



SOHA NEM EGY KAMERAÁLLÁS VAN

Fischl Mónika neve összeforrott a *Csárdáskirálynő*vel, bár repertoárja ennél sokkal gazdagabb, beszélgetésünkön épp a *János vitéz* bemutatójára készült. **Vadász Dániel** énekési karrierje után kulturális menedzserként szerzett nemzetközi hírnevet; nagyszabású projektjeinek közös mottója az együttműködés. A váltás nem könnyítette meg a magánéletüket, a mindennapjaik állandó része a szervezés; így biztosítják, hogy jusson idejük egymásra és lányukra is.

◆ – Nagyon nehezen sikerült találkozunk.

Mindig ilyen telített a naptáratok?

Mónika: Nem, de az évi kétszeri két-három hónapos próbaidőszak ilyen: minden délelőtt próba, este fellépés, sokszor hétfőig is. Máskor azért sokkal lazább. Dani viszont már vagy öt éve „civil” életet él, ő is nagyon elfoglalt, de teljesen más beosztás szerint dolgozik – ilyenkor valóban jóval kevesebbet találkozunk, miközben korábban naponta együtt dolgoztunk. Próbaidőszakban Püspökladányról Szentendrére költözik Dani édesanyja, ilyenkor ő vigyáz a lányunkra, és az én anyukám is sokszor be tud nekünk segíteni.

Dániel: Volt egy hosszú, közös időszakunk az Operettszínházban, amiből én fokozatosan kiléptem, most kulturális menedzserként és producerként dolgozom. Néha vannak közös munkáink, mint például a *Budavári Palotakoncertek*, de általában külön és különböző ritmusban dolgozunk. A Palotakoncertek és több nemzetközi turné szervezése mellett a *Virtuózok* egyik tulajdonosa is vagyok. Egy másik projektünk a *Co-Opera*, aminek keretében opera- és színházi produkciókat

turnéztatunk itthon és külföldön; évente több mint száz előadást szervezünk. Éppen az új produkciónk, a *Szöktetés a szerájból* bemutatójára készülünk, és közben a „Bánk bán 2020” projektünk előkészítésén is dolgozunk. Most készítünk elő egy nemzetközi karmesteri versenyt rögzítő televíziós műsort is. A saját vállalkozás azonban nagy függetlenséget is jelent. Reggelente elviszem a lányunkat suliba, nyolctól délutánig dolgozom, és még ha beesik is egy-egy esti program, a hétvége nálam már évek óta a családról szól, ugyanis több mint húsz év színházi munka után, néhány éve végleg felhagytam a hétfői munkával. Annak is nagyon örültem, hogy például a múlt héten el tudtam kísérni a lányomat egy németországi táncbajnokságra, öt napra. Ezt korábban nemigen tehettem volna meg. Emellett igyekszem arra is figyelni, hogy a barátaimmal rendszeresen találkozunk.

– Mónika, te is tudsz időt szánni a felnőttbarátságokra?

Mónika: Szerintem az embernek csak egy-két igazi barátja lehet, velük én is igyekszem rendszeresen tartani a kapcsolatot. Szerencsés vagyok, mert a színházból is



nyertem egy igaz barátot, sok élményünk van a közös turnék és a munkák kapcsán is. Dani előző válaszához kapcsolódva hozzátenném, hogy bár az utóbbi években nem énekel, próbálom befolyásolni őt ebben. Tudom, hogy fontos neki az éneklés, én pedig nagyon szeretném, ha legalább néha újra együtt dolgoznánk a színpadon is. Erre egyébként rendszeresen jönnek visszajelzések a nézőktől is, sokan kérdezik, mikor hallhatják őt megint énekelni. Persze tudom, hogy most nagy dolgok vannak készülőben, de nála ez tulajdonképpen mindig így van. Minden elfoglaltsága mellett Dani nagyon jó apa, igazán sok időt tölt Larával. Lányunk pedig nagyon szeret az apjával „bandázni”, ezt a legutóbbi közös utazásuk után is emlegette.

- Két erős egyéniség munkahelyi szerelme a titek. Hogyan csiszolódtatok össze?

Mónika: A Csárdáskirálynő próbáin, még 2001-ben ismerkedtünk meg, én voltam a primadonna, Szilvia,

Dani pedig a bonviván, Edvin. Sokan emlegetik azóta is, mennyire vibrált a próbák során köztünk a levegő. A színpadi szerelem igazivá lett, és azóta is ez adja a kapcsolatunk alapját. Pedig az első pillanatban ezt nem gondoltuk: emlékszem, Tokióban sétáltunk az utcán néhány kollégával, be akartunk térni egy vendéglőbe, Dani viszont a helyi gyorsétterembe akart menni, és az egész csapatot eltérítette. „Na, ezzel az emberrel én biztos nem jönnék ki civilben egy percre sem” – gondoltam akkor. Aztán mégis győzött a szerelem... (nevet)

Dániel: Mindketten erős egyéniségek vagyunk. De mindketten sokat hatottunk egymásra, pároságokban is. Én nagyon hiszek abban, hogy minden párkapcsolat interaktív. Móni például tudja, mennyire szeretem a hétvégi közös reggelit, és akkor is elkészíti, amikor éppen – szerintem feleslegesen – néha fogyókúrázok. Vagy: sokáig aggódtam a lakberendezési boltok sorsáért, de már nem kell, fő támogatóik vagyunk. (nevet) Larával csak olyan tárgyakat hoztunk Németországból, ami anyának tetszik. ➤

Van egy kedves barátom, aki azt szokta mondani: nézzük meg ugyanazt egy másik kameraállásból is. Ugyanis soha nem egy van. Annak ellenére, hogy mindketten erős egyéniségek vagyunk, a nekünk fontos embereket úgy próbáljuk magunk mellett tartani, hogy az ő kameraállásukat is időre időre megpróbáljuk magunkévá tenni – a kis dolgoktól kezdve a nagyokig. Aki ezt nem tudja kicsiben megtenni, nagyban sem lesz sikerélménye.

– Hogyan változott meg életetek lányotok érkezésével? Gondolom az ő életének is szerves része a zene.

Mónika: Minden más másodlagossá vált. Amikor a szülei szabadság után visszatértem a színpadra, Larát is vitük magunkkal minden turnéra, bejárta velünk az egész világot. Volt, amikor mindkét nagymama elkísért minket – nemcsak a gyerek miatt, hanem egyszerűen ezeket a kalandokat velük együtt akartuk megélni. Lányunk háromévesen az oviban egyórás kivetítés előadást tartott az utazásairól. Ő is sokat gazdagodott az utazásokkal, szorgalmas, sok mindenre nyitott, különösen a zenére, annak minden műfajára.

Dániel: Az volt a célunk, hogy Larát nyitottá tegyük a világra és a zenére is. Oviba, majd a suliba menet az autóban egy dalt ő, egy dalt pedig én választottam. Később együtt zenéltünk, a klasszikus darabok mellett immár elég nagy közös könnyűzenei repertoárunk is van. A nappaliban a zongora mellett két gitár is van és én majd' elrepülök az örömtől, ha azt kéri, üljek mellé is eljátszani valamit. Zongorázásában édesanyja érzékeny zeneiségét tisztán hallani; igazából az lett volna a csoda, ha Móni muzikalitásából nem örököl.

Mónika: Külföldi turnéink Lara iskolába kerülésével is folytatódtak. Alsóban fantasztikus tanító nénije volt, Helga néni, aki mindenben támogatta, elengedte, de mivel jól tanult, ebből sosem volt probléma. Mostanra változott a helyzet, felsőben már nehezebb pótolni a kimaradásokat, közös utazásokat csak a szünidőkben tudunk szervezni. A hétköznapokat pedig igyekszünk úgy szervezni, hogy mindhármunk élete beleférjen.

– Mindketten nagyon fontosnak tartjátok az együttműködést, a Co-Opera nevében is benne van. Miért?

Dániel: Fiatalkoromban nem értettem, hogy a Figaro házasságát miért mutatják be két külön produkcióban, ugyanabban az évadban Debrecenben és Szegeden is, miért nem ugyanazt az előadást mutatják be egymás után több helyen. A szakmában hosszú évek óta sokan beszélünk arról, milyen jó lenne az ilyen jellegű

együttműködés, de a gyakorlatban csak néhány éve indult el, a mi kezdeményezésünkre. Nem kis kihívás kialakítani az együttműködést a színházak között és magát az előadás-sorozatot koordinálni. Maga a kooperáció egyébként egyszerre működik művészeti, logisztikai, és természetesen gazdasági síkon is.

Mónika: A színházi életben az alkalmazkodás nem könnyű, de ha a vezetők elkötelezettek, akkor igenis komoly eredményeket lehet elérni. Daniék jövő évi nagy projektjének, a Bánk bánnak a próbáit Vidnyánszky Attilával már egy évre előre is lehet tudni. Reméljük, elterjed ez a fajta hozzáállás, az előadóművészek függése csökken, munkájuk és magánéletük így kevésbé lesz hektikus, tervezhetőbbé válik. A csapatmunkát egy másik téren is fontosnak tartom: az iskolában. Nagyszerű, amikor a suliban olyan feladatokat kapnak a gyerekek, amelyekben csoportokban kell dolgozniuk. Ha gyerekkorban ez rendszeressé válik, biztosan sok hasznát látja majd minden közösség, ahol ezek a gyerekek viszik tovább a megtanult mintákat.

Dániel: A közoktatás megérne egy külön beszélgetést. Ha rajtam múlna, a lexikális tudás helyett a gyerekek általánosban csak zenével, képzőművészettel, sporttal és sok játékkal foglalkoznának. Közben kiderülnének a készségeik, és egy egészen más oktatási rendszerben segíteném őket, hogy jobban értsék a saját helyüket a világban, a társas kapcsolataikat, és emellett igyekeznek a logikus gondolkodásra sarkallni őket. Ezután tanulnának olyan fontos dolgokat, mint például, hogyan táplálkozzanak egészségesen, hogyan vigyázzanak érdeemben az őket körülvevő természetre, ha már a szüleik generációjának ez nem igazán sikerült.

De visszatérve a munka világába, én a családbarát munkahely híve vagyok. Az irodai kollégáimnak is mindig mondom: hétvégén csak kivételes esetben dolgozzanak, hiszen csak az tud jól teljesíteni a munkahelyén, akinek a magánélete is rendben van. Az előadóművészetben dolgozó kollégák számára ez egy nagyobb kihívás, de sok művész barátunknak van még szép családi élete a környezetünkben, akinek fontos a család, az vigyáz is rá. Nagyobb kitekintésben úgy érzem, hogy az emberiség előtt komoly kihívások állnak, és ha nem sikerül összeegyeztetnünk a céljainkat, ha nem tanulunk meg igazán együttműködni, akkor az komoly gondokat okozhat a jövőnkben. Mindezekkel együtt mi bizakodóak vagyunk, rengeteg fiatal ismerünk, akik felelősségteljes életet élnek, közös célokért tesznek nap mint nap. Velük együtt igenis lehetőségünk van napról napra kicsit jobbá és teljesebbé tenni az életünket, a világunkat. ♦

FUTÓARCOK

A HOBBIFUTÓK KÖNYVE

LUBICS... MARÁZ... BÓDIS... BAJI... CSÉCSEI...
SZŐNYI... CSANYA... BOGÁR... ÉS SOK-SOK
ISMERT MAGYAR FUTÓ



NAGY MÉRETŰ
KEMÉNY TÁBLÁS
ALBUM KÜLÖNLEGES KÉPEKKEL

4990 FT

KÖZELEBB HOZZUK A PÉLDAKÉPEKET!
KAPHATÓ A KÖNYVESBOLTOKBAN, VAGY RENDELJE MEG
A WWW.LAPCENTRUM.HU OLDALON!

**CSUPA
SPORT**

**nemzeti
sport**
www.nemzetisport.hu

REGISZTRÁLT AZ EDESKISBABAM.HU
OLDALON, IGÉNYELD ÁTVEVŐKÓDODAT,
ÉS VEDD ÁT PROMOBOKS
VÁRANDÓS CSOMAGODAT
AZ  **alma**
gyógyszertárak -BAN!



www.edeskisbabam.hu



Promobox

Az első pillanattól...

www.promobox.hu
varandoscsomag@promobox.hu



SZÖVEG –
KŐLNEI LÍVIA

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

NAGY ELŐDÖK NYOMÁBAN

GRÓF BATTHYÁNY ÁDÁM ÉS CSALÁDJA

Gróf Batthyány Ádám történelmi nemesi család sarja, a boldoggá avatott *Batthyány-Strattmann László* unokája. Átérti ennek a szellemi örökségnek a felelősségét, ugyanakkor jó humorú, életvidám ember. Feleségével, *Batthyány-Schmidt Margittal* és két gyermekükkel, *Katalinnal* és *Boldizsárral* együtt ők alkotják a család Magyarországon élő ágát. Tevékenységük fontos eszköze a Magyar Batthyány Alapítvány.

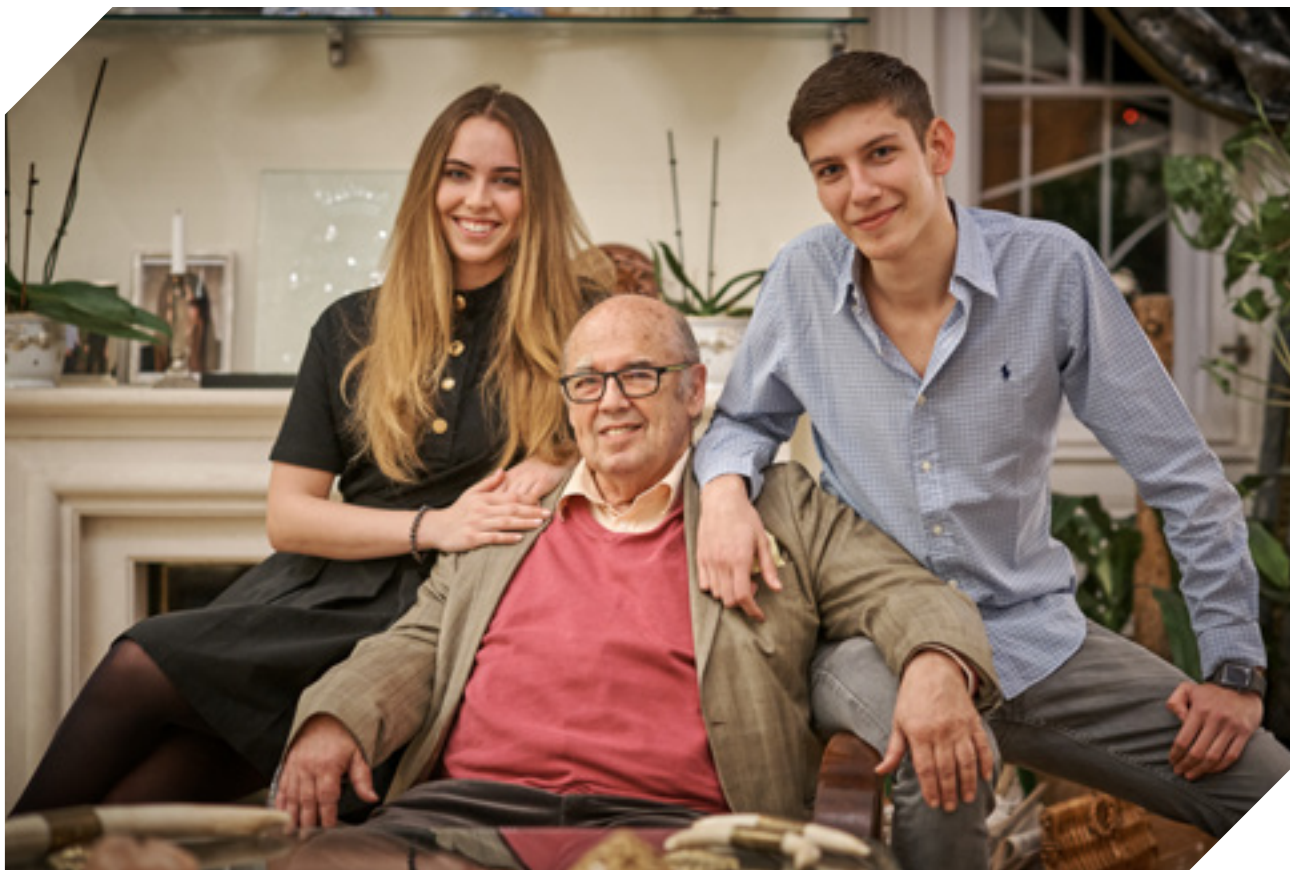
◆ „Batthyány-Strattmann Lászlóról apám és a testvérei mindig úgy beszéltek, mint egy »superman«-ról. A gyerekei a jótékonykodást tőle tanulták. A nagyobb rokonságban persze már volt, aki a karitatív cselekedeteit pénzszerűságnak tartotta, de mi ezzel nem törődtünk. Sajnos évekkal a születésem előtt meghalt” – így idézi fel Batthyány Ádám nagyapja meghatározó emlékét, aki hercegi rangjához méltónak tartotta a szemészorvosi munkát, a kórházalapítást és a szegények ingyenes orvosi kezelését.

A család előttte sem szűkölködött kimagasló egyéniségekben. Itthon a legismertebb kétségtelenül Lajos, az 1848-49-es szabadságharc vértanú miniszterelnöke. Ádám grófnak mégsem ő a példaképe. „Az én példaképem I. Batthyány Boldizsár, Mátyás király munkatársa. Nemcsak jó hadvezér volt, hanem ügyesen gyarapította a vagyonát is. Róla kapta nevét a fiam.” A pénzügyek értő kezelése bizonyára szintén családi örökség, hiszen Batthyány Ádám sikeres pénzügyi karriert futott be, több nagy bankot is irányított. 1989-ben a nehéz helyzetben lévő

erdélyi magyarok számára szervezett nagy volumenű pénzgyűjtést. Ilyen pénzügyi jártassággal, történelmi tapasztalattal és kapcsolatrendszerrel nem csoda, ha Antall József felkérte tanácsadójának és támogatójának. „Összebarátkoztunk, szimpatikusak voltunk egymásnak. Irodát kaptam a miniszterelnöki hivatalban. Németül beszélgettünk, mert akkor én még nem tudtam magyarul. Azt mondta: ezt a nyelvet nem lehet megtanulni ötvenéves kor után, ebben benne kell élni. Találj magadnak egy szép magyar lányt.” Nem is kellett messze mennie, mert a miniszterelnöki hivatalban ismerte meg Schmidt Margitot, aki felesége és két gyermekének édesanyja lett, és ma az Alapítvány fáradhatatlan elnöke.

A Magyar Batthyány Alapítvány jelképezi és képviseli a magyarországi család törekvéseit: a Batthyány-dinasztia történelmi emlékezetének őrzését tudományos kutatásokkal, konferenciákkal, kulturális rendezvényekkel. „A Batthyány család szellemi örökségének visszahozatala azért is fontos, mert a rendszerváltásig itt egyedül Kossuth Lajos neve

Támogatott tartalom



fémjelezte 1848 örökségét, Batthyány Lajosról mellette alig esett szó. Ezt a történelmi torzítást ideje megszüntetni, és a kor vezető egyéniségeit valós értékük szerint becsülni” – mondja gróf Batthyány Ádám. Mindezt pedig a nemzet tagjainak boldogulásáért, a haza gyarapításának szellemében teszik, mert ahogy frappánsan megfogalmazta: „Az alapítvány célja, hogy segítsen a nemzetnek.”

A Batthyány nevet Magyarországon Katalin és Boldizsár viszik tovább. Mindketten egyetemisták. „Az egyetemeink szembenéznek egymással a Duna-parton, és a tárgyaink háromnegyede is hasonló” – mondja Kata, aki a BME-n nemzetközi gazdálkodást tanul. Ha végez, egy éttermet szeretne nyitni, amely a Batthyány család hagyományos színeit viseli és ízeit kínálja majd. A családnak ugyanis gazdag gasztronómiai öröksége is van, Kata sorolja is a bevált, régi recepteket. Édesapja boldog büszkeséggel szól közbe: „Nagyapám, boldog Batthyány-Strattmann László 1922-ben egy fiatal lányt küldött Párizsba, hogy ott a Ritz Szállóában tanulja ki a szakácmesterséget.

Ő később, 1945-ben velünk jött Ausztriába. Én tőle tanultam sok mindent, imádok főzni, Kata pedig tőlem is tanult.” „Papi nagyon finom szószokat tud készíteni, az éttermem kínálatában ezek is benne lesznek majd – tervezi Kata, előbb azonban be kell fejeznie a megkezdett gourmet-tanfolyamot is, mert nemcsak a vállalkozáshoz, hanem az ételek készítéséhez is értenie kell. – Budapesten nyitom meg az éttermet, de ha megszerzem a Michelin-csillagot, megyek majd külföldre is.”

Határozott jövőkép bontakozik ki Boldizsár szavaiból is: „A Corvinuson tanulok gazdálkodás és menedzsment szakon. Később saját mezőgazdasági vállalkozást szeretnék indítani. Nagyjövőt látok ebben, mert enni mindig kell, és nem mindegy, mit és milyen minőségűt.” Arra a kérdésre pedig, hogy milyen jótékonyági cselekedetet éreznek fontosnak, mi áll közel a lelkiütlekükhöz, így felel: „A magyarok öntudatának erősítéséhez szívesen adnám az erőmet, mert ezt hiányosnak érzem.” Kata hozzáteszi: „Az én példaképem boldog Batthyány-Strattmann László. Ha csak egy kicsit meg tudnék valósítani az ő életpéldájából, az már nagyon jó lenne.” ♦



SZÖVEG –
NÉMETH ZSÓFIA, SZÓNYI LÍDIA pszichológusok

SOROZAT –
EGY TÖRTÉNET, SOK KÉRDÉS

KONTROLL NÉLKÜL

Nora Fingscheidt megrázó drámája, a *Kontroll nélkül* rengeteg kérdést vet fel. A filmben válaszok helyett csak széttárt kezeket, tanácstalan tekinteteket és gondterhelt szakembereket látunk, akik képtelenek mit kezdeni a kislánnyal, aki szeretetteljes kapcsolatok nélkül, állandó belső hiányérzettel és kontrollvesztett dühvel éli az életét. Válaszaink nekünk sincsenek. Mégis fontosak ezek a kérdések, mert fájdalmasan aktuálisak, és a hazai ellátórendszerben is sok gyermeket érintenek. A Szemrevaló filmfesztiválon kerekasztal-beszélgetés is volt a téma kapcsán, amelyen részt vett *Dr. Nagy Péter*, a Vadaskert Alapítvány kórházigazgatója; *Uray Gergely*, a Fővárosi Gyermekvédelmi Központ szakértője; *Richter Júlia*, a Traumaközpont szakmai koordinátora és *Könyves Kriszta*, a Hintalovon Alapítvány Yelon programjának szakértője.

◆ A TÖRTÉNET

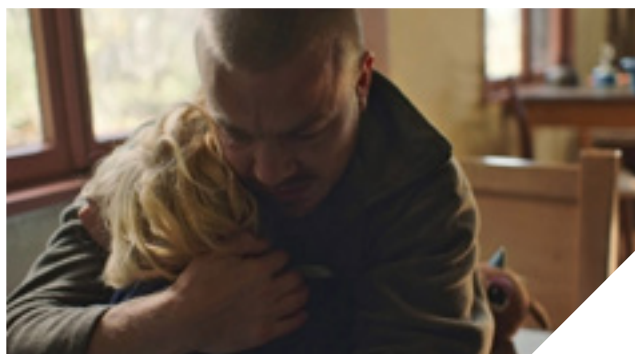
A történet főszereplője a 9 éves Benni (*Helena Zengel*), aki-ben első látásra nincs semmi különös. Szőke haj, csillogó szemek, élénk rózsaszín ruhák, szeretetre méltó külső és éleslátás. Közelebről megismerve Benni mégsem hétköznapi gyermek. Édesanyjától és két kisebb testvérétől távol, a német ellátórendszerben sodródik nevelőszülőktől nevelőszülőig, intézménytől intézményig. Bárhová kerül, felforgatja a körülötte élők mindennapjait, mert olyan súlyos és erőteljes dührohamokkal küzd, hogy felnőtt legyen a talpán, aki nem ijed meg tőle. Dühös az egész világra, úgy érzi, senki sem akarja megérteni, hogy csupán egyetlen dolgot szeretne: visszakerülni az édesanyjához, és vele tölteni a mindennapjait. Kritikusan áll mindenféle szabályhoz és házirendhez, az iskolát gyűlöli, és amikor a feszültségtől elpattan benne a húr, akkor kő kövön nem marad körülötte. Mivel veszélyezteti a környezetét és önmagát, már sehol sem látják szívesen.

A nevelők, szociális munkások, pszichiáterek kedvesek, de a szakmai etikának megfelelően tartják a három

lépés távolságot, nehogy túl szoros kötődést alakítsanak ki a kislánnyal. A türelmüket próbára teszi a bántalmazó kapcsolatban élő, gyenge, kereteket adni képtelen és nevelésre kevésbé alkalmas anya, aki állandóan hitegeti a gyermeket. Minden erejüket felemészti, hogy Benninek stabil otthont találjanak végre, mert a traumafeldolgozás és a pszichoterápia csak akkor kezdődhet, ha van némi talaj a gyermek lába alatt. S ezennel el is érkezünk a huszonkettes csapdájához, hiszen megfelelő kezelés nélkül Benni képtelen bárhová is beilleszkedni, így mindenhonnan hamar elküldik.

Ekkor tűnik fel a színen *Micha*, az új kísérőtanár, aki formabontó ötlettel áll elő: erdőterápia. Heteket töltenek el ketten mindenféle komfort és kényelem nélkül az erdő közepén, ettől remélve változást. A néző végig bizakodik: valahogyan sikerülnie kell ennek az egésznek. A történet azonban tovább bonyolódik, mert *Micha* annyira bevonódik, hogy a végén már nemcsak a szakmaisága, hanem a családi kapcsolata is veszélybe kerülnek.

Kép: IMDb



BIZTONSÁGOS KÖTŐDÉSI KAPCSOLAT NÉLKÜL

Az ember a kezdetektől fogva társas lény, és a nagyon korai, szenzitív időszakban teljes mértékben másoktól függ az életben maradása és a jólléte. Igényli a kötődést, az odafordulást és a támogatást, amelynek mezsgyéjén, de legfőképpen az anya tükröző figyelmén keresztül kialakul az ősbizalom, ami aztán megalapozza azt, hogy mennyire lesz nyitott, odaforduló és kíváncsi a külvilágra, mennyire lesz képes segítséget kérni. Nagy Péter szerint a kereteket és a szabályokat is a biztonságos kötődési kapcsolaton keresztül sajátítjuk el.

Amikor anyukánk kér tőlünk valamit, akkor a bizalom, a kötődés és a kapcsolat miatt hisszük el, hogy az adott dolgot valóban úgy kell csinálni. Ha ez az elsődleges kapcsolat sérül, akkor hiába kéri a gyermeket szépen csendben vagy hangosan üvöltve, hiába könyörögnek vagy fenyegetőznek, hogy viselkedjen jól, nem fog szót fogadni, hiszen soha nem volt arra lehetősége, hogy elsajátítsa ennek a módját és érzelmi hátterét.

Megrázó és egyben kijózanító azzal szembesülni, hogy a család, a szülők, akik az elsődleges kötődési személyek, nemcsak védelmi faktorként és biztonságos háttérként funkcionálhatnak, hanem rengeteg kárt és feldolgozatlan traumát is tudnak okozni, ha nem megfelelő mederbe terelik a gyermek életét, ha a legfontosabb és legegyszerűbb szükségleteit sem sikerül kielégíteniük. Szívszorító tapasztalat, hogy a veszélyeztetett gyermekek minden kötődési sérülésük és velük történt szörnyűség ellenére lojálisak maradnak az édesanyjukhoz, és reménykednek abban, hogy egyszer valamikor elnyerik a szeretetét, odafigyelését és ölelését. Benni helyzetét tovább nehezíti, hogy édesanyja folyton ígéretet, újabb és újabb reményt táplálva a lányában, de az ígéreteit egyszerűen képtelen betartani.

AZ AGRESSZIÓ MÖGÖTT

Benni kiüresedett érzelmi élete, érdektelensége, agressziója és kapcsolódási nehézségei (nevelőit sem szólítja a nevükön) korai kötődési problémát sejtetnek. A film utal a korai, súlyosan elhanyagoló szülői magatartásra, és a bántalmazásra is. A bántalmazott gyermekek esetében gyakori a dezorganizált kötődési minta, mivel a szülő egyszerűen jelenti a megnyugtató és a veszély forrását,



így a szülővel való kapcsolódás fokozott és ismétlődő stresszt jelent a gyermek számára. Richter Júlia felhívta a figyelmet arra is, hogy az érzelmi-szociális nehézség kialakulásában nemcsak azok a körülmények játszhattak közre, amelyek megtörténtek Bennivel, hanem azok is, amelyek nem történtek meg, amiket nem kapott meg (ölelést, megnyugtatást, gondoskodást, biztonságot).

Neurokémiai kutatások bizonyítják, hogy a gyermeki bántalmazás módosítja a stresszre adott válaszreakciót. A tartós gyermeki trauma hatására fokozott készenléti állapot alakul ki, megjelenik a fenyegetés téves észlelése, és már az enyhe, semlegesnek tűnő ingerek hatására is beindul egy túlzott, pánikszerű, „harcolj vagy menekülj!” válaszreakció. Andrejkovics Mónika *A gyermeki bántalmazás neurobiológiai vonatkozásai* című tanulmányában leírja, hogy ilyenkor belassul a kognitív fejlődés (végrehajtó funkciók zavara, figyelem- és memóriazavar), sérül az érzelmi szabályozás (többek között nehézséget okoz az agresszív impulzusok kezelése, ami megnöveli az agresszív és autoagresszív megnyilvánulások előfordulását), hiányosak a konfliktusmegoldási stratégiák, az önkontroll és az empátia, ami megnehezíti a társas kapcsolatokat. A gyakori, könnyen aktiválódó szomatikus stresszválaszok különböző testi és lelki tünetekhez, megbetegedésekhez, pánikrohamhoz és egészségkárosító magatartáshoz vezethetnek.

Nem minden bántalmazott vagy elhanyagolt gyermek válik automatikusan agresszív vá, a biológiai hajlamosító tényezők és a környezeti hatások együttesen érvényesülnek, vagyis az öröklött, genetikai és hormonális hatások is szerepet játszanak a magatartásprobléma kialakulásában.

VAN KIÚT?

Magyarországon is nap mint nap emelnek ki gyermekeket az eredeti családjukból, és visznek intézetbe, vagy számukra idegen nevelőszülőkhöz, és minél több idő telik el, annál bizonytalanabbá és lehetetlenebbé válik a visszafelé vezető út.

A kötődési sérülések gyógyítása nem egyszerű feladat. Bár az impulzuscsökkentő gyógyszerek segítségével a hirtelen dühkitörések valamennyire kontrollálhatóak, de a biztonságos kötődés, a belátás és a felelősségtudat nem adagolható tablettá formájában.

A kutatások szerint minél korábban kezdődik a magatartásproblémák kezelése, annál jobb eredményeket lehet elérni. Kiemelten fontos lenne a prevenció, vagyis azoknak a családoknak az azonosítása, ahol gyermekszületés

esetén valószínűsíthetően probléma merül fel, hiszen ezeknek egy részét meg lehet előzni. Uray Gergely beszélt arról is, hogy a családi mintákból nehéz kitörni, aki bántalmazó családban nő fel, az gyakran felnőttkorában maga is bántalmazóvá, vagy éppen ellenkezőleg, bántalmazottá válik. A szakértők olyan program bevezetését javasolnák, mint az ausztrál PPP, Positive Parenting Program (Pozitív Szülői Nevelés Program), ahol már a korai időszakban a szülők oktatásával kezelik a problémás gyermekeket. Nagy Péter szerint igaz, hogy egy ilyen program költséges, de hosszú távon az egész társadalom számára kifizetődő lenne a bevezetése.

A filmben két lehetőség is felcsillan a kiútkeresés során, de mindkettőből hiányzik az átgondolás, a reintegráció megtervezése. Az erdőterápia során Benni megtapasztalhatta, hogy akkor is elfogadják, ha szétver dolgokat, de nem volt megtervezve a társadalomba való visszatérése az útja. Pozitív tapasztalatok voltak a kórházban a viselkedésterápiás kezelés kapcsán is, amikor a kislány a viselkedésével pontokat gyűjthetett, amit aztán beválthatott olyan dolgokra, amiket szeret, de ezt a módszert sem alkalmazták a lakásotthonokban vagy az iskolában.

EGYÜTT A CSALÁDDAL

Gyakori tapasztalat, hogy a problémás gyermekek szüleivel nehéz az együttműködés, mert úgy érzik, hogy a csemetéjükkel foglalkozó szakemberek őket hibáztatják az összes nehézség miatt. Kioktatás vagy a szakemberek egyoldalú döntése helyett érdemes a Családi Döntéshozó Csoportkonferenciát (CsDCs) alkalmazni, mert ez lehetőséget ad az együttes problémafeltáráásra, és a megoldási lehetőségek keresésére. A CsDCs-re a facilitátor meghívja a családot, a hozzátartozókat, a tágabb közösség érintettjeit (például szomszédok, barátok) és a szakembereket (például pedagógus, családsegítő, pszichológus, szociális segítő). A módszer abban különbözik az esetkonferenciától, hogy ez nem a szakemberek, hanem a család megbeszélése, ahol a szakemberek maguk is meghívottak. A facilitátor utánkövetése biztosítja, hogy a terv meg is valósuljon, vagy ha ez nem sikerül, újabb konferencián egyeztessenek a további lépésekről. A tapasztalatok szerint e módszer alkalmazásával a család motiváltabbá válik a változásra, és valóban történik is előrelépés, mivel nem egy külső szakember hozza meg a döntést a család helyett, hanem az összes érintett bevonásával ők döntenek saját magukról, saját fejlesztési tervet dolgoznak ki. ♦

PELENKA ÉS CSALÁDGONDOZÁS

A dm és vásárlói nehéz helyzetben élő kisgyermekes családokat támogatnak



A dm több mint tíz éve elköteleződött a gyermekek egészségre nevelése, a szociálisan hátrányos helyzetű családok megsegítése és a környezetvédelem mellett. A drogéria „Együtt egymásért” néven dolgozta ki hosszú távú vállalati felelősségvállalási stratégiáját, amelynek célja, hogy megtalálja, és felkarolja azokat a társadalmunkat súlyosan érintő problémákat, amelyek megoldásában hatékony segítséget tud nyújtani. Az Együtt a babákért program keretében minden évben 260 család kap fél évre elegendő pelenkát, de a Katolikus Karitással együttműködve ennél jóval komplexebb módon is segíti a hátrányos helyzetű családokat.

- ◆ A kisgyermekes családoknál a pelenka megvásárlása hatalmas anyagi terhet jelenthet. „Fontosnak tartjuk, hogy a családok azt az összeget, ami pelenkaadományunknak köszönhetően a pénztárcájukban maradt, hatékonyan tudják felhasználni. Ezért Giving Friday promóciónk keretében 2019. november 29-én a teljes napi forgalmunk 5%-át felajánljuk a Katolikus Karitás Akarom programjának folytatására. Azzal, hogy vásárlóink ezen a napon intézték bevásárlásaikat a dm üzletekben, hozzájárultak a rászoruló kisgyermekes családok életminőségének javításához. Hiszünk abban, hogy közösségként sokat tehetünk környezetünkért és gyermekeink jövőjéért” – mesél a kampányról Kanyó Roland, a dm marketing- és PR-menedzsere.

A Katolikus Karitás egy innovatív fejlesztési program keretében 5 településen, településenként 30 mélyszegénységben élő családnak segít komplex

szolgáltatásokkal, támogatási formákkal. Céljuk az, hogy a résztvevők pénzügyi tudatossága növekedjen, költségvetésük kiegyensúlyozottabbá váljon, legyenek megtakarításaik és szociális helyzetük, életminőségük javuljon. Ezen célok eléréséhez nyújt anyagi támogatást a dm és a vásárlói.

A programidőszak 8 hónap; az első hónapban a felkészülés, a családok anyagi helyzetének, háztartási szokásainak felmérése történik; a következő 6 hónapban pedig a program fő szakmai elemei (családgondozás, ismeretterjesztő foglalkozások, tudatos háztartásvezetés, takarékoskodás) valósulnak meg. Az utolsó hónapban a háztartásvezetés értékelése, a kiegészítő támogatás történik. A Giving Friday promócióról bővebb információ a www.dm.hu oldalon, az Akarom programról pedig a Katolikus Karitás honlapján olvasható. ◆



SZÖVEG –
BALKUNÉ SZÜCS EMESE tanácsadó szakpszichológus

Lassíts, ÉS ÉLD ÁT A PILLANATOT!

Kisgyermekként hosszan csodáltam a karácsonyfát Szentesté. A díszek éltek, sajátos szerepet betöltve a fa ágainak birodalmában, ahogy a kristályholmik vitrinvilágában a kényes, hercegnő-pezsögőspoharak. A kíméletlenül lepergő napok sodrában ma is szeretnék így megállni, és észrevenni a teremtés csodáit. Hogyan találhatunk vissza a pillanat öröméhez?



◆ AZ ELVESZÍTETT JELEN

Felfokozottan működő elménk ide-oda cikázik a már megtörtént, és az elképzelt, eltervezett, még csak ezután következő események között. Időnk jelentős részét valamely másik dimenzióban töltjük, így az itt és most teljes jelenlétünk nélkül zajlik körülöttünk. Milyen az a valóság, amelyben csak félig-meddig lézengünk? Milyenek azok a beszélgetések és együttlétek, amelyekben figyelmünk koncentrációja nélkül veszünk részt? Hogyan élük meg gyermekeink, amikor így, „félvállról” kezeljük őket: miközben élményeiket mesélik, mi a rádióra fülelünk; amikor alkotásaikat mutatják, a képernyőre sandítunk; és nem játszunk teljes szívünkkel velük, mert a munkánkon jár az eszünk? Megtapasztalják, mennyire nem fontosak, hiszen figyelmünket más köti le, így az náluk biztosan értékesebb. Hogyan bizonyítsuk nekik az ellenkezőjét?

INFORMÁCIÓÁRADATBAN

A gyermekek láthatóan alkalmazkodnak korunk megnövekedett információ mennyiségének befogadásához, ám ez nem jár együtt a feldolgozás képességével. A szelektálás elsajátítása nélkül komoly veszélynek vannak kitéve, hiszen a kontrollálatlan ingerbeáramlás szükségtelenül dolgoztatja az idegrendszert, ami annak kifáradásához vezet. Az ellenőrizetlen tartalmak fogyasztása a médiában és az interneten pedig olyan tapasztalatokhoz juttatja a gyermeket, amelyek megértéséhez éretlen. Könnyen beláthatjuk, hogy a kimerült, feldolgozhatatlan ingerekkel bombázott elme nem képes megfelelően fejlődni.

MILYEN KÁROKAT OKOZHAT A FELGYORSULT ÉLETVITEL?

Az időhiány következtében képtelenek vagyunk minőségi együttlétre szereteteinkkel. A zaklatott életvitel gátolja az elmélyülést bármilyen tevékenységben, legyen az egy családi étkezés beszélgetéssel, közös program vagy esti meseolvasás. Szinte csak végigrohanunk az életünkön, elszalasztva a legfontosabb pillanatokat, amelyek felépíthetnék azt. Gyermekeink szeretethiányban szenvednek, mivel nincs módjuk megtapasztalni teljes jelenlétünket a velük való kapcsolatban. Figyelemzavarossá, szenzorosan érzékennyé válnak az ingeráradatban. Ugyanakkor képtelenné az empátiára, a másik szempontjainak észlelésére és számításba vételére, hiszen rájuk sem figyel senki igazán, és nincs olyan kapcsolatuk, amely mintát nyújthatna számukra.

A figyelmi, illetve gondolkodási folyamatok sérülése mellett a kommunikációs képességeik is romlanak. Nemcsak kevesebbet beszélünk hozzájuk, de azt is sokkal gyorsabban, tömörebben mondjuk, így képtelenek a helyes hangzók elsajátítására, a megfelelő artikulációra, ezért romlik beszédprodukciónk színvonala. Ugyanakkor a társalgás lerövidülése, és jelentős csökkenése miatt nem tanulják meg a megfelelő kommunikációs formákat sem, ami a társas kapcsolati készség, és a finomabb szociális kompetenciák kialakulását is rontja.

A GYERMEKI TUDÁS NYOMÁBAN

Egy kisgyermek teljes odaadással eszik, hallgat mesét, rajzol vagy játszik. Jelen van abban, amit éppen csinál. Talán nevezhetnénk ezt paradicsomi állapotnak, hiszen még nem zilálódott szét az elméje. Ha megpróbálunk csatlakozni hozzá tevékenységében, megismerhetjük a kapkodástól, sietségtől mentes cselekvést. A lelassulás a lényegre koncentrálja a figyelmet, nyugalmat hoz, békességgel tölt el. A szemlélődés képessége valamikor a sajátunk volt, így nemcsak a gyesen lévő anyukáknak és nagyszülőknek van esélyük megtapasztalni az időtlenesség élményét. Saját elnyomott gyermeki énünk felszínre hozásával újra részesei lehetünk a jelen pillanatnak, együtt rálelhetünk önmagunkra.

Úgy tűnik, meg kell tanulnunk ismét látni és hallani, vagyis érzékelni a környező világot, anélkül, hogy elterelődné a figyelmünk, és gondolatainkba merülve, rutinszerű cselekvések láncolatát végezve elszakadnánk a valóságtól. A nyugati világ embere folyton hajszol valamit, és egy percre sem mer megállni. Az egészen kicsi gyermek, amennyiben nem kényszerítik másra, még képes átélni saját létezését betolakodó gondolatok és képzetek nélkül. Ez az, amit megtanulhatunk tőle.

NAPI FIGYELEM FEJADAG

Átlagosan naponta 10-20 percnyi közös időnk marad gyermekünkkel a rutincselekvéseken túl. Többnyire nem áll módunkban ezen változtatni, így ennyivel gazdálkodhatunk a minőségi kapcsolat építése és fenntartása érdekében. Amikor képesek vagyunk negyedórányi teljes odaadást és jelenlétet szánni a szereteteinkre, az – mintha csak tábor tüzet gyújtánánk – odacsalogatja a melegedni vágyókat. Az odaszentelt figyelem arany fénye bera-gyogja életünket, megvilágítja a másik arcát, s talán így valóban észrevehetjük egymást. ◆



MA MÁR A GYEREKNEK IS VAN MÉLTÓSÁGA

Pár napja általános iskolai osztálytalálkozónk volt. Fontos esemény az ilyesmi a mi korunkban, sok régi élmény megerősítést kap, mások pedig átkereteződnek. A kedélyesen elmesélt sztorik közül néhányon már nem nevetek felhőtlenül. Például, hogy milyen viccesen beszólt az osztály fenegyereke, miután a tanár felpofozta; hogyan adott kokit a mókamester orosz tanár minden találkozáskor a legkisebb fiúnak, vagy hányan álltunk sorba körmösért elsőben(!) a tanítónéni íróasztalánál, mert nem vittünk üzenőfüzetet. A hetvenes évek végén a testi fenyítés ugyanis megszokott volt, sőt vicces, és a gyereket lehetett büntetni, ha nem ette meg a paradicsomos káposztát vagy másképp kötötte meg a kisdobosnyakkendőt, mint a többiek (pláne, ha otthon is hagyta). Sok minden változott azóta.

◆ „50-60 éve egészen másképp gondolkodunk a gyerekekről, ma már egyértelmű, hogy neki is van méltósága, az sérülhet, és ehhez kapcsolhatók jogok is. Régebben a felnőtt emberre sem feltétlenül úgy tekintettünk, mint akinek születésétől fogva méltósága van, ma már ez a gyerekek esetében is fontos. Ez azt jelenti, hogy nem a hatalom, a fizikai erő, a betöltött pozíció, hanem ez a méltósághoz kötődő jog az, ami esetenként eldönti a vitát. Például beléptünk abba a közösségbe, amely nem fogadja el, hogy a gyereket fizikailag bántalmazni lehet” – fogalmaz **Dr. Aáry-Tamás Lajos**, az oktatási jogok biztosa. Különösen fontos ez egy olyan rendszerben, amelyben kötelező részt venni, hiszen a művelődéshez való jogot az Alaptörvény ugyanabban a bekezdésben kötelezővé is teszi. Emlékszem, milyen érzés volt, amikor a gyerekeimet reggel elvittem oviba vagy iskolába, és tudtam, hogy a nap nagy részében idegenekre bízom őket. Vajon szeretik-e, biztonságban van-e, egészséges-e az ottani környezet testileg, lelkileg, megóvják-e a felnőttek, ha veszélyeztetni valami? Az oktatással kapcsolatos gyermek-jogok valójában ezt a szülői igényt írják körül.

Az oktatási jogok a társadalom (az egészségügy után) második legnagyobb rendszerének gyakorlatát szedik érdekékvő rendszerbe, ez a szereplők nagy száma és fiatal kora miatt is különösen fontos terület. Az Oktatási Jogok Biztosának Hivatala az oktatás szereplőinek jogait képviseli, ez a legtöbb esetben a gyermekek, diákok jogait jelenti. Ugyanakkor a sérelmek orvoslása nemcsak a gyerekek és a szülők számára megnyugtató, hanem a pedagógusoknak is, hiszen felold egy olyan feszültséget, amely akadályozza a napi oktatást.

A hivatalhoz évente körülbelül 2000 panasz érkezik. „Nem biztos, hogy tudják, hogy a jogaik sérültek, de azt igen, hogy van egy helyzet, ami a gyerekeknek nem jó. Ritkán keresnek jelentéktelen ügyekkel, általában jól érzik, hogy gond van, sőt, ma már az esetek többségében a diákok fordulnak hozzánk, és nagyon jól látják a bajt.” Még mindig van fizikai agresszió, bántalmazás is, bár a tanárok már érzik, hogy ez semmilyen



körülmények között nem védhető. Ma sokkal jellemzőbb a verbális bántalmazás, ami egy osztályközösségen annyira fel tud erősödni, hogy jobban fájhat, mint egy pofon. „Az egyik első ilyen esetem volt, hogy egy egész osztály tett panaszt, mert a tanár rendszeresen elhasznált vécékefe-fejeknek nevezte őket, és hiába kérték, hogy ezt ne tegye. Vagy egy másik tanár az értelmi fokozatokat úgy mutatta be, hogy hülye–debil–kretén–9.c. Amikor az igazgató ezzel szembesült, nagyon megdöbbsent – mi ugyanis az igazgatókat keressük meg ilyenkor. A fogyatékkal élő gyerekeket érintő panaszok legtöbbször a szolgáltatásokra vonatkoznak. A technikai eszközöknek és a szemléletváltozásnak hála, egyre nagyobb számban tudnak részt venni az oktatásban, de a tényleges szolgáltatások, amelyek ezt megkönnyíthetnék, nem terjedtek el ilyen arányban. Vannak települések, ahol sok tíz kilométerre nincs számukra ingyenes iskola sem. Ilyenkor az államot kell megszólítanunk, amely azzal, hogy átvette az oktatást, nem tudja kinek továbbadni a feladatot. Ha a nem megfelelő szabályozás miatt alakul ki a jogsértés, jogalkotási javaslatot is tehetünk, eddig mindegyiket elfogadták.”

A hivatal nem békéltető testület, hanem az iskolára szeretne hatással lenni. Elmondják, hogy jogsértés történt, általában az iskola ezt belátja, és köteles foglalkozni az üggyel, válaszolni, hogy elfogadja-e az ajánlást a probléma megoldására, ha nem, akkor pedig mit fog tenni helyette a jogos variációk közül.

Persze a történet nem ennyire egyszerű, hiszen mire a panasz megfogalmazódik, a probléma már

gyakran állandósult, megjárta a közösségi oldalakat vagy az iskolafolyosói beszélgetéseket, levelezőlistákat. Ilyenkor az iskolának ezeket a hullámokat is le kell csendesítenie. „Való igaz, hogy hozzánk már csak akkor lehet fordulni, ha voltak az iskolaigazgatónál és a fenntartónál.

Hatfős stábbal dolgozunk. Szerencsére a 20 esztendő adott sok precedenst, ezért nem kell minden egyes esetet mindig kivesézni. Pár éve még előfordult, hogy a lisztérzékeny gyerek édesapja által megvásárolt mikrohullámú sütőt, amelyben megmelegíthette volna a gyerek az édesanyja által főzött ebédet, nem engedték felszerelni az iskolában. Ma már kevés az ilyen eset.” – mondja az oktatási jogok biztosa. Ennél ártalmatlanabbnak tűnő ügyekben is érkeznek panaszok.

„A gyerekek szeretnek tárgyakat birtokolni, azokat bevinni az iskolába, egymásnak megmutatni, szeretnek tetszeni egymásnak, és ennek érdekében különböző ruhákat, frizurákat hordani, a felnőtteket pedig olykor bosszantja az ilyesmi. Azzal például egy testnevelőtanárral keresett meg minket, hogy testnevelésóra előtt kivetetheti-e a piercinget a gimnazista szemöldökéből. Kivetetheti, mert rá és a többiekre is veszélyes, de magyarórán nem. Ha a gyerek épsége van veszélyben, akkor nincs kérdés. A pedagógusok sokszor tüllépnek azon a határon, amit megtehetnek. Lehet beszélgetni az izléses öltözködésről, a tiszta ruháról vagy hajviseletről, az iskola értékrendjéről, de az izlést nem lehet jogi vitává tenni. Azt szoktuk javasolni, hogy ezeket a kritériumokat a házirendből is töröljék.”

Az oktatással kapcsolatos panaszokat panasz@okt-biztos.hu címen lehet jelezni. ♦



A SZÜLÉS ÉLMÉNYE

A szülés és a születés meghatározó pontja életünknek: kihat az anya-gyermek kapcsolatra, a gyermek fejlődésére, az anya és a gyermek lelki egészségére. Demográfiai jelentősége is van: a szülés megélése ugyanis hatással van a további gyermekvállalási hajlandóságra. Vajon milyen feltételek, körülmények kedvezőek a szüléshez?

- ◆ A Kopp Mária Intézet 2012 és 2018 között szült édesanyák körében zajló kutatásában a szüléssel kapcsolatos befolyásoló tényezőket – emberi és tárgyi körülmények és a folyamat történései – vizsgálta. Összesen 2000 édesanyát kérdeztek meg. Az emberi tényezők között találjuk az orvos szaktudását és személyét, a szülésznő munkavégzését, a segítő családtagok vagy más személyek jelenlétét. A tárgyi feltételek az orvosi felszereltségre, az infrastrukturális körülményekre vonatkoznak. A vajúdás és a szülés folyamatában elsősorban annak hossza számít, a fájdalom mértéke, a fájdalomcsillapítási és műtéti eljárások módja, a szülés kimenetele (természetes vagy császármetszés), illetve lényeges a szülő nő és társa bevonása a folyamatba.



Szülés elégedettségét mérő változók (öt fokú skála)	Átlag
A szülésznővel való elégedettség értékelése	4,61
Az orvossal való elégedettség értékelése	4,55
A várandósgondozás és a szülésre való felkészítés értékelése	4,53
Össességében milyen élmény volt a gyermeke születésének időszaka	4,38
A kórházi személyzettel való elégedettség	4,30
A kórházi szülészeti felszereltségével való elégedettség	4,16
A szülés körülményének értékelése	4,12
A szülés utáni első napok értékelése	3,61

Az édesanyák iskolai végzettségét tekintve nem, viszont a településtípus, a családi állapot és az anyagi helyzet szempontjából találtak szignifikáns eltéréseket.



A demográfiai háttérmutatókon túl más tényezők szerepét is megvizsgálták. Pozitívan befolyásolta a szülés megélését, ha több gyermeke volt az édesanyának, ha nem volt veszélyeztetett a terhesség, ha nem kapott fájdalomcsillapítást a szülés alatt és ha természetes úton szült. A császármetszéssel szülő édesanyák esetében az is látszik, hogy azok az anyák, akik előre tervezett császárral szültek, elégedettebbek, mint azok, akiknél vajúadás közben kellett császármetszést alkalmazni.

Az emberi tényezőket tekintve azok a nők voltak elégedettebbek, akik maguk választotta orvosnál vagy szülésznőnél szültek, illetve akiknél az apa vagy más rokon jelen lehetett a szülésnél és az édesapa bent volt a szülőszobában a gyermeke világra jöveletekor.

A fiatalon első gyermeket vállalók között több a nagycsaládos: első gyermeküket átlagosan a három- és többgyermekes anyák 24 évesen, a kétgyermekes anyák 28 évesen, az egygyermekes anyák 30 éves koruk fölött vállalták.

Az alacsonyabb iskolai végzettségűek korábban szünek és több gyermekük van: a mintában szereplő legfeljebb nyolc osztállyal rendelkezők az első gyermeküket 21 évesen hozták világra és esetükben 2,64 az átlagos gyermekszám, míg a diplomával rendelkezők 30 éves koruk fölött szültek először és náluk 2,06 az átlagos gyerekszám.

A házasságban élőknek több a gyermekük: a házasságban élő nők átlagos gyerekszám 2,5, ez a legmagasabb a többi családi állapothoz képest.

A szülés utáni napok élményét pozitívan befolyásolta, ha több gyermeke volt az édesanyának, ha természetes úton szült és nem kapott fájdalomcsillapítást, és ha tudta a gyermekét szoptatni már a kórházban is. Az adatok alapján kijelenthető az is, hogy ha az anya pozitívabban élte meg a szülést, a szülés utáni napok is pozitívabban teltek számára. ♦



SZÖVEG –
UNGVÁRY ZSOLT

SOROZAT –
APASZEMMEL

A CSIRKEZÚZA ÉS A TARTÓS HÁZASSÁG

Egyik kedvenc könyvemben, az angol *P. G. Wodehouse Forduljon Psmithhez!* című regényében a kanadai költő, *Ralston McTodd* elhagyja a feleségét, Cynthiát. Mégpedig amiatt, mert egyszer, amikor vendégeket fogadtak, az ebédnél a csirke-zúzát a felesége mind a vendégeknek osztotta ki. Erre a férj vad kiáltással felugrott a helyéről, és azt harsogta: „Jól tudod, hogy a zúzáat a világon mindennél jobban szeretem!” Majd kirohant a házból, hogy soha vissza ne térjen.

◆ A történet igazán mulatságos, sok-sok abszurd humorral, ami Wodehouse egyik védjegye. Évtizedekbe tellett, míg megértettem, hogy ez a jelenet tökéletesen realista. A szeretethiányos, érzelmileg labilis, ugyanakkor kicsit egoista férfi reakciója. Szinte biztosra veszem, hogy McTodd gyermekkorából súlyos traumákat hordoz, és nincs mindig meggyőződve róla, hogy a felesége (eléggé) szereti. Úgy látja, hogy az asszony sorozatosan megsértette és megalázta őt, próbára téve ezzel kapcsolatukat – így tehát egyáltalán nem túlzott az elviharzás.

A nő régóta tudhatja ugyanis, mennyire szereti férje a zúzáat. Hány korábbi ebédnél kerülhetett már ez szóba, hány zúza jutott a levesestányérból a költő gyomrába, mire ez kikezdehetetlen igazsággá szilárdult a házasságukban? Azt tehát elvethetjük, hogy a hölgy tudatlanságból juttatta idegeneknek a csemegét; ha mégis ilyen kevésbé ismeri az urát, akkor ez bizony rossz házasság, csoda, hogy még együtt vannak.

Nem sokkal rózsásabb a helyzet, ha az asszony tisztában van a férje zúzaszeretetével, mégis így tesz. Ez lehet egyszerű gonoszság, ami elfogadhatatlan egy kapcsolatban. Elképzelhető, hogy nevelési céllal döntött úgy, hogy mértékletességre, lemondásra kényszeríti Ralstont. A reakcióból azonban nyilvánvaló, hogy rosszul mérte fel a következményeket; egy gesztus miatt kockára tette a boldogságukat.

A legvalószínűbb a szimpla figyelmetlenség. A nőt lekötik a vendégség izgalmi, meg akar felelni, izgul, milyen véleményt formálnak a lakásáról; ízlik-e az étel, érdekes-e a beszélgetés. Az is nyomaszthatja, hogy tehetőséges, ám kissé narcisztikus férje nem bánt-e meg valakit (amint az bizonyára gyakorta előfordul). És mialatt rágörcsöl erre, nem tud behelyezkedni Ralston lelki világába, aki fél órája ül már az asztalnál, alig figyel arra, ami körülötte történik. Várja, hogy végre felszolgálják az ebédet, várja, hogy végre megkapja kedvencét, a zúzáat. Csoda-e, ha a sértettség, a szeretethiány, a féltékenység egyszerre kirobban belőle, amikor azt látja, hogy az asszony, akivel életét összekötötte, aki őt a világon legjobban szereti, aki társa jóban és rosszban, hirtelen cserben hagyja.

Miután a megbántott költő elszalad – erről már nem számol be a regény –, Cynthia döbbenetben áll az asztal mellett, még kezében a merőkanál, és próbál valami magyarázatot találni a vendégek és saját maga számára is. Kifelé jobb híján azt kommunikálja, elnéző mosollyal, hogy a költők már csak ilyen kiszámíthatatlan alakok; belül azonban a szomorúság és a düh mardossa, amiért ez az elmebeteg gazember így cserben hagyta. Legalábbis ezt képelem. A feleség gondolatait azonban egy nő talán hivatottabb volna elemezni.

Én McTodd-dal tudok azonosulni. ◆

KLASSZIKUS KARÁCSONY 2019

RÁADÁS



ÓBUDAI DANUBIA ZENEKAR

VEZÉNYEL: HÁMORI MÁTÉ

A DIÓTÖRŐ | KARÁCSONYI ORATÓRIUM | AVE MARIA
POLAR EXPRESSZ | FRANK SINATRA DALOK | ÖRÖMÓDA

KÖZREMŰKÖDIK:

GÁJER BÁLINT | MR ÉNEKKAR
CSOKÁN VIVIEN | BAJÁRI LEVENTE

2019. DECEMBER 23. 15:00
BUDAPEST KONGRESSZUSI KÖZPONT

JEGYVÁSÁRLÁS: ODZ.JEGY.HU



NEKED VÉGRE A
TELEFONOD IS PIHEN.
NEKI FELEJTHETETLEN
NAPOK APAVAL.



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

JELEK

A szingularitás egy évtizeddel hamarabb érkezik el! – kiált rám az egyik hírportál cikke, mintha valami különös világvégéről tudósítana. Pedig nem. Vagy mégis? A szingularitás a kiteljesedett, teljes „pompájában” megjelenő, az embert magába olvasztani képes mesterséges intelligencia. Egy új létmód a Földön.

◆ Mindent tudni fog, mindent megtanul, mindent átlát... maga lesz a testetlen, átható gondolkodás. Ijesztő egy kicsit, ugye? Amikor ilyesmit olvas, hall az ember, talán az okozza a legnagyobb nehézséget, hogy azt hiszi, tudja, mitől fél. És, hogy valóban oka van rá.

Megszoktuk, hogy a tudástársadalmakban minden ítéletünket információra alapozzuk. Az intuíciónak, ennek a különös tudásnak, ami tanulás nélkül lesz a miénk, nem tulajdonítunk különösebb jelentőséget. Sőt, elnyomjuk. Pedig az intuíció az a képességünk, amelynek segítségével nem információkat, hanem jeleket fogunk fel, és különös belső szenzorainkkal értelmezzük őket. Felkészülés nélkül figyelünk fel rájuk, sokszor váratlanul „botlunk beléjük.” Néha önmagunkban, máskor gyakoriságukban vagy mennyiségükben válnak ki az információk zajból, azért, hogy ránk nézzenek és mi visszanezzünk rájuk.

Nem, ezúttal nem a mesterséges, egyezményes jelekről van szó, amelyeket megtanulunk, hogy aztán megszabják hétköznapjainkat, normáinkat, ízlésünket és kommunikációnkat.

Ezúttal a nemjel-jelekről van szó. Azokról, amelyek csak az észrevétellel válnak jellé, velünk együtt lesznek üzenetek.

Mint amikor állunk a villamosmegállóban sokadmagunkkal és keserves macskanyávogást hallunk. Keressük a zaj forrását, amit egy hölgy vállán lógó, nagy táskában azonosítunk. Figyeljük, ahogy az asszony benyúl a nagy szatyorba, turkál, majd kiemel... egy mobiltelefont. Ami még mindig nyávog. A mellettem lévő lány azonban sietve válik el kedvesétől: „Jaj, ne haragudj, menj nélkülem, kizártam a cicát a teraszra, vissza kell mennem.”

Megszoktuk, hogy a tudástársadalmakban minden ítéletünket információra alapozzuk. Az intuíciónak, ennek a különös tudásnak, ami tanulás nélkül lesz a miénk, nem tulajdonítunk különösebb jelentőséget. Sőt, elnyomjuk.

Vagy amikor a forgalmas délutánon a hömpölygő tömegben, az aluljáróban megszólal a vidám, dél-amerikai zene, sípokkal, csörgőkkel, napos ritmusokkal. Ha odapillantunk, látjuk, hogy az egyszemélyes zenekar most különös helyet választott magának. A falnál áll, előtte a pénzgyűjtő korsó, és felette... egy régi reklámfelirat. Így szól: „Turbo szolárium”... És tényleg, a nap egy pillanatra kisüt az aluljáróban...

Vagy amikor izgatott turisták nyomában sétálunk Oxford egyik utcáján, a jellegzetes egyetemvárosi épületek között, novemberben. Halljuk, amint felcsattan nevetésük, mondván: „lám már több száz éve volt Black Friday!” és egy szép, 17. századi épület kapuja fölött a feliratra mutogatnak. Hihetetlen, de tényleg... Közeledem és olvasom a feliratot: Black Fri...” Még két lépés. Akkor csönd lesz. „Black Friar” – nevet ránk a régi felirat, azokat a szerzeteseket hirdetve, akik közösséget szolgáltak.

A jelek itt vannak a mindennapjainkban. Néha mellettünk. Néha felettünk. Észrevenni őket képesség, megérteni őket ajándék. Karácsonykor, 10 évvel a szingularitás előtt, különösen. ◆

ÁKOS

IDŐSZIGET LEMEZBEMUTATÓ

**DUPLA
ARÉNA
2019**

DEC. 13-14.

BUDAPEST
PAPP LÁSZLÓ ARÉNA

JEGYEK KAPHATÓK A WWW.AKOS.HU WEBÁRUHÁZÁBAN,
VALAMINT AZ **EVENTIM** HÁLÓZATÁBAN.

FÓTÁMOGATÓ:



Roland



DRAX



SZÖVEG –
LACKFI JÁNOS

ILLUSZTRÁCIÓ –
BALASSA NIKOLETTA

SOROZAT –
VÍZEN JÁRNI TILOS

KARÁCSONYI HÜLLŐHORROR

♦ Gyíkot se vettem még ebben a jószagú életben, annyi fix. Nem is vágytam rá, tiszta szívvel mondhatom. Nem volt rajta a bakancslistámon egy Las Vegas-i szerencsejáték-túra és a bungee jumping között. Többek közt azért sem, mert egyik sincs a bakancslistámon. Sőt, listám sem igen van, bakancsot meg tízévente veszek, és nyüvöm, amíg tart belőle. Hát ezt a gyíkbeszerzést nem láttam jönni. Na de, ki vegyen gyíkot, ha nem éppen én? Ide nekem az összes őshüllőt, mérgező nyálú komodói varánuszt, viperát, bármit! Kedvelem a kihívásokat.

Kis keresztfiam terráriumába karácsonyra efféle lénykét kellett vásárolnom. Végül is nyomtatópatron vagy elefántkölyök, ásványvíz vagy rakétakilövő, gyufa vagy atomreaktor, darab-darab. Egyre megy. Profi szállító nem kérdez, hanem beszerez, fuvaroz, pikk-pakk, sec-pec.

Keresztgyerekeinket vérszesen elhanyagoltuk, állandó csúszásban vagyunk ajándékokkal, látogatásokkal. Volt olyan születésnap ajándékunk, amely karácsonyra érkezett meg, volt olyan karácsonyi, amelyik születésnapra. Jó esetben még abban az évben. Vagy évtizedben. Vagy évezredben. Jó esetben nem ettük meg vagy adtuk valaki másnak a pakkot, legyintve, hogy úgyis reménytelen, a híd túl messze van. Némelyik csomag talán évek óta bújik nálunk rejtett zugban, polcon, padláson. Örököseink majd átadják őszülő, kopaszodó keresztgyerekeinknek. Vagy kívágják egy konténerbe, ha van egy kis eszük.

Mióta rájöttünk, milyen pocsek keresztszülő-típusok vagyunk, számos kedves felkérést utasítottunk vissza, nem egy esetben komoly bántódást okozva. Mert hát mivel különb az egyik ember gyereke a szemünkben, mint a másiké, hogy emezt bevállaljuk, amazt nem? Hiába magyaráztuk, hogy hüppögő keresztgyerekeink szomorú szemű csapatába tartozni kétes dicsőség, sok-sok csalódás, nekünk pedig újabb emelet frusztrációnk tortájában.

Időnként aztán fellángol kötelességtudatunk, és próbáljuk menteni a menthetetlent. Mindig feleségem az, akita a lelkiismeretesség tettekre sarkall. És ez esetben én lettem az ő meghosszabbított keze. Ha már járok a városban így advent utolján, ő kipuhította, hogy a kisfű mindennél jobban vágyik egy terráriumban tartható, cukki gyíkra. Efféle jószágokat legnagyobb választékban és legmegbízhatóbban a Leguán névre hallgatató boltban lehet kapni, címét le is lestem az internetről. Nem nagy ajándék, de nem is kicsi, amolyan közepesféle, éppen keresztgyerekeknek való.

Kocsim szerelőnél volt, gyalogosan vettem hát nyakamba a várost, egyéb napi teendőim közé iktatva be a gyíkvásárlást. Menet közben többször futottam össze ismerősökkel, akiknek nevetve regéltem: épp óssárkány-nézőben kajtatok. Hogy is hívják már az effélet? Mondta feleségem, mégsem emlékeztem rá, felhívni meg kínos lett volna, hiszen akkor újfent bebizonyosodott, milyen nehezen fog az agyam, ha efféle köznap



ügyekről van szó. Különbö is megvan már, ennyire azért nem szalaszt az emlékezetem! Egy leguánt kell vennem a Leguánban. Mintha egzotikus piát kérnék: egy leguánt, haver, tisztán!

A boltban számos szimpatikus, kevésbé szimpatikus vagy egészen antipatikus hidegvérű lény mászkál, bújkál, leskel, kúszik, csúszik az üveglapok mögött. Ha betörne az összes terrárium, szép kis kavarodás lenne madárpókokkal, boákkal, mint egy közepesen gagyi horrorfilmben. Kivártam a soromat, és közöltem óhajomat az eladóval. Kiderült, az árfekvésben tévedtünk, dupla annyiba kóstál szegény pára, mint amire számítottam. Ugyan már, ennyi lelki-furdalás mellett ne garaszkodjon az ember! Vágassam talán félbe a gyíkot? Fásírtba úgy is jó lesz? Jöjjön, aminek jönnie kell! Jött is... Mondták, a téli hidegre tekintettel egy vászonzacskóba tennék a fenevadat, és zsupsz a kabátom alá, különben félő, hogy kihűl. Nana, mi vagyok én, máriás huncut? Tegyétek csak dobozba, így is elég idegesítő belegendolni!

Látványra rusnyább volt a koma, mint számítottam. Kékre-zöldre-pirosra összekent, kábszeres, alkoholista

pánkfej, horgos fogakkal. Kunkorgó farka csapdosott, az eladó szerint komoly sebeket ejt vele. Hát nem édes? Hazafelé, kebelemben a motoszkáló döggel, felhívtam állatorvos haveromat, aki humoránál volt: élettanilag legjobb, ha csupasz mellkasomba rejtem az állatot, dudorásszak neki altatót, nehogy sérüljön a pszichéje. Ha megrágcsálja a mellbimbómat, ne törődjek vele, csak természetes anyahiány.

Zsákmányomat kizötyögtettem Zsámbékra a távolsági busszal, és csak otthon esett le a végzetes tévedés. Pettyes gekkót kellett volna hoznom, ami húszcentis cukiság. Az én drága szörnyem ellenben egy méter húszra is megnő, sétáltatásával kellő tisztelet vívható ki egy vidéki városkában. Keresztfiaméknak építeniük kellett egy fal méretű terráriumot. A srác örült az elcsereált gyíknak, mert ha a csípősen csapdosó biztiórt szabadon engedte szobájában, öccse nem mert bemenni, és megenni a félretett csokikat. Őshüllő-haverom végül valahogy meglépett, s tartok tőle, hogy egy végzetes napon fészereket rombolva, helybeliket ropogtatva, autókat égbe hajigálva feltűnik a véres horizonton a Leguán. És minderről majd én tehetek. ♦

Fő támogató:



DÍJAZZUK A CSALÁDBARÁT MÉDIÁT

OLVASSA EL, NÉZZE ÉS HALLGASSA MEG AZ IDEI ÉV JELÖLTJEINEK MUNKÁIT,
ÉS SZAVAZZON A MÉDIA A CSALÁDÉRT-DÍJ 2019 KÖZÖNSÉGDÍJÁSÁRA!
IDÉN MÁR HATÁRON TÚLI ÚJSÁGÍRÓKRA IS SZAVAZHAT.

 www.mediaacsaladert.hu

A SZAVAZATOKAT 2019. DECEMBER 1-TŐL
2019. DECEMBER 31. ÉJFÉLIG VÁRJUK.

Nemcsak egy jelöltre szavazhat.

Minden szavazó megkapja Szám Katalin Hármaskötés című e-könyvét letölthető változatban, tíz szerencsés szavazó pedig értékes Képmás-csomagot nyer.

Támogatók:



Kiemelt
médiapartnerek:



Médiapartnerek:



DECEMBERI JELÖLT



Békési Erika



Békési Erika több mint tíz éve ír, a Képmástól a Nők Lapjáig tucatnyi helyen dolgozott már. Férje nagyon sokat segített neki abban, hogy az öt gyerekük mellett is végezhesse a munkáját. Jelenleg a Családi Lapnak és a család.hu-nak ír.

MINDENBEN SEGÍTENI

Egy nagymama hatalmas támasz a családnak, hiszen a szülőket időnként tehermentesíti, megkönnyíti a kicsikkel való boldogulást. Békési Erika interjújában egy olyan nagyit mutatott be, aki mind a hét gyerekének besegít, tizennégy unokáját egyformán imádja. A család.hu felületén megjelent cikk a Média a Csaláért-díj decemberi jelöltje lett.

◆ Erika interjúalanyát egy olyan közösségben ismerte meg, amely a Velencei-tó környékén élő katolikus családokat fogja össze. *Németh Józsefné Magdi* nagyon aktív nagymama, sokaknak példát mutat. Minden nap más családnál segít, így mindenkiel gyakran találkozik. Összeszedi a gyerekeket az oviból, az iskolából, az edzésről, fuvarozza őket mindenhová. Ha a kicsik náluk maradnak, megvacsoráznak, és ha van még idő, társasoznak is. Aztán másnap Magdi viszi őket tovább. A 28 fős nagycsalád havonta egyszer össze is jön náluk, ilyenkor tartják meg az ünnepelték név- és születésnapját. Ezekre az alkalmakra Magdi ebéddel és többféle tortával készül.

„Amikor csak tehetem, beszélgetek veled, folyamatosan tanulok tőle. Van mit, hiszen hét gyereke van, és fantasztikus nagymama: mindig adni és segíteni akar nekik. Soha nem fárad el, állandóan friss és aktív” – mondja Erika. A közösségben nagyon sokféle nagymamatípust látnak, de annyira aktív személyt nem ismernek, mint Magdi. Nemcsak segít

mindenben, de közben naprakész is, próbál lépést tartani a fiatalokkal. Ez még a szülők közül sem megy mindenkinek, egy nagymamától pedig végképp nagy dolog.

„Neki tényleg nincs egy nyugodt napja sem! Soha nem mondja azt, hogy »gyerekek, most hadd legyenek egy kicsit nyugodt nagymama, hadd csinósítgassam a házat, hadd kertészkedjék!« Mert nyilván lehetne ezer dolga. Viszont azonnal ugrik, ha bárki megbetegszik, elmenne színházba vagy egyszerűen csak kettesben lenne a párjával. Törekszik arra, hogy a gyerekei egy-egy estét a kicsik nélkül tudjanak tölteni” – mondja Erika. Magdi úgymond összehalássza a gyerekeket, hogy a házaspárok életéből ne tűnjön el a romantika. Valószínűleg jól emlékszik arra, hogy fiatalkorában náluk sem volt mindegy, hogy a kicsik otthon voltak-e minden este. Emiatt tudatosan segít, hogy a gyerekei életében is lehessenek meghitt pillanatok. Magdi nem tagadja, hogy a 14 unoka nem kis feladat, de állítja: most könnyebb az élete, mint szülőként volt. Nem neki kell a napi ezerféle munkát elvégezni, a nehéz döntéseket meghozni. Persze ha megkérdezik, szívesen ad tanácsot. ◆


KÜLHONI
MÉDIA A
CSALÁÉRT-DÍJ

A külhoni Média a Csaláért-díj győztes jelöltje a Magyar 7 újságírója, **Bokor Klára**. Írásának címe: **Köszönjük, hogy az életünk része volt.**


NEMZETSTRATÉGIAI
KUTATÓINTÉZET