

## A DÉMONTÓL A TÚLÍRÁSIG, avagy hogyan írjunk jó publikációt?

Lucinda Becker és Pam Denicolo: Publishing journal articles. SAGE Publications Ltd.,  
ISBN 978-1-4462-0062-9



MARÁZ Anikó

pszichológus, doktorandusz

ELTE PPK Pszichológiai Intézet

Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszék

aniko.maraz@gmail.com

Minden kezdő kutató, legyen egyetemista vagy doktorandusz, előbb-utóbb szembekerül a Fehér Lap Démonával. Valamit írni kéne. Megvan a téma, felgyűltek az adatok, lefutott az SPSS. Nincs mese, el kell adni a kutatást, méghozzá szavakkal, kéziratosan. Szemtelenül közelít a határidő, röpködnek a téma-vezető-doktorandusz „Ugye kész van már? – Persze, csak az utolsó simításokat végzem” e-mailek, miközben az üres lap szövegért kiált. Ahogyan egy kedves kollégám mondta: „Ez az elsőéves doktorandusz szindróma”. Teljesen normális fejlődés-lélektani stáció. Kár, hogy ettől nem telik meg betűvel a lap.

### Tervezés és kezdeti megküzdési stratégiák

Többnyire azért egy fegyverünk már van a Fehér Lap Démonával folytatott háborúhoz: ez pedig a szöveg témája. Szó szót követ, jön a főtéma, altémák, főszálak, mellékutak, kulcsszavak. Szakirodalmi adatok, megállapítások, összefüggések, „ebből következik”-ek. Könyvet lehet ebből írni, nem cikket. Káosz van. Kell egy haditerv.

No én itt vettem a kezembe Becker és Denicolo könyvét, bölcs megváltást remélve. A szerzők szerencsére átérezvén kétségbeesésem, a fenti problémára rögtön több frapáns megoldást is javasoltak. A pókdíagramot ajánlják azoknak, akik nem tudják elképzelni, hogyan folyhat a szöveg, a folyamat-ábra pedig a szétszórt gondolkodásra hajlamosak kapaszkodója lehet. A brainstormingot az ötletihánytól szenvedők, a kis rajzocskákat pedig a „rendszerzési diszlexiások” fogják értékelni (aki szeretné tudni, hogyan lehet lerajzolni a kötelező elbocsátást, az lapozzon az 57. oldalra).

### A gondolat-görcs

Idáig megvolnánk, tele van a papír szebbnél szebb ábrákkal, nem győzzük simítani a kereteket, színeznünk a kulcsszavakat. Ám a folyóirat főszerkesztője sajnos nem értékeli eme műalkotásunkat. Ő szavakra vágyik. A szavak azonban elapadtak. Mi ilyenkor a teendő? A negyvenkettes szabály itt is él: ne pánikolj! Az ihlettelenség – ha elhisszük, ha nem – olykor-olykor még a profikkal is meggesik. Némi

szünet, sorozatnézés, facebookozás, leszaladok-a-boltba-egy-csokiért segíteni fog. Persze határokat szabni nem árt még mielőtt (!) megkezdzenénk a szünetet, különben hamar elragad minket a másik démon: a lustaság.

No de mi történik, ha a Fehér Lap Démona még ezek után sem tágít és a betűk csak nem szaporodnak szignifikánsan? Ennek a szerzők szerint több oka is lehet. Az első az unalom. Főleg ha már régóta az ölünkben a téma (elzárult az asztalfiókunk mélyén), vagy ha túl sok idő áll rendelkezésre a cikk-íráshoz (létezik ilyen?). Megoldásként a feladatok intenzitását kell csupán variálnunk (ó, az a jótékony adatbázis-rendszerzés...).

A második lehetséges ok a zavaró környezeti hatások. Erre utaló tényező, ha csupán néhány mondatot tudunk egy ültő helyünkben megírni, vagy ha a leírt szöveg minősége némi kívánnivalót hagy maga után. Gyakori ok a túlterheltség is, hiszen ritka az az eset, hogy minden egyéb teendőnkét félretéve csakis az írásra tudnánk koncentrálni. A könyv szerint ez nem is szükséges, de legalábbis csak az írás miatt nem kell könnyíteniünk a terhelésen. Inkább realiztikus háttér-időket és fontossági sorrendet érdemes felállítani, hogy a munkaanyag átláthatóvá váljék, s a kijelölt időben lelkiismeret-furdalás és egyéb gondolatok nélkül csak az írásnak tudjuk szentelni magunkat. Bónusz-tanács: egy-egy gyors feladat kipipálása kellő sikerélményt is tud adni a folytatáshoz. Extra-bónusz-tanács végszükség esetére: variáljuk a betűtípust!

A harmadik ok az önbizalom elvesztése, mely igen trükkösen tud utat törni magának. Ez egyaránt manifesztálódhat a „bárcsak egy másik témát választottam volna”, illetve az „úgy ahogy van, hülyeség, amit leírtam” érzésében. A differenciáldiagnózis során el kell különíteni az önmagunk, illetve a feladat írá-

nyába érzett bizalmat, valamint ennek elvesztését. Az előbbi esetben az önismeret csiszolása, míg utóbbi esetben egy kellő kritikai érzékkel rendelkező barát, kolléga vagy a témavezető segíthet.

Ki ne ismerné azt a szemet könnybe lábasztó érzést, mikor a témavezető kihúzza a leadott szöveg felét, mondván „fölösleges”. Pedig annyi releváns információ, összefüggés, gondolat volt benne... Fókuszálj a témára! – köszön vissza eme könyv lapjairól is a bölcs tanács. A záró sorokkal vigasztalodom: egy cikknek soha nem lehet célja a szakterület utolsó szavát leírni, csupán újabb gondolatokat és kutatásokat inspirálni.

### A stílusról angolosan

Lássuk be, még magyarul sem írunk tökéletesen. Hát még angolul! Pedig ha magyarul 40 betűből válogathatunk, az angolban pedig csak 26 közül, akkor pontosan végtelen mínusz végtelen mértékben könnyebb angolul írunk. Legalábbis ami a matekot illeti. Szerencsére azonban Becker és Denicolo angoltanfolyam helyett önkritikára sarkallnak minket: ismerjük meg angoltudásunk határait. Az apróbb hibákon a folyóirat proof-readere nem fog fennakadni, a nagyobb hibák kiküszöbölésére pedig nem szégyen egy anyanyelvi lektor segítségét igénybe venni. A nyelvi tökéletlenség azonban nem mehet a szöveg érthetőségének kárára. Érthetően és folyamatosan írni márpedig csak sok-sok gyakorlás árán lehet. Főleg tudományos cikkeket.

Főleg hogy a tudományos cikk egy igen speciális műfaj. Az absztrakt a kutatásunk reklámja (nem csupán az eredmények összefoglalása!). A bevezetés a kedvcsináló (csak az a szószámkorlát ne lenne...), a módszer az információözön, az eredmények a kézirat lelke, a jó diszkusszió pedig állítólag magától megíródik. Állítólag.

Azért a szerzőpáros elénk rak egy velős nyelvleckét is. Míg a „however”, „furthermore” és társai hangsúlyt adnak az információnak, addig az „at this present moment” le-buktatja a szerzőt, hogy fogalma sincs arról, hogy mit akar mondani, ezért ez például egy kerülendő kifejezés. További tippek a könyvben olvashatóak.

Legtöbben az angol nyelvvizsgákra való felkészülés izzasztó emlékeivel az agyunk mélyén látunk neki a szöveg angolosításának. Csűrjük, csavarjuk, „komplexszé tesszük” a szöveget. Mígnem Becker és Denicolo mosolyogva, heves fejcsóválások közepette rámutatnak: „Good English is always simple English”. Míg én azon tűnődöm, hogy ezt a vizsgabiztosoknak miért nem mondta eddig senki, addig ők kifejtik álláspontjukat: a fő mondanivaló kifejtése egyszerű kifejezésekben, rövid mondatokban és kellő ütemben adagolt információmorzsákban sokkal olvasóbarátabb megoldás, mely növeli a kézirat elfogadásának, majd idézettségének esélyeit. This makes sense.

Ha eddig eljutottunk, akkor már nincs sok hátra: el kell olvasni még néhányszor az egész szöveget. Méghozzá két körben. Az első kör során kihúzzuk a terjengős, netán felesleges mondatokat (áuu), kitisztítjuk a homályos kifejezéseket és bevakoljuk a fő gondolati szálon keletkezett repedéseket. Majd hagyjuk pihenni a szöveget. A második menetben a logikára, absztraktra, konklúziók helytállóságára és egyéb kisebb-nagyobb hibákra vadászunk. A jótékony külső szemlélő (barát/kolléga/témavezető) beavatkozására csak ezután kerülhet sor.

### **Amikor az inspiráció vérszemet kap**

Felvettük a kesztyűt a Fehér Lap Démona ellen, becsülettel megvívtuk a csatákat, sőt ha már idáig eljutottunk, akkor határozottan úgy

tűnik, hogy a háborút is megnyertük ellene. Van egy szövegünk! Itt kell megállnunk, ugyanis a jakobinus Legfelsőbb Lény ezúttal nem más, mint a túlírás.

A kényszeres túlírás, avagy ha a következő tünetek jelen vannak, akkor elkezdhetünk aggódni: (1) a tökéletesítgetés egyéb kötelezettségek rovására történik, (2) a szöveg éjjel-nappal kísért minket, (3) minden alkalommal, mikor ránézünk, egyre rosszabbnak véljük, (4) több másik félig kész szöveg is rejlik a fiókunkban, vagy (5) olyan régóta van velünk a kézirat, hogy amennyiben megszabadulnánk tőle, akkor céltalan ürességet éreznénk. 3–5 pont: ideje lenne mielőbb megszabadulni a kéziratától!

### **Amikor a stop nem is stop**

Emberfeletti erővel ugyan, de a kéziratot feltöltöttük a megfelelő helyre. Nagy küzdelem árán még a „submit” gombra is sikerült rákattintani, sőt, a hosszú kattintás után visszavonhatatlanul elemelnünk az ujjunkat az egér gombjáról. Aggodalommal vegyes megkönnyebbültségünkben hátradőlünk, és épp indulnánk ünnepelni, amikor is... Becker és Denicolo közbelépnek. Óva intenek ugyanis minket attól, hogy ezen a ponton felhagyjunk az írással. Ehelyett – akár egy jó sportoló a verseny után – az újonnan szerzett írókészségünket tovább kell edzeni. Hosszú távon ugyanis csak így tehetünk szert fejlődésre.

Arról nem is beszélve, hogy a hab a tortán még csak ezután jön: a folyóirat ördögi főszerkesztőjével és a még ördögibb lektorokkal való munka. Amennyiben a kedves Olvasó hátán a „főszerkesztő” és a „lektor” szavak hallatán végigfut a borzongás, akkor ismét megnyugtathatom: ez teljesen normális. A lektorok véleményén múlik több hónapos, akár éves munkánk eredménye, természetes tehát, hogy a véleményre való várakozás

hónapjai izgalommal telnek. Egy dolog biztos, de talán kettő is: a lektori vélemény kritikát fogalmaz meg, és többnyire a problematikus, mintsem a jól megírt részekre mutat rá. Hiszen ez a lektorok dolga. A szerzőpáros azonban nem győzi hangsúlyozni a konstruktív kritika fogalmát. Alaposan olvassuk el, értsük meg, és legfőképpen fontoljuk meg a véleményüket, mielőtt bármilyen elhatározásra jutnánk a kézirat további sorsát illetően. Még egy elutasító válasz is egy lehetőség, hogy a kéziratot magasabb minőségben újraírjuk, ezáltal növelve annak az esélyét, hogy a kutatásunk minél érthetőbben és értékesebben kerüljön végső közlésre.

### **A színpalak mögött**

Amint az a szövegből is kitűnik, Lucinda Becker és Pam Denicolo igen széles körű tapasztalattal rendelkeznek a kezdő kutatóknak szánt írástréning terén. Míg előbbi angol irodalomból szerezte diplomáját, utóbbi konstruktivista pszichológus (utánanézttem, tényleg van ilyen Angliában...). A könyvükön nemcsak saját gazdag publikációs tapasztalatuk érződik, hanem a számos tréningről,

workshopról és szemináriumról begyűjtött „általános” pályakezdői tapasztalatok is. Női (anyai?) intuícióval, mégis professzionális könnyedséggel tapintanak rá a munkafolyamat során felbukkanó legkritikusabb, leginkább fejfájást okozó folyamatokra (és érzésekre!). Számos megoldást is ajánlanak, de nem a katedréről lekiabálva, vagy szakirodalmi áttekintésen ugrálva, hanem emberi hangon, empátiával szólnak az Olvasóhoz tömören, összességében 137 oldalon.

### **Zárszó, mert olyan is kell**

Egy kezdő kutató számára a publikálás fortélyainak elsajátítása életbevágó fontosságú. A témavezető és a kollégák tapasztalata mellett számos jobbnál jobb szakirodalmi cikk áll rendelkezésünkre, melyekből mindig lehet meríteni. Mégis sokszor tele vagyunk kérdésekkel, aggodalmakkal, és valljuk be, némi káosszal. Ez a könyv pontosan az útkereső fiatal kutatóknak nyújt segítő kezet, támaszt és válaszokat. Tanít, szórakoztat, lelkesít és inspirál. Soha nem hagy egy-egy jó szó nélkül, amikor a legnagyobb szükségünk van rá a tudományos publikáció folyamatában.