



SZÖVEG –  
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA

SOROZAT –  
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

# MI A SIKER?

Van, aki azt hiszi, a sikeres emberek útja csupa pozitívummal, jó élményekkel, dicsőséggel van kikövezve, amelyen egyenes út vezet a csúcsig, a megvalósult álmokig, és valaki vagy erre az ösvényre termett, vagy nem. Mások szerint a sikerhez és elismeréshez vezető út gyakran vargabetűkkel és kitérőkkel van kikövezve, teli buktatókkal, alattomos gödrökkel, kudarcokkal, amelyek eltántoríthatnak bennünket a vágyott céljainktól. Ugyanakkor, ha ezeket a negatív élményeinket a tanulás és a felemelkedés szolgálatába állítjuk, a végén mégiscsak elnyerhetjük méltó jutalmunkat, véghezvihetjük terveinket.

## ◆ A TÖRTÉNET

A *Joy* című film történetének főhősnője (*Jennifer Lawrence*) rögzös utat kénytelen bejárni. Az élete látszólag átlagosan indul, a szüleivel, féltestvérével, valamint szeretett nagymamájával él, akit Miminnek szólít. Joy legfőbb szórakozása különféle dolgokat kreálni, kézműveskedni és arról álmodozni, hogy egy napon majd sok-sok embert tesznek boldoggá az általa megálmodott tárgyak. Élete azonban nem várt fordulatot vesz, amikor a szülei különválnak.

Édesanyja bezárkózik a saját kis világába, egész nap ki sem mozdul, csak bámulja a szappanoperák végtelenített sorát. Apja (*Robert DeNiro*) pedig évek múltán visszatér a családi otthonba, mivel éppen nincs hová mennie. Ez idő alatt Joy házassága is tönkremegy, de a leválás itt sem tökéletes, volt férje az alagsorban tanyázik, és leginkább két munka között van. Joynak két gyerekén kívül mindenki másra is ügyelnie kell, nap mint nap felelősséget vállal, miközben álmai és régi önmaga olyan messzire távolodtak tőle, hogy reggelként már nem is tudja, ki néz vissza rá a tükörből. Mimin kívül senki sem bátorította soha, nagymamája az egyetlen, aki hisz benne, aki elülteti a fejében a gondolatot, hogy sokkal többre képes, és a tehetsége majd kihúzza a bajból. Joy végül feltalál egy újfajta felmosót, és bár ötlete nagyszerű, bizony nem egyik napról a másikra jön a siker.

## A SIKERHEZ VEZETŐ UTAK

A ma emberének annyiféle színtéren és szerepben kell megfelelnie, hogy igencsak nehéz meghatározni, ki számít sikeresnek. Lehetséges, hogy valaki a magánéletében vagy a hobbijában ér el sikereket, míg más a munkájában, de akadnak olyanok is, akik az életük szinte minden területén beteljesítik a céljaikat. A pszichológusok szerint a siker azt jelenti, hogy egy fontos helyzetben véghezvisszük a célunkat, és pozitív eredményt érünk el. Olykor azok az emberek, akik külső szemmel sikeresnek tűnnek, valójában nagyon is boldogtalanok, mivel olyan elvárások és célok beteljesítéséért küzdenek, amelyek tőlük távol állnak. A sikerhez ugyanis csak abban az esetben társul öröm és megelégedettség, ha egybeesnek a céljainkkal és értékeinkkel, továbbá képesek vagyunk egy olyan életmódot kialakítani, amelyben teret kapnak a számunkra fontos szerepek. Ehhez viszont nem kevés önismeret szükségeltetik, hiszen tisztába kell jönnünk azzal, hogy milyen lehetőségek szunnyadnak bennünk, miért küzdünk, és mit szeretnénk elérni.



Ez nem jelenti azt, hogy kiemelkedően tehetségesnek kell lennünk, csupán azt, hogy jól ismerjük a saját értékeinket és szükségleteinket, és azoknak megfelelően tervezzük és határozzuk meg a céljainkat. Mindemellett a királyi út megvalósításához szükséges a támogató szociális környezet, valamint az optimista, bizakodó életszemlélet is.

## „AZ ÖNMAGÁT ÉPÍTŐ EMBER ÚTJA”

Sok olyan ember van, aki nem a „királyi úton” haladva, hanem göröngyös ösvényen lépegetve találja meg a saját számítását. A felosztás ezt az életpályát az *önmagát építő ember* útjának nevezi. Akik ezen a nyomon haladnak, történetünk főszereplőjéhez hasonlóan számos gátló tényezővel találkoznak, de a bennük szunnyadó erő mégis elegendő ahhoz, hogy legyőzze ezeket. Ehhez persze egy cseppet egocentrikusnak, makacsnak és önfejtőnek is kell lenniük. Joy-nak is számos nehéz döntést kell meghoznia, meg kell alázkodnia a családjáé és mások előtt, ki kell állnia a véleménye mellett, és meg kell próbálnia a lehetetlent, hogy lerombolja a falakat, amik az útjában állnak. S mindemellett elég bátor is, hogy beismerje, de ne fogadja el a kudarcokat és elakadásokat, ne gondolja azt, hogy megérdemli, ami vele történik, hanem mindig új megoldásokkal tudjon előrukkolni.

## A „KIRÁLYI ÚT”

Ahogy a történet is mutatja, a tehetség, a kreativitás vagy az affinitás egy bizonyos dolog iránt még nem feltétlenül jelenti azt, hogy az ember képes sikereket elérni. Természetesen a tehetség nagy előny, de azt ki is kell bontakoztatni – önbizalom, elszántság, bátorság és szerencse is kell hozzá. Persze mindig vannak olyan életutak, amelyekről úgy tűnik, hogy a szerencsés kiválasztottnak az ölébe hullott minden, és kudarcok nélkül, akadálymentesen haladt a céljai felé. *Völgyesy Pál*, aki kilenc típusba sorolta a különböző életutakat, *királyi útnak* nevezi ezt az életpályát, amelyhez a szerencse mellett az is szükséges, hogy olyan célokat találjunk, amelyek megfelelnek a belső tulajdonságainknak és képességeinknek.



### A SIKER MINT ÉLETÉRZÉS

Szilágyi Klára, a pályatanácsadás egyik kiváló szakértője szerint a siker nemcsak egy tevékenység pozitív kimenetele felett érzett megelégedettség, hanem alapvető életérzés is, és mint ilyen, együtt jár az optimizmussal és a bizakodással. Tanulmányában leírja, hogy a bizakodó ember tisztában van a felmenői sikereivel, büszke azokra, de a kudarcaikat is elfogadja, feldolgozza. Történetünkben ezt teszi Joy is a családtagjaival, akik nagy gátló tényezőt jelentenek az útja során, ugyanis féltékenyek a tehetségére. Kishitűségükkel egyre kevesebb terepet hagynak Joy-nak a kibontakozásra, „segítő” szándékuk pedig hamar a bajok legfőbb forrásává válik. Ugyanakkor kétségtelen az is, hogy a szinte emberfelettinek tűnő erőfeszítések megtételéhez szükséges a társas támogatás, mert fontos érezni, hogy hisznek bennünk, bátorítanak minket, ahogyan azt Joy nagymamája is tette. Ez a fajta odafordulás és biztatás jelenti az érzelmi tartálékot azokban az időkben, amikor a sors vagy a tágabb környezet mostohán bánik velünk, és rendre kudarcot vallunk. Oda kell hát figyelni a bátorító hangokra, mert sajnos igen gyakori, hogy azokból van a kevesebb, és éppen azok az emberek áskálódnak, rombolják és mérgezik az önbizalmunkat, a saját magunkba vetett hitünket, akiktől pont az ellenkezőjét várnánk.

### PÁLYAVÁLASZTÁSI ÉRETTSÉG

Az önbizalom a pályaválasztás egyik sarkalatos pontja. A kutatások szerint azok, akik pozitív énképpel rendelkeznek, általában olyan foglalkozás felé orientálódnak, ami összhangban van az önmagukról kialakított képpel. Az alacsony önértékeléssel bíróknak viszont számos problémájuk akad a pályaválasztás során. Ahhoz, hogy megtaláljuk a számunkra megfelelő szakmát, tisztában kell lennünk személyes identitásunkkal. Joy képességei és kreativitása csodálatra méltó, de mivel különbözőek vagyunk, lehetséges, hogy mi egészen másban vagyunk jók. A jó teljesítőkészség három szintéren is megnyilvánulhat. A rátermett ember kiemelkedő színvonalon végzi a munkáját, de nem alkot újat; a produktív ember egy szűk keretben, például egy szakmán belül dolgoz ki új eljárásokat; míg az alkotó ember olyan új produktumot hoz létre, ami szélesebb körben is felhasználható. Mindhárom tehetségre egyaránt szükség van. *Super*, a fejlődésszempontú életpályamodell megalkotója szerint az emberek különböznek a képességeik, a személyiségük, a szükségleteik, az értékeik, az érdeklődési területeik és az önértékelésük terén, s ezek mentén különböző foglalkozásokra alkalmasak. Ugyanakkor a pályaválasztás nem egyszeri döntés, hanem folyamat, amely az idő és a különböző életstádiumok során folyamatosan alakul. Így van lehetőség a különböző lehetőségeket kipróbálni, felfedezni, kísérletezni, hogy megtaláljuk azt a hivatást, amely leginkább harmonizál az önmagunkról kialakított képpel, hogy megelégedett, örömteli életet élhessünk. ♦

SZÖVEG –  
VARGA EDIT



# KÉREM SZÉPEN, KÖSZÖNÖM SZÉPEN!

## – MIÉRT TANÍTSUK MEG KÉRNI ÉS MEGKÖSZÖNNI A GYEREKEKET?

Két kedves gesztus, amely sokkal több, mint illedelmesség. Figyelem, tisztelet és szeretet van benne. Odafigyelés, ami annak is jó, aki adja, és annak is, aki kapja. Benne van az egymás felé fordulás, a kívánságunk megfogalmazása és a másik tettének, szavainak elismerése. Vajon mennyire tudják mindezt a mai gyerekek, és mi mindent köszönnek meg másoknak? Tudnak-e kérni, vagy csak követelnek?



♦ *Rigó Erika* tanítónő szerint nagyon fontos a családi minta, amit lát és magáévá tesz a gyermek. Így kellene ezeket az íratlan „szabályokat” elsajátítani a gyerekeknek. Jó példát látva otthon természetes lenne, hogy tudnak szépen kérni és megköszönni a csemeték. Ez sajnos sokaknál hiányos, így az iskolában is kell időt és energiát szánni rá, hogy játék közben megtanítsuk a gyerekeket a megköszönés erejére, amelyhez nem szükségesek mindig szavak, mert egy-egy mosoly, egy kis odafigyelés is kifejezheti a tiszteletünket. Szerencsére ez a figyelmesség tanítható és tanulható! A tanítónő mindig kiemeli a jó példát, dicsérettel erősíti, ha valaki tud szépen kérni és megköszönni, mert szeretné, ha nem vesznének el ezek az alapvető emberi gesztusok. A köszönet mindenkinek jólesik. Annak is, aki adja, és annak is, aki kapja. Fontos lenne, hogy a szülők is várják el gyermekeiktől ezt a figyelmességet, mert ez ember voltunknak fontos eleme. Azért lenne jó már a családban, az iskolában, gyermekkorban jelentős tényezővé és értékévé tenni, mert ez az emberi odafigyelés későbbi párkapcsolatunkra is hatással lesz. *Subicz Beáta családterapeuta* arra hívja fel a figyelmet, fontos, hogy kifejezzük, mi mindent szeretnénk kérni a másiktól. Ha ezt nem tudjuk megtenni, és nem figyelünk a társunkra, akkor a követelőzés, a hiszti, a másik el nem fogadása jelenik meg a párkapcsolatban. Lehet, hogy nincs jó családi mintánk. Lehet, hogy nem családban vagy nem teljes családban nőtünk fel. Lehet, hogy a minket gyermekkorunkban körülvevők kommunikációs eszköztárban nem volt hangsúlyos a kérés-megköszönés gesztusa. De ez esetben is meg lehet és meg kell tanulni kérni és megköszönni! Akarat kell hozzá és odafigyelés. Fontos, hogy mi – kérés és megköszönés tekintetében is – jó példával szolgálhassunk gyermekeink számára.

Cikkünk a Magyar Katolikus Rádió február 23-ai *Életre-Való* című műsora alapján készült. A műsor szerkesztője: Varga Edit. ♦

