

Erassimi

Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek

XIII. évfolyam, 2022/3., szeptember

Múzeum könnyen érthetően

Autizmussal élők kommunikációja

Önkéntesként Finnországban

Tandemkerékpárral három országon át



Nemzetközi találkozó Nagypakán. Cikkünk a 27–29. oldalon. Cúth Júlia és Jandura Péter felvételei.



Tartalom

Szászi Zoltán: Kellene annyi minden...	3
Dunkel N. Norbert: Értelmi fogyatékos – érzelmi milliomos, I.	4
Horváth Péter László: Múzeum mindenkinek! Múzeum mindenkinek?	7
Arckép – Lukáč Anna gyógypedagógus	10
Havasi Ágnes: Megjavítás helyett felvértezés	13
Fóti Dávid: Akadálymentesség a szlovákiai iskolákban	16
György Krisztina: Szülő és gyógypedagógus kapcsolata	17
Kocsis Károly: „Mi fáj? Gyere, mesélj...!”	18
A sport mindenkié – gördülő sportkonferencia	20
Versfesztivál – jó volt megint együtt lenni	24
Nemzetközi találkozó Nagypakán	27
Major Árvácska: Függetlenség, szabadság, méltóság – önkéntesként Finnországban	30
Könyvajánló: Nyomozás az Alkonypagonyban	32
Szabó Gábor: Sárga Rózsa 2022	33
Jegyzetünk – Sztakó Zsolt: Aki találkozott Jézussal	34
Magyar–szlovák és szlovák–magyar szótár	35

Címlapkép: Bécs utcáin.
Kubatovics Áron felvétele.
Cikkünk a 20–23. oldalon.

Carissimi – Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek. Kiadja a Szlovák Humanitárius Tanács (vydáva Slovenská humanitná rada, Budyšínska 1, 831 03 Bratislava; IČO: 17 316 014) a Carissimi Nonprofit Alappal együttműködve. Felelős szerkesztő: Tóth Erika. Nyelvi szerkesztő: Szórád György. Szakmai tanácsadók: Mgr. Köböl Tibor szociális tanácsadó, Izomsorvadásos Betegek Országos Szervezete, tel.: 0948 046 672; PaedDr. Strédl Terézia PhD pszichológus, gyógypedagógus, a Selye János Egyetem oktatója. Grafika, tördelés: Nagy Attila. Nyomja: Valeur Kft., Dunaszerdahely. Terjeszti: Mediaprint-Kapa Pressegrasso, a. s. Levélcím: Carissimi, Bučinová 14, 821 07 Bratislava. Telefon: 0907 812 236. E-mail: carissimi.lap@gmail.com. Honlap: www.carissimi.sk. Ingyenes kiadvány. Megjelenik negyedévente. A következő számunk decemberben jelenik meg. ISSN 1338-2438, ISSN 1338-2446 (online). Engedélyezési szám: EV 3982/10. Kéziratokat nem őrünk meg és nem küldünk vissza.



Szászi Zoltán

Kellene annyi minden...

Legyünk igenis igényesek! A lehető legigényesebbek! Mi, akiket a normális, átlagos életben visszafognak súlyos testi vagy lelki bajaink a mindennapi lét megélésében. Mi csak legyünk igényesek, mert mi, akik sajnos, nem tudunk már teljes értékűen hasznos tagjai lenni a világnak, mert betegségünk, fogyatékoságunk korlátoz benneteket, mégis élni akarunk. Nem ennek kedvez a mai helyzet. Mi mégis legyünk igényesek! Igenis legyenek álmaink, vágyaink! Legyenek!

Nekem is van álmom. Például egy olyan, hogy van négy kezem. Kérddi a kedves olvasó, hogy miért pont négy? Mert a meglévő kettő nekem csak ahhoz elég, hogy megtartsa a súlyomat a könyökmankó fogantyúin. De egy pohár víz vagy akármi más áthelyezése már gondot okoz. Kicsit bajos hát a lét. Négy kézzel jobb lenne. Szóval milyen jó lenne még kettő! Pluszban! Mennyi mindent is tudnék még akkor megcsinálni! Egyszerűbb lenne az életem! Családomé is! Nem kellene annyiszor kiszolgáltatniuk engem. Amúgy nem nagyon hagyom magam, de olykor rászorulok. Ha lenne négy kezem! Akkor mi lenne? Keresek példát. Íme: ki tudnám például nyitni az ajtót, otthon, üzletben, akárhol. Ha lenne négy kezem, akkor még egy bevásárlótáskát is el tudnék vinni, s közben haladni is tudnék. Előre. Már ha tudni lehet még itt, kérem szépen, merre van az előre. Tudni lehet? Ha már téma lett a bevásárlótáska, akkor annak tartalmát illetően is illik szólni. Ha valami csoda folytán az általam irányított négy kezemmel keresett többletjövedelmem lenne, akkor az által jobban meg tudnám tölteni a bevásárlótászkám. Ugye így lenne ez jó? Most? Hát, na! Úgy vagyok, hogy még akár a mankókra támaszkodó két kézzel is lazán el tudom vinni, amit meg bírok vásárolni. Nem sok az, nem súly az, legalábbis annyit még a bot végére akasztva is elbírok. Olyan igen szerényen laffog az a táska. Hiába, na! Ha csak két kéz van, ha csak annyi kereső kéz van, hát annyi jut bele, hogy könnyedén el tudom vinni. Ám ha lenne négy! Mennyi mindent is tudnék csinálni! Dolgozni. Fűrni-faragni, összerakni, szerelni... Ha így dolgozhatnék, akkor elmondhatnám legalább azt is, hogy uraim, hölgyeim ti ott a magasságos bársonyszékben – nem tudjátok ti, mennyit szidják a ti neveteket, de addig jó nektek –, szóval elmondhatnám, hogy tessék, íme, én teszem a dolgom! Van négy kezem, láthatjátok, ezerrel tolom és építem a társadalmat, rém hasznos vagyok, és én valóban rakok a bőség kosarába, nemcsak kiveszek belőle. (Persze azt azért aláhúzom, hogy anno tevékeny koromban, míg még dolgoztam, dolgozhattam, a három évtized alatt ilyen-olyan ágazatokban – ténylegesebben nehéz és építő, valamint könnyű ipar, szolgáltatás és szállítás, mezőgazdaság, közművelődés és kultúra – azért valamit termeltem én, szóval raktam ám én abba a kosárba eleget!) Tehát ha álmaim szerint lenne négy dolgos kezem, akkor elmondanám, hogy uraim és hölgyeim, ti tengerár tetején libegő sajkában feszítők, kik uralni vélitek alattatok a mindenséget, bizony dióhéjban hajókáztok ti, s nagyot fogtok cuppanni, ha nem veszitek észre, amit a kisemberek álmodnak, vágyanak, akarnak, kívánnak.

(Folytatás a 2. oldalon)

De ezt két kézzel is el akarom mondani nektek. Mert aki termelt, termel, annak igényei vannak. Mi mind valamit szeretnénk. Nyugodtan élni például. Kétkéziék és félkezűiek, meg az álmukban négykezűiek is. Szeretnék, ha nem azt mondanátok nekünk, amikor kisebb és drágább lett a kifli meg a zsömlé, hogy csak a szájunk lett nagyobb. Nem! Nem a szánk lett nagyobb, hanem ti felejtettétek el, kedves bársonyszékben, posztokon lévő, hogy nem mi vagyunk értetek, hanem ti vagytok értünk. Általunk. Világos? Kedves választottak! Képünket ha viselnétek valóban, érdekeinket ha képviselnétek valóban, akkor az arcotokról már leégett volna a bőr. Valóban!

Mi még csak elvagyunk. Valahogy. Idősebbek, rokantak, fogyatékosággal kínlódók, elvagyunk, mert megszoktuk, hogy az igényeinket igazítjuk a lehetőségekhez. De, lásd, mint fentebb, változzon ez a dolog, és

igenis legyünk igényesebbek a közeljövőben. Már ne legyen elég a mézesmadzag! Higgyétek el, nem lesz elég a sok plakátjelszó, hogy támogatjuk, mellé állunk, megőrizzük, felkaroljuk és így tovább! Nem! Ez már nem lesz elég. Muszáj lesz észrevennetek, kedves mostani törvénygyártók és mind, kik jövőben ezt tervezitek végezni: az embereket nem lehet semmibe nézni. A lafógó szatyoros kisember a választótok! Akinek ha már sem a két, sem a négy keze nem lesz elég a bevásárlótáska megtöltéséhez, akkor majd ökölbe szorítja őket, és kiabálni kezd. Az meg biztosan hangos lehet. Nem túl kellemes. A ti fületeknek. Szóval vannak igények. Nekünk, fogyatékosággal és bajainkkal, gondjainkkal élő kisembereknek is. Ugye figyeltek? Még csak morognak a hullámok. Még csak kicsit morognak. Azért a víz az úr!



Dunkel N. Norbert

Értelmi fogyatékos – érzelmi milliomos Gyógypedagógia – filozófiai alapon, I. rész

Az ókori Kína, Spárta, Platon s Arisztotelész óta figyelünk a nevelésre. Az emberiség folytatására. Egyben az ókor óta vagyunk elégedetlenek vele. Nevelni annyi volna, mint hozzáadni valamit ahhoz, ami a születéskor létrejött. Legtöbbször azonban a gyermek tökéletes, tehát inkább csak felnőni kellene segítenünk. A nevelés a társadalmi igény szerinti alakítás. Amely nem nélkülöz ideológiákat. Hogy milyen katonát (Spárta), állami hivatalnokot (Kína), polgárt vagy épp elvtársat neveljenek a „nemzet napszamosai”. A „szabadságra nevelés” messze nem Rudolf Steinernél kezdődött. Komoly dilemma, tud-e mit kezdeni az ember a szabadsággal. Vagy hangya legyen a közösségben (Ázsia), vagy mindentől elszakadt egyéniség, sőt, elidegenedett individuum (Nyugat)? A görög városállamok olyan polgárokat szerettek volna látni, akik aktívan alakítják poliszuk életét. Nem

„idióták” – az *idiótész* eredeti jelentése: közömbös. Az, aki nem politizál, nem vesz részt a közösség dolgaiban. Már Platon korában megfogalmazott probléma volt a test és lélek egysége, a *kalokagathia* (kalosz = szép, agathon = jó), az egészséges test és a jó erkölcsű lélek. És... az egyén s a társak harmonikus viszonya. A közösségi sport és közösségi művészet kiemelkedő fontosságú volt – nevelési eszközként, de a hagyomány megőrzése végett is. Az érzelmileg kiegyensúlyozott ember, a kapcsolataiban kiegyensúlyozott, hol alkalmazkodó, hol önérvényesítő (asszertív) emberideál számos írott formában maradt reánk.

A még átlátható közösségekben a kapcsolatok sokkal személyesebbek, az érzelmi kötelékek erősebbek voltak, mint az internet és mobiltelefon korában. Mert az csak illúzió, hogy a net és a mobil összeköt. Inkább a kapcsolatok illúzióját adja csupán. A

gyerekek magányosak, miközben hiperkonnektivitásban¹ állandóan e-mailt küldenek, fészbukon lájkolnak, szörfölnek. Az információ mennyisége emberfölötti, gyorsasággal szédítő, ám egyre személyesebb. A felnövő nemzedék nem tanul meg szűrni. Pedig már a sejt hártájára is szűr, aszerint, milyen ionok (Na⁺, Ca⁺, Cl⁻) s tápanyagok (pl. szőlőcukor) vagy hormonok kellenek neki. És ez a bálnára vagy óriás-cetre is érvényes: a szűrve táplálkozók plankton, parányi élőlényeket szűrnek ki a tengervízből. Szűrni meg kellene tanulni.

A hagyományokat a szupermodernitás ürügyén a politika megkérdőjelezte, a vallás is, a kultúra is elszegényesedett. Sőt, hallani olyan nézeteket, hogy a gyerekeknek egyes államokban nem kell majd iskolába járniuk (nyílt alattvalóképzés), hogy a vallási ünnepek nevét el kell törölni, s minden ünnep csak holy day-je

vagy festival season-ná lesz. Elérkeztünk a kultúra nélküli masszaemberiség korszakába. Ahol mesterségesen kevernek össze kultúrákat, irányítanak kisebb népvándorlást, eltörölnék hagyományt, de még nemiséget is. Ez krízishelyzet, ez szakadék.

Minden krízishelyzetre igaz, hogy a hagyomány és a stabil emberi kapcsolatok tartanak meg bennünket. (A hagyomány már megfogalmazott megoldásokat.) A távoktatás és a távgyógyítás csak előkészítése a személytelenné tett emberiségnek. E kornak csak bizonyos szakmákban kell tanult ember. Ám a tanult = művelt jelentés megváltozott – a szakbarbárt a mai nyelv kockának nevezi. A művelt ember azt jelentette: több területen is művelt. A modern kor „szuperinformatikusa” sokszor a szoba foglya, autisztikus és érzelmi fogyatékos, mint ahogy ez az átlagpopuláción is egyre inkább látható.

Az értelmi fogyatékoságról sok szó esik, mert az ember túlértékeli az intellektust, életét ún. verbális-gondolati világban éli. Nem véve tudomást arról, hogy a világ nagy része

egyszerűen nem fogalmi. Nem verbális, *fogalmakkal nem ragadható meg*. A világ nem logikus, nem kiszámítható. A kor divatos mondása szerint „minden fejben dől el”. Eszerint egyrészt csak akarat, kitartás és a siker előzetes elképzelésének (mentalizáció) kérdése. Másrészt racionális lépések meg más lépések eredményeként elérhető. Csakhogy az igazán fontos dolgok nem fejben (racionális, nyelv, elképzelés, érvek, tudomány) dőlnek el! A fej szó szerint perifériális szerv. A szív = mag = közép. A szív integrál. Jézus mondása (Máté 25.34–45) megvilágító erejű: „Amit egynek tettetek e legkisebb testvéreim közül, azt nekem tettetek.” (Ha csak a legkisebbel cselekedtetek is meg ezt – elfogadás/gondoskodás/szeretet –, bizony velem tettétek meg!) Azaz: itt a sérült, a kicsi, a kiszorult és a rászorult IS integrálva van.

Még a költészet is a szavak korlátait kerüli meg a „más szavakkal”, a „másképp alakított mondatokkal”, a festészetről s a zenéről nem is szólva. Érdekes, hogy állatnak művészte nincsen, hisz élete mikéntje a genetikai programban meghatározott.

Ám az ember „meghatározatlan állat” (Nietzsche szavaival), nincs kész genetikai készlete, hogyan éljen. E szerint *az ember nem a természet része*, „hontalan” (Unheimlichkeit – Heidegger). Persze Nietzsche kifejezése önleplező, ha az állat meghatározatlan, akkor lehetősége van önmeghatározásra, ha nincs „kívülről” (angyali rend) vagy belülről (biológiai program) meghatározva. Az ember így potenciálisan: önmeghatározó lény. De mivel a csecsemő lábra sem tud állni, segíteni kell neki felnőni. Ez pedig óhatatlan befolyásokkal jár. Azután a gyermeket lassan *önnevelésre* is kellene tanítani, ez volna a szabadságra nevelés, már ha a család és a társadalom politikai viszonyai lehetővé teszik. A szabadságra nevelésnek családi, lélektani, társadalomlélektani vonatkozása is van, no és az iskolán keresztül számtalan egyéb faktora.

Az értelmi fogyatékosokról rendre több szó esik, mint az *érzelmi fogyatékosokról*, akik terjednek e mai masszában. Nemcsak a narcisztikus személyiségzavar ún. empátiadeficitje (növekvő társadalmi mértéke), az autisták növekvő száma az ok. Az önzésre épített társadalom eleve a verseny fetiszizálását s a másik legyőzését hirdeti mint „normális” és „természetes” törvényt. Mert az „erős” (gátlástalan – az ego) legyőzi a „gyengét” (az empátikusot, akinek vannak morális gátjai, vagy csak pénztelen). Sem a kapitalizmus, sem az egyénit elnyomó kollektívizmus nem tudott érdemi választ adni az emberi társadalom alapkérdéseire. A hasznosság, a mindent pénzzé tevés nem közgazdasági probléma. Az uralkodás egyik feltétele, hogy mindent pénzben lehessen mérni, mert a pénz elvehető, ellopható. A pénzuralom „mellékhatása” a hasznossági és a sikerkényszer. Nos és... a többiek versenytársak, legyőzni valók. Ha valaki fogyatékosággal született,



Autizmus (Cséfalvay Á. András felvétele)

vagy azzá tette egy baleset vagy betegség, nem hasznosabb. Egy utilitarisztikus (haszonelvű) világban a betegség vagy a versenyre való képesség teher. És fölösleges.

Sem az óvodában, sem az iskolában, de még a művészeti vagy zeneiskolákban sem esik szó az *érzelmi fogyatékos*gról vagy az *érzelmi nevelés jelentőségéről*. A haszonelv szemzőgéből, ami persze redukcionizmus, nem fontos a gépkezelő érzelmi világa. Platón már beszélt erről, oly régen: mit tesz az „ideális államhoz” (ha van ilyen) a nevelés? És... mit teszünk mi, a már felnőttek, utódaink emberi kiteljesedéséhez? Látnivaló, spirituális-lélektani felelősségünk van. Ha nem nevelünk jól, emberi torzókat hozunk létre. S ez a mi hibánk és felelősségünk. A nevelés kifejezést használtam, nem pedig a személytelen oktatást, meg távoktatást, amely csak az információk továbbadása. A személyesség kivonása az érdemi nevelésből lehetetlen is, szakmaiatlan is.

A versenystálló típusú elitiskolákban is csak az intellektuális teljesítményen van a hangsúly. Amely teljesítmény sokszor még csak nem is intellektuális. Hanem pusztá memoriter: akinek jó az emlékezete, az a „jó tanuló”. A személyiség fejlesztése kit érdekli? Az agy halott adatokkal való teletömésével a múlt századi iskoláink eleve megölik a problémamegoldó és kreatív gondolkodást. (Tapasztalat és műveletek inkább kellenének, s a csoportosan végzett feladatok, közös feldolgozások, felfedezések.) Aki megbutus vagy értelmi fogyatékos, de emberi létre született, mit keresne a csupán a technológiákat működtető intellektusok között? És hát maga a technológiaközpontú világunk egyre sekélyesebbé tette az emberi viszonyokat. Amelyek egyre inkább funkcionálissá, formálissá váltak. A szeretet valahogy eltűnt. Miközben

folyton azt hazudjuk, hogy fontos. A lelkek kiszáradtak. Csakhogy eredményen társas lények volnánk. Nem csak arra a bizonyos platóni zóon logon ekhónra, „az ember társas állat” eszméjére utalok. Hanem arra is, hogy a lét mélyrétegében mind s mindenki egy (kvantumfizikában: bootstrapelmélet). E metafizikai állítást a kvantumfizika csupán újra felfedezte, sőt, megerősítette: „minden részecske az összes többiből áll” (Niels Bohr). Zavarba ejtő, hogy ezt már a hinduizmus is, a buddhizmus is állította (persze „műszerek” nélkül). E kozmoszban egyedül, önmagában: semmi nincs. A spirálgalaxistól a pí-mezonig *minden létező valami másból áll*: a molekulák atomokból vannak, az atomok elektronokból és protonokból, a protonok kvarkokból állnak, ezeket glüonok tartják össze... nincs vége! Filozofikusan: semminek sincs saját természete. Minden, ami létrejött, az számos más okból s a társalétezők okán tudott létrejönni. A lét = együttlét (Mitsein – Heidegger).

A fogyatékosággal élők IS társaink; ők tanítanak bennünket, helyet adni – minden másnak is, ami „nem normális”, ami nem értékelt, ami nem hasznos. Ők csak a felszínen, kognitív (gondolkodásbeli) képességeikben különböznek. Leginkább a buddhizmus fogalmazta meg, de hát minden vallásban igaz, hogy *ugyanaz az Egy*, végtelen tudat néz ki mindegyikünk szeméből. Más nyelvjátékban: az emberiség *ontológiai alapja* ugyanaz.² Erwin Schrödinger a „tudat aritmetikai paradoxonjának” nevezete az egy és a sok, az egy tudat és (látszólag) sok tudat problémáját.³ Kvantumfizikusként látta be, hogy nem több tudat van, hanem az Egy tudatnak van sok aspektusa.

Így, filozófiai alapként már megváltozik az ún. *sérült ember* társadalomban megjelenő képe. Az *elfogadás*

nem érzélgősség, ájtatosság, gyógy-pedagógiai praxis. Hanem szükség-szerű. Az elfogadás (spirituális) felismerésből fakad. A létben mindenki Egy. A védánta (hinduizmus) filozófiájában minden dolognak azonos eredete van (paratantra). Nos, ilyen mély „az ember társas lény” kijelentés alapja. A kereszténységben az „elveszett bárány” vagy a tékozló fiú nem deviáns, hanem mindig is közénk tartozó volt. Az 1940-es évekre a tudomány is felismerte, hogy már a pusztá tudományos kísérlet beleavatkozik a megfigyelendő jelenségbe (Heisenberg-féle határozatlansági állandó).⁴ Az elválasztottság illúzió.

Nem értjük a lét sokszínűségét, mi csak megtörjük az anyagi, ám élő természet összhangját. A harmóniákból = összeillősségből az ember folyton kiesik. Mert már saját társát sem tekinti embernek. Annak minden méltóságával. Mi maradt? Az üresség? Felborult a természet és a technológia egyensúlya. Alig maradt természet.

¹ Hyper (görög eredetű) = túlzó, nagyon; connectivitas (latin) = összeköttetés

² Ont, van, tá onta (gör.) létezők. A dolgoknak, élőlényeknek a létben való egysége, a különbségek csak felszíniek.

³ Mind and Matter (Tudat és anyag) c. előadásában (Trinity College, 1956; írásos formában: Cambridge University Press, London, 1967)

⁴ Miszerint nem tudjuk megállapítani egy részecske helyét és impulzusát (tömeg és sebesség szorzata) tetszőleges pontossággal.

(A szerző zeneterapeuta, fejlesztőpedagógus, filozófia- és zenetanár, grafológus, gyógypedagógiai asszisztens, jelnyelvi segítő, rehabilitációs mentor, terápiás munkatárs.)



Horváth Péter László

Múzeum mindenkinek! Múzeum mindenkinek?

„A múzeum nevel, oktat, élményt ad és inspirál. Képes életet megváltoztatni, közösségeket megerősíteni, vitát indítani, a társadalmat formálni. ... A múzeumok fontos szerepet játszanak abban, hogy a látogató még inkább megértse országát, nemzetét, családját történetét. Ebben segít a mondák, legendák, tények olyan tálalása, ami figyelemfelkeltő, izgalmas és könnyen érthető. A múzeumok világszerte küzdenek azzal a problémával, hogy csak egy szűk réteget vonzanak be, nem széles közönséget” – olvashatjuk a magyarországi Országos Muzeológiai Módszertani és Információs Központ honlapján. Felmerül ugyanakkor a kérdés, mennyire érthető a múzeum az átlagpolgár vagy éppen az információ megértéséhez magas támogatást igénylő emberek számára. Számolnak-e a múzeumok az értelmi sérült emberekkel mint potenciális látogatókkal?

Jog a kultúrához való egyenlő esélyű hozzáféréshez

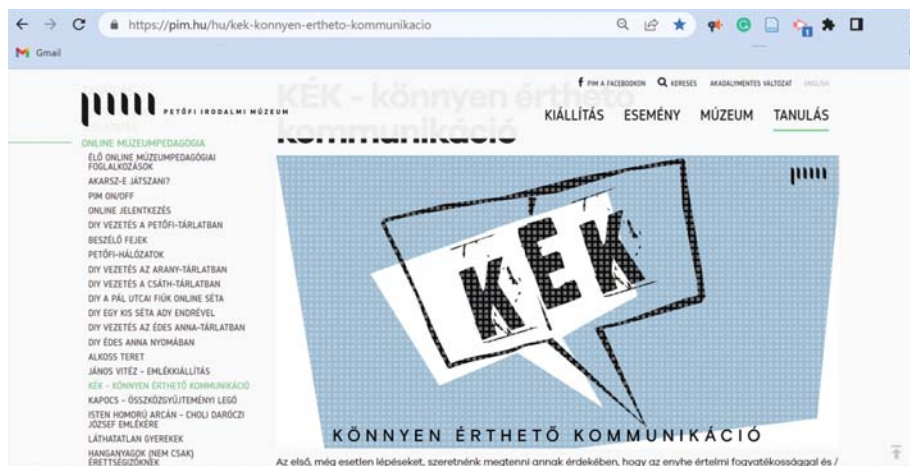
A fogyatékos személyek jogairól szóló ENSZ-egyezmény kulturális életben, üdülési, szabadidő- és sporttevékenységekben való részvételről szóló 30. cikke rögzíti a fogyatékos személyeknek azt a jogát, hogy másokkal azonos alapon vehessenek részt a kulturális életben. A részes államoknak minden szükséges intézkedést meg kell tenniük azért, hogy a fogyatékos személyekkel élő személyek hozzáférhető formátumban jussanak hozzá a kulturális anyagokhoz, a televízió műsoraihoz, filmekhez, színházakhoz, egyéb kulturális lehetőségekhez. Az ENSZ-egyezmény idézett rendelkezése más, pl. a meghatározá-

sokról szóló 2. cikkel és a hozzáférhetőségről szóló 9. cikkel együttesen értelmezve azt is jelenti, hogy a múzeumokat könnyen érthetővé kell tenni.

Az egyenlő esélyű hozzáférés jogát tehát már önmagában az egyezmény is biztosítja. Ugyanakkor ez nem mindig elegendő. Ezért végrehajtására sok országban születtek újabb, részletesebb jogszabályok. Így pl. Németországból két törvényt is említhetünk (Verordnung zur Schaffung barrierefreier Informationstechnik nach dem Behindertengleichstellungsgesetz / Barrierefreie-Informationstechnik-

Verordnung – BITV 2.0, ennek konkrétan a 4. §-a és a Gesetz zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen / Behindertengleichstellungsgesetz – BGG+ és ennek konkrétan a 11. §-a). Ezek a rendelkezések egyértelműen és konkrétan előírják a könnyen érthető nyelv alkalmazását pl. éppen a múzeumok számára is. A világos törvényes kötelezettség Németországban a múzeumok világában is példamutató fejlesztésekhez vezetett.

A következőkben szeretném bemutatni, hogy milyen jó gyakorlatokkal találkozhat(t)unk már Magyaror-



A Petőfi Irodalmi Múzeum honlapja 2022-ben



Részlet egy brandenburgi kiállítás honlapjáról

Der Arzt Paracelsus

Dieser Raum erzählt von Paracelsus. Paracelsus hat eigentlich Theophrastus Bombastus von Hohenheim geheißen. Die meisten Menschen haben ihn später Paracelsus genannt.

Paracelsus hat sich mit vielen Themen beschäftigt. Die Themen waren aus

- der Medizin
- der Philosophie
- der Theologie oder Religion
- der Astronomie oder Himmelskunde
- der Astrologie oder Sternedeutung
- der Alchemie oder Chemie.

Paracelsus war besonders als Arzt bekannt.



Könnnyen érthető audiovizuális eszköz egy nürnbergi kiállításon (Saját fénykép)

Könnnyen érthető szöveg a salzburgi vár egy kiállításáról (Saját fénykép)

szágon, majd válogatást adok arról, hogy mit láthatunk ezen a területen Németországban és Ausztriában. Jelen tanulmánynak a célja pusztán egyfajta térkép megrajzolása. Reményeim szerint inspiráló lesz, és többen kedvet kapnak a további tájékozódáshoz, talán új kezdeményezések is szülehetnek.

A magyarországi kezdeményezésekről

Magyarországon – tudomásom szerint – nem született még tudományos igényű felmérés a múzeu-

mok infokommunikációs akadálymentesítettségéről, különösen arról, hogy alkalmazzák-e a könnyen érthető nyelvet. Ugyanakkor a világhálón található források alapján össze tudunk gyűjteni néhány információt.

Kezdjük a szakembereknek szóló kiadványokkal.

Pandula András szerkesztésében 2008-ban adta ki a Fogyatékos Személyek Esélyegyenlőségéért Közalapítvány és a Szépművészeti Múzeum a Múzeumok mindenkinek. Az integrált tárlat kialakításának szempontjai és tapasztalatai c. kiadványt. Ebben a könnyen érthető

nyelv mint lehetőség megjelenik, de még nem kap kiemelt hangsúlyt.

Időben ezt követően egy 2018-as kiadvány lesz említésre méltó. Szerkesztője Dabi-Farkas Rita, címe Esélyt a múzeummal. Hátrányos helyzetűek felzárkóztatása a múzeumpedagógia eszközeivel, kiadója pedig a Szabadtéri Néprajzi Múzeum Múzeumi Oktatási és Módszertani Központja. A kiadvány egyik fejezete – melynek címe: Egyszerűbben érthetőbb – megértési nehézséggel élők megjelenése a múzeumpedagógiában – immár külön és viszonylag részletesen foglalkozik a könnyen érthető nyelvel,

És most nézzük a múzeumok világát.

Farkasné Gönczi Ritának, a könnyen érthető nyelv egyik magyarországi szakértőjének szóbeli tájékoztatása szerint a Magyar Nemzeti Múzeum honlapján voltak 2013-ban könnyen érthető információk. A szövegek fordítását ő és Fejes Ildikó készítette. Emlékezete szerint elkészült Az őskortól a kalandozó magyarokig állandó kiállítás szövegének a könnyen érthető változata is. Ezek a szövegek a vitrinek mellett voltak olvashatók.

A Göcseji Múzeum honlapján csak egymondatnyi információ volt megtalálható 2017-ben, amely szerint „a



Információs táblák az ulmi Edwin Scharff Múzeumban

szolgáltatás megkönnyítése érdekében az ügymenetekről ismertető kiadvány készült könnyen érthető formában”.

2022-ben a Petőfi Irodalmi Múzeum honlapján látunk kezdeményezést a könnyen érthető nyelv alkalmazására.

Fontos ugyanakkor, hogy a múzeumi szakma felfigyelhetett az egyenlő esélyű hozzáférés fontosságára. Az Országos Muzeológiai Módszertani és Információs Központ 2019. november 26–27-én szervezett konferenciát a Magyar Nemzeti Múzeum Dísztermében. Itt Farkasné Gönczi Rita, az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Karának oktatója adott elő a könnyen érthető nyelv fontosságáról.

Különböző magyarországi felsőoktatási intézmények hallgatói a könnyen érthető nyelv alkalmazására felkészítő kurzus követelményeként elkészítették többek között egy debreceni múzeum, a szegedi Móra Ferenc Múzeum, a budapesti Magyar Természettudományi Múzeum, a salgótarjáni Bányamúzeum



Plakát az utcán egy nürnbergi kiállításról. Választható nyelvek: német, angol, spanyol, olasz és Leichte Sprache. (Saját fénykép)

egy-egy kiállítása, illetve a kecskeméti Leskowsky Hangszergyűjtemény kísérőszövegének a könnyen érthető változatát. Tudomásom szerint ezek, sajnos, nem váltak ténylegesen a mindennapi valóság részévé.

Jelen cikk megjelenésekor a budapesti Petőfi Irodalmi Múzeummal és a Kassák Múzeummal dolgozunk együtt egy-egy kiállítás újabb infokommunikációs akadálymentesítésén.

„Térképelemek” Németországból és Ausztriából: példák könnyen érthető múzeumi megoldásokra

A németországi és az osztrák törvényes háttér valóban figyelemre méltó, példaértékű innovációkhoz vezetett. A továbbiakban azt szeretném bemutatni, hogy mit jelent egy múzeum esetében az, amikor a könnyen érthető nyelvi akadálymentesítést „teljes körűen” szeretnénk megvalósítani.

Egy-egy múzeumban – Németországban és Ausztriában egyre több helyen – nemcsak a honlapjukon találunk könnyen érthető leírásokat (az általános információktól kezdve a múzeumi kiállításokig), hanem a kiállítóterben is, akár több nyelven is (Salzburgban pl. német, angol, olasz és kínai könnyen érthető nyelvi szinten).

Sok esetben az épületen belüli tájékozódást is támogatják könnyen érthető piktogramokkal, a helyiségek különböző, de következetesen használt színekkel történő megjelölésével.

A múzeumlátogatáshoz kölcsönözhetünk könnyen érthető auido-guide-ot, vagy ma már egyre gyakrabban könnyen érthető multimédiás eszközöket is. Erre a lehetőségre sok esetben már az utcán, a múzeum bejáratánál elhelyezett plakáton is felhívják a figyelmet.



Könnnyen érthető múzeumi kiadvány

A múzeum boltjában, illetve webshopjában az állandó és az időszakos kiállításokról készült sztenderd nyelven elérhető kiadványok mellett könnyen érthető változataik is megtalálhatók.

A könnyen érthető (múzeumi és persze minden más) információ érthetőségének ellenőrzésében az értelmi sérült emberek mint erre a feladatra képzés keretében felkészült szakemberek fizetés ellenében vesznek részt. És ami talán a legérdekesebb: maguk az értelmi sérült emberek – természetesen felkészülést követően – tárlatvezetőként dolgozhatnak a múzeumban, így más embereknek, pl. a sorstársaiknak, gyermekeknek vagy idős embereknek ők mutathatják be a múzeumi kiállítás anyagát.

Bízom abban, hogy az itt csak igen vázlatosan bemutatott magyar, német és osztrák példákkal hozzájárulhatunk a magyarországi és a szlovákiai múzeumok infokommunikációs akadálymentesítéséhez.

(A szerző a Miskolci Egyetem BTK Tanárképző Intézete Gyógypedagógiai Tanszékének oktatója.)

„Kimegy az az ember a gyermekével, és mélyen átérzed a helyzetüket”

Dr. Lukáč Anna gyógypedagógus a komáromi Pedagógiai-pszichológiai Tanácsadó Központ munkatársa, emellett délutánonként, hétvégenként magánpraxist is folytat. Szakértelmén túl kedvessége, nyugalma gyógyír a sérült lelkeknek. Több száz azoknak a gyerekeknek a száma, akik útravalót kaptak tőle az élethez.

– **Milyen volt a gyerekkorod?**

– Egy gömöri kis faluban, Nagybalogon töltöttem. Ott jártam magyar óvodába, alapiskolába viszont Meleghegyre szlovákba, ugyanis édesanyám szlovák volt. Volt egy drága nevelőmám, mert édesanyámnak az akkori gyakorlat szerint hat hónap elteltével vissza kellett mennie dolgozni. Egy nagy női elmeegógyintézetben volt főnővér. Ő szervezte a gyógyszerellátást és minden egészségügyi feladatot. Egy ideig benn is laktunk az intézetben. Számomra természetes volt az ottani élet, szerettem ott lenni. Édesapám tornaljai volt, a Jednota szövetkezetnél ellenőrként dolgozott Rimaszombatban, és a környező falvakban boltokat rendezett be.

– **Egy ilyen intézetben mindenféle előfordul. Ez nem riasztott téged?**

– Nem, mert a szüleim is úgy viszonyultak ezekhez a betegekhez, hogy nem voltunk elutasítók velük. Elfogadtam őket olyannak, amilyenek voltak. Játszottam velük, engem nem bántottak, jó emlékeim vannak róluk. Részt vettem velük a terápiákon, foglalkozásokon, amelyekbe mindenki a saját beállítottsága és válasza szerint kapcsolódott be. Volt hímzés, tollfosztás, háziállatokat lehetett nevelni, kertészkedni. Az öcsémmel együtt belenőtünk abba a helyzetbe, és elfogadtuk.

– **Bár szlovák iskolába jártál, nagyon ápolod a magyarságodat is.**

– Igen, édesapám részéről magyar a családom, édesanyámérol szlovák, és ezt így ötvöztük a szívünkben. Ez teljesen természetes volt, mert Gömörben gyakoriak a vegyes házasságok.

– **Hol folytattad a tanulmányaidat?**

– Besztercebányán jártam egészségügyi szakközépiskolába. Lehet, hogy azért választottam, mert édesanyámnak is segítő szakmája volt.

– **Nem akartál elárúsítónó lenni?**

– Egyszer, amikor az elején nagyon nehéznek tűnt az iskola, eszembe jutott, hogy át kellene iratkoznom Rimaszombatba az elárúsítói szakra, de a szüleim lebeszéltek róla. Úgyhogy aztán elvégeztem az egészségügyi laboráns szakot.

– **Végül mégsem maradtál az egészségügyben.**

– A segítő szakma megmaradt. Tudjuk, hogy a lélek és a test integrációban működik. A középiskolában szerzett tudásnak köszönhetően nagyjából tudom, hogyan működik a test, amikor egészséges, milyen biokémiai folyamatok zajlanak le benne, és sejtszinten hogyan reagálunk, amikor gond van. Érettségi után a Comenius Egyetemre jelentkeztem, és a gyógypedagógiát választottam. Valószínűleg azért, mert közelinek éreztem a pszichiátriát, amely nyomot hagyott bennem a gyerekkoromból. A specializációm az értelmi fogyatékosok és az érzelmileg sérült, nehezen kezelhető emberek volt. Másodévből részt vettem egy érzelmileg sérült fiatal bűnelkövetők körében folytatott tudományos kutatásban, az erről írt munkával harmadévből országos – akkor még Csehszlovákia volt – második helyezést értem el. A Rimaszombati járásbeli Cserencsényben a mai napig működik az az átnevelő intézet, ahol zeneterápiát tartottam fiatal bűnözőknek. Nyolcadik osztályosokat kaptam. A módszertant a konzultánsommal együtt dolgoztuk ki. Azt próbáltuk meg-

tudni, hogyan lehet az érzelmi világukat zenével megközelíteni. Később még egy kutatást végeztem ott, s abból lett a szakdolgozatom. 1988-ban a doktori munkám témája pedig a fogyatékos emberekkel való általános törődés volt.

Valójában mindegyikünk sérült érzelmileg: lelki traumája minden embernek van, mindenki megélt olyan dolgokat, amelyek érzelmileg mélyen érintették. A tanácsadóban tanulási zavarokkal foglalkozom, az is megviseli lelkileg a gyermeket, ha nem megy valami, főleg, ha nagyon nem megy. Minden kudarc és negatív tapasztalat érinti a lelkünket.

– **Gömörből hogyan kerültél Komáromba?**

– Az egyetem elvégzése után ide jöttem férjhez, s a járási pszichológiai és pedagógiai tanácsadóban kaptam helyet. Azóta is itt dolgozom. Nagyon szép munka, kellemes kolléganők és a házasság várt engem Komáromban. Sok szép év, tapasztalatgyűjtés.

– **Az itteni emberek mentalitása különbözik a gömöriekétől. Hogyan szoktad meg ezt a vidéket?**

– Itt kicsit tartózkodóbbak az emberek. Mi Gömörben spontánabbak vagyunk. Azonnal elkezdünk beszélgetni a buszmegállóban, tíz perc alatt sok mindent megtudunk a másiktól, talán nyitottabbak vagyunk. De meg tudtam szokni Komáromot. Tökéletesítettem a magyartudásomat, azonnal befogadtak.

– **Nem lehetett könnyű kikerülni az egyetemről benne találni magad a sűrűjében. Nagy felelősség hárult rád: ott van a gyerek, és a szülők tőled várnak segítséget.**

– Kezdetben egyedül voltam gyógypedagógus, de sokat segítettek a kollégáim. Mi járási szinten nem engedhetjük meg magunknak, hogy specializálódjunk. Mindenkit fogadunk, akinek szüksége van ránk. Tanácsadás, diag-



Lukáč Anna

nosztizálás, korrekció. Eleinte főleg korrekcióval, fejlesztéssel foglalkoztam, mert akkor a diagnosztizálást elsősorban pszichológusok végezték.

– **Vannak esetek, amelyekre különösen emlékszel?**

– Sok gyermekkel és családjával máig megmaradt a kapcsolat. Előfordul, hogy évtizedek múlva a gyereküket hozzák. Kíváncsiak rá, hogy iskolaérett-e, vagy ha tanulási nehézségei adódnak, esetleg saját maguknak van valami gondjuk, váratlan esemény következett be az életükben, eljönnek tanácsot kérni.

– **Mindig tudsz tanácsot adni?**

– Attól függ, miért jönnek. Előny, ha kiskora óta ismerem a szülőt. Az iskolaérettségről nagyon világos véleményt tudunk mondani, hiszen sok diagnosztizáló módszer van, meg a tapasztalat is segít. Ha a szülőnek volt tanulási zavara, és ugyanaz jelenik meg a gyermeknél – a diszlexia gyakran genetikailag kódolt –, könnyebb segíteni, mert a szülő már tudja, hogy ugyanazt kell tennie a gyerekével, amit vele csináltunk; sokszor előnyös a szülő személyes tapasztalata.

– **A pályád elején egyszer azt mondtad nekem, hogy a szakmákban nem lehet gyorsan látványos eredményt elérni: apró lépésekkel lehet csak előrehaladni. Ezek hogyan hozhatnak sikert?**

– Ha alkalmasak, és a megfelelő sorrendben történnek. Ha van egy protokoll; és legjobb, hogyha személy-

re szabott módszereket alkalmazunk. Kell tudni, hogy milyen lépéseket kell tenni, mennyit, mikor és hogyan. Először a gyermeket kell ismerni, pontos diagnózisra van szükség, hogy aztán meg tudjuk választani a korrekciós módot. Sok problémamegoldásnak megvan már a kronológiája, s ha nem is lépéseket, de a szinteket meg kell tartani. Nem tudunk továbbmenni minőségben, ha az előző szintet még nem teljesítette a gyermek.

– **Az apró lépések azt is jelentik, hogy hosszadalmas dologról van szó. Ahhoz azonban, hogy kivárjuk az eredményt, türelem is kell.**

– Nekem van. A szülők és a gyerekek esetében ez egyedi, de többnyire nekik van.

– **Hogyan tudsz rájuk hatni?**

– Ha tanulási nehézségről van szó, akkor a gyermeknek magának is érdeke a fejlődés, mert mindennap szembeesül a problémával, és többnyire fel is fogja, hogy tennie kell a megoldásáért. Lelki probléma esetén másként közelítjük meg.

– **Eredményesnek tartod a munkádat?**

– Igen. Ha sokszor kognitív szinten nem haladunk is nagyon gyorsan, személyiségi változások történnek a lelkükben.

– **A hozzád hasonló segítő szakembernek milyen tulajdonságoknak kell**

birtokában lennie ahhoz, hogy eredményeket tudjon elérni?

– A gyógyító munkához mindenképpen kell remény. Szakmai is, emberi is. Kitartás, meggyőződés, hogy mindig van értelme. Lehet, hogy kicsikét szuggesztív is, hogy ha én meg vagyok róla győződve, akkor előbb-utóbb átmegy arra is, akivel dolgozom. Kell, hogy meggyőző legyél. A saját életedben is összhangban kell lenniük a szavaidnak és a tetteidnek. A szülő látja, hogy én is végzem a dolgom, küszködünk mindenféle élethelyzetekkel, de nem adjuk föl, és próbáljuk csinálni, ahogy jónak látjuk. Ha stagnálás következik be, vagy valami miatt nem tudunk továbblépni, akkor is a remény segít, hogy mindig van értelme. Soha nem tudjuk, melyik pillanat mozdítja el az embert a fejlődés vagy a változás irányába.

– **Lehet olyan helyzet, hogy ezt a büdös kölyköt már látni se akarod? Emberek vagyunk, és nem biztos, hogy minden esetben kialakul a szimpátia, vagy egy hullámhosszra kerültök.**

– Mivel nagyon sokat dolgozom, nem gyakran fordul ilyen elő. Ebből már kinőttem. Akit az utamba hoz az élet, azzal foglalkozom. Olyan megtörténik, hogy ha fáradt vagyok, hamarabb irritál ugyanaz a tünet, mint amikor nem vagyok fáradt.

– **Azért kérdeztem, mert gyakran hallani, hogy mostanában a gyerekek nehezebben kezelhetők.**

– Autonómabbak. Más korban növekednek. Más ingereket kapnak, sokszor olyanokat, amelyek túl korán érik őket. Tulajdonképpen erről mi, felnőttek tehetünk. Olyan műsorok mennek, nézhetik az internetet, a mobilt, olyan oldalakra tudnak rámenni, ahol nem a korukhoz meg a lelkükhöz illő információkat kapnak. Nagyon nehéz időket élünk, a szülők nem mindig tudnak annyit foglalkozni a gyerekükkel, amennyit szeretnének. De munkába kell járni, meg kell élni. S látom a bűntudatot, gyötrelmeket, hogy tudja, részese a gyermek problémájának, de nem

képes rajta változtatni, mert ő az egyedüli családfenntartó. Ezek az ambivalenciák is gyöngítik a szülőket. Tudják, hogy mit kellene tenniük, akarnák is, de a körülmények nem engedik meg.

– **Ha a problémát korrigárod, és a gyermek ugyanabban a környezetben marad, akkor van értelme? A szülő után se tud majd foglalkozni veled, ha már sinre tetted.**

– Ez egyéni. Ha csak egy kicsit meg kellett lökni a gyermeket, önállóan is tovább tud menni, esetleg a napköziben még tanulhat. Ha a szülők valamilyen okból nem tudnak vele foglalkozni, akkor nem engedjük őt el teljesen, hanem többször járattuk fejlesztésre.

– **Változtak-e a diagnózisok a pályád kezdete óta? Más problémával kerülnek hozzád a gyerekek?**

– A diagnózisok nem változtak, csak sok esetben a megnevezésük. Az autizmus mindennapos lett – korábban ez nem volt –, és nőtt az érzelmileg sérült gyermekek száma is, mert több lett a válás. Nagyon nagy szükség van a lelki gondozásra.

– **Meg tudod gyógyítani ezeket a lelki sérüléseket?**

– Nem szabad túllépnem az illetékségi körömet. Nem gondolhatom, hogy én most mindent helyre teszek, meggyógyítok. Ami a szakmai és az emberi erőmből telik, azt próbálom csinálni. De nem csupán nekem kell begyógyítanom azokat a sebeket, amelyeket a szülők okoztak. Mindenkinek megvan a maga kompetenciája. Ahogy válás esetén az anya nem képes felvállalni az apáéit, az apa sem az anyáéit. A Jóisten úgy teremtette, hogy két ember kellene, hogy nevelje a gyermeket; én csak közvetítő vagyok, sokszor a két ember között is a gyermek felé, vagy közvetítek még egy harmadik utat, lehetőségeket. Én a gyermeknek új lehetőségeket mutatok, hogyan lehet feldolgozni a drámákat. Vagy egy más szempontot, teljesen más aspektust.

– **Amellett, hogy a pedagógiai-pszichológiai tanácsadó központ munka-**

társa vagy, magánpraxist is folytatsz. Miért van rá szükség?

– Azért, mert a tanácsadó az egész járást lefedi, sőt még többet is, és ott nincs lehetőség olyan gyakran foglalkozni valakivel, mint amekkora szükség volna rá. A hétvégeken is dolgozom, olyankor a gyerekek nem hiányzik az iskolából, a szülő a munkából, s ez nagy előny nekik.

– **Naponta hány ember helyzetébe kell beleélned magad?**

– Legalább hatéba.

– **Hogyan lehet bírni? Nem túl sok ez?**

– Nem, már megszoktam. Szeretem, visszatölt, nem fáraszt. Mi azért erősek vagyunk, de akkor is megérintenek bennünket lelkileg sorsok. A sok száz vizsgálat évente nem szalagmunka: jöjjön, aztán menjen. Kimegy az az ember a gyermekével, és mélyen átérzed a helyzetüket.

– **Nyugodt, halk szavú embernek ismerlek. Mindig nyugodt vagy, és halk szavú?**

– Többnyire igen. Ha szükség van rá, azért felemelem a hangomat, és határozottan nézek. Volt olyan eset, hogy olyan affektív helyzetbe, érzelmi állapotba került a gyermek – mert volt egy belső útja, és olyan szót mondtam ki, amely annyira irritálta –, hogy eldobta a székét, többször belerúgott, lesöpörte a polcra a könyveket, ugrált a játékokon, a bútort rugdosta. Amikor már saját magát is veszélyezteti, akkor felemelem a hangomat, hogy kizökkentsem belőle.

– **És hatott?**

– Igen, csillapodott, mert nem ezt várta tőlem.

– **Neked ez az életed. A lányodat elriasztja, vagy követ téged az úton?**

– A lányom mélyen gondolkodó ember, és látom, hogy komolyan figyel, amit csinál. Más választott annak idején, de ez nem jelenti azt, hogy nem fog ilyesmivel is foglalkozni.

– **Eredményesnek érzed a munkád?**

– Igen, azt hiszem, hogy jó helyen vagyok. Az egészségügyi szakközépiskola után gondolkodtam az orvosi karon, de már látom, nem véletlen, hogy

ide tett a Jóisten, mert így többet tudok foglalkozni emberekkel. Több időt tudok rájuk szánni. Így embernek érzik magukat, és jobban érzik a törődést. Az, hogy visszatérnek hozzám, a bizalomnak a jele, meg annak, hogy érdemesnek tartják. Visszajelzés számomra, hogy megéri nekik visszajönni, még ha fizetős helyről van is szó, mert mindig kapnak valamit, útravalót vihetnek haza.

– **Hogyan képezed el a továbbiakat? Vannak-e terveid?**

– Sok mindent szeretnék tanulni. Elkezdtem és szeretnék elmélyülni az osztrák Sindelar-módszerben, amely a viselkedési és tanulási zavarok korrekcióját segíti. A mozgásterápia is vonz. A mozgáson keresztül sokat tudunk segíteni az embereknek, mert ugye a gondolkodás, a beszéd és a mozgás összefügg. A gyermekeket a mozgáson keresztül lehet a legkönnyebben megközelíteni. Sok minden érdekel, nem tudom, mire lesz időm.

– **Van-e valamilyen kívánságod, álmod?**

– Szeretném, ha béke lenne az egész földön, mert akkor lehet tenni. Ha nincs béke, akkor semmi sincs. Ha béke van, tudunk tenni az egészségünkért is, de ha nincs, előbb-utóbb egészségesek sem leszünk. Meg hogy ne legyen félelem. Sok félelem van az emberekben, és nagyon sok munkámba kerül megszabadítani őket tőle. Csak akkor sikerülhet, ha van reményük, de sokszor az adott helyzet nem ad okot vidámságra. Ahogy a terápiák során mondják: a helyzetemet nem tudom megváltoztatni, a hozzáállásomat igen. Állsz egy háború közepén, és nincs hová menned. Ott már csak a remény marad. Hívó ember vagyok, és már elég régen az örökkévalóság szempontjából nézek dolgokat. Az akkora bónusz, hogy ebben a dimenzióban le kell tenni érte valamit, hogy örök életed legyen. S akkor már semmi sem olyan nehéz. Van reményem, meg a hitemből fakadóan van békességem.

Tóth Erika



Havasi Ágnes

Megjavítás helyett felvértezés

Az autizmus olyan fejlődési variáció, mely a szociális kommunikációban és szociális interakciókban megmutató minőségileg eltérő viselkedésekkel és szűk körű repetitív mintázatokkal jellemezhető a viselkedésben, érdeklődésben vagy aktivitásban (EMMI, 2020). Ebben az írásban a kommunikáció területét helyezem a fókuszba a Galántán, 2022. május 14-én tartott szakmai előadásom összefoglalásaként.

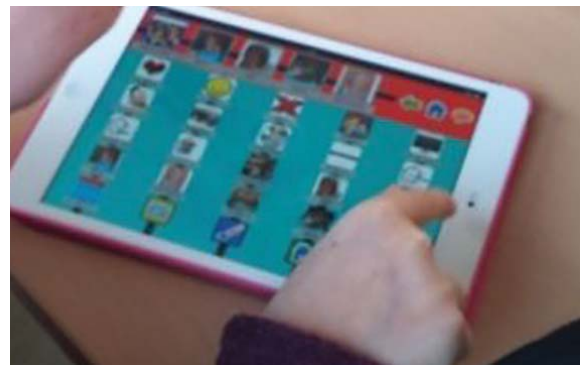
Beszéd- és nyelvhasználat szempontjából nagyon nagy különbségekkel találkozunk autizmusban: a spektrum egyik végén azok a gyermekek és felnőttek helyezkednek el, akik egyáltalán nem beszélnek, s gyakran a kommunikációs kezdeményezéseik vagy reakciók mások feléjük irányuló kommunikációjára szinte alig tapasztalhatók, míg a spektrum másik végén a nyelvet akár kiválóan használó, jól és akár sokat beszélő gyerekekkel s felnőttekkel találkozunk. Ugyanakkor mindegyikükönél tapasztalunk eltérő viselkedést a kommunikációban, akkor is, ha ez eleinte nem mindig nyilvánvaló. Emellett egyéb jellemzők is árnyalják egy adott személy viselkedési képét, mint például az autizmus súlyossága, az átfogó értelmi képességek színvonala, az illető személyisége, kör-

nyezete és annak hatásai vagy egyéb fejlődési eltérés vagy betegség. (Stefanik, 2011)

Eltérések a kommunikáció területén

A lehetséges kommunikációs eltérések igen sokszínűek, lehetetlen egyetlen listába gyűjteni őket, sokkal inkább beszélünk jellegzetes eltérésekről, ezek mintázatairól, amelyekből itt néhányat kiemelek. Láthatjuk a beszéd késését vagy elmaradását, de emellett azt is, hogy hiányoznak a beszédet helyettesítő kommunikációs próbálkozások: például a gyermek nem próbálja a beszéd hiányában kreatív „pantomimmel” elmutogatni, hogy mit szeretne, nem vezeti rá partnere figyelmét egyszerű mutatással a számára érdekes dolgokra, vagy csak olyan egyszerű módon próbálja elmagyarázni a kívánságát, mint a másik

ember kezének vezetése. Előfordul, hogy nem is jelez felénk, ilyenkor abból kell(ene) kitalálnunk, mit is szeretne, hogy sír, felmászik a bútorokra, hogy elérjen valamit, eldobja, amit nem szeretne... Akár beszéddel, akár a nélkül, a kommunikáció gyakran csak nagyon egyszerű dolgokra irányul, mint tárgyak elkérése vagy elutasítása, és hiányozhat az élmények megosztása, az információk kérése vagy nyújtása. A beszéd megléte mellett is gyakran hiányzik a kölcsönösségen nyugvó könnyed beszélgetés; helyette lehetnek a partner érdeklődését kevésbé követő „monológok” egy kedvelt témáról, mint a járművek vagy állatok. Az alig és a jól beszélő személyeknél is tapasztalhatjuk a beszéd visszhangszerű ismétlését: ismételtetik a hetekkel azelőtt látott mesét, vagy amit épp az imént mondtunk nekik. Ez az ismételt beszéd lehet kommunikációs



AAK-s eszközök (A szerző saját képei)

célú is, de sokszor csak a partner figyelmének felkeltéséről – „valódi üzenet nélkül” – vagy egyfajta önszórakoztatásról van szó. Sok autizmussal élő felnőtt számol be arról, hogy számára ugyan a beszéd önmagában nem okoz nehézséget, de óriási kihívás annak eldöntése, hogy mely helyzetekhez mely mondatok illeszkednek, hogyan kell dialógust folytatni, hogyan illesszék a mondandójukat ahhoz, hogy épp a főnökükkel vagy egy barátjukkal beszéljenek, milyen témákat szokás vagy illendő előhozni, hogyan kövessék a beszélgetésben partnerük érdeklődését, témáit, vagy mikor, hogyan juttassák partnerüket szóhoz. Nehéz lehet a feljük irányuló kommunikáció értése is: gyakran az egyszerűbb, konkrét kérések megértése is kihívás, más esetekben ez eléggé jól mehet. Jellemző a szó szerinti vagy bizonyos helyzetekhez, rutinokhoz vagy személyekhez kötődő rugalmatlan megértés, és emiatt gyakoriak a félreértelmezések. Olyan, társas értelemben is bonyolultabb helyzetekben, ahol például gúnyt, iróniát vagy elvont fogalmakat kellene kiérezni-megérteni, az autizmussal élő emberek elveszhetnek. Mindezek a példák rávilágítanak arra, hogy a kommunikáció támogatása kulcsterület a beavatkozásban, illetve sokkal több, mint „a beszéd (meg)tanítása”, s magyarázza, hogy a hagyományos, a beszédre irányuló beavatkozás miért nem sikeres önmagában az autizmussal élő gyermekek és felnőttek kommunikációs támogatásában, emellett kijelöli a fejlesztés általánosabb céljait, fókuszait. (Havasi, 2022)

Kiindulópontok

Az autizmussal kapcsolatosan ma a pedagógiai-pszichológiai támogatást tekinthetjük tudományosan megalapozottnak (Stefanik, 2019). A beavatkozás számára fontos kiindulópont, hogy a kommunikáció finom „társas tánc”, amelyben az autizmussal élő gyermekek és felnőttek alapvető em-

beri joga, hogy részt tudjanak venni, beleértve a kommunikációt, döntéshozatalt, önkifejezést a mindennapi helyzetekben, az oktatásban, a szolgáltatások igénybevételekor... (ENSZ, 2006)

A szakásostól eltérő kommunikáció kihívást jelent magának a személynek, ugyanakkor a környezetének is. Ezért a kommunikáció támogatása nemcsak az autizmussal élő gyermek vagy felnőtt fejlesztésével, sokkal inkább egy, a környezettel együttműködő keretben kell, hogy történjen. A kommunikáció támogatása tehát nem az autizmussal élő ember „megjavítására”, hanem megértve az eltérő perspektívát és gondolkodást, az ő és a környezet „kommunikációs felvértezésére” irányul. Ez jelentheti eleinte, hogy a gyermeket-felnőttet rávezetjük arra, mi a kommunikáció lényege: egy olyan hatalom, amellyel kedvemre mozgathatom a környezetemet, kérhetem a kedvenc kisautómat, megmondhatom, ha valamit nem szeretnék. A támogatás azonban nem állhat meg ezen a ponton: a kommunikációnak gazdagodnia kell az itt és moston túli, konkrét kérések és szükségletek felől az élménymegosztás, az érzelmek kifejezése, az információk és gondolatok megosztása felé. Ebben a gazdagodásban kis lépésekben történő, direkt fejlesztéssel tudunk eredményesek lenni, szoros együttműködésben a különböző kommunikációs partnerekkel: szülőkkel és más családtagokkal, kortársakkal, különböző szakemberekkel s a szélesebb értelemben vett társadalmi szereplőkkel is, akik számára ezek a helyzetek szintén szokatlanok, megértést kívánók.

Alapelvek

Ahogy az autizmussal kapcsolatos sikeres beavatkozási programokból összegezzük, a kommunikáció támogatása (is) akkor lesz a legeredményesebb, ha *intenzív, minél korábbi életkorban megkezdett, érzelmileg és fizikailag biztonságos, strukturált környezetben*

valósítjuk meg, a modern kognitív viselkedéses és fejlődéses módszereket és eljárásokat vizuálisan támogatott stratégiákkal ötvözzük, és mindezt egyéni célok mentén, természetes, mindennapi helyzetekben, kis lépések direkt gyakorlásával valósítjuk meg (NRC, 2001; Havasi, 2022). Számos, egymással kombinálható módszer és eljárás érhető el, azonban nincs egyetlen olyan „recepteskönyv”, amely megfelelő lenne minden autizmussal élő ember támogatásához. A komplexebb, nevesített (pl. TEACCH, SCERTS) vagy nem nevesített (pl. Quill, 2009) programok a fenti alapelvek mentén, különböző hangsúlyokat és technikákat ajánlanak. Ezek a versengőnek tűnő megközelítések és módszerek sokkal inkább számos egyénre szabott utat jelentenek.

Ahogy fentebb példákat hoztam rá, a kommunikációs készségek szintjében és a kommunikatív viselkedésben az adott személy nehézségei és igényei igen egyediak, ezért a gyakorlatban mindig ezek felmérésével kezdjük meg a közös munkát. A felmérések nyomán kitűzött egyéni célok eléréséhez a „szakmai szerszámládánk” tartalmának megfelelő elegendő kell alkalmaznunk ahhoz, hogy a mindennapokban használható kommunikációs készségekhez és viselkedésekhez juttassuk az autizmussal élő embereket s kommunikációs partnereiket, végső soron hozzájárulva az érintettek és családjuk jobb kommunikációjához, együttműködéséhez s ezzel pszichológiai jóllétéhez (Stefanik, 2019; Havasi, 2020).

A szakember szerszámládája

A kifejező kommunikáció támogatása jelenti egyrészt a korai szociális és kommunikációs készségek, például a mutató és más természetes gesztusok s hangadások kialakítását, megerősítését, a kommunikáció „hatalmára való rávezetést” mindennapi természetes-közeli, de strukturált helyzetekben, például szabadidőben, étkezéskor, ta-

muláskor. Ezeket a viselkedéseket gyakran egyszerű, alapvető technikákkal, például fizikai vezetéssel vagy más direkt segítségekkel alakítjuk, gyakoroljuk, majd amikor a személy már sikeresen alkalmazza őket különböző partnerekkel és helyzetekben, elhalványítjuk az extra segítségeket.

A nem vagy alig beszélő személyeknél tartósan, a beszélőknél akár átmenetileg használunk úgynevezett augmentatív és alternatív kommunikációs (AAK) eszközöket és eljárásokat, például kommunikációs tárgyakat, képeket. Ezekkel egyrészt a beszéd hiányában egyfajta egyszerű „pótnyelvet” kínálunk, másrészt új kommunikációs célok, rugalmasabb kommunikáció megvalósításához is használjuk őket. Az AAK-szótárak lehetnek pa-

píralapúak vagy digitálisan, pl. mobilapplikációkon futók (Ganz & Simpson, 2019; Havasi, 2022).

Az alapelvekkel összhangban számos egyéb módszer létezik, melyek kombinációival pozitív eredményeket érhetünk el a kommunikáció területén. Ilyenek például a képregénytechnika különböző változatai (pl. Gray, 1994), a vizualizált emlékeztetők és beszélgetési forgatókönyvek (pl. McClannahan & Krantz, 2005), a videómodellálás (pl. Havasi és mtsai., 2018), a szociális történetek (pl. Gray, 2007), különböző szerepjátékok, a személyes napló (pl. Nagy & Ecser, 2009). Ezeknek a technikáknak az elemei mind az egyéni, mind a szociális-kommunikációs csoportos fejlesztési módszerekben (pl. PEERS prog-

ram vagy az Autizmus Alapítványnál fejlesztett Babzsák Fejlesztő Program) is fellelhetők.

Összegezve: az egyénre szabott komprehenzív edukációs programok célja a spontán, funkcionális kommunikáció bátorítása, a részvétel biztosítása, amely csak megfelelő módszertani közegben, az adott célhoz és a támogatott személy egyéni készségeihez választott technikákkal lehet eredményes. Hosszú még az út addig, hogy ezek a lehetőségek minden autizmussal élő ember támogatásában a gyakorlatban rendelkezésre álljanak, de ez a cél.

(A szerző egyetemi tanársegéd, az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Karának oktatója, a MASZK kutatócsoport tagja, az Autizmus Alapítvány Általános Iskolájának tanára.)

Felhasznált irodalom

Egyesült Nemzetek Szervezete (ENSZ), 2006: A fogyatékos-sággal élő személyek jogairól szóló egyezmény.

Emberi Erőforrások Minisztériuma (EMMI), 2020: EüK. 12. szám, EMMI-irányelv 3 – Az Emberi Erőforrások Minisztériuma egészségügyi szakmai irányelve az autizmusról/autizmus spektrum zavarokról.

Ganz, G. & Simpson R. L. (Eds.), 2019: Interventions for individuals with Autism Spectrum Disorder and Complex Communication Needs. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.

Gray, C., 1994: Comic strip conversations: Illustrated interactions that teach conversation skills to students with autism and related disorders. USA: Future Horizons.

Gray, C., 2007: Writing social stories with Carol Gray. USA: Future Horizons.

Havasi, Á., 2020: A nem vagy alig beszélő autizmussal élő gyermekek és felnőttek kommunikációs készségeinek és viselkedéseinek felmérése. (pp. 105–117.) In: Kovács, M. (szerk.) Diagnosztikus protokoll az augmentatív és alternatív kommunikációs fejlesztési és támogatási szükséglet felméréséhez. FSZK. Budapest.

Havasi, Á., Szívós, Zs., Mészáros, A., Fábrián, A., Rózsás-Solyosi, E., 2018: Úgy csináltam, ahogy a fiú a videón – videómodellálás a gyakorlatban. Gyógypedagógiai Szemle, 46(3) 1241–255.

Havasi, Á., 2022: Komplex kommunikációs igényű autizmussal élő kisiskolások kommunikációja. Doktori disszertáció. ELTE PPK Neveléstudományi Doktori Iskola. Témavezető: Győriné dr. Stefanik Krisztina

Laugeson, E. A., Frankel, F., Gantman, A., Dillon, A. R., & Mogil, C., 2012. Evidence-based social skills training for adolescents with autism spectrum disorders: The UCLA PEERS prog-

ram. Journal of autism and developmental disorders, 42(6), 1025–1036.

McClannahan, L. E., & Krantz, P. J., 2005. Teaching conversation to children with autism: Scripts and script fading. USA: Woodbine House.

Mesibov, G. B., Shea, V., & Schopler, E., 2009. Az autizmus spektrum zavarok TEACCH szemléletű megközelítése. Budapest: Kapocs.

Nagy, E., & Ecser, M., 2009. Én-könyv, Napló (pp. 55–97.). In: Kanizsai-Nagy, I., Gosztonyi, N., Víg, K., Szaffner, É., Nagy, E., & Ecser, M. (szerk.). A szociális készségek fejlesztése. Budapest: Kapocs Kiadó.

Ószi, T.-né, & Havasi, Á., 2015. Babzsák Fejlesztő Program. Útmutató és feladatgyűjtemény autizmus-specifikus kiscsoportos szociális-kommunikációs fejlesztő foglalkozáshoz. Budapest: Educatio.

Prizant, B. M., Wetherby, A. M., Rubin, E., Laurent, A. C., & Rydell, P. J., 2005. The SCERTS Model: A Comprehensive Educational Approach for Children with Autism Spectrum Disorders. Baltimore: Brookes Publishing Company.

Quill, K. A., 2009. Tedd – nézd – hallgasd – mondd – Szociális és kommunikációs intervenció autizmussal élő gyermekek számára. Budapest: Kapocs Könyvkiadó.

Stefanik, K., 2011. Alaptények az autizmusról – üzenet a gyógypedagógiának. (pp. 225–234.). In: Papp, G. (szerk.). A diagnózistól a foglalkozási rehabilitációig. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó és ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar.

Stefanik, K., 2019. Az autizmus spektrum zavarok evidenciaalapú oktatási és támogatási módszertanának alapjai. (pp. 65–79.) In: Győri, M., & Billédi, K. (szerk.). Atipikus diákok, segítő appok, tudományos evidenciák. Budapest: ELTE BGGYK.



Fóti Dávid

Akadálymentesség a szlovákiai iskolákban

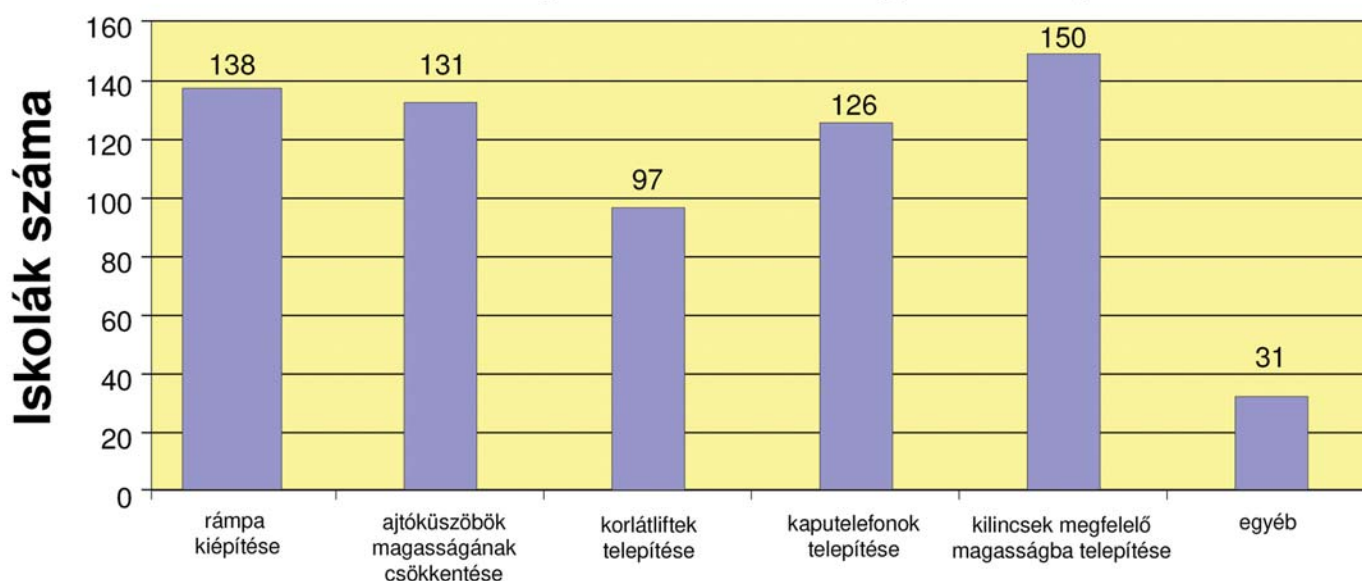
Az iskolák akadálymentesítése nemcsak megkönnyíti a fogyatékossgal élők mindennapjait, hanem szegregációjukat és iskolaelhagyásukat is csökkenti. A folyamat azonban több akadályba ütközik. Az intézmények vezetői legtöbbször azzal indokolták az erre vonatkozó rendelkezés teljesítésének elmulasztását, hogy nincs elég erőforrásuk, vagy hogy nem járnak hozzájuk mozgássérült tanulók, így nem érzik szükségesnek az akadálymentesítést – holott ebben az esetben fordított logika érvényesül: ilyen iskolába nem is fog fogyatékossgal élő gyermek jelentkezni. Ettől függetlenül az iskolák akadálymentességét illetően a számok mutatnak javulást.

Egy 2009-es felmérésben, melyet az Állami Tanfelügyelet készített, 692 általános iskolát vizsgáltak meg (ez az ország összes általános

iskoláinak a 30,94%-a), mennyire vannak felkészülve a leginkább mozgásukban korlátozott gyermekek fogadására. Az eredmény az igazgatók által kitöltött kérdőívekből, a velük készült beszélgetésekből és az iskolai helyiségek vizsgálatából állt össze. A vizsgált iskolák közül 652 állami, 35 egyházi, 5 pedig magániskola volt, ebből 562 szlovák, 111 magyar, 1 ukrán és 18 szlovák és magyar tanítási nyelvű. A vizsgált iskolákból 138-ban (19,94%) kerekesszékes-rámpát telepítettek az épületbe való bejutás megkönnyítésére, 131 (18,93%) a küszöbök magasságának csökkentésével lett akadálymentes, 97-ben (14,01%) korlátliftet szereltek fel, 126-ban (18,20%) kapucsengőt, 150-ban (21,68%) pedig a kerekesszékesek számára is elérhető magasságban helyezték el a kilincseket.

A belső terekben, bár kiterjedtebb fejlesztések történtek, ezek minősége elmaradt az elvárttól. 135 iskola (19,51%) szélesebb ajtókat szereltetett fel a tantermekre, 243 pedig (35,12%) üvegmentesített az ajtókat. 129-ben (18,64%) jól elkülönülő színekkel és számozott osztályokkal javították a tájékozódás lehetőségét. 86-ban (12,43%) az illemhelyek fülkéit szélesítették ki, 130-ban (18,79%) olyan magasságba szerelték fel a mosdókat, hogy a mozgássérült tanulók is kényelmesen és biztonságosan hozzájuk férjenek. Biztonsági okból 403 iskolában (58,24%) színesre festve emelték ki az első és az utolsó lépcsőfokot. A világítás optimalizálásával a folyosókon való közlekedés körülményein 271 iskola javított (39,16%), a tantermek világításán pedig 311 (44,94%); 321-ben (46,39%) redőnyöket szereltek az

Az iskola megközelíthetőségének fejlesztései



Akadálymentesítési fejlesztések az iskolákban

ablakokra. Jelentősen lemaradva, 34 iskola (4,91%) telepített valamilyen emelőszerkezetet vagy liftet a mozgássérült gyermekek számára, 26-ban (3,76%) más megoldásokat alkalmaztak. Összességében a vizsgált 692 iskolából mindössze 168 (24,31%) volt felkészülve arra, hogy mozgás-, hallás- vagy látássérült gyermeket fogadhatson (Správa o stave a pripravenosti prostredia – bezbariérovost' základných škôl v školskom roku 2008/2009 v SR, Štátna školská inšpekcia, úsek inšpekčnej činnosti – az Állami Tanfelügyelet felméréséről szóló jelentés). Ezek a számok azóta már javulhattak, hiszen a felmérés 2009-ben készült. A To Dá Rozum projekt 2019-es felmérése szerint

az óvodák 35, az általános iskolák 8, míg a középiskolák 22 százalékában gondot okozna egy fogyatékossgal élő gyermek képzése. És hogy mekkora hátrány ez számukra?

Nos, a 2018/19-es tanévben az iskolaelhagyók 18,4%-a volt fogyatékossgal élő, míg mindössze 3,4%-a teljesen egészséges. A Covid-19 okozta pandémia miatti gazdasági és társadalmi hátrányok megszüntetésére készült tervezet (Plán obnovy a odolnosti – www.mfsr.sk/files/archiv/1/Plan_obnovy_a_odolnosti.pdf), amelyet 2021-ben dolgoztak ki, tartalmaz egy részprogramot (Az inkluzív oktatás elérhetősége, fejlesztése és minősége minden fokon – Kom-

ponent 6: Dostupnosť, rozvoj a kvalita inkluzívneho vzdelávania na všetkých stupňoch), mely többek közt céljaul tűzi ki a tanulók felzárkóztatását és az alapképességszint emelését, hogy minél kevesebb gyermek kényszerüljön iskolaelhagyásra. A célcsoportba azok a fogyatékossgal élő gyermekek is beletartoznak, akik azért kénytelenek kimaradni az oktatásból, mert nem találnak számukra akadálymentesített iskolát. A tervezetnek ez az összetevője a társadalmi felelősségvállalás növelését célozza, uniós normákat és szabályokat követve.

(A szerző szakközépiskolai gyakorlati oktató.)



György Krisztina gyógypedagógus

Szülő és gyógypedagógus kapcsolata

Számtalan írást olvashattunk arról, hogy milyenek gyermekeink, és milyen terápiákkal tudjuk a testi-lelki fejlődésben megsegíteni őket. Ugyanakkor kevés szó esik magáról a szakemberről és a szülőről, illetve kettejük kapcsolatáról. Erről szeretnék írni, és egyben rávilágítani a kapcsolat fontosságára.

A fejlesztés nem akkor ér véget, amikor letelik a foglalkozás ideje, s azzal köszönök el a szülőtől, gyermektől, hogy a jövő héten találkozunk. Egy fejlesztés akkor lesz hatékony, ha a szülő is megérti a miérteket, s a szakember is nyitottsággal és elfogadással fordul a családok felé. Meglátásom szerint a közöttük levő jó kapcsolat három pillérré támaszkodik: a kölcsönös nyitottságra, helyes kommunikációra és az információk megfelelő átadására.

Mindennek alapja a bizalom

A szülőkkel való heti kapcsolattartást gyógypedagógusként elengedhetetlennek tartom. A beszélgetések során ugyanis nem csupán arról esik szó, hogy mivel foglalkoztunk az órán, vagy hogy milyen részképeket fejlesztettünk, hanem hétről hétre betekintést is kapunk a gyermek életébe, a család mindennapjaiba. Ahogy lassacskán megismerjük egymást, úgy tudunk egyre hatékonyabb terápiát ajánlani számukra, lehetőségeik szem előtt tartásával. Viszont háttér-információk hiányában könnyen felesleges köröket futhatunk, és értékes időt, energiát, pénzt pazarolunk el.

Még szakemberként is vajmi keveset tudunk hozzátenni a gyermek fejlődéséhez, ha nincs mellettünk támogató, nyitott család, amely kész beengedni bennünket élete bizonyos

részeibe. Ez a „beengedés“ olyan szoros, bizalommal teli kapcsolatot szülhet, melynek köszönhetően a gyermekkel és az otthoni környezetével kapcsolatban számos hasznos információ birtokába juthatunk, s ez a fejlesztőmunkában nagy segítségünkre lehet.

Nem elég tudni róla, érteni is kell

Mikor a szülő szembesül azzal, hogy valami nincs rendben gyermeke fejlődésével, és szakemberhez fordul, általában számtalan kérdés és kétely merül fel benne gyermekével s a szülőségével kapcsolatban. Vannak, akik már utánajártak a témának, így ismerősnek hangzanak számukra az egyes érintettségek, míg mások elsőként tőlünk hallanak bizonyos zavarokról. A két szülőti-

pus eltér egymástól, s egyik sem jó vagy rossz. A fejlesztés előrehaladtával derül ki, hogy a szülő mennyire lesz partnere a szakembernek, mennyire szeretné érteni az összefüggéseket, hogy a gyógypedagógus, konduktor vagy pszichológus mit miért csinál és ajánl a terápiás foglalkozások után. Ha egy szülő nem látja át a fejlesztés lényegét, és nincs jelen a foglalkozáson, nem várható el, hogy a terápiának ugyanolyan hatása legyen, mint amikor a szülő érdeklődő, s ismeri a terápiák mögött meghúzódó kapcsolatot. Utóbbi esetben könnyebben meg tudja érteni, hogy gyermeke fejlődése miért késik, és miért más, mint a tipikusan fejlődőké, s képes elfogadni ezt a helyzetet. Tudni fogja, miért fontos a foglalkozások alatt a sok mondókázás, hogyan segíti a hintázás a gyermek idegrendszeri érését, mi rejlik a játékok mögött.

Így könnyebben rá tud hangolódni gyermekére, s a terápiákon kapott tanácsokat, kijelölt gyakorlatokat nagyobb sikerrel végzik el otthon. Nem mellesleg neki is fontos visszaigazolás, ha csemetéje már otthon is képes és hajlandó elvégezni a fejlesztőszobában begyakorolt feladatokat.



Kocsis Károly

„Mi fáj? Gyere, mesélj...!”

Ez a Sztevanovity Zorán-sláger motoszka napok óta a fejemben. Változó időket élünk. Covid-19, háború, energia- és gazdasági válság. A válságos, embert próbáló utóbbi évek lelkileg is egyre nehezebben elviselhetőek voltak mindannyiunk számára. A különféle érzéseket, lelkiállapotokat, melyeket most a többségi tár-

Kommunikáljunk, de hogyan?

Talán a legnehezebb dolog közölni a szülővel gyermekének problémáját, lemaradását. Ilyenkor fontos, hogy ne csupán ismertessük a tényeket, hanem tapintatosan és érthetően mondjuk el, mit figyeltünk meg a felmérés alatt, s mit gondolunk az ilyen viselkedés vagy fejlődési elakadás okáról. Emellett ne felejtjük el kiemelni az ügyes részképességeket, sőt én a pozitív dolgok kifejtésével szeretem kezdeni mind a felméréseket, mind a foglalkozás utáni beszélgetéseket.

Jellemző, hogy a szülők az első komplex vizsgálat után ritkán mondanak nemet az általunk felkínált terápiákra, a sok – hogy valami nincs rendben, és gyermekük fejlesztésre szorul – hatása nagy, s jó ideig eltart. Idővel azonban kétélyek támadhatnak, vagy túlzott elvárásokkal kezdenek bele a közös munkába, esetenként egyszerűen csak elfáradnak. Ezért elengedhetetlennek tartom a fokozatosságot a fejlesztés során. Fokozatosságon pedig azt értem, hogy ne zúdítsunk egyszerre túl sok információt a szülőre, haladjunk lépésről lépésre a fejlesztés során, abban a tempóban, ahogy a gyermek idegrendszere és a

szülők teherbíró képessége lehetővé teszi. Nagyon fontos, hogy nyíltak és őszinték legyünk egy-egy terápia felvetésekor, illetve felkészítsük a szülőket, hogy akár több hónapon át tartó folyamatnak nézünk elébe, míg végül elérjük a pozitív változást.

Láthatjuk, a szülőnek és a szakembernek nem kevés munkája van abban, hogy kölcsönös bizalmi kapcsolat alakuljon ki közöttük, jobb esetben hármójuk (igen, az apukákról se feledkezzünk meg) között, ahol fókuszban a gyermek fejlődése van.

Összefoglalva

A két fél kiegyensúlyozott kapcsolatának kulcsa a kölcsönös tiszteletben, empátiában és kommunikációban rejlik. Meg persze a türelmen és optimizmuson is múlik, hiszen minden gyermek más, így minden egyes probléma megoldásához egyéni út vezet. Ennek a megtalálása, új megoldások alkalmasnak bizonyulása tudja elhozni a legszébb pillanatokot. S a megfelelően alakult kapcsolat rengeteg szeretetet és megbecsülést ad mind a szakembernek, mind a családoknak.

(A szerző a komáromi Artis Centrum munkatársa.)

sadalom megél, látássérülteként sors társaimmal és az egyéb fogyatékos sággal élőkkel nap mint nap mi is megéljük.

A Komáromi Református Egyházmegeye berkein belül egy mentálhigiénés projektnek köszönhetően Komáromban megalakítottuk a **Meghallgatlak** segítői csoportot, az-

zal a szándékkal, hogy támogatást, segítséget nyújtsunk azoknak a környezetünkben élő felvidéki magyaraknak, akik életük útján elakadtak, tartós szorongástól szenvednek, tehetetlennek érzik magukat, vagy nem találják a kiutat problémájukból.

Jelenleg nyolcan alkotjuk a csoportot, a végzettséget illetően több-

ségében pedagógusok és lelkészek, akik mindennapi szolgálatuk végzése közben gyakran tapasztalják az embereknek, gyülekezetük tagjainak a problémáit, szenvedéseit.

**Hogy mi is a lelki egészség?
Kinek és hogyan segíthet egy
mentálhigiénés segítő? Miért
lenne ez fontos sokak számára?**

A következőkben erről szeretnék pár gondolatot megosztani. A lelki egészség szoros összefüggésben van a test egészségével. Nincs egyik a másik nélkül. Olyan érzelmi, lelki, társadalmi jóllétet feltételező egyensúlyi állapot, amely kihatással van arra, hogyan gondolkodunk, hogyan éljük meg és fejezzük ki érzelmeinket. Cselekvőképességünket is meghatározza. Segít abban, hogy megküzdjünk a stresszel, meghozzuk döntéseinket, és kapcsolódni tudjunk másokhoz. A lelki egészség minden életszakaszban – a gyermekkortól a kamaszkoron át a felnőtt- és időskorig – fontos szerepet kap. Nem egyenlő a lelki zavarok, betegségek hiányával, annál sokkal több. A testi egészséghez hasonlóan különféle szokásokat kell kialakítanunk és fenntartanunk ahhoz, hogy ez az egyensúly fennmaradjon. Ugyanúgy, ahogy a szomatikus tünetek és betegségek megjelenésekor orvoshoz fordulunk, a lelki egészség megroppanásakor is külső segítségre van szükség.

Zavar kialakulásához több tényező is hozzájárulhat. Biológiaiak, mint például a gének, idegrendszeri elváltozások, élettapasztalati tényezők csakúgy, mint az abúzus, trauma vagy krízis.

**Milyen lelki tünetekkel
szükséges segítséget kérni?**

Minden olyan esetben, ha huzamosabb ideig testi és lelki enerváltságot, fáradtságot, lehangoltságot, tehetetlenséget, döntésképtelenséget érez. Ha úgy érzi, hogy nincs a he-

lyén. Ha nem kívánja az emberek társaságát, vagy egyenesen viszolyog tőle, ezért visszahúzódva, elszigetelten él. Amikor érzelmi válaszai javarészt túlzóak. Gyakran ingerült és haragos. Többször előfordul, hogy munkája során vagy a kapcsolataiban nem tudja megélni a spontaneitást, kreativitást. Problémáival szemben elégtelenek a kudarcfeldolgozó és megküzdő stratégiái. Nem tud megbocsátani, elengedni, gyászolni. Nem képes saját, illetve mások testi szükségleteinek kielégítésére. Nehézséget okoz szeretetet adni és kapni. A felsorolt életérzések, akadályok, helyzetek kialakulása és tartóssá válása feljogosítja arra, hogy külső segítséghez folyamodjon.

**A mentálhigiénés
segítő kapcsolat**

Egy-egy konzultáció időtartama 50 perc. Az első találkozáskor megbeszéljük a kereteket, és szóbeli megállapodással meghatározzuk a találkozások, foglalkozások számát, amely 4–10 lehet. A segítő beszélgetésben a segítő meghallgat, figyel, visszatükröz gondolatokat, érzelmeket. Összefoglalva, kiemelve rávilágít dolgokra. Ennek következményeként a kliens új összefüggéseket láthat meg, megtapasztalhatja önmaga elfogadását. A segítő kapcsolat közös feltárómunka, melynek végkifejlete önmagunk mélyebb megértése, énképünk elfogadása. Pozitív, gyógyhatása többek között az újrapcsolódás megélésében is megjelenik. Ez nem terápia. Nem diagnosztizálunk, és betegséget nem gyógyítunk, de kompetenciánkba tartozik a felismerése s a megfelelő szakemberhez (pszichológus, pszichiáter) való továbbirányítás.

A témaválasztás minden esetben a kliens döntésétől függ. Segítőként nem bírálunk, nem adunk tanácsot, nem oktatónk ki, hanem teljes diszkreció mellett feltétlen elfogadást,

együttérzést és hiteles jelenléte biztosítunk. Megteremtjük a lehetőséget ahhoz, hogy önmaga lehessen, és kibontakoztassa önmagát. Mi kísérők vagyunk az útján, mert életének mindenki maga a legavatottabb szakértője.

A foglalkozásoknak köszönhetően újra rátalálhat belső erőforrására, mely többek között az önállóságát hozza meg. Ennek köszönhetően lelkiileg megerősödve kiléphet megrekedt állapotából. A lépés, a haladás felszabadító hatással segít rátalálni a helyes irányra. A kimondott szavak felismerésekhez vezethetnek. A viszszerzett bátorság és önbizalom hozzájárul ahhoz, hogy merje megélni és kifejezni érzelmeit. Emócióinkat általában negatívnak vagy pozitívnak könyveljük el, de bármilyen előjelűek legyenek is, nagyon lényegesek, mert iránymutatóak abban, hogy az adott élethelyzetben hol tartunk (pl. ha irigységet érzünk, elgondolkozhatunk azon, hogy miért bukkan fel bennünk, és mit kellene tennünk, hogy újra elégedettek legyünk). Motiválhat, mozgósíthat bennünket abban, hogy többet dolgozzunk magunkon. Környezetünket és körülményeinket a legtöbbször nincs módunkban megváltoztatni, ahogyan egy másik embert sem, de hozzájuk való viszonyunkat igen. Ez a folyamat átalakítja gondolkodásunkat, érzelmi megnyilvánulásainkat, így mi is változunk, illetve példát mutatva lehetőséget adunk arra, hogy a körülöttünk élők is változzanak.

Ha megszólították a fenti sorok, akkor jelentkezzen a +421-944-944-000-s telefonszámon vagy a meghallgatlakkn@gmail.com e-mail-címen, majd egy névjegyzék-ből kiválaszthatja azt a segítő, akinek bizalmat szavaz. A találkozások helyszíne Révkomárom.

„Mi fáj? Gyere, mesélj...”

(A szerző mentálhigiénés segítő.)

A sport mindenkié – gördülő sportkonferencia

A korlátok nélküli sportolásra szeretett volna lehetőséget teremteni a szentendrei Paradicsom Turisztikai, Kulturális és Sportklub, amikor szlovákiai, romániai, csehországi és ausztriai partnerekkel közösen nemzetközi konferenciasorozatot szervezett hozzá tartozó demonstrációs kerékpártúrával, 24 résztvevővel. A tíznapos „gördülő” program július utolsó harmadában az Erasmus Sport+ pályázat támogatásával valósult meg. Eredetileg 2021-re tervezték, de a koronavírus-járvány miatt kétszer is módosítani kellett az időpontot. A szervezők úgy találták, hogy a fizikai, gazdasági vagy mentális korlátok miatt akadályozott emberek számára a legmegfelelőbb sportolási forma a tandem-kerékpározás: olyan kerékpár használata, amelyen egymás mögött két, de akár több személy is ülhet. A járművet az elöl ülő személy irányítja, a hátsó csak pedáloz. Fontos közöttük az összhang, és ha különbözőek a fizikai adottságaik, kompromisszumot is kell kötniük a ritmusban.

* * *

A Duna mente az egyik legszebb útvonal

A szlovákiai résztvevők számára nagy kihívást jelentett a túra, hiszen korábban nem sok tapasztalatuk volt tandemmel. Köteles László, a Szepsi és Környéke Társulás vezetője, a honismereti kerékpártúrák korábbi szervezője akkor találkozott vele először, amikor két éve az egyik résztvevő azt kérte tőle, hogy elvihesse a túrára egy látáskorlátozott ismerősét. „A feltételeket ugyan egészségesekre szabtuk, de belementünk, és örültünk neki; a többiek is megtapasztalhatták a rászorult helyzetét. Kellemes meglepetés volt számunkra, hogy az illető

igyekezett beilleszkedni a közösségünkbe, és fizikailag is bírta velünk, pedig keresztül kellett jönni a történelmi Abaújt és Gömört elválasztó Érchegységen. Ez nekünk is pluszt adott: minden megállónál odament hozzá valaki, és igyekezett elmagyarázni, mit látunk, s mit érdemes tudni róla. Ez a jól sikerült találkozó lett az egyik ösztönzője annak, hogy vonjuk be a látáskorlátozottakat egy olyan kerékpáros rendezvénybe, mely összeköti Bécset, Pozsonyt, Győrt, Komáromot, Párkányt és Budapestet. Azok, akik akkor velünk voltak, felkértek, hogy segítsek az útvonalszervezésben. Örömmel vettem részt benne” – magyarázza. Hozzáteszi, hogy testközelbe kerülni látáskorlátozott társakkal az ő számukra is új volt. Egyrészt el kellett őket fogadni, másrészt viszont kivívták a csodálatukat, ahogy zokszó nélkül tudtak alkalmazkodni. „Az ember a mindennapokban apróságok miatt is képes panaszkodni, elrontani a kedvét. Ezek a fiatalabb és középkorú emberek mennyivel nehezebb súlyt cipelnek, mennyivel nehezebb kereszt nyomja a vállukat, és egyetlenegy panasz sem hangzott el. Végül az útvonalat sikerült teljesítenünk. Imáink meghallgatásra találtak – kértük, nehogy baleset legyen. Képletesen szólva csak egyetlenegy emberbe csapott bele többször is a villám, az pedig én voltam: nekem romlott el a kerékpárom, nekem lyukadt ki rajta a tömlő, én estem el legelsőnek, amikor egy kamion megrázott bennünket, és utoljára is, amikor Pesten fellökött bennünket egy autó. Szerencsére mindig megúsztam, és másokon sem esett egy horzsolás sem. Sajátos hozadéka a Covidnak, hogy lendületet kapott a kerékpározás, a Duna mente pedig az egyik legszebb útvonal. Ne-

hézségek azonban még Ausztriában is előjöttek. Bécsben hihetetlenül ügyesen voltak kijelölve az útvonalak, mégis eltévedtünk.”

Köteles László az egész túrát pozitív élményként élte meg. „Lehet, hogy adódtak kisebb-nagyobb nehézségek, félreértések, de közvetlen kapcsolatban lenni látáskorlátozottakkal vagy olyanokkal, akiknek nincsenek végtagjaik, számomra nagyon tanulságos volt. Jó érzés volt, hogy miközben a többnyelvű közegben az angol volt a közvetítőnyelv, mi, itteni magyarok a szlovák segítségével is tudtunk közvetíteni a szlovák, cseh, magyar vagy magyarul beszélő résztvevők között. A programba igyekeztem bevinni, hogy kicsit megismerjük a honunkat, ugyanis három koronázó várost kötöttünk össze a Duna mentén. Tudtunk beszélni az útközben látottakról, elvégre valamennyi résztvevő a valamikori Monarchia lakosainak leszármazottja volt, tehát a történelmünk, értékeink közösek. Mikor megálltunk a Duna-parton a visegrádi várral szemben, hárman is kérték, mondjam el, hogyan néz ki a vár, hiszen annyit hallani a visegrádi négyekről. Több mint 400 kilométert tettünk meg együtt, kifogtuk a legnagyobb hőiségeket, de azal tudattal búcsúztunk, hogy lehetnek köztünk épek, egészségesek és olyanok, akik bizonyos fokig segítségre szorulnak, van értelme, s mind a két felet gazdagítja mind emberileg, mind pedig tudás szempontjából. Remélem, lesz még lehetőségem ilyenre.”

* * *

Egyedüli női pilóta a csapatban

Köteles László angolnyelv-tudásának és kerékpáros múltjának köszönhetően kérte fel a kassai Reiter Flórárt, hogy legyen a szlovákiai rész projekt-

menedzsere. Ő szívesen mondott igent a felkérésre.

– Az út során sok akadállyal szembesültek?

– A résztvevők 40%-a látássérült volt, ezért esett a választás tandembiciklire; ezeket a Paradicsom Klub biztosította. Egy egészséges vezetett egy sérültet vagy kevésbé egészségeset. A vakokon kívül voltak, akik lelki problémával, epilepsziával küzdöttek, volt asztmás, cukorbeteg. Nehéz tíz napot úgy vállalni, hogy az ember az egész idő alatt ki van téve az időjárás viszonyosságainak.

Az okozta a nehézséget mindjárt az elején, hogy négy profi osztrák vezető a koronavírus miatt karanténba került, így házigazdák nélkül maradtunk Bécs közepén. Az út során is végig megszenvedtük a négy vezető hiányát. A szervezők ügyelni kellett volna, nehogy ilyen helyzet állhasson elő. Nehézség volt az is, hogy azt reméltük, az indulásig mindenki megtanul tandem biciklizni, de nem ez történt. 40 éve kerékpározom, de a tandem nekem sem volt egyszerű. Egyébként én voltam az egyetlen női pilóta a csapatban. Nagyon megküzdöttünk a reklámpanellel is, amelyeket húztunk, mert méretük eltért a keretétől, ráadásul tömör anyagból készültek, nem lyukacsosból, s emiatt sok borulás történt, a Duna mellett ugyanis állandóan fúj a szél. Ezért leszereltük és csak a városokon belül húztuk őket.

– Végig kijelölt bicikliúton tudtak kerekézni?

– Tulajdonképpen nem volt mindegyik út. Hiába reklámozzák, hogy ez az EuroVelo 6-os végigmegy Európán, rengeteg befejezetlen, kijelöletlen szakasza van; ilyenkor lementünk az autópályára. Az autósok általában rendesek voltak, de megtörtént, hogy belénk kötöttek, nem akartak átengedni bennünket a zebrán. Nagyon résen kellett lennünk: nagy felelősség, hogy a mögöttünk ülő látássérült



Pozsony. Előtérben jobbról a második Reiter Flóra. Az állók közt baloldalt a Carissimit képviselő Bauer Edit, mellette Köteles László

nem látja, mi történik, esetleg a nyelvet sem beszéli, de a kiabálást érzékeli, nem tud koncentrálni, s jönnek az esések. Olyan is volt, hogy tolnunk kellett a biciklit, mert még nem épült meg az adott szakasz. Kellemetlen volt, hogy az út mentén nem volt WC. Nem mindenki tud lemenni az első bokorig, mert tíz méter magas a töltés. Ha az ember egyedül megy, talán fél sem tűnik az ilyesmi.

– Ezekre a dolgokra felhívták az illetékesek figyelmét?

– Szerettük volna, de sajnos, sem a bécsi, sem a pozsonyi, sem a budapesti önkormányzat nem tartotta fontosnak a velünk való találkozást. Sportolóink is készültek kérdésekkel, de nem volt kinek feltenniük őket. Egyedül a győri önkormányzat vett bennünket komolyan. Tőlük sok információt kaptunk.

A honismereti kerékpártúra résztvevői önkéntes segítőként eljöttek közönséges biciklivel kísérrni bennünket minden útszakaszon, hogy ne tévedjünk el. Budapesten például eleve nem autópályára kellett tervezni, hanem úgy, hogy fel tudjunk menni a járdára. Ilyenkor tudatosítja az ember azt is, hogy milyen sok járdának a közepén vannak villanyoszlopok, és kevés a hely arra, hogy akár jobbról, akár balról el tudjunk menni mellettük. A

járdafőjárók is sokszor akadályt képeztek Budapesten. Pozsonyban, amikor októberben a workshopunkat tartottuk, a Duna-parton átépítés volt. Reménykedtünk, hogy júliusra befejezik, és lesz út. Hát nem volt, rá kellett mennünk az autópályára.

– Szükség volt karbantartásra?

– Rengetegszer. Köteles László volt a sereghajtó, a műszaki brigád. Rengeteg volt a defekt, leesett a lánc. A tandemet másként kell beállítani, mint a normál biciklit, mert több lánc van rajta. Aki hátul ül, nem tud irányt váltani, és többnyire sebességet sem. Az elülsőnek kéziféke, a hátsónak kontraféke van. Nagyon érdekes világ. Hál' istennek megoldhatatlan probléma nem volt, illetve szükség esetére volt pótbicikli az autóban.

– A városokban szabad téren konferenciát tartottak meghívott vendégeknek, és a járókelők is bekapcsolódhattak. Miről szóltak ezek a beszélgetések?

– A workshopunkat, amely a sportról szólt, úgy építettük fel, hogy az összes résztvevőnek megfelelően, küzdjön bármilyen problémával. A túra célja a figyelemfelkeltés volt, illetve bevezetni az inkluzív, befogadó sport fogalmát a mindennapi életünkbe. Át kell formálni az emberek gondolkodását, és tenni kell azért,



Budapesten a Duna-parton. Jobbról piros pólóban Nagy Anikó.
(Kubatovics Áron felvételei)

hogy tisztában legyenek velem: az is tud mozogni, sportolni, akinek speciális vagy paraigényei vannak. Ösztönözni szeretnénk volna az aktívabb életre azokat is, akiknek nincs semmi bajuk, de csak a mobilt simogatják. Az önkormányzatoknak és az államnak is szeretnénk volna felhívni a figyelmét, hogy más csoportok is vannak hátrányos helyzetben, pl. kismamák babakocsival. Ikergyerekeim vannak, és egy babakocsi megrakva 70 kiló. Bevásárláskor külön útvonaltervezésre volt szükség, hogy mit hol vegyek meg. Orvoshoz elmenni vagy a kultúráról már nem is beszélve. Tehát azt szeretnénk, ha a gazdaságilag hátrányos helyzetben levő csoportoknak is próbálnának valamilyen lehetőséget teremteni.

A reklámpanelekre a gördülő kiállítás anyaga került: sportolókat ábrázoló felvételek különböző sportágakból, egészséges sportemberekről és inkluzív sportokról. Volt velünk sok-sok sportoló, aki nem látott, a pozsonyi konferencián kéz, a győrin láb nélküli úszó, Pozsonyban jégkorongozó láb nélkül. A parajégkorongban a játékosok speciális szánkóban ülnek. A szlovákiai csapat kint volt Pe-

kingben a paralimpián, s egyik klubtársuk, Dávid Korman tartott nekünk előadást Szánkón Pekingig címmel. A látássérült résztvevők megtapogathatták a szánkót – nyáron korcsolya helyett görkorcsolyát szerelnék rá. Elképzelem, hogy a keresszékes fiatal, akik négy fal közé szorult, ennek a sportnak köszönhetően kiélheti minden mozgásigényét. Az érsekújvári paraúszó, Kemény Viktor fényképe is rajta volt a panelen, ő is élvezetes előadást tartott Pozsonyban. Négyszemközt megkérdeztem résztvevőktől, hogy ha újra kezdhették az életüket, vagy ha a kezükben lenne a döntés, hogy mit nélkülöznének, kezet, lábat vagy szemet, mindenki ugyanazt az állapotot választotta, amelyben él. Ez bizonyítéka volt annak, hogy teljesen kiegyensúlyozott, önmagukkal elégedett emberek. Akinek nem volt lába, azt mondta, hogy nem tudna kéz nélkül élni, akinek keze nem volt, láb nélkül nem tudna. Nagyon érdekes világ. Megszoktuk, hogy most panaszkodni kell, ez a divat. És ezek az emberek nem panaszkodnak.

– **Készül kiadvány, amelyben összefoglalják a tapasztalataikat?**

– Igen, a projekt lezárásaként készül egy használati útmutató, amelyben megírnánk a tapasztalatainkat, hogy a jövőben mire kell odafigyelni, ha valaki hasonló rendezvényt szeretne szervezni. Az utolsó napon végigkérdeztük a résztvevőket és a szakembereket. Utóbbiak szerint a látót és a nem látót rokonszenv alapján kellett volna összepárosítani, s időt kellett volna hagyni az ismerkedésre, hogy természetes módon alakuljanak ki a párok. A mi biciklisagyunk azt mondta, hogy kiló, méret és fizikai kondíció szerint kell a párosítás. A látássérült elsősorban bizalmi kérdésnek tartja, tehát maga szeretné kiválasztani a társát, akiben teljesen megbízhat.

– **Mit adott ez a program Reiter Flórának?**

– Rengeteg önbizalmat. Korábban voltak dolgok, amelyeket nem merem vállalni, vagy elutasítottam, mert fizikai képtelenségnek gondoltam. Meg vagyok győződve róla, hogy ezek után nem lesz olyan projekt, amelyre azt mondom, hogy lehetetlen. A két hét, illetve hogy sikerült minden kihívásnak megfelelni és fizikailag teljesíteni, nagyon segített a lelkemnek. S főleg az, amit előzőleg nem is feltételeztem, hogy két-három nap múlva már látni, hogy a vakok hogyan viselkednek, mikor komfortérzetük van. Lekopíroztam azoktól, akikről gondoltam, jól csinálják, hogyan viselkedjek. Észrevettük, hogy szeretnék tudni, hogy éppen hol vagyunk; ki van előttük, mögöttük, ugyanúgy, mint amikor egy látó biciklis körülnéz. Volt egy kiáltásunk: a »voi, voi, voi«. Valaki elkiáltotta magát, hogy »voi«, a többiek rávágták, hogy »voi, voi, voi«, és akkor már pontosan tudták, kivel versenyzünk, kit előzünk. A gyakorlottabb pilótáktól lestem el, hogyan mondják el az utasnak, hogy jobbra kukoricaföld van, balra a város, a hainburgi vár, egy nagy kereszteződés, háttérben a párkányi

hegyek... Nagyon megerőltető volt, hogy négyszáz kilométert nemcsak letekernünk kellett, hanem végigbeszélni is. A gondolataim elkalandoztak, aztán visszahoztak. Éreztem, hogy itt vannak a hársfák, érezni lehetett a levendulát, a pipacsot, a szellőt, erősödött a szél a Duna mellett. Egészen más, kifinomult érzékekkel jöttem haza, megtanultam, hogy nemcsak a szemmel lehet látni.

Volt ennek a túrának más jellegű hozadéka is. Korábban voltak olyan pillanatok, amikor kétségeim voltak, hogy mennyire tudom majd tartani magam. Azt mondják, az a legrosszabb, ha a fogyatékos ember érzi, hogy a másik sajnálja. De miután ez a csapat összerázódott, egy percig sem jutott eszembe, hogy valakit is sajnáljak. Ugyanúgy buliztunk: szombat van, menjünk diszkózni. Az más dolog, hogy nem maradt rá erő, de a szándék, az megvolt. Teljesen normális emberek, baráti volt a hangulat. Nagyon remélem, hogy lesz folytatása, és ha sikerül belőle hagyományt teremteni, akkor egyre több felvidéki magyar fogyatékossgal élő jön el, vagy lesznek, akik eljönnek pilótának. Önkéntesek jelentkezését is fogadjuk.

* * *

Új emberek, új kultúrák

A túra egyik résztvevője volt a magyarországi **Nagy Anikó**, akinek az úton Reiter Flóra is a kísérői közé tartozott. Hálásan gondol vissza rá. Rendkívül jó szervezőképességét, gondoskodó természetét, segítőkészségét emelte ki. Anikó korábban az aliglátók csoportjába tartozott, most már gyakorlatilag vaknak mondható. Koraszülöttként inkubátorba került, oxigéntúladagolás miatt veszítette el a látását. Jelenleg pszichológiát tanul Pécsen, korábban jogot és gyógypedagógiát Budapesten.

Elmesélte, hogy nagy divat a látásérülteknek a testnevelés alóli felmen-

tése, de szerencsére vele nem ez történt. A gimnáziumban elkezdett lovasolni, ez volt az első igazi kapcsolódása a sporthoz. Először 2012 januárjában vett részt teljesítménytúrán, amelyet egy nagyobb csoport látássérült ember számára szerveztek, 30 kilométeres távon. Több vakvezető kutya is volt velük. Adott időn belül kellett a távot teljesíteniük, ráadásul szakadó hóban. Mindenkinek volt látó kísérője, a kutyákat elengedték – nekik is megadták a szabadságot. „Jó érzés volt, a szabadság érzése – nyilván amellet, hogy koncentrálni kellett, nehogy elmaradjak az előttem haladótól. Még nagyobb szabadságot ad a futás: nagyon szeretek futni. Van Magyarországon a Látássérültek Szabadidős Sportegyesülete (Láss), az ő futásaira jártam ki a vakvezető kutyámmal és látó kísérővel a Margit-szigetre. A kutyát elengedték, ő is végigfuttatta velünk az 5,3 kilométeres kört.”

Anikó azt is elmagyarázta, hogy általában a látássérült szeret belekarolni a látó emberbe. A vezető egy lépéssel előtte halad, és ha elfelejtene szólni, hogy pl. lépcső következik, ő akkor is megérzi, hiszen előtte megy. A nagyon profi futók nem karolnak egymásba, hanem egy kendő vagy egy speciális kötél két végét fogják.

Tandemkerékpározni is ugyanezzel az egyesülettel kezdett, különböző túrákon vett részt a szervezésükben. Az, hogy a mostanira eljut-e, az utolsó pillanatig kétséges volt. Egészségi problémái adódtak, és a kutyáját sem volt egyszerű elhelyezni tizenegy napra. Végül minden megoldódott. „Vasárnap délután autóval kivittek bennünket Bécsbe, a kerékpárokat egy másikkal hozták utánunk. Mi, néhány látássérült utaztunk így Magyarországról, a többi országból különbözőféleképpen jöttek, vonattal, repülővel... A hétfő konferenciával kezdődött Bécsben. Délután volt World Café (strukturált beszélgetés, amelynek célja elősegíteni a résztve-

vők között a nyílt és szoros kapcsolatot egy témakör kapcsán – a szerk.) mind az öt ország résztvevőinek jelenlétében. Majd kipróbálhattuk a tandemkerékpárokat, és megpróbáltuk összerakni a párokat a következő tíz napra. Az azért igényelt némi szervezést. Fontos, hogy magabiztos legyen a vezető, hogy mekkora a súlya annak az embernek, aki hátul ül. Ha egyenlőtlen a súlyelosztás, az nem nyerő, és sajnos, volt is ilyen tapasztalás az első tekerős napon. Egy nap konferencia, egy nap tekerés – így történt.”

A terepet nem tartotta fárasztónak Anikó, hiszen síkvidéken mentek a Duna mellett. „Számomra a túra a távok és a meleg miatt volt inkább fárasztó. Napi átlagban nyolcvan, de volt, hogy akár 110 kilométert is mentünk, ez igen sok. A Párkány-Budapest szakaszon volt egy megállóhely, belementünk a Dunába kicsit lehűteni magunkat, ez külön élmény volt.”

A biciklizés élményén túl is sok mindenben gazdagodtak a túra résztvevői. Anikónak többek között kiváló nyelvtanulási és -gyakorlási lehetőséget nyújtott. „Rengeteg előadást hallgattunk végig. A hivatalos nyelv az angol volt, Bécsben németül beszéltem az ottani szervezőkkel, a csehek-től megtanultam vagy 30 szót csehül. Új embereket, új kultúrákat ismertem meg. Volt pár holtpontom a túra közben, hogy feladom, pl. a nyereg nem volt túl kényelmes, de nagyon örülök, hogy végigcsináltam. Az ember nem mindennap rukkan ki Bécsbe, igyekeztem úgy alakítani az estét, hogy egy látó kísérővel elmehessünk várost nézni. A konferenciák is többnyire a belvárosokban voltak, hogy minél több ember felfigyeljen a plakátokra, amelyeket húztunk magunk után. Nagy pezsgés, nyüzsgés volt, ezért most nagy az űr bennem – de egyszer minden véget ér.”

T. E.

Jó volt megint együtt lenni

Júliusban ismét összegyűltek az irodalom- és dalkedvelő fiatalok a Galánta melletti Taksonyban, hogy megmutassák, mit tudnak, miközben szüleik és segítők társaságában eltöltenek egymással egy kellemes napot. Mészáros Márta, a település polgármestere szívélyesen fogadta a vendégeket, és örömét fejezte ki, hogy a taksonyi művelődési ház már második alkalommal ad otthont ennek a csodálatos rendezvénynek, ezzel tudja támogatni ő és az önkormányzat. Mint mondta, jó érzés, jóindulat, segítség és szép szó nélkül az élet mit sem ér.

A tizenharmadik versfesztivált a Galántai Értelmi Sérülteket Segítő Társulás és a Carissimi Nonprofit Alap szervezte. Zseliztől Szencig sokan eljöttek azok közül, akik kezdetől részesei, ugyanakkor olyan új szereplőket is köszönthetünk körünkben, akik miután hírért vették az eseménynek, maguk is szerettek volna bemutatkozni rajta. Hallottunk megható, szomorkás költeményeket, mások vidám produkciókkal nevettek meg a közönséget. Egyaránt tapsolhattunk klasszikusok és kortárs szerzők műveinek, s a Petőfi-émlékév alkalmából természetesen a költőóriás

verseiből is sokan választottak. Folytatva a hagyományt, Mészáros Andrea tanárnő ösztönzésére ismét eljöttek a galántai Kodály Zoltán Gimnázium tanulói. Szócs Emese énekkel, Stósz Mária és Tóth Dani néptáncdal teremtett remek hangulatot, és sikerrel oldotta egyes szereplők lámpalázatát. Busánszky Máté a zsűriben is helytállt, emellett szavalattal és búvészmutatvánnyal szórakoztatta a nagyérdeműt. A zsűri tagja volt még Zupko Mária és Zsidó János a Carissimi Nonprofit Alap képviseletében, valamint Bodri Eleonóra rádiós szerkesztő-műsorvezető, akinek kedves hangját mindenki ismerte. Most személyesen is találkozhattak vele. Meghatottan hallgatta végig és értékelte a produkciókat. „Első alkalommal vagyok ezen a rendezvényen. Már régóta készültem rá, mert hallottam róla, és mindig nagyon jó híre volt; s mivel én is szavaló vagyok – szavalóként kezdtem a pályafutásomat –, kíváncsi voltam, hogy ezeknek a fiataloknak mit ad az irodalom, a könyvek, versek, a próza, a mesék. Megtapasztalhattam, hogy nemcsak önmaguknak szerznek ezzel örömet, hanem a hallgatóságunknak is. Le a kalappal, fantasztikus és megható, emellett vidám elő-

adásokat is hallhattunk. Köszönet a szülőknél és a pedagógusoknak, akik ezeket a fiatalokat felkészítik, segítenek nekik a szöveg megtanulásában.”

A fellépők, akik hosszú hetekig készültek a bemutatkozásra, munkájuk megérdemelt jutalmaként élvezhették Petőfi Sándor A helység kalapácsa című komikus eposzát. Gál Tamás színművész nagyszerű előadásában követhették végig széles tenyerű Fejenagy, azaz a helység kalapácsa, szemérmes Erzsók, a lágyszivű kántor vagy Harangláb, a fondor lelkületű egyházi történetét.

Ahhoz, hogy az élményekkel teli nap megvalósulhasson, sokak munkájára, támogatására volt szükség. A galántai szervezet anyukái finom süteménnyel kedveskedtek, a taksonyi polgármester asszony a falu szülöttének, Viktória Ella Medekovának Jó jó papagáj kalandjai című könyvét ajándékozta a szereplőknek, Bárdos Ágnes televíziós szerkesztő ugyancsak könyvvel, Balla Igor, a Kobold zenekar vezetője könyvvel és CD-vel lepte meg a fellépőket. A Slovaft Rt. pedig anyagilag támogatta a rendezvényt.

* * *

A nagyszülői szeretet

A párkányi Tóth Attila talán egyszer sem hagyta ki a versfesztivált. Kezdetben nagyszülei kísérték el, öt éve azonban már csak a nagypapája; nagymamája ugyanis váratlanul elhunyt. Szomorú történetüket a 83 éves nagypapa, Simon István mesélte el.

Életüket tragédiák sora árnyékolta be. Két lányuk és két fiuk volt. Egyik vejük, Attila édesapja a párkányi papírgyárban szenvedett halálos munkabalesetet. Tíz évvel később, 1998-ban Attila súlyos beteg édesanyját is elveszítette. Pista bácsiék lányuk halála után magukhoz vették a tizennégy



A zsűri. A kép jobb szélén Pék Anna, a galántai szervezet elnöke.



Nagypapa és unokája

éves Attilát és nyolcéves öccsét. „A kisebbik lányunk meg a fiunk is otthon volt még, amikor befogadtuk az unokákat, de nem akartuk, hogy gyermekotthonba kerüljenek” – magyarázza.

A fiatalabbik unoka azóta családot alapított, Attila, aki gyermekkori agyi bénulásban szenved, végig nagyszülei szerető gondoskodására szorult, és a nagymama halála után megint el kellett gondolkodni a jövőjéről. „A feleségem ötödik éve lesz, hogy meghalt. Epével műtötték, és szövődmény lépett fel nála. Korábban megbeszéltük, hogy egyikünk megmarad, Attila azzal lesz. Mikor magunkra maradtunk – én vagyok a gyámja –, arra gondoltam, hogy elmegyünk valamilyen öregotthonba, hogy hozzászokjon ahhoz a környezethez. De a lányom nem engedte. Ameddig bírom, csinálom, ha meg már nem fogom bírni, majd ő elvállalja. Arról szó sem lehet, hogy valamilyen intézetbe adjam. Azt mondja a lányom, tartozik annyival a testvérenek, hogy magához vegye a fiát. Párkányban él, minden vasárnap eljön főzni, hét közben pedig én megfőzök. A mosás sem gond, hiszen van mosógép, belerakom a ruhát. Neki sem él a férje, munkába menet összeesett és meghalt. Az egyik fiunk szintén a papírgyárban halt meg; jött egy nagy vihar, és rácsapódott a vaskapu. A másik fiunk Muzs-

lán lakik, oda nősült. Mióta meghalt a feleségem, ketten élünk a kétszobás lakásban. Attila naphosszat a számítógép előtt ül, a Dankó rádió a mindene, meg a sport a tévében. Ha énekesek jönnek a kultúrházba, eljárnak a fellépéseikre. Sajnos, a környéken nincs olyan magyar intézmény, ahol egész nap ellehetne.”

Attila kedves, udvarias fiatalember. Érdeklődésemre, hogy hogyan jönnek ki a nagypapával, azt felelte: „Köszönöm, jól élünk. Ha Teri néni (Szűcs Teréz, a Párkányi Értelmi Sérülteket Segítő Társulás elnöke – a szerk.) hív, járok napközibe. A versfesztiválra mindig készülünk, tavasszal az anyák napjára és karácsonyra is. Vagy a tanító néni (Hajtman Kornélia tanító néni a Carissimi számos rendezvényére elkísérte védeniceit. Idén először már nem jött el a versfesztiválra, és augusztusban, 86 éves korában elhunyt. Sokunknak fog hiányozni. – A szerk.), vagy Kara Marika tanítja a verseket. Marika kerekesszékes, és mikor vonattal jövünk a versfesztiválra, sajnos, nem tud eljönni. Ha otthon vagyok, vagy számítózok, vagy tévézek.”

A nagypapa még hozzáteszi, hogy Attila otthon nem nagyon beszédes, ha ő nem szólna hozzá, képes volna napokig hallgatni. A járvány miatt a klubba is kevesebbet jártak. A sorscsapásokat pedig el kell viselni.

* * *

„Nyugtalanít, ha nem tudok segíteni”

Bakulár Péter Marcelházáról érkezett a hűgával, Kecskés Erzsébettel. Először vesznek részt a versfesztiválon, de szemmel láthatóan mindketten jól érzik magukat. Kecskés Erzsébet, akinek a családjában él Péter, készségesen beszél életükről.

– Nagyon tetszik a versfesztivál, és örülök neki, hogy van ilyen. A szereplőknek is öröm. Jól érzik magukat, hiszen ez nem verseny, hanem lehetőség a bemutatkozásra; családias az egész. Peti is szívesen jött, szeret fellépni. Nehezen tanul szöveget, de amit tud, azt örül, ha előadhatja. Szívesen énekel, rajzol.

– Mikor fogadták be a családjukba?

– Szüleink régen meghaltak: apuka 1986-ban, anyuka 2004-ben, de ő is beteg volt, megviselte apuka hirtelen halála. Petit magunkhoz fogadtuk, velünk van mindig, mi gondozzuk. Ez teljesen természetes, mert a családban mindkét részről voltak fogyatékos családtagok. Nem adták be őket idősotthonba, pedig akkoriban még gondozási segély sem volt. Édesanyám testvérét is gondoztuk, nálunk élt. Mikor édesanyám megbetegedett, a másik testvér folytatta a gondozását. Édesapám családjában szintén volt ilyen családtag, őt is a lánytestvér látta el. Én a születésem óta Peti mellett vagyok. Három évvel vagyok fiatalabb nála. Együtt tanultunk meg beszélni, szoktunk le a pelenkáról. Anyukám szerint én tanítottam meg beszélni, de már előtte is jártak vele kezelésekre, fejlesztésekre Pozsonyba pszichiátriára, neurológiára. Azzal, hogy megszülettem, valószínűleg az lett a küldetésem, hogy ha a szüleink nem lesznek, legyen, aki tovább fog törődni velem.

– A családja hogyan reagált?



Kecskés Erzsébet és Bakulár Péter

– Szerencsére a férjem elfogadta, a gyerekeim pedig együtt nőttek fel vele. Petinek második gyerekora volt, mikor velük játszott: teljes átélte. A fiaim is elfogadták. A kisgyerek úgy nő föl, hogy nem tesz különbséget az emberek között: nem azt nézi, hogy ki kicsoda, hanem hogy mit csinál. Mindketten egyetemi végzettségűek, tehát Peti nem hátráltatta őket semmiben.

– Férjében nem merült fel, hogy inkább adják intézetbe Pétert?

– Őbenne nem, hamarabb bennem, mert én már jobban el voltam fáradva. Gyerekkoromban kicsit hátrányos, megbélyegző volt, mivel abban az

időben még nem fogadták úgy el a sérült gyerekeket, mint most. Örülök neki, hogy ilyen irányba fejlődik a világ: nincsenek úgy elszigetelve, mint annak idején, és ugyanúgy járhatnak iskolába.

– Miért változott meg a véleménye?

– Az orvos tanácsai sokat segítettek, és már voltak támogatási lehetőségek. A bevételünk azonban nem volt elegendő arra, hogy otthon maradjak vele. Ott volt a két fiunk, dolgozni kellett. 12 órás műszakokat vállaltam, hogy a férjemmel tudjunk váltakozni. Sokszor hétvégén is mentem. A gyerekek is tudtak neki ebédet adni, bármiben se-

gítettek. A család teljesen együttműködött a vele való törődésben.

– Péter hogyan fogadta, hogy a családjukba került?

– Nem történt nála nagy változás, hiszen mindig nálunk volt. A családi házban lakunk, anyukám is itt volt velünk. A legnehezebb időszak akkor volt, amikor a két gyerek még apró volt, s anyukáról és Petiről is gondoskodni kellett. Sokat segített nekünk lelki dolgokban a pszichiáter, akihez jártunk. Pétert úgy tudta irányítani, mintha az apja lett volna.

– Utólag sem bánta meg? Nem sínylette meg a családi életük?

– Nem bántam meg. Biztos, hogy volt az életünkre hatással, de nem olyasmi, ami válóok lett volna. Örök gyerek, mindennek tud örülni, kicsiségeknek is. Van ennek előnye is. A szeretet, amelyet ő tud adni, megfizethetetlen. El kellett fogadni, nálunk ez természetes. Hogy mit hoz a jövő, nem tudjuk. Ha egészségünk lesz, minden így marad.

– A munkáját milyen módon befolyásolta a helyzetük?

– Most a férjem lett a testvérem gondozója. Az élettapasztalatom sokat jelent a jelenlegi munkámban: szociális terepmunkásként dolgozom. Segítünk a hátrányos szociális helyzetűeknek, munkanélkülieknek, betegeknek, nyugdíjasoknak, függőknek, eljárunk családokhoz. Közgazdasági középiskolát végeztem, könyvelőként is dolgoztam, s ezeket a tapasztalataimat szintén tudom használni a végrehajtások során, vagy ha adminisztratív teendők adódnak. A munkám tetszik nekem. Szívből segíték, örülök is, ha tudok. Ez még a gyerekkoromban alakult ki, mert mindig arra neveltek, hogy a testvéremnek segíteni kell. Azért hátulütője is van, mert van bennem késztetés, hogy segíteni kell, de előfordul, hogy én kerülök hátrányba. Örülök, ha segíthetek, és nyugtalanít, ha nem tudok.



Mészáros Márta polgármester könyvet ajándékoz Szűcs Gábornak.

(t)

Nemzetközi találkozó Nagypakán

Tíz éve alakult meg a nagypakai Grace – mozgáskorlátozott és egészségkárosodott emberek egyesülete. Az alapítók ebből az alkalomból ünnepsorozatot terveztek, melynek nyitánya az egészségkárosodott és mozgáskorlátozott emberek nemzetközi találkozója volt július elején. Ekkor tartották meg a X. Grace Kupát és a P2P – a mozgáskorlátozott fiatalok társadalmi inklúziójának és szerepvállalásának erősítése a kortárs segítség erejével elnevezésű Erasmus+ projekt zárórendezvényét.

A jó hangulatú, eseménydús találkozót sok vendég megtisztelte jelenlétével. Eljött Zuzana Stavrovská fogyatékosügyei biztos, Szabó László, a Magyar Paralimpiai Bizottság elnöke, Samuel Roško, a Szlovák Paralimpiai Bizottság főtitkára, magyarországi és szlovákiai civil szervezetek képviselői.

A sportolni szeretők több kategóriában próbálhatták ki tudásukat; állapottuk súlyosságától függően választhattak a különböző sportágak közül. Ifjúsági kategóriát is indítottak. Volt asztalitenisz, boccia, asztali foci (csocsó), célba dobás (darts), íjászat, futball. Az egészségmegőrző programba a tatai Áhi Jóga Egyesület elnöke, Bacsárdi József vonta be az érdeklődőket.

Egységben az erő

„Egy évtized egy civil szervezet életében sokat jelent, többek közt azt, hogy létrehozása nem volt hiábavaló” – mondta köszöntőjében Sárközi Tibor elnök, akivel a rendezvény után megpróbáltuk feleleveníteni az eltelt időszak történéseit. A múltidézését kicsit messzebről kezdtük.

– Somorján a Civilizációs Betegségekben Szenvedők Szövetségének 1999-től lettünk tagjai a feleségemmel, Irénkével. Hosszú évekig alelnök

voltam ott, majd 2011-ben ugyancsak Somorján megalapítottam a Testi Fogycatékossággal Élők Szövetségének helyi szervezetét. Az érdekvédelem mellett kiemelten a sporttal szerettem volna foglalkozni, de a tagság már idősebb volt, és ezt az irányvonalat nem tudták vállalni. Ezért Irénkével azon gondolkodtunk, hogy községünkben, Nagypakán is sokan küszködnek betegséggel, fogyatékosággal, próbáljuk meg itt. Így alapítottuk meg 2012 novemberében a Grace Egyesületet. Az indulás nehéz volt, mert nem volt pénzünk, de a polgármester, Ivan Seňan és az önkormányzati tagok segítettek, s azóta is minden évben megkapjuk tőlük az alapműködéshez szükséges támogatást; ezért nagyon hálásak vagyunk. Viszonzásul mi is segítünk a falunak. Részt veszünk a szépítésében, rendezvényeken segítünk. Legutóbb kitisztítottuk az óvodában a kiságyakat, az óvodában és az iskolában a szőnyegeket.

– **Hogyan futott föl a tevékenységük?**

– Már a Grace megalakulása előtt sikerült kiépítenem egy kapcsolatrendszert, így nem kezdtük légüres térben. Minden civil szervezet felé nyitottunk, s ez országos és nemzetközi szinten is meghozta gyümölcsét. Megtapasztaltuk, hogy egységben az erő. Vannak partnereink Győrben, Tatabányán is. 2017-ben Hideghéthy Andrea közvetítésével együttműködési megállapodást kötöttünk a Csepel-szigeti Fogyatékosok Sportját Szervező Egyesülettel (Csefosz) – velük is azonnal megtaláltuk a közös hangot. Minden évben közösen pályázunk – több-kevesebb sikerrel – a Nemzeti Együttműködési Alapnál. Legújabb partnereink a dunavarsányi Isten Szolgálatában Református Missziói Alapítvány és a tétéi Egy „Más” Létért Alapítvány.

Sport- és egészségmegőrző, érzékenyítő és kulturális rendezvényeket szervezünk külföldi és itteni egyesületekkel, szociális otthonokkal s a községünkben működő szervezetekkel. A szükséges anyagiak előteremtésére pályázni szoktunk – ebben Hideghéthy Andrea van nagy segítségünkre –, többek között Nagyszombat megyénél is. Jelenleg hatvanöt tagunk van, a létszám bővülésével a Csallóközben helyi csoportjaink alakultak.

Már az induláskor létrehoztunk egy ifjúsági csoportot Grace Junior néven, melynek elnöke unokánk, Petrovics Vivien. Tagjai egészséges fiatalok, akik segítenek integrálni a fogyatékosággal élő embereket. Csak szólni kell nekik, és jönnek, pedig többségük már nem is lakik a faluban. Öt-hat fiatal minden rendezvényünkön részt vesz, segítenek a szervezésben, a helyszín előkészítésében, helyükre kísérik a versenyzőket, kezükbe adják az eszközöket...

Az egyesületen belül működő sportklub 2016-ban tagszervezete lett a Szlovákiai Mozgáskorlátozottak Sportszövetségének, s többek között az országos asztalitenisz-bajnokságban is részt veszünk.

2015-ben beléptünk az Egység-károsodottak Szlovákiai Szövetségébe, egy évre rá pedig Öry Péter segítségével Nagypaka székhellyel megalapítottuk a Felvidéki Fogyatékkal Élők Szövetségét (Fefosz), mely a fogyatékos embereknek nyújt érdekképviseletet. A Felvidék nyolc régiójában regionális egyesületet szeretnénk létrehozni, amely összefogná az ott élő fogyatékos embereket. Elsőként a Csallóközi Regionális Egyesületet alakítottuk meg. A következő kassai székhellyel lesz.

– **A sport mellett egyre nagyobb figyelmet fordítanak az érdekvédelemre.**



Balról: Hideghéthy Andrea, Szabó László, Samuel Roško, Zuzana Stavrovská, Scherhauser Michaela, Sárközi Tibor és Őry Péter (Czucz Júlia felvétele)

– Nagyon jó kapcsolatot ápolunk Zuzana Stavrovská fogyatékosági ügyi biztossal. Ehhez a szerencse is hozzásegített bennünket, mert pár éve a szomszédságunkba költözött. Ha csak teheti, részt vesz a rendezvényeinken. Ugyancsak együttműködünk Scherhauser Michaelával, a Svet mobility ('a mobilitás világa') P.t. igazgatónőjével, aki a fogyatékosági ügyi biztos csapatában is dolgozik. Tagjaink bármikor fordulhatnak hozzájuk szociális és jogi tanácsért. A rendezvényeink után is lehetőség van beszélgetni velük, mindenki elmondhatja a gondját, és ők megpróbálnak segíteni. Michaelával őszre szociális tanácsadási napot szervezünk. Közülük Tibor szociális tanácsadó is a segítők közé tartozik.

– **Hogyan összegezné ezt a tíz évet, mennyire tartja sikeresnek?**

– Minden rendezvényünknek nagyon jó a visszhangja, családi a hangulat, jól érzik magukat az emberek. Örülök, hogy rengeteg fiatal be tudtam vonni, segítőköt és fogyatékosággal élőket egyaránt. Utóbbiakat nem volt könnyű kimozdítani a

négy fal közül, de ma már ők kérdezik, hogy mikor lesz rendezvényünk, mikor jöhetnek.

– **Nagy segítség a családja. A felelősége is részt vesz az egyesület munkájában.**

– Irénke a háttérmunkát végzi, amit sokan nem is látnak. Előkészíteni a helyet, biztosítani az étkezést. Vivien unokánk is nagyon ügyes tud szervezni, sajnos, hozzánk hasonlóan neki is, és a lányunknak is vannak egészségi problémái. De megünnöközöljük előre, s csináljuk.

– **Megérte a sok befektetett energia?**

– Nagyon sokat adott nekünk ez a tíz év, csak jót tudok róla mondani. Voltak akadályok, sokszor ütköztünk falba, de leküzdöttük a nehézségeket. Sokan támogatnak bennünket, s ha van kellő háttér, ha látjuk, hogy elismerik a munkánkat, akkor már nagyobb önbizalommal végezhetjük. A sport és az egészségmegőrzés mellett még nagyobb teret szeretnénk adni a szociális és jogi tanácsadásnak, érdekvédelemnek. A visszajelzések inspirálnak bennünket, hogy folytassuk.

* * *

A közös munka meghozta gyümölcsét

A P2P Erasmus+ projektről lapunkban is több ízben beszámoltunk. Lezárása alkalmából Hideghéthy Andrea projektmenedzserrel, a Szövetség a Közös Célokért társulás ügyvezető igazgatójával beszélgettünk.

– **Hogyan kapcsolódtatok be a projektbe?**

– 2018-ban megkeresett a magyarországi Mozgáskorlátozottak Egyesületeinek Országos Szövetsége (MEOSZ), és felkért bennünket, hogy legyünk benne felvidéki partnere. Mozgáskorlátozott fiatalok felkutatása volt a cél, hogy aztán önszorgú csoportokat alakítsanak ki. A projekt több szakaszból állt, és 2019 márciusában a szükségleteket felmérő kérdőív kutatással indult. A tapasztalati szakértőként bevont fiatalokkal később is együtt dolgoztunk. Felhívást tettünk közzé, toborzásba kezdünk, beszélgetéseket tartottunk. Nagyon nehéz volt, mert a tervezett programokat többször el kellett halasztanunk a koronavírus-járvány miatt. Az első csoportos találkozás online valósult meg a romániai és a magyarországi partnerek bevonásával. A kommunikáció nyelve a magyar volt.

– **Azért sem lehetett egyszerű felkutatni ezeket a fiatalokat, mert nem többen élnek, hiszen Szlovákia magyarlakta déli része egy elhúzó sáv. Hogyan reagáltak a megkeresésekre? Voltak köztük elutasítók?**

– Vegyes volt a fogadtatás. Voltak, akik szívesen csatlakoztak volna, de akkori élethelyzetük nem tette lehetővé. Mások nagyon nyitottak voltak, és örültek a lehetőségnek, s olyanokkal is találkoztunk, akik ugyan érdeklődést mutattak, szívesen jöttek volna a társaságba, de nem tudták átlépni a korlátaikat. Nem mertek kimozdulni a komfortzónájukból. Aztán voltak, akik nem tartották magukat mozgás-

korlátozottak: úgy érezték, hogy teljes életet élnek, dolgoznak, iskolába járnak, ezért nem akartak részt venni a projektben. Hatalmas felmérő munka után öt fiatal mutatkozott nyitottnak, és részt akart venni.

– **Miért a Grace-szel együtt tartotátok a zárórendezvényt?**

– Sárközi Tiborékkal 2015 óta dolgozom együtt, közösen indítottuk el a Felvidéki Fogyatékkal Élők Szövetségét. Korábban nem volt tapasztalatom fogyatékosággal élő emberekkel való kapcsolattartással. Az ő programjainkon keresztül sikerült tapasztalatokat szerezni és kapcsolatokat kiépítenem. A SZAKC ernyőszervezet, nem specializálódott a mozgáskorlátozottakkal való foglalkozásra, ezért lépünk szorosabb kapcsolatba egy szakmai szervezettel. Az együttműködésben az a legjobb, hogy tudjuk egymást segíteni.

– **Mit szerettetek volna felmutatni a zárórendezvényen?**

– A projekt előrehaladását szerettük volna bemutatni szakembereknek és érintetteknek. Közéleti szereplőket, civil szervezetek vezetőit, iskolaigazgatókat, pedagógusokat hívtunk meg, akik munkájukban hasznosítani tudják az elért eredményeket, tapasztalatainkat, illetve érintett személyeket, külföldi résztvevőket, magyarországi egyesületek képviselőit. A projekt szlovákiai szakmai vezetőjeként bemutattam az elért eredményeket, majd interaktív módon kapcsoljuk be a résztvevőket. Az üzenőfalon pozitív üzeneteket lehetett küldeni a jelenlévőknek. Az ability parkban érzékenyítő feladatokat lehetett kipróbálni, és volt élő könyvtár. A projekt érdekessége, hogy a fiatalok interaktív, saját tapasztalaton alapuló tanulási módszerrel vettek részt a személyiség- és önismeret-fejlesztésben, a csoportalakításban a csoportdinamikai hatásoknak a megtapasztalásával. Az élő könyvtár is ennek a tréningmódszernek az egyik eleme. Lényege, hogy az élettörténe-

metet, személyes könyvemem írom, címet is adok neki. A beszélgetőpartnerek nem olvassák a könyvet, hanem beszélgetnek velem a történetemről. Három fiatalember – Nagy Gábor Ekelről, Izsóf Gábor Dunaújfaluból és Hír Sándor Nagymegyerről – vett részt a programon, mindhármukkal lehetett beszélgetni.

– **Lesz-e folytatás?**

– Mindenképpen lesz. Ahogy a projekt vége felé közeledtünk, a mozgáskorlátozott fiatalok igényeit, lelkesedését látva, velük egyeztetve, a program célját is figyelembe véve készítettük elő a folytatást. A SZAKC pályázatot nyújtott be Nyitra megyéhez egy érzékenyítő napnak a megvalósítására. A párkányi fürdőben július 12-én tartottuk meg, már a projekt lezárása után. Egy nagyon jó együttműködés kialakításának a kezdete volt. Hogenbuch Endre igazgató nyitott volt, és visszavár bennünket. További folytatása a projektnek az lesz, hogy azokkal a fiatalokkal, akiket sikerült felkutatnunk, minden hónapban szeretnénk egy mentorálási alkalmat tartani, ahol beszámolnak az eredményeikről, ötleteikről, terveikről és azokról a közös dolgokról, amelyeket együtt akarunk megvalósítani.

– **Meglátásod szerint azoknak, akik bekapcsolódtak, mit adott ez a lehetőség?**

– Az részt vevő fiataloknak már korábban kialakultak bizonyos készségeik, ezeket fejlesztettük tovább; tehát nem nulláról indultunk velük. Jó volt látni, hogy nyilvános szereplést mernek vállalni: felkészülten ki tudtak ülni egy csoportba, kérdezni lehetett tőlük,

a kívülállónak is érthetően tudtak beszélni érzéseikről, tapasztalataikról, lekötték a közönségük figyelmét. Fontos cél volt, hogy a társadalmi szerepvállalást erősítsük bennük, s tudják érvényesíteni érdekeiket. A közös munka meghozta gyümölcsét, mert helyt tudtak állni azokban a feladatokban, amelyek elé állítottuk őket. A párkányi érzékenyítő napon is megtudták szólítani a strandfürdő vendégeit, be tudták mutatni egy-egy feladatban, hogy milyen hátránnyal hogyan lehet együtt élni.

– **Téged mivel gazdagított a velük töltött időszak?**

– Nemcsak szakmai vezetőként voltam jelen, hanem trénerként is. Az első mentorálási alkalom Gárdonyban volt, kilencnapos bentlakásos tréning. Ott ismerkedtünk meg a három országbeli résztvevőkkel. Utána volt még két ötnapos találkozó, az egyik itt, Egegen, a másik megint Gárdonyban, mert Romániába a járványhelyzet miatt nem tudtunk elmenni. Érzelmileg, mentálisan, emberségből sokat kaptunk akár trénerként, akár vezetőként, látva az aktív életmódjukat ezeknek a fiataloknak, akik nem engedik, hogy testi hátrányuk befolyásolja az életüket. Ez mind olyan emóciókat adott, hogy szavakba nem is tudnám foglalni. Lendületet adott, elkötelezettséget, hogy még inkább segítsünk azoknak, akik elszigetelődnek, hogy lássák: érdemes aktívan bekapcsolódni a társadalmi folyamatokba.

Nagyon jó volt velük dolgozni. Remélem, hogy tudjuk közösen továbbvinni.

(t)

A fogyatékosügyi biztos hivatalához magyar nyelven is lehet panasszal fordulni, érdemes élni a lehetőséggel.

Postacím: Administratívne centrum Reding Tower 2

Úrad komisára pre osoby so zdravotným postihnutím

Račianska 153, 831 54 Bratislava 35

e-mail-cím: sekretariat@komisar.sk

telefon: 02/20 42 03 09, 0911/269 021

honlap: komisarprezdravotnepostihnutych.sk

Függetlenség, szabadság, méltóság Önkéntesként Finnországban

A finnek semmin sem csodálkoznak. Teljesen természetesnek veszik például, hogy egy magyar – jelesül e cikk írója – a finn fővárostól 500 kilométerre eső Ouluig repül, hogy aztán ott egy 2500 lelket számláló, csöndes kis falu idősotthonában önkéntesként két hónapon át. A finneknek ez a szemlélete az elfogadási készségükből ered: természetesnek veszik, mi több, segítik is a másik ember döntését. Két napba sem telt, s akadt egy helybeli, aki a fuvarozásomat vállalta, egy szomszéd, aki a kemence fűtésében segédkezett, s egy másik, aki rendszeresen elhozta a napi újságot.

Aprómunka és hivatás

Az ATTENDO-hálózat utajärvi otthonában pedig kifejezetten örültek a kisegítő munkaerőnek. Még akkor is, ha önkéntesként csakis bizonyos aprómunkákat láthat el az ember, a szakmai felkészültséget igénylő feladatok a hivatásos gondozókra hárulnak. De azzal, hogy eggyel többen követik az otthonban élők kívánságát, szorgoskodnak az érkezésnél, segít-

nek a sétánál, a hivatásosoknak több és nyugodtabb idejük jut a fontos tevékenységekre, vagy akár csak egy szusszanásra két munka között.

Megérkezésemkor épp tartott a finn ápolók sztrájkja: közép-európai kollégáikhoz hasonlóan ők is magasabb bért, nagyobb megbecsülést és jobb munkaidő-beosztást követeltek. Marja Näppä igazgató is csak találgatott, hogy a szerződések esedékes megújításakor hány embere marad... Bár munkabeszüntetés Utajärvi-ben nem fenyegetett.

Ez az otthon ugyanis magánintézmény: szolgáltatását a helyi önkormányzatnak adja el, az igénylők pedig a polgármesteri hivatal listáján várakoznak. S mint ilyenben, a körülmények is jobbak, mint az állami fenntartásúakban: az ápolók és a kisegítők többen vannak, a fizetések magasabbak, az ellátás színvonala is jobb. Kínálata csakis egy magasabb színvonalú magyar magán- vagy egyházi otthonéhoz mérhető. Ám a gondozottak helyzete és a gondozók terhe nem különbözik.

A finn idősok talán később jutnak el oda, ahova a magyar társaik: megkoppik az emlékezetet, akadozik a járás, megsokasodnak az egészségi gondjaik... Az ápolók pedig ugyanúgy belefáradnak a napi törődésbe, mint itthoni társaik. Férfi ápoló Finnországban is kevés akad, bár Utajärvi-ben is van belőlük. A helyiek szerepét pedig mind gyakrabban veszik át betelepülők: a finn kollégák mellett három Fülöp-szigeteki fiatalal dolgoztam együtt.

Ami magyar – közép-európai – szemmel feltűnő, az az épület célszerű tervezése: a belső tágasság, a segéd-eszközök: például a korlátok beépítése s a kertészkedésre, sétára, szabadtéri étkezésre is alkalmas hatalmas külső tér. Némiképp irigykedve néztem a mindenkinek kijáró egyágyas szobákat, az általuk biztosított függetlenséget, szabadságot, személyes intimitást s az így megőrzött emberi méltóságot. Figyelemre méltónak tartottam az intézeti élet kezdőként is jól követhető rendjét s a finnek képességét, amilyen rugalmasan az időbeosztás szabályait kezelték. Ki-ki a maga belső órája szerint ébredt, étkezett s virrasztott – akár egész éjszaka.

Az étel: vitamin

Amiből viszont a gondozók nem engedtek, az az ápoltak szinte folyamatos itatása. A 2-3 pohár ital (kávé, víz, tej, savanyú tej, gyümölcsle) minden étkezés elmaradhatatlan része! Meglepetésemre még a leggyengébb gondozottak is látható tudatossággal ittak, folyamatosan. A napi rendszeres ivás fontosságát ugyanis a finn gyerekek már otthon megtanulják. Olyasfajta butaságot, amelyet felénk hallani, hogy „evés közben, étkezés előtt, leves mellett



Marja Näppä igazgató és a szerző

nem iszunk”, egy finn anya ki nem ejtne a száján...

Ahogy az ételek változatosságára való odafigyelést is igyekeznek a családban és az iskolában is idejekorán belenevelni a gyerekekbe. A nyers sárgarépa a legáltalánosabb tízórai vagy uzsonna egy finn serdülő számára is. Az idősothton étlapját látva s naponta kétszer magam kóstolva az ételleket, állíthatom: Riitta szakácsnőnk nem is enivalót, hanem egyenesen vitaminokat készített számunkra! Nyers uborka, paradicsom, saláta, a cékla minden formája, burgonya, hal, csirke tette ki az étkezés javát.

A helyben sült kenyér naponta más gabonából készült, ahogy a reggeli kását is tudatosan választott árpából, rozsból vagy zabból főzték. Az édességet jobbra a finn erdő bogyói jelentették: vörös és fekete áfonya, fekete berkenye, mocsári hamvas szeder. S ha finn sütemény: a pirakka készült, arra is került a hazai gyümölcsökből nyersen vagy lekvárként. (Személyes siker: soha nem született olyan jó laboreredményem, mint a finnországi két hónap után...)

A finnek számára a kávézás napi többszöri szertartása szent, ezt minden gondozott tudja, mi több: számon is tartja. Ahogy maguk az ápolók is: a finn szakszervezetek harcolták ki



Az otthon bejárata áprilisban

munkaidőben a kétóránkénti kávézás lehetőségét. (Számomra néha úgy tűnt: kötelezettségét.) Az élet rítusainak gyakorlása megtartó erő, azért is ünnepeltünk meg minden születés- és névnapot, anyák napját május második vasárnapján s a veteránok napját április 27-én. És ezért jött el a helybeli evangélikus lelkész húsvéti megemlékezésre nagycsütörtökön s áldotta meg az otthon lakóit és dolgozóit.

Sírva, nevetve

Lassan fél évszázados Finnország-járásom során mindig elámul-

tam a finnek képességén, ahogy megadják a legteljesebb függetlenséget, a döntés szabadságát a másik embernek. Legyen szó akár egy virgonc kisgyerekről, ahogy ezt a finn óvodákban és iskolákban láttam, vagy egy már nehezebben gondolkodó és mozgó idős emberről, ahogy Utajärvi otthonában is megfigyelhettem. A másik jogának megadása az önállóságra a gondozóktól még nagyobb fegyelmet és figyelmet igényel, mint – némiképp magyar módra – mindent megcsinálni helyette. Szükséges hozzá egy jó adag humor is! Enélkül nem is lehetne kezelni az önállósági igyekezetből kialakuló hol könnyfakasztóan tréfás, hol pedig szomorúan nehéz helyzeteket.

Éppen ezekről a szituációkról, az időskor kezeléséről szól Minna Lindgren finn író Nyomozás az Alkonypagonyban című sírva nevető könyve. Ha az önkéntes munkám kezdete előtt olvasom, talán lelkileg felvértezettebben állok neki a feladatnak. De sokat segített utólag is megérteni a munkát, amelyet vállaltam, s ahova visszavárnak. S ahova visszavágyom.



Pirakka

Major Árvácska



Major Árvácska

Csudálatos az élet! Elfogadás, humor, megértés

„Siiri Kettunen minden reggel, amikor felébredt, megállapította, hogy még mindig nem halt meg.” Ezzel a mondattal kezdődik Minna Lindgren Nyomozás az Alkonypagonyban című regénye. Nem állítom, hogy klasszikus mű nyitányáról van szó. Azt azonban igen, hogy szóra-koztató olvasmányba bújtatva rendkívüli fontosságú témáról esik benne szó: az idősotthonokban élők sorsáról.

Finn a szerző, finn a színhely, finnek a főszereplők, de olvassa bármilyen nyelven az érdeklődő a könyvet (egy trilógia első kötetét), egészen biztosan saját hazája körülményeire ismer benne. Ennek ellentmondva mégis azt állítom: egyedül a finn viszonyok között születhetett meg. Az élet nehézségeinek – esetünkben az idősor gondjainak – elfogadó szemlélése, emberi esendőségünk humorba fordítása, változó önmagunk megértéssel való kezelése a finnek ritka képessége az élet minden területén.

A regény három kilencvenen túli főhőse: Irma, Anna-Liisa és Siiri kíváncsiskodó és segítőkész nyomozása ad lehetőséget a szerzőnek annak a végső tanulságnak az igazolására, hogy milyen csudálatos is az élet. Az életigenlést erősítik például a főszereplők nyelvi játéka. A köszönésképpen elhangzó vidám *Kukurikú!* s a napi halálhíreket feloldó hangtréfa: *Halál – la – lál – la – lá.* Az élet értékét bizonyítja a fő-

szereplők bölcsessége: „A lemondás elengedhetetlen, ám a feladás nem.” Sorsuk elviselésére pedig mindig elővehető fegyver a humoruk: „Az ápolók meg voltak győződve róla, hogy bármi bajuk is legyen az öregeknek, vérnyomásméréssel elmúlik.” S még azon is bepisilésig tudnak kacagni, hogy utóbb kiderül: egy vadidegennek a temetését ülték és szomorkodták végig...

A személyes történetek követendő példát kínálnak a szellem időkori karbantartására. Anna-Liisa, a finn nyelv egykori tanára például „esténként átismételte ágyában a finn nyelv esetragjainak a kérdőszavait, hogy megőrizze ép eszét”. Siiri pe-

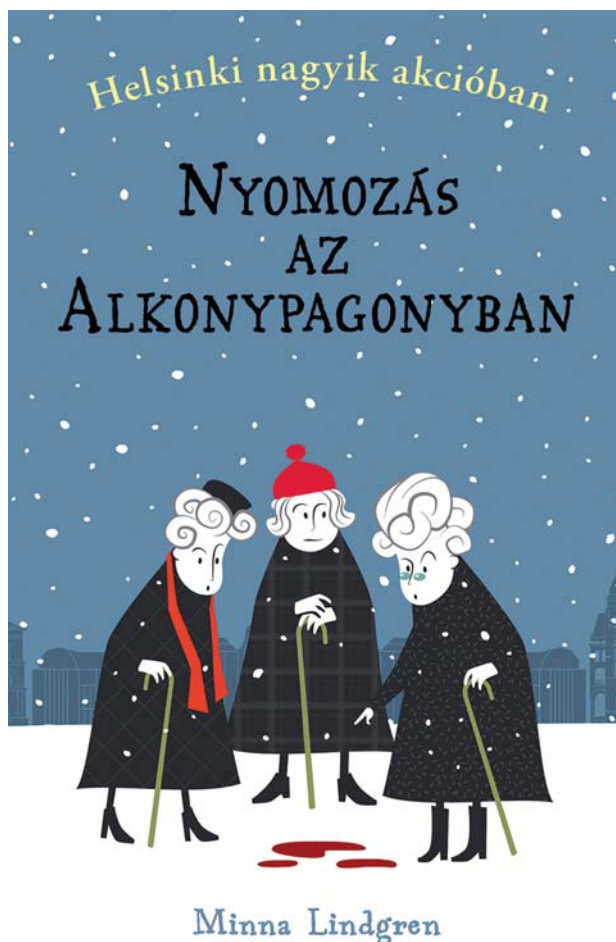
dig „villálmossal” újra és újra bejárja Helsinkit, valóságos idegenvezetést tartva a finn fővárosról. Különös tekintettel nagy szenvedélyére, az építészetre. És kártyáznak, és pletykálnak, és előveszik a rejtkehelyről a vörösborot vagy a konyakot. S időnként elmennek tornára vagy pedikűröztetni – kizárólag az ápolók iránti sajnálatukból!

Mindháromuk nagy képessége az elfogadás, amivel túllépnek az egymással és másokkal szembeni előítéleteiken. Még becézni is tudják Irma – édesanyjukat, nagymamájukat egyébként elhanyagoló – „aranyoskáit”, s meg tudnak nyílni egy vadidegen motoros, rockos, drogos fiatalember előtt. Még a gonoszok s gondozottjaikból hasznot húzó két „főnényt” is megsajnálják a legvégén...

Mivel nyomozásról van szó, sokat nem illő elárulni a történetből. Talán csak annyit, hogy a kaland meszeszerűen végződik: a rosszszak meglakolnak, a jók pedig elnyerik méltó jutalmukat. Az olvasó pedig hisz az írónak és a könyv szereplőinek: tényleg csudálatos élni!

Minna Lindgren: Nyomozás az Alkonypagonyban – Helsinki nagyik akcióban I. Fordította: Makra Hajnalka. Kossuth Kiadó, 2022.

(A szerző jogász,
újságíró, idegenvezető,
önkéntes segítő.)



Sárga Rózsa 2022

A Sárga Rózsa Polgári Társulás a Párkányhoz közeli Kovácspatakon idén ismét megszervezte nyári táborát értelmi sérült fiatalok és családjuk számára.

A tábor több mint húszéves múltra tekint vissza. Hat év kihagyás után 2017-ben indult újra, ám a felfelé ívelő lelkesedésnek útját állta a 2020-ban megjelenő pandémia, amely két évre lehetetlenné tette a találkozásokat.

A korábbi résztvevők nagy örömmel fogadták a hírt, hogy idén végre együtt tölthetünk el családi hangulatban egy hetet a festői szépségű Kovácspatakon. Bár a legutóbbi találkozás óta eltelt három év, minden ott folytatódott, ahol akkor abbamaradt.

Július 19-én, egy keddi napon kezdődött a tábor, jól megszokott keretbe híven közös ebéddel, majd ismerkedéssel és csoportbeszélgetéssel. A többség visszajáró, régi táborozó, de azok is, akik először jöttek el, hamar beilleszkedtek, és új barátokat találtak. A már szintén hagyománnyá vált esti tábortűz régóta elmaradhatatlan tartozék. Zene, tánc, mulatozás és meghitt beszélgetések jellemezték ezeket az estéket.

A második nap reggelén ügyességi vetélkedővel egybekötött gyalogtúrra indultunk a Dunához, délután énektanulás és Zsapka Attila interaktív zenés előadása kapott helyet a programban.

A harmadik napon a párkányi Vadas termálfürdőbe mentünk a közúti turistavonattal (www.viktoria-ca.sk). A fürdősen kívül a táborozóknak alkalmuk nyílt kipróbálni a minigolfot, vízibiciklit, képfestést, hennatetoválást és még sok más érdekességet. A belépőt, ebédet és az ottlétet a 3 Angyal Polgári Társulás (3 Anjeli, o. z.) finanszírozta, immáron második alkalommal. A fürdőből visszatérve megünnepeltük két táborozónk születésnapját.

Elérkezett a negyedik nap. Dél-előttre kvízt szerveztünk csapatok részvételével, majd ebédre Földes István komáromi pékmester segítségével kemencében malacot sütöttünk.

Délután a Párkány környéki motorosok látogattak el hozzánk, és kvádozásra nyílt lehetőség. Kicsik és nagyok egyaránt élvezték, sokak számára ez volt a tábor fénypontja.

Szombaton, az utolsó előtti napon a fiatalok kézműves-foglalkozással töltötték a délelőttöt. Ezalatt a szü-



lőknek alkalmuk nyílt csoportos, majd egyéni beszélgetésre Lukács Anna gyógypedagógussal. Délután tartottuk a várva várt Ki mit tud?-ot, ahol szülők és gyerekeik egyaránt bizonyíthatták tehetségüket. Volt ének, tánc, szavalat, könnyek a nevetéstől, meghatottságtól és boldogságtól. A tábor utolsó estéje a sokéves hagyományokhoz híven zenével, tánccal és éjszakába nyúló beszélgetéssel zárult.

Az utolsó napon bár élményekkel gazdagodva, de fájó szívvel búcsúztak el egymástól a résztvevők. A beszélgetések már a jövő évi találkozásról, a várakozásról és a tervekről szóltak.

A rendezvény nem jöhetett volna létre a táborvezetők: Szabó Márta, Szilágyi Melinda, Folk Nóra, Melis Blanka és Bekker Valéria odaadó munkája nélkül. Köszönettel tartozunk a 3 Angyal Polgári Társulásnak, a Rákóczi Szövetségnek, Hamran Tibornak, Bernáth Péternek, Gerendás Arnoldnak, Orosz Elődnek, Geri Csabának, akik idejüket és energiájukat szánták a tábor megszervezésére.

Valamint köszönet a résztvevőknek, hiszen ők a tábor mozzgatórugói.

Szapka Gábor főszervező

További fényképek a táborból a hátoldalon. Forrás: Sárga Rózsa Pt.





Sztakó Zsolt

Aki találkozott Jézussal

Július 1. Döbbenet bámulom a képernyőn. Miközben lefelé görgetem a hírfolyamot, megtorpanok Győry Attila posztjánál, amely arról tudósít, hogy június 29-én 58 éves korában meghalt Böszörményi Gyula író, sikerkönyvek szerzője. Felidézi megismerkedésük történetét, amikor 1991-ben a könyvfesztiválon versenyt árultak a könyveiket – a punk és az übertnyomorék, ahogy Böszörményi Gyula fanyar humorral nevezte magát.

Nos, én nem ismertem őt személyesen, mégis letaglózott a hír, mert annak alapján, amit olvastam tőle/róla, igenis közeli ismerősök voltunk. És én igenis elolvastam tőle mindent, amihez csak hozzájutottam. Önéletrajzi könyvéről ismertetőt is írtam. Mert az a könyv felér egy jobbhoroggal! Semmi rendkívüli, csak éppen arról szól, hogy egy testi fogyatékos hogyan élte meg a hatvanas, hetvenes, nyolcvanas, kilencvenes évek Magyarországot – és ez épp elég.

Évekig intézetből intézetbe vándorolt. Gyakran mentális sérültek közt élt. Ő, az épelméjű! Első cikkét

is, amely aztán az Ifjúsági Magazinban jelent meg, úgy kellett kicsempészni az intézetből – aztán meg is kapta érte megérdemelt büntetését... két hétig nem nézhetett tévét. Mert hogy a nyolcvanas évek esztelen szabályai tiltották, hogy a karanténban tartottak kapcsolatot tartsanak a külvilággal.

Hova jutunk így, elvtársak, ha mindenki azt csinálná, amit akar? – mondhatná felháborodottan Virág elvtárs.

Ez azonban őt már nem érdekelte, mert megtalálta az útját. Az írás ugyanis neki terápia is volt. Egy hírportálnak adott interjúban így vallott első regénye születéséről:

Magam elé vettem egy spirálfüzetet, és úgy ömlöttem a mondatok, alig győztem lejegyezni őket. Két hét alatt meglett a Kucó, egy szellemi fogyatékos fiú története, valójában a saját sztorim. Szépen letisztáztam, begépeltem, indigóval, három példányban. Eszembe nem jutott elküldeni senkinek, különösen nem egy kiadónak. Épp elég volt, hogy kidolgoztam a lelkemből a traumát. Ott állt hát a mű az asztalomon, várta, hogy történjen vele valami.

Azt hiszem, egy kicsit a példaképemnek is mondhatom őt. Bár az abszolút példakép még mindig Stephen Hawking, de hát ő Angliában élt, egy elit egyetem rektora volt... szóval, fényévekre a közép-európai valóságtól. Böszörményi Gyula viszont itt élt, ugyanazokon a traumákon ment keresztül, mint minden sorstársam. Még az álmai is ugyanazok voltak. Ugyanebben az interjúban beszélt egyikéről:

Némi reményt a túlvilághoz egy régi álmom ad. Sötét teremben ülök, tolszékben, köröttem fehér ruhás emberek. Megjelenik Jézus, ráteszi kezét a lábamra, érzem, ahogy felforrósodik a tenyere, meg-megremeg, folyik róla a verejték, úgy koncentrálok, aztán elered a könnye, leveszi a kezét, rám néz, és eképpen szól hozzám: »Ez nekem sem megy.« Amikor elmeséltem ezt egy pap barátomnak, megrendült, és azt mondta, irigylet, hogy találkoztam Jézussal.

Megrendítő ez az álom, amikor még az isteni beavatkozást sem tartotta elégnak, hogy változtasson a sorsán. Csak remélni tudom, hogy azóta már találkozott Jézussal, és az a keblére ölelte!

MEGRENDELŐLAP

Megrendelem a **Carissimi** című **ingyenes folyóiratot** az alábbi címre:

NÉV/INTÉZMÉNY: _____

PONTOS CÍM: _____

FOGLALKOZÁS/MUNKAHELY: _____

Telefon: _____

Dátum: _____

Alíírás: _____

A megrendelést a következő címek egyikére kérjük:

Levélcímünk: **Carissimi, Bučinová 14, 821 07 Bratislava.** E-mail: **carissimi.lap@gmail.com**

Köszönettel fogadjuk, ha támogatják lapunkat.

Számlatulajdonos (názoV úctu): **Carissimi n. f., számlaszám (č. úctu): SK93 7500 0000 0040 3005 1552.**

A Carissimi Nonprofit Alap a megrendelő személyes adatait csak a megrendeléssel kapcsolatban használja fel.

A nyilvántartás feltételei a www.carissimi.sk honlapon olvashatók.

Magyar–szlovák, szlovák–magyar szótár

akadálymentesség – bezbariérovosť	bezbariérovosť – akadálymentesség
Civilizációs Betegségeken Szenvedők Szlovákiai Szövetsége – Zväz postihnutých civilizačnými chorobami v SR	Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva – pedagógiai-pszichológiai tanácsadó központ
Egészségkárosodottak Szlovákiai Szövetsége – Slovenský zväz zdravotne postihnutých	deficit čiastkových funkcií – részképességzavar
érdekvédelem – (egészségkárosodottak esetében) obhajoba špecifických záujmov	detská mozgová obrna (DMO) – gyermekkori agyi bénulás
értelmi fogyatékoság – mentálne postihnutie	komisár pre osoby so zdravotným postihnutím – fogyatékoságügyi biztos
fogyatékoságügyi biztos – komisár pre osoby so zdravotným postihnutím	liečebný pedagóg – gyógypedagógus
gyermekkori agyi bénulás – detská mozgová obrna (DMO)	mentálna (duševná) hygiena – mentálhigiéné
gyógypedagógus – liečebný pedagóg	mentálne postihnutie – értelmi fogyatékoság
iskolaérettség – školská zrelosť	muzikoterapia – zeneterápia
képességfejlesztés – rozvoj schopností	obhajoba špecifických záujmov – zájmovvédelem
korlátlift – schodiskový výtah	parahokej – parajégkorong
mentálhigiéné – mentálna (duševná) hygiena	poruchy správania a emócií – viselkedési és érzelmi zavarok
mennyezeti sínes betegemelő – stropný zdvihák	poruchy učenia – tanulási zavarok
Mozgáskorlátozottak Szlovákiai Szövetsége – Slovenský zväz telesne postihnutých	predávkovanie medicínálnym kyslíkom – oxigéntúladozás
oxigéntúladozás – predávkovanie medicínálnym kyslíkom	rozvoj schopností – képességfejlesztés
parajégkorong – parahokej	schodiskový výtah – korlátlift
pedagógiai-pszichológiai tanácsadó központ – Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva	Slovenský paralympijský výbor – Szlovák Paralimpiai Bizottság
részképességzavar – deficit čiastkových funkcií	Slovenský zväz telesne postihnutých – Mozgáskorlátozottak Szlovákiai Szövetsége
speciálpedagógus – speciálny pedagóg	Slovenský zväz zdravotne postihnutých – Egészségkárosodottak Szlovákiai Szövetsége
Szlovák Paralimpiai Bizottság – Slovenský paralympijský výbor	stropný zdvihák – mennyezeti sínes betegemelő
tandemkerékpár – tandemový bicykel	školská zrelosť – iskolaérettség
tanulási zavarok – poruchy učenia	speciálny pedagóg – speciálpedagógus
vakvezető kutya – vodiaci pes pre nevidiacich	tandemový bicykel – tandemkerékpár
viselkedési és érzelmi zavarok – poruchy správania a emócií	vodiaci pes pre nevidiacich – vakvezető kutya
zeneterápia – muzikoterapia	Zväz postihnutých civilizačnými chorobami v SR – Civilizációs Betegségeken Szenvedők Szlovákiai Szövetsége

Támogatóink:

Kisebbségi Kulturális Alap

(Realizované s finančnou podporou Fondu na podporu kultúry národnostných menšín.);

Slovnaft Rt.; Bauer Máté, Somorja;

dr. Radi Enikő, Komárom; Valent Kinga, Somorja.



Sárga Rózsa 2022

