

Domschütz Máttyás

Tanulható-e a siker?

A sikerkereső a sikert köti az önértékeléséhez, az énképéhez, míg a kudarcot a személyisége magjához kevésbé tartozó, korrigálható és korrigálandó viselkedés szintjéhez kapcsolja. „Elszúrtam, és máshogy csinálom (s képes is vagyok rá).” A kudarcikerülő viszont a kudarcot köti az énképéhez, és rettegetve kerül az énképét romboló kudarclehetőségeket, ezért számára sokkal súlyosabb, az énképét negatívan befolyásoló elem a kudarc.

Szeretné maga mögött hagyni a szorongást?

Szeretné jobban kiaknázni az önben rejlő képességeket?

Szeretné könnyebben elérni céljait?

Szeretné javítani a kapcsolatait?

Hatékonyabban kívánna tárgyalni, és megbízható szövetségesekre vágyik?

Nehezen jön ki az időből?

Legfontosabb céljai elérésére nem jut mindig ideje, energiája?

Használja ki az agyában rejlő csodálatos képességeket!

Fedezze fel az Önben rejlő zsenit!

Mindig közbejön valami? Tanulja meg felhasználni!

Forduljon örömmel a folyamatosan változó lehetőségek felé!

Tanulja meg a sikert!

A fenti és a hozzájuk hasonló ígéretek találhatunk a különböző személyiségfejlesztő csoportok, könyvek és sikertréningek ajánlataiban. És ki az közülünk, aki ne vágya néhány hasonlóra?

Lehetséges ez? Meg lehet tanulni a sikert? Lehet-e tanulni a sikert mint olyant, vagy csak konkrét tevékenységek sikeres tanulásáról lehet szó?

Arra a kérdésre, hogy a siker tanulható-e, az első korrekt „válasz” az lenne, ha azt metakommunikatív úton szeretném kifejezni, hogy ingatni kellene a fejemet, ami az „is-is”, meg a „nem egészen”, de a „talán” válaszokat mondaná el nonverbális módon.

A második idekívánczó bevezető megjegyzés egy a vállalkozások fejlődését vizsgáló kutatás számára készített interjúorozat tapasztalataiból származik. Az volt a benyomásom, hogy a sikeres vállalkozók abban is különböznek a kevésbé sikeresektől, hogy „nem tétováznak”. Ezen valami olyasmit értek, hogy nem azért sikeresek, mert minden tetteket előre megtervezték, nem ismerték azokat a kutatások által feltárt eredményeket sem, amelyek egy vállalkozás sikeres fejlődését írják le, valamire azonban nagyon is képesek voltak: *megtették azokat a lépéseket, meghozták azokat a döntéseket, amelyek a vállalkozás fejlődésével naponta problémahelyzetként eléjük kerültek.* Nem azért, mert ezekre (mindre) előre számítottak, hanem mert képesek voltak azoknak a problémáknak a megoldására, amelyeket a fejlődés hozott. Azt hiszem, a fejlődés (törvényszerűen) hozta a vele járó megoldandó problémákat, s a sikeresek abban különböztek a kevésbé sikeresektől, hogy megoldották ezeket. Az előzőkhöz még egy jellemző élményem járult a

beszélgetések atmoszférájáról: A nyavalygós, a mindenkori kormányt, a helyzetet szidó átlag állampolgárhoz képest a sikeresek körében „reáoptimista” volt a légkör, amelyben szintén szóba kerülhettek ugyanazok a nehézségek, mint amelyek foglalkoztatják az embereket, de itt ezekre a sikereseknél volt cselekvési válasz. Tudták, hogy mit kell tenni, hogy jobb legyen, vagy ne legyen rosszabb (amíg új kormány jön).

A siker „titka”, ahogy egyikük megfogalmazta: „Volt egy ötletem, és megcsináltam.” És ahogy mondta – a vállát egy kissé megemelve –, azzal valami olyant is visszakérdezett kimondatlanul: Mi ebben a különös?

Tényleg, fogadjuk el természetesnek, amit mondott, és bontsuk ki:

Volt ötlete.

Megcsinálta.

De néhány kérdésre még válaszolnunk kell. Mitől és honnan vannak a jó ötleteink? Mi kell ahhoz, hogy megvalósítsuk őket? S ha vannak jó ötletek, miért van az, hogy valakik megcsinálják, valakik meg nem? A kérdések ilyen sorára kell válaszolni, ha ténylegesen közelebbről meg akarjuk nézni, hogy mitől sikeresek a sikeres emberek.

Amikor vállalkozóknak vagy kezdő vállalkozóknak, továbbá diákoknak, pedagógusoknak tartok előadást, meg szoktam kérni a hallgatóságot, hogy tegye fel a kezét az, aki tudja a céljait. Erre a jelen lévőknek kevesebb mint a fele szokott jelentkezni. Egy-két másodperc múlva azt mondom, hogy mindkét kezét emelje fel az, akinek írott céljai vannak. Erre az a tipikus reakció, hogy senki nem teszi fel a kezét, vagy csak egyvalaki, akiről később kiderül, hogy járt már valamilyen sikertanító kurzusra. Pedig ez az írásban megfogalmazott cél is fontos sikertényező: Sikert elérni (első nekifutásra) annyi, mint célokat elérni, s ezt csak ismert célok esetében lehet igazán. Rövidre fogva a gondolatot: akkor tudunk sikeresek lenni, ha ismerjük saját sikerkritériumainkat és az ezeknek megfelelő céljainkat.

A bevezetőt összefoglalva a sikeresekről és a siker tanulhatóságáról ezeket mondhatjuk: a sikeresek

nem tétováznak,

reáoptimisták,

van ötletük,

megcsinálják,

megoldják a menet közben felmerült problémákat.

Így együtt látva ezeket a kritériumokat eléggé egyszerűnek látszik a siker titka. És ha ez igaz, akkor elérése miért bonyolult mégis a valóságban? Az is állítható, hogy mindez csak a sikeresek számára ilyen egyszerű, és az lehet, hogy a sikertelenséget kellene inkább magyarázni. Nézőpont kérdése.

Miért sikeres az egyik és miért nem az a másik?

Létezik-e valamilyen ok, magyarázó elv arra, hogy miért *ilyen* a sikertelenebb, és miért *olyan* a sikeresebb?

Ugyanazon az előadáson egy kicsit később fel szoktam tenni az alábbi kérdéseket (*Mohás Liviától* vettem az ötletet):

Tegyük fel, hogy az életünkben elért sikerekben, kudarcokban négy tényezőnek van szerepe: a körülményeknek, az erőfeszítéseknek, a szerencsének és a

tehetségnek. Becsüld meg, hogy mekkora a szerepe ezeknek a Te életedben? Össz el 100 pontot ezek között olyan arányban, ahogyan a fontosságukat gondolod!

Körülmények:	%
Erőfeszítés:	%
Szerencse:	%
Tehetség:	%
Összesen:	100 %

Még azt az instrukciót hozzá szoktam adni, hogy nem a „helyes válasz” kitalálása a fontos, mivel igazában az egyéni helyes válasz az, ahogyan valaki gondolja.

Amikor készen vannak, megkérem a résztvevőket még egy feladat megoldására: Adj magadnak egy pontszámot 0 és 100 között, ami azt mutatja, hogy mennyire érzed magad tehetségesnek, kitartónak, összességében „jó fej”-nek. A 0 pont jelentse, hogy „sehogy”, a 100 pont jelentse, hogy „teljesen jó fej vagyok”, s aki inkább jónak gondolja magát, az 50 feletti pontot adjon magának, aki meggyengébbnek, mint jónak, az 50 alatt adjon. Hangsúlyozom, hogy e feladat inkább játékos illusztráció egy sikertényezőhöz, s ne hogy bárki azt gondolja, hogy ez egy tesztkérdés.

Ezt követően megkérem a résztvevőket, hogy szorozzanak össze két pontszámot: az erőfeszítésre adott pontértéket a „jó fej”-re adott pontokkal. Hangsúlyozom, hogy jól megnézzük azokat, akiknek a legnagyobb eredmény jött ki (nagyon kevés az, akinek 50 pont feletti az eredménye). Mert ez ismét – bár játékosan – megmutat valamit – egy fokkal mélyebben – a sikerről. Mert mit illusztrál (és nem jelent) a fenti szorzat?

Az alábbiakban egy kétdimenziós négyezős táblázatban ábrázoljuk azt, hogy milyen variációi lehetnek az én-ok tulajdonítás és a kompetencia kapcsolatának. A függőleges tengelyen az én-ok tulajdonítás (vagyis, hogy rajtam múlnak-e vagy rajtam kívül álló okoktól függ-e az, hogy a problémáim megoldódjanak) dimenziója helyezkedik el, a vízszintes tengelyen a kompetencia (azaz, hogy alkalmasnak, képesnek tartom-e magam a problémáim megoldására) dimenzióját ábrázoljuk.

1. ábra — Az én-ok tulajdonítás és kompetencia metszetében adódó siker-kudarc motívumok

Én-ok tulajdonítás	Kompetencia	
	Nem vagyok OKÉ	OKÉ vagyok
Rajtam múlik	Jaj, biztos elrontom! Jobb, ha bele se kezdek, mert kiderül, milyen béna vagyok. Nem tudnám elviselni a szégyent.	Gyerünk, vágjunk bele. Itt aztán megmutathatom, mit tudok.
Nem rajtam múlik	Nem tehetek róla, hogy ez ilyen. Ti tehetek róla. Igazán megcsinálhatnátok.	Itt nem sok babér terem nekem, nem fordítok rá energiát. Nem érdekel igazán.

Az önértékelés (kompetencia) mint változó és az (nevezzük most már így) „énokság” (vagy „én-oktulajdonítás”, az önmagamat, a viselkedésemet, cselekedetei-

met ohként tulajdonítani a sikerben, kudarcban), metszetében négyféle indítékot, motívumot látunk a cselekedet elvégzésére.

Az elsõben azt látjuk, hogy azokban a dolgokban, amelyekben nem vagyunk szerintünk jók, és/vagy ha azt gondoljuk, hogy nem vagyunk jók, és hogy ezek rajtunk is múlnak, akkor a *kudarcot jósljuk magunknak*, és ha már egyszer ezt jóslottuk magunknak, akkor erre már az a logikus válasz, hogy igyekezzünk *elkerülni* az ilyen helyzeteket azért, hogy elkerüljük a kudarcot. Ez a *kudarckerülés* motívuma.

A másodikban, ahol úgy véljük, hogy általában jók vagyunk, és olyan dolgokban, amelyekről azt gondoljuk, hogy rajtunk múlnak, és jók vagyunk bennük, ott azt *jósljuk magunknak, hogy sikereket fogunk aratni*, ezek a helyzetek sikert ígérnek, pontosabban: az ilyen helyzetmegítélés sikert ígér, ezért itt *ráhajtunk*. Itt a „gyerünk, mutassuk meg a világnak (és önmagunknak ismét), hogy jók vagyunk” indítéka munkál bennünk. Ez a *sikerkeresés* motívuma.

A harmadik terület az, ahol azt gondoljuk, hogy *nem múlnak rajtunk a dolgok*, és nem is lennénk jók benne. Itt nincs igazán sem elkerülés-, sem teljesítésmotívum az elsõ látásra. De lehet teljesítés elkerülés, kudarckerülő motívumok következményeként ebben a szférában, sőt nagyon gyakori, hogy a kudarc elkerülése, azaz a cselekvés elhalasztása, a felelõség elhárítása bújik meg a mögött, amikor így gondolkodunk.

S végül a negyedik terület az, amikor magunkat jónak, pozitívnak értékeljük, de a helyzetben nem találjuk meg ennek újrabizonyítási lehetõségét. Ezért itt a „*nem terem babér ebben a helyzetben*” a motívum, illetve *motiválatlanság*, hiszen ez nem igazán ösztönöz cselekvésre.

Álljunk meg egy pillanatra ennél a kifejezésnél: *újrabizonyítás*. Azt is lehet mondani: *újralkotás*, hiszen valaminek az újrabizonyításáról van szó. Az *önmagam pozitív képének az újrabizonyításáról*. Az önértékelés, az énkép nem egyszer s mindenkorra kész még a felnõtteknél sem, hanem még állandó is attól lehet, hogy az *énképnek* (mint mintának, viselkedési énmintának) megfelelõ cselekvések, cselekvési eredmények jelzik vissza mintegy objektív adatként, hogy milyenek vagyunk. De többnyire nemcsak viselkedésünk és annak eredménye alapján gondoljuk magunkat valamilyennek, hanem *amilyennek gondoljuk magunkat*, lehetõségeinket, cselekvéseink lehetséges eredményeit, többnyire *olyan cselekvést választunk*.

S ha gyenge teljesítményűnek gondoljuk magunkat, akkor olyan helyzeteket keresünk, amelyekben csak gyengén kell teljesíteni, s e helyzetekben gyengén is teljesítünk, és mivel gyengén teljesítünk, gyenge teljesítményűnek gondoljuk magunkat. Rövidre fogva: azért véljük gyenge teljesítményűnek magunkat, mert gyenge teljesítményűnek gondoljuk magunkat. S ha azt gondoljuk, hogy nagy teljesítményekre vagyunk képesek, akkor olyan helyzeteket keresünk, amelyekben nagyokat teljesíthetünk, és mivel nagyokat teljesítünk, nagyokat teljesítőnek tekintjük magunkat. Röviden azért gondoljuk nagy teljesítményűnek magunkat, mert nagy teljesítményűnek gondoljuk magunkat.

S hogy egy még „szörnyűbb” tautológiát leírjak:

A sikertelenek sikertelenek, a sikeresek sikeresek.

Azok, aminek gondolják magukat.

Ezt tanulmány nélkül, eddig is tudtuk. Csak nem ennyire. S nem így. A gondolkodás ördögi köreirõl van szó, nem e dolgozat ördögi körérõl, hanem arról, amit az énképrõl mint mintáról a siker/kudarc dimenziókban gondolni lehet. Mert

a fenti táblázatban leírt *négyszerű motívum nem a helyzetek sajátossága*. A különböző helyzetekben lehetséges cselekvés eredményértékére vonatkozó előzetes becslés és az énkép (benne a képességekre vonatkozó állítás) viszonyában létrejövő *motívumok sajátja*.

Ezt igazolhatja az a tapasztalat, hogy máshogy tűznek ki célokat a sikeres emberek, és másként azok, akik inkább a kudarcokat kívánják elkerülni.

Képzeljünk el egy olyan skálát, amelyen a megoldandó problémákat helyezük el olyan sorrendben, hogy a megoldásukhoz mekkora erőfeszítésre van szükség. A skála elején az erőfeszítést nem igénylő célok, feladatok, problémák vannak, a skála közepén a reális erőfeszítéssel megoldható problémák helyezkednek el, míg a skála végén a nagyon nagy erőfeszítést követelő problémák találhatók. Jelentős eltérés tapasztalható a sikeres és kevésbé sikeres emberek között a tekintetben, hogy a skála mely pontján helyezik el az általuk kitűzött célokat. A kudarcot kerülők nagy valószínűséggel a skála elejére, az erőfeszítést nem igénylő problémákhoz helyezik céljaikat. A sikerkeresők középtájr, oda, ahol eléggé nagy a cél ahhoz, hogy *vonzó sikereket* lehessen aratni, és reális esélye is van annak, hogy sikerülni fog, de kell hozzá mozgósítható képesség. Ami van is a pozitív énképpel rendelkezők szerint. A skála végére nem igazán tűznek ki célokat a sikerkeresők, azaz oda, ami már meghaladná a képességeiket, hiszen itt már nincs reális sikerre lehetőség. Érdekes módon a kudarcot kerülők hajlamosak ide is, az erejét meghaladó szférába kitűzni célokat. *A kudarcot kerülők miért nem zavarja ez a kudarc?* Ezt az eddigiek nem tudják megmagyarázni. Ezért még jobban át kell gondolni a sikerkeresőnek és a kudarcot kerülőknek sikerhez és kudarcához fűződő viszonyát.

2. ábra — A kudarcot kerülőre és a sikerkeresőre jellemző célkitűzések nagysága

↑	Erőfeszítést nem igénylő célok	Kudarcot kerülő
↓	Erőfeszítést igénylő célok	Sikerkereső
	Mozgósítható erőforrásokkal elérhető célok	Sikerkereső
	Erejét meghaladó célok	Kudarcot kerülő

Miért tűz ki csupán, illetve jellemzően reális, de erőfeszítést, képességeket egyaránt megmozgató célokat a sikerkereső? Miért tűz ki irreálisan magas célokat is a kudarcot kerülő, amelyeket aztán persze nem valósít meg?

Az első, nem is megalapozatlan gondolatunk az lehet itt, hogy ezzel is újra lehet termelni a kudarcot kerülő gondolkodást. Ez kudarcot hozó célkitűzés, és eléretlen, mert elérhetetlen cél, ezért ismét gondolni lehet, hogy „nekem nem sikerül”. De ekkor meg azt kell megmagyarázni, hogy miért kerüli el a reálisan megoldható, elérhető célok tartományát a kudarcot kerülő. Hiszen ott is lehetne kudarcot elszenvetni, ha az fontos lenne az énkép újraépítése szempontjából.

Miért lehet azt gondolni, hogy „nekem nem sikerül” ott, ahol irreálisan nagy volt a cél?

S miért nem lehet ezt gondolni ott, ahol reálisan elérhető volt a cél?

Az tűnik ki tehát, hogy ez utóbbi esetben jobban fáj. Itt múltatott volna (ha a célt ide tűztem volna) rajtam a dolog, itt ténylegesen az én képességeimen múlna, de az irreálisan magas céloknál lehet azt is gondolni, hogy „nem rajtam múltott”.

Ehhez még azt a tapasztalatot is vegyük hozzá, hogy a sikerkeresők a reálisan elérhetőnek becsült célokat nem mindig érik el, akcióik gyakran kudarcba fulladnak, tehát a sikerkeresőknek vannak kudarcuk.

A sikerkeresőknek vannak kudarcaik.

A kudarckerülők elkerülik a kudarccokat, pontosabban azokat, amelyek a saját képességeiken múlnak.

A sikerkeresőnek nem olyan fájdalmas a kudarca, mint a kudarckerülőnek.

Ezek mögött ismét a saját képességekről vallott felfogás, az énkép van.

A sikerkeresés (a korábbi táblázat szerint) a „rajtam múlik és jó vagyok benne, gyerünk” mentén való gondolkodás, a kudarckerülés pedig a „rajtam múlik és gyenge vagyok benne és elkerülendő” mentén való gondolkodás. A célkitűzésről tartott kitérő után ezt már nem a helyzetekről gondolhatjuk, hanem a helyzetek és az én (énkép) viszonyáról vallott gondolkodásról.

A körforgásból még mindig nem léptünk ki:

A sikertelenek sikertelenek, a sikeresek sikeresek.

Azok, aminek gondolják magukat.

Bár erről már megint többet tudunk.

Az énkép szerepe

A teljesítmény-lélektan szerint a sikeres emberek, a sikerkeresők máshová kötik a kudarcot és a sikert, mint a kudarckerülők.

A sikerkereső önmagát „képesnek”, pozitívnak, élethelyzeteiben kompetensnek véli: énképe pozitív. Ezen kompetenciaérzéséből kifolyólag belevág problémahelyzetekbe, olyanokba, amelyeket az ő pozitívnak gondolt személyisége által megoldhatónak minősít. Ezek a problémamegoldások többnyire sikerrel járnak.

De ezt ki kell nagyítani: Ha a problémahelyzetet azt értjük, hogy a szituációnak a problémamegoldó számára nincs ismert megoldása (emlékezzünk: a sikerkereső célkitűzése nem az erőfeszítés nélkül elérhető céloknál van), akkor szinte törvényszerű, hogy a sikeres megoldás próbálkozás, tévedés és újrapróbálkozás módján oldódik meg. Azaz a sikerben van kudarca! A sikerkereső önmaga kompetenciaérzésében bízza a tévedések, kudarcok után újrapróbálkozást, majd nagy valószínűséggel heurékaélménnyel együtt átéli a sikert, és ezzel a sikerrel együtt újra átéli önmaga kompetenciáját. Ugyanakkor nem élte át közben a sikerhez vezető úton szinte törvényszerűen bekövetkező kudarc esetén az inkompetencia élményét. A siker nagy élmény volt, a kudarc nem volt jó, de kibírható. A siker hozzákötődött újra az énképhez, a kudarc megmaradt a problémamegoldó viselkedésnél, annak természetes velejárójaként.

Ezt nagyítom ki ismét: *A siker az énképhez kötött, a kudarc a viselkedéshez. A kettő közül az utóbbi a könnyen és fájdalommentesen korrigálható.*

A kudarckerülő önmagát „képtelennek”, negatívnak, élethelyzeteiben inkompetensnek véli: énképe negatív. Ezen inkompetenciaérzésből kifolyólag nem vág bele problémahelyzetekbe, olyanokba, amelyeket az ő negatívnak vélt személyisége által megoldhatatlannak gondol. Ezek a problémamegoldások elkerülését célzó kísérletei többnyire sikerrel járnak.

Itt ezt kell nagyítani: *Sikeres elkerülési törekvései miatt nem ér el a sikeres az énképét erősítő sikereket, hiszen elkerülte az erőfeszítéseit valóban igénylő problémahelyzeteket. (Vagy az erőfeszítést nem igénylő, vagy az általa sem megoldható szférában próbálkozva.) Énképe negatív maradt. A siker számára nem átélt élmény, hiszen nem érte el.*

A kudarckerülő elkerülte a problémamegoldásokat törvényszerűen kísérő kudarcokat, míg a sikerkereső azokat el is szenvedte. *Tehát: a sikerkereső átél*

sikert és vele együtt kudarcot (nem kudarcotlan); a kudarcok elkerülte a kudarcot és vele a sikert (sikertelen, kudarcotlan).

Ebben a dolgozatban a sikeres emberek nyomában járva gondolkodunk, s nem a kudarcok elkerülésének lehetséges voltán. *A siker és a kudarc együtt jár, ezt a sikeresek meg is kapják, s a kudarcok elkerülők elkerülik.*

Az eddigi kérdés így arra redukálódott, hogy miért viseli el az egyik a kudarcot, és miért nem viseli el a másik.

A válasz már benne volt a sikerkereső angyali körében. Mert: *a sikerkereső a sikert köti az önértékeléséhez, az énképéhez, míg a kudarcot a személyisége magjához kevésbé tartozó, korrigálható és korrigálandó viselkedés szintjéhez kapcsolja. „Elszúrtam, és máshogy csinálom (s képes is vagyok rá)” A kudarcok viszont a kudarcot köti az énképéhez, és retteget kerüli az énképét romboló kudarclehetőségeket, ezért számára sokkal súlyosabb, az énképét negatívan befolyásoló elem a kudarc. A kudarcok megretten egy reálisan sikert ígérő lehetőségtől.*

A szocializáció hatása

A sikerkeresők és a kudarcok elkerülők a sikerhez és a kudarcokhoz való viszonyt más-más módon tanulták meg.

És amiért a tanulmány elején ingatni kellett a fejünket, ami az „is-is” meg a „nem egészen”, de a „talán” válaszokat fejezte ki nonverbális módon, az az, hogy ezt a viszonyt mindannyian nagyon korán tanuljuk meg. Akkor, amikor az énképünk kialakul (s az egyre frissebb kutatások egyre korábbi életszakaszokban, az első év mind korábbi hónapjaiban már megtalálják az én csíráit, kezdeményeit), ekkor már vele alakul annak előjele, pozitív vagy negatív érzelmi orientáltsága is. *Azt az előjelet tanuljuk meg, amellyel ellátja létünket az a közeg, amelyben felcseperedünk.*

Létezésünk öröm, mert örömet jelentünk annak a családnak, amely körülvesz; mi egy jó dolog vagyunk számukra, mert ha meglátnak minket, örömet jelentünk, mosolyognak ránk, szeretnek minket, mi szeretetre méltóak vagyunk, okosak vagyunk, mert okosakat mondtunk, ügyesek vagyunk, mert felálltunk a kiságyban, elindultunk egyedül, mert szobatiszták lettünk, mert vonalat húztunk a papíron és a falon. Létezésünk, cselekszünk, ennek kellemes következményei vannak (pozitív énkép és én okiság). Cselekszünk, s ez sikerrel jár, szeretnek érte. Ha hibázunk az semmiség, kijavítjuk, kijavítják, vagy ez is egy szeretnivalóan aranyos dolog. Ezért sokat cselekszünk, hogy produkáljunk, és ez jó dolog, sikerrel jár, hiszen szeretnek érte. *Az én és a siker egyszerre tanult és együtt jár. Sikerkeresők lettünk (leszünk) ebben a közegben.*

Más esetben létezésünk harag vagy bosszúság, mert terhet jelentünk a családnak, amely körülvesz; mi egy rossz dolog vagyunk, mert ha meglátnak minket, panaszkodnak, haragszanak ránk, nem szeretnek minket, mert mindig láb alatt vagyunk, csak bosszúságot okozunk, szeretetre méltatlanok vagyunk, buták vagyunk, mert butaságokat mondtunk; ügyetlenek vagyunk, mert felálltunk és elestünk a kiságyban, elindultunk egyedül és elestünk, és kiabálnak, mert nem vagyunk szobatiszták, mert vonalat húztunk a falon... Létezésünk, cselekszünk, ennek kellemetlen következményei vannak (negatív énkép és én-okiság). Ha cselekszünk, s az kudarcot jár, nem szeretnek érte. Ha hibázunk, megszidnak, és elmondják, hogy buták és értéktelenek vagyunk, kijavítjuk és kijavítják, de ez is egy bosszantóan fásztó dolog. Ezért keveset kezdeményezünk és cselekszünk, hogy próbáljunk jók lenni, és az a jó dolog, ha nem zavarjuk a felnőtteket, hiszen

akkor nem bántanak bennünket. Az én és a kudarc egységben tanult, együtt jár. *Kudarckerülők lettünk ebben a közegben.*

A siker és a kudarc tehát döntően az elsődleges szocializáció révén tanulható. A sikerhez és a kudarchoz való viszonyt a családban tanuljuk meg egészen kicsi gyermekkorunkban. Azért van mégis remény az esetleges változásra, mert az énkép nem statikus, egyszer s mindenkorra kész valami, hanem dinamikusan létező rendszer, azt mindig a jelenbeni cselekedeteink által újra kell termelni. *Ezért a sikertanulás lehetséges és döntő eleme az énkép alakítása.*

Az énkép: bemeneti adat az élethez.

Énképtinknek megfelelő helyzeteket keresünk magunknak. Pozitív énképpel a kihívásokat keressük, amellyel megmutathatjuk a világnak, magunknak, a belsővé vált családnak, hogy milyen szeretetre méltóak vagyunk. Negatív énképpel a negatív énképnek megfelelő életet találjuk meg. És nem az a lényeg, hogy melyik az igaz, hanem nagyjából egészében az lesz az igaz, ahogyan véljük, amilyen a beállítódásunk.

A sikertanulás titka: Gondoljunk (reál)pozitív énképet!

De hogy lehet ezt csinálni? Később ez is következik, addig is elővételezzük, hogy meg lehet csinálni, persze nem akárhogy.

Maradjunk még egy kicsit a nevelésnél!

Harc az énképetért

Láttunk már szülőt, pedagógust még iskoláskorunkban vagy szülői értekezleten, aki vehemensen, indulattal bizonygatta, hogy valamely gyerek, gyerekünk mennyire rossz, kiállthatatlan, tehetségtelen, fegyelmezetlen, lusta, gyenge matekból, magyarból, pszichosan dolgozik stb. Vagy amikor a bizonyítvány is „tanúsítja”, hogy a gyerek kettes magartású, tehetségtelen a matematikához ... tehetségtelen az iskolához. Olyat is láttunk már, hogy állóháború alakult ki a felnőtt pedagógus és a hatéves kisiskolás között, hogy „jó-e” a gyerek. És el tudjuk képzelni a háború kimenetelét. A pedagógus, amikor értékelt, nem pusztán eredményt értékelt, hanem értékelésével későbbi eredményt „okoz”.

A nevelő azzal, hogy értékelt és ahogyan értékelt, énképet formál. S azzal, hogy énképet formál: sorsot formál.

Sokszor az iskoláskor első éveiben, ha nem is tudatosan, de harc indul a pedagógus és a szülő között, amelyben a tét: a gyerekről alkotott vélemény, s a gyerek ennek nyomán alakuló énképe.

Ha a pedagógus negatív értékelése győz, az lehet igazza. Ha negatív énképet alakít a gyerekekben: negatív sorsot okoz! Ha pozitív énképet alakít: pozitív sorsot okoz! Minden gyerek olyan, amilyen, s önmagában nincsen előjele. De megjelenhet negatív vagy pozitív előjellel a nevelő viselkedésében. S ez énképfarmáló erő. Nincs jó és rossz gyerek, de vannak helyesnek és helytelennek minősített cselekedetei.

Hogyan lesz az élethelyzetében kompetens, kreatív öt éves kisgyerekből az iskolába lépés egy éve után az iskolában szorongó, a feladatoktól féltő, az iskolai élethelyzetekben magát inkompetensnek érző hat-hét éves kisgyerek? S ma még ez nem tárgya a szülő és iskola szerződésének: abban nem egyeztet meg a felek, hogy negatív énképet kell kialakítani az addig pozitív énképu gyermekből. Talán azért van a pedagógia, hogy *képesek legyenek a gyerekek a problémák megoldására, és nem azért, hogy megtanulják, hogy mire képtelenek.*

Az iskolának a *kompetenciákat kell gyártania és nem az inkompetenciaérzést*. Persze az iskolának meg kellene mérnie a reális teljesítményt, főleg azért, hogy megtanulják a gyerekek az iskolában is eredményeik reális értékelését. S ne feledjük: aki sikerkereső, az reáloptimista, s nem idealista, elvakult önnön képességeit illetően. Éppen ez a kulcs: a reáloptimista, reálpozitív értékelés.

Avval lehetne az iskolának, szülőnek, minden nevelőnek s nevelni tudó vezetőnek ebben segíteni, hogy a sikerkeresőhöz hasonlóan minden nevelői értékelésnél szétválassza a személy értékelését a cselekedetek értékelésétől. *A személy mindig értékes, mindig pozitív, mindig jó és szerethető, a cselekedet viszont mindig a pontosabb célelés miatt korrigálható*. A helytelen cselekedet korrigálandó cselekedetet jelentsen, és ami a legfontosabb: korrigálható, hiszen a cselekvő képes arra, ha azt hiszi, hogy képes rá.

Negatív énkép kialakítása tilos!

Ezt kellene kiírni minden neveléssel foglalkozó helyen a hirdeteményekre.

A környezet szerepe

Persze már a témával kapcsolatos első tapasztalatok is megmutatták, hogy nem minden rétegnél jár a sikertanítás hosszabb távon sikerrel. Például kiderült, hogy autokrata főnökök beosztottjai ilyen tréningek után gyakran rosszabb helyzetbe kerültek, a főnök nem bírta elviselni a törekvőbbé, kreatívabbá vált beosztottat, és nagyobb dresszúra alkalmazásával „kalapálta vissza” jobb sorsra érdemes beosztottját a régi kerékvágásba.

Ezek a tapasztalatok azt is megmutatták, hogy a siker nem egyszerűen a viselkedés belső kondícióinak kérdése. Ugyanis versenyhelyzetben a siker sokszor a másik kudarcra is. Főleg korlátozott erőforrásokért folyó küzdelmekben van így (mint például piaci pozícióért, a vállalat fejlesztési erőforrásaiért folyó verseny), vagy egy önértékelési zavarokkal küzdő és ezt kompenzáló főnököszködő főnök esetében, ahol a kreatív beosztottal a kevésnek gondolt önértékelésért küzdenek meg. Az úgynevezett „zéró összegű játszmák” esetén mindig így van. A versenyző felek, miközben a saját sikerükben érdekeltek, egyben a másik kudarcában is. Ebbe a harcba a másik énképének rombolása is beletartozhat. A siker, a kudarc mindenesetre nem pusztán belső kondíciók, de nem is pusztán külső determinációk kérdése.

A sikerorientált énkép, az ennek megfelelő magatartás – próbálkozások és kudarcok és korrigált cselekvések révén elért – sikert, környezeti változást is jelent. A környezeti változás pedig jobb kondíciót teremt a következő változás számára. Reciprok oksági kapcsolatoknak nevezi legújában a szakirodalom ezt a viszonyt. A motívumok, a sikerkeresés vagy a kudarcckerülés, a belső kondíciók hatnak a környezetre irányuló cselekvésekre, magára a környezetre, amely ezzel megváltozik, és hat a belső kondíciókra és így tovább. Tehát a sikereseknek végső soron jobb (jobbakká válnak) a belső és külső kondícióik is.

Az autonómia

De mégis van sok olyan siker és sikertörténet, amely éppen a hátrányosabb helyzetből való kitörést jelenti. Sok az olyan feltalálókról, művészekről, „nehéz emberekről” szóló történet, amely azt mutatja, hogy a nagy alkotások, nagy teljesítmények jelentős környezeti ellenállás közben alakulnak ki. Miért bírja valaki a kör-

nyezet közömbössége, ellenállása vagy akadályozása ellenére mégis megvalósítani „rögeszméit”, és miért állnak meg még többen ezeknél a nehézségeknél?

Azt állítja a teljesítmény lélektana, hogy a jelentős alkotók, a sikerebb emberek függetlenebbek is a környezetüktől. Hogy egy egyszerű példával illusztráljam, miről van szó, képzeljük el azt a jó képességű gyereket, aki jól tudja a matematikát, és eközben szereti a matektanárnőt. A tanárnő dicsérete fontos, ezért a *tanárnő kedvéért tanulja a matematikát*. A jutalom számára az, ha a tanárnő értékeli az ő képességeit. Ha a tanárnő ezt megteszi, akkor a cselekedet motívuma (a tanárnő pozitív értékelése iránti vágy) kielégül, ha a tanárnő ezt nem teszi meg, a motívum kielégítetlen marad. Mindenesetre a motívumot kielégítő jutalom a tanárnő kezében van. Az ily módon motivált tanuló függ a tanárnőtől, a matematikai teljesítményt a tanárnő tudja szabályozni. És az általános iskola *alsó osztályaiba döntően életkoruknál fogva ilyen gyerekek járnak*. A felnőtteken „csüngő”, az értékelésüktől függően fejlesztő gyerekek.

Más a helyzet akkor, ha a diák, mondjuk későbbi életkorban, gimnáziumban szereti a matekot. Számára a matematikával való foglalkozás, problémáinak a megismerése, megoldása öröm. Ekkor is lehet a környezetben értékelő vagy közömbös matematika-tanárnő, de ekkor a cselekedet jutalma nem a tanár kezében van, hanem a diák jutalmazni tudja cselekedeteiért saját magát. A matematikával való foglalkozás, az abban elért célok magukban rejtik az önjutalmazás lehetőségét. Ebben az esetben a diák matematikai fejlődése autonóm.

Az első esetben a diák nem autonóm, és teljesítménye környezetfüggő (például többen „hajtanak” a matematikát tanító tanárnő figyelmére, s ő beleesik a csapdába, választ valakit, valakiket kedvencnek, s így természetesen lesznek vesztesek). A másik esetben a diák függetlenedett, relatív autonómiát szerzett környezetétől, hiszen nála van a jutalmazás lehetősége is.

A nagy alkotók ezért bírják tovább, ellenszélben is, mert autonómbbakkal alkotási területükön másoknál. Az autonómia is sikertényező. Ennek csak látszólag mond ellent *Magyar Beck István „kreatológiája”*, amelyben azt fejti ki, hogy a nagy alkotók „*típusosak*” környezetükben, mintegy magukban, *személyiségükben sűrítik* az általuk reprezentált embercsoport problémáit, és személyesen is meg kell hogy oldják egészségük érdekében embercsoportjuk problémáit. Hogy ezt a feladatot kreatívan lehessen megoldani, ehhez kell az autonómia.

És éppen az efféle autonómiafelfogás vezet tovább minket a sikerről való gondolkodásban. Ez nem a mindentől független öntörvényűséget jelenti, hiszen a siker társadalmi és lelki közegben jelent sikert. *És az autonómia, az öntörvényűség nem a törvényteleniséget jelenti, éppen ellenkezőleg: a törvényt. A törvényt belül, a törvény megmutatkozását jelenti a személyben.*