

Eric Berne

Emberi játszmák

Eric Berne

Emberi játszmák

2. kiadás

Gondolat Budapest 1987

A fordítás az alábbi kiadás alapján készült:
Eric Beme: Games People Play. The Psychology of Human
Relationships. Andre Deutsch Ltd., London, 1968.

Fordította Hankiss Ágnes

Kontrollszerkesztette Hernádi Miklós

ISBN 963 281 751 6

© 1964 Eric Beme, M. D.

A fordítás a Random House, Inc. társasággal kötött
megegyezés alapján jelenik meg.

© Hankiss Ágnes, 1984. Hungarian translation

Tartalom

ELŐSZÓ	13
BEVEZETÉS	17
1. A társas érintkezés	17
2. Az idő strukturálása	20
I. RÉSZ	
JÁTSZMAELEMZÉS	
ELSŐ FEJEZET	31
STRUKTURÁLIS ELEMZÉS	31
MÁSODIK FEJEZET	38
TRANZAKCIONÁLIS ELEMZÉS	38
HARMADIK FEJEZET	45
ELJÁRÁSOK ÉS RITUÁLÉK	45
NEGYESIK FEJEZET	52
IDŐTÖLTÉSEK	52

ÖTÖDIK FEJEZET	61
JÁTSZMÁK	61
1. Meghatározás	61
2. Egy tipikus játszma	64
3. A játszmák keletkezése	74
4. A játszmák funkciója	78
5. A játszmák osztályozása	80

II. RÉSZ

JÁTSZMATÁR

BEVEZETÉS	87
1. Jelölés	88
2. Köznyelvi kifejezések	90
HATODIK FEJEZET	91
ÉLETJÁTSZMÁK	91
1. Alkoholista	91
Elemzés	100
2. Adós	101
3. Rúgj belém!	105
4. Mostrajtacsíptelek, te gazember!	107
Elemzés	110
5. Ennek is te vagy az oka!	111
Részleges elemzés	114

HETEDIK FEJEZET	116
HÁZASSÁGI JÁTSZMÁK	116
1. Sarokba szorítás	116
2. Bíróság	121
Elemzés	123
3. Frigidnő	124
Elemzés	128
4. Úzött vad	129
5. Ha te nem lennél	133
6. Láthatod, hogy mindent megpróbáltam	133
Elemzés	137
7. Drágám	138
NYOLCADIK FEJEZET	140
TÁRSASÁGI JÁTSZMÁK	140
1. Hát nem borzasztó?	140
2. Szépséghiba	144
3. Schlemiel	145
Elemzés	147
4. És miért nem. . . – Hát igen, de:	148
Elemzés	157
KILENCEDIK FEJEZET	158
SZEXUÁLIS JÁTSZMÁK	158
1. Verekedjetek meg ti ketten!	159
2. Perverzió	160
3. Megerőszakolósdi	162

Elemzés	165
4. Harisnyajátzsma	166
5. Perpatvar	168
TIZEDIK FEJEZET	171
ALVILÁGIJÁTSZMÁK	171
1. Rabló–Pandúr	171
Elemzés	177
2. Hogyan lehet innen meglépni?	178
3. Húzzuk be a csőbe!	180
TIZENEGYEDIK FEJEZET	184
JÁTSZMÁK A RENDELŐBEN	184
1. Melegház	184
2. Én csak segíteni próbálok rajtad	186
Elemzés	191
3. Nyomor	192
4. Paraszt	197
5. Pszichiátria	202
6. Ostoba	206
7. Faláb	209
TIZENKETTEDIK FEJEZET	214
JÓ JÁTSZMÁK	214
1. Buszsofőr szabadságon	215
2. Gavallér	216

Részleges elemzés	218
3. Örülök, ha segíthetek	218
4. Házibölcs	220
5. Örülnek majd, hogy ismertek	221

III. RÉSZ

TÚL A JÁTSZMÁKON

TIZENHARMADIK FEJEZET	225
A JÁTSZMÁK JELENTŐSÉGE	225
TIZENNEGYEDIK FEJEZET	228
A JÁTÉKOSOK	228
TIZENÖTÖDIK FEJEZET	231
PARADIGMA	231
TIZENHATODIK FEJEZET	235
AUTONÓMIA	235
TIZENHETEDIK FEJEZET	241
AZ AUTONÓMIA ELÉRÉSE	241
TIZENNYOLCADIK FEJEZET	243
ÉS MI JÖHET A JÁTSZMÁK UTÁN?	243
FÜGGELÉK	244
AZ IDŐTÖLTÉSEK (I) ÉS JÁTSZMÁK (J) MUTATÓJA	247

Betegeimnek és tanítványaimnak,
akiktől mind többet és többet tanultam
s tanulok ma is a játszmákról
és az élet értelméről

Előszó

Ezt a könyvet elsősorban a *Tranzakcionális elemzés a pszichoterápiában* című könyvem¹ folytatásának szántam, de úgy írtam meg, hogy attól függetlenül is olvasható és megérthető. A játszmák elemzéséhez és világos megértéséhez szükséges elméletet az I. rész összegezi. A II. rész az egyes játszmák leírását tartalmazza. A III. rész új klinikai és elméleti anyagot foglal magába, amely – a régit kiegészítve – lehetővé teszi, hogy némileg megértsük, mit jelent a játszmáktól való mentesség. Azok számára, akik alaposabb ismeretekre kívánnak szert tenni, a korábbi kötet elolvasását javaslom. A mindkét könyvet tanulmányozó olvasók észre fogják venni, hogy az elmélet alakulásán túl a jelen kötetben kisebb terminológiai és nézőpontbeli változtatások találhatók, melyek a problémák továbbgondolásán és új klinikai anyagon alapulnak.

E könyv szükségességét az jelezte, hogy a tanítványok és az előadások hallgatósága igényelte a tranzakcionális elemzés elveinek bemutatásakor példaként röviden említett játszmák listáját vagy bővebb kifejtését. Köszönet illeti meg ezeket a tanítványokat és hallgatóságot általában, különösen

pedig azokat a pácienseket, akik új játszmákat mutattak meg, tártak fel vagy neveztek el; legnagyobb köszönet illeti Miss Barbara Rosenfeldet az emberek meghallgatásának művészetéről és jelentőségéről adott sok-sok gondolatáért; valamint, másokkal együtt, Mr. Melvin Boyce-t, Mr. Joseph Concannon-t, dr. Franklin Ernstet, dr. Kenneth Evertst, dr. Gordon Grittert, Mrs. Frances Matsont és dr. Ray Pointdextert számos játszma önálló feltárásáért és tapasztalati megerősítéséért.

Két okból is külön említést érdemel Mr. Claude Steiner, aki korábban a San Francisco Social Psychiatry Seminars kutatási vezetője volt, jelenleg pedig a Michigani Egyetem Pszichológia Tanszékén dolgozik. Ő vezette az első kísérleteket, amelyek az itt tárgyalt kérdések közül sokat igazoltak, s e kísérletek eredményeként segítségemre volt az autonómia és az intimitás természetének tisztázásában. Köszönet illeti továbbá Miss Viola Littet, a Szemináriumok gazdasági titkárát és Mrs. Mary N. Williamst, titkárnőmet, nem szűnő segítségükért, valamint Anne Garrettet a kézirat átolvasásában való közreműködéséért.

A tömörség kedvéért a játszmákat többnyire a férfi szempontjából írjuk le, hacsak nem kifejezetten női játszmák. Ha a nő szerepe jelentősen eltér a férfiéétől, akkor azzal külön foglalkozunk. A szókincs és a felfogás megválasztásánál elsősorban a gyakorló klinikust vettük figyelembe, de más szakmák képviselői is érdekesnek és hasznosnak találhatják a könyvet.

A tranzakcionális játszmaelemzést világosan meg kell különböztetnünk gyorsan fejlődő testvérétől, a matematikai játszmaelemzéstől, noha a szövegben használt némelyik szakkifejezés – például a “nyereség” – ma már eléggé ma-

tematikai. A játshmák matematikai elméletét R. D. Luce és H. Raiffa *Játshmák és döntések* című könyve tekinti át részletesen.²

Carmel, Califomia, 1962. május

Hivatkozások

1. Berne, E.: *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Evergreen, 1961.
2. Luce, R. D. and Raiffa, H.: *Games and Decisions*. Chapman and Hall, 1957.

Bevezetés

1. A társas érintkezés

A társas érintkezésnek az az elmélete, amelyet részletesebben *Tranzakcionális elemzés* című könyvemben¹ fejtettem ki, röviden a következőkben összegezhető:

Spitz arra a következtetésre jutott,² hogy ha kisgyermekkel hosszabb időn át nem foglalkoznak, megkezdődik leromlásuk visszafordíthatatlan folyamata, és állapotukhoz könnyűszerrel társulhat valamilyen betegség is. Gyakorlatilag ez annyit jelent, hogy az érzelmi nélkülözés – ő így nevezi – végzetes kimenetelű lehet. Ezek a megfigyelések vezetnek el az *ingeréhség* fogalmához, és arra vallanak, hogy az ingerek legkedvezőbb formáit a fizikai intimitás nyújtja. Mindennapi tapasztalataink alapján nem nehéz elfogadnunk ezt a következtetést.

Hasonló természetű jelenség figyelhető meg olyan felnőtteknél, akik az ingerektől való megfosztottság állapotába kerülnek. Kísérletek bizonyítják, hogy az ingerszegény környezet múlt pszichózist vagy legalábbis átmeneti lelki zavarokat válthat ki. A múltban a társaktól és ingerektől való megfosztottság hasonló állapotba juttatta a hosszú ideig magánzárkában tartott embereket is. Csakugyan, a magán-

zárkától még azok a rabok is rettegnek, akik hozzáedződtek a fizikai brutalitásokhoz;^{3,4} ezzel a hírhedt, eljárással az elítéltek politikailag hajlíthatókká tehetők. (És megfordítva: a hajlíthatóság elleni legjobb ismert fegyver a közösség.)⁵

Ha biológiai oldaláról nézzük: az érzelem és ingerhiány könnyen maga után von vagy elősegít szervi elváltozásokat. Ha az agytörzs retikuláris aktiváló rendszerét⁶ nem éri elegendő inger, akkor az idegsejtekben – legalábbis közvetve – elsorvadási folyamat indulhat meg. Előfordulhat, hogy ez a folyamat a rosszul tápláltság másodlagos hatása, de a hiányos táplálkozás maga is lehet az apátia terméke. Ez történik az elgyengülésben szenvedő csecsemőkkel is. Érzelem- és inger hiány, apátia, elsorvadási folyamat és halál így tehát valóságos biológiai láncolatba fűződhet. Ebben az értelemben az ingeréhségnek ugyanaz a szerepe az emberi szervezet fennmaradásában, mint a táplálékéhségnek.

Valóban így van, az ingeréhség több vonatkozásban – nemcsak biológiailag, hanem pszichológiailag és társadalmilag is – párhuzamba állítható a táplálékéhséggel. Hiányos táplálkozás, jóllakottság, ingyenség, torkosság, különféle étkezési szokások, aszkézis, konyhaművészet és jó koszt – csupa olyan fogalom, amelyet a táplálkozás területéről könnyűszerrel átvihetünk az érzékelés területére. A túltápláltságnak a túlingerlés a megfelelője. Normális körülmények között, amikor bőséges az ellátás, és nagy a választék, a választást erősen befolyásolja az egyéni ízlés. Lehetséges, hogy az idegenkedés vagy vonzódás többé-kevésbé alkatilag meghatározott, problémánk szempontjából azonban ennek most nincs jelentősége.

A szociálpszichiátért az izgatja; mi történik a kisgyermek-

kel azután, hogy a természetes fejlődési folyamat során leválk anyjáról. Az eddig elmondottakat “köznyelvi kifejezéssel”⁷ valahogy így összegezhetjük: “Ha nem simogatják a gerincagyadat, kiszikkad.” Amikor lezárul az anyához fűződő intim kapcsolat időszaka, az ember élete végéig dilemma elé kerül, melyben sorsa és életben maradása a tét. A gyermeki fizikai intimitás fennmaradásának társadalmi, pszichológiai és biológiai erők állják útját; ugyanakkor az ember soha nem adja fel törekvését annak elérésére. Az esetek többségében kompromisszum születik. Az ember megtanulja, hogyan érje be rejtettebb, sőt akár jelképes gondozási formákkal is, egészen addig, hogy olykor már az elismerés apró jele is elegendő a számára; ám ugyanakkor szemernyi sem csökken a fizikai kapcsolat iránti eredeti szükséglete.

A kompromisszum folyamatát különböző kifejezésekkel jelölhetjük, például a “szublimáció” szóval, de bárminek nevezzük is, az eredmény azonos: a gyermeki ingeréhség részlegesen átalakul valamivé, amit elismeréséhségnek nevezhetünk. Minél bonyolultabbá válik a kompromisszum, annál egyénibb lesz az illető személy elismerési vágya; ezek a megkülönböztetőjegyek teszik változatossá a társas érintkezést, és határozzák meg az egyén sorsát. Egy filmszínésznek esetleg heti száz “simogatás” is kell hódolónak névtelen és alakatlan tömegétől ahhoz, hogy a gerincagya ki ne szikkadjon. Egy tudós ezzel szemben akkor is megőrizheti fizikai és lelki egészségét, ha valamely nagyra becsült mester évente akár csak egy “simogatásban” részesíti.

A “simogatást” az intim fizikai kapcsolat általános fogalmának értelmében használjuk; a gyakorlatban ez különféle formákat ölthet. Vannak, akik valóban megsimogatják a

gyermeket; egyesek átölelik, vagy barátságosan megpaskolják, mások játékosan megcsipdesik vagy megfricskázzák. Mindezeknek megvan a megfelelőjük a beszélgetésben. Akár meg is jósolhatnánk, hogyan gondoz valaki egy kisbát, ha halljuk beszélni. A “simogatás” fogalmát, jelentésbővítéssel, köznyelviileg minden olyan aktus jelölésére alkalmazhatjuk, amely egy másik személy jelenlétét nyugtázza. Így tehát a “simogatás” *szót* a társas cselekvés alapvető egységeként használhatjuk. A simogatások cseréje *tranzakció*, ez pedig a társas érintkezés egysége.

A játszmák elméletét illetően a következő elv kristályosodik ki: akármilyen legyen is a társas érintkezés, biológiailag mindenképpen előnyösebb, mint ha nincs érintkezés. Ezt a tételt S. Levine⁸ néhány jelentős patkánykísérlete is igazolta: a gondozás nemcsak a fizikai, az agyi és az érzelmi fejlődést, hanem az agy biokémiáját is kedvezően befolyásolta, sőt, fokozta a leukémiával szembeni ellenálló-képességet. Igen sokatmondó tény, hogy a gyengéd gondozás és a fájdalom áramütés egyforma hatékonysággal szolgálta az állatok egészségét.

E bizonyítékok tudatában fokozott önbizalommal vágunk neki a következő résznek.

2. Az idő strukturálása

Elfogadtuk, hogy a kisgyermeknél a gondozás, a felnőttnél annak jelképes megfelelője, az elismerés, értéket képvisel az életben maradás szempontjából. Kérdés, mi következik mindebből. Egyszerűen szólva: mit tehetnek az emberek,

miután kölcsönösen üdvözölték egymást, függetlenül attól, hogy, egyszavas, diákos köszöntés volt ez, vagy pedig több órás keleti rituálé? Az ingeréhség és az elismeréshőség után a *struktúraéhség* következik. A serdülők örök problémája: “És aztán mit mondjak neki?” De nemcsak a serdülő, hanem sok felnőtt is úgy érzi, nincs kényelmetlenebb dolog, mint az érintkezésben támadt folytonossági hiány, a néma, strukturálatlan időtartam, amikor a jelenlevők egyike sem tud értelmesebbet kiizzadni, mint effélét: “Ugye, milyen függőlegesek ma a falak?” Az ember örök problémája, hogyan strukturálja az ébrenlét óráit. Ebben az egzisztenciális értelemben minden társas létezésnek az a funkciója, hogy az emberek kölcsönösen segítsék egymást ebben a vállalkozásban.

Az idő strukturálásának műveleti oldalát programozásnak nevezhetjük. Három vonatkozása van: anyagi, társadalmi és egyéni. Az idő strukturálásának leghétköznapiabb, legmegfelelőbb, legkényelmesebb és leghasznosabb módszerre valamilyen vállalkozás, melynek az a rendeltetése, hogy megbirkózik a külső valóság anyagával: ez pedig a munka. Az ilyen vállalkozást szaknyelven tevékenységnek nevezik; a “munka” kifejezés azért nem megfelelő, mert a szociálpszichiátria általános elmélete a társas érintkezést is a munka egyik formájának tekinti.

Az ember birkózik a külső valósággal, viszontagságok érik – ez a forrása az *anyagi programozásnak*. Bennünket ez itt csak annyiban érdekel, amennyiben a tevékenységek szolgáltatnak hátteret a “simogatáshoz”, az elismeréshez és a társas érintkezés egyéb, bonyolultabb formáihoz. Az anyagi programozás elsődlegesen nem társadalmi problé-

ma; alapja lényegében az adatfeldolgozás. Amikor hajót építenek, mérések, valószínűségszámítások hosszú sorára támaszkodnak, és az emberek közötti, bárminemű társas érintkezést ennek kell alárendelni, mert csak így haladhat előre a hajó építése.

A *társadalmi programozás* hagyományos, rituális vagy félrituális érintkezéseket eredményez. Fő kritériuma a helyi elfogadhatóság. A köznyelv ezt nevezi “jó modornak”. A szülők a világ minden táján megtanítják utódaikat viselkedni, azaz a gyermekek megtudják, melyek a helyes üdvözlési, étkezési, üritési, udvarlási és gyászrituálék, valamint azt is, hogyan beszélgessenek valamilyen témáról a megfelelő tompításokkal és erősítésekkel. A tompítás és erősítés nem egyéb, mint tapintat és diplomáciai érzék; bizonyos ügyeskedések egyetemesek, mások helyi jellegűek. Helyi, ősi hagyomány bátorítja vagy tiltja, lehet-e bőfögni az étkezésnél, lehet-e érdeklődést tanúsítani más felesége iránt. E két sajátságos tranzakció között például fordított kölcsönösségi viszony figyelhető meg: rendszerint nem tanácsos az asszonynép után érdeklődni ott, ahol az emberek bőfögnék étkezés után; olyan helyeken viszont, ahol lehet az asszonynép után érdeklődni, ott nem tanácsos étkezéskor bőfögni. Rendszerint formális rituálék előzik meg a félrituális, alkalmi beszélgetéseket; az utóbbiakat megkülönböztetésül *időtöltéseknek* nevezzük.

Miközben két ember közelebből megismeri egymást, egyre több és több *egyéni programozás* csúszik be, és “incidensek” adódnak. Felületesen nézve véletlennek is tűnhetnek – az érintett felek talán annak is minősítik őket, a gondos vizsgálat azonban felfedi, hogy az incidensek bizonyos

mintákat követnek; csoportosíthatók és osztályozhatók, egymásra következésüket pedig kimondatlan szabályok és előírások irányítják. Az előírások mindaddig rejtettek maradnak, amíg a barátságok vagy ellenségeskedések úgy haladnak, akár ha a kártyaszabályok kézikönyvét követnék, de nyomban előtűnnek, mihelyt valaki törvényellenes lépésre vetemedik – ekkor elhangzik a jelképes, szóbeli vagy jogi “Szabálytalanság!” felkiáltás. Az ilyen sorozatokat – amelyek az időtöltésektől eltérően inkább egyéni, mint társadalmi programozásúak – *játszmáknak* nevezzük. A családi élet és a házaselet, akárcsak a szervezeti élet különböző fajtái, éveken át ugyanannak a játszmának a változataira épülhetnek.

Amikor azt állítjuk, hogy társadalmi tevékenységünk során javarészt játszmákat játszunk, ez nem jelenti szükségképpen azt, hogy főként csak “szórakozunk”, vagy hogy játékos mi voltunk ne volna nagyon is komoly. Ellenkezőleg: a futball és a többi atlétikai “játszma” néha legkevésbé sem szórakozás, a játékosok olykor roppant ádázak; az ilyen játszmák, akárcsak a szerencsejátékok és a “játék” egyéb formái, alkalmanként rendkívül komolyak, sőt akár végzetesek is lehetnek. Másfelől egyes szerzők – mint például Huizinga⁹ – olyan súlyos dolgokat is a “játékhoz” sorolnak, mint a kannibálok ünnepi lakomáit. Ne tekintsük tehát felelőtlenységnek, tréfálkozásnak vagy barbárságnak, ha tragikus magatartásformákban is – mint az öngyilkosságban, az alkoholizmusban, a kábítószer-élvezetben, a bűnözésben vagy a szkizofréniában – “játszmák lejátszását” látjuk. Az emberi játék legfőbb jellegzetessége nem az, hogy a benne megnyilatkozó érzelmek döréek, hanem hogy szabályozot-

tak. Ez rögtön láthatóvá lesz, amikor valamilyen jogosulatlan érzelmi megnyilatkozást válaszul megtorlás követ. A játék lehet zordon, sőt végzetesen komoly, de a társadalmi szankciók csak akkor súlyosak, ha valaki vétett a szabályok ellen.

Az időtöltések és játszmák a valódi, átélt intimitás pótlékai. Ezért inkább csak előzetes elköteleződésnek, semmint közösségvállalásnak tekinthetjük őket; ezért jellemezhetők markáns játékformákként. Az intimitás akkor kezdődik, amikor az egyéni (rendszerint ösztönös) programozás intenzívebbé válik, s mind a társadalmi szabályozás, mind a rejtett korlátozások és indítékok kezdenek veszíteni az erejükből. Az intimitás az egyetlen tökéletesen kielégítő válasz az ingeréhségre, az elismeréséhségre és a struktúraéhségre. Prototípusa a szerelmi egyesülés.

Az élet fennmaradása szempontjából a struktúraéhségnek ugyanolyan az értéke, mint az ingeréhségnek. Az ingeréhség és az elismeréséhség szükségletet fejez ki: el akarjuk kerülni, hogy érzékszerveink és érzelmeink a nélkülözés állapotába jussanak, mivel ez biológiai leromláshoz vezet. A struktúraéhség az unalom elkerülésének szükségletét fejezi ki. Kierkegaard¹⁰ rámutatott, milyen bajok származnak a strukturálatlan időből. A hosszú ideig tartó unalom az érzelmi nélkülözés szinonimája, és ugyanazokkal a következményekkel járhat.

A magányos egyén kétféle módon strukturálhatja az időt: tevékenységgel és fantáziával. Maradhat valaki magányos mások jelenlétében is, ezt minden pedagógus tudja. Ha valaki egy-két vagy több tagból álló csoportosulás tagja, többféle lehetősége nyílik az idő strukturálására. Bonyolult-

ságuk sorrendjében ezek a következők: 1. rituálék, 2. időtöltesek, 3. játszmák, 4. intimitás és 5. tevékenység – ez utóbbi mintául szolgálhat a másik négy bármelyikéhez is. A csoportosulás mindegyik tagjának az a célja, hogy a többiekkel lebonyolított tranzakciókból a lehető legtöbb kielégüléshez jusson. Minél nyitottabb a személyiség, annál több kielégüléshez juthat. A társas műveletek zöme automatikus programozású. Mivel az így nyert “kielégülések” némelyikét – például az önpusztító jellegűeket – nehéz a “kielégülés” szó szokásos értelmében elfogadni, célszerűbb olyan, semlegesebb kifejezéssel illetni őket, mint amilyen a “nyereség” vagy az “előny”.

A társas érintkezésből származó előnyök a testi és a lelki egyensúly körül forognak. A következő tényezőkre vonatkoznak: 1. feszültségcsökkentés, 2. ártalmas helyzetek elkerülése, 3. a simogatás megszerzése és 4. a fennálló egyensúly fenntartása. Fiziológusok, pszichológusok és pszichoanalitikusok behatóan megvizsgálták és megvitatták ezeket a tényezőket. A szociálpszichiátria nyelvére lefordítva a következőképpen jelölhetjük őket: 1. elsődleges belső előnyök, 2. elsődleges külső előnyök, 3. másodlagos előnyök és 4. egzisztenciális előnyök. Az első három, megfelel annak, amit Freud “betegségből származó előnyként” írt le, éspedig: a belső paranózikus nyereség, a külső paranózikus nyereség és az epinózikus nyereség.¹¹ A tapasztalat megmutatta, hogy a társas tranzakciókat sokkal hasznosabb és tanulságosabb az általuk nyújtott előnyök szempontjából vizsgálni, semmint védekező műveletként kezelni. Először is, a legjobb védekezés az, ha valaki egyáltalán nem bonyolódik tranzakciókba; másodsor, a “védekezések” fogalma csupán az előnyök el-

só két osztályának egy részét fedi, a maradék, a harmadik és a negyedik osztállyal együtt, ebből a szempontból elsikkad.

A társas érintkezés legtöbb örömet nyújtó formái – akár beágyazódnak valamilyen tevékenységi sémába, akár nem – a játszmák és az intimitás. A hosszú ideig tartó intimitás ritka, és akkor is elsősorban magánjellegű; a lényeges társadalmi érintkezés nagy általánosságban játszmaformát ölt, és bennünket most elsősorban ez a téma érdekel. Az időstrukturalás kérdéséhez további adalékokkal szolgál a szerző csoportdinamikáról írott könyve.¹²

Hivatkozások

1. Berne, E.: *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Evergreen, 1961.
2. Spitz, R.: "Hospitalism: Genesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood." *Psychoanalytic Study of the Child*, 1:53-74, 1945.
3. Belbenoit, R.: *Dry Guillotine*; Cape, 1938.
4. Seaton, G. J.: *Scars on my Passport*. Hutchinson, 1951.
5. Kinkead, E.: *Why they Collaborated*. Longmans, 1960.
6. French, J. D.: "The Reticular Formation." *Scientific American*, 196:54-60, May, 1957.
7. A használt "köznyelvi kifejezések" a San Francisco Social Psychiatry Seminars folyamán alakultak ki.
8. Levine, S.: "Stimulation in Infancy." *Scientific American*, 202:80-86, May, 1960.
"Infantile Experience and Resistance to Physiological Stress." *Science*, 126:405, August 30, 1957.

9. Huizinga, J. *Homo Ludens*. Routledge, 1949.
10. Kierkegaard, S.: *A Kierkegaard Anthology*. Ed. R. Bretall. Princeton University Press, Princeton, 1947.
11. Freud, S.: "General Remarks on Hysterical Attacks." Standard Edn. Hogarth Press, London, 1955. Vol. II. "Analysis of a Case of Hysteria." Uo. Vol. VI., 1953.
12. Berne, E.: *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. Pitman Medical, 1963.

I. rész

JÁTSZMAELEMZÉS

Első fejezet

Strukturális elemzés

A spontán társas tevékenységet legtermékenyebben a pszichoterápiás csoportok bizonyos fajtáiban figyelhetjük meg. Kitűnik, hogy az emberek időről időre figyelemreméltó módon változtatnak magatartásukon, nézőpontjukon, hangjukon, szókincsükön és egyéb viselkedési sajátosságaikon. A viselkedésbeli változásokat gyakran érzelmi eltolódások kísérik. Úgy látszik, a magatartásformák bizonyos készlete minden emberben egy bizonyos lelkiállapotnak a megfelelője, míg egy másik készlet egy másfajta pszichikus attitűd járuléka; a kettő gyakran ellentétben áll. Ezek a változások és eltérések vezettek el az *én-állapotok* fogalmához.

Szaknyelven az én-állapot fenomenológiai vonatkozásban érzések összefüggő rendszereként, működési vonatkozásban pedig összefüggő magatartásminták készleteként írható le. Gyakorlatibb formában: az érzések rendszerét megfelelő magatartásminták együttese kíséri. Az ilyen én-állapotok korlátozott választéka mindenkinek rendelkezésére áll; ezek nem szerepek, hanem lélektani realitások. A választékot a következő kategóriákba csoportosíthatjuk: 1. a szülőkére hasonlító én-állapotok, 2. autonóm módon, a va-

lóság tárgyilagos értékelésére irányuló én-állapotok és 3. archaikus maradványokat képviselő, korai gyermekkorban rögzült, de még mindig aktív én-állapotok. Szaknyelven extero pszichikus, neopszichikus és archeopszichikus én-állapotoknak nevezzük őket. Megnyilvánulásait köznyelven így jelöljük: szülői, felnőtti és gyermeki. Ezek az egyszerű kifejezések, a legszakszerűbb okfejtéseket kivéve, mindenre beválnak.

Kiindulópontunk tehát a következő: egy-egy emberi közösség minden egyes tagjában, minden pillanatban szülői, felnőtti vagy gyermeki én-állapotok jutnak kifejezésre; az egyének, ha különböző fokú készséggel is, de képesek átváltani az egyik én-állapotból a másikba. Ezek a megfigyelések bizonyos diagnosztikus megállapításokhoz vezetnek. “Ez most a szülői éned” annyit jelent: “Most ugyanabban a lelkiállapotban vagy, mint valamelyik szülőd (vagy szülőpótlékd) szokott lenni; úgy reagálsz, ahogyan ő reagálna; ugyanolyan kedélyállapotban, ugyanazokkal a gesztusokkal, szó-készlettel, érzésekkel stb.” “Ez most a felnőtti éned” annyit jelent: “Most éppen autonóm módon, tárgyilagosan értékelted a helyzetet, és előítélet-mentesen fejezed ki ezeket a gondolati folyamatokat, a benned felmerült problémákat és következtetéseket.” “Ez most a gyermeki éned” annyit jelent: “Reagálásod módja és célzata ugyanaz, mint lett volna kisfiú vagy kislány korodban.”

Mindez a következőket foglalja magába:

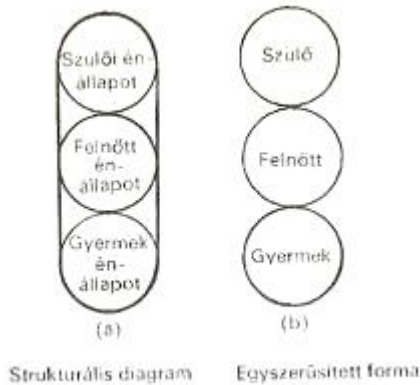
1. Mindenkinnek voltak szülei (vagy szülőpótlékai), és így mindenki magában hordozza az én-állapot olyan készletét, amely újratermeli a szülők én-állapotait (úgy, ahogyan az egyén érzékelte őket); ezek a szülői én-állapotok bizonyos

körülmények között aktivizálódhatnak (exteropszichikus működés). Köznnyelven: “Mindenkiben lakozik egy Szülő.”

2. Mindenki (beleértve a gyerekeket, az értelmi fogyatékosokat és a szkizofréneket is) képes objektív adatfeldolgozásra, ha a megfelelő én-állapot működésbe hozható (neopszichikus működés). Köznnyelven: “Mindenkiben lakozik egy Felnőtt.”

3. Mindenki volt egyszer fiatalabb, mint az adott pillanatban, és magában hordoz olyan, a korábbi éveiben rögzült maradványokat, amelyek bizonyos körülmények között aktivizálódhatnak (archeopszichikus működés). Köznnyelven: “Mindenki magában hordoz egy kisfiút vagy kislányt.”

Ezen a ponton most már célszerű az *1/a-val* jelzett *ábra* felvázolása; *strukturális diagramnak* nevezzük. Nézőpontunkból ez az egyén teljes személyiségének diagramja. Magába foglalja a személyiség szülői, felnőtti és gyermeki én-állapotát. Ezek gondosan el vannak különítve egymástól, mert erősen különböznek, és mert gyakran ellentétbe kerülnek egymással. A tapasztalatlan szemlélő első pillanatban nem látja világosan a különbségeket, de rövid idő alatt frapánssá és érdekessé válnak bárki számára, aki veszi a fáradságot, hogy megtanulja a strukturális diagnózist. A továbbiakban a valóságos személyeket kisbetűvel szülőknek, felnőtteknek és gyermekeknek nevezzük; a nagybetűs Szülőt, Felnőttet és Gyermecket a szóban forgó én-állapot megjelölésére tartjuk fenn. Az *1/b ábra* a strukturális diagram megfelelő, leegyszerűsített formáját mutatja.



1. ábra

Mielőtt befejeznénk a strukturális elemzés témáját, meg kell említenünk bizonyos problémákat.

1. A “gyermekes” szót a strukturális elemzésben sohasem használjuk, mivel olyan mellékszöngői vannak, mint a nem-kíváncsiság, valami, amit le kell állítani, amittől meg kell szabadulni. A Gyermek (az archaikus én-állapot) leírásához a “gyermeki” kifejezést használjuk, tekintve, hogy ez biológiai jellegűbb és előítélet-mentesebb. Valójában a Gyermek nem is egy módon a személyiség legértékesebb része, és ugyanazt viheti be az egyén életébe, amivel egy valóságos gyermek gazdagíthatja a család életét: báj, öröm és alkotókészség forrása. Ha az egyénben lakozó Gyermek zavart és nem egészséges, akkor a következmények kellemetlenek lehetnek, de ebben az esetben is lehet és kell tenni valamit.

2. Hasonlóképpen áll a dolog az “érett” és “éretlen” sza-

vakkal. A mi rendszerünkben nem létezik “éretlen személy”. Csupán olyan emberek vannak, akikben a Gyermekek nem helyénvaló módon vagy terméketlenül kerekedik felül, de ezeknek az embereknek is van teljes, jól strukturált Felnőttjük: mindössze fel kell fedni és aktivizálni. Megfordítva: az úgynevezett “érett emberek” azok, akik az idő java részében képesek a Felnőttet ellenőrzésük alatt tartani, de alkalomadtán a bennük levő Gyermekek, mint mindenki másban, akár felül is kerekedhet – nemegyszer meghökkentő eredménnyel.

3. Megemlítendő, hogy a Szülő kétféleképpen, közvetlen és közvetett formában nyilvánul meg. Az egyik: aktív állapot; a másik: hatás. A közvetlen, aktív formában az illető úgy válaszol, ahogyan tulajdon apja (vagy anyja) ténylegesen válaszolt. (“Tégy úgy, ahogyan én.”) A közvetett hatás esetében az illető úgy válaszol, ahogyan elvárták tőle. (“Ne azt tedd, amit én teszek, azt tedd, amit mondok.”) Az első esetben olyan lesz, mint ők, a másodikban alkalmazkodik a kívánalmaikhoz.

4. A Gyermekek is két formában nyilvánul meg. Az egyik: az *alkalmazkodó* Gyermekek; a másik: a *természetes* Gyermekek. Az alkalmazkodó Gyermekek szülői befolyásra módosítja viselkedését. Úgy viselkedik, ahogyan apja (vagy anyja) kívánta, például engedékenyen vagy koraéretten, de visszahúzódva vagy nyafogva is alkalmazkodhat. Ilyenkor a szülői hatás az ok, az alkalmazkodó Gyermekek pedig az okozat. A természetes Gyermekek spontán kifejeződés: például lázadás vagy alkotókészség. A strukturális elemzés érvényességét jól igazolja az alkoholizmus vizsgálata. A részegség először rendszerint a Szülőt fosztja meg erejétől; az alkalmaz-

kodó Gyermekek felszabadul a Szülő hatása alól, és ezáltal természetes Gyermekeké válik.

Az eredményes játszmaelemzés szempontjából csak ritkán szükséges átlépnünk a fentiekben körvonalazott határokat, amennyiben a személyiség struktúrájáról van szó.

Az én-állapotok normális fiziológiai jelenségek. A lelki élet szerve és szervezője az emberi agy; termékei én-állapotok formájában szerveződnek meg és raktározódnak el. Penfield és társainak kutatómunkája^{1,2} már néhány konkrét bizonyítékkal is alátámasztotta ezt a megállapítást. Az emberben különböző szinteken másfajta csoportosítórendszerek is működnek – mint például az adatszerű emlékezet –, de a tapasztalás természetes formáját a változó lelkiállapotokban kell látnunk. Az én-állapotok minden egyes típusának nagy értéke van az emberi szervezet életműködésének a szempontjából.

A Gyermekekben intuíciók,³ alkotókészség, spontán hajtóerők és örömek sejlének.

A Felnőtt a fennmaradáshoz szükséges. Adatokat dolgoz fel, valószínűségi számításokat végez; az ember ezek segítségével birkózhat meg sikeresen a külvilággal. A Felnőtt szerzi meg a tapasztalatokat arról is, hogy mi jár kudarccal, és mi nyújt örömet. Amikor például egy forgalmas úton kell átkelnünk, a sebességadatok komplex sorozatát kell feldolgoznunk; addig nem cselekszünk, amíg a számítások nem jelzik, hogy igen nagy valószínűséggel biztonságban érhetünk át a túloldalra. Az ilyen típusú sikeres becslések olyasfajta jóleső érzést váltanak ki, mint a síelés, a repülés, a viatorlázás és az egyéb mozgásos sportok okozta öröm. A Felnőttnek még egy feladata van: szabályozza a Szülő és a Gyermekek tevékenységét, és tárgyilagosan közvetít közöttük.

A Szülőnek két fő funkciója van. Először: lehetővé teszi, hogy az egyén a valóságos gyermekek szülőjeként sikeresen működhessek, és így előmozdítsa az emberi faj fennmaradását. A Szülő értékét ebben a vonatkozásban jól szemlélteti az a tény, hogy a kisgyermekkorukban árván maradt emberek sokkal több nehézséggel küszködnek gyermekeik felnevelése során, mint azok, akiknek még serdülőkorukban is sértetlen volt az otthoni környezetük. Másodszor: bizonyos válaszokat automatikussá tesz, s ez sok időt és energiát takarít meg. Számos dolgot azért teszünk, mert “így szoktuk tenni”. A Felnőtt ezáltal mentesül attól, hogy mindenféle csip-csup ügyben döntést hozzon, fontosabb kérdéseknek szentelheti magát, s a rutinügyeket a Szülőre hagyhatja.

Így tehát a személyiség mindhárom arculatának igen nagy az értéke, mind a fennmaradás, mind az életvezetés szempontjából. Elemzésük és újraszervezésük csak akkor indokolt, ha egyikük vagy másikuk megbontja az egészséges egyensúlyt. Máskülönben mindhárom – a Szülő, a Felnőtt és a Gyermeke – egyforma megbecsülést érdemel, és mindegyiküket törvényes hely illeti meg a teljes és termékeny életben.

Hivatkozások

1. Penfield, W.: “Memory Mechanisms.” *Archives of Neurology and Psychiatry*, 67:178-198, 1952.
2. Penfield, W. and Jasper, H.: *Epilepsy and the Functional Anatomy of the Human Brain*. Churchill, 1954. Chap. XI.
3. Berne, E.: “The Psychodynamics of Intuition.” *Psychiatric Quarterly*, 36:294-300, 1962.

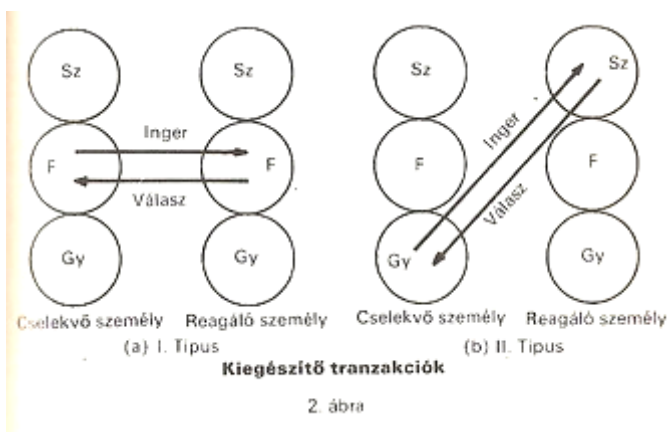
Második fejezet

Tranzakcionális elemzés

A társas érintkezés egységét tranzakciónak nevezzük. Ha két vagy több ember valamilyen társas összejövetelen találkozik, egyikük előbb vagy utóbb beszélgetésbe kezd, vagy más módon jelzi, hogy tudomásul vette a többiek jelenlétét. Ezt nevezzük *tranzakciós ingernek*. Erre egy másik személy olyasmit mond vagy tesz, ami valamilyen módon ezzel az ingerrel kapcsolatos; ezt nevezzük *tranzakciós válasznak*. Az egyszerű tranzakciós elemzés annak a megállapításával foglalkozik, hogy milyen én-állapotok mozgósították a tranzakciós ingert, és milyenek váltották ki a tranzakciós választ. A legegyszerűbb tranzakciókban mind az ingert, mind a választ az érdekelt felek Felnőttje adja. Ha a cselekvő személy például az eléje táruló adatokból úgy vélekedik, hogy most a szikére van szüksége, kinyújtja a kezét. A reagáló személy megérti a gesztust, felbecsüli a szükséges erőt és távolságot, és pontosan oda helyezi a szike nyelét, ahová a sebész várja. A Felnőtt-Felnőtt tranzakcióhoz egyszerűségben legközelebb a Gyermek-Szülő tranzakciók állnak. A lázas gyermek egy pohár vizet kér, és anyja, aki ápolja, odahozza.

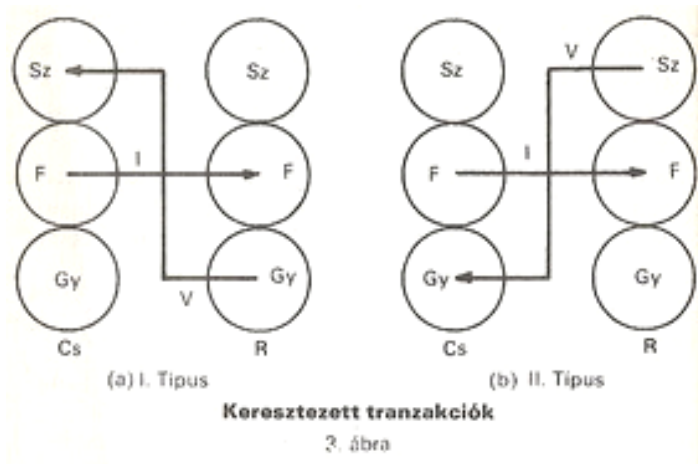
Mindkét fenti tranzakció *kiegészítő jellegű*, vagyis a vá-

lasz pontos, megfelel a várakozásnak, és követi az egészséges emberi viszonylatok természetes rendjét. Az első – I. típusú kiegészítő tranzakció néven – a 2/a ábrán látható. A másodikat, a II. típusú kiegészítő tranzakciót a 2/b ábra mutatja be. Nyilvánvaló azonban, hogy a tranzakciók többnyire láncreakcióban követik egymást; minden válasz maga is ingerre válik. A kommunikáció első szabálya úgy hangzik, hogy a kommunikáció mindaddig simán gördül, ameddig a tranzakciók kiegészítő jellegűek; ebből szükségszerűen következik, hogy ameddig a tranzakciók kiegészítő jellegűek, a kommunikáció, elvben, a végtelenségig folytatódhat. Ezek a szabályok függetlenek a tranzakciók természetétől és tartalmától; teljes mértékben a művelet vektorainak irányán alapulnak. Ameddig a tranzakciók kiegészítő jellegűek, a szabály szempontjából mellékes, hogy a két ember kritizálgató pletykába merült-e el (Szülő-Szülő), valamilyen problémát



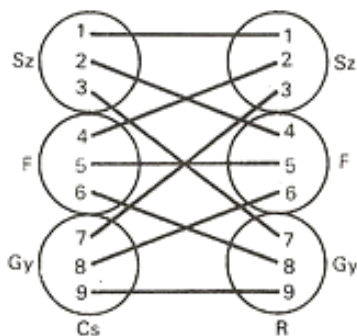
old-e meg (Felnőtt-Felnőtt), vagy együtt játszik (Gyermek-Gyermek vagy Szülő-Gyermek).

Az ellentétes szabály így hangzik: a kommunikáció *keresztezett* tranzakció esetén megszakad. A legegyszerűbb fajtájú keresztezett tranzakció, amely a világon a legtöbb nehézséget okozta és okozza a társas érintkezésben, legyen az házasság, szerelem, barátság vagy munka, 1. típusú keresztezett tranzakció néven a 3/a ábrán látható.



Ez a tranzakció áll a pszichoterapeuták figyelmének a középpontjában, és a pszichoanalízisben ezt írják le klasszikus indulatátviteli reakcióként. Az inger Felnőttől Felnőtt-höz érkezik. Például így: “Nézzük csak meg, hátha kiderül, miért kezdte erősebben inni az utóbbi időben.” Vagy: “Nem tudod, hol vannak az inggombjaim?” A megfelelő Felnőtt-Felnőtt válaszok így hangzanának: “Nézzük meg!

Engem is nagyon érdekelne!” Illetve; “Az íróasztalon.” De ha a reagáló személy felfortyan, akkor ilyesféle válaszok érkeznek: “Csak kritizálni tudsz, úgy, mint annak idején az apám.” Illetve; “Már megint én vagyok a felelős mindenért.” Ezek Gyermek-Szülő válaszok, és mint a tranzakciós diagramon láthatjuk, a vektorok keresztezik egymást. Ilyen esetekben az ivással vagy az inggombokkal kapcsolatos problémákat mindaddig fel kell függeszteni, amíg nem tudjuk a vektorokat, átrendezni. Az ivás esetében ez néhány hónapot is igénybe vehet, de az inggombok esetében néhány másodperc is elegendő lehet. Vagy a cselekvő személynek kell – a reagáló személyben hirtelen aktívvá lett Gyermek kiegészítőjeként – Szülővé válnia, vagy a reagáló személyben kell a Felnőttnek aktívvá válnia, a cselekvő személy Felnőttjének kiegészítőjeként. Ha a háztartási alkalmazott fellázad valamilyen mosogatási vita során, akkor véget ér az edényekről folytatott Felnőtt-Felnőtt beszélgetés; utána vagy csak Gyermek-Szülő vita következik.



het vagy egy másik Felnőtt-téma, nevezetesen a további munkaviszony megtárgyalása.

Az 1. típusú keresztezett tranzakció ellentéte a 3/b ábrán látható. Ez a pszichoterapeuta számára ismerős ellenátvételi reakció. Ilyenkor a páciens valamilyen tárgyias Felnőtt-megjegyzést tesz, a terapeuta pedig keresztezi a vektorokat: úgy válaszol, mintha a szülő beszélne a gyerekéhez. Ez a II. típusú keresztezett tranzakció. A mindennapi életben a “Nem tudod, hol vannak az inggombjaim?” kiugraszthatja a másiktól azt, hogy “Miért nem ügyelsz a saját holmidra? Már nem vagy gyerek”.

Néhány érdekes geometriai (topológiai) vonást figyelhetünk meg a *kapcsolati diagramon* (4. ábra), amely a cselekvő és a reagáló személy közötti társas cselekvés kilenc lehetséges vektorát szemlélteti. A “pszichológiailag egyenlők” közötti kiegészítő tranzakciókat az (1-1)—(1-1), az (5-5)—(5-5) és a (9-9)—(9-9) ábrázolja. Ezenkívül még három másik kiegészítő tranzakció van: (2-4)—(4-2), (3-7)—(7-3) és (6-8)—(8-6). Az összes többi kombináció keresztezett tranzakció, és az esetek zömében ezek keresztezésként jelentkeznek a diagramon – lásd például (3-7)—(3-7), ami két némán egymásra meredő embert eredményez. Ha egyikük sem enged, vége szakad a kommunikációnak, és el kell válniuk. A legkézenfekvőbb megoldás ilyenkor: engedni, és áttérni a (7-3)-ra, amely a “Perpatvar” nevű játszma-ban végződhet; vagy még inkább az (5-5)—(5-5)-re, amikor is mindkét fél nevetésben tör ki, vagy kezét ráz.

Az egyszerű kiegészítő tranzakciók általában felszínes munka- és társas kapcsolatokban zajlanak; könnyen megzavarhatják őket egyszerű keresztezett tranzakciók. A felszí-

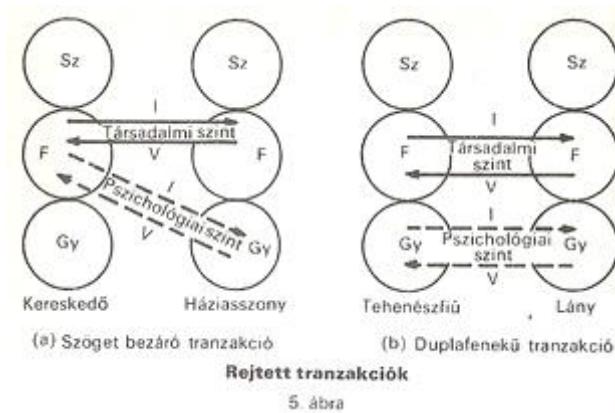
nes kapcsolat voltaképpen így is meghatározható: egyszerű kiegészítő tranzakciókra szorítókozó kapcsolat. Ilyen kapcsolatokkal a különböző tevékenységek, rituálék és szórakozások során találkozunk. Sokkal összetettebbek a *rejtett tranzakciók*, amelyek egyidejűleg kettőnél több énállapotnak megfelelő tevékenységet jelentenek: ez a kategória a játszmák alapja. A kereskedők előszeretettel bonyolítanak le *szöveget bezáró tranzakciókat*, ezek három énállapotot mozgósítanak. Az alábbi párbeszéd durva, de drámai illusztrációja egy kereskedői játszmának:

Kereskedő: "Ez itt jobb, de maga ezt aligha engedheti meg magának."

Háziasszony: "Márpedig ezt fogom megvenni."

Ennek a tranzakciónak az elemzését az 5/a ábra szemlélteti. A kereskedő mint Felnőtt két objektív tényt szögez le: "Ez itt jobb", és "Maga ezt aligha engedheti meg magának". A látszólagos vagy *társadalmi szinten* ezek a szavak a Felnőttet célozzák meg a háziasszonyban, és a Felnőtt válaszában így kellene szólnia: "Mindkét dologban igaza van." Igen ám, de a rejtett, a *pszichológiai* vektort a kereskedő jól begyakorolt és tapasztalt Felnőttje irányítja a háziasszonyban lakozó Gyermeke felé. A kereskedő megállapításának helyességét a Gyermeke válasza bizonyítja, amely valójában ezt mondja: "Fütyülök az anyagi következményekre, megmutatom ennek az arcátlan fickónak, hogy érek annyit, mint bármelyik vevője." A tranzakció mindkét szinten kiegészítő, mivel a háziasszony feleletét szó szerint veszik, mintha egy Felnőtt kötne adásvételi szerződést.

A *dupla fenekű* rejtett tranzakcióban négy én-állapot vesz részt; rendszerint flörtjátszmákban fordul elő.



Tehenészfiú: “Jöjjön, nézze meg az istállót!”

Látogató: “Kislány korom óta imádom az istállókat.”

Mint az 5/b ábra mutatja, társadalmi szinten itt Felnőtt-beszélgetés folyik istállókról, pszichológiai szinten pedig Gyermek-beszélgetés szexjátékról. A felszínen úgy látszik, mintha a Felnőtt kezdeményezne, de mint a legtöbb játszmában, itt is a Gyermek határozza meg a kimenetelt, és a résztvevők meglepetésnek nézhetnek elébe.

A tranzakciókat tehát a következőképpen osztályozhatjuk: kiegészítő vagy keresztezett, és egyszerű vagy rejtett tranzakciók, a rejtetteket pedig tovább bonthatjuk szöget bezáró és duplafenekű típusra.

Harmadik fejezet

Eljárások és rituálék

A tranzakciók rendszerint sorozatban zajlanak le. A sorozatokat nem a véletlen állítja elő: programozottak. A programozás a következő három forrás egyikéből származhat: Szülőtől, Felnőttől vagy Gyermektől. Általánosabban fogalmazva: társadalomtól, anyagtól vagy idioszinkráziából. Mivel az alkalmazkodás megköveteli, hogy a Gyermeket mindaddig a Szülő vagy a Felnőtt oltalmazza, amíg ki nem tapasztalja a legkülönbözőbb társas helyzeteket, a Gyermektől eredő programozás a magánélet és az intimitás helyzeteiben bizonyul a legmegfelelőbbnek, itt ugyanis már megtörtént az előzetes kipróbálás.

A társas tevékenység legegyszerűbb formái az eljárások és a rituálék. Egyesek közülük egyetemesek, mások helyi jellegűek, de mindegyiküket meg kell tanulni. Az *eljárás* egyszerű kiegészítő Felnőtt-tranzakciók sorozata, amely a valóság kezelésére irányul. A valóság meghatározható úgy, mint aminek két dimenziója van: egy statikus és egy dinamikus. A *statikus valóság* magába foglalja az anyag összes lehetséges elrendezését a világegyetemben. Az aritmetika például a statikus valóságról tett megállapításokból áll. A *dinamikus*

valóság meghatározható úgy, mint az összes energiarendszer kölcsönhatás-lehetőségei a világegyetemben. A kémia például a dinamikus valóságról tett megállapításokat tartalmazza. Az eljárások a valóság *anyagával* kapcsolatos adatfeldolgozáson és valószínűségi számításokon alapulnak, és legmagasabb fokon a különböző szaktechnikákban érvényesülnek. A repülőgép vezetése és egy vakbél eltávolítása egyaránt eljárás. A pszichoterápia is eljárás oly mértékben, amennyiben a terapeutában levő Felnőtt ellenőrzése alatt folyik, és nem eljárás oly mértékben, amennyiben a Szülő vagy a Gyermeke veszi át a terapeutában a parancsnokságot. Az eljárás programozását, a cselekvő személy Felnőttjének becslései alapján, az anyag határozza meg.

Az eljárások értékelésekor két változót használunk. *Hatékony* az eljárás akkor, amikor a cselekvő személy a lehető legelőnyösebb módon használja fel a rendelkezésre álló adatokat és tapasztalatokat, eltekintve ismereteinek esetleges fogyatékosságaitól. Ha a Felnőtt adatfeldolgozási folyamatába belép a Szülő vagy a Gyermeke, az eljárás *szennyezett* lesz, és hatékonysága csökken. Az eljárás *hatékonysága* a tényleges eredmények alapján ítélt meg. A hatóerő pszichológiai, a hatékonyság anyagi ismérve. Egy trópusi szigeten a bennszülött segédorvos nagy gyakorlatra tett szert a hályogeltávolításban. Ami tudása volt, azt magas fokú hatóerővel működtette, de mivel kevesebbet tudott, mint az európai katonaeorvos, munkája nem volt ugyanolyan hatékony. Az európai erősen rákapott az ivásra, hatóereje ettől megfogyatkozott, de a hatékonysága nem csökkent azonnal. Csak amikor az évek múlásával remegni kezdett a keze, akkor kerekedett fölébe a segédorvos, nemcsak hatóerő, ha-

nem hatékonyság dolgában is. Látható ebből a példából, hogy mindkét változót az eljárások szakértője értékelheti a legjobban – a hatóerőt a cselekvő személlyel kötött ismeretség, a hatékonyságot pedig a tényleges eredmények tanulmányozása alapján.

Ebből a nézőpontból a *rituálé* külső társadalmi erők által beprogramozott egyszerű kiegészítő tranzakciók sztereotipizált sorozata. Az olyan fesztelen rituálé, mint például a búcsúzás egy társaságtól, részleteiben erős helyi eltéréseket mutathat, de alapvető formájában mindig azonos. Az olyan előírással rendelkező rituálé, mint például a római katolikus mise, sokkal kevesebb választási lehetőséget kínál. A rituálé formáját a hagyomány szülői úton szabja meg, de újabb keletű “szülői” befolyások köznapi esetekben hasonló, de kevésbé tartós hatást gyakorolhatnak. Néhány, történelmi vagy antropológiai szempontból különösen érdekes, előírással rendelkező rituálénak két fázisa van: 1. az a fázis, amikor a tranzakciók szigorú szülői cenzúra alatt folynak; 2. a szülőileg engedélyezett szabadság fázisa – ekkor a Gyermek többé vagy kevésbé teljes tranzakciós szabadságot élvez, ami aztán vad tobzódásba torkollik.

Számos előírással rendelkező rituálé erősen szennyezett, de meglehetősen hatékony eljárásként indult. Ahogyan az idő múlt, és a körülmények változtak, eljárásként minden érvényességét elvesztette, viszont megmaradt mint vallási hitből származó cselekmény. Tranzakciós nyelven: bűntudatot enyhítenek, vagy kielégülésre törekednek, és így teljesítik a hagyományos szülői kívánalmakat. Ezek az idő strukturálásának biztonságos, megnyugtató (apotropaikus) és nemegyszer élvezetes módját nyújtják.

Jó bevezetésül szolgálnak a játszmaelemzéshez a fesztelen rituálék; ezek közül is legtanulságosabbak az amerikai üdvözlési rituálék.

1A: “Üdv!” (Helló, jó reggelt!)

1B: “Üdv!” (Helló, jó reggelt!)

2A: “Meleg az van, mi?” (Hogy vagy?)

2B: “De milyen. Bár úgy néz ki, hogy esni fog.” (Jól. Te hogy vagy?)

3A: “Hát akkor vigyázz magadra!” (Rendben.)

3B: “ Majd látjuk egymást!”

4A: “Viszlát!”

4B: “Viszlát!”

Nyilvánvaló, hogy ennek a párbeszédnek nem az információcsere volt a célja. Ha van is információ, azt bölcsen visszatartják. A-nak tizenöt percébe is beletelne, ha elmondaná, hogy érzi magát, és B, aki csak alkalmi ismerős, nem szívesen szánna ennyi időt a meghallgatására. Ezt a tranzakciósorozatot megfelelő módon “nyolcsimogatásos rituálénak” nevezhetjük. Ha A és B nagy sietségben találkozna egymással, mindkettőjüket kielégítené egy kétsimogatásos “Üdv!” - “Üdv!”. Ha régimódi keleti hatalmasságok lennének, akár kétszáz simogatásos rituálét is végigcsinálhatnának, mielőtt rátérnének üzleti ügyeikre. A tranzakciós elemzés zsargonjában A és B kölcsönösen lendített valamelyest egymás egészségén; legalábbis pillanatnyilag “gerincagyuk nem fog kiszáradni”, és ezért mindegyikük hálás.

Ez a rituálé a két fél gondos, intuitív számításain alapul. Ismeretségüknek ezen a fókán felbecsülik, hogy minden ta-

lálkozáskor pontosan négy simogatással tartoznak egymásnak, éspedig nem gyakrabban, mint napjában egyszer. Ha röviddel – mondjuk félórával – találkozásuk után megint összeakadnak, de nincs új témájuk valamilyen tranzakcióhoz, akkor elhaladhatnak egymás mellett bármiféle jeladás nélkül, esetleg csak kis fej mozdulattal vagy egy odavetett “Üdv!-Üdv!” -vel jelzik, hogy észrevették egymást. Ezek a számítások nemcsak rövid szakaszokra, hanem több hónapos periódusokra is érvényesek. Nézzük most C és D urat, akik átlagosan naponta egyszer találkoznak, fejenként egy-egy simogatós “Üdv-Üdv”-öt váltanak egymással, és ki-ki megy a maga útjára. C egy hónapig szabadságon volt. A visszatérése utáni napon szokás szerint találkozik D-vel. Ha D ezúttal is csupán annyit mond, hogy “Üdv!”, C úgy érzi, hogy megbántották, és “a gerincagya egy cseppet kiszikkad”. Számításai szerint most körülbelül harminc simogatással tartoznak egymásnak. Ez besűríthető néhány tranzakcióba is, ha azok kellőképpen telítettek. Ha megfelelő a lejátszás, D oldalán megközelítőleg az alábbiak követik egymást (ahol is az “intenzitás” vagy “érdeklődés” minden egysége felér egy simogatással):

1D: “Üdv!” (1 egység.)

2D: “Rég nem láttam erre felé!” (2 egység.)

3D: “Óh, *csakugyan* elvolt? Merre járt?” (5 egység.)

4D: “*Ejha, ez nagyon érdekes. Hogy történt?*”
(7 egység.)

5D: “Hát mindenesetre remekül néz ki.” (4 egység.)

“A családjával együtt volt?” (4 egység.)

6D: “Hát örülök, hogy megint láttam.” (4 egység.)

7D: “Viszlát.” (1 egység.)

Mindez összesen 28 egységgel ajándékozza meg D-t. Ő is, C is tudja, hogy a hiányzó egységeket másnap pótolják, s így a számla jelenleg, gyakorlati szempontból, ki van egyenlítve. Két nappal később ismét visszatérnek majd a szokásos, kétsimogatásos “Üdv-Üdv” -höz. De most már mégis “jobban ismerik egymást”, azaz mindegyik tudja, hogy a másik komolyan vehető, ez pedig hasznosnak bizonyulhat, ha egyszer “társaságban” találkoznak.

Érdemes megnéznünk fordított esetet is. E és F két simogatásos “Üdv-Üdv” rituálét állított fel. Egy napon azután, ahelyett hogy a szokásos módon haladnának el egymás mellett. E megáll és megkérdezi: “Hogy van?” A beszélgetés így zajlik le:

1E: “Üdv!”

1F: “Üdv!”

2E: “Hogy van?”

2F: (Meglepődve) “Jól. És maga?”

3E: “Remekül. Szép meleg időnk van.”

3F: “Igen.” (*Óvatosan.*) “Bár mintha esőre állna.”

4E: “Örülök, hogy megint láttam.”

4F: “Én is. Sajnos mennem kell, nehogy a könyvtár bezárjon, mire odaérek. Viszlát.”

5E: “Viszlát.”

Miközben F elsiet, magában így morfondíroz: “Vajon mi ütött belé hirtelen? Talán biztosítási kötvényeket árul vagy valami efféle?” Tranzakciós nyelven: Ő mindössze egy simogatással tartozik nekem, miért ad ötöt?

Lássunk egy még egyszerűbb példát annak bizonyítására, hogy ezeknek az egyszerű rituáléknak a természete milyen

gyökeresen tranzakciós jellegű, üzletszerű. G azt mondja: “Üdv!”, és H válasz nélkül továbbmegy. G “Mi ütött belé?” reakciója ezt jelenti: “Kapott tőlem egy simogatást, és nem viszonzotta.” Ha H ezt más ismerőssel is elköveti, akkor szűkebb környezetében szóbeszéd tárgya lesz.

Határesetekben néha nehéz különbséget tenni eljárás és rituálé között. A laikus hajlamos arra, hogy a szakmai eljárásokat rituálénak nevezze, noha valójában minden tranzakció épülhet helytálló, sőt létfontosságú tapasztalatra, de a laikus képzettsége nem elegendő ahhoz, hogy ezt tisztán lássa. Megfordítva, a szakemberek hajlamosak rá, hogy ésszerűnek tüntessék fel az adott eljáráshoz még hozzátapadó ritualisztikus elemeket, és kézlegyintéssel intézzék el a laikusokat azon az alapon, hogy nincsenek szakismereteik. Betokosodott szakemberek néha éppen azzal akadályozzák meg valamilyen új, helytálló eljárás bevezetését, hogy rituáléként legyintenek rá. Lásd Semmelweis és más újítók sorsát.

Az eljárás és a rituálé lényegi és egyben rokon vonása, hogy mindkettő szetereotipizált. Ha elindult az első tranzakció, a rákövetkező sorozat már megjósolható; előre megszabott módon halad az előre meghatározott befejezés felé, hacsak nem merülnek fel rendkívüli körülmények. A kettő közötti különbség az előre meghatározottság eredetében keresendő: az eljárást a Felnőtt programozza be, a rituálé Szülői mintákat követ.

Az olyan egyének, akik nem járatosak a rituálékban, illetve valahogyan kényelmetlennek érzik őket, néha úgy kerülük ki a rituálét, hogy eljárással helyettesítik. Közéjük tartoznak például azok, akik mindig szívesen segítenek a háziasszonynak az ételek és italok elkészítésében és feltalálásában.

Negyedik fejezet

Időtöltések

Az időtöltések társadalmi és időbeli mátrixai nem egyformán összetettek, ezért bonyolultság dolgában is különböznek. Ha azonban a tranzakciót tekintjük a társas érintkezési egységének, akkor a megfelelő helyzetből kihámozhatjuk tulajdonságok olyan együttesét, amelyet egyszerű időtöltésnek nevezhetünk. Így határozhatjuk meg: egyetlen terület köré csoportosult, félig rituális, egyszerű, kiegészítő tranzakciók sorozata, amelynek elsődleges célja valamely időköz strukturálása. Az időköz kezdetét és végét tipikus eljárások vagy rituálék jelzik. A tranzakciókat folyvást úgy programozzák, hogy a szünet idején mindkét fél maximális nyereséghez vagy előnyhöz jusson. Minél jobban alkalmazkodik valaki, annál több előnyhöz jut.

Az időtöltéseket jellemzően vendégségben, “társas összejöveteleken” játsszák, vagy akkor, amikor valamilyen hivatalos találkozó előtt a kezdésre várnak; a találkozó “kezdeté” előtti várakozási szakasznak ugyanaz a struktúrája és a dinamikája, mint a “vendégségnek”. Az időtöltések öltetik a “terefere” néven leírt formát, de lehetnek komolyabbak, azaz vitázó jellegűek is. Egy nagyszabású koktélparti,

nemegyszer az időtöltések kiállítási csarnoka. A szoba egyik sarkában néhány ember “Szülői munkaközösséget” játszik, egy másik sarok a “Pszichiátria” fóruma, a harmadik a “Járt-e már. . .” vagy a “Mi lett. . .” színtere, a negyedik csoport “Autómárkákban” utazik, a büfét pedig “Konyhaművészetet” vagy “Divatbemutatót” játszani akaró nők szállják meg. A lejátászások az effajta összejöveteleken majdnem azonosak, csak imitt-amott változik egy-egy név, az adott körzetben pedig egyidejűleg tucatnyi hasonló összejöveten történik ugyanez. Más társadalmi rétegben, tucatnyi másféle összejöveten ezalatt másfajta időtöltéseket űznek.

Az időtöltéseket különbözőképpen osztályozhatjuk. A külső meghatározók szociológiai jellegűek (nem, kor, családi állapot, kulturális, faji vagy gazdasági helyzet). Az “Autómárkák” (kocsik összehasonlítása) és a “Ki győzött” (sport) egyaránt “Férfibesztélgetés”. A “Csemegeüzlet”, a “Konyhaművészet” és a “Divatbemutató” mind “Női beszéltetés”. A “Mustra” a serdülők időtöltése, a “Mérleg”-re való áttérés az érett kor beköszöntésére utal. Néhány fajta ugyanebből az osztályból, melyek mind a “Diskurálás” variációi: “Hogyan kell” (megcsinálni valamit) – kitűnő hézagpótló rövid repülőutakon; “Mennyi?” (az ára) – kedvenc időtöltés alsó középosztálybeli italmérésekben; “Járt-e már?” (valamilyen nosztalgiával átszőtt helyen) – középosztálybeli játszma “tapasztalt vén rókák”, például kereskedők körében; “Ismeri-e?” (ezt vagy azt) – magányosok időtöltése; “Mi lett?” (a jó öreg Joe-ból) – gyakran játsszák olyanok, akiket a gazdasági életben siker vagy kudarc ért; a “másnap reggel” (micsoda katzenjammer!) és

a “Martini” (én jobb receptet tudok) ambiciózus fiatal személyekre jellemző.

A strukturális-tranzakcionális osztályozás személyibb jellegű. Így a “Szülői munkaközösség” három szinten játszható. Gyermek—Gyermek szinten a “Hogyan intézed el a csökönyös Szülőt?” formát ölti; Felnőtt—Felnőtt változata, a tulajdonképpeni “Szülői munkaközösség” sokat olvasó fiatal anyák között népszerű; idősebb embereknél az “Ifjúkori bűnözés” képében könnyen ölt dogmatikus Szülő—Szülő alakot. Egyes házaspárok “Mondd meg nekik, drágámat” játszanak; a feleség itt Szülői jelenség, a férj viszont korarérett Gyerekként tűnik ki. Bármilyen korú emberek játszhatják a “Mama, nézd, milyen ügyes vagyok-ot”, ez is Gyermek-Szülő időtöltés, mely olykor bátortalanul beleilleszkedik az “Ugyan, pajtás, ez mesebeszéd !-be”.

Ennél is meggyőzőbb az időtöltések pszichológiai osztályozása. A “Szülői munkaközösséget” is, meg a “Pszichiátriát” is lehet például projektív vagy introjektív formában játszani. A projektív típusú “Szülői munkaközösség”, amelynek elemzése a *6/a ábrán* látható, a következő Szülő—Szülő paradigmára épül:

A: “Nem volna ennyi bűnözés, ha nem zilálódna szét annyi család.”

B: “Nem csak erről van szó. A gyerekeket manapság rendes családokban sem tanítják meg jó modorra, úgy, ahogyan régen.”

Az introjektív típusú “Szülői munkaközösség” lejátszása (Felnőtt—Felnőtt) a következő:

C: “Úgy látszik, belőlem hiányoznak az igazi anyai adottságok.”

D: “Teljesen mindegy, akárhogy próbálsz, sohasem lesz belőlük olyan ember, amilyent te szeretnél; csak állandóan törheted a fejed, hogy jól csinálod-e, mit rontottál el?”

A projektív típusú “Pszichiátria” a következő Felnőtt—Felnőtt formát ölti:

E: “Úgy vélem, valamilyen tudattalan orális frusztráció miatt cselékszik így.”

F: “Azt hiszem, remekül szublimáltad az agresszióidat.”

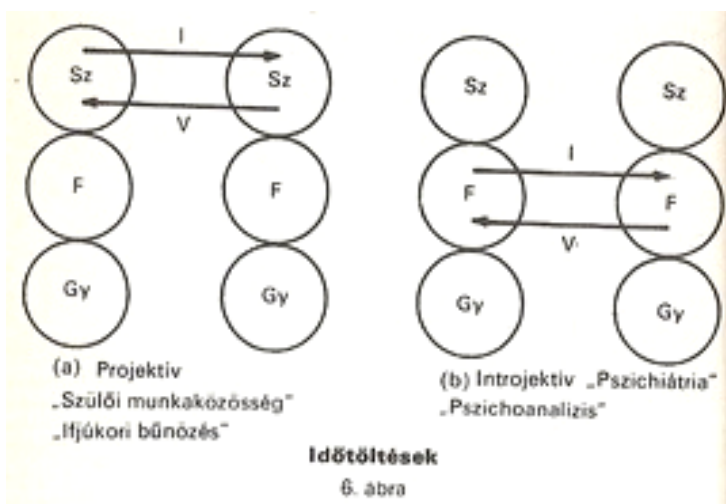
A 6/b ábrán az introjektív típusú “Pszichiátria” látható, ez is Felnőtt—Felnőtt időtöltés.

G: “Nekem ez a festmény olyan, mintha csak szétkenték volna a festéket”.

H: “Nálam a festészet azt jelenti, hogy megpróbálok az apám kedvében járni.”

Az időtöltések strukturálják az időt, kölcsönösen elfogadható simogatásokat nyújtanak az érdekelt feleknek, de van még egy funkciójuk: elvégzik a társadalmi kiválogatás műveletét is. Folyik az időtöltés, s közben a játékosban lakozó Gyermekek körültekintően felbecsüli a többi személyben rejlő lehetőségeket. Mire a mulatság véget ér, mindenki kiszemelt néhány olyan játékos, akivel a jövőben is szeretne találkozni, másokat viszont kiselejtezik – függetlenül attól,

hogy milyen ügyesen vagy kellemesen vettek részt az időtöltésben. Azokat választja ki, akiről leginkább feltételezhető, hogy majd bonyolultabb viszonylatokba – vagyis játszmákba – is be tudnak illeszkedni. Bármennyire ésszerűen működik is a kiválasztási rendszer, valójában nagyobbrészt tudattalan és intuitív.



Különleges esetekben a kiválasztási folyamat során a Felnőtt lehenyerli a Gyermeket. Tiszta képlete ennek a biztosítási ügynök, aki alaposan kitanulta a társadalmi időtöltéseket. Miközben játszik, Felnőtt énje kitapogatja a várható üzletfeleket, és ugyanúgy válogatja ki őket a játékosok közül, mintha máskor is szeretne velük összejönni. A kiszemelés szempontjából közömbös az illető játszmakészsége vagy

szeretetreméltósága, mivel a kiválasztási folyamat többnyire periferikus tényezőkre, jelen esetben vásárlóerőre épül.

Az időtöltések egyik sajátos vonása a zártkörűség. Például a “Férfibeszélgetés” és a “Női beszélgetés” sohasem keveredik össze. A kemény “Járt-e már” (valahol) játékosokat nagyon bosszantja az a betolakodó, aki azt akarja játszani, hogy “Mennyibe került” (az avokádó), vagy hogy “Másnap reggel” (mi volt). A projektív “Szülői munkaközösség” játékosai rossz néven veszik az introjektív “Szülői munkaközösség” benyomulását, de általában nem annyira, mint egy másik időtöltését.

Az időtöltések alapul szolgálnak az ismerősök kiválogatásához, és barátsághoz is vezethetnek. Ha néhány asszony délelőttönként rendszeresen betér egymáshoz egy csésze kávéra azért, hogy “Kötelességmulasztó férjet” játsszék, valószínűleg hideg fogadtatásban részesíti azt az új szomszéd-asszonyt, aki “Nézzük a jó oldalát ist” akar játszani. Ha arról beszélgetnek, hogy milyen fősvény a férjük, nagyon zavarólag hat a jövevény, aki kijelenti, hogy neki remek férje van, sőt egyenesen tökéletes; az ilyent hamar kiebrudalják. Ha egy koktélpartin valaki az egyik saroktársaságot fel akarja cserélni egy másikkal, be kell kapcsolódnia az új körben játszott időtöltésbe, vagy pedig sikeresen új mederbe kell terelnie az egész folyamatot. A jó háziasszony természetesen azonnal átlátja a helyzetet, és közli a programot: “Éppen projektív »Szülői Munkaközösséget« játszunk. Magának mi a véleménye?” Vagy: “Nos, lányok, most már eleget játszottatok »Divatbemutatót«. Ez itt J. úr, aki író/politikus/sebész, és bizonyára szívesen játszana »Nézd, milyen ügyes vagyokot«. Nem igaz, J. úr?”

Az időtöltésekből még egy fontos előny származik: a szerep megerősítése, a beállítottság megszilárdítása. A *szerp* olyasvalami, amit Jung maszknak (persona) nevez, azzal a különbséggel, hogy kevésbé opportunistá tartalmú és mélyebben gyökerezik az egyén fantáziájában. Így a projektív “Szülői munkaközösségben” az egyik játékos az erős kezű Szülő, a másik az igazságos Szülő, a harmadik az elnéző Szülő, a negyedik pedig a segítőkész Szülő szerepét választhatja. Mindegyik Szülő én-állapotot él át és nyilvánít ki, de mindegyikük másképpen mutatkozik meg. A négy szerep bármelyike megerősítést nyer, ha túlsúlyba kerül – azaz olyankor, ha nem talál szembenállásra, olyankor, ha a szembenállás éppen hogy megszilárdítja, vagy olyankor, ha bizonyos típusú emberek simogatással fejezik ki helyeslésüket.

A szerep megerősítése megszilárdítja az egyén *beállítottságát*; ezt nevezzük az időtöltésből származó *egzisztenciális* előnynek. A beállítottság egyszerű állító kijelentés, amely az egyén összes tranzakcióját befolyásolja; hosszú távon ez határozza meg a sorsát, sőt gyakran az utódaiét is. A beállítottság lehet többé vagy kevésbé abszolút. A projektív “Szülői munkaközösséget” a következő jellegzetes beállítottságok alapján lehet játszani: “Minden gyerek rossz!”, “A többi gyerekek mind rosszak!”, “Minden gyerek szomorú”, “Az összes gyereket gyötrik”. A megfelelő beállítottság kiválthatja az erős kezű, az igazságos, az elnéző és a segítőkész Szülő szerepének a kialakulását. Voltaképpen a beállítottság elsődlegesen a belőle fakadó szellemi *attitűd*-ben nyilvánul meg, és az egyén ezzel az attitűddel kezd bele a szerepét alkotó tranzakciókba.

A beállítottság meglepően korán kialakul és rögzül: a második, sőt akár az első és a hetedik életév között – mindenképpen sokkal korábban, mint amikor az egyén eléggé értelmes vagy tapasztalt ahhoz, hogy komoly elkötelezettséget vállaljon. A beállítottságból könnyen visszakövetkeztethetünk az illető gyermekkorára. Hacsak valami vagy valaki közbe nem jön, az ember egész hátralevő életét azzal tölti, hogy megszilárdítsa beállítottságát, és megbirkózzék az olyan helyzetekkel, melyek azt fenyegetik: elkerüli őket, bizonyos elemeket kivéd, vagy pedig kihívó módon úgy forgatja őket, hogy fenyegetésből igazolássá váljanak. Az időtöltések részben azért sztereotip jellegűek, mert ilyen sztereotipizált célokat szolgálnak. Az általuk kínált nyereség rávilágít, miért játsszák az emberek oly buzgón az időtöltéseket, és miért válnak az időtöltések roppant kellemessé, ha olyan emberekkel játsszák őket, akik konstruktív vagy jóakaratú beállítottságot akarnak megőrizni.

Az időtöltést néha nehéz megkülönböztetni a tevékenységtől; gyakran előadódnak kombinációk. Nem egy mindennapos időtöltés, mint például az “Autómárkák”, olyan párbeszédkekből áll, amit a pszichológusok “Többféleképpen befejezhető ügyletnek” neveznek.

A: “Én azért szeretem jobban a Fordot/Chevroletet/Plymoutht, mint a Fordot/ Chevroletet/ Plymoutht, mert. . .”

B: “Jé! Én meg azért szeretnék jobban egy Fordot/Chevroletet/Plymoutht, mint egy Fordot/Chevroletet/Plymoutht, mert. . .”

Nyilvánvaló, hogy az ilyen sztereotípiák is közvetíthetnek hasznos információt.

Megemlíthetünk még néhány közkeletű időtöltést. Az “Én is” gyakran a “Hát nem borzasztó” változata. A “Miért nem csinálnak már valamit?” (ebben az ügyben) olyan házi-asszonyok kedvence, akik nem óhajtják a teljes női egyenjogúságot. Az “Akkor mi meg. . .” Gyermek—Gyermek időtöltés. A “Csináljunk már valamit!” fiatalok és rosszban sántikáló felnőttek időtöltése.

Ötödik fejezet

Játszmák

1. Meghatározás

A játszma kiegészítő, rejtett tranzakciók folyamatos sorozata, amely pontosan meghatározott, előre látható kimenetel felé halad. Leíró módon: nemegyszer ismétlődésekbe bocsátkozó, a felszínen hitelt érdemlő, rejtett indítékú tranzakciók ismétlődő készlete. Köznapiabb nyelven: csapdás vagy “trükkös” lépések sorozata. A játszmákat két fő ismertetőjegy világosan elkülöníti az eljárásoktól, a rituálétól és az időtöltésektől: 1. a rejtett jelleg és 2. a nyereség. Az eljárások lehetnek sikeresek, a rituálék hatékonyak, az időtöltések hasznot hajtók, de meghatározásánál fogva mind a három nyílt; járhatnak versengéssel, de sohasem konfliktussal, a befejezés lehet feltűnést keltő, de sohasem drámai. Ezzel szemben minden játszma alapvetően tisztességtelen, kimenetele pedig nem csupán izgalmas, hanem drámai jellegű.

Végezetül a játszmákat meg kell különböztetnünk a társas cselekvés egyetlen hátralevő, eddig még nem érintett típusától, a művelettől is. A *művelet* olyan egyszerű tranzakció vagy tranzakciókészlet, amelyet valamely specifikus, tisztázott cél érdekében kezdeményeznek. Ha valaki leplezetlenül bátorításért fordul valakihez, és azt megkapja, ez művelet.

Ha valaki bátorítást kér, s miután megkapta, azt valamilyen módon a bátorító ellen fordítja, ez játszma. Felszínesen a játszma műveletek együttesének látszik, de a nyereség nyilvánvalóvá teszi, hogy ezek a “műveletek” valójában *manőverek* voltak; nem becsületes kérések, hanem egy játszma lépései.

A “biztosítási játszmában” például a cselekvő személy, ha kemény játékos – függetlenül attól, hogy látszólag mit tesz a beszélgetésben –, valójában a lehetséges üzletfél megszerzésén dolgozik. Ha beleváló ügynök, akkor az hajtja, hogy minél jobb fogást csináljon. Ugyanez érvényes az “ingatlan-játszmára”, a “pizsama-játszmára” és a hasonló foglalatosságokra. Amikor a kereskedő egy társas összejevetelen részt vesz valamilyen időtöltésben – különösen amikor a “Mérleg” változataiban –, látszólag ugyanazt teszi, mint a többiek; valójában ügyes manővereinek sorozatát álcázza. Segítségükkel kihalássza azt az információt, amelyben szakmailag érdekelt. Tucatnyi kereskedelmi folyóirat foglalkozik a kereskedői manőverek tökéletesítésével, számol be olvasóinak a kiemelkedő játékosokról és játszmákról (szokatlanul nagy ügyleteket lebonyolító, érdekes tőzsespekulánsokról). Tranzakciós nézőpontból ezek a folyóiratok csupán a *Képes Sport*, a *Sakkvilág* és más sportmagazinok változatai.

Ami a szögletes tranzakciókat, e Felnőtt-felügyelet alatt tudatosan, szakmai tökélyel, maximális nyereség céljából megtervezett játszmákat illeti, a századelőn virágzó, nagyszabású “szélhámos-játszmákat” aligha lehet túlszárnyalni részletesen kidolgozott, gyakorlati megtervezettségük és pszichológiai virtuozitásuk dolgában.¹

Bennünket azonban most az ártatlan emberek öntudatlan játszmái érdekelnek, melyeket kettős tranzakciókban bonyolítanak, anélkül hogy ennek teljesen tudatában lennének; világsszerte ezek képezik a társasági élet legfontosabb oldalát. Dinamikus tulajdonságai miatt a játszmát könnyű megkülönböztetni a pusztán statikus *attitűdöktől*, amelyek a beállítottságból erednek.

Ne vezessen félre bennünket a “játszma” szó használata. Mint a bevezetésben már szó esett róla, a játszmának nem szükségképpen része a szórakozás vagy akár az élvezet. Számos kereskedő nem tekinti szórakozásnak a munkáját, mint ahogyan ez Arthur Miller *Az ügynök halála* című darabjából is kitűnik. A komolyság hiánya sem szükségszerű velejárója a játszmának. A futballmérkőzéseket mostanában igen komolyan veszik, de nem komolyabban, mint az “Alkoholista” vagy a harmadfokú “Megerőszakolódsdi” típusú tranzakciós játszmákat.

Ugyanez vonatkozik a “játék” szóra is; bárki bizonyíthatja, aki hosszabb ideig vad póker-“játékos” volt, vagy “játszott” a tőzsdén. Az antropológusok jól tudják, hogy a játszmák és a játék, valamint az eredményük igen komoly lehet. A valaha ismert legbonyolultabb játszma, az “Udvaronc” – amit Stendhal oly kitűnően ír le *A párizsi kolostorban* –, halálosan komoly volt. Természetesen mind között a legkegyetlenebb a “Háború”.

2. Egy tipikus játszma

A házastársak közötti leggyakoribb játszmát köznapi nyelven “Ha te nem lennél-nek” nevezzük; ezt fogjuk felhasználni a játszmák jellegzetes vonásainak illusztrálására, általában.

Fehérné arról panaszkodott, hogy férje erősen korlátozza társadalmi tevékenységében, és ezért sohasem tanult meg táncolni. A pszichiátriai kezelés változásokat idézett elő atitúdjében, ennek következtében férje veszített magabiztosságából és elnézőbb lett. Fehérné most már szabadon ki szélesíthette működési terepét. Táncanfolyamra iratkozott be, és ekkor, legnagyobb kétségbeesésére, rájött, hogy betegesen fél a táncparkettől: fel kellett hagynia tervével.

Ez és még néhány hasonló jellegű szerencsétlen kaland lemeztelenítette házassága szerkezetének néhány fontos alkat-elemét. Számos kérője közül egy uralkodni vágyó férfit választott ki férjül. Ezzel olyan helyzetbe hozta magát, hogy elpanaszolhatta: “ha ő nem lenne”, mindenféle dolgot csinálhatna. Barátnői közül is többnek uralkodni vágyó férje volt, és amikor délelőtt összeültek egy kis kávézásra, idejük zömét a “Ha ő nem lenne” játszására fordították.

Kiderült azonban, hogy – panaszaival ellentétben – férje voltaképpen szolgálatot tett neki, amikor eltiltotta attól, amitől a lelke mélyén félt; azzal, hogy akadályozta a feleségét valamiben, valójában megkímélte attól, hogy tudatára ébredjen félelmeinek. A Fehérnében lakozó Gyermekek, részben ezért, ravasz módon ilyenfajta férjet választott magának.

De még más egyébről is szó volt. A férj tilalmai és a fele-

ség panaszai gyakran veszekedéshez vezettek, és ennek következtében szexuális életük erősen megromlott. A férj, büntudatból, gyakran érkezett soron kívüli ajándékokkal; amikor több szabadságot adott az asszonynak, az ajándékok szegényesebbek és ritkábbak lettek. Feleség és férj kevés közös témát talált a háztartási gondokon és a gyerekeken kívül, így a veszekedések fontos eseménnyé nőttek; inkább csak ilyen alkalmakkor zajlott le közöttük több, mint felszínes beszélgetés. Az asszony számára a házaselet mindenestre bebizonyította azt, amit mindig is állított, nevezetesen, hogy minden férfi fösvény és zsarnok. Mint kiderült, attitűdje egy bizonyos korábbi éberálommal függött össze – azzal, hogy megerőszakolják –, és ez éveken át nem hagyta nyugodni.

Általános fogalmakban többféle módon is leírhatjuk ezt a játszmat, de egyvalami kétségtelen: a *társas dinamika* tág területébe tartozik. Az alapvető tény az, hogy házasságuk megkötésével Fehér és Fehérné lehetőséget kaptak az egymással való kommunikálásra; az ilyen lehetőséget *társas kontaktusnak* nevezhetjük. Az a tény, hogy élnek ezzel a lehetőséggel, háztartásukat társas együttesé teszi, szemben például a New York-i földalatti egyik kocsiával, ahol az emberek térbeli kontaktusban vannak, de ritkán ragadják meg ezt az alkalmat arra, hogy szociális együttest alkossanak. Az a hatás, amelyet Fehérék egymás magatartására és reakcióira gyakorolnak: *társas cselekvés*. A különböző tudományágak különböző nézőpontból vizsgálnák az ilyen társas cselekvést. Tekintve, hogy bennünket most a személyes történetek és az érintett egyének pszichodinamikája érdekel, megközelítési módunk a *szociálpszichiátia* egyik oldalát al-

kotja; bizonyos értelemben, implicit vagy explicit módon, a tanulmányozott játszma “egészségességét” ítéljük meg. Ez kicsit más, mint a szociológia és a szociálpszichológia semlegesebb és kevésbé elkötelezett attitűdje. A pszichiátria fenntartja magának a jogot, hogy így szólhasson: “Álljunk meg egy pillanatra!” Más tudományágak ezt nem teszik. A tranzakcionális elemzés szociálpszichiátria egyik ága, a játszmaelemzés pedig a tranzakcionális elemzés egyik sajátos oldala.

A gyakorlati játszmaelemzés az egyes helyzetekben felmerülő különleges esetekkel foglalkozik. Az elméleti játszmaelemzés megpróbálja elvonatkoztatni és általánosítani a különféle játszmák sajátosságait, hogy ily módon pillanatnyi nyelvi tartalmuktól és kulturális mintájuktól függetlenül is felismerhetővé tegye őket. A “Ha te nem lennél” játszma házassági típusáról adott elméleti elemzésnek például könnyen felismerhetővé kell tennie a játszma jellegzetes vonásait, akár Új-Guinea egyik dzsungelfalujában, akár egy manhattani felhőkarcoló tetejére épült házikóban játsszák; akár esküvői ebédről, akár arról az összegről van szó, amelyből horgászbótot kellene venni az unokáknak; tekintet nélkül arra, hogy – a férj és feleség közötti őszinteség fokának megfelelően – mennyire nyíltan vagy cselesen tesz meg a lépéseket. A szociológiára és az antropológiára tartozik az a kérdés, hogy mennyire *elterjedt* az adott játszma egy bizonyos társadalomban. A játszmaelemzést mint a szociálpszichiátria részét csupán az érdekli, hogy leírhasson egy-egy előforduló játszmát, függetlenül annak gyakoriságától. Ez a különbségtétel nem teljes, hasonlít a közegészségügy és a belgyógyászat közötti különbségtételre; az előb-

bit a malária elterjedtsége érdekli, az utóbbi viszont maláriaeseteket tanulmányoz, úgy, ahogyan szembekerül velük, az őserdőben vagy Manhattanben.

Pillanatnyilag az alábbiakban vázolt séma látszik leghasználhatóbbnak az elméleti játszmaelemzésben, de nem is kétséges, hogy ismeretanyagunk növekedtével javításra szorul majd. Először is meg kell állapítanunk, hogy a manőverek bizonyos egymásra következése kimeríti-e a játszma kritériumát. Ezután annyi mintát gyűjtünk össze az adott játszma-ból, amennyi csak lehetséges. Elkülönítjük a szignifikáns vonásokat. Bizonyos oldalakról kiderül, hogy a lényeghez tartoznak. Ezeket rubrikákba soroljuk, úgy, hogy azok – a tudomány jelenlegi állása szerint – a lehető legtöbbet mondják, és a lehető legtanulságosabban a jelenség szempontjából. Az elemzést mindig annak a szemszögéből végezzük, aki az “alany” – jelen esetben Fehérné.

Tézis: Ez a játszma általános leírása, amely tartalmazza az események közvetlen egymásra következését (társadalmi szint) és információt azok pszichológiai háttéréről, fejlődéséről és jelentőségéről (pszichológiai szint). A “Ha te nem lennél” játszma házassági típusának esetében elegendőek lesznek a már megadott részletek.

Antitézis: Bizonyos egymásra következés játszmaként való felfogása mindaddig csak kísérleti jellegű feltételezés, ameddig egzisztenciális síkon nem nyer hitelesítést. A hitelesítés kétféle módon történik: vagy úgy, hogy visszautasítják a játékot, vagy úgy, hogy jutányosabb lesz a nyereség. Az, aki “tárgy”, ebben az esetben energikusabb erőfeszítéseket fog tenni a játszma folytatására. A részvétel merev visszautasítása vagy a nyereség elértéktelenedése esetén az illető a

“kétségbeesésnek” nevezett állapotba zuhan, amely bizonyos értelemben hasonlít a depresszióhoz, de több jelentős vonatkozásban különbözik tőle. Akutabb, és nem mentes a frusztráció és a zavarodottság elemeitől. Megnyilvánulhat például úgy is, hogy az illető kínos zavarában sírni kezd. Sikeres terápiás helyzetben ezt hamarosan jókedvű nevetés válthatja fel, amely tartalmazhatja azt a Felnőtt felismerést, hogy “Már megint beleestem!”. Vagyis a kétségbeesés a Felnőtt ügye, míg a depresszióban a Gyermeké a parancsnokság. A reménykedés, a lelkesedés, a környezet iránti élénk érdeklődés ellentétes a depresszióval; a nevetés ellentétes a kétségbeeséssel. Ez a forrása a terápiás játszmaelemzés élvezetességének. A “Ha te nem lennél” antitézise az engedékenység. A játszma addig folytatódhat, ameddig a férj tilt. Ha ahelyett, hogy “Ne merészd!”, azt mondja, hogy “Csak rajta!”, a mélyben húzódó beteges félelmek felszínre kerülnek, és a “feleség nem támadhat többé a férj ellen, mint ezt Fehérné esete szemléltette.

Ahhoz, hogy a játszmát világosan értsük, ismernünk kell az antitézisé, és annak hatékonyságát a gyakorlatban kell bizonyítanunk.

Célzat: Itt egyszerűen megállapítjuk, hogy mi a játszma általános célja. Néha alternatívák adódnak. A “Ha te nem lennél” célzata meghatározható úgy is, hogy önbátorítás (“Nem arról van szó, hogy félek, hanem arról, hogy ő nem enged”), úgy is, hogy önigazolás (“Nem arról van szó, hogy nem próbálom meg, hanem arról, hogy ő visszatart tőle”). Az önbátorítási funkciót könnyebb tisztázni, és jobban összhangban áll a feleség biztonságigényével: a “Ha te nem lennél” játszma célzatát ezért az önbátorításban látják.

Szerepek: Mint korábban már megjegyeztük, az én-állapotok nem szerepek, hanem jelenségek. Ezért a formális leírásnak különbséget kell tennie az én-állapotok és a szerepek között. A kínálkozó szerepek számától függően a játszmákat kétszemélyes, háromszemélyes, sokszemélyes stb. játszmaként írhatjuk le. Az egyes játékosok én-állapota és szerepe néha egybevágh, néha nem.

A “Ha te nem lennél” kétszemélyes játszma: szabadságában korlátozott feleséget és uralkodni vágyó férjet igényel. A feleség eljátszhatja a maga szerepét akár bölcs Felnőttként (“Legjobb lesz, ha úgy teszek, ahogyan ő mondja”), akár nyugösködő Gyermekként. Az uralkodni vágyó férj megőrizhet egy Felnőtt én-állapotot (“Legjobban jársz, ha úgy teszel, ahogyan én mondom”), vagy átcúsíthat a Szülőébe (“Kikapsz, ha nem azt csinálod, amit mondok”).

Dinamika: Amikor meg akarjuk jelölni az adott játszma mögött működő dinamikus hajtóerőket, több változat is lehetséges. Rendszerint kiválasztható azonban egyetlen olyan pszichodinamikus fogalom, amely hasznosan, találóan és kellő jelentéstartalommal jellemzi a helyzetet. Így a “Ha te nem lennél-t” akkor írjuk le a legjobban, ha főbikus forrásokból vezetjük le.

Példák: Igen tanulságos a játszma gyermekkori eredetét vagy annak infantilis prototípusait tanulmányozni, ezért a formális leírás során érdemes a közös gyökerek után kutatnunk. Előfordul, hogy a “Ha te nem lennél-t” éppoly gyakran játsszák kisgyermek, mint felnőttek, így a gyermekkori változat azonos a későbbivel; a tényleges szülőt a korlátokat állító férj helyettesíti.

Tranzakciósparadigma: Egy-egy tipikus helyzet tranzak-

ciós bemutatásakor feltüntetjük a sokat eláruló; rejtett tranzakció társadalmi és pszichológiai szintjét. A “Ha te nem lennél” legdrámaibb formája társadalmi szinten Szülő—Gyermek játszma.

Fehér: “Maradj itthon, és ügyelj a házra.”

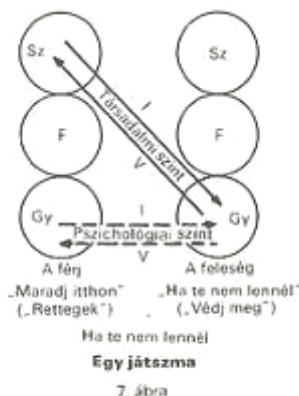
Fehérné: “Ha te nem lennél, elmehetnék egy kicsit szórakozni.”

Pszichológiai szinten, a rejtett házassági szerződés szintjén a viszonylat Gyermek—Gyermek jellegű, és egészen más tartalmú.

Fehér: “Te mindig legyél itt, ha én hazajövök. Rettegek attól, hogy elhagynak.”

Fehérné: “Itt is leszek, ha segítesz abban, hogy elkerüljem a főbikus helyzeteket.”

A két szintet a 7. ábra szemlélteti.



Lépések: Egy-egy játszma lépései nagyjából megfelelnek egy-egy rituálé simogatásainak. A játékosokat, mint minden játszmában, a gyakorlat itt is egyre ügyesebbé teszi. A fölösleges lépéseket kiküszöbölik, és minden lépésben egyre több célzat tömörül. “Gyönyörű barátságok” gyakran azon alapulnak, hogy a játékosok igen gazdaságosan, nagy megelégedéssel egészítik ki egymást; játszmáikat maximális nyereséggel és minimális erőfeszítéssel játsszák. Bizonyos közvetítő, óvatossági vagy engedményes lépések kimaradhatnak, és ez igen elegánssá teszi a kapcsolatot. A védekező manővereken megtakarított erőfeszítést díszítésre, cifrázásra pazarolhatják – mindkét fél s nemegyszer a nézők gyönyörűségére. A megfigyelő tapasztalhatja, hogy a játszma kibontakozásához minimális számú lépésre van szükség, ezeket könnyű jegyzőkönyvben rögzíteni. Egyes játékosok, igényeiknek, tehetségüknek vagy vágyaiknak megfelelően, színesebbé teszik vagy megsokszorozzák ezeket az alapvető lépéseket. A”Ha te nem lennél” kerete a következő:

1. Utasítás — Engedelmesség (“Maradj itthon” — ”Rendben van”).

2. Utasítás — Tiltakozás (“Maradj itthon megint” — “Ha te nem lennél”).

Előnyök: A játszma általános előnye: stabilizáló (homeosztatisztikus) szerepe. A biológiai homeosztázisnak a simogatás kedvez, a pszichológiai stabilitást pedig a beállítottság megszilárdulása fokozza. Mint már említettük, a simogatás különböző formákat ölthet, így a játszma *biológiai előnyeit* tapasztalással kapcsolatos fogalmakban is rögzíthetjük. Így a férj szerepe a “Ha te nem lennél-ben” visszakézből adott

pofonra emlékeztet (aminek egészen más a hatása, mint a tenyérrel adott pofonnak: az félreérthetetlen megalázás), a feleség válasza pedig olyan, mint amikor ingerülten sípcson-ton rúgnak valakit. A “Ha te nem lennél” biológiai haszna tehát az ellenségeskedés-nyűgösködés cserekapcsolatból származik: lehangoló, de láthatólag eredményes módja annak, hogy az idegszövetek épsége megmaradjon.

A játzmából fakadó *egzisztenciális előny*: a feleség beállítottságának – “Minden férfi zsarnok” – megszilárdulása. Ez a beállítottság válasz az alárendelődés szükségletére, amely minden főbiának eleme; az összefüggés megvilágítja a koherens szerkezetet, minden játszma alapját. Terjedelmesebb változatban a megállapítás így hangzana: “Ha egyedül találnám magam egy tömegben, azonnal elfogna a kísértés, hogy megadjam magam; odahaza nem adom meg magam: ő kényszerít, s ez csak azt bizonyítja, hogy minden férfi zsarnok.” Ezért játsszák ezt a játszmát olyan asszonyok, akik valószerűtlenségi érzésektől szenvednek; ez azt jelenti, hogy erős kísértés helyzetében nehezen tudják megtartani Felnőtt én-állapotukat irányító helyzetében. Ezeknek a mechanizmusoknak a részletesebb megvilágítása inkább a pszichoanalízisre tartozik, mint a játszmaelemzésre. A játszma elemzést főként a végtermék érdekli.

A játszma *belső pszichológiai előnye*: a pszichikus háztartásra (libidóra) gyakorolt közvetlen hatás. A “Ha te nem lennél-ben” a férj tekintélyének való, társadalmilag elfogadható alárendelődés megkíméli az asszonyt neurotikus félelmek elszenvedésétől. Ugyanakkor, amennyiben vannak, mazochisztikus szükségleteket is kielégít. A mazochizmust itt nem az önmegtagadás értelmében használjuk, hanem

klasszikus jelentésében: szexuális izgalom a megfosztottság, megalázás vagy fájdalom helyzeteiben. Vagyis az asszony serkentést érez arra, hogy megfosszák valamitől, és uralkodjanak rajta.

A külső pszichológiai előny: a rettegett helyzet elkerülése a játszma révén. Ez különösen nyilvánvaló a “Ha te nem lennélben”, amelyben a legfontosabb indíték: a férj szabta korlátozásokat elfogadva a feleség elkerüli azokat a nyilvános helyzeteket, amelyektől fél.

A belső társadalmi előny: pontosan az, amit a játszma elnevezése kifejez, a játékos ezt adja tudtára szűkebb baráti körének. Az engedelmesség feljogosítja a feleséget annak mondogatására: “Ha ő nem lenne.” Ez strukturálja azt az időt, amelyet férjével kell töltenie. Fehérné esetében ez a struktúraigény – egyéb közös érdeklődés híján – különösen erős, fokozottan az volt gyermekeik megérkezése előtt és felnövekedésük után. A közbülső időben a játszmát kevésbé intenzíven és ritkábban játszották, mivel a gyermekek betöltötték szokásos szerepüket: strukturálták az időt szüleik számára, és szállították anyjuknak a “Ha te nem lennél” még elterjedtebb változatát, “Az elfoglalt háziasszonyt”. Az a tény, hogy Amerikában a fiatal anyák gyakran valóban nagyon elfoglaltak, mit sem változtat ennek a változatnak az elemzésén. A játszmaelemzés csupán a következő kérdésre igyekszik előítélet-mentesen választ adni: ha a fiatalasszony valóban elfoglalt, vajon hogyan aknázza majd ki elfoglaltságát abból a célból, hogy némi ellenszolgáltatást kapjon érte?

A külső társadalmi előny: az, amit az illető a helyzetből külső társadalmi kapcsolataiban hasznosít. Az a játszma,

amelyben a feleség mondja a férjnek, hogy “Ha te nem lennél”, átalakulhat a “Ha ő nem lenne” időtöltéssé; ezt játssza az asszony, amikor délelőtt összeül kávézni a barát-nőivel. Ismét látható, hogyan hatnak ki a játszmák a társak kiválasztására. Amikor az új szomszédasszonyt meghívják egy csésze kávéra, “Ha ő nem lenne” játszmára invitálják. Ha tűrhető módon játssza, hamarosan kebelbarátja lesz a régi játékosoknak, amennyiben a többi tényezők is azonosak. Ha nem megy bele a játszmába, és kitart amellett, hogy az ő férje jószívű, nem sokáig marad a körükben. Helyzete olyasféle lesz, mintha koktélpartikon következetesen elzárkózna az ivás elől – a legtöbb társaságban fokozatosan ki-kopna a meghívottak listájáról.

Ezzel teljessé lett a “Ha te nem lennél” formai vonásainak elemzése. Ha a folyamatot még tovább kívánjuk boncolni, forduljunk az “És miért nem? . . . – Hát igen, de. . . “ ábrázolásához. Ez világszerte a leggyakoribb játszma társas összejöveteleken, bizottsági üléseken és pszichoterápiás csoportokban.

3. A játszmák keletkezése

Szempontunkból a gyermeknevelést képzési folyamatnak tekinthetjük, amelynek során a gyermeket megtanítják arra, hogy milyen játszmákat játsszon, és hogyan játssza azokat. Megtanítják ezenkívül az adott társadalmon belüli helyzetének megfelelő eljárásokra, rituálékra és időtöltésekre, de ezeknek kisebb a jelentőségük. Az, hogy milyen jól ismeri és milyen ügyesen gyakorolja az eljárásokat, rituálékat és idő-

töltéseket, meghatározza, hogy milyen lehetőségek kínálnak majd a számára – egyébként azonos feltételek mellett. Játszmái azonban meghatározzák, hogyan fog élni ezekkel a lehetőségekkel, és milyen kimenetelűek lesznek a számára adódó élethelyzetek. Forgatókönyvének, tudattan életervének elemeként kedvelt játszmái meghatározzák (megint csak azonos feltételek mellett) végső sorsát is: házasságának és pályafutásának végeredményét és a halálát övező mozzanatokot.

A lelkiismeretes szülők nagy odaadással tanítják meg gyermekeiket az életkori szakaszaiknak megfelelő eljárásokra, rituálékra és időtöltésekre; nem kisebb gonddal választják ki azokat az iskolákat, kollégiumokat és egyházakat, amelyek az ő tanításaikat erősítik meg, ugyanakkor könnyedén mellőzik a játszmák problémáját, holott a játszmákból tevődik össze minden család érzelmi életének alapvető struktúrája. A játszmákat a gyermekek néhány hónapos kortól kezdve alapvető mindennapi tapasztalatokban sajátítják el. Több ezer éve esik már szó ilyen kérdésekről, de meglehetősen általános, rendszertelen módon. A modern ortopszichiátriai irodalomban találkozunk módszeresebb megközelítési kísérletekkel, a játszma fogalma nélkül azonban csekély lehetőség van, az ellentmondásmentes vizsgálódásra. A belső, egyéni pszichodinamika különböző elméletei eddig nem tudták kielégítően megoldani az emberi kapcsolatok problémáit. Ezek tranzakciós helyzetek, és a társadalmi dinamika olyan elméletét igénylik, amely nem vezethető le kizárólag az egyéni indítékokból.

Tekintve, hogy ma még kevés olyan jól képzett gyermekpszichológus és gyermekpszichiáter működik, aki egyben a

játzsmaelemzésben is járatos volna, kevés megfigyeléssel rendelkezünk a játszmák keletkezéséről. Szerencsés módon az alábbi epizód egy nagy tudású tranzakcionista analitikus jelenlétében zajlott le.

A 7 éves Tominak az asztalnál megfájdult a gyomra; kérte, hogy távozhassék. Szülei azt ajánlották, hogy feküdjön le egy kicsit. Kistestvére, a 3 éves Miki, ekkor így szólt: “Nekem is fáj a gyomrom” – nyilvánvalóan ugyanarra a figyelemre pályázott. Apja néhány pillanatig nézte, majd megkérdezte: “Ugye, te nem akarod ugyanazt a játszmát eljátszani?” Erre Mikiből kitört a nevetés, és azt mondta: “Nem! “

Ha ebben a házban minden az étkezés vagy az emésztés körül forog, rémült szülei Mikit is azonnal ágyba dugják. Ha a gyerek és a szülők több ízben megismétlik ezt a produkciót, bizonyosra vehetjük, hogy a játszma beépült volna Miki jellemébe. Szülői közreműködéssel igen gyakran fordul elő ilyesmi. Akárhányszor csak elfogta volna a gyereket az irigység, amiért riválisa valamilyen kiváltságban részesült, beteget jelentett volna, hogy ő is kiváltsághoz jusson. A rejtett tranzakció ebben az esetben a következőből áll: (társadalmi szint) “Nem érzem jól magamat” + (pszichológiai szint) “Nekem is jár tőled kiváltság”. Mikit azonban megkímélte a sors a hipochondriától. Lehet, hogy végül rosszabbul alakul a sorsa, de bennünket most nem ez érdekel. Az a lényeg, hogy egy játszmát *in statu nascendi* szétzúztak, ami azért sikerülhetett, mert az apa rákérdezett, amire a fiú nyíltan beismerte, hogy játszmát kezdeményezett.

Világosan látható ebből, hogy gyermekek teljes tudatos-

sággal kezdeményeznek játszmákat. Mire pedig az inger és a válasz sémája berögzül, a játszmák kezdetei belevesznek az idők homályába, és rejtett természetüket társadalmi mozzanatok ködösítik el. Mindkettőt csak megfelelő eljárással ismerhetjük meg: az eredetet az analitikus terápia valamelyik változatával, a rejtett minőséget pedig antitézis révén. Az ilyen módszerű klinikai kísérletek világossá teszik, hogy a játszmák utánzó természetűek, és hogy eredendően a gyermek személyiségének Felnőtt (neopszichikus) oldala alakítja ki őket. Ha a Gyermek én-állapot feléleszthető a felnőtt játékosban, úgy ennek az oldálnak (a Gyermek én-állapot Felnőtt oldalának) a pszichológiai fogékonysága olyan szembeeszkő, készsége az emberek manipulálására pedig olyan irigylésre méltó, hogy köznapi jelöléssel a pszichiátria "Professzorának" nevét kapta. Így aztán a játszmaelemzéssel foglalkozó pszichoterápiás csoportokban a legkifinomultabb eljárások egyike az, amikor a résztvevők megkeresik a kis "Professzort". A beteg korai, második és nyolcadik életéve közötti játszmateremtő kalandjait mindenki lenyűgözve, sőt gyakran (hacsak nem tragikusak a játszmák) derűlten és vidáman hallgatja, amibe az előadó maga is bekapcsolódhat, jogos önelégültséggel és magabiztossággal. Ha egyszer már képes erre, megnyugtatóan halad afelé, hogy elhagyjon egy rosszul választott magatartásmintát, és ez csak a javát szolgálja.

Ezek az okok magyarázzák, hogy a játszmák formális leírásakor miért próbáljuk lehetőleg mindig jelezni a kisgyermekkorai vagy gyermekkorai prototípust.

4. A játszmák funkciója

Mivel a mindennapi élet oly csekély lehetőséget kínál az intimitásra, és az intimitás bizonyos formái (különösen, ha intenzívek) a legtöbb ember számára lélektanilag nem lehetségesek, a komoly társadalmi életben is az idő javát játszmák töltik ki. A játszmák tehát szükségesek és kívánatosak, a probléma egyedül az, vajon az adott játszma a leggyümölcsözőbb eredményt kínálja-e az egyén számára. Ezzel kapcsolatban ne feledjük, hogy a játszma lényege a kibontakozás, illetve a nyereség. Az előkészítő lépéseknek az a legfőbb funkciójuk, hogy megteremtsék a helyzetet a nyeréshez, de mindig úgy tervezik meg őket, hogy minden egyes lépés melléktermékként maga is biztosítsa a lehetséges kielégülések maximumát. Így a “Schlemielben” (zúrzavart támaszt, aztán bocsánatot kér) a nyereség és a játszma célja: elnéző jóindulatot kierőszakolni a bocsánatkéréssel. Amikor mindenfélét kiönt és kiéget a cigarettájával, csupán a célja felé lépdél, de közben minden vétség megajándékozza a maga gyönyörűségével. Az, hogy öröme származik a kilöttyintésekből, még nem teszi a dolgot játszmává. A kritikus inger a bocsánatkérés, ez vezet a kibontakozáshoz. Máskülönben a kilöttyintés egyszerűen csak destruktív művelet lenne, esetleg gyönyört okozó vétség.

Hasonló az “Alkoholista” játszma: bármi legyen is az ivás szükségletének fiziológiai eredete – ha egyáltalán van ilyen –, a játszmaelemzés nyelvén a részegeskedés csupán lépés egy játszmában, amelyet az illető környezetének tagjaival folytat. Az ivás maga is gyönyörűséget okozhat, de nem

ez a játszma lényege. Bizonyítja ezt a “Szár az alkoholisták” nevű változat; ugyanazok a lépései, ugyanahhoz a nyereséghez vezet, mint a szabályos játszma, mindössze annyi a különbség, hogy italosüvegek nélkül játsszák.

Túl a játszmáknak azon a társadalmi funkcióján, hogy kielégítően strukturálják az időt, némelyik játszma egyenesen nélkülözhetetlen bizonyos egyének egészségének fenntartásához. Az ilyen emberek lelki egyensúlya annyira labilis, beállítottságuk olyan ingatag, hogy játszmáiktól megfosztani őket kockázatos: orvosolhatatlan kétségbeesésbe, sőt pszichózisba taszíthatja őket. Ezek az emberek keményen harcolnak minden antitetikus lépés ellen. Házassági helyzetekben gyakran megfigyelhető, hogy amikor a pszichiáter az egyik házastársnál javulást ér el (például az felhagy egy tisztító játszmával), a másik házastárs állapotában rohamosan rosszabbodás következik be; számára ugyanis a játszmák kulcsfontosságúak voltak az egyensúly fenntartásához. A játszmaelemzés éppen ezért nagy körültekintést igényel.

Szerencsére a játszma mentes intimitás, amely az emberi életvezetés legtokéletesebb formája (vagy legalábbis kellene hogy legyen), olyan nagyszerű ellenszolgáltatásokat nyújt, hogy kiegyensúlyozatlan személyiségek is biztonsággal és jókedvűen válhatnak meg játszmáiktól, ha a jobb kapcsolathoz megfelelő partnert találhatnak.

Tágabb értelemben a játszmák szerves és dinamikus összetevői minden ember tudattalan élettervének vagy forgatókönyvének, arra szolgálnak, hogy kitöltsék az időt, amíg az ember a végső megvalósulásra vár, s egyidejűleg előmozdítják a cselekvést. Tekintve, hogy a forgatókönyv

utolsó aktusa jellegzetes módon vagy csoda, vagy katasztrófa után kiált – attól függően, hogy a forgatókönyv építő vagy romboló jellegű –, a neki megfelelő játszmák is hasonlóképpen építők vagy rombolók. Az, akinek a forgatókönyve köznyelvi kifejezéssel “a sült galambra” irányul, minden bizonnyal kellemes partner olyan játszmákban, mint a “Nahát, hogy maga milyen óriási, Bürgözdí úr!”; míg az, akinek a forgatókönyve tragikus, “a hullamerevség beálltára” irányul, olyan kellemetlen játszmának hódolhat, mint a “Most rajtacsíptelek, te gazember!”.

Megemlítendő, hogy az imént említett köznap kifejezések szerves részét alkotják a játszmaelemzésnek, és szabadon élnek velük a tranzakcionális pszichoterápiás csoportokban és szemináriumokon. “A hullamerevség beállta” onnan ered, hogy egy beteg álmában elhatározta: különböző dolgokat el akar intézni, “mielőtt a hullamerevség beállna”. A beteg egy jól összeszokott csoport tagjaként rámutatott valamire, ami a terapeuta figyelmét elkerülte: a gyakorlatban sült galambra, illetve a halálra várni – szinonimák. Mivel a köznyelvi kifejezések a játszmaelemzésben roppant fontosak, később még részletesebben foglalkozunk velük.

5. A játszmák osztályozása

A játszmák és időtöltések elemzésekor használt változók többségét már említettük; bármelyikük alkalmas a játszmák és időtöltések rendszerezésére is. A legkézenfekvőbb osztályozások a következő tényezőkön alapulnak:

1. A játékosok száma: kétszemélyes játszmák (“Frigid

nő”), háromszemélyes játszmák (“Verekedjete meg ti ketten”), öt személyes játszmák (“Alkoholista”) és sokszemélyes játszmák (“És miért nem. . . — Hát igen, de. . .”).

2. A használt pénzegység: szavak (“Pszichiátria”), pénz (“Adós”), testrészek (“Mindenféle műtét”).

3. Klinikai típusok: hisztérikus (“Megerőszakolódsi”), rögeszmés-kényszeres (“Schlemiel”), paranoid (“Miért mindig velem történik ilyesmi?”), depresszív (“Már megint beleestem”).

4. Zónák: orális (“Alkoholista”), anális (“Schlemiel”), fallikus (“Verekedjete meg ti ketten!”).

5. Pszichodinamika: fóbiaelhárító (“Ha te nem lennél”), projektív (“Szülői munkaközösség”), introjekciív (“Pszichiátria”).

6. Ösztönfajta: mazochista (“Ha te nem lennél”), szadista (“Schlemiel”), fetisista (“Frigid férfi”).

Gyakran hasznos, ha a játékosok számán kívül három másik mennyiségi változót is tekintetbe veszünk:

1. Hajlékonyság. Bizonyos játszmák – például az “Adós” és a “Mindenféle műtét” – igazában csak egyfajta pénzegységgel játszhatók, míg mások, például az exhibicionista játszmák, rugalmasabbak.

2. Makacsság. Egyesek könnyen adják fel játszmáikat, mások kitartóak.

3. Intenzitás. Egyesek oldottan játszanak, mások feszültebbek és agresszívebbek. Ennek megfelelően vannak lágy és kemény játszmák.

Ennek a három változónak az összjátéka teszi a játszmákat szelídebbé vagy erőszakossá. Mentális zavarban szenvedőknél ebben a vonatkozásban gyakran olyan szembeötlő a

változás, hogy szakaszokról beszélhetünk. Egy paranoid szkizofrénias kezdetben játszhat első fokú, hajlékony, laza, könnyed “Hát nem borzasztó” játszmat, és fokozatosan belecúsúszhat a rugalmatlan, tapadós, kemény harmadfokúba. A játszmák fokozatait így különböztetjük meg:

a) első fokú játszma: a cselekvő személy köreiben társadalmilag elfogadott;

b) másodfokú játszma: nem származik belőle állandó, jóvátehető károsodás, de a játékosok szeretik eltitkolni a közönség elől;

c) harmadfokú játszma: életre szólóan játsszák – a műtőben, a bíróságon vagy a hullaházban végződik.

A játszmák a “Ha te nem lennél” elemzésekor tárgyalt bármelyik tényező alapján is osztályozhatók. Ezek: a célzatok, a szerepek, a legnyilvánvalóbb előnyök. Egy rendszer, tudományos osztályozás kiindulópontjául minden bizonnyal az egzisztenciális beállítottság lenne a legesélyesebb jelölt, tekintve azonban, hogy ezt a tényezőt kellőképpen még nem ismerjük, az ilyenfajta osztályozással egyelőre várunk kell.

Jegyzetek

Megbecsülésre méltó Stephen Potter fogékonysága a mindennapi társas helyzetek manőverei vagy “trükkjei” iránt, és az a humoros mód, ahogy tárgyalja őket,² valamint G. H. Mead úttörő munkája a játszmáknak a társas életben betöltött szerepéről.³ A pszichiátriai tünetekhez vezető játszmákat 1958 óta módszeresen tanulmányozza a San Francisco

Social Psychiatry Seminars, és a játszmaelemzésnek ezzel a részével foglalkozik újabban T. Szasz is.⁴ A játszmáknak a csoportfolyamatokban betöltött szerepével jelen szerzőnek a csoportdinamikáról írt könyve foglalkozik.⁵

Hivatkozások

1. Maurer, D. W.: *The Big Con*. The Bobbs-Merrill Co., New York, 1940.
2. Potter, S.: *Theory and Practice of Gamesmanship*. Hart-Davis, 1947.
3. Mead, G. H.: *Mind, Self and Society*. Cambridge University Press, 1935. (Magyarul: *A pszichikum, az én és a társadalom szociálbehaviorista szempontból*. Gondolat, 1973.)
4. Szasz, T.: *The Myth of Mental Illness*. Secker and Warburg, 1961.
5. Berne, E.: *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. Pitman Medical, 1963.

II.rész

JÁTSZMATÁR

Bevezetés

E gyűjtemény utolsó darabja 1962-ből származik, de állandóan fedeznek fel újabb és újabb játszmákat. Megesik, hogy arról, ami csak egy ismert játszma változatának látszik, a behatóbb vizsgálat kideríti, hogy teljesen új játszma. És megfordítva: az újnak tűnő játszmáról bebizonyosodik, hogy egy ismert játszma változata. Az elemzés egyes tételei az új ismeretek felhalmozódásával ugyancsak megváltozhatnak; például olyan esetben, amikor a dinamika jellemzésére többféle dolog közül is választhatunk, később kiderülhet, hogy megállapításunk nem volt a legtalálóbbról. A klinikai munka számára azonban mind a játszmák jegyzéke, mind az elemzések tételei megfelelőek.

Egyes játszmákat *in extenso* tárgyalunk és elemzünk. Másokat – melyek alaposabb vizsgálatot igényelnek, vagy nem mindennapiak, vagy pedig jelentésük teljesen világos – csak röviden érintünk. Az, aki az “alany”, általában “cselekvő személyként” szerepel, vagy a “Fehér” nevet kapja, míg a másik fél a “Fekete” névre hallgat.

A játszmákat családokba soroljuk, annak a helyzetnek megfelelően, amelyben általában előfordulnak: Életjátsz-

mák, Házassági játzmák, Szexuális játzmák és Alvilági játzmák. Egy fejezet a szakmabeliek számára szedi csokorba a Rendelői játzmákat, végül néhány példa a Jó játzmákat érzékelteti.

1. Jelölés

Az elemző jegyzőkönyvekben a következő jelölések használatosak:

Cím: ha a játzmának hosszú a neve, a szövegben a megfelelő rövidítést használjuk. Ha egy játzmának vagy változatainak több neve is van, a játzmák mutatójában találunk rá utalást. Szóbeli beszámolóban helyesebb a játzma teljes nevét mondani, mint a rövidítést vagy a belőle készült betűszót.

Tézis: olyan találóan öntjük szavakba, amennyire csak lehetséges.

Célzat: ez fogalmazható meg a leggazdagabb tartalommal: a leíró tapasztalataira épül.

Szerepek: első helyen, dőlt szedéssel adjuk meg annak a szerepét, aki az “alany”, és akinek a nézőpontjából a játzmat tárgyaljuk.

Dinamika: ugyanaz a helyzet, mint a célzatnál.

Példák: 1. illusztráljuk a játzma gyermekkorban játszott formáját, a legkönnyebben felismerhető prototípust; 2. illusztráció a felnőtt életből.

Paradigma: a lehető legtömörebben szemlélteti a kritikus tranzakciót vagy tranzakciókat társadalmi és pszichológiai szinten.

Lépések: a gyakorlatban fellépő tranzakciós ingerek és

tranzakciós válaszok minimális számának megadása. Ezek különböző helyzetekben korlátlanul kibővíülhetnek, elhalványulhatnak vagy díszítményekkel gazdagodhatnak.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – megpróbáljuk megállapítani, hogyan járul hozzá a játszma a belső lelki egyensúlyhoz. 2. Külső pszichológiai előny – megpróbáljuk rögzíteni, milyen szorongást keltő helyzeteket vagy intimitásokat kerülnek el. 3. Belső társadalmi előny – megadjuk a bizalmas körben játszott játszma jellegzetes mondatát. 4. Külső társadalmi előny – megadjuk annak a származék játszmának vagy időtöltésnek a kulcsmondatát, amelyet kevésbé bizalmas körben játszanak. 5. Biológiai előny – jellemezni próbáljuk, milyen fajta simogatást nyújt a játszma az érintett feleknek. 6. Egzisztenciális előny – megállapítjuk, hogy tipikus módon milyen beállítottságból játsszák a játszmát.

Rokon játszmák: a kiegészítő, kapcsolatos és antitetikus játszmák megjelölése.

A játszmát igazán csak pszichoterápiás helyzetben lehet megérteni. Akik destruktív játszmákban utaznak, sokkal gyakrabban fogják látogatni a terapeutát, mint akik konstruktív játszmákat játszanak. Ezért a tüzetesen ismert játszmák alapvetően destruktív jellegűek; ne feledjük azonban, hogy szerencsésebb emberek konstruktív játszmákat is játszanak. Nehogy a játszma is – sok más pszichológiai fogalomhoz hasonlóan – a vulgarizálás sorsára jusson, még egyszer hangsúlyozni kell, hogy igen pontosan körülírt fogalomról van szó: a játszmákat a korábban felsorolt kritériumok alapján világosan meg kell különböztetni az eljárásoktól, a rituáléktól, az időtöltésektől, a műveletektől, a manőverektől és a különböző beállítottságból eredő attitű-

döktől. A játszmát valamilyen beállítottságból játsszák, de a beállítottság vagy a neki megfelelő attitűd nem játszma.

2. Köznyelvi kifejezések

Az itt használt köznyelvi kifejezések nagy részét a betegeknek köszönhetjük. Ha ezeket a fordulatokat jól időzítve, a többiek érzékenységét is tekintetbe véve használják, úgy a játékosok megbecsülik, megértik és élvezik őket. Ha néha tiszteletlenek is, az ironia a játszma, nem pedig a játékosok ellen irányul. A köznyelvi kifejezéstől elsősorban azt várjuk, hogy találó legyen, de ha ráadásul még szórakoztató is, ez csak azt bizonyítja, hogy fején találta a szöveget. Mint a köznyelvi jelzők tárgyalása során másutt már bizonyítani igyekeztem:¹ egy oldalnyi tudós, több szótagú szó kevesebbet nyújt, mint az a megállapítás, hogy egy bizonyos nő ringyó, vagy hogy egy bizonyos férfi izgága fráter. Elméleti célokra tudományos nyelven rögzíthetjük a pszichológiai igazságokat, de ha a gyakorlatban akarjuk hatékonyan felismerni az érzelmi törekvéseket, akkor más megközelítés szükséges. Így tehát szívesebben játszunk “Hát nem borzasztó? -t”, mint “szavakba öntött, kivetített anális agressziót”. Az előzőnek nemcsak dinamikusabb a jelentése és nagyobb az átütőereje, hanem pontosabb is. És az emberek állapota néha gyorsabban javul világos termekben, mint homályos szobákban.

Hivatkozás

1. Berne, E.: “Intuition IV: Primal images and Primal Judgements.” *Psychiatric Quarterly*, 29:634-658, 1955.

Hatodik fejezet

Életjátzmák

Normális társadalmi körülmények között minden játzmának fontos, feltehetőleg döntő hatása van a játékosok sorsára; egyes játzmának megvan az esélyük arra, hogy életre szólókká váljanak, és hogy viszonylag ártatlan kibiceket is behálózzanak. A játzmának erre a csoportjára jól illik az Életjátzmák elnevezés. Idetartoznak: az “Alkoholista”, az “Adós”, “Rúgj belém!”, “Most rajtacsíptelek, te gazember!”, “Ennek is te vagy az oka!” és mindezeknek a főbb változatai. Egyik oldalon a Házassági játzmákkal mosódnak össze, a másikon az Alvilágiakkal.

1. Alkoholista

Tézis: A játzmaelemzés nem ismer olyasmit, hogy alkoholizmus vagy “egy alkoholista”, hanem csak egy bizonyos típusú játzmában előforduló, Alkoholistának nevezett szerepet. Ha a mértéktelen ivás legfőbb mozgatója valamilyen biokémiai vagy fiziológiai rendellenesség – ez ma sem teljesen bizonyított –, úgy ennek a tanulmányozása a belgyó-

gyászatra tartozik. A játszmaelemzést egészen más érdekli: azok a társadalmi tranzakciók, amelyek az ilyenfajta szerelenséggel kapcsolatosak. Vagyis az “Alkoholista” játszma.

Teljes pompájában öt személyes játszma, noha a szerepek annyira összesűrűsödhetnek, hogy kétszemélyes játszma-ként kezdődhet és fejeződhet be. A központi szerep az “Alkoholistái”, azé, aki az “alany”, ezt Fehér játssza. A fő mellék szerep az “Üldözőé”, amelyet típusosan az ellenkező nem képviselője, rendszerint a házastárs játszik. A harmadik szerep a “Megmentőé”, ezt rendszerint azonos nemű játssza, gyakran a jóságos házi orvos, akit a beteg is érdekel, meg az iszákosság problémája is. Klasszikus esetben az orvos sikeresen megmenti az “Alkoholistát”; Fehér leszokik az ivásról, és amikor már hat hónapja egy korty ital se ment le a torkán, gratulálnak egymásnak; másnap Fehért az árokban találják meg.

A negyedik szerep a “Baleké” vagy a “Fajankóé”. Az irodalomban ezt többnyire a csemegekereskedő alakítja, aki hitelez Fehérnek, “felírásra” ad neki egy szendvicset s talán még egy csésze kávé is, anélkül hogy üldöznék, vagy megpróbálna megmenteni. Az életben ezt a szerepet gyakrabban Fehér anyja játssza: pénzt ad, és együtt érez Fehérrel a felesége miatt, aki nem érti meg. Az ilyen játszmában Fehérnek némi elfogadható magyarázatot kell adnia a pénzigényére; valamilyen tervéről beszél, s mindketten úgy tesznek, mint ha hinnének benne, jóllehet tisztában vannak vele, hogy az összeg java mire fog elmenni. A “Balek” néha átcsúszik egy másik szerepbe, ez is segítőkész szerep, de nem lényeges: ez az “Agitátor”, a “jó fiú”, aki anélkül hogy kérnék, ellátja

Fehért utánpótlással – “Gyere, igyál meg velem valamit (és még sebesebben csúszol majd lefelé a lejtőn)”.

Minden ivásjátzmában mellékszerep jut egy hivatásosnak: a csaposnak vagy az italbolti eladónak. Az “Alkoholista” játzmában övé az ötödik szerep, ő az összekötő. Ő az utánpótlás közvetlen forrása, érti az alkoholista szöveget, és bizonyos értelemben ő a legjelentősebb személy minden iszákos életében. A hivatásos tudja, hogy mikor kell megállni. A kocsmáros egy bizonyos ponton túl nem szolgálja ki az Alkoholistát, aki utánpótlás nélkül marad, ha engedékenyebb Összekötőre nem akad.

A feleség az “Alkoholista” kezdeti szakaszán játszhatja mindhárom mellékszerepet: éjjélkor, amikor levetkőzteti a férjét, kávéét készít neki, és eltűri, hogy megverje, ő a Balek; reggel, amikor korholja gyalázatos életmódjáért, ő az Üldöző; este pedig a Megmentő, aki igyekszik rávenni, hogy változzék meg. A későbbi fázisokban – ami néha szervi leromlásnak tulajdonítható – Fehér már meg tud lenni az Üldöző és a Megmentő nélkül, de elviseli őket, ha hajlandók utánpótlási forrásként működni. Azután elmegy a Missziósházba, és hagyja, hogy egy ingyenebéd fejében megmentsék; vagy pedig mindaddig eltűri az amatőr vagy hivatásos korholást, ameddig azt alamizsna követi.

Jelenlegi tapasztalataink azt mutatják, hogy az “Alkoholista” *nyeresége* (ami a játzmákra általában jellemző) abból a vonatkozásból származik, amelyre a kutatók legkevésbé figyelnek. Ebben a játzmában maga az ivás csupán mellékes gyönyör, amelynek járulékos előnyei vannak; a folyamat valódi csúcspontja nem egyéb, mint a másnaposság. Ugyanez történik a “Schlemiel” játzmában is: a zűr-zavar-

támasztás, amely a figyelem középpontjába kerül, csupán gyönyört okozó módszer Fehér számára ahhoz, hogy eljusson a döntő ponthoz, Fekete jóindulatú elnézésének megszerzéséhez.

Az Alkoholista számára a másnaposság nem annyira testi kín, mint lelki gyötrelém. Az iszákosok két kedvelt időtöltése a “Martini” (mennyit ittak, milyen keverésben) és a “Másnap reggel” (Most hadd meséljem el az én katzenjammeromat). A “Martinit” többnyire az enyhébb, társasági ivók játsszák; számos alkoholista jobban kedveli a kemény, pszichológiai “Másnap reggel” meneteket és az olyan szervezetek, mint a *Névtelen Alkoholista*, (volt alkoholisták antialkoholista szervezete az Egyesült Államokban – a szerk.) korlátlan lehetőséget kínálnak ehhez.

Egy beteg, valahányszor tivornya után felkereste a pszichiátert, mindenféleképpen elmondta magát; a pszichiáter nem szólt semmit. Később, amikor egy terápiás csoportban Fehér elmesélte ezeket a látogatásokat, kérkedő elégedettséggel közölte, hogy a pszichiáter mindenféleképpen elmondta. Terápiás helyzetben a legtöbb alkoholista nem az ivásról akar elsősorban beszélni – ezt láthatólag csak üldözőik iránti tiszteletből teszik –, hanem az ivást követő szenvedésről. Az ivás tranzakciós szándéka – eltekintve a gyönyörűségtől, amelyet nyújt – az, hogy olyan helyzetet teremtsen, amelyben a Gyermeket szigorúan megdorgálhatja nemcsak a belső Szülő, hanem a környezetében levő minden olyan szülői figura, aki megfelelően érdekelt abban, hogy valamire kényszerítse. Így tehát e játszma terápiájának nem az ivásra, hanem a másnaposságra, a szibarita önkényeztetésre kell az össztűzet irányítania. Van azonban olyanfajta

erős ivó is, aki nem ismeri a másnaposságot; ezek az emberek nem tartoznak a fenti kategóriába.

Létezik “Száráz alkoholista” nevű játszma is. Ebben Fehér italosüveg nélkül járja végig az anyagi vagy társadalmi leromlás útját; lépéseinek sorozata ugyanaz, és a mellékszerepeknek is ugyanazt az együttesét igényli. Itt is a másnap reggel a kritikus pont. Éppen a “Száráz alkoholista” és a rendes “Alkoholista” közötti hasonlóság domborítja ki, hogy mindkettő – játszma; például mindkettőben azonos eljárás célozza azt, hogy az illetőt elbocsássák az állásából. A “Kábítószer-élvező” hasonlít a “Alkoholistához”, de baljósabb, drámaibb, feltűnést keltőbb és gyorsabb. Legalábbis a mi társadalmunkban sokkal erősebben támaszkodik a könnyen elérhető Üldözőre, a Balekok és Megmentők szórványosabbak, az Összekötő szerepe viszont sokkal inkább központi jellegű.

Az “Alkoholista” játszma különböző – helyi vagy nemzeti, sőt akár nemzetközi – szervezetek kapcsolódnak bele. Nem egy közzé is teszi a játszma szabályait. Úgyszólván mindegyik elmagyarázza, hogyan kell az Alkoholista szerepét játszani: hajts fel egy pohárával reggeli előtt, költsd el a másra szánt pénzt stb. Elmagyarázza a Megmentő funkcióját is. A *Névtelen Alkoholista* például belemegy a tényleges játszma, de igyekszik rávenni az Alkoholistát, hogy maga öltse fel a Megmentő szerepét. Előnyben részesítik a volt Alkoholistákat, mert ők tudják, hogyan zajlik a játszma, ennél fogva alkalmasabbak a mellékszerep eljátszására, mint azok, akik ezt a játszmát nem ismerték. Híre kelt, hogy a *Névtelen Alkoholista* egyik szekciójában a tagok kifogytak megdolgozható alkoholistákból, mire újra-

kezdték az ivást; megmentendő emberek híján csak így tudták folytatni a játszmát.¹

Egyes szervezetek azon fáradoznak, hogy javítsanak a játszma többi játékosának a sorsán. Van, amelyik abba az irányba tereli a házastársakat, hogy az Üldöző szerepéből átváltson a Megmentő szerepébe. Az elméletileg eszményinek tekinthető kezeléshez az a tevékenység áll a legközelebb, amely az alkoholisták tizenéves utódaival foglalkozik; ezeket a fiatalokat inkább arra biztatják, hogy lépjenek ki a játszmából, semmint hogy pusztán szerepet változtassanak.

Az Alkoholista pszichológiai terápiája is sokkal inkább arra törekszik, hogy abbahagyassa a játszmát, mintsem hogy egyszerű szerepcserét idézzon elő. Bizonyos esetekben ez lehetséges is, noha az Alkoholistának igen nehéz ugyanolyan érdekes elfoglaltságot találnia, mint a saját játszmája. Mivel klasszikus módon fél az intimitástól, jobb, ha egy másik játszma a pótlék, mint valamely játszma mentes kapcsolat. Az úgynevezett gyógyult alkoholisták társaságban gyakran nem hatnak valami felvidítőan; valószínűleg siváran egyhangúnak találják az életüket, és állandó kísértést éreznek, hogy visszakanyarodjanak a régi útra. A sikeres “játszma kúrának” az az ismertetőjegye, hogy a volt Alkoholista ihatik társaságban anélkül is, hogy veszélynek tenné ki magát. A szokásos “teljes absztinencia” terápiát játszmaelemző megközelítésből nem tartjuk kielégítőnek.

Ennek a játszmának a leírásából nyilvánvaló, hogy a Megmentő erős kísértést érez az “Én csak segíteni próbálok rajtad” játszására, az Üldözőt a “Nézd, mit tettél velem” vonzza, a “Balekot” pedig a “Jótét lélek”. Ahogyan nőtt azoknak a megmentő szervezeteknek a száma, amelyek azt

az eszmét népszerűsítik, hogy az alkoholizmus betegség, az alkoholisták kitanulták a “Faláb” játszmát. A jog, amely különleges érdeklődést tanúsít az ilyen emberek iránt, bátorítani látszik ezt a tendenciát. A hangsúly az Üldözőről áttevődött a Megmentőre; arról, hogy “Bűnös ember vagyok”, arra, hogy “Hát mit várnak egy beteg embertől?” (ez belesimul a modern gondolkodás irányvonalaiba, amely a vallástól a tudomány felé tart). Egzisztenciális szempontból ez a váltás kérdéses, gyakorlati szempontból pedig mintha kevéssé csökkentette volna a megrögzött alkoholisták szeszfogyasztását. Mindennek ellenére a *Névtelen Alkoholista* a legtöbb ember esetében még mindig a legjobb kezdő lépés az élvezetek túlhajtásának gyógyításában.

Antitézis: Mint ismeretes, az “Alkoholistát” rendszerint keményen játsszák, és nehezen hagyják abba. Egy terápiás csoportban volt egyszer egy alkoholista nő, aki igen tartózkodóan viselkedett. Tette ezt egészen addig, amíg úgy gondolta, most már eleget tud a többi tagról ahhoz, hogy neki-lásson játszmájának. Megkérte a többieket, mondanák meg neki, mit gondolnak róla. Mivelhogy általában kellemesen viselkedett, azok szép dolgokat mondtak róla. Ő azonban tiltakozott: “Nem ezt akarom. Azt akarom tudni, hogy igazában mit gondoltok.” Világossá tette, hogy elítélő megnyilatkozásokra vágyik. A többiek nem mentek bele az üldözésébe, mire hazament, és közölte a férjével, hogy amennyiben még egyszer inna, akkor vagy váljon el tőle, vagy küldje kórházba. A férj ezt meg is ígérte; a feleség még aznap este leitta magát, és a férj szanatóriumba küldte. Ebben az esetben a csoporttagok nem vállalták a Fehérné által nekik szánt Üldöző szerepet: a nő nem tudta elviselni az antiteti-

kus magatartást, annak ellenére hogy mindenki igyekezett megerősíteni benne a belátásnak azt a fokát, amelyre már eljutott. Odahaza megtalálta azt, aki hajlandó volt a kívánt szerepet eljátszani.

Más esetben azonban a páciens elő lehet készíteni arra, hogy felhagyjon a játszmával, és meg lehet kísérelni egy igazi társadalmi terápiát, amelyben a terapeuta elhárítja mind az Üldöző, mind a Megmentő szerepét. Nem kevésbé terápiaellenes a Balek szerepének vállalása, mert ez megengedi a páciensnek, hogy kibújjon anyagi és pontossági kötelezettségei alól. Tranzakciós szemszögből az a helyes terápiás eljárás mód, hogy a talaj gondos megpuhítása után felnőtti, szerződésszerű beállítottságból vissza kell utasítani a szerepek mindegyikét abban a reményben, hogy a beteg nemcsak az ivástól, hanem a játszmától való tartózkodást is képes lesz elviselni. Ha erre nem képes, legjobb, ha egy Megmentőhöz utasítják.

Az antitézis különösképpen nehéz, mivel a nyugati országokban a súlyos iszákost a rosszállás, a törődés vagy a nagylelkűség kiváló alanyának tekintik, és az, aki nem hajlandó az Alkoholista körüli szerepek egyikét sem elvállalni, könnyen nyilvános felháborodást válthat ki. A racionális megközelítés néha még vészjóslóbb a Megmentőkre, mint az Alkoholistákra nézve, s szerencsétlen következményekkel is járhat a terápia szempontjából. Klinikán dolgozók egy csoportja komoly érdeklődést mutatott az "Alkoholista" játszma iránt, és megpróbált olyan valóságos terápiát elindítani, amely sokkal inkább a játszma megbontására, mint a betegek pusztá megmentésére irányult. Amint ez világossá vált, kiutálta őket az a laikus bizottság, amely a klinikát támo-

gatta; egyiküket sem hívták meg többé, hogy kapcsolódjanak be a betegek kezelésébe.

Rokon játszmák: Az “Alkoholista” egyik érdekes mellékeseeményét “Igyál egyet-nek” nevezzük. Az ipari pszichiátria egy éles szemű kutatója fedezte fel. Fehér és felesége (anti-alkoholista Üldöző) piknikre mennek Feketével és feleségével (mindketten Balekok). Fehér így szól Feketékéhez: “Igyatok egyet!” Ha isznak egy pohárral, az feljogosítja Fehért arra, hogy négygel vagy öttel igyék. A játszma akkor lepleződik le, ha Feketék nemet mondanak. Az ivás szabályai szerint Fehér akkor sértve érezheti magát, és a következő társas kiránduláshoz hajlíthatóbb partnerek után fog nézni. Ami társadalmi szinten a Felnőtt nagylelkűségének tűnik, az pszichológiai szinten pimaszság, tekintve, hogy a Fehérben lakozó Gyermekek nyílt megvesztegetéssel szerez Feketétől szülői elnézést, és mindezt a tiltakozásra erőtlen Fehérné orra előtt bonyolítja le. Valójában Fehérné éppen azért megy bele az egészbe, mivel “erőtlen” lesz a tiltakozásra; őt legalább annyira izgatja, hogy a játszma tovább folyjék, mint Fehért; Fehérné továbbra is az Üldöző szerepét kívánja alakítani, Fehér pedig az Alkoholistáét. Könnyen elképzelhetjük, hogyan vág vissza a férjnek a piknik utáni reggelen. Ez a változat bonyodalmakat okozhat, ha Fehér főnöke Feketének.

A Balek szénája általában nem áll olyan rosszul, mint ahogyan a neve sejteti. A Balekok gyakran magányos emberek, akik sokat nyerne abból, hogy jöjjenek az Alkoholistákhoz. A “Jótét lelket” játszó csemegekereskedő ezen az úton számos ismeretséget köt, és saját társadalmi körében jó hírnevet szerezhet nemcsak mint nagylelkű személy, hanem mint élvezetes mesélő is.

Mellesleg a “Jótét lélek” egyik változatában az illető mindenféle tanácsot kér, hogyan lehetne legeredményesebben segíteni az embereken. Ez a derűs és konstruktív játszma példája; érdemes bátorítani. Ellentéte a “Kemény fickó”, aki erőszakban képezi ki magát, és ahhoz kér tanácsot, hogyan lehetne legjobban bántani az embereket. Bár súlyos testi sértésre sohasem kerül sor, a játékos kivívja azt a jogot, hogy kapcsolatra lépjen valódi, életre szólóan játszó kemény fickókkal, és dicsőségük visszfényében sütkérezhet. Ezt a típust a franciák a *fanfaron de vice* (a bűn háryánosa) névvel illetik.

Elemzés

Tézis: “Milyen rosszul viselkedtem; lássuk, meg tudsz-e állítani?”

Célzat: önkényeztetés.

Szerepek: Alkoholista, Üldöző, Megmentő, Balek, Összekötő.

Dinamika: orális megfosztottság.

Példák: 1. “Lássuk, rajta tudsz-e kapni!” Ez a játszma rendkívül bonyolult, ezért a prototípusai nehezen viszonyíthatók egymáshoz. Gyermek az azonban, kiváltképp alkoholisták gyermekei, gyakran végigcsinálnak sok olyan manővert, amely az Alkoholistát jellemzi. A “Lássuk, meg tudsz-e állítani!” hazudozást, dolgok elrejtését, elítélő megjegyzések kiprovokálását, segítőkész emberek keresését, ingyenes kosztot adó, jó lelkű szomszéd felkutatását foglalja magába. Az önkényeztetés gyakran a későbbi évekre halasztódik. 2. Az Alkoholista és köre.

Társadalmi paradigma: Felnőtt—Felnőtt.

Felnőtt: “Mondjátok meg, hogy igazában mit gondoltok rólam, vagy segítsetek, hogy abbahagyjam az ivást.”
Felnőtt: “Őszinte leszek hozzád.”

Pszichológiai paradigma: Szülő — Gyermekek.

Gyermekek: “Lássuk, meg tudsz-e állítani!”

Szülő: “Abba kell hagynod, mert különben. . .”

Lépések: 1. Provokáció – vádolás vagy megbocsátás. 2. Elnézés – harag vagy csalódás.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – a) az ivás mint eljárás – ellenszegülés, megújult önbizalom és az ellenállhatatlan szükségérzet kielégítése; b) az “Alkoholista” mint játszma – (valószínűleg) önkényeztetés. 2. Külső pszichológiai előny – az intimitás szexuális és egyéb formáinak elkerülése. 3. Belső társadalmi előny – “Lássuk, meg tudsz-e állítani!” 4. Külső társadalmi előny – “Másnap reggel”, “Martini” és egyéb időtöltések. 5. Biológiai előny – váltakozva szeretet- és indulatcsere. 6. Egzisztenciális előny – “Mindenki meg akar fosztani attól, hogy. . .”

2. Adós

Tézis: Az “Adós” több, mint játszma. Amerikában kezd forgatókönyvvé, élettervvé válni, akárcsak bizonyos afrikai vagy Új-guineai őserdőkben.² Amott a rokonság magas áron menyasszonyt vásárolt a fiatalembernek, és ezzel a következő évekre adósukká teszik. Itt, Amerikában, hasonló szokás uralkodik, legalábbis az ország kevésbé civilizált részeiben. A különbség csupán annyi, hogy a menyasszony ára egy

háznak az ára, és amennyiben a rokonok nem érdekeltek a dologban, akkor a hitelező szerepét a bank veszi át.

Így tehát az új-guineai fiatalember is, aki a füléből lecsüngő ócska zsebórával akar hódítani, meg az amerikai fiatalember is, aki a csuklójára feszülő új karórával akar sikert aratni, egyaránt úgy érzi, hogy van “cél” az életében. A nagy ünnepségre, az esküvőre vagy a házszentelőre nem akkor kerül sor, amikor a kölcsönt visszafizették, hanem amikor felvették. A televízió például nem azt a középkorú férfit tolja az előtérbe, aki végül is letörlesztette jelzálogkölcsönét, hanem azt a fiatalembert, aki családjával éppen új otthonába költözik, s büszkén lobogtatja az imént aláírt papírt, amely aktív éveinek zömében kezét-lábát megköti majd. Ha kifizette adósságait – a jelzálogot, gyermekeinek iskoláztatási költségeit és a biztosítását – problematikusává válik: ő az az “idősebb állampolgár”, akit a társadalomnak nemcsak anyagi kényelemmel, hanem új “céllal” is el kell látnia. Ha nagyon ravasz, akkor itt is, akárcsak Új-Guineában, agyonterhelt adós helyett nagystílú hitelező lehet belőle, de ez viszonylag ritkán esik meg.

Amint ezeket a sorokat írom, egy fatetű mászik az íróasztalomon. Ha a hátára fordítom, megfigyelhetem, mekkora küzdelemmel verekszi vissza magát a lábaira. Ezalatt van “cél” az életében. Amikor sikerül a művelet, mintha győzelmi kifejezés ülne az arcára. Továbbmászik, és szinte halljuk, amint a fatetűk gyülekezetének majd elmondja történetét. A fiatalabb nemzedék közben tisztelettel néz fel rá: íme egy rovar, akinek sikerült. De önelégültségébe csalódás is vegyül. Most, hogy felülre került, az élet céltalannak látszik. Lehetséges, hogy a győzelem megismétlésének remé-

nyében még egyszer visszajön majd. Érdemes lenne tintával megjelölni a hátát, hogy felismerhesse az ember, amikor megkockáztatja. Bátor állat a fatetű. Nem is csoda, hogy évmilliók óta fennmaradt.

A legtöbb fiatal amerikai azonban csak valamilyen szorongató nehézség idején veszi teljesen komolyan a jelzőlogát. Amikor lehangoltnak érzi magát, vagy rossz a gazdasági helyzet, kötelezettségei miatt nem omolhat össze; sőt, egyeseket talán ez ment meg az öngyilkosságtól. Majdhogynem szünet nélkül játszanak egy lágy “Ha nem volnának az adósságok” játszmat, de máskülönben egész kellemesen éledéglnek. Csak néhányan csinálnak karriert azzal, hogy keményen játsszák az “Adóst”.

A “Próbáld meg behajtani!-t” általában fiatal házaspárok játsszák. Jól szemlélteti, hogyan lehet egy játszmat úgy felállítani, hogy – bármilyen lejátszás esetén – a játékos “nyerjen”. Fehérék hitelre mindenféle javakhoz és szolgáltatásokhoz jutnak, kisszerű dolgokhoz vagy luxusszínvonalúakhoz, aszerint hogy milyen származásúak, és szüleik vagy nagyszüleik hogyan tanították meg őket játszani. Ha a hitelező néhány erőtlen kísérlet után felhagy a behajtással, akkor Fehérék bírság nélkül élvezhetik szerzeményeiket, és ebben az értelemben nyernek. Ha a hitelező rámenősebb, akkor egyszerre okoz gyönyörűséget nekik az ellenük folyó hajtóvadászat és a megszerzett dolgok használata. A játszma kemény formája akkor áll elő, amikor a hitelező elszánta magát a behajtásra. Szélsőséges eszközökhöz kell nyúlania, hogy hozzájuthasson a pénzéhez. Ezekben mindig lesz kényszerítő elem, a hitelező Fehér munkaadóihoz fordul, vagy pedig egy lármás, rikító színű

teherautót küld Fehér háza elé a nagybetűs felirattal: VÉG-REHAJTÁSI ÜGYNÖKSÉG.

Ezen a ponton fordul meg a dolog. Fehér most már tudja, hogy minden bizonnyal fizetnie kell. De a kényszerítő elem miatt, amit többnyire a kötelező “harmadik levele” tesz világossá (“Amennyiben nem jelenik meg hivatalunkban 48 órán belül. . .”), Fehér minden további nélkül jogosnak érzi, hogy dühös legyen, és átvált a “Most rajtacsíptelek, te gazember” egyik változatára. Ebben az esetben azt nyeri, hogy felmutathatja: lám, milyen kapzsi, könyörtelen és megbízhatatlan a hitelező. Az ebből származó két legnyilvánvalóbb előny a következő: 1. megerősíti Fehér egzisztenciális beállítottságát, ami nem egyéb, mint a “Minden hitelező – harácsoló” leleplezett formája; 2. nagyfokú külső társadalmi nyereséget biztosított, mivel Fehér most olyan helyzetbe jut, hogy barátai előtt nyíltan ócsárolhatja a hitelezőt, anélkül hogy elveszítené a “Jótét lélek” státusát. További belső társadalmi nyereséghez is juthat, amikor közvetlenül szembekerül a hitelezővel. Ezenfelül igazolva látja azt, hogy visszaél a hitelrendszerrel: ha a hitelezők ilyenek, mint azt éppen bizonyította, miért kellene bárkinek is fizetnie?

Az “Adóst” “Megpróbálom, hátha megúszom” formájában néha kisebb házak tulajdonosai is játsszák. A “Próbáld meg behajtani!” és a “Megpróbálom, hátha megúszom” játékosai könnyűszerrel felismerik egymást, és a várható tranzakciós nyereség meg a kilátásba helyezett sport titokban kedvükre van; könnyen kapcsolatba keverednek egymással. Függetlenül attól, hogy ki nyeri el a pénzt, mindegyik javított a másik helyzetén azzal, hogy “Miért mindig velem történik ilyesmi?-t” játszott, miután túl van mindenén.

A pénzjátszmák igen komoly következményekkel járhatnak. Lehet, hogy ezek a leírások mulatságosnak tűnnek – egyesek valóban annak látják őket –, de nem azért, mert jelentéktelen apróságokra vonatkoznak, hanem azért, mert olyan dolgoknak mutatják meg a banális indítékait, melyeket az embereknek illik komolyan venni.

Antitézis: A “Próbáld meg behajtani!” kézenfekvő antitézise: azonnali készpénzfizetést kell kérni. A jó “Próbáld meg behajtani!” játékos azonban, kiváló módszerek birtokában, sikeresen meg tudja ezt kerülni, csak a legviharedzettebb hitelezőn nem tud kifogni. A “Megpróbálom, hátha megúszom” antitézise a szolgálatkészség és becsületesség. Mivel a kérelem “Próbáld meg behajtani!” és “Megpróbálom, hátha megúszom” játékosok hivatásosok a szó teljes értelmében, az amatőr pontosan, annyi eséllyel játszik ellenük, mint a hivatásos hazárdjátékosok ellen. Noha az amatőr ritkán nyer, legalább élvezi, ha belekeveredik a játszmák valamelyikébe. Mivel mindkét játszmát hagyományosan kegyetlenül játsszák, a hivatásosoknak mi sem zavaróbb, mint ha egy amatőr áldozat hahotázik saját vereségén. Pénzügyi körökben ez soha nem fordulhat elő. Tudunk olyan esetekről, hogy az adós az utcán összetalálkozott valakivel, aki kinevette, s ez ugyanúgy meghökkentette, frusztrálta és zavarba ejtette, mint ha a Schlemielnek saját ellentétét kellene alakítania.

3. Rúgj belém!

Tézis: E játszma játékosainak társasági modora felér azzal, mintha egy “Kérlek, hogy ne rúgj belém” szövegű feliratot hordoznának. Szinte ellenállhatatlan kísértésbe viszik em-

bertársaikat, és amikor előáll a természetes következmény, Fehér szájalomra méltóan siránkozik: “De hiszen a felirat azt mondja, hogy *ne* rúgj belém.” Majd hitetlenkedve hozzáfűzi: “Miért mindig velem történik ilyesmi?” Klinikailag a “Miért mindig velem történik ilyesmi?” lehet befelé vetített (introjektált), és elleplezheti az a “Pszichiátriából” vett klisé, hogy “Valahányszor nyomás alá kerülök, mindig kiborulok.” A “Miért mindig velem történik ilyesmi?” egyik játzsmaeleme visszájára fordult büszkeség: “Az én balszerencsém jobb, mint a tiéd.” Ezt a tényezőt gyakran megtalálni paranoidoknál.

Ha a Fehér környezetében levő emberek tartózkodnak attól, hogy “Én csak segíteni próbálok rajtad” típusú jólelkűségből, társadalmi konvencióból vagy szervezeti szabályokból kifolyólag reagáljanak rá, Fehér magatartása egyre provokatívabb lesz, túllépi az. elviselhetőség határát, és kikényszeríti, hogy parancsolólag lépjenek fel vele szemben. A “Rúgj belém!” játékosokból kerülnek ki a kivetettek, a faképnél hagyottak, az elbocsátottak.

Nők körében ennek a játszmának az “Elnyűtt ruha” felel meg. Játékosai gyakran előkelő nők, de kopottnak akarnak látszani. Gondoskodnak róla, hogy keresetük, “jó” okból, sohase emelkedjék a megélhetési színvonal fölé. Ha váratlanul nagyobb összeg hullik az ölükbe, mindig akadnak vállalkozó szellemű fiatalemberek, akiknek a segítségével hamarosan megszabadulnak tőle; cserébe betársulhatnak valamilyen hitvány üzleti vállalkozásba vagy ehhez hasonlóba. Köznyelvi kifejezéssel az ilyen nőt “A mama barátnőjének” nevezik, ez mindig kész arra, hogy okos Szülői tanácsot adjon, és mások élményeiből él. A “Miért mindig velem törté-

nik ilyesmi?” csendes játszma, csak a résztvevők derekas küzdelemre valló magatartása sugározza azt, hogy: “Miért mindig velem történik ilyesmi?”

A “Miért mindig velem történik ilyesmi” egyik érdekes formáját olyanfajta kiegyensúlyozott emberek játsszák, akik az életben egyre több elismerést és sikert aratnak, gyakran várakozásukon felül. Itt a “Miért mindig velem történik ilyesmi?” elmélyült konstruktív gondolkodáshoz és a legjobb minőségű személyiségfejlődéshez vezethet – amennyiben a játszma a ”Mit is tettem azért, hogy ezt kiérdemeljem?” alakot ölti.

4. Most rajtacsíptelek, te gazember!

Tézis: Klasszikus formája a pókerezésben szemlélhető. Fehér verhetetlen leosztást kap, mondjuk négy ász. Ha “Most rajtacsíptelek. . .” játékos, akkor ebben az esetben sokkal jobban izgatja az a tény, hogy kényére-kedvére kiszolgáltatta neki a sors Feketét, mint az, hogy jó pókerjátékos, vagy hogy pénzhez jut.

Fehér valamilyen fürdőszoba-berendezést akart csináltatni. Mielőtt megrendelte volna a munkát, a szerelővel együtt gondosan áttanulmányozta a költségvetést. Megállapodtak az árban, és Fehér kikötötte, hogy nem léphetnek fel különkiadások. Amikor a szerelő benyújtotta a számlát, egy előre nem látott szelep miatt néhány dollárt hozzácsapott az összeghez. Ez négy dollár többletet jelentett egy négyszáz dolláros számlán. Fehér feldühödött, telefonon felhívta a szerelőt, és magyarázatot kért. A szerelő nem volt hajlandó

visszatáncolni. Fehér hosszú levélben becsmérelte a szerelő tisztességét és morálját; közölte, hogy addig nem fizeti ki a számlát, amíg az vissza nem vonja a külön felszámított tételet. A szerelő végül is beadta a derekát.

Rövidesen kitűnt, hogy mind a kettő játszmát játszott. Tárgyalásaik alatt felbecsülték egymás kapacitását. A szerelő a számla benyújtásával tette meg a provokatív lépést, de kedvezőtlen helyzetben volt, tekintve, hogy szavát adta Fehérnek. Az utóbbi ekkor feljogosítva érezte magát, hogy gátlástalanul kitöltse mérgét a szerelőn. Ahelyett hogy az önmaga számára felállított Felnőtt-mércék szerint, méltó módon, csupán tárgyalt volna vele – ha akár egy csipetnyi ártalmatlan bosszúsággal is –, Fehér megragadta az alkalmat, hogy a szerelőt egész életvitele miatt alaposan kioktassa. A felszínen Felnőtt érvelt Felnőtt ellen, jogos üzleti vita folyt egy bizonyos megállapított pénzösszegekről. Pszichológiai szinten Szülő szólt Felnőthöz: Fehér kihasználta banális, de társadalmilag védhető ellenvetését (beállítottságát) arra, hogy cseles ellenfelére zúdítsa sok éven át felgyülemlett haragját, ugyanúgy, ahogyan anyja tette volna hasonló helyzetben. Fehér azonnal ráismert a saját attitűdjére (“Most rajtacsíptelek. . .”), és rájött, hogy titokban milyen élvezetet szerzett neki a szerelő provokációja. Felidéződött benne, hogy kora gyermekkorától mindig kereste a hasonló igazságtalanságokat; élvezettel fogadta és hasonló lendülettel aknáztatta ki őket. Elmondta, hogy az esetek zömében már nem is emlékszik a voltaképpeni provokációra, de igen részletesen fel tudta idézni a rákövetkező csatározást. A szerelő szemmel láthatóan a “Miért mindig velem történik ilyesmi?” valamelyik változatát játszotta.

A “Most rajtacsíptelek. . .” kétszemélyes játszma, amelyet meg kell különböztetni a “Hát nem borzasztó?-tól”. A “Hát nem borzasztó?-ban” a cselekvő személy azért vadászik az igazságtalanságra, hogy egy harmadik személynek panaszkodhasson róla. Így háromszemélyes játzmává bővíti: Agresszor, Áldozat, Bizalmas. A “Hát nem borzasztó?-t” “Könnyebb a baj, ha többen viselik” jelige alatt játsszák. A Bizalmas rendszerint olyan személy, aki maga is “Hát nem borzasztó?-t” játszik. A “Miért mindig velem történik ilyesmi?” ugyancsak háromszemélyes, de itt a cselekvő személy balsors-hegemóniára törekszik, és zokon veszi, ha versenytársai akadnak. A “Most rajtacsíptelek, te gazember!” kereskedelmi téren háromszemélyes hivatásos formát ölt, ez a “zsarolás erkölcsrendészeti botránnal való fenyegetőzéssel”. Többé-kevésbé enyhe formában kétszemélyes házassági játzmként is előfordul.

Antitézis: A legjobb antitézis a korrekt magatartás. Aki kapcsolatra lép egy “Most rajtacsíptelek, te gazember!” játékkal, annak az első alkalommal egyértelműen és részletesen-meg kell határoznia a kapcsolat szerződésszerű struktúráját, a szabályokhoz pedig szigorúan ragaszkodnia kell. Klinikai gyakorlatban például azonnal tisztázni kell az elmulasztott vagy lemondott találkozás kifizetésének a kérdését, és a könyvelést különös gonddal kell végezni, nehogy hiba csússzék bele. Váratlan körülmény felmerülése esetén az antitézis abból áll, hogy vita nélkül, elegánsan engedni kell, mindaddig, ameddig a terapeuta hozzáláthat a játszma megbontásához. A mindennapi életben a “Most rajtacsíptelek, te gazember!” játékkal bonyolított gazdasági ügyletek mindig kockázatosak. Az ilyen személy feleségét udvarias

korrektséggel kell kezelni; a legenyhébb flört, udvarlás vagy bármi apróság is kerülendő, kiváltképp, ha maga a férj bátorítja azt.

Elemzés

Tézis: “Most rajtacsíptelek, te gazember!”

Célzat: Igazolás.

Szerepek: Áldozat, Agresszor.

Dinamika: Féltékeny harag.

Példák: 1. Ezúttal rajtacsíptelek. 2. Féltékeny férj.

Társadalmi paradigma: Felnőtt — Felnőtt.

Felnőtt: “Látod, milyen csúnyán viselkedtél?”

Felnőtt: “Most, hogy felhívod rá a figyelmemet, én is úgy látom.”

Pszichológiai paradigma: Szülő — Gyermek.

Szülő: “Figyeltelek, abban a reményben, hogy hibázol.”

Gyermek: “Ezúttal rajtacsíptél.”

Szülő: “Igen, és most majd megmutatom neked, hogy milyen az, amikor nagyon dühös vagyok.”

Lépések: 1. Provokáció – Vád. 2. Védelem – Vád. 3. Védelem – Büntetés.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – a harag igazolása.

2. Külső pszichológiai előny – elkerüli a saját fogyatékosságaival való szembenézést. 3. Belső társadalmi előny – Most rajtacsíptelek, te gazember. 4. Külső társadalmi előny – mindig azon vannak, hogy kitoljanak az emberrel. 5. Biológiai előny – ellenséges, többnyire azonos neműekkel folytatott cserekapcsolat. 6. Egzisztenciális előny – az emberekben nem lehet bízni.

5. Ennek is te vagy az oka!

Tézis: Klasszikus formájában házassági játszma, sőt, elsőrendű házasságbomlasztó, de játszhatják szülők és gyermekek is, és munkahelyeken is előfordulhat.

1. Első fokú “Ennek is te vagy az oka!”: Fehér emberke-rülő hangulatban van, beletemetkezik valamilyen tevékenységbe, ami kissé elszigeteli az emberektől. Pillanatnyilag talán nem is kíván egyebet, mint hogy békében hagyják. Egyszerre csak rátör egy betolakodó, a felesége vagy valamelyik gyereke, esetleg egy simogatásért jön, esetleg valami effélel kérdez: “Hol találom meg a hosszú csőrű fogót?” Ez a megzavarás lesz az “oka” annak, hogy Fehér vésője, ecsetje, írógépe vagy forrasztópákája megcsúszik; mire dühödten rákiált a betolakodóra: “Ennek is te vagy az oka!” Ha ez éveken át ismétlődik, családja egyre inkább magára hagyja, amikor valamibe beletemetkezik. Természetesen nem a betolakodó, hanem saját ingerültsége “okozza” a megcsúszást, ami nagyon is jól jön neki, mert erre hivatkozva dobja ki a látogatót. Sajnos, ezt a játszmát már kisgyerekek is rövid úton megtanulják, s így könnyen örökítődik át nemzedékről nemzedékre. A benne rejlő kielégülések és előnyök világosabban előtűnnek, amikor a játszmát megtévesztőben játsszák.

2. Másodfokú “Ennek is te vagy az oka!”: Ha erre a játszmára életvitel alapul, és nem csak alkalmanként használt védekezőmechanizmus, akkor Fehér olyan nőt vesz feleségül, aki “Én csak segíteni próbálok rajtad-ot” vagy annak egyik rokonát játssza. Ebben az esetben mindenkor simán átengedheti feleségének a döntést. Ez gyakran a tapin-

tat és a lovagiasság álöltözetét veheti magára. Fehér tiszteletteljesen és udvariasan feleségére bízva a választást, hová menjenek vacsorázni, milyen filmet nézzenek meg. Ha a dolgok jól jönnek ki, élvezi a helyzetet. Ha nem, őt hibáztathatja, mondva vagy érzékeltetve, hogy “ezt te főzted ki”, ami az “Ennek is te vagy az oka!” játszma egyszerű változata. Vagy: Fehér a gyermekek felnevelésére vonatkozó döntéseket hárítja át feleségére, miközben ő végrehajtó hatóságként tevékenykedik. Ha a gyerekek felfordulást csinálnak, akkor törőlmetszett “Ennek is te vagy az oka !-t” játszhat. Az évek során ez készíti elő a talajt ahhoz, hogy az anyát lehessen hibáztatni, ha a gyerekek rossz irányba fejlődnek. A játszma ekkor már nem öncél, hanem csupán pillanatnyi kielégülés az “Én megmondtam” vagy a “Nézd már megint mit csináltál” felé vezető úton.

A hivatásos játékos, aki pszichológiai útját “Ennek is te vagy az oká!-val” egyengeti, munkájában is élni fog vele. A munkahelyén játszott “Ennek is te vagy az oka!” játszmaiban sokat szenvedő, neheztelő pillantás helyettesíti a szavakat. A játékos javaslatokat kér munkatársaitól, “demokratizmusból” vagy pedig az “ésszerű vezetés” jegyében. Ezzel aztán támadhatatlan pozícióból terrorizálhatja fiatalabb kollégáit. Ha hibát követ el, ellenük fordíthatja a dolgot, ők lesznek a bűnbakok. Ha a hibát a felettesek ellen fordítja (őket teszi felelőssé), akkor a játszma önpusztító lesz: munkahelyen felmondáshoz, a hadseregben más egységhez való áthelyezéshez vezethet. Megbántott embereknél ebben az esetben a “Miért mindig velem történik ilyesmi?” egyik alkotóeleme, depressziósoknál pedig a “Már megint beleestem”. (Mindkettő a “Rúgj belém!” családba tartozik.)

3. Harmadfokú “Ennek is te vagy az oka!”: kemény formájában paranoidok játszhatják olyan emberek ellen, akik kellőképpen elővigyázatlanok ahhoz, hogy tanácsot adjanak nekik (lásd: “Én csak segíteni próbálok rajtad”). A játszma itt veszedelmes, sőt kivételes esetben végzetes is lehet.

Az “Ennek is te vagy az oka!” és a “Miattad keveredtem ebbe” pompásan kiegészíti egymást. A kettő kombinációja számos házasságban klasszikus alapja az álcázott játszma-szerződésnek. Ezt a szerződést az alábbi történe sor szemlélteti.

Fehérék megegyeztek abban, hogy a családi könyvvitelt, a folyószámla körüli teendőket Fehérné végzi, mivelhogy Fehér “hadilábon áll a számokkal”. Néhány hónapos időközben hiteltúllépésről értesítették őket, és Fehérnek kellett a bankkal elrendeznie az ügyet. Valahányszor a bajok forrását keresték, kiderült, hogy Fehérné valamilyen drága dolgot vett, anélkül hogy férjének szólt volna. Amikor ez napvilágra került, Fehér nagy hévvel játszotta a “Miattad keveredtem belé-t”, az asszony pedig könnyek között hallgatta a dorgálást, és megígérte, hogy többet ilyesmi nem fog előfordulni. Egy darabig simán mentek a dolgok, mígnem egy napon beállított a hitelező embere, és kérte egy régóta esedékes számla kiegyenlítését. Fehér, aki nem tudott a számláról, kérdőre vonta feleségét. Az asszony ekkor eljátszotta a maga “Ennek is te vagy az oka!” játszmáját, mondván, hogy a férj hibájából állt elő a helyzet. Mivel a férj megtiltotta, hogy a feleség túllépje a folyószámlájuk keretét az asszony csak úgy tudott kijönni a jövedelmükből, hogy ezt a nagy összeget kifizetetlenül hagyta, a fizetési felszólításokat pedig eltitkolta a férj elől.

Ezek a játszmák tíz éven át folytak azon az alapon, hogy most fordult elő utoljára, és a jövőben minden másképpen lesz – ami néhány hónapig így is történt. A terápia során Fehér igen okosan elemezte a játszmát, anélkül hogy a terapeuta segítségére szorult volna, és hatékony ellenszert is ki-gondolt. A házaspár megegyezett abban, hogy minden tör-lesztés és bankszámla Fehér nevére kerül. Fehérné továbbra is végzi a könyvelést és a csekkbefizetéseket. Így sem a fize-tési felszólítások, sem a túllépések nem kerülhetik el a férj figyelmét. Ily módon megosztották a költségvetési munká-kat. Először némi zavart okozott, hogy Fehéréket megfosz-tották az “Ennek is te vagy az oka!” – “Miattad kevered-tem ebbe” játszmapárból származó kielégülésektől és elő-nyöktől, de így rákényszerültek, hogy nyíltabb és konstruk-tívabb típusú örömmel jutalmazták egymást.

Antitézis: Az első fokú “Ennek is te vagy az oka!” játszmának az antitézise, hogy a játékost magára kell hagyni. Másodfokú játszma esetében a döntést vissza kell hárítani Fehérre. Az első fokú játékos reagálhat úgy, hogy elveszett-nek érzi magát, de ritkán gurul dühbe; a másodfokú játékos dacossá válhat, ha rákényszerítik, hogy kezdeményezést vál-laljon; ez odáig mehet, hogy az “Ennek is te vagy az oka!” játszma rendszeres leszerelése kellemetlen következménye-ket válthat ki. A harmadfokú játszma antitézisének szakmailag jól felkészült személy kezére kell bízni.

Részleges elemzés

Ennek a játszmának az igazolás a célja. Dinamikus szem-pontból: lágy formája az idő előtti ejakulációval hozható összefüggésbe, kemény formája a “kasztráció” miatti szo-

rongáson alapuló haraggal. Gyermekeknél könnyen alakul ki ez a játszma. A külső pszichológiai előny (a felelősség elkerülése) a legszembetűnőbb, és a játszmát gyakran siettetí a fenyegetően közelgő intimitás; a “jogos” harag ugyanis kiváló ürügy a szexuális kapcsolat elkerülésére. Az egzisztenciális beállítottság: “Én ártatlan vagyok.”

Jegyzet

Köszönettel tartozom az oaklandi Center for Treatment and Education on Alcoholismtól dr. Rodney Nurse-nek és Mrs. Frances Matsonnak, valamint dr. Kenneth Evertsnek, dr. R. J. Starrelsnak, dr. Robert Gouldingnak és más, e probléma iránt különösen érdeklődő kollégáknak nem szűnő erőfeszítéseikért, hogy az “Alkoholistát” mint játszmát tanulmányozzák, továbbá a téma jelenlegi kifejtéséhez való hozzájárulásukért és kritikájukért.

Hivatkozások

1. Berne, E.: *A Laymans Guide to Psychiatry and Psychoanalysis*. Simon and Schuster, New York, 1957. 191.
2. Mead, Margaret: *Growing Up in New Guinea*. William Morrow and Company, New York, 1951.

Hetedik fejezet

Házassági játzmák

Úgyszólván minden játzmából megépülhet a házasság és a családi élet állványzata, de egyes játzmák – mint például a “Ha te nem lennél” – különösen életképesek, más játzmákat pedig – mint például a “Frigid nőt” – sokan azért tűrnek el hosszú időn át, mert a szerződésben vállalt intimitás törvényes erővel tartja össze őket. A házassági játzmákat természetesen csak önkényesen választhatjuk el a külön fejezetben tárgyalt szexuális játzmáktól. A következő játzmák virágoznak ki jellegzetes módon házasságon belül: “Sarokba szorítás”, “Bíróság”, a “Frigid nő”, a “Frigid férfi”, “Úzott vad”, “Ha te nem lennél”, “Láthatod, hogy mindent megpróbáltam” és “Drágám”.

1. Sarokba szorítás

Tézis: A “Sarokba szorítás” szemlélteti a legtisztábban a játzmák manipulatív vonatkozását és intimitást megakadályozó funkcióját. A “Sarokba szorítás” paradox módon ab-

ból áll, hogy az egyik fél képmutatóan nem hajlandó részt venni a másik fél játszmájában.

1. Fehérné javasolja a férjnek, hogy menjenek moziba. Fehér beleegyezik.

2/a Fehérné “öntudatlan” nyelvbottlást követ el. Beszélgetés közben fesztelenül megemlíti, hogy festetni kellene. Ez költséges dolog, és Fehér nemrégiben tudtára adta, hogy anyagilag nem a legjobban állnak; kérte, hogy – legalábbis a következő hónap elejéig – ne hozza zavarba, ne bosszantassa valamilyen új pénzkiadási javaslattal. Fehérné tehát szerencsétlen pillanatban hozakodik elő a ház állapotával, és Fehér durván válaszol.

2/b A másik alternatíva: Fehér tereli a házra a beszélgetést, s így Fehérné nehezen tud ellenállni a kísértésnek, hogy meg ne említse, festetni kellene. Fehér, ugyanúgy, mint az előző esetben, durván válaszol.

3. Fehérné felhúzza az orrát; közli, hogy amennyiben Fehér ilyen csapnivaló hangulatban van, akkor nem megy vele moziba, legjobb lesz, ha Fehér egyedül megy. Mire a férj: ha így gondolja, akkor elmegy, egyedül.

4. Fehér moziba megy (vagy mulatni valahová a barátaival); Fehérné otthon hagyja, hadd babusgassa a rajta esett sérelmet. Ebben a játszmában kétféle trükk lehetséges:

a) Fehérné múltbeli tapasztalatok alapján nagyon is jól tudja, férje nem várja el tőle, hogy komolyan vegye a bosszankodását. A férj valójában nem akar többet, mint egy kis méltánylást, amiért olyan keményen dolgozik a család megélhetéséért. Ha ezt megkapná, akkor kart karba öltve, boldogan eltávozhatnának. De Fehérné visszautasítja a játszmát, és a férj úgy érzi, hogy csúfosan cserbenhagyták.

Csalódottan és neheztelve megy el, a feleség látszólag vérig sértve, valójában titkos győzelemérzettel marad otthon.

b) Fehér múltbeli tapasztalatok alapján nagyon is jól tudja, felesége nem várja el tőle, hogy komolyan vegye a sértődöttségét. Az asszony valójában csak annyit akar, hogy gyengéd szavakkal kicsalogassák sértődöttségéből. Ha ez megtörténne, akkor kart karba öltve boldogan eltávozhátának. De Fehér visszautasítja a játszmát, és tudja, hogy ez nem becsületes; tudja, az asszony arra vágyódik, hogy kedveskedéssel elcsalogassa, de úgy tesz, mintha ezt nem tudná. Elmegy, vidáman és megkönnyebbülten, de megbántott ábrázattal. Az asszony csalódottan, neheztelve marad otthon.

A győztes pozíciója, naivan nézve, mindkét esetben ki-kezdhetetlen: a férj vagy a feleség mindössze annyit tett, hogy a másikat szó szerint értette. Ez világosabb a b) esetben, ahol Fehér készpénznek veszi, hogy Fehérné nem akar menni. Mindketten tudják, hogy ez nem igaz, de az asszony, mivel kimondta, sarokba szorult.

Itt a külső pszichológiai előny a legszembeszökőbb. A filmek mindkettőjükre ösztönzőleg hatnak szexuálisan; több-kevesebb bizonyossággal előre tudják, hogy miután hazaértek a moziból, szeretkezni fognak. Ezért az a fél, amelyik el akarja kerülni az intimitást, beindítja a játszmát (a 2/a-t vagy a 2/b-t). Ez a "Perpatvar" egyik különösen idegesítő változata (9. fejezet).

Az a fél, amelyikkel "méltatlanul bántak", természetesen a maga hasznára fordíthatja azt, hogy a jogos felháborodás állapotában nincs kedve a szerelmeskedéshez; a sarokba szorított házastárs számára nincs kiút.

Antitézis: Fehérnének ez egyszerű. Mindössze annyit kell

tennie, hogy karon fogja a férjet, mosolyog, és elmegy vele hazulról (átváltás a Gyermekek én-állapotból a Felnőtt én-állapotba). Fehérnek nehezebb az antitézis, mivel az asszony a kezdeményező, de ha az egész helyzetet áttekinti, kedveskedéssel elérheti, hogy Fehérné, akár mint kiengesztelt, duzzogó Gyermekek, akár – jobbik esetben – mint Felnőtt, vele menjen.

A “Sarokba szorítás” némiképpen eltérő formája olyan családi játszma, amelybe a gyerekek is bevonódnak; ez a változat rokona a Bateson és munkatársai által leírt “kettős kötésnek”. Itt a gyereket szorítják sarokba, aki akármit csinál: rossz gyerek. Bateson iskolája¹ szerint ez fontos kórokozó tényezője lehet a szkizofréniának. A mi nyelvünkön ez úgy hangzik, hogy a szkizofrénia lehet egy gyermek antitézise a “Sarokba szorításra”. A felnőtt szkizofréniások játszmaelemzéssel való kezelése során ez helytállónak bizonyult, vagyis amikor egy családi “Sarokba szorítás” játszmát abból a célból elemeznek, hogy bebizonyítsák: a szkizofréniás magatartást a játékosok azért vették és veszik fel, hogy kivédjék ezt a játszmát, a megfelelően előkészített betegnél részleges vagy teljes átmeneti javulás áll be.

Mindenbe beleszólok, “Szülői” szülők közreműködésével szokott zajlani a “Sarokba szorítás” hétköznapi formája, melyet az egész család játszik, s amely többnyire a kisebb gyermekek jellemfejlődését érinti. A kislányt vagy a kisfiút állandóan nógatják, hogy segítsen többet a ház körül, de amikor megteszi, a szülők belekötnék abba, amit csinál: házi használatú példája annak, hogy “jaj neked, ha megteszed, és jaj neked, ha nem”. Ezt a “kettős kötés” a “Sarokba szorítás” dilemmás típusának nevezhetjük.

A “Sarokba szorítás” játszma néha a gyermekkori asztma környezeti kóroka lehet.

Kislány: “Anyu, szeretsz engem?”

Anya: “Mi az, hogy szeretet?”

Ez a válasz támasz nélkül hagyja a gyermeket. A kislány a mamáról szeretne beszélni, a mama pedig átkapcsol a filozófiára, amihez a gyermek még nem eléggé érett. Légzése nehezzé válik, az anya ingerült lesz, beáll az asztma, a mama mentegetőzik, és beindul az “Asztma” játszma menete. A “Sarokba szorítás” asztmás típusa még további tanulmányozásra vár.

Terápiás csoportokban néha előfordul a “Sarokba szorítás” egyik elegáns változata, amelyet “Russel-Whitehead-típusnak” nevezhetünk.

Fekete: “Mindenesetre, amikor csendben vagyunk, senki sem játszik játszmákat.”

Fehér: “A hallgatás is lehet játszma.”

Vörös: “Ma senki sem játszott játszmákat.”

Fehér: “De a nemjátszás is lehet játszma.”

A terápiás antitézis is legalább ilyen elegáns. Tilosak a logikai paradoxonok. Ha Fehért megfosztják ettől a manővertől, szorongásai azonnal felszínre jönnek.

Az “Uzsonnazacskó” nevű házassági játszma közel áll egyfelől a “Sarokba szorításhoz”, másfelől “Elnyűtt ruhához”. A férj, aki megengedhetné magának, hogy délben egy jó vendéglőben étkezzék, reggelente néhány szendvicset készít magának, amit egy papírzacskóban elvisz a hivatalába. Felhasznál kenyérdarabokat és vacsoramaradványokat, a papírzacskókat pedig a felesége rakja el neki. A férfi így teljes ellenőrzést gyakorolhat a család pénzügyei fölött,

mert ennyi önfeláldozás láttán ugyan melyik feleség merészelne műszörme gallért vásárolni magának? A férj még egyéb előnyöket is élvez: egyedül költheti el az ebédjét, és az ebédszünetben pótolhatja, amit délelőtt elmulasztott. Ez a játszma több szempontból konstruktív, Benjamin Franklin helyeselte volna, tekintve hogy kedvez a takarékoság, a kemény munka és a pontosság erényének.

2. Bíróság

Tézis: Leíró módon azoknak a játszmáknak az osztályába sorolható, amelyeknek legszínompásabb példányait a jogban láthatjuk; idetartozik a “Faláb” (elmezavarra való hivatkozás) és az “Adós” (polgári kereset). Klinikailag leggyakrabban a házassági tanácsadáson és a házaspárokból álló pszichoterápiás csoportokban szemlélhetők. Ezeken a helyeken néha örökös “Bíróság” játszma folyik, amivel semmit sem oldanak meg; a játszmát ugyanis sohasem bontják meg. Ilyen esetekben kiderül, hogy a tanácsadó vagy a terapeuta maga is mélységesen belebonyolódott a játszmába, anélkül hogy ennek tudatában lenne.

A “Bírószót” akárhányan játszhatják, de lényegileg háromszemélyes; szereplői – a férj, a feleség és a terapeuta személyében – a felperes, az alperes és a bíró. Ha terápiás csoportban vagy rádióban; illetőleg televízióban játsszák, a hallgatóságra jut az esküdtek szerepe. A férj kezdi, panasszal: “Hadd mondjam el, mit tett tegnap (a feleség neve). Fogta a . . .” stb. stb. Erre a feleség védekezően válaszol: “A valóságban a dolog így történt. . . emellett, közvet-

lenül azt megelőzően ő. . . és különben is, akkor mind a ketten. . .” stb. A férj lovagiasan hozzáfűzi: “Nos, örülök, hogy láthatták az érem mindkét oldalát, szeretem a tiszta ügyeket.” Ezen a ponton a tanácsadó megfontoltan így szól: “Azt hiszem, ha jobban belegondolunk. . .” stb., stb. Ha közönség is van, a terapeuta őket is bevonhatja a dologba: “Nos, hadd halljuk, mi a többiek véleménye.” Ha a csoport már jól összeszokott, a közönség utasítások nélkül is betölti az esküdszék szerep körét.

Antitézis: A terapeuta azt mondja a férjnek: “Önnek teljesen igaza van!” Ha a férj önelégülten vagy győzelemittasan elengedi magát, a terapeuta megkérdezi: “Mit érez, amikor ezt mondom?” A férj így felel: “Azt, hogy pompás.” Mire a terapeuta: “Voltaképpen úgy gondolom, hogy nincs igaza.” Ha a férj becsületes, azt mondja: “Végig tisztában voltam vele.” Ha nem becsületes, reakciójából kiolvasható lesz, hogy játszma folyik. Akkor jobban neki lehet látni a dolognak. A játszmaelem abban a tényben található, hogy noha a felperes kifelé lármás győzelmet követel, alapjában véve tudja, hogy nincs igaza.

Amikor már elégséges klinikai anyag áll rendelkezésre a helyzet megvilágításához, a játszma olyan manőverrel állítható le, amely az antitézis művészetének egyik legelegánsabb darabja. A terapeuta eltiltja a csoportot a (nyelvtani) harmadik személy használatától. Ettől fogva a tagok csakis közvetlenül egymáshoz fordulhatnak, vagy önmagukról beszélhetnek, nem mondhatják: “Hadd mondjam el magának róla. . .” Ezen a ponton, a házaspár vagy abbahagyja a játszmát; csoporton belül; vagy átvált a “Drágám-ra”, ami már némi javulás; vagy éppenséggel belekezd a “Továbbá-

ba”, ami viszont semmiféle segítséget nem jelent. (A “Drágám” leírására még visszatérek.) A “Továbbá” játszmában a felperes vádat vádra halmoz. Az alperes mindegyikre azt válaszolja: “Meg tudom magyarázni.” A felperes nem is figyel a magyarázatra, de mihelyt az alperes szünetet tart, “továbbá” felkiáltással máris beleveti magát a következő vádbeszédbe; ezt ismét magyarázat követi – tipikus Szülő-Gyermek közléscserének vagyunk tanúi.

A “Továbbá” játszmát legintenzívebben paranoid alperesek játsszák. Ezek görcsösen ragaszkodnak a tényekhez, s ez frusztrálja leginkább az olyan vádlókat, akik humorosan vagy képes beszéddel fejezik ki magukat. A “Továbbá” legnyilvánvalóbb csapdája a metafora, éppen ezért kerülendő.

A “Bíróság” *hétköznapi* formája gyakran látható gyermekek körében; ekkor háromszemélyes játszma két testvér és az egyik szülő között. “Anyu, elvette a csokit.” “Igen, de ő meg elvette a babámat, előtte meg rám ütött, és különben is, megígértük egymásnak, hogy elosztjuk a csokit.”

Elemzés

Tézis: “El kell ismerniük, hogy igazam van.”

Célzat: Önbátorítás.

Szerepek: *Felperes*, Alperes, Bíró (és/vagy Esküdtszék).

Dinamika: Testvérek közti versengés.

Példák: 1. A gyerekek veszekednek, a szülő közbelép. 2.

Házaspár “segítséget” kér.

Társadalmi paradigma: Felnőtt — Felnőtt.

Felnőtt: “Ezt tette velem.”

Felnőtt: “A valóságban a tények a következők.”

Pszichológiai paradigma: Gyermek — Szülő.

Gyermek: “*Nekem mondd, hogy igazam van!*”

Szülő: “Ennek van igaza. Vagy: “Mind a kettőtöknek igaza van.”

Lépések: 1. A panaszt el könyvelik – A védekezést elkönyvelik. 2. A felperes elkönyveli a cáfolatot, az engedményt. ill vagy a jóindulatú gesztust. 3. A bíró döntése, vagy utasítások az esküdtszéknek. 4. A végső döntés elkönyvelése.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – a bűnösség kivetítése. 2. Külső pszichológiai előny – felmentés a bűnösség alól. 3. Belső társadalmi előny – “Drágám”; “Továbbá”, “Perpatvar” és egyéb játszmák. 4. Külső társadalmi előny – “Bíróság”. 5. Biológiai előny – simogatás a bírótól és az esküdtszéktől. 6. Egzisztenciális előny – depressziós beállítottság; nekem soha sincs igazam.

3. Frigid nő

Tézis: Ez mindig házassági játszma, mivel aligha képzelhető el, hogy egy kötetlen kapcsolat valamennyire is hosszú időn át szolgálhatna a szükséges lehetőségekkel és előjogokkal, vagy hogy egy ilyenfajta kapcsolat fennmaradna a szóban forgó játszma esetén.

A férj közeledik feleségéhez, és visszautasításban részesül. Ismételt kísérletei után közlik vele, hogy minden férfi vadállat; felesége a szemére veti, hogy nem is szereti igazán, vagy hogy nem önmagáért szereti, csak a szex érdekli. A férj egy időre felhagy szándékával, aztán újabb kísérletet tesz – azonos eredménnyel. Végül is feladja a reményt, és többé

nem közeledik. Telnek a hetek vagy a hónapok, a feleség pedig egyre fesztelenebb lesz, olykor egyenesen hanyag. Hiányos öltözékben megy át a hálósobán, vagy elfelejt tiszta törülközőt magához venni, amikor fürdeni megy, így a férjnek kell azt utána vinnie. Ha az asszony keményen játszik vagy erősen iszik, az is lehetséges, hogy társas összejövetelen más férfiakkal kacérkodik. Végül is a férj reagál a kihívásokra, és újra kísérletet tesz. Megint csak visszautasításban részesül; beindul a “Perpatvar” játszma, amelynek most már része lesz iménti magatartásuk, belevonódnak más házaspárok, rokonaik, pénzügyeik és kudarcaik. Az egészre egy bevágott ajtó tesz pontot.

Ekkor a férj úgy dönt, hogy befejezettnek tekint mindent, és kialakítanak egy szexmentes *modus vivendit*. Hónapok telnek el. A férj nem kér a negligséparádéból és az “elfelejtett törülköző” manőverből. A feleség egyre kihívóbban fesztelen és feledékeny, de a férj kitart elhatározása mellett. Egyik este azután a feleség közeledik hozzá, és megcsókolja. A férj először érzéketlen marad, felidézi magában elhatározását, a természet azonban a hosszú böjtölés után követeli a maga jussát. Azt hiszi, hogy most már biztosra mehet. Az első tapogatózó lépések nem ütköznek akadályba. Egyre merészebb lesz. A feleség a kritikus ponton azonban visszahőköl és felkiált: “Ugye, hiába mondtam neked! Minden férfi vadállat, én csak gyöngédséget akartam, de titeket csak a szex érdekel!” Az erre bekövetkező “Perpatvar” játszma ezen a ponton átugorhatja az előzetes fázisokat – iménti magatartásukat és a rokonokat –, s egyenesen rátérhet az anyagi problémára.

Meg kell jegyezni, hogy a férj, állításai ellenére rendsze-

rint éppúgy fél a szexuális intimitástól, mint a felesége, és nagy gonddal választott olyan élettársat, aki biztosíték arra, hogy nem kell túlságosan igénybe vennie ingatag potenciáját; a zavarokért pedig a feleséget hibáztathatja.

A játszma *hétköznapi* formáját különböző korú férjezetlen hölgyek játsszák, s ezzel rövid úton kiérdemelnek egy közönséges jassznyelvi jelzöt. Náluk a dolog gyakran belecsúszik a felháborodás játszmába vagy a “Megerőszakolós-diba”.

Antitézis: A “Frigid nő” veszélyes játszma, és lehetséges antitézisei ugyancsak veszélyesek. Szeretöt tartani hazardjáték. A versenytárs ösztönző hatására a feleség felhagyhat a játszmával, és megpróbálhat normális házaseletet kezdeményezni, esetleg későn. Másfelől megeshet, hogy a szerelmi viszonyt – gyakran ügyvédi segédlettel – fegyverként használja a férj ellen folytatott “Most rajtacsíptelek, te gazember!” játszmában. A kimenetel abban az esetben is bizonytalan, ha a férj aláveti magát pszichoterápiás kezelésnek, a feleség viszont nem. A feleség játszmája összeomolhat, amint a férj megerősödik, és így képessé válik az egészségebb alkalmazkodásra; ha azonban az asszony kemény játékos, a férj állapotának javulása váláshoz vezethet. Mindkét fél számára, ha lehetséges, az a legjobb megoldás, ha bekapcsolódik egy tranzakcionális házassági csoport munkájába; itt lelepleződnek a játszma kínálta előnyök, felszínre kerül az alapjául szolgáló patológikus szexualitás. Ez az előkészítés mindkét házastársban felkeltheti az intenzív egyéni pszichoterápia iránti érdeklődést. Eredménye az lehet, hogy pszichológiai értelemben újra házasságot kötnek. Ha ez nem megy, annyi mindenképpen elérhető, hogy a felek érzé-

kenyebben fogják fel a helyzetet, és ennek megfelelően némileg újraformálják magatartásukat.

A *hétköznapi* forma tisztességes antitézise: más társ keresése. A ravaszabb és brutálisabb formák némelyike tisztességtelen, sőt bűnös.

Rokon játszmák: A fordított játszma, a “Frigid férfi” ritkábban fordul elő, de általános menete ugyanaz. Változatok csupán a részletekben mutatkoznak. A végső kimenetel a felek forgatókönyvétől függ.

A “Frigid nő” sorsdöntő pontja ugyanaz, mint a “Perpatvar” befejező fázisa. Ha erre sor került, a szexuális intimitás már nem jöhet szóba; a “Perpatvar” ugyanis mindkét fél számára perverz kielégülés, nincs további igény egymás szexuális izgatására. Következésképpen a “Frigid nő” legfontosabb ellenszere a “Perpatvar” elutasítása. Így a feleség szexuális kielégületlensége annyira felfokozódhat, hogy engedékenyebbé válik. A “Frigid nőt” és az “Üss meg, papát” annak alapján lehet egymástól megkülönböztetni, hogy mire használják benne a “Perpatvart”. Az “Üss meg, papá-ban” a “Perpatvar” az előjáték része, a “Frigid nőben” pedig a nemi aktust helyettesíti. Vagyis az “Üss meg, papában” a “Perpatvar” a nemi aktus előfeltétele, egyfajta izgalomfokozó fétis; a “Frigid nőben” viszont az egész epizód véget ér, mihelyt a “Perpatvar” lezajlott.

A “Frigid nő” egyik korai típusát az a finomkodó kislány játssza, akit Dickens ábrázol a *Szép reményekben*. Kikeményített ruhácskájában odajön a kisfiúhoz, és megkéri, hogy csináljon neki egy homoktortát. Utána csúfondáros megjegyzéseket tesz a kisfiú piszkos kezére, ruházatára, és közli vele, hogy lám, ő milyen tiszta.

Elemzés

Tézis: “Most rajtacsíptelek, te gazember!”

Célzat: Igazolás.

Szerepek: *A finoman viselkedő feleség*, a tapintatlan férj.

Dinamika: Péniszirigység.

Példák: 1. Köszönöm a homoktortát, te piszkos kisfiú. 2.

Provokatív, frigid feleség.

Társadalmi paradigma: Szülő — Gyermekek.

Szülő: “Megengedem, hogy csinálj nekem egy homoktortát (hogy megcsókolj).”

Gyermekek: “Szörnyen szeretném.”

Szülő: “Most nézd meg, milyen piszkos vagy.”

Pszichológiai paradigma: Gyermekek — Szülő.

Gyermekek: “Vajon el tudsz-e csábítani?”

Szülő: “Megpróbálok, ha megakadályozol benne.”

Gyermekek: “Te kezdted.”

Lépések: 1. Csábítás – Válasz. 2. Visszautasítás – Beletörődés. 3. Provokáció – Válasz. 4. Visszautasítás – Perpatvar.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – megszabadulás a szadista fantáziálás miatti büntudattól. 2. Külső pszichológiai előny – elkerülni azt, amitől fél, a feltárlkozást és a behatolást. 3. Belső társadalmi előny – a “Perpatvar”. 4. Külső társadalmi előny – Maga mit tesz a piszkos kisfiúval (férjjel)? 5. Biológiai előny – korlátozott szexjáték és ellenséges indulatok cseréje. 6. Egzisztenciális előny – Én tiszta vagyok.

4. Űzött vad

Tézis: Ez a hajszott háziasszony játszmája. Helyzete megkívánja, hogy tíz-tizenkét különféle foglalatossághoz értsen, vagy másként fogalmazva, hogy kecsesen betöltsön tíz-tizenkét szerepet. Időnként a vasárnapi mellékletekben félig tréfásan listákat olvashat ezekről az elfoglaltságokról és szerepekről: szerető, anya, gyermekgondozó, szobalány stb. Mivel ezek a szerepek rendszerint ütköznek egymással és fárasztóak, több éves egymásra rakódásuk előidézi azt az állapotot, amelyet jelképesen háziasszonytérd elnevezés jelöl (a térdet ugyanis ringatáskor, sikáláskor, emeléskor, autóvezetéskor stb. egyaránt használjuk); tünetei röviden és velősen a “Fáradt vagyok” panaszban összegeződnek.

Ha a háziasszony képes arra, hogy kialakítsa a maga tempóját, és kielégülést találjon abban, hogy szereti a férjét és a gyerekeit, akkor nemcsak leszolgálja, hanem élvezi is a maga huszonöt évét, és egy kicsit a szívébe hasít majd a magányosság, amikor legfiatalabb gyermekét is elküldte a bentlakásos főiskolára. Ha viszont úgy zajlik az élete, hogy egyfelől a benne lakozó Szülő irányítja, és e célra kiválasztott kritikus férje folyton felelősségre vonja, másfelől pedig család-szeretete nem nyújt neki elég kielégülést, akkor egyre boldogtalanabb lesz. Először talán a “Ha ti nem lennétek” és a “Szépséghiba” nevű játszmákból származó előnyökkel próbálja majd vigasztalni magát (és valóban, minden háziasszony ráfanyalodik erre, ha az út göröngyössé válik); ez azonban rövidesen már nem elegendő ahhoz, hogy a verkli tovább menjen. Ekkor más kiutat kell kitalálnia – ez lesz az “Űzött vad” játszma.

Ennek a játszmának egyszerű a tézise. A háziasszony a nyakába vesz mindent, ami csak adódik, sőt még többet is venne. Egyetért férje bíráló megjegyzéseivel, és helyt ad gyerekei összes kérésének. Ha vacsorát kell adnia, úgy érzi, hogy hibátlan alakítást kell nyújtania a következő szerepekben: kellemes csevegő, a ház úrnője, lakberendező, élelmező, ragyogó nő, szűz királynő és diplomata. De mindez nem elég: a vacsora napján délelőtt még saját kezűleg tortát is fog sütni, és fogorvoshoz viszi a gyerekeket. Ha elkínzott-nak érzi magát, úgy napját még gyötrelmesebbé fogja tenni. A délután közepe táján azután joggal összeesik, és a házban semmit sem végeznek el úgy, ahogyan kellene. Magára hagyja a férjét, a gyerekeket, a vendégeket, és önmagának tett szemrehányásai csak fokozzák gyötrelmeit. Két-három ilyen eset után házassága veszélybe kerül, a gyerekeket megzavarják a történetek, az asszony lefogy; haja rendetlen, arca nyúzott, a cipője elnyűtt. Ekkor jelenik meg a pszichiáternél, készen a kórházi beutalásra.

Antitézis: A logikus antitézis is egyszerű: Fehérné a hét folyamán sorban egymás után eljátszhatja összes szerepeit, de nem szabad egyidejűleg kettőt vagy többet vállalnia. Amikor koktélpartit ad, játszhat például élelmezőt vagy dadát, de a kettőt együtt nem. Ha csupán a háziasszonytérdtől szenved, akkor már emiatt is leszűkítheti tevékenységeit.

Ha igazi "Úzött vadat" játszik, igen nehezen képes ezt az elvet követni. Az ilyen esetekben a férj roppant gondos választás eredménye; olyan ember, aki egyébként méltányos, és csak akkor kritizálja a feleségét, ha úgy véli, hogy kevésbé hatékonyan működik, mint annak idején az anyja. Valójában az asszonyban anyja fantáziaképét veszi feleségül, úgy,

ahogyan azt a benne levő Szülő megörököltette, ez pedig hasonló ahhoz a fantáziaképhez, amit az asszony őriz anyjáról vagy nagyanyjáról. Ha rátalált a megfelelő partnerre, az asszonyban levő Gyermekek most már kiköthet a hajsztóság szerepkörénél, ami fenntartja lelki egyensúlyát. Ezt már nem adja fel egyhamar. Minél több felelősségteljes elfoglaltsága van a férjnek, annál könnyebben találhatnak majd mindketten Felnőtt okokat ahhoz, hogy kapcsolatuk egészségtelen oldalai fennmaradjanak.

Amikor a helyzet tarthatatlanná válik – nemegyszer annak következtében, hogy az iskola hivatalból közbelép boldogtalan gyermekük ügyében –, pszichiáterhez fordulnak, s ezzel a játszma háromszemélyessé bővül. A pszichiátertől ilyenkor két dolgot akarhatnak: a férj azt kívánja tőle, hogy végezzen generáljavítást a feleségén, a feleség pedig szövetséget vár tőle a férje ellen. Hogy mi történik ezután, az a pszichiáter ügyességén és éberségén múlik. Az első szakasz, a feleség depressziójának enyhítése, rendszerint simán telik el. A döntő második szakaszban az asszony játszmát vált: feladja az “Úzött vadat” a “Pszichiátria” kedvéért. Ez fokozódó ellenállást válthat ki mindkét házastársból, amit gyakran igen jóllepleznek, de hirtelen, ha nem is váratlanul, kirobban. Ha ezt a szakaszt is átvészelték, akkor megindulhat a játszmaelemzés igazi munkája.

Mindenképpen világosan kell látni, hogy az igazi bűnös a feleség Szülője, anyja vagy nagyanyja; a férj bizonyos mértékben csak szalmabáb, akit azért választottak, hogy eljátszsa szerepét a játszmában. A terapeutának nemcsak ezt a Szülőt kell leküzdenie, valamint a férjét, aki most már “fut a pénze után”, hanem a társadalmi környezetet is,

amely ösztönzi a feleség engedékenységet. Egy héttel azután, hogy megjelent a cikk, amely a háziasszony temérdek kötelező szerepét ecseteli, a vasárnapi lap az *Én hogyan bírkózik meg vele?* című írást hozza. Ez tíz pontból álló teszt annak megállapítására, hogy: “Milyen jó háziasszony (feleség, anya, házvezetőnő, kincstárnok) vagy?” Az “Úzött vadat” játszó háziasszonynak ez ugyanaz, mint a gyermekeknek a játékszerhez mellékelt cédula a játék szabályairól. Az ilyesmi sietheteti az “Úzött vad” játszma kifejlődését. Ha nem gátolják meg, az “Úzött vad” az “Állami Kórház” nevű játszmaiban végződhet. (“Amit a legkevésbé kívánok, az az, hogy kórházba küldjenek.”)

Az ilyen házaspárok esetében az egyik gyakorlati nehézség az, hogy a férj – a “Láthatod, hogy mindent megpróbáltam” játszása mellett – kerüli, hogy személyesen bevonódjék a kezelésbe, mivel általában sokkal zavartabb, mint azt maga is bevallaná. Ehelyett – indulatkitörések formájában – közvetett üzeneteket küldözget a terapeutának; tudja, hogy a feleség az ilyen eseményekről hűen be fog számolni. Az “Úzött vad” játszma ezért léphet át harmadfokú, életre-halálra menő válási harcba. A pszichiáter szinte egymaga áll az élet oldalán, csupán a beteg zaklatott Felnőttje segíti, ez pedig olyan harcot folytat, amely halálosnak bizonyulhat a feleség belső Szülőjével és Gyermekeivel szövetkezett férj mindhárom én-állapota számára. Drámai küzdelem, esélye kettő az öt ellen; próbára teszi a legjátésmamentesebb terapeuta szakmai jártasságát is. Ha elszáll a bátorsága, akkor választhatja a könnyebb ellenállást, és betegét feláldozza a válóperes bíróság oltárán; ez egyenértékű azzal, mintha így szólna: “Én megadom magam – verekedjetek meg ti ketten!”

5. Ha te nem lennél

Tézis: Ennek a játszmának a részletes elemzését az 5. fejezetben olvashattuk. A játszmaelemzés történetében ez volt a második játszma, amelyre fény derült. Elsőnek az “És miért nem – Hát igen, de. . .” rajzolódott ki, de ezt eleinte csak érdekes jelenséggként kezeltük. A “Ha te nem lennél” bemutatásával világossá vált, hogy alkalmasint a társas cselekvések egész csoportja rejtett tranzakciókon nyugszik. Ezután kezdtük aktívan kutatni az ilyenfajta viselkedést; ennek egyik eredménye a jelen gyűjtemény.

Rövidre fogva: egy nő uralkodni vágyó férfihoz megy feleségül abból a célból, hogy korlátozzák a tevékenységét, és ezzel megkímélik attól, hogy nyugtalanító helyzetekbe kerüljön. Ha ez csak egyszerű művelet lenne, rövid úton kifejezhetné háláját a férjnek, miután megtette neki ezt a szíves-séget. A nő reakciója a “Ha te nem lennél” játszmában azonban ezzel éppen ellentétes: visszaél a helyzettel, panasz-kodik, hogy korlátozzák tevékenységében. Házastársa ettől kényelmetlenül érzi magát, és mindenféle kedvezményeket nyújt neki. Ez a játszma jelenti a belső társadalmi előnyt; A külső társadalmi előny a “Ha ő nem lenne” című időtöltés, amelyet az asszony a maga rokon lelkű barátnőivel játszik.

6. Láthatod, hogy mindent megpróbáltam

Tézis: Hétköznapi, *klinikai* formájában háromszemélyes játszma; szereplői: egy házaspár és a pszichiáter. A férjnek (rendszerint) válás lebeg a szeme előtt, noha fennen bizony-

gatja az ellenkezőjét. A feleség sokkal őszintébben akarja a házasság fennmaradását. A férj kellenlően jön a terapeutához, és a feleség előtt feltűnően sokat beszél együttműködési készségéről; rendszerint lágy “Pszichiátria” vagy “Bíróság”. játszmát játszik. Az idő múlásával a férjben neheztelő álen-gedelmesség vagy ellenséges vitatkozó hajlam fejlődik ki. Odahaza eleinte több “megértést” és önmérsékletet tanúsít, de végül is elviselhetetlenebb, mint valaha. Egy, öt vagy tíz látogatás után – ez a terapeuta ügyességétől függ – nem hajlandó többé eljönni, helyette inkább vadászni vagy horgászni megy. A feleség ekkor rákényszerül a válóper beadására. A férj most ártatlan, hiszen a feleség tette meg a kezdeményező lépést, ő pedig – azzal, hogy eljárt a terapeutához – kimutatta jóindulatát. Kiváló helyzetet teremtett ahhoz, hogy így szóljon ügyvédhez, bíróhoz, baráthoz vagy rokonhoz: “Láthatod, hogy mindent megpróbáltam!”

Antitézis: A házaspár együtt jelentkezik. Ha az egyik – mondjuk a férj – világosan játssza ezt a játszmát, akkor a másikat egyéni kezelésre fogják, a játékosslal nem foglalkoznak, azon a jogos alapon, hogy kevésbé megközelíthető a terápia számára. A férj ettől még elválhat, de csak olyan áron, hogy le kell mondania a “mindent megpróbáltam” pozíciójáról. Szükség esetén a feleség kezdeményezhet válást, de az ő pozíciója sokat javult, tekintve hogy ő valóban “megpróbálta”. A kedvező, a remélt kimenetel az, hogy a férj – miután játszmáját megbontották – a kétségbeesés állapotába kerül, és – igazi indítékkal – máshová fordul gyógykezelés végett.

Könnyen megfigyelhető a játszma *hétköznapi* formája, ennek két szereplője a gyermek és az egyik szülő. A követke-

ző két beállítottság egyikéből játszható: “Gyámoltalan vagyok” vagy “Ártatlan vagyok”. A gyermek valóban megpróbálja a dolgot, de többnyire összezagyválja vagy alulmár. Ha Gyámoltalan, akkor a szülőnek kell helyette megcsinálnia. Ha Ártatlan, akkor a szülőnek semmilyen elfogadható oka nincs arra, hogy megbüntesse. Ez felfedi a játszma elemeit. A szülőnek két dologgal kell tisztában lenniük : melyikük tanította meg a gyereket erre a játzmára, és mi az, amivel fenntartják a játzmát.

Érdekes, noha nemegyszer baljóslatú változat a “Láthatod, hogy mindvégig mindent megpróbáltam”, amely rendszerint másod- vagy harmadfokú, keményebb játszma. Jól szemlélteti a szívósan dolgozó gyomorfehéyes ember esete.

Sok olyan ember akad, aki súlyosbodó betegsége ellenére is megteszi, amit csak tud, és ahhoz, hogy elfogadható módon megbirkózhassék a helyzettel, családjá támogatását igényli. Az ilyen körülmények azonban rejtett célok érdekében is kiaknázzhatók.

Első fok: Valaki bejelenti feleségének és barátainak, hogy gyomorfehéye van. Tudtukra adja azt is, hogy nem hagyja abba a munkáját. Ez csodálatot vált ki. A fájdalom és a kellemetlen állapot talán fel is jogosítja arra, hogy egy csöppet kérédjék, enyhe vigaszt nyer szenvedése miatt. Méltányolni kell, hogy nem játszik helyette “Falábat”, és jár neki némi elégtétel azért, hogy továbbra is ellátja a feladatait. Ilyen esetben a “Láthatod, hogy mindvégig mindent megpróbáltam-ra” az az előzőkeny válasz, hogy “Igen, mindannyian bámuljuk a lelki erőt és a lelkiismeretességét”.

Második fok: Valakivel közlik, hogy gyomorfehéye van,

de ő, eltitkolja ezt felesége és barátai előtt. Éppúgy dolgozik és hajtja magát, mint azelőtt, egy napon aztán összeesik a munkahelyén. Értesítik a feleségét, aki ezzel a következő üzenetet kapja: “Láthatod, hogy mindent megpróbáltam.” A férj most azt várja a feleségtől, hogy jobban becsülje, mint bármikor azelőtt, és megbánást érezzen az összes alávalóságokért, amelyeket a múltban mondott és tett. Röviden: azt várja, hogy – miután csődöt mondott minden korábbi körüludvarlási módszere – felesége most igazán szeresse. De sajnos ezt hiába várja, a feleség mostani gyengédségét és együttérzését sokkal inkább a bűntudat, mint a szerelem mozgatja. Lelke mélyén az asszony neheztel, mert úgy érzi, a férj tisztességtelen fegyvert vetett be ellene, nem volt rendes dolog, hogy eltitkolta előle betegségét. Röviden és velősen: a briliánsokkal kirakott karkötő tisztesebb eszköze az udvarlásnak, mint a perforált gyomor. Az ékszer az asszony szabadon visszadobhajta, de a gyomorfekélynek tiszta lelkiismerettel nem fordíthat hátat. Azzal, hogy a férj hirtelen szembeszegezi vele súlyos betegségét, nemigen tudja “megfőzni”, az asszony sokkal inkább csapdába esett vadnak érzi magát.

Ez a játszma gyakran azon nyomban felismerhető, amikor a betegnek tudomására hozzák, hogy feltehetőleg súlyosabb betegségnek néz elébe. Ha megfogamzik benne a játszma, az egész terv valószínűleg már ekkor átvillan az agyán. A helyzet gondos pszichiátriai áttekintése mindezt már ekkor felszínre hozhatja. Felfedhető a benne lakozó Gyermekek titkos káröröme, amely akkor lép működésbe, amikor megtudja, hogy milyen fegyver birtokába jutott; mindezt pedig eltakarja a Felnőtt-aggodalom afölött, hogyan tud majd meg-

birkózni a betegsége által előidézett gyakorlati problémákkal.

Harmadik fok: Még komorabb és bosszúállóbb dolog a súlyos betegség miatt elkövetett, előre nem jelzett öngyilkosság. A gyomorfekély rákká fejlődik, és egy napon a feleség, akit sohasem tájékoztattak arról, hogy baj van, bemegy a fürdőszobába, és holtan találja a férjét. Az üzenet világos: “Láthatod, hogy mindvégig mindent megpróbáltam.” Ha ugyanazzal a nővel már kétszer is előfordult ilyesmi, itt az ideje, hogy rájöjjön, miféle játszmát játszott.

Elemzés

Tézis: “Nekem ne parancsolgassanak.”

Célzat: Igazolás.

Szerepek: Állhatatos, Üldöző, Tekintély.

Dinamika: Anális passzivitás.

Példák: 1. Öltözködő gyermek. 2. Válni szándékozó házastárs.

Társadalmi paradigma: Felnőtt — Felnőtt.

Felnőtt: “Itt az ideje, hogy (felöltözködj, elmenjünk a pszichiáterhez). “

Felnőtt: “Jó, megpróbálom.”

Pszichológiai paradigma: Szülő — Gyermekek.

Szülő: “Most pedig azért is (felöltözzöl, elmegyünk a pszichiáterhez).”

Gyermekek: “Láthatod, nem megy.”

Lépések: 1. Javaslat – Ellenállás. 2. Nyomás – Engedelmesség. 3. Jóváhagyás – Kudarcc.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – az agresszió miatt érzett büntudat feloldása. 2. Külső pszichológiai előny –

kibújás az otthoni kötelezettségek alól. 3. Belső társadalmi előny – Láthatod, hogy mindent megpróbáltam. 4. Külső társadalmi előny – ugyanaz. 5. Biológiai előny – ellenséges indulatok cseréje. 6. Egzisztenciális előny – Gyámoltalan (ártatlan) vagyok.

7. Drágám

Tézis: Legszebb példányai a házaspárok csoportterápiájának korai fázisaiban láthatók, amikor a felek védekeznek. Társas összejöveteleken is megfigyelhető: Fehér egy anekdotának álcázott enyhén becsmérő megjegyzést tesz Fehérnére, amely így fejeződik be: “Nem így van, drágám?” Fehérné két, látszólag Felnőtt-okból úgy tesz, mintha egyetértene: *a)* az anekdota, lényegét tekintve, helytálló, és szőrszálhasogatásnak tűnne, ha olyasmibe kötne bele, amit lényegtelen részletként tálalnak (de ami voltaképpen a tranzakció leglényegesebb pontja); *b)* bárdolatlanságnak látszana ellentmondani valakinek, aki az embert nyilvánosság előtt “drágámnak” szólítja. Beleegyezésének pszichológiai oka azonban depressziós beállítottságában rejlik. Éppen azért ment férjhez Fehérhez, mert tudta, hogy a férfitől megkaphatja az elvárt szolgálatot: az kitálalja fogyatékoságait, és így megkíméli őt attól a kellemetlenségtől, hogy magának kelljen azokat feltárnia. Amikor kicsi volt, a szülei ugyanilyen módon siettek a segítségére.

A “Bíróság” mellett ez a másik leggyakoribb játszma a házassági csoportokban. Minél feszültebb a helyzet, minél közelebb jár a játszma a leleplezéshez, annál keserűbben ej-

tik ki a “drágám” szót – mígnem felszínre kerül a neheztelés. A gondos vizsgálat kimutatja, hogy ez a játszma a “Schlemiel” rokona, a döntő lépés ugyanis Fehérné hallgatólagos megbocsátása Fehér neheztelése miatt, de ennek tudomásulvételét az asszony makacsul elhárítja. Ebből következik, hogy a “Drágám” ellenszerét a “Schlemiel” ellenszeréhez hasonlóan kell játszani: “Mesélhetsz rólam becsmérő anekdotákat, de légy szíves, ne nevezz »drágámnak«!” Az antitézisnek ugyanazok a veszélyei, mint “Schlemiel” ellenszerének. Kifinomultabb és kevésbé veszélyes antitézis az a válasz, hogy: “Igen, *aranyom!*”

Egy másik formában a feleség, ahelyett hogy egyetértene, egy hasonló, a férjről szóló “Drágám” típusú anekdotával válaszol, ami valójában annyit tesz, mint: “Te sem vagy különb nálam, kedvesem.”

A becéző szavakat néha nem is ejtik ki, de a jó fülű hallgató kimondatlanul is érzékeli őket. Ez a “Drágám” játszma néma változata.

Hivatkozások

1. Bateson, G. et al.: “Toward a Theory of Schizophrenia.” *Behavioral Science*, 1: 251- 264, 1956.

Nyolcadik fejezet

Társasági játshmák

Az összejövetelek az időtöltésekért vannak, az időtöltések pedig az összejövetelekért (beleértve a hivatalos csoport-összejövetelek megkezdése előtti időszakot is). De ahogy az ismeretségek fokozatosan elmélyülnek, játshmák kezdik felütni a fejüket. A Schlemiel és áldozata felismeri egymást, ugyanezt teszi Nagy Menő és “Ó én szegény” beindul az összes ismerős, de számításon kívül hagyott kiválasztódási folyamat. Ebben a fejezetben négy olyan tipikus játshmát veszünk szemügyre; melyet szokványos társadalmi helyzetekben játszanak. Ezek a következők: “Hát nem borzasztó?”, “Szépséghiba”, “Schlemiel” és “És miért nem. . . – Hát igen, de. . . “

1. Hát nem borzasztó?

Tézis: Négy jelentősebb formában játsszák: Szülői időtöltés, Felnőtt-időtöltés, Gyermei időtöltés és játshma. Az időtöltésekben nincs végkifejlet vagy nyereség, viszont sok a méltatlan érzelem.

1. A “Manapság” képmutató, büntető, sőt esetenként gonosz Felnőtt-időtöltés. “Szociológiai szempontból bizonyos típusú, csekély, de független jövedelemmel rendelkező középkorú asszonyokra jellemző. Egy ilyenfajta asszony kimaradt a terápiás csoportból, amikor nyitó lépését – a saját társadalmi körében megszokott élénk helyeslés helyett – csend fogadta. Ebben a játszmaelemzéshez szokott, tapasztalt csoportban Fehért mellbevágta az együttérzés hiánya, amikor a következőt mondta: “Hát ha már erről beszélünk, bizony nem csoda, hogy manapság senkiben sem lehet megbízni. Egyszer átkutattam az egyik albérlőm íróasztalát, és el se hinnék, hogy mit találtam”. Az asszony tudta a válszokat minden aktuális közösségi problémára, úgy is, mint: ifjúkori bűnözés (a szülők manapság nagyon engedékenyek); válás (a feleségeknek manapság nincs elegendő tenni-valójuk, ami lekötne őket); bűnözés (manapság idegenek költöznek be a fehér városnegyedekbe); emelkedő árak (a kereskedők manapság túlságosan nyereszkedők). Világosan érzékeltette, hogy ő bizony cseppet sem engedékeny kihágásokat elkövető fiával és albérlőivel szemben.

A “Manapságot” a “nem csoda” jelszó különbözteti meg a pusztá pletykától. A nyitó lépés akár azonos is lehet. (“Azt mondják, hogy Bürgözdi Flóri”), de a “Manapságnak” iránya és lezárása van; esetleg “magyarázattal” is szolgál. A pusztá pletyka csupán kalandozik egy kicsit vagy tovakszik.

2. A “Sérülés” – azzal a jelszóval, hogy “Milyen kár!” – jóindulatúbb Felnőtt-változat; noha ugyanolyan kóros indítékok húzódnak meg a mélyén. A “Sérülés” elsősorban a vér kicsordulásával foglalkozik; lényegében bizalmas esz-

mecssere klinikai kérdésekről. Bárki előadhat egy esetet, minél borzasztóbbat, annál jobb, a részletességet mohó megelégedéssel nyugtázzák. Arcsérülések, hasi műtétek és nehéz szülések a kedvelt témák. Ezt a változatot a versengés és a sebészi hozzáértés különbözteti meg a henye pletykától. Rendszeresen foglalkoznak kórbonctannal, diagnózissal, prognózissal és összehasonlító esettanulmányokkal. A pusztapletykának nincs ellenére a jó prognózis, ezzel szemben a “Sérülés” játszmában az egyértelműen biztató kilátások hallatán – hacsak nem nyilvánvalóan őszintétlen a tálalás – titokban talán még a Játékszabály-vizsgáló Bizottság is összeül, mivel ebben az esetben a játékos *non particeps criminis*.

3. A “Leállás” vagy “Uzsonnaszünet” Gyermekidőtöltés; jelszava: “Figyeld meg, mit csinálnak most velünk.” Ezt a változatot szervezeti keretek közt játsszák. Sötétedés után az enyhébb, politikai vagy gazdasági formát is játszhatják, ezt “Bárszéknek” nevezzük. Valójában három személyes játszma, a tromfot az “őknek” nevezett, nemegyszer homályos figura tartja;

4. A “Hát nem borzasztót” mint játszmát legdrámaibb formájában olyanok játsszák, akik lelkesen végeztenek magukon mindenféle műtéteket; tranzakcióik szemléletesen érzékeltetik a játszma jellegzetességeit. Ezek az emberek az orvosok állandó üzletfelei; a józan orvosi ellenvéleménnyel mit sem törődve aktívan hajszolják a sebészi beavatkozást. Maga az élmény – a kórház és a műtét – nyújtja nekik az előnyöket. A belső pszichológiai előny a test megcsonkítása; a külső pszichológiai előny mindenfajta intimitás és felelősség elkerülése – kivételt képez a sebész, akinek viszont

teljes mértékben megadják magukat. A biológiai előnyökre az ápoló gondoskodás a jellemző. A belső társadalmi előnyöket az orvosok, az ápoló személyzet és a betegtársak nyújtják. A kórház elhagyása után abból nyerik a külső társadalmi előnyöket, hogy együttérzést és félelemmel vegyes megilletődést váltanak ki. Ezt a játszmát szélsőséges formájában hivatásos módon játsszák olyan fondorlatos vagy megrögzött kliensek, akik a baleset vagy a hibás kezelés miatt kiutalt összegre pályáznak; ők a megélhetésüket biztosíthatják a szándékosan előidézett vagy alkalmoszerűen előforduló betegségeikből. Az ilyen emberek, szemben az amatőr játékosokkal, nemcsak együttérzést, hanem kártalanítást is követelnek. A “Hát nem borzasztó” akkor válik játszmává, ha a játékos úgy tesz, mintha nagy bajban volna, de titokban örömmel gondol arra, hogy milyen kielégüléseket facsarhat majd ki balszerencséjéből.

Általában a bajoktól sújtott embereket három csoportba oszthatjuk:

1. A szenvedés véletlenül és akaratlanul éri utol őket. Az ilyenek vagy kihasználják vagy nem használják ki a feléjük áramló rokonszenvet. Ha egy kicsit kihasználják, az természetes, és a szokásos udvariassággal kezelendők.

2. A szenvedés véletlenül éri utol őket, de a bajt szívesen fogadják, mivel kihasználása bizonyos lehetőségeket kínál. Itt a játszma utógondolat, “másodlagos előny”, freudi értelemben.

3. Akik keresik a szenvedést, mint például a különféle műtétek hívei, akik addig járnak egyik sebésztől a másikig, amíg nem találnak egyet, aki hajlandó megoperálni őket. Itt a játszma az elsődleges tét.

2. Szépséghiba

Tézis: Nagy százalékban ez a játszma a forrása a mindennapi élet apró viszályainak. Depressziós “sem mire sem vagyok jó” Gyermek-beállítottságból játsszák, amely védekezőleg átfordult az “ők sem mire sem jók” Szülői beállítottságba. A játékosnak ekkor az lesz a tranzakcionális feladata, hogy az utóbbi tézist bizonyítsa. Ezért a “Szépséghiba”-játékosok mindaddig nem érzik jól magukat egy új személy társaságában, amíg rá nem találtak az illető valamilyen fogyatékoságára. Legkeményebb formájában, totalitárius politikai játszmvá válhat; “tekintélyelvű” személyiségek játsszák, és súlyos történelmi következményekre vezethet. Itt nyilvánvaló a közeli rokonság a “Manapsággal”. Kertvárosi társaságokban az “Én így csinálom” játszásából pozitív, a “Szépséghibásból” viszont negatív biztonságérzet származik. A részleges elemzés jobban megvilágítja ennek a játszmának az elemeit. Ezek nagy változatosságot mutatnak: a premisszák lehetnek triviálisak és oda nem tartozók (“Tavalyi kalap”), cinikusak (“Nincs 7000 dollárja a bankban”), rosszat sejtetők (“Nem 100%-os árja”), ezoterikusak (“Nem olvasott Rilket”), bizalmasak (“Nem tudja tartani az erekcióját”) vagy keresettek (“Vajon mit akar ezzel bizonyítani ?”). Pszichodinamikus alapja többnyire a szexuális biztonságérzet hiánya, célja az önbátorítás. Tranzakcionálisan: tapintatlan, beteges kíváncsiság vagy éberség, s a Gyermeki élvezetet néha jólelkű Szülői vagy Felnőtti gondoskodás álcázza. Belső pszichológiai előnye a depresszió elhárítása. Külső pszichológiai előnye az intimitás elkerülése; az intimitás ugyanis felfedhetné Fehér fogyatékoságait. Fehér

igazolva érzi magát, amikor elutasít egy nem divatos nőt, egy kellő anyagi alapokkal nem rendelkező embert, egy nem árját, egy tanulatlant, egy impotens férfit vagy egy bizonytalan személyiséget. A tolakodó kíváncsiság ugyanakkor bizonyos belső társas cselekvést kínál biológiai nyereséggel. A külső társadalmi előny ugyanaz, mint ami a “Hát nem borzasztó?” család Jó Szomszéd típusát általában jellemzi.

Érdekes adalék, hogy Fehér premisszája nincs összefüggésben szellemi erőforrásaival vagy látszólagos szellemi kifinomultságával. Így történhetett meg, hogy egy felelős külügyi posztot betöltő egyén egyszer kifejtette hallgatóságának, hogy egy “bizonyos másik ország azért alacsonyabb rendű, mert – egyebek között – a férfiak túlságosan hosszú ujjú zakót viselnek.. Ez az ember Felnőtt én-állapotában kifogástalanul értette a dolgát. Csak akkor volt képes ilyen jelentéktelen, oda nem illő dolgokkal előhozakodni, amikor olyasfajta Szülői Játszmát játszott, mint a “Szépséghiba”.

3. Schlemiel

Tézis: A “Schlemiel” kifejezés nem Chamisso regényének hőisére¹ az árnyék nélküli emberre utal, hanem egy népszerű jiddis szóra, ami rokon értelmű a ravaszdit jelölő német és holland kifejezéssel. A Schlemiel áldozata, aki olyasféle alak, mint Paul de Kock “Jólelkű Fickója,² köznyelvi kifejezéssel a Schlemazl nevet kapta. A tipikus “Schlemiel” játszma lépései a következők:

Fehér 1. Fehér egy pohár whiskyt ráborít a háziasszony estélyi ruhájára.

Fekete 1. Fekete (a házigazda) első reakciója a düh, de megérzi (gyakran homályosan sejti), hogy ha kimutatja, Fehér nyert.

Fehér 2. Fehér így szól: “Bocsánat.”

Fekete 2. Fekete motyogva vagy hangos szóval megbocsát, s ezzel megerősíti a másik illúzióját, hogy nyert.

Fehér 3. Fehér újabb lépést tesz annak érdekében, hogy Fekete tulajdonában valamilyen kárt tegyen. Eltör, kiönt dolgokat, és mindenféle zúrt csinál. Miután lyukat égetett az asztalterítőbe, a szék lábát a csipkefüggönybe akasztotta, a mártást a szőnyegre öntötte, a Fehérben lakozó Gyermekek valósággal felvillanyozódik: élvezte, amit művelt, s tetteit mind megbocsátották neki. Fekete viszont jóleső érzéssel szenved el a magára parancsolt önuralmat. Így mindketten hasznát húznak a szerencsétlen helyzetből, és nem biztos, hogy Fekete mindenáron véget akar vetni a barátságnak.

Fehér mindenképpen nyer, mert a legtöbb játszmában az nyer, aki az első lépést teszi. Ha Fekete kimutatja haragját, Fehér feljogosítva érzi magát arra, hogy nehezteléssel válaszoljon. Ha Fekete fegyelmezi magát, Fehér újabb kis örömeket szerezhet magának. Ennek a játszmának az igazi nyeresége azonban nem a pusztítás gyönyöre – ez csak prémium Fehérnek –, hanem az, hogy megbocsátanak neki. Ez pedig egyenesen átvezet az antitézishez.

Antitézis: Az anti-”Schlemiel” játszma lényege, hogy nem nyújtja a kívánt feloldozást. Miután Fehér azt mondta, hogy “bocsánat”, Fekete, ahelyett hogy “Nem tesz semmit”-et motyogna, így szól: “Ma este zavarba hozhatja a feleségemet, megrongálhatja a bútort, tönkreteheti a szőnyeget, de kérem, ne mondja azt, hogy »bocsánat«!” Ezzel

Fekete a megbocsátó Szülőről átvált az objektív Felnőttre, aki vállalja a felelősséget, hogy Fehért egyáltalán meghívta.

Hogy Fehér játszmája mennyire intenzív, az a reakciójából fog kiderülni. A reakció kirobbanóan heves is lehet. Aki anti-”Schlemielt” játszik, könnyen kiválthat azonnali megtorlást, vagy legalábbis vállalja azt a kockázatot, hogy ellenséget szerez magának.

Gyermekek gyakran csökevényes formában játszanak ”Schlemielt”: nem mindig bizonyosak a megbocsátásban, de legalább kiélvezik a zúr csinálást. Később fokozatosan megtanulják a társaságbeli viselkedést, és közben kiismerik a csinját-bínját, hogyan lehet megbocsátáshoz jutni – ami a játszma fő célja, amikor udvarias, felnőtt társasági körökben játsszák.

Elemzés

Tézis: ”Rombolhatok, és mégis megbocsátanak nekem.”

Célzat: Feloldozás.

Szerepek: Agresszor, Áldozat (köznyelvi kifejezéssel Schlemiel és Schlemazl).

Dinamika: Anális agresszió.

Példák: 1. Rendetlen, rontópál gyerekek. 2. Ügyetlen vendég.

Társadalmi paradigma: Felnőtt — Felnőtt.

Felnőtt: ”Mivel én udvarias vagyok, neked is udvariasnak kell lenned.”

Felnőtt: ”Rendben van. Megbocsátok neked.”

Pszichológiai paradigma: Gyermek — Szülő.

Gyermek: ”Meg kell bocsátanod az akaratlanul előadódó dolgokat.”

Szülő: “Igazad van. Meg kell tanítanom téged a jó modorra.

Lépések: 1. Provokáció – neheztelés. 2. Mentegetőzés – megbocsátás.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – a zűrcsinálás gyönyöre. 2. Külső pszichológiai előny – a büntetés elkerülése. 3. Belső társadalmi előny – “Schlemiel”. 4. Külső társadalmi előny – “Schlemiel” 5. Biológiai előny – provokatív és gyengéd simogatás. 6. Egzisztenciális előny – ártatlan vagyok.

4. És miért nem. . . - Hát igen, de. . .

Tézis. Az “És miért nem. . . - Hát igen, de. . .” különleges helyet foglal el a játszmaelemzésben, mivel eredendően ez adott ösztönzést a játszma fogalmának kialakításához. Ezt a játszmát hántották ki elsőként társadalmi összefüggéseiből, és mivel a játszmaelemzés legrégebb tárgya, a legjobban feltárt játszmák közül való. Ezenkívül ezt a játszmát játsszák leginkább társas összejöveteleken és mindenféle csoportokban, beleértve a pszichoterápiás csoportokat is. Az alábbi példa jól szemlélteti fő jellemvonásait:

Fehérné: “A férjem ragaszkodik hozzá, hogy az összes tatarozásokat magunk végezzük, de semmit sem csinál meg rendesen.”

Fekete: “Miért nem végez el egy faipariasztalos tanfolyamot?”

Fehérné: “Hát igen, de nincs rá ideje.”

Kék: “És miért nem szerez néhány jó szerszámot?”

Fehérné: “Hát igen, az kellene, de nem tudja, hogyan kell őket használni.”

Vörös: “És miért nem asztalossal végeztetik el a munkát?”

Fehérné: “Hát igen, de az nagyon sokba kerülne.”

Barna: “És miért nem törődik bele, hogy a férje úgy csinálja meg a dolgokat, ahogyan csinálja?”

Fehérné: “Hát igen, de az egész összedőlhet.”

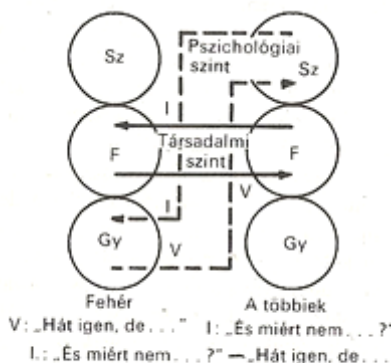
Az ilyen eszmecserét rendszerint csend követi, Alkalomadtán Zöld megtöri valami ilyesmivel: “Hát igen, ez, jellemző a férfiakra, akik mindig meg akarják mutatni, hogy milyen hasznosak.”

Az “És miért nem. . . - Hát igen, de-t” akárhányan játszhatják. A cselekvő személy felveti a problémát. A többiek elkezdenek megoldásokat javasolni; mindegyik úgy kezdődik, hogy “*És miért nem. . . ?*” Fehérné mindegyikre tesz valamilyen “Hát igen, de. . .” kezdetű ellenvetést. A jó játékos a végtelenségig képes lavírozni, addig tér ki, amíg csak a többiek fel nem adják a dolgot: akkor Fehérné nyert. Számos helyzetben tucatnyi vagy annál is több megoldási javaslatot kell kivédenie ahhoz, hogy kimesterkedje a csüggedt csendet, ami győzelmét jelzi, s nyitva hagyja a terepet egy újabb játszma számára, a fenti paradigma szerint. Ekkor Zöld átvált a “Szülői munkaközösség” Kötelességmulasztó Férj típusára.

Mivel a megoldási javaslatokat – ritka kivételtől eltekintve – elvetik, nyilvánvaló, hogy ez a játszma valamilyen rejtett célt szolgál. Az “És miért nem. . . - Hát igen, de. . . -t” nem látszólagos célja (Felnőtt keres információt vagy megoldást) miatt játsszák, hanem azért, hogy a

Gyermek megnyugtatóban vagy jutalomban részesüljön. Száraz leírásban a játékos Felnőttnek látszhat, de igazi valójában Fehérné olyan Gyermek, aki nem tud megbirkózni a helyzettel; ennél fogva a többiek bölcs Szülőkké válnak, akik az ő javára szeretnék szétoztani a maguk bölcsességét.

Ezt a 8. ábra szemlélteti. A játszma azért folyhat, mert az inger és a válasz társadalmi szinten Felnőtt—Felnőtt, és pszichológiai szinten is kiegészítő jellegű: az inger Szülőtől érkezik Gyermekhez („És miért nem...”) ez pedig Gyermektől Szülőhöz érkező választ vált ki („Hát igen, de...”). A pszichológiai szint rendszerint mindkét oldalon tudattalan, de az éles szemű megfigyelő gyakran felfedezheti az én-állapotok váltakozásait (a Felnőtt én-állapot “inadekvát” Gyermekbe fordul Fehérné részéről; a Felnőtt én-állapot “bölcs” Szülőbe fordul a többiek részéről) – minderről a testtartás, az izomtónus, a hang és a szókészlet változásai árulkodnak.



8. ábra

Az adódó hallgatólagos következtetések megvilágítása céljából tanulságos a fenti példa áttanulmányozása.

Terapeuta: “Javasolt-e bárki is olyasmit, amire magától korábban még nem gondolt?”

Fehérné: “Nem, nem javasoltak. Ami az igazat illeti, majdnem mindent kipróbáltam abból, amit ajánlottak. Vettem egy pár szerszámot a férjemnek, és végzett asztalostanfolyamot is.”

Itt Fehérné felmutatja azt a két okot, amely miatt a lebonyolítást nem kell készpénznek venni. Először is, Fehérné van annyira intelligens, mint a társaságában bárki, és nem valószínű, hogy mások olyasmit javasolnának, amire maga még nem gondolt volna. Ha valaki történetesen valamilyen eredeti ötlettel állna elő, Fehérné – amennyiben tisztességesen játszik – hálásan elfogadná; azaz a benne lakó “inadekvát” Gyermekek enged, ha a jelenlevők valamelyike elég leleményes elképzeléssel rendelkezik ahhoz, hogy ösztönözzék benne a Felnőttet. De a megrögzött “És miért nem. . . – Hát; igen, de. . .” játékosok, mint Fehérné a fenti példában, ritkán játszanak tisztességesen. Másfelől, ha a javaslatokat túlságosan készségesen elfogadják, akkor felmerül az a kérdés, hogy vajon az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” nem álcáz-e egy, a háttérben meghúzódó “Ostoba” játszmát.

Az adott példa különösen drámai, mert tisztán szemlélteti a második pontot. Ha Fehérné már kipróbálta az ajánlott megoldások némelyikét, akkor is ellenvetéseket fog tenni. A játszmának nem az a célja, hogy javaslatokhoz jusson, hanem hogy visszautasíthassa azokat.

Noha megfelelő körülmények között – időstrukturáló

értéke miatt – úgyszólván mindenki játssza ezt a játszmát, érdekes vonások kerülhetnek felszínre, amikor gondosan tanulmányozunk olyan embereket, akik előszeretettel hódolnak neki. Az egyik jellegzetesség: egyforma könnyedséggel tudják játszani és játsszák is a játszma mindkét oldalát. A szerepek felcserélhetősége minden játszmaára érvényes. A játékosok alkati okokból jobban kedvelhetik az egyik szerepet, mint a másikat, de képesek a cserére, és ha valamiért ez indokolt, hajlandók a játszma bármelyik szerepét elvállalni. (Gondoljunk például az Iszákos átváltozására Megmentővé az “Alkoholista” játszmában.

A másik érdekessége a klinikai gyakorlat világított rá: kiderült, hogy azok, akik kedvelik az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” játszmát, a pácienseknek abba a csoportjába tartoznak, akik kezelésük meggyorsítása érdekében végülis hipnózist vagy valamilyen hipnotikus injekciót kérnek. Amíg játsszák a játszmát, céljuk az, hogy megmutassák, senki sem képes nekik elfogadható tanácsokat adni, vagyis sohasem adják meg magukat; ezzel szemben a terapeutától olyan eljárást kívánnak, amely a teljes megadás állapotába juttatja őket. Így válik nyilvánvalóvá, hogy az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” a megadással kapcsolatos konfliktus társadalmi megoldását jelenti.

Még speciálisabban: a játszma gyakori olyan emberek között, akik félnek az elpirulástól. Szemlélteti ezt az alábbi terápiás beszélgetés:

Terapeuta: “Miért játszik »És miért nem. . . – Hát igen, de. . .-t«, ha tudja, hogy ez csak szemfényvesztés?”

Fehérné: “Ha valakivel beszélgetek, akkor folyton arra gondolok, hogy valamit mondanom kell. Ha ezt nem te-

szem, akkor elpirulok. Kivéve, ha sötét van. Nem bírom az átmeneti szünetet. Evvel tisztában vagyok, és a férjem is tudja: Mindig mondta is nekem.”

Terapeuta: “Úgy érti, hogy amennyiben a Felnőttje nincs állandóan elfoglalva, akkor a Gyermekek kihasználja a lehetőséget, hogy felbukkanjon, és magát zavarba ejtse?”

Fehérné: “Erről van szó. Ezért ha én folyton javaslatokat tehetek valakinek, vagy ha elérem, hogy ő tegyen javaslatokat nekem, akkor minden rendben van, védettnek érzem magam. Ameddig a Felnőttemet ellenőrzés alatt tartom, el tudom odázní a zavart.”

Itt Fehérné világosan rámutat, hogy fél a strukturálatlan időtől. A benne levő Gyermekek addig nem hallathat magáról, ameddig a Felnőttem társas helyzetben foglalkoztatni lehet, és a játszma megfelelő alapot nyújt a Felnőtt működéséhez. A játszmának azonban indítékokban elég gazdagnak kell lennie ahhoz, hogy ébren tartsa érdeklődését. Fehérné a gazdaságosság elve alapján választja az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . . -t”: a fizikai passzivitással kapcsolatos konfliktus szempontjából ez nyújtja a benne levő Gyermekeknek a maximális belső és külső előnyöket. Egyforma buzgalommal játszhatja a ravasz Gyermekeket, aki nem hagy magán uralkodni, és a bölcs Szülőt, aki uralkodni próbál a másikban levő Gyermekekben, de kudarcot vall. Mivel az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” alapvető elve az, hogy aki játssza, soha semmiféle tanácsot nem fogad el, a Szülő sohasem győzhet. A játszma mottója: “Ne veszítsd el a fejed, a Szülő sohasem kerekedhet felül.”

Összegezve: míg Fehérné számára úgyszólván minden lépés szórakoztató, és a javaslatok elvetésével megteremti a

maga kis gyönyörűségét, az igazi nyereség a csönd vagy az álcázott csönd, amely akkor áll be, amikor már mindenki ki-
merült a fejtörésben, és abbahagyta az elfogadható megoldá-
sok kiagyalását. Ez jelzi Fehérnének és a többieknek Fehér-
né győzelmét: lám, bebizonyította, hogy ők a gyengébbek.
Ha a csöndet nem álcázzák, néhány percig is eltarthat. A
paradigmában Zöld azért vetett véget rövid úton Fehérné
diadalának, mert már türelmetlenül várta, hogy beindíthassa
a maga játszmáját, ez tartotta vissza attól, hogy részt ve-
gyen Fehérné játszmájában. Az összejövetel egy későbbi
időpontjában Fehérné kimutatta neheztelését Zöld iránt,
amiért az megnyirbálta diadalának perceit.

Az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” másik különös
vonása, hogy a külső és a belső játszmát pontosan ugyanúgy
játsszák, megfordított szerepekkel. Külső formájában,
amelyet klinikailag megfigyeltek, a Fehérnében lakozó
Gyermek azért jön elő, hogy az inadekvát segítségkereső
szerepét játssza egy több személyes helyzetben. A belső for-
mában, amikor az intimebb kétszemélyes játszmát odahaza
a férjjel játsszák, Fehérnéből előlép a Szülő: bölcs, haté-
kony javaslattevőként. A megfordítás többnyire másodla-
gos. Az udvarlás szakaszában Fehérné a gyámoltalan Gyer-
meket játszotta, csak a mézes hetek elmúltával bukkan benne
felszínre a hatalmaskodó Szülő. Az esküvő közeledtével
előfordulhattak kisebb botlások, de a vőlegényt, aki már
mielőbb szeretett volna fészket rakni gondosan kiválasztott
menyasszonyával, ez csöppet sem zavarta. Ha mégis megza-
varta volna, az eljegyzést “alapos okkal” felbontották vol-
na, és Fehérné - szomorúbban, de nem bölcsebben – újra
nekilátott volna a megfelelő társ keresésének.

Antitézis: Nyilvánvaló, hogy azok, akik Fehérné első lépésére, problémájának felvetésére reagálnak, az “Én csak segíteni próbálok rajtad” egyik formáját játsszák. Valójában az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” az “Én csak segíteni próbálok rajtad” fordítottja. Az “Én csak segíteni próbálok rajtad-ban” egy terapeuta van és sok páciens; az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” klinikai antitézise tehát az, hogy nem szabad “Én csak segíteni próbálok rajtad-ot” játszani. Ha a nyitás ilyesféle, hogy “Mit tesz akkor, ha. . .”, a javasolt válasz a következő: “Ez *valóban* nehéz probléma. Mit *szándékozik* tenni vele kapcsolatban?” Ha erre az jön, hogy “X dolog nem ment”, akkor a válasz ez legyen: “Az csakugyan nagy baj.” Mindkét válasz elég udvarias ahhoz, hogy Fehérné zavarba ejtse, vagy legalábbis hogy keresztezett tranzakciót váltson ki, így a frusztrációja felszínre kerül, és akkor felfedhető. Terápiás csoportban ezzel a jól bevált gyakorlattal lehet elérni, hogy az arra fogékony beteg ne menjen bele az “Én csak segíteni próbálok rajtad” játszásába. Ekkor nemcsak Fehérné, hanem a többi tagok is tanulhatnak az anti-“És miért nem. . . – Hát igen, de. . . -től”, amely csupán az anti-“Én csak segíteni próbálok rajtad” fonákja.

Társadalmi helyzetben, ha a játszma barátságos és ártalmatlan, semmi ok sincs arra, hogy ne vegyünk részt benne. Ha a játszma nem egyéb, mint valamilyen szakmai tudás kiaknázására irányuló kísérlet, akkor szükségessé válhat az antitetikus lépés; ilyen helyzetekben azonban ez neheztelést válthat ki, ugyanis közszemlére bocsátja a Fehérnében lakozó Gyermekeket. Ilyen körülmények között legjobb taktika a nyitó lépés kikerülése és egy első fokú, ösztönző hatású “Megerőszkolódsi” bevetése.

Rokon játszmák: Az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . . -t” meg kell különböztetni másik odalától, a “Miért tetted? . . . – Nem tettem, de. . . -től”, amelyben a Szülő a nyerő fél, és a védekező Gyermeke vonul vissza, nagy zavarában – jóllehet a pusztán átírástól itt is úgy tűnik fel, mintha tényszerű, racionális Felnőtt–Felnőtt érintkezés zajlana. A “Miért tetted. . . – Nem tettem, de. . .” közeli rokonságban áll a “Továbbá-val”.

Az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” fordítottja első pillantásra a “Parasztra” hasonlít. Itt Fehérné a terapeutát beleviszi abba, hogy ellássa őt javaslatokkal. Az ötleteket azonnal elfogadja, csak ritkán utasítja vissza. A terapeuta már nyakig benne van a dologban, amikor észreveszi, hogy Fehérné ellene fordult. Ami “Paraszt” játszmának látszott – intellektuális “Megerőszakolódásban” végződött. Az ortodox pszichoanalízisben ennek az a klasszikus változata, amikor az indulatátvitel pozitívból átcsap negatívba.

Az “És miért nem. . . – Hát, igen, de. . .” játszható a “Tegyéél meg nekem valamit” másodfokú, kemény formájaként is. A páciens például nem akarja a házimunkát elvégezni, és minden este, amikor a férj hazatér, lezajlik egy “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” játszma. Bármit mondjon is a férj, a morcos feleség nem hajlandó változtatni magatartásán. Bizonyos esetekben a morcoság rosszindulatú lehet, és ez gondos pszichiátriai mérlegelést igényel. Természetesen a játszmavonatközelítést is figyelembe kell venni, mivel felmerül a kérdés, hogy miért választott a férj ilyen feleséget, és mivel járul hozzá maga is a helyzet fenntartásához.

Elemzés

Tézis: “Nézzük, tudsz-e olyan megoldást ajánlani, amelybe beleköthetek.”

Célzat: Önmegnyugtató.

Szerepek: Gyámoltalan személy, Tanácsadók.

Példák: 1. Igen, de most nem tudom elvégezni a házimunkát, mert. . . 2. A gyámoltalan feleség.

Társadalmi paradigma: Felnőtt — Felnőtt.

Felnőtt: “Mit csinálsz akkor, ha. . .”

Felnőtt: “Miért nem. . .”

Felnőtt: “Igen, de. . .”

Pszichológiai paradigma: Szülő — Gyermek.

Szülő: “Hálássá tehetlek a segítségemért.”

Gyermek: “Lássuk, próbáld meg.”

Lépések: 1. Probléma – Megoldás. 2. Ellenvetés – Megoldás. 3. Ellenvetés-Meghiúsítás.

Előnyök: Belső pszichológiai előny – önmegnyugtató. 2. Külső pszichológiai előny – a behódolás elkerülése. 3. Belső társadalmi előny – “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .”, Szülői szerep. 5. Biológiai előny – racionális megvitató. 6. Egzisztenciális előny – Mindenki uralkodni akar rajtam.

Hivatkozások

1. Von Chamisso, A.: *Peter Schlemiel*. Calder, 1957.
2. De Kock, P.: Ennek a XIX. századi librettó- és novellaírónak egyik legnépszerűbb műve az Egy jó természetű ember (*A Good-Natured Fellow*), amely egy olyan férfiről szól, aki túlságosan sok mindent elnéz.

Kilencedik fejezet

Szexuális játszmák

Bizonyos játszmákat abból a célból játszanak, hogy kiaknázzák vagy leküzdjék a szexuális ingereket. Itt valójában eltorzult szexuális ösztönökről van szó: a kielégülés a szexuális aktusról áttevődik a játszma nyereségét képező, sorsdöntő tranzakciókra. Meggyőző módon ez nem mindig bizonyítható, mivel az ilyen játszmák többnyire intim körülmények között zajlanak. A klinikai információ mindig csak másodkézből szerezhető be, és nem mindig mérhető fel kellőképpen az informátor elfogultsága. Így például a homoszexualitásról alkotott pszichiátriai kép erősen aránytalan, mert az agresszívabb és sikerebb “játékosok” nemigen jelentkeznek pszichiátriai kezelésre, és a rendelkezésünkre álló anyag többnyire a passzív félre vonatkozik.

A szexuális játszmákba a következők tartoznak: “Verekedjetek meg ti ketten!”, “Perverzió”, “Megerőszakolósdi”, “Harisnyajátzsma” és “Perpatvar”. A cselekvő személy a legtöbb esetben nő. Ennek az az oka, hogy a szexuális játszmák kemény formái – melyekben a férfi a cselekvő személy – a kriminalitás határán mozognak, vagy már bele is tartoznak, és ezért voltaképpen az Alvilági játszmák feje-

zetébe illenek. Másfelől a szexuális játszmák és a házassági játszmák fedik egymást; itt azokat írjuk le, amelyeket könnyűszerrel játszhatják mind a házasok, mind a nem házasok.

1. Verekedjetek meg ti ketten!

Tézis: Ez lehet manőver, rituálé vagy játszma. Pszichológiája mindegyik esetben lényegileg feminin. Drámai tulajdonságai miatt világirodalom számos, jó és rossz alkotása merítette belőle témáját.

1. Mint manőver romantikus. A nő – azzal a hallgatólagos feltétellel vagy ígérettel, hogy a győztesé lesz – manőverezéssel vagy kihívó magatartással arra késztet két férfit, hogy megverekedjék egymással. Amikor a harc eldőlt, állja az alku. Ez becsületes tranzakció, a nő feltételezi, hogy párjával boldogan fog élni.

2. Rituáléként a tragikum felé hajlik. A szokás úgy kívánja, hogy a két férfi megverekedjék a nőért, még akkor is, ha a nő ezt nem akarja, sőt akkor is, ha már eldöntötte, kit választ. Ha nem az nyer, akit szeretett volna, akkor is igent kell mondania. Ebben az esetben a társadalom, nem pedig a nő állítja fel a “Verekedjetek meg ti ketten!” játszmát. Ha a nő nem ellenzi, a tranzakció becsületes. Ha ellenzi vagy ha csalódik, olyan helyzet áll elő, amelyben szabad tere nyílik az afféle játszmáknak, mint a “Húzzuk be a csőbe!”

3. Mint játszma komikus. A nő rendezi meg a versenyt, s mialatt a két férfi küzd egymással, lelép egy harmadikkal. A nő és társa olyan belső és külső pszichológiai előnyhöz jut,

amely a következő beállítottságból származik: a becsületes versengés csak balekoknak való. A komikus történet pedig, amelyet átéltek, belső és külső társadalmi előnyök alapjául szolgál.

2. Perverzió

Tézis: Az olyan heteroszexuális perverziók, mint a fetiszizmus, a sadizmus és a mazochizmus, a zavart Gyermekek tünetei, kezelésük is ennek megfelelő. A tranzakciós vonatkozás azonban – úgy, ahogyan tényleges szexuális helyzetekben megnyilvánul – a játszmaelemzés eszközeivel is megközelíthető. Ez elvezethet a társadalmi ellenőrzéshez, így ha a ferde szexuális ösztönök nem változnak is meg, semlegessé tehetők, ami a tényleges kielégítést illeti.

Az enyhén sadista vagy mazochista egyének hajlamosak egyfajta primitív mentálhigiénés beállítottságra. Úgy érzik, hogy erős szexualitásúak, és ezért a hosszabb önmegtartóztatás súlyos következményekkel járna. Egyik állítás sem szükségképpen igaz, de mindkettő alapjául szolgálhat a “Faláb” játszmának azzal a felkiáltással, hogy: “Mit is lehetne várni valakitől, aki olyan erős szexualitású, mint én?!”

Antitézis: A szokásos udvariasságot az illetőnek ki kell terjesztenie önmagára és partnerére; azaz tartózkodnia kell a verbális vagy fizikai ostromozástól, és a szexuális tevékenységet a közösülés konvencionálisabb formáira kell korlátoznia. Ha Fehér igazán perverz, akkor ez lecsupaszítja a játszma második elemét – ez nemegyszer az álmaiban is világosan kifejezésre jut – a közösülés önmagában nem túlsá-

gosan érdekes a számára, igazi kielégüléshez a megalázó előjáték juttatja. Lehet, hogy maga sem látta tisztán, most azonban megvilágosodik előtte, hogy panaszja így hangzik: “E nehéz munka után ráadásul még szeretkezni is kell!” Ezen a ponton a beállítottság már sokkal hozzáférhetőbb a konkrét pszichoterápia számára, és a kifogások, köntörfalazások nagy része semmivé foszlik. Ez közönséges “szexuálpszichopatákra” vonatkozik, nem érinti a rosszindulatú szkizofréniás vagy kriminális perverziókat és azokat, akiknek a szexuális élete fantáziatévékenységre korlátozódik.

A “Homoszexualitás” játszma egyes országokban szubkultúrává munkálódott ki, másokban ritualizálódott. A homoszexualitásból származó bajok nagy része abból ered, hogy játszmát csinálnak belőle. Az olyan provokatív viselkedés, amelyből a “Rabló - Pandúr”, a “Miért mindig velünk történik ilyesmi?”, az “A társadalom tehet róla, amelyben élünk”, a “Minden nagy ember az volt. . .” és a többi játszmák keletkeznek, gyakran társadalmi ellenőrzés alá vonható, és ezzel az illető hátránya minimálisra csökkenthető. A “hivatásos homoszexuális” hatalmas mennyiségű, jobb célokra érdemes időt és energiát pocsékol el. Játszmáinak elemzése hozzásegítheti ahhoz, hogy nyugalmas életvitelt alakítson ki, és szabadon élvezhesse a polgári társadalom javait, ahelyett hogy a “Hát nem borzasztó?” játszma valamilyen maga készítette változatát játszaná.

3. Megerőszakolódsdi

Tézis: Ezt a játszmát egy férfi és egy nő játssza, és finomabban – legalábbis enyhébb formáit – “Rossz helyen kopogtatsz-nak!” vagy “Méltatlankodósdinak” is nevezhetjük. Különböző fokú intenzitással játszható.

1. Az első fokú “Megerőszakolódsdi” vagy a “Rossz helyen kopogtatsz!” igen népszerű társas összejöveteleken; lényegében enyhe flörtölés. Fehérné jelzi, hogy megközelíthető, és abból áll az élvezete, hogy a férfi üldözi. Amint az utóbbi szint vall, vége a játszmának. Ha Fehérné udvarias, nyíltan közli: “Méltányolom a bókjait, és nagyon köszönöm” – majd hozzákezd a következő hódításhoz. Ha kevésbé nagylelkű, egyszerűen faképnél hagyja a férfit. Ügyes játékos népes társaságban igen hosszú ideig játszhatja ezt a játszmát: sűrűn változtatja a helyét, s így a férfi, ha nem, akar feltűnést kelteni, csak bonyolult manőverezéssel tudja követni.

2. A másodfokú “Megerőszakolódsdiban” vagy “Méltatlankodósdiban” Fekete közeledő lépései csak másodlagos kielégülést nyújtanak Fehérnének. A jóleső érzés forrása elsősorban az, hogy visszautasítja Fekete közeledését. Ezért kapta ez a játszma azt a köznyelvi elnevezést, hogy “Kopj le, kisapám!”. Ez a játszma sokkal komolyabb színvallásra kényszeríti Feketét, mint az első fokú “Megerőszakolódsdi” enyhe flörtölése; Fehérné élvezettel figyeli Fekete kínos zavarát, amikor ridegen visszautasítja. Fekete természetesen nem olyan gyámoltalan, mint amilyennek látszik, s lehetséges, hogy nem csekély erőfeszítésébe került, amíg beleke-

verte magát ebbe a históriába. Rendszerint a “Rúgj belém” valamelyik változatát játssza.

3. A harmadfokú “Megerőszakoló” gonosz játszma; gyilkosságban, öngyilkosságban vagy a bíróságon végződik. Itt Fehérné kompromittáló testi kapcsolatba viszi bele Feketét, azután fennhangon hirdeti, hogy Fekete bűnös módon megrohanta; és jóvátehetetlen kárt okozott neki. A játszma legcinikusabb formájában Fehérné, mielőtt fellépne Fekete ellen, belemegy abba, hogy a nemi aktus teljes egészében lebonyolódjék, s így előbb ezt a kis örömet is megszerzi magának. A Fekete elleni fellépés következhet rögtön a történetek után – Fehérné jogtalanul azt kiabálja, hogy erőszak történt –, de messze ki is tolódhat időben, mint a hosszabb szerelmi viszonyt követő öngyilkosság vagy emberölés esetében. Ha Fehérné azt a változatot játssza, hogy bűnös támadás áldozata lett, könnyűszerrel találhat haszonleső vagy a dologban betegesen érdekelt szövetségeseket, mint például a sajtó, a rendőrség, a tanácsadók és a rokonok. Néha előfordul azonban, hogy ezek a kívülállók cinikusan ellene fordulnak, ekkor Fehérné többé már nem kezdeményező, hanem az ő játszmáiknak az eszköze.

Bizonyos esetekben a kívülállóknak más a szerepük. A vonakodó Fehérné belekényszerítik a játszmába, mivel ők akarnak “Verekedjetek meg ti ketten!-t” játszani. Olyan helyzetbe juttatják Fehérné, hogy annak – ha meg akarja menteni a becsületét vagy a hírnevét – erőszakot kell kiáltania. Ez a játszma különösen jól játszható olyan lányokkal, aki még nem érték el a törvényes nagykorúságot, s akik lehet hogy nagyon is szívesen kezdenek viszonyt, de ha mások ezt felfedezik, vagy ügyet csinálnak belőle, akkor úgy érzik,

hogy a kalandot feltétlenül át kell fordítani harmadfokú “Megerőszakolósdba”.

Egy jól ismert helyzetben az elővigyázatos József nem hagyta magát becsalogatni a “Megerőszakolósdi” játszmába; mire Potifár neje klasszikus módon átváltott “Verekedjetek meg ti ketten! -re”. Ez kitűnően példázza, hogyan reagál a kemény játékos az antitézisre, és jelzi, hogy milyen veszélyek leselkednek arra, aki nem akar részt venni a játszmában. Ennek a két játszmának a kombinációja a jólismert, “Zsarolás erkölcsrendészeti botrányval való fenyegetőzés-sel”; ebben az asszony elcsábítja Feketét, azután erőszakot kiált, mire a férj veszi át az irányítást; és zsarolási célból sértevésekkel halmozza el Feketét.

A harmadfokú “Megerőszakolósdi” egyik legszerencsétlenebb és legkiélezettebb formája meglehetősen gyakran fordul elő két, egymást korábban nem ismerő homoszexuális között; ezek akár néhány óra leforgása alatt is emberölésig juttathatják el a játszmát. Cinikus és kriminális változatai bőséges anyagot szállítanak a nagy példányszámú, szencióhajhász sajtónak.

A “Megerőszakolósdi” gyermekkori prototípusa megegyezik a “Frigid nő” gyermekkori prototípusával, melyben a kislány arra kényszeríti a kisfiút, hogy alázza meg vagy piszkítsa be magát, azután pedig fintorogva leszólja. Klasszikusan ábrázolja ezt a helyzetet Maugham az *Örök szolgátságban* és – mint már említettem – Dickens a *Szép remények*-ben. Ez másodfokú játszma. Brutális környezetben játszhatják keményebb, a harmadfokút súroló formában is.

Antitézis: Ki mennyire tudja elkerülni, hogy az effajta játszmába bevonódjék, ki mennyire tudja ezt a játszmát el-

lenőrzése alatt tartani, attól függ, hogy mennyire képes egymástól megkülönböztetni a valódi érzelmmegnyilvánulásokat és egy játszma lépéseit. Ha képes a társadalmi ellenőrzésre, akkor nem csekély élvezete származhat a “Rossz helyen kopogtatsz!” nyújtotta, enyhe flörtölésből. Másfelől a “Potifár neje” manőver ellen nehéz lenne biztonságosabb antitézist kieszelni, mint azt, hogy záróra előtt le kell lépni, mellőzve az új cím megadását, ahová továbbítani lehetne a postát. 1938-ban a szerző Aleppóban találkozott egy korosodó Józseffel, aki harminckét évvel azelőtt az utolsó pillanatban meglépett Konstantinápolyból, mert a szultán egyik hölgye sarokba szorította, amikor hivatalos ügyben a yildizi háremben járt. Üzletét ott kellett hagynia, de előbb még magához vette temérdek aranyfrankját. Soha többé nem tért vissza.

Rokonjátzmák: A “Megerőszakolódsi” himnemű változatait kiváltképpen munkahelyi helyzetekben játsszák. Ide tartozik a “Szereposztó dívány” (és aztán mégsem kapta meg a szerepet) és az “Odabújás” (és akkor elbocsátották a nőt az állásából).

Elemzés

Az alábbiakban egy harmadfokú “Megerőszakolódsi” elemzése következik; ebben ugyanis drámai módon illusztrálhatók a játszma elemei.

Célzat: Gyűlölködő bosszúállás.

Szerepek: A csábító nő, a Szoknyavadász.

Dinamika (harmadfokú): Péniszirigység, orális erőszak. A “Rossz helyen kopogtatsz!” fallikus; a “Méltatlankodódsi” erős anális elemeket tartalmaz.

Példák: 1. Beárullak, te piszkos kisfiú. 2. A megrontott nő.

Társadalmi paradigma: Felnőtt — Felnőtt.

Felnőtt (férfi): “Sajnálom, ha messzibbre mentem, mint szabad lett volna.”

Felnőtt (nő): “Megerőszakolt, és ezért most vállálnia kell az összes következményeket.”

Pszichológiai paradigma: Gyermek — Gyermek.

Gyermek (férfi): “Íme, milyen ellenállhatatlan vagyok.”

Gyermek (nő): “Most rajtacsíptelek, te gazember!”

Lépések: 1. Nő: csábítás; Férfi: ellencsábítás. 2. Nő: megadás; Férfi: győzelem. 3. Nő: szembeszegülés; Férfi: összeomlás.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – a gyűlölet kifejezése és a büntudat kivetítése. 2. Külső pszichológiai előny – az emocionális szexuális intimitás elkerülése. 3. Belső társadalmi előny – “Most rajtacsíptelek, te gazember!” 4. Külső társadalmi előny – “Hát nem borzasztó”, “Bíróság”, “Verekedjetek meg ti ketten!”. 5. Biológiai előny – szexuális és ellenséges indulatok cseréje. 6. Egzisztenciális előny – Feddhetetlen vagyok.

4. Harisnyajátzsma

Tézis: Ez a játszma a “Megerőszakolódási” család tagja; legszembeötlőbb vonása az exhibicionizmus, ami hisztériás természetű. Egy nő belekerül egy idegen csoportba, és rövid idő múlva úgy emeli fel a lábát, hogy közben kihívóan mu-

togetja magát, majd megjegyzi: “Ó, leszaladt egy szem a harisnyámon.” Mindez úgy van kiterelve, hogy a férfiakat szexuálisan izgalomba hozza, a többi nőt pedig bosszantsa. Ha Fehérnét valamilyen módon szembesítik viselkedésével, természetesen tiltakozni fog, ártatlanságát bizonygatja, vagy ellen vádaskodásba megy át; ezért hasonlít ez a játszma a klasszikus “Megerőszakolósdira”. A döntő mozzanat Fehérné alkalmazkodási képtelensége. Igen ritkán hagy csak időt magának arra, hogy kiismerje a körülötte levő embereket, és rájöjjön, mikorra időzítse manőverét. Ezért olyan kivrívóan oda nem illő, amit csinál, és viselkedése ezért rongálja meg társaihoz fűződő kapcsolatát. Néhány felszínes “okoskodás” ellenére fogalma sincs saját élete történéseiről, az emberi természetet ugyanis rendkívül cinikusan ítéli meg. Fehérnének az a célja, hogy bizonyítsa: más emberek fejében hemzsegek a buja gondolatok. A Gyermekek és a Szülő (utóbbi többnyire kéjvágyó anya) olyan irányba kormányozza benne a Felnőttet, hogy ne vegyen tudomást kihívó viselkedéséről és a körülötte megforduló emberek természetes észjárásáról. Így ez a játszma önpusztító tendenciájú.

Valószínűleg egy olyan játszma fallikus változata, amelynek tartalma az alapjául szolgáló zavar természetétől függ. Az “orális” változat súlyosabban patológiás, dús keblű nőknél figyelhető meg; ezek gyakran ülnek olyan pózban, hogy kezüket a fejük mögé teszik, s ezzel mellük vonala élesen kirajzolódik; az így kiváltott érdeklődést néha még azzal is fokozzák, hogy valamilyen megjegyzést tesznek keblük méretére, vagy megemlítenek valamilyen kóros elváltozást, például egy operációt vagy egy daganatot. Bizonyos típusú fészkelődés feltehetőleg az anális változatot képviseli. Ez a

játszma hallgatólagosan azt jelzi, hogy a nő megkapható. Jelképesebb formában ezért játszhatják magukra maradt asszonyok, akik őszintétlen módon helyezik közszemlére özvegységüket.

Antitézis: A fogyatékos alkalmazkodókészség mellett az is jellemző ezekre a nőkre, hogy igen rosszul tűrik az antitézist. Ha például egy jól begyakorolt terápiás csoport nem vesz tudomást játszmájukról, vagy szembe szegez azzal valamit, megteszik, hogy többet el sem jönnek. Ennél a játszmánál gondosan meg kell tudni különböztetni az antitézist és a megtorlást, mert az utóbbi azt jelenti, hogy Fehér győzött. A "Harisnyajátszmában" a nőknek ügyesebbek az ellenlépéseik, mint a férfiaknak, az utóbbiak ugyanis aligha buzgólkodnak a játszma megbontásában. Az antitézist ezért legjobb a csoport nőtagjaira bízni.

5. Perpatvar

Tézis: A klasszikus játszmát a következő felállásban játsszák: uralkodni vágyó apa, tizenéves lány és szexuálisan gátolt anya. Az apa hazajön a munkából, valami miatt beleköt a lányba, az pimaszul válaszol. A kezdeményező lépést teheti a lány is azzal; hogy szemtelen, erre az apa beleköt valamibe. Egyre jobban megemelik a hangjukat, és az összecsapás mind hevesebb. A kimenetel attól függ, hogy ki a kezdeményező. A dolog háromféleképpen végződhet: *a)* az apa visszavonul a hálósobájába, és bevágja az ajtót; *b)* a lány visszavonul a hálósobájába, és bevágja az ajtót; *c)* mindketten visszavonulnak a hálósobájukba, és bevágják

az ajtót. A “Perpatvar” játszma végét mindegyik esetben a bevágott ajtó jelzi. A “Perpatvar”, bizonyos családokban nyomasztó, de hatékony megoldás lehet az apa és a tizenéves lány között felmerülő szexuális problémákra. Gyakran csak akkor képesek egy fedél alatt élni, ha eléggé dühösek egymásra, és a becsapott ajtó mindegyikük számára hangsúlyozza azt a tényt, hogy külön hálósobában alszanak.

Elfajzott miliőben ezt a játszmát baljós és visszataszító formában is játszhatják: az apa addig nem fekszik le, amíg a lánya a randevúról haza nem jön, akkor gondosan szemügyre veszi a lányt is, a ruházatát is, hogy megbizonyosodjék afelől, nem volt-e férfival dolga. A legcekélyebb gyanús körülmény is civakodást válthat ki, ami azzal is végződhet, hogy a lányt az éjszaka kellős közepén kikergetik a házból. A természet az idő múlásával megköveteli a magáét – ha nem azon az éjszakán, hát egy másikon. Az apa gyanúi ekkor végre “beigazolódnak”, ezt közli az anyával, aki “gyámoltalan” szemlélője volt a történeteknek.

Nagy általánosságban a “Perpatvar-t” játszhatja bármilyen két személy, aki el akarja kerülni a szexuális intimitást. Ez a szokásos befejező fázisa például a “Frigid nőnek”. Viszonylag ritka tizenéves fiúk és nőnemű hozzátartozóik között, mert a tizenéves fiúk könnyebben szabadulhatnak el este hazulról, mint a család többi tagja. Egy korábbi szakaszban a fiú- és a lánytestvérek hatékony korlátokat és részleges kielégülést találnak a fizikai csatározásban. Ennek a viselkedésnek a különböző életkorokban más és más az indítéka. Amerikában a “Perpatvarnak” ezt a félig rituális formáját szentesíti a televízió, a pedagógiai és gyermekvédelmi hatóságok. Angliában a felső osztályokban ugyanezt

rossz modorú dolognak tekintik (vagy tekintették), és a szóban forgó energiákat a sporttelepek jól szabályozott “Perpatvarának” csatornáiba terelik.

Antitézis: A játszma sokkal jobban ínyére van az apának, mint ezt maga is gondolná; általában a lány az, aki az első antitetikus lépést teszi – korai, nemegyszer idő előtti vagy kieroszakolt házassággal. Ha ez pszichológiailag lehetséges, az anya is megteheti az antitetikus lépést azzal, hogy feladja relatív vagy abszolút frigiditását. A játszma lelohadhat akkor is, ha az apa szexuális érdeklődése házon kívülre irányul, ez viszont egyéb komplikációkra vezethet. Házaspároknál az antitézis ugyanaz, mint a “Frigid nő” vagy a “Frigid férfi” esetében.

Megfelelő körülmények között a “Perpatvar” természetes módon vezet el a “Bírósághoz”.

Tizedik fejezet

Alvilági játszmák

A szociális gondozó szakmák behatoltak a bíróságokra, a feltételes szabadlábra helyezettek felügyeletével foglalkozó szervekbe és a javítóintézetekbe; a kriminológusok és az igazságügyi tisztviselők szakmai tudása egyre kifinomultabb. Célszerű tehát, ha az érintettek ismerik az alvilágban – börtönben és azon kívül – játszott leggyakoribb játszmákat. Ezek közé tartozik a “Rabló-Pandúr”, a “Hogyan lehet innen meglépni?” és a “Húzzuk be a csőbe!”.

1. Rabló-Pandúr

Tézis: Mivel a legtöbb bűnöző hekusgyűlölő, ezért a rendőrség kicselezése ugyanannyi, sőt néha még több élvezetet okoz neki, mint bűnös úton szerzett nyeresége. Bűncselekményeik Felnőtt szinten játszmák az anyagi haszon, a nyereség szerzésére, de Gyermek szinten játszmák a hajszából eredő izgalom, a meglépés és a fellélegzés kedvéért.

Érdekes módon a “Rabló-Pandúr” gyermekkori prototípusa nem a rabló-pandúr játék, hanem a bújócska, amiben

a lényeges mozzanat az a bosszúság, amelyet akkor érzünk, amikor elcsípnék bennünket. Kisebb gyerekek ezt könnyen el is árulják. Ha a papa túl hamar talál rájuk, több a bosszúság, mint a szórakozás. De ha a papa jó játékos, akkor tudja, hogy mi a teendője: késlelteti a dolgokat, erre aztán a kisfiú valami nyomot szolgáltat, kiszól, leejt vagy megkocogtat valamit. Így kényszeríti rá apját, hogy megtalálja őt, de egy kicsit még mindig bosszús; ezúttal azonban a hosszabban tartó feszültség miatt sokkal több volt a mulatsága. Ha az apa feladja a keresést, a fiú többnyire inkább csalódott, mint győzedelmes. Az elrejtőzködés mulatságát kiélvezhette, tehát nyilvánvalóan máshol keresendő a zökkenő oka. Azért csalódott, mert nem találták meg. Amikor az apára kerül az elbújás sora, tudja, hogy nem szabad túl hosszan kibabrálnia a kisfiúval, éppen csak annyi ideig, ameddig még mókás. Az apa elég bölcs ahhoz, hogy bosszúsnak mutassa magát, amikor megtalálják. Világos, hogy a játszma nyeresége az, hogy megtalálják az embert.

A bújócska éppen ezért nem csupán időöltés, hanem igazi játszma. Társadalmi szinten a gyors észjárás csatája, és akkor a legkielégítőbb, amikor mindkét játékos Felnőttje kitesz magáért. Pszichológiai szinten azonban olyan a felállítás, mint a kényszeres hazardjátékban, ahol a Fehérben levő Felnőttnek azért kell veszítenie, hogy a benne levő Gyermekek győzhessen. A tényleges antitézis a nem megtalálás. Az idősebb gyerekek között azt, aki megtalálhatatlan bűvőhelyet keres magának, ünneprontónak tekintik, mivel tönkretette a játszmat. Kiküszöbölte a Gyermekek-elemet, és az egész dolgot Felnőtt-eljárássá változtatta. Már nem a mulatság kedvéért játszik. Ugyanabba az osztályba tartozik, mint a

kaszinótulajdonos vagy néhány olyan hivatásos bűnöző, akit valójában csak a pénz izgat, a sport egyáltalán nem.

A megrögzött bűnöző két típusa rajzolódik ki: az egyik elsődlegesen a haszonért bűnöz, a másik elsődlegesen a játszmaért. A kettő közötti terjedelmes csoport mindkét módon működhet. Az eseteleírások szerint a “kényszeres nyerőt”, a nagystílű rablót, akiben a Gyermek tényleg nem akarja, hogy megtalálják, nem is igen csípi el; a legfelső kaszt tagja, aki mindig biztosra mehet. A “Rabló-Pandúrt” játészó “kényszeres veszőnek” viszont anyagilag ritkán megy valami fényesen a dolga; ha mégis, ezt inkább köszönheti a szerencsének, mint az ügyességének. Hosszú távon azonban még a szerencsések is rendszerint úgy végzik, ahogyan a bennük lakozó Gyermek kívánja; s inkább panaszkodnak, mint nagyképűsködnek.

A “Rabló-Pandúr” játékos – bennünket most ez érdekel – bizonyos szempontból hasonlít az “Alkoholistára”. A Rabló szerepéből átválthat a Pandúr szerepébe és megfordítva. Egyes esetekben napközben Szülői Pandúrt játészik, sötétedés után pedig Gyermek Rablót. Sok Rablóban benne van a Pandúr, és sok Pandúrban a Rabló. Ha a bűnöző “megjavul”, játészhatja a Megmentő szerepét, szociális gonddozó lesz, vagy beáll egy misszióhoz dolgozni, de a Megmentőnek ebben a játszmaiban sokkal kisebb a jelentősége, mint az “Alkoholistában”. A Rabló szerepe azonban rendszerint életre szóló, és mindkét játékosnak megvan a megtalálást elősegítő *modus operandija*. A Rabló nehezze vagy könnyűvé teheti a Pandúr dolgát.

Hasonló a helyzet a házárdjátékosokkal. Társadalmi vagy szociológiai szinten az tekinthető “hivatásos” házárd-

játékosnak, akinél az élet legfőbb tartalma a hazardjáték. Pszichológiai szinten azonban kétfajta emberből lesz hivatásos hazardjátékos. Az egyik játzmával tölti az idejét, azaz játszik a Sorssal, a Felnőtt nyerési vágyát legyűri benne a Gyermek veszteségi szükséglete. A másik játékszalonokat tart fenn, s azzal keresi a kenyerét – még hozzá nem is rosszul –, hogy a játékosoknak játéklehetőséget teremtsen. Ő maga nem játszik, igyekszik elkerülni a játékot, noha alkalomadtán, bizonyos körülmények között nem tagadja meg magától ezt az örömet, ugyanúgy, ahogyan a törölmetszett bűnöző is játszhat alkalomadtán egy-egy játzsmányi “Rabló-Pandúrt”.

Mindez megvilágítja, hogy többnyire miért ködösek és terméketlenek a bűnözőkkel foglalkozó szociológiai és pszichológiai tanulmányok, nevezetesen azt, hogy két különböző emberfajtaival foglalkoznak, akiket a szokásos elméleti vagy empirikus keretek között adekvát módon nem lehet megkülönböztetni. Ugyanez áll a hazardjátékosok tanulmányozására is. A tranzakciós és a játzsmaelemzés közvetlen megoldást nyújt ehhez a problémához. Ez a két módszer úgy osztja el a többértelműség homályát, hogy tranzakciónálisan a társadalmi szint alatt tesz különbséget “Játékosok” és “törölmetszett hivatások” között.

Az általános téziszről most térjünk át a konkrét példákra. Egyes betörők úgy dolgoznak, hogy egyetlen fölösleges mozdulatot sem tesznek. A “Rabló-Pandúrt” játszó betörő viszont valamilyen öncélú vandál cselekedet képében – mint értékes ruhadarabok összemocskolása váladékkal, vizelettel és ürülékkel – otthagyja a névjegyét. A tapasztalati anyag szerint a törölmetszett bankrabló minden lehetséges

óvintézkedést megtesz az erőszakos cselekmények elkerülésére; a “Rabló-Pandúrt” játszó bankrabló csupán ürügyet keres arra, hogy kiöntse a mérgét. Mint minden hivatásos, a törölmetszett bűnöző is szereti, ha munkája olyan tiszta, amennyire a körülmények csak megengedik. A “Rabló-Pandúrt” játszó bűnöző munkája során nem tudja megállni, hogy ne romboljon egy kicsit. Azt mondják, az igazi hivatásos falazó nélkül nem lát munkához; a játékos ezzel szemben nyílt sisakkal lép a porondra. A törölmetszett hivatásosok a maguk módján jól ismerik a “Rabló-Pandúr” játszmat. Ha a banda egyik tagja túl nagy érdeklődéssel vesz részt a játszmában, olyan mértékben, hogy veszélyezteti a munkát, és kiváltképpen ha elkezd megmutatkozni az a szükséglete, hogy elcsípjék, drasztikus intézkedésekkel veszik elejét a megismétlődésnek. Talán éppen azért fogják el olyan ritkán a törölmetszett hivatásosokat, mert nem játszanak “Rabló-Pandúrt”. Ugyanebből az okból tanulmányozzák őket oly ritkán szociológiai, pszichológiai és pszichiátriai szemszögből, és ugyanez áll a hazardjátékosokra. A bűnözőkkel és hazardjátékosokkal kapcsolatos klinikai ismereteink inkább játékosokra, mintsem törölmetszett hivatásosokra vonatkoznak.

A kleptomániások (szemben a hivatásos áruházi “szarkákkal”) azt példázzák, hogy milyen széles körben játsszák a hétköznapi “Rabló-Pandúrt”. Valószínű, hogy a nyugati emberek igen nagy százaléka játszott már képzeletben “Rabló-Pandúrt”, és a mi világrészünkön éppen ezért kapósak a napilapok. Az ilyen fantáziálás gyakran a “tökéletes bűntényről” való álmodozás formáját ölti, azaz a lehető legkevényebb játszmat, a rendőrök legtökéletesebb kicselezésével.

A “Rabló-Pandúrnak” különböző változatai vannak: ilyen például a “Rabló-Revizor”, amelyet sikkasztók játszanak azonos szabályok szerint és azonos nyereséggel; ilyen a “Rabló-Vámos”, amelyet csempészek játszanak. stb. Különös érdeklődésre tarthat számot a “Bíróság” kriminális változata. Minden elővigyázatosság ellenére néha a hivatásost is letartóztatják és bíróság elé állíthatják. Számára a “Bíróság” eljárás; amelyet a jogi tanácsadóitól kapott utasítások szerint folytat. Az ügyvéd számára; ha kényszeres nyerő, a “Bíróság” lényegében az esküdtszékkal folytatott játszma, mellyel nyerni akar, nem pedig veszíteni, és a társadalom jelentős része ezt konstruktív játszmának tekinti.

Antitézis: Ez inkább a kriminológus szakemberek dolga, mint a pszichiátereké. A rendőrség és az igazságügyi apparátus nem antitetikus, hanem a maga szerepét játssza a játszmában, a társadalom által felállított szabályok szerint.

Egy dolgot azonban hangsúlyozni kell. Kriminológus kutatók olykor tréfálkoznak azon, hogy egyes bűnözők úgy viselkednek, mintha élveznék a hajtóvadászatot; és azt kívánják, hogy elcsípjék őket. Maguk a bűnözők, ilyen elméletről olvasván, olykor engedékenyen egyetértenek. Csekély hajlandóságot mutatnak azonban arra, hogy az effajta “akadémikus” tényezőt “komoly” munkájukban valóban figyelembe vegyék. Ezt az elemet a pszichológiai kutatás szabványos módszereivel nem lehet leleplezni. Így tehát a kutató figyelme elsiklik egy döntő fontosságú tényező felett; mivel kutatási eszközeivel nem tudja megközelíteni; hacsak ki nem cseréli az eszközeit, melyekkel valójában még egyetlen kriminológiai problémát sem oldott meg senki. A kutatók jobban boldogulnának, ha kiselejteznék a régi módsze-

reket, és új módon nyúlnának a problémához. Ameddig a “Rabló-Pandúrt” csupán érdekes rendellenességként kezelik, nem pedig az ügy velejeként az esetek jelentős hányadában, addig a kriminológiai kutatómunka nagy része csupán közhelyekkel, doktrínákkal, periferikus mozzanatokkal és jelentéktelen apróságokkal foglalkozik majd.¹

Elemzés

Tézis: “Lássuk, el tudsz-e csípni.”

Célzat: Önbátorítás.

Szerepek: Rabló, Pandúr (Bíró).

Dinamika: Fallikus benyomulás, például 1. bújócska, fogócska; 2. bűnözés.

Társadalmi paradigma: Szülő — Gyermek.

Gyermek: “Lássuk, eltudsz-e csípni.”

Szülő: “Ez a dolgom.”

Pszichológiai paradigma: Szülő — Gyermek.

Gyermek: “El kell engem csípned.”

Szülő: “Aha, megvagy.”

Lépések: 1. Fehér: Kihívás – Fekete: Méltatlankodás. 2.

Fehér: Álcázás – Fekete: Frusztráció. 3. Fehér: Provokáció – Fekete: Győzelem.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – anyagi kártalanítás valamilyen régi sérelem miatt. 2. Külső pszichológiai előny – fóbiaellenes hatás. 3. Belső társadalmi előny – Lássuk, el tudsz-e csípni. 4. Külső társadalmi előny – Majdnem megúsztam (időtöltésként: Majdnem megúszták). 5. Biológiai előny – közismertség. 6. Egzisztenciális előny – Én örök vesztes vagyok.

2. Hogyan lehet innen meglépni?

Tézis: Történelmi adalékok bizonyítják, hogy azok a rabok vészelik át legjobban a börtönt, akik valamilyen tevékenységgel, időtöltéssel vagy játszmával strukturálják az idejüket. A politikai rendőrség ezt láthatólag jól tudja, mert egyes rabokat néha azzal is meg lehet törni, hogy egyszerűen tétlenül hagyják őket, a társfosztottság állapotában

A magánzárkában tartott rab kedvenc *tevékenysége* az olvasás vagy a könyvirás, kedvenc *időtöltése* pedig a szökés; az utóbbit néhányan úgy üzték – például Casanova vagy Trenck báró –, hogy világhírűek lettek.

A kedvenc *játszma* a “Hogyan lehet innen meglépni?” (“Szeretnék kimenni”), amelyet állami kórházakban is játszhatnak. Meg kell különböztetni az azonos nevű *művelettől*, amely “Jó magatartásként” ismeretes. Az olyan bennlakó fogoly, aki valóban ki akar szabadulni, megtalálja a módját, hogy eleget tegyen az előírásoknak, és így az első lehetséges alkalommal kiengedjék. Manapság kísérheti ezt egy pompás “Pszichiátria” játszma a csoportterápiás típusból. A “Ki akarok kerülni innen” játszmát ezzel szemben olyan bennlakók játsszák, akikben a Gyermekek *nem* akarok kerülni. “Jó viselkedést” szimulálnak, de a kritikus ponton önmaguk ellen fordulnak, azért hogy ne engedhessék ki őket. Így a “Jó magatartásban” a Szülő, a Felnőtt és a Gyermekek együttműködik az elbocsátás érdekében; a “Ki akarok kerülni innen-ben” a Szülő és a Felnőtt elvégzi az előírt lépéseket egészen a kritikus pillanatig, amikor is a Gyermekek, akit visszariaszt a bizonytalan világba való kimerészkedés lehetősége, átveszi a parancsnokságot, és lerontja a

hatást. A “Ki akarok kerülni” a harmincas évek végén igen gyakori volt a Németországból érkező, pszichotikussá lett bevándorlók között. Állapotuk javult és kérték, hogy engedjék ki őket a kórházból, de ahogyan közeledett az elbocsátás pillanata, újra jelentkeztek a pszichotikus megnyilatkozások.

Antitézis: A “Jó magatartás” és a “Ki akarok kerülni” az éber ügyintézők felismerik, és adminisztratív módon foglalkozhatnak vele. A kezdő csoportterapeuta azonban könnyen lépre megy. A hozzáértő csoportterapeuta, aki tudja, hogy a pszichiátriai orientációjú börtönökben ezek a leggyakoribb manipulációk, már korai szakaszban meglesi, kiszimatolja őket. Mivel a “Jó magatartás” tisztességes művelet, ilyennek is kezelhető, és semmi kár nem származik abból, ha nyíltan megvitatják. A “Ki akarok kerülni” ezzel szemben aktív terápiát igényel, ha a visszariadó bennlakót a gyógyulás útjára kívánják terelni.

Rokon játzmák: A “Ki akarok kerülni” közeli rokona, egy “Meg kell hogy hallgass!” nevű művelet. Itt valamely intézmény bennlakója vagy egy szociális gondozó szerv ügyfele követeli, hogy panaszt tegyen. A panasz gyakran teljesen jelentéktelen. A panasztevő fő célja annak elérése, hogy az illetékesek meghallgassák. Ha az utóbbiak elkövetik azt a hibát, hogy úgy gondolják, az ügyfél elvárja panaszai orvoslását, és félbeszakítják, mert túl sokat követel, baj támadhat. Ha engednek követeléseinek, megsokszorozza azokat. Ha csupán türelmesen, érdeklődést mutatva hallgatják, akkora a “Meg kell hogy, hallgass” játékos elégedett és együttműködő lesz, és semmi egyebet nem kíván majd. Az ügyintézőnek tudnia kell különbséget tenni a “Meg kell

hogy hallgass!” játékos panaszai és az orvosló intézkedést követelő bejelentések között.²

A “Segítség!” nevű játszma is ebbe a családba tartozik. Amikor törölmetszett bűnöző kiált segítségért, ez lehet valódi erőfeszítés is arra, hogy kikerüljön, s ebben az esetben nem szabad fennakadni rajta. Az a bennlakó azonban, aki játszmaként játssza a “Segítség!-et”, nem használja fel hatékonyan a kikerülés érdekében, tekintve, hogy ha kikerül, nem marad ürügye arra, hogy torkaszakadtából kiabáljon.

3. Húzzuk be a csőbe!

Tézis: Ennek a játszmának a prototípusa “A nagy raktárkészlet”, mely nagyszabású szélhámosjátzsma, de számos apróbb mutató, sőt a “Zsarolás erkölcsrendészeti botrányral való fenyegetőzéssel” is idevág. Ebben a játszmában senki sem vallhat kudarcot, hacsak egy kis tolvajvér van benne. Fekete első lépése ugyanis az, hogy közli Fehérrel: a jó öreg, bárgyúan becsületes Jóska másra sem vár, mint hogy rászédjék. Ha Fehér igazán becsületes volna, akkor megakadályozná a dolgot, vagy figyelmeztetné Jóskát, de egyiket sem teszi. Amikor Jóskának már éppen tejelnie kellene, hirtelen valami zökkenő támad, és Fehér rájön, hogy a befektetése elúszott. Vagy, mint az erkölcsrendészeti botrányral való zsarolás játszmájában: Jóska, akit éppen egy hajszál választ el attól, hogy felszarvazzák, véletlenül megjelenik a színen. Ekkor Fehér, aki a maga becsületes módján a maga szabályai szerint játszott, rájön, hogy Jóska szabályai szerint kell játszani, és összetűznek.

Különös módon a kiszemelt áldozatról feltételezik, hogy ismeri a “Húzzuk be a csőbe!” szabályait, és be is tartja őket. A becsületes tiltakozás kockázatával a csalók számolnak; ezt nem fogják Fehér ellen kihasználni, sőt, bizonyos fokig szabad kezet kap arra, hogy hazudjon a rendőrségnek, és így mentse a tekintélyét. De ha túlságosan messzire megy, és például hamisan bevádolja őket betöréses lopásért, ez már átverés, amit megtorolnak rajta. Másfelől az olyan szélhámos kevés rokonszenvre számíthat, aki egy részeg átéjtése miatt keveredik bajba, mivel ez tisztátalan eljárás, amit tudnia kellene. Hasonló a helyzet, ha ostoba módon jó humorú embert szemel ki, mivel ismeretes, hogy a “Húzzuk be a csőbe!” játszmában ilyesvalakitől nem lehet várni, hogy következetesen alakítsa a jámbor áldozat szerepét, egészen a befejező “Rabló-Pandúr” játszmáig. A tapasztalt szélhámosok rettegnek ettől az áldozattól, aki nevet azon, hogy rászédtek.

Meg kell jegyezni, hogy az ugratás még nem “Húzzuk be a csőbe!” játszma, mivel az ugratásban Jóska a szenvedő fél, míg a “Húzzuk be a csőbe!-ben” ő kerül felülre, és Fehér a szenvedő fél. Az ugratás időtöltés, míg a “Húzzuk be a csőbe!” játszma, melyben a tréfát úgy irányítják, hogy visszafelé süljön el.

Nyilvánvaló, hogy a “Húzzukbe a csőbe!” három- vagy négyszemélyes játszma, melyben a rendőrség a negyedik személy, és hogy rokona a “Verekedjete meg ti ketten!-nek”.

Jegyzet

Köszönettel tartozom Dr. Franklin Ernstnek a vacaville-i California Medical Facilitytől, Mr. William Collinsnak a norcói California Rehabilitation Centertől és Mr. Laurence Meansnek a tehachapibeli California Institution for Mentől a “Rabló-Pandúr” játszma tanulmányozása iránti kitartó érdeklődésükért és hasznos vitáikért, kritikáikért.

Hivatkozások

1. Frederick Wiseman a “Psychiatry and the Law: Use and Abuse of Psychiatry in a Murder Case” Című cikkében (*American Journal of Psychiatry*, 118:289-299, 1961) világos és tragikus példáját adja a kemény “Rabló-Pandúr” játszmának. Egy 23 éves férfiről van szó, aki lelőtte a menyasszonyát, majd feladta magát. Ez nem ment könnyen, mert rendőrség nem hitte el a történetét, csak miután négyszer megismételte. Később azt mondta: . . . “Úgy éreztem, hogy egész életemben az a sors volt megírva számomra, hogy a villamosszékekben végezzem. Ha ez így volt, akkor így kellett történnie.” A szerző szerint abszurd dolog volt arra számítani, hogy a laikus bíróság megérti a tárgyaláson szakmai zsargonban előadott bonyolult pszichiátriai vallomást. A játszmák nyelvén a fő kérdés kétszótagúnál nem hosszabb szavakban megfogalmazható: egy kilencéves fiú elhatározza (a tárgyaláson világosan feltárt okokból), hogy az a sorsa, hogy a villamosszékekben végzi. Élete hátralevő részét e cél felé

törekedve élte le, és barátnőjét eszközként használva végül is feladta magát.

2. A “Rabló-Pandúrról” és az elítéltek által játszott játzmákról bővebb információ található: Ernst, F. H. and Keating, W. C.: “Psychiatric Treatment of the California Felon.” *American Journal of Psychiatry*, 120:974-979, 1964.

Tizenegyedik fejezet

Játszmák a rendelőben

A hivatásos játszmaelemzőnek elsősorban azokat a játszmákat kell ismernie, amelyeket konkrétul játszanak terápiás helyzetekben. Első kézből legkönnyebben a rendelőben tanulmányozhatók. A cselekvő személy szerepétől függően három típussal számolhatnak:

1. Terapeuták és kiszálló gondozók játszmái: “Én csak segíteni próbálok rajtad” és “Pszichiátria”.
2. Olyanok játszmái, akik terápiás csoport tagjai; ilyen például a “Melegház”.
3. Laikus betegek és kliensek játszmái: “Nyomorgó”, “Paraszt”, “Ostoba” és “Faláb”.

1. Melegház

Tézis: Ez a “Pszichiátria” változata, legkeményebben ifjú társadalomtudósok, például klinikus pszichológusok játsszák. Kollégáik társaságában ezek a fiatal emberek hajlamosak a “Pszichoanalízis” játszására, gyakran kedélyes formában, miközben ilyen kifejezéseket használnak: “Vi-

gyázz, kilátszik ellenséges beállítottságod”, vagy: “Vajon milyen mechanikussá válhat egy védekezési mechanizmus?” Ez általában ártalmatlan és élvezetes időtöltés; tapasztalat-gyűjtésük normális szakasza, és ha akad néhány eredeti figura benne, roppant szórakoztató lehet. (A szerző kedvence: “Úgy látom, megint elérkezett az Országos Szakma Mellé Fogó Hét.”) Ha ezek az emberek pszichoterápiás csoport tagjai, hajlamosak mélyebben elmerülni a kölcsönös, kritikában; mivel az adott helyzetben ez nem valami termékeny, a terapeutának más irányba kell terelnie a dolgot. A soron következő történetekből könnyen összeállhat a “Melegház” játszma.

A frissen végzettek erősen hajlamosak az úgynevezett “valódi érzelmek” túlzott tiszteletére. Az ilyen érzelem” kifejeződését gyakran megelőzi annak bejelentése, hogy kialakulóban van. A bejelentés után az érzelmet leírják, helyesebben bemutatják a csoportnak, mintha csak valamilyen áhítatos csodálatot érdemlő, ritka virág lenne. A többi tag olyan képet vág, mint a szakértők a botanikus kertben, a reagálások ünnepélyesek. A probléma láthatólag az – a játszmaelemzés zsargonjával élve –, hogy vajon a szóban forgó érzelem méltó-e arra, hogy az Országos Érzelem Show-ban felvonultassák. Ha a terapeuta kérdezősködésévei beavatkozik, nagyon megneheztelnek rá, ügyetlen kezű bumfordinak látják, aki szétmarcangolja a gyönyörű egzotikus növényt. A terapeuta természetesen úgy véli, ahhoz, hogy egy virág anatómiáját és fiziológiáját megismerjük, szükséges lehet az is, hogy részeire bontsuk.

Antitézis: Az antitézis, ami a terápiás eredmény szempontjából döntő jelentőségű, nem egyéb, mint ironizálás a

fent említett leírás fölött. Ha a játszma szabad folyása elé nem gördítenek akadályt, éveken át változatlanul folyhat; a, beteg pedig végül is úgy érzi: elegendő, terápiás tapasztalathoz jutott, melynek során kifejezésre juttatott “ellenségeséget”, és megtanulta, hogyan kell szembenézni az érzelmekkel”, s mindez fölényhelyzetbe juttatja kevésbé szerencsés betegtársaival szemben. Valójában egész idő alatt ropant kevés dolog történt, ami a dinamika szempontjából jelentős lehet, és az időbefektetést nem koronázták maximális terápiás előnyök.

Az ironia nem a betegek ellen, hanem tanáraik és az ilyen szuperfinomkodást bátorító kulturális miliő ellen irányul. Egy jól időzített, szkeptikus megjegyzés sikeresen leválaszthatja őket a beképzelt Szülői befolyásokról, és kevésbé öntelt határozottságot eredményezhet egymással zajló tranzakciókban. Ahelyett hogy meglegházi atmoszférában tenyésztenék az érzelmeket, hagyják őket természetesen növekedni, és akkor szakítják le őket, amikor beértek.

Ebben a játszmában a legnyilvánvalóbb a külső pszichológiai előny, mert úgy kerülnek el az intimitást, hogy az érzelmek kifejezéséhez sajátos körülményeket teremtenek, a reakciókra pedig sajátos korlátozásokat állítanak fel.

2. Én csak segíteni próbálok rajtad

Tézis: Ezt a játszmát bármilyen hivatásszerű helyzetben játszhatják; nemcsak a pszichoterapeutánál. A szociális gondozók játszmája. Leginkább mégis a szociális gondozók egy bizonyos típusú képzéssel rendelkező csoportjában virágzik.

Ennek a játszmának az elemzése különös körülmények között világosodott meg a szerző előtt. Egy pókerjátzsma összes játékosra kettő kivételével – az egyik kutató pszichológus volt, a másik üzletember – passzolt. Az üzletember, akinek értékes lapja volt, licitált; a pszichológus, akinek verhetetlen leosztása volt, ráhívott. Az üzletember zavarba jött, mire a pszichológus tréfásan megjegyezte: “Ne idegeskedjék, én csak segíteni próbálok magán!” Az üzletember habozott, végül is tartotta a tétet. A pszichológus felmutatta a nyerő lapokat, mire a másik méltatlankodva lecsapta a kártyát. A jelenlevők teli torokból kacagtak a pszichológus tréfáján, a vesztes pedig gyászos képpel megjegyezte: “Mondhatom, remekül segített!” A pszichológus értő pillantást vetett a szerzőre, amiben benne volt, hogy a tréfát valójában a pszichiátriai szakmának szánta. Ebben a pillanatban vált világossá a játszma struktúrája.

Az ilyen jellegű hivatásokban a szociális gondozó vagy a terapeuta valamilyen tanácsot ad a kliensnek vagy betegnek. A páciens visszajön, és közli, hogy a javaslat nem vezetett a kívánt eredményre. A szakember nagyjából beletörődik, leírzza magáról a kudarcélményt, és újra próbálkozik. Ha éberebb, belenyilall a fusztráció enyhe érzete, de mindenképpen megpróbálja újra. Többszörre nem érzi szükségét, hogy tisztába jöjjön a saját indítékaival; mert tudja, hogy számos hasonló képzettségű kollégája ugyanígy jár el, tudja, hogy ő a “helyes” eljárást követi, és bízhat felettesei teljes támogatásában.

Ha kemény játékosra, akad, például egy kényszeresen el-lenséges egyénre, egyre nehezebb lesz megbirkóznia a feladattal. Nehézségei támadnak, és a helyzet romlik. A leg-

rosszabb eset az, amikor dühödt paranoiddal kerül szembe, aki egy szép napon felháborodva beront, és azt ordítja: “Látja, ennek is maga az oka!” Ekkor a terapeuta frusztrációja előtérbe nyomul, és ebben a kimondott vagy kimondatlan gondolatban ölt alakot: “De én csak segíteni próbáltam rajta!” A hálátlanság okozta zavart bizonytalanság nem csekély szenvedést okoz neki, s ez mutatja, hogy milyen bonyolult indítékok húzódnak meg magatartása mögött! A zavarodottság a játszma nyeresége.

A hivatásos segítők nem szabad összekeverni azokkal az emberekkel, akik “Én csak segíteni próbálok rajtad-ot” játszanak. Az olyanok, mint: “Azt hiszem, ebben az ügyben” tehetünk valamit”, “Tudom, hogy mi a tennivaló”, “Az a dolgom, hogy segítek rajtad” és “A honoráriumom azért, hogy segíték rajtad, ennyi és ennyi lesz”, mind különböznek az “Én csak segíteni próbálok rajtad-tól”. A felsorolt négy, ha jóhiszemű, Felnőtt ajánlat arra, hogy szaktudást bocsásson a szorult helyzetbe került páciens vagy kliens rendelkezésére. Az “Én csak segíteni próbálok rajtad” játszmaiban a kimenetelt nagyobb súllyal határozza meg a rejtett indíték, mint a szakmai hozzáértés. Ez az indíték azon a beállítottságon alapul, hogy az emberek hálátlanak és kiábrándítóak. A siker kilátása riasztólag hat a szakemberben levő Szülőre, és szabotázsra ingerli, mivel a siker fenyegeti beállítottságát. Az “Én csak segíteni próbálok rajtad” játékosnak szüksége van arra a biztonságérzetre, hogy segítségét nem fogadják el, bármilyen kitartóan kínálja is. A kliens válasza: “Láthatod, mindent megpróbáltam” vagy “Semmi sincs, amivel, segíthetnél rajtam”. A rugalmasabb játékosok kompromisszumra is képesek: semmi rossz nincs abban, ha az em-

ber elfogadja a segítséget, feltéve, ha elég hosszú ideig halogathatja. A terapeuták ezért gyakran mentegetőznek, ha gyors eredményt érnek el, tudják ugyanis, hogy a szakmai összejöveteleken egyes kollégák majd kritikával illetik őket. A kemény “Én csak segíteni próbálok rajtad” játékosok mint például egyes szociális gondozók – ellenpólusai a jó ügyvédek, akik klienseiken szentimentalizmus nélkül segítenek, és nem gabalyodnak bele személyesen az ügybe. Itt a mesterségbeli tudás lép a színlelt buzgalom helyébe.

Néhány olyan iskola, amely szociális gondozókat képez, valósággal hivatásos “Én csak segíteni próbálok rajtad” játékosokat kitanító akadémia, és végzős hallgatói csak nehezen tudnak ellenállni e játszma kísértésének. Az alábbiakban kifejtetteket jól illusztrálja majd az a példa, amely a kiegészítő, “Nyomorgó” játszma leírásában olvasható.

Az “Én csak segíteni próbálok rajtad” és változatai könnyen felfedezhetők a mindennapi életben. A család barátai és rokonai játsszák (például “Meg tudom neked nagybani áron szerezni”), valamint olyan felnőttek, akik gyermekvédelmi munkában vesznek részt. Az “Én csak segíteni próbálok rajtad” a szülők kedvence, csemetéik pedig kiegészítő játszmaként rendszerint “Látod, ennek is te vagy az oká-t” játszanak. Társadalmi vonatkozásban lehet a “Schlemiel” olyan változata, ahol a kárt inkább segítség közben okozzák, mint a pillanat hatása alatt – itt a klienst az olyan áldozat testesíti meg, aki “Miért mindig velem történik ilyesmi?-t” vagy annak egyik változatát játssza.

Antitézis: Aszakember különböző eszközökkel rendelkezik ahhoz, hogy ne ugorjon be az ilyen játszma szólvó invitalásnak; hogy melyiket választja közülük, az attól függ,

hogy kapcsolata a pácienssel milyen stádiumban jár, s különösképpen függ a páciensben lakozó Gyermek, attitűdjétől.

1. A klasszikus pszichoanalitikus antitézis a legkimunkáltabb; a páciens ezt tűri el a legnehezebben. A terapeuta úgy tesz, mintha észre sem venné a kihívást. A páciens egyre rámenősebb. Végül is a kétségbeesés állapotába kerül, amely haragban vagy depresszióban nyilvánul meg: ez a jellegzetes tünete annak, hogy a játszmát meghíúsították. A helyzet hasznos konfrontációhoz vezethet:

2: Az első felhíváskor megkísérelhető egy szelídebb (de nem mesterkélt) konfrontáció. A terapeuta leszögezi, hogy a páciensnek terapeutája, nem pedig ügyintézője.

3. Még szelídebb eljárás, ha a páciens bevezetik egy terápiás csoportba, és az ügyet a többi betegre bízják.

4. Erősen felzaklatott páciens esetében szükséges lehet az is, hogy a kezdeti szakaszt vele játsszák. Ezeket a pácienseket pszichiáternek kell kezelnie, aki orvos lévén tud írni gyógyszereket és tanácsokat, egészségügyi rendszabályokat, melyeknek még ma, a nyugtatók korában is megvan a maguk értéke az ilyen emberek esetében. Ha az orvos által előírt életrendben szerepelnek fürdők, gyakorlatok, pihenőórák, rendszeres étkezés és gyógyszerelés, úgy a következő változatok lehetségesek: 1. a páciens aki betartja az előírásokat, és jobban érzi magát; 2. gondosan betartja az előírásokat, és panaszkodik, hogy nem segítenek, 3. mellel megemlíti, hogy elfelejtette az utasításokat betartani, vagy, hogy azért hagyott fel az előírt életrenddel, mert semmit sem ért. A második és harmadik esetben a pszichiáternek kell eldöntenie, vajon a páciens érett-e a játszmaelemzésre, vagy pedig valamilyen másfajta kezelés javasolt-e; amely előkészítené a

későbbi pszichoterápiára. A pszichiáternek; mielőtt a következő lépésről döntene, gondosan ki kell értékelnie, milyen a megfelelés az életrend és a páciens azon hajlama között, hogy az életrenddel játszmát játsszon.

A páciens antitézise: “Ne te mondd meg, hogy mivel segítek magamon, majd én megmondom neked, mit csinálj, hogy segíthess rajtam.” Ha a terapeutát Schlemielnek ismerik, akkor a páciens részéről az a helyes antitézis: “Nem rajtam, rajta kell segíteni.” De azoknak, akik elszántan játsszák az “Én csak segíteni próbálok rajtad-ot, általában rossz a humorérzékük. A páciens antitetikus lépései általában kedvezőtlen fogadtatásra találhatnak, és életre szóló ellenségességet válthatnak ki a terapeutából. A mindennapi életben ilyen lépéseket nem kell kezdeményezni, hacsak nem vagyunk rá felkészülve, hogy az utat kíméletlenül végigjárjuk, és vállaljuk a következményeket. Ha például nyersen elutasítunk egy olyan rokont, aki “Meg tudom neked nagybani áron szerezni-t” játszik, komoly családi bonyodalmakat okozhatunk.

Elemzés

Tézis: “Soha senki sem csinálja azt, amit mondok.”

Célzat: A büntudat enyhítése.

Szerepek: *Segítő*, *Kliens*.

Dinamika: Mazochizmus.

Példák: 1. A gyerekek tanulnak, a szülő beleavatkozik. 2. Szociális gondozó és kliens.

Társadalmi paradigma: Szülő — Gyermek.

Gyermek: “Én most mit csinállok?”

Szülő: “Íme, ezt csinálod.”

Pszichológiai paradigma: Szülő — Gyermek.

Szülő: “Nézd, milyen helyénvalóan cselekszem.”

Gyermek: “Majd megmutatom neked, hogy mennyire nem helyénvaló, amit cselekszel.”

Lépések: 1. Utasítások kérése – Utasítások megkapása. 2. Az eljárás elfuserálása – Rosszallás. 3. Annak bizonyítása, hogy az eljárások hibásak – Implicit mentegetőzés.

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny. – mártíromság. 2. Külső pszichológiai előny – a hiányosságokkal való szembenézés elkerülése. 3. Belső társadalmi előny – projektív típusú “Szülői munkaközösség”; hálátlanság. 4. Külső társadalmi előny – projektív típusú, “Pszichiátria”. 5. Biológiai előny – arcul csapás a klienstől, simogatás a felettesektől. 6. Egzisztenciális előny – Minden ember hálátlan.

3. Nyomor

Tézis: Ennek a játszmának a téziséét igen jól írja le Henry Miller *A marusszi kolosszus* című művében: “Az eset abban az évben történhetett, amikor munka után járkáltam, anélkül hogy csak halvány szándékomban is lett volna valamilyen ajánlatot elfogadni. Most, hogy visszagondolok rá, bármennyire kétségbeejtőnek ítéltem helyzetemet, még arra sem vettem a fáradságot, hogy átnézzem az újságok apróhirdetéseit.”

Ez a játszma az “Én csak segíteni próbálok rajtad” egyik kiegészítő játszmája, úgy, ahogyan azok a szociális gondozók játsszák, akik belőle élnek. A “Nyomort” ugyanilyen

hivatásszerűen játssza az a kliens, aki ilyen módon keresi meg a kenyerét. A szerzőnek kevés személyes tapasztalata van a “Nyomor-játszmáról, de az alábbi beszámoló, amely egyik legkitűnőbb ismerőjétől származik, jól érzékelteti természetét és helyét társadalmunkban.

Fekete kisasszony egy szociális gondozó szervnél dolgozott. Az intézmény kinyilvánított célja, melyhez állami támogatást kapott – a nyomorgók munkaképessé tétele volt; vagyis az, hogy hozzásegítse őket valamilyen jövedelmező munkához és az állás megtartásához. A hivatalos jelentések szerint a szerv ügyfelei állandó “előrehaladást mutattak”, de csak igen kevesen váltak közülük valóban “újra munkaképessé”. Ez érthető is – mondták –, mert legtöbbjük már jó néhány éve a kliensük, egyik gondozó szervtől járkált a másikig, néha egyidejűleg ötöt-hatot is foglalkoztatott, vagyis nyilvánvalóan “nehéz eset”.

Fekete kisasszony, aki jártas volt a játszmaelemzésben: hamar rájött, hogy kollégái állhatatosan játsszák az “Én csak segíteni próbálok rajtad-ot”, és kíváncsian figyelte, hogyan reagálnak erre a kliensek. Ellenőrzésképpen saját klienseit hétről hétre megkérdezte, hány munkalehetőséget néztek még. Érdekes felfedezést tett: noha elméletben mindannyiuknak mindennap buzgón kellett volna munka után járniuk, valójában igen csekély energiát fordítottak az ügyre, és a látszaterőfeszítések nemegyszer ironikusan hatottak. Az egyik kliens például azt mondta, hogy legalább napi egy hirdetésre válaszolt. “Milyen munka volt?” – kérdezte a gondozónő. A férfi azt felelte, hogy a kereskedelemben szeretne elhelyezkedni. “Csakis az ilyen jellegű hirdetésekre válaszol?” – hangzott a második kérdés. Igen, válaszolta a

férfi, de az a nagy baja, hogy dadog, és ezért nem tudja választott hivatásának szentelni magát. Fekete kisasszony felettese tudomást szerzett beosztottjának ilyen irányú kérdéseiről, és a gondozónőt megrótták, amiért “fölsőleges nyomást gyakorol” klienseire.

Fekete kisasszony azonban nem hagyta magát, és továbbra is azon fáradozott, hogy munkába állítsa gondozottjait. Kiválasztotta azokat, akik jó erőben voltak, és láthatólag semmi okuk nem volt arra, hogy továbbra is segélyből éljenek. Ezzel a csoporttal aztán megbeszélte az “Én csak segíteni próbálok rajtad” és a “Nyomor” nevű játszmákat. Amikor már hajlamosak voltak befogadni a hallottakat, a gondozónő azt mondta, hogy ha nem találnak munkát, beszünteti számukra a segély folyósítását, és átirányítja őket egy másfajta szervhez. Több csoporttag úgyszólván azon nyomban talált munkát, közülük néhányan évek óta először. De méltatlankodtak Fekete kisasszony magatartása miatt, és egyesek panaszos leveleket írtak a felettesének. Az behívta őt, és még szigorúbban megróttá, azon az alapon, hogy noha volt kliensei dolgoznak, még nem voltak “teljesen érettek a munkába állításra”. A felettes arra is utalt, hogy kérdéssé vált Fekete kisasszony további alkalmaztatása az intézménynél. A gondozónő, anélkül hogy veszélyeztette volna állását, finom érzékkel igyekezett tisztázni, hogy a szerv véleménye szerint mit jelent a “munkába állásra teljesen érett” fogalma. Ez nem tisztázódott. Csupán annyit közöltek vele, hogy “szükségtelen nyomást gyakorol” az emberekre, azt pedig nem írták a javára, hogy ezek az emberek évek óta most tartják el először a családjukat.

Mivel Fekete kisasszonynak szüksége volt a keresetére, és

munkája veszélyben forgott, néhány barátja segíteni próbált rajta. Egy pszichiátriai klinika köztisztelőben-álló vezetője írt a gondozónő felettesének, közölte, hogy tudomására jutott: Fekete kisasszony különlegesen hatékony munkát végzett néhány ügyfél esetében, és érdeklődött, hogy a gondozónő beszámolhatna-e tapasztalatairól klinikája dolgozóinak. A felettes nem adott engedélyt az előadás megtartásához.

Ebben az esetben a “Nyomor” játszma szabályait a gondozó szerv úgy állította fel, hogy azok kiegészítették az “Én csak segíteni próbálok rajtad” helyi szabályait. A dolgozó és a kliens közötti hallgatólagos egyezség így hangzott:

Szociális gondozó: “Segíteni foglak (feltéve, hogy nem kerülsz jobb állapotba).”

Kliens: “Munka után fogok nézni (feltéve, hogy nem kell valóban találnom).”

Ha egy kliens megszegte az egyezményt azzal, hogy jobb állapotba került, a gondozó szerv elvesztett egy ügyfelet, az ügyfél elvesztette a segílyt, és mindketten úgy érezték, hogy hátrányos helyzetbe kerültek. Ha a dolgozó – mint például Fekete kisasszony– azzal szegte meg az egyezséget, hogy a klienst valóban rávette a munkába állásra, a gondozó szervet a kliens panaszai hozták hátrányos helyzetbe; a dolog a felsőbb hatóságok tudomására juthatott, és a kliens megint csak elvesztette a segílyt.

Amíg mindkét fél betartotta a hallgatólagos szabályokat, addig mindkettő megkapta, amit akart. A kliens kapta a segílyt, és hamarosan kiderítette, hogy a szerv cserébe mit kíván: lehetőséget arra, hogy “kinyújtsa segítő kezét” (az “Én csak segíteni próbálok rajtad” részeként), ezenfelül

“klinikai anyagot” (amit bemutathat “kliens központú” szakmai összejöveteleken). A kliens készséggel tett eleget ezeknek az igényeknek, ugyanannyi öröme származott belőle, mint a gondozó szervnek. Így jól kijöttek egymással, és egyik fél sem vágyódott arra, hogy véget vessen egy ennyire kielégítő kapcsolatnak. Fekete kisasszony tényleg “segítő kezet adott”, ahelyett hogy “kinyújtotta volna segítő kezét”, és “klienscentrikus” helyett “közösségcentrikus” szakmai megbeszélést ajánlott: ez a többieket zavarta, noha Fekete kisasszony csupán a megállapított szabályok szellemében járt el.

Itt megjegyzendő két dolog. Először: a “Nyomor” csak a gondozó szerv klienseinek csekély hányadánál ölt játszma formát, a többségnél egyszerűen a fizikai, mentális vagy gazdasági csökkentértékűség állapota. Másodszor: ezt a játszmát csak olyan szociális gondozók támogatják, akiket “Én csak segíteni próbálok rajtadra” képeztek ki. Mások rosszul tűrik ugyanezt.

Rokon játszmák: a “Veterán” és a “Klinika”. A “Veterán” is hasonló szimbiotikus kapcsolatot mutat – ebben az esetben a Veteránok Ügyintéző Szerve, hasonló szervezetek és a hadirokkantak törvényes kiváltságaiban osztozó “hivatásos veteránok” között. A “Klinikát” a nagy kórházak ambulanciáit látogató emberek egy része játssza. A “Nyomort” vagy a “Veteránt” játszóktól eltérően a “Klinika” játékosai nem kapnak anyagi támogatást, hanem más előnyökhöz jutnak. Hasznos társadalmi célt szolgálnak azzal, hogy készséggel hozzájárulnak az egészségügyi személyzet kiképzéséhez és a beteges folyamatok tanulmányozásához.

Ebből olyan, jogos Felnőtt kielégüléshez jutnak, ami nem elérhető a “Nyomor” és a “Veterán” játékosai számára.

Antitézis: Az antitézis, amennyiben javallt, abból áll, hogy beszüntetik a segélyt. A kockázat forrása itt nem első-sorban a játékos – úgy, mint a legtöbb játszmaiban –, hanem az, hogy ez a játszma össze van hangolva egyéb kulturális tényezőkkel, és a kiegészítő “Én csak segíteni próbálok rajtad” játékosai oltalmazzák. A fenyegetés itt a kollégák, a megmozgatott közönség, a kormányzati szervek és a véd-egyletek oldaláról érkezik. A “Nyomor” ellenjátszmájának bevetését követő panaszok lármás felzúduláshoz – “Igen, igen, nézzük csak meg, hányadán is áll a dolog!” – vezethetnek, ami egészséges, konstruktív műveletnek vagy idő-töltésnek tekinthető, még akkor is, ha egyszer-egyszer nem is bátorítja az őszinteséget. Amerikában a demokratikus szabadságjogok politikai rendszere azon a felhatalmazáson nyugszik (és ez sok más kormányformában nem így van), hogy ez a kérdés feltehető. Ahol nincs ilyen felhatalmazás, ott késedelmet szenved az embert szem előtt tartó társadalmi haladás.

4. Paraszt

Tézis: A prototípusul szolgáló paraszt egy üzleti gyulladásban szenvedő bolgár falusi asszony, aki eladja egyetlen tehenét, és a pénzen felutazik a szófiai egyetemi klinika professzorához; az megvizsgálja, esetét érdekesnek tartja, ezért bemutatja az orvostanhallgatóknak. A professzor vázolja a patológiát, a tüneteket és a diagnózist, sőt a kezelést is. A parasztasszonyt ez az eljárás áhítatos tisztelettel tölti el. Mi-

előtt távozik, a professzor átnyújt neki egy receptet, és még részletesebben elmagyarázza a gyógymódot. E nagy tudás láttán az asszony odavan a csodálattól, és kimondja a “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr!” bolgár változatát. Mindennek ellenére a receptet sohasem váltja be. Először is, nincs patika a faluban; másodszor, ha lenne is, soha nem adna ki a kezéből egy ilyen értékes papírdarabot. Arra sincs lehetősége, hogy a többi előírásnak – diéta, hid-roterápia stb. – eleget tegyen. Továbbra is ugyanolyan nyomorékan él, mint azelőtt, de most boldog, mert mindenkinek elmesélheti, hogy milyen csodálatos kezelést írt elő neki a híres szófiai professzor, akinek a nevét minden este imájába foglalja.

Évekkel később a professzor csapnivaló kedélyállapotban történetesen átmegy a falun, amikor egy gazdag, de követelőző pácienshez tart. Amikor a parasztasszony kirohan hozzá, kezét csókol neki, és emlékezteti a csodálatos életrendre, amit annak idején előírt neki, a professzor is visszaemlékezik a betegre. Kegyesen elfogadja hódolatát, és különösen jólesik neki, amikor hallja, milyen jót tett a kezelés. Annyira el van ragadtatva, hogy észre sem veszi: a parasztasszony rokkantabb, mint valaha.

Társadalmilag “Parasztot” vagy ártatlan, vagy színlelt formában játsszák, mindkettőnek a mottója: “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, Bürgözdí úr!” Az ártatlan formában Bürgözdí *valóban* csodálatos. Ünnepelt költő, festő, emberbarát vagy tudós, és naiv fiatal nők gyakran hosszú utakat tesznek meg abban a reményben, hogy láthatják; akkor imádattal ülhetnek a lábainál, és regényes meséket szöhetnek a gyengéiről. A ravaszabb nő, aki tudatosan arra ve-

szi az irányt, hogy egy ilyen embernek – akit őszintén csodál és becsül – a szeretője vagy a felesége legyen, tökéletesen tisztában lehet az illető gyengéivel. Még ki is használhatja őket annak érdekében, hogy megkapja, amit akar. Ennek a kétféle nőtípusnak a közreműködésével jön létre a játszma, vagy úgy, hogy romantizálják, vagy úgy, hogy kihasználják a gyengeségeket. Azért ártatlan, mert csodálatuk tárgyának teljesítményeit őszintén becsülik, és helyesen értékelik.

A színlelt formában Bürgözdí vagy csodálatos, vagy nem csodálatos, de olyan asszonnyal kerül szembe, aki egyik esetben sem képes őt a legjobb értelemben értékelni; az is lehet, hogy a nő első osztályú prostituált. “Ő, én szegényt” játszik, és a “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, Bürgözdí urat!” üres hízelkedésként használja céljai elérésére. A lelke mélyén vagy megzavarodik a férfitől, vagy kineveti. De a nő nem a férfival törődik; valójában a vele járó illetéktelen hasznot akarja.

Klinikailag a “Parasztot” két hasonló formában játszhatják, mindkettőt azzal a mottóval; “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr!” Az ártatlan formában a páciens mindaddig elégedett, ameddig hinni tud a “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr !-ban”, ami azt a kötelezettséget rója a terapeutára, hogy jó modorú legyen, mind nyilvánosan, mind a magánéletben. A színlelt formában a páciens azt reméli, hogy a terapeuta beszedi az ő “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr!-ját”, és majd azt gondolja: “Maga egész különlegesen jó felfogású.” Ha elérte, hogy a terapeuta ilyen beállítottságú lesz, akkor az nevetséges színben tűnik fel, és a páciens áttér

egy másik terapeutára. Ha a terapeutát nem ilyen könnyű megszédíteni, akkor még segíteni is tud a páciensen.

A páciens úgy nyerheti meg legkönnyebben a “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr! -at”, hogy nem javul az állapota. Ha rosszabb indulatú, még határozottabb lépéseket is tehet, hogy a terapeutát nevetséges színben tüntesse fel. Egy nőnek, aki pszichiáterei “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr!-at” játszott, semmit sem enyhültek a panaszai; végül is otthagya, ünnepélyes hajbókolás és mentegetőzés közepette. Ekkor segítségért egy nagyrabecsült egyházi személyhez fordult, és vele is “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr!-at” játszott. Néhány hét múltán belevitte egy másodfokú “Megerőszakolósdi” játékába. Ezután szomszédolás közben bizalmasan elmesélte, hogy mennyire csalódott az emberekben, hogy lám, egy ilyen kitűnő ember is, mint Fekete tiszteletes úr, gyöngé pillanatában képes volt közeledni egy olyan ártatlan és kevésbé vonzó nőhöz, mint amilyen Ő. Ismerve a feleségét, természetesen meg tud neki bocsátani, de hát mégiscsak stb. Ez a kis bizalmas vallomás csak amúgy véletlenül csúszott ki a száján, és csak azután döbbsent rá, “legnagyobb rémületére”, hogy a szomszéd – presbiter. A pszichiáterrel szemben úgy nyert, hogy nem javult az állapota; a lelkészével szemben úgy nyert, hogy elcsábította, noha ezt vonakodott beismerni. Egy másik pszichiáter azonban bevitte egy terápiás csoportba, ahol nem tudott korábbi módszerével manőverezni. A terápiás időt sem a “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr!-ral”, sem a “Maga különlegesen jó felfogó képességű-vel” nem tudta kitölteni; elkezdte behatóbban vizsgálni a saját magatartását, és a csoport segítségével képes volt mindkét

játszmáját, a “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, professzor úr!-at” és a “Megerőszakolósdit” is feladni.

Antitézis: A terapeutának először el kell döntenie, hogy a játszmát ártatlanul játsszák-e; ha igen, akkor a páciens érdekében el kell tűrni mindaddig, ameddig az abban közreműködő Felnőtt eléggé szilárdan áll a lábán ahhoz, hogy ellenlépéseket lehessen megkockáztatni. Ha a játszma nem ártatlan, az ellenlépéseket meg lehet tenni az első megfelelő alkalommal azután, hogy a páciens már eléggé felkészítették annak a megértésére, ami történik. A terapeuta ekkor következetesen visszautasítja a tanácsadást, és amikor a páciens tiltakozni kezd, világossá teszi, hogy nem egyszerűen “Póker arcú pszichiátriáról” van szó, hanem jól átgondolt taktikáról. A kellő időpontban attól, hogy a terapeuta elzárkózik, a páciens vagy feldühödik, vagy akut szorongásos tüneteket mutat. A következő lépést az határozza meg, hogy mennyire rosszat jósol a páciens állapota. Ha túlságosan felzaklatott, akut reakcióit megfelelő pszichiátriai vagy analitikus eljárásokkal kell kezelni, hogy helyreállítható legyen a terápiás helyzet. A színlelt forma esetében az az elsőrendű cél, hogy a Felnőttet leválasszuk a képmutató Gyermekről, s így a játszma elemezhetővé váljék.

Társadalmi helyzetekben el kell kerülni az ártatlan “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, Bürgözdí úr!-at” játsszók ügyeibe való intim belekeveredést.

Az is igaz, hogy a színlelt “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, Bürgözdí úr!-at” játsszó nők közül sokan igen érdekesek és intelligensek – ha meg lehet őket szabadítani a játszmájuktól, igen élvezetes színfoltjaivá válhatnak a család baráti körének.

5. Pszichiátria

Tézis: A pszichiátriát mint eljárást meg kell különböztetnünk a “Pszichiátriától” mint játszmatól. A tudományos közlemények megfelelő klinikai formában közzétett anyagai alapján a pszichiátriai gyakorlatban egyebek között az alábbi megközelítési módok bizonyultak értékesnek: sokterápia, hipnózis, gyógyszerek, pszichoanalízis, ortopszichiátria és csoportterápia. Vannak kevésbé használatos módszerek is, ezeket most nem említjük. A felsoroltak bármelyike felhasználható a “Pszichiátria” játszmaiban; ennek alapja az “Én gyógyító vagyok” beállítottság, melyet diploma támogat, mondván, hogy “Íme itt áll, én gyógyító vagyok”. Meg kell jegyezni, hogy ez minden esetben konstruktív, jóindulatú beállítottság, és a “Pszichiátriát” játszó emberek nagy része sok jót tehet, feltéve, hogy megvan hozzá a szakmai képzettsége.

Valószínű azonban, hogy jobb terápiás eredmények érhetők el mérsékeltebb terápiás buzgalommal. Az *antitézist* Ambroise Paré már régen megfogalmazta: “Én kezelem, de Isten gyógyítja meg őket.” Minden orvostanhallgató hallott erről a mondásról, együtt azzal, hogy *primum non nocere* és *vis medicatrix naturae*.^{*} A nem orvos terapeuták azonban nincsenek annyira rászorulva ezekre az ősi intelmekre. “Az én gyógyító vagyok, mert itt olvasható, hogy én gyógyító vagyok” beállítottság gyengítheti a hatást, és igen előnyösen helyettesíthető valami ilyesmivel: “Alkalmazni fogom a tanult terápiás eljárásokat abban a reményben, hogy lesz

^{*} “Legfontosabb, hogy ne ártsunk” és “a természet gyógyító ereje”.

valami hasznuk.” Ez kiküszöbölhet néhány lehetőséget, például az olyasmin alapuló játszmákat, mint: “Tekintve, hogy én gyógyító vagyok, a te hibád, ha nem leszel jobban” (például “Én csak segíteni próbálok rajtad”) vagy “Tekintve, hogy te gyógyító vagy, a kedvedért jobban leszek” (például a “Paraszt”). Elvben természetesen mindez ismeretes minden lelkiismeretes terapeuta előtt. Minden olyan terapeuta, aki jónevű klinikán valaha is bemutatott egy esetet, felismerte ezt. És megfordítva: a jó klinikára az jellemző, hogy terapeutaiban tudatosítja ezeket a dolgokat.

Másfelől a “Pszichiátria” játszma könnyebben merül fel olyan pácienseknél, akiket előzőleg kevésbé hozzáértő terapeuták kezeltek. Egyes páciensek például gondosan kiválasztják a gyenge pszichoanalitikusokat, egyiktől a másikhoz vándorolnak, demonstrálják, hogy őket nem lehet meggyógyítani, s közben beletanulnak egy mind élesebb “Pszichiátria” játszmába; végül már az elsőrangú klinikus is nehezen tudja elválasztani a búzát a konkolytól. A páciens oldalán a kettős tranzakció így fest:

Felnőtt: “Azért jövök, hogy meggyógyíts.”

Gyermek: “Sohasem fogsz meggyógyítani, de megtanítasz rá, hogyan legyek jobb neurotikus (hogyan játsszak jobb »Pszichiátria« játszmát).”

A “Lelki egészség” is hasonlóképpen játsszák; itt a kijelentés így hangzik: “Minden jobb lesz, ha alkalmazom a lelki egészségnek azokat az elveit, amelyekről olvastam és hallottam.” Egy páciens az egyik terapeutától megtanulta a “Pszichiátria” játszását, a másiktól a “Lelki egészség”, majd újabb erőfeszítéssel csinos kis “Tranzakcionális elemzés” játszmába fogott. Amikor ezt nyíltan megvitatták vele,

ráállt, hogy abbahagyja a “Lelki egészség” játszását, de kérte, hadd játszhasa tovább a “Pszichiátriát”, mert akkor kellemesen érzi magát. A tranzakcionális pszichiáter beleegyezett. A páciens ezért még néhány hónapon át továbbra is hetente elmesélte az álmait és azt, hogy ő hogyan értelmezi azokat. A végén, talán csak egyszerűen hálából, azt mondta: mégiscsak érdekes lenne megtudnia, hogy mi is a baj vele. Komolyan elkezdett érdeklődni a játszmaelemzés iránt, s az eredmény nem maradt el.

A “Pszichiátria” egyik változata az “Archeológia” (az elnevezés a San Franciscó-i dr. Norman Reidertől származik), amelyben a páciens beállítottsága a következő: ha rá tudna jönni, hogy ki áll a dolgok mögött, egy csapásra minden jóra fordulna. Ennek az az eredménye, hogy állandóan gyermekkori történéseken rágódik. A terapeutát néha beleviszik egy “Kritika” játszmaiba, itt a páciens leírja az érzéseit különböző helyzetekben, és a terapeuta elmondja, hogy mi a baj velük. Az “Önkifejezés” – amely gyakori játszma egyes terápiás csoportokban – “Az érzések jó dolgok” dogmára alapul. A közönséges kiszólásokkal élő páciens például megtapsolják, vagy legalábbis burkoltan magasztalják. A tapasztalt csoport azonban hamarosan “kiszúrja” hogy ez is játszma.

A terápiás csoportok egyes tagjai roppant ügyessé válnak a “Pszichiátria” játszma felfedezésében, és az új pácienssel hamarosan tudatják, ha úgy vélik, “Pszichiátriát” vagy “Tranzakcionális elemzést” játszik, ahelyett hogy csoportfolyamatok útján jutna el a helyes belátáshoz. Egy asszony, aki másik városba költözött, a korábbi “Önkifejezést” játsszó csoportból átkerült egy jól begyakorolt csoportba, és ott

elmondott egy gyermekkori vérfertőzési történetet. Ahelyett hogy áhítatos borzadályt tapasztalt volna, mint korábban mindig, amikor ezt a történetet elmesélte, közöny fogadta, s erre feldühödött. Meglepetve látta, hogy a csoportot jobban érdekli a benne jelentkező tranzakcionális bosszúság, mint az egykori vérfertőzés, és ingerülten kiáltotta oda nekik azt, ami nála láthatólag a legnagyobb sértés volt: nem freudisták! Freud természetesen sokkal komolyabban fogta fel a pszichoanalízist, és azzal, hogy kijelentette: ő maga nem freudista, elkerülte, hogy játszma váljék a pszichonálizisből.

Nemrégiben derült világosság, a “Pszichiátria” egy újabb változatára; a neve “Mondd csak”, és némiképpen hasonlít az összejöveteleken szokásos “Húsz kérdés” nevű időtöltésre. Fehér beszámol egy álmáról vagy egy incidensről, mire azt a többi tagok – köztük gyakran a terapeuta is – kitartó kérdezősködéssel értelmezni próbálják. Ameddig Fehér válaszol a kérdésekre, mindenki folytatja a kérdezősködést, csak akkor hagyják abba, amikor Fehér nem tud többé válaszolni. Akkor Fekete hátradől a székében, s értő pillantása mintha ezt mondaná: “Aha! Ha *arra* az egyre tudtál volna válaszolni, akkor bizonyára jobban éreznéd magad, én mindenesetre megtettem a *magamét*.” (Ez távoli rokona az “És miért nem. . . - Hát igen, de. . . -nek”). Egyes terápiás csoportok úgyszólván kizárólag ezen a játszmán alapulnak, és éveken át működhetnek, anélkül, hogy minimális változást vagy haladást érnének el. A “Mondd csak” is nagy mozgási szabadságot enged Fehérnek (a páciensnek), aki például végigcsinálhatja úgy a dolgot, hogy közben hatástalannak érzi, vagy ellenlépést tehet azzal, hogy válaszol

minden feltett kérdésre; ebben az esetben a többi játékos haragja és dőbbenete hamarosan nyilvánvaló lesz, ugyanis ezt veti oda nekik: “Válaszoltam az összes kérdéseitekre, és mégsem gyógyítottatok meg, hát mit értek tulajdonképpen?”

A “Mondd csak-ot” néha iskolai tantermekben is játsszák. A tanulók ebben az esetben tudják, hogy egy bizonyos típusú tanár kérdésére nem úgy kell megadni a választ, hogy feldolgozzák a tényleges adatokat, hanem eltalálják vagy kitalálják, hogy a lehetséges válaszok közül melyiknek örülne a pedagógus. Az ókori görög nyelv tanítása kitermelt egy tudálékos változatot: a tanár mindig fölül van, mindig elérheti, hogy a diák butának látsszék, sőt ezt bizonyítja is, azzal a fogással, hogy a szöveg valamelyik nehezen megfejtethető részletét szemeli ki neki. A héber nyelv tanítása során is gyakran előfordul ez a játszma.

6. Ostoba

Tézis: Az “Ostoba” játszma enyhébb formájában a tézis így hangzik: “Veled együtt nevetek a saját ügyetlenségemen és ostobaságomon.” A súlyosabban zavart, egyének azonban duzzogva így is játszhatják: “Buta vagyok, mit tegyek, “csinálj velem valamit.” Mindkettőt depresszív beállítottságból játsszák. Az “Ostobát” meg kell különböztetni a “Schlemieltől”, ahol a beállítottság agresszívabb, az ügyetlenség pedig csak kísérlet a megbocsátás megszerzésére: Meg kell különböztetni a “Clowntól” is: ez nem játszma, hanem időtöltés, amely megszilárdítja az “Én aranyos és vétlen vagyok”

“beállítottságot. Az “Ostobában” Fehérnek az a döntő tranzakciója, amellyel ráveszi Feketét, hogy őt butának nevezze, vagy hogy úgy reagáljon, mintha buta lenne. Fehér ezért Shlemielként cselekszik, de nem kér megbocsátást; sőt, a megbocsátás kellemetlenül érinti, mivel fenyegeti a beállítottságát. Vagy pedig bohóckodik, de semmivel sem jelzi, hogy csak bolondozik; azt akarja, hogy komolyan vegyék, és viselkedése szolgáltatassa ostobasága bizonyítékát. A külső nyereség számottevő; minél csekélyebb a tudása, Fehér annál hatásosabban játszhat. Az iskolában nem kell tanulnia, munkájában a régi, kitaposott úton járhat, nem fenyegeti az a veszély, hogy olyasmit tanul meg, ami előmozdítja előmenetelét. Gyerekkorától fogva tudja, hogy ameddig ostoba, mindenki elégedett lesz vele, noha az ellenkezőjét állítja. Az emberek meglepődnek, ha szorult helyzetéből kivágja magát, kiderül, hogy nem is olyan ostoba – semmivel sem ostobább, mint az “ostoba” legkisebb fiú a tündérmesében.

Antitézis: Az enyhébb forma antitézise egyszerű. Az “Ostoba” ellenjátékosa, aki nem játszik, nem nevet az esetlenségen, nem kel ki az ostobaság ellen, életre szóló barátot szerez. A játszma egyik finomsága, hogy gyakran játsszák cyclothymiás vagy mániás-depressziós személyiségek. Amikor az ilyen egyén eufóriás, úgy látszik, mintha valóban azt szeretné, hogy a többiek vele együtt nevéssék ki. Ennek gyakran nehéz is ellenállni, mert úgy tűnik, valóban neheztel is arra, aki nem nevet velük, mert veszélyezteti a helyzetet és elrontja a játszmát. Amikor aztán az ilyen ember depressziós, és felszínre kerül a neheztelése azokkal szemben, akik együtt nevettek vele vagy kinevették, a kívül maradó világosan látja, hogy helyesen cselekedett. Előfordulhat,

hogy amikor a páciens visszahúzódik, ő lesz az egyetlen, akit majd megtúr a szobában, vagy akihez beszél, a korábbi “barátokat” pedig, akik élvezték a játszmát, ellenségeiként kezeli.

Semmi értelme Fehérnek, azt mondani, hogy valóban ostoba. Lehet, hogy valóban csekély az intelligenciája, ennek nagyon is tudatában van; és lehet, hogy a játszma eredendően így indult. Az ilyen emberek azonban bizonyos sajátos területeken kiválóak is lehetnek; gyakran erős oldaluk a pszichológiai belátás. Nem ártalmas, ha éreztetik velük az ilyen képességért kijáró tiszteletet; de ez nem ugyanaz, mint amikor ügyetlen próbálkozások történnek “megnyugtatósukra”. Ez ugyan megadja azt a keserű elégtételt, hogy rájönnek, a többi ember még ostobább, mint ők, de ez csekély vigasz. Az ilyenfajta “megnyugtatózás” nem tartozik a legintelligensebb terápiás eljárások közé; rendszerint az “En; csak segíteni próbálok rajtad” játszma egyik lépése. Az “Ostoba” antitézise nem egy másik játszma felállítása, hanem az “Ostoba” játszmában való részvétel kerek elutasítása.

A duzzogó forma antitézise bonyolultabb probléma, mivel a morcos játékos nem nevetést vagy csúfolódást akar kiváltani, hanem a tehetetlenség vagy a bosszúság érzését akarja felkelteni; ezzel aztán tudja is, hogy mi a teendője, mert egybevág azzal, amire az embereket felszólítja. “Ugyan, tegyél már velem valamit!” Így tehát mindkét esetben győz. Ha Fekete nem tesz semmit, ez azért van, mert tehetetlennek érzi magát, ha tesz valamit, ez azért van, mert felbosszantották. Ezért ezek az emberek hajlamosak az “És miért nem. . . – Hát igen, de. . .” játszására is, amely enyhébb

formában, ugyanazokat a kielégüléseket nyújtja nekik. Erre az esetre nincs könnyű megoldásunk, és nem is valószínű, hogy lesz mindaddig, amíg nem ismerjük meg alaposabban ennek a játszmának a pszichodinamikáját.

7. Faláb

Tézis: A "Faláb" legdrámaibb formája az "Elmezavarra való hivatkozás". Tranzakciós nyelven ez így hangzik: "Vájon el lehet-e várni valakitől, aki az érzelmeiben olyan zavart, mint én, hogy képes legyen visszatartani magát az emberöléstől?" Az esküdtbíróság pedig ezt a feleletet óhajtja: "Természetesen nem, aligha vetnének alá magát effajta korlátozásnak!" Az "Elmezavarra való hivatkozás, jogi játszma, elfogadható az amerikai kultúrában, és más, mint az az úgyszólván egyetemesen elfogadott elv, hogy valaki szenvedhet olyan súlyos pszichózisban, amely miatt egyetlen józan személy sem tekintené felelősnek a cselekedeteiért. Japánban az ittasság, a Szovjetunióban a háború idején teljesített katonai szolgálat hozható fel enyhítő körülményként botrányokozás miatti felelősségre vonás esetében (legalábbis a szerző tudomása szerint). A "Faláb" tézise így hangzik: "Mit lehet várni valakitől, akinek falába van?" Ha a kérdést így teszik fel, természetesen senki sem várna egyebet a falábú embertől, mint hogy maga hajtja kerekesszécsiját. Ugyanakkor a második világháború idején volt egy falábú ember, aki a katonai kórházak amputálórészlegeiben rendszeresen fellépett, és igen ügyesen adott elő rángatózó szvingtáncszámokat. Akadnak vak emberek, akik jogi gya-

korlatot folytatnak, és politikai funkciót töltenek be (a szerző szülővárosának jelenleg is vak, polgármestere van). Akadnak süket pszichiáterek és kéz nélküli emberek, akik mégis tudnak írógépet használni.

Mindaddig talán semmiféle beavatkozásra nincs is szükség, ameddig valaki a valódi, eltúlzott vagy akár képzelt betegsége ellenére megbékél a sorsával. De amint pszichiátriai kezelésre jelentkezik, felmerül a kérdés, hogy vajon jól gazdálkodik-e az életével, és vajon felül tud-e emelkedni a betegségén. Ebben az országban a terapeuta gyakran a művelt közönség rosszallása közepette kénytelen dolgozni. Előfordul, hogy a páciens legközelebbi rokonai, akik a leglármasabban panaszkodtak a páciens által okozott kényelmetlenségekre, végül is a terapeuta ellen fordulnak, ha az a páciensnél határozott javulást tud előidézni. A játszmaelemző számára ez könnyen érthető, de feladata ettől még nem lesz egyszerűbb. Ha előtűnnek az első jelei annak, hogy a páciens a maga lábára tud állni; azaz felbomlással fenyeget az “Én csak segíteni próbálok rajtad” játszma, játékosai néha a leghihetlenebb *eszközökkel* próbálnak véget vetni a kezelésnek.

Mindkét oldalt jól szemlélteti Fekete kisasszonynak az a dadogó betege, akiről a “Nyomor” játszma tárgyalása során esett szó. Ez az ember a “Faláb” klasszikus formáját játszotta. Képtelen volt munkát találni, amit – helyesen – annak tulajdonított, hogy dadogott, csakhogy az egyetlen foglalkozás, ami érdekelte, elárúsítói munkakör volt. Szabad állampolgárként joga volt bármely területen munkát keresni, de mivel dadogott, választása némi kételyeket ébresztett indítékainak tisztasága iránt. Amikor Fekete kis-

asszony kísérletet tett játszámája megbontására, a segítőkész szerv igen kedvezőtlenül fogadta munkatársa lépéseit.

A “Faláb” különösen ártalmas a klinikai gyakorlatban, mivel a páciens rátalálhat egy olyan terapeutára, aki ugyanazt a játszámát játssza, ugyanazzal az ürüggyel, és így lehetetlen bármiféle haladást elérni. Viszonylag könnyű elrendezni a dolgot az “Ideológiai ürügy” esetében; ez így hangzik: “Mit lehet várni valakitől, aki egy olyan társadalomban él; mint a miénk?” Egy páciens ezt egyszer a “Pszichoszomatikus ürüggyel” kombinálta: “Mit lehet várni valakitől, akinek pszichoszomatikus tünetei vannak?” Különböző terapeuták váltották nála egymást; az egyik elfogadta az egyik ürügyet, viszont nem fogadta el a másikat, de egyetlen olyan terapeutát sem talált, aki – mindkét ürügyet elfogadva – megajándékozta volna azzal, hogy jól érezhesse magát jelen beállítottságában; vagy pedig kikököcsöztette volna belőle azzal, hogy mindkettőt elveti. Így a páciens bizonyíthatta, hogy a pszichiátria nem képes segíteni az emberekben.

A jellegzetes magatartás mentségére a páciensek többek között ilyen ürügyeket szoktak felhozni: meghűlés, fejsérülés, helyzeti stressz, a modern élet okozta stressz, az amerikai kultúra és gazdasági rendszer. A tanult játékos könnyen találhat magának támaszt a különböző hatóságokban. “Azért iszom, mert ír vagyok” “Ez nem történne meg, ha Oroszországban vagy Tahitiben élnék.”¹ Az igazság az, hogy az orosz vagy a tahiti elmeosztályokon kezelt betegek igen hasonlóak az amerikai állami kórházakban fekvőkhöz. A klinikai gyakorlatban és a szociális kutatási tervekben gondosan meg kell vizsgálni két sajátos ürügyet; ezek : “Ha

ők nem lennének” és “Cserbenhagytak”.

Némileg kifinomultabbak az ilyen ürügek: Mit lehet várni valakitől, aki *a)* zűrös családi körülmények között nőtt fel; *b)* neurotikus; *c)* analízisbe jár; *d)* az alkoholizmusnak nevezett betegségben szenved? Mindezt megkoronázza: “Ha ezt abbahagyom, nem fogom tudni elemezni a dolgot; és akkor sohasem gyógyulok meg.”

A “Faláb” fonákja a “Riksa”. Tézise: “Bezzeg ha ebben a városban lennének riksák (kacsacsőrű emlősök, ókori egyiptomit beszélő nők), akkor sohasem kerülök ilyen slamasztikába.”

Antitézis: A “Faláb” ellenszere nem nehéz, ha a terapeuta tisztán el tudja különíteni egymástól a saját Szülőjét és Felnőttjét, és ha a terápiás célt mindkét fél világosan megértette.

A Szülői oldalon állhat “jóságos” vagy “szigorú” Szülő. “Jóságos” Szülőként elfogadhatja a páciens ürügét, kiváltképpen, ha az belevág a saját nézeteibe, talán azzal a racionalizációval, hogy az emberek mindaddig nem felelősek a tetteikért, ameddig be nem fejeződött a terápiájuk. “Szigorú” Szülőként elutasíthatja az ürüget, és akarati versengésbe bocsátkozhat a pácienssel. A “Faláb” játékos már mindkét attitűdöt jól ismeri, és tudja, hogyan préselheti ki a maximális kielégülést mind a kettőből.

A terapeuta Felnőttként mindkét lehetőséget elveti. Amikor a páciens felteszi a kérdést: “Mit vár egy neurotikus-tól?” (vagy bármilyen egyébtől, amit az adott pillanatban ürügeként felhoz), a válasz így hangzik: “Én nem várok el semmit. Az a kérdés, hogy maga mit vár önmagától.” A terapeuta egyetlen igénye; hogy a páciens komoly választ ad-

jon erre a kérdésre, egyetlen engedménye, hogy elegendő időt ad a páciensnek ahhoz, hogy megválaszolja; ez hat héttől hat hónapig is terjedhet, függ a kettőjük közti viszonytól és a páciens előző felkészültségétől.

Hivatkozás

1. Berne, E.: "The Cultural Problem: Psychopathology in Tahiti." *American Journal of Psychiatry*, 116:1076-1081, 1960;

Tizenkettedik fejezet

Jó játszmák

A pszichiáter, akinek helyzete a legjobb és talán az egyedül megfelelő a játszmák tanulmányozására, sajnálatos módon szinte kizárólag olyan emberekkel foglalkozik, akiket játszmáik bajba sodortak. Ez annyit jelent, hogy a klinikai tanulmányozás számára kínálkozó játszmák bizonyos értelemben mind “rossz” játszmák. És tekintve hogy a játszmák meghatározásuknál fogva rejtett tranzakciókon alapulnak, szükségképpen tartalmazzák a kihasználás elemét. E két – egyfelől gyakorlati, másfelől elméleti – okból kifolyólag nehéz dolog a “jó” játszmák felkutatása. A “jó” játszma úgy határozható meg: olyan játszma, amelynek pozitív társadalmi kihatása többet, nyom a latban, mint indítékainak bonyolultsága, különösképpen ha a játékos, könnyelműségtől, illetve cinizmustól mentesen megbékélt az indítékokkal. Vagyis: a jó játszma az, amely hozzájárul mind a többi játékos jó közérzetéhez, mindpedig annak a személyiségnek a kibontakozásához, aki az “alany”. Tekintve hogy az idő nagy része a társas cselekvés és szerveződés legjobb formái mellett is szükségképpen játszmák játszásával telik el, állhatatosan fel kell kutatnunk a “jó” játszmákat. Néhány példát

megemlítünk, de ezeknek sem a száma, sem a minősége nem elégséges. Idetartoznak a következők: “Buszsofőr szabadságon”, “Gavallér”, “Örülök, ha segíthetek”, “Házibölcs” és “Örülnek majd, hogy ismertek”.

1. Buszsofőr szabadságon

Tézis: Szigorúan véve ez inkább időtöltés, mint játszma, és nyilvánvalóan konstruktív az összes résztvevő számára. Az az amerikai postás, aki elmegy Tokióba, és ott japán kollégáját kísérgeti kézbesítő útjain, vagy az az amerikai fül-orr-gége szakorvos, aki szabadsága idején egy haiti kórházban dolgozik, valószínűleg ugyanolyan felfrissülten érkezik haza, és ugyanolyan jó történetekkel fogja szórakoztatni barátait, mintha Afrikába ment volna oroszlánvadászatra, vagy kocsijával bejárta volna a kontinenst átszelő autópályákat. A Békehadtest most hivatalosan is szentesítette ezt a tevékenységet.

A “Buszsofőr szabadságon” azonban játzsmává válik, ha a munka valamilyen rejtett indítékhoz képest másodlagos, és csupán látszataból végzik, valamilyen egyéb dolog érdekében. De még ilyen feltételek mellett is megőrzi konstruktív minőségét, és az egyéb (esetleg ugyancsak konstruktív) tevékenységek álcázásai közül egyike a leghelyesebbeknek.

2. Gavallér

Tézis: Ezt olyan férfiak játsszák, akikre nem nehezedik szexuális nyomás – alkalomadtán olyan fiatalabb emberek, akiknek jó a házasságuk, vagy kielégítő szerelmi kapcsolatuk van, gyakrabban azonban olyan öregebb férfiak, akik elegánsan monogámiára vagy nőtlenségre adták a fejüket. Ha Fehér egy hölgyben alkalmas alanyra talál, minden alkalmat megragad, hogy valamit megdicsérjen rajta, de sohasem lépi át a hölgy helyzetéből adódó korlátokat, az adott társadalmi helyzet lehetőségeit és a jó ízlés követelményeit. De ezeken a határokon belül szabadjára engedi kreativitását, lelkesedését és eredetiségét. Nem az a célja, hogy elcsábítson valakit, hanem hogy megcsillogtassa hatásos bőkolári művészetét. A belső társadalmi előny kettős: ártatlan virtuozitásával örömet szerez a nőnek, az pedig értő módon méltányolja Fehér ügyességét. Adott esetben, ha mindkét fél tisztában van a játszma természetével, egyre nagyobb gyönyörűséggel, egészen a különcködésig fokozhatják a játszmát. A világfi természetesen tudja, hogy mikor kell megállni, és nem folytatja a játszmát azon a ponton túl, ahol már nem szórakoztató (ekkor a nőre van tekintettel), vagy ahol kínálatának minősége leromlik (ekkor a saját művészi tökélyére van tekintettel). A “Gavallért” külső társadalmi előnyei miatt szívesen játsszák költők, akiket legalább annyira, ha nem még jobban, izgat a tekintélyes kritikusok és a nagyközönség méltánylása, mint az őket ihlető hölgy reagálása.

A jelek szerint az európaiak a regényes történetekben, a britek pedig a költészetben mindenkor jobban értettek eh-

hez a játszmához, mint az amerikaiak. Országunkban ezt a játszmát javarészt a költészetnek az az ága műveli, melyet “zöldség-gyümölcs iskolának” nevezhetnénk: a szemed olyan, mint az alligátor körte, az ajkad olyan, mint az uborka stb. A “zöldség-gyümölcs” típusú “Gavallér” játszma aligha hasonlítható elegancia dolgában Herrick és Lovelace produkciójához, de még Rochester, Roscommon és Dorset cinikus, ám fantáziadús műveihez sem.

Antitézis: A nőnek bizonyos kifinomultságra van szüksége ahhoz, hogy szerepét jól játssza, ugyanakkor nagyon mogorvának vagy ostobának kell lennie ahhoz, hogy kereken elutasítsa a játszmát. Megfelelő kiegészítője a “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, Bürgözdí úr!” játszma egyik változata, nevezetesen: “Gyönyörködöm a mutatványaiban, B. úr.” Ha a nő gépies vagy figyelmetlen, egyszerű “Nahát, hogy maga milyen csodálatos, Bürgözdí úr !-ral” válaszolhat, de akkor melléfog: Fehér nem önmagát, hanem a költészetét kínálja méltánylásra. Mogorva nő brutális antitézisként játszhat másodfokú “Megerőszakolósdi” (“Kopj le, kispám !”). Előfordulhat harmadfokú “Megerőszakolósdi” is, mondanunk sem kell, hogy az adott körülmények között ez kimondhatatlanul gonosz válasz. Ha a nő csupán ostoba, első fokú “Megerőszakolósdi” játszik majd; elfogadja a bókokat, mert hiúságát táplálják, de közben cseppet sem méltatja Fehér alkotói erőfeszítéseit és adottságait. Általában a játszma akkor romlik el, ha a nő inkább csábítási kísérletnek tekinti, semmint irodalmi magamutogatásnak.

Rokon játszma: A “Gavallér” – játszma, ezért meg kell különböztetni a nyílt udvarlás során alkalmazott műveletektől és eljárásoktól; ezek ugyanis egyszerű tranzakciók,

rejtett indíték nélkül. A “Gavallér” női megfelelőjét “Híz-
zelkedésnek” nevezhetjük, mivel gyakran játsszák gáláns ír
hölgyek – életük alkonyba fordultával.

Részleges elemzés

Célzat: Kölcsönös csodálat.

Szerepek: *Költő*, *Műértő* személy.

Társadalmi paradigma: Felnőtt — Felnőtt.

Felnőtt (férfi): “Ugye milyen kellemesen érzed magad
velem?”

Felnőtt (nő): “Ó, de még milyen kellemesen érzem ma-
gam ! “

Pszichológiai paradigma:

Gyermek (férfi): “Figyeld, hogy micsoda mondataim
vannak!”

Gyermek (nő): “Tyű, te aztán tényleg remekül beszélsz!”

Előnyök: 1. Belső pszichológiai előny – kreativitás és meg-
bizonyosodás rokonszenves voltunk felől. 2. Külső
pszichológiai előny – elkerülhető a szükségtelen szexu-
ális közeledés visszautasítása. 3. Belső társadalmi előny
– “Gavallér”. 4. Külső társadalmi előny – erről le is
mondhatnak. 5. Biológiai előny – kölcsönös simogatás.
6. Egzisztenciális előny – képesek vagyok elegánsan élni.

3. Örülök, ha segíthetek

Tézis: Fehér, bizonyos rejtett indítékból, állandóan segítsé-
gére siet másoknak. Talán így vezekli le múltbeli gonoszsá-
gát; talán így leplezi jelenlegi gonoszságát; talán így szerez

barátokat, esetleg azért, hogy később hasznosíthassa őket; talán így akar presztízshoz jutni. Ha az ember megkérdőjelezi is Fehér indítékait, hitelt kell adnia a cselekedeteinek. Végül is válhatik valaki még gonoszabbá, miközben múltbeli gonoszságát palástolja, az emberek kihasználásában vezetheti inkább félelem, mint nagylelkűség, és a presztízst nemcsak jó, hanem rossz ügyek keretében is lehet keresni. Egyes emberbarátokat jobban érdekel a versengés, mint a jóakarat: “Én több pénzt (műalkotást, hold földet) adtam neki, mint te.” Indítékaikat itt is megkérdőjelezhetjük, de ugyancsak hitelt kell adnunk annak, hogy konstruktív módon versengenek; ne feledjük, hogy mennyi ember folytat destruktív versengést.; A legtöbb “Örülök, ha segíthetek-et” játszó embernek egyaránt vannak barátai és ellenségei, s talán ezeknek is, azoknak is érthetők az érzései. Az ellenségek támadják az “Örülök, ha segíthetek” játékosának indítékait, és lekicsinylik cselekedeteit; a barátok hálásak cselekedeteiért, és lekicsinylik az indítékait. Az úgynevezett “objektív” megvitatás ezzel a játszmával kapcsolatban gyakorlatilag nem létezik. Akik magukat semlegesnek mondják, azokról is hamar kiderül, hogy melyik oldalon semlegesek.

Kihasználó manőverként Amerikában ez a játszma alkotja hatalmas méretekben a “public relations” alapját. A vásárlók azonban szívesen kapcsolódnak bele, és a kereskedelmi játszmák közül talán ez a legkellemesebb és legkonstruktívabb. Más összefüggésben egyik legkifogásolhatóbb formája a háromszemélyes családi játszma, amelyben az anya és az apa vetélkedik csemetéje vonzalmáért. Meg kell azonban jegyezni, hogy az “Örülök, ha segíthetek” játszma kiválasztása még itt is tartalmaz némi pozitívumot, tekintve

hogy a versengésnek annyi egyéb visszatetsző formájával is találkozunk. Például: “Anyu betegebb”, mint apu vagy “Miért szereted őt jobban, mint engem?”

4. Házibölcs

Tézis: Ez voltaképpen inkább forgatókönyv, mint játszma, de játszmaszerű vonatkozásai is vannak. Egy művelt, jó eszű ember a saját területén kívül is annyi tudást szed össze mindenféle dolgokról, amennyit csak tud. Amikor elérkezik a nyugdíjba vonulás ideje, a nagyvárosból, ahol felelősségteljes állást töltött be, átköltözik egy kisvárosba. Itt hamarosan híre megy, hogy a legkülönfélébb problémákkal lehet hozzá fordulni – legyen az valamilyen furcsa zörej az autó motorjában vagy egy szenilis rokon –, és mindenkinek segítségére lesz; vagy ő maga, ha illetékesnek érzi magát, vagy elküldi az illetőt egy hozzáértő személyhez. Így hamarosan megtalálja helyét az új környezetben, ő lesz a “Házibölcs”, aki nem játssza meg magát, és mindig készséggel meghallgatja az embereket. Legjobb formájában olyan emberek játsszák, akik nem sajnálták a fáradságot, felkerestek egy pszichiátert, hogy tisztába jöjjenek indítékaikkal, és így megtudják, hogy milyen hibákat kell elkerülniök, mielőtt kikötnének ennél a szerepnél.

5. Örülnek majd, hogy ismertek

Tézis: Ez a játszma a “Majd megmutatom nekik!” méltóbb változata. A “Majd megmutatom nekik!-nek” két formája van. A destruktív formában Fehér úgy “mutatja meg nekik”, hogy kárt okoz. Magasabb pozícióba manőverezheti magát, de nem presztízisért vagy anyagi előnyökért, hanem azért, hogy hatalmának fedezete alatt szabadjára engedhesse kicsinyes gyűlöletét. A konstruktív formában Fehér keményen dolgozik, nagy erőfeszítéssel igyekszik presztízshez jutni, de ezt nem a mesterien végrehajtott művelet kedvéért vagy valaminek a jogos megvalósítása érdekében teszi (noha ezek is játszhatnak másodlagos szerepet), sem pedig azért, hogy közvetlen kárt okozzon ellenségeinek, hanem azért, hogy ellenségeit rágja az irigység, és furdalja a bosszúság, amiért nem bántak vele jobban.

Az “Örülnek majd, hogy ismertek-ben” Fehér nem korábbi társai ellen, hanem azoknak az érdekében dolgozik. Azt akarja nekik megmutatni, hogy joggal kezelték barátsággal és tisztelettel, és bizonyítani akarja nekik – saját örömeikre –, hogy ítéletük helyes volt. Ebben a játszmában csak akkor győzhet, ha mind az eszközei, mind a céljai tiszteletet érdemlőek; éppen ezért magasabb rendű ez a játszma, mint a “Majd megmutatom nekik!”. Mindkettő – a “Majd megmutatom nekik!” és az “Örülnek majd, hogy ismertek” – lehet inkább csak a sikerből származó másodlagos előny, mint játszma. Játszmává ezek csak akkor válnak, ha Fehért jobban izgatja az ellenségeire vagy barátaira gyakorolt hatás, mint maga a siker.

III. rész

TÚL A JÁTSZMÁKON

Tizenharmadik fejezet

A játszmák jelentősége

1. A játszmák nemzedékről nemzedékre szállnak. Figyeljük meg valakinek a kedvenc játszmáját: gyakran visszavezethetjük a szülőkhöz, sőt a nagyszülőkhöz. Előre pedig, a gyerekek irányába, még az unokáknak is továbbadhatják – ha csak nem történik valamilyen sikeres közbelépés. Így tehát a játszmaelemzés történetiségbe ágyazódik; nyilvánvalóan vagy százévnyi időszakra nyúlik vissza, és feltételezhetően befog legalább ötven évet a jövőből. Ha ezt az öt vagy hat nemzedéket felölelő láncot megszakítják, a hatás mértani haladványszerűen jelentkezik. Számos embernek több mint kétszáz leszármazottja is van, a játszmák felhígulhatnak vagy módosulhatnak, miközben nemzedékről nemzedékre szállnak, de a beltenyészet tendenciája ugyanazon a családon, ha ugyan nem ugyanazon a nemzetségen belül igen erős. Ebben áll a játszmák *történelmi* jelentősége.

2. A gyermekek “nevelése” elsősorban abban áll, hogy megtanítták nekik, milyen játszmákat játszzanak. A különböző kultúrák és különböző társadalmi osztályok különféle típusú játszmákat kedvelnek; egyes törzsek és családok pedig ezeknek a különféle változatait szeretik. Ebben áll a játszmák *kulturális* jelentősége.

3. A játszmák az időtöltések és az intimitás kettős szorításába kerülnek. Az időtöltések az ismétléstől unalmassá válnak, akárcsak az üzleti mellékcélzattal rendezett koktélpártik. Az intimitás szigorú körültekintést igényel; a Szülő, a Felnőtt és a Gyermekek osztályozza, válogatja. A nyíltságot, a privát helyzettől eltekintve, a társadalom görbe szemmel nézi; a józan értelem tudja, hogy vissza lehet vele élni; a Gyermekek azért fél a nyíltságtól, mert mindig benne foglaltatik a lelepleződés. Így aztán a legtöbben, amikor meg akarnak szabadulni az időtöltések unalmától, anélkül hogy kitennék magukat az intimitás veszélyeinek, ha lehet, játszmákban találják meg a kompromisszumot, s ezek teszik ki a társadalmi érintkezés érdekesebb óráinak java részét. Ebben áll a játszmák *társadalmi* jelentősége.

4. Az emberek olyan személyeket választanak ki barátoknak, társnak és bizalmasnak, akik ugyanolyan játszmát játszanak. Ezért mindenki, aki “valaki” egy adott társadalmi körben (arisztokrácia, fiatalok bandája, társadalmi klub, egyetem stb.) – olyan módon viselkedik, ami teljesen idegenül hathat egy másik társadalmi körbe tartozó ember számára. Megfordítva: ha egy adott társadalmi körben valaki játszmát változtat; könnyen kívül találhatja magát a körön, de szívesen befogadják egy másikba. Ebben áll a játszmák *személyi* jelentősége.

Jegyzet

Az olvasónak most már módja van felbecsülni a matematikai és a tranzakcionális játszmaelemzés közti alapvető különbséget. A matematikai játszmaelemzés teljesen racionális játékosokat tételez fel. A tranzakcionális játszmaelemzés nem racionális, sőt akár irracionális játszmákkal foglalkozik, s ennélfogva valóságosabb.

Tizennegyedik fejezet

A játékosok

Számos játszmát a lelkileg zavart emberek játszanak a legintenzívebben; általánosabban szólva, minél zavartabbak, annál keményebben játszanak. Különös módon azonban egyes szkizofréniások nem óhajtanak játszmát játszani, és kezdetől fogva nyíltságot követelnek. A mindennapi életben kétféle típus játszik nagy meggyőződéssel játszmákat: az egyik a Duzzogó, a másik az Izgága vagy Nyárspolgár.

A Duzzogó olyan ember, aki haragszik az anyjára. A közelebbi vizsgálat kideríti, hogy kora gyermekkorától haragszik rá. Haragjának nemegyszer indokolt, "Gyermek" okai vannak: lehet hogy "magára hagyta" kisfiú korának egy kritikus pontján azzal, hogy beteg lett, és kórházba ment, vagy túl sok testvért szült. A magára hagyás néha szándékosabb volt: lehet hogy kiadta valahová, amikor újból férjhez ment. Bárhogyan történt is, azóta duzzog. Akár Don Juan is lehet, mégsem szereti a nőket. Mivel a kezdet kezdetén szándékosan kezdett duzzogni, ezért élete bármely szakaszában úgy dönthet, hogy abbahagyja a duzzogást, mint ahogyan gyermekkorában is megtette már, amikor elérkezett az ebéd ideje. Az elhatározás megváltoztatásához a felnőtt

Duzzogónak ugyanarra van szüksége, mint a kisfiúnak. A presztízsnak meg kell maradnia, és valami olyant kell kapnia, ami; egyenértékű a duzzogás kiváltságával. A “Pszichiátria” játszmat, amely egyébként néhány évig is eltart-hat, néha elvághatja az illetőnek egy olyan elhatározása, hogy eláll a duzzogástól. Ehhez arra van szükség, hogy a páciens megfelelően elő legyen készítve, megfelelő legyen az időzítés és a megközelítés. Ha a terapeuta ügyetlen vagy erőszakos, nem számíthat nagyobb sikerre, mintha egy duzzogó kisfiúval lenne dolga: hosszú távon a páciens megfizet a terapeutának a melléfogásért, ugyanúgy, mint ahogyan végül is a kisfiú is megfizet az ügyetlen szülőknek.

Mutatis mutandis nőnemű Duzzogókkal is ugyanaz a helyzet, ha az apjukra haragszanak. Az ő falábukat (“Mi várható egy olyan nőtől, akinek ilyen apja volt?”) a férfi terapeutának még több fortéllyal kell kezelnie. Különben könnyen megeshetik, hogy egy kalap alá veszik “a férfiakkal; akik mind olyanok, mint apa”.

Mindenkiben van egy adag Izgága, de a játszmaelemzésnek az a célja, hogy ezt minimális szinten tartsa. Az Izgága olyan ember, aki túlságosan érzékenyen reagál a Szülői behatásokra. Ezért Felnőtt adatfeldolgozása és Gyermeki spontaneitása kritikus pontokon könnyen keresztezheti egymást, aminek az eredménye az, hogy oda nem illő vagy ügyefogyott viselkedést tanúsít. Szélsőséges esetekben az Izgága érintkezik a Talpnyalóval, a Hengegővel és a Pió-cával. Az Izgágát nem szabad összetéveszteni a zavarodott szkizofréniással, akiben nem működik a Szülő, és csak csekély mértékben működik a Felnőtt, ezért a külvilággal zavart, gyermeki én-állapotában kell megbirkóznia. Érdekes, hogy a

mindennapi szóhasználatban az Izgága jelzöt kizárólag férfiakra, ritka esetekben férfias nőkre alkalmazzák. A Prúdben több a Nyárspolgár, mint az Izgága; a Prúd jelzöt többnyire nők számára tartogatják, de adott esetben nőies férfiakra is alkalmazzák.

Tizenötödik fejezet

Paradigma

Nézzük meg az alábbi párbeszédet, amely egy páciens (P) és egy terapeuta (T) között zajlott:

P: “Új tervem van: pontos leszek.”

T: “Én is megpróbálok.”

P: “Nem maga miatt, önmagamért teszem. . . Találja ki, milyen jegyet kaptam a történelem dolgozatomra!”

T: „4/5-öt.”

P: “Honnan tudta?”

T: “Mert fél jelest kapni.”

P: “Igen, jeles voltam, de átfutottam az anyagot, kihúztam három helyes választ, és beírtam helyette három rosszat. “

T: “Tetszik nekem ez a beszélgetés. Mentés minden Izgágaságtól.”

P: “Éppen tegnap este gondolkoztam azon, hogy vajon mennyit fejlődtem. Úgy értékeltem, hogy most már csak 17% bennem az Izgága.”

T: “Nos, ami a mai napot illeti, nulla; így a következő menetben joggal leszámíthat 34%-ot.”

P: Az egész hat hónappal ezelőtt kezdődött; ránéztem kávéskannámra, és akkor éreztem először úgy, hogy valóban látom. És maga tudja, hogy most mi a helyzet, hogy hogyan hallok a madarak énekét, hogyan nézek az emberekre; valóban emberek, és ami a legjobb benne, én is valóban ott vagyok. És nemcsak ott vagyok; hanem, jelenleg is, vagyok, egyik nap álltam a képtárban, néztem egy képet, odajött egy ember, és megjegyezte: »Gauguin nagyon kellemes, ugye?« Mire én azt mondtam: »Nekem maga is rokonszenves«. Kimentünk, betértünk valahova egy italra, és igazán egy nagyon rendes fickó volt.”

Ez itt egy Izgágaság-mentes, játszma-mentes beszélgetés volt két autonóm Felnőtt között, melyhez a következőket kell hozzáfűzni:

“Új tervem van: pontos leszek.” Ez a kijelentés, a pontosság ténye után történt. A páciens úgyszólván mindig elkésett. Ezúttal nem késett. Ha a pontosság elhatározás lett volna, az “akaraterő” aktusa, ha szülői előírás lett volna a Gyermeknek, hogy legyen mit nem teljesítenie, akkor a bejelentés megelőzte volna aényt. Ha azt mondja: “Ez az utolsó alkalom, hogy elkéstem”, úgy ez kísérlet lett volna egy játszma felállítására. A páciens bejelentése azonban nem ilyen természetű volt. Felnőtt döntés, terv volt, nem elhatározás. A páciens ezután mindig pontosan érkezett.

“Én is megpróbálok.” Ez nem afféle támogató kijelentés volt, még kevésbé egy új játszma – az ”Én csak segíteni próbálok rajtad” – első lépése. A páciens megjelenése mindig olyan időpontra volt beosztva, amikor a terapeuta

éppen visszatért egy kis kávézási szünetből. Tekintve hogy a páciens rendszeresen késett, a terapeuta is – aki így több időt engedélyezett magának, – rákapott a késésre. Amikor a páciens bejelentette döntését, a terapeuta felismerte, hogy komolyan gondolja, amit mond, és ő is ennek megfelelően cselekedett. A tranzakció itt Felnőtt szerződés volt, amelyet mindkét fél betartott. Történhetett volna ehelyett a következő tranzakció is: a “Gyermek kötekedhetett volna a Szülői figurával, az utóbbi pedig helyzetéből eredően úgy érezte volna, hogy “jóságos papaként” köteles az előbbi együttműködéséről biztosítani.

“Nem maga miatt.” Ez a kijelentés jelzi, hogy a pontosság a páciens részéről döntés, nem pedig olyan elhatározás, amelyet egy álcengedelmes játszma részeként ki lehet használni.

“Találja ki, milyen jegyet kaptam.” Mindkét fél tisztában volt vele, hogy ez időtöltés, amellyel minden további nélkül elszórakozhatnak. A terapeuta nem érezte szükségét, hogy érzékeltesse saját éberségét, és rámutasson, hogy ez időtöltés (a páciens ezt már tudta); a páciens sem érezte szükségét annak, hogy eltekintsen a játszásától csupán azért, mert időtöltésnek nevezi.

„4/5-öt.” A terapeuta becslése szerint ez volt az egyetlen lehetséges osztályzat, amit a páciens kaphatott, és semmi oka nem volt rá, hogy ezt ne közölje. Őszintétlen szerénység vagy félelem attól, hogy nincs igaza; arra indíthatta volna, hogy úgy tegyen, mintha nem tudná.

“Honnan tudta?” Ez Felnőtt kérdés volt, nem pedig “Nahát, hogy maga milyen óriási” játszma, és odaillő választ érdemelt.

“Igen, jeles voltam.” Ez volt az igazi teszt. A páciens nem durcáskodott, nem próbálkozott sem racionalizálással, sem mentségekkel, hanem nyíltan szembenézett a benne lakozó Gyemekkel.

“Tetszik nekem ez a beszélgetés.” Ez és a rákövetkező főleg tréfás megjegyzések kölcsönös Felnőtt tiszteletet fejeznek ki; talán volt benne egy parányi Szülő — Gyermek időtöltés is, de ezt mindkét fél szabadon választotta, és ezzel mindketten tisztában voltak.

“Akkor éreztem először úgy, hogy valóban látom.” Most már a maga módján veheti tudomásul a dolgokat, és nem kell többé feltétlenül úgy látnia a kávéskannákat és az embereket, ahogyan a szülei mondták neki.

Mostantól kezdve itt vagyok.” Most már nem a jövőben vagy a múltban él; mindkettőről képes tömören elbeszélgetni, ha annak valamilyen hasznos célja van.

“Azt mondtam: »Nekem maga is rokonszenves«.” A páciensnek most már nem kell “Képtár” játszámára vesztegetni az idejét, noha ezt is tehette volna.

A terapeuta viszont nincs rákényszerülve, hogy “Pszichiátriát” játsszon. Jó néhány alkalma volt, hogy érintse a védekezés, az átvitel és a szimbolikus értelmezés kérdéseit, de nem élt velük, nyugodtan mellőzhette őket. A jövő szempontjából azonban érdemesnek látszott tisztázni, hogy a vizsgán milyen válaszokat húzott ki. A foglalkozás hátralevő idejében sajnos időről időre megmutatkozott az a 17%-nyi Izgága, ami a páciensben, és az a 18%-nyi Izgága, ami a terapeutában megmaradt. Összegezve: az adott történetek némi időtöltéssel színezett tevékenységet alkottak.

Tizenhatodik fejezet

Autonómia

Az autonómia akkor valósul meg, ha valakiben mozgásba lendül vagy újra működni kezd a következő három képesség: tudatosság, spontaneitás és intimitás.

Tudatosság: A tudatosság az a képesség, hogy a kávéskannát és a madarak énekét a magam módján érzékelem, nem pedig úgy, ahogyan megtanítottak rá. Alapos okunk, van annak feltételezésére, hogy a látás és a hallás más minőségű a gyermekek, és más a felnőttek számára;¹ a látás és a hallás az élet első éveiben esztétikusabb, és kevésbé intellektuális. A kisgyermek élvezettel látja és hallgatja a madarakat. Akkor jön a “jóságos apa” aki úgy érzi, hogy neki is “részt kell vennie” az élményben, és segítenie kell gyermeke “fejlődését”. Így szól: “Ez itt egy szajkó, az meg egy veréb.” Abban a pillanatban, amint a kisgyermeket az foglalkoztatja, hogy melyik a szajkó és melyik, a veréb, már nem madarakat lát és madáréneket hall. Úgy kell őket látnia és hallania, ahogyan az apja akarja. Az apja okai méltánylandók, hiszen igen kevés ember engedheti meg magának, hogy egész életében a madarak énekét hallgassa, és minél hamarabb kezdődik meg a gyermek “nevelése”, annál jobb.

Lehet, hogy ornitológus lesz, mire felnő. Akad azért néhány ember, aki végig a régi módon képes látni és hallani. Az emberi faj legtöbb tagja azonban elvesztette azt a képességét, hogy festő, költő vagy muzsikus legyen, noha meg volna rá a lehetősége; mégsem kínálkozik azonban számukra szabad választás a tekintetben, hogy közvetlenül lássanak és halljanak; másodkézből jutnak a dologhoz. Ennek az adottságnak a visszanyerését nevezzük itt “tudatosságnak”. A tudatosság fiziológiai szempontból eidetikus* képekhez kötött eidetikus érzékelés.² Egyes személyek esetében talán az ízlelés, a szaglás és a kinesztézia területén is beszélhetünk eidetikus érzékelésről; ezekből kerülnek ki az említett területek művészei: szakácsok, illatszerkészítők és táncosok; akiknek örök vágyuk, hogy értő közönségre találjanak.

A tudatosság megköveteli, hogy itt és most éljünk, nem pedig máshol, a múltban vagy a jövőben. Az adódó lehetőségek illusztrálására vegyünk egy példát az amerikai életből. Valaki reggel munkahelyére igyekszik autón, és gyorsan hajt. A döntő kérdés a következő: “Hol jár az esze, miközben a teste itt van?” Három eset lehetséges.

1. Az olyan ember áll a legmesszebb az itt és most-tól; akinek az a legfőbb aggodalma, hogy el ne késsék. A teste a kormánykeréknél, az esze a hivatala bejáratánál, az őt közvetlenül körülvevő dolgokról nem vesz tudomást, legfeljebb csak annyiban, amennyiben késleltetik azt a pillanatot, ami-

*Főleg az élnék képzelet egyik típusának megjelölésére használt kifejezés, melyet az jellemez, hogy mintegy kivétel a külvilágra, s nem pusztán a “fejünkben” van. (*The Penguin Dictionary of Psychology* meghatározása

— A szerk.)

kor a teste utoléri a lelkét. Ez az Izgága, akinek az a fő gondja, hogy a dolog hogyan fest majd a főnök előtt. Ha elkésik, megpróbál majd lihegve; kifulladásra megérkezni. A készséges Gyermeke a parancsnokság, játszmája: “Láthatod, hogy mindent megpróbáltam!” Mialatt vezet, úgyszólván nyoma sincs az autonómiának, és mint emberi lény; inkább halott, mint eleven. Könnyen meglehet, hogy ez a legkedvezőbb körülmény a magas vérnyomás és a koszorúér-megbetegedések kifejlődéséhez.

2. A Duzzogót kevésbé izgatja az, hogy időben érkezzen, mint az, hogy mentségeket találjon ki késésére. Balesetek, rosszkor beugró tilos jelzések; egy másik vezető ügyetlensége vagy ostobaságai – kiválóan illeszkedik ebbe a keretbe; a benne levő lázongó Gyermeke vagy igazságos Szülő pedig titokban nagy örömmel üdvözli mint hozzájárulást a “Látod, ennek is ők az okai” játszmához. A Duzzogó nem vesz tudomást az őt körülvevő dolgokról, legfeljebb csak annyiban, amennyiben játszmáját támogatják; ő félig eleven. A teste a kocsiában, de a lelke fogyatékoságok és igazságtalanságok után vadászik.

3. Ritkább eset a “természetes autóvezető: az az ember, akinek a vezetés – ízlésének megfelelő tudomány és művészet: Amint gyorsan és ügyesen vág utat magának a közlekedés forgatagában, egyé válik a járművével. Ő sem vesz tudomást az őt körülvevő dolgokról, legfeljebb csak annyiban, amennyiben szabad teret engednek képességei megcsillogtatására, ami már eleve örömet szerez neki; egyébként nagyon is tudatos benne a saját léte, akár csak a gépezeté; melynek ura, és ennyiben – eleven. Az autóvezetés ilyen válfaja formálisan Felnőtt időtöltés, amely a Gyermekeknek és a Szülőknek is kedvére lehet.

4. A negyedik eset a tudatos ember, aki nem siet, mert a jelen pillanatban él; és abban, ami körülveszi: az ég, a fák, a mozgás érzete. Ha sietne, elhanyagolná mindazt, ami körülveszi, tudatában vagy csak olyasvalaminek lenne helye, ami még kívül esik a látóhatárán, vagy csak az akadályoknak, vagy csak önmagának. Egy kínainak, aki éppen beszállni készült a földalattiba a vele tartó európai származású amerikai felhívta a figyelmét arra, hogy megtakaríthatnának húsz percet, ha expresszbe szállnának. Ezt meg is tették. Amikor a Central Parknál, kiszálltak, a kínai – barátja legnagyobb meglepetésére – leült egy padra. “Ugyanis megtakarítottunk húsz percet – magyarázta a kínai –, így megengedhetjük magunknak, hogy ezt az időt itt töltsük el, és élvezzük mindazt, ami körülöttünk adódik.”

A tudatos ember – eleven, mert tudja, hogy hogyan érez, hol van, és mikor történnek a dolgok. Tudja, hogy a fák a halála után is ott fognak állni, de ő már nem lesz ott, hogy nézhesse őket, ezért most akarja látni őket, olyan intenzíven, ahogyan csak lehetséges.

Spontaneitás. A spontaneitás választási lehetőséget jelent: a rendelkezésünkre álló választékból (Szülői érzések, Felnőtt érzések és Gyermekek érzések) szabadon választhatjuk ki érzelemnyilvánításainkat. Felszabadulást jelent, felszabadulást a játszmajátszási kényszer alól; szabaddá válunk, mert nem kényszerülünk rá, hogy csupán azt érezzük, amire megtanítottak.

Intimitás: Az intimitás a tudatos személy spontán, játszmamentes nyíltsága, az eidetikus érzékeny, romlatlan, teljes naivitással az itt és mostban élő Gyermekek felszabadulása. Kísérletileg bizonyítható,³ hogy az eidetikus érzékelés

ragaszkodást ébreszt, a nyíltság pedig pozitív érzéseket hoz mozgásba; ismeretes olyasmi is, mint az “egyoldalú intimitás”, ezt a jelenséget – ha nem is ezen a néven – kitűnően ismerik a hivatásos csábítók, akik rabul ejtik partnereiket, anélkül hogy maguk igazán bevonódnának a dologba. Ezt a következővel érik el: a másik személyt arra bátorítják, hogy közvetlenül nézzen rájuk és szabadon beszéljen, miközben ők maguk olyan viszonzást nyújtanak, ami nem egyéb óvatosszínlelésnél.

Mivel az intimitás lényegileg a természetes Gyermekek megnyilvánulása (akkor is, ha pszichológiai és társadalmi összefüggések mátrixában jelentkezik), általában jól végződik, hacsak egy játszma belépése meg nem zavarja. Többnyire a Szülői befolyás okozta alkalmazkodás rontja meg; ez sajnos, úgyszólván mindig bekövetkezik. De addig, hacsak és ameddig meg nem rontják, a kisgyermek többsége szerető beállítottságú,⁴ és az intimitásnak ez az alapvető természete, mint azt a kísérletek is bizonyítják,

Hivatkozások

1. Berne, E.: “Primal Images and Primal Judgment.” *Psychiatric Quarterly*, 29:634-658, 1955.
2. Jaensch, E. R.: *Eidetic Imagery*. Harcourt, Brace and Company, New York, 1930.
3. Ezek a kísérletek még csak előkészületi szakaszban vannak a San Francisco Social Psychiatry Seminarson. A tranzakcionális elemzés használata különleges gyakorlatot és tapasztalatot kíván, éppúgy, mint a kromatográfia

vagy az infravörös spektrofotometria hatékony kísérleti felhasználása. Nem könnyebb egy játszmát egy időtöltéstől megkülönböztetni; mint egy csillagot egy bolygótól. Lásd Berne, E.: "The Intimacy Experiment." *Transactional Analysis Bulletin*, 3:113, 1964. "More about Intimacy." Uo. 3:125, 1964.

4. Egyes gyerekek nagyon korán leromlanak vagy éhen halnak (elgyengülés, bizonyos fajta kólikák); és sohasem adatik meg nekik, hogy ezt a képességüket gyakorolják.

Tizenhetedik fejezet

Az autonómia elérése

A szülők, tudatosan vagy sem, de születésüktől fogva tanítják gyermekeiket arra, hogy viselkedjenek, gondolkodjanak, érezzenek és érzékeljenek. Nem könnyű dolog kiszabadulni ezeknek a befolyásoknak a hatása alól, ugyanis mélyen felszívódnak, és az élet első két vagy három évtizedében szükségesek a biológiai és társadalmi fennmaradáshoz. A felszabadulás csak azért lehetséges egyáltalán, mert az egyén induláskor autonóm állapotban van, azaz képes a tudatosságra, a spontaneitásra és intimitásra, és bizonyos fókig megválaszthatja, hogy a szülői tanítások milyen részeit fogadja majd el. Az élet korai szakaszában, bizonyos sajátos pillanatokban dönti el, hogyan fog a szülői tanításokhoz alkalmazkodni. Az alkalmazkodásban azért maradhatnak hézagok, mert a döntések természete olyan, hogy nem megváltoztathatatlanok; kedvező körülmények között módosíthatók.

Autonómiáról tehát akkor beszélhetünk, ha megszabadultunk mindazoktól a tárgy lényegétől idegen dolgoktól, amelyekről a Tizenharmadik, Tizennegyedik és a Tizenötödik fejezetben esett szó. Ezeknek a dolgoknak az elvetése

azonban sohasem végleges: állandó harc folyik azért, hogy vissza ne süllyedjünk a régi állapotba.

Először is (mint a Tizenharmadik fejezetben tárgyaltuk) meg kell szabadulni a törzsi vagy családtörténeti hagyományok teljes ballasztjától (mint erre Margaret Mead mutat rá az új-guineai falvak lakóival kapcsolatban); ¹ ezután el kell vetni az egyénileg ható szülői, társadalmi és neveltetési hatásokat. Ugyanezt kell tenni nagyban a modern társadalom követelményeivel, és végül – részlegesen vagy teljesen – fel kell áldozni a közvetlen társadalmi környezetből származó előnyöket. Fel kell továbbá adni az önkényeztetésnek és a jutalmaknak mindazokat a könnyű módozatait, amelyek a Tizennegyedik fejezetben leírt “Duzzogó” vagy “Izgága” játszmából származnak. Ezen az úton járva az egyénnek olyan személyes és társadalmi kontrollhoz kell eljutnia, hogy – talán csak az álmok kivételével – szabadon választhasson mindazokból a viselkedéscsoportokból, amelyeket a Függelék közöl. Ekkor megérett arra, hogy játszmamentes kapcsolatokat építsen ki, mint azt a Tizenötödik fejezetben olvasható paradigma szemlélteti. Ezen a ponton kibontakoztathatja autonómiára való képességeit. Ez az egész felkészülési szakasz lényegében nem egyéb, mint hogy barátságosan búcsút veszünk a szülőtől (és egyéb Szülői befolyásoktól); alkalmasint majd újra találkozhatunk velük, egészen kellemesen, de többé már nem uralkodnak fölöttünk.

Hivatkozás

1. Mead, M.: *New Lives for Old*. Gollanz, 1956.

Tizennyolcadik fejezet

És mi jöhet a játszmák után?

A könyv I. és II. részében az emberi élet így fest: az idő ki-töltésének folyamata, amely mindaddig tart, amíg a halál vagy a Mikulás el nem érkezik, s amelynek során az ember sovány kis választékból választhatja ki, ha egyáltalán van ilyen választéka, hogy a hosszú várakozás idején milyen tranzakciókat bonyolítson le – e kép persze közhelyszerű, de korántsem végső válasz. Egyes szerencsés embereknek megadatik valami, ami nem szorítható be a viselkedés egyetlen osztályába sem, s ez a tudatosság; valami, ami felül-emelkedik azon, amit a múlt beprogramoz, s ez a spontaneitás; valami, ami több jutalmat nyújt, mint a játszmák, s ez az intimitás. De mindhárom ijesztő, sőt kockázatos lehet azoknak, akik nincsenek rá felkészülve. Ők talán jobban járnak, ha megoldásaikat a társas cselekvésnek valami olyan népszerű technikájában keresik, mint például az “együttesség”. Ez azt jelenti, hogy az emberi faj számára nincs, de tagjai számára van még remény.

Függelék

A viselkedés osztályozása

Egy adott pillanatban minden ember az alább felsorolt osztályok egyikének, esetleg többnek megfelelően viselkedik:

- I. KATEGÓRIA. Belsőleg programozott (archeopszichikus). Autisztikus viselkedés.

Osztályok: a) Álmodók.

b) Fantáziások.

Csoportjai:

I. Külsődleges fantáziások (vágy teljesítés).

II. Autisztikus tranzakciók, nem alkalmazkodók.

III. Autisztikus tranzakciók, alkalmazkodók (neopszichikus programozással).

c) Vándorhajlam.

d) Önáltató viselkedés.

e) Akaratlan cselekedetek.

Csoportjai: I. Ticek.
II. Modorosságok.
III. Rendezetlen mozgások.

f) Egyebek.

II. KATEGÓRIA: A valószínűség által programozott (neopszichikus). Valóságghű viselkedés.

Osztályok: a) Tevékenységek.

Csoportjai: I. Hivatások, szakmák stb.
II. Sportok, hobbik stb.

b) Eljárások.

Csoportjai: I. Adatfeldolgozás.
II. Technikák.

c) Egyebek.

III. KATEGÓRIA. Társadalmilag programozott (részben exteropszichikusak). Társadalmi viselkedés.

Osztályok: a) Rituálék és szertartások.

b) Időtöltések.

c) Műveletek és manőverek.

d) Játszmák.

Alosztályok: A) Hivatásos játszmák (szöveget bezáró tranzakciók).

B) Társasági játszmák (duplafenekű tranzakciók).

e) Intimitás.

A korábban tárgyalt társasági játszmákat e szerint a séma szerint a következőképpen osztályoznánk: III. kategória, társadalmilag programozott; d) osztály, azaz játszmák; B) alosztály, azaz társasági játszmák.

Az intimitás, “a sor vége”, a legvégső osztályozási szempont; ez a játszmamentesen átélt létezés része.

Az olvasó, ha úgy tetszik, kedve szerint bírálja meg a fenti osztályozást (de ne mosolyogja meg, és ne vágjon gúnyos fintorokat). A szerző nem azért közli, mert el van ragadtatva tőle, hanem mindössze azért, mert működőképesebb, valószínűsabb és praktikusabb, mint a használatban levő többi rendszer, és segítségére lehet azoknak, akik kedvelik vagy igénylik a rendszerezést.

Az időtöltések (I) és a játszmák (J) mutatója

Adós J 81, 91, 101-105

Akkor mi meg.. I 60

Alkoholista J 78, 81, 91-101, 152, 173

Állami kórház J 132

Archeológia J 204

Asztma J 120

A társadalom tehet róla, amelyben élünk I 161

Autómárkák I 53, 59

Bárszék I 142

Bíróság J 121-124, 134, 138, 170, 176

Buszsofőr szabadságon J 215

Clown I 206

Csemegeüzlet I 53

Cserbenhagytak J 211

Csináljunk már valamit I 60

Divatbemutató I 53, 57

Drágám J 122-123, 138-139

Elnyűtt ruha J 106, 120

Én csak segíteni próbálok rajtad J 96, 106, 111, 113, 155, 186-19
193-197, 203, 208, 210

Én így csinálom I 132, 144
Én is. . . I 60
Én megmondtam J 112
Ennek is te vagy az oka J 91, 111-115, 237
És miért nem. . . – Hát igen, de. . . J 74, 81, 133, 140, 148-157, 205, 208

Faláb J 97, 121, 135, 160, 209-213, 229
Férfi beszélgetés I 53, 57
Frigid férfi J 81, 127, 170
Frigid nő J 80, 124-128, 164, 169, 170
Gavallér J 216

Ha ők nem lennének J 211
Ha ő nem lenne I 64, 133
Harisnyajátzsma J 166-168
Ha te nem lennél J 64-74, 81, 129, 133
Hát nem borzasztó J 60, 81, 109, 140-143, 145, 161
Házibölcs J 220
Hízelkedés J 218
Hogyan kell. . . I 53
Hogyan lehet innen meglépni? J 178-180
Homoszexualitás J 161
Húzzuk be a csőbe J 159, 180-181

Ifjúkori bűnözés I 54
Igen, igen, nézzük csak meg, hányadán áll a dolog I 197
Igyatok egyet! J 99
Ismeri-e? I 53

Járt-e már? I 53, 57
Jó magatartás J 178-179
Jótét lélek J 96, 99, 104

Kábítószer-élvező J 91
Képtár J 234
Kemény fickó J 100

Ki akarok kerülni innen J 178-179

Ki győzött? I 53

Klinika J 196

Konyhaművészet I 53

Kop le, kisapám! J 162, 217

Kötelességmulasztó férj I 57

Kritika J 204

Lássuk meg tudsz-e állítani J 101

Láthatod, hogy mindent megpróbáltam J 90, 132, 133-138, 188, 237

Leállás I 142

Lelki egészség J 203-204

Maga egészen különlegesen jó felfogású J 199

Majd megmutatom nekik J 221

Mama, nézd milyen ügyes vagyok I 54, 57

Manapság I 141, 144

Már megint beleestem J 81, 112

Martini I 54, 94

Másnap reggel I 53, 57, 94

Megerőszakolódsi J 81, 158, 162-1166,201,217

Meg kell hogy hallgass J 179

Megpróbálom, hátha megúszom J 104-105

Meg tudom neked nagybani áron szerezni J 189, 191

Melegház J 184-186

Méltatlankodódsi J 162

Mennyi? I 53, 57

Mérleg I 53, 62

Miattad keveredtem ebbe J 113-114

Miért mindig velem történik ilyesmi? J 81, 106-108, 112, 161, 189

Miért nem csinálnak már valamit? I 60

Miért tetted...? - Nem tettem, de... J 156

Mi lett...? I 53

Mindenféle műtét J 81, 142-143

Minden nagy ember az volt. .. I 161

Mit tesz akkor, ha...? J 155
Mondd csak... J 205-206
Mondd meg nekik, drágám I 54
Most rajta csíptelek, te gazember J 91, 104, 107-110, 126
Mustra I 53

Nagy raktárkészlet J 180
Nahát, hogy maga milyen óriási, Bürgözdí úr! J 80, 198, 201, 217
Nahát, hogy maga milyen óriási, Professzor úr! J 199, 200-201
Nézd már megint mit csináltál! J 112
Nézd mit tettél velem J 96
Nézzük a jó oldalát is I 57
Női beszélgetés I 53, 57
Nyomor J 189, 192-197, 210

Odabújás J 165
Ó én szegény J 140, 199
Ostoba J 151, 206-209

Önkifejezés I 204
Örülnek majd, hogy ismertek J 221
Örülök, hogy segíthetek J 218-220

Paraszt J 156, 197-201, 203
Perpatvar J 118, 125, 127, 128, 168-170
Perverzió J 160-161
Próbáld meg behajtani J 103-105
Pszichiátria I 202
Pszichiátria J 53, 55, 81, 105, 131, 134, 178, 202-206, 228
Pszichoanalízis J 184, 202

Rabló-pandúr J 161, 171-177, 181, 183
Rabló-revizor J 176
Rabló-vámos J 176
Riksa J 212
Rossz helyen kopogtatsz J 162, 165
Rúgj belém J 91, 105-107, 112

Sarokbaszorítás J 116-121
Schlemiel J 78,81,93, 105, 140, 145-148, 189, 191, 207
Segítség! J 180
Semmi sincs, amivel segíthetnél rajtam J 188
Sérülés I 142

Száraz alkoholista J 78, 95
Szépséghiba J 129, 144-145
Szereposztó dívány J 165
Szökés I 178
Szülői munkaközösség I 54, 56, 57, 58, 81, 149

Tranzakcionális elemzés J 203-204
Tegyé! meg nekem valamit J 156
Tovább J 123, 156

Udvaronc J 63
Ugyan pajtás, ez mesebeszéd! 154
Uzsonnaszünet I 142
Uzsonnazacskó J 120

Üss meg papa J 127
Úzött vad J 129-133

Verekedjete! meg ti ketten J 81, 159-160, 163, 181
Veterán J 196

X dolog nem ment J 155

Zsarolás erkölcsrendészeti botrány! való fenyegetőzéssel J 109, 164,
180

A fedélterv Kőfaragó Gyula munkája

A kiadásért felel a Gondolat Könyvkiadó igazgatója

86-1376 - Dabasi Nyomda, Budapest - Dabas

Felelős vezető: Bálint Csaba igazgató

Felelős szerkesztő: Síklaki István

Műszaki vezető: Tóbi Attila

Műszaki szerkesztő: Vaisz György

Megjelent 12,96 (A/5) ív terjedelemben,
az MSZ 5601-59 és 5602-55 szabvány szerint