

# SÁNDOR Jenő



## IDENTITÁS

## KAPCSOLAT A BELÁTÁS ÉS A CSELEKVÉS KÖZÖTT

### ***Bevezetés: belátás és cselekvés között***

Egy coaching folyamatban a coach azon dolgozik, hogy valamilyen változásban támogassa ügyfelét, a coacheet. Bármilyen változás látható kimenete a viselkedés, vagy magatartás megváltozása. Ez még akkor is igaz, ha egyébként nem javasolt egy néhány alkalmas coaching folyamatban a kliens viselkedésének a megváltoztatására szerződni. Az eredmény ugyanakkor kétségtelenül a legtöbb esetben ezen mérhető le.

Ahhoz, hogy a változásban tudjuk segíteni ügyfelünket értenünk kell, hogy mik egy változást leginkább befolyásoló tényezők. A coachingban is hamar megszületett az a felismerés, hogy igaz az a népszerű hétköznapi pszichológiai mondás, hogy „először a fejekben kell rendet tenni”. Azaz kognitív szinten kell beavatkoznunk, ahhoz, hogy egy viselkedési minta meg tudjon változni. A hétköznapi bölcsességet számos tudományos kutatás igazolta. Többek között Ajzen & Fishbein az indokolt cselekvés elmélet (theory of reasoned action = TRA) keretén belül mutatták be, hogy az egyén attitűdje milyen módon befolyásolja választásait és cselekvéseit.<sup>1</sup> Nem véletlen tehát a kognitív pszichológia és terápia különböző felismeréseinek és eszközeinek a népszerűsége a coachingban.

A fejekben történő munkával azonban nem történik meg minden. Morális cselekvést vizsgáló kutatók például az ezredforduló óta számtalan tanulmányban rámutattak arra, hogy nagyon kevés empirikus adat igazolja azt a feltevést, hogy a kognitív döntés és cselekvés között közvetlen összefüggés van.<sup>2</sup> A belátás nem generálja automatikusan a cselekvést. Létezik egy „gap” a tudom és teszem között, amely megértése és felfedezése még korántsem végleges. Ez a „gap” felel a motivációért. Azaz ebben a gapben történik valami, ami hatással van arra, hogy valaki meg is tegye, amit már belátott. Számtalan megközelítés közül az alábbiakban a Burke nevéhez köthető identitás kontroll el-



MAGYAR  
COACHSZEMLE

Kapcsolatok és kötődések  
2015/5.

háttér

méletének (identity control theory = ICT) legfontosabb felismeréseit mutatom be, azzal a szándékkal, hogy hozzájáruljak annak a coaching elméletébe és gyakorlatába való alkalmazásához. Abból indulok ki ugyanis, hogyha coachként többet értünk abból, ami ügyfelünk változásának az egyik legfontosabb szakaszában történik, az minden érintett javára válik.

## Az identitás kontroll elmélete

Annak a tapasztalatnak, hogy az emberi létnek alapvetően *reflektív* struktúrája van számtalan teológiai, filozófiai levezetése ismert.<sup>3</sup> Ezeknek a legfontosabb közös állítása, hogy **az ember képes reflektív kapcsolatban lenni másokkal, és képes saját magára reflektálni: történeteket mesél amelyeknek ő is szereplője, értelmezi tapasztalatait, rendelkezik egy saját magáról alkotott koncepcióval és ehhez kapcsolódó önértelmezéssel.** Az embert reflektivitása teszi képessé arra, hogy a „**ki vagyok én?**” kérdésre tudjon válaszolni, valamint önmagát másoktól független, egyedüli, és megismételhetetlen létezőként megélni. A „ki vagyok én” kérdésekre adott válaszokból épül fel egy ember személyes **identitása**. Ugyan a közgondolkodás elsősorban **Erikson** munkásságához<sup>4</sup> köti a modern kori identitáskutatást, alapvetően az ő eredményeitől függetlenül került ismét a tudományos érdeklődés fókuszába az elmúlt évtizedekben. Az identitáskutatás kortárs elméletei ugyanis a **Tajfel**<sup>5</sup> nevéhez köthető *szociális kategorizációs*, valamint **Stryker**<sup>6</sup> *strukturális szimbolikus interakcionista* megközelítéséből nőttek ki magukat. A szakirodalom<sup>7</sup> ennek megfelelően a két megközelítést külön elnevezéssel tartja számon. Előbbihez köthető az úgynevezett **szociális identitás elmélet (social identity theory)**, utóbbihoz pedig az úgynevezett **identitás elmélet (identity theory)**, amely később kiegészül **Burke** megközelítésével,<sup>8</sup> aki a *self* és az *identitás* belső dinamikájának leírásával foglalkozik. Mindkét kutatási irányzat abból indul ki, hogy a *self* reflektív. Reflexivitása által pedig képes neven nevezni dolgokat, és *kategorizálni* azokat, valamint *identifikálódni* másokkal.<sup>9</sup>

Az **identitás** egy kognitív sémaként kerül meghatározásra, amely ezeknek a **szerepeknek** vagy **szociális kategóriáknak** az internalizálásaként jön létre azáltal, hogy a személy ezeknek a kifejezéseivel sorolja be önmagát egyikhez vagy másikhoz.<sup>10</sup> Azaz arra a kérdésre adja meg a választ, hogy „ki vagyok én ebben a szerepben”, azaz „ki vagyok én, mint apa, anya, stb.”<sup>11</sup> Egy **szerep**, vagy **szociális kategória** rögzíti azokat az elvárt társadalmi és szociális viselkedéseket, amelyek egy-egy státuszhoz köthetőek, mint amilyen lehet az „anya”, „apa”, „szülő”, „orvos”, és így tovább. Mivel minden ember többféle identitással rendelkezik, ezért a **self-koncepció**<sup>12</sup> nem más, mint ezeknek a sokféle identitásoknak a fontossági sorrendbe helyezett hierarchikus struktúrája.<sup>13</sup> **Burke** továbbá ezzel kapcsolatban kiemeli,<sup>14</sup> hogy az ember identitásának és önértelmezésének nemcsak reflektív, hanem egyúttal *relációs* struktúrája van. A szerepek ugyanis sokszor kiegészítik egymást:



például ahhoz, hogy valaki apa, vagy anya lehessen, szüksége van egy gyermekre.

Az identitás és önértelmezés megalkotásának koncepciója a kutatások szerint összefüggésbe hozható az emberi *motivációval* és *viselkedéssel*.<sup>15</sup> A **Burke** nevéhez köthető **identitás kontroll elmélet**<sup>16</sup> szerint mindenki önazonosságra, kongruenciára törekszik, ezért az identitásalkotás folyamata egy oda-vissza dinamikaként írható le az **önértelmezés** és **önigazolás** tengelyén. Tehát egyrészt azért viselkedek valamilyen szerepelvárásnak megfelelően, mert azonosulni szeretnék vele (*önértelmezés*), másrészt azért viselkedek valamilyen szerepelvárásnak megfelelően, mert igazolni szeretném az internalizált szerepidentitásomat (*önigazolás*). Egy példával szemléltetve: Azért focizom a fiammal a kertben, mert jó apa akarok lenni. Azért focizom a fiammal a kertben, mert jó apa vagyok. Ebből a dinamikából érthető az a feltevés, miszerint az identitás *motiváló* erő, amennyiben arra sarkal, hogy egy adott személy szociális kontextusban igazolja magát.

Az identitás és önértelmezés így válik az emberi magatartás, és viselkedés egyik magyarázó elemévé. Ebben az összefüggésben a *döntéseink* és *cselekedeteink* ugyanis az **önkifejeződés** eszközei, amely segítségével önértelmezésünknek megfelelően, igazoltan szeretnénk viselkedni. **Burke** szerint a sikeres önigazolást mindig pozitív érzések kísérik, míg a sikertelen önigazolás stressz tüneteket is okozhat.<sup>17</sup>

Az identitás kontroll elmélete megkülönbözteti egymástól a szerepidentitásokat és a **személyes identitást**. A **személyes identitás** legfontosabb formája a személy neve. A személyes indentitás elsősorban abban különbözik a szerep identitásoktól, hogy nem adott szituációkhoz kötött. A személyes identitás tehát olyan jelentések foglal magában, amelyek az egyénhez tartoznak, nem pedig egy társadalmi szerephez vagy kategóriához.<sup>18</sup> **Burke** szerint a személyes identitásnak kontroll és moderáló szerepe van azal kapcsolatban, hogy egy adott helyzet valaki számára milyen jelentéssel bír, és ez a jelentés milyen mértékben felel meg az ő önértelmezéseinek. Ennek megfelelően fog viselkedni.<sup>19</sup> Ugyanis a személyes identitások a szerepidentitásokkal ellentétben szituációtól független jelentéssel és tartalommal bírnak, ezért mintegy értelmezési standardot jelentenek a személy számára, amely abban segít, hogy saját viselkedését értékelje egy adott helyzetben. **Burke** elméletére alapozva állítja **Conger**, hogy az értékek ezért személyes identitásként működnek az ember életében, azaz moderáló és értelmező szerepük van.<sup>20</sup>



# Vitaindító: az ICT alkalmazhatósága a coachingban

Az alábbiakban néhány, az imént bemutatott elmélettel kapcsolatos felvetéssel kívánok hozzájárulni ahhoz, hogy a magyar coaching szakmában is közösen gondolkodjunk arról, hogy Burke elmélete hogyan segítheti a munkánkat.

Számtalan alkalommal figyeltem meg munkám során, hogy az ügyfelemnek van egy kerete, amin nem tudunk túllépni. Ezen a kereten belül van lehetőség a megoldások keresésére. Ez a keret véleményem szerint az ügyfél önmagáról alkotott koncepciója. Tehát nekem mint támogatónak nem elég a „milyen vagyok” kérdéssel, hanem a „ki vagyok kérdéssel” is foglalkoznom kell. Ezért minden olyan esetben, amikor a változás, amit ügyfelem megcélzott, kívül esik a self-koncepcióján, akkor először az identitásával kell foglalkoznom.

A távolról induló elméleti levezetés talán rögtön konkrétan megfogható lesz, ha egy olyan nagyon gyakori coaching témára gondolunk, mint az asszertivitás. Ha ugyanis nekem mint coacheenak, fontos része az identitásomnak a szerethető munkatárs szerepe, akkor minden cselekvésem mögött ezen szerep öngazolásának vágya húzódik meg. Hiába fogom tehát belátni kognitív szinten, hogy azért túlórázok minden nap, mert nem tudok nemet mondani; sőt még az is lehet, hogy ennek az okait is megértem (önbizalomhiány). Ha nem kezdek kialakítani egy új víziót magamról, nem lesz kellő motivációm a magatartásom megváltoztatására.

Azt állítom tehát, hogy nem csak az olyan nyilvánvaló esetekben, mint amilyen egy burn out jelenséggel kapcsolatos coaching folyamat lehet, van dolgunk az ügyfél identitásával, hanem minden olyan esetben, amikor lényegi változást szeretnénk elérni viselkedésében.



# Hivatkozások

- Ajzen, I. & Fishbein, M. (1980): *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*, Prentice-Hall, inc. Englewood Cliffs, NJ, 1980
- Burke, P. J. (1980): *The Self: Measurement Requirements from an Interactionist Perspective*. *Social Psychology Quarterly*, 43(1): 18–29.
- Burke, P. J. 1991. *Identity process and social stress*. *American Sociological Review*. Vol. 56 (December: 836-849).
- Burke, P. J: *Identity Control Theory* szócikk in.: George Ritzer (ed.), *Blackwell Encyclopedia of Sociology*, Oxford, Blackwell Publishing Co.
- Burke, P. J. & Stets, J. E. (1998): *Identity theory and social identity theory*, An earlier version of this paper was presented at the Social Psychology Section Session on Theoretical Frameworks at the Annual Meetings of the American Sociological Association, San Francisco, 1998.
- Erikson, E. H. (1968): *Identity, youth and crisis*. New York: W. W. Norton Company
- Fishbein, M. (1979): *A Theory of Reasoned Action: Some Applications and Implications*, in *Nebraska Symposium on Motivation*. H. Howe and M. Page, eds., University of Nebraska Press, Lincoln, 1979, pp. 65-116.
- Fishbein, M., & Ajzen (1975):, *I. Belief, Attitude, Intentions and Behavior: An Introduction to Theory and Research*, Addison-Wesley, Boston, 1975.
- Gecas, J. (2000): *Value identities, self-motives, and social movements*. In S. Stryker, T. J. Owens, & R. White W. (Eds.), *Self, Identity, and Social Movements: 93–109*. Minneapolis, MN: University of Minnesota Press.
- Greene, J. & Haidt, J. (2002): *How (and where) does moral judgment work?*, in.: *TRENDS in Cognitive Sciences*, Vol.6 No. 12, December, 2002
- Hitlin, S. (2003): *Values as the core of personal identity: Drawing links between two theories of self*. *Social Psychology Quarterly*, 66(2): 118–137.
- Hitlin, S. (2011): *Values, Personal Identity, and the Moral Self*. *Handbook of Identity Theory and Research*, 515–529.
- Hogg et al (1995): *A Tale of Two Theories: A Critical Comparison of Identity Theory with Social Identity Theory*. *Social Psychology Quarterly*, 58(4): 255–269. , October 26, 2010.
- James, W. (1890): *The principles of psychology*, Vol I., 2011, New York, NY, US: Henry Holt and



Co, Inc.

Stets, J. E., & Biga, C. F. (2003): Bringing Identity Theory into Environmental Sociology.

Sociological Theory, 21(4): 398–423. , April 29, 2012.

Stryker, S. (1980): Symbolic Interactionism: A Social Structural Version. The Blackburn Press.

Stryker, Sh. & Burke, P. (2000): The Past, Present, and Future of an Identity Theory, Social

Psychology Quarterly 2000, Vol. 63, No. 4, 284-297

Tajfel, H. (Ed.) (1978). Differentiation between social groups: Studies in the social psychology of intergroup relations. London: Academic Press

---

1 Ajzen & Fishbein, 1980; Fishbein & Ajzen, 1975; Fishbein, 1979

2 Greene & Haidt, 2002

3 James, 1890

4 Erickson, 1968

5 Tajfel, 1978

6 Stryker, 1980

7 Hogg et al, 1995

8 Stryker & Burke, 2000, 284.o.

9 Stets & Burke, 2000

10 Burke & Stets, 1998

11 Stryker & Burke, 2000

12 Mivel a self kifejezés mára beépült a vonatkozó magyar szakmai nyelvhasználatba, ezért mi sem fordítjuk le.

13 Stryker, 1989, 54.o.

14 Burke 1980

15 Burke, 1991

16 Identity control theory, Burke, 1991

17 Burke, 1991

18 Stets & Biga, 2003, 403.o.

19 Central to identity theory is the idea that identities are control systems that act to maintain congruency between perceptions of identity-relevant information (meanings) and meanings contained in the identity standard (Burke 1991).

20 Gecas, 2000; Hitlin, 2003, 2011



MAGYAR  
COACHSZEMLÉ

Kapcsolatok és kötődések  
2015/5.

háttér