

<https://doi.org/10.16926/eat.2026.15.06.pl>

eLocator/Article ID: eat-2026-rec-01

Jarosław JAGIEŁA

<https://orcid.org/0000-0001-5025-076X>

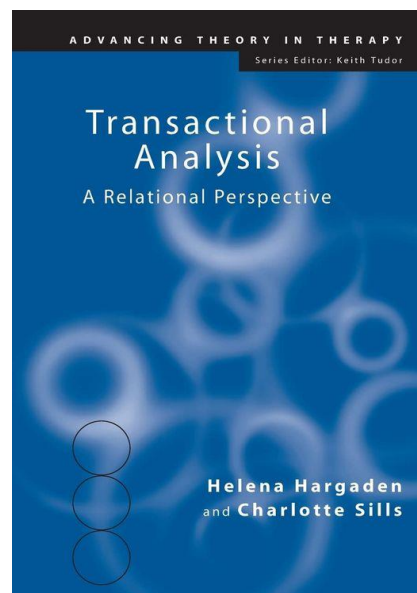
Uniwersytet Jana Długosza w Częstochowie

e-mail: jaroslaw.jagiela@ujd.edu.pl

**[rec.] Helena Hargaden and Charlotte Sills (2010). *Transactional Analysis: A Relational Perspective*. London and New York
Routledge: Taylor & Francis Group**

Jak cytować [how to cite]: Jagieła, J. (2026). [rec.] Helena Hargaden and Charlotte Sills (2010). *Transactional Analysis: A Relational Perspective*. London and New York Routledge: Taylor & Francis Group. *Edukacyjna Analiza Transakcyjna*, 15, Article eat-2026-rec-01. <https://doi.org/10.16926/eat.2026.15.06.pl>

Kierunek relacyjny należy do jednego z najbardziej ciekawych i obiecujących nurtów współczesnej analizy transakcyjnej. I choć od jego zapoczątkowania minęło już szereg lat, to wciąż cieszy się on zainteresowaniem, o czym mogą świadczyć kolejne wznowienia anonsowanej tu książki, która jest dowodem aktualności i atrakcyjności tego tematu. Podobnie samo anonsowane tutaj opracowanie, choć wydane przed laty, a teraz dostępne już bezpłatnie w internecie, skłania do jego przypomnienia, tym bardziej, że koresponduje w dużym stopniu z edukacyjnymi zastosowaniami AT. W przedmowie Keith Tudor, którego nie trzeba przedstawiać nikomu, kto interesuje się analizą transakcyjną, rekomenduje książkę jako nowe spojrzenie na analizę transakcyjną oraz nowy model rozumienia stanów ego. Autorki, pisze Tudor, podkreślając znaczenie relacji terapeutycznej, ukazują możliwość wykorzystania przez terapeutę samego siebie w tym procesie, co służy odzyskaniu i rozwijaniu relacyjności, która jest istotą teorii oraz praktyki tej koncepcji. A dalej czytamy: „Hargaden i Sills uosabiają to, co Schon nazwał «refleksyjnym praktykiem»: czyli zdolność autora do refleksji nad swoją intuicyjną wiedzą pochodzącą z praktyki klinicznej poprzez szerokie wykorzystanie materiału pochodzącego ze studiów przypadków oraz poddanie tego krytycznej refleksji w celu rozwoju teorii”. Nie trzeba bowiem nikogo przekonywać, iż istota i charakter samych relacji międzyludzkich stanowią najważniejszy czynnik decydujący o wielu kwestiach dotyczących jakości życia każdego z ludzi. Zwracali na to uwagę tak różnorodni myśliciele, jak Zygmunt Freud czy Carl Rogers, którzy umieścili relację wręcz w centrum samego człowieczeństwa i podkreślali, że utrwalone oraz dysfunkcyjne wzorce relacyjne leżą u podstaw wielu problemów psychicznych. Zmiana tych wzorów niesie wraz z sobą nadzieję na



przemianę w wielu sferach ludzkiego życia, a pozytywne efekty może przynieść tylko wzajemne zaangażowanie partnerów interakcji, odejście od roli biernego i neutralnego obserwatora wobec tego wszystkiego, co dzieje się w obustronnych odniesieniach. Należy zwrócić też uwagę, że relacje przejawiają się w różnych formach. Jest to relacja z samym sobą, tj. sposób, w jaki myślę o sobie i czuję siebie samego, a także odniesienia w stosunku do innych, co oznacza, w jaki sposób myślę oraz jak odczuwam ludzi wokół mnie. Wreszcie znaczenie relacji jako interakcji w szerszej perspektywie interpersonalnej, czyli sytuacji, gdy ludzie jako grupa lub zbiorowość spotykają się ze sobą. W procesie komunikacji może się to przejawiać bliskością, zrozumieniem i współdziałaniem, ale też konfliktami oraz wyzwaniem trudnymi do zrealizowania dla obu stron tego kontaktu.

A zatem podejście relacyjne (RTA – *Relational Transactional Analysis*) w centrum swoich zainteresowań uwzględnia dynamiczną interakcję, jaka ma miejsce między klientem a terapeutą czy innymi uczestnikami relacji terapeutycznej. Ciekawej obserwacji na jednym ze swoich blogów internetowych dokonał Tony White, zauważając, iż odwoływanie się do psychoanalizy w tradycyjnych szkołach AT odbywało się nieśmiało „tylko bardzo przyciszonym głosem i za zamkniętymi drzwiami”¹. Powoływanie się na psychoanalityczne inspiracje analizy transakcyjnej nie było mile widziane, a przecież w niektórych opracowaniach koncepcję Berne’a określano wręcz jako jeden z nurtów psychoanalizy (McWilliams, 2009, s. 61) lub „nową szkołą psychoanalityczną” (Grzesiuk, 2005, s. 28). Z kolei w podejściu relacyjnym – jak pisze White – pojęcia zaczerpnięte z psychoanalizy zaczynają być obecne czynnie oraz jawnie. Takie pojęcia jak nieświadomość, przeniesienie i przeciwprzeniesienie, empatia oraz szereg innych, zagościły ponownie w analizie współtworzenia się relacji międzyludzkich. Chociaż skoncentrowanie się na relacjach w procesie psychoterapii znajduje odzwierciedlenie w wielu nurtach i kierunkach i sama relacja uznawana jest za kluczowy czynnik udanej terapii (np. terapia humanistyczna, egzystencjalna, Gestalt), to jednak takie stanowisko było czasem kwestionowane. Tak się dzieje między innymi w krótkoterminowych terapiach skoncentrowanych na rozwiązaniach, a także w niektórych podejściach strategicznych terapii rodzin czy wręcz w koncepcjach pracy jednosesyjnej, które w gruncie rzeczy pomijają aspekt relacji (Leśniak, 1996).

Ten „relacyjny zwrot”, jak się go czasem określa, skupia się na odejściu od wglądu czysto poznawczego, jaki dominował dotąd w AT i był traktowany jako centralny nośnik zmian. Koncentrowano się głównie na wzmacnianiu stanu Dorosłego, widząc w tym procesie szansę na zapanowanie nad sytuacją pacjenta, jego myśleniem, odczuwaniem oraz działaniem. Podejście relacyjne skupia się natomiast na strukturze Dziecka, jego w dużym stopniu nieświadomości i stanach przedwerbalnych. Proces ten określa się mianem dekonfuzji Dziecka (Hargaden & Sills 2001; White 2020, 2021). Należy wspomnieć, że od co najmniej dwóch dekad wiele artykułów i autorów zapowiadało już pojawienie się nowej orientacji w analizie transakcyjnej, aby wymienić tylko: J. Barr, R.G. Erskine, D. Shmukler, J.R. Allen, W.F. Cornell i F. Bonds-White, K. Tudor i wielu i inni). Nie sposób nie odnotować też fundamentalnych monografii z tego zakresu (Cornell, Hargaden, Allen 2005; Fowlie, Sills 2011). Zaowocowało to wkrótce utworzeniem w roku 2009 przez grupę analityków transakcyjnych Międzynarodowego Towarzystwa Relacyjnej Analizy Transakcyjnej (IARTA – *International Association of Relational Transactional Analysis*) stowarzyszonego z Europejskim Towarzystwem Analizy Transakcyjnej (EATA)². Opracowali oni podstawowe zasady, jakimi się kierują, podkreślając wielokrotnie centralne miejsce relacji w stosunkach międzyludzkich. Akcentują znaczenie relacji świadomych i nieświadomych, które kształtują nie tylko nas samych, nasze doświadczenia, ale także nasze interakcje z innymi osobami. Szczególnie nieświadomość rodzić może w tych odniesieniach niepewność, a przecież poczucie pewności stanowi istotną potrzebę odnajdywania sensu życia. Inna zasada mówi o znaczeniu kontekstu w relacjach, gdy osoby je śledzące rozpoznają i wyjaśniają osobiste doświadczenia osadzone w szerokich rzeczywistych okolicznościach i zdobywają w ten sposób świadomość, iż mogą one być możliwymi źródłami ich trudności psychicznych. Kolejna z zasad dotyczy roli oraz zmian osobistego doświadczenia relacyjnego, a nie samego

¹ T. White. <https://www.facebook.com/photo.php?fbid=10159096597684637&set=p.10159096597684637&type=3> [dostęp: 18.02.2021].

² International Association of Relational Transactional Analysis (IARTA). <https://www.relationalta.com/about-us> [dostęp: 10.09.2021].

wglądu poznawczego w swoje problemy. Podkreśla się też znaczenie ciekawości, krytyki i kreatywności w mającej miejsce relacji terapeutycznej oraz swobodę uczenia się i zdobywania w skutek tego nowych doświadczeń.

Wróćmy jednak do samej książki i jej konstrukcji. Publikacja odzwierciedla relację rozwojową – zarówno w rozwoju dziecka, jak również w ewolucji i przemianie samej relacji. Stąd pojawiają się kolejne etapy odzwierciedlające proces terapeutyczny. Fazy te zachodzą na siebie, łączą się i zmieniają kolejność w zależności od klienta, problemu czy zawartego kontraktu. W książce zawarte są przykłady przypadków oraz szereg diagramów ilustrujących omawiane zjawiska. I tak, etap pierwszy zawiera rozwój jaźni i budowanie kontraktu terapeutycznego na podstawie przypadku Beatrycze. Postać tej klientki towarzyszyć nam będzie na wszystkich kartach książki. W etapie drugim ukazana jest dynamika relacji, przeniesienie, przeciwprzeniesienie, przeniesienie erotyczne, a także kontekst kulturowy obecny w przeniesieniu. Etap trzeci dotyczy samych transakcji, w tym transakcji empatycznych oraz występujących w terapii grupowej i rozważań nad stanem Rodzica. W etapie czwartym odnajdujemy uogólnione refleksje na temat różnych wymiarów analizy transakcyjnej. Końcowa część klasycznie mieści indeks tematyczny oraz indeks autorów. Praca zawiera zatem zwartą i logiczną konstrukcję, którą warto docenić. Pozostawiam bez komentarza wątki kulturowe i polityczne wiążące się ze wspomnianym nurtem i zawarte w książce, gdyż wymagałoby to szerokiego i wyczerpującego krytycznego komentarza.

Na kartach książki czytamy: „Wierzmy, że wiele z tego, co dzieje się między ludźmi, dzieje się poza świadomością – krótko mówiąc, jest nieświadome” – piszą autorki we wstępie i konsekwentnie trzymają się tej zasady na wszystkich stronach swojego opracowania. Takie myślenie ma oczywiste konsekwencje. Solidaryzują się z tymi terapeutami, którym nie wystarcza czysto poznawczy styl pracy. Stąd celem publikacji stało się dostarczenie spójnej mapy teoretycznej, która przyczyniłaby się do eksploracji w procesie psychoterapeutycznym uczuć niepewności, lęku, dezorientacji, zamętu czy chaosu u klienta. Klienta, którego obraz problemowy zmienił się w XXI wieku. Piszą zatem: „Obie uznałyśmy, że nasza populacja klientów często wydawała się mieć zaburzenia poczucia siebie, często z pewnymi cechami zaburzeń typu borderline i/lub narcystycznych; że podstawowa etiologia tych zaburzeń odzwierciedlała schizoidalny proces odnoszący się do ukrytych, odizolowanych obszarów siebie. Klienci, u których wystąpiły takie objawy, potrzebowali pewnego rozwiązania i/lub pewnej naprawy w ramach struktury Dziecka”. Autorki uważają także, że najważniejsze jest umiejscowienie „ja” właśnie w Dziecku, także „ja”, które używa sam terapeuta, aby dokonać zmiany. Ten odmienny stan zaburzeń współczesnych klientów potwierdza wielu polskich terapeutów, a także własna praktyka piszącego te słowa.

Helena Hargaden oraz Charlotte Sills czynią też ważne zastrzeżenie. Uznając dorobek Berne’a w gruncie rzeczy za koncepcję poznawczą, nie zamierzają jednak redefiniować samej analizy transakcyjnej, ale traktują swoje propozycje za jeden z kolejnych nurtów tego kierunku. Analiza transakcyjna – zdaniem autorek – jest nadal wszechstronnym i zintegrowanym podejściem, które daje możliwość rozumienia oraz interwencji w ludzkie zachowanie, a także wzięcie odpowiedzialności za swoje życie. Traktują swoje rozwiązania jako jedną z wielu możliwych opcji w mnogości osiągnięć AT, świadczących jednocześnie o elastyczności i integrującym potencjale analizy transakcyjnej.

Jak widzimy, sama książka, a także cały nurt relacyjny, skupia się na teorii i praktyce psychoterapeutycznej, nie odnosi się do aspektów edukacyjnych. Czy jednak takie konteksty mogą istnieć? Czy to, co dzieje się w relacji między nauczycielem a uczniem posiada również głębsze i nieświadome znaczenie? Problem wart jest zauważenia i podjęcia refleksji. Pozwolę sobie na osobiste doświadczenie. W książce *Psychopedagogika relacji. Analiza transakcyjna dla nauczycieli i wychowawców* podjąłem temat przeniesienia oraz przeciwprzeniesienia, jakie może mieć miejsce w transakcjach pomiędzy uczniem i nauczycielem (Jagięła 2023). Recenzentka monografii życzliwie zachęciła do pominięcia tego fragmentu tekstu, sugerując, że może on być niezrozumiały dla czytelników, a też jest niejako „z innej nieco bajki”. Nie zrobiłem jednak tego, uznając, iż wspomniana kwestia warta jest podjęcia. I choć niewiele jeszcze na ten temat wiadomo, to jednak w sensie badawczym ta sfera czeka na swoich autorów i można zarekomendować podobną tematykę edukacyjnym analitykom transakcyjnym. Tak więc autorki nie podejmują wątku relacji w edukacji nawet wtedy, gdy dotyczy to szerszych implikacji swojej

koncepcji. Mimo wszystko jednak nieco prowokacyjnie pozostawiają w tej części książki puste kartki, sugerując w ten sposób, iż wymagają one uzupełnienia. Być może właśnie o implikacje edukacyjne może tu chodzić?

Bibliografia

- Cornell, W. F., Hargaden, H., & Allen, J. R. (2005). *From transactions to relations: The emergence of a relational tradition in transactional analysis*. Haddon Press.
- Fowlie, H., & Sills, C. (2011). *Relational transactional analysis: Principles in practice*. Karnac Books.
- Grzesiuk, L. (Ed.). (2005). *Psychoterapia: Teoria. Podręcznik akademicki*. ENETEIA. Wydawnictwo Psychologii i Kultury.
- Hargaden, H., & Sills, C. (2001). Deconfusion of the Child Ego State: A relational perspective. *Transactional Analysis Journal*, 31(1), 55–70. <https://doi.org/10.1177/036215370103100107>
- Jagięła, J. (2023). *Psychopedagogika relacji: Analiza transakcyjna dla nauczycieli i wychowawców*. Wydawnictwo Difin.
- Leśniak, F. L. (1996). *M. Talmona koncepcja jednosecyjnej psychoterapii*. Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej Ministerstwa Edukacji Narodowej.
- McWilliams, N. (2009). *Diagnoza psychoanalityczna*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- White, T. (2021). Deconfusion of the Child ego state: An examination of the main contributions and how rededication adds to the literature. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*, 12(2), 17–24. <https://doi.org/10.29044/v12i2p17>
- White, T. (2020). *Rededication therapy today: A rededication relational approach to transactional analysis*. TA Books.