

A PSZICHOLÓGIA JÖVŐJE – SPEKULATÍV GONDOLATOK¹



PLÉH Csaba

Magyar Tudományos Akadémia
Közép-Európai Egyetem (CEU), Budapest

AZ AKADÉMIKUS ÖNTUDAT

Tanulmányom elsődleges célja annak bemutatása, hogy hogyan látjuk ma, a 21. század elején a pszichológia helyzetét és jövőjét, különös tekintettel a pszichológia mint tudomány, s a pszichológia mint hivatás kapcsolatára. Magának az elméleti pszichológiának a jelen állását már áttekintettem egy korábbi írásomban (Pléh, 2019), ezért fogok most az elméletek és a hivatás kapcsolatára összpontosítani. Saját helyzetünk látszólag történeti elemzése természetesen a historiográfiából régóta ismert dilemmákkal néz szembe. Nincs perspektívánk arra, hogy saját helyzetünket megítéljük. Ezért maradok szerényebben esszéisztikus. Mint a szakmában öt évtizedet eltöltő kutató és egyetemi oktató pszichológus, megpróbálok a saját egykori szocializációm, az 1960-as, 1970-es évek szemével tekinteni a mai helyzetre. Miben lettünk mások? Az újdonságokat és a feszültségeket elsősorban az egykori, a fél évszázaddal ezelőtt érvényes világkép és a mai szembeállítás keretében fogom kifejteni.

A pszichológia, mint már egy évszázada mindenütt, a mai társadalmi közegben is ígéretes tudományként és hivatásként jeleníti meg önmagát. Az Egyesült Államokban a pszichológusok, valamint az idegtudósok és a kognitív tudósok egyenesen felvetették, hogy az „agy évtizede” után, a 2012–2022 közötti évtizedet nyilvánítsák az emberi elme évtizedének (Albus és mtsai, 2007). Ennek, a javaslat szerint, két gyakorlati mozzanatra kellett volna összpontosítania:

- Az elme (*mind*) gyógyítása és védelme.
- Az elme gazdagítása.

Az elme alaposabb tudományos megismerése gazdagítaná életünket azzal, hogy minden szinten javítja a rendszerszerű nevelést, kezeli az elme betegségeit és a függőségeket, és új készségek felé tereli az emberi elmét.

Mindennek a javaslattevők szerint két elméleti megalapozása van.

- Az elme megértése.

„Még mindig hiányzik annak alapvető megértése, hogy hogyan keletkezik az elme az agy révén [...]. Olyan dolgokra kellene összpontosítania a kutatásnak, ahol az elme

¹ Köszönöm Ujhelyi Adrienn-nek, hogy felkarolta a dolgozat közlését, Wenszky Nórának és Kiss Ernő Csongornak pedig a gondos szerkesztést. A dolgozat időközben 2021-ben megjelent *A megismerés vége* (Gondolat, Budapest. 57–83) című könyvben is. A szövegbeli idézeteket magam fordítottam.

emberspecifikus vonásokat mutat, mint amilyen az én-tudat, a Szelf fogalma, a racionális gondolkodás, a tudatelmélet, a nyelv és a magasabb fokú tudatosság.” (Albus és mtsai, 2007: 1321).

- Az elme modellálása. Ide a számítástudományi, a mesterséges intelligencián alapuló és gépi modellálás tartoznának. Azért használok feltételes módot, mert a „projekt” nem valósult meg, csupán egy berlini és szingapúri konferencia lett belőle.

Saját korunk viszonylagos jelentőségét tételezve érdemes azt is elemeznünk, hogy a modern pszichológia viszonylag rövid, 150 éves története során melyek voltak a leghatékonyabb korszakok. Számos vizsgálat próbált már egymást kiegészítő kiválósági mutatókat megfogalmazni a pszichológiában, mind a klasszikusokra, mind a mai lélektanra nézve. Olyan mércéket használnak, mint hogy hány oldalon szerepel valaki vagy valami a tankönyvekben; mennyien hivatkoznak rá; mekkora a H-mutatója, vagyis

azoknak a dolgozatoknak a száma, amelyek legalább N alkalommal hivatkoznak rá. Ho és Hartley (2016) az ezer darab hivatkozás kritériumát mint küszöböt használva a modern pszichológia 176 legfontosabb publikációjában érdekes időbeli megoszlást mutatott ki. A leggyakrabban hivatkozott dolgozatok az 1950-es és az 1970-es évekből származtak. Ezt úgy értelmezhetjük, hogy a máig legfontosabb, dominánsan angol nyelvű, javarészt amerikai közegből származó és leghatásosabb dolgozatok az érett behaviorizmusból és a korai kognitív pszichológia évtizedeiből származtak.

A nagy hatású klasszikusok között – nem meglepő módon – ott találjuk Sigmund Freudot, Darwint, Wundtot, William Jamest. Jelen dolgozatom szempontjából fontosabb azonban a kortársak aránya. Ahogy az *1. táblázat* mutatja, a legláthatóbb kortársak az elméleti és a vegyes területekről származnak, s ők azok, akik már az 1970-es évektől jelen voltak a pszichológiában.

1. táblázat. A legláthatóbb mai pszichológusok elméleti vagy gyakorlati orientációjuk szerint (Haggblom és mtsai, 2002 dolgozatának első 15. táján értelmezve mai szerzőjét kiemelve a 100 kiválóságból)

Elméletalkotók	Alkalmazott pszichológusok	Vegyes
Piaget, Kahnemann, Lazarus, Skinner, Chomsky, Anderson, Tulving, Allport	Rogers, Bowlby	Bandura, Seligman, Tversky, Eckman, Campbell

A PSZICHOLÓGUSI HIVATÁS TERJEDÉSE

Manapság nemcsak a közvélekedésben, hanem a tudományos publikációk belvilágában is megjelennek az elméleti tudósok mellett az alkalmazás mesterei. Ezért is érdemes mai önreflexiónk kapcsán áttekinteni

magának a hivatásnak az alakulását is. A pszichológia mind a társadalomra gyakorolt hatását, mind a hivatást gyakorlók létszámát tekintve a nyugati világ jó részében a II. világháborút követő évtizedekben vált fontos hivatássá. Mára az élet kézenfekvő ténye, hogy a kutatás és az oktatás pusztán egy kis szeg-

mens, amely mögött a hivatásos pszichológia széles alapja áll. Érdeemes egy kicsit visszatekinteni a hivatásmozzanat létrejöttére.

A múlt századfordulón, az USA helyzete vonatkozóan a pszichológia egyik amerikai alapító atyja, James MacKeen Cattell (1903), még szomorúan állapította meg, hogy a mintegy 200 pszichológus kollégájából csak nyolcan vannak, akik nem oktatásból (akadémikus karrierből) élnek meg. Németországból Amerikába költözött barátjával, Münsterberggel (1915) együtt Cattellék már ekkoriban kampányoltak az alkalmazott lélektan ügyéért. „Nem látom okát, hogy miért is ne eredményezne évszázadunk során a rendszerezett tudás felhasználása az emberi természet irányítására olyan sikereket, melyek összemérhetőek a fizikai tudományok alkalmazásával az anyagi világra. [...] A folyamat végén a pszichológia nemcsak tudomány, hanem hivatás is lesz.” (Cattell, 1904: 182, 186).

Összességében a legkiterjedtebb alkalmazások a 20. században a közoktatásban, illetve a támogató (klinikai és tanácsadó) területeken bontakoztak ki, míg a leglátványosabban a katonai és menedzsment világban jelentek meg. A viszonylag széles körben gyakorolt alkalmazott lélektan számos országban a növekvő közoktatás igényeiből indult, s első mozgalmoszerű felbuzdulásai iskolapszichológiaiak voltak. Mint Cautin, Freedheim és DeLeon (2012) gondosan bemutatták az amerikai pszichológiára vonatkoztatva, a folyamat már a 19. század végén elindult, amikor a gyermektanulmányi mozgalom bevonta a tanítókat a pszichológia büvkörébe. A 19–20. század fordulóján megjelentek az első klinikai próbálkozások, többnyire az orvosi világból indulva (Freud, Charcot, majd Janet világa), és elindult az üzleti lélektan, majd a munkalélektan is. A társadalmilag legáthatóbb és legláthatóbb

azonban sokáig az iskolához kapcsolódó pszichológia volt.

Az iskolai tanácsadás, majd az iskolapszichológia az 1920-as években vált népszerűvé, nemcsak az Egyesült Államokban, hanem Piéron és Wallon, két vezető egyetemi pszichológus érintettsége, mozgalmi agilitása révén például a frankofón világban is, de Blonszkij, Vigotszkij és mások révén az 1920-as évek szovjet közegében is. Így volt ez egyébként Magyarországon is, Nagy László, majd az Új Iskola mozgalomban Dienes Valéria, Ranschburg Pál és később Mérei Ferenc bevonásával sokan sokat tettek az elméleti pszichológia és az iskolapszichológia összekapcsolásáért, s ezzel egy mozgalom jellegű alkalmazott lélektanért.

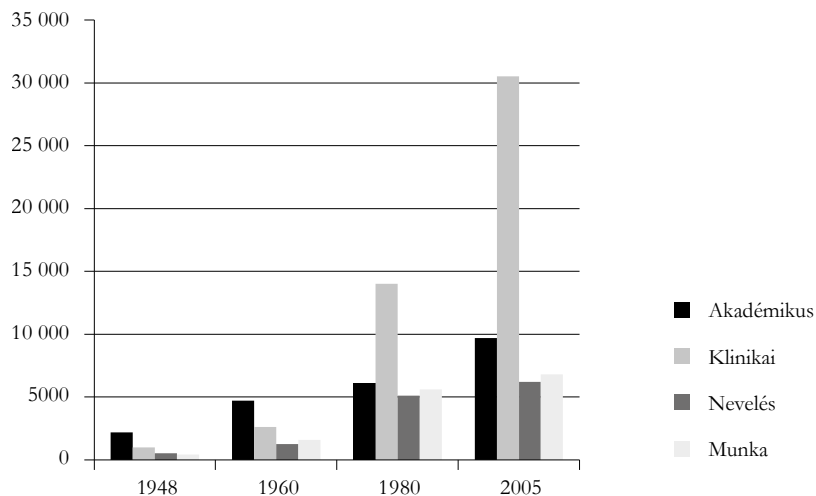
Az Egyesült Államokban a hivatássá válás stabilizálódott, és felgyorsult a háborús erőfeszítések, elsősorban a II. világháború hatására. A pszichológia azt ígérte ugyanis, hogy egyrészt társadalmi technológiává válik, a konfliktuskezelés és a társadalmi átalakítás ágensévé, másrészt pedig a mérnöki pszichológia az ember információfeldolgozó paramétereinek megértésével segíti majd a bonyolultá vált haditechnika üzemeltetését.

A háborús erőfeszítésekben az akadémiai pszichológia is részt vett, s ezzel megerősödött a hivatásbeli orientáció és elkötelezettség. „A II. világháborúnak óriási hatása volt a területre, mivel a háború során az egyetemi puristák és az alkalmazott pszichológusok egyaránt részt vettek az erőfeszítésekben [...]. Ez a háborús erőfeszítésekbe való együttműködő beágyazódás olyan centripetális erőt eredményezett, amely végső soron arra vezetett, hogy az Amerikai Pszichológiai Társaság (APA) 1947-ben átszervezte szekcióit, és a hivatásbeli érdekek azonos státusúakká váltak a tudományosakkal. Az átszervezésekkel együtt megváltozott és kiterjedt a cél:

»a pszichológia mint tudomány, mint hivatás és mint az emberi jólét javításának eszköze fejlesztendő«” (Cautin, 2009b: 225).

Az amerikai pszichológusok már az 1950-es évek közepén is észrevették, hogy a gyakorló pszichológusok száma meghaladta az akadémiai pszichológusokét (Clark, 1957). Tryon (1963) adatai szerint az Amerikai Pszichológiai Társaság (APA, American Psychological Association) tagsága, a lazán hivatásosnak nevezhető szekciókban az 1940–60-as években sokkal gyorsabban nőtt, mint az akadémikus területeken. Az alkalmazás minőségére vonatkozó kérdőíves adatok alapján

a nagy változás 1940 és 1959 között ment végbe. Míg 1940-ben a pszichológusok 75%-a akadémiai állásban volt, 1959-re a két alkalmazási típus nagyjából kiegyenlített (52% és 48%), s később az alkalmazott területek dominálni kezdtek az állásokban is. Mára ezek az arányok hatalmas abszolút számokban jelennek meg. A gyakorló pszichológusok száma az USA-ban már az 1970-es években jóval 50 000 feletti volt, míg az akadémiai pszichológusoké 20 000 körüli. Az *I. ábra* az Amerikai Pszichológiai Társaság szekciónkénti taglétszámának változását mutatja a 20. század második felében.



I. ábra. Amerikai Pszichológiai Társaság (APA) szekcióinak taglétszáma a 20. század második felében²

Egy-két évtizeddel később hasonló folyamatok mentek végbe Európában is. Az Európai Pszichológiai Társaságok Szövetsége (EFPA – European Federation of Psychologists’ Associations) adatai szerint az ezredforduló táján az akadémiai munka a pszichológusok 20%-át érintette, a klinikai pszichológu-

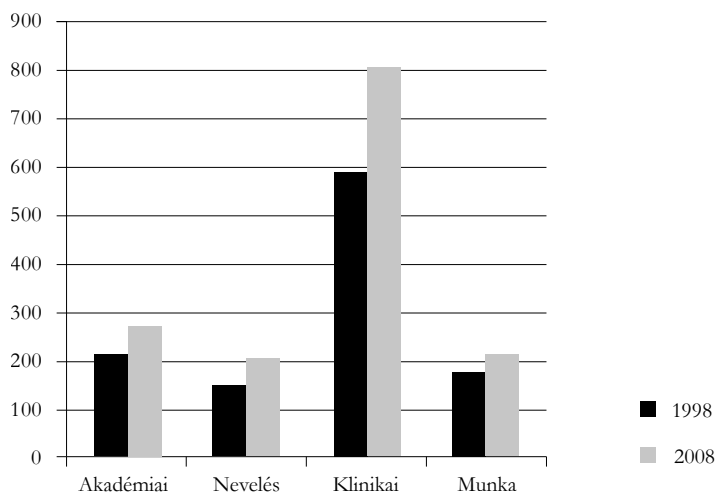
sok majdnem 80%-ot, a szervezetpszichológia 23%-ot tettek ki úgy, hogy a deklarációban többszörös besorolást is lehetővé tettek. Az európai pszichológia fokozatos hivatásszerűvé válása érvényes volt a brit, a német és a francia pszichológián belül egyenként is.

² Az adatok forrása: <https://www.apa.org/about/division/officers/services/profiles> (Letöltés ideje: 2021. október 31.)

Nézzük a francia példát. Ohayon, Plash és Tapia (2016) francia pszichológiatörténészek a pszichológiai hivatás átalakulását vizsgálták Franciaországban, amely mint hivatás az 1960-as években stabilizálódott. „1967-ben Paul Fraise, a Sorbonne pszichológia szakos diákjait vizsgálva kimutatta, hogy ezek 50%-a magát és másokat szeretné jobban megismerni, 13%-a pedig segíteni szeretne másoknak [...]. Legtöbbször a Franciaországban akkor kialakuló klinikai pszichológiára szerettek volna specializálódni. A helyzet valószínűleg

nem változott meg az 1970-es évek óta, amióta többszintűvé vált a képzés a francia egyetemeken” (Ohayon és mtsai, 2016: 52).

Hasonló folyamatok mentek végbe Magyarországon is, mint azt a 2. ábra mutatja. A klinikai hivatás nőtt a leggyorsabban, ennek aránya 53% körüli, míg az akadémiai hivatás csendes kisebbség, mintegy 17%-kal. Az egyetemi terjeszkedés révén ez azonban még mindig egy elég erős csoportnak számít. Ugyanakkor összességében az alkalmazott pszichológia dominanciája növekszik.



2. ábra. A pszichológiai hivatás Magyarországon az ezredforduló táján
Forrás: a Magyar Pszichológiai Társaság adatszolgáltatása alapján

A professzionalizáció a háborút követő évtizedekben az Egyesült Államokban nagyon erőteljes volt. Ahogy Daniel Robinson (1993), a pszichológia egyik filozofikus kritikusja megjegyezte, a pszichológia egész győzelme a gyakorlati alkalmazás sikerességén alapszik. Ezek az eredmények pedig a háborús erőfeszítések, valamint az elme tanulmányozásának hidegháborús alkalmazása miatt tűntek győzedelmesnek.

Ellen Herman (1995) a pszichológia amerikai társadalmi státusával kapcsolatos általá-

nos hivatásbeli változásokat az *amerikai pszichológia románcának* nevezte. Könyvek és állami dokumentumok alapján rámutatott arra, hogy a II. világháború és az 1970-es évek között hogyan árusította gyakorlatát az amerikai pszichológia és pszichiátria. A pszichológiának a háborús erőfeszítésekben való részvétele, majd az 1960-as években a különböző, az igazságosabb társadalom eléréséért indított programokban való részvétele révén képes volt szakértelmét ott is bevezetni, ahol nem is volt ez igazán megalapozott.

A háborús évek két tekintetben is kulcsfontosságú szövetséget hoztak létre a társadalom és a pszichológushivatás között. Magas szintű volt az erkölcsi elköteleződés a társadalmi szolgálat és a kormány támogatása iránt, együtt azzal a hittel, hogy kialakítható egy viselkedés alapú társadalomtudomány, s létrehozható a társadalommérnöklés (*social engineering*). Ez a könnyed szövetség az 1970-es évekig tartott. Ekkor az Egyesült Államokban megrendült a pszichológusok kormányzati beilleszkedése a vietnámi háború miatt. Ugyanezt a folyamatot erősítették a kisebbségek felemelésével kapcsolatos erőfeszítések sikerére vonatkozó megosztó értelmezések és az erősödő feminista mozgalom. Ez a kormányzat és a pszichológusok közötti elhidegülés azonban nem kérdőjelezte meg a pszichológia mint hivatás sikereit, pusztán társadalmi kapcsolatait változtatta meg.

Az eredeti amerikai szövetségben – a társadalom és a pszichológusszakma között – eszmei oldalon központi szerepet játszott a *pszichoanalitikus* és *viselkedéses* fogalmak összekombinálása, mint például a Yale Egyetemen Neal Miller és John Dollard csoportjának munkái a frusztráció és az agresszió kapcsolatáról (Dollard és mtsai, 1939). A kormányzat állandóan abban reménykedett, hogy a pszichológia segíthet a társadalmi és nemzetközi béke fenntartásában. Gordon Allport és munkatársai (1943) már a háború alatt kifejezték azt a reményüket, hogy a társadalommérnöklés elvezethet a társadalmi békéhez. „A pszichológusok tudják, hogy a közembereknek a békefeltételekkel kapcsolatos attitűdje lesz a döntő tényező. Bármily fontosak legyenek is a békével kapcsolatos gazdasági, politikai és katonai tervek, ezek magukban foglalják azt a kockázatot, hogy nem veszik figyelembe az

emberek vágyait és félelmeit, lelkifurdalását és agresszióját, büszkeségét és képzeletét. Amikor a világ népeinek közös találkozási pontját keressük, akkor az újnevelés, a demokratikus vezetők képzése, mindenki önmagát respektáló státusának garantálása és az új azonosulások biztosítása döntő tényezők lesznek” (Allport és mtsai, 1943: 131). Ez az eredetileg belső feljegyzésnek készült írás a háború utánra készülő Egyesült Nemzetek Szervezetének tett javaslatokat.

Az 1950-es években, az amerikai társadalmi közegben a pszichoanalitikus gondolatok hatása alatt a társadalommérnöklés szintén klinikai hozzáállást vett fel. Ebben az időben mind az amerikai alkalmazott pszichológiát, mind a pszichiátriát a pszichoanalitikus gondolatok és gyakorlatok dominálták. A pszichológusok ihletésére a köznép is elkezdett még a nemzetekről is mint „örültekről” beszélni, s arról, hogy a béke esélyének növelésére meg kell változtatni „a nemzeti karaktert”.

Az 1960-as években azonban, a hosszú távú freudi hatás és a klinikai gyakorlatok terjedése miatt a lélekgyógyászat fokozatos értékátalakuláson ment keresztül. A pszichoterápia fogalmát kitágította az ún. harmadik erő. Megjelent a humanisztikus pszichológia, amely a pszichoterápiát az egészséges személyek felé is kiterjesztette, s a pszichológiát pedig mint az önfejlesztés eszközeit mutatta be. Másrészt, megjelentek kritikai pszichológiai mozgalmak is, amelyek a korábbi neofreudizmus jelszavak egy részét vették át, s megkérdőjelezték a „terápiás társadalom”-programokban foglalt társadalmi adaptációs gondolatot. Párhuzamosan ezzel mindenféle biológiai és orvosi redukcionizmust megkérdőjelezték, és amellet érveltek, hogy egyszerre kell elismerni a gondolkodás belső világát és annak objektív társadalmi

beágyazottságát. Ennek részeként a brit filozófiai pszichológus, John Cohen (1970) *Homo Psychologicus* című művében megfogalmazta: újra előtérbe kell helyeznünk a művészet pszichológiai szerepét a mélyebb önismeret kialakításában.

A *felsőoktatásban* a pszichológia terjedése a pszichológiai szakág karok közötti jellegéhez kapcsolódik. Miközben a kontinentális Európában az 1960-as években a pszichológia a fiatal nemzedék önismereti igénye miatt vált népszerűvé, újabban számos nyugati országban a pszichológia iránti érdeklődés megnőtt, miközben a humán tárgyak iránti érdeklődés általánosságban csökken. A pszichológia mint a személyhez kapcsolódó humán, de ígéretében mégiscsak redukcionista diszciplína és hivatás jövedelmezőbbnek tűnik, mint az irodalomtörténet vagy a filozófia. A társadalom szemében mára a pszichológia hasznos, gyakorlatias hivatássá vált.

A pszichológusi hivatás terjedésének társadalmi következményei

A pszichológia mint hivatás terjedése a társadalmi életben többféle következménnyel járt. A modern ipari társadalomban a pszichológia és a pszichológiai tudatosság központi szerepet kezdett játszani. Michel Foucault (1990, 2019) hangsúlyozta, hogy a modern társadalom és a modern éntudat vagy Szelf létrehozása mellett a szelfmenedzsment szükségletét is kialakította: ez az általános tudatosság a kinézetünkről, a viselkedésünkről stb. A modern kor számos intézményt hozott létre a kórházaktól kezdve a pszichiátriai gondozókon át a börtönökig, hogy támogassa, sőt egyenesen kierőszakolja ezt az önmenedzsmentet. A 20. század második felében a pszichológia mint új ágens jelent

meg ezen a téren, olyan, az egyénhez kapcsolódó segítő foglalkozásként, amely az önmenedzselést támogatja. Bizonyos értelemben a pszichológia a nyugati világban a papság hagyományos szerepeinek szekularizált helyettesítőjévé vált, s egyben az intézményes vallás helyettesítőjévé is előlépett. Az a jelző, hogy segítsük az embereket a politikai, foglalkozási, partnerválasztási feszült helyzetekben azért, hogy kezelni tudják ezeket a választásokat és konfliktusokat, bizonyos misszionárius-öntudattal került a pszichológia kezébe. A külső nagyvilágban elkerülhetetlen problémák merülnek fel, és „mi, a pszichológusok” sajátos hozzáértésünkkel – legyenek ezek személytelen technikák, mint a behavioristáknál, vagy a pap és a mágus szerepének folytatásai, mint számos pszichoterápiában – majd megoldjuk ezeket a helyzeteket. Ez a mindentudásérzés nemcsak a társadalomban, hanem a pszichológusszakmán belül is feszültségekhez vezetett. Kételemek merültek fel a megmentőszereppel kapcsolatban, s megformálódott az önsegítés gondolata olyan civil mozgalmakban is, mint az Anonim Alkoholisták (AA, Alcoholics Anonymous). A gyakorlati pszichológia riválisaivá váltak azok az alternatív mozgalmak is, amelyek a keleti eredetű életváltoztató technikákat helyezték előtérbe, mint a jóga vagy a meditáció. Az ezredfordulón, a coach-ok és trénerek világa a menedzsmentszakmák felől hozott új riváliskat a pszichológia számára.

Az alkalmazott lélektan mint foglalkozás keletkezésében kulcsszerepet játszott a pszichológia *kollektív reprezentációjának* megváltozása. Ennek leghíresebb illusztrációja a pszichoanalízis francia közgondolkodásban való leképeződésének elemzése még az 1950-es évek állapota alapján. A francia kulturális élet egyik különleges vonása, hogy

itt a pszichoanalízis – éppen a francia dinamikus hagyomány megléte miatt – nehezen hódított teret, és csak a II. világháború után indult hódító útjára (Roudinesco, 1994 tekinti ezt át igen részletesen.) A katolikus egyház véleményvezérei és számos konzervatív referenciaszemély amerikai befolyásnak tulajdonították a pszichoanalízis megjelenését, s a francia kommunisták egyenesen amerikai kolonizációról beszéltek. Később a társadalmi mozgalmak történései pedig öngyarmatosításról szóltak.

Serge Moscovici (1961) Freudnak és a pszichoanalízisnek a francia közvéleményben történő leképeződésével foglalkozva dolgozta ki igen sikeres szociálisreprezentáció-elméletét. A könyv hatására jellemző, hogy még 2004-ben is újra megjelent. Moscovici eredményei világosan rámutattak arra, hogy a pszichológia nem pusztán úgy terjed, hogy több a találkozó a pszichológusok és a kliensek között, hanem úgy is, hogy megváltozik az emberek önreprezentációja. Moscovici ezt a francia sajtó, valamint különböző státuszú emberekkel készített mélyinterjúk alapján elemezte. A pszichoanalízis összképének meglehetősen strukturált elemzését adta. Kiemelkedett egy tudat–tudattalan–elfojtás–komplexum köznapi gondolati szerkezet. A közfelfogásban az általános pszichoanalitikus üzenet a következőket tartalmazta: a kora gyerekkor jelentősége, a vágyak fontossága, valamint az, hogy tudattalan életünk nem hozzáférhető a magunk számára sem. Érdekes ebből a szempontból, hogy vélelmezhető valamilyen szociális elfojtás is. Magának a libidónak a szexuális természete nem szerepelt ebben a közfelfogásban.

Az amerikai kognitív pszichológia egyik alapítója, George Miller mint az Amerikai Pszichológiai Társaság soros elnöke szintén kifejezte, hogy milyen nagy szerepe van

a pszichológiának az emberek önképének megváltozásában. Szerinte „a tudományos pszichológia lehetőségeiben az egyik legforradalmibb értelmiségi vállalkozás, amit az emberek kitaláltak. Ha jelentősen előrehaladunk vállalt céljaink tekintetében – a mentális és viselkedéses jelenségek megértése, bejósolása és ellenőrzése felé –, ennek sugallatai a társadalom egészére még a bátrakat is megreszkettetik. Szerintem a pszichológiai tudás emberi problémákra való átfogó és sikeres alkalmazása szükségszerűen magában foglalja azt, hogy megváltoztatjuk fel fogásunkat magunkról, arról, hogy hogyan élünk, szeretünk és dolgozunk együtt” (Miller, 1969: 1065). Ebből a szempontból – Miller szerint – Freud kevésbé az általa vezetett terápiák vagy technikák révén volt fontos, mint inkább önképünk megváltoztatása révén. „Ma sokkal jobban észre vesszük az emberi természet irracionális összetevőit, és jobban elfogadjuk tudattalan impulzusaink valós voltát. A freudi pszichológia fontossága kevésbé származik tudományos érvényességéből, inkább abból, hogy milyen hatást gyakorolt közös emberképünkre” (Uo. 1067). A Miller által elképzelt új alkalmazott pszichológiai paradigma nem viselkedéses technológia lenne. Lehetőséget nyújtana a választásra, a kompetenciák gyakorlására, s főleg arra törekedne, hogy megváltoztassa önképünket. Az emberekre úgy kell tekinteni, mint akik munkára motiváltak, gyakorolni akarják képességeiket, aktív ágensek, és saját sorsuk mesterei.

Egy nemzedékkel később Philip Zimbardo stanfordi szociálpszichológus összefoglalta, hogy miért nem vált sosem valóra George Miller optimista víziója. „Szerintem négy oka volt ennek. Annak szerény volta, hogy a pszichológia *mit* tud mint valódi értéket nyújtani a köz számára; annak ignorálása,

hogyan *ki* lenne ez a »közösség«; hogy fogalmunk sem volt arról, hogy *hogyan* terjesszük a pszichológiát; és nem foglalkoztunk eléggé azzal sem, hogy *miért* tartozik felelősséggel a pszichológia a közösségnek.” (Zimbardo, 2004: 340, kiemelés ez eredetiben).

Az alkalmazott lélektan sorsában fontos megosztó tényező, hogy éppen azért, mert a polgári Én önmenedzselésének eszköze, *túlzottan az egyénre összpontosít*. Az alkalmazott pszichológusok – a klinikusok, a tanácsadók stb. – humanista elkötelezettségük keretében azokra összpontosítanak, akik hozzájuk fordulnak segítségért. Ennek a hozzáállásnak megvan a maga logikája, etikai standardjai és létoka. Ugyanakkor, az egyént megcélzó beavatkozások közül igen sok használna társas kapcsolatokat és társas hálózatokat a klienssel foglalkozva. Már maga az egyéni tanácsadó és terapeuta is egy új társas kapcsolat. A csoportterápiák, a pszichodráma és számos más beavatkozás pedig – miközben az egyént akarják megváltoztatni –, úgy képzelik el, hogy az egyén, főképp centripetális perspektívából, az én külső körét alkotó társas szerepek felől indulva változtatható meg. Ebből a szempontból a pszichológia mint az egyén tanácsadója társadalmilag a vallásos gyakorlatok riválisává vált.

Emellett, miközben eredeti kiinduló egységük és célpontjuk az egyén volt, a pszichológusok sokszor észrevették, hogy klienseik problémái számos embert érintenek. Különböző módszerek formálódtak a párokkal vagy a családokkal, az iskolával vagy a munkacsoportokkal való foglalkozásra stb. Nem klinikai területeken, például az iparban, a hadseregben vagy a nevelésben, megjelentek *a rendszerhez kapcsolódó beavatkozások* is. Tegyük hatékonyabbá a kommunikációt a vállalatnál, tegyük érdekeltté a vállalati szervezetet az újításban, s változtassuk meg

inkább az iskolarendszert, mintsem a gyerekeket. Az egyénközpontú és az intézményközpontú alkalmazott lélektan közti versengés vagy feszültség velünk él ma is.

AZ AKADÉMIAI ÉS A HIVATÁSTERÜLETEK KÖZÖTTI FESZÜLTSEGEK

Az alkalmazott pszichológia, a pszichológusi hivatás győzelme újra felvetette a kutatás és a gyakorlat közötti feszültségeket. Ebben a viszonyban mindig voltak olyan szerencsétlen címkék, amelyek az anyagi és közfigyelmi források iránti versengések következményei. Ilyen címkék például: *a köldök-néző akadémikus pszichológiának semmi haszna*; a másik féltől pedig: *az alkalmazott pszichológusok szélhámoskodó guruk*. Az elmélet gyakorlati átváltásának soklépéses gondjait jól ismerjük a mai innovációs retorikából is. Természetesen a másik oldalról az is igaz, hogy az alkalmazott munkának sokszor nincs szilárd evidenciális alapja. Ez azonban nem szükségszerűen tragédia; akkor válik csak problémává, ha terepmunkás-élményalapú gög társul hozzá. A gyakorló pszichológusoknak, különösen a klinikusoknak, szembe kell nézniük a klinikusok dilemmájával. A klinikus közvetlen munkája többnyire csak megértésre és rekonstrukcióra vezet. A klinikus azonban sokszor úgy tekint az így kialakult összképet mint magyarázatot, ahogy arra Meehl (1954) fél évszázadal ezelőtt rámutatott, még 2013-ban is újryanomott könyvében.

A pszichológia társadalmi feltörekvése közben, együtt a viselkedéses technológiák ígéreteivel, az alkalmazott lélektan laikus bírálata is megjelent. Lilienfeld (2011) részletes listát ad ezekről a bírálatokról. Ezek

egy része szemantikai általánosságból áll, mint például: *a pszichológia pusztán köznapji általánosítások gyűjteménye*. Olyan nyilvánvalóságokat fejez ki, hogy: *az ellentétek vonzzák egymást*. A kritikák egy része viszont olyan gondokat fogalmaz meg, amelyek megfontolandóak a személy tudományaként felfogott pszichológiára. A pszichológia nehezen tud általánosítani, mondja a közvélemény, mert az emberek eltérőek, jöslatai pedig a tapasztalatok szerint korlátozott érvényességűek.

Hogyan lehet javítani ezen a képen? Több pszichológiát kell tanítani nem pszichológusoknak, s vezető pszichológuskutatók meg kell, hogy szólítsák a nyilvánosságot, amit olyan amerikai csillagok, mint Steven Pinker³ vagy Robert J. Sternberg,⁴ s olyan európai sztárok, mint Stanislas Dehaene⁵ meg is tesznek.

Az amerikai pszichológiában a fent említett feszültségek szakadásokhoz is vezettek. A klasszikus németes laboratóriumi pszichológia amerikai vezéralakja, Titchener már egy évszázaddal ezelőtt próbált kialakítani egy „nagyon kísérletező altársaságot”, mintegy az APA fiókintézményeként. 1959-ben aztán megalakult a *Psychonomic Society*, amely főleg kísérleti pszichológiai kutatásokat művel. Ez a „disszidens mozgalom” már stabilizálódott, és saját folyóiratai (pl. *Memory and Cognition; Attention, Perception and Psychophysics*) s nagysikerű éves konferenciái alakultak ki. 2020 táján 4000 feletti a taglétszáma, vagyis bár nagy, de a több százezres APA-hez képest továbbra is elit társaság.

Az 1970-es években azonban, a gyakorlati szakemberek léptek egyet előre. Profeszszionális, a gyakorlatra nevelő iskolákat alakítottak ki, először a klinikum területén. Megjelent egy új cím az amerikai pszichológiában, a *doctor of psychology*, 'a pszichológia doktora'. Az új képzési modell felvételének kiindulópontja a tudós-gyakorló pszichológus (*scientist-practitioner*) képzési modellel való elégedetlenség volt. Ez utóbbi versenytársaként jelent meg a készségekre nagyobb hangsúlyt fektető képzési modell, elsősorban a klinikai világban, amit gyakorló pszichológus-tudós (*practitioner-scholar*) modellnek neveztek. Néhány ezer órás gyakorlat is része a képzésnek, s az átfogó elméleti és gyakorlati vizsgák mellett harmadik elemként tartalmazza a követelményrendszer a kutatói felkészültséget igazoló dolgozatot is. Jelenleg körülbelül ugyanannyi diákja van ennek a képzési modellnek az USA-ban, mint amennyi PhD-s diák van a hagyományos szakterületen.

Ezzel a két úttal vége lett a kombinált kutatói-gyakorlati képzés, azaz az 1949-ben kialakult ún. Boulder-modell egyeduralmának. Az Amerikai Pszichológiai Társaságban az 1970–80-as években számos bizottság próbálta az emiatt keletkezett feszültségeket feloldani. Ez nem sikerült. Így aztán 1988-ban létrejött egy külön társaság, amelynek eredeti neve *American Psychological Society (APS)* volt. 2005-től a szervezet neve *Association of Psychological Science*, de a rövidítés megmaradt APS-nek. Átfogó társaság ez, mind földrajzi, mind szakági tekintetben.

³ Lásd TED-előadásait: https://www.ted.com/speakers/steven_pinker (Letöltés ideje: 2021. október 28.).

⁴ Lásd előadását a sikeres intelligenciáról: <https://www.youtube.com/watch?v=ow05B4bjGWQ> (Letöltés ideje: 2021. október 28.).

⁵ Lásd előadását az olvasás és számolás agyi hatásairól: <https://www.youtube.com/watch?v=0esnsH14opA> (Letöltés ideje: 2021. október 28.).

2020-ban az APS-nek 35 000 tagja volt. Számos igen nagy nevet szerzett folyóirat ad ki: *Psychological Science*, *Perspectives on Psychological Science*, *Psychological Science in the Public Interest*.

A két hozzáállás között azonban megmaradt a nagy feszültség. Sok ezren az elmélet/gyakorlat egység megőrzése és a válóper között lebegnek. „A múltra nézve, látjuk a húzó-taszító erőket az egység és az autonómia között a pszichológiai szervezeteken belül. Az évszázad során különböző szakadár csoportok jöttek létre, míg az 1980-as évek végén elérkezett egy olyan fordulópont, amely az APS megalakulásához vezetett. A jövő felé tekintve elgondolkozhatunk azon, hogy ezek a feszültségek hogyan fognak a tudományos pszichológián belül is újra megjelenni.” (Cautin, 2009b: 234).

Ez a szakadás a tudománytörténeti elemzés számára nem kell, hogy meglepetés legyen. Mint Simonton (2000, 2002) a pszichológiai kiválóságot elemezve rámutatott, ez mindig is két alapvető irány vagy attitűd volt. A sikerességet tekintve a kvalitatív szerzők, azaz a kifinomultak, akik inkább gyakorlati guruk, illetve a keményfejű kísérletezők egyaránt sikeresek voltak, csak a középúton állóknak nincsen tartós sikerük. A minőségi végen találjuk Freudot, Jungot, Adlert, Jamest, Gordon Allportot és Karl Rogerset. A keményfejű végen Skinner, Estes, Harlow és Thurstone voltak sikeresek. Középre olyan szerzők kerültek, mint Angel, J. M. Cattel és G. E. Müller. Vagyis a pszichológiában mind az egészséges, értelmező attitűdnek, mind a kísérletezőknek megvan a sikeres életútja. Mint a szervezeti szétválások ugyanakkor mutatják, ezek az irányzatok a házasságban nem mindig maradnak boldogok.

A determinizmus és a harmadik erőhöz tartozó mozgalmak

A klinikai pszichológiában mint domináns alkalmazott pszichológiai területen, a mélylélektani iskolák jól ismert megosztásai mellett, a 20. század végén új feszültségek is felléptek. Az egyik ellentét a *beavatkozás* és a *megértés* között feszül. Bár a behaviorizmus mint az embert értelmező tudományos keret s mint vezető kísérleti pszichológiai iskola az 1970-es évektől elveszítette alakító erejét, bár a viselkedési alapú beavatkozások és sokszor a technológiák továbbra is virágoznak, például a pszichológiai doktori programokban (Spear, 2007). A viselkedésterápia különböző protokolljai ma is közvetlen beavatkozásra törekednek, bár többnyire lágyítják a klasszikus viselkedésterápiában meglévő passzív emberképet. Az 1950-es évekbeli kondicionálásos beavatkozások helyett a viselkedésmódosítás kognitív oldalát kezdik hangsúlyozni, egy olyan életterv-alakítást, amely a kliens részéről együttműködést igényel.

A viselkedési alapú beavatkozási próbálkozások kiegészítőjeként vagy riválisaként különböző lágy programok jelentek meg, amelyek nem avatkoznak bele a kliens életébe, pusztán segítik a kliens önfejlesztését. Fokozatosan magában a klinikai munkában is fontos megosztó tényezővé vált az emberi élet determináltsága és a biológiai és társas mozzanatok szerepe. Az egyik oldalon az 1960-as évektől kifinomultabbá váltak a személyiségzavarok és az elmebetegségek biológiai elméletei, a másik oldalon viszont megjelent magának a *mentális betegség* fogalmának a radikális bírálata, illetve a különböző önalakító felfogások.

A biológiai pszichiátria determinista emberképe

A modern biológiai pszichiátria a 20. század közepén kapott új lendületet, együtt az agyi biokémiai folyamatok megértésének fejlődésével, valamint az antipszichotikus gyógyszerek (neuroleptikumok vagy *major tranquillisers*) megjelenésével az 1950-es évek közepén, Delay és munkatársai (1952) tevékenységével kezdődően. Eszmetörténetileg ez a biológiai felfogás a mentális betegségeknek mind a viselkedési elvű, mind a belső pszichodinamikára építő felfogását megkérdőjelezi, s visszatér a klasszikus pszichiátria osztályozási felfogásához. Ugyanakkor miközben a pszichoanalitikus dinamikus pszichológiából örökölt folyamathangsúly háttérbe szorult, ez egyben a súlyos mentális zavarok biológiai elméleteinek és kezeléseinek ajánlja új felfogását.

A pszichoanalitikus betegségértelmezést megkérdőjelező új biológiai pszichiátria döntő lépése az új antipszichotikus szerek tömeges bevezetése volt. Jean Delay (1907–1987) francia pszichiáter és sikeres író, munkatársaival együtt, a *chlorpromazine* szert eredetileg az agitált pszichotikus betegek műtéti érzéstelenítésére, illetve nyugtatására kívánták használni (Delay és mtsai, 1952). Megfigyeléseik, amelyekre az 1952-ben a témáról hat közleményt jegyző Delay úgy hivatkozik, mint a *neuroleptikumok felfedezésére*, elindította a pszichiátria farmakológiai forradalmát. Létrejött egy szövetség a gyógyszeripar és a pszichiátria között. Delay nagy tekintéllyé vált. Ő lett a Nemzetközi Pszichiátriai Társaság egyik alapítója, akárcsak a pszichiátriai gyógyszerek első nemzetközi osztályozásának bevezetője is.

Ekkoriban egyébként Janet tanítványaként már neves biológiai pszichiáter és emlé-

kezetbiológus volt (Delay, 1942a). A nürnbergi perben Rudolf Hess vélelmezett emlékeztetéseinek szakértőjeként vett részt. Megakadályozta, együtt a szovjet szakértővel, hogy Hess pszichiátriai alapon felmentesse magát. Ő volt Franciaországban az EEG-vizsgálatok úttörő bevezetője is (Delay, 1942b). Az emberi személyiség komplexitásáról sok mindent elmond (ez esetben egy vezető francia pszichiáter esetén), hogy mindeközben igen sikeres író is volt (Delay, 1947), valamint a Francia Irodalmi Akadémia tagja. Emellett a francia közegben nem csupán a modern biológiai pszichiátria úttörője volt, hanem a mentális betegségek komplex értelmezésében is részt vett. Ő volt Michel Foucault személyes mentora is annak fiatalkorában. A Saint Anne kórház vezetőjeként (1946 és 1970 között) Delay helyet adott Jacques Lacan, a forrongó francia pszichoanalitikus szemináriumai számára is.

Összehasonlítva a frontális lobotómiával vagy az elektrosokkal, a neuroleptikumok emberségesebb kezelést vezettek be a pszichotikusok életébe. A radikális baloldali kritika ennek ellenére nem kímélte Delayt. Kórházát az 1968-as diáklázadások során megtámadták, s Delay két éven belül nyugdíjba ment (gazdag örökségéről ld. Gaillard, 2014).

Játékelvű betegségértelmezés és az antipszichotikus mozgalom

Az 1960-as években a személyiségről befolyásos személyközi játékelméletek is születtek. Eric Berne (1910–1970) tranzakcionális személyiségelmélete a személyiség rétegeit az interakciók involváltságából vezeti le. A társas interakciók egy része egyszerű időtöltés. Vannak azután a személyiséget nem elkötelező játszmák, s végül olyan mélyebb rétegek, amelyek a teljes személyiséget

érintik (Berne, 2013, 2016). Bizonyos értelemben Berne a freudi elmélet feltételezte 3 topográfiai réteget váltotta fel személyközi rétegekkel. *Tranzakcionális* elemzése azt célozza, hogy elemezzük és iktassuk ki az életet fenyegető játszmákat és a veszélyes életforgatókönyveket (Berne, 2002). Az 1970-es években Berne igen népszerű szerző volt, és a tranzakciós elemzés még az 1980-as években is előtérben állt. Nagy sikerének alapja az volt, hogy intellektuális értelemben a laza topológiai modellt átvéve a pszichoanalízisből, azt összekombinálta az amerikai társas interakciós hagyománnyal. A tranzakcióelemzésnek számos folytatása és megújítása van, amelyek ma inkább a „harmadik erő” mozgalmához kapcsolják törekvéseiket (Járó és Antal, 2015).

A pszichofarmakológiai forradalomra reagálva jóval keményebb, a „nagy pszichiátria”, azaz a pszichotikus zavarok kérdéseivel megküzdeni próbáló interakciós elvű ellenmozgások is megjelentek. Az egyik legfontosabb ellenfél a Thomas Szasz (1920–2012) elindította *antipszichiátriai mozgalom* volt. Szasz (1961/2002) egy híres könyvében azt hirdette, hogy az elmebetegség nem valódi betegség, hanem társadalmilag konstruált kategória, amely az emberi viselkedés és kommunikáció félreértésén alapszik. Az elmebetegségnek nincs biológiai alapja. Szasz továbbment ezen az úton, és általában úgy értelmezte, hogy számos mentális zavar sajátos kölcsönös játszmának tekinthető a páciensek és a pszichiáterek világa között, akik mintegy egymást erősítik. Hasonlóan értelmezte a droghasználat üldözői és terjesztői közötti kapcsolatot is.

Az 1950–70-es években a pszichotikus viselkedés- és élményvilágnak más lágy értelmezései is megjelentek. Az egyik a brit antropológus és kommunikációkutató,

Gregory Bateson (1904–1980) nevéhez kapcsolódik. Bateson meglehetősen újító szemléletű, baloldali társadalomkutató volt. A kommunikáció és a társadalmi zavarok közti kapcsolat tételezése csak egyik témája volt, a kommunikációelméletre és Bertrand Russell logikai típuselméletére támaszkodva. Palo Altóban, Kaliforniában kapcsolódott össze a pszichiátria kérdéskörével, a skizofrénia keletkezésének kettős kötés (*double bind*) elméletét hirdetve. Eszerint a skizofrénia mögött egy olyan családi mintázat áll, ahol ellentmondás van a közvetlen kommunikáció és az arra vonatkozó metakommunikáció között, ami például a szó szerinti és az ironikus jelentés ellentétekor érhető tetten. Például, amikor egy anya azt mondja a szakadt nadrágban megjelenő gyereknek, hogy *Ó, milyen jól felöltöztél!*; a majdani beteg ezt a kommunikációt úgy értelmezheti, hogy inkább lezárja a közlést, mint a katonán, vagy túlértékeli az üzenetet, mint a paranoid vonatkoztatások esetén, vagy összevissza beszél, mint a hebefrén beteg. „Amikor az egyén intenzív kapcsolatban van, és olyan helyzetbe kerül, ahol a másik személy a kapcsolatban kétféle üzenetet küld, és az egyik tagadja a másikat, akkor úgy kezdi magát védeni, amit a pszichiátriában úgy azonosítanak, mint paranoid hebefrén vagy katonán skizofrén mintázatot” (Bateson és mtsai, 1956: 5–6). Ez az elmélet, amelynek magyar bemutatására jó forrás Buda Béla (2012) könyve, értelmező felfogás maradt, nem igazi oksági elmélet, amelyet empirikus adatok alátámasztának. Mint Hartwell (1996) elemezte, Bateson felfogása azok közé a jórészt pszichoanalitikus ihletésű elméletek közé illeszthető, melyek az anyákat tették felelőssé minden bajért, így a skizofréniaért is. Ezzel az újító, eredetileg baloldali ihletésű „lágy elmélet” beleilleszkedett egy olyan

konzervatív értelmezésbe, amely általában a modern amerikai társadalmi adaptációs zavarok egy jó részéért a dolgozó anyákat tette felelőssé.

Szasz és Bateson inkább elméletírók voltak, mintsem értelmiségi bozótharcosok. Ronald D. Laing (1927–1989), a brit pszichiáter, költő és társadalomkritikus viszont annak vált intézményes és nyilvános, szimbolikus figurájává, hogy hogyan kapcsolódik össze a pszichiátria radikális bírálata a radikális társadalmi mozgalmakkal. Laing lényegében azt hirdette, hogy a mentális zavarok eredetét, miként Bateson szerint is, a családi szocializációs mintákban kell keresni. A patológiás szocializációs minta Laing szerint sajátosan a családi elnyomás, amely elidegenedéshez és a valóság alternatív értelmezéséhez vezet. Ez a családi magyarázat elég freudistának tűnhet, az anya túlhatalmának egy új értelmezése. Laing szerint azonban a patológiás családi struktúra nem neurózist eredményez, hanem alternatív valóságokat. Ezek az alternatív valóságok felelnek meg annak, amit a hagyományos pszichiátria pszichózisnak tart. Laing értelmezésében azonban ez nem mentális zavar, hanem a valóság olyan eltérő víziója, amit respektálni kell, és el is kell fogadni mint a világ egy lehetséges képét.

Laing eredetileg bővíteni és tudományosan alátámasztani szerette volna ezt a kóreredeti hipotézist. Kapott is egy nagy összegű alapítványi támogatást, egy idő után azonban feladta a családi elmélet statisztikai bizonyítgatását. Teljesen értelmező attitűdöt vett fel. Nincs szükség ellenőrzött, kontrollált családvizsgálatokra, elég értelmezni a betegek üzeneteinek tartalmát. Az elmebetegség maga, akár csak Laing (2018, 2019) saját provokatív elmélete róla, a világ és a kommunikáció alternatív értelmezése lenne.

Az antipszichiátria igazából nem a biológiai alapú terápiával szemben lépett fel, hanem mint Grob (2011) elemzése megmutatja, egy olyan klinikai közegben lépett elő, ahol a lágy, nem túl formális pszichoanalitikus értelmezés volt az uralkodó. Az 1960-as években az amerikai klinikumot, mind a pszichiátriában, mind a pszichológusok között a pszichoanalitikus terápia uralta, javarészt ignorálva a pszichotikusokat. Az antipszichiátria vezetői, Szasz Amerikában, Laing Angliában, maguk is pszichoanalitikus kiképzést kaptak. Az ő közelítésük a mentális zavarokhoz egyszerűen radikálisabban volt pszichoanalitikus, mint azt a freudisták valaha is álmodták volna. Ugyanakkor a pszichoanalitikusokhoz hasonlóan ők is inkább folyamat-, semmint besoroláspártiak voltak, és a zavarokért a családot tették felelőssé.

Történeti perspektívából nézve az antipszichiátria ugyanakkor született, mint a modern biológiai pszichiátria. Mindkettő a pszichoanalitikusok által ajánlott domináns szocializációs perspektívát kérdőjelezte meg, vagyis azt a hitet, hogy a családi szocializációs zavar vezet mentális zavarokhoz. A biológiai megközelítést az jellemezte, hogy biológiai egyensúlytalanságot hirdetett, ahogy később látjuk, az agyi neurotranszmitterek között. Ennek megfelelően változott meg a betegségbesorolás is a nevezetes DSM-rendszerben. Ennek első változatai még pszichoanalitikus dominanciájúak voltak, ahol a kórformák mögött feltételezett folyamatokra (elfojtás, projekció stb.) összpontosítottak. A DSM az 1980-as évektől aztán szakít a pszichoanalitikus ihletésű folyamat alapú osztályozással, és a pozitívista tüneti besorolást és a biológiai megalapozást állítja előtérbe. Az antipszichiátria viszont magát az *egyensúly* és az *alkalmaz-*

kodás kifejezéseket kérdőjelezte meg, s azt hirdette, hogy a mentális páciensek ugyan örültek, de nem betegek. A páciensek egy sérült világra reagálnak, s üzenetüket meg kell hallgatni.

Az 1970-es években Laing és részben Bateson gondolatai összekapcsolódtak a polgári jogok és a polgári engedetlenség mozgalmával. Ezek az erőfeszítések számos feszültséghez vezettek a mentális egészséggel és a klinikai hivatásokkal összefüggésben, különösen Amerikában és Nagy-Britanniában, de Franciaországban is. Az antipszichiátriai mozgalom a gyakorlatban összekapcsolta a szociálpszichológiát a tekintélyellenes kulturális kritikával, olyan kritikai társadalomtudósok és filozófusok hangjával, mint Foucault vagy Goffman. Ennek a kritikának a körébe az antipszichiáterek egy része bevonta a tudatmódosító szerek használatát is. Használtak szereket, de nem gyógyításra, hanem azzal a szándékkal, hogy az elmét megnyissák új élmények felé. Mindebből a Laing irányította londoni Kingsley Hall elmekegyszobában egy új pszichiátriai gyakorlat indult el. A kórházat hamarosan bezárták a páciensek destruktív viselkedése miatt (az öt év során kb. 100 páciens fordult ott meg), valamint a vezető Laing saját elméleti furcsaságai miatt. Laing (2018) amellett állt ki, szinte prédikátori hevülettel, hogy el kell fogadni az új, *szétesett Szelfet*. Bár a kórház feloszlott, Laing (1983) társadalmi üzenete, például költészete révén is, mindmáig velünk él.

Az antipszichotikus szerek, a nagy *tranquillizerek* használata a biológiai pszichiáterek számára a humanisztikusabb biológiai kezelés jelképei voltak. A lázadó ifjúság számára viszont mindez a mentális zavarok további biologizálásának szimbóluma volt. A kulturális kritika a páciensek psi-

chológiai kezelése mellett érvelt. Ennek jellegzetes példája volt Ken Kesey regénye, a *Száll a kakukk fészkére* 1962-ben és az ezen alapuló Milos Forman-film 1975-ben.

A sok társadalmi feszültség közepette számos etikai és kezelési protokoll jelent meg, az antipszichiátriai mozgalom azonban nem lett nyertes, bár hosszú távon humanisztikus célt szolgált. A mai pszichológiai irodalomban nem zavaró címkéivel és jelszavaival, hanem szellemével él tovább. Újra és újra megjelenik a klinikai munka adaptációs üzenetének kulturális bírálata és az a vád, hogy a klinikai munka elfojtja a társadalmi rend feltételezett megkérdőjelezését. Állandó a farmakológia bírálata is, annak emlegetése, hogy a biológiai pszichiátria kezeléseiben nem elég sikeres, valamint hogy megalapozatlan maga a pszichiátriai besorolás. Whitley (2012), valamint Gumpper és Veit (2015) jól bemutatják ezeket a fejleményeket.

A SZEMÉLYISÉG ÉS PSZICHOTERÁPIA ÚJ, HAJLÉKONY ELMÉLETEI

Miközben ezek az intenzív intellektuális és utcai harcok folytak, érdekes differenciációk mentek végbe azokon a csoportokon belül is, amelyek az életpálya és a lehetséges patológiák lágyabb meghatározottsága mellett érveltek. Az egyik kiemelkedő felfogás Eric Erikson (1902–1994) *identitáselmélete*. Erikson német származású pszichoanalitikus volt, akit Anna Freud képzett. Az Egyesült Államokban kapcsolatba került a Yale, a Berkeley és a Harvard Egyetemen is, befolyását azonban nem annyira egyetemi oktatói munkája, mint inkább az identitásról és a személyiségfejlődés szakaszairól szóló írásai képezték. Sokat olvassák és idézik:

150 ezer referencia van munkáira a tudományos szövegekben. *Gyermekkor és társadalom* (*Childhood and Society*; Erikson, 2002) című műve az Egyesült Államokban Pulitzer-díjat és a Nemzeti Könyv-díjat is megkapta, s önmagában 50 ezernél több hivatkozás van rá. Bizonyos szempontból fő hatása az volt, hogy az egyéni fejlődés pszichoanalízis feltételezte szakaszait egy teljesebb szakaszelméletté fejlesztette ki, amelybe beletartozik a felnőttkor is. Az identitás és az ifjúsági válságok kapcsolatáról szóló könyve éppen a nagy diáklázadások évében, 1968-ban jelent meg. Fogalmi keretet adott a *baby boom*-nemzedék helykeresésének értelmezésére. Olyan fejlődélméletet javasolt, amelyben mindegyik szakasznak megvannak a maga fő feladatai, valamint pozitív és negatív eredményei. Az identitás Erikson – akárcsak magyar értelmezője, Pataki (1982) – számára még nem a kisebbségi és alternatív identitások társadalmi elfogadásának harci eszköze, hanem az individualizáció útkeresésének értelmezési kerete. Ebből a szempontból, ahogy Mérei Ferenc értelmezi (Mérei és

V. Binét, 1970), felfogása hasonlít Wallon (1934) dialektikus feszültség alapú fejlődélméletéhez.

Sok gyakorló pszichológus számára Erikson felfogásának két mozzanata tette vonzóvá. Esettanulmányai Lutherről és más híres emberekről az identitást központi fogalomná tették (Erikson, 1991). A feminista mozgalommal, a nemzeti és genderidentitási kérdések előtérbe kerülésével egy nemzedék múlva ez az átfogóbb, tágabb társadalmi mozgalmaknak is központi témája lett. Másrészt nagy hatást fejtett ki azáltal, hogy a felnőttkort is úgy kezelte, mint aminek szakaszai vannak. Ez a nyugati társadalmakban beleilleszkedik az egyre magasabb várható életkor teremtette útkeresésbe, s a humanisztikus pszichológiai mozgalmakba. Erikson a humanisztikus pszichológia és más egész életkoron át tartó fejlődést feltételező pszichológusok számára vált központi vonatkozási keretté. A fejlődés szerinte nyílt rendszerben valósul meg, és mindenütt személyes döntések jellemzik, mint azt a 2. táblázat mutatja.

2. táblázat. A fejlődés alapvető szakaszai Erikson (2002) szerint

	Kor	Jellemző	+ Kimenet	– Kimenet
Remény	1,5	Bejósolhatóság	Bizalom	Bizalmatlanság
Akarat	1–3 év	Hatékonyság	Autonómia	Szégyen
Cél	3–6 év	Tervezés	Kezdeményezés	Lelkifurdalás
Kompetencia	6–11 év	Társas összevetés	Szorgalom	Kisebbség
Serdülés	12–18 év	Hűség	Identitás	Szerepkonfúzió
Felnőttkor	18–30 év	Szeretet	Intimitás	Elszigeteltség
Késői felnőttkor	35–64 év	Gondoskodás	Generativitás	Stagnáció
Öregkor	65-től	Bölcsesség	Integritás	Kétségbeesés

*A harmadik erő és a holisztikus
pszichológiák*

A mélylélektani iskolák, valamint a behaviorista és kognitív terápiás gyakorlatok a 20. század utolsó harmadában részletesen kibontakoztatták, hogy az élmények, valamint a genetikai és környezeti hatások hogyan határozzák meg a személyiséget. Az egymással egész világgépükben élesen szembenálló irányok közös mozzanata az volt, hogy a személyiséget az élettörténet határozza meg, s ennek megfelelően egy *reaktív emberképet* képviseltek. Ellenképük a biológiai pszichiátria sugallta genetikailag és neurálisan *determinált emberkép* volt. Az ún. *harmadik erő* képviselői mindkét fő irány ellentétéleként fogalmazták meg saját hozzáállásukat. Azért nevezték harmadik erőnek magukat, mivel megpróbálták meghaladni mind a pszichoanalízist, mind a behaviorizmust, mind a közben megerősödött biológiai pszichiátriát. „A humanisztikus pszichológia az 1950-es és 1960-as években úgy került előtérbe mint reakció, részben a freudi pszichológia determinisztikus és patológizáló természetével, részben a behaviorizmus mechanisztikus feltevéseivel és gyakorlataival szemben” – foglalta össze Elkins (2009: 267).

A *humanisztikus pszichológia* vált az 1960-as években ezeknek a „harmadik erőt képviselő” pszichológiai mozgalmaknak az átfogó nevévé. Programadó vezetőjük Carl Rogers (1902–1987) volt. Rogers mint gyakorló pszichoanalitikus olyan megközelítést képviselt, amely inkább az emberi lehetőségekre és a saját kezdeményezésre alapozott, szemben a hagyományos freudi megközelítésekkel. Az ő felfogásában a pszichoterápia nem pusztán azt célozza, hogy az önismeret növekedjen, hanem célja az ön-megvalósítás (*self-actualization*). Eljárása

kliensközpontú, és nem követ előírt forgatókönyveket. Azon alapszik, hogy a klienst mint személyt teljesen el kell fogadni, és olyan nyitott, elfogadó atmoszférát kell teremteni, amely az interakciós találkozások révén segíti a tanulást (Rogers, 2008, 2019). A kapcsolatokban új megközelítéseket kell kialakítani a *Szelfre* vonatkozóan, szemben az ősi feszültségek pusztá csökkentésével. „Rogers kiindulásként azt gondolta, hogy ennek a kliensre irányuló kompetencia- és fejlődésnövelő atmoszférának három alapvető tényezője van: (1) valóság vagy kongruencia, (2) feltétlen vagy pozitív elfogadás, és (3) az empátikus megértés. Később, hozzátett egy negyedik tényezőt is, amelyet (4) spirituálisnak vagy transzcendentálisnak nevezett” (Anderson, 2002: 341–342).

Rogers, aki első egyetemi évei során maga is lelkésznek készült, az 1950–70-es években megjelent nagy befolyású könyvei mellett számos hatásos vitában fejtette ki nézeteit, ahol teológusokkal, vallási vezetőkkel és pszichológusokkal is vitatkozott, közöttük Skinnerrel. Rogers világosan látta, hogy itt társadalmi értékkérdésekről is szó van. A terápia értékét a különböző társadalomfilozófiai irányzatok másként határozzák meg. Ha az objektív mérlegelés alátámasztja, hogy szükség van a függésre, az irányításra és a szakértelemre a kliens terápiaja során, akkor a szakértői kontroll, mint például a Skinner-féle társadalomfilozófia, tűnik igazoltnak. Ha a kutatás azt mutatja, hogy a kliensnek legalábbis látensen megvan a lehetősége, hogy megértse és irányítsa magát, akkor a demokrácia pszichológiai alapját mutatjuk be. Skinner és Rogers vitája során Rogers, miután összegezte egyetértésüket abban, hogy a viselkedéstudomány célja a viselkedés ellenőrzés alatt tartása, felsorolta, hogy miben nem értenek egyet:

„Kit ellenőrzünk? Ki hajtja végre az ellenőrzést? Milyen ellenőrzést valósítunk meg? Legfontosabbként pedig, milyen céllal vagy szándékkal, vagy milyen értéknek megfelelően gyakorolják az ellenőrzést?” (kérdi Rogers, Rogers és Skinner, 1962: 20)

Rogers szerint más célok is vannak, mint a pusztán viselkedésirányítás. Preferenciái szerint „az ember egy valamivé válás folyamata (*becoming*), egy olyan folyamat, amely értéket és méltóságot nyer el az ember lehetőségeinek kibontakoztatása révén. Az emberi individuum egy önmegvalósító folyamat (vagy önaktualizáló), izgalmasabb és gazdagabb élményekre térve át, amely folyamat során az individuum alkotó módon alkalmazkodik egy mindig új és változó világhoz” (Uo., 25). A terápiás vagy beavatkozási cél az, hogy a kliens önmagára támaszkodjon. „Olyan ellenőrzési módszereket használunk, amelyek belső ellenőrzéshez vezetnek. A kliens önmagát fogja irányítani, kevésbé lesz merev, nyitottabb válik érzéki tapasztalataira, és szervezettebb és integráltabb lesz, mint külső kontroll esetén. Azt jósoljuk, hogy a külső feltételek alakításával az individuum révén létrehozható egy belső kontroll” (Uo., 26). Skinner nem fogadta el azt a gondolatot, hogy már a kezdeteknél hiányoznia kell az ellenőrzésnek. A vitában felvetette, hogy már híres utópisztikus regényében, a *Walden two*-ban (Skinner, 1948) is kifejtette, hogy az ellenőrzésből kell kiindulni, de az ellenőrzést fokozatosan csökkenteni kell.

Rogers eszméi nem a semmiből születtek. Ahogy a magyar-amerikai pszichológiatörténész és szervezetpszichológus, Robert Kramer (1995) rámutatott, gyökerük a disszidens pszichoanalitikus, Otto Rank (1884–1939) újító attitűdjében már megtalálható. Rank (1996) az Egyesült Államokba kivándorolva személyiségközpontú megközelítést

fejlesztett ki. Ahogy a humanisztikus mozgalomba beilleszkedett Charlotte Bühler (1893–1974) munkája is ebbe az irányba mutatott, aki bécsi emigránsként kezdett el Kaliforniában dolgozni (Bühler és Melanie, 1972), és itt, Kaliforniában bontakoztatta ki eredeti elképzeléseit az élethosszig tartó fejlődésről és az értékalakítás központi szerepéről az emberi életben (Bühler, 1925). Abraham Maslow (1908–1970) pedig már a jóval korábban megfogalmazott, az emberi motivációs folyamatokra vonatkozó hierarchiáját állította előtérbe (Maslow, 1943). A motívumok az elemi fiziológiai szükségletektől a spirituális értékekig tartanak. Fontos szervező elvük a hiány- és a növekedési típusú szükségletek elkülönítése. A humanisztikus pszichológiai mozgalomba egy olyan elemet hozott be, amely az emberekre lehetőségként tekint, hangsúlyozva az önalakítást és a lehetőségeket, szemben a determináltlány-felfogással (Maslow, 1962). A hiánnyal a fejlődést szembeállító felfogás a menedzsmentszakmákban is fontos szervező elvévé vált az emberi szervezetek motivációs irányítására céljából. Maga a sokat emlegetett Maslow-piramisba rendezés is a menedzsmentszakmákból származik (Bridgman és mtsai, 2019). Ebben az a fontos mozzanat, hogy Maslow motivációs elképzelései révén a humanisztikus pszichológia személyiségképe kilépett a kizárólagosan klinikai és támogató keretből, s a pénzcsinálás egyik vonatkoztatási keretévé vált.

A magasröptű humanisztikus célok egy része a pszichoterápia és a személyiségformálás mezején mozgalommá válva elvezetett az *Encounter-csoportmozgalom*ig is. E felfogásban a megengedő *laissez-faire* attitűd uralkodik. Ez hedonisztikus irányba mozdította el a terápiás célokat a fájdalmas önismerettől és a szorongáshoz hasonló negatív erővel való megküzdéstől. Az 1970-es

évek jómódú Amerikájában az önmegvalósítás és az Encounter-csoportokban való részvétel szinte laza szabadidős tevékenységgé váltak. Az Encounter-csoportok népszerűségét a valódi értékek ígérete váltotta ki. „Hiszem azt, hogy van egy éhség valami olyasmi iránt, amit az ember, a személy nem talál meg munkakörnyezetében, egyházában, és semmiképpen sem iskolájában vagy egyetemén, és elég szomorúan, a modern családi életben sem. Éhség ez az olyan kapcsolatok iránt, amelyek közeli és valóságosak, melyekben az érzéseket és érzelmeket spontán módon ki lehet fejezni anélkül, hogy először gondosan cenzúráznánk vagy lefojtanánk őket, ahol a mély élmények – a csalódások és az örömek – megoszthatóak, és új, kockázatos viselkedésmódok is előkerülhetnek, amelyeket ki lehet próbálni” (Rogers, 1970: 10–11).

A mozgalom igen népszerűvé vált, Rogers szerint egyenesen a 20. század legnépszerűbb mozgalma volt. A tömegkommunikációban nagy visszhangot és kritikát kapott a mozgalom néhány szélsősége, például a maratoni meztelen csoportülések. Hamarosan azonban a filozofikus érdeklődésű fővonalbeli pszichológusok is kritizálni kezdték a kezdeményezést. Sigmund Koch, aki egyébként a többarcú pszichológia érdekében nagyon érzékenyen támogatta az újító gondolatokat (Koch, 1961, 1999), korán elkezdte bírálni a mozgalmat mint látszat-autenticitást. Az Encounter-csoportmozgalom „mesterségesen udvarolt a spontaneitásnak és az autenticitásnak. Az instrumentalizmust instrumentálisan próbálja leküzdeni. Az élmények hozzáférését úgy próbálja biztosítani, hogy ezt egy előre csomagolt terméként adja el. Az autonómiát csoportnyomás révén próbálja kialakítani, s az egyéniség felszabadítását csoportalakítással kísérli

meg [...]. Csak groteszk képét adja azoknak a nemes tulajdonságnak, amelyeknek udvarol. Igazából egy kényelmes pszichológiai kuplerájt teremt. Az ember felszabadító fogyasztásra lép be oda, de elkerülhetetlenül pszichológiai sztriptíz lesz a vége. Az emberi potenciálokra összpontosító mozgalom elhomályosítja a Szelf tartalmát és határait azzal, hogy a szervezetet kívültre helyezi – nem egyszerűen a szervezet perifériájára, hanem ki a nyilvános társas térbe. A behaviorizmus hibája az, hogy a tudomány világából kiiktatja a belső életet, ugyanakkor a polgárok számára megengedi azt az illúziót vagy akár valóságot is, hogy van belső életük” (Koch, 1971: 112–115). Történelmi szempontból a következő nemzedék során a humanisztikus pszichológia egésze elvesztette eredeti indíttatását és befolyását. Ahogy Elis (2009) elemezte, ennek két fő oka volt. (1) Megerősödött az amerikai társadalom általános konzervativizmusa. (2) A fővonalbeli pszichológia negligálta a humanisztikus pszichológiát, vagy annak eltorzult képét állította előtérbe.

A humanisztikus pszichológiától a pozitív pszichológiáig

Véleményem szerint a Rogers indította önmegvalósítási mozgalomnak egy sajátos reinkarnációja a *pozitív pszichológia szemlélete*. Számos összehasonlítás azonban, például Waterman (2013), nehezen összeegyeztethetőnek tartja a két ihletést. Míg a humanisztikus pszichológia filozófiájában kissé vallásosan egzisztencialista, a pozitív pszichológia inkább funkcionalista. Módszertanában a pozitív pszichológia eléggé tudományközpontú, míg a humanisztikus bölcsészetszerű, az egyén hermeneutikai munkájára alapoz. Ugyanakkor a tartalmában

az élet *romantikus elemeinek* előtérbe állításában szerintem igenis összekapcsolhatóak.

A pozitív pszichológia előzményeit keresve Rogers és Maslow mellett egyébként visszajutunk John Stuart Mill klasszikus elképzeléseihez (Pléh, 2004a, 2012a). Az elme mozgósító erőiről felállított rendszer Millnél négy máig releváns mozzanatban rekonstruálható. (1) A tudás és a szeretet nem megosztott tulajdon. Több embert szeretve nem vonom el másoktól a szeretetemet – hangzik a kissé romantikus tézis. (2) Tudásunk és a szeretet nem értelmezhetőek utilitarista szemszögből. (3) Másrészt önmagunk tökéletesítése önálló életcélnek tekintendő. Az ember nem pusztán az öröm megszerzésére és a fájdalom elkerülésére törekszik, miként Mill haszonelvű mentorai hirdették volt, hanem saját magát is próbálja csiszolgatni. (4) Az emberi életnek ennek megfelelően van egy sajátos, romantikus, nem haszonelvű távlata.

A klasszikus hitekkkel, például J. S. Mill-lel megegyezően, a Csíkszentmihályi Mihály (1998, 2001) elindította mai pozitív pszichológia mondanivalója is hasonló. Csíkszentmihályi a feszültség szabályozás elemzéséből kiindulva talált rá a *flow* (áramlat) fogalmára. Az embert általában feszíti a szorongás, amikor túl nehéz helyzetek állnak elé, s az unalom, amikor a helyzetek túl könnyűek. Az áramlat helyzetében találjuk meg e kettő között a teljesítmény útját, amikor mintegy feloldódunk a feladatban. A pszichológia feladata, hogy szemben a klasszikus pszichoterápia múlt- és feszültség hangsúlyaival, jövő-, önalakítás- és örömhangsúlyú legyen.

Az ember a látszólag céltalan dolgoknak a rabja (például szenvedélybetegségeken) és az ura (például a játékban). A haszonta-

lan tevékenységek egy része hasznot hoz, mert kialakítja a magát formáló, ún. *autotelikus* személyiséget (Csíkszentmihályi, 1997, 1998). Az *autotelikus* kifejezés Csíkszentmihályi szóhasználatában a csupán a tevékenység örömeért végzett tevékenységet jelenti. „Az autotelikus embernek nincs igazán szüksége anyagi javakra, szórakozásra, kényelemre, hatalomra vagy hírnévre, hiszen jutalma tevékenységéből származik. Miután az ilyen emberek munkájuk során, a családjukon belül, társas helyzetben, evés közben, sőt még egyedülletük idején is képesek áramlathoz jutni, kevésbé vannak kiszolgáltatva rapszodikus külső jutalmaknak, mint azok, akik üres és értelmetlen lépésekből álló életüket csakis külső megerősítések segítségével képesek fenntartani. Mivel kevésbé befolyásolhatók kívülről jövő fenyegetésekkel és jutalmazásokkal, az autotelikus emberek érdeklődési köre tágabb, jóval önállóbbak és függetlenebbek az átlagnál, és szenvedélyesebben képesek magukat belevetni az élet színes forgatagába” (Csíkszentmihályi, 2004: 467). Ezzel megnövelik az örömforrások repertoárját, és megnövelik a kognitív választási palettát. Ebben a célkijelölési értelemben rokonítható az autotelikus tevékenység fogalma a humanisztikus pszichológusok önmegvalósítási programjával.

Autotelikus helyzetek akkor lépnek fel, amikor a stresszek, a kihívások és a saját képességek közötti összhang megteremtődik: magas stressznél ugyanis szorongás, a képességekhez mérve alacsony kihívásnál viszont unalom uralkodik el. Kölcsönhatás van a személyre jellemző készségek szintje és aközött, hogy mikor képes a személy valóban feloldódni a feladatban, s mindazt az önmagáért cselekvés örömét, önmagáról megfeledkezést átélni, ami olyan jellemző

vágya a pedagógiának is (Csíkszentmihályi és Nakamura, 2003).

Mindez afféle „ész csele” helyzetet eredményez, ahol az öröm révén lesz a haszontalan hasznossá. Idealizmus ez? Reméljük, nemcsak idealizmus, hanem a tudás örömeinek olyan aspektusa, amely sajátosan érvényesül a mai pszichológiában is. A pozitív pszichológiai mozgalom ezt az igényt a legkülönbözőbb helyzetekben, a nevelés, a sport, az üzlet, a kreativitás elemzésében is kifejti, s így válik átfogó alkalmazott pszichológiai mozgalommá. Csíkszentmihályi és Csíkszentmihályi (2011), valamint Oláh Attila (2012) szerkesztett kötetei részletesen bemutatják a pozitív pszichológiát mint alkalmazott lélektani integráló erőt.

A nyugati és különösen az Egyesült Államokbeli pszichológiában megjelentek olyan harmadik erők is, amelyek, miközben az önismeretet hangsúlyozták, az embereket megpróbálták kiemelni a versengő világ kereteiből, és lágyabb valóságok felé terelni. Ilyenek például azok a keleti gondolatokból ihletet merítő pszichológiák, amelyek a jógára és a meditációra építenek, de ilyen a buddhista életfilozófia hatása is. A kategorizáció neves kutatója, Eleonor Rosch (2007), aki a kategóriák elemzésével, a prototípuselmélettel kapcsolatos kísérleti pszichológiai munkásságát (Rosch, 1975) egy évtizeden át buddhista szerzetességre váltotta fel, érdekes és személyes hitelű áttekintést adott ezekről a keleti eredetű megújítási törekvésekről. Különleges elegye a valós emberi alternatívák keresésének és a divatos, olykor enyhe, olykor erőteljes miszticizmusnak. Ez a folyamat már az 1960-as években megkezdődött. A neves tudat kutatás-propagátor, Ornstein (1968, 1972) munkáiban és olvasókönyvében a meditációs technikákat és a feltételezett új tudatosságot próbálta összekapcsolni.

A hétköznapi pszichológiai kultúra változásai

Az 1970-es évekre az is jellemző, hogy a hivatásos pszichológia mellett, illetve az önségítő és a pop-pszichológiai szakirodalom felfutásával párhuzamosan, kialakult egy *hétköznapi pszichológiai kultúra* is. A pszichológia a szabadidő felhasználásának részévé vált, például olyan magazinok segítségével, mint a *Psychology Today*. Az 1967-ben indult magazinnak az 1970-es években havi 1 millió feletti példánya kelt el, s még 2017-ben is 300 000 nyomtatott példányt vásároltak belőle, miközben megjelentek a népszerű pszichológiai weboldalak. 40 évvel később a *Minden napi Pszichológia*, a *HVG Extra Pszichológia*, a *Nők Lapja Pszichológia* magazinok nálunk is kielégítik ezt az igényt. E kérdéseket nem kezelhetjük pusztán az akadémiai pszichológia magasztos álláspontjáról, hiszen az akadémiai pszichológia is elismeri ennek létjogosultságát, mint láttuk George Miller híres 1969-es elnöki beszédében, de ezt mutatta Korten, Cook és Lacey (1970) korai könyve is az amerikai pszichológia társadalmi hatásáról. Tehát az akadémiai pszichológia is tudja, hogy a pszichológia legfőbb hatása önképünk megváltoztatásán keresztül érvényesül, ennek csatornáit pedig a magazinok, a weboldalak és ma már a közösségi média is.

A 3. táblázat az alkalmazott pszichológia legfontosabb felfogásait mutatja az utóbbi fél évszázadban. Az alternatív oszlopban szereplő pszichológiákat azonban nem úgy kell értelmezni, mint amelyek felváltják a klasszikus irányzatokat. A mai társadalomban a két felfogás együtt él. Kialakult a gondolatok és eljárások sajátos piaca, bármilyen csúnyán hangozzék is a *piac* szó azok számára, akik szeretnének egyetlen győzedelmes elvben hinni.

3. táblázat. Az alkalmazott pszichológia néhány alternatív felfogása az utóbbi fél évszázadban

Klasszikus kép	Alternatív felfogás
Egyénközpontú	Szervezetközpontú
Kiválasztás	Támogatás
Hivatásalapú	Önsegítő
Az ember determinált	Magukat irányító emberek
Magyarázat	Megértés
Alkalmazkodás	Önmegvalósítás

Az 1980-as évektől ezeket az irányzatokat gazdagítja az alternatív társadalmi mozgalmak zajos és erős megjelenése. Kezdvé az 1960-as években az egydimenziós ember bírálatát megfogalmazó Marcuse (1964/1969/1990) felfogását követő diákmozgalmakkal, folytatva a feminizmussal és a multikulturalizmussal – ezeknek mind ihlető szerepük volt, sokszor nem is túl toleráns módon, olyan pszichológiák irányába, amelyeket az 1960-as, 1970-es években neomarxista kritikai társadalomelméleteknek nevezünk, később pedig egyszerűen *kritikai pszichológiának* (ld. ezek összefoglaló bemutatására Fox és Prilleltensky (1997).

Az alkalmazott lélektan egész alakulása áttekinthető hosszú távú társadalmi változások keretében is. A dán elméleti pszichológus, Steinar Kvale (2003) felfogása szerint a hivatásos pszichológus három különböző attitűddel dolgozik. (1) Az egyik az egyházi gyakorlatokból ered, és *konfesszionális* jellegű (még a pszichoanalízis is ebbe az alkalmazástípusba tartozik); (2) a második *mechanikus és üzemszerű*, ide tartoznak a kognitív optimalizáció gyakorlatai; (3) a posztmodern álláspont, *fogyasztóorientált*. Ez utóbbiba tartozna az önmegvalósítási és az optimális élményt ígérő jelszavak sikere. A 4. táblázat ezt a metaforikus összegzést mutatja.

4. táblázat. Kvale (2003) metaforái a pszichológiai gyakorlatokról, enyhén módosítva és kiterjesztve

Eredeti kor	Középkor	Modern	Posztmodern
Intézmény	Egyház	Gyár	Piac
Téma	Üdvözülés	Termelés	Fogyasztás
Tudás	Kinyilatkoztatás	Módszertan	Konstrukció
Modern pszichológia	Individualizáció, pszichoanalízis	Standardizáció, optimalizáció	Dekomponált világ, önmegvalósítás

A mi évezredünk újabb, harmadik hullámos próbálkozásai megpróbálják az új típusú üzleti mentalitást összekapcsolni az alkalmazott pszichológia terén egy újfajta jövőtudatos-

sággal. Howard Gardner (2008), a közismert pszichológiai nevelésteoretikus felvetette például, hogy a jövőre nézve öt elmetípussal kell foglalkoznunk. Ez inkább feladatkielölés,

mint leírás, a kifejezések önmagukat magyarázzák.

(1) *A fegyelmezett elme.* A klasszikus oktatásból és szakmai tapasztalatból származó tudásszerveződés.

(2) *A szintetizáló elme.* Itt különösen fontos az interdiszciplinaritás és a terület közti áttekintés.

(3) *A kreatív elme.* Újdonságok létrehozása a tanulás és a munka során.

(4) *A figyelmes elme.* Komolyan vesszük az egyéni különbségeket.

(5) *Az etikus elme.*

Gardner szerint a jövőben mindegyiket gyakorolnunk kell. Ahhoz azonban, hogy intézményesen bevezessük őket, a döntő mozzanat a (4)-ik, vagyis az individualitás figyelembevétele. Konkrét munkakörülmények között ez sokszor azt jelenti, hogy a személyt és a szervezetet békésen kell egymáshoz kapcsolni, és nem szabad egymásra erőltetni.

Új alkalmazott pszichológiák, a hivatás technológiai változásai

A mai pszichológia társadalmi beágyazása új irányokat ad az alkalmazott pszichológiáknak is. Nemcsak elméleti szinten lazulnak fel a hagyományos diszciplináris határok, hanem a gyakorlatban is. Ennek egyik oldala a klasszikus területek kiszélesedése. Miközben a hagyományos, egyénközpontú klinikai pszichológia is sokat változott, részben a viselkedéses medicina hatására, megjelent az *egészségpszichológia* is. A Demetrevics és munkatársai (2012) szerkesztette kézikönyv, illetve Urbán Róbert (2017) tankönyve jól bemutatja e terület tudományos és társadalmi beágyazását.

A klasszikus területek változásai, kiszélesedései mellett teljesen új alkalmazott területek is megjelentek. A modern *gazdaság-*

pszichológia koncepciója, amelynek korai kezdeményezése a magyar származású, eredetileg alaklélektanos George Katona (1901–1981) nevéhez fűződik az Egyesült Államokban (Katona, 1951, 1963), az 1970-es években megerősödött, és négy évtized alatt 1300-szor jelent meg a szakirodalomban. Ikerterminusa a *viselkedéses gazdaságtan (behavioral economics)* szinte ugyanilyen népszerű. Ezekbe párhuzamosan beletartozik a lokális gazdasági piaci interakciók szociálpszichológiája, a makrofolyamatok reprezentációja és belső közvetítői, beleértve a fogyasztói és beruházói döntések meghatározóit. Nehéz megmondani, hogy mikor van itt előtérben a pszichológus, és mikor a közgazdász nézőpontja. Kétségtelenül átlép a hagyományos alkalmazott lélektan határain, mint a Hunyady György (2003) szerkesztette magyar kézikönyv is mutatja. Ez a megközelítés inkább a keményvonalas tudományos pszichológia két mintáját, a gazdasági kísérletezést és a nagy adathalmazok vizsgálatát alkalmazó attitűdöt képviseli. Ezen a területen is megjelenik azonban a lágyabb, interpretív felfogás. Ennek hazai példája Garai László (1935–2019) gazdaságpszichológiai felfogása, amely az identitás fogalomrendszerében kezeli a gazdasági folyamatokat is (Garai, 1997, 2003).

Másik példát véve, a *klinikai nyelvészetet*, 1980-tól kezdődően körülbelül 700-szor említik a pszichológiai szakirodalomban. Célja, hogy a nyelvész, a pszichológus, a neurológus és a logopédus szempontjait egyszerre használja a gyermekkori és felnőttkori nyelvi zavarok értelmezésében és kezelésében. Az újdonság nem az, hogy ugyanarról a páciensről három különböző történetünk van, hanem az, hogy egyetlen komplex történetünk van és egyetlen kombinált beavatkozási stratégiánk. Magam is próbáltam ebbe

rövid betekintést adni (Pléh, 2002), a Ball és munkatársai (2008) szerkesztette kézikönyv pedig alapos áttekintést nyújt e témáról a hangképzés zavaraitól kezdve a tébolyult társalgásig.

Közel két évtizeddel ezelőtt már megfogalmaztam a „pszichológia eltűnésével” kapcsolatos aggodalmakat és távlatokat. „Ezekben az új alkalmazásokban jogosan merül fel, hogy a különböző kompetenciák találkozásában mi marad a lélektan szerepe? Nem kell féltelnünk magunkat, hogy feloldódnunk. A viselkedés és érzés modelljei, a pszichológiai kérdések adják meg a redukciós modellek számára a megmagyarázandót. A neurológus és a nyelvész között például a pszichológus ad működő modelleket a mentális szókincs szerveződéséről. A magasabb társadalmi szerveződések vizsgálók számára viszont éppen a cselekvők, a gazdaságot, jogot mozgató emberekre vonatkozó pszichológiai modellek lesznek mintegy »alsó megszorítások«. Röviden, a nagy interdiszciplinaritás közben újra felfedezzük a szerveződési szintek kérdését, s a pszichológiát már nem szégyenkezve, hanem büszkén képviseljük közbülső tudományként” (Pléh, 2004b: 1231).

A mai alkalmazott pszichológia új feszültségek közepette él. A hivatások közt is megvan a versengés. A pszichológia–pszichiátriá–pedagógia–szociológia négyesének versengés helyett együttműködésre kell törekednie a fejlődési utak és a fejlődési problémák vagy zavarok értelmezése során. A pszichológia itt félelem nélküli kezdeményező kellene, hogy legyen, elfeledve vagy elhagyva hagyományos kisebbségi érzéseit.

Nehezebb kérdés, hogy mi történjen a pszichológiával párhuzamos gyakorlatokkal, amelyek kevésbé kapcsolódnak hagyományos diszciplínákhoz. Megjelenik

a tréningipar. Amikor a pszichológusok aggodalmaskodni kezdenek ezzel kapcsolatban, sokszor azzal a váddal kell szembesülniük, hogy ők valójában egy céhszerű belterjesség védelmezői. Ennek három aspektusa van, amelyekre jó emlékeznünk a professzionális pszichológia 150 évéből.

(1) *Az etikai elvek szigorú követése és terjesztése.* Ez sokszor a társadalmi szerepek korlátozásához vezet. A pszichológusok sokszor sokkal individuálisabb etikát követnek, mint amit az intézmények szeretnének, például a kliensekkel kapcsolatos adatok megosztását illetően. Vagy gondoljunk a mentális egészséggel foglalkozók híres Goldwater-szabályára „*ne kommentáld senkinek a mentális egészségét, akit magad nem vizsgáltál*” (American Psychiatric Association, 2013).

(2) *Nevelési elvárások.* A tudomány és a hivatás kéz a kézben kell, hogy haladjanak akkor is, ha a felsőbb éves tanulmányok többsége természetesen alkalmazott irányú.

(3) *Világos kompetenciarendezés.* Fontos a gyakorlati kompetenciák és készségek rendszerezése és állandó fejlesztése.

Szabadjon egy korábbi dolgozatomból vett idézettel zárnom fejtegetéseimet. „Ehhez a [távlat]hoz a pszichológiának meg kell őriznie csendes nyitottságát. Csendesen én azt értem, hogy nem kell kikiáltanom, hogy mi [pszichológusok] vagyunk a világ közepe, de azért jó, ha tudjuk, hogy mi valóban, róka-ként összegyűjtjük a viselkedés, az élmény és a megismerés világára vonatkozó és a legkülönbözőbb területekről érkező tényeket és megközelítéseket. A pszichológiának hangsúlyoznia kell természettudományos affinitását, de azt is, hogy nem szó szerint az, mert ő a kultúrában és az értékek világában élő ember természettudományos interpretációjára törekszik. Mindebben [...] nem

szabad sündisznóként azt hinnünk, hogy majd jól összeadjuk a dolgokat és akkor lesz egy átfogó nagy modellünk, hanem inkább rókaként kell abban hinnünk, hogy sokfelől kell gyűjtögetnünk, és sokfelé kell nyitottaknak lennünk az érintkezési felületeken, mind a társadalommal, mind más tudományokkal kapcsolatban.” (Pléh, 2012b: 261).

IRODALOM

- ALBUS J. S., BEKEY, G. A., HOLLAND, J. H. et al. (2007): A Proposal for a Decade of the Mind Initiative. *Science*, 317(5843). 1321.
- ALLPORT, G. W. et al. (1943): Psychological considerations in making peace. *Journal of Abnormal Social Psychology*, 38(2). 131.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2013): *The Principles of Medical Ethics with Annotations Especially Applicable to Psychiatry*. American Psychiatric Association, Arlington, VA.
- ANDERSON, H. (2002): Postmodern collaborative and person-centred therapies: What would Carl Rogers say? *Journal of Family Therapy*, 23(4). 339–360.
- BALL, M. J., PERKINS, M. R., MÜLLER, N., HOWARD, S. (eds) (2008): *The Handbook of Clinical Linguistics*. Blackwell, Oxford.
- BATESON, G., JACKSON, D. D., HALEY, J., WEAKLAND, J. (1956): Towards a Theory of Schizophrenia. *Behavioral Science*, 1(4). 251–264.
- BERNE, E. (2002): *Szex a szerelemben*. Boross O. ford. Osiris, Budapest.
- BERNE, E. (2013): *Emberi játszmák*. Hankiss Á. ford. Háttér, Budapest.
- BERNE, E. (2016): *Sorskönyv*. Ehmann B. ford. Háttér, Budapest.
- BRIDGMAN, T., CUMMINGS, S., BALLARD, J. (2019): Who built Maslow’s pyramid? A history of the creation of management studies’ most famous symbol and its implications for management education. *Academy of Management Learning & Education*, 18(1). 81–9.
- BUDA B. (2012): *Empátia. A beleélés lélektana*. L’Harmattan, Budapest. https://regi.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011_0001_541_buda_bela_empatia/ch01.html (Letöltés ideje: 2021. október 31.)
- BÜHLER, C. (1925): *Az ifjúkor lelki élete*. Várkonyi H. ford. Franklin, Budapest.
- BÜHLER, C., MELANIE, A. (1972): *Introduction to humanistic psychology*. Brooks/Cole Publication Company, Monterey, CA.
- CATTELL, J. M. (1903): Statistics of American Psychologists. *The American Journal of Psychology*, 14. 310–328.
- CATTELL, J. M. (1904): The Conceptions and Methods of Psychology. *Popular Science Monthly*, 66(December). 176–186.
- CAUTIN, R. L. (2009a): The Founding of the Association for Psychological Science: Part 1. Dialectical Tensions Within Organized Psychology. *Perspectives on Psychological Science*, 4(3). 211–223.
- CAUTIN, R. L. (2009b): The Founding of the Association for Psychological Science: Part 2. The Tipping Point and Early Years. *Perspectives on Psychological Science*, 4(3). 224–236.

- CAUTIN, R. L., FREEDHEIM, D. K., DELEON, P. H. (2012): Psychology as a Profession. In Freedheim, D. K., Weiner, I. B. (eds): *Handbook of Psychology, Volume 1. History of Psychology*. 2nd edition. Wiley, New York, NY. 32–54.
- CLARK, K. A. (1957): *America's psychologists. A survey of a growing profession*. American Psychological Association, Washington, DC.
- COHEN, J. (1970): *Homo Psychologicus*. George Allen and Unwin, London.
- CSÍKSZENTMIHÁLYI M. (1998): *És addig éltek, amíg meg nem haltak*. Boross O. ford. Kulturtrade, Budapest.
- CSÍKSZENTMIHÁLYI M. (2001): *Flow – Az áramlat (A tökéletes élmény pszichológiája)*. Legérendy Szabó E. ford. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- CSÍKSZENTMIHÁLYI M. (2004): Az autotelikus személyiség. Boross O. ford. In Pléh Cs., Boross O. (szerk.): *Bevezetés a pszichológiába*. Osiris, Budapest. 466–477.
- CSÍKSZENTMIHÁLYI M., CSÍKSZENTMIHÁLYI, I. S. (szerk.) (2011): *Élni jó! – Tanulmányok a pozitív pszichológiáról*. Boross O. és Gábris K. ford. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- CSÍKSZENTMIHÁLYI M., NAKAMURA, J. (2003): Az áramlat (flow). Boross O. ford. In Pléh Cs., Kovács Gy., Gulyás B. (szerk.): *Kognitív idegtudomány*. Osiris, Budapest. 650–668.
- DELAY, J. (1942a): *Les dissolutions de la mémoire*. Presses Universitaires de France, Paris.
- DELAY, J. (1942b): *Les ondes cérébrale et la psychologie*. Presses Universitaires de France, Paris.
- DELAY, J. (1947): *Les Reposantes*. Gallimard, Paris.
- DELAY, J., DENIKER, P., HARL, J. M. (1952): Traitement des états d'excitation et d'agitation par une méthode médicamenteuse dérivée de l'hibernothérapie. *Annales Médico-Psychologiques*, 110(2). 267–273.
- DEMETROVICS Zs., URBÁN R., RIGÓ A., OLÁH A. (2012): *Az egészségpszichológia elmélete és alkalmazása I–II*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
- DOLLARD, J., DOOB, L. W., MILLER, N. E., MOWRER, O. H., SEARS, R. R. (1939): *Frustration and aggression*. Yale University Press, New Haven, CT.
- ELKINS, D. (2009): Why Humanistic Psychology Lost Its Power and Influence in American Psychology? *Journal of Humanistic Psychology*, 49(3). 267–291.
- ERIKSON, E. H. (1991): *A fiatal Luther és más írások*. Erős F. és Pető K. ford. Gondolat, Budapest.
- ERIKSON, E. H. (2002): *Gyermekkor és társadalom*. Helmich K. és N. Kiss Zs. ford. Osiris, Budapest.
- FOUCAULT, M. (1990): *Felügyelet és büntetés. A börtön története*. Fázsy A. és Csűrös K. ford. Gondolat, Budapest.
- FOUCAULT, M. (2019): *Az igazság bátorsága. Önmagam és mások kormányzása*. Cseke Á. ford. Atlantisz, Budapest.
- FOX, D. R., PRILLELTENSKY, I. (eds) (1997): *Critical Psychology: An Introduction*. Sage, London.
- GAILLARD, R. (2014): L'héritage de Jean Delay en psychiatrie. *L'Encéphale*, 41(2). 105–107.
- GARAI L. (1997): *Általános gazdaságpszichológia*. JATEPress, Szeged.
- GARAI L. (2003): *Identitásgazdaságtan: Gazdaságpszichológia másképpen*. Tas Kiadó, Budapest.

- GARDNER, H. (2008): *Five minds for the future*. Harvard Business Press, Boston, MA.
- GROB, G. N. (2011): The attack of psychiatric legitimacy in the 1960s: Rhetoric and reality. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 47(4). 398–416.
- GUMPPER, S., VEIT, C. (2015): L'Antipsychiatrie, symptôme de la postmodernité? *L'Évolution Psychiatrique*, 80(4). 750–763.
- HAGGBLOOM, S. J., WARNICK, R., WARNICK., J. E. et al. (2002): The 100 Most Eminent Psychologists of the 20th Century. *Review of General Psychology*, 6(2). 139–152.
- HARTWELL C. E. (1996): The schizophrenogenic mother concept in American psychiatry. *Psychiatry*, 59(3). 274–297.
- HERMAN, E. (1995): *The Romance of American Psychology: Political Culture in the Age of Experts*. University of California Press, Berkeley, CA.
- HO, Y.-S., HARTLEY, J. (2016): Classic articles in Psychology in the Science Citation Index Expanded: A bibliometric analysis. *British Journal of Psychology*, 107(4). 768–780.
- HUNYADY GY. (szerk.) (2003): *Gazdaságpszichológia*. Osiris, Budapest. https://regi.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011_0001_520_gazdasagpszichologia/adatok.html (Letöltés ideje: 2021. október 31.)
- JÁRÓ K., ANTAL S. (2015): Pszichológiai iskolák napjainkban – A tranzakcióanalízis (TA) képessége a megújulásra. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 70(3). 597–616.
- KATONA, G. (1951): *Psychological Analysis of Economic Behavior*. McGraw-Hill, New York, NY.
- KATONA, G. (1963): Relationship Between Psychology and Economics. In Koch S. (ed.): *Psychology: A Study of a Science*. Vol. 6. McGraw-Hill, New York, NY. 639–676.
- KESEY, K. (1962/1977): *Száll a kakukk fészkére*. Bartos T. ford. Európa, Budapest.
- KOCH, S. (1961): Psychological science versus the science-humanism antinomy: Intimations of a significant science of man. *American Psychologist*, 16(2). 629–639.
- KOCH, S. (1971): The Image of Man Implicit in Encounter Group Theory. *Journal of Humanistic Psychology*, 11. 109–128.
- KOCH, S. (1999): *Psychology in Human Context: Essays in Dissidence and Reconstruction*. University of Chicago Press, Chicago, IL.
- KORTEN, F. F., COOK, S. W., LACEY, J. I. (eds) (1970): *Psychology and the Problems of Society*. American Psychological Association, Washington, DC.
- KRAMER, R. (1995): The birth of client-centered therapy: Carl Rogers, Otto Rank, and “the beyond”. *Journal of Humanistic Psychology*, 35(4). 54–110.
- KVALE, S. (2003): The Church, the Factory and the Market: Scenarios for Psychology in a Postmodern Age. *Theory & Psychology*, 13(5), 579–603.
- LAING, R. D. (1983): *Tényleg szeretsz?* Tandori D. ford. Helikon, Budapest.
- LAING, R. D. (1990/2019): *Bölcsek, balgák, bolondok – Egy pszichiáter útja*. Tandori D. és Tandori Á. ford. HVG Könyvek, Budapest.
- LAING, R. D. (2018): *A meghasadt én – Tanulmány a józan észről és az örületről*. Garamvölgyi A. ford. HVG Könyvek, Budapest.
- LILIENFELD, S. O. (2011): Public Skepticism of Psychology: Why Many People Perceive the Study of Human Behavior as Unscientific. *American Psychologist*, 67(2). 111–129.

- MARCUSE, H. (1964/1969/1990): *Az egydimenziós ember. Tanulmányok a fejlett kapitalista társadalom ideológiájáról*. Józsa P. ford. Kossuth, Budapest.
- MASLOW, A. (1943): A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4). 370–396.
- MASLOW, A. (1962): *Toward a Psychology of Being*. D. Van Nostrand, New York, NY.
- MEEHL, P. E. (1954): *Clinical Versus Statistical Prediction. A Theoretical Analysis and a Review of the Evidence*. University of Minnesota Press, Minneapolis, MN.
- MÉREL, F., V. BINÉT, Á. (1970): *Gyermeklélektan*. Gondolat, Budapest.
- MILLER, G. A. (1969): Psychology as a means of promoting human welfare. *American Psychologist*, 24. 1063–1075.
- MOSCOVICI, S. (1961): *La Psychanalyse, son image et son public*. Presses Universitaires de France, Paris.
- MÜNSTERBERG, H. (1915): *Psychology: General and applied*. Appleton, New York, NY.
- OHAYON, A., PLAS, R., TAPIA, C. (2016): Questions contemporaines en psychologie. *Le Journal des Psychologues*, 339(7). 51–58.
- OLÁH A. (szerk.) (2012): *A pozitív pszichológia világa*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- ORNSTEIN, R. (ed.) (1968): *The Nature of Human Consciousness: A Book of Readings*. W. H. Freeman, San Francisco, CA.
- ORNSTEIN, R. (1972): *The Psychology of Consciousness*. Harcourt, New York, NY.
- PATAKI F. (1982): *Az én és a társadalmi azonosságtudat*. Kossuth, Budapest.
- PLÉH Cs. (2002): A klinikai nyelvszemlélet útjai és elméletei. *Pszichológia*, 22(3). 239–244.
- PLÉH Cs. (2004a): A pozitív pszichológiai hagyományok Európában. *Iskolakultúra*, 14(5). 57–61.
- PLÉH Cs. (2004b): A mai lélektan. *Magyar Tudomány*, 110(11). 1225–1232.
- PLÉH Cs. (2012a): A pozitív pszichológiai szemlélet előfutáiról. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(1). 13–18.
- PLÉH Cs. (2012b): Meddig lesz még szükség a pszichológiára? *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(2). 237–266.
- PLÉH Cs. (2019): Az ezredforduló pszichológiája I–II. *Iskolakultúra*, 29(9). 70–100.; 29(10). 3–16.
- RANK, O. (1996): *A Psychology of Difference: The American Lectures*. [1924–1938 közötti előadások. Robert Kramer szerkesztésében.] Princeton University Press, Princeton, NJ.
- ROBINSON, D. N. (1983): *An intellectual history of psychology*. Columbia University Press, New York, NY.
- ROGERS, C. (1970): *Carl Rogers on encounter groups*. Harper & Row, New York, NY.
- ROGERS, C. (2008): *Találkozások – a személyközpontú csoport*. Klein S., Sarlós K., Pethő É. ford. Edge 2000 – OFI, Budapest.
- ROGERS, C. (2019): *Valakivé válni*. Simonfalvi L. ford. Edge 2000, Budapest.
- ROGERS, C., SKINNER, B. F. (1956/1962): Some Issues Concerning the Control of Human Behavior: A Symposium. *Science*, 124(3231). 1057–1066. Újraeközlés: *Pastoral Psychology*, 1962, 13(8). 12–40.

- ROSCH, E. (1975/2004): Egyetemes és kulturálisan specifikus jegyek az emberi kategorizációban. Pléh Cs. ford. In Pléh Cs., Boross O. (szerk): *Bevezetés a pszichológiába*. Osiris, Budapest. 379–404.
- ROSCH, E. (2007): What Buddhist Meditation Has to Tell Psychology About the Mind. *Anti-Matters, 1(1)*. 11–21.
- ROUDINESCO, É. (1994): *Histoire de la psychanalyse en France I–II*. Fayard, Paris.
- SIMONTON, D. K. (2000): Methodological and theoretical orientation and the long-term disciplinary impact of 54 eminent psychologists. *Review of General Psychology, 4(1)*. 13–24.
- SIMONTON, D. K. (2002): *Great Psychologists and Their Times: Scientific Insights into Psychology's History*. American Psychological Association, Washington, DC.
- SKINNER, B. F. (1948): *Walden Two*. Doubleday, New York, NY.
- SPEAR, J. H. (2007): Prominent schools or other active specialties? A fresh look at some trends in psychology. *Review of General Psychology, 11(4)*. 363–380.
- SZASZ, TH. S. (2002): *Az elmebetegség mítosza*. Kádár A. ford. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- TRYON, R. C. (1963): Psychology in flux: The academic-professional bipolarity. *American Psychologist, 18(3)*. 134–143
- URBÁN R. (2017): *Az egészségpszichológia alapjai*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
- WALLON, H. (1934): *Les origines du caractère chez l'enfant*. Boivin, Paris.
- WATERMAN, A. S. (2013): The humanistic psychology–positive psychology divide: Contrasts in philosophical foundation. *American Psychologist, 68(3)*. 124–133.
- WHITLEY, R. (2012): The Antipsychiatry Movement: Dead, Diminishing, or Developing? *Psychiatric Services, 63*. 1039–1041.
- ZIMBARDO, P. G. (2004): Does psychology make a significant difference in our lives? *American Psychologist, 59(5)*. 339–351.