

## Hogyan válassz TA szakember képzést? Egy szubjektív lista. – Lovas Szabolcs - 2024.11.29.

A képzési utam kapcsán sokan fordulnak hozzám azzal a kérdéssel, hogy kit ajánlok TA képzőnek és melyik képzési és képesítési utat válasszák? Jobbnak láttam itt összegezni a javaslataimat.

Ez a cikk saját személyes tapasztalataimra épít és táplálkozik személyes kihívásaimból, amit a TA képzési utam során hallgatóként szereztem. A bejegyzésem célja az inspiráció és a segítségnyújtás, a gondolkodás serkentése, hogy Felnőtt döntést tudj hozni arra vonatkozóan, hogyan képződsz. Eszembe jut egy idézet, amit Eric Bernehez kötnék: "a saját hibáinkból tanulni lehet, de korántsem praktikus. Az orvos és a pilóta sem a saját kárán tanulja meg a szakmáját."

Bár objektív szempontokat kínálok a mérlegeléshez, a lista mégis szubjektív és a saját gondolataimat összegzi, amire hatással van a saját történetem és referenciakeretem: 4 évig tanultam Magyarországon, személyes jelenléttel a TA-t, egy magyar képzővel, aki szervezeti területre specializálódott és ezt az alkalmazási területet lehetett tőle megtanulni. Több évig képződtem egy brit képzővel egy nemzetközi, online TA képzésen, ahol együtt tanultam brit, kínai, iráni, kazahsztáni, orosz, azerbajdzsáni és bulgáriai résztvevőkkel. A képzőm itt a TA mind a 4 lehetséges területén képző is szupervizor a nemzetközi TA egyesület által (szervezeti, pszichoterápiás, oktatási, tanácsadási) és minden alkalmazási terület hallgatói együtt képződtek. Eközben megtanultam, hogy nincs olyan nagy különbség az alkalmazási területek között, mivel ugyanazt a TA-t használjuk és ugyanúgy emberekkel dolgozunk, csak a témakörök változnak a munkánk során, ráadásul mindannyiunknak kell rendelkezni valamennyi ismerettel minden alkalmazási területről, ahhoz, hogy tudjuk, ha nem mi vagyunk a megfelelő szakemberek egy ügyfélnek. Időközben pedig több TA képző workshopján részt vettem a világon, online: Szerbiából, Indiából, Japánból és az Egyesült Királyságból további képzőkkel is. A szempontjaimra minden bizonnyal nagy hatással van, hogy egyéni TA terápiára jártam egy olyan terapeutához, aki a legtöbb és legnépszerűbb magyar nyelvű TA-s irodalmat megírta, hatása a hazai TA-ra megkérdőjelezhetetlen, bár egyik TA egyesületnek sem volt sosem tagja és hivatalos képesítést TA-ból sosem szerzett, mivel nem akart belesimulni a mainstreambe, ezzel együtt mégis azt mondhatom, hogy nagy hatással volt saját Sorskönyvem alakítására.

Az egyetemi képzésem után módszereket tanultam: a TA mellett képesítést szereztem a Csoportanalitikus és Kiképző Társaságnál és a Williams Életképességek facilitátori képesítést is megszereztem, hipnózis és relaxációs technikák képesítést pedig a National Guild of Hypnotistnál és ezek a képzési utak is befolyással voltak erre a listára. Az én szempontjaim mellett valószínűleg sok más aspektust is hasznosnak fogsz tartani a mérlegelés során, sőt bátorítalak is arra, hogy gazdagítsd ezt a szempontrendszert és formáld a sajátodra!

### Operatív tényezők:

- Az ár valószínűleg meghatározó lesz a döntés során, ezért érdemes többeket is megkeresni, hogy legyen legalább 3 alternatívád, hogy azokat össze tudd hasonlítani.
- A képzés időpontjai megoldhatóak-e neked, az ütemezés támogatja-e a haladásod és a céljaidat (ismerkedés a TA-val; részvétel, de képesítés nélkül; vagy képesítés megszerzése stb.) Ha képesítést is szeretnél szerezni, belefér-e számodra az ezzel járó extra elfoglaltság (szupervízió, esettanulmányok megírása)?

- Nyelv: ha beszélsz idegen nyelvet, bővülnek az alternatíváid. Én az interneten megkerestem több angolul beszélő képzőt és informálódttam tőlük a lehetőségekről. Sokak felajánlottak egy ingyenes „chemistry meetinget” is. Közép európaiként nagyon drágának fogsz tartani bizonyos képzéseket, bizonyos országokét pedig nagyon kedvezőnek. Én ekkor tudtam meg, hogy sok képző az adott ország vásárlóereje alapján kedvezményeket biztosít, magyarországi résztvevőként így rendkívül sok kedvezményhez juthatunk.
- Online vagy offline módon tanulsz jobban? A zavartalan online tanulás feltételeit meg tudod-e teremteni? Vedd figyelembe, hogy az online munka ma már egy alapvetően elvárt készség, ezért lehet, hogy ha nem is komfortos neked, sokat profitálhatsz abból, ha ezt választod és fordítva.
- A tranzakcióanalitikus kompetencia megszerzésének része a szupervízió igénybevétele. Biztosítva van-e ez számodra? Elérhető-e, figyelembe véve az időpontokat és az árat? Vedd figyelembe, hogy sok szupervízor óradíja nem fix, hanem a te jövedelmed alapján kerül kikalkulálásra, hogy mindenki megengedhesse magának.

### **Szakmai szempontok:**

- TA képző végzettségei és a köztetek lévő szimpátia és kémia. Meg van-e vagy valamelyik hiányzik?
- Alkalmazási területek: javaslom, hogy fontold meg, mit szeretnél. Az európai és nemzetközi TA egyesületek közül némelyik arra kényszerít, hogy mindössze 4 terület közül válassz (szervezeti, oktatási, pszichoterápiás, tanácsadási). Ma már ezek mellett sokkal több alternatíva rendelkezésre áll (pl developmentál TA, somatikus TA, TA menedzser stb)
- Törekedj rá, hogy minél több emberrel képződj, hogy ezek pozitív mintaként elraktározódjanak a Belső Szülői énéllapotodban, s te magad, szabadon választhasd meg, ezek közül mivel értesz egyet és mivel nem.
- Hitelesnek tartod-e a TA képzőt? Számomra fontos szempont volt, hogy mutat-e jó példát arra, hogy TA elméletekkel elemzi saját magát. Ha igen, az fantasztikus és pozitív példaként internalizálhatod ezt te magad is. Ha nem, akkor kétségek merülhetnek fel. Megvizsgálhatod, hogy a képződ segít-e neked abban, hogy TA elméletekkel elemezd magad és alapvetően minden helyzetet?
- Növekvő kompetencia érzés: érzed-e és tapasztalod-e a gyakorlatod során, hogy egyre kompetensebbé válsz a TA alkalmazásában magadra való alkalmazás és a másokkal való munka során (és esetleg, hogy készen állsz egy TA vizsgára)? Kellő mértékben felhatalmazva érzed-e magad erre a képzés során?
- Kellő mértékű kihívás elé vagy-e állítva ahhoz, hogy fejlődni tudj? Tapasztalod-e, hogy a képzés vagy szupervízió hatására változik valami a gondolkodásodban? Gazdagodsz-e ezek által, kompetensebbnek érzed-e magad? Ha nem, akkor talán érdemes “másokat is kipróbálni”, mert lehet, hogy egy másik képzővel jobban meg van a kémia.
- Mennyi ideje képző a képző? Ha új, akkor lehet, hogy te az elsők között leszel, akit eljuttat a képesítés megszerzéséig TA képzőként és ez teljesen rendben van és nagy büszkeség lehet mindkettőtöknek a siker. Ha már hosszú ideje képző, akkor van-e már olyan hallgatója, akit sikerrel eljuttatott bármely képesítés megszerzéséig? Ha igen, akkor neki milyen tapasztalati vannak? Ha nincs, akkor kétségeid merülhetnek fel.
- Segít-e a képződ abban, hogy hogyan használd fel a TA-t ügyfeleid fejlesztésére már a képzésed során is? - Ne higgy annak a tévedésnek, ha valaki azt mondja, „ne tanítsd a TA-t”, mert a TA-s kompetencia része, hogy megosztjuk a modelleket az ügyfeleinkkel, ez az amit

Eric Berne is csinált, ezért nekünk is erre van szükségünk. Nem nekünk kell jobban érteni az ügyfeleinket a TA-val, hanem abban kell nekik segítenünk vele, hogy ők jobban értsék saját magukat általa.

- Lehetőséged van e megválasztani melyik TA képesítést szeretnéd vagy nem? Egyáltalán kellően felkészült és hajlandó-e a képződ tájékoztatást adni a TA képesítésekről vagy nem? Bátorítva vagy-e hogy megismerd a TA képesítési alternatívákat vagy csupán egyhez ragaszkodsz? Fontos, hogy tisztában legyél azzal, hogy több TA képesítési út is rendelkezésre áll: választhatod az EATA és ITAA képesítési útját (CTA, TSTA stb.) ami évek múlva egy hosszú dolgozattal és vizsgával zárul. Más országokban, sok más TSTA, aki bá végig csinálta, elégedetlen volt az EATA és ITAA képesítési rendszerével, használ más szakaszos képesítéseket, hogy, ha valakinek ez célja, azon keresztül eljuttassa a hallgatókat valamely TA képesítés megszerzéséig. Egy alternatíva az ICTAQ képesítési út (magyar nyelvre lefordítottam e képesítések kézikönyvét is, elérhető honlapom Tudástárában), ami egy szakaszos képesítés és időként megmérettetheted magad, hogy tudd, a legjobban nyújtod ügyfeleidnek, ezeket pedig különböző szintű képesítéssel jutalmazták. Angliában a The Link Centre az ott dolgozó TSTA-kkal kiadja a saját képesítéseit a saját vizsga rendszerével, ez szintén egy szakaszos képesítési rendszer és eljuttatják a hallgatókat a CTA-ig is, ha valakinek ez a célja. Ugyanezt csinálja a Physis Scotland, akik megint másfajta követelmények teljesítése után kezdetben Foundation Certificate in Transaction Analysis Counselling-et adnak, majd szintenként további képesítéseket. Létezik Somatic TA képesítés amit Ronan Stilman TSTA nyújt, a német TA egyesületnek meg van a saját rendszere. Vannak a világban egyetemek amik mester diplomát adnak TA MSc néven, ilyenek például az Ausztrál TA egyesület (akik e mellett az ITAA-val is együttműködnek, tehát látszik, hogy ezek a képesítések nem kizárják, hanem kiegészítik egymást), van ugyanilyen Angliában a Middlesex University által, akik pedig a The Berne Institute TSTA-ival dolgoznak ezen. Indiának meg van a saját képesítési rendszere évek óta, a saját maguk által kidolgozott feltételekkel. (Ha többet szeretnél tudni a képesítésekről, itt találsz egy magyar nyelvű videót is: [https://youtu.be/YsS84kumczl?si=v2tIT7t\\_3wnyuNe](https://youtu.be/YsS84kumczl?si=v2tIT7t_3wnyuNe) ) Javasolom, hogy ha a célod a képesítés megszerzése, tájékozódj minderről, vizsgáld meg a követelményeket, dönts el melyik képesítési utat választod és ezt jelezd a képződnek mihamarabb, hogy képzési szerződést köthessetek a képesítés megszerzésére. A képzéssel párhuzamosan azonnal kezd meg a szükséges anyagok (pl. learning log, tanulási napló, esettanulmányok, képzési órák rögzítése stb) előállítását, mert utólag ezeket nehezebb pótolni. Én azt javaslom, hogy mindenképpen kezd el ezeket, ha később úgy döntenél, hogy képesítés megszerzésébe kezdesz, már rendelkezésre állnak majd, ha pedig nem a képesítés megszerzése a célod, ezzel akkor sem veszítesz.
- S végül: bátorítva érzed-e magad hogy sok helyről, több képzőtől, sok forrásból tanulj? Sosem jó, ha egy valakihez ragaszkodunk - függővé tesz és nem szabaddá.

Tehát, hogyan dönts, hogy kivel köteleződsz el egy hosszabbtávú tanulásra? Nem tudom, csak azt, hogy ahhoz, hogy egy jó döntést meg tudj hozni, mindig 3 alternatívának kell rendelkezésre állni, ezért azt javaslom, hogy legalább 3 képzővel próbáld ki a közös munkát és ezt követően dönts. 1 alternatívánál nincs döntés, 2-nél még mindig elég feldobni egy érmét. Ahhoz, hogy egy Felőtt döntést meg tudj hozni, legalább 3 alternatíva kell. Ez az, amire TA szakemberként az ügyfeleinket is bátorítjuk, miért ne csinálnánk ugyanezt mi magunk is, TA képzéseink kiválasztásakor? Emlékezz: bárhogyan is döntesz, a döntésedet idő közben is jogod és lehetőséged van megváltoztatni, amire többek között a TA filozófiája is emlékeztet minket.

Bár a cikkem azt hivatott elérni, hogy segítsen jó döntést hozni a TA képzések megválasztásakor, azonban ne feledd: nincs tökéletes TA képző és tökéletes TA képzés sem, sőt a TA szakemberek is emberek és ők sem tökéletesek.

*Lovas Szabolcs, Transactional Analysis Practitioner – [www.lovasszabolcs.hu](http://www.lovasszabolcs.hu)*