



SZÖVEG –
SZÁM KATI

SOROZAT –
HÁRMAS KÖTÉS



BAJBA JUTOTT KAMASZOK

Amikor kamasz gyerekünk igazán bajba kerül – esetleg épp titkos félelmeinket beteljesítve –, komoly feladat igazán jó szülőként viselkedni. Nem engedni az „ugye, megmondtam” eltávolító stratégiája kísértésének vagy épp a túlzott beleélés miatti szülői kétségbeesésnek. Megérteni és megtenni mindazt, amivel segíthetünk, és elengedni azt, amivel csak nehezítünk gyerekünk és a magunk helyzetén is.

- ◆ „A kamaszkor nemcsak a kamasznak, a családnak is mozgalmas időszak – mondja **Orsolics Zénó** addiktológiai tanácsadó, a KamaszSzerviz (kamaszszerviz.hu) szakértője. – Ilyenkor előfordulnak túlkapások, egyensúlyvesztések, például túlzott alkohol- vagy kábítószer-fogyasztás. Erre az életkorra a kockázatkereső viselkedés, a figyelemfelkeltő, szélsőséges magatartás fokozottan jellemző, ezért a legjobb családoknál is előfordul, hogy fűvezik a gyermek vagy egy buliban teljesen »kiüti« magát alkohollal. Itt nem az a baj, ha ez megtörténik – bár az ifjúkori cselekvések sok szülőnek okoznak álmatlan éjszakákat, amíg a fiatal kiegyensúlyozottabb korszakába nem ér. Az igazi probléma az, ha egy dologban elakad, beleragad és a »rosszból« rendszer (függőség) lesz. Ekkor érkezik el a krízishelyzet.

A krízishelyzet sokféle lehet: a kortárs közösség hatására (tetszésvágy, elfogadás, beilleszkedési igény, beavatási feltételek) belekeveredhet a fiatal csoportos törvénybe ütköző cselekményekbe; részese, illetve áldozata lehet zaklatásnak. A kamaszkori érzelmi terhelés hatására elvesztheti reális ítélőképességét, elfelejti, hogy nemet is lehet mondani. Szerelmi kapcsolatba még kialakulatlan önképpel belépve előfordul, hogy hibásan kapcsolódik a szeretett személyhez. Ezek következménye lehet nem kívánt terhesség vagy erős szerelmi függés.”

Sokszor a bajba jutott kamaszok napokig, hetekig hordozzák titkukat, vagy éppenséggel addig, amíg ki nem derül. Pedig ezzel nemcsak a segítség lehetőségétől fosztják meg magukat, hanem pluszterhet is magukra vesznek. De milyen az a családi légkör, az a szülő-gyerek viszony, amelyben egy gyerek tudja, hogy hibázott, esetleg szabályt segegett, mégis el meri mondani, hogy emiatt krízishelyzetbe került?

Bergs Zsuzsa, a Kiáltás az Életért Egyesület alapító tagja sok olyan fiatal lánnyal találkozik, akik nem kívánt terhesség miatt fordulnak az egyesülethez segítségért. Szerinte a szeretetteljes odafigyelés és minőségi együtt töltött idő a kulcs, sok-sok beszélgetés, amely megalapozza a bizalmat. „A szülők elmondhatják a véleményüket, amire a kamasz igenis kíváncsi, viszont már önállóan dönt. Ha belemegy olyan helyzetbe, aminek komoly következményei vannak, bizony a saját bőrén tapasztalja meg az ok-okozati összefüggéseket. Ha már ott van a kész helyzet, mindenképpen szeretettel, biztosított mellé állással segíthetünk, hogy tudja, hogy számíthat ránk, akkor is, ha hibázott.”

Orsolics Zénó is úgy látja, a krízishelyzetben lévő kamasz számára legideálisabb a biztonságos és elfogadó közeg. Biztonságos, mert világosak a keretek, kötelelességek, jogok, de elfogadó, ezért el lehet mondani az igazat. „Ilyenkor válik fontossá, hogy az évek során megéltünk-e olyan helyzeteket, amelyek jól láttatják gyermekünkkel, hogy az ő oldalán állunk, elfogadjuk, szeretjük, és támogatjuk. Hogyan lehet ezt elérni? Időnként fegyelmezéssel, határokkal, szabályokkal, máskor öleléssel, esetleg humorral, de mindig őszintén, nyíltan. Így az idő múlásával egyértelmű az üzenet. Érdemes tehát őszintén és nyíltan kommunikálni gyermekeinkkel kiskoruktól, de kamaszkorban már nincs is más lehetőségünk.”

MÁR NEM GYEREKCSINY

Mikor reagál jól a szülő az őszinte vallomásra? Védelemre szoruló gyerekek vagy döntéseiről felelős felnőttek tekintésük kamasz gyerekként a nehéz szituációban? A KamaszSzerviz szakembere szerint a tapasztalat azt mutatja, hogy a szülő általában úgy reagál, amilyen a kapcsolata a gyerekekkel. „Fontos szabály, hogy ha már előállt a krízis, csak előre lehet haladni, megragadni a fonalat a jelenben és segíteni, de szigorúan együttműködve, valójában se nem gyerekként, se nem felnőttként kezelve. Ha pedig elakadt a szülő, ne szégyelljen segítséget kérni szakembertől! Elsősorban a nyílt kommunikáció kialakítása, működtetése a feladat. Ez őszinte

A HAVERJAIM ELCSENTÉK A TELEFONOM,
ÉS A NEVEMBEN KÜLDÖZGETTEK TRÁGÁR
ÜZENETEKET. AZT HITTÉK, JÓ POÉN LESZ,
DE BOTRÁNY LETT BELŐLE.

APA AKKOR BEJÖTT, ÉS AZT MONDTA,
HOGY HOZHATTAM ŐT ILYEN HELYZETBE,
AMIKOR NÁLUNK SENKI NEM BESZÉL
ÍGY. AKKOR BORULTAM KI IGAZÁN,
HOGY NEM HISZ NEKEM.

BALÁZS, 17

érdeklődést, megértést, empátiát, elfogadást, szeretetet jelent, olykor határhúzással, máskor pedig megértéssel. Bizonyos dolgokat a szülőnek önmagában is helyre kell tenni, meg kell érteni. Hajlamosak vagyunk elfelejteni, hogy mi is voltunk fiatalok. Érdemes magunktól megkérdezni, hogy nekünk annak idején mi esett volna jól. Mi segített volna?”

Ha gyerekként olyasmibe keveredett, amivel bűntudó jogi következmény is jár, felelősségvállalásban is fel kell nőnie a felnőttléthez. Bergs Judit úgy véli, ha a gyermekünk felnőttként hozott meg döntéseket, még ha meggondolatlanul is, akkor nekünk is felnőttként kell kezelni, csakis így tudunk hatékonyan segíteni neki. ➤

Komolyan vesszük őt, és mellé állással segítünk, hogy ő találja meg az életére a megfelelő válaszokat. A megfelelő értékrendet emellett tisztán kell közvetítenünk számára, mint pl. az élet és halál közötti választást és a választás utáni következményeket. Terhesség esetén a leendő apát is felnőttként kell kezelniük, hiszen, ha gyermeket várnak, hirtelen felelősséget kell vállalniuk egy másik ember életéért is, és adott esetben a különböző jogszabályok miatt is szembe kell nézniük a felelősségükkel.” Sok szülő ilyenkor azonnal azt látja jó megoldásnak, ha a fiatalok gyorsan összeházasodnak. Ezzel gyakran újabb megfontolatlan lépésre kényszerítik őket. „Sokkal jobb felkészíteni őket, hogy mit jelent az, hogy házasság, család. Készek-e rá? Ha igen, segítsük ebben őket, ha nem, akkor a lány vagy egyedül vállalja a babát, ahol jól jön a nagyszülői segítség, vagy esetleg az örökbeadás is szóba jöhet. Viszont ez is jó felkészítést igényel, hiszen ez is egy veszteség lesz számára, még akkor is, ha tudja, hogy életet adott a gyermekének, és gondoskodott megfelelő örökbeadó szülőkről a babája számára. Vannak nagyon jó gyászfeldolgozó anyagok a veszteséghől való gyógyulásra.”

NEM AKARTAM ELMESÉLNI,
HOGY SODRÓDTAM BELE EBBE
AZ EGÉSZBE, MERT A SZÜLETEIM EDDIG
SEM VOLTAK JÓ VÉLEMÉNNYEL
A BARÁTAIMRÓL, HA EZT MEGTUDTÁK
VOLNA, TALÁN EL IS TILTANAK TŐLÜK.

(MÁRK, 15)

KI TUDJON RÓLA?

Sokszor az is dilemmát okoz a szülőnek, hogy vajon kire is tartozik a családi krízishelyzet. A kamasszerviz.hu tanácsadója szerint elsősorban a közvetlen családtagokra, később esetleg a tágabb családra. Másodsorban, érdemes szakember segítségét kérni, kommunikációs nehézségek esetén is. Minden segítséget érdemes kihasználni, a családsegítő központok, illetve civil szervezetek is tudnak segíteni. Főként a nem kívánt terhesség esetén fordul elő, hogy a lányok nem a szülőkhöz fordulnak elsőként. Bergs Zsuzsa tanácsadóként ilyenkor mindig bátorítja őket, hogy mondják el szüleiknek, hiszen ők a legjobbat akarják nekik. „Mi is segítünk ilyenkor a kommunikációban. Ha viszont a szülők mégsem akarnak vagy tudnak melléjük állni, akkor mindenképpen további szaksegítség, szakellátás szükséges.”

Vajon bevonjuk-e az iskolát ezekbe a nehéz szituációkba? Segít-e ez a probléma megoldásában vagy a trauma feldolgozásában? Vagy éppen árt? Van olyan helyzet, amikor nem kerülhető meg az oktatási intézmény – vagy azért, mert az iskolatársak közül más is érintett akár elkövetőként, akár áldozatként, vagy azért, mert az esemény az iskolai jelenlétre vagy teljesítményre is látványos hatással van. Sajnos sok esetben az iskola vezetése vagy a pedagógus azelőtt tesz drasztikus lépéseket, hogy tisztában lenne azzal, ki is a helyzetben az elkövető és ki az áldozat. Ezzel olykor kiszolgáltatja a diákot a kortársaknak vagy a cselekményben részt vevő társak szüleinek, még mielőtt kiderülne, ki is szorul az adott szituációban védelemre, segítségre vagy esetleg felelősségre vonásra. „Mindig elsősorban a tények feltárása, a szereplők támogatása, a helyzet nyugvópontra juttatása a cél – figyelmeztet Orsolics Zénó –, másodsorban a szakemberek segítése ennek eléréséhez és a megoldáshoz. Az ő feladatuk a motivációk feltárása, a dinamika feltérképezése, a traumafeldolgozás. A »struccpolitika« nem megoldás, a legjobb iskolákban is történhetnek meglepő, illetve fájdalmas dolgok. Ez nem azt jelenti, hogy az iskola erkölcsisége, értékrendje, működése problematikus. Mindössze annyit jelent, hogy például egy

LEHET, HOGY VALAHOGY BERÁNTANAK EGY HELYZETBE, ÉS NEM TUDSZ VAGY NEM MERSZ KILÉPNI BELŐLE. EGY SRÁC, AKI 17 ÉVESEN NYÁRI MUNKÁN VOLT, ÉJJEL DOLGOZOTT, HAJNALBAN HAZAFELÉ ELALUDT A VOLÁNNÁL, ÉS HALÁLRA GÁZOLT EGY GYALOGOST. AKKOR Ő MOST EGY BŰNÖZŐ? DE LECSUKTÁK.

(LUCA, 17)

keresztény vagy elitnek tartott iskolába is hétköznapi gyerekek járnak, akik érintkeznek a társadalommal. Akkor jár el jól az iskola vezetése, ha segítséget kér szakembertől, és támogatja a feltárást és a megoldást.”

Ha szülőként van választási lehetőségünk, akkor az iskolát diszkréten jó bevonni, és a hozzáállástól függ, hogy lesz-e együttműködés vagy jobb kihagyni az oktatási intézményt – tanácsolja Bergs Judit. „Különösen igaz ez a terhes lányoknál. Őket viszont fontos tájékoztatni, hogy van tovább, ne adja fel álmait, folytathatja tanulmányait estin vagy levelezőn is, vagy lehet találni olyan iskolát is, ahová terhesen is be tud járni, mert nem fogják elítélni. Már sok helyen elfogadják ezt a helyzetet. A legjobb, ha emelik a kismamát mind szóban, mind tettben. A többi diák előtt természetesen, kedvesen, szeretettel kell kezelni őt, és alkalmat kell adni arra, hogy megbeszéljék a kamaszok a véleményüket, akár osztályfőnöki órán, akár külön időpontban. Sajnos

előfordul, hogy nem így állnak hozzá egyes iskolákban, és a kismama bántalmazó szavakat kap, ami már nem segít a helyzetén. Ilyenkor jobb, ha magánúton fejezi be az iskoláit.”

Az esetek feldolgozása a kortárs közösség számára is fontos. Azért is jó szakember segítségét kérni és a folyamatba bevonni, mert nekik rendelkezésükre állnak segédanyagok. Sokat segít egy-egy film megnézése és átbeszélése, jó bemutatni a jó és a rossz példát egyaránt. Ez segítség lesz a többi fiatalnak is, hogy megfontolják döntéseiket, lássák az alternatívákat és vállalják a felelősségüket, tisztában legyenek a következményekkel.

A cikkben megszólaló szakértők elérhetősége:
Bergs Judit: <https://www.terhessegkozpont.hu/> / 24 órás segélyszám: 0670-225-2525
Orsolics Zénó: kamaszszerviz.hu ♦



Hallgassák meg január 12-én 11:30-kor az MRI Kossuth Rádión Keresztes Ilona VÁLASZ-UTAK c. műsorát, amely a Hármas kötés e havi témáját dolgozza fel kamaszokkal.

További információ új sorozatunkról és az ahhoz kapcsolódó előfizetői akcióról a harmaskotes@kepmas.hu címen vagy a kepmas.hu Hármas kötés menüpontjában, ahol az adás is meghallgatható.