



A TENNI AKARÁS CSODÁJA

Légiesen könnyed, szőke, fiatal lány. Pár mondat után az is kiderül, hogy a búzakék szempárhoz céltudatos és következetesen eredményorientált, tevékeny személyiség társul. Nagyjából így írható le az a hatás, amit dr. Prokop Susanne egyénisége és megjelenése együttesen kivált a beszélgetőtársból.





Akettős anyanyelvű, de persze több idegen nyelvet is beszélő lány az 50 tehetséges magyar fiatal legutóbbi, harmadik évadának egyik nagy felfedezettje. Komoly és megfontolt mondandója azonnal a tudás mélységeibe pörgeti kérdezőjét. Hogyan lesz a fiatal, általános orvosként végző doktornőből agykutató, s emellett pszichiátriai önkéntes gyógyító? Mert Prokop Susanne agykutatóként dolgozik az MTA Kísérleti Orvostudományi Kutatóintézetében, emellett pedig a Semmelweis Egyetem Közös-

INFO

Prokop Susanne

III. évad

Mentor: Szlankó János

Summa cum laude minősítéssel szerzett általános orvosi diplomát, emellett kvantitatív modellezőként is végzett. Tudományos diákköri munkájáért számos konferencián első díjas, az Országos Tudományos Diákköri Konferencián pedig az első helyezés mellett megkapta a legjobb előadói díjat. Azután egy nagy amerikai egyetem nemzetközi díjával három hónapot töltött a Vanderbilt Egyetem Biológiai Intézetében. Ott is felfigyeltek munkájára, és a következő évben már egy kísérleti technika szakértőjeként kapott meghívást. A kutatás mellett aktívan részt vesz a mentális betegeket sújtó stigma elleni küzdelemben is.

ségi Pszichiátriai Központjának önkéntes orvosa. A pszichiátrian a mentális betegek diszkriminációja ellen próbál küzdeni.

Önkéntes segítő

Az ambiciózus Susanne maga kereste megterhelő elfoglaltságait. Már az egyetemi évek kezdetén tudományos diákköri munkába kezdett, ennek eredményeként számos konferencián első díjas, az Országos Tudományos Diákköri Konferencián pedig az első helyezés mellett megkapta a legjobb előadó díját is. Kísérletező személyisége irányította az MTA-kutatásba, ahol azt vizsgálják, hogyan hatnak a pszichiátriai betegek gyógyszerei az agyra, s hatásuk mellett milyen mellékhatásaik vannak...

„Ugye téged a mellékhatások fogtak meg?” – szegezem neki a kérdést. Azt feleli: természetesen. Pontosabban az, hogy mi okozza a mellékhatásokat. „Így kerültem önkéntesként olyan pszichátriai csoportok foglalkozásaira, ahol a mentális betegek tapasztalati szakértők bevonásával keresik az utat, hogy befolyásolni tudják betegségük zavarait.” Prokop Susanne ezekben a csoportokban ismerte fel, hogy a pszichés betegeket egyáltalán nem kell leírni! Nem az ő félreállításuk a megoldás: sem az érintett beteg, sem a társadalom számára. „A kulcs itt a tapasztalati szakértők bevonása! – jelenti ki határozottan. – Az A tapasztalati szakértők például már tudják kezelni skizofrén betegségük tüneteit, s ezt a tudást képesek átadni sorstársaiknak is.” Elmagya-

„Pszichés zavarokkal küzdőknek szánt mobilapplikáción törtem a fejem, amely egyfajta kommunikációs tréning...”

rázza: a módszer Hollandiából indult hódító útjára, az ottani gyógyító kutatásokban és terápiában jöttek rá arra, hogy a társadalomba való beilleszkedés eszközei megtanulhatók, átadhatók. És a módszer kipróbálása, tanítása idehaza is eredményes, alkalmazása sikeres.

Egy lehetőség

Csak hogy nincs elég orvos, elég működő csoport és önkéntes segítő, vagy tapasztalati szakértő, aki a tudását átadhatná a hasonló betegségekben szenvedőknek, hogy a számukra is élhetőbbé váljék a világ. Például képesek legyenek megfékezni vagy megelőzni az indulatokat, a kitoréseket, a szorongásukat, ezáltal komfortosabbá téve a létüket...

Prokop Susanne valójában az önkéntes támogatók és szakemberek hiányára, arra a képtelen helyzetre keresett áthidaló megoldást, hogy az igény nagyobb, mint a segítőkapacitás! Ez az állapot erősíti fel az ilyen betegekkal szembeni diszkriminációt. „Amikor elkezdtem bejárni közéjük a tréningekre, tapasztaltam, hogy aki rászorulna, az vagy nem tud rendszeresen eljönni, vagy képtelen megfizetni a részvétel költségeit, így válik végül betegségének áldozatává.” Ezzel a gondolatával pályázott a tehetségprogramba. Megoldást keresett, s reményei szerint talált is.

Mit adhatott ehhez a mentorprogram? „Szlankó János lett a mentorom, tulajdonképpen ő választott ki engem. Ő most olyan honlapokon dolgozik, amelyek

kognitív programokat kínálnak például gyerekeknek. Én pedig egy pszichés zavarokkal küzdőknek szánt mobilapplikáción törtem a fejem, amely egyfajta kommunikációs tréning lesz számukra. Az új applikáció nemcsak betegeknek szól, mindenki számára hasznos lesz.”

A mentorról végzett munka gyümölcsöző volt. „Még fejlesztés alatt áll a program, de a tavasszal szeretnénk már bemutatni egy országos pszichiátriai konferencián...” – mondja Prokop Susanne. És mindjárt le is hűti hallgatója lelkesedését, kiemelve, hogy nagyon tágak a szélsőségek a pszichátriai betegek körében, s hogy ebben létezni tudjon, az a családon, az orvoson, a környezetben múlik... „Az applikáció csak eszköz lehet ebben. A mentorprogramban jó fogadtatást kaptam, Szlankó János segített abban, hogyan tudok az orvosok és az informatikusok között hidat építeni. A formálódó alkalmazás segítség lehet abban a rászorulóknak, hogyan érvényesíthetik nézőpontjukat...”

Reményt adni

„Nem kész receptet adunk, hanem a reményt, hogy a betegsége ellenére képes lehet beilleszkedni! – hangsúlyozza kis töprengés után Prokop Susanne. Vannak megtanulható technikák, egy könnyen elérhető applikáció segíthet ezek elsajátításában. „Persze a leghitelesebb akkor is a tapasztalati szakértők segítségével...” – teszi hozzá nyomatékkal. A tekintete most mintha fáradt lenne. „Sokat dolgozol?” Bólint: „Azt érzem, hogy a munka mellett nagyon kevés idő jut a pihenésre, az egyetlen az edzés, ha nagyritkán eljutok. És még a divat képes kikapcsolni, felszabadítani...” Meglepetésünket látva rögtön megmagyarázza: „Van kapcsolatom divattervezőkkel; az 50 tehetséges magyar fiatal program révén például találkoztam S. Hegyi Luciával, és mondhatom, hogy mély benyomást tett rám...”

Rege Sándor



3-SZOR IS MENTOR

Szlankó János
villamosmérnök, üzletember

Konkrét példám alapján tudok tapasztalataimról beszámolni, hogy a saját életemben is mennyire fontos szerepet játszott a mentori jelenlét. Jómagam rendkívül sokat kaptam azoktól a személyektől, mentoroktól, akik tanácsaikkal ösztönöztek, és segítettek, hogy előre léphessek pályámon. Mindez nagyon hozzájárult ahhoz, hogy viszonylag hamar bejárhattam a világot Kaliforniától Kamcsatkáig, és eljuthattam a föld különböző kutatóintézeteibe.

Úgy éreztem tehát, hogy ideje visszaadnom valamit abból a sok jóból, amit én is kaptam, és segítenem a fiatal tehetségeknek valóra váltani álmait. Saját tapasztalataim is bizonyítják, milyen sokat hozzá tud hozzátenni egy mentor néhány személyes meglátással, szakmai véleménnyel vagy önmenedzseléssel kapcsolatos jó tanácsaival a fiatalok fejlődéséhez, illetve a karrierjükkel kapcsolatos előre jutáshoz.

Ennek köszönhetően a fiatalok képesek más nézőpontból szemlélni a világot, és lehetőséget kapnak arra, hogy egy már sokat látott harcos segítségével térképezhessék fel az élet harcmezéjén rejtőző aknákat. Az 50 tehetséges magyar fiatal program három évada alatt mindig szívesen osztottam meg tapasztalataimat a hozzám forduló mentoráltakkal. Örülök, hogy megismerhettem ezeket a fiatalokat, és támogathattam őket céljaik elérésében!