

Fejlesztési TA

© 2006 Julie Hay TSTA OE *(a magyarra fordítás idejében már COPE – a TA mind a 4 alkalmazási területének oktatója és szupervízora, az ICTAQ rendszerében pedig TA Practitioner Master Trainer és Supervisor)*

Miért "fejlesztési"?

A "fejlesztési" kifejezést azért vezettük be, hogy megkülönböztessük azokat a TA-alkalmazásokat, amelyek inkább a növekedéssel és fejlődéssel, mint a "gyógyítással" foglalkoznak. Amikor a TA-alkalmazások különböző területeit először vezették be, azokat "speciális területeknek" nevezték. A terápiás alkalmazást "klinikai" területként ismerték, amit ma természetesen pszichoterápiás területnek neveznek.

Abban az időben, amikor letettem a CTA-vizsgámat, a speciális területekre jelentkező sikeres vizsgázók szabadon választhatták meg, hogyan írják le a területüket, így sokféle dolog volt bizonyítványokra írva - köztük, ha jól emlékszem, egy CTA-építészeti, ami azóta is izgat. Végül a szakterületeket racionalizálták oktatási, szervezeti és tanácsadási szakterületekre, amelyekből ma már külön vizsgák vannak, és a különböző címkékkel rendelkező CTA-kat átsorolták ezek közül valamelyikbe. *(A fordítás időpontjában azonban már további nemzetközi képesítések is elérhetőek, pl TA manager, TA practitioner stb. további információ www.ictaq.org)*

Nekem azonban mindig úgy tűnt, hogy a három speciális területnek sok közös vonása van egymással, és hasonló módon különbözik a klinikai területektől. Ezeket a hasonlóságokat és különbségeket alább részletesebben leírom - a lényeg úgy tűnt, hogy mindannyian az itt és mostban való működésre és az átvitel távol tartására helyezték a hangsúlyt, míg a terapeuták regresszióval dolgoztak, és valójában az átvitelt használták a kliensek segítésére. Nem úgy értem, hogy a fejlesztési TA kliensek soha nincsenek regresszióban vagy nem jön létre velük átvitel; úgy értem, hogy inkább azon dolgozunk, hogy visszahívjuk őket az itt és mostba, mintsem hogy közvetlenül ezekkel a jelenségekkel dolgoznánk.

Ahogy a szervezeti és oktatási szakemberek és tréner/szupervízorok száma nőtt, úgy tapasztaltam, hogy sokan osztják a véleményemet a speciális és a klinikai területek közötti különbségről. Bátorítani akartuk a szorosabb integrációt, és szükségünk volt egy megnevezésre, hogy közösen jellemezzük magunkat. Az évek során a speciális területek címke a TA közösségen belül némileg lekicsinylő értelmet nyert, mintha csak az eredeti terápiás alkalmazás lenne valódi TA. A különleges pedig közben úgy hangzott, mintha azt állítanánk, hogy jobbak vagyunk másoknál. A legfontosabb, hogy nem volt elég leíró ahhoz, hogy bárkinek is elmondja, hogy valójában mit is csinálunk a TA-val.

Ezért úgy döntöttünk, hogy fejlesztőnek nevezzük magunkat. Felismertük, hogy némi zavart okozhat, hogy a fejlesztési (vagy fejlődési egy másik fordítás szerint) a felnövekvő gyerekekre vonatkozik, de biztosak voltunk benne, hogy az emberek hamarosan hozzászoknak a fejlesztési tranzakcióanalízis (Developmental TA) kifejezéshez. Az, hogy felkértek, hogy írjuk meg ezt a fejezetet, egyrészt megerősítés arra, hogy ez úgy történik, ahogy reméltük, másrészt pedig remek lehetőség arra, hogy minél többet elmondhassunk róla.

Még egy utolsó megjegyzés a FTA-val és a PTA-val (pszichoterápiás TA) kapcsolatban. Nem az a szándék, hogy csak két terület legyen. Ehelyett mindkettőt hasonló csoportnak tekintjük. A FTA-n belüli területek közül a pedagógiát viszont fel lehetne osztani például a gyermekek tanítására vagy a felnőttek tanítására, vagy az iskolai munkára a menekültekkel való munkára, vagy az életvezetési készségekre vagy a szülői készségekre vagy az állampolgári készségekre való összpontosításra, és így tovább. A szervezeti TA különböző készségeket igényel attól függően, hogy a szakember szervezeti tanácsadóként, trénerként, facilitátorként, mediátorként stb. tevékenykedik. A jelenlegi tanácsadási terület olyan munkát ír le, amelyet coach vagy mentor, valamint tanácsadó is végezhet, és bármelyik munkakör megnevezés utalhat az ügyfelek személyes vagy szakmai fejlődésén dolgozó szakemberekre. A pszichoterápia területe is kiterjedt - a terapeuták szakosodhatnak a gyermekekkel, felnőttekkel vagy idősekkel, szenvedélybetegségekkel, családon belüli erőszakkal, egyénnel vagy családi rendszerekkel való munkára - tehát ismét sokféle alkalmazási lehetőség van.

Úgy gondolom, hogy a FTA és a PTA a fő csoportosítások, amelyeknek tetszőleges számú alosztálya létezik, amint az szükségesnek bizonyul, ha figyelembe vesszük a szükséges kompetenciákat. Ez lenne ahelyett, hogy a PTA egy hatalmas alkalmazási terület lenne több, valamivel kisebb, de még mindig kiterjedt terület mellett. A jelenlegi felosztásaink sok kérdést generálnak, amikor a hallgatók kiválasztják a saját szakmai alapjukat.

Közös örökségünk

A FTA-nek számos fő jellemzője van, amelyek közül néhány természetesen közös a PTA-val, mások pedig megkülönböztetik a két átfogó megközelítést.

A közös alapelvek közé tartozik a megkülönböztetésmentes, a sokféleséget minden formájában tiszteletben tartó magatartás iránti elkötelezettségünk, a szerződéskötés alkalmazása, hogy az ügyfelekkel együtt, és ne rajtuk dolgozzunk, az okéssággal kapcsolatos alapfilozófiánk, az etikai kódexek és szakmai gyakorlatok betartása, valamint a folyamatos szakmai és személyes fejlődés érdekében önmagunk elemzésére és a szupervízió igénybevételére való nyitottságunk.

Ezenkívül mindannyian ugyanazokra a TA elméletekre hivatkozunk, bár eltérünk abban, hogy melyiket alkalmazzuk leggyakrabban, milyen elméleti mélységbe megyünk bele, és milyen nem TA elméleteket használunk a TA mellett vagy azzal kombinálva.

Van tehát egy erős közös örökségünk, amely TA-közösségként összetart bennünket. Ez azért fontos, mert lehetővé teszi számunkra, hogy tanuljunk egymástól. A hasonló koncepciók különböző helyzetekben való alkalmazása mindannyiunk számára sok értéket teremt.

Egészség vagy patológia

Amikor a különbségekre térünk, véleményem szerint az egyik legjelentősebb az, hogy a patológia helyett az egészségre helyezzük a hangsúlyt. A FTA alapja az, hogy a hangsúlyt arra helyezi, hogy az emberek megtanulják, hogyan fejlesszenek ki több opciót az egészséges működésre, és nem arra, hogy közvetlenül a patológiával foglalkozzanak. Ezért ugyanazokkal az elméletekkel dolgozunk, de gyakran egyszerűsített formátumot dolgozunk ki, amely a laikusok számára könnyebben érthető. És bár minden TA elméleti megközelítésből merítünk, beleértve most már a kokreatív (Summers & Tudor 2000) megközelítést is, munkamódszereink az eredeti klasszikus TA módszertanhoz állnak a legközelebb. Berne azt mondta, hogy tanítsuk meg az ügyfeleknek az elméletet, és később aggódjunk az elemzés miatt, ha arra még szükség van - mi úgy találjuk, hogy a TA tanítása gyakran elég ahhoz, hogy az emberek jelentős változásokat érjenek el, amint rájönnek, hogy a korlátaikat maguk szabták meg.

A patológia nyilvánvalóan mindannyiunknál felmerül időről időre, de a FTA-gyakorló olyan módokat keres a klienssel való kapcsolatteremtésre, amelyek megkerülnék minden patológiát. Rendszerszemlélettel tekintve, azon az alapon működünk, hogy a mintáink úgy kapcsolódnak egymáshoz, mint a pókháló, amelynek középpontjában az alapvető hiedelmek, a külső peremén pedig a megfigyelhető viselkedésmódok vannak. Így a háló bármelyik pontján bekövetkező változás visszhangra talál, és valószínűleg máshol is okoz kapcsolódó változásokat. A háló középpontján dolgozó PTA-gyakorlók segítenek az ügyfeleknek abban, hogy megváltozott viselkedéseket hozzanak létre, miközben megváltoztatják alapvető hiedelmeiket: A viselkedés perifériáján dolgozó FTA szakemberek abban fogják segíteni az ügyfeleket, hogy kezdeményezzék a központi meggyőződések megváltoztatását. Mindkét esetben a kliens elvégzi a korrekciót, hogy elkerülje a kognitív disszonancia (Festinger 1957) kellemetlen érzését - mindannyian jobban szeretjük, ha a meggyőződéseink és a viselkedésünk koherensnek tűnik.

A FTA-gyakorlók a változást és a növekedést a physis (Berne 1957) TA-fogalmának hangsúlyozásával támogatják – ami minden élőlénynek a növekedésre és fejlődésre való késztetése. Használhatjuk a sorskönyv fogalmát is, hogy az emberek megértsék, hogyan korlátozódhatott a physis, miközben felnőttek. Így

inkább fejlődési, mint determinisztikus sorskönyvekről beszélünk, arra bátorítva az embereket, hogy felismerjék, hogy megváltoztathatják a gyermekkorukban hozott döntéseiket, és improvizációs színházat (English 1988) működtethetnek ahelyett, hogy megragadnának olyan módokon, amelyek talán segítettek nekik a túlélésben, amikor fiatalok voltak, de a jelenlegi körülményeik között nem relevánsak.

A physis megértéséhez segít elképzelni, hogy az emberek olyanok, mint a növények, amelyeket lebetonoztak, de még mindig a nap felé igyekeznek kinyúlni. Ha valaha is rakott már le ösvényt a kertjében, akkor tisztában van vele, milyen nehéz lehet megakadályozni, hogy a növények ne jelenjenek meg ott, ahol nyílások vannak. A kertészek keményen dolgoznak azon, hogy az utakat tisztán tartsák, míg a FTA-gyakorló örömmel fogad mindent, ami a physis jeleként megjelenik. A célunk az, hogy mi legyünk a csákányos ember, aki repedéseket hoz létre a betonon, hogy a táplálék átjusson az alatta lévő élőlényekhez, és azok fel tudjanak nőni a fény felé.

A szerződéskötés összetettsége

A másik mód, amelyben a FTA és a PTA gyakorlata jelentősen eltér egymástól, a szerződéskötés megközelítési módja. A PTA-szerződések általában a terapeuta és a kliens között jönnek létre, és bizonyos mértékben bevonják a szervezeteket is, például azokat, akik a kliens nevében fizetnek a terápiáért. Fanita English (1975) bevezette a háromoldalú kapcsolat fogalmát az általa nagyhatalmaknak nevezett szervezetek bevonásának ábrázolására - azoké a szervezeteké, amelyek trénereket hoztak, hogy tanítsák a TA-t alkalmazottaiknak, akik gyakran vonakodva vagy aggódva vettek részt az oktatásban.

Azóta nyilvánvalóvá vált, hogy a legtöbb FTA-szerződés még ennél is összetettebb, több féllel és több szinten kell számításba venni. Berne (1966) az adminisztratív, a szakmai és a pszichológiai szintet javasolta - ez a lista kibővíthető az érintettek paradigmáinak, azaz világmodelljeinek figyelembevételével. A legtöbb ember nincs tisztában a referenciakeretével, így a személyes sorskönyvek mellett kulturális és szervezeti paradigmák szerint is működnek. Például a menekültekkel dolgozó emberek akaratlanul is figyelmen kívül hagyhatják a származási ország értékeit; a szervezetekben dolgozó oktatók tudtukon kívül igyekezhetnek érvényre juttatni saját nézeteiket a "jó" szervezeti kultúráról; az iskolai tanárok pedig a szülők viselkedési formáinak finom becsméréssel problémákat okozhatnak a gyerekeknek.

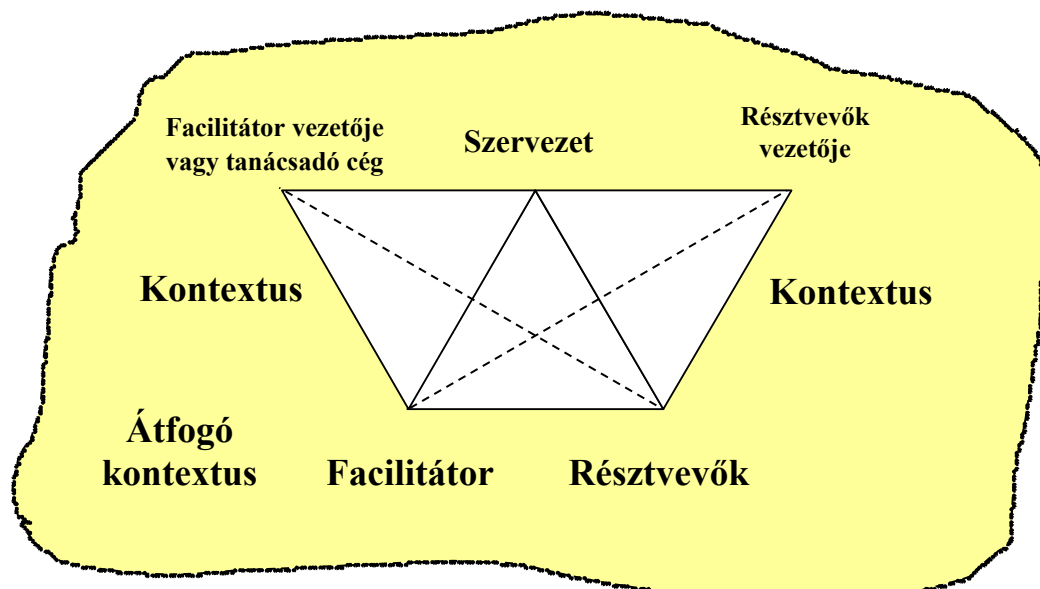
Nem a szintek jelentik a további összetettség egyetlen forrását. A FTA-szerződések megkötésében általában legalább az English által meghatározott három fél - a szakember, az ügyfél és egy szervezet - vesz részt. Gyakran előfordul, hogy az ügyfélnek van egy közvetlen vezetője is, aki talán soha nem találkozik a szakemberrel, de mégis ő lehet a végső bírója annak, hogy a TA milyen hatást gyakorol az ügyfélre. Nem biztos, hogy a FTA-munkát megrendelő szervezeti kapcsolattartó a végső tekintély. Iskolai környezetben a szülőkkal, valamint az

oktatáspolitikát meghatározó helyi és/vagy nemzeti hatóságokkal is számolni kell. A coachok és tanácsadók is működhetnek valamilyen szervezeti struktúrán belül, például egy házon belüli rendszerben, még akkor is, ha maguk a szakemberek önálló vállalkozók.

A szerződéskötést tovább bonyolítja, hogy a FTA-szakember dolgozhat egy tanácsadó cégnek, amely viszont szerződést kötött egy szervezettel, hogy a diákokkal vagy alkalmazottakkal dolgozzon. Előfordulhat, hogy a szakember nem is találkozik végső ügyfeleivel a FTA-szolgáltatás nyújtásának napján, amikor is valahogyan úgy kell közvetítenie a bonyolult szerződéses megállapodásokat, hogy az ügyfelek megértsék, hogy mire készülnek, és képesek és hajlandóak legyenek tájékozott beleegyezést adni - és lehetőséget kapnak arra, hogy a szerződéskötés végső szakaszának részeként ismertessék saját igényeiket és preferenciáikat.

Az 1. ábra egy viszonylag egyszerű szervezeti szerződéskötési diagramot mutat be. A szaggatott vonalak olyan jelentős kapcsolatokat jelölnek, amelyek társadalmi szinten nem járnak közvetlen érintkezéssel, bár a pszichológiai szinten megjelenhetnek, és minden bizonnyal hatással lesznek a paradigmák szintjén is. A bemutatott példában a facilitátor soha nem találkozik a résztvevők közvetlen vezetőivel, a résztvevők pedig nem találkoznak a facilitátor vezetőjével, mégis ezek a felek jelentős hatást gyakorolnak olyan szempontokra, mint a munka határai és az eredmények értékelése.

1. ábra: Többoldalú szerződés



Ez a többoldalú szerződésdiagram még összetettebbé válik, ha összekapcsoljuk Micholt (1992) pszichológiai távolságról szóló elképzeléseivel. Ha a különböző háromszögek vonalai nem egyenlő oldalúak, akkor az egyes felek közötti extra

közelség vagy távolság komoly negatív hatással lesz a kapcsolatokra. Ezt a szerződés-kötés "papírsárkány" elméletének nevezem, mert a vonalakat háromdimenziós formában úgy képzelhetjük el, mintha papírsárkányt alkotnának. Ha a papírsárkány alakja nem kiegyensúlyozott, nagyon nehéz irányítani a repülését.

A sárkányok még összetettebbek lehetnek az oktatási környezetben, ahol gyakran figyelembe kell vennünk a tanulókat, a szülőket, az iskolaigazgatókat, a szülő-tanár egyesületeket, a nevelőtestületeket, a helyi és a nemzeti oktatási hatóságokat, a tanárok szakmai szövetségét vagy szakszervezetét, az iskolaigazgatók külön szakmai szövetségét, a kormányt, a nemzeti és a helyi önkormányzat választóit, a köztisztviselőket - és valószínűleg még másokat is. Nem csoda, hogy a tanítást gyakran stresszes foglalkozásnak tartják!

Munka az itt és mostban

Fentebb említettem, hogy a FTA az itt és mostban való munkára koncentrál, és távol tartja magát az átviteltől. Ezt szembe lehet állítani a PTA-val, ahol az átvitel egy értékes mechanizmus, amelyet a kliens megsegítésére lehet használni. Bármit is veszünk fel, amit a kliens átvisz a terapeutára, és bármit, amiről a terapeuta rájön, hogy át akarja adni a kliensnek, betekintést nyújthat a kliens valószínűsíthető problémáiba, és egyúttal egy olyan kapcsolati híddá is válhat, amelyen keresztül kapcsolatot lehet teremteni a klienssel oly módon, hogy a kliens megtartható és támogatható legyen, miközben átdolgozza a történetét és új döntéseket hoz.

A FTA ehelyett a Funkcionális Felnőtt-Funkcionális Felnőtt (Hay 2000) viselkedési én-állapot tranzakciók alapján működik, a belső Felnőtt (Hay 1995) bevonásával. Bernei kifejezéssel élve, ez a Felnőtt-Felnőtt közötti kapcsolat, a végrehajtó személyben az Integrált Felnőtttel. Más szóval, ez a klasszikus Bernei megközelítés, amely abból indul ki, hogy a kliensnek van egy működő Felnőtt én-állapota, és a mi feladatunk az, hogy ezen keresztül kapcsolatba lépünk vele. Ezután ők magukra alkalmazhatják a TA-t, és kidolgozhatják - ismét saját maguknak, esetleg némi ösztönzéssel -, hogy mit tehetnének másképp.

Ez természetesen feltételezi, hogy képesek önállóan működni. Ha sorskönyvi viselkedésbe kezdenek, a FTA-gyakorló célja, hogy visszasegítse őket az autonómiához. Ha következetesen nem sikerül az itt és mostban maradniuk, a FTA-gyakorló talál valamilyen tapintatos módot arra, hogy elérhetőséget adjon minimum három lehetséges terapeutáról, akikkel az ügyfél kapcsolatba léphet, és akik közül választhat.

Kontextuális faktorok

A kliens terápiára való továbbirányítása egyenértékű azzal, mintha egy PTA-szakember szervezeti vagy oktatási szakemberhez küldene tovább egy megkeresést ahelyett, hogy egy munkacsoport vagy egy osztálynyi tanuló számára nem megfelelő terápiás csoportélményt nyújtana. A TA alkalmazásának minden formája általában a kontextuális tényezők és a helyzet valószínűsíthető normáinak ismeretén alapul.

A TA alkalmazása terápiás környezetben megkövetelheti, hogy a szakember ismerje a függőségeket, a családi rendszereket, a gyermekbántalmazást, a kínzást, tudjon a lehetséges orvosi kezelésekről, pszichiátriai szolgáltatásokról stb. A TA szervezeti környezetben való alkalmazása megköveteli, hogy a szakember megértse a szervezetek dinamikáját, ismerje a vezetést, a menedzsmentet, a csapatmunkát és így tovább. A TA oktatási környezetben történő alkalmazása a tanulási és tanítási folyamatok megértését igényli, azt, hogy a felnőttek és a gyermekek hogyan tanulnak, az oktatási rendszer dinamikáját, és így tovább.

Az egyes kontextusokban kompetens szakemberként dolgozni olyan sok speciális tudást és tapasztalatot igényel, hogy minden egyes TA-területet saját szakmának lehetne tekinteni. Valóban léteznek más szakmai testületek is, amelyek tagjai között olyan szakemberek is vannak, akik vagy alkalmaznak vagy nem alkalmaznak TA-t, de más tekintetben ugyanazt a munkát végzik. Az Egyesült Királyságban például léteznek szakmai testületek a tanácsadók, a szervezeti trénernek, a tanárok és oktatók, a coachok és mentorok számára, és természetesen ott van a UK Council for Psychotherapy és a British Association for Counselling and Psychotherapy.

A vonatkozó testületek szakmai tagsági követelményeinek áttekintése egy másik módja annak, hogy láthassuk, hogyan egyesülnek a nem TA-nak minősülő alapvető elemek néhány hasonló és különböző TA-elmélettel és módszerrel, és hogyan jönnek létre külön alkalmazási területek.

FTA elméletek

A hangsúlyt a patológiáról a "normálisra" helyezve, és a fogalmak egyszerűsítésének módját keresve anélkül, hogy mélységüket és szilárdságukat elveszítenék, a TA eredeti elméletének számos fejlesztését eredményezte. Berne az Occam borotvája elvéről írt (1972), hangsúlyozva a tudományos gazdaságosság fontosságát. Éppen annyi elméletre van szükségünk, amennyit az aktuális célunkhoz használnunk kell. Az alábbiakban csak néhányat említek abból, hogyan követtem Berne tanácsát, miközben a hangsúlyt az egészségre helyeztem a patológia helyett.

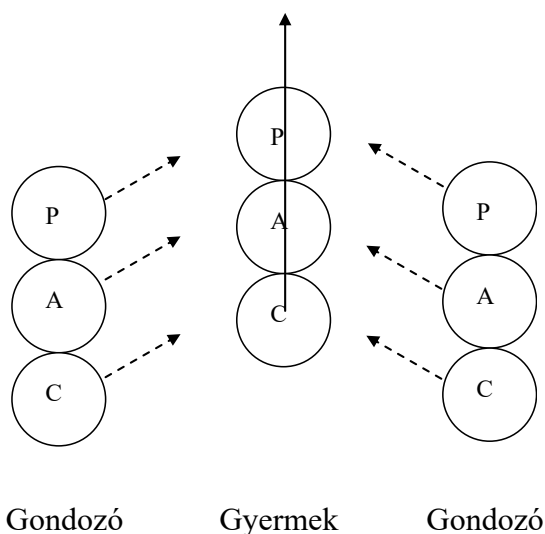
Autonómia Mátrix

Én inkább az autonómia-mátrixról beszélek, mint a sorskönyvi-mátrixról - lásd a 2. ábrát. A gondozók és az egyén pozíciója felcserélődik, hogy szemléletesen ábrázolja, hogy a gyermekek az előző generáció korlátain túl fejlődnek, és inkább támogatják őket, mintsem lefogják.

A vonalak rövid időre megállnak a gyermek énállapot-köreibe való belépés előtt (Holloway 1977), hogy hangsúlyozzák, hogy sok sorskönyvi döntés nem "beillesztett", ahogy Berne (1972) írta és ábrázolta. A kötőjelek azt hivatottak jelezni, hogy sok sorskönyvi üzenet nem része semmilyen társadalmi szintű tranzakciónak, hanem valójában értelmezései és reakciói annak, ahogyan a kisgyermek értette azt amit hallott.

Ez az egészséges fejlődés modelljét adja számunkra, amely megmagyarázza, hogy miért vannak negatívumok is, nem pedig egy nagyrészt negatív fejlődés képét, amelyet valahogyan le kell küzdeni. Kiküszöböli azt a felkérést is, hogy egyszerűen a gondozóinkat hibáztassuk.

2. ábra: Az autonómia mátrix

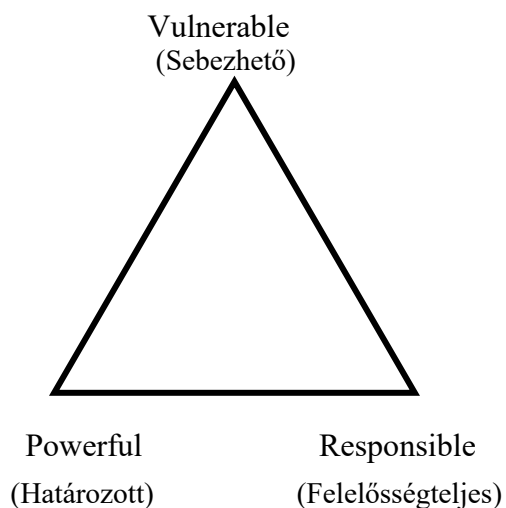


Potenciál Piramis

Hasonlóképpen, a drámaháromszög (Karpman 1968) ellenpontjaként a potenciál piramist (Hay 1995) használom. Ez Choy (1990) Nyertes háromszögének továbbfejlesztése. Az én esetemben a háromszög megfordítva van, hogy hangsúlyozzam a különbséget, és a potenciális pozíciók címkéi is PRV-vel kezdődnek, hogy hangsúlyozzam, hogy ezek a drámaháromszög szerepeinek megfelelői (ez a magyar nyelvben nem tudja hangsúlyozni ennek, hogy ezek megfelelnek a drámaháromszög elemeinek kezdőbetűivel). Annak felismerése,

hogy mikor vagyunk Sebezhetőek, lehetővé teszi számunkra, hogy elkerüljük az Áldozat pozíciót; az Üldözőből Határozott lesz, ami arra utal, hogy akkor használjuk a hatalmunkat, amikor az helyénvaló, a Megmentőből pedig Felelősségteljes lesz, ami arra utal, hogy csak azért vállalunk felelősséget, amiért jogosan kell. Mindhármát át kell alakítanunk és kombinálnunk kell ahhoz, hogy hatékonyává váljunk.

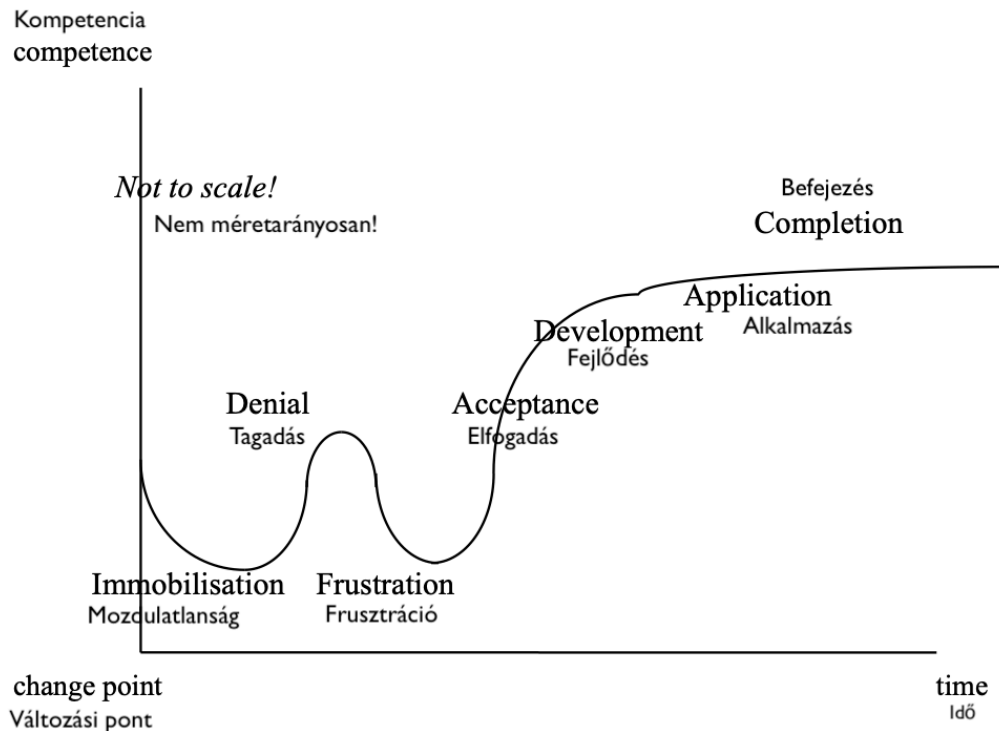
3. ábra: A Potenciál Piramis



Kompetenciagörbe

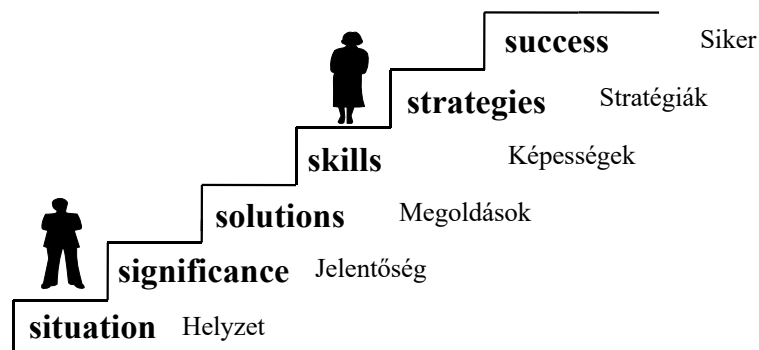
A fejlődési ciklusokat (Levin 1982) átalakítottam egy kompetenciagörbévé (Hay 1996), amely megmutatja, hogyan változik a kompetencia a változás bekövetkezése után. Ennek előnye az általánosan használt, a halálon és gyászon alapuló változásgörbe (Kubler-Ross 1969) helyett az, hogy a gyermeki fejlődés sokkal pozitívabb keretet biztosít a változáshoz. Még mindig megmutatja, hogy a változásnak voltak negatív szakaszai, és felhasználható annak illusztrálására, hogy miért lehet olyan stresszes egy újabb változás, amikor az éppen akkor következik be, amikor az utolsó változás elfogadására lépünk.

A gyermekkori fejlődéshez való kapcsolódás magyarázatot ad arra is, hogy egyesek miért találják nehezebbnek a változási folyamat egyes szakaszait, mint mások - bármit is hagyunk ki gyermekként a fejlődésből, az még mindig hatással van ránk. Ez hozzájárul a modell pozitív alkalmazásához, mivel az ügyfelek felismerik, hogy minden változás egy újabb lehetőség a korábbi fejlődési hiányosságok feldolgozására és kezelésére.



Lépések a sikerhez

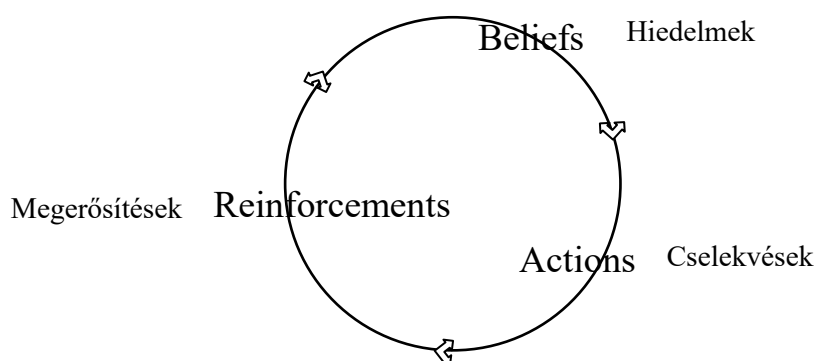
Kidolgoztam egy problémamegoldó, ún. lépések a sikerhez (Hay 1995) nevű modellt, amely a félreismerési mátrix (Schiff 1975) kezelési szintjeit tükrözi. Ez egyszerűbb bemutatással lehetővé teszi, hogy a félreismerés mint fogalom tanítható legyen. A lépcsőfokokon lévő emberek azt hivatottak szemléltetni, hogy hogyan tudjuk észrevenni valaki más félreismerését, amikor ő nem képes rá - ha segíteni akarunk neki abban, hogy tudatában legyen félreismerésnek, akkor lefelé kell haladnunk a lépcsőfokokon, és csatlakoznunk kell hozzá azon a ponton, ahol már tudatában van a valóságnak.



BARs to Success (A siker korlátai)

Egy utolsó példa - a (börtön)rácsok metaforáját használom a BAR (Beliefs, Actions, Reinforcements - hiedelmek, cselekvések, megerősítések) létrehozására Erskine & Zalcman Racket System (1979) alapján. Ez az egyszerűsített ábrázolás segít az ügyfeleknek abban, hogy lássák, hogyan hoznak létre önbeteljesítő jóslatokat, és hogyan törhetik meg a körforgást a három pont bármelyikén - a hiedelmek megváltoztatásával, a cselekedeteik megváltoztatásával, vagy a helyzet és/vagy a körülöttük lévő emberek megváltoztatásával, hogy más válaszokat kapjanak.

A szakember tehát közvetlenül dolgozhat a hiedelmekkel, beleértve az alapvető hiedelmeket is, az életpozíciókat, vagy ahogy én nevezem, az ablakok a világra segítségével. Szerepjátékok vagy készséggyakorlatok segítségével készíthetjük a klienseket a cselekvéseik megváltoztatására. Biztosíthatjuk a megváltozott megerősítést azáltal, hogy a kliens egy támogató csoportban gyakorol, vagy azt tanácsolhatjuk, hogy az új viselkedésformákat egy "biztonságos" helyzetben gyakorolják, mielőtt "nagy téttel bíró" interakciókban alkalmazzák azokat.



A meglévő TA-elméletek ezen átdolgozásaival az a szándék, hogy az anyagot olyan módon mutassuk be, hogy:

- inkább az egészséget, mint a patológiát mozdítsák elő
- megerősítsék azt az üzenetet, hogy mindannyian "normálisak" vagyunk, bár van néhány furcsaságunk.

- pontosan megragadják az elmélet lényegét, miközben eléggé le vannak egyszerűsítve a könnyű megértéshez.
- könnyen érthető modelleket adjanak, hogy a gyerekek könnyen megtanulják azokat - és hogy a felnőtt tanulók ne kényszerüljenek arra, hogy visszanyúljanak az iskolai tanulási nehézségekkel kapcsolatos negatív emlékekhez.
- fenn tudja tartani a kapcsolatokat a "főáramú" TA elmélettel, hogy a szakemberek a jobb megértés érdekében a további összetettséggel dolgozhassanak.

Az IDTA

2001-ben az Egyesült Királyságban működő három fejlesztési TSTA (Julie Hay, Trudi Newton és Anita Mountain) úgy döntött, hogy létrehozzák a Fejlesztési Tranzakcióanalízis Intézetét (Institute of Developmental Transactional Analysis, IDTA). Már akkor nyilvánvaló volt, hogy nagy az érdeklődés egy ilyen intézet iránt. Az a tény, hogy az Institute of Transactional Analysis (ITA) néhány évig az Egyesült Királyság Pszichoterápiás Tanácsának tagja volt, azt jelentette, hogy az UKCP követelményei gyakran nem voltak megfelelőek a fejlesztési területek számára; az ITA-nak emellett magas szintű forrásokat kellett befektetnie az UKCP-tagságukba.

Az ITA-val folytatott konzultációt követően megalakult az IDTA, és befejezte az EATA-hoz való csatlakozás folyamatát. Amikor ezt írom, jóval több mint 100 tagja van, köztük néhányan az Egyesült Királyságon kívül. A 2003-as és 2004-es sikeres konferenciákat követően 2006-ra tervezik a harmadik IDTA-konferenciát. 2005-ben az IDTA az ITA-val, az EATA-val és az ITAA-val együttműködve szervezte meg a rendkívül sikeres edinburgh-i TA világkonferenciát.

Jelentős újítás volt az IDTA szakmai képesítések (IPQ). Ezek egy tanúsítvány és egy diploma, amelyek a CTA TA képzés, szupervízió és alkalmazás követelményeinek kb. 25%-át, illetve 50%-át jelentik. A jelöltek általában havonta kétnapos TA képzésen és szupervíziós workshopokon vesznek részt, és portfóliót készítenek, amely bemutatja a TA alkalmazását, valamint azt, hogy képesek-e elemezni azt, amit csinálnak és tanulni belőle, továbbá esszéket írnak a TA elmélet megértéséről.

Egy másik, ugyanilyen fontos újítás az IDTA TA Proficiency Award (TAPA). Ez azoknak szól, akik tanulják a TA-t, de nem szándékoznak segítő szakemberként alkalmazni azt. Míg az IPQ azoknak a trénereknek, oktatóknak, facilitátoroknak, tanácsadóknak, coachoknak stb. szól, akik a TA-t arra fogják használni, hogy segítsenek másoknak növekedni és fejlődni, addig a TAPA azoknak szól, akik a tanult TA-t saját maguk számára fogják alkalmazni, hogy jobban tudjanak együttműködni a barátaikkal, családjukkal, kollégáikkal stb.

Így a TAPA-kat olyan portfóliók alapján ítélik oda, amelyek bármely 6 TA-konceptió megértését bizonyítják, mint például az én-állapotok sztrókok,

játszmák stb. A TAPA-k olyan gyerekeknek szólnak, akik az iskolában tanulnak TA-t, olyan vezetőknek, akik TA-alapú képzési programokon vesznek részt, és a tanultakat arra használják, hogy jobb vezetőkkel váljanak, olyan alkalmazottaknak, akik csapatépítő tanfolyamok keretében tanulnak TA-t, olyan humánerőforrás szakembereknek, akik szeretnék ellenőrizni, hogy értik-e a TA-t, de nem akarnak szakmai képesítést szerezni (gyakran azért, mert már rendelkeznek a szerepükhöz szükséges képesítéssel), és bárki másnak, aki tanul valamilyen TA-t, és megerősítést szeretne arról, hogy megértette és megfelelően alkalmazza azt.

Az IDTA hajlandó megosztani az IPQ-k és TAPA-k létrehozása érdekében végzett munkát a világ más TA-csoportjaival - a részletek az IDTA honlapján találhatóak: www.instdta.org. (A fordítás idejében az IDTA önálló működése megszűnt, mert beolvadásra került - és alapító tagja lett - a World Online TA Associationnak, mivel nem kívánt tovább tagja maradni az ITAA-nek és az EATA-nak, további információk: <https://instdta.org/> és <https://wotaa.org/>)

Irodalom

Berne, Eric (1957) *A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis* Simon & Schuster

Berne, Eric (1966) *Principles of Group Treatment* Grove Press Inc

Berne, Eric (1972) *What do you say after you say Hello?* Grove Press

Choy, Acey (1990) *The Winner's Triangle* Transactional Analysis Journal Vol 20(1) pp 40-46

English, Fanita (1975) *The Three Cornered Contract* Transactional Analysis Journal Vol 5 (4) pp 383-4

English, Fanita (1988) *Whither Scripts?* Transactional Analysis Journal Vol 18(4) pp 794-303

Erskine, Richard and Zalcmann, Marilyn (1979) *The racket system: a model for racket analysis* Transactional Analysis Journal Vol 9(1) pp 51-59

Festinger, Leon (1957) *A Theory of Cognitive Dissonance* Stanford University Press

Hay, Julie (1995) *Donkey Bridges for Developmental TA: Making transactional analysis memorable and accessible* Sherwood Publishing

Hay, Julie (1996) *Transactional Analysis for Trainers* Sherwood Publishing (previously published 1992 by McGraw-Hill)

Hay, Julie (2000) *Organizational Transactional Analysis: Some Opinions and Ideas* Transactional Analysis Journal Vol 30(3) pp 223-232

Holloway, William H (1977) *Transactional Analysis – An Integrative View* as Chapter 11 in *TA after Eric Berne* ed Graham Barnes, Harper's College Press

Karpman, Stephen (1968) *Fairy Tales and Script Drama Analysis* Transactional Analysis Bulletin Vol 7(26) pp 39-43

Kubler-Ross, Elizabeth (1969) *On Death and Dying* Macmillan

Levin, Pam (1982) *The Cycle of Development* Transactional Analysis Journal Vol 12(2) pp 129-139

Micholt, Nellie (1992) *Psychological Distance and Group Intervention* Transactional Analysis Journal Vol 22(4) pp 228-233

Schiff, Jacqui Lee (1975) *Cathexis Reader* Harper & Row

Summers, Graeme and Tudor, Keith (2000) *Cocreative Transactional Analysis* Transactional Analysis Journal Vol 30(1) pp 23-40

Julie Hay az EATA és az ITAA korábbi elnöke, az ITA korábbi alelnöke, és az IDTA első elnöke volt. Elérhető a következő címen julie@juliehay.org

Az olvasott cikk hivatkozási formája:

Hay, Julie (2006): Developmental TA. In Günther Mohr & Thomas Steinert (eds) *Growth and Change for Organizations: Transactional Analysis New Developments 1995-2006* Pleasanton, USA: International Transactional Analysis Association 62-78

A szerző engedélyével fordította: Lovas Szabolcs (hello@lovasszabolcs.hu)

TRANZAKCIÓANALÍZIS KÉPZÉS ÉS KÉPESÍTÉS

JULIE HAY - TSTA (C,O,P,E)

A webináriumok sorozata arra szolgál, hogy a résztvevők megtanulhassák a TA legfrissebb fejlesztéseit!

- Online
- Magyar tolmácsolással
- Kedvező áron
- A képzésbe bármikor be lehet kapcsolódni
- Opcionálisan elérhető TA szakember képesítések

További információk: www.lovasszabolcs.hu

