



MONDOD VAGY MONDJAM?

Eleinte minden kérdésemre Gábor válaszol, Kata csak kiegészíti mondatait. Egy idő után tünetően nézek a feleségre, de ő mosolyogva hagyja beszélni férjét, aki egy idő után észreveszi a néma párbeszédet köztünk. Összenevetünk, s onnantól Gábor minden kérdésnél odafordul a feleségéhez („*Mondod vagy mondjam?*”), aki továbbra is szívesen átadja a szót, kivéve amikor a gyerekekről van szó – olyankor csillogó, néha könnyes szemmel, hosszasan mesél. Gábor dicséri Kata szervezőtehetségét és anyaságát, Kata hol elpirul, hol lelkesen mosolyog, hol férjéhez bújik. Mint egy fiatal szerelmespár, a negyvenesek bölcsességével – irigylésre méltó kombináció. **Csőre Gáborral** és **Csőréne Lengyel Katával** beszélgettem.

◆ – **Egészen fiatalkori ismeretség a tietek, jól tudom?**

Gábor: Igen. Tizenévesek voltunk, a XVII. kerületben laktunk – Kata a Rákosligeten, én Rákoscsabán –, közös ismerősökön keresztül kerültünk egy társaságba; sokat bicikliztünk és buliztunk együtt.

Kata: Tizennégy-tizenöt évesen találkoztunk először a jégpályán. Gábornak gyerekszínészként akkoriban volt egy dohányzásellenes reklámfilmje: „Hagyd már abba és kész”. A barátnőm egyszer rámutatott a koripályán: „Nézd, nézd, ott van a Csőre Gábor!”, én pedig: „Jó, és akkor mi van?” (nevet) Később közös társaságba és egy iskolába jártunk, de eleinte egyáltalán nem voltunk jóban...

Gábor: Annyira, hogy Kata egyszer kifejezetten kérte, hogy engem ne hívjanak meg egy házibuliba.

Kata: Neeem, amire te gondolsz, az egy nyári kirándulás volt, és már előre le volt osztva, ki kivel van, ezért „nem kellettél” oda. De akkor még tényleg gyerekek voltunk. Később, amikor én tizenhat, te pedig tizenhét voltál, szerveztünk egy házibulit, ahová sok szeretettel meghívtunk téged is. (nevet)

Gábor: Tényleg! A rendszerváltás környékén volt mindez, minden kicsit szabadabb lett. Úgy éltünk, mint Sophie Marceau-ék a Házibuliban... Na és volt az az Alphaville-szám...

Kata: Neeem, az egy Gianni Morandi-szám volt, és már nagyon a buli végén...(nevet)

Gábor: ...amikor Kata megkérdezte: „Na, akkor most meg akarsz csókolni vagy sem?” Akartam. (nevet) A kerületben mindenki bringázott. Katának menő bicaja volt, azt hiszem Favorit, nekem talán Csepelem volt...

Kata: Neked motorod volt...

Gábor: Ja, tényleg. Egy almazöld színű Simson S51 B. Akkor én is menő voltam, igaz? (nevet)

Kata: Igen!

Gábor: A gimiben együtt jártunk énekkarra, és sokat utaztunk külföldre. A sulis és a közös baráti társaság nagyon összetartott minket; ki sem tudtuk volna kerülni egymást. A baráti társaság egyébként azóta is megvan; sokan elköltöztek, szétmentek, de helyel-közzel tartjuk a kapcsolatot. Ja, és azt tegyük gyorsan hozzá, hogy



szüleink, főleg Kata szülei, nem annyira örültek a kapcsolatunknak. Ők mind racionális emberek – jogászok, mérnökök, nagypapja híres vegyészmérnök – és tartottak a művészbemberektől. De elfogadtak.

– Mi tartott titeket össze a sulis után?

Kata: Gábor harmadszorra jutott be a Színházművészeti Főiskolára, addig a Nemzeti Színház stúdiójába, majd a Bodnár Sándor Drámai Akadémiára járt. Nekem sem elsőre sikerült a Közgáz, így érettségi után a Gellért Szállóban kezdtem dolgozni. Annyira szerettem, hogy nem hagytam abba az egyetemem évek alatt sem.

Gábor: Engem viszont nyomasztott, hogy Kata olyan jól keres. Én eléggé pénzközpontú voltam akkor...is, mert gyerekkorom óta dolgoztam az apám mellett mint segédmunkás, s közben gyerekszínészként is jól kerestem. Számomra lehetetlen volt, hogy Kata fizessen nekem egy fagyit, bármennyire szívesen tette volna, vagy néha tette is, ha éppen úgy alakult. Ezért barátaimmal szórólap- és újságkihordást is vállaltam egy utánfutóval.

Kata: Én pedig időnként elmentem vele hajnalban újságot hordani, hogy együtt lehessünk.

– Gábor, ezt az önérzeted vagy a szükség diktálta?

Gábor: Csakis az önérzetem. A szüleimtől megkaptam mindent, nem azért dolgoztam. És ezt ma is így tartom normálisnak. Tudom, ez egy macsó gondolat, de nem szívesen adok le ebből. De azért persze voltunk együtt is, munkán kívül is, hiszen akkor még nem volt háztartás, gyerek – ma is ez viszi el a legtöbb időnket.

Kata: Az első időkből Gábor sokat volt Kassán is, ahol Rómeót játszotta, én pedig úgy intéztem a dolgaimat – a munkát és a tanulást –, hogy minél gyakrabban meg tudjam látogatni. Nagyon szép időszak volt...

Gábor: Volt egy aranyszínű VW Bogaram, és azzal nagyon szép túrákat tettünk Kassa környékén, meg persze a Balatonon. Kata beleváló csaj volt. Kint aludt velem a földvári mólón, hogy én horgászhaszak. Ő merítette meg a hatalmas pontyot, amit fogtam. Nagyon boldog voltam. Kata kiváló szervező is, az esküvőnket fantasztikusan megszervezte, és minden mást is.

– A Színházművészeti alatt hogyan sikerült együtt maradnotok?

Kata: Az volt az első igazi nagy próbatétel. Beköltöztek a főiskolára, és négy évig gyakorlatilag ki sem jöttek onnan. Hetekig nem láttam. És közben izgultam, nehogy vidéki színházba szerződtessek... Nem volt könnyű.

Gábor: Nyilván nekem sem volt könnyű. Míg máshol számokkal, mi a lelkünkkel és a testünkkel dolgoztunk, és ez valóban lehetőséget adott mindenféle buktatókra. Ugyanakkor Kata bizonyos szempontból már hozzá volt edzve ehhez, hiszen előtte is hasonló iskolákba jártam. A civil embert nagyon meg tudja zavarni, ha a párját mással látja csókolózni, de Katát ez annyira nem zavarta. Ugye? (nevet)

Kata: Nem, de nyilván nem volt jó érzés. De ahhoz már elég régóta ismertük egymást, hogy tudjam: egyfelé tartunk és nem szét.

Gábor: Most, hogy erről beszélünk, én is emlékszem, hogy Kata mennyire parázott, hogy mi lesz utána. De ez minden változásnál és általában mindenkiel így van. Én is félttem. De szerencsém volt; be kellett ugranom az első Alföldi által rendezett darabba, és nem sikerült rosszul.

– **Így kerültél a Vígyszínházhoz, és akkor jöhetett az esküvő, majd a gyerekek.**

Gábor: Nekem nagyon fontos volt, hogy legyen valami, amire alapozzuk az életünket, ezért megvártuk, amíg befejeztem a főiskolát és szerződést kaptam. Az első babánkat sajnos elvesztettük; ez földhöz vágott minket, ugyanakkor megerősített engem, hogy szeretnék apa lenni. Nagyon szerettem volna egy fiút, ezért állandóan Somló Juhfarkot itattam Katával. Egyszer ittunk Chardonnayt, és kilenc hónap múlva megszületett a most 18 éves Csenge Sára... (nevet) Hat évvel később pedig megérkezett Bendegúz Benjámín. Most akár több gyereket is el tudnék képzelni, ha nem érezném magam már túl öregnek hozzá...

Kata: Sosem volt kérdés, hogy összeházasodunk, de az időzítés így tűnt jónak. Később átkerültem az Intercomba; filmforgalmazással és marketinggel foglalkoztam. Nagyon felelősségteljes munka volt, az amerikai stúdiók irányításával. Kemény volt, de nagyon szerettem, 18 évig dolgoztam ott. És igen, közben megszülettek a gyerekek... Kétéves koruk körül visszamentem részmunkaidőben dolgozni, de most épp nem dolgozom. Fiunknak nehézségei támadtak az iskolában, osztályt kellett váltania, és nagyon szerettük volna azt is, ha a nővére után ő is bejut a Balassi Bálint nyolcosztályos gimnáziumba, ahova mi is jártunk és imádtuk. Ezért egy időre abbahagytam a munkát. Bendegúznak jót tett a több törődés, sikerült a felvételi, és nagyon jó lett a kapcsolatunk. Jó érzés szülőként megélni, hogy a gyereked látja: bármi gondja van, hozzád fordulhat. Nem mindegy, milyen érzelmi hálóban nő fel. Azóta elvégezte az ötödiket, és most újra dolgozni szeretnék.

Gábor: Kata olyan hátteret, központot teremt otthon, ami meglátszik a gyerekeken. Egyszer láttam egy távol-keleti műsort: nagyon sokat fektetnek bele a gyerekekbe, mert tudják, hogy majd ő fogja eltartani a családot. Régebben nálunk is így gondolták az emberek; szerintem ma is a gyerek a legjobb befektetés. Pénzügyileg is, de persze nem csak ebben az értelemben.


– **Így még többet dolgozol. Azért marad időd a családra?**

Gábor: Hajnaltól késő estig dolgozom, de ez mindig is így volt. Előfordult, hogy 32 előadást játszottam egy hónapban, és közben naponta próbáltam, miközben egy színésznek 15-20 előadásnál többet nem tanácsos vállalnia. Kata ezalatt otthon volt a gyerekekkel, s még karácsonyunk sem igazán volt. Viszont akkor álltunk anyagilag a legrosszabbul, amikor három bemutatóm volt egyszerre; ezért is vállaltam annyi szinkront. Most kevesebb az ilyen jellegű munkám; helyettük két tévéműsort vezetek, és elkezdtem forgatni egy sorozatot.

Én azzal járulok hozzá a családi élethez, amit megkeresek. Sosem voltam az az apatípus, aki hazamegy a munkából és leül a gyerekekkel társasozni. Nekem először ki kell pihennem a munkám feszültségét, és csak utána tudok jó apa lenni. De természetesen igyekszem minél többet együtt lenni velük. Inkább hétvégén érek rá; ilyenkor elviszem a fiamat horgászni vagy vadászni. Vagy épp kerítést festeni. De nehogy azt hidd, hogy ez harcok nélkül megy, nem könnyű őt sem kirobbantani a számítógép mellől. Szülőként nem szabad feladni, hogy gyerekünk kapcsolatban maradjon a külvilággal és persze velünk. Ami az utazásokat illeti, Katának köszönhető, hogy a gyerekek hajlandók velünk jönni, sőt, egyelőre ez nem is kérdés.

Kata: Gábor idén egész nyáron dolgozott, de így is belefért egy olasz tengerparti hét, és sok időt töltünk a dunakeszi nyaralónkban is, Gábor sokszor onnan jár be dolgozni. Családi hagyomány lett hosszú hétvégén felfedezni egy európai nagyvárost; voltunk már Berlinben, Prágában, Koppenhágában, Párizsban, Rómában. A gyerekekben így jobban megmarad, amit a suliban tanulnak. Budapesten is szervezünk kulturális sétákat, baráti családokkal együtt, és így a gyerekek is szívesebben jönnek. Legutóbb például a Ludwig Múzeumban béreltünk egy túravezetőt és utána együtt ebédeltünk. Törekszünk arra is, hogy gyerekek nélkül is legyünk, kettesben színházba, vacsorázni járunk, barátokkal pedig legújabbban bortúrákra megyünk. Sokat segít, hogy közös a baráti társaságunk. Pár éve elkezdtek, hogy évi kétszer elmegyünk kettesben is pár napra. Galyatető volt az első helyszín, és azóta évente visszajárunk: sétálunk egy nagyot a havas erdőben, egy üveg borral és egy tábla csokival a kezünkben, és mire visszaérkezünk a szállodába, szétfagyunk, de nagyon jó a kedvünk. ♦

REGISZTRÁLTJ AZ EDESKISBABAM.HU
OLDALON, IGÉNYELD ÁTVEVŐKÓDODAT,
ÉS VEDD ÁT PROMOBX
VÁRANDÓSCSOMAGODAT

AZ  **alma**
gyógyszertárak -BAN!



www.edeskisbabam.hu



Promobox

Az első pillanattól...

www.promobox.hu
varandoscsoomag@promobox.hu



SZÖVEG –
VÉSSEY MIKLÓS

SOROZAT –
APA, KEZDŐDIK!

APA MOST

◆ Apa most hegy, felmászom rá, és belátom az egész birodalmat. Apa most völgy, elbújok az ölében, nehogy megtaláljanak az alattvalóim. Apa most puha szőnyeg, a lábam elé terül, és én büszkén végigsétálok rajta. Apa most levegő, csak úgy ráfekszem, és már repülök is.

Apa most plüssállat, megnyomom a hasát, és vicces hangokat ad. Apa most lovacska, a hátára csapok, és felnyerít. Apa most oroszlán, hősiiesen megharcolok vele. Apa most autóversenyző, fogja a kormányt, míg én a hátsó ülésen alszom. Apa most ovis, a homokozóban játszunk. Apa most iskolás, viszi helyettem a táskát. Apa most felnőtt, egy öreg bácsival beszélget a bankban. Apa most gyerek, mert nálunk van a nagyi.

Apa most szakács, dob valamit a nem finomba, amitől finom lesz. Apa most konyhásnéni, meg kell ennem, amit élém rak. Apa most kukás bácsi, fogja a szemeteszacskót, és elviszi. Apa most takarító, felemelem a lábam, és azt mondom, hogy itt is. Apa most kertész, fát ültet, és elnevezi rólam. Apa most edző, megmutatja, hogyan kell, és a pálya mellől üvölti, hogy hajrá. Apa most az apám, és büszke rám.

Apa most orvos, teát hoz, és pusztit ad nekem. Apa most beteg, viszek neki teát, de nem adhat pusztit. Apa most lakatlan sziget, amin egyedül vagyok. Apa most titok, és nem mondhatom el senkinek. Apa most mesél, azt mondja, hogy képzeljem el, és akkor látni fogom. Apa most mese, mert nincs itt, de látom. Apa most telefon, anyával beszélek rajta. Apa most szerelmes, anyához bújik, és mosolyog. Apa most híd, amin anyához megyek.

Apa fáradtan leül, és azt mondja, hogy most önmaga.
Apa most apa, és senki más. ◆

A MAGYAR ÁLLAMI OPERAHÁZ BEMUTATJA



A DIÓTÖRŐ

KOREOGRÁFUSOK WAYNE EAGLING, SOLYMOSI TAMÁS ZENESZERZŐ PJOTR ILJICS CSAJKOVSKIJ
DÍSZLETTERVEZŐ OLÁH GUSZTÁV JELMEZTERVEZŐ ROMÁNYI NÓRA

KÖZREMŰKÖDNEK A MAGYAR NEMZETI BALETTINTÉZET ÉS A MAGYAR ÁLLAMI OPERAHÁZ GYERMEKKARÁNAK NÖVENDÉKEI

Előadások 2019. NOVEMBER 29., 30., DECEMBER 1., 4., 5., 6., 7., 8., 11., 12., 14., 15., 17., 19., 22.,
23., 24., 25., 26., 27., 29., 2020. JANUÁR 4., 5., ERKEL SZÍNHÁZ

ERKEL
SZÍNHÁZ
THEATRE

HUNGARIAN NATIONAL BALLET
MAGYAR NEMZETI
BALETT

HUNGARIAN STATE OPERA ORCHESTRA
OPERA
ZENEKAR

HUNGARIAN NATIONAL BALLET INSTITUTE
MAGYAR NEMZETI BALETT INTÉZET
BALETT

HUNGARIAN STATE OPERA CHILDREN'S CHORUS
OPERA
GYERMEKKAR

OPERA.HU | FACEBOOK.COM/OPERAHAZ

Médiapartner: **ORIGO**



SZÖVEG –
NÉMETH ZSÓFIA, SZŐNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

#MEGTALÁLNIMARGOT_T

A közösségi média a mindennapjaink része, de térhódításával újfajta veszélyforrások is megjelentek. Mennyire ismerjük ezt a közeget, és miként készíthetjük fel a gyermekeinket az internet felelősségteljes és biztonságos használatára?

◆ A TÖRTÉNET

Vajon ismerjük-e gyermekeink elektronikus lábnyomát? Tudjuk-e, kik a barátai, milyen oldalakat látogat, mi foglalkoztatja őt a virtuális térben? Ezekre a kérdésekre David Kim (John Cho) valószínűleg azt felelte volna, hogy persze, ismerem a lányomat, tudom, hogy milyen ember. Egy szerdai napon azonban a tizenéves Margot három nem fogadott hívás után eltűnik, és ez a feje tetejére állítja David világát. „A keresés” című film egy apa kétségbeesett küzdelmét mutatja be az idővel és a virtuális térrel szemben.

David már a nyomozás kezdetén azzal szembesül, hogy rettentően keveset tud a lányáról. Büntudatot érez és önmagát hibáztatja, hiszen két éve elhunyt felesége minden bizonnyal jobban ismerte Margot-t, az ő kezéből talán nem csúszott volna ki ennyire az irányítás. Kétségbeesetten igyekszik segíteni a rendőröknek, és használható nyomokat találni a lánya laptopján. Az internetes profiloldalak és alkalmazások rengetegében barangolva pedig hamar ráébred, hogy lánya a virtuális világba menekült, ahol különösen érvényes a mondás: messziről jött ember azt mond, amit akar.

Az egész film nézőpontja különleges, hiszen minden történést valamilyen képernyőn keresztül szemlélhetünk, s miközben a tetemes mennyiségű böngésző és applikáció ablak között kapkodjuk a fejünket, egyetlen percre sem unatkozunk, szinte érezzük az édesapa feszültségét, akinek egy idő után azzal a lehetőséggel is szembe kell néznie, hogy lánya talán már nem is él.

GYÁSZ A CSALÁDBAN

A felsejlő emlékekből kiderül, hogy Margot édesanyja két évvel ezelőtt súlyos betegségben meghalt, ezt az eseményt pedig egyiküknek sem sikerült feldolgozni.

Apa és lánya nem beszélnek egymással az érzéseikről és a szegényes kommunikáció egyre inkább eltávolítja őket egymástól. David maga is súlyos gyászfolyamaton megy keresztül, ami megnehezíti számára a lányához való kapcsolódást. Margot így nemcsak az édesanyját, hanem a harmonikus családi létet, és az apjával való felhőtlen kapcsolatot is elveszíti.



A felnőttek gyakran tartanak attól, hogy az elhunytól beszélgessenek a gyermekkel, mert attól félnek, hogy feltépi a sebeket, vagy felzaklatják őket. Ugyanakkor érdemes tisztában lenni azzal, hogy amikor a gyermek nem beszél, az nem azt jelenti, hogy elfelejtette a témát vagy nincsenek kérdései, hanem egyszerűen alkalmazkodik a felnőttek által megszabott kerethez. Kamaszoknál még nehezebb ez a téma, mert ebben az életkorban a szülőktől való érzelmi eltávolodás természetes igény, ugyanakkor a gyászban igényük lenne a kötődésre, közelségre is, és a szülő elzárkózó magatartását nehezen viselik. Ilyenkor a barátok szerepe még hangsúlyosabb lesz, ők tudnak segíteni az elmagányosodás megelőzésében. Davidnek a nyomozás alatt rá kell jönnie, hogy Margot elszigeteltnek érezte magát, és nem tudott hozzá őszinte lenni a legbelsőbb érzéseivel kapcsolatban. Mivel baráti kapcsolatai sem voltak, ezért online próbálta meg ezt a hiányt pótolni.

KAMASZKORÚ GYERMEK ESETÉBEN AZ ALÁBBI ESETEKBEŒ ÉRDEMES SZAKEMBERTŐL SEGÍTSÉGET KÉRNI A GYÁSZ FELDOLGOZÁSÁBAN:

- súlyosan visszahúzódó magatartás
- fennmaradó depresszív hangulatzavar
- öngyilkossági késztetések
- evészavarok
- súlyosan agresszív viselkedés
- alkohol- vagy droghasználat

(Forrás: Simkó Csaba: Hogyan segítsünk gyermekünknek elfogadni az elfogadhatatlant?)



Kép: IMDb

Egy hazai felmérés szerint a diákok háromnegyede netezhet kontrollálatlanul, szülői felügyelet nélkül.

KAMASZOK A VIRTUÁLIS TÉRBEN

A kamaszok számára ugyanolyan fontosak a keretek és a szabályok, mint a kisebb gyermekek esetében, de hol van az a határ, amit szülőként nem léphetünk át? Hol húzódik meg a képzeletbeli vonal az önállóságra nevelés, a személyes tér biztosítása, illetve a túlféltés, túlaggódás között? Ráadásul már nemcsak a valós, háromdimenziós létben leselkedő veszélyekre (például szerhasználat) kell eredményesen felkészítenünk a gyermekeinket, hanem

a virtuális valóság és az ott felmerülő csapdahelyzetek ellen is fel kell vértéznünk őr a megfelelő tudással. Ehhez pedig elengedhetetlen, hogy szülőként mi is megismerjük azt a közeget, ahol a gyermekünk már otthonosan mozog. Még ha úgy is érezzük, hogy ez lehetetlen, mivel a következő generáció már fényévekkel előttünk jár a kutyuk használata terén, akkor sem szabad lemondanunk a szülői nevelés felelősségéről. A tizenévesek

hirdetés

**MAGYAR
KATOLIKUS
RÁDIÓ**
katolikusradio.hu

ÖRÖMHÍR MINDENKINEK!

FIATALOKNAK
IDŐSEKNEK
CSALÁDOSOKNAK
EGYEDÜLÁLLÓKNAK

A smiling family of four: a father, a mother, and two young children. The father is on the left, the mother is in the center, and the two children are on the right. They are all looking towards the camera with happy expressions.

digitális eszközhasználatát vizsgáló hazai felmérés szerint a diákok háromnegyede netezhet kontrollálatlanul, szülői felügyelet nélkül. Mivel a kamaszoknak még nincs meg az élettapasztalatuk, ami segítene nekik megszűrni az internet információáradatát, ezért különösen fontos, hogy beszéljünk velük a veszélyforrásokról, és arról, hogy szülőként mit tartunk helyesnek és mit nem, milyen szabályokat kell betartani internetezés közben. A szabályok akkor jók, ha azok nemcsak a kamaszra vonatkoznak, hanem kétoldalú a megállapodás, tehát a szülő is vállalásokat tesz annak érdekében, hogy a család minden tagja biztonságban legyen az interneten. Szerencsés, ha ezt a megállapodást írásba is foglaljuk és közösen aláírjuk. A szerződést érdemes egyes szám első személyben megfogalmazni. Az ENABLE iskolai bántalmazásellenes program szülői kézikönyvében szereplő családi média megállapodás szerint a szerződésben érdemes szerepelni annak, hogy a gyermek vagy fiatal

- érti, hogy nem minden igaz, amit az interneten hall vagy olvas,
- az okoseszközöket és az internetet felelősségteljesen és biztonságosan használja,
- tiszteletteljesen viselkedik másokkal az interneten is, nem bánt senkit,
- átgondolja, hogy milyen tartalmakat tesz közzé,
- betartja az okoseszközökre vonatkozó időkorlátot,
- nem osztja meg a személyes adatait vagy mások adatait,
- ha valaki bántja az interneten, akkor blokkolja az illetőt, és szól az esetről a felnőtteknek és a szüleinek.

A szülői fogadalmak között érdemes szerepelnie, hogy a szülő:

- érti, hogy az internet és a technológia a gyermeke életének fontos részét képezi,
- meghallgatja a gyermeke internetes tevékenységével kapcsolatos kérdéseit, történeteit, aggodalmait és problémáit,
- beszél a gyermekkel arról is, ami őt aggasztja, a „nem”-et megmagyarázza,
- tiszteletben tarja a gyermeke titkait,
- a megállapodást a gyermek életkorának megfelelően módosítja. ♦

(Forrás: ENABLE- Amit minden szülőnek tudnia kell az iskolai bántalmazásról)

MÉG TÖBB TARTALOM



a Képmás online magazinban:
www.kepmas.hu



és Youtube-csatornánkon:
youtube.com/kepmas-magazin

**KÖVESSEN MINKET
A KÖZÖSSÉGI MÉDIÁBAN!**



[https://www.facebook.com/
Kepmasmagazin](https://www.facebook.com/Kepmasmagazin)



[https://www.instagram.com/
kepmas_magazin](https://www.instagram.com/kepmas_magazin)





SZÖVEG –
BALKUNÉ SZÜCS EMESE tanácsadó szakpszichológus

KI NEVET A VÉGÉN? – BOLYONGÁS AZ ISKOLARENDSZER ÚTVESZTŐIBEN – I.

Hajdan – a digitális világrend előtti korszakban – a kisiskolások legfőbb játéktevékenységének a társasozás számított. Végtelen kártyacsaták az uncsitesókkal, egész délelőttös *Gazdálkodj okosan*-partik a szomszéd Évikével, és hogyan is feledhetnénk azokat a Ki nevet a végén? szeánszokat bárkivel, bármikor, bárhol...Tíz éve, amikor először léptem át legidősebb lányommal az iskola kapuját, pontosan azt éreztem, mint amikor belevágtunk egy menetbe: a játszma elkezdődött!

◆ A BÁZIS: BÖLCSŐDE ÉS ÓVODA

Napjainkban az intézményes nevelés területére lépni egyre korábban javasolt, sőt kötelező. Kinek ne rándulna össze a gyomra, amikor elsőként bízza legféltettebb kincsét idegen szakemberek gondjaira? Kik ők, mit tudnak, és vajon alkalmassá válhatnak az én egyetlenem nevelésére? Legkisebb gyermekemmel megrapasztaltam – igaz, csak pár hónapra, és napi néhány óra erejéig – a bölcsődei gondozást is, amellyel teljesen elégedett voltam. A picurkákat életkoruknak megfelelően, szeretettel terelgették a gondozónők, az étel az ő szükségleteikhez mérten készült, a létszám, a napirend, a foglalkozások maximálisan igazodtak igényeikhez.

Ezt követően a szobatisztaság elérése könnyebben ment, mielőtt még a csöppség nagy ovissá vált volna, és az óvodai beszoktatás is gyorsabban és gördülékenyebben zajlott. Az óvodai rutin, az önellátás, alapvető szocializáció és társas alkalmazkodás elsajátítása a legtöbb oviban játékosan, kreatívan, gyermekközpontú nevelői attitűddel történik ma már.

És ha végre megdobtad a hatost, vagyis gyermeked elérte a hatodik életévét, kiléphetsz iskoláskorú csemétéddel a játékmezőre

ISKOLAKEZDÉS HATÉVESEN: NEHEZÍTETT START

De jó-e az életben ragaszkodni a hatoshoz? Nem lenne helyesebb kocka helyett okraéderrel döntenit, és akár hetessel vagy nyolccsal kilépni a startmezőre? Eddig utóbbit használtuk, amelynek voltak hátrányai, ám a kockásításnem feltétlenül segít megoldani a problémákat. Mert a játéktér sajnos nem veszélytelen. Talán a kis elsős lassabban jut előre másoknál, akik leghagyják, netalán le is ütik.

Hogyan éli meg a büszke iskolás, amikor azt látja, hogy mások könnyebben boldogulnak, gyorsabbak és ügyesebbek nála? Miként fogadja az értékelést, amikor a tanító néni a legjobb szándékkal ugyan, de pirospontokkal és jegyekkel egyértelművé teszi ezt a különbséget?



Hogyan érezzük magunkat mi, szülők? Pont úgy, mint amikor az ellenfél nevetve ütötte ki a bábunkat, és kezdhettünk mindent előlről. Egy pillanatra bosszút esküdve utáltuk őt is, az egész játékot is, sőt, haragunkban felborítottuk a táblát. Aztán szépen megszoktuk, hogy így megy ez, és visszakullogtunk a bázisra. Csakhogy igazából nem lehet visszalépni, ha már nekivágtunk az iskolarendszernek. Kétszer nem lehet hatévesnek lenni. Mit lehet? Visszamaradni, megbukni, megszegyenülten, motiválatlanul és lelkesedés nélkül felállni ismét a startmezőre.

SAKADÉK AZ ÓVODA ÉS ISKOLA KÖZÖTT

Évekig feladataim közé tartozott az iskolaérettségi vizsgálatok végzése a pedagógiai szakszolgálatnál.

Megtapasztaltam azt az óriási felelősséget és rengeteg bukratót, ami ezzel együtt jár. A hazai óvoda és iskola követelményrendszere között akkora szakadék tátong, amelyen csak egészen felkészült, függőhídon kiválóan egyensúlyozó játékosok juthatnak keresztül. A hatodik életévüket éppen betöltött, egyébként problémamentes gyerekek nagyobb hányada nem feltétlenül veszi simán az akadályt. A tanulási nehézségekkel veszélyeztetettek talán csak komoly sérülések árán teljesíthetnék a próbát, vagy úgy sem.

VAN JÓ STRATÉGIA?

Gyermekként, társasjáték közben egyszerűen szövetséget kötöttem a többiekkel: „Ha te nem ütöd ki az én bábomat, én sem a tiédet.” Így persze a játék sokat veszített izgalomból, mivel jóval kiszámíthatóbb lett, ugyanakkor a szerencse mellett fontossá vált, milyen stratégiát alkalmaznak a versenyzők. Én például egyszerre két bábút futtattam, és amikor hatost dobtam, akkor sem léptem ki egy újabbal, mivel ez garantálta leginkább, hogy hamar végig haladhassak a pályán az első bábummal. Vagyis egyszerre egy célra összpontosítottam, de azért mindig volt egy B terv is, ha valaki megszegné a szavát, és esetleg mégis kiütne.

A szövetségekötést a szülők és tanárok között látnám elsősorban fontosnak, de a különböző képességű gyerekek szülei közötti fegyverszünet ugyanilyen lényeges lenne.

Míg a tehetségek szülője extra feladatokért és tehetőség gondozásért lobbizik, addig a gyengébbeké a lassúbb tempót, alaposabb ismeretátadást és korrepetálást igényelné. Az osztályzást anno a szülők miatt kellett visszaállítani, amikor végre elérték a szakemberek az egyéni, szóveges értékelés bevezetését. Ezen alaposan el kellene gondolkodnunk.

SENKIT SEM HAGYUNK HÁTRA!

Amikor gyerekcsoporttal foglalkozom, nem játszom Ki nevet a végén. A mára úgyis annyira individualista világunknak jobbat tesz, ha együttműködésre, bajtársiasságra, segítőkészségre és sportszerűsége tanítjuk a felnövekvő generációt. Így talán gyermekeink olykor megélhetik, hogy egy test részeként mindannyian nélkülözhetetlenek, és a játék végén együtt nevethetnek. ♦



BIZTOS ALAPOT JELENT A CSALÁDTAGOK KÖZÖTTI JÓ KAPCSOLAT

A nagyszülők aktív jelenléte a családban pozitívan befolyásolhatja a fiatalok gyermekvállalási szándékát, a generációk közötti jó kapcsolat pedig erősebbé teheti a családot – derül ki a Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS) által készített legfrissebb kutatásból.

◆ A kvantitatív kutatás során 1000 embert kerestek meg, közülük 500 fő 18 és 25 év közötti fiatal, 500 fő pedig 65 és 75 év közötti idős ember volt. A két lekérdezést egy összehasonlító, ún. intergenerációs vizsgálat követte, amely segít annak megértésében, hogyan változtak a családdal kapcsolatos elvárások és a családi élet néhány évtized alatt.

A válaszokból kiderült, hogy mindkét megkérdezett korosztály alapvetően házasság- és gyermekpárti, és mindkét generáció számára értékes a családtagok közötti

szoros kapcsolat és egymás támogatása. A fiatalok 88%-a, az idősek 93%-a szerint a szülők segítése nagyon fontos egy fiatal pár számára, és több mint háromnegyedük szerint elősegíti a gyermekvállalást, ha az unokákat alkalmanként a nagyszülőkre is rábízhatják. A fiatalok 80%-a, míg az idősek 88%-a szerint az idős generációk segítése pozitívan hat a gyermekvállalásra, ami arra mutat rá, hogy a generációk közötti jó kapcsolat és a nagyszülők aktív jelenléte hozzájárul a fiatalok gyermekvállalásához.



MENNYIRE ÉRT EGYET AZ ALÁBBI ÁLLÍTÁSOKKAL?

A „nem tudom” kategória (kérdésenként 1–6%) nélkül. Biztos választ adók: 100%.

	Egyetértés mértéke	Fiatalok %	Idősek %
A szülői segítségnyújtás nagyon fontos egy fiatal pár számára	Nem vagy alig	12	7
	Nagyrészt	49	24
	Teljes mértékben	39	69
A szülők ne szóljanak bele a fiatalok életébe	Nem vagy alig	34	34
	Nagyrészt	42	18
	Teljes mértékben	24	46
A szülőkkel való gyakori találkozások hasznosak egy fiatal pár számára	Nem vagy alig	29	11
	Nagyrészt	48	35
	Teljes mértékben	23	54

A táblázat a következő oldalon folytatódik. ➤



	Egyetértés mértéke	Fiatalok %	Idősek %
A fiataloknak maguknak kell gondoskodniuk idős szüleikről	Nem vagy alig	26	31
	Nagyrészt	46	32
	Teljes mértékben	28	27
Elősegíti a gyermekvállalást, ha a nagyszülőkre rábízhatók az unokák	Nem vagy alig	20	12
	Nagyrészt	39	23
	Teljes mértékben	41	65

A fiatalok 71%-a, illetve az idősek 89%-a gondolja úgy, hogy a szülőkkel való gyakori találkozások hasznosak egy fiatal pár számára, és a fiatalok 72%-a, és az idősek 74%-a szerint a fiataloknak minden kérdésben tisztelettudóan kell viszonyulniuk a szüleik álláspontjához. Ugyanakkor lényegesnek tartják, hogy a fiatalok maguk alakíthassák az életüket, és a szülők, nagyszülők ne szóljanak abba bele – érdekes módon utóbbi állítással teljes mértékben inkább az idősebbek értenek egyet.

A segítségnyújtás és a támogatás mindkét irányban működik, hiszen a fiatalok háromnegyede nyilatkozott úgy, hogy szívesen gondoskodik idős szüleiről. A nagyszülőkkel is többet szeretnének találkozni, mindössze egyharmaduk gondolja úgy, hogy most elég időt töltenek együtt. Úgy tűnik, mindkét korosztályban elfogadják, hogy a konfliktusok elkerülhetetlenek a generációk közt, de ez nem akadályozza annak, hogy a fiatalok tanuljanak a szülőktől – a fiatalok 90%-a egyetért ez utóbbi állítással.

A gyerekkorra és a családi életre vonatkozó kérdésekre adott válaszokból kiderült, hogy jelentős változások történtek az utóbbi évtizedekben Magyarországon is, mind a szülők és a gyermekek kapcsolatában, mind a családi környezetben.

Az idősebbek nagyobb arányban számoltak be arról, hogy a szüleik párkapcsolata jó volt, boldogabban éltek és a konfliktusokra vonatkozó kérdésekre is kicsit kedvezőbb választ adtak. Érdekes, hogy a szerepek szempontjából is az idősek számolnak be kiegyenlítettebb viszonyokról, a házimunka nagyobb mértékű megosztásáról. A szülők és gyermekek kapcsolatának jellemzői is jobb értékeket kaptak az idősek válaszaiban: gyermekkoruk tekintetében arról nyilatkoztak, hogy szüleik jobban megbíztak egymásban és jelentősen szeretetteljesebb, támogatóbb volt a kapcsolatuk.

A közös programok mennyisége ugyanakkor nőtt: a fiatalok sokkal többször vettek részt gyermekkorukban családi szabadidős programokon és nyaraláson, mint az idősebb korosztály tagjai. Ezzel ellentétben az idősebbek 60%-a nem vagy csak ritkán vett részt családtagjaival együtt szabadidős elfoglaltságon, 62%-uk esetében nem került sor családi nyaralásra. A fiataloknál ez a mérték a szabadidős programok tekintetében csak 27%, a családi nyaralás esetében 16%.

A családdal, gyermekneveléssel kapcsolatos érzések, tapasztalatok kapcsán ugyanazt a kérdést tették fel a két korosztálynak, kicsit másképpen megfogalmazva. Az idősebbektől azt kérdezték meg, hogy mit változtatnának, ha újrakezdhetnék az életüket, a fiataloktól pedig azt, hogy szülőként mit csinálnának máshogy, mint a szüleik.

A fiatalok is és az idősek is nagyobb arányban keveselték a családdal töltött időt, mint amennyien sokallták azt. Azonban az idősek jóval nagyobb részének (65%) hiányzott a családdal töltött több idő, mint a fiatal válaszadóknak (45%).

A többség elvetette a saját életükben jellemzőnél szigorúbb és az engedékenyebb nevelési stílust is. A leginkább elfogadott az volt, hogy „ahogyan engem neveltek a szüleim, illetve, ahogyan én neveltem a gyermekeimet”. A fiatalok nagyobb arányban hajlottak a kevésbé szigorú mentalitás felé, mint az idősek, de abban mindkét korosztály egyetértett, hogy többet kellene dicsérni a gyerekeket.

Figyelemre méltó, hogy míg az idősek 39 százaléka, ha újrakezdhethetné az életét, több gyermeket vállalna, és csak egynolcaduk kevesebbet, addig a fiatalok 44 százaléka szeretne több gyermeket, mint amennyi a szüleinek van. Komoly sikert jelentene, ha a mostani fiatalok idős korukban nem éreznék úgy, hogy több gyermeket kellett volna vállalniuk életük során. ♦



SZÖVEG –
UNGVÁRY ZSOLT

SOROZAT –
APASZEMMEL

MÉLY A MÚLTNAK KÚTJA

Vonzódásom az olasz nyelvhez régi keletű és érzelemdús; ugyanis a feleségemet köszönhetem neki. Amikor a fejembe vettem, hogy elsajátítom Dante, Fellini, Bud Spencer és Gina Lollobrigida nyelvét, eleinte hiába kerestem megfelelő tanárt. Végül az egyik csoporttársamhoz fordultam, akinek a húga a gimnáziumban olaszul tanult, s abban bíztam, tanítványt is vállal, akárcsak Nyilas Misi. Első látásra nem tűnt komoly pedagógusnak; 18 éves volt, még innen az érettségig, míg én öt esztendővel idősebb komoly egyetemista. Ennek dacára két évig teljesen viszonzatlanul hagyta a szerelmemet. Így majdnem meg is tanultam olaszul, hiszen lelkesen jártam a találkozásra alkalmat adó órákra. Már be is jelentkeztem a középfokú nyelvvizsgára, ám közben végre összejöttünk, ezzel elveszítettem a motivációm. A mai napig nincs meg a középfokom.

◆ Néhány hete rátaláltam az interneten egy felvételre. Festivald’Italiano címmel évtizedek óta rendeznek hazánkban az olaszul tanuló diákoknak irodalmi bemutatókat, szavakat, diákszínvadi előadásokat. Néhány videót fel is töltöttek a korabeli műsorokból, és az 1991-es anyagban rábukkantam a Viaggi Vesuvio című darabra, amelyben a feleségem is szerepelt. A felvétel létezéséről egyébként ő sem tudott.

Eddig nagyjából harmincszor néztem meg; érzelmileg igen felkavart. Valami olyasmi fájdalmat okozott, mint amikor az elvesztett vagy beteljesületlen szerelemmel szembesülünk; pedig hát huszonhat éve együtt vagyunk. Szívbemarkolóan gyönyörű, s miközben tudom, ki ő – és bizonyára ezért látom szépnek –, valahogy mégis mintha egy másik dimenzióban lenne.

Sokat beszélgetünk arról, hogyan fogjuk a mennyben felismerni a szeretteinket; milyen arcukat (korukat) mutatják majd. Arra jutottunk, hogy alapvetően a személyiséget ismerjük fel. Nőri is egészen másképp néz ki a videón (voltaképpen egy kislány), mégis felismerem és szeretem, ahogy most is.

A mostani külsejében és az akkoriban ugyanazt a személyiséget látom és szeretem. Mindig azonos önmagával.

A felvétel nagyjából akkoriban készült, amikor megismerkedtünk. Akkor fogalma sem lehetett róla, hogy én leszek a férje. Előtte van még minden, bármilyen sors. A későbbi valóság azonban már nem módosítható. Ráadásul ez a játék nemcsak kettőnket érinti, hanem a négy gyerekünket talán még inkább, akik nem születtek volna meg. És vajon kik lennének a meg nem született gyermekeink, ha mással házasodunk össze? Magyaráztam is a nagyfiamnak, lehet, hogy anyának akkor is lenne négy klassz gyereke (talán nekem is), ha nem házasodunk össze, de hogy ők négyen nem lennének, az egészen bizonyos. A saját életükkel kapcsolatban persze nehezen tudnak elképzelni ilyen alternatívákat, mert létezésüket természetesnek veszik születésüktől fogva. De mi, akik előbb léteztünk, és valamilyen módon okozói vagyunk az ő létezésüknek, pontosan látjuk, mennyi véletlenül múlt mindez. És a saját létezésünk is éppen ilyen bizonytalan a szüleink története felől nézve.

– Most legalább értitek, miért vettem el anyát – mutattam büszkén a felvételt a gyerekeinknek, akik közül hárman is idősebbek, mint az anyjuk volt akkor. A legnagyobb erre is meg tud felelni egy kaján mosoly kíséretében:

– Azt eddig is értettük. Azt nem értjük, ő miért ment hozzád. ◆



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

ROSSZ A LELKE MINDEN(KI)NEK?

Tudjuk ezt mindannyian a szívünk legmélyén. Szégyelljük, megpróbálunk védekezni ellene, lelket erősítünk, és feledni igyekszünk. De legtöbbször nem megy. Mert az az igazság, hogy tízszer annyira hat ránk, és nincs igazi ellenszere. Igen, a negatívumokról van szó. Egy rossz hangvételi bírálatról, személyeskedő veszekedésről, egy megakadályozott tervről. Arról, ami fáj, arról, ami nem sikerül, arról, ami kritizál. És amit mindannyian sejtve tudunk, azt sokszor a tudomány igazolja is. Nagy a szakirodalma annak, miért vagyunk ennyire nyitottak a rosszra. Miért nézzük többet és szívesebben a negatív hangvételi híreket, miért emlékszünk sokkal inkább arra, amikor bíráltak minket annál, amikor dicsértek, miért tud elromlani egy párkapcsolat néhány durva veszekedéstől, amikor annyi szeretet is volt-van benne?

- ◆ Az ember másként dolgozza fel a rosszat és a jót. Ahogy Baumeister és kutatótársai rámutattak, a rossz benyomások hamarabb megformálódnak bennünk, és sokkal ellenállóbbak a változással szemben, mint a jók.

Ez fontos védekező mechanizmusunk, amely a potenciális veszéllyel szemben figyelővé és óvatossá tesz.

Ezért nézzük-olvassuk-hallgatjuk mohón, hol volt baleset, járvány, felfordulás – felkészülve arra, hogy az ilyesmit elkerüljük. De ennél még összetettebb a negativitással való viszonyunk. Vizsgálatok bizonyították, hogy azt, aki negatív kritikát fogalmaz meg, okosabbnak látjuk, mint azt, aki pozitívát. Sőt, az is kiderült, hogy ha azt mondjuk valakinek, hogy okos hallgatóság előtt fog megszólalni, több negatívumot fog mondani, mintha nem kapott volna ilyen háttér-információt. A negatív információban, ezek szerint, valamiféle elemző, belátó képességet vélünk felfedezni. E szerint nem igazán hasznos egy kétes teljesítményre a „kritika-szendviccsel” visszajelezni – tudják, az elején és a végén a felpuhító jó, a közepén pedig a feketeleves, hogy a menü teljes legyen. Jobb volna előbb hallani a kritikát, és esetleg a végén a jót. Ebből a szempontból persze az sem szerencsés, ha gyerekeinket mindenért dicsérjük, mert így nem lesznek

elégé ellenálló a kritikával szemben, s a rossz hír hozójának nagyobb jelentőséget tulajdonítanak majd.

De a legérdekesebbek minden kutatás közül azok, amelyek a párkapcsolati elégedettség és a rossz impulzusok kapcsolatára vonatkoztak. Többek között Gottman, majd Vangelisti ugyanis arra jutottak, hogy a párkapcsolati elégedettség semmivel nincs olyan szoros összefüggésben, mint a negativitással.

Hiába nagy a szexuális érdeklődés, hiába gyakoriak az érzelmes üzenetváltások, ha megjelenik a negativitás, a párkapcsolati boldogság érzése csökken a felekben.

Ha pedig csökken a negativitás, miközben ugyanannyi marad a jó a kapcsolatban, akkor jelentősen nő az elégedettségük. Vagyis, különös módon, a jó a rossz hiányában virágzik, nem azt elnyomva.

Ezeket olvasva megkönnyebbülten gondoltam arra, hogy hiszen erről én már tudtam! Emlékeznek Önök is, ugye? Van egy „kutató”, aki mindezt már 2019 éve tanította és tanítja. Hogy ne ítélj és ne utálj. És aztán azt, hogy szeresd felebarátodat, mint tenmagadat. **Mert a jó nem a rossz ellensúlya, hanem a rossz hiánya.** Most, az elcsöndesülő novemberelőn, a fájdalmas, emlékező szeretet napjain ez a felismerés is erőt adhat nekünk. ◆



SZÖVEG –
SZÁM KATI

KÜLÖN VAGY EGYÜTT?

Lányiskolák és fiúiskolák

Bár évtizedeken át a koedukált iskolák számítottak haladónak, sok helyen – például Németországban vagy az Egyesült Államokban – újra egyre több az azonos nemű diákokat oktató iskola. Mi a lány- és fiúiskolák előnye? Két nagy múltú iskolában jártunk, a pesti Patronában és Pannonhalmán, a bencéseknel. Az intézmények két igazgatóját faggattam, akik maguk is „patrónások” és „pannonhalmiak” voltak.

◆ „ITT ÉRTELMSÉGI NŐKET KÉPZÜNK”

Rubovszky Rita, a Patrona Hungariae Általános Iskola, Gimnázium, Kollégium és Alapfokú Művészeti Iskola főigazgatója saját diákélményei közül leginkább a jó közösségre emlékszik. Az iskolaközpontban ma csak a gimnáziumban vannak lányosztályok, de ne gondoljuk, hogy csupán abban különböznek a többitől, hogy háztartástant tanulnak!

– Koedukált gimnáziumból mentem át, és semmilyen pluszelőnyt vagy -hátrányt nem éltem meg, de a hetvenes évek vége és a nyolcvanas évek nagyon más világ volt. Sokat elmond az akkori közösségről, hogy most volt a 35 éves érettségi találkozónk, és idén, az őszi szünetben tizenketten az osztályból elmegyünk pár napra Prágába. Van egy különleges, sokáig tartó varázsa ezeknek az iskoláknak. Az a közösség, amelyet a Patrona megadott – testvérosztályi kapcsolatban a piarista és a pannonhalmi diákokkal –, teljesen elég volt. Igazgatóként sem tulajdonítok ennek a kelleténél nagyobb jelentőséget.

– **Mekkora a különbség a koedukált és a lányosztály között szocializációban, közösségi életben és az oktatásban?**

– A lánygimnázium jó homogenitást ad a tanuláshoz, mert kevésbé alakul ki rivalizálás. A jó lánygimnáziumok

Európában mindenütt jól működő, szabályozott közösségek. A nők általában jól megszervezik a családjuk, a közösségeik életét, ebben erősek vagyunk anyaként, vezetőként, munkatársként. Osztott figyelmünk, erős közösségmegtartó erőnk van, a megérzéseinket kognitív szintre tudjuk emelni. Ha van jó diákönkormányzat, és tudják képviselni az érdekeiket, később majd egy civil szervezetben, egy munkahelyen már alkalmazni tudják ennek a technikáját. *Hári Ildikó* nővér jelenismeret óra keretében osztóó órát tart, ahol kommunikációt, emberi helyzetek megoldását tanítjuk, ez kemény tréning és meeting, bár nem osztályozzuk őket. Megismerik a saját szeretetnyelvüket, a családi értékeiket, feldolgozzák például a szégyen témáját. Segítjük őket, hogy ne gyerekpozícióból kommunikáljanak egy férfival, például egy állásinterjú vagy munkahelyen – ahogyan ez még ma is nagyon gyakori –, mert abban a pillanatban veszítik el a tiszteletet és a vezetői pozíciójukat, amikor nem felnőtt-felnőtt kommunikációs helyzetbe kerülnek valakivel.

– **Mindezt egy koedukált közösségben nehezebb lenne elsajátítani?**

– Igen. A Barbie baba- és áldozatszerepből mindenképpen szeretnénk őket kiemelni, mert ez nagyon erős még Magyarországon.



Rubovszky Rita az iskolaközpont kisebb lányával, akik még koedukált osztályokban tanulnak

– Úgy tűnik, van egy markáns női szerep a fejedben. Mondhatjuk, hogy ez az iskola víziója is?

– Tudatos döntés a részünkről, hogy itt értelmiségi nőket képzünk, és vezetőket is. És nemcsak a hagyományosan női hivatásnak tartott segítő szakmákba, hanem jogásznak, bölcsésznek, államigazgatási pályára is sokan mennek. Tévhit, hogy a keresztény konzervatív nő csak segítő szakmában dolgozhat, és az is, hogy a karrier nem egyeztethető össze a családdal. Az itt elsajátított kompetenciák segítségével a lányok a saját szakmájukban meg tudják védeni magukat ezek ellen, kovászai lehetnek fontos közösségeknek, magabiztosságra tesznek szert a konfliktushelyzetek kezelésében.

– Kérdés, hol nevelődnek az ő párjaik, akik mindezt értékelik...

– Igen, mai társadalomban a magának mindent megengedő autokratikus férfiminta mellett az elnöiesedő férfiminta is megvan. Már a gimnazista párkapcsolatokban is látszik, hogy hol az nem jó, ha egy fiú macsó, hol az nem, ha nem elég férfias.

– Ez a rendhagyó képzés nem vesz el sok időt a tananyagtól, amiből majd a karrierhez szükséges jó érettségiket kell megírni?

– Komoly egyensúlyozást igényel, de a munkaerőpiac olyan mértékben az együttműködés felé tolódott, hogy ez néha fontosabb a tantárgyi tudásnál. Én sok olyan gyerek kudarcának voltam tanúja, aki nagyon jó tanuló volt,



Patronás lányok csoportfoglalkozáson

mindig megfelelt a tanárainak, mégsem tudott sikereket elérni, mert abban a pillanatban, amikor reagálni kellett egy kulturális különbségre, egy politikai helyzetre vagy finom emberi reakciókra, nem tudta a lexikális tudását alkalmazni. Komplexszé vált ez a világ, még azoknak a szakmáknak a nevét sem sejtjük ma, amelyekből a gyerekeink élni fognak.

– Az iskolaközpontban nem csak lányosztályokban szerzel tanári tapasztalatokat. Mennyiben más a lányok között?

– Semmi sem kerüli el a figyelmüket: kisminkeltem-e magam, milyen ruhában, milyen hangulatban vagyok. Nagyon nagy elvárásaik vannak a tanáraikkal szemben, kevésbé megbocsátók, mint a fiúk, nehezebben viselik el a szóbeli bántást. Rettenetesen kritikusak a hiányos tudással vagy például az ápolatlansággal szemben. Mi viszont a fegyelemmel kapcsolatban nem vagyunk engedékenyek. Mert ezt a programot nem lehet úgy csinálni, hogy nem adja mindenki magát hozzá. Felveszünk tehetséges vidéki kislányokat, esetleg olyanokat is, akik otthon hajnalban keltek, mert állatokat etettek, vagy gyerekek van, és ez az egyetlen esélyük, hogy kibontakozhassanak. Ha kell, anyagi segítséget is adunk, de nagyon szigorú vagyok a szabályok betartásában. Ez csak így működik. Viszont a lányok olyan szeretetet és hálát, annyi pozitív visszajelzést tudnak adni! Nagyon fontos nekik a partnerség, rosszul viselik az álszentséget, a konzerv válaszokat.

– Pedig a Patrona régi híre...

– Nehéz volt a diktatúrában a legálisan működő egyházi iskoláknak. Mint az Abigélben...meg is tartottak, de sokszor a félelem túl erős burkot szótt szabályokból, aggodalmakból. Nehéz ezzel megküzdeni, ámuk és bámuk azon, ahogy velem egykorú nővérek mégis lépést tartanak a spirituális nevelés kihívásaival. Fontos nap mint nap felismerni, hogy ha egy 16-17 éves lány valamit kérdez, akkor arra válaszolni kell, és ha nincs válasz, akkor azt kell megmondani, hogy miért nincs. Sokszor a szülő támad minket azzal, hogy a mostani katolikus iskola nem ugyanaz, amelyikbe ő járt annak idején. Nekik a régi lelkigyakorlat kellene, a régi egyenruha. Pedig épp az ő gyereke nem fogadja már el azokat a válaszokat. Nem az értékeket lazítjuk fel, hanem a hagyományos értékeknek adunk új teret. Szent Benedek, az alapítónk, Gerhardinger Terézia anyja meg Kalazanci Szent József sem volt tradicionális a maga korában.

„A NEHÉZSÉG NEM A TÖRTÉNET VÉGE”

Egy napsütéses, őszi péntek délután szállunk ki a kocsiból a Pannonhalmi Bencés Gimnázium előtt. Sportoló fiúk az épület körül, néhány papucsban flangáló srác, a kapu nyitva, a környezet barátságos. A kedvesen fogadott vendég mégis érzi, hogy itt csak kívülálló lehet, legyen akár kíváncsi újságíró, vagy a gyerekének egy kis hazait hozó anyuka. És talán nem csak azért, mert nők vagyunk, és ez egy fiúgimnázium, ráadásul kollégiummal. **Juhász-Laczik Albin OSB**, a gimnázium és szakkollégium igazgatója az itt természetgyógyászoktól készült teával kínál. Mivel egykor ő is pannonhalmi diák volt, azzal kezdtem, milyen volt kamaszként egy koedukált iskolából fiúgimnáziumba kerülni.

– Az általános iskolai volt osztálytársaim már akkoriban is kérdezték, de nem éreztem furcsának. Abban az életkorban a legfontosabb a jó közösség. Ha arról kellene beszélnem, mennyiben volt más, mint például a későbbi koedukált egyetemi évek, meg tudom fogalmazni, persze lehet, hogy ez Pannonhalmra egyéb sajátosságainak is köszönhető. Itt soha nem volt olyan, hogy egy program, amit elterveztünk – kirándulás, foci vagy filmnézés – érdeklődés hiányában elmaradt volna. Nyilván azért is, mert a változatos programokhoz van kialakítva az egész kollégiumi menetrend. Szerintem, ha a csapat fele lány lenne, az egy másik dinamikát hozna. Így vannak abszolút értékek, mint például a sport.

– A tanulásban hol érhető tetten a különbség?

– Más a motiválhatóság. A fiúk általában nehezebben veszik rá magukat a tanulásra, de ha valamit megértenek, elkezdik őket érdekelni, utánajárnak, kutatnak. A fiúkat a belső rendszer, logika inspirálja, persze, gondolom, vannak ilyen lányok is. Arra nagyon nehéz rávenni a fiúkat, hogy mondjuk a német rendhagyó igealakokat bebiflázzák, azonban izgatja őket, miért jöttek létre ezek.

– Sokan úgy vélik, hogy kamaszkorban szóbeli felelés-kor plusz stresszt okoz az ellenkező neműek jelenléte. Ez később is megjelenhet, mondjuk az egyetemen vagy a munkahelyen egy prezentációnál, ráadásul számukra előzetes tapasztalat nélkül.

– A stresszkérdés nagyon összetett. Van, akinél a lányok jelenléte optimalizálná, van, akinél pont az optimumról mozdítaná el a koncentrációt. Mondok egy távolabbi példát: nagyon büszke voltam magamra, milyen modern vagyok, hogy okostelefonos applikációt használok a számonkéréshez. Aztán amikor kiértékeltek a diákokkal az új módszert, kiderült, hogy valakinek az okozott stresszt, hogy az applikációval adott időre kell válaszolnia a kérdésekre igennel vagy nemmel.

– Tehát hasznos, hogy bizonyos érzelmi és hormonális indítékokat le lehet választani az iskolai jelenlétről. De a szocializáció nem sérül? Megtanulnak jól kommunikálni a lányokkal?

– Sok volt pannonhalmi diákkal vagyok kapcsolatban, esketek is, és rá szoktam erre kérdezni. Az összejöveteleken látszik, hogy a lányok kicsit kívül kerülnek az öregdiák csapaton, úgy érzik, mintha a fiúk más nyelvet beszélnének. De Pannonhalmra benne él Európa és a világ virtuális valóságában, manapság ennek hihetetlen jelenléte van. Ezen keresztül sok kapcsolatot tartanak a kinti világgal, nincsenek elzárva a feminin résztől, bár a hétköznapijaink nagy része valóban egy maskulin világban zajlik. Havonta utaznak haza hosszabb időre, kéthetes szüneteket kapnak, rengeteg barátnő van a háttérben.

– Van azért minden fiúkollégiumnak bizonyos militárista jellege, és ebbe a rendbe be kell avatódnia az újaknak. Egy katolikus iskola szellemisége mennyire garancia arra, hogy ne legyenek kegyetlenkedő beavató rituálék?



Juhász-Laczik Albin a tanteremben

– Ez egy óriási, időszerű kérdés. A kamasz többnyire a felszínen lázad, de mélyen hihetetlenül konzervatív, a leggyilkosabb számára az, ha nincs kiszámíthatóság és következetesség. Ilyen szempontból Pannonhalma egy szerencsés hely. A beavatás szent dolog, rítusokra szükségünk van, ezeknek meg is vannak az iskolai keretei; sok osztály ír fogadalmat, amelyet 12-ben fölolvassanak, hogy megtartották-e? Van bencés jelvényünk, ünnepi viseletben, öltönyben megyünk misére. Viszont az a fajta rituálé, amelynek során megalázzuk, úgy mond „férfivá avatjuk” a kisebbet, tűrhetetlen. Ez ellen mindenféle közösségnek fel kell lépnie. Az első négy hét után csinálunk egy programot külső szakemberekkel. Elsősorban azt magyarázzák el, hogy ha neked egy helyzet nem tetszik, akkor abból kiléphetsz; ha rossz érzés kezd benned kialakulni, ne nyomd el! Szent Benedek is azt írja, ha egy rossz gondolat alakul ki benned, azt már az elején csapd Krisztushoz, a sziklához. Ez néha még a felnőttek számára is nagyon nehéz. Ilyenkor addig menj, amíg valaki meg nem hallgat, komolyan nem veszi, nem kezd el segíteni. Ezt negyedik éve csináljuk, így a mobbing ellen erősen felvérteződhet egy-egy osztály.

– A szülők elhozzák ide a kiskamasz fiukat, és pár év múlva egy felnőtt férfit kapnak vissza. Könnyű vissza illeszkedni a családba?

– Pannonhalmán megtanuljuk, milyen nem otthon lenni vagy otthon vendégnek lenni. Ennek is megvan a művészete. Sokszor egy kamasz elmenekül otthonról, érthetően, de tapintatlanul és szeretetlenül. Nekünk felelősségünk van a kapcsolatainkért. Amikor a kis kilencedikesek először hazamennek, mindig elmondom



A pannonhalmi élet nemcsak az iskolapadban zajlik

nekik, hogy az első hazautazás nagyon fontos, mert akkor tanulunk meg vendégként otthon lenni. Majd mindenki a lábatok elé borul, hogy fiam, pihenj, egyél, pihenj, egyél; de akkor is vigyétek le a szemetet, mosogassatok el, vigyétek le a kutyát, lássák, hogy jó fiúk vagytok.

– Az egyik legkritikusabb s egyben legfogékonyabb korban négy évig a családtól távol vannak. Zajlik az iskolában családi életre nevelés?

– Tantárgyként nem tudnám elképzelni, vagy szakkörként, mint például az autószerelést vagy a fafaragást. De minden osztálynak van olyan lelkigyakorlata, ahol ez a téma. Én az osztályaimnak például meghívtam egy házaspárt, akik beszéltek hűségéről, szexualitásról, veszekedésről, és mindenről, ami felmerült a diákokban kérdésként. A krízisekkel való szembenézést és a kitartást itt, ebben a szoros közösségben mindenki megtanulhatja, hogy a nehézség nem a történet vége, hanem olyankor mélyebbre juthatunk a kapcsolatainkban és ez a házassághoz, a hűséghez nagyon fontos. Az otthontól való távolság egyébként meg is növelheti az igényt a valódi kommunikációra. Az a diák, aki a várkörüket róva telefonon beszél az édesanyjával, talán közelebb kerül hozzá, mint otthon, a családi hétköznapiakban, amikor megkérdézik, mi volt a suliban, és azt feleli, hogy semmi.

– Mi az, ami mára a legtöbbet változott itt?

– Ma már a diák választ iskolát, nem a szülő. Mi azt mondjuk a szülőknek, ne hozza ide a gyereket, ha a fiú maga nem akarja, mert akkor annyi energia elmegy fölöslegesen! A nehézségeken többnyire átsegít a szabad döntés: ezt én akartam, az én választásom. ♦



OTTHONOSSÁG ÉS MEGLEPETÉS



Sokéves rutinunk van az alsópáhoki Kolping Hotelben. Voltunk ott csecsemővel és voltunk kamaszokkal. Voltunk tavasszal, nyáron, ősszel és télen is. Hétvégén és hétközben. Jubileumi alkalommal, amikor német vendégekkel gulyásoztunk a parkban, és tűzijáték mellett vacsoráztunk – és uborkaszezonban, amikor a kevés vendég egyikeként kiváltságos nyugalomban volt részünk. A mi családjában történetek tömege kapcsolódik a Kolping Hotelhez. Nosztalgikus, szép részei ezek a családi legendatárnak.

- ◆ A családi nyaralásnak mindig van kockázata. A családfő feladata a folyamatos készenlét, szemmel tartani a pihenésre vágyó feleség lelkiállapotát, az élményre vágyó kicsiket, az étkezési időpontokat váró nagyokat, mert egy család csak akkor boldog, ha minden tagja az. És persze mindeközben egy jó úszás, egy finom vacsora, egy élménydús kirándulás a felnőtteknek is jár. Ahhoz, hogy ennyiféle igény egyszerre teljesülhessen, olyan körülmények kelljenek, amelyek között biztonságban érezhetjük a szeretteinket. Biztonságosan boldogan.

Amíg egészen kicsik voltak a gyerekeink, annak éreztük jelentőségét, hogy már a csomagolásnál kisebb volt a stressz-szint. Tudtuk, hogy nincs az a babafelszerelés, amit a legjobb minőségben ne teremtenének elő nekünk, ha otthon hagynánk. A szokásosnál kevésbé megpakolt csomagtartóval lehetett elindulni, maradt hely a saját könyveinknek meg túrabakancsainknak. Vagy csak arról van szó, hogy jutott energiánk arra, hogy a magunk boldogságát biztosító tárgyak is bekerüljenek, ne csak a gyerekek menetfelszerelése?



Aztán a kamaszainknak unalmassá vált minden „családbarát” hely – hiszen az óvodai animátorok és a vicces kabalaállatok már nem szórakoztatják a tiniket. Alsópáhokra viszont szívesen jöttek, hiszen a wellness folyamatosan fejlődő szolgáltatásai, a kültéri játékpark és a nagyon jól felszerelt edzőterem (na meg az ingyen wifi) őket is meggyőzte.

Miután rendszeres visszajárók lettünk, a figyelmes fejlesztési folyamatot értékeltük nagyon. Volt, hogy megfogalmaztuk, milyen jó lenne az új játszóház mellé néhány kényelmes kanapé a gyerekeket őrző szülőknél – és legközelebb ott állt a kanapé. Akkor azt gondoltuk, milyen jó lenne ide a kanapé mellé egy bár is, hogy ha már az ugrálást kell nézni egy órán át, legalább ihassunk egy kávét, ne adj’ Isten egy koktélt... És nem hiszik el, de legközelebb ott volt a bár. Ebben az időben azt gondoltuk, gondolatolvasók ezek, vagy mi... Pedig csak megpróbáltuk TÉNYLEG a szülők fejével gondolkodni, és ez sikerült is nekik.

Mára hozzászoktunk a jóhoz. Akinek adottság a bár meg a kanapé, annak talán fel sem tűnik, hogy ez bizony egyfajta szálláshelyi ergonómia, igazi vendégre szabott kényelem. Ha valahova nyugodtan indulok el – bár már nincs szükségünk kiskádra, etetőszékre meg műanyag motorokra – akkor az a Kolping Hotel. Mert tudjuk, hogy anya is, apa is, a nagyfiúk is meg a kislányunk is meg fogja találni a számítását, és hagyjuk egymást boldognak lenni az itt tölthető napokban. Ez az igazi „hurrá nyaralunk!” életérzés. ♦

(x)

MINDEN KÖRÜLÖTTED FOROG

**NEKED VÉGRE A
TELEFONOD IS PIHEN.
NEKI FELEJTHETETLEN
NAPOK APÁVAL.**

kolping.hotel.hu



Díjazzuk a családbarát médiát!

A Média a Családért-díj évek óta rangos elismerése azoknak az újságíróknak és szerkesztőknek, akik a nyomtatott, az elektronikus vagy online sajtóban következetesen kiállnak a családi élet értékei mellett. A díjat a Képmás szerkesztősége hívta életre 2007-ben, és a Média a Családért Alapítvány osztja ki.

Az évi 12 jelöltet nyolctagú szakmai zsűri választja ki a print és elektronikus médiamegjelenések közül. Az aktuális hónap győztesével interjút olvashatnak lapunkban.

Decemberben választjuk ki a **Média a Családért-díj** 2019 magyarországi és külhoni díjazottjait, akik 500 000 Ft jutalmat kapnak.

Bővebb információ: www.mediaacsaladert.hu,
facebook.com/mediaacsaladert



SEGÍTSEN MEGTALÁLNI A HÓNAP JELÖLTJÉT!

Ajánljon olyan nyomtatott vagy elektronikus sajtóban megjelent, illetve rádióban, televízióban sugárzott anyagot, országos vagy határon túli médiából, amely a családot mint értéket jeleníti meg!

Javaslatát az info@mediaacsaladert.hu címre várjuk.

AZOK KÖZÖTT, AKIK A KRITÉRIUMOKNAK MEGFELELŐ JELÖLÉST (ÚJSÁGCIKKET, RÁDIÓ- VAGY TÉVÉMŰSORT, ONLINE TARTALMAT) KÜLDENEK NEKÜNK, HAVONTA KISORSOLUNK EGY AJÁNDÉKOT.

NOVEMBERI JELÖLT



Dudics Emese



Dudics Emese Debrecenben végzett jogászként, de világ életében írni szeretett volna. Tizenöt éve tevékenykedik újságíróként. A Marquard Mediánál öt éve dolgozik, jelenleg az Éva és a Gyereklélek magazinok főszerkesztő-helyettese.

KELL A KORLÁT

Hol a határ? – teszi föl a kérdést cikke címében Dudics Emese, aki a szülők mindennapi dilemmáit járta körül. Mennyire legyünk szigorúak a kicsikkel, hogyan állítsunk föl számukra szabályokat? A Gyereklélek magazinban megjelent írás a Média a Családért-díj novemberi jelöltje lett.

◆ A témákat az élet hozza, erre Emese cikke is jó példa: kislánya négy éves, így nap mint nap szembesül olyan helyzetekkel, amelyek elgondolkodtatják. Nehéz például konfrontálódnia a gyerekével, de igyekszik fejlődni. Reméli, hogy mindig előrébb jut, hogy egyre jobb szülővé válik. Környezetében is sokszor kerül elő a téma, azt tapasztalja, más szülők is hasonló problémákkal, kihívásokkal küzdenek. Nemet mondani nehéz. „Kérdés volt számomra, hogyan lehet a gyerekeknek jól és okosan korlátokat szabni, átlátható keretrendszert felállítani. A cikk egyfajta eszköz is volt számomra ahhoz, hogy a témának utánajárjak” – mondja. Cikkéhez *Jan-Uwe Rogge* Kell a gyerekeknek a korlát, *Pamela Druckerman* Nem harap a spenót, valamint *McMenemy Márk* Daddy Cool című könyvét egyaránt fölhasználta, olvasóinak valamennyit ajánlja.

„Az, hogy valóban szükség van a korlátok felállítására, csak most tudatosult bennem: a gyerekek és a szülőknek is jó, ha van egy keretrendszer, amihez tarthatják magukat. Fontosnak tartom azt is, hogy ilyenkor a szülőt ne ragadják el az indulatai, tudjon nyugodtan, higgadtan kommunikálni. El kell fogadni, hogy a szabályok felállításával a gyerekeknek nem ártunk, sőt, mindez hasznukra válik” – emeli ki Emese.

Ugyan cikkébe nem fért be, de *McMenemy Márk* könyvére főleg azért hivatkozik, mert szerepel benne egy interjú *Dragomán Györggyel*, aki arról is beszél, hogy szerinte a szülő-gyerek kapcsolat a legdurvább hatalmi viszony. Ebben az író említi, hogy szülővé válása előtt ő is rengeteget dilemmáztott azon, hogyan tud bölcsen élni hatalmával. „Nekünk, szülőknek ezt nagyon finoman kell belőnünk. Tudnunk kell, hogy a szülő-gyerek kapcsolatban mi vagyunk az irányítók, nekünk kell vezetnünk a gyereket, de mégsem szabad autoriter módon gondolkodnunk. A kérdést talán nem is a hatalom, hanem a felelősség felől kell megfognunk” – magyarázza a szerző. Tehát szülőként ne azért mondjuk meg a gyerekeknek, hogy mit kell csinálnia, mert hatalmunk van fölötte, hanem a szülői felelősségből kifolyólag. Mert többet tudunk a világról, mert jobban látjuk, mi lesz jó a gyerekeknek. Emese cikkében *Köhler Kata* pszichológus, négygyermekes anya is megszólal, aki többek között azt hangsúlyozza, hogy a szabályok mellett a rugalmasság is fontos, és az is, hogy olykor elnézőek tudjunk lenni saját magunkkal. ◆