

# Egy csoport élete

Hogy kinek mit jelent a csapatmunka, a szakmai fejlődés, a kép-zések emberi hozadéka – ez meglehetősen változó lehet. Amikor a HEFOP2.2 program képzéssorozatának keretében alkalmam nyílt az egyik képzési helyszínen nyomon követni az eseményeket és változásokat, a csoport tagjai meglehetősen hasonló attitűddel bírtak a program irányába: a résztvevőket ugyanis „beiskolázták”. Egyfelől érthető vezetői döntés, egy hasznosnak és a napi munká-ba is beépíthetőnek ígérkező programban részt venni, és erre kü-lönléleképpen motiválni a munkatársakat, hiszen nehéz manapság továbbképzésre küldeni valakit, aki nagyon fáradt, sok gondja van a munkájával, úgy érzi, éppen elég a napi feladat, másfelől viszont azt gondolnánk: tréningekre épülő folyamatban önként és mély moti-vációkkal érdemes részt venni.

Amikor a HEFOP 2.2 program elkezdődött, már nagyon korán érzékelhető volt, hogy ebben a képzéssorozatban az egyéni fejlő-déssel párhuzamosan formálódik a közösség is. A résztvevők többnyire ebben a formában csak értekezleteken találkoznak, ennyire közeli és szoros kapcsolatban még nem is voltak. Már az els-ő alkalommal mélyen megnyílt mindenki, elmondott magáról sok mindent, akik nap mint nap együtt dolgoztak egyébként, azok is most kezdték csak egymást alaposabban megismerni. Érthető, hogy miért találták a csoporttagok érdekesnek az önismereti, csa-patépítési játékokat, mint az egyik legtöbbet visszaidézett játékot például: találjuk ki mit gondol a csoport rólunk annak alapján, ahogy itt az adott három nap alatt megismertük egymást. Mindenkire nagy-on hatott, hogy hogyan látják a többiek. Mint többen megfogal-mazták 2005 májusában – első beszélgetésünkkor –, néhány tré-ning után: „ettől kezdődően

## van egy személy a hang mögött

– vagyis, ha egy másik telephelyre telefonálok, most már tudom, kivel beszélek és biztosan másként tudunk szót érteni, mint eddig..”

Nem beszélve ezen túlmenően arról, hogy az egy munkahelyi közösségben akár hosszú évek óta dolgozók olyan egyéni tulaj-donságokat, értékeket fedezhettek fel egymásban, amikre a hét-köznapiakban nem is volt esélyük. Kérdés persze, az is, hogy ez a mindennapok dolga-e, vagy volt-e, van-e ezen a programon kívül hasonló képzési alkalom, egymás megismerésére lehetősége egy ilyen szakmai közösségnek.

– Nehezen talál az ember lehetőséget arra, hogy magát egy szakmai közösségben úgy méresse meg, hogy ebben ne sérüljön - kezdi a válaszát egyikük, nagyon óvatosan fogalmazva. – *Először persze tudatosan kell magát is kicsit kívülről szemlélnie, megtalál-ni a mércét, de mindennek előtt magára is másként kellene te-kintenie. Az ember fél a megmérettetéstől, inkább csöndesen el-látja a munkáját. Magamról beszélve: most már másként nézek én is magamra. Az elején én sem voltam ilyen nagyszájú, nem ilyen nagy hévvel vettem a dolgokat, mindig szégyelltem elmondani amit gondoltam – nagy plénum előtt. Aztán saját magam nyíltam ki itt, ennyit korábban sehol sem mutattam meg magamból,*

## magamnak is meglepetés vagyok...

Első beszélgetésünkkor végig az a gondolat foglalkoztatott, hogy, ha nincs a HEFOP2.2, vagy nem épp ők kapcsolódnak be ide, akkor megy minden szépen úgy tovább, mint eddig, vagy ha ezek

belső igények – hogy ki-kicsit más optikából is lássa magát, le-gyen jobb az együttműködés, amik mindenkiben megvannak vala-mennyire –, akkor e nélkül a program nélkül, hogyan lehetne ezt a fajta közösség- és kapcsolatépítést elkezdni. Ahhoz képest, ami-vel indítottak páran, hogy parancsra ülnek itt, nagyon pozitívan je-leztek vissza. És ez együtt borzasztóan érdekes: egyfelől van belső igény hasonló együttlétekre, fejlődésre stb., de ezekre nem terem-tenek fórumot energia, kedv vagy épp anyagiak híján, másfelől vi-szont ha létrejön – mert valakik eléjük rakják – egy ilyen, akkor fa-nyalagva ugyan, de belevágnak... Nehezen adnak esélyt maguk-nak arra, hogy valami történhessen velük, pedig abból amit mon-dtak, egyértelműn kiderül, hogy történik. Arra is kíváncsi voltam, hogy bár egyéni, szeparáltan tartott, ám mégis közösnek tetsző szükség-letek kifejezése, artikulációja hol akad el: az igazgatói ajtónál halnak meg, vagy már jóval előbb?

– *Lehet, hogy egyszerűen csak most döbbsentünk rá, hogy mindez tényleg hiányzik. Mint egy jó bográcslós együtt... – mondja erre valaki.*

– *Nagyon örülök, hogy eljöttem, mert véletlenek nincsenek és ezt ez is bizonyítja. – folytatja másikuk. – Mi ugyanis egy másik tan-folyamra szeretnénk volna menni, ami ugyan fizetőss volt, de aztán úgy alakult, hogy mégis ide jöttem el, és annyira sajnálom, hogy a kollégáim nincsenek itt, mert a mindennapi szakmai és emberi éle-tünkben szerintem ez annyira jól hasznosulhat, és amiket itt min-den alkalommal átélek, az megerősít a munkámban. Nagyon tet-szett pl. a mediáció, ami a saját életemben, kapcsolataimban is hi-hetetlen felismerésekre, aha-élményekre vezetett. Csak egy példa onnan, amikor szituatív játékban én voltam az egyik mediátor, kol-légám pedig egy roma anyuka: úgy éreztem, hogy empátiával, ked-vesen, érzékenyen fordulok oda, de az ő visszajelzéséből kiderült, hogy számára mégis csak egy jól öltözött, leereszkedő stb. valaki vagyok, és ez megdöbbsentő tükör volt számomra. Nekem ezek az*

## önismereti hozadékok

*a legfontosabbak! Úgy érzem e téren nagyon sokat kaptam. És ahhoz képest, hogy nekem a csoporttagok nem közvetlen munkatársaim, nem ismertem őket, nagyon jól érzem magam kö-zöttük!*

Vajon a munkahelyi környezet reagál-e erre valamiképpen? Ad-nak-e visszajelzést a változásokról, egyáltalán bárhogyan viszo-nyulnak-e az itt történő változásokhoz, eseményekhez: Látom, tré-ningen voltál című megjegyzésekre gondolok...

– *Sajátos a helyzetem, mert igazából havonta egyszer talál-kozunk, csak értekezleteken, de sokkal többször kellene szuper-víziót tartanunk, esetmegbeszélést szerveznünk. Van, hogy érin-tőlegesen foglalkozunk odavaló témákkal, de nem szervezeten és tudatosan, igazából rendszeres fogadóórák vannak, amik ezt a célt is szolgálják... Nekem most is ott kellene ülnöm... A kér-désre válaszolva: még nem érzékelnek különösebbet, de ilyen kapcsolattartás mellett érthető is. De én tudom, hogy már nagyon sok mindent más szemmel nézek, és ez nekem jó, merthogy az ember igenis hajlamos arra, hogy él egy közösségben, és beideg-ződnek bizonyos dolgok, és ez nem mindig segít.*

Egyikük, aki fél éve dolgozik pszichológusként itt megpróbált teameken, esetmegbeszélőkön különféle témákon közösen, együttműködve dolgozni, de ezek a kezdeményezései mind rövid időn belül elhaltak. Merthogy általában mindenki túlzottan leterhelt, beosztás alapján dolgozik össze-vissza. A vezetőség jóformán csak elviekben támogatja a hasonló összejöveleket, nagyon kötelességszagúan tálalják még a segítségnyújtást is, és hát kinek van így kedve részt venni bármin... Viszont – mint mesélte – az első HEFOP-os tréningnap után mindenki megkérdezte, hogy nekik miért nincsen ilyen. Hogyhogya nincsenek hasonló alkalmak? Úgyhogya majd most talán pár emberre átragad a lendület, és hiába vesz el időt és energiát, láthatóvá válik, hogy

### **többszörösen megtérül.**

– Sokkal többet profitálhatunk belőle, mintha az ember csak dolgozik magányosan, küzd a problémákkal egyedül. Már az is sokat jelenthet egy olyan közegben, mint a miénk, hogy valamilyen szakmai közösségben elmondhatta a baját, dilemmáit, kérdéseit, kételyeit, eseteit. *Jé, nálad is ez okoz gondot, jé, te is ezt csináltad?* - zárja gondolatait a pszichológus.

– *Én voltam már korábban egy 120 órás személyközpontú megközelítésű tréningen, egy munkahelyről voltunk, és 3 hónap után sem éreztem azt a fajta oldott hangot, amit itt már az első alkalommal meg tudtak teremteni. Fantasztikusan válogatták össze a képzők azokat a feladatokat, amivel minket játszottak. Az a tudatosság, amivel indítottak hihetetlenül jó volt, külön értékelendő a*

### **csoportfigyelés mellett az egyének megbecsülése.**

*A trénerek részéről egy olyanfajta melegséget, bátorítást, nyitottságot, biztosságot kaptunk, aminek következtében sikerült nekünk is megnyílni, önmagunkból úgy adni, hogy az ő és a saját várakozásaink kiteljesedhessenek. Ez járult hozzá, hogy a magunk számára is megdöbbentő módon, a legmélyebb rétegeinkből is előkerültek dolgok, és azt a technikát figyelve, amit ők csináltak, hát azért kezdő szerepben vagyunk... Egyszerre vagyunk játékosok, s közben azokat a módszereket próbáljuk eltanulni tőlük, amit majd továbbvihetünk a gyerekekhez, és ennek én máris nagyon-nagyon sok eredményét láttam a munkámban. Ezért jó érzés erről beszélni. Nagyon sokat tanultam, és rögtön a kezdetektől, az első tréningtől számítva adott volt egy alaphang, amire folyamatosan, de nagyon gyorsan mi is rá tudtunk hangolódni. Rögtön tudatosítottuk, hogy ez egy olyan folyamat, amelyben a fejlődés, tanulás felelőssége közös: hiába akarja a képző, hogy nekünk jó legyen, ha mi nem akarjuk. Az külön nagy élmény volt, ahogyan együtt rácsodálkozhattunk a világ dolgaira, hiszen mi itt valahol mindannyian anyák, háziasszonyok, gondozók vagyunk, délelőtt csináljuk a kis dolgainkat, ki-ki a magáét, és ez kirántott minket a hétköznapiokból, amellett, hogy a tanulságok oda és persze*

### **magunkhoz vezettek vissza.**

*Ezért volt ez fáradtságos és ugyanakkor kikapcsolódás is – nyilatkozta egy résztvevő, aki a tréningen tanultakból szinte azonnal beépítette és használni kezdte a mediációt, facilitálást.*

– *A mediációt kipróbáltam, amúgy is mindig nyitott vagyok az újdonságokra, a bűncselekmények facilitálásához is kedvet érzek, belső konfliktuskezelésben kiváló lehetőségnek látom: fiatalok, gyerekek életpályáján fordíthatok pl. egy eltereléssel. Ez az ügy három állandóan veszekedő kislányról szól, akiknek a na-*

*pi konfliktusait eddig is tűzoltással mindig igyekeztünk megoldani. A feszültség köztük ennek ellenére megmaradt, nőtt, és az egyik lány már nem bírta tovább, kibukott belőle, hogy szeretne elköltözni a szobájából, történjen már valami! Persze a korosztályi megosztás miatt ez nem igazán volt megoldható, és akkor ültünk le, és kipróbáltuk a mediációt. Végigmentünk a folyamaton, erősen tartva magunkat ahhoz, hogy ők hozzák meg a nekik jó döntést, egymással és ne velünk állapodjanak meg. Ez nem volt egyszerű, hiszen arra szocializálódtak (tunk), hogy valaki mondja meg, mit tegyünk, mi a jó megoldás: kérték, javasoljunk valamit, mert már belefáradtak az ötletelésbe és egyezkedésbe, de nem adtuk fel, kivártuk. A legfontosabb visszajelzésük az volt ezek után, hogy legközelebb nem várják meg, hogy ennyire elmérgesedjen a viszonyuk, hanem szólnak, ülünk le együtt és beszéljük meg így.*

Ez eredménynek semmiképpen sem elhanyagolható.

Második találkozásunkkor a csoport az esetmegbeszélő napra készült, amelyet a képzések lezárulásával minden helyszínen – így itt is – azzal a várakozással tartottak meg a szervezők és a képzéseket lebonyolító trénerok, hogy a csoport tagjai az elsajátított szemléletmódok és módszerek valamelyikét továbbvizslik, kipróbálják a gyerekekkel, illetve beépítik mindennapjaikba, és a szerzett tapasztalatokról beszélgethetünk.

Ebben a gyermekotthonban úgy alakult, hogy akik elkezdtek – bármilyen ösztönzésre – a képzéseket, azok megérezték benne azt a lehetőséget, amit a szervezők és a programgazdák megmutatni, megadni reméltek. Többen fogalmaztak valahogy így: nem tudom konkrétan tenni a hozadékot, de változást érzek magamban... türelmesebb lettem,

### **valami megszólalt bennem...**

Mint ekkor, 2006 tavaszán kiderült, azt a program kezdetén egyértelműen jelzett sérelmet, hogy különösebb tájékoztatás és beleegyezés nélkül becsöppentek ide, úgy a második képzés idején már elfelejtették. Pedig többen jöttek éjszakából, sokadik kávéval ébren tartva magukat, vagy éppen pillanatoknak érzett hosszú percekig szunyókálva, meg-megugró vérnyomással, vagy épp könnyekkel küzdve. Nagyon hamar rájöttek a csoporttagok – ki-ki a maga módján vissza is jelezte –, hogy itt nem másról lesz szó, mint saját magukról, nekik és róluk szólnak az alkalmak, hogy egyénekként és közösségként is jobban, adekvátabban működjenek a gondjaikra bízott gyermekek jólétéért.

Volt, aki egyre jobban érezte magát – és ez a közérzetjavulás nagyon látszott is –, a begubózott, szinte ellenséges passzivitást lassanként felváltotta a részvétel, bevonódás öröme: unatkozás nincs, egymás minősítgetése nincs, trénerok felkészültek, témák alkalmazhatóak és gyakorlatorientáltak, jé! Volt, akit ebédkészítés közben ért a hír: képzésre kell járnia. Úgy emlékszik: fenntartással vegyes kíváncsisággal érkezett. A végére azonban számára is nagy öröm, hogy jelen lehetett, hogy esélyt kapott emberi kapcsolatainak javítására, ami az évi átlag két szakmai értekezletnek nem témája. Volt olyan is, aki minden képzési alkalom után érzékelte a mindennapi pozitív elmozdulásokat, jelezve a személyes és szakmai gazdagodását. Aki tudatosan szelektált a kínálatból és gondosan íróasztalfiókjába rejtette a hasznos tananyagot, hogy bármikor előkaphassa. Akadt, aki elsősorban személyes, privát életének zsákutcaihoz kapott iránytűt, és bármiért hálás volt, amit tanulhatott, meg-

ismerhetett. Egyik résztvevőnk nagyon érdeklődött, sokat olvasott már előre minden módszerről, és úgy érezte hosszú lesz ez a program, de az egyes alkalmak gyorsan elszálltak úgy, hogy sokkal többet kapott tőlük mint várt. Amit különösen értékelt benne, hogy nem laposodott el: csupa újdonság, csak a napi alkalmazhatóságához szükséges elméleti háttérrel, másnapi kipróbálási lehetőséggel. Volt, aki úgy érezte, a részvétel miatt vált elviselhetőbbé a gyerekek számára, akik ezt meg is fogalmazták. Tanulság: változik a viselkedésünk – másként hatunk – megváltozik a környezet reakciója.

A képzéssorozat vége felé a csoporttal találkozáva már megfogalmazódott bennem, hogy a tanultak, látottak és megtapasztaltak számtalan egyéni haszonnal bírtak, de ezen túl látványos előrelépést könyveltünk el a partneri viszonyokban: közösségi, szakmai és emberi kapcsolatépítés, együttműködés terén. A munkakapcsolatuk egyáltalán nem volt szoros, a formális csatornákon, pl. értekezleten találkozott a közösség nagyobb része, a HEFOP2.2 óta napi szintű a kapcsolat.

Mint egyikük fogalmazott: – *Azóta nem a felszínt látom meg, hanem kutatom a mélyebb rétegeket is, korábban gyorsabban ítélező voltam, mostanra jóval empatikusabb vagyok. Együttérzőbb lettem, tudok bárkivel olyan hangon beszélni, amivel segítem. Együtt örülni a másikkal, az amúgy se volt probléma, viszont a problémahelyzetekben jobban megsérültem régebben, és jobban is fájtak a velem történetek. Ezt és még további változásokat itt, ezeken a képzéseken vettem észre. Ha én ilyen irányban változtam, fejlődtem, akkor ez átmegegy a kollégáim és a gyerekek felé is, gondoltam, és tényleg: rögtön megérezték.*

És tényleg: hiszen változott a fókusz. Korábban a saját érzések domináltak, és ez határozta meg a reakciókat, mostanra ez átveődött a másokra, de mindenképpen nagyon hangsúlyos a partner alapota, a kettőjük viszonya, hogy hogyan bánnak egymással.

– *Beszéltünk az emberi játszmákról. Vannak olyan élethelyzetek – nekem jól össze is gyűltek a közelmúltban –, amikor minden játszmázás. Most nem akarok arról beszélni, hogy jól érezzük-e benne magunkat vagy sem, de itt azt éreztem, hogy ezáltal a képzés által megerősödtem. Megerősítést kaptam pl. konfliktusrendezésben, de kár, hogy akik nem voltak itt, nem mindig értik, mit is akarok. És persze velük is hangot kell találni. Jó lett volna, ha mindenki eljöhett volna. Mert a felnőttek közötti nézetkülönbség, feszültség, konfliktus kihat a gyerekekre itt is, ugyanúgy mint egy családban. És mi nem átlaggyerekekkel dolgozunk, itt még inkább figyelni kellene a biztonságot nyújtó környezet – lelki környezet! – megteremtésére – osztotta meg egyéni fejlődésének irányát egy lakásotthoni nevelő.*

– *Meg kell látnunk egymást nem hétköznapi szituációkban is: amikor nem az a fontos, hogy poros-e a szekrény teteje, tiszta-e a gyerek tornazoknijja – mert ebbe tényleg bele lehet pusztulni –, hanem egyszerűen megmutatni-megismerni a többi arcunkat is. – jelezte saját tanulságát másuk. – Már alig vártam ezeket az alkalmakat, mert mást és másként csináltunk együtt, ami egyrészt pihentet, másrészt más szemszögből néztük, jobban ismerjük már a másikat: embernek láthatjuk.*

### **Akkor most jők legyünk?**

– kérdezték a nevelőtől a gyerekek, mert pontosan látták rajta, hogy baja van, feszültebb, idegesebb valamiért. Nem volt hol kiengetni a gózt.

– *Ebben az évben a HEFOP programmal párhuzamosan amúgy is életmódváltást határoztam el – mondta az esetmegbeszélő napon. – Nagyon nagy löketet adott ehhez az itt megismert minden módszer, illetve az együttlét, közös gondolkodás, személyes visszajelzések. Ezért különösen nagy a jelentősége számomra. Sok mindent eddig is csináltam ösztönösen, de innentől sokkal több lesz a tudatosság a döntéseimben, viselkedésemben, szóhasználatomban.*

– *Nekem fontos volt azt is belátni, és ehhez itt kaptam segítséget, hogy olyan is van, amikor nem tudunk egy gyerekkel zöld ágra vergődni. Bele lehet törődni ebbe is, és azért lehet együttműködőnek maradni. Az Erőszakmentes Kommunikációban például ami számomra nagyon fontos volt, hogy a másik ember szükségletét kell figyelembe venni, illetve a szükségletek között kell egyensúlyozni, amikor egy konfliktushelyzetet szeretnénk megoldani. Magamon figyeltem meg, hogy a döntéseimnél – amiket a gyerekek egy részének támogatásával, más részének ellenállásával kellett meghoznom –, hogyha megfordítom a sorrendet, nem elmondom a döntést és utána győzködöm őket, hogy ez helyes, hanem hagyom, hogy ők szüeljék meg – akár mediációban –, sokkal eredményesebbek vagyunk. Tudom, hogy hova akarom elvezetni őket, és hagyom, hogy döntsenek magukról: ebben ezért lelkesen, aktívan részt vesznek, és úgy élik meg, hogy beleszólnak a történésekbe. Hogy visszadelegálhatóak a kisebb napi, és fajsúlyosabb sorsot érintő döntések – ez tényleg megerősítheti a gyerekeinket saját képességeikben – összegezte fontos tapasztalatait az egyik résztvevő.*

A másik így fűzte tovább a hasonló gondolatokat: – *Nekem ez a program segítette azt elfogadni, hogy olyan pályán dolgozom, ahol meghatározó napi élmény a kudarc. Vannak megváltoztathatatlan sorskönyvek. Nagyon sok gyerek már készen kerül be ide. Nagyon nehéz változást indukálni a világról és a saját magáról kialakított kép vonatkozásában, ami magával hozhatná az attitűd és magatartásváltozást. Gyakran azzal párhuzamosan sikerülhet ez, ha ráímel az egyébként az életkori fejlődésből adódóan éppen zajló felnőtté és önállóvá válási folyamatra. Amikor a 'csakazértis megmutatom' ügyek zajlanak nap nap után.*

Mindenki szeretne eredményt elérni a gyerekekkel, változtatni a helyzetükön, adni valami maradandót – de ez nem sikerülhet mindig. És most már elfogadom, hogy igen, az is egy komoly döntés, hogy nem megy, nem tudok annyira odahatni, amennyire szeretnék. Ide persze akkor jó eljutni, ha előtte viszont mindent megtettem, ami szakmailag és emberileg lehetséges volt. Ha sikerült őt érdekeltté tennem a változásban, hiszen az nem elég, ha csak én akarom.

Ez a csoport már nagyon várja, és megérett arra, hogy eljöjjön a valódi együttműködés ideje. Sok mindent másként látnak.

Nemsokára nemcsak egyikük hangsúlyozhatja büszkén: „a mi házuk nevelői egy nyelvet beszélnek, és ráadásul olyat, amit a gyerekek is értenek.”

De elég-e, ha csak ők akarják?

**Győrfi Éva**