

Heron, John:

BEAVATKOZÁSI LEHETŐSÉGEK A SEGÍTŐ KAPCSOLATBAN*

A tanácsadási beavatkozások általunk használt hat kategóriát magában foglaló elemzéséhez eredetileg a Blake és Mouton (1972) féle diagnózis és fejlesztési mátrix adott ösztönzést. Ez utóbbi öt féle beavatkozási módot kínál, azon munka jellemzésére, amelyet humán szolgáltatásokat nyújtó gyakorlati szakemberek szervezett formában végeznek. Ezen öt beavatkozási típus a következők: katartikus, katalizáló, konfrontáló, utasító, valamint elv/elmélet/modell jellegű. Ezt a rendszert változtatam meg oly módon, hogy két további típus – az informatív és a támogató beavatkozás – hozzáadásával átfogóbbá tegyem, és egyúttal a Blake és Mouton féle „elv/elmélet/modell” típust a katalizáló beavatkozás egyik alaptípusaként kezelve az említett rendszert koherensebbé is kívántam tenni.

Így most hat alapvető beavatkozási modellt ajánlok, amelyek a Blake és Mouton féle monográfiától teljesen függetlenül alakultak ki. Nálunk ugyanis a középpontban a szervezeti élet megváltoztatása áll, amelyet szervezetek fejlesztésével foglalkozó konzultánsok végeznek, míg nálam alapvető két személy – a gyakorló szakember és megbízója közötti interakcióról van szó.

Elsősor megvizsgáltam a „gyakorlati szakember” és a „megbízó”⁺ fogalmát, másodsor a „beavatkozás” fogalmát, harmadszor röviden körvonalaztam a hat kategóriát, negyedszer néhány általános bevezető megállapítást teszek ezekkel kapcsolatban, ötödször pedig meghatározom melyek a beavatkozások érvényességének típusai.

1. A GYAKORLÓ SZAKEMBER ÉS A MEGBÍZÓ

Itt és a könyv egészében „gyakorló szakember” alatt mindazokat értem, akik szakmai szolgálataikat megbízóiknak ajánlják. Így a fogalom kiterjed orvosokra, fogorvosokra, pszichiaterekre, pszichológusokra, tanácsadókra, elme-orvosokra, nővérekre, egyéb gyógyászati szakemberekre, kreatív terápiaival foglalkozókra, szociális dolgozókra, karitív dolgozókra, az ideiglenesen szabadlábba helyezett felügyeletével megbízott tisztekre, rendőrtisztekre, vezetési tanácsadókra, gyakorlatvezető oktatókra, tanárookra,

* *John Heron: Helping the Client. A creative practical guide. SAGE Publications, 1990., 1-27.p.*

Eredeti közlés: Fordította Ligetté Kiss Mária.

+ *A megbízó fogalmát a magyar szakirodalom általában a „klien” szóhasználatával írja le.*

instrukturokra, ügyvédekre, építészekre, bankigazgatókra, számviteli szakemberekre, és még sokakra.

„Megbízó” alatt olyan személyt értek, aki (az esetek többségében) önkéntesen választja hogy igénybe veszi a gyakorló szakember szolgáltatait, valamely általa felismert igénye kielégítésére. Ez az igény kapcsolatban lehet a megbízó személyével, magánéletével, fizikai létével, tulajdonával, ügyével (jogi, pénzügyi vagy egyéb) illetve ezek kombinációjával. A gyakorló szakember és megbízója kapcsolatában implicit formában egy kölcsönösen elfogadott önkéntes szerződés áll fenn, melynek értelmében a megbízó az adott gyakorló szakembert és annak szolgáltatásait választja, az utóbbi pedig elfogadja megbízóját. Szerepük formálisan differenciált. Altalában arra vonatkozóan is világos az egyetértés közöttük, hogy miben áll a szakember feladata. A szerepekről adott ezen elsődleges meghatározás két irányban is kiterjeszhető.

Az első esetben a „gyakorló” szakember és a „megbízó” kifejezések formális munkahelyi környezetben alkalmazhatók, ahol két ember egyazon szervezet keretein belül a munkájuk által meghatározott szerepeken keresztül kerülnek egymással kapcsolatba, és így kerül sor együkük részéről beavatkozásra a másik irányban. Az adott rendszeren belül lehetnek azonos szinten, például egy menedzser és kollégája, de lehetnek különböző szinten is, mint például egy szakmai ellenőr és egy alárendelt munkatárs, művezető és munkás. A beavatkozás kapcsolódhat a munkához, a munkafegyelemehez, de személyes ügyekhez is, amennyiben ezek kihatással vannak a munkára. A szervezet felépítése és szabályzata, az érintettek munkaköri leírása normális körülmények között hallgatólagos szerződést jelent, amely alapján egyetelmű, hogy meddig terjed a gyakorló szakember feladata.

A második típusú kiterjesztésnél a „gyakorló szakember” és a „megbízó” kifejezéseket jól alkalmazhatjuk nem formális és nem szakmai környezetekben, amikor az egyik személy valamiféle hallgatólagos vagy kimondott megállapodás alapján felhatalmazott szerepet játszik. Ez az ideiglenes felhatalmazotti kapcsolat elképzelhető barát és barát, szerelmesek, házastársak, szülő és gyermek (vagy megfordítva) kollégák és idegenek között. Minden egyes esetben azonban az egyik személy meghallgatja és segíti a másikat, aki beszél, és akit valami sajátos kérdés foglalkoztat, amivel kapcsolatban szüksége van egy másik emberi lény idejére, figyelmére és szolgálataira. Ezen két kiterjesztés alapján a hat kategóriás rendszer igen széles körben alkalmazható: minden olyan emberi szituációra, amelyben formális vagy informális felhatalmazásról van szó, továbbá formális munkakapcsolatokban. Ez a felhatalmazáson alapuló beavatkozás véleményem szerint a megbízó személyi fejlődését szolgálja, és ez áll könyvem középpontjában. Éppen ezért elsősorban azok számára íródott, akik a személyiség fejlesztését hivatottak elősegíteni, így tanácsadóknak, elmeorvosoknak, és bármely gyakorló szakembernek mint például nővérek, orvosok kiegészítő terápiával foglalkozók, akiknek munkájában a személyes tanácsadás is beletartozik. Fontosnak tartjuk hangsúlyozni, hogy ez a hat kategóriás elemzés jól alkalmazható olyan tanácsadásoknál is, amelyek nem elsősorban a személyiség fejlesztésére irányulnak, hanem egy-egy konkrét probléma megoldására. Altalános interperszonális készséget fejlesztő modellként hosszú évek

óta alkalmazzzák orvosoknál, nővéreknél, szociális munkában, üzleti élet irányításában, tanácsadásban, közép- és felsőszintű oktatásban, a rendőrszítésnél. Ami az egyéb alkalmazhatósági területeket illeti bármely gyakorló szakember – legyen akár vízvezetékészterelő, akár tőzsdedügynök, sokat meríthet a könyvből szelektív olvasással és egy kis képzeldővel, melynek segítségével a megfelelő beavatkozások alkalmazását saját tevékenységi körébe ülteti át.

A hat kategória szemínáriumi kiscsoportos oktatásban történő alkalmazásával foglalkozik még a „Viselkedés elemzés az oktatásban és képzésben” (Heron, 1977) c. könyv.

2. A BEAVATKOZÁS

„Beavatkozás” alatt a gyakorlati szakember által a megbízónak nyújtott szolgáltatás részét képező jól beazonosítható verbális és/vagy nonverbális viselkedést értem.

A verbális viselkedés nonverbális kísértől természetesen meghatározóak abból a szempontból, hogy a verbális viselkedés milyen hatást ér el a megbízónál.

A verbális viselkedés szándékát és nyelvi-szóbeli kifejeződését egyaránt figyelembe kell vennünk.

A helyes szóhasználat a beavatkozás szándékának megértéséből következik, és egy adott helyzetre való megfelelő reagálást jelent.

Egy beavatkozás megfogalmazásának nemcsak egyféle módja létezik, több verbális megoldás is lehetséges.

A beavatkozás egy személyről-személyre irányuló szándék, amely számos verbális variációja lehetséges, és a helyes variáció kiválasztása függ az adott személyiségektől és attól, ami közöttük végbemerő.

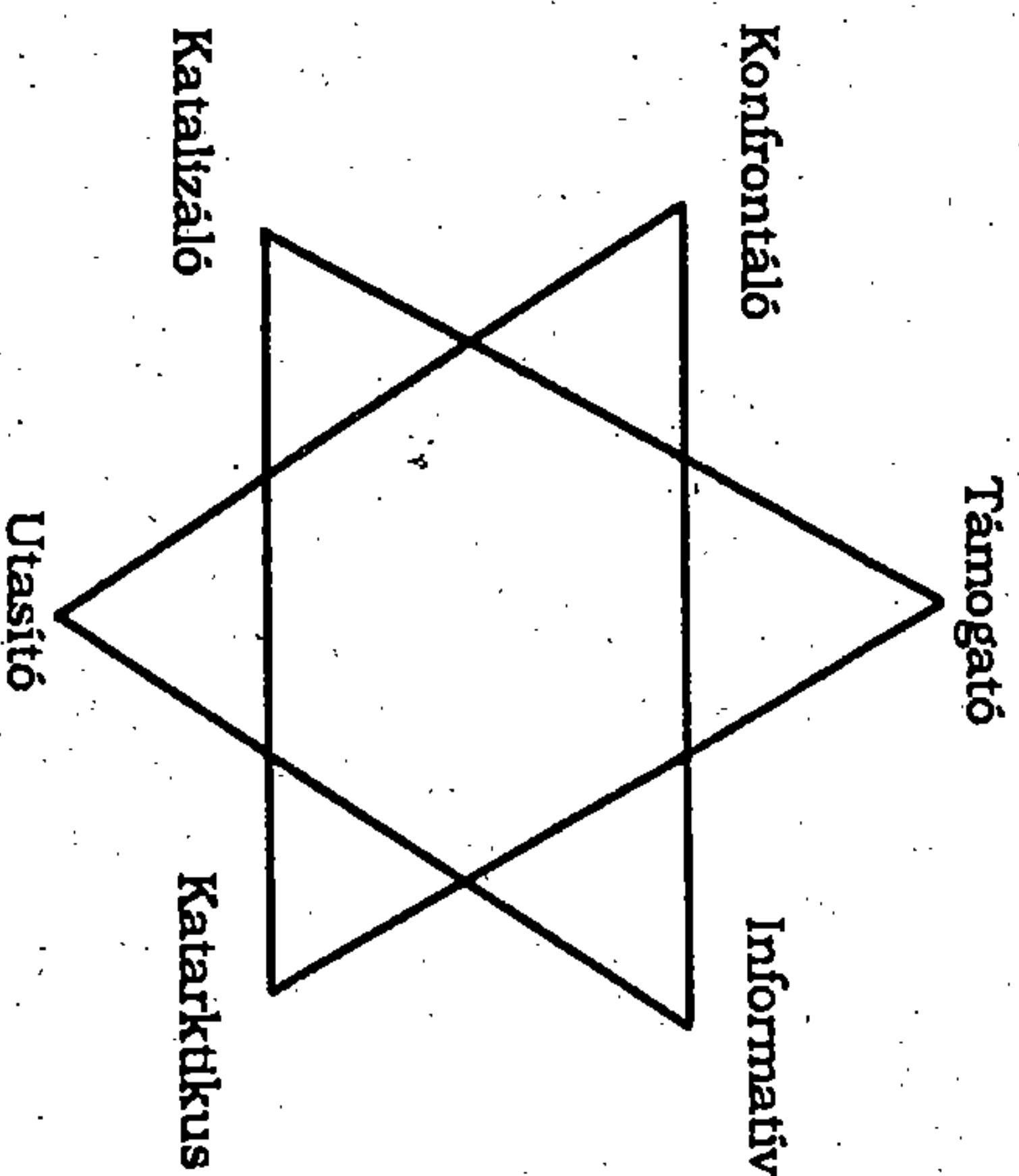
A gyakorló szakember és megbízója közötti interperszonális szituációkban sok a hasonlóság, így hasonló alap szándékon alapuló hasonló beavatkozásokat igényelnek. Ezek a hasonló szituációk ugyanakkor bizonyos szempontból egyediek, ezért a hozzá kapcsolódó beavatkozásnál igen fontos a megfelelő szó, nyelvtani alak, időzítés és beszédmodor kiválasztás.

Szeretném hangsúlyozni a beavatkozás során használt grammatikai forma és a tényleges szavak fontosságát. Mindkettő igen fontos lehet a szándék pontos átadása szempontjából. Ez esetben azonban ismét úgy gondolom, hogy erre a már említett „Hat kategóriás képzési szemínárium” a legalkalmasabb, ahol szerepjátszás alkalmazásával szimulálják a tényleges élethelyzeteket, és a szókiválasztáshoz megfelelő környezetet biztosítanak.

3. A HAT KATEGÓRIA

A hat-kategóriás rendszer hat alapvető szándék típusal foglalkozik, amelyek a gyakorló szakembert a megbízójával való foglalkozásban vezéreltik. Minden kategória egy nagyobb szándék típusal foglalkozik, amelyek a

gyakorló szakembert a megbízójával való foglalkozásban vezérik. Minden kategória egy nagyobb szándék osztálynak felel meg, amely számos alosztályra bontható, le, mely utóbbiak sajátos magatartásban manifesztálódnak. Így a hat osztályból és azokon belül számos fajtából álló rendszer megfelelő rugalmasságot biztosít széleskörű megbízói igények és gyakorló szakember szerepek lefedéséhez, éspedig gyakorlati szándéktól vezérelve. Szakmai alkalmazásra és szakmai képzésre szintén alkalmas. Az emberek gyorsan felfogják, hogy miről van szó, és annak megfelelően cselekszenek. Ez azért van, mert a beavatkozások szándékára és céljára helyezi a hangsúlyt, mert a hat fő kiválasztott szándék típus közel áll az emberi lények szükségleteinek és érdekeinek lényegéhez: továbbá mivel az osztályfajta hierarchia lehetővé teszi viszonylag nagyszámú beavatkozás néhány igen egyszerű és alapvető fogalom alá történő rendezését. Ugyanakkor, mint már láttuk mozgásteret ad a gyakorló szakembereknek, hogy a nyelvhasználatban rejlő variációs lehetőségeket feltárják, és ezáltal minden egyes beavatkozást az adott kontextus szempontjából hatékonyabbá, és annak jobban megfelelővé tehesse. A hat kategóriát az 1.1. Ábra mutatja be.



1.1. Ábra. A tanácsadási beavatkozások hat kategóriája.

Parancsoló formák

1. **Utasító** Az utasító beavatkozás célja, hogy irányítsa a megbízó viselkedését. Rendszerint olyan viselkedésről van szó, amely kívül esik a gyakorlószakember-megbízó-kapcsolaton.
2. **Informatív** Az informatív beavatkozás ismereteket, információt, jelentést tartalmaz kíván a megbízó tudomására hozni.
3. **Konfrontáló** A konfrontáló beavatkozás olyan limitáló attitűd, vagy viselkedés tudatára akarja ébreszteni a megbízót, amelyre eddig nem figyelt.

Segítő formák

Reinhold Veravalda, N. S. S. R.

4. **Katalitikus** A katalitikus beavatkozás képessé kívánja tenni a megbízót, hogy megszabaduljon fájdalmas érzelmektől, elsősorban a bánattól, félelmetől és méregtől, hogy léreágálja azokat.
5. **Katalizáló** A katalizáló beavatkozás arra irányul, hogy elősegítse a megbízó önfelfedését, saját maga irányította életmódját, tanulását, problémá megoldását.

6. **Támogató** A támogató beavatkozás célja, hogy megerősítést adjon a megbízó személynének, tulajdonságainak, attitűdjeinek és cselekedeteinek értékét illetően.

Az első három azért nevezem „parancsoló”-nak, mert a többihez képest jóval hierarchikusabbak. A gyakorló szakember ugyanis felelősséget vállal megbízója nevében – irányítja viselkedését, utasításokkal látja el, öntudatára ébreszt. A második csoportot azért nevezem „segítő”-nek, mert ezek viszont jóval kevésbé hierarchikusak. A gyakorló szakember célja, hogy képessé tegye a megbízót az önállóbb életre, hogy jobban tudjanak saját magukért felelősséget vállalni, és mindezt úgy próbálja elérni, hogy segít oldani a személyiség erejét blokkoló fájdalomérzést, hogy elősegíti az önmaguk irányította tanulásukat, megerősíti őket abban a tudatban, hogy mint egyedi lények milyen értékesek.

A parancsoló beavatkozások semmivel sem hasznosabbak vagy értékesebbek mint a segítő. Mindennek megítélése attól függ, hogy milyen a gyakorló szakember szerepe, milyen sajátos szükségletei vannak a megbízónak, és mi a tartalma, illetve mi áll a beavatkozás középpontjában. Nem más, mint maga a sajátos, konkrét kontextus tesz egy beavatkozást a másiknál értékesebbé vagy kevésbé értékessé.

Egy kultúrális szempontú észrevételt azonban tehetünk. A hagyományos oktatás és képzés túlzásba vitte a parancsoló beavatkozásokat, és gyakran teljes mértékben elhanyagolta a segítő beavatkozásokat. Ha sorló a helyzet számos hagyományos terápia típusnál. Ez nem azt jelenti, hogy a parancsoló beavatkozások eleve rosszak, csak azért keltek ezt a benyomást, mivel kizárólagos használatuk a segítő beavatkozások rovására eltorzítja őket.

Fordítva is igaz, amennyiben az oktatás és a terápia bizonyos immovatív, modern megközelítései túlzottan támaszkodnak az elősegítő beavatkozásokra, gyakorlatilag kizárva a parancsoló beavatkozásokat. Azáltal, hogy elvetik az elnyomó hierarchia negatív erejét egyúttal figyelmen kívül hagyják a hatalmon alapuló hierarchia pozitív hatását is. Így az ő segítő beavatkozásuk is eltorzul, mivel az egészséges típusú hatalom teljes kizárásával alkalmazzák.

A hat kategória mindennapi alkalmazása mögött három alapvető politikai érték lehet: a hierarchikus értékek, a kooperáció és az autonómia. A hierarchia akkor jelenkezik, amikor a gyakorló szakember a megbízó helyett vagy nevében dönt, a kooperáció pedig akkor, amikor gyakorló szakember és megbízója kölcsönös konzultációk után jutnak el egy döntéshez. Az autonómia azáltal jelenik meg, amikor a gyakorló szakember előse-

Autonómia

gíti, hogy a megbízó képes legyen saját maga dönteni. A jó gyakorlat rendszert a három közötti bizonyos egyensúlyt jelent. Hogy milyen legyen ez az egyensúly az ismét a teljes kontextuson múlik - milyen a gyakorló szakember, milyen a megbízója és így tovább.

A parancsoló és segítő beavatkozások egyensúlyban tartása jelenti a hatalom helyes gyakorlását, a gyakorló szakember hatalmát megbízója felte, azt a hatalmat, amelyet a szakember és megbízója megosztanak egymással, valamint a megbízóban rejlő autonóm hatalmat.

Saját véleményem az, hogy a hatalom e három formája kölcsönösen feltételezi egymást, az egészség fenntartásához mindig megfelelő mértékben és állandóan változó arányban van rájuk szükség.

4. ÁLTALÁNOS KÉRDÉSEK

A hat kategóriás rendszer egy gyakorlati munkahipotézis és nem dogma. Elvileg nyitott olyan szempontból, hogy személyes megkérdés és a gyakorlati felhasználás során történő kipróbálás eredményeként ellenőrizhető, és újraellenőrizhető, kiegészíthető és módosítható. Nincsen semmi szent vagy kikezdhetetlen a „hatos” szám körül, semmi pedig az egész rendszer elvi felépítését illetően.

Az azonban több mint tizenöt éves különböző környezetekben történt alkalmazás után világos, hogy a hat kategória kimeríti azon főbb valós beavatkozási típusok körét, amelyekre a gyakorló szakembereknek megbízóikkal kapcsolatban szükségük van. Egy határozott állítás, mely célját tekintve paradox: el akarja nyerni az olvasó bizalmát, és egyúttal arra is szeretné ösztökélni, hogy olvassa el megegyezően az előző bekezdést, hogy érdeklődését továbbra is tartsa ébren.

Ami semmi esetre sem állítunk, az az egyes kategóriák alatt szereplő felsorolások teljessége. Ehelyett azt mondanám, hogy a felsorolások minden esetben átfogóak. De kétségtelenül tovább bővíthetők.

Egy másik fontos, szintén ellenőrizendő állítás, hogy a hat kategória független egymástól abban az értelemben, hogy olyan viszonylag tiszta formával rendelkeznek, amely nem alakítható át egy másik kategóriáéra.

A kategóriák között azonban léteznek szignifikáns átfedési területek is: vannak informatív beavatkozások, amelyek egyúttal konfrontálóak is, parancsoló beavatkozások, amelyek katalizálóak sőt. A nagyobb átfedések a szövegben azonosíthatók. Ahol ilyen átfedések előfordulnak a beavatkozás besorolása abba a kategóriába történik, ami az eredeti számdéknak felel meg.

A kategóriák között nincsen tényleges érték hierarchia. Elvben egyik sem jó vagy rossz a többihez képest: elvont értelemben azonos értékűek. Komparatív értékelésük csak a gyakorlatban képzelhető el: kizárólag a gyakorlati körülmények határozhatják meg, hogy az egyik kategória jobb, vagy rosszabb-e, mint a másik. Az etikai oldal teljesen a szituáció függvénye.

A fentiek ellenére úgy gondolom, hogy általános értelemben a katalizáló kategóriának kulcsfontosságú funkcionális szerepe van. Ez a lényeg minden gyakorló szakember szolgálatának, aki alapvetően nevelő szere-

pét abban látja, hogy a lehető legszélesebb értelemben bátorítsa a megbízó személyes erejét az életben, tanulásban és fejlődésben.

Egy bizonyos igen fontos értelemben a támogató kategória morális és lelki szempontból kulcsszerepet játszik a használát során, validitásuk szempontjából ugyanis a többi kategória a gyakorló szakember támogató szellemi hozzáállásán és lényén múlnak, vagyis azon, hogy tiszteletben tartja-e a megbízó értékét és autonómiáját. Valamennyi kategóriának ahhoz, hogy a megbízó szolgálatában álljon átadásba kell kerülnie ebben a néma támogatásban.

Mint már említettem munkám középpontjában elsősorban két ember, a gyakorló szakember és megbízója közötti kapcsolatok állnak, amelyek teljes mértékben vagy részben a megbízó személyi fejlődésére irányulnak. A beavatkozások természetesen érvényesek egy csoport vezetője és e csoport bármely tagja közötti interakcióra is. A csoportmunka elősegítésével foglalkozó szakember választási lehetőségeit bővebben lásd a „Segítő kézikönyvében” (Heron, 1989).

Maga a hat kategória és a hozzájuk tartozó beavatkozási típusok nem járnak együtt semmilyen pszichológiai vagy elmegyógyászati iskola által képviselt elméletekkel. Sőt, analitikus eszközként alkalmazhatók a különböző iskolák terápiás gyakorlatának összehasonlítására és szembeállítására. A kézikönyv egyes részeitnek bevezetésében, az egyes beavatkozások bemutatásánál azonban világosan hagyom érvényre jutni saját elméleti és gyakorlati elképzeléseimet, melyekre humanista, transzperszonális és hagyományos pszichológiák Cassirertől és Plotinustól sok más gondolkodóig egyaránt befolyással voltak. Úgy gondolom érdekesebb az egész rendszert egy bizonyos perspektíva rendező erején keresztül bemutatni. Az olvasó e kereteket gyorsan átrendezheti saját gondolati perspektíváinak megfelelően.

A hat kategória alkalmazásának tanulása közben az egyén nem sajátít el valamiféle tanácsadási módszert, sokkal inkább egy olyan elemző és visekezdési eszköztárra tesz szert, amelynek segítségével saját gyakorlati módszereit alakíthatja. Valójában alapvető emberi készségeit fejleszti és bővíti ki. Nem arról van szó, hogy a nulláról kezdünk egy teljesen új rendszert. Számos felsorolt beavatkozás olyan magatartást nevez meg, vagy ír le, amelyek a képzésben résztvevő számára már ismertek, hiszen azokat maga is alkalmazza. Ily módon történő beazonosításuk növeli az alkalmazásukba vetett bizalmat, és javítja az alkalmazás hatékonyságát. Lesznek olyan beavatkozások is, amelyek újak számunkra ezek lehetőséget nyújtanak az ember működőképesség körének kiterjesztésére.

Egy gyakorlott szakember ideális esetben az, aki, (a) valamennyi kategórián belül a beavatkozások széles körében egyaránt otthonosan mozog, (b) a változó helyzet és az interakció céljainak megfelelően képes elégánsan, rugalmasan és egyértelműen áttérni egyik kategóriáról a másikra, (c) minden egyes pillanatban tisztában van azzal, hogy milyen beavatkozást alkalmaz és miért, (d) tudja mikor kell vezetni a megbízót, és mikor kell hagylnia, hogy az vezesse őt, (e) kreatív egyensúlyt tud teremteni saját a megbízásra gyakorolt hatalma, a megbízóval közösen megosztott hatalma, valamint a megbízón belül serkentett erő között.

5. ÉRVÉNYES, TORZULT, ÉS HAMIS BEAVATKOZÁSOK

validitás

Érvényes (hatásos) beavatkozásnak azt tekintjük, amely megfelel a megbízó adott fejlettségi állapotának és szintjének, valamint a gyakorló szakember és a megbízó között kialakuló interakciónak. Megfelel alatt azt értjük, hogy (a) ez a helyes kategória, (b) az adott kategórián belül a helyes beavatkozás típus (c) tartalma és nyelvhasználat a ezeknek megfelelő, (d) helyes az alkalmazott beszéd és viselkedési módor, és (e) jó időzítéssel kerül rá sor.

Torzult beavatkozás az, amely a fentiek közül egy, de rendszerint inkább több szempontnak nem felel meg, mivel a szakember személyiség fejlődésében, képzésében, tapasztalatában, felismerőképességében, illetve ezek kombinációjában hiányosságok vannak.

Hamis beavatkozás az, amely szántszándékkal rosszulindultú, akarattal rosszat kíván tenni egy másik személynek. A hat kategóriás rendszer általános validitásának kérdése a kísérleti kutatások körébe esik. Minden egyes gyakorló szakember szakmai pályáján munka hipotézisnek tekinthető. E témák további tárgyalását az olvasó megtalálhatja „Viselkedés elemzés az oktatásban és képzésben” (Heron, 1977) című könyv bevezetőjében, a kísérleti kutatás mint kooperatív vizsgálódás szélesebb körű vizsgálatát pedig az új paradigma kutatással foglalkozó számos cikkben olvashatja (Heron 1981, Reason és Rowan, 1981, Reason, 1988).

1. A SZAKEMBER FELKÉSZÜLÉSE

A gyakorló szakember fogalma alkalmazható mindazokra, akik szakmai szolgáltatást nyújtanak megbízójuknak, vagy ügyfelüknek, akik munkájuk során beavatkozási kapcsolatba kerülnek egy másik ott dolgozóval, bárki, aki informális környezetben támogató interakciót hajt végre egy másik személlyel kapcsolatban. Ebből kifolyólag a hat kategóriás rendszer alkalmazási köre igen széles. Szeretnék még többet is szólni az egyes alkalmazási típusokról és arról, hogy azok valóban jó használata az egyéntől milyen előkészületeket igényel.

A „segítés” az én meghatározásom szerint egy másik személy jóllétének támogatását és elősegítését jelenti. Kétségteljesen van abban valami furcsa, hogy az emberi segítségnyújtást szakmává tesszük, az ezzel járó képessé, megbízásokkal, státuszokkal, megbeszélésekkel, intézményi politikával. Igényli-e az ember és ember közötti bölcs szeretet áramlás a paternalizmussal ilyen fokú apparátusát? E kérdés megválaszolásánál úgy gondolom néhány alapvető és egyszerű megállapítást kell tenni.

Jóindulat, jellem és kultúra

Azok az emberek, akik másokon segítenek jóindulattal mozognak az emberi lélek berkeiben. A jóindulat a hatékony segítő magatartás alapvető forrása. Megléte és kifejeződése teljesen független a szakmai felkészü-

téstől, az utóbbi erősítheti, de elhomályosíthatja, elnyomhatja vagy akár torzíthatja is.

A segítő jóindulatnak öt kulcs jellemzője van: meleg törődés a másikkal és annak elfogadása, nyitottság és ráhangolódás a másik valós helyzetére, annak megragadása hogy mire van a másiknak szüksége alapvető boldogulásához, azon képesség, hogy a szükségletek megvalósítását a megfelelő módon és a helyes időben elősegítse, és hiteles jelenlét. A törődés, empátia, jövőbelátás, segítés és őszinteség ezek kombinációja úgy hiszem az emberiség szellemi öröksége. Képzettek és képzetlenek között egyaránt fellelhető.

Megjelenése az uralkodó kultúrának megfelelő norma, érték és hitrendszernek által meghatározott. A forma, ahogyan egy adott egyénnél megjelenik függvénye annak a kultúrának, amelyben az egyén nevelődött, legyen az a nevelődés részben formális vagy teljes mértékben informális, a szocializációs folyamaton keresztül megvalósuló. Egyes képzetlen emberek igen hatékony segítőik lehetnek saját szocializációjuk korlátain belül, csak úgy mint a szakmai szerepükre formális képzésben felkészített személyek, akik a saját szakmai kereteiken belül lesznek hatékonyak.

Hogy miért lesz valakiből hatékony segítő, ez tehát belső jóindulat, jellem és kulturális hatások közötti interakció kérdése. A belső jóindulat olyan szellemi adottság és potenciál, amellyel mindenki rendelkezik. A jellem nem más mint amit az adott kultúrára reagálva az egyén magából kialakít. E három tényező egymásra hatása határozza meg megjelenik-e a segítőkészség és hogyan.

Érzelmi kompetencia

Az emberi karakter alapvető aspektusa, ami a hatékony segíteshez szükséges, az, amit máshelyütt (Heron, 1983) „érzelmi kompetenciának” neveztem. A segítségnyújtó szempontjából ez azt jelenti, hogy korábbi traumatikuss tapasztalataikból eredő aggodalmak és elkeseredettségük nem játszik szerepet segítségnyújtási szándékukban és nem torzíja el azt.

Mivel kultúránkban az emocionális kompetenciára nevelés, vagy képzés nem létezik – ha lenne ilyen az képessé tenné az embereket, hogy korábbi elkeseredettségüket ne vigyék bele a segítségbe – ezért eléggé problémátikus és bizonytalan, hogy mennyire mentes az elkeseredetstől a segítségnyújtó. Ezért sok ember, aki akár képzett, vagy képzetlen, formális, vagy informális szerepben pszichológiailag alkalmas a hatékony segítesre, és a szándék is megvan benne, hirtelen mégis elhomályosítja és magával ragadja valami tudat alatti elkeseredettségéből eredő kényszer.

Az érzelmi kompetenciának három szintje van. Az első a nulla szint, amikor az egyén segítségnyújtását mindig rejtett, torzult érzelmek fertőzik, ami így elnyomó és beavatkozó, nem megfelelő színvétel kap. A második – amennyel az előző bekezdésben említettünk – amikor az egyén időnként érzelmi teljesen tisztán tud segíteni, de máskor anélkül, hogy ezt saját maga észrevenné erőszakos, tovakodó „segítésbe” megy át.

Az érzelmi kompetencia harmadik szintje, amikor az egyénnél lényegesen ritkábban fordulnak elő ilyen szerepkiesések, tisztában van vele, amikor ez

előfordul, és képes ennek megfelelően korrigálni és ami legfontosabb saját maga elvégezte azt a pszichológiai munkát, ami a múlt elkeseredettségének feloldozásához szükséges, és ami képessé teszi, hogy ura legyen a helyzetnek. Tapasztalatom szerint a mi kultúránkban a második szint a leggyakoribb. Ezért nagyon sok rosszul sikerült, tolatkozó segítséggel találkozhatunk képzettek és képzetlenek, szakemberek és laikusok között egyaránt. Éppen ezért a segítségnyújtásra történő felkészülés a széles közösség keretében az érzelmi kompetencia, minél szélesebb terjesztését jelenti a gyermeknevelési gyakorlaton, a szocializáción és valamenyny szintű oktatáson keresztül. Az érzelmi művelt emberek képesek feldolgozni saját elkeseredettségüket és szenvedésüket, és eléggé urtálemni rájuk ahhoz, hogy segítségnyújtásukat ne befolyásolják.

Az ilyen fajta előkészítés, természetesen felhőttek között elvégezhető kislétszámú önszertő csoportokban történő képzés keretében, melynek során megtanulják ösztönözni és támogatni egymásban az érzelmi „nagyakaratások” önrányítását. A közös tanácsadási képzés és gyakorlat jó példa erre az alapvető felkészülésre, amelyet a közösség valamenyny jószándékú állampolgára elvégezhet.

A segítségnyújtás és a képzés fajtái

Melyek a segítségnyújtás fő fajtái? Ezek a következők (a) barátok, szomszédok, rokonok, kollégák támogatása változás- vagy krízis időszakokban (b) sajátos szakmai tudásból eredő szolgálat felajánlása bizonyos szakmai szerepeken keresztül, ilyen lehet az ügyvéd, bankigazgató, könyvelő, építész, mérnök (c) fizikai, szociális és kulturális szolgálatok biztosítása olyan segítséssel foglalkozó szakmákon keresztül, mint az orvosi ellátás, ápolás, szociális munka, oktatás, rendőri tevékenység és még sok más, (d) szervezeti szolgálatok felajánlása munkahelyi interakción és kommunikáción keresztül (e) a személyi növekedést és fejlődést célzó pszichológiai szolgálatok biztosítása hosszútávú tanácsadáson és pszichoterápián keresztül, (f) szellemi szolgálatok ellátása transzperszonális szakember, lelkes, sá-mán, látnok, kuruuzsló, szerepén keresztül.

A segítségnyújtás ötödik (e) típusa, amely bizonyos aspektusokban átfedésben van a hatodikkal (f), és amely egy adott megbízó esetében hosszabb idő távlatában a könyvben ismertetett beavatkozások teljes körét felhasználja széleskörű felkészülést és képzést igényel, ami kettő-három vagy négyéves tanfolyamot is jelenthet. Jelenleg ebben az országban, Európában, az USA-ban számos ilyen tanfolyam áll rendelkezésre, amelyeket különböző meggyőződés hívott életre. Ezek a tanfolyamok általában igen helyesen tartalmaznak a résztvevők személyi fejlődésére irányuló folyamatos munkát, melynek célja érzelmi kompetenciájuk fejlesztése. A tanfolyamok során a hat kategóriás modell alkalmazható és alkalmazzák is – a gyakorlati szakember számára szükséges készségek kialakítására.

A segítség négy első típusa esetében, amelyek közül valamilyen formában mindvégig tartalmaz rövid távú tanácsadási és emberi kapcsolatokra vonatkozó készségeket, előnyösen alkalmazhatók a rövid intenzív szemináriumok, melyek során a hat kategóriás modell a résztvevők igényeinek megfelelően adaptálják, és szelektív módon használják fel.

Az egész előkészítés és képzés témában igen fontos, hogy egyensúly jöjjön létre a szakmai szempontok előtérbe helyezése, illetve megfelelő háttérbe szorítása között. Az előbbi túlzott előtérbe kerülése kettős eredményre vezet: a szakmai szerepet egyszerre alkalmazzák védően és elnyomóan, a szakember miközben saját magának túl nagy tapasztalatot tulajdonít a laikusoknak ugyanakkor semmit sem, miközben azt állítja, hogy a ő védelmét szolgálja.

Semmi sem rosszabb, vagy abszurdabb, mint az emberi segítségnyújtásban megnyilvánuló túlzott professzionalizmus. A szakmai szerep visszafogása ezen a területen a segítő szerep demisztifikálását jelenti, annak elismerését, hogy számos alapvető emberi készséget sokan viszonylag rövid képzési program keretében képesek elsajátítani ahhoz, hogy a fentiekben ismertetett első négy segítő típus esetében megfelelő hatékonysággal tudják alkalmazni azokat. E segítés típusokhoz szükséges érzelmi kompetencia alapelvei olyan páros önfejlődést segítő módszerekkel is elsajátíthatók, mint a már említett társas tanácsadás.

2. A MEGBÍZÓK/KLIENSEK

Megbízói kategóriák és állapotok

Nézetem szerint a felhatalmazáson alapuló beavatkozás a megbízó személyi fejlődését szolgálja. Ha abban kívánunk segítséget nyújtani, hogy megbízónk mint személy fejlődjön, ez azt jelenti, hogy beavatkozásainkat olyan célok fogják irányítani, amelyek a fejlett személyiség kialakulásához szükségesek. Ezeket a kívánatos viselkedésformákat nevezem én „megbízói kategóriáknak”.

Megbízói kategóriák

Ezeket nem szabad durván ráerőszakolni a megbízókra, nélkülük azonban a beavatkozás sőtétben való tapogatózást jelent.

Ezek magasabb rendű szándékok, hosszú távon elérni kívánt megbízó ideálok, amelyek megvilágítják a közvetlen beavatkozást. Táplálják a segítés folyamatát és irányítják azt. Az ideális eredményre vonatkozóan mindenkinél megvan a maga verziója. Ime az enyémek, amelyeket úgy alakítottam ki, hogy megfeleljenek a hat gyakorlati szakember kategóriának. Mivel az egyén csak a kapcsolatokban képes fejlődni, ezért minden egyes megbízói kategóriához tartozik egy egyéni és egy társas forma.

1. *Önrányítás és együttműködés.* Az egyén saját hitének és értékeinek megfelelő elkötelezettségek alapján választ; ezt megteheti más hasonlóképpen autonóm személyekkel való együttműködési kapcsolatokban.

2. *Tájékozott ítélet és nyitott kommunikáció.* Az egyén a releváns információ alapján független módon gondolkodik; gondolatait képes világosan közölni más személyekkel és nyitott mások nézetei és véleménye iránt.

3. *Önfejlesztés és szociális változás.* Az egyén aktívan alkalmazza saját képességeinek fejlesztését szolgáló módokat; valamint azon szociális formák

létrehozásán igyekszik, amelyek ezen fejlődés megnyilatkozását lehetővé teszik.

4. **Érzelmi kompetencia és interperszonális érzékenység.** Az egyén nyitott saját érzéseit iránt és tudatában van azoknak; képes megfelelően kontrollálni, kifejezni, leereagálni és transzmutálni azokat; érzékeny más személyek érzelmi állapota és érzelmi igényei iránt.

5. **Önismeret és szociális érzékenység.** Az egyén átlátja saját pszichológiai folyamatait; megérti a körülötte folyó társadalmi folyamatokat.

6. **Saját maga és mások dicsőítése.** Az egyén örömet lel saját és más személyek létében.

Tanulságos, de ugyanakkor némileg félrevezeti is a gyakorló szakember és a megbízói kategóriák közötti párhuzamok felállítása:

A gyakorló szakember, utasító, előíró mégpedig oly módon hogy elősegítse az önrányítást és az együttműködést a megbízó életében.

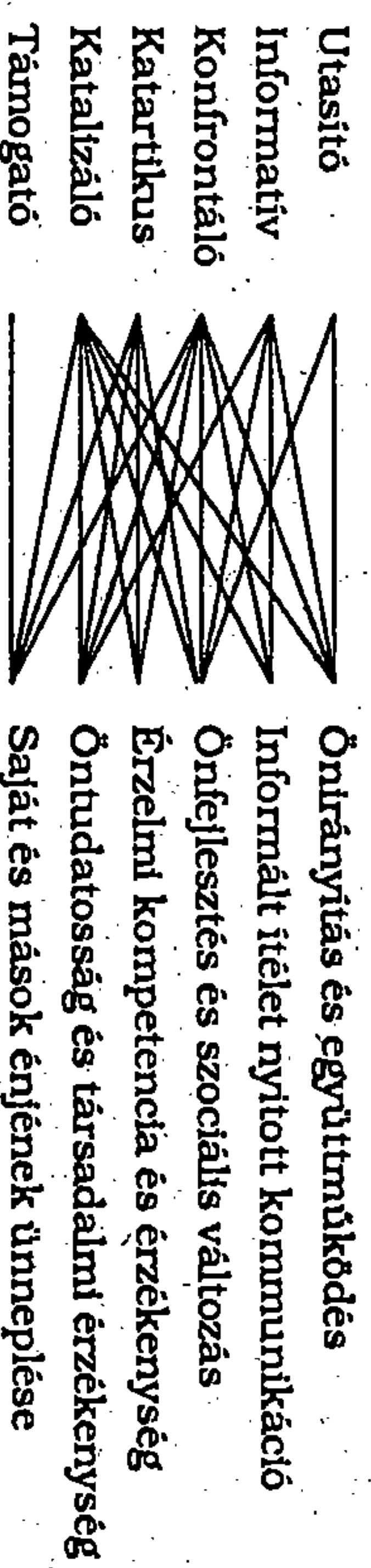
A szakember oly módon informatív, hogy elősegítse a megbízó életében a tájékozott ítélet és a nyitott kommunikáció megvalósulását.

Oly módon konfrontáló, hogy elősegítse az önfejlesztést és a szociális változást az egyén életében.

Oly módon kataritikus, hogy elősegítse a megbízó életében az érzelmi kompetencia és az interperszonális érzékenység kialakulását.

Oly módon katalizáló, hogy elősegítse a megbízó életében az önismeretet és a társadalmi érzékenységet. Oly módon támogató, hogy elősegítse a megbízó életében saját maga és más személyek dicsőítését.

Azért félrevezető a gyakorló szakember és a megbízói kategóriák párhuzamba állítása mivel természetesen nem létezik közöttük merer és kizárólagos kapcsolat; ez előbbiek bármelyike elősegítheti az utóbbiak bármelyikének kialakulását. A katalizáló kategória funkcionálisan fontos helyet tölt be, mivel valójában ezt használják legtöbbit, és ez a leghatásosabban elterjedt valamennyi megbízói kategóriánál az önrányítástól az önismeretig és ünneplésig. Hasonlóképpen a konfrontáló kategória alkalmazása is igen széles, de mégsem alkalmazzák olyan gyakorisággal. A 3.1. ábra a legnyilvánvalóbb kap-



3.1. Ábra. A gyakorló szakember és a megbízói kategóriák közötti összefüggések

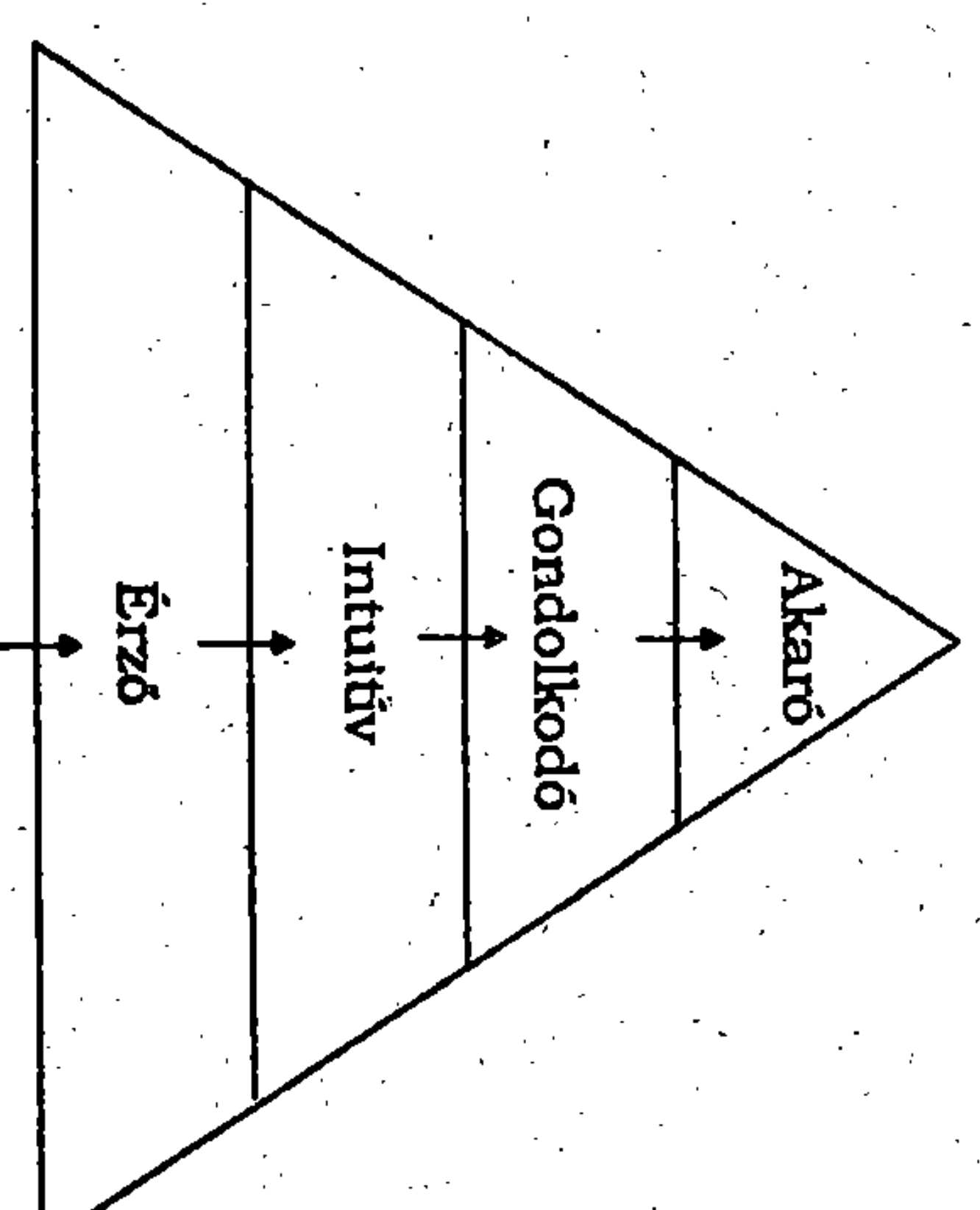
csolatok közül mutat be néhányat. Kétségkívül ilyen vagy olyan kontextusban bármilyen lehetséges kapcsolat elképzelhető. A „támogató” mellett nyílt arra az alapvető szerepre utal, amelyet ez a kategória játszik az összes többi gyakorló szakember kategória alátámasztásában, mint szellemi beállítódás.

A megbízói kategóriákból egy ideál körvonalazódik az egyénnek mint virágzóan autonóm és kooperatív lénynek a víziója, mégpedig olyan környezetben, mely támogatja ennek megvalósulását. A gyakorlatban azonban távolról sem ez áll fenn. A megbízó azért harcol, hogy olyan személlyé váljon, aki a teljes önrányításra képes és belső szabadságot élvez. Ezért teljesebb képet kell adnunk a személyiségről és annak különböző állapotairól. A „Kozmikus pszichológia” című munkából (Heron, 1988) ismételtek meg néhány gondolatot.

A személyiség állapotai

Személy alatt egy élénk, tudatos cselekedetekben manifesztálódó lelket értek: egy saját tudatos cselekedetei iránti elszántságát ünneplő lényt. A személy kifejezésre juttatott szándékokon keresztül alakul ki: „Azt választom hogy önálló személy lesz belőlem.” A potenciális személy azon keresztül válik tényleges személlyé, hogy kiválasztja mit tegyen. Műtbeli cselekedetem összességé alkotja azt a személyt, aki ma vagyok. Azon hatások korlátain belül, amelyeknek a mindennapi ember ki van téve, magam formáiom személyiségemet, alakítom ki magamat mindennapi döntéseimmel.

A személy egy, egységes egész, egy interakciókon alapuló rendszer, amelynek leegyszerűsítve négy pszichológiai létezési módozata van: az „akarat” az a gyémánt csúcs, amelyet a „gondolkodás” tudatos diszkriminációja vág formára, az utóbbi az egész befogadására képes „intuíción” tesztből, és az „érzés” életben betöltött szerepe alapozza meg. Mint ahogy ez a 3.2. ábrán látható mindez leegyszerűsítve egy piramis vagy háromszög



3.2. Ábra. Az egyén lelki módozatai

formájában mutatható be. A piramis mint egy nyíl vége a tettek irányába mutat; a négy pszichológiai módozat a vállalkozáson és a szándékon konvergál. Ahogyan részvételünket érezzük a világban ösztönösen megnyílunk az egész befogadására, majd gondosan diszkriminálunk hogy cselekedni tudjunk benne.

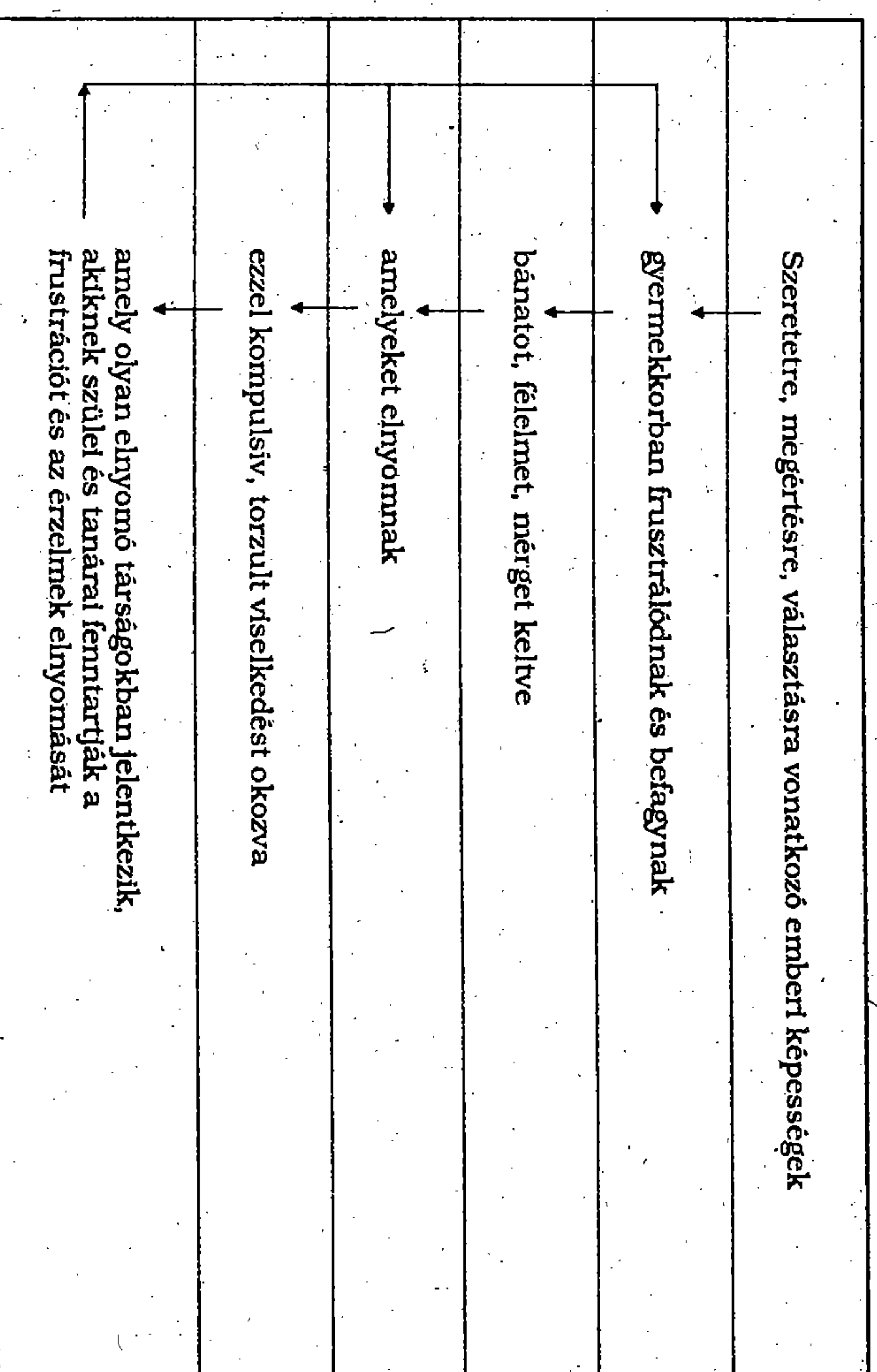
Érzelem és intuíción keresztül verünk gyökeret a világban, lakjuk be azt. A részvétel receptív misztikája teszi az emberi lényt, különösen a kisgyermeket, olyan sebezhetővé a fizikai, szociális és pszichikai környezeten keresztül felé áramló hatások tránt. És így a személyi autonómia megjelenése, a diszkrimináló választás teljes gyakorlása – veszelyes vállalkozás.

Bármely teljes értelemben meglévő személyiség eredmény, melynek elérése különböző szinteken állhat. Előfordulhat hogy a viselkedést értőteljesen külső hatások befolyásolják és a személy potenciális állapotában van, ugyanakkor más esetekben a tájékozott választás valódi szabadsága árad belőle, amikor is a tényleges személy manifesztálódik. Valójában a potenciális és tényleges személyiségnek annyi féle keveréke létezik ahány ember. Néhány tágabb keverék típus beazonosítása azonban hasznos lehet. Az alább felsorolt első három esetben az egyén inkább embrionális és potenciális mint tényleges, bár ahogyan haladunk ez egyre kevésbé van így.

1. **Zavarodott személy.** Viselkedése rendszertelenül és kaotikusan olyan fizikai, pszichoszociális és pszichikai befolyásoknak van alávetve, amelyeket az egyén kevésbé vagy egyáltalán nem lát át, és amelyek felett csekély vagy semmi kontrollja nincs. Nem veszi észre, hogy autonómiája ezen invázió áldozata lett. A személyi tudatot idegen erők győzik le. Az önkéntes választás minimális és erősen korlátozott. Vannak azonban olyan esetek, amikor az én-nek ez a fajta desintegrációja mintegy nyitánya egy magasabb és bonyolultabb szinten történő újrászerveződésnek.

2. **Kompulzív személy.** Viselkedése bizonyos módon merev, rosszul adaptálódik a helyzetekhez és ismétlődő. A személy látja hogy autonómiáját ezek a korlátozó tényezők elnyomják, de nem ismert fel eredetüket és azt sem, hogy hogyan tudna megszabadulni tőlük. Bizonyos viselkedési területeken valamilyen kompulzív vagyunk, a keserű áldozat, elnyomó, megmentő és lázadó szerepekbe hol be hol ki esve. A probléma már eltemetett az érzelmi túlélést szolgáló korábbi mechanizmus, ami egy korai trauma okozta pszichológiai fájdalmat nyomott el. Ez az elnyomott érzés visszatér hogy viselkedésünket korábbi kellemetlen helyzetek öntudatlan szimbolikus újraelevenítéseként alakítsa. A 3.3. ábra a pszichoszociális patológia össze-foglalását adja, annak zárt ördögi körével. Kevésbé kompulzív területeken többé-kevésbé autonóm választásokra nyílhat lehetőség.

3. **A konvencionális személy.** Viselkedésében gondolkodás nélkül igazodik a szelesebb kultúra uralkodó normáihoz és hitéhez, valamint azon kisebb szociális csoporthoz is, amelyhez tartozik. A személy bizonyos mértékben, kevésbé vagy egyáltalában minczen tudatában annak, hogy ez a fajta konformitás gátolja a valódi autonóm viselkedést; minél inkább tudatában vannak ezeknek a gátaknak, annál kevésbé gondolkodás nélküli a maguk alávetése. Elképzelhető az, hogy a személy bizonyos területeken konvencio-



3.3. Ábra. A kompulzív viselkedés pszichoszociális patológiája

nális, míg másokon autonóm. A személy az értelmes konvencionális viselkedést képes a külső forma megváltoztatása nélkül átalakítani autonóm viselkedéssé, mivel látja az értelmét, és ezért magáévá tudja tenni.

Bizonyos kompulzív viselkedések egyúttal konvencionális viselkedések is, mivel bizonyos konvenciók irracionális kényszerek mint bizonyos társadalmi normák. Egyéb kompulzív viselkedés nem konvencionális hanem megtört, ilyen például bizonyos határokkal a részegség. Más kompulzív viselkedések lehetnek nem konvencionálisak sőt deviánsnak és antiszociálisnak tekintettek.

Egyes irracionális és rosszul adaptálódó konvencionális viselkedések nem kompulzívok, ahogyan definiáltam, hanem esetükben egyszerűen mélységes tudatlanságról és szociális inerciáról van szó. Bizonyos konvencionális viselkedések racionális szociális koherencia eredményei, még akkor is ha az emberek át nem gondolt konformizmussal ragaszkodnak hozzájuk.

A potenciális és tényleges személyiség keverékek második csoportjában az autonómia már nem embrionális; megszületett. A személy sokkal inkább tényleges mint potenciális, a gyakorolt önkéntes választás szignifikáns. A szabadság és az önmeghatározás egyre növekvő mértékű, és így egyre jobban előtűnik a következő csoporthoz tartozó személy.

4. **A kreatív személy.** Az emberi törekvések bizonyos főtérletein a viselkedés valóban autonóm. Ilyen területek: apaság, anyaság, család; barátság; kapcsolatok és intimítások; oktatás; társadalmi és politikai cselekvés; szellemi foglalkozások; művészetek; természettudományok és humán tud-

mányok; közgazdaságtan, kereskedelem és ipar, mezőgazdaság stb. Az ilyen embereknek vannak normáik, értékeik és hitük, amelyek iránt belsőleg elkötelezettek, és amelyeket szisztematikusan és kreatív módon kifejezésre juttatnak egy vagy több cselekvési területen. Választásuk több mint az adott területen uralkodó hitek, normák és értékekhez való öntudatlan konformitás.

A kreatív emberek csak olyan mértékben változtatják meg saját viselkedésüket, amennyiben az része a kultúra azon területének, amelyben autonóm módon mozognak.

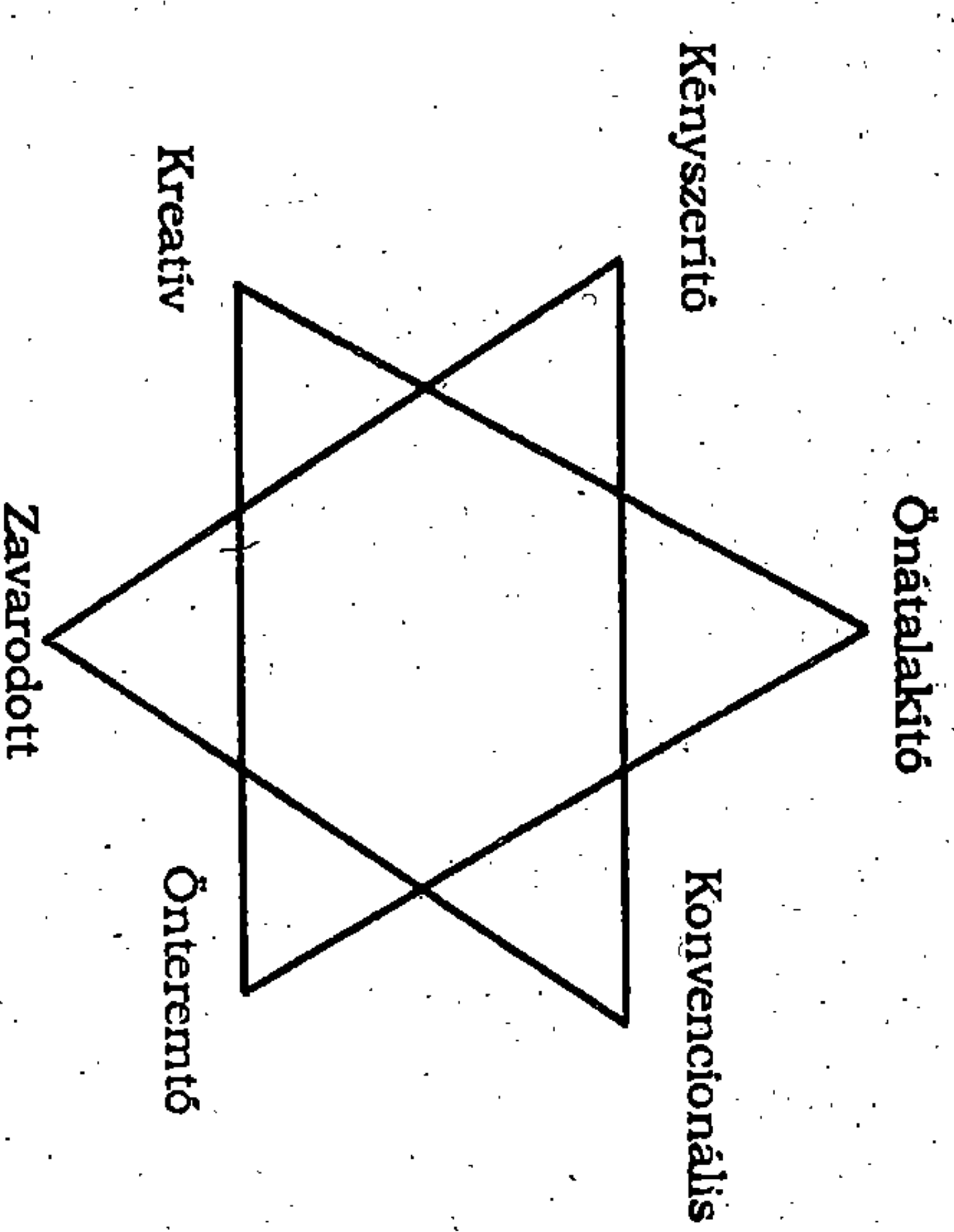
5. Az ön-létrehozó személy. Az autonóm viselkedés itt válik tudatosná. Az ön-teremtő emberek az önmeghatározásukat illetően is önmeghatározóak. Tudatosan alkalmazzák olyan személyi és interperszonális kapcsolatokat fejlesztő módszereket, amelyek növelik önkéntes választási képességüket, és céljuk ezzel az, hogy a tapasztalatok és cselekedetek valamennyi területén meginkább szándékaik vezessék őket. Ez legalább háromféleképpen nyilvánul meg:

Tisztázás. Dolgoznak múltjukból eredő korlátalkon, tudatosan foglalják ki a korai trauma és a szociális kondicionálás korlátozó hatásaival. Az egyén szándéka hogy az élet minden területén felszámolja a kompulzív ösztönösen konvencionális viselkedéseket.

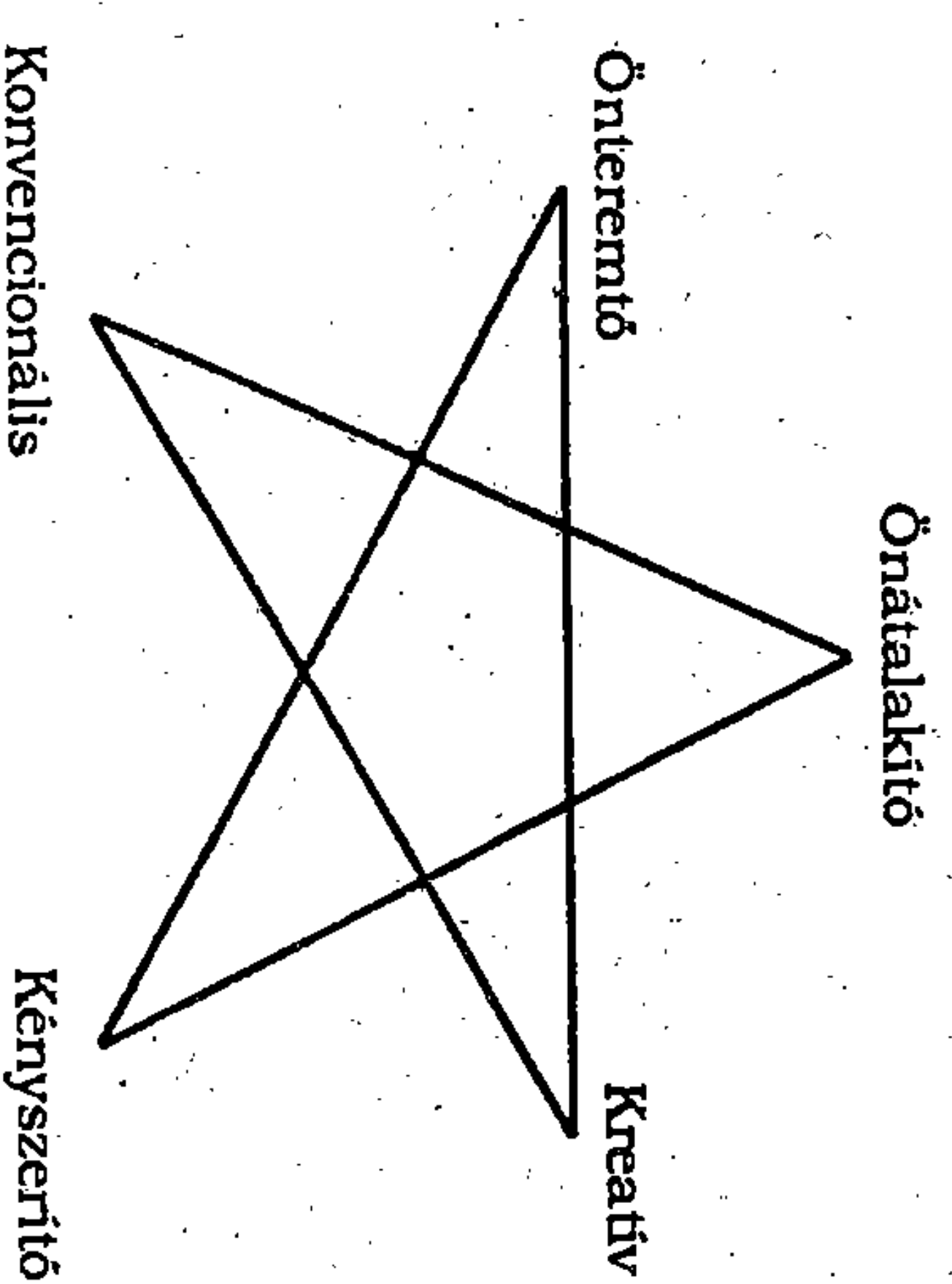
Fogékonyság. Gondosan odafigyelnek a receptív elme közléseire, a mindennapi tudat háttér mezejére. A választás és a személyes hatalom tudatos gyakorlása az intuíció iránti nagyobb nyitottságot jelent ami a lét különböző birodalmait és az azokban való részvételt illeti. Összhangban kell lennünk a háttérrel ahhoz, hogy az előtérben megfelelőképpen cselekedhessünk. A kifelé irányuló cselekvést passzív megfigyelés tartja egyensúlyban. A személy egyszerre hallgat és beszél, észreveszi ami történik és valami mást hoz létre.

Kapcsolat. Kíváló kapcsolat formák más emberekkel azon elv alapján, hogy szabad választás csak más szabad emberekkel kialakított tudatos kapcsolatokban jelenik meg igazán. Itt válik világossá, hogy az autonómia a társadalmi élet két másik alapvető értékével az együttműködéssel és a hierarchiával is kölcsönös függőségben van.

6. Az ön-átalakító személy. Az autonómia most már arra irányul hogy feltárja a lélek látni való erejét és a normál tudatot kiterjessze olyan területekre, amelyek kívül esnek rajta. Mintegy önmeghatározása kiterjesztéseként az egyén szabadon választja saját belső énjé feltárását és ezáltal hozzájárul az univerzális tudathoz, az ősi erőkhöz és a bennük rejlő transzmutatív energiákhoz (Heron, 1988). A személyiség hat állapotát a 3.4. Ábra mutatja be grafikusán. Legtöbb tanácsadó nem annyira a zavart vagy úgynevezett pszichotikus állapottal foglalkozik hanem inkább, azokkal az emberekkel, akik tudatosan választják a segítő szolgálatokat. Így a 3.5. Ábrán bemutatott legtöbb embernél ténylegesen vagy potenciálisan meglévő öt másik állapottal foglalkozik. Ez az ötágú csillag, egy álló ember szimbóluma be-



3.4. Ábra. A személyiség hat állapota



3.5. Ábra. Tényleges és potenciális személyiség-állapot legtöbb embernél

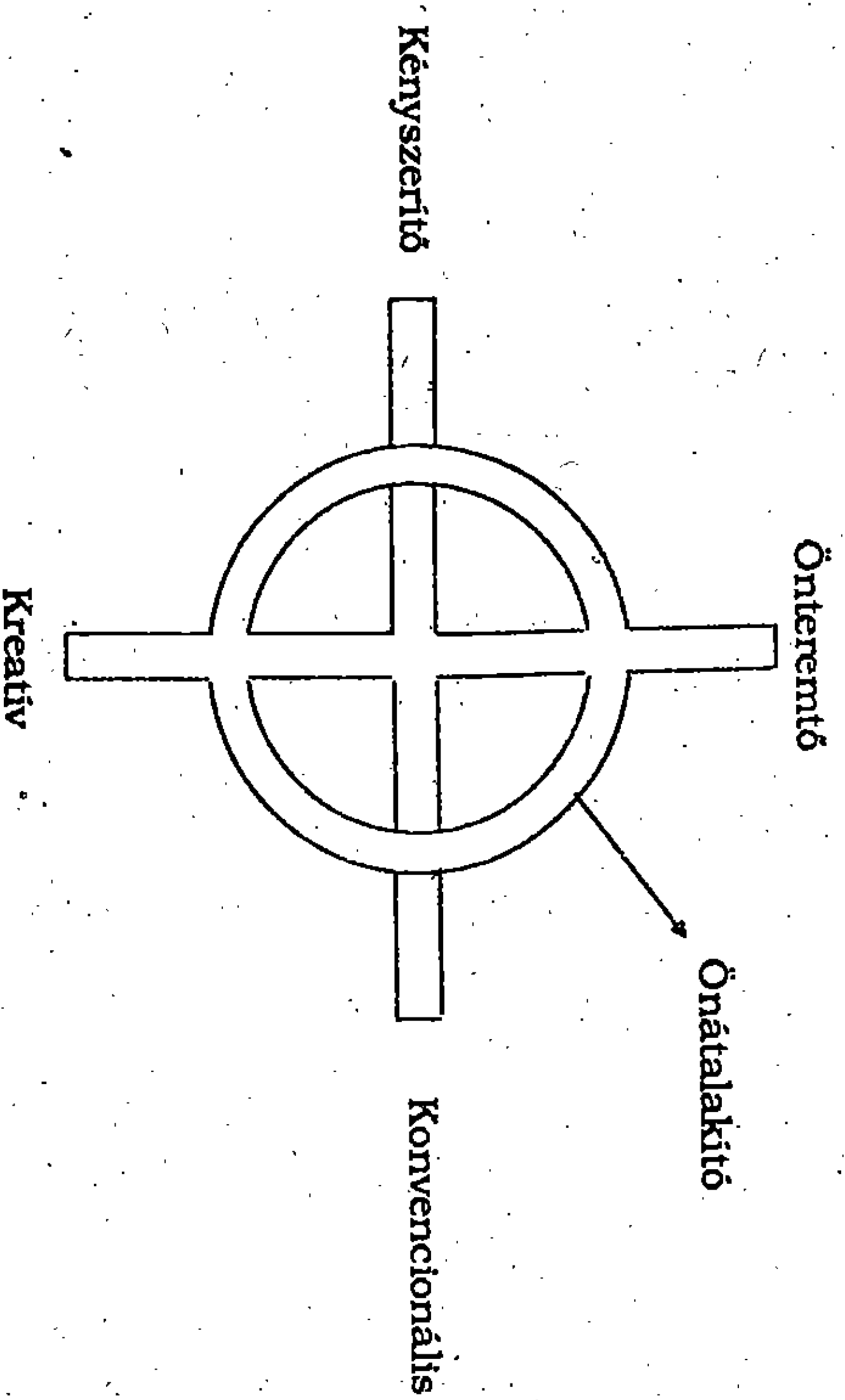
mutatja hogy a fejlődő személyiség alapját a kompulzív és konvencionális állapotok képezik. Valójában a kreatív személyiség autonómiája a konvencionális állapoton való elgondolkodásából ered, és a saját fejlődésen munkálkodó önteremtő egyén egyik legfontosabb feladata hogy tisztázza azokat a kompulzív attitűdöket és viselkedéseket, amelyeket élete korábbi időszakában védekezési mechanizmusként tett magáévá.

Hogy egy metaforát mégpedig egy organikus metaforát használjunk a konvencionális dimenzió biztosítja a szociális alapot, a kompulzív dimenzió pedig a termótálajt amelyből a kreatív személy, mint egy növény kinn önteremtő leveleivel, és az önátalakítás virágával. Az emberi természet sötét oldala kiegészíti a világot; a fejlődési folyamat energiát juttat olyan fejletlen területekről amelyek eddig el voltak vetve vagy meg voltak tagádvá. A salak integrálódik és átalakul, egy fejlődő teljes lény kialakulása, létrejötté folyamatos forrásként, amely persze nem tökéletes. Hogy a szövekből hozzunk egy hasonlatot a kompulzív és konvencionális láncolatát átszövi a kreatív és önteremtő személyiség dimenziók vetületekre létrehozva ezzel lényünk szövetét, amelyből az önátalakítás öltözéke alakítható ki.

Végül egy geometrikus hasonlattal élve, ami egyúttal ősi szimbólum is, a vízszintesen helyezkedik el a kompulzív és a konvencionális és ezekre merőlegesen a hosszanti tengelyen a kreatív és önteremtő. Metszési pontjuktól terjedhet ki az önátalakítás köre, mint ahogyan a 3.6. Ábrán látható.

Visszaulalva a fejezet elején megadott hat megbízói kategóriára az 1. és 2. számmal jelölték a kreatív személyre, a 3., 4., 5., és 6. számmal jelöltek pedig az önteremtő személyre vonatkoznak.

Azoknak az embereknek életében, akik egy gyakorlati szakember szolgáltatást vesznek igénybe hogy személyi fejlődésükön munkálkodjanak rendszert van bizonyos autonómia, vagyis az én terminológiám szerint bizo-



3.6. Ábra. A kereszt és a kör mind a személyiség állapotának szimbóluma

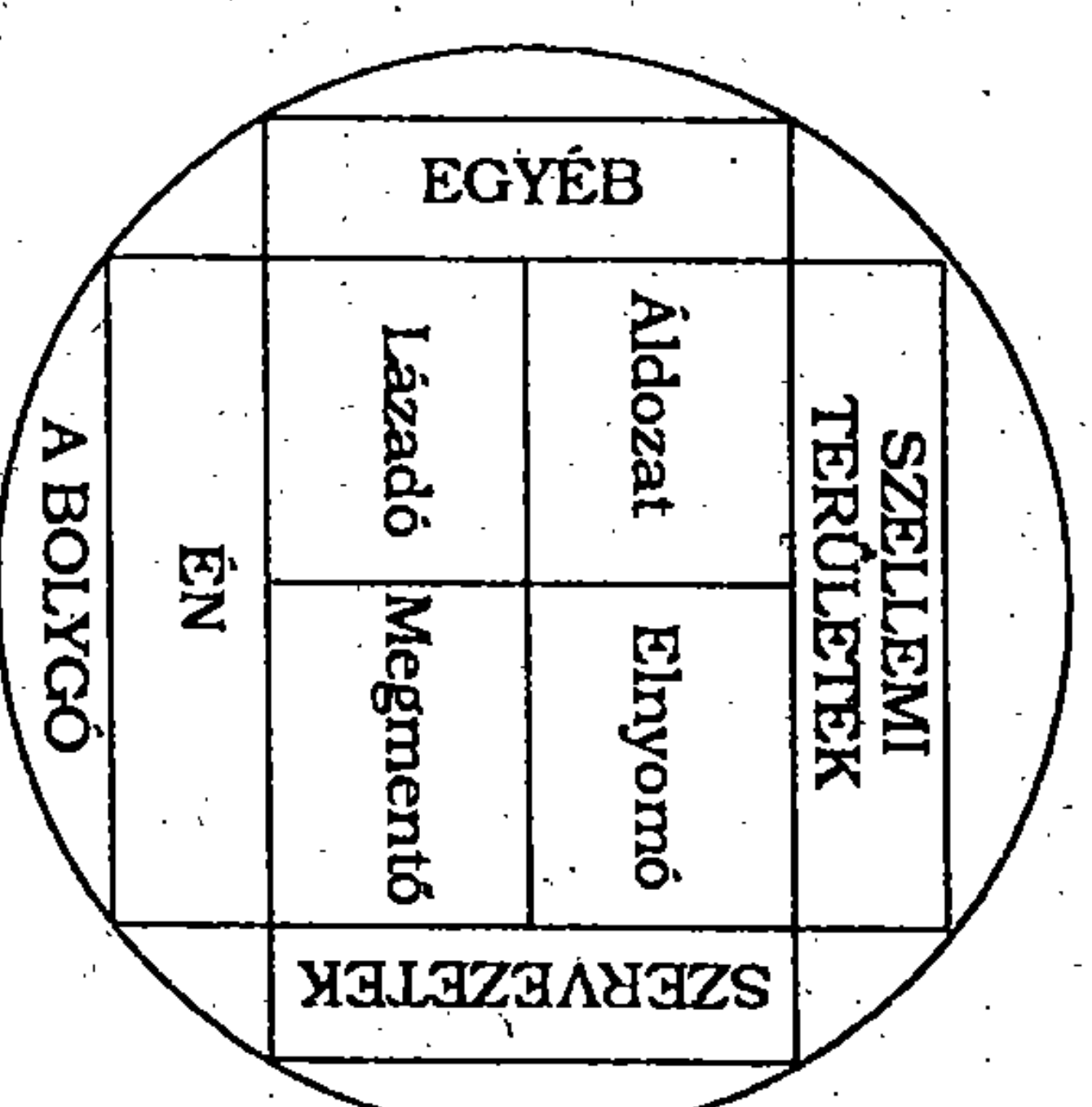
nyos mértékben kreatívak; de még úgy érzik hogy a konvenciók és kényszer korlátozzák őket, ami frusztrációt és boldogtalanságot okozhat. Autonómiájukat a kreatívabb lét irányában kell kiterjeszteniük, mélyebbre kell menniük hogy önteremtőek vagy esetleg önátalakítóak lehessenek.

Megbízó torzulások a világban

Ezalatt az életben megnyilvánuló degenerációkat, torzulásokat értem, amikor valaki a munkában és otthon beleragad egy sor konvencionális és kényszerítő viselkedésbe. A beszélgetés során ennek jelei előjönnek abban amit a megbízó mond és ahogyan válaszol. A korábban megadott hat pozitív megbízói kategória negatív párjaként a következőképpen néznek ki:

1. **Külső irányítottság és egyeztetés.** Az egyén gondolkodás nélkül választ elfogadva a társadalmi szerep sztereotípiákat és a konvencionális normákat; döntéshozatalainál olyanokkal egyeztet, akik ugyanezt teszik.
2. **Korlátozott hit és dogmatikus kommunikáció.** Az egyén kritika nélkül elfogadja a kész, uralkodó nézeteket és azon gondolkodik; hajlamos a bigottságra és az irracionális előítéletekre; másokkal intoleráns dogmatikus módon kommunikál.

3. **Önkorlátozás és szociális pangás.** Az egyén öntudatlanul kompulzív aldozatként, elnyomóként, lázadóként és megmentőként. Egyikről másikra kapcsolnak át ezen elkeseredettség hajtotta szerepek között saját énjükkel való kapcsolatukban, másokkal való személyes kapcsolataikban, szervezeti életben, a szellem területén és a bolygón elfoglalt környezetükkel kapcsolatban egyaránt. Védekezően elzárkóznak az önteremtéstől és hiányzik belőlük a szándékos szociális elkötelezettség. A 3.7. Ábra a négy kényszerítőerőt mutatja be sokrétű kontextusukkal együtt.



3.7. Ábra. A négy kényszerítőerő különböző összefüggései

4. *Érzelmi trikompetencia és interperszonális érzéketlenség.* Az egyén saját érzelmeibe van bezárva; elnyomja érzelmi csaldóttóságát, és anélkül hogy észrevenné átülteti magára vagy másokra; érzéketlen mások érzelmi állapota vagy érzelmi szükségletét iránt.

5. *Önértelmezés és szociális félreértés.* Az egyén nem fogja fel saját pszichológiai folyamatait; helytelen módon értelmezi vagy igazolja saját kellemlen helyzetét; és hasonlóképpen félreérti a körülötte zajló társadalmi folyamatokat is.

6. *Önébecsmérlés és mások leértékelése.* Az egyén állandóan becsméri önmagát, büntudata van és alkalmatlannak érzi magát, másokat pedig szid és kritizál.

Az első kettő a tipikus öntudatlanul konvencionális személyre, az utolsó négy pedig az elkecsereedettéghajtotta kompulzív személyre jellemző.

Megbízó zavarai a beszélgetés során

A megbízó maga választja a szakember szolgálatait abból a célból, hogy változzon vagy fejlődjön, ennek ellenére időnként ellenállást tanúsít vagy kitérő reakciói vannak. Ennek az ellenállásnak három alapvető formája van.

1. *Konvencionális inercia.* Ez a fajta ellenállás tisztán konvencionális állapotú személyeknél fordul elő, ahol nem áll fenn egyúttal erős elkecsereedettéghajtotta kényszer. Valamilyen hit vagy viselkedéssel kapcsolatos szociális tudatlanság; a kérdéssel kapcsolatos tudatlanság, érdeklődés hiánya hogy többet tudjon meg róla, motiváció hiánya bármilyen változás iránt.

Ez a fajta inercia igen sok korlátozó és inadekvát társadalmi hiedelmet és gyakorlatot tart fenn, ami mint a beszélgetések során kiderül a megbízók attitűdjében kifejezésre jut. A konvencionális inercia ellenáll a személy kreatív állapota kialakításának, amit korábban már meghatároztunk. A szexuális, szociális, gazdasági, politikai és ökológiai tudat óriási területet zájra ki. A hagyományos pszichoterápiában és tanácsadásban ezt a területet sajnálatosan elhanyagolták.

2. *Kompulzív védekezés.* Ez a fajta rezisztencia a kompulzív állapotú egyént jellemzi, és korlátozóbb és lemerevítőbb hatása van mint a konvencionális inerciának. A megbízó életének korai szakaszában pszichoszociális traumát élt át megtagadva, elnyomva és védve magát sok-sok érzelmi megvázkódattatás, bánat, méreg, és félelem ellen. Ez a védekezés a beszélgetés során ellenállást fejt ki az önteremtő folyamat szempontjából a gyermekkorai fájdalom korlátozó hatásának felszámolásában. Bizonyos tipikus formái lehetnek: az egyén ezeket változtatja.

Megadás. A megbízó függő helyzetbe kerül és erőtlenné válik, tanácsot és magyarázatot vár a szakembertől nincs tisztában saját szükségletével, érdekeivel és identitásával. Lehet hogy próbál jó megbízó lenni, aki követi a

javaslatokat. De az ezt követő viselkedése azt mutatja, hogy teljesen bezárt maradt, és ezzel akar távolságot tartani saját érzelmi állapota és maga között. A megbízó belülről teljesen el van zárva, olyan mint egy belső áldozat. Elképzelhető, hogy erős kényszerítő vagy elnyomó büntudata van, ami már régi eredetű és indokolatlan, de ami továbbra is irányítja belső attitűdjét és külső viselkedését.

Menekülés. A megbízó verbális vándorlásba kezd: saját magáról és életéről folytatott irreleváns beszélgetésbe menekül, ami csak körben forog, de lehetőleg jó távol a rejtett fájdalomtól, A beszéd pseudo problémákat gyárt, dramatizálja a megbízó életét anélkül, hogy ténylegesen foglalkozna vele. Vagy túl intellektuális és elemző vagy állhatatosan felületes és így számára biztonságos, miközben csak jelentéktelen kérdésekkel foglalkozik. Az egyén kényszerítő, félrevezetett önsegítségbe van bezárva, belső megmentője saját magának.

Támadás. A megbízó a rejtett érzelmi fájdalmat, annak aggodalmát átviszi a szakemberre. A beszélgetés során felmerülő bármely javaslat iránt aktív ellenállást tanúsít és mögötte ellenségesség és megvetés lapang. Minden olyan javaslat, ami életükkel kapcsolatban elhangzik „Igen, de” reakciót vált ki belőlük. Szidják és vádolják a szakembert azért amilyen, amit tesz és amit nem tesz a beszélgetések során. Megpróbálják a szakembert olyan szituációkba hozni ami kölcsönös vádaskodásokba torkolthat. Anélkül hogy tudnák a szakemberre viszik át elnyomott keserűségüket, amit múltjukban egy rossz szülő miatt éreztek: ez a negatív átvitel. Ezek a megbízók beleragadnak a kompulzív elnyomó vagy a kompulzív lázadó szerepébe.

3. *Transzperszonális beszűkülés.* Ez a fajta ellenállás az egyén önatalkító állapotának kbontásával szemben jelentkezik. A megbízónak az az illuzórikus elképzelése vagy érzése van hogy mindennapi énye valami módon független a világtól, a dolgoktól és a többi embertől, a lét egyéb dimenzióitól az egyetemes tudattól mint olyantól.

Normál tudatuk a mindennapi választásokra összpontosít, és azokra a hitekre, amelyek az ilyen választásokat megalapozzák. Én-központú gondolata beszűkítik, és merev eredménytelen szeparatista illúziót keltenek. Tudata be van zárva egy mindent egyesítő látomásba, abba az érzésbe, hogy az egészen belül el, beleértve annak titkos mindent átható energiáit. A személy a transzperszonális munka határan megáll, zavarban van, hitetlen, szkeptikus, fél és nem mer belevágni.

5. Mit tegyünk a megbízói ellenállással

1. *Legyünk informáltak majd utasítók.* Amint először megjelennék ébresszük őket az említett három ellenállási típus tudatára, rövid egyszerű magyarázatot adva működésükről. Ezután javasoljuk a megbízónak, hogy gyakorolja felismerésüket és azt hogy hogyan vessen véget az ellenállásnak.

2. *Legyünk konfrontálóak.* Amikor a megbízó az ellenállás valamelyik formájába belebonyolódik, adjunk azonnali visszacsatolást támogató stílusban, hogy együttal némi betekintést nyerhessenek hogyan is állnak ellen saját belső fejlődésüknek és változásuknak.

3. *Legyünk katarthikusak.* Használjuk fel az alapvető katarthikus beavatkozások teljes körét annak elősegítésére, hogy a megbízó képes legyen lebonlani, kompulzív védekezését és megszabadulni a mögötte rejlő érzelmi fájdalomtól. A múlt traumáinak pszichodrámán keresztül történő újraelése és feloldása jó módja a megbízók segítségének a múlt béklyóitól való megszabadulásra és az önteremtés elemének elsajátítására.

4. *Legyünk katalizálóak.* Alkalmazzunk strukturált gyakorlatokat az öntudat és a viselkedés új formáinak begyakorlására; szerepjátékokat a konvencionális sztereotípiákból való kitérésre, és kreatívabb reakciók kiváltására; az önátalakító állapotba történő bekerüléshez pedig végezlessünk transzmutációs gyakorlatokat.

5. *Legyünk támogatóak.* Értékelje a megbízókat ugyanolyan módon ahogyan a többi kategóriát alkalmazzák; tartsa tiszteltben a megbízó védekezését, melótt bátorítaná ennek felszámolását ismerje el hogy a túlélés formáiként szükség van rá; erősítse meg és dicsérje a megbízó saját átalakulásáért és fejlődéséért végzett munkáját.

Ez az áttekintés minimális és pusztán bevezető jellegű. Ha a beszélgetések során jelentkeznek konvencionális inercia akkor érdemes a kényszerítő védekezést megelőzően foglalkozni vele. Egyes területeken a kettő összekapcsolódik és így hol egyikkel hol a másikkal kell számolni. Úgy tűnik számomra hogy bőlcsebb a kényszerítő védekezéssel a transzperszonális beszűkülést megelőzően foglalkozni, mert ellenkező esetben az önátalakító gyakorlat hatásaként a gyermekkorl keserűség elfojtása elkendőződhet.

A személyi fejlődést szolgáló folyamatos beszélgetés sorozatban a fentiekben ismertetett negatív átvitelre való hajlam egészen addig megmarad amíg nem sikerül a múlttal való kapcsolatát feltárni és feloldani. E szituáció kezelésének kérdése fontos részét képezi a hosszútávú képzésnek.