

Interetnikus tréningek pszichodramatikus módszerekkel

PÉTER HUNČÍK
INTER-ETHNIC TRAINING WITH PSYCHODRAMA METHOD

159.923.2
316.485.6

Self-knowledge. Communication. Conflict resolution. Psychodrama inter-ethnic training. Local opinion leaders. Mixed groups. Slovak-Hungarian training. Roma training. Israel-Palestinian training.

Bevezetés

A kisebbségi kérdés Kelet-Közép Európában mindig érzékeny társadalmi problémának számított és ez különösen érvényes azokra az országokra, ahol a kisebbségek arányszáma olyan magas, mint Szlovákiában. A többségi lakosság általában bizalmatlanul, sőt sokszor ellenségesen tekint a kisebbségek képviselőire.

Az önálló Szlovák Köztársaság kikáltása (1993. január 1.) után komoly feszültségek alakultak ki az országban, mert a vezető politikai pártok képviselői a sajtóban agresszív módon kezdték támadni a kisebbségek tagjait. Elsősorban a magyarok ellen folyt az izgatás. Azzal vádolták őket, hogy nem lojálisak az országhoz, és titokban azon dolgoznak, hogy felbomlasszák a fiatal köztársaságot, és Szlovákia déli területeit – amelyeken a magyar nemzetiség képviselői éltek – visszacsatolják Magyarországhoz.

De a magyarokon kívül dühös kirohanások érték a cseh, a roma és a zsidó kisebbség tagjait is. Ezekben az években (1993–1998) gyakran lehetett látni a házak falán és a kerítéseken olyan graffitiket, melyek arról szóltak, hogy a csehek menjenek vissza Prágába, a cigányok (romák) Indiába, a magyarok Magyarországra és a zsidók meg a gázkamrákba.

A Vladimír Mečiar vezette szlovák kormány tagjai semmit sem tettek azért, hogy ezt a helyzetet orvosolják, sőt a kormánykoalíció pártjai a szlovák parlamentben is egyre hevesebben támadták a kisebbségek képviselőit, és emlékeztették a szlovák népet arra, hogy a magyarok és csehek a történelem során mindig a szlovákok ellen voltak és az új helyzetben, vagyis az önálló Szlovák Köztársaságban is folytatni fogják aknamunkájukat a szlovákok ellen.

A zsidókról is azt állították, hogy egy titkos Tel-Aviv–New York–Budapest hálózatot hoztak létre a Szlovák Köztársaság megdöntésére. A cigányokkal kapcsolatban

pedig arra mutattak rá, hogy a romák antiszociális, alkoholista, munkakerülő, kriminális elemek, akiknek semmi keresnivalójuk sincs az országban.

Ne feledjük el, hogy épp ebben az időszakban tombolt a Szlovákiától alig négy-száz kilométerre fekvő Jugoszláviában az egyre véresebbé váló polgárháború és az emberek nagy része attól félt, hogy a balkáni események hatására Szlovákiában is hasonló brutalitásokra kerülhet sor.

Mivel a kormány nem tett egyetlen komoly lépést sem az interetnikus feszültségek megoldása érdekében úgy gondoltuk, hogy nekünk, értelmiségieknek kell megoldást keresni a problémára.

Egy felmérés adatai

1994-ben a Márai Sándor Alapítványban elhatároztuk, hogy egy speciális tréning-programot dolgozunk ki a szlovák–magyar feszültség enyhítése érdekében.

Első lépésként egy felmérést végeztünk el, azért, hogy megállapítsuk, melyek a szlovák–magyar viszony legproblematisabb területei.

A vizsgálatot 1650 állampolgáron folytattuk le. Ezek közül 550 magyar nemzeti-ségű, 550 pedig olyan szlovák nemzetiségű volt, aki Szlovákia déli vidékén, vagyis a vegyes lakosságú területen élt. A harmadik csoportot 550 olyan szlovák nemzetiségű állampolgár alkotta, aki észak Szlovákiában élt, vagyis olyan területen, ahol gyakorlatilag nem laktak magyarok.

A vizsgálat során szociológiai és etnopszichológia módszereket alkalmaztunk.

Először szociológiai kérdőíves vizsgálatot végeztünk a vizsgált személyekkel, melyben arra voltunk kíváncsiak, milyen a nemzetiségi és az állampolgársági identitásuk, milyen hagyományok és tradíciók mentén szerveződött az életük, milyen minták és modellek alapján választják ki példaképeiket, melyek a prioritásaik.

Ezután egy pszichológiai tesztbateria használatával folytattuk a vizsgálatot. Kíváncsiak voltunk a vizsgált személyek sztereotípiáira, az attitűdrendszerükre, az előítéleteikre, az empátiájukra, a szolidaritásukra, a szociális távolságtartásukra és az érzelmi hátterükre.

Végül, az eredmények összegzése után még 150 mélyinterjú is elkészítettünk. Tehát a minta 10%-ával csináltunk egy hosszabb beszélgetést, melynek során azokra a kényes kérdésekre fókuszáltunk, amelyek a kérdőíves, illetve a pszichológiai felmérés során a legérzékenyebb területeknek mutatkoztak.

A felmérés kiértékelése után a következő eredményeket kaptuk:

1. A nemzeti identitástudat mind a két nemzet tagjainál erősen fejlett volt. A szlovák nemzetiségűek között az érzelmek és a hagyományok domináltak, míg a magyaroknál az érzelmek mellett a teljesítmény kapott szerepet

2. A másik nemzettel kapcsolatos negatív attitűdök és negatív sztereotípiák mind a két nemzetiséget egyformán jellemezték. Mintánkban a magyarok negatívabb képet alakítottak ki maguknak a szlovákokról, mint fordítva.

3. Mind a két csoportnál kimutathatók voltak bizonyos önértékelési zavarok: túlértékelési tendenciákat és kisebbségi komplexusokat is kimutatót a vizsgálat.

4. Mind a két csoportban jelen voltak bizonyos szeparálódási tendenciák. A nagyobb szociális távolságtartás elsősorban a magyarokat jellemezte.

5. A vizsgált személyek több mint a fele számolt be személyes jellegű etnikai frusztrációról a másik csoport tagjai részéről. Ezen frusztrációk skálája a banális élménytől egészen az egzisztenciális fenyegetettségig terjedt. Ez elsősorban a magyarokat jellemezte.

6. A frusztráció hatására a szlovák vizsgált személyek sokszor agresszióval reagáltak, míg a magyaroknál szubmisszív tendenciákat mutattunk ki.

7. Az empátiás készség és a kooperációs képesség mind a két csoportnál alacsony volt.

8. Nagyon sok vizsgált személynél kimutatható volt az ún. *delegáció* jelensége. Ez azt jelenti, hogy a delegált személyek sohasem egyes szám első személyben nyilatkoztak, ehelyett azt hangsúlyozták, hogy ők az egész nemzetük nevében gondolkodnak és cselekszenek. Információik nagy része másodkézből származott. Véleményük és cselekedeteik hátterében gyakran álltak olyan direkt vagy indirekt utasítások, melyek a család vagy saját nemzetük tekintélyes tagjaitól származtak, és ezekkel nem kívántak vagy nem tudtak vitatkozni.

9. Mind a két csoport tagjainál kimutathatók voltak interetnikus kommunikációs nehézségek, melyek nem lingvisztikai szinten mutatkoztak meg.

10. Az interetnikus találkozások és kapcsolatok frekvenciája a szlovákoknál alacsonyabb volt, mint a magyaroknál.

Általános jellemzőként még elmondhatjuk, hogy vizsgálatunk során azoknál a vizsgált személyeknél kaptuk a legrosszabb eredményeket, aki nem voltak közvetlen kapcsolatban a másik nemzetiség tagjaival, és csak másodkézből kapott információk alapján alakították ki véleményüket a másik etnikumról.

A tréning elméleti előkészítése

Az eredmények ismeretében a következő tréningmodellt alakítottuk ki:

- az önismeret fejlesztése, az egyén konfrontálása saját negatív és pozitív tulajdonságaival;
- a belső feszültségek levezetésének elsajátítása, az agresszivitás konstruktív levezetésének elsajátítása;
- az empátiás készség, a tolerancia képességének és az asszertivitás készségének elsajátítása;
- a kommunikációs készségek fejlesztése, a másik etnikumhoz tartozó emberek kommunikációjának dekódolása;
- az együttműködés készségének fejlesztése;
- a konfliktusos helyzetek megoldásának elsajátítása.

Az egyes tréningek időtartamát 100 órában állapítottuk meg. A tréningek belső szerkezetét úgy alakítottuk ki, hogy a fent említett készségek mindegyikének gyakorlására elegendő idő jusson a munka során.

A tréningprogram összeállításánál abból a feltevésből indultunk ki, hogy a személyiségben a család, a környezet hatására kialakult attitűdök bizonyos csoportterápiás folyamatok hatására megváltoztathatók, esetleg minőségileg javíthatók. Az olyan szociális készségek pedig, mint a hatékony viselkedés, a kommunikáció, az együttműködés, a kapcsolatteremtés stb. gyakorlással elsajátíthatók.

Manapság az emberek közötti kapcsolatok olyan bonyolultak, hogy nagy terhet rónak az egyénre, és bizonyos felkészültséget, rugalmasságot követelnek meg tőle. Ez hatványozottan érvényes a különböző etnikumokhoz, vallási csoportokhoz tartozó emberek közötti kapcsolatok esetében.

A fellépő konfliktusok mögött gyakran a helytelen beállítódást, a kommunikációs gátakat, az információk átadásának és értelmezésének torzulásait fedezhetjük fel.

Ezek megelőzése és kivédése gyakorlással elsajátítható, és a csoporthelyzetekben létrejött élmények hatására a merev attitűdök megváltoztathatók és formálhatók.

Ezért a 100 órás időtartamot 5 hétvégére osztottuk szét, és minden egyes hétvégén 20-20 órát kívántunk dolgozni.

Az első három hétvégén, vagyis 60 órás időtartamban önismereti tréninget terveztünk, melynek során az önismereti elemek dominálnak. Ebben az időszakban a helyes énkép kialakításával, az agresszivitás konstruktív levezetésével, az empátia és az asszertív készségek kialakításával, valamint a toleranciaszint növelésével kívántunk foglalkozni. Ebben a szakaszban kívántunk foglalkozni a kooperáció és a csapatépítés kialakításának készségével is.

A negyedik hétvégét a kommunikációs készségek fejlesztésének kívántuk szentelni. A verbális kommunikáció készségének fejlesztése mellett javítani akartuk a non-verbális kommunikációs készségeket is. Külön kívántunk foglalkozni a metakommunikáció jelenségével, valamint a partner kommunikációjának dekódolásával is.

A záró hétvége programját úgy kívántuk kialakítani, hogy abban a konfliktusos helyzetek menedzselésének technikáit sajátíthassák el a résztvevők.

Az egyes részterületeket természetesen nem kívántuk ilyen szigorúan szétválasztani egymástól, mert például a kommunikációs technikák alapelemeit már az első tréningeken át kívántuk venni a résztvevőkkel, hogy a továbbiakban a munka gördülékenyebben folyjon.

Az általunk kidolgozott tréning saját élményű, nem pedig didaktikus, oktató jellegű csoporttal számolt. A tréning tartalmi megfogalmazásakor a komplex megközelítést tartottuk fontosnak, és a fent említett témakörökre építettük fel a szerkezetet.

A tréning alappilléret két ismert pszichoterápiás módszer alkotta, mégpedig a Moreno által kifejlesztett *pszichodráma* és a Rogers által kidolgozott *személyközpontú pszichoterápia*.

A pszichodráma (a továbbiakban: PD) elsősorban az emberi spontaneitásra és kreativitásra épít, és a történések átélésére irányul. Moreno többször hangsúlyozta, hogy az ún. kulturális konzervek helyett a PD résztvevői a saját élményeiket és elképzeléseiket alkalmazhatják a játék során. Ez a meghatározás számunkra rendkívül fontos volt, hiszen a vizsgálatunk során gyakran talákoztunk a delegáció jelenségével, az etnikai és kulturális konzervek jelentőségének túlhangsúlyozásával.

A PD során a dramatikus elemeket tehát elsősorban az önismereti munkában tudjuk hasznosítani. A játék során a feszültségek a felszínre jönnek és terápiásan irányított keretekbe foglalhatók.

Úgy gondoltuk, hogy a PD a legjobb segítség ahhoz, hogy a kíváncsi ember eljusson saját életének, múltjának mélységeibe, meglássa az ott lapuló szörnyeteget, és utána biztonságosan visszataláljon a fényre.

A PD módszer abban különbözik a többi önismereti technikától, hogy ez egy csoportos technika, melynél a résztvevők a pusztán verbalizálás helyett saját spontane-

itásukat és kreativitásukat felhasználva eljátsszák, dramatizálják az élményeiket, és a cselekvésen keresztül idéznek fel régen elfelejtett motívumokat.

A PD-ben résztvevő egyének, a rendező felügyelete mellett, újra eljátszhatják és átélhetik életük nagy konfliktusait, élményeit és érzéseit. Az egész játék az „olyan mintha” tartományában játszódik le.

Azt a csoporttagot, aki éppen játszik, *protagonistának* nevezzük. A protagonista a csoport többi tagja közül partnereket, ún. *segéd-éneket* választ ki magának, és ezek segítségével újra eljátszhatja konfliktusát régen elhunyt apjával, megbeszélheti gondjait volt feleségével/férjével vagy eljátszhatja jelenlegi összetűzését a főnökével, az élettársával vagy gyermekével.

A protagonista játék alapszabálya az, hogy a cselekmény menetét, lefolyását a főszereplő, vagyis a protagonista határozza meg. Az őt segítő segéd-ének kizárólag a protagonista utasításai szerint cselekszenek. Tehát nem változtathatják meg kedvük szerint a történet menetét, nem kritizálhatják, ironizálhatják a protagonistát.

Azt, hogy mit mondjon vagy tegyen a segéd-én a protagonista az ún. *szerepcse-re* folyamán mutatja meg neki (vagyis eljátssza az adott mondatot, cselekedetet).

A játék során sokszor hatalmas érzelmek törnek a felszínre, olyan emóciók, melyek évekig, sőt sokszor évtizedekig ott lapultak a mélyben, és mint egy nagy súly húzták, nyomorították az egyén karakterét.

Azzal, hogy a játék során az egyén újra felidézi ezeket a konfliktusokat és érzéseket, hirtelen mintha kitisztulna a szeme. Kezdi jobban látni és érteni önmagát. És a játék végére sokszor valódi megtisztulási élményen megy keresztül.

A PD további nagy előnye abban rejlik, hogy az egyén által felmutatott, ám valójában sokszor az egész csoportot feszítő és érdeklő tartalom a játék során felizzik, és a többi csoporttag számára is érdekessé, intenzívvé válik és maradandó emlékként tovább él bennük.

A játék végeztével az egyéni és csoportos feszültségek oldódnak és kanalizálódnak (az ún. *ventillációs vagy megbeszélési fázis* során), és így az egyén drámájába sűrített problematika a játék végére tiszta kontúrokkal rajzolódik ki minden csoporttag számára.

A csoport közegében az egyén akár akarja, akár nem, folyamatosan megjeleníti önmagát, még akkor is, ha hallgat vagy ha csak passzívan vesz részt a csoport munkájában. Ez az önreprezentáció nem más, mint az egyénnek saját magáról adott információja a csoport számára, vagyis tulajdonképpen egy önfeltáró folyamat része.

Ismert tény, hogy az önfeltárás sok esetben kínokkal és fájdalommal jár. Nagy előnye viszont, hogy ezzel az egyén rengeteget nyerhet, elsősorban önismeretét gyarapíthatja.

A munka elején természetesen sok résztvevő érzi azt, hogy az önfeltárással kiszolgáltatja önmagát a csoport többi tagjának, és ezáltal védtelenné válik. Ám hamarosan rádöbben, hogy csoporttársai nagyon sokszor hasonló gondokkal és kínokkal küzdenek, mint ő, és így a tréning megkezdése előtt még elviselhetetlennek tűnő „egyéni átkokról és szörnyű titkokról” kiderül, hogy korántsem egyéni átkok, melyek csakis egyetlen személyt sújtanak. Hiszen a többi csoporttag „produkcója” azt bizonyítja hogy ők is ilyen titkokból és kínokból alkotott púpot viselnek a hátukon, sok esetben hosszú évtizedeken keresztül.

A csoport tagjai az egyes protagonista játékok végén spontán *visszajelzéseket* adnak a főszereplőnek, vagyis úgy viselkednek a protagonistával szemben, mint egy élő tükör.

A protagonista ezekből a visszajelzésekből sokat tanulhat. Először is megkönnyebbül, mert a visszajelzésekből kiderül, hogy nemcsak neki, hanem másoknak is vannak hasonló belső konfliktusai.

A visszajelzések (vagyis a tükör) hatására újra elemezheti saját gondolkodását, értékrendszerét és motivációs hátterét, és korrekciókat tud végrehajtani saját viselkedésében.

A visszajelzések hatására a csoport tagjai kezdik jobban megismerni és megérteni egymás érzésvilágát és gondolkodását is. Kezdi megérteni azokat a titkos mozgatórugókat, rejtett motivációkat, melyek a másik csoporttagot mozgatják.

És ez már komoly előrehaladást jelent egymás elfogadása terén. Ha végiggondolunk azon, hogy az általunk összeállított csoportok tagjai különböző etnikai és vallási felekezethez tartoztak, akkor máris jobban megértjük, hogy milyen lehetőségek vannak elrejtve a morenoi pszichodrámaiban.

A drámajáték során a csoporttagok számára is evidenssé válik az a megállapítás, mely szerint önmagunkat csak olyan mértékben ismerhetjük meg, amilyen mértékben mások által megismertettük.

Ezzel kapcsolatban a tréningek során gyakran idéztük az egyik legismertebb 20. századi magyar költő, József Attila szavait: „Hiába fürdeted önmagadban, csak másban moshatod meg arcodat.”

A tréningjeink során felhasznált másik pszichoterápiás módszer a Carl Rogers által kifejlesztett *személyközpontú pszichoterápia* volt. Rogers egyik alap gondolata az volt, hogy a személy csak akkor képes harmonikus kapcsolatban élni másokkal, ha önmagával is harmóniában él. Az egyre inkább átpolitizálódó társadalmainkban sokszor találkozunk azzal a nézetel, hogy csak az fogadható el barátoknak, társnak, partnernek, aki az élet alapvető dolgairól ugyanúgy gondolkodik, mint mi. Nehezen fogadjuk el azt, ha gyermekünk, házastársunk, barátunk vagy munkatársunk egy-egy társadalmi problémáról a miénktől eltérő véleményt alakít ki.

Ez az eset viszont többnemzetiségű és többvallású társadalmi viszonyok között nagyon gyakran vezet feszültségekhez és konfliktusokhoz.

Azt feltételeztük, hogy megfelelő gyakorlással és tréninggel el lehet sajátítani azt a képességet, hogy másként gondolkodó embertársainkat olyanoknak fogadjuk el, amilyenek.

A csoportmunka alapszabályainak meghatározásakor a zárt csoportokat részesítettük előnyben, mivel az ilyen csoport nagyobb biztonságot nyújt a résztvevőknek, és jobban elősegíti a kívánt csoportdinamika kialakulását. Közismert tény, hogy az ilyen stabilizált csoportok megtartó ereje nagyobb, mint a nyitott csoportoké. A tréningek kezdetekor tehát a csoporttagok bevonásával mindig meghatároztuk a lehetséges hiányzások számát és óraidejét. (Ezt többnyire 10%-ban szabtuk meg.)

A résztvevők kiválasztása

A legkomolyabb fejtörést a célcsoport kiválasztása jelentette. Tapasztalataink szerint a politikai elit tagjai számára tervezett aktivitásunk nem jelentett komolyabb mo-

tiváló erőt. A parlamentben ülő képviselők sok esetben kimondottan kihasználták a nemzeti ellentéteket és interpellációikban, hozzászólásaikban többször manipulatív módon élezték az ellentéteket a szlovákok és magyarok között. A nemzetiségi kártya kijátszása a parlamenti vitáknak egyik elfogadott eleme lett Szlovákiában. Ebben a játszmában elsősorban a többségi, szlovák nemzethez tartozó képviselők jeleskedtek, de néhány alkalommal a kisebbségi, magyar képviselők sem maradtak adósak a válasszal.

Elemzéseink alapján úgy tűnt, hogy mégiscsak van egy jól körülhatárolt csoport, amelyik valóban érdekelt a nemzetiségi feszültségek enyhítésében. Ez a csoport a magyarok és szlovákok által vegyesen lakott területek véleményformáló csoportja volt. Felméréseinkből kiderült, hogy a vegyes lakosságú területeken (vagyis Szlovákia déli vidékén) lakó értelmiségiek, etnikai hovatartozásuktól függetlenül, jóval motiváltabbak az etnikai feszültségek enyhítésében, mint az ország többi állampolgára.

A vegyes lakosságú területek polgármesterei, tanítói, orvosai, ügyvédei, vállalkozói számára valóban prioritást jelent az, hogy békében, nyugodt körülmények között végezhesék munkájukat. Ezek az emberek jelentős mértékben alakítják saját környezetük véleményalkotását, tehát nagy hatással vannak arra is, hogy a vegyes lakosságú falvakban és városokban milyen vélemény és hangulat alakul ki a másik nemzetiségű emberekről.

Úgy döntöttünk tehát, hogy először ezeket a *helyi véleményformáló embereket* szólítjuk meg. Abban is egyetértettünk kollégáimmal, hogy a megszólítás legerőteljesebb formája a személyes kapcsolat megteremtése.

Amikor elkészült tréningjeink végső változata, „nyakunkba vettük az országot” és sorra meglátogattuk a vegyeslakosságú falvak és városok véleményformáló embereit.

Mivel Szlovákia egy kis területű és lakosságú ország két-három héten belül nagyon sok találkozót bonyolítottunk le, és 1996 nyarán három, egyenként 15-15 fős csoporttal elkezdhetük a tréninget.

Minden egyes csoport egy *tréner* és egy *co-tréner* vezetésével működött a fent vázolt szerkezet szerint. A foglalkozásokat hétvégeken tartottuk (péntek délutántól vasárnap délutánig). Az egyes foglalkozások között kéthetes intervallumokat tartottunk, hogy a résztvevők feldolgozhassák a megszerzett tapasztalatokat.

Amint már említettem az egyes hétvégék tartalmi szerkezete adott volt, ám azon belül a saját élmény dominált.

Már Moreno felhívta a figyelmet arra, hogy milyen veszélyes lehet az, ha az egyén saját gondolatai és elképzelései helyett bizonyos *kulturális konzerveket* használ. A kulturális konzerv szerint ugyanis a saját népünk mindig tökéletes, mindig csak jót akar, mindig tudja az egyetlen igazságot, soha senkit sem bántott. Ugyanezen konzerv szerint viszont a többiek (mások) kizárólag azért vannak a világon, hogy a mi népünknek ártsanak.

Mivel jól ismertük ezeknek a konzerveknek a létezését fokozottan ügyeltünk arra, hogy a résztvevők a játék során minél kevesebb ilyen elemet vigyenek be a produkciójukba.

Olyan technikákat is alkalmaztunk, amikor a résztvevőknek épp a saját nemzetük egyes kulturális sztereotípiáit kellett bemutatniuk a másik nemzetiségű csoporttagoknak, ámde ilyenkor is arra buzdítottuk a játékosokat, hogy saját személyes élményeiket és mondanivalójukat is szöjjék bele a játékba.

Ebből adódik, hogy természetesen voltak előre megtervezett technikák is a munka során, mint például a „családi fotó”, az „elképzelt beszélgetés apámmal/anyámmal”, a „kedvenc fám” stb., de még ezeknél az előre megtervezett technikáknál is a csoporttagok saját tapasztalataikat, pozitív vagy negatív élményeiket „hozták be” a csoportba, és a trénerek vezetésével ezeket pszichodramatikus módon próbáltuk meg újra eljátszani és közösen megbeszélni a sharing fázis alatt.

Gyakran használtunk regresszív technikákat is, melyek során „visszamentünk” a csoporttagok múltjába, egészen a korai gyerekkorig. Ezzel a technikával nagyon sok negatív sztereotípiának és előítéletnek a gyökereit sikerült feltárnunk. Az ilyen felismeréseknek sok esetben igazi katarctikus hatása volt a csoporttagok számára.

Gyakorlati rész

Szlovákiában tehát 1996 nyarán kezdtük meg a tréningeket a Márai Sándor Alapítvány szervezésében.

Kezdetben a helyi véleményformáló emberek alkották a csoportok gerincét, de a későbbiekben sok fiatal, diák és művész is bekapcsolódott a munkába. A sajtó nagy segítséget nyújtott a munka propagálásában, a tréningeknek nagyon jó visszhangja volt az ország határain túl is. A jó sajtóvisszhangnak köszönhetően nagyon népszerű lett ez a tevékenység, és egyre tarkább csoportok alakultak ki.

A szervezésnél ügyeltünk arra, hogy a szlovák és a magyar nemzetiségű résztvevők lehetőleg egyensúlyban legyenek. Ugyanúgy igyekeztünk betartani a csoporton belül a nők és a férfiak közti egyensúlyt is (ami természetesen nem mindig sikerült.)

A foglalkozásokat hivatalosan interetnikus tréningeknek neveztük, de ez természetesen nem zárta ki az egyéb, személyes tematikájú események újrafelelevenítését és dramatizálását.

A tréning kezdetekor általában olyan *saját élményű gyakorlatokkal* kezdtünk, melyeknek nem volt etnospecifikus jellege.

A protagonista behozott a csoportba egy olyan személyes jellegű problémát, amit az életben nem tudott megoldani (munkahelyi gond, családi veszekedés, lelkiismereti válság stb.).

A segéd-ének bevonásával (szerepcserékkel) és a rendező segítségével eljátszotta a jelenetet, melyet aztán alapos megbeszélés és a sharing követett.

A 100 órás tréning során minden egyes csoporttag legalább három-négy alkalommal kapott lehetőséget arra, hogy protagonista lehessen és önismereti játékban saját élményanyagával dolgozhasson.

Pár alkalommal a Bibliából vagy a világtörténelemből ismert eseményeket játszottuk el úgy, hogy megkértük a szereplőket, hogy ne csak a történelmi hűséghez ragaszkodjanak, de vigyék be a játékba saját elképzeléseiket és érzéseiket is.

A későbbiek során a csoporton belül kialakítottunk egy szlovák és egy magyar kiscsoportot. A kiscsoportok feladata az volt, hogy a másik fél számára eljátszassanak néhány fontos eseményt a saját életükből. Olyan eseményeket játszottunk velük, melyeknek már volt bizonyos etnospecifikus jellege.

Tehát a magyar kiscsoport tagjai eljátszották szlovák társaiknak, hogy miként zajlik le egy tipikus magyar esküvő, születésnap, temetés stb. Majd a szlovákok teték meg ugyanezt. A játék végén a csoport közösen megbeszélte és kommentálta a látottakat.

Jellemző volt, hogy az ilyen játékok során milyen nagy szerepet kaptak a különböző *rituálék*. Minél feszültebb volt a játék, annál inkább megnőtt ezeknek a rituáléknak a védekező, veszélyelhárító szerepe.

Ezek a sokszor szakrális jellegű rituálék nagyon gátolták a játékosokat a szabadságukban, mégis, bizonyos helyzeteknél a játékosok inkább választották a rituálé rácsait (ahogy ők mondták a belső biztonságot), mint a veszélyes szabadságot és az ezzel járó felelősséget.

Ilyen esetekben megváltozott a kommunikációjuk is és egyes szám első személy helyett többes szám első személyben kezdtek el beszélni. Pl. „Mi magyarok ilyenkor azt szoktuk csinálni, hogy...”; „Nálunk szlovákoknál az a szokás, hogy...” stb.

A kommunikációváltás még feltűnőbb volt akkor, ha alacsony önértékelésű emberekkel, vagy alacsony státuszú kisebbségekkel dolgoztunk a csoportban. A nők elég gyakran használták ezt a kommunikációs sémát akkor, ha saját női szerepükben kerültek megoldhatatlan feladat elé („Mi nők...”; „Nekünk nőknek...” stb.)

A sokat frusztrált cigányok is szívesebben használták a többes szám első személyű kommunikációt, mint az „én típusú” mondatokat.

Évekkel később izraeli tréningem során lettem figyelmes hasonló jelenségre, amikor a palesztin nők kommunikációját jellemezte e többes szám első személy.

Ezeknél az embereknél (alacsony státus, frusztrált egyéniség) további jellemző volt az, hogy szívesen és hosszasan verbalizáltak, de nagyon nehezen szánták rá magukat a cselekvésre (inkább „eldumálták” a megoldást).

A többes szám első személyben történt kommunikációt egy másik csoport is szívesen használta – őket *delegált embereknek* neveztük el. A delegált ember szintén a saját közössége nevében beszélt, de nála az elhivatottság és kiválasztottság érzése dominált. A delegált emberek sokszor úgy viselkedtek a csoportban, mint Isten kiválasztott egységei, a próféták.

Eddigi munkánk során mind etnikai, mind vallási jellegű delegációval gyakran volt tapasztalatunk a csoportokban. A delegált emberekkel csak hosszas, aprólékos munka árán lehet haladást elérni. Néha megrázó fordulatnak lehettünk szemtanúi, amikor az ilyen emberek antiszerepet alakítottak és ennek során tudatosult bennük delegált mivoltuk minden visszássága.

A folytatásban már érzékenyebb témákat is műsorra tűztünk, vagyis olyan történelmi eseményeket játszottunk el a tagokkal, melyek mind a szlovákok, mind a magyarok számára rendkívül érzékenyek voltak.

Ilyenkor több variációban is eljátszottuk az adott eseményt, és olyan alternatívákat is alkalmaztunk, hogy egy ismert szlovák történelmi figura szerepét magyar nemzetiségű csoporttag játszotta el.

A tréning vége felé már eljutottunk odáig, hogy ún. *antiszerepeket* is eljátszatunk a résztvevőkkel. Például a mélyen hívő, jól képzett katolikus papnak egy műveletlen, amorális prostitált szerepét kellett megformálnia; egy félénk, apró termetű tanítónéninek egy nagydarab, brutális hentes szerepét kellett alakítania; egy jóképű, sikeres polgármesternek egy mentálisan retardált hajléktalan alakját kellett megformálnia.

Később azzal fokoztuk tovább a feszültséget, hogy az antiszerepeknek is adtunk etnospecifikus jelleget. Egy magyar kisebbségi képviselőnek például azt a feladatot adtuk, hogy egy ismert szlovák nacionalista politikus szerepét alakítsa, a nemzeti

ézelmu szlovák tanítónak pedig egy lángelekú magyar költő szerepét kellett hitelesen megformálnia a csoport által kitalált történetben.

Vagvis amíg a protagonista egy másik helységben készült a szerepére, addig a csoport többi tagja kreált egy adott történetet, melybe a visszatérő protagonistának bele kellett lépnie és a felvázolt forgatókönyv szerint alakítania szerepét.

A tréningnek ebben a fázisában a résztvevők már annyira beleélték magukat a helyzetbe, hogy senki sem vette félvállról a munkát. A játék hevében a magyar nemzetiségű csoporttag elfeledkezett arról, hogy ő, magyar léteére szlovák szerepet alakít, és sokszor a saját privát véleményével ellentétes nézeteket képvisel.

A sharing során a protagonisták sokszor beszéltek arról, hogy úgy beleélték magukat a szerepükbe, hogy ennek hatására sokszor eredeti véleményük is szignifikánsan megváltozott bizonyos kérdésekről.

Egy fiatal, energikus polgármester a bemutatkozás során hosszasan és lelkesen beszélt arról, hogy egyik fő feladatának azt tekinti, hogy a városát megtisztítsa a kolduló, zsebtolvaj, aszociális, koszos cigányoktól. A tréning befejező fázisában azt az antiszerepet kapta, hogy egy sánta, nyomorult, nyolcvanéves cigány koldusasszonyt játsszon el, akit a játék során a csoport többi tagja durván kigúnyolt és megalázott.

A drámajáték olyan hitelesre sikeredett, hogy a játék végén sokan sírtak a csoportban, és végül maga a polgármester is hangos zokogásba tört ki, és hangosan átkozta önmagát korábbi nézeteiért.

A drámajátékban az említett szerepcseréken kívül sok olyan technikai fogás van, amelyik segít a protagonistának abban, hogy jobban megismerje önmagát. Az önfeltárás folyamatát leggyakrabban az *interjú*, a *monológ*, a *hasonmás*, a *belső hang*, a *tükrözés* és a *duplázás technikájával* segíthetjük elő.

E technikai fogások nagyobbik részét a protagonista játékát figyelő többi csoporttag szolgáltatja, mégpedig úgy, hogy folyamatosan együtt él és lélegzik a protagonistával, nagy odafordulással, empátiával követi annak belső történéseit és a rendező utasítására belép annak játékába.

Etnikailag/vallásilag kevert csoportokban ez a feladat nemegyszer különleges megterhelést ró a protagonistától eltérő származású, hitű segéd-énekre. De a játék varázsa és az egymásrautaltság érzése rövid időn belül erős, szolidáris kapcsolatot teremt a protagonista és a segéd-én(ek) között, és ez a kapocs a csoport vonatkozásában mint kohéziós erő jelenik meg. (Sokszor valóban megrendítőek azok a beszélgetések, melyeket az utolsó tréningnapon tartunk meg. Nemegy résztvevő elmondja ilyenkor, hogy a csoport tagjaival bensőségesebb kapcsolata alakult ki, mint legközelebbi hozzátartozóival.)

A bevezetőben említettem, hogy a tréning során használjuk még Carl Rogers klienscentrikus pszichoterápiáját és speciális kommunikációs gyakorlatokat is. Ezekről terjedelmi korlátok miatt nem írok bővebben, csak azt szeretném kiemelni, hogy a rogersi *aktív odafordulás* és *hallgatás technikájának*, valamint az *újráfogalmazás (reframing)* és *empatikus tükrözés* módszerének a tréning utolsó részében különös szerep jut.

Ugyanis a tréning utolsó fázisában a konfliktusmenedzsment néhány módszerrel foglalkozunk. Tehát az utolsó hétvégén a résztvevők először néhány óras elméleti képzést kapnak a legmodernebb konfliktuskezelő módszerekből, majd ezután konkrét példákon gyakoroljuk a konfliktusos helyzetek kezelését.

Először előre megkomponált jeleneteken gyakoroljuk a konfliktusok megoldását, majd később a résztvevők a valós életben átélt konfliktusait „hozzák be a csoportba”.

Ennél a konfliktusmegoldó munkánál veszük igazán hasznát a fent leírt önismereti képzésnek. Ugyanis az önismereti munka hatására a résztvevők nemcsak önmagukat ismerik meg, hanem megnő empátiás készségük is a többiekkel szemben és egy konfliktushelyzetben már nemcsak kizárólag jogi, politikai, társadalmi vagy gazdasági problémát látnak, hanem meglátják mögötte az embert is.

Rádöbbenek arra, hogy az asztal túlsó oldalán egy hús-vér ember ül, akinek szintén vannak vágyai, céljai, érzései a világról.

A tréning hatására jobban tudják dekódolni a konfliktusban résztvevő személy kommunikációját, kevésbé tekintik őt ellenségnek, igyekeznek megfejteni motivációs hátterét, értékrendszerét és a konfliktusos helyzetet nem feltétlenül versenyhelyzetként élik meg, ahol győzniük kell, hanem keresik a kooperáció lehetőségeit.

Ebben a törekvésükben rendkívül nagy segítségükre van a már említett kommunikációs tréning is, amelynek során nemcsak a jól artikulált, pontosan értelmezhető verbális közlések szabályait sajátítják el, hanem a testbeszéd fontos elemeit is, úgyhogy egy konfliktusos helyzet tárgyalásakor a verbális tartalom mellett elemzik és értékelik a partnerük mimikai reakcióit, a szemkontaktus megtartását, ill. az „elnézések”-et, a hangszín változásait, a légzés amplitúdóit, a partner gesztikulációit, ujjainak remegését, lábának mozgását, testének és pozíciójának változásait is.

A rogersi klienscentrikus képzés hatására megtanulnak huzamosan figyelni a partner kommunikációjára, képesek arra, hogy ebből a mondanivalóból kiemeljék a legfontosabb elemeket, és ezeket a prioritásokat újrafogalmazva megismételjék a partnerük számára, úgy, ahogyan azokat ők értelmezték, ezzel is csökkentve a félreértések és „áthallások” veszélyeit.

Összegzés

Tíz év munkásságára visszatekintve elmondható, hogy az általunk kifejlesztett, önismereti-kommunikációs-konfliktusmegoldási módszer etnikailag és vallásilag kevert csoportokban is jól működik.

Szlovákiában az elmúlt tíz esztendő során több mint 1200, szlovák és magyar nemzetiségű, állampolgár vett részt ezeken a tréningeken.

Ahogy már említettem, a tréningeken elsősorban a helyi véleményformáló emberek vettek részt, ezek közül is ki kell emelni a pedagógusok szerepét, akik a résztvevők többségét alkották. Az utóbbi évek során egyre több fiatal, középiskolás és egyetemi diák vesz részt a tréningeken. Lényegesen megnőtt a vállalkozók száma is, akik felismerték, hogy ezen képességek hiányában nehezebben boldogulnak az egyre fokozódó konkurenciaharcban.

1998 után kezdtünk el intenzíven foglalkozni a Szlovákiában élő romák problémáival. A roma nemzetiségű lakosságnak mintegy 40% él Szlovákiában szegregált módon, vagyis relatíve szeparált roma negyedekben, vagy teljesen különálló roma településeken. Munkánk során elsősorban ezekre az emberekre összpontosítottunk, és kétféle tréningprogramot dolgoztunk ki számukra.

Az első típusú tréningeket azokban a városokban vagy falvakban tartottuk ahol a romák ugyan együtt élnek a szlovákokkal, ill. a magyarokkal ámde éles határvonal húzódik meg köztük, és a többségi nemzettel alig van együttműködés. Az ilyen helyeken a roma–szlovák, ill. a roma–magyar együttműködés javítását szolgáló kooperációs tréningeket tartottunk, melyek szerkezete nagyon hasonló volt a fent vázolt tréningmunkához. Vagyis vegyes nemzetiségű csoportokat hoztunk létre, melyekbe igyekeztünk bevonni a helyi szlovák, magyar és roma véleményformáló embereket. Ezeken a tréningeken több mint ötszáz roma helyi aktivista vett részt. (Melléjük természetesen ott voltak a szlovák, ill. magyar nemzetiségű helyi véleményformálók is.)

A második tréningcsoportot azokon a településeken létesítettük, ahol a romák a szlovák, ill. a magyar nyelvű lakosságtól teljesen elkülönülten, gettószerű körülmények között élnek.

Kidolgoztunk egy törvényjavaslatot, melynek lényege a roma asszisztensek kategóriájának megteremtése és elismertetése volt a Szlovák Köztársaságban. Úgy gondoltuk, hogy a roma asszisztensek képezhetik majd egy helyi roma középosztály alapjait. Véleményünk az volt, hogy a romák bevonása és aktív részvétele nélkül nem javíthatók hatékonyan az oktatásban, az egészségügyben, a szociális szférában, a bűnmegelőzésben, a helyi önkormányzatiságban, a kisebbségi kultúrában mutatkozó problémák.

Ezekben a falvakban a roma asszisztensek képzésére helyeztük a hangsúlyt. Vagyis a résztvevők itt is kaptak alapképzést önismeretből, kommunikációból és konfliktusmenedzselésből, de ezután még egy hosszabb, 250 órás speciális képzést is kaptak, melynek során ismereteket sajátítottak el a pedagógia, az egészségügy, a rendfenntartás, valamint az önkormányzati, a szociális és a kulturális munka alapjaiból.

Ezek a tréningek több mint hét hónapon keresztül folytak és vizsgával végződtek. Az általunk szervezett asszisztensi képzésen több mint 50 roma szakembert képeztünk ki.

A tréningjeink során szerzett tapasztalatokat és a résztvevők visszajelzéseit részletesebben taglaljuk a Bordás Sándor–Hunčík Péter: *FER. Feszültségelőrejelző-rendszer* (Dunaszerdahely, Nap Kiadó, 1999), ill. a Bordás Sándor–Hunčík Péter–Mikulás Domonkos–Strédl Terézia: *Együttlét. Egy interetnikus tréning tapasztalatai* (Budapest, Balassi Kiadó–Magyar Pax Romana, 2004) című könyveinkben.

Külföldi tapasztalataink

2000 óta Magyarországon is foglalkozunk roma fiatalok képzésével. A Pécs városában működő, roma fiatalok számára létesített Gandhi Gimnázium, a kecskeméti piarista gimnázium és a szegedi karolina gimnázium 17 éves diákjai vesznek részt tréningjeinken immár 5 esztendeje. Ezalatt az idő alatt több mint 120 érettségi előtt álló fiatal látogatta meg csoportjainkat, ahol a fent vázolt 100 órás tréningprogram alapján foglalkoztunk velük.

Cseh és lengyel kollégák számára ún. training of the trainers csoportokat alakítottunk, vagyis megpróbáltuk átadni tapasztalatainkat a cseh és lengyel kollégáknak, hogy ezek alapján saját hazájukban tarthassanak hasonló tréningeket.

Romániából származó kollégáink hasonló képzésen vettek részt, majd mi utaztunk le Kolozsvárra, ahol szakmai bemutatót tartottunk egy többnemzetiségű csoportnak a munkánkból. A kolozsvári csoportban a románokon és magyarokon kívül voltak örmény, görög, német és zsidó résztvevők is.

Információink szerint elsősorban a romániai kollégák azok, akik tréningünk sok elemét beépítették hazai munkájukba.

Fehéroroszországban 2003 óta dolgozunk, és minden évben minimum egy csoporttal foglalkozunk, vagyis eddigi fehérorosz résztvevőink száma meghaladja az ötvenet. Ezeket a tréningeket a fehérorosz fővárosban, Minszkben és a szlovák fővárosban, Pozsonyban tartjuk. Erre a szerkezeti váltásra azért volt szükség, mert a fehérorosz szervezők külön hangsúlyt fektettek a kommunikációs képzésre, ezen belül az elektronikus médiában való szereplésre, és ezt csak Pozsonyban tudtuk megvalósítani, mivel Minszkben nem kaptunk lehetőséget arra, hogy tévéstúdiókban gyakorolhassunk.

Üzbegisztánban 2003-ban végeztünk hasonló tréninget helyi véleményformálók számára. A taskenti csoport etnikailag és vallásilag is kevert volt. Üzbég és orosz résztvevőkön kívül jöttek kirgiz, tadzsik és afgán aktivisták is. Vallásilag az iszlám hívők domináltak, de a csoportban voltak pravoszlávok és ateisták is. Taskentben összesen 30 résztvevővel dolgoztunk két egymást követő turnusban. A munkának nagyon jó visszhangja volt az országban, nagyon sok önkéntes jelentkezett, hogy szeretne részt venni a további foglalkozásokon, de az üzbég kormányzat úgy ítélte meg, hogy jelenleg nincs szükség az országban ilyen típusú aktivitásokra.

2005-ben Izraelből kaptunk meghívást, ahol a helyi Shatil Alapítvány szervezett tréninget zsidó és palesztin résztvevők számára.

Az izraeli tréning különös megterhelést rótt mind a tréningekre, mind a résztvevőkre. Ugyanis abban az időszakban került lebonyolításra, amikor az ország vezetői elhatározták a kivonulást a megszállt gázai övezetből. Az izraeli társadalom nagy érzelemkitörésekkel reagált erre a döntésre és ennek jeleivel megérkezésünk első pillanatától kezdve szembesültünk. Az autókban narancsszínű és kék-fehér-kék zászlók lengedeztek, öklüket rázó tüntetők torlaszolták el a fontos útkereszteződéseket és a forgalmas autópályákat, égő gumiabroncsok és kiegészített autók jelezték, hogy a zsidó közösség soraiban hatalmas indulatok feszülnek.

Meglepő volt számunkra, hogy a palesztin oldalon meglehetősen érdektelenséget, sőt helyenként apátiát tapasztaltunk az éppen készülő folyamattal kapcsolatban. Palesztin értelmiségiek véleménye szerint a kivonulás „zsidó belügy” és ők nem kívánnak aktívan részt venni ebben a folyamatban.

A helyi Shatil Alapítvány két csoportot szervezett meg számunkra. A szervezők tulajdonképpen bemutató tréninget kértek tőlünk, melynek időtartamát 20-20 órában határozták meg. Ez az időhatár meglehetősen bonyolult helyzetbe hozott bennünket, de igyekeztünk úgy összesűriteni a tréning szerkezetét, hogy a résztvevők ízelítőt kaphassanak az interetnikus tréningek hangulatából.

Etnikailag mindkét csoport vegyes volt. Az első tréning során kizárólag női aktivistákkal dolgoztunk, a második csoportban nők és férfiak vettek részt.

Mindkét csoportban magas volt az ún. *delegált emberek* száma, akik vagy a zsidó, vagy a palesztin közösség nevében beszélve próbáltak érvelni igazuk mellett.

A PD játékok hatására a résztvevők több alkalommal szembesültek önmagukkal és ilyenkor katartikus jeleneteket is megéltünk.

Érdekes volt, hogy mindkét csoportban találoztunk egy jellegzetes elhárító mechanizmussal, melynek lényege az volt, hogy a csoport tagjai az országban végbemenő brutális erőszak jelenségeiért „felfelé mutogattak”, vagyis egyértelműen jelezték, hogy ezért nem ők, vagyis az egyszerű emberek a felelősek, hanem azok, akik a „piszkos dolgokat” hivatásszerűen űzik – vagyis politikai funkciókat töltenek be, vagy különféle csoportosulások tagjai.

A kiszolgáltatottság és frusztráltság tipikus jele volt az, hogy egyes résztvevőket – főleg a palesztin asszonyokat – még a PD játékok során is nehéz volt cselekvő helyzetbe hozni. Ehelyett hosszú és aprólékos verbális kommunikációval kompenzálták kiszolgáltatott mivoltukat. (Ebben hasonlítottak a Szlovákiában élő roma asszonyokra.)

A gyanúsítgatás és *bizalmatlanság* mind a két csoportban olyan mértékben jelen volt, hogy az néha már komolyan gátolta a résztvevők spontaneitását és kreativitását.

Ennek egyik jellemző példáját a vegyes csoport zárógyakorlata során tapasztaltuk meg, amikor az volt a feladat, hogy a résztvevők kizárólag pozitív módon jellemezzék egymást. (Az volt a célunk, hogy minden résztvevő ilyen pozitív üzenettel zárhassa a tréninget.)

Ennél a gyakorlatnál tehát a csoport egyik tagja leül egy székre, amely a csoport által képzett körön kívül helyezkedik el és a többieknek „pozitív módon” kell róla pletykálnodnia. Vagyis az addigi tapasztalataik alapján kizárólag pozitív dolgokat, benyomásokat kell elmondania a kint ülő csoporttársról. (Ismétlem ez a gyakorlat a 18. óra táján zajlott le, amikor a résztvevők már három napja együtt dolgoztak.)

Először egy zsidó fiatalember állt fel méltatlankodva, majd egy palesztin fiú is követte a példáját. „Nevetségesnek és mesterkéltnek” ítélték meg ezt a gyakorlatot, mondván, hogy „ilyen rövid idő alatt nem lehet annyi tapasztalatot összegyűjteni a másik félről, hogy abból egy reálisan pozitív vélemény álljon össze”, és elhagyták a csoportot.

Hál' Istennek a többség nem követte a példájukat és először egy meglehetősen radikális nézeteket képviselő zsidó férfi ült ki a „pletykaszékbe”. És az első pozitív véleményt egy radikálisan orientált palesztin fiú mondta el róla a következő szavakkal: „Nagyon kellemes ember. A szünetekben, teázás közben nagyon jól eldumálgattunk, érdekes dolgokat mesélt magáról és a családjáról.”

És ezután már fennakadás nélkül jöttek az emberibbnél emberibb pletykák.

Összegzésként elmondható, hogy a női csoport kooperatívabb volt, mint a vegyes csoport, ebben a csoportban viszont a nők szignifikánsan visszahúzódnóbbak voltak. Ezt a jelenséget csak az a hölgy cáfolta meg, aki az előbb említett zsidó fiatalember partnereként vett részt a tréningen, és amikor a férfi elhagyta a csoportot ő egy rövid vacillálás után úgy döntött, hogy mégis marad.

Tréningjeink hatékonyságát kétféleképpen ellenőrizzük. A tréning első és utolsó napján egy nemzetközileg sztenderdizált tesztbatéria segítségével vizsgálatot végzünk, és ennek során a reális és idealizált énképet, az empátikus készségeket, a kommunikációs adottságokat, a toleranciaszintet és a kooperációs, valamint a konfliktusmegoldó készségeket vizsgáljuk.

A két vizsgálat eredményeinek összehasonlításából nyerhetünk képet arról, hogy a tréning milyen hatással volt a résztvevők pszichés funkcióira.

A Szlovákiában végzett tréningeknél egy másik ellenőrző módszert is alkalmazunk. Egy évvel a tréning után összehívjuk a résztvevőket egy félnapos, informális találkozóra, és ennek során kérdezzük őket arról, hogy a mindennapi életben hogyan hasznosítják azokat az ismereteket, melyekre a tréning során tettek szert.

A beszámolóik döntő többsége pozitív kicsengésű, résztvevőink elmondják, hogy javult az önértékelésük, fellépésük, hatékonyabban tudnak kommunikálni a privát és a közösségi szférában, konfliktushelyzetekben jobban orientálódnak és cselekszenek, mint a tréning előtt.

Problémák, nehézségek

Tréningjeinken önként jelentkező polgárok vesznek részt, vagyis olyan emberek, akik saját maguk érzik és tudják, hogy tenniük kell valamit a jobb interetnikus együttlétért. A radikálisan orientált, ún. kemény maghoz tartozó embereket nehéz megnyerni egy ilyen tréningre való részvételre. (Kivételt a magyarországi középiskolások jelentettek, akiknél sok radikális fiatal vett részt a tréningben, mint utóbb elmondták, fogadásból, hogy őket úgyszem lehet megváltoztatni. A többség elvesztette a fogadást, mert nemegyszer szerelmi kapcsolat is kialakult magyar és roma fiatalok között.)

A tréning meglehetősen időigényes és emiatt nehéz olyan résztvevőket toborozni, akik hajlandók öt hétvégén keresztül eljárni a tréningekre.

A tréningek anyagilag is meglehetősen megterhelők, mert öt hétvégén keresztül kell szállást és ételmezt biztosítani a résztvevőknek.

Külön kiemelném a sajtó szerepét a tréningek lebonyolításában. Szlovákiában a sajtó nagy szimpátiával követte végig a munkánkat, és a pozitív híreknek köszönhetően gyorsan megnőtt a munkánk iránti érdeklődés.

Mivel a Márai Sándor Alapítvány 2003-tól már nem tudja ezt a feladatát ellátni, a tréninggel kapcsolatos szervezési teendőket a Civic Communication and Conflict Prevention Group (CCCPG) elnevezésű alapítvány vette át (www.cccpg.sk).

PÉTER HUNČÍK

INTER-ETHNIC TRAINING WITH PSYCHODRAMA METHOD

After ten years of work we can state, in retrospect, that the method of self-knowledge-communication-conflict resolution works well even in ethnically and religiously mixed groups. There is a detail description in the article about the using of the psychodrama in such training work.

During this period more than 1200 citizens of Slovak and Hungarian nationality participated in these trainings in Slovakia. Another 500 participants were Roma origin both from Slovakia and Hungary. In the article there is brief evaluation about our training activities in Israel, Belorus and Uzbekistan. The majority of participants in the training were local opinion leaders. Teachers and students comprised the majority of participants.

A year later most of the participants reported positive outcome as a result of the training. We believe that this kind of training could have a domino effect and would contribute to reducing conflicts and potential conflicts between individuals, ethnic groups and nations.

