken és interdiszciplináris képzések formájában. Fontos, hogy folytatódjanak közöttük az elméleti és módszertani eszmecserék, hiszen a TA legnagyobb erőssége éppen az, hogy a folyamatos differenciálódás és megújulás – s az ezeket kísérő éles kritika és heves viták – közepette *az alap-elmélet egységes maradt, és a közösség is megtudta őrizni az egységét*. Ennek további fenntartására kérte Stewart a Berne-re emlékező konferencia közönségét a TA holnapja érdekében.

Figyelemre méltó nyíltsággal vetette fel Günther MOHR (2011)<sup>11</sup> szervezeti szakember *Individuális és szervezeti TA a 21. században* c. könyvében a TA önképe és imázsa közötti feszültség problémáját. Nevezetesen, hogy az egyik oldalon a TA-ról a szakmában élő aktuális kép az iskola szakmai pozíciója, a rá való hivatkozások, a taglétszám alakulása, a TA hivatalos elfogadottsága (akkreditációk száma) alapján nem kellően vonzó. Úgy látja, hogy a TA-t a szakmában máig nem ismerik jól, az a híre, hogy divatjamúlt, felületes, könnyű. Előfordul, hogy a TA-s szervezeteket olyan belterjes klubnak érzékelik, ahová nehéz bejutni, és ahol saját nyelvet beszélnek. Ezért sokak számára, akik szakemberként saját fejlődésüket tervezik, nem elég perspektivikus a TA-hoz csatlakozni, irodalmát megismerni vagy képzéseibe bekapcsolódni.

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* sokkal fontosabb, hatásosabb érték, mint a modellek vagy a kánon önmagukban véve. Ez utóbbit Noveynek (2002) a TA-terápia hatékonyságának mérésére irányuló – az

<sup>11</sup> Günther Mohr 2001 és 2007 között az ITAA elnökségi tagja volt.

eredmények eredőjeként a képzés színvonalát hangsúlyozó – kutatásai is alátámasztották (Juhász és Járó, 2005). Mohr a TA kultúráját véli az iskola esszenciájának. Egy tágabb és önkritikusabb professzionális perspektívából érdemi korrekciót tart szükségesnek, és a szervezet korszerűsítését javasolja. Ennek jegyében 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.

Mohr azt a – korszerű posztmodern tudományosság ismérveként egyre terjedő (SARDAR, 2003) – igényt is megfogalmazza, hogy a jelenlegihez képest szélesíteni kell a TA-s közösséget. Az ITAA-tagságot meg kell nyitni nemcsak szakemberek és képzők, hanem kliensek és ügyfelek, a TA-t tanító egyetemek, a TA-t használó intézmények (kórházak, cégek, iskolák stb.) számára is. A szakmai dialógus kiterjesztése vitalizálhatja a szervezetet, és nagyobb relevanciát biztosíthat a társadalommal folytatott párbeszédben, növelheti a piaci versenyképességet. Ugyanezt a párbeszédet szorgalmazza az ITAA „ablakain” – web-oldal, folyóiratok, konferenciák – keresztül.

Végigtekintve az ezredforduló idején zajló, a – kreatív kompromisszumokat és biztató jövőképet kimunkáló – válság kimenetén, majd látva a napjainkban megvont mérleget, megállapíthatjuk, hogy a TA-nak sikerült a viták, a versengés, az identitáskeresés küzdelmes folyamatában megőriznie a státusát. Azt, amelyet Erskine, a legtöbbet vitatott ún. integratív TA-iskola megalapítója 2009-ben úgy fogalmazott meg, hogy eredeti kultúra, amely a folyamatos változás állapotában létezik. A változás tehát ebben a kultúrában folyamatos. Az újító gondolatok s a szembenézés a mindenkorai elméleti-módszertani problémákkal, azok megvitatása, a tanulás, az önkorrekció ugyanakkor rendre a kultúra eredeti alapértékeinek keretei között zajlik. Úgy, hogy a nézeteltérések ütközése lehet szenvedélyes, a vitákban felvetődnek és idővel megizmosodhatnak relatíve önálló versengő megközelítések, de a kiközösítés, kiátkozás, szakítás jól ismert destruktív gesztusait e kultúra fennállásától mostanáig el tudta kerülni. Nos, feltehetően ezek a sajátosságok együtt szavatolják a TA megújuló képességét.

## ZÁRÓ GONDOLATOK A TA ÉRTÉKŐRZŐ MEGÚJULÁSÁRÓL

Dolgozatunkat a korszerű tudomány és terápiás praxis ismérveinek bemutatásával indítottuk, s most a lezárásakor megállapítjuk, hogy e mércék tükrében a TA egy korszerűen működő ága a pszichológiának, akkor is, ha akadémiai elfogadottsága csak kis lépésekben halad előre. Minket, hazai TA-sokat az iskola igényes megújulási képessége tesz optimistává. Az áttekintett pálya tükrében láthattuk, hogy a TA

kifejezetten sokat tesz a *pszichoterápiás többnyelvűség* érdekében, és felmutatott eredményeket a *jelenségek sokrétűségének* kezelése terén is. Érdekes megoldásokon munkálkodik mind a gyakorlatban a gyógyítás, az egészségmegőrzés, az életminőség javítása érdekében, mind pedig elméleti síkon a tudományos felzárkózás céljából.

Felmerül a kérdés: vajon mi állhat az iskola határtalannak tűnő asszimilációs képessége és széles körű kulturális elfogadhatósága hátterében? BUDA Béla (1997, 2013) szerint Berne nem annyira gondolkodóként, hanem a pszichológiai praxis „nyelvújítójaként” volt eredeti, paradigmaticus alkotó. STEWART és JOINES (2011) *TA tomorrow* c. 2010-ben tartott jubileumi előadásukban a hagyaték maradandó elemei között szintén előkelő helyet biztosítanak annak, hogy a TA komplex jelenségekről a hétköznapi angol szókincs alkalmazásával egyszerűen tud szólni.

A magunk részéről arra gondolunk, hogy a mester által bevezetett szemlélet és fogalmak – a Szülői, Felnőtt és Gyermeki mint személyiség-alkotóelemek – *univerzalizálásban* lelhetjük meg a magyarázatát annak, hogyan lehetnek képesek a TA-modellek a legkülönbözőbb emberi és társadalmi problémák elemezésére 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 járják körül különböző aspektusból és szinteken a pszichológia iskolái. A jelenség örök, nem évülhet el, noha igen sokféleképpen lehet róla beszélni. Megközelíthető a viselkedés vagy az élmények szemszögéből, a keletkezésre, a 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 visszaélésért egykor már nagy árat fizetett. Az emberi személyiség komplex működését sohasem könnyű megérteni, elsajátítása szakemberként vagy önismeretre vágyó laikusként, esetleg gyógyulásra szoruló mindig emberpróbáló munka, s a TA érzéketlen nyelvezetében ebben törekszik a közös érintkezést szolgáló eszközhöz segíteni az embereket, és hidat építeni különböző megközelítések között.

Ez az univerzális emberkép és nyelv teszi realizálhatóvá a berne-i hagyatékunk a szakmaiság és a közérthetőség egységére vonatkozó fő üzenetét is. Ebből ered a TA-nak az élet számos területén való eredményes alkalmazhatósága. Nemzedékről nemzedékre támadtak és feltehetően támadni fognak hívei és továbbfejlesztői ennek az egyszerű univerzális antropológiának, s szerte a világban, valamint hazánkban is mindig felnőnek a feladathoz újabb és újabb szakemberek, akik képesek még hosszú távon éltetni a TA-s eszméket és a TA-sok közösségét. S zárjuk cikkünket BUDA Béla (2008) ösztönző szavaival: „A tranzakcióanalízis fontos, sőt megkerülhetetlen a pszichoterápia további fejlődése szempontjából mind nemzetközi, mind pedig hazai vetületben. Nincs még egy irányzat, melynek fejlődése ilyen erőteljes lenne, s amely a kóros, problematikus viselkedés keletkezését és korrekcióját ilyen gazdag konceptuális és módszertani apparátussal tudná megközelíteni. [...] A megelőzésben is van helye, a TA rendszerterápia, mert transzgene-



rációs, ill. csoportos erőtereket vesz figyelembe és kezel, rekonstruál a terápiás kapcsolatban.” (BUDA, 2008, 273.) S biztos állíthatjuk – kitágítva a megállapítás terápiára szorító kereteit –, hogy azon túl az élet minden területén eredményesen hasznosítható, ahol az emberek életük és kapcsolataik minőségének megváltoztatására, jobbítására törekszenek.

## IRODALOM

- ALLEN, J. R. (2003). Concepts, Competences and Interpretative Communities. *Transactional Analysis Journal*, 33(1), 17–26.
- ALLEN, J. R. (2006). Oklahoma City ten years later. Positive Psychology, Transactional Analysis, and the transformation of trauma from terrorist attacks. *Transactional Analysis Journal*, 36(2), 121–133.
- ALLEN J. R., & ALLEN B. A. (1978). Transactional analysis. In *Guide to psychiatry. Handbook on psychiatry for health professionals* (339–374). New York: Medical Examination Publishing co. Inc.
- ANTAL S. (2013). Mit nyújthat ma a tranzakcióanalízis a szervezetekben és szervezetekkel dolgozó embereknek? Budapest: Háttér Kiadó, 31–52.
- BAGDY E. (2011). *Egészség-boldogságpszichológia és a TA*. Elhangzott a Magyar Tranzakcióanalitikus Egyesület 2. országos konferenciáján.
- BARNES, G. (Ed.) (1977). *Transactional analysis after Eric Berne: Teaching and practices of three TA schools*. New York: Harpers College Press.
- BARROW, G. (2007). Wonderful world, beautiful people: Reframing Transactional Analysis as Positive Psychology. *Transactional Analysis Journal*, 37(3), 207–209.
- BERNE, E. (1957, 1968). *A layman's guide to psychotherapy and psychoanalysis*. New York: Simon and Schuster.
- BERNE, E. (1958). Transactional Analysis: A new and effective method of psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 12, 735–743.
- BUDA B. (1997, 2013). Előszó. In BERNE, E. (szerk.), *Sorskönyv*. (12–16). Budapest: Háttér Kiadó.
- BUDA B. (1993, 2001). *A pszichoterápia alapkérdései. Válogatott tanulmányok*. Budapest: Országos Alkoholológiai Intézet.
- BUDA B. (2008). Könyvismertetés. Járó Katalin (szerk.), *Sors mint döntés. Az érzelmek felfedezése és felszabadítása* [Budapest: Helikon Kiadó, 2005, I–II. kötet]. *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika*, 9(3), 266–273.
- BUDA B. (2011). A pszichoterápiás irányzatok integrációjának lehetőségei. In BUDA B. (szerk.), *Az elme gyógyítása. Kritikus pillantások egy különös orvosi szakterületre* (278–285). Budapest: Háttér Kiadó.
- CAMPOS, L. P. (2003). Care and Maintenance of the Tree of Transactional Analysis. *Transactional Analysis Journal*, 33(2), 115–147.
- CSÍKSZENTMIHÁLYI M. (2011). Bevezetés. In CSÍKSZENTMIHÁLYI M. és I. S. CSÍKSZENTMIHÁLYI (szerk.), *Élni jó! Tanulmányok a pozitív pszichológiáról* (7–25). Budapest: Akadémiai Kiadó.

- CHRISTOPH-LEMKE, C. (1999). The contribution of transactional analysis to integrative psychotherapy. *Transactional Analysis Journal*, 29(2), 198–214.
- CLARKSON, P. (1993). Transactional analysis as a humanistic therapy. *Transactional Analysis Journal*, 23(1), 36–41.
- CORNELL, W. F. (1988). Life script theory: A critical review from developmental perspective. *Transactional Analysis Journal*, 18(4), 270–282.
- DREGO, P. (2000). Toward an ethic of ego states. *Transactional Analysis Journal*, 30(3), 192–205.
- DUSAY, J. M., & DUSAY, K. M. (1989). Transactional analysis. In R. J. CORSINI, & D. WEDDING (Eds.), *Current psychotherapies* 4th ed. (405–453). Itasca, IL: F. E. Peacock Publishers Inc.
- ERSKINE, R. G. (1997). *Theories and methods of an integrated Transactional Analysis: A volume of selected articles*. San Francisco: TA press.
- ERSKINE, R. (1998). The Therapeutic Relationship: Integrating Motivation and Personality Theories. *Transactional Analysis Journal*, 28(2), 132–141.
- ERSKINE, R. (2009). The Culture of Transactional Analysis: Theory, Methods, and Evolving Patterns. *Transactional Analysis Journal*, 39(1), 14–21.
- GOULDING, M., & GOULDING, R. L. (1979). *Changing lives through redecision therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- GRÉGOIRE, J. (2004). Ego states as living links between past and current experiences. *Transactional Analysis Journal*, 34(1), 10–29.
- HARGADEN, H., & SILLS, C. (2001). Deconfusion of the child ego state. *Transactional Analysis Journal*, 31(1), 35–70.
- HAY, J. (2006). *Developmental TA*. In G. MOHR, & TH. STEINERT (Eds.), *Growth and Change for Organisations. New Developments: 1995–2006* (62–78). Pleasanton, USA: ITAA.
- JÁRÓ K. (2011). Tranzakcióanalízis – történeti kitekintő és perspektívák. In JÁRÓ K. (szerk.), *A játszmák világa – felfedezések a tranzakcióanalízis tájain* (260–304). Budapest: Háttér Kiadó.
- JÁRÓ K. (2013a). A szerkesztő ajánlója és bevezető. In JÁRÓ K. (szerk.), *Felelősség és siker – a tranzakcióanalízis mint döntésmenedzselés* (7–20). Budapest: Háttér Kiadó.
- JÁRÓ K. (2013b). A TA válasza korunk kihívásaira. In JÁRÓ K. (szerk.), *Felelősség és siker – a tranzakcióanalízis mint döntésmenedzselés* (245–281). Budapest: Háttér Kiadó.
- JÁRÓ K. és NÁBRÁDY M. (2005). Tranzakcióanalízis az ezredfordulón. In JÁRÓ K. (szerk.), *Sors mint döntés. Az érzelmek felfedezése és felszabadítása* (11–92). Budapest: Helikon Kiadó.
- JUHÁSZ E. és JÁRÓ K. (2005). A pszichoterápia kihívásai és a TA. In JÁRÓ K. (szerk.), *Sors mint döntés. Az érzelmek felfedezése és felszabadítása* (537–615). Budapest: Helikon Kiadó.
- LORIA, B. (2003). Whither transactional analysis: Obsolescence or Paradigm shift? *Transactional Analysis Journal*, 33(2), 192–200.
- LORIA, B., & ALLEN, J. (Eds.) (1997). Special theme issue on transactional analysis and constructivism. *Transactional Analysis Journal*, 27(1), 83–133.
- MELLOR, K. (2008). Autonomy with integrity. *Transactional Analysis Journal*, 38(3), 182–199.
- MOHR, G. (2011). *Individual and Organisational TA for the 21st Century*. Berlin: Pro BUSINESS.

- MOISO, C., & NOVELLINO, M. (2000). An overview of the psychodynamic school of transactional analysis and its epistemological foundations. *Transactional Analysis Journal* 30(3), 182–187.
- NAPPER, R. (2009). Positive Psychology and Transactional Analysis. *Transactional Analysis Journal* 39(1), 61–74.
- NAPPER, R. (2010). How does Our TA Garden Grow? *The Script*, 40(5), 2–3.
- NEWTON, T. (2007). The Health System: Metaphor and Meaning. *Transactional Analysis Journal*, 37(3), 195–205.
- NOVELLINO, M. (1985). Redecision analysis of transference. A TA approach to transference neurosis. *Transactional Analysis Journal*, 15(3), 202–206.
- NOVELLINO, M. (2003). Transactional Psychoanalysis. *Transactional Analysis Journal*, 33(3), 223–230.
- NOVEY, T. B. (2002). Measuring the effectiveness of transactional analysis: An international study. *Transactional Analysis Journal*, 32(1), 8–24.
- OLÁH A. és KAPITÁNY-FÖVÉNY M. (2012). A pozitív pszichológia 10 éve. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(1), 19–45.
- PLÉH Cs. (1992). *Pszichológiatörténet*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- PLÉH Cs. (2008). Kuhn hatásai a pszichológiában. Vannak-e pszichológiai paradigmák? In PLÉH Cs. (szerk.), *A lélek és a lélek és a lélektan örömei* (13–24). Budapest: Gondolat Kiadó.
- SARDAR, Z. (2003). *Thomas Kuhn és a tudományháborúk. Posztmodern találkozások*. Pécs: Alexandra.
- SCHIFF, J. L. (1969). Reparenting schizophrenics. *Transactional Analysis Bulletin*, 8(32), 45–63, 158–164.
- SCHLEGEL, L. (1998). What is Transactional Analysis? *Transactional Analysis Journal*, 28(4), 269–287.
- STEINER, C. M. (1997). Transactional Analysis in the information age. *Transactional Analysis Journal*, 27(1), 15–23.
- STEINER, C. M. (2003a). The development of transactional theory and practice. A brief history. *EATA Newsletter* 76, 9–14.
- STEINER, C. M. (2003b). A response to Loria. *Transactional Analysis Journal*, 33(2), 192–200.
- STEINER, C. M., CAMPOS, L., DREGO, P., JOINES, V., LIGABUE, S., NORIEGA, G., & SAID, E. (2003). A compilation of core concepts. *Transactional Analysis Journal*, 33(2), 182–191.
- STEWART, I. (2001). Ego states and the theory of theory: The strange case of the Little Professor. *Transactional Analysis Journal*, 31(2), 133–147.
- STEWART, I. (2002). The myth of the functional model. *EATA Newsletter*, 75, 8–10.
- STEWART, I., & JOINES, V. (1987). *TA today: a new introduction to transactional analysis*. Nottingham, England: Lifespace Publishing.
- STEWART, I., & JOINES, V. (1994, 1998). *A TA – ma. Bevezető a korszerű tranzakcióanalízisbe*. Budapest: Xénia Kiadó–Grafit Kiadó.
- STEWART, I., & JOINES, V. (2011). TA tomorrow. *Transactional Analysis Journal*, 41(3), 221–229.
- VÁRY A. (2013). Tanácsadás útban az információs társadalom felé. In JÁRÓ K. (szerk.), *Felelőség és siker – a tranzakcióanalízis mint döntésmenedzselés* (213–223). Budapest: Háttér Kiadó.

CONTEMPORARY SCHOOLS OF PSYCHOLOGY –  
THE LIFE STRATEGY OF TRANSACTIONAL ANALYSIS (TA)

JÁRÓ, KATALIN – ANTAL, SÁNDOR

*The study examines from TA's point of view the broader issue of what chances do theories and methods born of practice have to gaining acceptance by the modern academic science of psychology as independent schools. The main focus is the intellectual and professional reserves of TA ensuring its success in managing new social and professional challenges from time to time and its ability to renew while maintaining its values and particularities. We map crisis- and problem management techniques and discuss the strategies of addressing new challenges based on the experiences from overcoming the crisis of the school in a creative way at the turn of the millennium and on the evaluation of the occasion of the 100 birth centenary of Eric Berne. We take into account the importance of strengthening the identity of the professional community and developing optimistic visions. Finally our study describes the actual tasks identified by TA on the basis of its matured coping strategies and the efforts made to increase its acceptance as well.*

**Key words:** *criteria for modernity in psychology, Eric Berne, transactional analysis*