



# APAMINTA KERESTETIK!

Kik a történelem leghíresebb apái? Melyik a kedvenc irodalmi apáfigurám? Van olyan apapéldaképem, aki nem a családi, ismerősi kör tagja? Szerencsés, aki azonnal tud válaszolni ezekre a kérdésekre, a többségnek alighanem komolyabban el kell gondolkodnia. Kitől és hol tanulhatjuk az apaságot?

- ◆ Korábban, nem is olyan régen még több generáció lakott együtt, ahol így a gyermekek több szerepre is láthattak mintát: hogyan viselkedik egy szülő, nagyszülő nőként és férfiként, milyen viszonyban vannak egymással, hogyan kommunikálnak, hogyan fejezik ki érzelmeiket – hogyan élnek együtt. Ezek a minták rendkívül erős nyomot hagytak a gyermekekben egész életükben, lehettek jók vagy kevésbé jók, de viszonyítási pontot képeztek. A fiatalok könnyen meg tudták határozni, hogy szülőként mit csinálnának hasonlóan az ő szüleikhez, és mit csinálnának másképpen. Az persze más kérdés, hogy ezek a mély, transzgenerációs minták mennyire engedik, hogy másként viselkedjünk...

## ÖRDÖGI KÖRBEN

Ezzel szemben ma azt látjuk, hogy a családok egyre nagyobb mértékben választanak – vagy kényszerülnek választani – az évszázadostól eltérő együttélési formát. Elkötelezettség nélküli, a párkapcsolatból bármikor kilépő szülők, gyermeküket egyedül nevelők, fogyó gyermekszám, mozaikcsaládok vesznek körül minket. Ha muszáj választani, a legtöbb esetben az anyával maradnak a gyermekek. Egy 2012-es adat szerint az Egyesült Államokban a gyermekek kétharmada élt apa és férfi nélküli háztartásban! A lányok valamelyest kevésbé veszélyeztetettebbek, hiszen van előttük női minta. A fiúk viszont nem sok férfimintát látnak maguk körül, hiszen az óvodában, iskolában túlnyomó részben nőekkel vannak körbevéve, otthon pedig – mint látjuk, egyre gyakrabban – az édesanyjával élnek. Nem látunk jó apaképeket. Fogyóban vannak a jó kortárs közösségek is, kevés az építő jellegű sporttársi vagy legalább a buli- és ivócimborákon és PC-játékos társakon túlmutató férfiközösség. Nincsen sorkatonaság, amely a sok kényelmetlensége, haszontalansága és olykor ártalmas hatása ellenére is férfigenerációkat összekötő kapcsolatoknak bizonyul a mai napig.



### APA-FIA MŰHELY

Pedig igen fontos lenne a férfiminta mind a fiúknak, mind a lányoknak, hiszen elsősorban a férfiktól tanuljuk a bátorságot, kezdeményezőkézséget, stresszkezelést, a határok kitolását, a fejlődési igényt, az önállóságot, a felelősségvállalást. Ha ezeket nem tudjuk gyermekkorban megtanulni, lemásolni, később jóval nehezebben lehet pótolni. Mivel az említett társadalmi változások miatt gyorsan nő azok száma, akik gyermekkorukban kevés férfimintát láttak, így, ha ők is apák lesznek, szintén nem fogják tudni továbbadni ezeket, és a hiány egyre csak növekszik. Még azokban a szerencsés helyzetekben is, ahol a családban a szülők házaspárként élnek, és jelen vannak a gyermekek életében, a napi leterheltség mellett nehéz a minőségi idő megteremtése. Kutatások szerint gyakori, hogy egy aktívan dolgozó apa naponta csak néhány perc sztatlan figyelmet tud fordítani kizárólag a gyermekeire. De a „vasárnapi apukák” esetében, akik nem élnek

együtt a gyermekkel, csak meghatározott időben találkozhatnak, szintén könnyen csorbul az együtt töltött idő, mert nagyobb erőfeszítést igényel jó programot választani, szervezni és kifizetni, mint két filmre beülni egy plázában, vagy otthon megnézni egy focimeccset.

Úgy tűnik, egyre többen jutnak arra, hogy valamit tenni kell az apaság, a férfitét megerősítéséért. Lassan újra férfikörök alakulnak, és előadás-sorozatokat is tartanak a témában. A tavasszal induló Apa-Fiú Műhely abban újszerű, hogy hétvégei során az együtt érkező apáknak és fiaiknak egyszerre nyújt páros és csoportos élményprogramokat. A műhely alkalmain egyszerűbb önismereti játékok és képzések mellett a gyakorlatban, vagány programokon tapasztalhatják meg a közösen eltöltött apa-fiú minőségi időt, amit otthon is folytathatnak a hétvégeket követően, így erősítve a fiúkat férfias szerepeikben. ♦

Az Apa-Fiú Műhely weboldala: [www.apafiamuhely.hu](http://www.apafiamuhely.hu)