

Carissimi

Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek

XV. évfolyam, 2024/2., június



Átjárható városok – átjárhatatlan társadalom?

Művészetterápiák

Az inklúzióról pedagógusszemmel

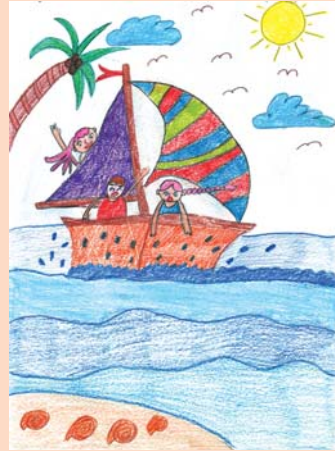
Az akadályozott beszédfejlődésről

Városnéző séta Pozsonyban

Vakáció. Összeállítás a Királyhelmecei Közös Igazgatású Iskola tanulóinak munkáiból.



Marián Samko, 5. d



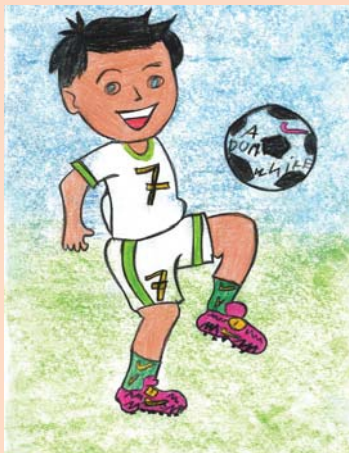
Lakatoš Ana, 5. b



Gujda Tímea, 9. a



Franc Nikoletta, 5. a



Horváth Dávid, 5. a



Oláh Markó, 3. b



Szopko Esmeralda, 8. a



Fényes Elisa, 7. a



Sofia Lakatošová, 5. d



Franc Alex, 5. b



Markovič Kvetoslava, 5. b



Čík Annamária, 6. a



Horváth Noémi, 8. a



Horvát Benjámin, 7. b

Tartalom

Szászi Zoltán: Menni kell, ha...	3
Horváth Péter László: Erasmus+ mobilitási program a Carissimivel (is)	4
Szende Katalin: Átjárható városok – átjárhatatlan társadalom?	7
Vass-Csáki Tímea: Gondolatok Berzsenyi Emese két monográfiájáról	10
Buzgó Menyhárt Annamária: Tánc- és mozgásterápia, V. – Az autentikus mozgás	14
Tomáš Beníček: Képzőművészet-terápia a segítő szakmákban	16
Dunkel N. Norbert: Szélgjegyzet a zeneterápiáról	18
Flamich Maria: A zene összeköt	19
Ferenczy Ágnes: A lehetőségek fölterképezése	21
Markovics Tímea: Az inklúzióról pedagógusszemmel	23
Szép Mónika: Az akadályozott beszédfejlődés hatásai a gyermek érzelmi világára	24
A találkozás öröme – családok találkozója	26
A pozsonyi Sétatér... – városnézés	28
Kocsis Károly: Akadálymentesen London utcáin	30
Gál Vera: Apukák, figyeltem!	31
Felkészítés az életkezdésre – speciális oktatás Királyhelmecen	33
Sztakó Zsolt: Sívárság	34
Magyar–szlovák és szlovák–magyar szótár	35

Címlap: A pozsonyi Fő téren (Maroš Mičlo felvétele). Hátlap: A pozsonyi református templom vendégei (Carissimi); a primási palota előtt (Maroš Mičlo felvétele).

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 Pressegross, 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 1300 példányban. A következő számunk szeptemberben jelenik meg. ISSN 1338-2438, ISSN 1338-2446 (online). Engedélyezési szám: EV 3982/10. Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.



Szászi Zoltán

Menni kell, ha...

Ha csak egy mód van rá, ha csak pár napra is, ha csak a közelbe, ha esetleg merészebben távolabbra, ha némi fárasztó utazással, ha kisebb akadályokkal szembenézve is, de menni kell! Idén is el kell, el kellene menni egy kicsit nyaralni! Ki kell kapcsolódni, muszáj megpihenni, ki kell szakadni a hétköznapi monotonitásból! Nekünk is, nekünk, egészségkárosodással kínulódnak, mozgáskorlátozottaknak. Meg kell próbálni azt a nyaralást megszervezni! Korlátjaink ne zárjanak be! Nem vagyunk büntetésben, elég a bajunk!

Személyes történet következik. Arra készülök már bő másfél hónapja, hogy majd menni fogok, fogunk. Kaptunk ugyanis egy nagyon kedves és igazán lovagias meghívást Itália napfényes tengerpartjára, kedvünk szerint ott lenni, akár tíz napig, két hétig is, egy olyan helyen, ahol a szállásunk ingyenes, a ház jól felszerelt, a település jól ellátott, olyan lehetőségekkel, hogy reggelente maguktól a halászsoktól lehet vásárolni a friss fogásból! Az utazás sem veszélyes. Nem túl drága, s lényegében az ingyenes szállás költségei szépen fedezik. Egy egészen kis bibi van csak a dologban: a tengert – amely a lakályos falucska mellett alig fél kilométer távolságra van – legkevesebb háromszázötven lépcső leküzdésével lehet csak elérni. No, mondom, az semmi, hát mivel idejében szólt a barátom erről az apróságról, akkor kicsit edzeni kezdek, például lépcsőzni, sétálok lejtős terepen le-fel, kicsit rágyúrok a helyzetre. El is kezdtem. Csak óvatosan, csak lassan, lépésszámlálással segítve a napi edzést. Előbb csak háromezer, majd hat-, később nyolc-, sőt tízezer lépésre feltornászva a napi edzésadagot. Már egészen jól bírtam a felkészülést, amikor egyik este pokoli fájdalom öntötte el a vállam és a karom. Aki könyökmankóval jár, tudja, mi az, ha túlterheli az ízületeit. Azok ugyanis a folyamatos súlyemelésről – hiszen minden lépéskor a saját testsúlyt megemelve, azt tovább-billentve halad az ember, most meg ráadásul lejtőn, sőt lépcsőn – tehát a súlyemelésről a váll-, a könyök- és a csuklóízületeim begyulladtak. Irány a doktor úr rendelője, szervizbe kell vinni a testem. Kedves, hozzáértő, empatikus, mindent is megpróbáló orvos, szerencsém van vele. Injekciókat szúr be, helyben alkalmazva, ez ugyan kicsit fájdalmas, de elég hatásos gyógymód. Ja, és kímélő üzemmód az ajánlott, mert azért ami fáj, azt ne terheljük, mert csak rosszabb lehet a dolog. Így hát az edzésprogram kissé halasztódik, jobban mondva leáll. A gyógyítás folyamata közben kiderül még egy s más. Csontritkulás, kollagénhiány az ízületi porcoknál, kisebb és nagyobb kopások, mindenféle kinövések, az évek óta szedett gyógyszerek kellemetlen mellékhatásainak következményeként. Nem túlságosan biztató így a helyzet. El is szomorodtam kissé. Mi lesz így a nyaralással? Már-már azon gondolkodtam, hogy fájó szívvel lemondok az egészet, amikor a tengerparton élő kedves barát egy beszélgetéskor a hom-

lokára csapva azt mondja: Heuréka, van megoldás! Kicsit meg-hökkenve kérdezem, mi az, már olyasmit vizionálva, hogy sikerült neki Itáliában valami olyan ortopédiai sebészeti osztályt találni, ahol megvárásra cserélnek végtagokat, s a csere után azonnal mehet is az ember tengerhez, hegyet mászni, vitorlázni vagy rekordokat dönteni. Ilyen nincs még – bár lehet, egyszer majd ez is bevett orvosi fogás lesz –, ám mégis van megoldás: ha odaérünk, pár napra kikölcsonöz egy kis kétszemélyes robogót, s míg a többiek kutya-golnak, küszködnek a háromszázötven lépcsőn, addig mi némi kerülővel szépen legurulunk aszfaltos, lejtős úton. Mire ez a lapszám megjelenik, talán éppen a robogón fogok majd egyensúlyozni mint nyarat élvező utas. Nem mondtam le a nyaralást. Mert íme, mindenre lehet megoldást találni. Mert menni kell!

Kedves sorstársak! Ne veszítsek el a reményt és a kedvet, tervezzenek merészen, mert ahol jó emberek élnek, ott a korlátjaink lebontásához mindig volt, van és lesz segítség! Menjenek nyaralni! Kívánok mindenkinek olyan barátokat, amilyenekkel engem ajándékozott meg a sors! Szerezzenek be élményeket! Az edzésprogramot se hagyják abba, és reménykedjenek, hogy egyszer várásra kicserélnek majd minden fájó végtagot. Igaz, erre még egy kicsit várni kell, de bizakodjunk! Ha szomorkodni fognak, és önsajnálathoz merülnek, attól csak rosszabb lesz! Menni kell! Menjenek! Jó nyaralást, én elmentem!



Horváth Péter László

Erasmus+ mobilitási program a Carissimivel (is)

A szegedi székhelyű Értelmi Foggyatékosok Csongrád Megyei Érdekvédelmi Szervezete (továbbiakban: ÉFCSMÉS) 2024. január 1-je és 2025. június 30-a között bonnyolítja le az **Önérvényesítés könnyen érthetően** című mobilitási programját. A 2023-2-HU01-KA122-ADU-000184261 projektszámon nyilvántartott pályázati programot a Tempus Közalapítvány a felnőtt-tanulás alprogramon belül támogatja.

A felnőtt tanulók csoportos mobilitását, szakértők fogadását és oktatási, képzési tevékenységet célzó együttműködésben a pályázó szervezet partnerei a szlovákiai Carissimi Nonprofit Alap, a szlovén Zavod RISA és az RTL Slovenija, a szerbiai (vajdasági) Pannon RTV, a spanyol Plena Inclusion Madrid és a portugál Cercimarante.

Az ÉFCSMÉS 1982 májusában alakult meg Szegeden (jogelődje az Értelmi Foggyatékosokkal Élők és Segítők Országos Érdekvédelmi Szövetsége, mely ernyőszervezetnek az ÉFCSMÉS jelenleg is tagszervezete). Célja az értelmi sérült személyek és családtagjaik számára olyan közösség teremtése, amely elvezet a társadalomban elfogadott életmód lehető legteljesebb megéléséhez. A tagok esélyegyenlőségének, önrendelkezési készségének és önálló életvitelének kialakítását kiemelt feladatunknak tartjuk. Arra törekszünk, hogy biztonságos, kiegyensúlyozott életet élhessenek. Az önérvényesítőket bevonjuk az őket érintő döntések meghozatalába, véleményüket, javasataikat rendszeresen kikérjük.

Felnőtt tanulók csoportos mobilitása

Az ÉFCSMÉS évtizedek óta kínál formális és informális képzést, oktatást, kompetenciafejlesztést értelmi sérült felnőtt tanulóknak. Ugyanakkor a lehető legteljesebb önálló életvitelre való felkészítés valójában élethosszig tartó tanulás. A spanyol, szlovén és portugál partnernél tervezett felnőttképzési tanfolyamok egyfelől ehhez a célhoz járulnak hozzá. Másfelől a külföldi tanulás újfajta tanulási környezetet jelent (ideértve azt is, hogy maga az utazásra való felkészülés, a külföldi tartózkodás és a tanfolyamot követő feladatok megoldása is számtalan, életközeli s így gyakorlati lehetőséget kínál az értelmi sérült felnőtt tanulók legkülönbözőbb kompetenciáinak fejlesztésére). Sok olyan tagunk is van, aki még nem járt külföldön, vagy csak a környező országokban, és tagjaink közül senki nem vett még részt – gyermekkorában sem – külföldi képzésen.

Az értelmi sérült személyek támogatást igényelnek az önálló életvitelhez. Amiben különbséget tapasztalhatunk, az a támogatás mértéke. Jellemző rájuk, hogy az elnyújtott tanulási folyamat, illetve a kompetenciafejlesztés eredményeként kialakult készségek csak folyamatos gyakorlás mellett maradnak tartósak. A partnerszervezeteknél szervezett felnőttképzési, gyakorlatorientált tanfolyamokon azt szeretnénk elérni, hogy a szükséges támogatás mértéke relatíve folyamatosan csökkenhessen. Az ÉFCSMÉS összesen 15 értelmi sérült tagja vesz majd részt a spanyol, a szlovén és a portugál partnerszervezet felnőttképzésében. Az alkalmanként öt értelmi

sérült személyt – az egészségügyi ellátáshoz, az önkiszolgáláshoz és a tanfolyamon való eredményes részvételhez szükséges magas támogatási szükséglet miatt – öten kísérik. A tanfolyam legalább 10, legfeljebb 20 órás. Az értelmi sérült személyek kompetenciáinak fejlesztésére kiváló alkalom nyílik az önkiszolgálás során (pl. étkezés, tisztálkodás, öltözködés), továbbá az országok, települések közötti és településen belüli közlekedéskor, illetve a szabadidős programokon. A tanfolyam részben tantermi körülmények között szerveződik (pl. ismerkedés). Ugyanakkor nagyobb óraszámú valódi gyakorlati képzést tervezünk. Például az adott ország értelmi sérült személyek számára is könnyen érthető múzeumi tárlatának meglátogatása (ez Madridban pl. már elérhető), az értelmi sérült személyek számára lakhatást biztosító szolgáltatók felkeresése, azaz az önálló életvitel helyi gyakorlatának tanulmányozása, egy-egy nemzeti étel könnyen érthető recept alapján helybeli értelmi sérült személyekkel való közös elkészítése, Magyarország nemzeti kincseinek bemutatása a helybeli értelmi sérült személyeknek (a partnerszervezet tagjainak) könnyen érthető kiadványok alapján, esetleg sporttevékenység (például különböző sporteszközök használata a szlovén hegyekben vagy Portugáliában az óceánon).

Értelmi sérült szakértők fogadása

Közel két évtizede dolgozunk azon, hogy az értelmi sérült emberek megtanulják a jogaikat, és gyakorlatot szerezzenek az érvényesítésükben. Ezt egyéni önérvényesítésnek nevezzük. Azt pedig, amikor az értelmi sérült emberek pl. felszólalnak egy konferencián, vagy interjút adnak a média szereplőinek, esetleg helyi vagy országos szinten politikusokkal tárgyalnak, közösségi önérvényesítésnek. Bár szakmai körökben ismert a „semmit rólunk nélkülünk” elv alkalmazása, illetve az is,



Dunaszerdahelyen. Cziráki Zsolt, a szerző és Lanstyák Edit

hogy ma már nem kell feltétlenül az értelmi sérült emberek helyett a szakembereknek és a szülőknak képviselniük az érdekeiket, ez a szemlélet a társadalom szélesebb rétegeiben még kevésbé elfogadott. Ebben a megközelítésben tehát az értelmi sérült személyek saját életük szakértői. Ezért célunk, hogy a kapcsolati háló bővítésével lehetőséget teremtsünk spanyol, szlovén, szlovákiai és portugál értelmi sérült önérvényesítők munkájának megismerésére. A tervünk az, hogy egyidejűleg hívjunk meg 2-2 értelmi sérült, a közösségi önérvényesítés területén komolyabb tapasztalattal rendelkező szakértőt Spanyolországból, Szlovéniából, Szlovákiából és Portugáliából. A találkozón az ÉFCSMÉSZ önérvényesítői is ott lesznek. A formalizált tevékenységek keretében a résztvevők bemutatják önérvényesítő tevékenységüket, két magyar önérvényesítő csoporttal is számolva, naponta két-két interaktív előadás formájában. Az előadásokat követően az értelmi sérült önérvényesítők videófilmes interjút készítenek egymással. Maga az interjúkészítés is új tanulási helyzet lesz majd. Az informális tevékenységek keretében bemutatjuk a nemzetközi partnerszervezetek szakértőinek az értelmi sérült személyek magyarországi

lakhatási és foglalkoztatási lehetőségeit. Tervezzük továbbá, hogy interjút adunk a helyi sajtónak, illetve találkozást szervezünk Szeged Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatalának képviselőjével.

Könnyen érthető hírszerkesztéssel foglalkozó újságírók mint szakértők fogadása

Komoly kihívás, hogy Magyarországon még nincs egyetlen olyan közmédia sem, amely biztosítaná az értelmi sérült személyek számára a könnyen érthető hírekhez való hozzáférést a fogyatékos személyek jogairól szóló ENSZ-egyezmény értelmében. A szlovén, szerbiai és szlovákiai újságírók szakértőként történő meghívásának célja, hogy ezen a helyzeten változtathassunk. Az újságírók találkozóját háromnaposra tervezzük. Erre az eseményre a magyarországi helyi, regionális vagy országos közmédia képviselőit is szeretnénk meghívni.

A következő témaköröket fogjuk körbejárni:

- az értelmi sérült személyek számára fontos könnyen érthető hírek készítésének európai és nemzeti szintű jogszabályi háttere – a könnyen érthető hírek készítésének szervezeti és személyi feltételei;

– a könnyen érthető hírek készítésének technikai feltételei – a könnyen érthető hírek készítésének gazdaságtana;

– a könnyen érthető hírek készítésének módszertana (könnyű nyelven írott hírek pl. online hírportálokon, hírműsorok könnyen érthető feliratozása, élő műsor könnyen érthető szinkrontolmácsolása);

– a könnyen érthető hírek fogyasztásának szokásai – egyéb európai jó gyakorlatok;

– érvek a könnyen érthető hírek készítésének magyarországi bevezetéséhez.

Oktatási, képzési tevékenység

Az értelmi sérült személyek számára érthető könnyű nyelv alkalmazása, sajnos, a mai napig nem eléggé elterjedt sem itthon, sem a környező országok magyarlakta területein. Ezen a helyzeten szeretnénk változtatni azzal, hogy a könnyű nyelv alkalmazására felkészítő képzésünket elvisszük Szlovákiába. A felnőttképzési szakértővel ellenjegyztetett képzési program cí-

me: Legyen a világ könnyen érthető! A képzés átfogó célja, hogy a résztvevők felkészüljenek könnyen olvasható és könnyen érthető információ készítésére. A tanfolyam célcsoportjába tartoznak olyan nagykorú személyek, akik értelmi sérült személyeknek nyújtottak szolgáltatást, és/vagy értelmi sérült személyek számára szeretnék könnyen olvasható s könnyen érthető információt készíteni. A szlovákiai partnernél, a Carissimi Nonprofit Alappal együttműködésben szervezendő, a könnyű nyelv alkalmazására felkészítő akkreditált, 20 órás tanfolyam megvalósításával hozzájárulhatunk ahhoz, hogy a Felvidéken is ismertté váljon a könnyű nyelv.

A tanfolyam tematikája:

- A könnyű nyelv elmélete és gyakorlata
- A könnyen olvasható információ készítésének irányelvei
- A könnyen érthető információ készítésének irányelvei
- A vizuális ábrázolás készítésének irányelvei

• Gyakorlati feladatok

A tanfolyamot a képzési programnak megfelelően egy-egy szakember (gyógypedagógus, a könnyű nyelv területén tapasztalattal rendelkező személy) és értelmi sérült személy (ún. participatív oktató) közösen tartja.

A tervezett pályázati program megvalósítását a szlovákiai, a szlovén, a spanyol és a portugál partnerekkel történő egyeztetéssel, az úgynevezett előkészítő látogatásokkal kezdtük. A Dunaszerdahelyen tartott előkészítő látogatáson szervezetünket Jenei Klára elnök, Czöndörné Mohai Ibolya alelnök, Cziráki Zsolt önértékesítő és Horváth Péter László felnőttképzési szakmai vezető képviselte. Ezen az úton is köszönjük a találkozónak helyszínt adó Értelmi Sérülteket Segítő Társulás helyi szervezetének vendégszeretetét. Bízunk abban, hogy hamarosan az elért eredményekről adhatunk tájékoztatást.

(A szerző főiskolai docens, a váci Apór Vilmos Katolikus Főiskola oktatója.)

10 éve emléktáblát avattunk...

2014-ben került a Nagymagyar Magyar Tannyelvű Alapiskola falára egy emléktábla, mely a 20. század 40-es éveinek gyermekei áldozatainak állít emléket. A gondolat dr. Orbán Istvántól, a Magyar Gyermekek- és Ifjúságvédelmi Szövetség néhai elnökétől származott, s a táblát a Magyar Carissimi kuratóriumával együtt helyezte el. Dr. Orbán Istvánnak szívügye volt a gyermekek iránti elkötelezettség, nehezen viselte, hogy miközben az áldozatokra emlékezünk, elfeledkezünk a legártatlanabbakról, legsérülékenyebbekről, a gyermekekről. A március 12-i megemlékezésen az iskola igazgatóhelyettese joggal emelte ki, hogy a hely, ahova az emléktábla került, nemcsak a háború borzalmait kellett, hogy elviselje, hiszen a község határában gyűjtötték össze a környék zsidó lakosságát, nagyrészt nőket és gyermekeket, s onnan Dunaszerdahelyen keresztül haláltáborokba hurcolták őket. A háborúval nem értek véget a borzalmak: a térség lakosságát a béke beköszöntével a csehországi deportálás sújtotta, majd ezt a magyar lakosság kitelepítése követte. S azt sem szabad elfelejtenünk, hogy a gyermek áldozatok közt



nem kis arányban voltak a legkiszolgáltatottabbak: a betegek és fogyatékosok.

Miközben emlékezünk, sajnos, azt is tudjuk, hogy a háború ma is válogatatlansal szedi áldozatait, ma is milliók kénytelenek elhagyni lerombolt otthonukat, ma is hurcolnak el gyermekeket...

Bauer Edit,

a Carissimi kuratóriumának elnöke



Szende Katalin

Átjárható városok – átjárhatatlan társadalom?

Fogyatékossgal élők a középkori Európa városi tereiben

A fogyatékossgal élő emberek napról napra velünk vannak a városi térben, ennek ellenére a várostervezés csak lassan, fokozatosan fedezi fel az ott élőknek ezt a különleges, de egyáltalán nem elhanyagolható csoportját és tesz lépéseket az akadálymentesítés irányában. Várostervezésként meg vagyok győződve róla, hogy érdemes az átjárhatóság kérdését hosszabb időtávlatban is megvizsgálni. Induljunk el ezért két szálon, a középkori városi térhasználat, illetve a társadalomtörténet oldaláról, hogy azután rövid áttekintésem végére összekapcsolódjon a két szál.

Városi térhasználat és várostervezés

Korunk urbánus kultúrájában könnyen beláthatjuk, hogy a városok létalapja a megközelíthetőség és a mobilitás. A városok – sok más funkciójuk mellett – mint az árucseré központjai fontos közlekedési csomópontokban jöttek létre, és maguk is hozzájárultak az úthálózat további sűrűsödéséhez. Igaz ez a „nőtt”, fokozatos fejlődés során kialakult és a konkrét alapítási aktushoz köthető „telepített” városokra is.

Csomóponti szerepükben a városok nemcsak kihasználták, hanem erősítették is a földrajzi adottságokat. Jellemzően tömörítették és burkolattal látták el az utakat: kavicssal, folyami kövekkel vagy – főként vízenyős, mocsaras területen – fadorongokkal; de voltak faragott kőlapokkal, sőt márvánnyal fedett utak is, például Dubrovnik híres főutcája, a Stradun

(1. kép). A megközelíthetőségben minőségi ugrást jelentettek a hidak, amelyek kompra szállás nélkül tették lehetővé a folyami átkelést, s magukhoz vonzották a forgalmat.



Mindezek mellett a városok másik lételeme a védelem és a biztonság volt – nem véletlen a vár és város szavaink etimológiai összefüggése – a hatalmas pénzen felépített városfalak szigora és az ezzel járó bejutási korlátozások árán. A kapuk kulcsszerepet töltöttek be a városok fizikai terének és társadalmi arculatának meghatározásában egyaránt. Ezeket a korlátozásokat leszámítva a középkori városok utcái és terei átjárhatók voltak, amint az a városalaprajzokról is könnyen olvasható, mint ahogy az is, hogy mennyire volt tervezett, rendezett a város utcahálózata. A tervezés mögött mindenképpen egy megrendelő: uralkodót, egyházi vagy világi földesurat kell feltételezni, akinek hatalmában és érdekében állt a számára megfelelő összetételű lakosság letelepítése.

Ugyanakkor a hatóságok is odafigyeltek az utcák és a város egészének rendezett állapotára. A 14. századtól kezdve az utcákat, ahol szükséges volt, bontásokkal is kiszélesítették. Ezzel

nemcsak több fényt engedtek be, hanem a gyakori tüzek tovaterjedését is megakadályozták. Mindez a közjó érvényesítését jelentette az egyéni érdekek – főként az elbontandó házakban lakók érdekei – felett.

Az utcák átjárhatósága az ellenőrizhetőséget is szolgálta. A középkor végének egyik leghíresebb városrendezése Rómában IV. Sixtus pápa nevéhez fűződik, aki az Örök Város ősi úthálózatát nyílegyenes új utakkal rajzolta át. Ezek a zarándokok tömegeinek – köztük bizonyára rengeteg fogyatékos, a gyógyulás reményében Rómába zarándokló embernek – városon belüli mozgását a kíváncsok irányba terelték és ellenőrizték, s egyúttal a pápai tekintély nagyobb dicsőségére is szolgáltak.

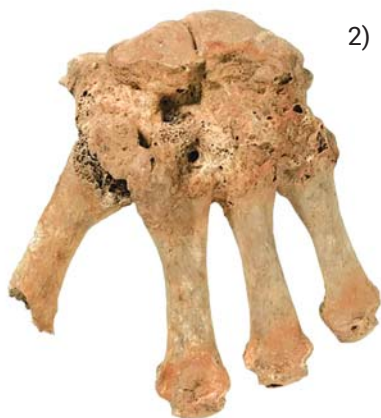
Amint ebből a nagyon vázlatos áttekintésből is láthattuk, ezek az intézkedések gyakran hatalmi szóval átalakították, felülírták a korábbi struktúrákat, meglevő házak lerombolásával, városlakók százainak kényszerű áttelepítésével jártak, de egyúttal érezhetően erősítették a városok átjárhatóságát, ha úgy tetszik, akadálymentességét is.

Fogyatékosok a városokban

A középkori városokban élő vagy oda látogató fogyatékosokról szólva előljáróban ki kell emelni a fogalomhasználat ellentmondásosságát. A mai besorolások nehezen feleltethetők meg a történeti forrásokból kibontakozó képnek, ezért figyelni kell arra, hogy ne vetítsük automatikusan vissza a mai fogalmakat a múltba. A fogyá-

tékosság máig élő fogalma, a „hasznosak”, munkaképesek és elfogadottak köréből való kirekesztés a 19. században alakult ki. Csak az utóbbi évtizedekben sikerült túllépni ezen a szemléleten és a társadalmi megközelítést az orvosítól tudatosan megkülönböztetve tekinteni a fogyatékoság kérdéseire s a fogyatékosággal élőkre. Véleményem szerint az egyik legfontosabb felismerés az, hogy a „fogyatékoságok”, a korlátozottság egy része nem az egyéntől, hanem az őt körülvevő, korlátokat felállító épített és társadalmi környezetből ered.

Az orvosi értelemben vett testi és értelmi fogyatékosok jelenlétére a leginkább egyértelmű bizonyítékot a régészeti kutatással feltárt temetők antropológiai elemzése nyújtja, ahol rosszul összeforrott csonttörések, tuberkulózistól eltorzult végtagok, munkában vagy harcban szerzett sérülések sokasága tárul a szemünk elé, mint például a londoni Spitalfieldsnek, a



2)

középkori Európa legnagyobb feltárt temetőjének halottjai esetében (2. kép: kézcsonatok tbc-nyomokkal). Más sérülések voltak jellemzőek a nőkre és a férfiakra: az előbbieket főként kartöréstől, az utóbbiak gyakran a nehéz fizikai munkában szerzett gerincsérüléstől szenvedtek, ugyanakkor a férfiak nagyobb eséllyel jutottak orvosi kezeléshez. Azt viszont a temetőkből nem tudjuk meg, hogy az elhunytak hol éltek, milyen tereket használtak.

A fogyatékosággal élőkre kevés rendszabály, városi jogi forrás vonat-

kozott. Leginkább a koldulásra jogosultak körét meghatározó, azokat különleges jellel ellátó rendeletekre gondolhatunk. A német városokból fennmaradt naplók és családi levelezések sem különböztetik meg a fogyatékoságot a krónikus betegségektől, amikor ágyhoz kötött hosszú életszakaszokról írnak. Többször olvashatunk vak, ritkábban értelmi fogyatékos rokonokról, szomszédokról a városi végrendeletekben, akikre kisebb ingóságokat, jellemzően ágyneműt testáltak. Olykor az adójegyzékekben is előfordulnak vak vagy végtagjukat vesztett személyek.

Képi ábrázolásokon a vakok, bénák, sánták csodás gyógyulását bemutató táblaképeken, falfestményeken láthatunk fogyatékos embereket városi plébániatemplomokban, kolostorokban. Ezek bibliai történetek, példabeszédek illusztrációi, szentek, igen gyakran Árpád-házi Szent Erzsébet életéből vett jelenetek, amelyeket olykor a nézők számára ismerős városi környezetbe helyeztek a művészek. Ritkábbak, de annál érdekesebbek azok az esetek, amelyek helyben működött szentek csodatételeit vagy a sírjuknál történt csodás gyógyulásokat írnak le, például Árpád-házi Szent Margit margitszigeti vagy Kapisztrán János újlaki sírjánál történt csodákat, ahol a gyógyulás előtti állapot részletes bemutatása ellenpontoszza a szent közbenjárására végbement gyógyulást.

A fogyatékosok térhasználata

A fenti példák több jellemző részletet elárulnak a fogyatékos emberek térhasználatáról. Sokukkal otthon, családi környezetben találkozunk. A közgondolkodás is az otthon élő ún. „házi szegényeket” tartotta támogatásra méltónak, és azt szorgalmazta, hogy aki csak tud, dolgozzon valamit. A nürnbergi 1478-as koldusrendelet például „fonás vagy más alkalmas munka” végzésére szólította fel koldulás helyett a rászorulókat.



3)

A sérültek egy része a város vagy egy szerzetesrend által fenntartott ispotályban, azaz szegényházban kapott helyet (3. kép: a nagyszombatinak a kápolnája). A nagyszombati ispotályt egy 1292-es oklevél szerint például „a szegények, nyomorékok, fogyatékosok és idegenek vagy úton járók számára” hozták létre. Az ispotályokat jól megközelíthetően, utak mellett, kapuk, terek mellé, olykor egyenesen a főtérre építették. A férőhelyek száma azonban korlátozott volt. Egy 1302-es rendelet szerint például Hannoverben csak azokat vették fel az ispotályba, „akik már járni sem tudtak”, viszont gyógyulásuk esetén mihamarabb képesek voltak állni és járni, el kellett hagyniuk az intézményt. Az ispotályok belső tere megoszlott az ápoltak és a többi városbeli között: az ágyak a földszinten, az egészségesek az emeleten, az oldalkarzatokon helyezkedtek el.

Témánk szempontjából mégis leginkább a köztéren tartózkodó fogyatékos emberek érdekesek. Talán meglepően hangzik, de a középkori városi köztérek nagy része megközelíthető volt számukra, ezért nem térnek ki erre a rendszabályok. A főutak enyhe dőlésszöge a lovas kocsik, ökrös szekerek igényének megfelelően volt kialakítva, az úttest és a járda nem volt elkülönítve, járdaszegély nem létezett.

A legtöbb közfunkció a földszinten helyezkedett el: az elárusítóhe-



lyek közvetlenül az utcán, utcára nyíló ablakokból vagy utcáról megközelíthető helyiségben működtek, a fogadók, kocsmák úgyszintén. A városházáknak alapvetően megközelíthe-

nek, a levéltárnak, kancelláriának voltak fenntartva.

A fogyatékossgal élők munkában maradását segítette, hogy sok tevékenység vagy mesterség esetében a lakó- és a munkahely egybeesett, sőt a műhelyek a földszinten voltak. A munkahelyre való eljutás tehát nem volt járulékos probléma. A hivatalosan jóváhagyott koldulóhelyek a templomok mellett szintén megközelíthetők, a közösség számára láthatók voltak. Így tölthették be a – mint láthattuk – szigorúan munkaképtelen – koldusok az adakozók lel-



tőeknek kellett lenniük, hogy betöltsék azokat a nyilvános funkciókat, amelyekért építették őket. Üzleti célra szolgáló részeik, a hiteles mértékek, fedett árucsarnokok a földszinten kaptak helyet. Az igazságszolgáltatás is gyakran a főtérről nyíló boltozott helyiségben történt, ahogy az Firenzében látható (4. kép). Az emeleti helyiségek ellenben „emelkedettebb” célokra: a tanács zárt ülései-

ki üdvéért közbenjáró szerepüket (5. kép: ifj. P. Brueghel: Az irgalmasság hét műve).



Végül két egyedi példa arra, hogy a városok a találmányok, invenció számára is inspiráló közeg lehettek: Johannes de Fontana, a padovai egyetemen működő polihisztor az 1420-as években egy barátja számára kötéllal hajtható kerekesszéket tervezett, az 1650-es években pedig Stephan Farffler, egy lábára megbénult nürnbergi órásmeister fogaskerék-meghajtású kerekesszéket konstruált magának (6. kép).

Kitekintés

Az újkorban az átjárást korlátozó városfalakat, kapukat sok helyen lebontották, helyükön széles parksávokat, sétányokat vagy forgalmas utakat alakítva ki – ilyen a pesti kiskörút vagy a bécsi Ring –, ez a változás azonban főként a járművek számára hozott könnyebbéteget. Ugyanakkor újabb korlátok is megjelentek a magasított járdák, alul- és felüljárók vagy a föld alatti közlekedés formájában, sőt ide sorolhatjuk az új városházák emeleti hivatali helyiségeit is. Ezzel párhuzamosan a 19. században kialakult egy új fogyatékossgfogalom, amely a különbségekre, elkülönítő intézmények működtetésére épült, és amelyet csak lassan vált fel az integráció igénye.

Közös a középkori és a mai gyakorlat között, hogy a tervezés továbbra is hatalmi pozícióból, a gazdaság és presztízs érdekei mentén zajlik, ritka az érintettek teljes körét bevonó közösségi tervezés. Pedig a város minden más települési formánál inkább a lehetőségek, invenció, közösségi segítségnyújtás és integráció színhelye. De ahhoz, hogy fizikailag jobban átjárhatóvá váljon, elsősorban a társadalmi átjárhatóságot kell erősíteni.

(A szerző a CEU Középkortudományi Tanszékének oktatója.)
Fényképek: világháló.



Vass-Csáki Tímea

Gondolatok Berzsenyi Emese két monográfiájáról

A szerző, a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem (BME GTK MPT) adjunktusa a neveléstudomány fogyatékoságtörténeti aspektusait interdiszciplináris megközelítésben, többek között vallási, filozófiai, antropológiai, társadalmi, kulturális összefüggésekben kutatja.

Az emberi különbség, a másság tapasztalata, megélése az emberiség teljes történetében részét képezte a társadalmi mindennapoknak. Berzsenyi Emese a *Kiválasztott vagy megbélyegzett? és Bűnös vagy ártatlan?* című monográfiáiban arra keresi a választ, hogy az ábrahám vallások tanításai s ezáltal az ókor és a középkor embere miként viszonyult a fogyatékos állapotához. Miért fontos ez nekünk? A szerző értelmezésében többek között azért, mert az ókor, illetve a középkor bő ezer éve egy *Isten-központú* világra épült, melyben az emberek a tanításokban keresték a választ mindenre, amit nem tudtak megmagyarázni. Habár a modern kor az emberi értékek és a gazdasági hasznosság mentén mozdul el, békében és – főleg – háborúban (legyen szó akár a saját belső „háborúról”) az ember Isten felé fordítja az arcát. A hitre – nem kizárólag vallási értelemben – szükség van. Az embernek mint „hiánylénynek” eszközök, „protézisek” is kellenek ahhoz, hogy életben maradjon. Nem rendelkezik állati ösztönökkel, nem áll lábra a születését követő néhány órán belül, de rendelkezik a gondolkodás képességével, hogy megteremtse szükségleteit, és saját képére formálja a világot. *Aquinói Szent Tamás* tanításának vonalán elindulva az ember nem birtokolhatja az isteni, *transzcendentális* tökéletességet;

a teljesség eléréséhez szükséges protézis(ek)e)t kizárólag Isten aktiválhatja az emberi akarat által. Erős megfogalmazásban minden ember valamilyen szinten fogyatékos, hiszen ahhoz, hogy egyre jobbra válhasson, szüksége van a saját hitében való megerősödére.

A fogyatékoság definiálása a mai napig nehézséget okoz a szakembereknek. Ez legfőképp a jelenség összetettségével magyarázható, mivel nem csupán azt kell meghatározni, hogy mely tudományterület oldaláról szemlélődünk, hanem számításba kell venni az érintett személy egyedi tulajdonságait és a szociális közeget is, amelyben él. Folyamatosan változó világunkban ez a fogalom – nem a hiányossága, hanem inkább természete miatt – pontosításra fog szorulni az adott társadalmi, szociális, vallási, gazdasági és klimatikus viszonyok fényében.

Staffan Bengtsson fogyatékoságkutató *On the borderline – representations of disability in the Old Testament* című cikkében is alátámasztja Berzsenyi Emese témaválasztásának legitimitását, ugyanis napjainkig igen kevés tudományos értekezés áll rendelkezésre a fogyatékoság vizsgálatára vallástörténeti megközelítésben. Bengtsson hangsúlyozta, hogy a jelenséget kulturális kontextusba ágyazva mindenképp szükséges vizsgálni, mivel az Ószövetség értelmezésében mind az erkölcsi gyakorlat és szolidaritás, mind pedig a vallási kötelesség és a bűnbánat intézménye összefügg a fogyatékos emberek társadalmi jelenlétével és az irántuk tanúsított ember-társi viselkedéssel. Hangsúlyozta továbbá a tanításokban lévő ambivalen-

ciát is; egyesek kiszorították, míg mások ugyanezt az egyént visszahúzták a közösségbe, ami végső soron a fogyatékos személy *liminalitását*, társadalmi „küszöbön” maradását eredményezte. (Bengtsson, 2014)

Bűnös vagy ártatlan? – Az európai középkor fogyatékoságtörténete címmel ez év áprilisában jelent meg Berzsenyi Emese legújabb kutatása. A kérdés megértéséhez a szerző *Kiválasztott vagy megbélyegzett? – Tanítások a fogyatékoságról: a zsidóság, a kereszténység és az iszlám szent könyvei szerint* című (Berzsenyi, 2020), 2017-ben védett doktori disszertációjából (Berzsenyi, 2017) íródott könyvéhez szükséges visszakanyarodni. Az a feltetelezés, hogy az ábrahám vallások, a zsidóság, a kereszténység és az iszlám szent könyvei nem diszkriminálják a fogyatékos személyeket, egyértelműen igazolást nyer; a Biblia az Istentől való eltávolodás (vagyis a bűn) és a fogyatékoság közötti ok-okozati összefüggést határozottan elutasítja. Tanítása szerint Isten egyszülött Fiát, Jézust küldte bűneink megváltásáért, s ezáltal biztosította a *szeretetfilozófia* tanításának folytonosságát. (Berzsenyi, 2020. p. 195.) Ennek ellenére a középkor majd ezer évében, amikor „nem engedték ki az embert a szeretet megtapasztalásának fényére” (Berzsenyi, 2024. p. 144.), a kereszténység érzelmi kultúrája továbbra is a bűn vallási fogalma köré szerveződött. Minden igazság alapjának a Bibliát tekintették, azonban az irányított, szövegtől környezetből kiemelt tanítások tévútra vitték az eredeti üzenetét. A latin nyelv ismerete még nem volt elvárt a papságtól, és a nemzeti nyelvű fordításokat is majd csak később a refor-

máció hozta el. A társadalmi és gazdasági célok végett történő, bűn köré felépített magyarázatok eltérítették a Szentírás-magyarázatokat annak eredeti jelentéstartalmától, s ezáltal az exegézis (hermeneutika) szabályai nem érvényesülhettek. (Berzsenyi, 2024. pp. 142–144.) Johan Huizinga kiemelkedő középkortörténeti munkájában (Huizinga, 1996) éles kritikával illette a középkori emberek formális gondolkodását, annak könnyelmű, összefüggéstelen jellegét. Egy-egy impulzívabb indítékra fókuszálva általánosítottak, vonták le hamis következtetéseiket és ítéleteiket. Összefoglalva elmondható, hogy az akkori egyház irányított tanításai termékeny talajra letek a középkori ember intra- és interperszonális attitűdrendszerében. (Huizinga, 1996. p. 179.) Berzsenyi Emese szintén ezt a gondolatot foglalja össze Kiválasztott vagy megbélyegzett? című munkájában, melyet az alábbi tanulságos összefoglalóval zár: „Társadalompszichológiai kutatások eredményei alapján egyértelmű, hogy kialakulásuk akár igen gyorsan is megtörténhet, visszarendeződésük azonban mindenkor lassú és nehéz folyamat.” (Berzsenyi, 2020. p. 37.)

A Bűnös vagy ártatlan? – Az európai középkor fogyatékoságtörténete című monográfia tartalmi szempontból három fő részre tagolódik.

Az elsőben a fogyatékoság teológiai és filozófiai értelemben vett fogalmi körvonalazása kerül fókuszba a bűn, a purgatórium és a középkor Isten-központú világának nyomvonalán haladva. A fogyatékosági modellek tekintetében a középkor sérült emberének megítélésében a morális és a vallási modellek domináltak, melyek az értelmi és/vagy testi deviancia elsődleges okának a bűnt tekintették. (Berzsenyi, 2024. pp. 21–22.) Annak ellenére, hogy modern korunk emberközpontú világában megtört a fent említett szélsőséges modellkombináció egyeduralma, számos olyan intéz-

ményrendszer működik még ma is, melyek a középkorban honosodtak meg. *„Ha napjaink szociálisan érzékeny világában behelyettesítjük a szociális jut-tatás kifejezést a középkori alamizsna szóval, vagy a szociális segélyre jogosultak, illetve a támogatást igénylők meghatározásokat a koldusokra, akkor megdöbbentő egyértelműséggel áll előttünk a középkor hozzáállásának folytonossága a szegénységhez, az irgalomhoz és a fogyatékosághoz.”* (Berzsenyi, 2024. p. 29.)

A szekularizáció, avagy az állam és az egyház intézményének szétválása előtt a vallás nem csupán a szociális dinamika mozgatórugója volt, hanem az emberek belső gondolatvilágát is meghatározta. Szent Ágoston dogmáiká csontosodott magyarázatai szerint az egyén sérültsége, fogyatékosága a bűnre vezethető vissza. Az áteredő vagy eredendő bűn az, melynek örökségével minden emberi lény megérkezik erre a világra. Ezen kívül Ágoston a sérült személy vagy szülei bűnösségét is okként jelöli meg ennek az állapotnak a kialakulásáért. Az *„időben véges bűn végtelen büntetéssel járó aránytalanságának”* (Berzsenyi, 2024. p. 40.) ambivalenciája ellenére a pokol, a purgatórium motívumai egészen a 19. századig fennmaradtak, hogy a *„gigantikus túlvilági gépezet”* (Minois, 2012. p. 180.) képződménye legitim maradjon. A pokoltól való félelem az egyházi tanítások és intézkedések révén beleivódott a társadalmi gondolkodásba, s életre hívta a gyónás és adakozás intézményét. (Berzsenyi, 2024. p. 30., 35., 37.)

Ebből a fejezetből Aquinói Szent Tamás vallásfilozófiáját érdemes kiemelni, melyben nem kizárólag az áteredő bűnt jelölte meg a fogyatékoság forrásaként, csupán annak összefüggésében vizsgálta a sérült állapotot. A Paradicsomból való kiűzetéssel az *„ideális üdvrendi állapot”* megszűnt, az emberi test elvesztette a lélekhez, a lélek pedig Istenhez való kapcsolódását. Ezzel az édeni, azaz a tökéletes állapot

többé nem létezett, ennél fogva a földi testben élő ember hibásnak, hiányosnak tekintendő. Jézus kereszthalála feloldozást adott az emberiségnek az ősbűn alól, azonban bűnre való hajlama megmaradt, majd csak a mennyország, illetve a feltámadás lelket beteljesítő visszatérése állítja helyre az ember Istennel való kapcsolatát. Aquinói újszerű gondolatainak mentője modern korunkban is fennmaradt, mely a sérültség természetes okaira is felhívja a figyelmet, és enyhíti annak bűnnel való erős kapcsolódását. (Berzsenyi, 2024. pp. 48–51.)

„Az Istenhez vezető út vándoraként minden ember kisebb nagyobb mértékben fogyatékos.” (Berkman, 2013. p. 84., idézi Berzsenyi, 2024. p. 54.)

Berzsenyi Emese munkájának második nagy elemzési egységében megdöbbentő részletességgel tárja eléink a középkor mentalitástörténetét a társadalmi struktúrák kontextusába ágyazva. A 12–13. században bekövetkező demográfiai robbanás Európa-szerte felerősítette az urbanizációt. Egy jelentős, katedrálisszintű építkezés vonzotta a szegényeket, kalandorokat, és valószínűsíthetően a fogyatékos személyek is nagyobb arányban jelentek meg az ilyen munkálatok vonzáskörzetében s kaphattak munkafeladatokat, vagy több eséllyel kolduháltak. (Berzsenyi, 2024. pp. 66–70.) Érdekes párhuzam, hogy a szinte tökéletes, *transzcendentális* tulajdonságokkal felruházott katedrálisok mint az *„isteni rend örök jelképei”* (Berzsenyi, 2024. p. 66.) nem épülhettek volna fel – ha áttételesen is – a fogyatékos, sérült emberek közreműködése nélkül. Tekintettel a történeti idővonal haladási irányára, a fogyatékos személyek munkával történő integrációjának valószínűsíthetően volt már létjogosultsága. Elképzelhető, hogy egy testi (például siketnéma) vagy értelmi fogyatékos személy egy bizonyos munkafolyamatot teljes mértékben el tudott látni, így bizonyos értelemben

csökkentértékűsége ebben a szerepében megszűnt. A szerző kiemeli, hogy a fogyatékoság szintje lényegében a társadalmi hasznosság mércéjén mérhető. Könyveit olvasva szinte folyamatosan érezhetőek a sérült emberek megítélésének szélsőségei, az egységes állásfoglalás hiánya. Igazolást nyer az a megállapítás, hogy ez a fogalom soha nem lesz magyarázható a tényezők kizárásával, mindig szükség lesz a kontextusba ágyazására.

A 12–13. század életre hívta a karitatív szervezeteket is. Az „üdvözülés gazdaságtana” (Mezey, 2009. p. 123.) Sticker (1999) rekonstrukciós elméletével írható körül a legpontosabban, mely szerint az egyház a társadalom szegény rétegeihez tartozó fogyatékos személyek feletti ellenőrzést az intézményesített adakozás rendszerével tartotta fenn. Ennek gyakorlásához – és ennek eszközeként a társadalom legalsóbb rétegeinek szegénységben tartásához – a közösségi szinten betokozódott ágostoni filozófia megfelelő táptalajul szolgált. A tehetősebb réteg úgy vélte, hogy az egyháznak adott alamizsnával biztosíthatja családját és önmaga üdvösségét, s csökkentheti a purgatóriumban eltöltendő időt. A szerző kiemeli, hogy a fogyatékoság bűnnel való párhuzama ellenére a középkor Isten-központú világa is befogadó viselkedést tanúsított a szegényekkel, rászorulókkal szemben. (Berzsenyi, 2024. pp. 75–77.) Modern korunk is magában hordozza a sérült személyek integrációjának motívumait, azonban a fogyatékoság definiálása, a befogadás indítéka emberközpontú világunkban már egész más alapokon nyugszik.

A középkorban az emberek mindennapjai a bűn köré rendeződtek, földi létüket az üdvözülés reménye határozta meg. A szerző Bűnös vagy ártatlan? című munkájának 4. fejezetében a középkori mindennapokba kalauzol, kiemelve a klímátörténeti változásoknak a mindennapi életre

gyakorolt hatását. Az éghajlati változásokhoz való alkalmazkodás kognitív rugalmasságot és megfelelő absztrakciós képességet követelt meg az emberektől. Az időjárási szélsőségek okozta mezőgazdasági károk az élelmiszerek romlásához és egysíkú étkezéshez vezettek. Behringer klímátörténeti kutatásai szerint 784-ben a lakosság mintegy 30%-a odaveszett a klimatikus körülmények okozta éhínség következtében. Az éghajlat 900 és 1300 között megenyhült, azonban a járványok, illetve a lepra sötétre festette a virágzó középkor égboltját. Az 1300-as évektől újabb hideg idők köszöntöttek be újabb kihívásokkal, többek között az 1346 és 1352 között tomboló nagy *pestisjárvánnyal*. A rosszul táplált, legyengült szervezetekben megfelelő gazdatestre találtak a pestist terjesztő bolhák. A hideg időben a réteges öltözködés, a tisztálkodás hiánya, az alultápláltság fogékonytá tette a legkisebbeket a betegségekre, fogyatékoságokra. (Behringer, 2017. pp. 94–96. és 104.; Berzsenyi, 2024. pp. 99–104. és pp. 111–112.) Ezekben a vészterhes, kilátástalan időszakokban a vélt isteni csapásokért okolni kellett valamit, valakit, még akkor is, ha ez csupán irracionális magyarázattal történhetett. A szerző René Girard szavait idézi a *kollektív bűnbakkeresés* jelenségével kapcsolatosan: „Az áldozatbehelyettesítések valódi forrása az erőszakvágy, amely akkor ébred az emberekben, amikor a düh hatalmába keríti őket, és az indulat valódi tárgya valamilyen okból érinthetetlen.” (Girard, 2013. p. 189. idézi Berzsenyi, 2024. p. 113.)

Habár Európa legyőzte a leprát, a pestist, a kirekesztés – átvitt értelemben vett – gyakorlata tovább öröklődött annak ellenére, hogy Jézus is szándékosan fordult a tisztátalanok, kitzsítottak felé a remény és a vigasztalódás fényében. (Berzsenyi, 2024. pp. 115–116.; Berzsenyi, 2020. p. 147.)

Azt az elképzelésrendszert, mely szerint a *másság* démonoktól való megszálottságra vezethető vissza, a zsidó őskereszténység örökölte át tanításaiban a későbbi korok számára. Minél megmagyarázhatatlanabb volt egy jelenség, annál jobban féltek a bűn ily módon történő terjedésétől, s a félelem a későbbi eretnek- és boszorkányüldözésekben csúcsosodott ki. Ez a szemlélet csupán az 1962 és 1965 között tartott II. vatikáni zsinatnak a szeretetet, a hitet és az integrációt magában foglaló üzenetében kezdett feloldódni. Hiszen a Teremtés könyve nem konkretizálja az *idealizált* ember külső és belső tulajdonságait. (Berzsenyi, 2020. pp. 143–147.) Jézus tanítása szerint a betegségek, fogyatékoságok és a bűn közötti párhuzam nem elfogadható. „*Tanítványai megkérdezték tőle: »Mester, ki vétkezett, ez vagy a szülei, hogy vakon született? – Sem ez nem vétkezett – felelte Jézus –, sem a szülei, hanem az Isten tetteinek kell rajta nyilvánvalóvá válniuk.«*” (Jn 9,2)

Recenziómnak ki kell térnie a munkára, a hivatásra, tehát az ember „*alkotó tevékenységére*” is, mely a Biblia szerint az ember elrendelt feladata a világban, továbbörökítve ezzel Isten „*teremtő művét*”. A kirekesztés és elfogadás határvonalai a mai napig a társadalmi hasznosság – mint értékmérő – mércéjével rajzolhatók ki, így a 13. század szükségszerűen magával hozta a munka iránti tisztelet és megbecsülés csíráját. A munka *megszentelődése*, azaz a *hívás (elhívás)* a 16. század reformációs törekvéseinek fogalomtárába tartozik. A szerző hangsúlyozza a munka és a hívás tartalmi különbségét, mivel az ember a hivatásban tudja megélni azt a társadalmi értékteremtést, mely elrendeltetett számára. A két fogalom közti határvonal azonban diffúz, bizonyos értelemben szinonimáknak mondhatók. A kálvini tanítás a hit igazolását az ember *életvezetésével*, hivatásának

rendszeres értékkeremtésével hozza összefüggésbe, szemben a katolicizmus *gyónás-bűnbocsánat* párhuzamával. (Berzsenyi, 2022.; Berzsenyi, 2024. pp. 133–135. és 138–140.)

A hit igen sokrétű lehet. Legyen szó protestáns, katolikus, zsidó vagy muszlim vallási identitásról, de akár az önmagunkba, családjunkba vetett hitről is, az nem más, mint *kapcsolódás*. Kapcsolódás önmagunkhoz és a világhoz. A 21. század felgyorsult mindennapjaiban vajon képes-e az egyén elgondolkodni, számot vetni akár jelenlegi, akár transzgenerációs szinten kapott vallási identitásáról és arról, hogy ez miként hat interperszonális, társadalmi kapcsolódásaira? Mennyire képes ápolni „*saját belső megtartó gyökereit*”, szükséges-e *újradefiniálnia*, a jelen elvárásaival szintbe hoznia őket? A hitbéli kapcsolódás jelentősé-

ge intraperszonális szinten sem elhanyagolható. Az elcsöndesedés, az önreflexió segítséget nyújthat saját erőseink, esetleg defektusaink azonosítására s ezáltal elfogadóbbá tenni önmagunkat a világ felé. (Limpár és Riha, 2023.)

„*Piaget »decentrálas«-elmélete azt igazolja, hogy az ember pszichoszociális adottságait tekintve képes az elfogadásra*” – emeli ki *Berszán Lília* a fogyatékosággal élők társadalmi integrációjáról szóló tanulmányában. A decentrálas az, amikor az egyén képes egy másik személy nézőpontjából szemlélődni, kilépve saját egocentrikus világnézetéből. E képesség gyakorlásában segítséget nyújthat a – fent részletezett tágabb értelemben vett – hit általi kapcsolódási pontok kialakítása és folyamatos gondozása. A fogyatékosággal élők makroszociá-

lis szintű beilleszkedése mellett legalább olyan fontos *mikroszociális* szinten történő integrációjuk, ami a családba, a szűkebb értelemben vett környezetbe való egyénenkénti beegazódást jelenti. Ahhoz, hogy a sérült emberek iránti társadalmi elfogadás fennmaradjon, szükséges, hogy *láthatóvá váljanak*, hogy a többség személyes tapasztalatokat szerezhessen életvitelükkel, szükségleteikkel kapcsolatban. (Berszán, 2017. p. 66.) Talán abban a pillanatban, mikor *kapcsolódunk* hozzájuk, már nem is érezzük olyan nagynak a köztünk lévő távolságot, hisz – Berzsenyi Emese idézve – minden mögött ott van maga az *ember*.

(A szerző a budapesti Hunfalvy János Két Tanítási Nyelvű Közgazdasági Technikum tanára.)

Irodalomjegyzék

Behringer, Wolfgang (2017): *A klíma kultúrtörténete – A jégkorszaktól a globális felmelegedésig*. Corvina Kiadó, Budapest

Bengtsson, Staffan (2014): *On the borderline – representations of disability in the Old Testament*. Scandinavian journal of disability research. DOI: 10.1080/15017419.2013.873077.

Berkman, John (2013): *Are the Severely Mentally Disabled Sacramental Icons of Heavenly Life? Aquinas on Impairment*. In: *Studies in Christian Ethics* 26/1. pp. 83–96. (2012/1-14.)

Berszán Lília (2017): *A fogyatékos személyek társadalmi integrációja*. Egyetemi kézikönyv – második, átdolgozott kiadás. Egyetemi Műhely Kiadó, Bolyai Társaság – Kolozsvár

Berzsenyi Emese (2017): *A fogyatékos személyek nevelésének története interkulturális megközelítésben, az ábrahám-i vallások – a zsidóság, a kereszténység és az iszlám – szent könyveiben megfogalmazott tanítások tükrében*. Doktori értekezés, ELTE PPK NDI Pedagógia-történeti Doktori Program

Berzsenyi Emese (2020): *Kiválasztott vagy megbélyegzett? – Tanítások a fogyatékoságról: a zsidóság, a kereszténység és az iszlám szent könyvei szerint*. Eötvös József Kiadó, Budapest.

Berzsenyi Emese (2022): *A hivatás és a megváltásra való isteni meghívás filozófiája a Nyugat eszméletörténeté-*

ben, avagy a munka szentsége és a világ rendje. In: Benedek András (szerk.): *Szakképzés-pedagógiai Tudományos Közlemények* 3. 2022/1. BME GTK Műszaki Pedagógia Tanszék, Budapest. pp. 15–23.

Berzsenyi Emese (2024): *Bűnös vagy ártatlan? – Az európai középkor fogyatékoságtörténete*. Eötvös József Kiadó, Budapest.

Girard, René (2013): *Látám a sátánt, mint a villámlást lehellani az égből – A kereszténység kritikai apológiája*. Atlantisz Kiadó, Budapest.

Huizinga, Johan (1996): *A középkor alkonya*. Európa Kiadó, Budapest.

Limpár Imre, Riha Zsófia (2023): *11. Életkapaszkodóink nyomában: a hittől a szakralitáson át a belső párbeszédig*. Podcastelőadás. 2023. 02. 14. podpad.hu/lelekhangsav-s05-e11

Mezey Barna (2009): *A szegénység kezelésének rendészeti lehetőségei a középkorban*. In: Gaál Gyula, Hautzinger Zoltán (szerk.): *Tanulmányok A rendészet kultúrája – kulturált rendészet c. konferenciáról*. Pécs, 2009, Pécsi Határőr Tudományos Közlemények 10., pp. 115–134.

Stiker, Henri-Jacques (1999): *A History of Disability*. The University of Michigan Press, Michigan, USA

Biblia: a Római Katolikus Egyház bibliafordítása, Szent István Társulat, szentiras.hu/SZIT. Utolsó megtekintés: 2023.12.30.



Buzgó Menyhart Annamária DT

Tánc- és mozgásterápia, V.

Az autentikus mozgás

Napjainkban általános tapasztalat, hogy egyre inkább eltávolodunk testünkől. A nyugati társadalomban a testi egészség és az esztétikum nagy szerepet kap, azonban a testérzetek és alapvető testi szükségletek érzékelése eltűnőben van. A média minden csatornáján áradnak felénk a szépséget, sportosságot követelő társadalmi elvárások, viszont a testet mint működő szervezetet figyelmen kívül hagyjuk. Ennek ellenére egyre több emberben jelenik meg az igény, hogy visszatárljon saját testéhez. (Zitt, Sullwod, Paxny in Payne 2002) Az egészséges test és elme integrációjára való növekvő igény jelen van mindennapjainkban. Egyre többen művelik a jóga, harcművészetek, meditáció, változatos táncformák vagy a sport különféle típusait. Elengedhetetlennek tartják a rendszeres mozgást, hiszen világosan érzik, hogy testüknek is szüksége van rá, és az érzelmi állapotuk is jobb lesz, ha csökken a stresszérzet, feszültség a szervezetükben.

Szükségszerűen a terápiákban is megjelent ez a törekvés, leginkább a művészeti és a testtudati terápiákban. (Payne 2022) Az autentikus mozgás mint táncterápiás módszer bemutatásával a test tudatossá válásának folyamatáról fogok írni.

Hadd mutassam be azoknak a személyiségeknek a munkásságát, akiknek ezt a csodálatos módszert köszönhetjük:

„Ma már nem ismerjük, de volt idő, amikor a mozgás volt a nyelvünk. Oszlatatlanok voltunk.” (Mary Starks Whitehouse)

Mary Straks Whitehouse (1919–1971): modern táncos, a mozgásterápia

úttörője, az autentikus mozgás fogalmának megteremtője. A modern tánc akkoriban új teret nyitott az önkifejezésnek. A táncban gyakran erős érzelmek indította mozgásokat jelenítettek meg, melyek korabeli mércével mérve nem voltak tetszetősek, ám megragadták azt, ami a néző és a táncos lelkében egyaránt jelen volt. Whitehouse kíváncsiságát a tánc közben a saját testében átélt erős érzelmek ébresztették fel. Tapasztalatainak megértése végett tanulmányozni kezdte C. G. Jung analitikus pszichológiáját, majd a gyakorlatban egyesítette az érzelmi, vagyis a lelki, valamint a mozgásos, azaz a testi szintről származó tapasztalatait. Az 1960-as években kezdett el foglalkozni a tánc- és mozgásterápia lehetőségeivel. A saját testén és a tanítványaival való munka során szerzett tapasztalatokból megszületett az elmélet, hogy a mozgás elválaszthatatlan egészet alkot a testtel és a lélekkel. Hamar rájött arra, hogy a „mélységben való mozgás” rendkívül fontos szerepet játszik a fejlődésben és gyógyulásban. Tapasztalatait több évtizeden át gyűjtötte és fejlesztette. (movementindepth.com)

Az autentikus mozgás fogalma arra utal, hogy az egyén saját testének és belső élményeinek tudatosítása és kifejezése révén képes mélyebb kapcsolatot kialakítani önmagával és másokkal. Whitehouse azt vallotta, hogy minden emberben benne van az autentikusság képessége, bármit ki tudunk fejteni a testünkön keresztül. (movementindepth.com) Jung aktív imaginációját mély, befelé figyelő módszerré alakította, amely nem tervezett, spontán mozgáshoz vezetett. A résztvevők behunyt szemmel saját bensőjükre összpontosítottak gondolkodás- és elvárásment-

sen, s idővel megtanulták átadni magukat az ezt követő folyamatnak, ahol a testi érzetek, képek, belső események megélése tudatossá vált. (Chodorow, 2006)

„Amikor a mozdulat egyszerű és elkerülhetetlen volt, és meg nem változtatható, akármennyire korlátozott vagy részleges is, akkor az lett, amit én »hitelesnek – autentikusnak« neveztem: valódi volt, az adott személyhez tartozó... egyfajta meg nem tanult, mégis látható igazság.” (Mary Starks Whitehouse)

Whitehouse munkásságának meghatározó pillanata volt a felismerés, hogy nem táncot tanít, hanem embereket, s a végeredmény nem művészet, hanem a személyiségfejlődés újabb lehetséges útjának megteremtése lett. (Chodorow, 2006)

Munkássága inspiráló hatással volt olyan szakemberekre mint **Janet Adler** tánc- és mozgásterapeuta. Adler továbbfejlesztette Whitehouse autentikusmozgás-elméletét, és arra összpontosított, hogyan lehet eljutni általa a mély személyiségfejlődéshez és az önismerethez. Szerinte az autentikus mozgás segít abban, hogy kapcsolatba lépjünk önmagunkkal, másokkal és a világgal, s ezáltal jelentős belső változásokat indítson el. Whitehouse módszerét kibővítette a térben egyszerre jelen lévő „mozgó” személyre és a „tanú”-ra. A tanú lehet „együtt érző tanú”, aki kölcsönösen megosztja megfigyelésének tapasztalatait a mozgó személlyel, vagy „csendes tanú”, aki figyelmével, együtt érzésével segít fenntartani a mozgásban lévő személy körül a nyugodt, biztonságos teret, valamint tapasztalatot gyűjt a megfigyelésből. A módszer lényege a Whitehouse által megalkotott forrásból fakad, egy látha-

tatlan térből eredő, előre meg nem tervezett mozgásból, amelyet a mozgást végző belső impulzusa vezérel. A két személy biztonságos térben folytatja a gyakorlatot, ahol a mozgó behunyt szemmel befelé figyel mindaddig, amíg belső impulzusa el nem indítja a mozgást. A tanú nem mozog, hanem a mozgást végzőnek szenteli teljes figyelmét, miközben saját belső érzeteit is követi. Figyelme feltétel és elvárás nélküli, jóindulattal teli. Ez a fajta módszer segít összekapcsolni a saját testélményt a belső s külső érzékeléssel, teljessé teszi a tapasztalatot, és segít megérteni a mozgást végző személy belső folyamatait.

Janet Adler szerint **önmagunk és mások megfigyelése, vagyis „látása”, a mozgó személy és a tanú kapcsolata létfontosságú, a teljesség felé vezető útra visz, ahol a végtelen lehetőséget magában hordozó üresség mezejébe merülve a dualitás élményétől az egységtudatig utazhatunk.**

Az autentikus mozgást egy másik irányba fejlesztette tovább **Joan Chodorow**. Munkája erősen a jungi analízisen alapul: az aktív imaginációt ötvözte a mozgással, fejlődéslélektannal, interkulturális elemekkel, archetípussal. (Chodorow, 2006)

Napjainkban az autentikus mozgás legkiemelkedőbb képviselője **Helen Payne**. Kutatása a testorientált terápiákra és a mozgásalapú intervenciókra vonatkozik, s nagy súlyt helyez a teljes testi megközelítésre, a testi folyamatoknak a gyógyulásban és az önismeretben történő tudatosítására. A módszer az általa alkalmazott formájában ötvözi Jung aktív képzelőerőről és a kollektív tudattalanról alkotott koncepcióját s a tánc- és mozgásterápia, a játékterápia, a csoportmunka s egyéb spirituális gyakorlatok elemeit. Az autentikus mozgást nevezhetnénk mozgásos meditációnak is, ahol az éberség elengedhetetlen a gyakorláshoz. A gyakorlat során utat nyitunk tudattalanunk mélységeibe, hozzáférünk intui-

tív bölcsességünk gazdag forrásaihoz, és a megjelenő képeket, gondolatokat érzéseket természetes mozgás révén fejezzük ki. A terápián részt vevők megtanulnak könnyebben élni a testükben s kreatívan elköteleződni az „én” szava-



kon és fogalmakon túli közvetlen megtapasztalásában. Az eljárás segíthet a testtudat s a test-elme-lélek kapcsolat fejlesztésében. A résztvevők a szabadság, a biztonság, az érzelmek kifejezésének és az önismeretnek, a spiritualitásnak s a társadalmi kapcsolatoknak a fejlődéséről számolnak be. A tanú és a mozgó személy kapcsolatát páros, háromszemélyes vagy csoportos formációkban tárják fel.

Az autentikus mozgással először tanulmányaim során találkoztam. Mire elmerülhettem az általa lehetővé vált tapasztalatszerzésben, sok módszerrel, gyakorlattal ismerkedtem meg, megtanultam figyelni testi folyamataimra, felismerni érzéseimet, szavakkal megragadni tapasztalataim lényegét. Elengettem a mozgással kapcsolatos gátlásaimat. Az idő előrehaladtával egyre könnyebben hangolódtam rá egy-egy gyakorlatra és merültem el benne. Sikerként feloldanom sok régi sebet, traumát, nagy utat tettem meg a személyiségfejlődés útján. Az első autentikus

mozgásos gyakorlatot jutalomnak éreztem az addig befektetett energiáért. A módszer számomra a táncterápia adta lehetőségek királynője. Mielőtt elkezdjük, nagyon fontos, hogy kialakuljon a csoport vagy a terápiában részt vevő személyek között a biztonságos tér és az összhang. Elengedhetetlen, hogy kellő mozgás előzze meg, hogy a test-elme-lélek kapcsolat könnyen megvalósuljon. A gyakorlat elején sosem tudhatjuk, hova jutunk el. Én a légzésem útját szoktam figyelni, hogy gondolatmentes állapotba kerüljek. Az első test adta impulzus érkezése különleges érzés, amely elvezet saját belső útjainkon. Az önismeret útján való fokozatos előrehaladás nagyon fontos. Autentikus mozgáskor semmit sem kell akarnunk, elterveznünk, megszerveznünk, ha bízunk önmagunkban, oda vezet el bennünket, ahova mennünk kell. A gyakorlatok segítségével érzékennyé, figyelmessé, megértővé váltam önmagam és környezetem iránt. Belső tapasztalataimból pedig bármikor képes vagyok méríteni – ezt a soha nem remélt ajándékot kaptam meg az autentikus mozgás gyakorlása során.

(A szerző gyógygyógypedagógus, okleveles tánc- és mozgásterapeuta.)

A fényképet Buzgó Máttyás Sebestyén készítette.

Forrás:

Bodies becoming conscious: BodyMind experience in Authentic Movement, 2022, Professor Helen Payne, PhD

<https://movementindepth.com/tag/mary-starks-whitehouse/>

Joan Chodorow: Taneční terapie a hlubinná psychologie. Imaginace v pohybu. Triton, 2006

A Brief Description of the Discipline of Authentic Movement by Janet Adler – <https://disciplineofauthenticmovement.com/discipline-of-authentic-movement/a-brief-description-of-the-discipline-of-authentic-movement/>



PaedDr. Tomáš Beníček DT

Képzőművészet-terápia a segítő szakmákban

A cikk ismerteti a képzőművészet-terápia mint önálló művészetterápiás terület definícióját és az Akademie Alternativa Kft. terapeutaképző intézményben tanul leendő képzőművészet-terapeuták felkészítésének munkamódszerét. A gyakorlatból is bemutat egy történetet arról, hogy a képzőművészet-terápia hogyan segített utat nyitni az öngyógyítás felé.

Terminológiai kiindulópontok és definíciók

A képzőművészet-terápia a terápiás célok elérésére a képzőművészetet használja fel. A zene-, dráma-, tánc- és mozgásterápiával együtt a művészetterápiák közé soroljuk. A következőképpen definiálom: „... önálló, ígéretesen fejlődő terület, amely terápiás céllal médiumként a képzőművészetet alkalmazza. Segíti a kezelést, megelőzést, relaxációt, lehetővé teszi az önreflexiót (tudatosítást), tükrözi a kliens pszichikai és érzelmi állapotát. A művészi alkotás, műtárgy ebben az esetben eszköz, soha nem cél (mint a művészeti oktatásban), s híd képez a kliens és a képzőművészet-terapeuta között. Olyan híd, mely biztonságos környezethez vezet, betekintést enged, s megnyitja az utat az ügyfél feldolgozandó témáihoz. A képzőművészet-terapeutának a klienssel kapcsolatban útmutatói szerepe van. Nem dönt helyette, hanem kellő tudatossággal és megfelelő perspektívával segít meghezni saját döntését.”

A képzőművészet-terápia nagy előnye, hogy képes elkapni és rögzíteni a pillanatot: az élet egy bizonyos fejlődési momentumának statikus művészi rögzítése, amely így egy másik időintervallumban készült alkotás-

hoz hasonlítható. Egyes élmények, mély átélések képzőművészeti megörökítése segíti a jobb megértést és a feldolgozást. Ezt az elvet az öntapasztalási folyamat során minden művészetterápiás tudományág ki tudja használni. A képzőművészeti rögzítés olyan rálátást ad, amely újabb dimenziót nyit meg a személyiségfejlesztéssel kapcsolatban.

A képzőművészet-terápia egyik típusa a *receptív képzőművészet-terápia*, ahol a művészet hat a kliensre, és benyomást (érzetet, érzést) kelt. A kliens közvetlenül nem vesz részt az alkotás folyamatában (képtárlátogatás, művészi fényképek nézése, mesék, képeskönyvek olvasása stb.), de hagyjuk, hogy a művészet célzottan hasson rá. A másik típus a *produktív képzőművészet-terápia*, melynek során a kliens aktívan részt vesz az alkotás létrehozásában (festés, rajzolás, kollázs, kerámia készítése stb.). Ez segíti az önkifejezésben. A képzőművészet-terápiás munka során benyomások (impreszió) és kifejezés (expresszió) egyaránt megjelennek. Mindig próbálunk célzottan benyomásokkal hatni a kliens belső világára – azonban esetleges belső korlátai és gátolt önkifejezési képessége miatt a terápiás célú expresszió nem mindig jön létre. A művészetterápiák magukban foglalják és tudatosan dolgoznak az impresszióval és expresszióval, figyelembe véve az egész folyamat összetettségét.

Ezen a területen említésre méltó Hanz Prinzhorn német pszichiáter munkássága, aki 1921-ben több mint 5000 pszichiátriai beteg rajzát gyűjtötte össze, és így a művészi kifejezést a diagnosztikai anyagok szintjére emelte. Ezzel nagy érdeklődést váltott



(A szerző archívumából)

ki a képzőművészet-terápia lehetőségei iránt. „A képesség, hogy a szimbolikus gondolkodást megmentjük minden korábbi tudás ellenére, megnyitja a kaput a teremtés birodalmába.” (Prinzhorn, 2009, 52. o.) Carl Gustav Jung is számos fontos témát dolgozott fel a segítő szakmák területén. „A szimbólumok jelentését különösen C. G. Jung tárta fel. A betegek rajzoltak és festettek, megtanulták megérteni alkotásaik jelentését, és ezzel megtették az első lépést az öngyógyítás felé vezető úton.” (Campbell, 1998, 14. o.)

Saját tapasztalatok a felkészülésben

A saját tapasztalatok szerzése minden képzőművészet-terapeuta felkészülésének elengedhetetlen része. Ha csak elméleti blokkokból állna a képzés, akkor a terapeuta nem rendelkezne kellő tapasztalattal ezekről a témakörökről, maga sem tudna fejlődni, és a tudása hiányos volna. Öntapasztalati tréning nélkül a terapeuta nincs kellőképpen felkészülve a gyakorlati munkára. A kliens biztonsága végett elsődleges saját tapasztalatok nélkül nem volna szabad terápiás módszereket el-

sajátítani. Az öntapasztalati folyamat a következőkből áll:

1. **Introspekcio:** Tudatos önmegfigyelés.

2. **Számbavétel:** Önmagunk biopszicho-szocio-spirituális fejlődésének felmérése.

3. **Személyiségfejlődés:** A saját életünkben való előrelépés.

Minden terápiás alkalomnak meghatározott struktúrájának kell lennie, amely átszövi mind a terápiás ülés egészét, mind pedig a feldolgozandó témákhoz kötött tevékenységet. A terápiás ülések felépítése a következő:

1. **Reflexió:** Felméri a kliens pillanatnyi állapotát, és feldolgozza az előző találkozó után felmerülő kérdéseket, tapasztalatokat.

2. **Bemelegítés:** Szabad, a lehető legkevésbé korlátozó témájú gyakorlat, amely segíti a ráhangolódást.

3. **Saját munka:** Konkrét, célzott téma feldolgozása, figyelembe véve a kliens pillanatnyi igényeit.

4. **Irányított beszélgetés:** Szóbeli összefoglalás, témák felvetése, terápiás munka az átélt élményekkel vagy a megjelenő szimbolikával kapcsolatban. Fokozatosan is végezhető, párban vagy csoportban.

5. **Lezárás és záróreflexió:** Végső ellenőrzés, a nyitott témák esetleges tisztázása és a terápiás folyamat lezárása.

Aki elvégezte a 480 órás képzést a Cseh Oktatási és Kulturális Minisztérium által akkreditált Akademie Alternativa Kft. terapeutaképző intézményben, a követelmények teljesítése után okleveles terapeuta (DT), ebben az esetben képzőművészet-terapeuta címet szerez, s garanciát és ingyenes tagságot kap a Művészetterápiák Nemzetközi Szövetségében (MAUT). Bekerül a Képzőművészet-, zene-, dráma-, tánc- és mozgásterapeuták nemzetközi jegyzékébe – a nemzetközi kritériumok alapján, a Cseh Köztársaság hatályos jogszabályai szerint.

Esetismertetés: Roman, 30 éves

Végső soron a gyakorlat a legjobb tanítómester, ezért szeretnék megosztani egy történetet a praxisomból.

Sok évvel ezelőtt személyi asszisztensnek osztottak be egy ügyfélhez, akit nevezzünk Romannak. Roman (számára) tökéletes életet élt tizenöt éves koráig. Két méter magas, robusztus testalkatú profi rögbijátékos volt. Mindene megvolt, amire vágyott: csodás sporteredmények, hírnév, barátok és csodaszép nők csodálata. Egy nap azonban kerékpárjával nekihajtott egy mozgó autóbusznak, és súlyos fejsérülést szenvedett. Élete teljesen megváltozott. A sérülései következtében kialakult hemiparézis (a fél test részleges bénulása), epilepszia és dizartria (a kommunikációs képesség károsodása) sportolói pályafutásának azonnali végét jelentette. Élete dicsőséges korszakának drasztikus befejeződése és a sportágában szükséges agresszió kielégési lehetőségének megszűnése következtében fékezhetetlenül erőszakossá vált. Többszöri pszichiátriai kezelést és a megfelelő (nyugtató hatású) gyógyszerek beállítását követően, öt éve egy értelmi és testi fogyatékos személyek számára fenntartott, fekvőbetegszegregációval is rendelkező nappali intézményben találtam rá, ahol abban az időben kisegítő erőként az idősek és a fekvőbetegek ellátása volt a feladatom. Ezt követően Roman személyi asszisztense lettem. Ő volt az első ügyfelem.

Akkoriban nem érdekelt semmi, utálta magát és az egész világot, becsapottnak, haszontalannak érezte magát. Napi rutinja két alapvető ciklusban mozgott. Az erős nyugtatóktól aludt, vagy elképesztően erős kávét ivott álomosság ellen – és rengeteget dohányzott. Szó szerint csak túlélt. Etettem őt, de egyébként önálló volt. A terápia a klienshez vezető út megtalálásával kezdődik, majd az életminőség-javítás módjainak felkutatásával folytatódik. Olyan kapcsolat ki-

alakítása, amelyben a kliens biztonságban érzi magát, a leghosszabb, de a legfontosabb folyamat: minden terápia szükséges része. Jó sakkozó volt, ezért elkezdtünk sakkozni. Így töltöttük időnk nagy részét, itt alapoztuk meg kapcsolatunkat.

A másik épületben fokozatosan képzőművészet-terapeutaként kezdtem el dolgozni, majd pedig egy védett műhely vezetője lettem. Ekkoriban már képzőművészet-terápiát tanultam a brünni Masaryk Egyetem Pedagógiai Karán. Roman időközben önállóvá vált, és már nem igényelt személyi asszisztent, de amikor szüksége volt rám, felkeresett a nappali foglalkoztatóban. Mielőtt elmentem volna a fekvőbetegszegregációról, egy ötméteres akváriumot festettem az ebédlő falára. Így akartam megköszönni ezt a hihetetlen és ritka élményt – az élet értelmének erős megtapasztalását. Egy halat Roman is büszkén felfestett a falra – ez volt a mi művészetterápiánk kezdete.

Később újabb, számára csábító javaslatot tettem neki: készítsen egy nagy cserépbögrét az azóta is „fontos” kávéjához. Hatalmas, hasáb alakú bögrét formázott, s elvégezte a mázazást és az égetést is. A munkát rendkívül élvezte, és nagyon lelkes volt alkotásától. Hát így indult a közös művészetterápiás kalandunk.

(Fordította Buzgó Menyhart Annamária.)

(A szerző képzőművészet- és táncterapeuta, gyógypedagógus, a képzőművészet-, tánc- és mozgásterápia akkreditált oktatója, krízisintervenciós szakember, laikus és szakmai közönségnek szóló szemináriumokat vezet, a tánckonstellációk művészetterápiás módszer társszerzője, az Akademie Alternativa Kft. társalapítója és ügyvezetője, a képzőművészet-terapeuta szakmateremelési munkacsoport tagja, a Cseh Köztársaság Tánc- és Mozgásterápiás Egyesületének elnöke s a MAUT főbizottságának alelnöke.)



Dunkel N. Norbert

Széljegyzet a zeneterápiáról

Kétségtelen, hogy manapság újra nem az egység létmódjában élünk. A viszály, a háború, a magányosság, elzárkózás, a modernizmus tudományvallása (szcientizmus) mind-mind arról árulkodik, hogy világunk szerteszakadt. Huszonöt éve mondom, és sajnos, mondhatom is joggal, hogy az ész, a logika, a tudomány csak bal agyi féltekésé tette az emberiséget. Nem vagyunk harmóniában az érzelmeinkkel, a testünkkel, de még a társainkkal sem.

A vallás és művészet az egységet célozta. Ma csak-intellektus van, az intuíció és érzelmek, egészélmények s mindaz, ami az agy jobb féltekéjéhez kötött, erősen háttérbe szorult. Számos lelki probléma oka az, hogy az illető nem is ismeri önmagát, sem saját, régi élményeit (elfojtás, bagatellizálás, sőt, felejtés mint elfojtás, meg nem törtéنتé tevés stb.). Nincs kapcsolatban lelki alkatával és mélyebb érzelmeivel. Elektromos fogkefének van (amellyel én ablakot mosok). Ám hol a lélek fogkeféje? A saját bensőkben lévő, de *nem tudatosult lelki anyag* viselkedhet úgy, mint egy félelmetes ismeretlen. És akkor fáj a fejünk. Nem alszunk jól, vagy szorongunk. Vagy fekélyesedni kezd a gyomrunk. Vagy akár daganatosak leszünk.

Mai életünkben kevés a szeretet (= elfogadás), de sok a szex. Millió információ – de nincs bölcsesség. Száz-ezer fészbukos ismerős, de nincs barát. Kevesen adnak nekünk időt, mert figyelmünkért száz és száz okoseszköz kijelzője vetélkedik. Az ember létét fenyegeti a *homunculus*, a mesterséges ember, amelyet a középkori alkímia szeretett volna létrehozni. Ma ezt mesterséges intelligenciának hívjuk. Ő fogja Istent s az embert zárójelbe tenni.

A művészetterápiák nem műtétben és aszpirinben gondolkodnak. A művészet eleve azért született, hogy egységes (integrált) világképet adjon, hogy a *szfv nélküli ész* vakságát megelőzze.

A zene (eredeti) lényege, hogy Istent dicsőítse (laudatio Dei), és helyreállítsa a lélek nyugalmát (*restauratio animae*). A Szép csak harmonikus lehet, a zenélő épet, fogyatékos testileg-lelkileg mozgatja. A furulyával tudatosan, periodikusan tanulunk lélegzeni. A cintányérokat egyszerre is, felváltva is próbáljuk összeütni. De ehhez egymásra kell nézni, szem-kéz koordinációval összekötve. Jógalégzéseket végzünk, s lessük, hogy ki milyen messziről fújja el a gyeritya lángját (*ön szabályozási* képesség, át-lélegzés). Ritmikus mozgásokkal oldjuk az izmok feszültségét. Dalolunk. Megbeszéljük a szöveg jelentését. Utánozzuk az állatok vagy a fák mozgását. Unalom, szorongás száműzve.

A művészetterápiák érzelmeket fejlesztenek, dolgoznak ki (elaboráció), kifejezzük magunkat (tükrözés-tudatosulás) zenei vagy vizuális jelképekkel. Magunkhoz engedjük az érzelmeinket (megélés, megnevezés, *acting out*), sőt, még sírunk, kiabálunk is olykor! És ezt mind együtt (közösség). Csökken a fájdalom (a nociceptív – sérült – idegrostok megnyugszanak), dopamin (örömhormon) önti el az agysejteket. A bal és jobb agyfélteke összekapcsolódik: „randvú a kerges testben” (zene hatására az agy közepén a corpus callosum összeköti a két féltekét). Szín, hangulat, ÉLMÉNY lép a terembe, Imike a kerekesszéket már a terápia elején elfeledte. A tekintetet kerülő autista Réka sokszor pillant körbe, hisz’ most: *közösen* zenélünk. Ilyenkor *velünk* van. *Szinkronizálódik* a tapsolás, zümmögés, dobo-

lás. Ricsi beszéde sokszor érthetetlen, ám a *ritmikus vers és ének* jobban megszervezi a beszéd motorikáját.

A testi érzetek, az érzelmek, az *erős ingerek, sőt, a humor és bolondozás (!)* elvisznek bennünket egy megváltozott tudatállapotba. Nincs unalom és sivárság (hospitalizáció). Az együttes élmény újra emberré (van társunk!, a kreativitásban feloldódik a fájó én) tesz bennünket. A kreativitás NEM csak a költőé. A kreativitásban újratерemti magát az ember. Tudniillik, Beethoven nem rozsdásodik: értékálló, időálló. Most nincs zeneelmélet, nincs gyógy-pedagógia, nincs lélektan (elvonat ismertek), csak a dob rezgése keltette hang a gyomrunkban, csak a síp visítása a homloküregben (egységes *élménymező*). És... mi is visítunk, feloldódunk (megszűnik a *konformitáskényszer*), lehetsz önmagad. *Vérünk pezseg*: benne megjelennek az immunglobulinok és interleukinok, amelyek fokozzák az immunrendszerünk aktivitását! Ma zeneterápia van, AKI helyreállítja az emberlétet (egészségesség, totalitásélmény).

AKI = alternatív, komplementer, integratív. *Alternatív*, mert nem orvosi, hanem egy más, *eltérő* eljárás: lélektani-művészeti. *Komplementer*, mert *kiegészíti* az egyoldalú orvosi eljárásokat. Integratív, mert lélektani, csoportlélektani, mozgáselemekkel dúsított, aktív részvétellel és *hangulati* elemekkel (motiváció), mi több: örömmel operál. Visszahívja a humán lét fontos elemeit, a jobb agyféltekei funkciókat, a társakat, az együttműködést és a Szépet. Egyedül, csak *bal agyféltekével* nem tudsz kreatív lenni. Nem látod rejtett érzéseid. Nem vagy egyensúlyban. Ez a szívtelen, csak bal féltekés civilizáció szeretet- és istentelen. A bal agyfélteke Apolló, racionalitás, logika, a jobb félteke érzelmek, tér, élmények, intuíció, Dionüszosz. A visszahívott Szép segít. Mert a ma embere *csak bal agyféltekés*. Vak a Szépre.

(A szerző Debrecenben élő zeneterapeuta-organaművész, rehabilitációs mentor, filozófiatanár.)



Dr. Flamich Maria

A zene összeköt

A Vakok Iskolája Legato kórusának története

2018 tavaszán tanítványaim arra kértek, hogy vállaljam el az iskola kórusának vezetését. Örömmel tettem eleget az inspiráló felkérésnek, mivel a zene rendkívül fontos számomra. Zongorázni, később fuvolázni tanultam. A Vakok Berindán László kamarazenekarában játszottam, énekeltem a Homérosz kórusban, majd klasszikus énekléssel kezdtem foglalkozni. Doktori kutatásom címe: Pedagóguskompetenciák az inkluzív szemléletű tanárképzésben – Vak és aliglátó hivatásos zenészek, zenét tanuló fiatalok és tanáraik nézetei befogadásról, a pedagóguskompetenciákról, valamint azok fejlesztéséről. 2012-ben és 2019/2020-ban a fogyatékoság zenei és más kulturális ábrázolásait kutattam Fulbright-ösztöndíjjal a Berkeley Egyetemen, majd Erasmus-ösztöndíjjal Máltán, Barcelonában és Új-Zélandon. Az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kara Fogyatékoság és Társadalmi Részvétel Intézetének címzetes egyetemi docense, a Miskolci Egyetem óraadója, a Vakok Szakiskolájának angoltanára és a Legato kórus vezetője vagyok.

A zene és a vakság két egymástól elválaszthatatlan fogalom mentális eszköztárunkban, mivel úgy képzeljük, hogy azok az emberek, akik elsősorban hangok alapján tájékozódnak a világban, különösen érzékenyek a zenei hangokra, az összhangra. Meggyőződésünk, hogy a látás veszteségét valami módon kompenzálnia kell a természetnek, istennek vagy annak az erőnek, ami a létezést irányítja. Legyen bármennyire is kifinomult a vak emberek hallása, nem minden vak született zenész – állítja a szakirodalom. So-

kan azonban szívesen választják a zenét, hogy bizonyítsák, készek a társadalmi szerepvállalásra. Ez az írás a budapesti Vakok Iskolája Legato kórusának történetén és példáján keresztül mutatja be a nem hivatásos vak muzsikuskok társadalmi szerepvállalását.

„A vakok éneke már sok barátot szerzett az ügynek, miáltal jelentősen hozzájárul az intézmény fejlesztéséhez és anyagi helyzetéhez” – állítja Herodek Károly, a Vakok Iskolájának egykori igazgatója 1925-ös írásában, és e tudás birtokában, szellemiségében folyt az oktatás az intézményben. A felgyorsult világ azonban sok szempontból felülírta Herodek szemléletét és oktatási gyakorlatát, új fogalmak és paradigmák róttak új szerepeket a speciális iskolákra. Bár egy ideig szinte alig volt hallható „a vakok éneke”, ma már egyre hangosabban, egyre elkötelezettebben szól, és bizonyítja, hogy lehet a vakokra számítani.

Hosszú utat tettek meg a vak emberek, amíg eljutottak ideig. A régi időkben ugyanis aki keveset vagy semmit sem látott, halálra szánták vagy száműzték – derül ki a szakirodalomból. Kivételek persze mindig

voltak, de őket hivatásos muzsikuskokként tartják számon a krónikák. Így szerezhettünk tudomást arról a két vak hárfásról, akit az időszámításunk előtti 12. században tett halhatatlanná a kép III. Ramszesz fáraó sírjának díszítésében.

Híres vak muzsikuskokról valamenynyien hallottunk. A zenetörténetet gazdagítja a 14. századi zeneszerző, orgonista, költő Francesco Landini, a 18. századi angol zeneszerző, orgonista John Stanley, a 20. századi spanyol zeneszerző, zongorista Joaquín Rodrigo és Ray Charles művészete. Tudjuk, ki Stevie Wonder és Andrea Bocelli. Itt, Európa közepén sokunknak ismerősen hangzik a két magyar zongoristának, a 20. században európai hírű Ungár Imrének és napjaink világjáró művészenek, Érdi Tamásnak a neve.

A hivatásos muzsikuskok mellett azonban amatőr vak zenészekkel is büszkélkedhet a magyar zenekultúra. Például a Schnitzl Gusztáv gyógypedagógus által 1928-ban, a Vakok Iskolája volt növendékeiből alapított Homérosz kórossal, amely 1995-ig működött. Évtizedeken át rendszeresen adott koncertet a Zeneakadémián, turnézott



A Legato kórus (A szerző archívuma)

Magyarországon és a szomszédos országokban, 1980-ban pedig Finnországba is eljutott. Utolsó nagylemezén, amely Ó, nézd, mily szép az élet címmel 1981-ben, a rokkantak nemzetközi évében látott napvilágot a Hungaroton gondozásában, a Vakok Iskolájának diákkórusa is közreműködött.

A vakok oktatása Magyarországon közel 200 évvel ezelőtt, 1825-ben kezdődött. Szinte ezzel egy időben indult a zeneoktatás, további néhány évvel később pedig megalakult az iskola kórusa. Az iskolában mindig pezsgett a zenei élet, az énekkar és a diákok számos zenei versenyen nyertek díjakat, de 2018-ban néhány hétre megszűnt a kórus, amikor akkori vezetője elhagyta az iskolát. A tanulók meg-tisztelő kérésére együtt folytattuk a munkát, és a tanévzáró ünnepségen már közönség elé léptünk. Szeptemberben volt diákok és tanárkollégák csatlakoztak hozzánk.

A Covid-19-járvány a kórust is próbára tette. Át kellett gondolni, mi módon tölthetjük zenei szempontból is hasznosan a heti egy, 90 perces online próbát és maradhat együtt az addigra szinte baráti közösséggé érett csapat. Mivel a kóruséneklés lehetetlen online, a közösség tudásának gyarapítása elméleti síkon folytatódott. Megismerkedtünk a különböző zene-történeti korokkal, híres zeneszerzők munkásságával, az énekhang sajátos-ságaival és a zenekari hangszerek hangzásával, történetével.

Az együtttest az inkluzív szemlélet jellemzi, hiszen a speciális iskolák kü-lönféle képességű, kulturális, anyagi és szociális háttérű diákoknak biztosíta-nak tanulási lehetőséget és otthont. Az újralakult kórusban együtt énekel mentális kihívásokkal élő, Down-szindrómás, valamint az autizmus spektrum attribútumait mutató jelen-legi és volt diák, továbbá főiskolai hallgató, hivatásos népdalénekes, gyógypedagógus, zene- és nyelvtanár. A heti egy 90 perces próbán a beének-

lést követően „az énektanítás hallás után történik. A tanító szólamonként egyes szakaszokra osztva tanítja az éneket s vele párhuzamosan a szöve-get; s midőn már egy nagyobb sza-kaszt végzett, azt átismételi, és így ha-lad fokról fokra.” Herodek Károly idé-zett, 1925-ben lejegyzett módszerét a 21. század technikájával egészítjük ki úgy, hogy digitálisan rögzítjük és az énekkar számára elérhetővé tesszük valamennyi szólamot és idegen nyelvű szöveget.

A képességek, adottságok sokféle-sége lehetőséget nyújt arra, hogy a fel-adatokat megosszuk. A kórustagok a muzsikálás örömein túl érdeklődésük-nek, képességeiknek megfelelően vál-lalnak számukra motiváló, a közösség számára hasznos feladatokat, azaz osztoznak a felelősségen: mindenki ugyanolyan fontos, mindenki számít, mindenki vállalhat külön feladatot. Például:

- A beénekléshez szükséges zongorakíséretet egy kitűnően zongorázó szakiskolás lány látja el.
- Mivel a kórustagok körülbelül 40%-ának abszolút hallása van, a hangadás is egy-egy kórustag feladata.
- A gyengénlátó tagok vezetik a színpadra történő bevonulást.
- Fotózás.
- Hang-/videófelvétel készítése.
- Facebook-oldal adminisztrálása.

A sokszínű együttes célja a közös zenélés mellett felhívni a figyelmet a fogyatékkal élő személyekben rejlő értékekre, ezért létrehoztuk a kórus Facebook-oldalát.

A kórus tagjai nem csupán egymás-ért és a zenei produkciókért éreznek felelősséget, 2019-ben meghívtuk a különböző iskolai versenyek győztese-it, hogy pedagógusnap alkalmával együtt köszöntsük a tanárokat.

2022-ben számos fellépésre nyílt lehetőségünk. Májusban a Budapesti Vonósok kamarazenekar közreműkö-désével Összhang a békéért címmel jótékonysági hangversenyt rendez-

tünk az ukrajnai Lviv városában mű-ködő Vakok Iskolája javára.

Decemberben a Vakok Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyei Egyesülete Karácsonyi költemények című kiad-ványa számára Wolf Péter Ave Maria című művét rögzítettük.

Babics Marcellina, a magyar könnyűzene egyik vezető énekese fel-kérte a kórust, hogy vegyen részt vele a Jónak lenni jó kampány keretében a Magyar Vakok és Gyengénlátók Or-szágos Szövetségének javára rendezett televíziós műsorfolyamban. A közös felvételre decemberben került sor az MTVA stúdiójában, Babics Marcelli-na és Kaszás Péter Minden jóra fordul című dalát rögzítettük. A felvételt másnap sugározta az M1 csatorna.

A 2023-as év is bővelkedett meghí-vásokban. Júniusban kórusunk és a Musica Sacra kórus közös hangver-senyt adott a budapesti Jézus Szíve je-zsuita templomban. Bach 147. kantá-tájának zárókórusát a két együttes együtt énekelte Rónaszéki Tamás ve-zényletével.

Ugyanabban a hónapban Leányfa-lura utaztunk, hogy eleget tegyünk Kra-use Annamária, a Liszt Ferenc Zene-művészeti Egyetem tanára, a Nyáresti Kamarazene fesztivál szervezője meg-tisztelő felkérésének, és a helyi Szent Anna kórossal közös hangversennyel nyissuk meg a rendezvényt. December-ben mi láttuk vendégül a Szent Anna kórust egy karácsonyi hangversenyen, ahol Liszt Ave Maria című művét a két énekkar közösen adta elő.

2024 februárjában a Szinergia – Fotóról festmény, a Szentendrei Fes-tők és a Szentendre Fotóklub közös kiállítását nyitottuk meg a Stefánia Galériában, májusban pedig a Mátra Lions Club meghívására Gyöngyösré utaztunk.

És még valami: a kórus azért vá-lasztotta a Legato nevet, mert a szó kötést, összekötést jelent. A zene pe-dig összeköt valamennyiünket – elő-ítéletek nélkül.

Ferenczy Ágnes

A lehetőségek föltérképezése

Az érdekvédelem politikamentes

Hruskó Erika majd harminc éve képviseli a fogyatékos emberek érdekeit. Petri Gáborral, a CEU kutatójával közösen a magyarországi civil érdekvédelem lehetőségeit mérték föl. A kutatás az Open Society Network ösztöndíjából, a CEU Demokrácia Intézetének támogatásával készült. A közös munka főbb megállapításairól beszélgettem Erikával.

Arra voltak kíváncsiak, hogy hazánkban hogyan alakultak a fogyatékos embereket képviselő érdekvédő szervezetek lehetőségei. A külhonnban megjelenő tanulmányok ugyanis a mozgástér szűküléséről számolnak be (és a saját tapasztalataik is ezt valószínűsítik). Kitekintettek Bulgáriára, Szerbiára és Romániára is, de velük ebben a cikkben nem foglalkozunk. Remélhetőleg tanulmányuk megjelenik majd a sajtóban.

Kutatásuk kb. húsz évet fog át szakpolitikai dokumentumok elemzésére, illetve interjúkészítésekre támaszkodva. Elolvastak mindent, ami

erre a területre vonatkozik: szakirodalmat, jogszabályt, érdekvédő szervezetek honlapjait, tanulmányozták az Országos Fogyatékosügyügyi Tanács működését stb. Tizenöt emberrel készítettek interjút: helyiekkel, országos szinten dolgozókkal, olyanokkal, akik már 20-25 éve érdekvédelemmel foglalkoznak, és átfogó képük van a területről. Interjúalanyaik fele maga is érintett, tehát a saját bőrén is tapasztalja a változásokat. A tizenöt interjúalany nem tizenöt szervezetet képviselt, mert szinte mindegyikük az évek során több érdekvédelmi szervezetenél is dolgozott: így tapasztalatuk az országos, helyi vagy megyei szintű érdekvédelmet egyaránt lefedte.

Interjúalanyaik a fél életüket áldozták arra, hogy a „semmit rólunk nélkülünk” elv érvényesüljön a kormányzati munkában. Szomorúan kell tapasztalniuk, hogy az unió néhány országában, köztük hazánkban is, szűkülnek a lehetőségek, elsősorban a kormányzati intézkedések miatt. A

2010-es évek óta meredeken zuhanak azok az értékek, amelyeket mutatóval lehet mérni. Ők három mutatót néztek meg: ebből kettőnél van zuhanás, egynél nincs, sőt, érdekes módon még emelkedés is tapasztalható.

Az első mutató a *bevonódás* mi-kéntje: az, hogy a kormány mennyire veszi figyelembe egy-egy rájuk vonatkozó intézkedés, jogszabály stb. megalkotásakor a véleményüket. Van a bevonódásra jó példa is, de elenyésző: az 1998-as fogyatékosügyi törvény óta ilyen a siketek jelynyelvi törvénye vagy a részben EU-s pénzből vásárolt alacsonypadlós villamosok, a budapesti M3-as metró akadálymentes felújítása, a támogatott döntéshozatal elfogadása. Ezen a területen egyáltalán nem számít az, hogy ki melyik térfelén áll a politikai palettának. Az interjúk során sem esett szó politikáról, hiszen amiért küzdenek, az politikától független. Sajnos, a bevonódás szintjében 2012, de főleg a 2010-es évek közepe óta minden résztvevő jelentős romlásról számolt be.



Hruskó Erika: „Elektromos kerekesszékekkel közlekedem húszéves korom óta. Kétévesen egy tüszős mandulagyulladás ráhúzódt az összes ízületemre. Most divatos szóval integráltan végeztem az összes iskolámat. Egy félbehagyott egyetem után ismerkedtem meg a szolnoki mozgássérült-egyesülettel 1994-ben. Azóta folyamatosan tevékenykedem különböző civil csoportokban. 1998-ban ott voltam az aláírásgyűjtők között, akik azért kampányoltak, hogy az Országgyűlés elé kerüljön a fogyatékos személyek jogairól szóló törvénytervezet.

2016-ban egy doktori disszertáció kapcsán hozták létre az Önállóan lakni – közösségben élni csoportot, amely azóta egyesületté vált, érdekvédelemmel foglalkozik. Ebben kezdetektől fogva aktívan részt veszek: az egyesület alapító tagja és elnökhelyettese vagyok. 2019-től részt veszek a Tárki kutatásában, amelyben a fogyatékosággal élő emberek kirekesztődését befolyásoló tényezőket vizsgáljuk.”

A második mutató az *érdekvédelmi tér*. Ez azt jelenti, hogy a szervezetek milyen környezetben dolgoznak, és ebben a térben szabadon dönthetik-e el, hogy milyen érdekvédelmi lépéseket tesznek. Azaz: vállalnak-e bizonyos állásfoglalásokat, nyilatkozatokat, amelyeket aztán kitesznek a honlapjukra, Facebook-oldalukra, blogolnak róla, elküldik-e a tagjaiknak, stb. Ez a tér az érdekvédők szerint a szabadságot jelzi, és sajnos, ez is zsugorodik. Attól félnek, hogy ha harcosan kiállnak valami mellett, akár hátrányba is kerülhetnek egy-egy pályázatnál. Az eredmény szempontjából mindegy, hogy sikerült-e elérniük azt, amit szerettek volna. A lényeg a kiállítás. (Ne legyenek illúzióink: mindenütt minden érdekvédelmi szervezet függ valakitől. Ez nem csak magyar sajátosság.)

A harmadik mutató a *pénz*. Ez az, ami az elmúlt évtizedben valamivel több lett, de főleg az országos fogyasztóügyi szervezetek esetében, mert a helyi, kisebb szervezetek ilyen javulást nem tapasztaltak. (Persze az is előfordult, hogy elvett pénzt a kormány, pontosabban nem adta oda, majd mégis odaadta, de már kevesebbet.) De ezt nem vizsgálták, mert a kutatásuknak nem volt tárgya az érdekvédő szervezetek gazdálkodása. (Pedig ez is megérne egy külön kutatást.)

Azt is megnézték, hogyan működik az a kormányzati tanácsadó szervezet, amelyet a kormány azért hozott létre 1998 után, hogy tagjai javaslattevőként, véleményezőként, tanácsadóként lépjenek föl a fogyasztókkal kapcsolatos döntésekben. Ilyen szervezet a több mint húsz éve megalakított Országos Fogyatékosügyi Tanács, amelynek a nagy érdekvédő szervezetek, valamint egyéb civil szervezetek a tagjai.* Erika közérdekű adatigénylést nyújtott be, hogy megtudja, melyik évben mikor ülésezett a testület, és

miről tárgyalt. Bár negyedévente kellene összeülnie, volt olyan év, amikor csak egyszer tette. Ami igazán fájó, hogy az érintettek nem látnak bele, milyen őket érintő intézkedések, törvények születnek. Irdatlan pénzek mentek a kiváltásra és a nyomában létrehozott támogatott lakhatásra, de az ezzel kapcsolatos tanulmányokhoz nem lehet szabadon hozzáférni.** Szintén sok-sok pénz ment/megy téglára, betonra: ezekből épültek, épülnek a támogatott lakhatást szolgáló létesítmények. Nem tudják, hol és mennyiért készülnek, legföljebb a sajtóból értesülnek arról, hogy átadtak egy-egy ilyen házat.

Beszélünk még arról, hogy a másik három országban (Románia, Bulgária, Szerbia) hogyan végezték a kutatásukat, de ennek ismertetése és megállapításai szétfeszítenék e cikk kereteit. A civil bevonódásnak a magyarországihoz hasonló gyengülése az említettek közülük csak Bulgáriában tapasztalható valamelyest. Azt viszont érdemes tudni, hogy megjelent az Unió számvevőszékének különjelentése, melynek címe: *A fogyatékossgal élők támogatása*, alcíme: *Az uniós fellépések a gyakorlatban kevés hatással jártak*. Önkritikus elemzést olvashatnak. A neten itt találják: https://www.eca.europa.eu/ECAPublications/SR-2023-20/SR-2023-20_HU.pdf.

Inkább arra fordítjuk a szót, hogy mit tehetnek ilyen helyzetben a civil érdekvédők. Azt, hogy nem a felsőbb szinteken keresik a kapcsolatot. Erikaék egyesülete a VIII. kerületben van bejegyezve. A Józsefvárosi Polgármesteri Hivatallal vették föl a kapcsolatot. A hivatal öt bérlakást alakított át, kimondottan mozgássérülteknek. Már a pályázatot is kiírták rájuk: csak kerekesszékekkel közlekedőknek. Ezzel az örömdetes végzővel akár be is fejezhetnénk. Aztán megkérdezem, hogy ő hol lakik.

Az egyik óbudai tízemeletesben, a legfelső szinten. A lifthez vezető lépcsőket rámpával megoldották. Eddig jó a történet, de amit utána hallok, attól rosszkedvem lesz. A házban lakók egyike-másika morgott, hogy miért költözött oda. Sőt, azt is mondta valaki, hogy tőle ugyan ne várjon segítséget. Mára megszokták, hogy ott él közöttük. De nem vagyok biztos abban, hogy a Covid-járvány idején vagy liftleálláskor becsöngetett hozzá valamilyen lakó, hogy hozzon-e neki akár egy kiló kenyeret is a boltból.

* Azóta már létrejött egy újabb szervezet, a Fogyatékosügyei Tanácsadó Testület. Alakuló ülését 2023. október 3-án tartotta az Alapvető Jogok Biztosának Hivatalában. Tagjai a hazai fogyatékosügy különböző területein dolgoznak (köztük van az AOSZ elnöke is). Ők segítik az alapvető jogok biztosát, dr. Kozma Ákost a fogyatékossgal élő személyek jogairól szóló ENSZ-egyezmény (CRPD) szerinti független mechanizmussal kapcsolatos feladatainak ellátásában.

** Változás történt: pár hónappal ezelőtt már digitálisan is elérhetőek lettek a Montázs és a Társ projekt korábbi anyagai az Egységes Fogyatékosügyi Információs Portálon (efiportal.hu). A fogyatékossgügy, a foglalkoztatás és a támogatott lakhatás témakörében írt anyagok között is böngészhetnek, ha a portál első oldalán található keresőbe beírják: kiadványok.

(A szerző 2000 és 2023 között az *Autisták Országos Szövetsége* lapjának, az *Esőembernek* volt a szerkesztője, valamint szerkesztette az *ÉTA Országos Szövetség ÉTA-Hír* (ma *ÉTA-Hírek*) c. lapját is. Újságíróként a sajátos nevelési igényű emberek és családjuk sorsa foglalkoztatta.)



Markovics Tímea

Az inklúzióról pedagógusszemmel (az utóbbi időszak tapasztalatairól)

Korunk hangsúlyos társadalmi törekvése az inklúzió. Ez a sokat hangoztatott fogalom egyfajta szemléletet, támogatást jelent, amely lehetővé teszi az egyéni bánásmódot igénylő gyermekek társadalomba, esetünkben az oktatási intézménybe való befogadását. Leírva ez egyszerűen hangzik, a valóság azonban nagyon bonyolult. Jelen írásban bátorkodom megosztani az óvodapedagógusok tapasztalatait, hiszen az óvodákban egyre nagyobb számban jelennek meg nehezen kezelhető kisgyermekek.

Mint a társadalom egésze, a pedagógusok is különfélék. Van, aki rugalmas, intuitív módon megtalálja helyét ebben az új helyzetben, keresi és meglegeli a gyermeket leginkább segítő eszközöket és munkaformát. Van, akinek több energiába kerül átlépni saját határait. Van, aki támogatást kap az intézményvezetőtől, és olyan is, aki nem. A jó óvoda ismérve, hogy igyekszik alkalmazkodni minden gyermek igényeihez, a pedagógus türelemmel és szeretettel terelgeti őket a szocializáció első színterén. De meddig terjednek az óvodapedagógus lehetőségei? Mekkora különbségeket képes egy csoporton belül áthidalni, hányfelé bír egyszerre figyelni, meddig tud felelősséget vállalni a rá bízott gyermekekért?

Az állam támogató intézkedések bevezetésével kívánja előmozdítani az inklúziót. Papíron lehetőséget teremt arra, hogy a szülő vagy a pedagógus jelezze, ha a gyermek nehezen tud beilleszkedni az óvodába, vagy nem megfelelően fejlődik. Mindezek alapján kérhető szaktanácsadói kivizsgálás és/vagy pedagógiai asszisztens. Természetesen a szülő belee-

gyezésével, ami a tapasztalatok szerint egyenlő egy óvoda-szülő közti hadjárat elindításával. Hogy miért? Mert az óvodának nincsenek meg az eszközei és lehetőségei arra, hogy a szülőt irányítsa. A szülő pedig – okkal – fáradt, hiszen a gyermekkel addig is gondok voltak otthon. Csalódott, hiszen arra számított, hogy majd az óvoda megoldja ezeket a gondokat. Sok esetben haragos is, hiszen először szembesül hivatalosan azzal, amit maga is sejtett.

Az utóbbi évek tapasztalatai sok olyan dologra is rávilágítanak, amelyek elkeseredésre adnak okot. Azt látjuk, hogy az óvodába lépő gyermekek nagy része szinte minden területen elmarad az életkorában elvárható szinttől, akár beszédben, érzelmi szabályozásban, önkiszolgáló tevékenységekben vagy a szociális fejlettség terén. Ez pedig beilleszkedési és viselkedésszabályozási problémákat von maga után. Pedagógus legyen a talpán, aki el tudja dönteni egy háromévesen az óvodába kerülő gyermeknél, hogy mi lehet az okuk: fejlődési elmaradás vagy idegrendszeri zavar, családi háttérrel kapcsolatos problémák, esetleg szülői elhanyagolás? Gyakori tapasztalat, hogy a kisgyermek az óvodai keretek és elvárások között megnyugszik, hiszen otthon mindez hiányzik. Az is előfordul, hogy a frusztrációja csökken, mert megtanulja az alapvető kommunikációs formák használatát, megtapasztalja az érintés, az odafigyelés erejét. Elindul a beszédfejlődése (!?). Bizony, egyre gyakrabban találkozunk ilyen esetekkel.

Tisztában vagyok azzal, hogy nem lehet általánosítani, és különféle ese-

tek léteznek, köztük számos nagyon jó példa is. De rá kell mutatni arra, hogy a gondok egy része abból fakad, hogy a szülők nem ismerik a saját gyermeküket, és nem alkalmazkodnak megfelelően az igényeihez, ugyanakkor a pedagógustól elvárják ezt. Ki kell mondani, hogy megint átestünk a ló túlsó oldalára – az inklúzió égisze alatt túl nagy elvárás hárul az óvodára és iskolára. A szülő helyett nem vállalható fel az érzelmi stabilitás kialakítása és az élet alapjainak lerakása. Az óvoda és az iskola szakmai háttér – kiegészíti a családi nevelést, segíti a szülőt, nem pedig átvállalja az ő elmulasztott kötelességeit.

Hibás feltételezés, hogy a társadalom égető problémáit a pedagógus köteles megoldani. Ugyanakkor pedagógusként bőven van feladatunk: mélyítsük a tudásunkat és bővítsük eszközeinket, hogy jól és hatékonyan tudjunk reagálni a kialakult helyzetekre. Nyissuk meg a lelkünket, tágítsuk személyes határainkat az elfogadás terén. Keressük a jó példákat arra, hogy hányféleképpen működhet az inklúzió. Segítsük egymást. Kerüljük a beskatulyázást, gyakoroljuk az emberi alázatot. Erősítsük az önreflexiót, húzzuk meg saját határainkat. Ne féljünk kimondani, ha valami mégsem működik. Tökéletesítsük szakmai profizmusunkat és a hatékony kommunikációt. Tudatosítsuk, hogy együtt megyünk az úton, amely helyenként nagyon rögzös, máskor pedig lélekemelő.

(A szerző óvodapedagógiai szakember, a Pro Educa pedagógiai központ elnökségi tagja.)



Mgr. Szép Mónika DiS

Az akadályozott beszédfejlődés hatásai a gyermek érzelmi világára

A fejlődési diszfázia fejlődési nyelvi rendellenesség, beszédfejlődési zavar. Az említett kifejezéseket az akadályozott beszédfejlődés szinonimájaként is használjuk. A nyelvi rendszer működésének sajátos zavara a **fejlődés korai szakaszától** fennáll. Maga a probléma a beszédprodukcióban, a beszédértésben vagy mindkettőben rejlik. A gyermek hároméves korától szoktunk beszélni róla. Oka különböző tényezőkre vezethető vissza – pl. szülés közben fennálló oxigénhiány, hipotónia hatására kialakult **idegrendszeri károsodás** az agy bal féltekéjében, ahol a beszédközpont található. Ilyenkor a gyermeknek korához képest elmarad a beszédfejlődése. Fontos hangsúlyozni, hogy a fejlődési diszfázia nem jár érzelmi vagy hallási sérüléssel.

Mire figyeljünk fel a gyermek fejlődése során?

Az első igazán feltűnő tünet a **késleltetett beszédfejlődés**. Később nyelvtanilag hibásan beszél, mondatai rövidek, nem épek. Szókincse gyakran az alapvető kifejezésekre korlátozódik, rámutatással és segédzavakkal segíti magát: igen-nem stb. A nyelvfejlődési zavarral küzdő gyermekekre jellemző, hogy nem érdekli a mese- és versolvasás. Megváltoztatja a mondatban a szavak sorrendjét, a szótagokat, kihagy egyes szavakat, nem beszél egész mondatokkal. Idegenekkel is általában bizonytalan, és esetleg rosszabbul érti a beszédet.

Rossz kiejtés. Hosszú ideig fennáll, és különösen az idegenek nem értik a beszédét. Előfordulhat, hogy az egyes hangokat ki tudja ejteni, de a szavakból kihagyja őket, vagy összekeveri a szavakat.

Rossz tájékozódás időben-térben. Gyakran nem tudja, hány éves, hol él, hogyan hívják anyját, apját. Nem érti az időfogalmakat: tegnap-ma-holnap, reggel-este, először-akkor. Hosszú ideig nem tanulja meg megkülönböztetni a jobb és a bal oldalt sem.

Ügyetlen motoros készségek. Gyakran gondot okoz neki a lépcsőzés, ugrás, labdába rúgás, kerékpározás, gurulás stb. A cipőfűzőt sokáig nem képes megkötöni, evés közben ügyetlen. Ez rajzoláskor, majd később az írásban is jellegzetes ügyetlenséget okoz. Helytelenül tartja a ceruzát, s nem szeret rajzolni.

Fejletlen dallam- és ritmusérzék. Sok esetben nincs érzéke a ritmikus mozgáshoz, mondókákhoz, versekhez, nem szeret énekelni, táncolni.

Gyenge hallási memória. Jellemző rá, hogy a hallottakra rosszul, a látottakra viszont jól emlékszik. Nehezen tanul verseket, nem képes elismételni hosszabb mondatot, több szót, nehezen emlékszik a számokra. Ha meghallgat egy mesét, egy idő múlva már nem emlékszik a tartalmára.

A beszédfejlődés zavarának első, igazán feltűnő tünete lehet a rossz érthetőség, a szavak elmosódása, a szűkös szókincs, az ingerlékenységgel járó figyelemgyengülés. A beszéd a mentális fejlődést, a tanulási és kommunikációs képességet s a **szocializációt** egyaránt befolyásolja. A **nyelvi megértés** mindig megelőzi a beszédet, vagyis a gyermek jóval többet ért, mint amennyit képes elmondani, és ez sokáig így is marad. A folyamatosan növekvő passzív szókincs képezi majd azt a szókészletet, amelyből később a beszéde során meríteni tud. Abban, hogy megérti-e, amit mondunk neki, több

dolog is szerepet játszik: fontos, hogy **milyen fizikai és érzelmi állapotban van**, mennyire tud ránk figyelni, és milyen mértékben képes értelmezni az általunk elmondottakat. A megértési folyamatban a környezetével való kapcsolata is nagyon lényeges. Kezdetben az ép intellektusú gyermeket a nyelvi képesség zavara súlyosan hátráltatja az ismeretszerzésben és az intellektuális készségek fejlesztésében, s ez az idő előrehaladásával csak súlyosbodhat.

Milyen következményekkel járhat az iskolában?

A felsorolt problémák nyilvánvalóan súlyosan befolyásolják a gyermek kilátásait. A későbbiekben tanulási nehézségek vagy zavarok (diszlexia, diszgráfia, nyelvtanulási nehézségek, diszkalkulia) léphetnek fel. A grafomotorikában feltűnnek a remegő vonalak, helytelenül tartja a tollat vagy a ceruzát, és a papír jelentős része kihasználatlan marad. Előfordulhatnak továbbá az időben és térben való tájékozódás zavarai – pl. nem ismeri fel az analóg órát – és a mozgásos játékokkal kapcsolatos problémák; továbbá a kezek, a száj motoros képességeinek károsodása, a nyelv, az ajkak vagy az arc pontatlan mozgása is. A szimbólumok, elvont fogalmak megértése és használata – az iskolában a nyelvtan, absztrakt fogalmak megértése – is nehézkes. A színek, geometriai formák, a hét napjai, a kategóriák: például gyümölcs, zöltség, közlekedési eszközök csoportosítása gondot okoz neki, s természetesen a fokozott fáradtság hozzájárul az általános rossz közérzetéhez.



A fényképek a terápiás foglalkozásokon készültek. (A szerző archívuma)

Milyen hatással van a gyermek érzelmi világára?

A legtöbb esetben a diszfáziában szenvedő gyermekek intellektuálisan nagyon ügyesek, és a kommunikáció iránti érdeklődésük is erős. De akadályozottságuk következtében stressznek és elszigeteltségnek vannak kitéve, s ez megnehezíti a szociális kapcsolatok építését az iskolában és általában a környezetükben. Ezáltal életük számos területére hatással van, és gyakran frusztrációhoz vezet. Nehezen tudnak kapcsolatot teremteni más gyerekekkel, nem keresik a társaságot, érzelmileg szorosan kötődnek a legközelebbi családtagokhoz, mert velük a legkönnyebb kommunikálniuk. Frusztrációtűrő képességük alacsony, emiatt dührohamok, agresszív viselkedés, sírás, kiabálás vagy más fizikai megnyilvánulások jellemzik őket. Az említett reakciók gyakran annak a következményei, hogy nem tudnak más módot találni érzéseik, gondolataik, igényeik kifejezésére. A csökkent kommunikációs képességű gyermek beszéde általában nem vonzza a többieket, s mivel nem értik meg, gyakran kerülnek is őt. Sokszor fenyegetve érzi magát, főleg olyankor, ha valaki megkérdőjelezi az értékét, vagy ha ő érzi magát értéktelennek.

Alacsony az önbecsülése, nem vonzza a siker, inkább a kudarcot szeretné elkerülni, nehogy nevetség tárgyává váljon. Sokszor úgy érzi, hogy nem jó semmiben, ezért feszült. A stressz következtében az agy blokkolja azokat a folyamatokat, amelyek új dolgok elsajátításához szükségesek, így ennek a képessége lelassul, s meg is szűnhet. Gyermekeknél és serdülőknél a **testi panaszok** (fej-, hasfájás, hirtelen láz) erősebbé válhatnak, mint az általuk elmondott érzelmi nehézségek. Próbálják elkerülni a kényelmetlen helyzeteket, ha nem sikerül, szorongással reagálnak rájuk – amelyből pánikroham is lehet –, kerülnek a beszédet. Alvásproblémáik is jelentkezhetnek: túl sokat alszanak, vagy ellenkezőleg, nem tudnak elaludni, rosszul alsznak, és így másnap nem képesek kellően figyelni.

Következmények

Az enyhébb formájú rendellenességben szenvedő gyermekek kilátásai jobbakként – különösen, ha értelmi képességeik kiválóak. De a súlyosabb problémák erősebben befolyásolhatják a velük küszködők életét. Őket inkább fenyegeti a társadalmi elszigetelődés, félnek a beszédetől, írástól, hajlamosak alábecsülni önmagukat, esetenként

nem nekik megfelelő hivatást választanak. Serdülőkorban különféle menekülési stratégiákat alkalmaznak.

Az érzelmi stabilitás elősegítése. Hogyan segíthetünk?

Az érzelmi stabilitás alapja a testi és lelki egészség. Az éntudat kialakulása után a következő lépés az énkép kialakulása. Az énkép környezetünk ránk vonatkozó reakcióiból, értékeléseiből formálódik. Az óvodában vagy az iskolában fontos, hogy a pedagógus ismerje a diszfáziát és a gyermekkel való kommunikáció módjait, hogy elkerülhesse az esetleges félreértéseket. Elősegíti a gyermek szociális készségének a fejlesztését, hogy az megtanulja, hogyan működik a világ és a szociális kapcsolatok. Az önbizalom építése, az érzelmi biztonság kialakulása sem elhanyagolható.

Szülőként vagy pedagógusként hogyan teremthetjük meg az érzelmi biztonságot?

Vezessük a gyermeket. Tartsuk meg a napi rutint (alvás, étkezés). Tanítsuk meg őt arra, hogyan fejezze ki a gondolatait és igényeit, hogyan fedezze fel az érzelmeit. Ez segíti a stresszes helyzetek kezelésében. **Sokat beszélgetünk** vele (a saját szintjén, ne felnőttként!). Egy empatisz beszélgetéssel segíthetünk neki megosztani érzéseit és gondolatait. Tartsuk meg az **ígéreteket**. Ha látja, hogy megbízhatóak vagyunk, megtanul bízni az emberekben és – elsősorban – a saját érzéseiben. **Fontosak a közös élmények**. Szervezzünk, tervezzünk ilyeneket, mert ezek az élmények mélyítik a kapcsolatot, és nem utolsósorban érzelmi biztonságot adnak.

(A szerző gyógy-, fejlesztő- és óvoda-pedagógus.)

Az írás a Pro Educa és a Melioratio által idén áprilisban szervezett konferencián elhangzott előadás szerkesztett változata.

A találkozás öröme

„Mert ami most nehéz, az elmúlt” – hirdette a szószékről virágvasárnap **Rác Jolán** tiszteletes asszony nemcsak a marcelházi református híveknek, hanem annak a mintegy ötven vendégnek is – Pozsonyból, Dunaszerdahelyről, Komáromból, Madarról, Nemesócsáról, Kétyről, Tanyáról érkezett, családban élő, különböző akadályozottságokkal küszködő személyeknek, kísérőiknek és segítőiknek –, akik elfogadták a meghívást a marcelházi református egyházközség és a Keskeny Út egyházi célszervezet családsegítő eseményére.

Az összefogás nem volt előzmények nélküli. Többnapos Keskeny Út-táborozásokon is szoktak találkozni a családok, és Visszhang néven találkozót tartottak, ahol dalocskákat, jeleneteket tanultak és adtak elő a fiatalok. Ezek a közösségi események azonban a Covid-járvány óta szüneteltek. A cél most is ugyanaz volt: találkozás, közösségépítés, egy kis lelki kondíciót adni és kapni, számon tartani, biztatni egymást, hordozni egymás örömét, bánatát – emeli ki a tiszteletes asszony, aki maga is két érintett fiú édesanyja. Hozzáteszi, hogy aki eljött, az szívesen jött, de nem mindenki tudott itt lenni, aki szeretett volna. „Azt szűrtem le magamnak, hogy sokaknak nagyon megnehezedett az életük. Az idő előrehaladtával sokkal nehezebbek lettek a családok körülményei. A segítő is fáradnak, a fiatalok is sokféle akadállyal küszködnek. Szerettem volna, ha a gyülekezet szembesül ezzel a mássággal. Különösen hangsúlyos volt számomra, hogy megemlékezzünk azokról, akikért hálásak vagyunk.”

Az istentisztelet keretében a fiatalok énekeltek, verset mondtak. Kisfilmet is megnéztek Beethovenről, aki már azután, hogy elveszítette a hallását, egy vak lány kérésére kom-



Tégylás Zoltán (balra lent) és a dunaszerdahelyiek



Műsor a templomban

ponálta a Holdfény szonátát. A szeretetvendégséget követően a résztvevők megnézték a Nehézy Károly-emlékszobát – a volt marcelházi református lelkész 1928-ban árvaházat alapított, ennek állítottak emléket a kiállítással. Utána a fiatalok kézműves-foglalkozáson szeretetvirágokat készítettek, a szülők és a kísérők számára pedig alkalom nyílt két segítővel, **Strédl Terézia** pszichológussal és **Tömösközy Viola** logopédussal való beszélgetésre.

A nemesócsai **Bedecs Évának** a Rác lelkész házaspárhoz fűződő

barátsága legalább negyven éve tart. Bár 16 éve elveszítette lányát, a Down-szindrómával született Szilvikét, barátságuk nem szakadt meg. „Jolikával nagyon bensőséges a kapcsolatunk. Mikor feltette az internetre, hogy készül erre találkozóra, még aznap nekiláttam kézművesdolgok készítésének. Egy hét elteltével felhívott, hogy örülne a segítségemnek, én meg már küldtem neki a fényképeket az elkészült ajándékokról. Fönről jön a sugallat, mi egy hullámhosszon vagyunk. Nagy a szeretet, a megbecsülés köztünk. A másik nagy örömöm, hogy újra a nagy családban lehetek; a sajátom

mellett ez az én nagy családom, ahová a szívem mindig visszahúz.”

Pozsonyban él családjával a Marcelházáról származó **Téglás Zoltán**, aki lányával, Andreával érkezett a rendezvényre. A Covid-járvány óta ritkábban látogatnak a szülőfaluba, ahol a nővére lakik. Mióta Andrea megszületett, mint mondta, „szolgálatban van” a lányánál. „Úgy vettem, hogy ez a feladatom. A feleségem egészsége is pár év múlva megrendült, még jobban be kellett kapcsolódnom.” Az értelmi fogyatékosok érdekvédelmi szervezetének munkájából is részt vállal, és amióta nyugdíjas, még több időt tud a lányával tölteni. „Napközben a Matulay Intézetben van, ha hazajövünk, együtt kávézunk; ez kihagyhatatlan.

Hogyha az időjárás engedi, rövid séta következik, pingpongozni szoktam, ő nézi, szurkol, vasárnap templomba megyünk, utána beülünk egy bécsi kávéra. Nagyon örülök, hogy találkozhattunk a régiekkel, akikkel valamikor együtt küszködtünk, kínlódtunk, örömet, bánatot mindig megosztottunk egymással. Andrea is örül, ha a megszokottól eltérő programja van. Nagyon jó.”

Azon, hogy a találkozón ne csak a lélek jusson táplálékhoz, hanem a test is, sok szorgos kéz munkálkodott. Az előkészületeket napokkal korábban elkezdték a gyülekezet tagjai. **Bakulár Júlia**, **Medza Irma**, **Szabó Márta**

és **Zsidek Mária** elmondták: ha Jolika megkéri őket, bármiben szívesen segítenek az asszonytestvérek. A családok nehéz sorsa megérintette őket. Szeretettel vendégelték meg a gyerekeket, fiatalokat és hozzátartozóikat. „Hálásak vagyunk Istennek, hogy ad hozzá erőt, egészséget, szeretetet, békességet mindannyiunk szívébe. Mi magunk is épültünk belőle. Szármunkra ez csak pár óra, hogy látjuk őket. Nagy tisztelet és becsület azoknak a szülőknél, akiknek a gyerekeik huszonnégy órás gondoskodást, odafigyelést igényelnek. Csak imádsággal tudjuk őket hordozni, hogy kapjanak elég erőt az ebben a megpróbáltatásban való kitartáshoz” – mondták egybehangzóan.

A nap összeggéseként álljanak itt ismét Rácz Jolán gondolatai: „Nekem mindig jó megerősödni az élő reménységben, abban, hogy ne csüggedjek el. Ne essek kétségbe, mikor nem látom az itteni jövőt, sem az örökkévaló jövőt. Hogy valami biztatást át tudjak adni – nem tudom, sikerült-e –, egy kevés biztatás azoknak, akiknek szólt: hogy nem tragédia, ki lehet bírni, találunk benne küldetést, másrészt ezek a mi érintettjeink kapnak erőt arra, hogy hordozzák az ő kínjaikat. Hogy nem csak okvetlenül mi, segítők vagyunk a forrásai a kondíciójuknak. És bármi aktivitás nagyon hasznos. Azt tapasztalom a csoportban is. Ahány eset, annyiféle. S nem lehet előre felmérni, hogy ki nek hová fordul a sorsa, életútja. Biztatom a mostani fiatalokat, hogy vigyék, vállalják ezt a nagyon sok terápia. Azt láttam ezeknél a családoknál, hogy a mostani, az utánunk következő nemzedék nem annyira nyitott a hitéleti megtámogatásra. Aki nyitott a mennyei források felé, azt az emberi határok végességének megtapasztalásakor átítatja ez a jövőbeli reménység.”

(t)

(Fényképek: Carissimi)



Készül a szeretetvirág



A Nehézy Károly-emlékszobában

A pozsonyi Sétatéren...

A pozsonyi Kulturális és Információs Központ munkatársai néhány éve speciális városnéző sétákat szerveznek szlovák nyelvű vezetéssel mozgás-, látás- és hallássérült embereknek. Ez adta az ötletet: mi volna, ha megpróbálkoznánk egy magyar nyelven vezetett, értelmileg akadályozott emberek számára szervezett városnézéssel? A Carissimi Nonprofit Alap megkeresésére **Korpás Árpád** idegenvezető, a Pozsonyi Kifli Polgári Társulás alelnöke azonnal igent mondott.

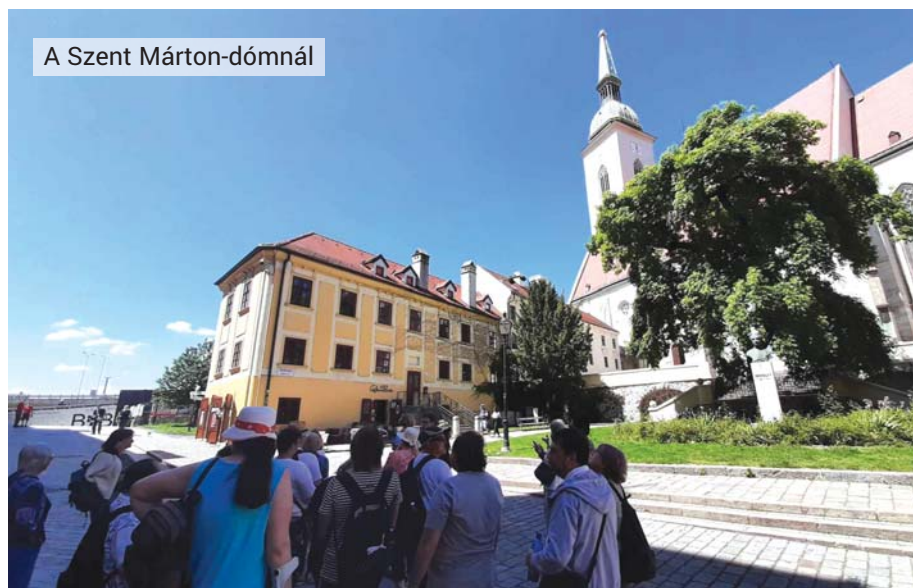
A sétára május közepén, igazi kirándulóidőben indultunk. Az Értelmi Sérülteket Segítő Társulás galántai és du-

naszerdahelyi szervezetének tagjai, valamint marcelházi barátaink autóbusszal érkeztek. Az első megálló a református gyülekezet 111 éve átadott templomában volt, ahol **Buza Zsolt** lelkipásztor fogadta a fiatalokból és kísérőikből álló kis csapatot s mondta el a templom történetét. A folytatásban keresztmetszetet kaptunk a koronázó város történetéről, s megnéztük a magyar múlt emlékeit. A csoport tagjai figyelmesen és ámulva hallgatták az egyszerűsített nyelvezettel, mindenki számára érthetően előadott érdekes történeteket, s bizony az anyukák is elismerték, hogy bár többször jártak a

fővárosban, szinte semmit nem láttak abból, amire kalauzunk felhívta a figyelmet; korábban elmentek a műemlékek mellett, s tekintetüket nem szokták felemelni az épülethomlokzatok felső részéig. Az egykori Sétatéren (korábban Kossuth Lajos, ma Hviezdoslav tér) kis pihenőt tartottunk, mindenki elfogyasztotta a tízóráját, volt, aki fagyaltot is vett. Vezetőnk meglepetéssel is szolgált: elénekelt a pozsonyi Sétatéren című dalocskát. Többen be is kapcsolódtak, mondván, nemcsak ismerik a dalt, hanem táncolni is szoktak rá. A Szent Márton-székesegyház, a régi városháza és a prímási palota megtekintése után fáradtan, de élményekkel telve indultak haza.

A városnéző séta vezetése Korpás Árpád számára – mint megjegyezte – eleinte nem látszott egyszerűnek, eddig ugyanis csak „hagyományos” csoportjai voltak. Egyrészt a mozgásukban akadályozottakra kellett tekintettel lenni, és voltak, akik gyorsabban elfáradtak, ezért lassítania kellett a tempót, másrészt mondandójának rövidítése, nyelvhasználatának egyszerűsítése sem volt könnyű.

„Készültem, de menet közben derült ki, hogy amit az elképzelésem alapján egyszerűnek véltem, azt esetenként tovább kellett egyszerűsíteni, de nem mindig, mert minden akadályozottságuk ellenére értelmes és odafigyelő emberek kísérték. Másként kellett bánnom a tényekkel, adatokkal, évszámokkal, nevekkal. Az úgymond, standard csoportoknál is arra törekszem, hogy az összefüggésekre mutassak rá, és csínján bánjak a különféle adatokkal, de most még inkább figyelmem kellett erre. Menet közben jöttem rá, hogy az elképzeléseimből mi alkalmas, és mi nem. Azt gondoltam, hogy kicsit elvontabb dolgokat is – amikor például a képzelőerőt kell mozgósítani, mert hiányzik az adott épület, vagy teljesen





Pihenő a Seta-téren



A primási palota udvarában

átépítették, és a környezet is más ahhoz képest, amit mondok róla – bele tudok számukra emészthető módon sűríteni a mondandómba, de aztán a másik elképzelt vonalat követtem. Rájöttem, hogy a kisplasztikákra, érdekességekre, a városban levő jelekre, árvízjelző vonalakra, a falakban levő ágyúgolyókra és a hozzájuk kapcsolódó történetekre – például az óvárosházán levő falképen látható fősvény tanácstagéra – lehet igazából építeni. És csak érintőlegesen szabad olyasmivel foglalkozni, amivel más csoportoknál kezdeni szoktam, megadva a keretet az egészhez: hogy ez magyar főváros volt, koronázóváros, országgyűlések helyszíne, de most szlovák főváros. Az ilyen földrajzi reáliákkal meg történelmi szerepkörökkel kapcsolatos dolgok kevésbé emészthetők; de a gyerekeknél

is így van, ilyen szempontból nagyon egyszerűre kell szűkítenem a mondandómat – a felnőtteknek megvannak a kellő előismereteik. Nagyon aranyos a csoport, és kellemes meglepetés volt számomra, amikor a közbeszólásokból azért kiderült, hogy figyelnek, és igenis ilyenfajta ismereteik is vannak. Az is jólesett, hogy azt mondták, akár este kilencig is jönnének velem, annyira élvezik.”

Lanstyák Edit, az Értelmi Sérülteket Segítő Társulás dunaszerdahelyi szervezetének alelnöke hazaindulásuk előtt elmondta: nagy öröm volt számukra, hogy lehetőség nyílt erre a pozsonyi városnézésre. „Meglepetés és öröm, hogy nagyon jó az idegenvezetőnk, érthetően és élményszerűen vezetett bennünket végig a város nevezetességein. Sok új dolgot tanultunk meg és láttunk, amit korábban, amikor itt jártunk, észre sem vettünk. Tökéletes volt.”

Másnap a dunaszerdahelyi klubban megbeszélték, ki-ki hogyan élte meg az eseményt. A véleményeket Lanstyák Edit jegyezte fel.

„Valamennyien nagyon elégedettek voltak. Nagy élmény volt számukra Pozsony utcáin idegenvezetővel végigsétálni hátizsákkal a vállukon, amiben elemőzsia és innivaló volt. Igazi turistának érezték magukat. Jószinak a legnagyobb élménye az egyik szlovák

politikussal való találkozás volt, aki kedvesen odalépett hozzá, és kezét is fogott vele. Örömet nem tudta leplezni, nagy mosollyal köszönt neki, és szlovákul közölte, hogy ismeri őt a tévéből. Azok, akik a református templomban verset mondtak, megtiszteltetésnek vették a szereplést. A főposta színes Zsolnay-tetőcserepeire is emlékeztek, hiszen a Zsolnay-kerámia hungarikum, s erről már tudtak. A prímási palota legkisebb udvarában található pisilő fiús szökőkútnak a történetét is megjegyezték: a szökőkút eredetileg a Fő téren állt, de a polgárosszonyok szemérmessége miatt ide helyezték át, és a Fő téren levő Miksa- vagy ismertebb nevén Roland-kútra került másolatokon már halat tartottak a kezükben a kisfiúk, azok szájából folyt a víz. Emlékeztek a fősvény tanácstag történetére, amelyet vezetőnk az óvárosháza udvarán, a fogyatékossgal élők védett műhelyeként működő kávézó mellett mesélt el, s melynek tanulsága, hogy aki hamisan esküszik, lop és hazudik, azt elviszi az ördög. A Seta-téren nagy élmény volt sétálgatni és átélni a dalból ismert kis Mariska történetét. A dóm nagyon tetszett nekik. A Szent Mártont és a koldust ábrázoló Donner-szoborról fényképet is készítettek, annak alapján elevenítettük fel ismét a történetet, amikor a szent kettévágja a köpenyét, s egyik felét odanyújtja a koldusnak. Azt is megjegyezték, hogy sokáig itt koronázták a magyar királyokat. A prímási palota emeleti termében található, hat csodálatos gobelinből álló falikárpit-sorozat alapján pedig felidéztek Héró és Leandrosz tragikusan végződő szerelmi történetét.

Mindenki hálás volt a nagy élményt adó kirándulásért, valamennyien nagyon szépnek tartják Pozsonyt. S mivel most már a történetét is ismerik a magyar vonatkozásokkal együtt, még inkább magukénak érzik.”

(T.E.)

Maroš Mičlo felvételei.



Kocsis Károly

Akadálymentesen London utcáin

„Az utazás végzetes az előítéletekre és a szűklátókörűségre”. Mark Twain

Gyerekkorom óta vonz a távolság, az új megismerése. Látássérültté válásom óta az előbbi nagymértékben lerövidült. Bátorsággal és külső segítséggel felvértezve tudtam újra elindulni álmaim vágyott helyszíneire.

27 év múltán ötödmagammal látogattunk el a ködös Albion fővárosába. Ambivalens érzésekkel vágtam neki. Vágytam rá, hogy viszontlássam történelmi emlékeit, a soknemzetiségű milliós emberforgatagot: vajon észreveszek-e majd valamiféle változást? Másrészt viszont szorongás volt bennem, hisz a megszokott környezettől elszakadva mindig szembesülnöm kell látássérülésem fokával. Ezek az érzések minden utazásom kezdetének velejárói. A Buckingham-palota, a Piccadilly Circus, valamint a parlament valószínűleg ugyanolyan büszkén hirdeti a britek nagyszerűségét, de vajon milyen élményt nyújt majd, mit fogok érzékelni mindebből? Hozzáállásom megváltoztatásával gyorsan szertefoszlottak aggályaim. A legfontosabb szempont az volt, hogy feleségemmel és a többi útitársammal jól érezzük magunkat. Kíváncsian vártam, hogy olaszországi városnéző utazásainkkal összevetve miben fog hasonlítani az akadálymentesített élményszerzés. Az útiterv készen állt. Ez volt az első nagy lépés az akadálymentesítésben.

A lutoni repülőtérre megérkezve szitáló eső fogadott bennünket. Félórás vonatozás után elfoglaltuk szálláshelyünket, majd az első utunk Notting Hillbe vezetett. Ez a városrész volt az egyik kedvenc filmem-

nek, a Sztárom a páromnak a forgatási színhelye. (Az alkotást az utazásra hangolódva sokadszorra is megnéztük.) A Portobello utcában, szombat este lévén, az ajándékboltokat kivéve az üzletek javarésze már zárva volt. A bárokban, éttermekben csak lézengtek a vendégek, ennek ellenére nagyon kellemes hangulatot árasztott a környék. A filmben megjelenített kultikus kék ajtó házhoz érve ért bennünket az első meglepetés. Ez az ajtó ugyanis nem nyílt sehova, csak díszletként szolgált. A híres piac is üres volt már, mégis örültünk, hogy a filmbéli helyszíneken sétálhattunk.

Másnap délelőtt napos idő fogadott bennünket a város központjában elterülő Hyde Parkban. Üdítőleg hatott ránk a virágok sokasága, a szobrok és a fák keltette hangulat. A kora délelőtti idő ellenére a park tele volt turistákkal, családokkal és futókkal. A közeli Buckingham-palotánál szerettük volna megnézni a

több mint egyórás őrsváltást, de a hosszúra nyúlt ceremónia végét nem vártuk ki, mivel a lovas rendőrök olyan távol tartottak bennünket a kerítés mögött zajló eseménytől, hogy a kíváncsiskodók többsége sem kapott több vizuális élményt, mint én. A két őrseget kísérő katonai fúvószenekar muzsikáját azonban élmény volt hallgatni. A fárasztó ácsorgás után jó volt sétára indulni, meg sem álltunk a Big Benig. Itt elfogott a nosztalgia érzése. A 13,5 tonnás haragnak otthont adó torony olyan magas és széles, hogy azt már én is láttam. A viszontlátás élménye mellett boldogsággal töltött el, hogy ezt feleségemmel együtt élhettem át. A szomszédságban lévő Westminsteri apátság istentiszteletén való részvétel volt a következő programunk. Az impozáns épület egyik oldalhajójába vezettek bennünket. A szertartás több részletében hasonlított a katolikus liturgiához. A nagy létszámú férfi- és fiúkö-



rus gregorián éneke magával ragadó élmény volt.

Ottlétünk harmadik napján a Trafalgar térre mentünk, ahol a látók megcsodálhatják a tér közepén álló égbenyúló oszlop tetején Nelson admirális szobrát. A hely igazi hangulatát egy utcai rockzenekar adta meg. A környék legnagyobb attrakciója a Nemzeti Galéria, ahol a művészet-történet leghíresebb festőinek alkotásait csodálhattuk meg. London múzeumaiba, képtáraiba ingyenes a belépés. Az előzetes regisztráció segíti a soron kívüli bejutást. A mozgásérült látogatókat akadálymentesített különbejárat fogadja. Előzetes egyeztetéssel kerekesszéket is adnak. Látássérülteknek asszisztensi vezetés, illetve hanganyag segíti az élményszerzést. Az akadálymentesítésben nem éreztem különbséget az olaszországi képtárakkal összehasonlítva.

Erre a látogatásra már itthon felkészültem, képelemzéseket hallgattam. Feleségem szavakkal lefestve hozta számomra közelebb az élményt, például William Turner A Temeraire utolsó útja című festményét, amelyen a tekintélyt parancsoló vitorlás hadihajót utolsó útjára kíséri a mellette eltörpülő kis gőzös. Aliglátóként az előzetesen megszerzett ismeretek, a szóbeli leírás, a kép mérete és a színnek együttese adta meg az élmények összességét.

A tömegközlekedési járműveken történő utazásunk zökkenőmentes volt. A széles járdák, az akadálymentesített, magas járdaszegély nélküli átkelők, kereszteződések nagy könnyebbséget jelentettek nekünk. A piros double-decker autóbuszokon találkoztunk látássérültekkel, akik az akadályozottsággal élők számára a középso ajtókhöz közel kijelölt ül-

seken foglalhattak helyet. A pályaudvarokon, megállóknál segítséget lehetett kérni az ott dolgozóktól, asszisztentst is biztosítottak igény esetén. Az utazás előtt kíváncsi voltam, hogy milyen újdonságokkal segítik ottlétünket. Valójában nem vettem igénybe egyiket sem. A feleségem volt ugyanis az, aki mindenben társam volt. Együtt, kézen fogva jártuk be London utcáit, nevezetességeit, ami nemcsak romantikus, hanem hasznos is volt: így jelzi az elém kerülő akadályokat, joystickként használva kezemet. A tapasztalatokat megbeszéljük, benyomásainkat megosztjuk egymással. Ezáltal tudatosítottam, hogy az együtt megélt tesztek számomra mindent akadálymentessé. Ez a mi kapcsolatunk természetes működési módja, így kerek a mi világunk!

(A szerző mentálhigiénés segítő.)



Gál Vera

Apukák, figyelem!

Sajnos, az utóbbi években nagyon sok szakmai tapasztalatom van olyan narcisztikus apukákkal, akik a maguk módján szeretik a családjukat. Általában művelt, optimista beállítottságú, jó munkaképességű, joviális viselkedésű, társaságot kedvelő emberek. De míg az indifferens környezetük hamar megkedveli őket, családjuk lelki, érzelmi és kapcsolati hanyatlásba sodródik. Ennek az az oka, hogy a narcisztikus emberek (főleg a férfiak) életerejüket sajátos módszereik segítségével családjuk érzelmi gyöttréséből merítik. Ide tartozik az érzelmi zsarolás, a feltételekhez kötött szeretet, a megálázás, gúny, agresszív fenyegetés, hazudozás, a bizonytalanságérzés kiváltása, az alárendelt és ellenőrzött csa-

ládtagok nézeteinek, terveinek, érdeklődési körének és érzelmi világának az elnyomása. Mivel az ilyen emberek viselkedése nem olvasható, bármikor szerepet tudnak váltani, és a bántalmazott családtagoknak senki sem hiszi el a szenvedésüket. Problémáikkal egyedül maradnak, s végül maguk is elhiszik, hogy ők a tehetetlenek, a hibások, amiért szétesőben van a családjuk. A lelkileg tönkrement élettárs elveszíti teljesítőképeségét, személyiségi erejét, szülői kompetenciáit, s egyre több teret ad narcisztikus párjának az önérvényesítéshez és a gyermekek felletti uralom átadásához. Ebben az egészségtelen kapcsolatrendszerben fokozatosan leépülnek a szenvedő családtagok, s addig csúsznak lefelé a

lejtőn, amíg valamilyen tragikus esemény következtében szakemberek (rendőrség, pszichológus, pszichiáter, bíróság...) nem lép be a helyzet megoldásába. Mondanom sem kell, hogy az évekig tartó – főleg lelki – bántalmazás következményei nehezen orvosolhatók. Sajnos, azt tapasztalom, hogy ezek a gyermekek és felnőttek magukra maradnak problémáikkal, környezetük elfordul tőlük, s mivel a lelki bántalmazást nehéz bizonyítani, az állami szervek sem képesek megfelelő tárgyilagossággal kezelni a problémát. Mivel munkám során sokszor egyedül és sikertelennek éreztem magam egy-egy lelkiileg bántalmazott gyermek sorsának egyengetésében, a szociális hálón is megpróbáltam fog-

lalkozni a kérdéssel. Az olvasótábort azonban hidegen hagyta a téma. Sajnos, a szakemberek többsége sincs felkészülve arra, hogy mélyre ásva keresse az igazságot.

Ha a lelkiileg tönkretett élettárs – általában a feleség – összeszedi magát, és veszi a bátorságot, hogy elváltjon, a saját lábára állva esetleg még boldog is lesz. A narcisztikus férj és apa világa ilyenkor romba dől, s még komolyabb módszerekhez folyamodik: a volt partnert a gyermekek felhasználásával próbálja tönkretenni. Igyekszik széttepedni gyermekeinek az édesanyjukhoz és családjához fűződő érzelmi kapcsolatát. Figyelmen kívül hagyja, hogy azok a gyermekek, akik állandó stresszben és félelemben, helyes viselkedési minták, az édesapa támogatása és bizalma nélkül nőnek fel, önbizalom- és önbecsüléshiányban szenvednek. Alárendelik magukat az apa, a környezetük, a későbbi partnerük manipulatív módszereinek, és teljesen kitörlik saját múltjukat. A domináns narcisztikus apa módszereit másolva átveszik nézeteit, életmódját és az édesanyjuk elleni gyűlöletet. Egy 10-14 éves gyermek azonban képtelen saját múltja és érzelmi kötődéseinek kitörlésére, így meghasonul önmagával. Elveszti saját identitását, s azzal az érzéssel küzd, hogy addigi élete, kapcsolatai és értékelésük helytelen volt, mert nem egyezik az apa – a vezér, a tekintély – nézeteivel, aki türelmesen, folyamatosan, érzéketlenül „agymosást” végez gyermekein. Ezek aztán szilárd táptalaj nélkül céltalanul lebegnek, s végtelenül hálásak az apjuk által nagy gesztussal itt-ott odavetett parányi szeretetnek, elismerésnek. Az ilyen apák, sajnos, nem tudatosítják, hogy a bosszúállás veszélyezteteti gyermekeik egészséges személyiségfejlődését, és azok idővel kisebb-nagyobb bűncselekmények miatt a rendőrségen kötnek ki, vagy pszichiátriai kezelésre szorulnak. Nem fogják fel,

hogy manipulált gyermekeik meggyötört, de talpra állt édesanyját többé nem tudják megalázni, manipulálni, legyűrni vagy megfélemlíteni. Ezek a nők már önfenntartási ösztönrel vannak felvértezve, s az orvosi kezelés, terápia, múltjuk aprólékos elemzése után erős egyéniségekké váltak, akik sosem mondanak le gyermekeikről. A lelkiileg meggyötört gyermek jövőjének veszélyeztetéséért, a személyiségfejlődésének károsodásáért egyedül az ilyen apákat terheli a felelősség, de azok továbbra is csak formálisan fognak velük törődni. A valóságban ugyanis nem a gyermekük a tét, hanem az, hogy bármi áron bosszút álljanak a volt feleségükön, akinek volt mersze szembeszölgölni velük. A narcisztikus ember nem vállal felelősséget tetteiért, és visszautasítja a szakember segítségét. Gyermekeit is úgy neveli, hogy ellenszenvet érezzenek a segítőkész pszichológus, terapeuta, orvos vagy rendőr iránt, akik esetleg felfedhetnék a dolgok valódi hátterét.

Mivel intelligens szülőknek többnyire intelligens gyermekeik vannak, tudatosítanunk kellene, hogy az ilyen apák személyiségzavaruk miatt lehetetlennek teszik gyermekeik megfelelő önmegvalósítását és jövőjét. A liberális elvek túlhajszolása, az egészségtelen életvitel, az értékrend kisiklása, a feltétlen és őszinte szeretet hiánya, a pénz hatalma, a meggyengült erkölcs, a konstruktív kommunikáció hiánya, az egészséges társas kapcsolatok leépülése, a nőnek fogyasztói termékkel való leértékelése, a család jelentőségének csökkenése, a szubjektívizmus és az egoizmus következtében nő a narcisztikus személyek száma, akik aztán egyre nagyobb számban nevelnek fel új narcisztikus vagy másként csorbult személyiségeket. Sajnos, ma már nem számít bűncselekménynek, ha az egyik szülő – esetünkben a narcisztikus apa – a másik ellen neveli, „uszítja” a gyermeket. Ezt nagyon

komoly hibának tartom, mert a gyermek és az édesanyja legfontosabb, ösztönös és elsődleges kapcsolatának tudatos és célzatos megbontása a leg súlyosabb véték a gyermek személyiségfejlődése ellen, s gyakran kimeríti a közeli személy lelki bántalmazása bűncselekményének fogalmát. Igaz, hogy a lelki bántalmazás nehezen bizonyítható, de képzett szakember fel tudja ismerni. A lelkiileg gyötört ember személyiségjegyei és a narcisztikus személyiségei egyaránt ismeretsek. A szakemberek munkája, az itt-ott megjelenő nonprofit szervezetek igyekezete is eredménytelen, szélmalomharc lesz, mert például a gyermekről való váltakozó gondoskodás során tárgyilagos értékelésre még nem képes kisgyermek vagy traumatizált-önbántalmazó serdülő esetében egyaránt tovább folytatódik a negatív befolyásolás, így személyiségük nem tud kialakulni. Mivel a narcisztikus apát a családtól jogilag nem lehet távol tartani, negatív, romboló befolyása nem szüntethető meg. A feleség-anya bántalmazása érett személyiség korában történt, így könnyebben orvosolhatók a lelki bajai. A gyermekek viszont fejlődésük során könnyebben és mélyebben sebezhetőek, ezért a traumáik nehezebben kezelhetők, és sok esetben egész életükre nyomasztó hatással lesznek.

Társadalmunkban hiányzik az ágatzközi konstruktív megoldáskeresés, a szigorúbb jogi szabályozás, a pedagógusok, nevelők, diákok ilyen irányú felkészítése, a bántalmazottak megkülönböztetett védelme. Még mindig nem az áldozatot védjük, hanem teret engedünk a bántalmazónak, nehogy megsértsük törvényes jogait. Ez a tétlenség is növeli a megsebzett, veszélyeztetett jövőjű gyermekek, az öngyilkosságot latolgató vagy szki-zofrén fiatalok számát, egyre csökkentve a jövő generációk teljesítőképeségét.

(A szerző gyermekpszichológus.)

Felkészítés az életkezdesre

A Kassai Regionális Oktatási Hivatal fenntartásában működő Királyhalmi Közös Igazgatású Iskola két szervezeti egységből áll. A speciális alapiskolában a sajátos nevelési igényű – értelmi fogyatékos – tanulók számára húsz magyar és két szlovák tannyelvű osztályban folyik az alapképzés, és felkészítik őket speciális szakiskolákban, illetve készségfejlesztő iskolákban való továbbtanulásra. A három évfolyamos készségfejlesztő iskolában három magyar és egy szlovák tannyelvű

osztályban készülhetnek a tanulók az életkezdesre, útmutatást kapnak az egyszerű betanulást igénylő munkafolyamatok elsajátításához, azoknak pedig, akik nem képesek szakképzésben részt venni, a munkába álláshoz és az életkezdeshez szükséges ismereteket adják át. A fő választható tantárgy a kerámia-készítés. Az iskola elvégzésével alsó középfokú szakmai végzettség szerzhető. A tanintézményt a helyieken kívül Nagykaposról és a környező falvakból több mint kétszáz tanuló látogatja, az oktatásukat-nevelésüket végző harminckét tagú tantestületben pedagógiai asszisztensek is dolgoznak.

Kondor Melinda igazgatónő büszke rá, hogy tanulóik többféle versenyen képviselik sikerrel iskolájukat, nem egyszer

dobogós eredményt elérve. Országos és nemzetközi rajzversenyeken különböző témákban mutatták már meg tehetségüket. Lerajzolták, milyen egy nap mobiltelefon nélkül, készítettek

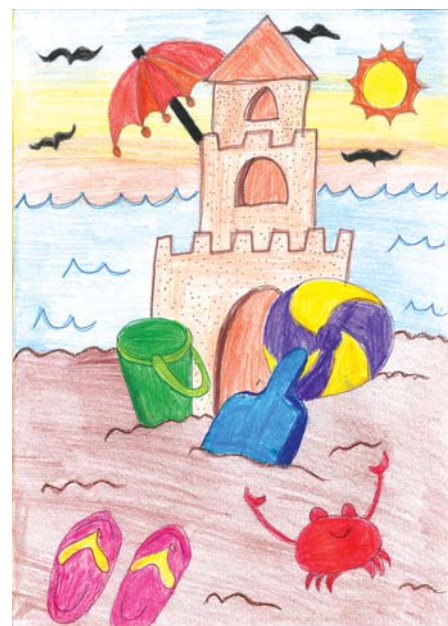


Bandor Attila, 10. b

rajzokat ételekről, zászlókról, kertészkedésről, természetvédelemről, a csatládról. Tökfaragó, kerámia-készítő és



Szopko Erika, 8. a



Oláh Tessza, 1. b

zenei versenyen is jeleskedtek. 10-15 tanuló tagja az iskola Varázskerék színjátszó csoportjának. Legtöbbször cigány népmeséket dolgoznak fel. Rendszeres, sikeres szereplői a Duna Menti Tavasz országos báb- és színjátszó fesztiválnak. 2022-ben az aranyos minősítés mellett elnyerték a gyerekszíri díját és a zsűri különdíját. Idén ugyancsak aranyosok lettek Dunaszerdahelyen, nekik ítéltek a zsűri különdíját a színpadi látványért, s meghívást kaptak vendégszereplésre az NFGreen KIDS fesztiválra Találsra. És ha ez még nem volna elég: táncsoportjuk is van, amellyel tavaly a Szarka Tamás által meghirdetett Esthajnal tehetségkutató versenyen eljutottak a 2. forduló döntőjéig.

Arról, hogy az iskolában sok tehetséges rajzoló van, olvasóink is megbizonyosodhatnak. A várva várt nyári szünidőről készített munkáikból lapunk 2. oldalán összeállítást találunk.



Gáspár Izabella, 7. a

Sztakó Zsolt

Sivárság

Egyedül vagy a tömegben is. Mert ők nem érthetnek meg téged. Sajnálhatnak vagy megítélhetnek – ki nek-kinek gusztusa szerint –, de meg nem érthetnek. Még a hozzád legközelebb állók sem, még a legnagyobb jóindulattal sem. Egyszerűen azért, mert az ő életük annyira más, mint a tied, mintha két külön univerzumban élnének.

Ők reggel felébrednek, kikászálódnak az ágyból, lezuhanynak, megreggeliznek – persze, vannak olyanok, akik mindezek előtt a cigi, kávé kombóval indítják be a napot –, aztán indul a napi robot. Van, aki gyárban gürcöl nyolc órát, míg le nem telik a műszakja, más egy irodában görnyed az asztal fölé. Közös bennük, hogy egyik sem az álmaikat valósítja meg. Őket nevezzük bérabszolgnak.

Te ellenben reggel felébredsz, és addig bővölöd az ajtót, amíg valaki rád nem méltóztatik nyitni, és tisztába nem tesz. Merthogy az éjszaka nem múlt el nyomtalanul. Aztán beültetnek a kocsiba, ahol végre kezded veheted az irányítást. Ugyanis minden eshetőségre számítva magaddal hoztad az elektromos kocsidat, amely bizonyos mozgásteret biztosít neked. No nem nagyot, csak egy kicsit, amit az is bizonyít, hogy a három hetet egyetlen feltöltéssel csináltad végig.

...ja, és hogy el ne felejtsem: minden második nap zuhanyozol – ha éppen van meleg víz ebben a lerothadt, múlt századból itt felejtett épületben. Amúgy napjaid nagy részét a notebook előtt töltöd, amely köldökzsínór a világhoz, és a mun-

kaeszközöd egyben, s ragaszkodtál hozzá, hogy ide is magaddal hozd. Ugyanis a nővéreddel ellentétben neked nem voltak illúzióid, mikor



vállalkoztál erre a háromhetes bentlakásra.

Vannak olyan élethelyzetek, amikor az egyik legfontosabb feladatunk leszámolni az illúziókkal – így legfeljebb csak kellemes csalódások érhetnek bennünket.

Szóval, ott tartottál, hogy a napjaid nagy részét a notebook előtt töltöd, és írsz. Írsz: ugyanis ez az egyetlen tevékenység, amelyre többé-kevésbé alkalmas vagy. Történeteket kitalálni és keretet adni nekik, ez még egy rocknak is megy.

Most már nem tudnád megmondani, hogy mikor volt az a pillanat, amikor döntöttél: író leszel. Végig gondoltad az előtted álló évtizedeket, hogy milyen élet is vár rád, és semmi kedved sem volt ahhoz, hogy

egy egész életet végigvegetálj, mint egy sarokba állított fikusz.

Egy fiatal fiúnak ez nem lehet opció. Vagy önpusztító üzemmódba kapcsol, vagy valami értelmeset kezd az életével.

Ezért aztán te elhatároztad, hogy írni fogsz, ami már csak azért is logikus döntés volt, mert a beszéded nehezen érthető. Így legalább írásban kifejezheted magad.

Anyuval minden reggel beszélgettek a Messengeren, és ha egy reggel elmarad ez a szeánsz, máris pánikol. Ezért hát minden reggel az az első dolgod, hogy felhívod őt, és pár percet beszéltek. Persze délután is látjátok egymást, amikor a sógorod elhozza őt, de ezek a reggeli beszélgetések bevett koreográfiája lett a napjaidnak.

Eredetileg háromhetes rehabilitációra jöttél, de az – mármint a rehabilitáció – csupán nyomokban fedezhető fel itt. Napi fél óra, és túl vagy rajta.

A kezdedbe adnak egy drótot, hogy tartsd, míg a másikkal a rehabilitációs nővér szurkálja a karodat. Elektromos akupunktúra akar lenni, de te, őszintén szólva, semmit se érzel, ezért lelkifurdalásod is van, mert úgy látszik, nem te vagy a megfelelő páciens.

Fellélegzel, amikor a három hét letelik, és végre újra otthoni levegőt szívhatsz. Hogy mégis mi maradt meg benned ebből a három hétből? Erre egy szóval válaszolhatsz: a sivárság.

Magyar–szlovák, szlovák–magyar szótár

akadályozott beszédfejlődés, fejlődési diszfázia – naru-
šený vývin reči, vývinová dysfázia
autentikus mozgás – autentický pohyb
beszéderítés – porozumenie reči
(a) beszédprodukciónak zavara – porucha motorickej reali-
zácie reči

dizartria – dyszartria
érdekvédelem – obhajoba záujmov
értelmi fogyatékoság – mentálne postihnutie
érzelmi zsarolás – citové vydieranie
fejlődési diszfázia, akadályozott beszédfejlődés – vývi-
nová dysfázia, narušený vývin reči
fekvőbetegrésztleg – lôžkové oddelenie
feszültség – napätie
hemiparézis – hemiparéza
játékterápia – terapia hrou
kerekesszék – invalidný vozík
késleltetett beszédfejlődés – oneskorený vývin reči
képességfejlesztő iskola – praktická škola
kiejtés – výslovnosť
közös igazgatású iskola – spojená škola
krízisintervenció – krízová intervencia
lelki bántalmazás – psychické týranie
motoros készségek – motorické zručnosti
művészetterápia – arteterapia
narcisztikus személyiség – narcista
önbizalom – sebaistota
önfenntartási ösztön – pud sebazáchovy
öngyógyítás – sebaliečenie
sajátos nevelési igény – špeciálna výchovno-vzdelávacia
potreba
segítő szakmák – pomáhajúce profesie
személyiségfejlődés – vývoj osobnosti
személyiségjegyek – osobnostné črty
személyiségzavar – porucha osobnosti
szókincs – slovná zásoba
szorongás – úzkosť
tájékozódás időben-térben – orientácia v čase a priestore
tánc- és mozgásterápia – tanečno-pohybová terapia
tanulási zavarok – poruchy učenia
terapeuta – terapeut
zeneterápia – muzikoterapia

arteterápia – művészetterápia
autentický pohyb – autentikus mozgás
citové vydieranie – érzelmi zsarolás
dizartria – dizartria
hemiparéza – hemiparézis
invalidný vozík – kerekesszék
krízová intervencia – krízisintervenció
lôžkové oddelenie – fekvőbetegrésztleg
mentálne postihnutie – értelmi fogyatékoság
motorické zručnosti – motoros készségek
muzikoterápia – zeneterápia
napätie – feszültség
narcista – narcisztikus személyiség
narušený vývin reči, vývinová dysfázia – akadályozott
beszédfejlődés, fejlődési diszfázia
obhajoba záujmov – érdekvédelem
oneskorený vývin reči – késleltetett beszédfejlődés
orientácia v čase a priestore – tájékozódás időben-tér-
ben
osobnostné črty – személyiségjegyek
pomáhajúce profesie – segítő szakmák
porozumenie reči – beszéderítés
porucha motorickej realizácie reči – a beszédprodukciónak
zavara
porucha osobnosti – személyiségzavar
poruchy učenia – tanulási zavarok
praktická škola – képességfejlesztő iskola
psychické týranie – lelki bántalmazás
pud sebazáchovy – önfenntartási ösztön
sebaistota – önbizalom
sebaliečenie – öngyógyítás
slovná zásoba – szókincs
spojená škola – közös igazgatású iskola
špeciálna výchovno-vzdelávacia potreba – sajátos neve-
lési igény
tanečno-pohybová terapia – tánc- és mozgásterápia
terapeut – terapeuta
terapia hrou – játékterápia
úzkosť – szorongás
výslovnosť – kiejtés
vývinová dysfázia, narušený vývin reči – fejlődési disz-
fázia, akadályozott beszédfejlődés
vývoj osobnosti – személyiségfejlődés

Támogatóink:

Kisebbségi Kulturális Alap

(Realizované s finančnou podporou Fondu na podporu kultúry národnostných menšín.);
Csémi Ildikó és Szilárd, Komárom; Derencsényi Éva, Bátka; Kováčik Ilona, Rimaszombat;
Kurcz János; Lakatos Annamária, Somorja.

