
Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

AZ ÉN MINT NON-EXECUTIVE IGAZGATÓ

A CSÁSZÁR ÚJ RUHÁJA

Az énről gyakran úgy beszélünk, mintha jól körülhatárolható objektum lenne, és buta volna, aki nem tudja pontosan megragadni mibenlétét. Ez a hozzáállásunk hasonlít A császár új ruhája című mese szereplőinek viselkedéséhez. Valójában, hasonlóan a császár új ruhájához, nagyon nehéz meghatározni, hogy az én miféle dolog, a lét mely szférájában található. Mint az jól ismert, a mesebeli császár, uralkodás helyett, azzal volt elfoglalva, hogy minél szebb ruhában jelenjen meg alattvalói előtt. Hiúságát kihasználva két magát szabónak kiadó csaló sok-sok pénzt szedett ki belőle egy olyan új ruhára, amely elmondásuk szerint párját ritkítja majd, ha elkészül. Valójában az égvilágon semmit sem csináltak, csupán elhittették a császárral, hogy csak az nem látja az általuk készített ruhaneműt, aki buta hozzá. Amikor a császár a soha el nem készített ruhában, azaz meztelenül, kilépett a nép közé, senki sem merte ezt megmondani neki. Elvakult hiúságában észre sem vette volna, hogy meztelenül járkal alattvalói előtt, ha egy kisfiú el nem ordítja magát: „Meztelen a császár!”. Az énről való diskurzusban hasonlóan viselkedünk, mint a mese szereplői: nem nagyon merjük bevallani, hogy meztelen a császár, vagyis az én éppen úgy láthatatlan számunkra, mint a császár ruhája. Pontosabban a császár új ruhájához hasonlóan az én is csak általunk elfogadott fikció.

A énről (vagyis a láthatatlan ruha láthatóvá tételéről) alkotott elképzelésünket, egyebek mellett, két eltérő iskolából származó, de hasonló végkövetkeztetésre jutó elmélet inspirálta. Az egyik Freudnak (2006) a személyiséget énre, felettes-énre és ösztön-énre felosztó metateóriája, a másik Daniel Dennettnek (1991) az énről – mint sok egymás mellett íródo vázlat „narratív gravitációs centrumáról” – alkotott elképzelése.

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

A freudi énre, felettes-énre és tudattalanra tekinthetünk úgy – Davidson (1993) és Rorty (1993) nyomán -, mint különálló, vélekedések és vágyak konzisztens halmazaként létező, személyekre. Ezen elképzelés szerint egy emberi testben több én is lakik egyszerre. Ezek a személyek a többiekkel és a testtel, melynek működését egyikük vagy másikuk irányítja, egyaránt oksági viszonyban állnak. Tudattalan hiedelmeink nem indokai, hanem csak okai tudatos vélekedéseink megváltozásának. A fő probléma az, ha ezek a személyek nem képesek minimális mértékben sem kommunikálni egymással. Freudnak az a kijelentése, hogy az én „nem úr saját házában sem”, úgy is értelmezhető, hogy nem mindig ő irányítja a testet, időnként legjobb vicceinket, ötleteinket sem ő találja ki, olykor az általa megfogalmazott vélekedéseket is egy számára idegen személy (a tudattalan) okozza, akivel nincs beszélő viszonyban. Freud elméletének ezen olvasata szerint a kvázi-személyek, bár egyetlen oksági háló részei, mégis különálló szubénekek tekinthetők, mivel egymástól merőben eltérő vélekedések és vágyak koherens egységeiként azonosíthatók. Rorty olvasatában Freud azt sugallja számunkra, hogy érdemes ezeknek a különféle személyeknek baráti viszonyba kerülniük, mert sokat tanulhatnak egymástól. Ez a decentralizált kép lehetetlenné teszi, hogy úgy gondoljunk önünkre, mint egy kvázi-tárgyként létező, ezáltal kellő türelemmel és szívóssággal megismerhető centrumra. Az „Ismerd meg önmagad!” parancs az ontológiai coaching alapján azt jelenti, hogy kerülj minél gyümölcsözőbb kapcsolatba tudattalanoddal, neved a viccein, élvezd érdekes metaforáit, furcsa asszociációit, váratlan elszólásait. A testedben lakozó kvázi-személyek között alakuljon ki egy, a test halálig tartó, izgalmas párbeszéd. Minden kreatív tettünk az ének közötti párbeszéd eredményének tekinthető, vagyis a neocortex szisztematikus gondolkodóképessége és agyunk ősbibb részének érzelmi működése közötti szintézisnek (vö. Damasio, 1996). A „nekihátrálás-az-ugrásnak” egy olyan technika, amelyre akkor van szükség, amikor a probléma már csak a rendszerből való kilépés révén

Mentofaktúra folyóirat
-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

*Az én mint non-executive
igazgató*

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

oldható meg. Ilyenkor a túlságosan konkrét neocortikus gondolkodásból visszahátrálunk a limbikus gondolkodás cseppfolyós, szimbolikus és ösztönös világába, hogy aztán képesek legyünk kitörni a megszokásainkból. (Koestler, 2000, 374). A coaching célja tehát ennek elősegítése, vagyis a diskurzus medrének kiszélesítése, az ének közötti kommunikációs akadályok elhárítása, egyfajta fordítói tevékenység. Az önismerethez vezető ontológiai coaching arra irányul, hogy a hozzánk forduló megismerkedjen egy vagy több, a testében lakozó, kvázi-személlyel, akik esetleg merőben másként látják az általuk irányított test múltját és jelenét, különféle érdekes vagy kevésbé érdekes elbeszéléseket mondanak egymásnak, tanulhatnak a másik kvázi-személy erényeiből vagy hibáiból, vagyis egyre gazdagabbá tehetik közös életüket.

Daniel Dennett (1991, 101-138) szintén úgy véli, hogy az énünk nem kvázi-tárgy, hanem az élettörténetünkről szóló, különféle verziókban létező narratíva súlypontja, gravitációs centruma.

Szerinte, ha megkérdeznénk az „utca emberét”, hogy mit gondol az énjéről, akkor feltételezhetően azt a reflektálatlan választ kapnánk, hogy reálisan létező, szellemi léttel bíró irányítója életünknek, aki a fejünkben lakik, kigondolja a gondolatainkat, érzi az érzéseinket, meghozza a döntéseinket, emlékezik a korábban velünk megtörtént eseményekre.

Ezzel szemben sok pszichoanalitikus és elmefilozófus egyetért abban, hogy az én nem reális léttel bíró entitás, csupán megvilágító erejű fikció. Dennett olvasatában egyikünkben sem lakozik egy belső kisember, aki irányítaná a rábízott testünk működését. Ezzel szemben az én nem más, mint a test történetéről szóló (többféle verzióban, mindhalálíg íródó, vázlatos, állandóan újraszöhető, befejezetlen) narratíva gravitációs centruma vagy súlypontja. A fizikából ismert súlyponthoz hasonlóan az én sem valóságos dolog, hiszen nincs anyaga, alakja, színe, nagysága, csupán jól működő fikció. Az a narratíva, melynek az én a gravitációs centruma, nem tekinthető

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

egy mindentudó szerző által írt elbeszélésnek (hiszen akkor egy másik, az egész rendszert kívülről átlátó énnel kellene írnia), hanem párhuzamosan íródó szövegváltozatok halmazának. A különféle vázlatok (Dennett, 1991, 111-143; 253-4) egy elektronikus hálózati kiadóban (az idegrendszerben) készülnek. Az elméről alkotott ezen metafora szerint nincs egyetlen írója az élettörténetünknek, ehelyett a külső ingerek, és a válaszként bekövetkező cselekvések között számtalan agyi író-olvasó folyamat fut párhuzamosan, illetve egymás után. Az agy különféle részei eltérő információkat tárolnak és dolgoznak fel. Ez a tevékenység hasonlít egy elektronikus kiadóban folyó munkához. A kéziratot párhuzamosan többen gondozzák: hozzátesznek, vagy elvesznek belőle, egyes részeit újraírják, másokat örökre vagy időlegesen elfelejtenek, több verziót hagynak meg. Ez a szerkesztési folyamat azonban a személy haláláig nem záródik le, vagyis sohasem készül el a végleges mű, hacsak nem nekrológ formájában, amelyhez viszont a belső szerkesztői munkának már semmi köze sincs. A kiadóban tehát több – a test történetéről szóló – eltérő vázlat is szerkesztés alatt áll. A szövegről, és annak narratív gravitációs centrumáról, vagyis az énről alkotott értelmezésünk attól függ, hogy éppen melyik verzió kerül „a kezünkbe”. Egy hagyományos kiadóban a szerkesztés végén elkészül a kinyomatott könyv, hasonlóan ahhoz a mítoszhoz, melyben az én egy végső, változtathatatlan állapotba kerül, totálisan megismeri önmagát, eléri határait, tehát Istenné válik. Ebből az elképzelésből az következne, hogy az önismeret egy bizonyos szintje, vagy egy adott életkor után, már nem lehet lényegi változásokat előidézni a személyben. Amennyiben így lenne, a coach és a coachee szomorúan néznének egymás szemébe: az ént, akár egy végleges formát öltött könyvet, már nem lehetne módosítani, a leírás szintjén változtathatlannak tünne, viszont sokféleképpen interpretálhatónak látszana. Ahogy a különféle értelmezések már nem változtatnának az elkészült szövegen, az énről alkotott eltérő vélekedések sem alakítanának rajta semmit. Ezzel szemben az elektronikus hálózati szerkesztés

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

sohasem fejeződik be, vagyis nincs egy végső változata az ennek otthont adó testről publikálandó könyvnek. A tudományos életben bevett hálózati publikáció jellemzője az, hogy egy cikk többféle formában is elérhető a világhálón, az olvasók reflektálnak a különféle változatokra, a szerző ezeket megfontolja és válaszol rájuk, adott esetben egyes gondolatokat beépít eredeti cikkébe. A fent leírt szituációban nehezen lehetne kijelölni egy verziót, mint valódi, a többi szövegnél autentikusabb szöveget. Az egymás mellett íródó többféle vázlat modell szerint nincs egy központ az agyunkon belül, énünk absztraktum, egy narratíva gravitációs centruma, vagyis az, ami köré szövődik a testről szóló történet, és amely egyensúlyban tartja életünk sztoriját. Az által hozzuk létre identitásunkat, hogy történeteket mondunk el másoknak és magunknak, arról, hogy kik vagyunk, illetve kik szeretnénk lenni. A történetmondás gyakran nem tudatos: a történetek minket szönek és nem mi őket. Az én nem az elbeszélések szerzője, hanem az eredménye, pontosabban a narratíva súlypontja.

Úgy véljük, hogy a többféle vázlat modellhez hasonlóan jól használható analógia a hozzánk fordulók vélekedéshálójának újraszövése során egy olyan szövegtípus, amelynek befogadása radikálisan visszahat magára a szövegre (vö. Aarseth, 2000). Ezt a szövegfajtát a „kibertext” kifejezéssel jelölik, melynek előtagja a kibernetikából származik. A kibernetika a dinamikus (a külvilággal történő kölcsönhatás során változó) rendszerekkel foglalkozó tudomány. A szisztéma önszabályozása révén kiküszöböli a külvilágnak a rendszerre gyakorolt zavaró hatásait, és lehetővé teszi a rendszer alkalmazkodását a folytonosan változó külső körülményekhez. Erre csak akkor képes, ha információhoz jut, majd feldolgozza azt. A kibertextualitás jellemzőit magukon viselő művek, olyan szöveggépek, melyek a külvilággal, vagyis a befogadókkal történő interakciók során úgy változtatják működésüket, hogy merőben eltérő befogadói magatartás esetén is erős hatást gyakoroljanak az olvasókra. Az olvasás során a

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

befogadónak nem várt helyzetekkel kell megküzdenie, lineárisan nem olvashatók ezek a művek. Az erőfeszítés akkor tekinthető sikeresnek, ha a befogadó képes a szöveggép működésére hatást gyakorolni. Akkor eredményes a beavatkozás, ha az alkotás olyan történetté alakul, amely az olvasó interpretációja nélkül merőben más lenne, vagyis az alkotással történő interakciója egy egyedi, csak erre a befogadásra jellemző narratívát hoz létre. Ideális esetben ez ténylegesen megvalósul, máskor viszont, vagyis a legtöbb szituációban, csupán illúzió, viszont „az értékek átértékelése”, a manipuláció valóságos. Ami azt jelenti, hogy az ilyen művekkel való találkozás – abban az esetben, ha a befogadó megfelelő energiát fordít rá – mindenképpen felforgató erejű. A kibertext nem csupán a számítógép-kultúrához kapcsolódik, hiszen a legrégebbi ilyen szöveg egy kínai jóskönyv, a Ji Csing, vagyis a Változások könyve, mely a nyugati Chou-dinasztia idejéből való (i. e. 1122–770), és több szerző alkotása. A Ji Csing komplex rendszere a digitális számítógép létét lehetővé tevő kettes számrendszer megalkotójára, Leibnitzre is nagy hatást gyakorolt.

A Ji Csing hatvannégy szimbólumból áll, amelyek hat teljes vagy megszakított (változó) sor bináris kombinációi ($64 = 2^6$). Egy hexagrammában (például a 49, Ko/Revolúció) egy főszöveg és hat kis szöveg van – soronként egy. Három érmének vagy negyvenkilenc cickafarkkóró-szálnak egy véletlenszerűsítő alapelv szerinti manipulálása által, két hexagramma szövegének kombinációjából áll elő a 4096 lehetséges szöveg egyike – ez egyben a válasz a kérdező előre leírt kérdésére (pl. „Mennyi rizst ültessen idén?”) (Aarseth 2000, 209).

Egy másik jól ismert példa a Raymond Queneau Százézer-milliárd költemény című kötete, mely csupán tíz szonettből áll. Mindegyiket külön lapra

Mentofaktúra folyóirat
-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

nyomtatták, verssoronként csíkokra vagdalták, ezáltal a sorok különféle módon kombinálhatók, melynek révén százezer-milliárd szonett alkotható belőlük.

Véleményünk szerint ezekhez a szövegekhez hasonlóan működik mentális világunk. Elménk, akár egy szonett-gép, elvben képes sokféle kvázi-szonettet létrehozni az aktuális befogadó közreműködésével. A szonettek szövege által létrehívott én, vagyis a kvázi-szonettek súlypontja, egyrészt ugyanabból a tíz szonettből generálódik, tehát nyilvánvalóan azonos önmagával, másrészt viszont, ha kibertextként olvassák, akkor képes mindig eredeti módon szólni az olvasóhoz, vagyis a kommunikációs partnerhez. Az éneknek van egy általános kerete (a tíz szonett), és a sok belőle generálható költemény. A szonettek minőségéért a befogadás aktusa a felelős. Ez a folyamat természetesen nem egyirányú: mindkét személy egyszerre versgép és befogadó. Ez az elmélet megalapozza azt a fajta művészetterápiát, amely ilyen típusú szövegek érzékeny befogadására alapozva hoz létre a korábbinál érdekesebb, egyedibb, felcserélhetetlenebb kapcsolatot két ember között. A coach tulajdonképpen egy kreatív irodalmárhoz hasonlóan segít abban, hogy a befogadó és a szonett-gép, vagyis a két személy mint kibertext találkozási felforgató erejű élményhez vezessen, és megerősítse kettejük, vagy a család kapcsolatát az által, hogy érdekessé, egyedivé teszi számukra a befogadás során átélt közös identitásukat.

Egy másik általunk elfogadott metafora szerint az én hasonló szerepet tölt be az elme életében, mint az Egyesült Államok elnöke az USA-éban (vö. Dennett, 1998, 31-55). Megvilágító erejű fikció, ha megszemélyesítjük az USA-t, és úgy tekintünk rá, mintha emlékei, érzelmei lennének, bizonyos dolgokat szeretne, másokat utálna, terveket szőne, és ezeket megvalósítaná. Gyűlölné a kommunizmust, nyomasztanák a vietnámi háború emlékei, kreatív lenne a tudományok terén, gyakorta tűnne önelégültnek, és ritkán szentimentálisnak. Ez nem jelentené azt, hogy található az USA-ban egy hivatal, amely mindezekért felelős. Washingtonban hiába

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

keresnénk Amerika énjét, helyette bizonyos intézményeket találnánk (pl. Védelmi Minisztérium, Nemzeti Tudományos Alapítvány), melyek részben függetlenül működnek egymástól. Bár nem létezik Amerika Énje, viszont minden államnak van választott elnöke, akinek valójában nincs cselekvő (non-executive) hatalma, hiszen nem tud egyszerre Irakban harcolni, dönteni a bíróságokon, énekelni az operaházakban és indulni az olimpiákon. Az Egyesült Államok Elnöke a nemzet részeit reprezentálja egymás és más országok számára. Más nemzetekkel történő interakció esetén ő országa szóvivője. Az USA-hoz hasonlóan egy ember számra is szükség van a belső világ részeit összekapcsoló, illetve a külvilággal kommunikáló szóvivőre, vagyis Énre.

Az elnökválasztás-analógia megvilágító erővel bír az én fejlődésének magyarázatához. Az elnököt a nép választja egy narratív procedúra keretében: különféle elképzelések fogalmazódnak meg a választók körében (elsősorban az új médiában) az ideális elnökről, majd a jelöltek ezekhez a víziókhöz próbálják igazítani személyiségüket. Arra vonatkozóan, hogy „mit jelent amerikainak lenni” a különféle jelöltek eltérő válaszokat adnak. A folyamat végén azonban csak egyetlen személy reprezentálhatja a nemzetet, és a többieknek tudomásul kell venniük ezt.

Az énre is tekinthetünk úgy, mint egyfajta választás eredményeként betöltött szerepre. Ezt a „választást” azonban, a belső új média (a tudat) mellett erősen befolyásolják külső tényezők: a szülők, barátok, sőt még az ellenségek is segítenek a „Ki vagyok én?” kérdés megválaszolásában. Az embereknek születésükkor nincs énjük, fokozatosan ébrednek tudatára – a külső és belső megfigyelés, valamint a külvilág hatására – a különféle lehetséges énejeiknek. Akár az elnökválasztás során, végül a legtöbb szavazatot kapott énjelölt tölti be az elme szóvivőjének a szerepét, ő lesz a „valódi én”. Bizonyos pszichológiai problémák esetén (például disszociatív önazonosság-zavar) a többi énjelölt nem nyugszik bele a vereségbe, és folyamatos versengés folyik az elme-elnöki székért, ami kezelhetetlen káoszt

Mentofaktúra folyóirat
-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

eredményez, mivel a belső világ folyamatosan a választás állapotában marad. A kognitív tudomány fogalomkészlete révén tudományosan is megalapozható a fenti történet. A nyelvi rendszerünk tekinthető olyan szóvivőnek, mely különféle alrendszerekből kap inputot. Az „(ÉN) hogyan mondhatnám el, hogy (ÉN) mit gondolok addig, amíg (ÉN) nem tudom, hogy (ÉN) mit mondok” kijelentés Dennett szerint a következőt jelenti valójában: „Amit (ÉN) gondolok, az nem más, mint amit ÉN, vagyis a nyelvi rendszerem mond”. Az én csupán a szóvivő, a különféle szubrendszer reprezentálója. Más-más időszakokban, eltérő szubszisztémák hozzák létre azt a sokféle stílusú és tartalmú beszédmintázatot, amelyet szinte lehetetlen egyetlen ének tulajdonítani. A különféle alrendszerekből származó inputok határozzák meg, hogy mit mond az Én mint szóvivő, de amit mond, az visszahat az alrendszerek működésére, vagyis arra, hogy mit akarjanak mondani az ÉNnel. Az én tehát csak közvetett módon képes hatni a rendszerre, és nem egy mindenható diktátorként.

Dennett az USA elnökéről és az énről is úgy beszélt, mint non-executive, vagyis nem végrehajtó szerepet betöltő vezetőről. Mivel az általunk létrehozott modellben az elmére mint holonikus vállalatra gondolunk, számunkra nagyon fontos ez az elejtett megjegyzés. Egy vállalat életében a non-executive igazgató olyan személy, aki, bár tagja az igazgatótanácsnak, nem része a döntéseket hozó (executive management) teamnek. Nem alkalmazottja a vállalatnak, és semmilyen egyéb módon nem függ tőle. Feladata a hosszú távú stratégiaalkotás, és a korábban elfogadott, de mára sikertelenné váló stratégiák újragondolása. Figyelemmel kíséri, hogy menedzsment követi-e az előzetesen lefoglalt célokat, és beavatkozik, ha nem. A non-executive igazgatók fő feladata tehát az, hogy felügyeljék az irányító folyamatokat. Nem kapcsolódnak be a napi termelésbe, ehelyett figyelemmel kísérik, monitorozzák az executive (végrehajtó) tevékenységet, és részt vesznek a stratégia

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

kialakításában. Véleményünk szerint gyümölcsöző úgy tekinteni az énré (vagy meta-szelfre), mint egy viselkedésgyártó nagyvállalt non-executive igazgatójára, aki nem foglalkozik a mindennapi rutinokat igénylő napi gondokkal, hanem hosszú távú terveket sző a személy boldogulására, és csak akkor avatkozik be, ha az elfogadott stratégiához nem illeszkedő módon járnak el a belső executive igazgatók.

Az ún. Belső Családrendszerek modell jól illeszkedik az énről eddig elmondottakhoz, hiszen ez is abból az előfeltevésekből indul ki, hogy az elménk megosztott rendszer, több szubénből áll (Schwartz, 1995). Az olvasó figyelmét már most szeretnénk felhívni arra, hogy ez az elképzelés csupán részben elfogadható számunkra, és csak saját modellünk jobb megértése céljából interpretáljuk.

A BCSR-modell a rendszerelméleti megközelítésnek, valamint a több részből álló elméről vallott elképzelésnek a szintézise. A strukturális, a stratégiás, a narratív és a boweni családterápiás irányzatoktól is kölcsönöz fogalmakat és módszereket. A modell szerint a lelki problémák jelentős része abból adódik, hogy az elmét alkotó szubszemélyiségek konfliktusba kerülnek egymással. Ez természetesen nem teljesen új felfedezés, gondoljunk Freud fent bemutatott elképzelésére, valamint Dennettnek az énről alkotott ideájára. A BCSR újdonsága abban áll, hogy a belső részek interakcióját vizsgálja. A teória a családtagok közötti kapcsolatok mintájára modellálja a psziché belső működését. A család rendszerszemléletű megközelítését használja a személy belső mechanizmusainak megértéshez. Miként a családban, az elmében is vannak jól körülhatárolható szerepek és kapcsolatok, melyek nem statikusak, ezért körültekintően megválasztott beavatkozások révén hatékonyan módosíthatók. Az elmélet a tudatot belső családként fogja fel, és amikor meg kívánja változtatnia működését, azokat az eszközöket alkalmazza, amiket a családterápia során. A BCSR alapján a személy egymástól elkülöníthető, bár nem teljesen független kvázi-énekkal rendelkezik, melyek

Mentofaktúra folyóirat
-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

mivel értékes tulajdonságok birtokosai, fontos szerepet játszanak a személy boldogulásában. A rendszer hibás működése esetén az alrendszerek megpróbálják visszaállítani a korábbi egyensúlyi állapotot, hasonlóan ahhoz, ahogy például egy alkoholistában a gyerekek elkezdnek furcsán viselkedni a család működésének stabilizálása céljából. Az ilyen családok extrém dinamikája önvédő és sztereotip szerepekbe kényszeríti a gyermekeket pl.: a család reménysége, a fekete bárány, a család bohóca, az „örök bébi”. Ezek a szerepek nem reprezentálják hűen a gyerekek lényegi tulajdonságait. Ennek bizonyítéka, hogy a sikeres beavatkozások eredményeként napvilágra kerülnek a csak rájuk jellemző személyiségjegyek, viselkedésmintázatok. A „belső családok” esetében is hasonló folyamatok játszódnak le. A első alrendszerek negatív külső események hatására extrém szerepet játszanak el, és csak akkor válnak ismét normális részeivé a rendszernek, ha az abnormális szituáció rendeződik.

Az elmélet szerint jól elkülöníthető szerepeket játszanak a különféle elmerészek. A védelmi funkciókat ellátó alrendszerek a menedzserek. A feladatuk az, hogy megóvják a személyt a különféle lelki sérülésektől. Mindezt a részek különböző kombinációjával, illetve sokféle eszközzel érhetik el: például versengéssel, le- vagy felértékeléssel, erőszakos megrendszabályozás által, nagyfokú önszeretettel. A következő típusba az úgynevezett száműzöttek tartoznak, akik a lelki sérülések kárvallottjai. A menedzserek feladata, hogy a száműzöttek által átélt negatív élményeket távol tartsák a tudattól. Mindezt úgy érik el, hogy ezeket a lélekrészeket egy belső rezervátumba zárják. A harmadik csoportba a tűzoltók tartoznak, akik akkor lépnek akcióba, amikor valamelyik száműzött kitör a rezervátumból, a személyt extrém élményekkel árasztja el, melynek következtében sebezhetővé válik. A tűzoltók jellemző tulajdonsága a nagy mértékű impulzivitás, és az arra való képesség, hogy olyan stimulációkat találjanak, amelyek felülírják, illetve a

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

személyektől távol tartják a menekült által előidézett érzelmeket. A tűzoltók kedvenc terápiás eszköze, egyebek mellett, a különféle drogok bátor használata, a nagy mennyiségű alkohol bevitele, a láncevések, a szuperintenzív szexuális élet és a munkamánia. A fent bemutatott részek mellett mindenki rendelkezik egy központi Énnel, amely számos vezetői erénnyel bír, mint például távlatos gondolkodás, magabiztosság, elfogadó magatartás, nyitottság, gyors döntésekre való képesség. Az elmélet szerint még azok a személyek is ilyen egészséges Ént birtokolnak, akik nagy mértékű lelki sérülések szimptomáit mutatják. A BCSR alapján végzett coaching célja, hogy az Ént elkülönítse a többi résztől, előhívja azokat a benne rejlő erőforrásokat, amik lehetővé teszik, hogy megszabadítsa az alrendszereket vagy szubszemélyeket az extrém szerepektől. A coaching során arra törekszünk, hogy ne az extrém szerepeket eljátszó részek, melyek mintegy elszabadulnak az Én fennhatóságai alól, hanem a családtagok Énjei kommunikáljanak egymással. Ha a belső zűrzavaron úrrá lenni képes ének kommunikálnak egymással, akkor a családtagok automatikusan empátiával kezelik egymást, miként a személyek saját belső részeit. Az Ént nem úgy kell elképzelni, mint egy karosszékben ücsörgő öreg bölcsöt, aki tanácsokkal látja el a hozzá fordulókat. Nem csupán egy elmeállapot, hanem aktív irányítója a személy külső és belső életének. Célja, hogy az alrendszerek együttműködésének megszervezése révén fenntartsa az individuum lelki egészségét. A coachnak azt kell elérnie a hozzá fordulókkal, hogy az elmebeli alrendszereik vagy szubszemélyeik bízzanak a központi Énben, és belássák, hogy nélküle csak időlegesen és látszólag képesek megoldani a felmerülő nehézségeket. Ezek a megoldási kísérletek előbb-utóbb még nagyobb problémákat idéznek elő, amelyek aztán kezelhetetlenné válnak. Bizonyos mértékig az Énnek a szubszemélyek minden egyes döntésében részt kell vennie, hiszen csak „Ő” látja át az egész rendszer működését, és azokat acélokot is csak ő ismeri, amik eléréséért a szisztéma egésze működik. Nem csupán a személyen belüli

Mentofaktúra folyóirat
-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

kapcsolatokat szabályozza, de a személyközi interakciókat is. Egy krízis során, amikor a személy érzelmei, indulatai magasra szöknek, az Énnel meg kell őriznie viszonylagos autonómiáját. Ahelyett, hogy hagyná magát sodorni az indulatok folyamával, mederben kell tartania. Az Én által irányított személy ilyenkor tudatában van annak, hogy csupán az egyik alrendszerének extrém viselkedése okozta az érzelmi vihart, amely valamely felmerülő probléma megoldásra irányuló kísérlet, és nem az egész rendszer működésének zavara. Nem azt kell gondolnia, hogy „(én) ideges vagyok”, már megint „(én) nem tudok uralkodni az idegeimen”, már megint „engem győznek le az indulataim”, „legyetek (én)rám tekintettel, mert idegileg kiborultam!”, hanem azt, hogy egy alrendszerem hibásan működik, és be kell avatkoznia az Énnel, hogy ismét eredeti funkcióját betöltve tevékenykedjék. Ez a nézőpont bár elfogadja azt, hogy a személyt olykor elboríthatják az érzelmei, de nem menti fel a felelősség alól, hiszen nem az egész rendszer által létrehívott emóciók ezek, hanem csupán egy, vagy több alrendszer hibás működéséből adódó zavarok. Az Énvezérelt ember az érzelmi vihar során is tisztában van azzal, hogy megfelelő eszközök révén uralni képes a helyzetet, és hogy minél nagyobbak az emóciók, annál inkább be kell avatkoznia az Énnel. A krízis során az emberek azt érezhetik, hogy ugyan a televízió be van kapcsolva, a lámpák égnek, az asztalon meg van terítve, de senki sincs otthon, tárva-nyitva az ajtó, és bárki, bármit szabadon elvihet a lakásból. Ha ebbe a lakásba belépünk, akkor nem találjuk a házigazdát, lélek belső világában nehéz tetten érni az Ént. Mintha elment volna otthonról, csak a széken hagyott ruhái és a mosatlan tányérok jelzik, hogy él itt valaki, aki most nem tudjuk, hol van, pedig nélküle üres és védtelen a lakás. A coachig célja, hogy a lakásba ismét visszatérjen a házigazda, rendet rakjon, otthon érezze magát az általa kialakított szimbolikus térben. Más nyelven: a személy énvezéreltté váljék. Az Én által irányított individuum legfőbb jellemzője, az, hogy könnyen azonosítható. Az ilyen személy nyitott, magabiztos, elfogadó, megbízható, felelősségteljes. Az

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

Énvezérelt emberrel könnyű együttműködni, hiszen világosan megragadhatók a céljai, láthatóan tisztában van saját érdekeivel, ezeket képes hatékonyan képviselni, de másokét is figyelembe veszi. Az Énvezérelt személy társasága akaratlanul is előhívja másokból azt az igényt, hogy ők is (ha eddig még nem tették, vagy nem sikerült) megkíséreljék Énjük kezébe adni az irányítást.

A BCSR számunkra jó kiindulópont, de az általunk kidolgozott modellben az én-t nem tekintjük különálló entitásnak, valódi centrumnak, hanem csupán egy funkciónak a többi közül, amelyet a változó külső körülményekkel való interakcióban más és más alrendszer vagy alrendszerek konfigurációja tölt be.

A caching során az énvezérelt állapot elérése a cél, ami természetesen nem könnyű feladat, hiszen az Én irányító szerepét torz szokások, társadalmi előítéletek, nem adaptív beállítódások korlátozhatják, vagy lehetetlenné tehetik (vö. Maslow, 2003, 62-68). Az Én, a mi olvasatunkban, egy leheletfinom, bonyolult hálózat által szőtt virtuális pókhoz hasonlítható, melynek fő céljai: a túlélés, a valahová tartozás, a tartós biztonság állapotának elérése, a szeretetre irányuló vágy kielégítése, meg- és önbecsülés, valamint az önmegvalósítás. A coaching során tudatosítanunk kell, hogy az énézéreltségnek nem csupán az a kritériuma, hogy a személy mennyire képes meghaladni önmagát, hanem az, hogy tovább tudja-e szőni az őt létrehozó kultúra hálóját, vagyis alkalmas-e arra, hogy kreatív módon, független individuummként viszonyuljon az Énjét létrehívó társadalmi hálózathoz. Erre gyakran akkor válunk képessé, amikor krízishelyzetbe kerülünk, ilyenkor ugyanis nem segít, ha megszokott köreinket futjuk tovább. A coachnak rá kell mutatnia, hogy az „ugyanabból még több”, vagyis a körök számának, illetve a futás sebességének növelése nem vezet eredményre, inkább elmélyíti a problémát. Az énvezérelt ember „hiteles”, vagyis olyan individuum, aki a szituációnak megfelelően, autonóm módon képes reagálni a jól előre jelezhető, illetve a kevésbé megjósolható élethelyzetekre egyaránt. A coaching

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

során világossá kell tenni, hogy nem csupán az a feladata, hogy meghaladja régebbi önmagát, hanem, hogy az öt körülvevő kultúrából is ki tudjon lépni, ha kell. Képes legyen nemet mondani azokra a mindennapi gyakorlatokra, elvárásokra, amelyek elfogadása esetén nem Ő, hanem valaki Más irányítja a belső, mentális vállalat vagy család életét. A közös munkánk egyik fő célja a manipuláció feltárása. Persze nem mindig könnyű eldönteni, hogy ezek az Én utasításai, vagy pedig agymosás által előidézett reakciók. Rá kell ébresztenünk a hozzánk fordulókat, hogy akkor sem beszélhetünk autonómiáról, ha a személy valamelyik alrendszerre dönt az Én helyett, még ha esetleg meg is van győződve arról, hogy szabad akaratából hajtotta végre az adott cselekvést. Akkor érezzük magunkat jól „itt és most”, ha van beleszólásunk a jövőnkbe, vagyis fontosabb döntéseinket mi magunk hozzuk, és nem hatáskörükön túllépett alrendszereink vagy külső autoritások. A múltban működő szokásokról, védekező mechanizmusokról könnyen kiderülhet, hogy a jövőben egyáltalán nem lesznek működőképesek. Csak a kreatív, énevezérelt személyiség képes arra, hogy bátran szembenézzen az ismeretlennel. A személyiségzavarok egyik fő forrása, hogy nem tudunk szorongás nélkül szembenézni a jövőbeli kihívásokkal, félünk a váratlan, a múltbeli tapasztalatokból nehezen kiszámítható helyzetektől. A coaching során rá kell ébreszteni a coachee-kat, hogy az énevezéreltség révén szorongás nélkül összekapcsolható múlt, jelen és jövő. Az európai irodalomban ábrázol hősök közül Odüsszeusz az, aki, véleményünk szerint, leginkább tekinthető az énevezéreltség paradigmaticus alakjának, ezért Homérosz műve jól használható a coaching során. A szorongásos, komplexusos, túlságosan merev Akhilleusszal szemben Ő az, aki a hosszú utazás mint önterápia végén megérkezik Ithakába, vagyis valódi, hiteles önmagához. A húsz évig húségesen várakozó hitvese, a kérők ostromát rendíthetetlenül álló Penelopé, akit végül Odüsszeusz megszabadít, a mi olvasatunkban nem más, mint Énjének egyik aspektusa, olyan, a hierarchia magasabb szintjén

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

elhelyezkedő holon amely körömszakadtáig védelmezi az elszabadult, alacsonyabb szintű holonokkal szemben a személy identitását. Odüsszeusz, mint a szabad és autonóm lelki centrum-holon, a körülmények radikális változásával könnyörtelenül szembenézve képes újból irányítása alá vonni a belső káoszt előidéző holonokat. Ez a jutalma annak az önismereti utazásnak, melynek végén alkalmassá válik arra, hogy radikálisan leszámoljon a feleségét zaklató kérőkkel, azaz önnön komplexusaival, szorongásaival, elszabadult holonjaival. Az Odüsszeia befejező részében Homérosz leírja, hogy a főhős miként tér vissza Ithakába, a kérők által kifosztott házába. Ithaka lakói azt hiszik, hogy Odüsszeusz már régen halott, még Penelopé, hűséges felesége, is csak reménykedik benne, hogy férje valaha is hazatér. Odüsszeusz valójában már, mint alamizsnát kolduló idegen, hazájában tartózkodik, és kénytelen elszenvedni a javait dézsmáló kérők különféle megaláztatásait. A kérőkre tekinthetünk úgy, mint a személy elszabadult, extrém módon működő holonjaira, melyek önpusztító viselkedésre indítják a személyt. Dézsmálják belső javait, lehetetlenné teszik, hogy az Én döntései érvényre jussanak, és renddé válják a belső káosz. A kérők, mint a hierarchia alsóbb szintjein lévő holonok, el akarják csábítani Penelopét, lelkének legértékesebb részét, „aki” hűségesen, ám meglehetősen kiszolgáltatott módon védelmezi belső világának legfontosabb értékeit. Énjének másik aspektusa (Odüsszeusz) eközben mindenféle hamis méltóságáról, önimádatáról lemondva, koldusként és önmaga számára is idegenként, illúzióitól megszabadulva, végre olyannak látja elszabadult holonjait, amilyenek valójában. Most végleg elhatározza, hogy leszámol velük. A kérő-holonok extrém viselkedése abból származik, hogy megpróbálják a maguk, gyakran hiányos, eszközeivel megoldani a lelki egyensúlyvesztést előidéző problémákat, vagyis megszüntetni a biztonság, a szeretet, a megbecsülés és a valahová tartozás hiányát. A hiányok valódi felszámolása csak évezérelt állapotban sikerülhet, vagyis akkor, amikor

Mentofaktúra folyóirat

-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

Az én mint non-executive igazgató

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

Odüsszeusz (vagyis az Én) képes úrrá lenni a holarchia káoszán. Nem hagyja tovább, hogy a kérő-holonok a hiányállapotok látszólagos felszámolása ürügyén felemésszék az összes, rendelkezésre álló belső energiát. Odüsszeusz, avagy az Én csak akkor képes megszüntetni a személy hiánymotivált viselkedését, amikor a hosszú utazásnak mint öntökéletesítésnek az eredményként elér egy olyan önismereti szintet, ahonnan átlátja az egész belső rendszer hibás működését. A szükségletek kielégítésének „alacsonyabbrendű” örömeit ekkor azért tudja igazán átélni, mert a spirituális utazás során egyre nagyobb tudásra tett szert. A hiányszükségleteit csak akkor képes valóban kielégíteni, és nem más hiányokkal helyettesíteni, amikor az Én önteremtésének olyan szintjét éri el, amely keretként szolgál ezeknek az epizodikus és csúcspontszerű örömöknek a megéléséhez. Az öntökéletesítés kerete megóvjá az Ént mint centrumot attól, hogy a hiányoktól való állandó szorongások következtében szétfolyjon, „alaktalanná” váljék és lemondjon a mentális vállalat irányításáról. Csupán az önmegvalósító ember számára adott a függetlenség állapota. A hiánymotivált személynek folyamatosan alkalmazkodnia kell környezete elvárásaihoz, másként nem elégítheti ki szükségleteit, azaz a valahová tartozásra, szeretetre, megbecsülésre, irányuló vágyait, amelyek mások nélkül nem válhatnak valóra. Az önmegvalósító, növekedésmotivált ember életének keretet ad a meditáció, az elkülönülésre való hajlam, valamint az önálló feladatmegoldásból, autonóm döntésekből származó örömök. Az öntökéletesítés hiányától szenvedő, keret nélküli ember, differenciálatlan énrendszere keveredik mások mentális üzemének hasonlóan rosszul működő, alrendszerek által uralt belső világával, ezáltal nem csupán lelke, hanem személyközi kapcsolatai is kaotikussá válnak. Nem egésként, egyedi viselkedésmintázatokat produkáló személyként kezel másokat, hanem hasznossági szempontok alapján érdeklődik irántuk. Azok a tulajdonságaik, amelyek nem kapcsolódnak a hiánymotivált, az öntökéletesítés kerete nélkül létező

Mentofaktúra folyóirat
-filozófia és Coaching

<http://www.mentofaktura.hu>

Dr. Kollár József:

*Az én mint non-executive
igazgató*

A császár új ruhája

Coach képzés

<http://www.szervezetepites.hu>

Politikusi coaching

<http://www.politikuskepzes.szervezetepites.hu>

Manager Selfservice SET

<http://managerservice.szervezetepites.hu>

személy vágyainak kielégítéséhez, érdektelenek számára, untatják, esetleg egyenesen bosszúsággal töltik el, vagy ellenséges megnyilvánulásnak tekint. A másik csak kvázi-szakácsként, -házicselédként, -beszélgetőpartnerként, -szeretőként vagy -szerelőként jöhet szóba, és nem kvázi-műalkotásként, amelyre nem, mint szükségleteit kielégítő eszközre, hanem mint öncélra tekint. Ha a másik csak mint szükségletkielégítő szerepel az életünkben, akkor csupán hiánypótló szerepeket tölt be, melyeket akárki könnyen eljátszhat, vagyis zokszó nélkül lecserélhető. Az önteremtés keretében létező személyről alkotott kép ezzel szemben azt fejezi ki, hogy mivel ő is elvárja, hogy kompozícióként tekintsenek rá mint öncélra, másokra is hasonló módon képes és akar reagálni. Bár a többiekre gyakran haszonlesőként tekint, olykor azért hajlandó úgy nézni rájuk, mint kvázi-műalkotásokra, vagyis az öntökéletesítés keretébe foglalt „képekre”.