

---

# S Z E M L E

---

## A személyiség egysége

*Jellemző korunkra, hogy mindenki úgy érzi, különböző erők húzzák ide-oda. Ezt a szubjektív tapasztalatot szakembereink jelentései alátámasztják, sőt erősítik is.\**

„Tudományosan” megállapították, hogy az ember valójában azoknak az erőknek az áldozata, amelyek hatnak reá és kölcsönösen legyőzik egymást. Egy sor ilyen erő van. Például a tudat és a lelkiismeret az egyik oldalon, a tudattalan és a titkos logika a másikon. Ez a szembeállítás a régi mondásnak csupán új változata: a lélek erős, de a test erőtlen. További ellentétek – az értelem és az érzelem, az irracionális és a racionális, a szubjektivitás és objektivitás – arra engednek következtetni, hogy bizonyos hajlamok és érdekek ellenségesen állnak szemben egymással. Ilyen ellentéteket mindenki megél önmagában. Léteznek-e valójában ezek az ellentétek, vagy talán csupán olyan konstrukciók, melyek mindig egy közös cél felé irányulnak? Az én megosztottsága: az ellentét a kell és az akarom, a nem tudom és a nem szabad között azonban mindig öncsalás, olyan, mint a bűntudat. A harc, amit önmagunkban folytatunk, csak arra szolgál, hogy bizonyítsuk jóakaratomat, elhárítsuk a felelősséget azért, amit tettünk, és önmagunkat inkább lássuk áldozatnak, mint bűnösnek. A valóságban ezen ellentétek mögött és felett áll az egységes, irányított személyiség a maga egyértelmű céljaival.

A személyiség egységes szemlélete indította Adlert arra, hogy iskolájának az individuálszichológia nevet adja.

Az individuum oszthatatlan (in-dividere). Az emberi gondolkodásban és cselekvésben csak akkor jelenik meg az ellentéteesség, a bipolaritás, ha valaki nem akarja célját nyíltan beismerni. Az a lehetőség, hogy ellentétes magatartással érijük el ugyanazt a célt, adja az emberi cselekvés rendkívüli sokrétűségét a kitérés szolgálatában, felelőtlen tendenciák érdekében. Gyengesége dacára hozzásegíti a gyermeket a felnőttek fölötti győzelemhez. Egy férfi, aki ki akar térni a nők elől, mert úgy érzi, hogy nem eléggé felnőtt hozzájuk képest, nőgyűlölőként elutasíthat minden érintkezést a nőekkel, vagy Don Juanként egyiket a másikkal intézheti el. A túl sok vagy túl kevés mindig megakadályozhatja egy feladat megoldását, ilyen módon az ambivalencia minden megoldást lehetetlenné tehet. Így az érzések és vágyak összeütközése ugyanazt a közös célt szolgálhatja. Ha valaki két személy iránti vonzódásában nem tud dönteni, elutasítja mindkettőt. Ha egy lány nem tud dönteni, hogy hozzá menjen-e egy férfihoz, akkor vagy átengedi neki a döntést, ha az rábeszéli a házasságra, vagy megszabadul a férfitől. Miért nem teszi a lány ezt nyíltan és közvetlenül? Mert mutatni akarja a jó szándékát a házassággal kapcsolatban, de mindig olyan férfit választ, hogy kitérhessen a rettegett házasság elől.

Ha az emberek célratörését felismerjük, akkor nincs igazi ambivalencia. Azonos időben nem lehet két ellentétes irányban mozogni! Az ambivalencia csalóka természete a gyakorlatban is demonstrálható. Egy fiatal hölgy állítólag valóban nem tudja, hogy férjhez menjen-e vagy sem egy férfihoz. (A döntésképeség ezen hiánya természetesen bármely más élethelyzetben is felléphet.) Ha megkérdezzük tőle, hogy mi lesz egy év múlva, férjhez megy-e a férfihoz vagy sem, akkor általában elhárítja a kérdés megválaszolását. „Nem tudom – ezért is kérek tanácsot.” Meg kell világítani számára, hogy minden cselekedetünk során bizonyos valószínűséget tételezünk fel. Tudja-e például, hogy rábeszélésünk után épségben hazatér-e? Azt mondja, hogy „igen” – de valóban igaz ez? Hiszen autóbaleset áldozatává is válhat. Csak azt tudja rá mondani, hogy valószínűség szerint épségben hazatér. Biztosan azonban nem tudhatja. De visszatérve a problémára: mit tud

---

*A bátorító nevelés alapjai* című szöveggyűjteményből (szerk.: Brezsnjanszky László).

inkább feltételezni, hogy egy év múlva férjnél lesz vagy sem? Az egyik lehetőség egy kicsit valószínűbb, mint a másik, mondjuk 51-49%. Azt fogjuk mindig látni, hogy a kicsit valószínűbbnek tűnő lehetőség az a döntés, amit a lány ma szem előtt tart.

Két döntés közötti ingadozással gyakran csupán időt akarunk nyerni ahhoz, hogy a döntés elöl kitérjünk. Ha az ember küzd önmagával, büszke lehet a győzelemre, hogy uralkodni tudott magán: ha pedig nem nyert, akkor bizonyos belső erők túl erősnek bizonyultak ahhoz, hogy leküzdhessük őket. Így tanulja meg napjainkban minden ember, hogy szükségszerű önmagán uralkodni, jóllehet az ilyen „önuralom” mindig csupán csalás, mivel mindig azt tesszük, amit eldöntöttünk. Csak ha kulturálisan létrejön egy új emberkép, akkor leszünk képesek arra, hogy az embert megszabadítsuk az önmagával folytatott csalóka látszatharctól és ráébredjünk saját felelősségére és döntésképeségére.

Ezen ok miatt mégegyszer szembe kell néznünk az egységszemlélet problémájával. Ennek nemcsak a tudományos jelentősége nagy; ez az egyik legfontosabb probléma, amellyel az emberiségnek ma szembe kell néznie. Az emberi egység *Adler*-féle elvével a kortársak nem tudtak egyetérteni; *Adler* körülbelül ötven évvel megelőzte korát. Bár előtte is voltak hasonló áramlatok. Az alakpszichológia követői úgy találták, hogy az egész több, mint a részek összessége, hogy a részeknek csak az egészhez való viszonyukban van jelentőségük. Ezt a nézetet az alakpszichológia azonban főleg csak az észlelési képességre és a tanulásra vonatkoztatva alkalmazta. Hasonló volt *Dreisch* és *Jaspers* egységszemlélete, bár ez inkább filozófiai természetű volt. Ebben az irányban azonban *Smuts*, a dél-afrikai tábornok és filozófus tette a legnagyobb haladást. Az új szemléletmódnak ő a „holizmus” nevet adta. Azóta ez a fogalom egyre inkább a művelt emberek közkincsévé vált; jelentését illetően azonban csak keveseknek van világos elképzelése. Az erővel kapcsolatos hagyományos felfogás ugyanis ma már túlságosan befolyásolja az emberiség – beleértve a tudósokat is – gondolkodását. Mindenekelőtt a magatartástudományban, a pszichológiában és a szociológiában találkozunk „faktofil” hajlammal; az ember azt hiszi, hogy mind több és több tény észlelésével képet kaphat az egészről. Nem látjuk a fától az erdőt. A legtöbb úgynevezett tudományos kutatás ilyen jellegű. Megkíséreljük, hogy döntő tényezőket találjunk, melyek a teljes organizmus – legyen az ember vagy csoport – magatartására magyarázatot adnak. Ez az a tendencia, ami a társadalom- és magatartástudományi kutatásoknak áltudományos jelleget kölcsönöz. Ha *Adler* arra való igyekezetében, hogy nevet adjon iskolájának, egy kicsit várni tudott volna még, akkor azt valószínűleg nem individuálpszichológiának, hanem holisztikus pszichológiának nevezte volna el. Az individuálpszichológia, mint elnevezés, nem nagyon bizonyult hasznosnak, mivel sok félreértéshez vezetett. Foglalkozunk a gondolattal, hogy a jelenlegi individuálpszichológia, vagy az Amerikában szokásos „adleri pszichológia” elnevezést a teleanalízis elnevezéssel helyettesítsük, mivel mindig az emberi magatartás céljaival foglalkozunk, amit megértünk és amit ha szükséges, meg akarunk változtatni. *Adler* legnagyobb jelentősége azonban abban áll, hogy nemcsak az ember holisztikus képét tudta számunkra megmutatni, hanem gyakorlati eszközöket és utakat talált ahhoz, hogyan érzékelhetjük az ember teljességét. Ha ismerjük egy ember családi hátterét, akkor tudjuk, hogy – mint egység – miként, hogyan mozog az életben. Akkor ismerjük általános életstílusát, amely minden cselekvésének alapját képezi. Ha egy embernek ezen gyermekkori emlékeit ismerjük, akkor tudjuk, hogy a gyermekkori tapasztalatokból milyen következtetést vont le és – ismét mint egység – hogyan viselkedik az életben.

Mielőtt azonban tovább tárgyalnánk az emberi magatartást és annak felismerési módszereit, vizsgáljunk meg néhány alapvető, szemmel láthatóan dualista koncepciót. Itt van mindenekelőtt az érzelem és értelem látszólagos ellentéte. A kavargás arra vezethető vissza, hogy az érzéseknek túl nagy értéket tulajdonítottak és azokat tekintették az emberi magatartás hajtóerejének. Ezt a véleményt legtöbb embertársunk és tudósunk is osztja. Jogos-e ez? Nem hisszük. Az érzések: az eszközeink. Holisztikusan szemlélve láthatjuk, hogy az ember az általa kitűzött cél felé mozogva minden képességét a célkitűzés szolgálatába állítja; érzései, gondolatai, minden szellemi és fizikai ereje rendelkezésére áll fáradozása során, hogy célját elérje.

Hogyan lehet mégis, hogy ezt a felismerést oly kevesen osztják? Az emberi emancipáció és a demokratikus szabadság korában görcsösen megpróbáljuk a felelősség alól

kivonni magunkat. Freud elképesztő sikere nem arra vezethető vissza, hogy eredményesen küzdötte le a viktoriánus szexuális erkölcsöt. A korabeli Bécsben, ahonnan ő jött, aligha volt megtalálható a viktoriánus szexuális erkölcs. Freud és a pszichoanalízise azonban sokkal nagyobb szolgálatot tett az emberiségnek: megszabadította őt ugyanis a nyomasztó felelősségétől, azzal, hogy a tudatalatti erők, főleg a nem ellenőrizhető érzelmeinek áldozatává tette. Freud mindenkinek megengedi, hogy jószándékát anélkül hirdesse, hogy tetteiben is bizonyítania kelljen azt, mivel ebben irracionális erők akadályozzák. Freud óta az érzelmi zavarokat tekintik az elhajlások okának. Különösen a nem jól viselkedő gyermekeket tekintik érzelmileg zavartnak (emotionally disturbed). A gyermek érzései azonban nem rosszak, csupán szándékai és céljai. Ha valakihez fordul, akkor barátságos érzelmeket mutat, miközben érzéseinek természetesen ellenségeseknek kell lenniük, ha valaki ellenében mozgatják őt. Az autokratikus társadalmakban az érzések nem játszottak nagy szerepet; az ember kényszerítve volt, hogy azt tegye, amit követelnek tőle, függetlenül attól, hogy közben mit érzett. Csak mióta szabadok lettünk, nyertek érzelmeink óriási jelentőséget. Többé-kevésbé azt tesszük, ami érzéseinknek megfelel. Ha valaki figyelmen kívül hagyja érzelmeinket, vagy ellene tesz azok kielégítésének és megkísérli elnyomni azokat, akkor hibáztatható a helytelen magatartásunk miatt. Érzéseinket hajtóerőként éljük meg, bár nem tudjuk, hogy mi tettük azzá őket, hogy beállítottságunkat alátámasszuk. A valóságban nem lehet ellentmondás a belátás, az értelem és az érzelem között. Az érzelem és az értelem nem egymás ellen dolgozik, ahogy azt szubjektíve érezzük. Ha egy földönkívüli lény a földieket megfigyelhetné, akkor csodálkozva kérdezné, hogy az ember két keze miért dolgozik gyakran egymás ellen, ha például egy tárgyat tart. Ha valaki a kezeket független egységnek tekintené, akkor a kezek egymáshoz való viszonya igen problematikusnak tűnhetne számára, mivel azok gyakran ignorálják egymást, vagy barátságosan, esetleg ellenségesen viselkednek egymással szemben. Mindannyian tisztában vagyunk azonban azzal, hogy a két kéz csak azt teheti, amit az ember megenged nekik.

Hasonló a helyzet az összes többi, látszólagos ellentéppárral is. Az ember gondolkodási és érzelmi képességeit úgy használja, ahogy az neki megfelel; emlékezik vagy felejt, tudatában van valaminek, vagy nem vall be valamit – mindenkor beállítottsága és céljai szerint. Meg kell szabadulnunk a tradicionális értékelésektől. Napjainkban hajlamosak vagyunk arra, hogy az értelmet jónak, az ösztönöket és az érzéseket rossznak tekintsük: mondván, hogy a tudat helyes, a tudattalan csalóka; az objektivitásra törekedni kell, az szubjektivitás sajnálatos; a jó ember az értelem szerint cselekszik, objektív, racionális és ha lehet, férfias, míg a nők érzelmileg hangoltak, szubjektívek és könnyen befolyásolhatók. Ma már tudjuk, hogy a tudattalan erők nem feltétlenül károsak; cselekedeteink és elképzeléseink tudattalan folyamatokon alapulnak, míg tudatos gondolatsoraink és szándékaink gyakran tévútra vezetnek bennünket. Ha nagyobb bizalmunk lenne önmagunkban, akkor hagyatkozhatnánk tudattalan hajlamainkra. Ha tisztában lennénk azzal, hogy minden cselekedetünk a döntéseinken alapul, akkor nem lenne szükség annyi magyarázkodásra a hibás cselekedeteink miatt. A személyiség egységének vállalása szabadságunk és képességeink felismerésének, a cselekedeteinkért való teljes felelősségvállalásnak az előfeltétele.

R. DREIKURS