

Carissimi

Esély fogyatékos és egészségkárosodott embereknek

XV. évfolyam, 2024/4., december



*Békés
karácsonyi ünnepeket
és boldog új évet
kivánunk.*

Igaz történetek

Hallássérült gyermek karácsonya

Egyszülős családok gondjai – kutatás

Kell egy karácsonyfa, amit körbe lehet táncolni

Pillanatképek a Dunaszerdahelyi Értelmi Sérülteket Segítő Társulás életéből. Cikkünk a 27–29. oldalon.



Tartalom

Rác Jolán: Igaz történetek	3
Horváth Péter László: Az egyenlő eséllyel hozzáférhető információ készítésének 3 nyelvi irányelve	6
Jenei Klára, Cziráki Zsolt, Horváth Péter László: Könnyű nyelven beszélni anyyi, mint minden emberhez szólni!	7
Kutatás az egyszülős családokról	8
Tomáš Beniček: Tánckonstelláció	12
Magyar Adél: A kora gyermekkor mozgásterápiás lehetőségeiről	14
A mi történetünk: Szívárványbabából sorsfordító baba	16
Gyöngyösi Katalin, Ungvári Györgyi: Révészszolgálat a Mozgássérült Emberek Önálló Élet Egyesületében	19
Buzgó Menyhart Annamária: Kell egy karácsonyfa, amit körbe lehet táncolni	22
Puha Andrea: Hallássérült gyermek karácsonya	25
Kocsis Károly: Csak táncolni kell...	26
Egy délután barátokkal a klubban	27
Hóka Rozália: Egyasszony – könyvajánló	30
Major Árvácska: Az író ember köszöntése – könyvajánló	30
Sztakó Zsolt: A pillanat	31
Melaj Erzsébet: Sandro Botticelli: Misztikus születés	32
Lapbúcsúztató	34
Magyar–szlovák és szlovák–magyar szótár	35

Címlap: Úrvölgy. Duray Zoltán felvétele
Hátlap: Karácsonyvárás az Érsekújvári Regionális Oktató és Szociális Központban

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: PaedDr. Strédl Terézia PhD pszichológus, gyógypedagógus, a Selye János Egyetem oktatója; Mgr. Köböl Tibor szociális tanácsadó, Izomsorvadásos Betegek Országos Szervezete, tel.: 0948 046 672. Grafika, tördelés: Nagy Attila. Nyomja: Valeur Kft., Dunaszerdahely. Terjeszti: Mediaprint-Kapa Pressegrasso, a. s. Levélcím: Carissimi, Bučinová 14, 821 07 Bratislava. Telefon: 0907 812 236. E-mail: carissimi.lap@gmail.com. Honlap: www.carissimi.sk. Ingyenes kiadvány. Megjelenik negyedévente 1300 példányban. ISSN 1338-2438, ISSN 1338-2446 (online). Engedélyezési szám: EV 3982/10. Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.



Rác Jolán

Igaz történetek

Az első nagyon régi. Kétezer évvel ezelőtt egy hatalmas uralkodó, Augustus császár népszámlálást rendelt el. Tudni akarta, hogy hányan vannak az országában, mennyi adófizetője van, hány harcra fogható férfi él birodalmában. Az volt a szabály, hogy mindenkinek azon a településen kellett jelentkeznie, ahonnan származott, ahol korábban elődei éltek. Sokan útra keltek. Hosszú, fárasztó utat tettek meg, a legtöbben gyalog.

Időutazásra hívok most minden kedves olvasót, hogy gondolatban csatlakozunk a császári parancsnak eleget tevő jegyespárhoz, Józsefhez és Máriához, akik Betlehemből származtak. Ezért oda kellett elmenniük, hogy számba vegyék őket. Képzeletben bejárjuk velük együtt a Földközi-tenger keleti partvidékét Názárettől Betlehemig. Úgy is mondhatjuk, a Szentföld egy részét. Gyönyörű vidék, tele dombokkal, sziklás pusztákkal, de veszélyekkel is. A fáradtságtól elcsigázva talán már nem is tartották annyira szépnek. Elhaladva a főváros, Jeruzsálem mellett végre meglátták Betlehem fehér házait. Már éppen beesteledett. Valahol le kellett pihenniük, ezért szállást kerestek, de a vendégfogadók mind tele voltak a népszámlálásra érkezőkkel. Sehol nem akadt számukra hely. Hiába kértek segítséget, csak elutasításban volt részük. Végül egy fogadós megszánta őket, és az állatok között, az istállóban meghúzódhattak. Hálásan tértek nyugovóra, ott a szalmán kinyújtózva, békésen elcsendesedve. Talán gondoltak az őseikre is, akik közt ott volt népük legnagyobb uralkodója, Dávid király, ugyanis királyi leszármazottak voltak, de erre már senki sem emlékezett a földön, csak a mennyben.

Odakint minden elcsendesedett. Sűrű, sötét éjszaka borult a tájra. Csak a csillagok vibráltak a mennybolton. És ebben a csendes éjszakában csodálatos valami történt. Ott kapta meg Mária a gyermeket, akiről az angyal előre szólt neki.

Angyal jelentette meg a pásztoroknak is a betlehemi éjszakában, hogy Megváltó született. A keleti bölcseket egy csillag vezette a gyermek Jézushoz. Azok úgy tisztelték őt, amint szokás, ajándékokat vittek neki. Ha majd felnőtt, Ő is király lesz, a Királyok Királya. Az emberré lett Isten. Aki egyé tette magát a betegekkel, a szenvedőkkel, hogy segítsen, hogy jót tegyen velük. Az emberek mégis azt tartották róla, hogy csak az ácsmester fia. A nép vezetői sem ismerték fel. Sőt elutasították, és irigységből megölték.

Ez a Király, a menny és föld királya ma is szállást keres, de nem franciaágyban vagy luxusapartmanban, hanem az emberi szívekben. Ott szeretne lakozást venni. Hogy ott békességet teremtsen. Mert ő a békesség fejedelme. Régebben az évek számlálása eléggé megbízhatatlan volt. A királyok uralkodási ideje volt mérvadó. Aztán új királlyal újra előről kezdték az évek számlálását. Jézus születése óta van ez a mostani, folyamatos, viszonylag biztos időszámítás.

Egy másik igaz történetem Alfréd királyról szól. Ő is nagyon régen uralkodott, több mint ezer évvel ezelőtt a mai Anglia egy részén. Okkal hívhatnánk őt az angolok István királyának, annyira vonzó az életútja és

erkölcsi nagysága. Ugye nem gondoljuk, hogy egy király élete csupa dicsőség és pompa? Bizony nem. Alfréd csak huszonhárom éves volt, amikor király lett. Tucatnyi háborút vívott a környező népekkel, de rendületlenül népe felemelkedését szolgálta. Négy éve volt már Anglia királya, amikor menekülésre kényszerült, hogy pusztá életét megmentse. Hontalanul, barátok nélkül, álruhában vándorolt. Egy szegény tehénpásztor kunyhójánál keresett menedéket, de nem ismerték fel, és elzavarták. Ha felismerik, talán másképp bánnak vele?

Van egy harmadik igaz történetem is, nem annyira régi, mint az első kettő. Ez csak százéves, a szüleimtől halottam. Kora gyermekkori emlékezetem legkedvesebb történetei ezek, a felvidéki ébredési és árvaházi mozgalommal kapcsolatosak. Most, közel hetven év távlatából úgy látom, hogy személyes életutamat a segítség és gyámolítás szolgálatára közvetlenül ezek a régmúlt missziói eseményekről szóló elbeszélések jegyezték el.

Olvasmányaimból és emlékeimből idézek: „A nap 1928. március 25-e, a helyszín a komáromi egyházmegye egyik legszegényebb gyülekezete, Marcelháza” (Tóth Kálmán: Kősziklára épített ház). A vasárnap délutáni istentisztelet után együtt maradtak, és ki-ki elmondta az aznapi aranymondását. A lelkész, Nehézy Károly is, aki ekkor 36 éves, sorra került. Az övé a Máté evangéliuma 2,2-ből volt: „Hol van a zsidók királya, aki megszületett?” És elkezdtek keresni, hol található. „Mindennütt” – mondta valaki. „Hát a mennyben” – így a másik. „A szívünkben” – mondta egyik fiatal lány. De megtalálható test szerint is? „A szűkölködőkben” – folytatta valaki. A lelkész egyre elégedettebb volt a válaszokkal. Aztán tovább tartott a kérdezősködés: „Ha Jézus csakugyan itt



Nagy Zoltán illusztrációi

járna a földön, ki volna hajlandó neki ételmezt és szállást adni?” Akadtak jelentkezők. Így jutottak el a Márk evangéliuma 9,37-hez: „aki a gyermekek közül egyet befogad az én nevemben, engem fogad be”. Ezek Jézus szavai. „Nem is nehéz megtalálni”... Csend. „Ki adna szállást és ételmezt Jézusnak, és ki gondolná?” Gyötrelmes pillanatok következnek. Mindenki érzi, hogy komolyra fordult a beszélgetés. A lelkész felesége szólal meg: „Én adok neki szállást is, ételmezt is.” „Én meg gon-

dozom őt” – mondja az a felnőtt árva lány, aki már évek óta a lelkészcsaládnál élt. És ezzel megszületett az árvaház. Az első két árva, miként Jézus, virágvasárnap vonult be a marcelházi parókiára. Az Ő nevében fogadták, mintha Őt fogadták volna. Nehéz volt a kimosdatásuk. A lelkész, hogy alapos legyen a munka, a tetvetlenítést, rongyaik elégetését saját kezűleg végezte. Minden bibliaköri tag magára vállalt valamit a felöltöztetésükből, gondozásükből. Újabb és újabb árvák

jöttek, akiket befogadtak Jézus nevében. És kiteljesedett az árvaházi mozgalom, sok önkéntes munkással és önzetlen segítővel. Nevelték az árvákat hitből és szeretetből, sok imádsággal, minden hivatalos támogatás nélkül.

Magukkal ragadtak ezek a csodálatos történetek... Lapozgattam, olvastam a Hajnal, a Kiskoszmály c. missziós lapokat. Vágytam arra, hogy Jézust szívembe fogadva és kézen fogva egy segítségre szorulóban vezegessem. Ez a vágyam teljesült.

Boldog karácsonyt kívánok.

(A szerző református lelkész.)



Fésűs Éva

December, december...

December, december,
a világ csilingel,
hóember hófejlén
fazék a cilinder.

Kisbunda, nagybunda,
kell már a szőrkuksma,
hóaplant szó a tél
medvére, mókusra.

Kiscsizma, nagycsizma
csikorgó hóban jár,
piros kis orroddal
cinegét foghatnál.

December deret fúj,
december fagyot hoz,

a világ mégiscsak
ünnepre harangoz.

Hamvadó alkonyban
csillag gyúl faágon,
meglátod, egyszer csak
itt lesz a karácsony!

Pásztorok hirdették,
angyalok dalolták,
meséknél szebb ez a
tündöklő valóság!



Népköltés

Karácsonyi köszöntő

Örüljetek, örvendjetek,
E napon vígan legyetek,

Mindnyájan most vigadjunk,
Mert ma született Urunk,
Siessünk, ne késsünk,
Betlehemi istállóhoz
Induljunk!
Lőrincke, Ferencke
Vigadjál,
Andriska, sípodon
Sípoljál!

Isten Fia jászolba,
Szénán fekszik, s szalmába,
Szűz szent anyja ringatja,
Szent József takargatja.
Pásztorok, vigadjunk,
Mert született Urunk,
Kit régen vártunk,
Gyuricska, örvendezz
És dudálj!
Jancsika, sípodon
Furulyálj!



Šimon Marcis

A rajzokat az
Érsekújvári Re-
gionális Oktató és
Szociális Központ
tanulói készítették.



Lea Strážovská



Gál Dániel



Török Péter



Horváth Péter László

Az egyenlő eséllyel hozzáférhető információ készítésének 3 nyelvi irányelve

A tisztelt Olvasó a Carissimi 2023. évi 1., 2. és 3., valamint 2024. évi 3. számában tájékozódhat arról, hogy

- milyen magyar nyelven elérhető szabályrendszereket használhatunk,
- milyen tipográfiai irányelveket érdemes követni,
- mit lehet tudni az egyszerűen/könnyen érthető vizuális ábrázolásról,
- milyen alapelveket érdemes szem előtt tartani az információ nyelvi megformálásakor.

Azt javaslom, hogy mielőtt belevág a jelen tanulmányban bemutatásra kerülő, az egyenlő eséllyel hozzáférhető információ készítésére vonatkozó nyelvi irányelvek megismerésébe, elevenítse fel a korábban már megjelent cikkekben olvasottakat.

Bevezető gondolatok

Az információ nyelvi megformálására vonatkozó irányelvek alkalmazásával tudunk különböző nyelvi szintű (közérthető, egyszerűen érthető, könnyen érthető) szöveget készíteni.

Sajnos, ezeknek az irányelveknek a beválását – ismereteim szerint – nem igazolták még a célcsoport, azaz értelmi sérült személyek körében végzett tudományos kutatásokkal. Ezért az itt bemutatásra kerülő irányelvek alapján készült szövegek érthetőségéről, bár közel egy évtizedes, de csak gyakorlati tapasztalataink vannak.

Valamennyi, általunk már alkalmazott irányelv bemutatására, sajnos, nincs most lehetőség. Ezért közöljük azt a hármat emeljük ki, amelyek szubjektív benyomásaink alapján a legfontosabbnak tűnnek.

1. irányelv: Összetett mondat helyett inkább egyszerű mondatokban fogalmazzunk!

Az összetett mondatot nehezebb értelmezni, mint az egyszerű mondatot. A többszörösen összetett mondat vagy pl. a kettőnél több soros mondat dekódolása különösen nehéz. Ezért közérthető nyelvi szinten (B1) azt javasoljuk, hogy az összetett mondat ne álljon több mint 2 tagmondatból. Egyszerűen érthető nyelvi szinten (A2) a mellérendelő mondatot inkább két vagy több egyszerű mondatban fogalmazzuk meg. Az alárendelő mondatot pedig minden olyan esetben szedjük szét két vagy több egyszerű mondatra, amikor erre találunk megoldást. Könnyen érthető nyelvi szinten csak egyszerű mondatokat írjunk.

Íme egy példa:

„Múzeumunk Lénárt András bábos tevékenységét és Mikropódium bábszínházát bemutató időszakos tárlata kapcsán került gyűjteményünkbe ez a kis fafigura, mely a bábkészítő-bábművész által kifejlesztett különleges bábtechnika egyik mintadarabja.” (Országos Színháztörténeti Múzeum és Intézet)

Egyszerűen érthető nyelvi szinten a fenti szöveget például így fogalmazzhatjuk meg:

Az Országos Színháztörténeti Múzeumban bemutatjuk Lénárt András tevékenységét. Lénárt András bábművész. Lénárt András fából készített egy nagyon érdekes figurát. A figura egy embert ábrázol. A figura nagyon különleges technikával készült. A figurát a múzeumban megnézheted.

Ne feledjük, hogy a fenti mondat-sort a tipográfiai irányelvek alapján úgy kellene tördelni, hogy minden mondat új sorban kezdődjön. A vizuális ábrázolásra vonatkozó irányelvek alapján a szöveg mellé kell(ene) szer-

keszteni a szóban forgó bábfiguráról készült színes fényképet.

2. irányelv: Ha lehet, akkor kerüljük el a feltételes módot!

„Ha lenne pénzed, vehetnél magadnak fagyit.” Ez a mondat tulajdonképpen arra utal, hogy neked most nincs pénzed, és ezért most a saját pénzedből nem tudod megvenni a fagyit. És persze van benne még egy rejtett tartalom: a fagyit nem ingyen adják, a fagyíért fizetni kell; a fizetéshez pedig pénzre van szükség. Az itt bemutatott tartalmat sűríti a feltételes módban megfogalmazott mondat.

A feltételes mód megértése gondot okozhat az értelmi sérült emberek egy csoportjának.

Köznyelvi szinten (B1) – álláspon-tunk szerint – nyugodtan lehet feltételes módot használni. Egyszerűen érthető nyelvi szinten (A2) érdemes megfontolni az elkerülését, vagy érdemes egy másik mondattal megmagyarázni a jelentését. Könnyen érthető nyelvi szinten (A1) ne használjunk feltételes módot.

A fenti mondat egyszerűen érthető nyelvi szinten például így hangzik: „Gabi! Fagyit pénzért tudsz venni. Neked nincs pénzed. Nem tudsz fagyit venni.”

3. irányelv: A névmások helyett használjuk azt a szót, amelyiket a névmás helyettesíti!

A névmásokat általában nehéz értelmezni, ezért alkalmazásukat érdemes megfontolni. Az irányelv pontos értelmezéséhez ugyanakkor szólni kell arról, hogy sokféle névmást ismerünk: személyes, birtokos, visszaható, kölcsönös, mutató, kérdő, vonatkozó, határozatlan, általános. A névmásfajták között vannak olyanok is, amelyeket nem

nagyon lehet elkerülni. Ilyen pl. a kérdő névmás (pl. ki, mi, milyen, mikor, hol stb.). A többségük azonban – sokszor csak szóismétléssel vagy az általánosítás elkerülésével és így az eredeti kommunikációs szándék módosításával, de – elhagyható.

„A névmások jelentését a szövegkörnyezet határozza meg, ebből derül ki, hogyan kell értelmeznünk azokat.” A többszörösen összetett mondatban két névmást azonosíthatunk. Az egyik: ebből. A másik: őket. Az „ebből” a „szövegkörnyezet” helyett, az „azokat” a „névmások” helyett szerepel. Azaz: „A névmások jelentését a szövegkör-

nyezet határozza meg. A szövegkörnyezetből derül ki, hogyan kell értelmeznünk a névmásokat.”

A névmásnak nincs konkrét jelentése. Jelentésének a megértéséhez tehát elvont gondolkodásra van szükség: arra kell rájöttünk, hogy melyik szót helyettesíti. Ez a gondolkodási művelet pedig okozhat nehézséget.

Közérthető nyelvi szinten (B1) a névmások értelmezése talán nem okoz gondot. Egyszerűen érthető nyelvi szinten (A2) érdemes a névmás helyett azt a szót használni, amelyiket helyettesíti. Igaz ez akkor is, ha így ismételnünk kell a szavakat.

Könnyen érthető nyelvi szinten (A1) mindenképpen kerüljük el a névmások alkalmazását.

Álljon itt még egy példa: „Ha valakit megbántottál, ülj le, és gondolkodj el rajta!” Ugyanez egyszerűen érthető nyelvi szinten: „Pisti! A viselkedéseddel most nagyon megbántottad Petit. Ülj le! Gondolkodj el a viselkedéseden!”

Sok sikert és sok pozitív tapasztalatot kívánunk az itt bemutatott 3 irányelv alkalmazásához.

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

Jenei Klára, Cziráki Zsolt és Horváth Péter László

Könnyű nyelven beszélni annyi, mint minden emberhez szólni!

Az Erasmus+ mobilitási program keretében nyert támogatást a szegedi székhelyű Értelmi Fogyatékosok Csongrád Megyei Érdekvédelmi Szervezete – többek között – felnőttképzési tanfolyam lebonyolítására. A Legyen a világ könnyen érthető! című, 20 órás képzést a pozsonyi székhelyű Carissimi Nonprofit Alappal kötött együttműködési megállapodásnak köszönhetően Dunaszerdahelyen valósítottuk meg, 19 fő részvételével.

A képzést megelőzte egy előkészítő látogatás 2024. április 30-án. Ezt követően szeptember 20-án, majd október 19-én és 20-án, végül november 22-én és 23-án voltak a képzési napok. Fontosnak tartottuk, hogy a képzési alkalmak között legyen elegendő idő a tanult ismeretek elmélyítésére. A tanfolyam során beszéltünk arról, hogy mit jelent az egyenlő eséllyel hozzáférhető információ, illetve miért fontos a könnyű nyelv a mindennapjainkban. Ismertettük a közérthető, az egyszerűen olvasható és érthető, valamint a könnyen olvasható és érthető információ készítésének irányelveit.

Az irányelvek gyakorlati alkalmazására példaként bemutatunk olyan kiadványokat is, amelyek a LépÉsKÉK kisléptékű együttműködési Erasmus+ program keretében készültek. Az irányelveket az egyes képzési napokon azonnal alkalmaztuk is. Így pl. a képzés résztvevői kipróbálták a tipográfiai irányelveket, példamondatokon gyakorolták a nyelvi szabályokat, és képes kiadványokat is készítettek. Külön hangsúlyoztuk, hogy mennyire fontos az egyenlő eséllyel hozzáférhető információ érthetőségének ellenőrzése. Az ellenőrzést – fizetés ellenében – mindig képzett ellenőr vagy ellenőrök végzik; olyan sze-

mélyek, akiknek a kiadványt készítettük. A résztvevők szakmai fejlődés iránti igénye kezdetektől fogva jellemző volt. Nyitottak voltak az új ismeretek befogadására; kreatívan és egymással együttműködésben oldották meg a feladatokat. Az első pillanattól kezdve azon gondolkodtak, hogyan tudják majd a saját munkakörükben a legjobban hasznosítani a tanultakat.

Nagyon örültünk annak, hogy mindenki elfogadón és befogadón viszonyult ahhoz az egyébként szokatlan helyzethez, hogy a képzésben társokat is részt vett. A társokat olyan személy, aki saját tapasztalataival járul hozzá a képzés sikeréhez, a könnyen érthető információ felhasználóként támogatja a résztvevőket.

A képzés társoktatója feladathelyzetekben, élőben ellenőrizhette azoknak az anyagoknak az érthetőségét, amelyeket a résztvevők az adott képzési napokon készítettek. Azonnal visszajelzéseket adhattunk egymásnak. Talán ezek voltak a tanfolyam legfelemelőbb pillanatai, amelyekből a legtöbbet lehetett tanulni.

Beszámolónkat a képzés résztvevőinek gondolataival zárjuk: „Sok új utat nyitott meg ...” „Olvadni nemcsak bűtűket lehet, hanem képeket is...” „A kevesebb néha több, nem kell túlbonyolítani.” „Még akkor is, ha azt hisszük, hogy értjük, lehet, hogy mások nem értik.” „Fontos az együttműködés, a hibákból való tanulás.” „Nem egyszerű feladat értelmi sérült személyek számára kiadványokat készíteni, de rendkívül fontos.” „A munka sohasem befejezett, folyamatosan módosul.”

(A szerzők a képzés vezetői voltak.)

A Könnyebb mindennapokért kutatás eredményei



EGYSZÜLŐS
KÖZPONT

(Az elemzés 2023 júniusában készült.)

Vezetői összefoglaló

1. Kutatásunkban 252 olyan egyedülálló szülő vett részt, aki sérült gyermeket (is) nevel. A kérdőíves adatfelvétel 2021 nyarán történt.

2. A családok 87%-ában egy sérült gyermek élt, 11%-ukban kettő, egy családban pedig három.

3. A válaszadók 98%-a gyermekét egyedül nevelő anya volt.

4. A gyermekeket érintő leggyakrabban megjelölt zavar az autizmus volt. A családok közel harmadában fordult elő. Gyakori volt még az értelmi fogyatékoság (17%), valamint a beszéd-fogyatékoság (13%) és a mozgáskorlátozottság is (12%). A családok 40%-ában legalább egy halmozottan sérült gyermek élt.

5. A családok ötödében (21%) legalább egy olyan sérült gyermek élt, akinek a fogyatékosága súlyos mértékű. 39%-ot tett ki azoknak az aránya, ahol a legnagyobb rászorultságú gyermek középsúlyos fogyatékosággal él, és ugyanennyi volt azoké, ahol a fogyatékoság enyhe.

6. A családok 19%-ában legalább egy olyan sérült gyermek él, aki nem jár intézménybe, és nem is dolgozik, idejét otthon tölti. Ezekben a családokban a szülők 55%-a nem dolgozik, miközben ez az arány a teljes mintánkban 27%.

7. A sérült gyermeket nevelő szülők leginkább a nagyszülői segítségre számíthatnak a gyermek(ek) gondozásában. Minden tizedik sérült gyermeket nevelő szülő azonban csak magára számíthat.

8. A sérült gyermeket nevelő szülők sokféle területen érzik, hogy segítségre volna szükségük, de leginkább a feltöl-

tődés lehetőségétől érzik magukat megfosztva. 2/3-uk jelölte azt, hogy e téren segítségre volna szüksége. A második leggyakrabban megjelölt szükséglet a gyermekfelügyelet volt (57%-uk jelölte).

9. Nyilvánvaló tény, hogy a legnehezebb helyzetben azok a családok vannak, amelyek súlyosan sérült gyermeket nevelnek, s nemcsak ez sújtja őket, hanem számos egyéb, vele összefüggő tényező is. Ezek a szülők érzik leginkább úgy, hogy azért hagyta el őket a párjuk, mert beteg gyermeket nevelnek, ezek azok a családok, ahol legmagasabb azoknak a gyermekeknek az aránya, akik nem tartják a kapcsolatot a különélő szülőjükkel. És itt a legmagasabb azoknak az aránya is, ahol az egyedülálló szülő nem dolgozik.

1. A sérült gyermek(ek)et nevelő családok jellemzői

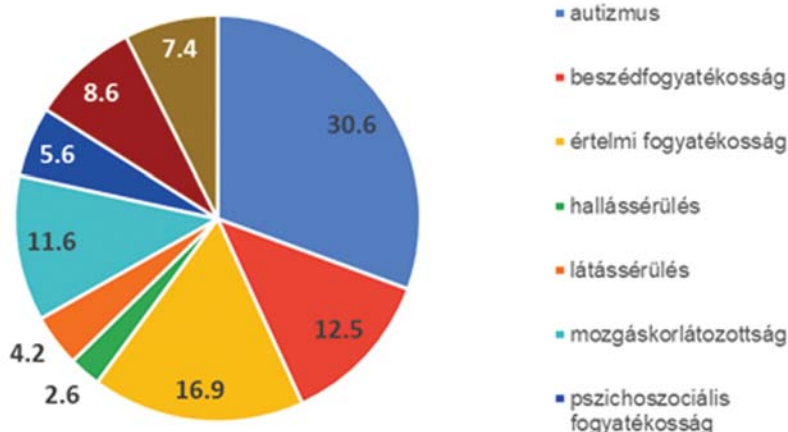
A kutatás kérdőívére 252, gyermeket egyedül nevelő szülő válaszolt, aki legalább egy sérült gyermekkel élt együtt. Az esetek 87%-ában egy ilyen gyermek élt a családban, 11%-ában kettő, és egy olyan szülő is megválaszolta a kérdőívünket, aki hármat nevel.

A kérdéseinkre válaszolók 98%-a gyermekét egyedül nevelő anya volt. A családokban sok esetben a sérült gyermekek mellett egészségesek is éltek, de a családok 54%-ában egy gyermeket neveltek, aki sérült volt. További 24%-ot azok tették ki, ahol két gyermek élt, és az egyik volt sérült. A többi családban különösen nagyok a terhek, hiszen három vagy több gyermeket nevelnek, és közöttük vannak sérültek is, vagy legalább két sérült gyermekük van.

Ebben a kutatásban a mintába kerülők körét nem szűkítettük le aszerint, hogy az egyszülős családok milyen életkorú sérült gyermeket nevelnek. Így az adatfelvételbe olyan családok is bekerültek, ahol már nem kis korú gyermekeivel él együtt a szülő. Bizonyos szempontból persze lényegesen különböznek a kisebb gyermeket nevelők nehézségei azokéitól, akik felnőtt gyermekeikről gondoskodnak, de úgy véltük, hogy számos mindennapi probléma mindkét csoportra jellemző.

A gyermekek életkora szerinti megoszlás bemutatására a családban élő sérült gyermeknek, több ilyen esetén a legfiatalabbnak az életkora alapján vizsgáljuk a családokat.

A különböző betegségek említési gyakorisága



A kérdéseinkre válaszoló családok 53%-ában a legfiatalabb sérült gyermek általánosiskolás-korú volt. Az ennél fiatalabbak aránya 12%-ot, a 15 és 18 év közöttieké 16%-ot tett ki.

A leggyakrabban megjelölt sérültség az autizmus volt. A családok közel egyharmadában fordult elő. Gyakori volt még az értelmi fogyatékoság (17%), valamint a beszéd fogyatékoság (13%) és a mozgáskorlátozottság is (12%).

A családok ötödében (21%) legalább egy olyan sérült gyermek élt, akinek a fogyatékosága/korlátozottsága súlyos mértékű. 39%-ot tett ki azoknak a családoknak az aránya, ahol a legnagyobb rászorultságú gyermek középsúlyos fogyatékosággal él, és ugyanennyi volt azoké, ahol a sérültség enyhe mértékű.

A családok 40%-ában legalább egy halmozottan sérült gyermek is él. Azokat a gyermekeket tekintettük halmozottan sérültnek, akiknél a felsorolt akadályozottságok közül többet is bejelöltek.

A szülők többsége a sérült gyermekeket születésüktől fogva neveli. A családok 81%-ában legalább egy olyan gyermek van, aki születésétől sérült.

A családok 19%-ában legalább egy olyan sérült gyermek él, aki nem jár intézménybe, és nem is dolgozik, idejét otthon tölti. Ilyen esetben a szülő sokkal kisebb eséllyel tud belépni a munkaerőpiacra, hiszen a gyermekfelügyelet nem teszi lehetővé. Miközben abban a csoportban, ahol a gyermek nem egész nap van otthon, hanem valamilyen intézménybe jár, a szülők 26%-a nem dolgozik, ebben a csoportban a nem dolgozó szülők aránya 55%.

Noha mintánk nem reprezentálja a sérült gyermeket nevelő egyszülős családokat, fontos megjegyeznünk, hogy a szülők iskolai végzettsége és a lakóhely jellege szerint is különböző háttérű családok kerültek be az adatfelvétel mintájába.

	A minta elemszáma	Megoszlás (%)
<i>A szülő iskolai végzettsége</i>		
Alapfok	28	11,1
Középfok	109	43,3
Felsőfok	112	44,4
Ismeretlen	3	1,2
Összesen	252	100,0
<i>A család lakóhelyének típusa</i>		
Budapest	112	44,4
Megyeszékhely	36	14,3
Egyéb város	66	26,2
Község	36	14,3
Ismeretlen	2	0,8
Összesen	252	100,0

A válaszadók iskolai végzettsége szerint képzett csoportokban a sérült gyermekek megoszlása a betegség súlyossága szerint jelentősen eltér. Példaként említjük, hogy a sérült gyermeket nevelő felsőfokú végzettségű szülők 24%-a él súlyosan sérült gyermekkel, míg az alapfokú végzettségűeknek csak 11%-a. Nincs okunk feltételezni, hogy ez ténylegesen is jellemző volna, úgy gondoljuk, hogy a minta olyan sajátossága, amely miatt a szülők iskolai végzettsége szerinti jellemzőket nem elemezzük.

2. Kinek a segítségére számíthatnak a sérült gyermeket nevelő szülők?

Leginkább a nagyszülőkére. A válaszadók közel 60%-a említette saját szüleit ilyen segítő szerepben. Ezek után leggyakrabban a különélő szülőt, a barátokat és ismerősöket, valamint a sérült gyermek testvéreit említették.

Rendszeres (napi, heti többszöri) segítséget jóval kevesebben kapnak. Rendszeres segítségre leginkább a saját szüleitől és a családban élő testvérektől számíthat a szülő. Megközelítőleg a válaszadók negyede mondta, hogy az előbbieket rendszeresen segítene nekik, míg a sérült gyermek testvéreinek rendszeres segítségére ötödük számíthat. A különélő szülők rendszeres segítségnyújtása viszont

nagyon sok családban hiányzik. Csak minden tizedik nyújt rendszeres segítséget a sérült gyermeket egyedül nevelő családnak.

Minden tizedik sérült gyermeket nevelő szülő csak magára számíthat a gyermekkel kapcsolatos gondozási feladatokban, azaz senkitől nem kap segítséget, még ritkán sem. Körülbelül harmaduk havonta vagy ritkábban, de kap segítséget, 57%-uk kap viszonylag rendszeresen, legalább egyszer egy héten.

A legkevésbé azok számíthatnak valakinek a segítségére, akik súlyos sérültséggel élő gyermeket nevelnek. A szülők 15%-a (a 25 év alatti gyermeket is nevelők 18%-a) csak magára számíthat. Ez az arány a közepesen súlyos fogyatékos gyermeket nevelők körében 11%, illetve 6%, míg az enyhébb sérültséggel küszködő gyermekről gondoskodók körében csupán 2, illetve 3%.

A súlyosan fogyatékos gyermeket nevelők hátrányai akkor is megmutatkoznak, ha azt vizsgáljuk meg, hogy mennyien kapnak rendszeres segítséget. Összességében az ide sorolódott családoknak csak kisebb része részesült gyakori segítségben, amelyet úgy definiáltunk, hogy kap-e a család naponta, hetente többször vagy legalább hetenként egyszer segítséget a gyermekkel kapcsolatos gondozási feladatokban.

A halmozottan sérült gyermeket nevelők körében az átlagosnál gyakoribb, hogy a szülők csak magukra számíthatnak, segítséget senkitől sem kapnak. A halmozottan sérült gyermekek szüleinek 14%-a (a 25 év alatti gyermeket nevelőknek 12%-a) mondta azt, hogy csupán magára számíthat, míg azoknak a körében, akiknek nem voltak ilyen gyermekeik, az arány csupán 4, illetve 7% volt.

A rendszeres segítségnyújtás vonatkozásában is azok vannak nagyobb hátrányban, akik halmozottan sérült gyermeket nevelnek. A halmozottan hátrányos gyermeket nevelők fele, a 25 év alatti ilyen gyermeket nevelők 56%-a kapott rendszeres segítséget, míg azoknak a családoknak, ahol nem éltek halmozottan hátrányos gyermekek, a 61%-át rendszeresen segítették rokonaik, a különélő szülő vagy barátaik, szomszédjaik, esetleg egy-egy szervezet.

3. Számíthatnak-e a sérült gyermeket nevelők a különélő szülők támogatására?

Az előző fejezetben bemutatott adatok jelzik, hogy sok család nem feltétlenül a különélő szülő segítségére számíthat a sérült gyermek gondozásában, nevelésében, noha támogatásuk nyilvánvalóan rendkívül fontos volna. Kutatásunkban a különélő szülők szerepével részletesebben is foglalkoztunk. Ebben az esetben a mintát legszűkítettük azokra, ahol a legfiatalabb gyermek legfeljebb 24 éves. Az ilyen családoknak az 54%-a kap gyermektartást a különélő szülőktől. A gyermektartást fizetők aránya azokban a családokban a legmagasabb (59%), ahol a gyermek enyhe fogyatékossgal él. A közepesen súlyos vagy súlyos fogyatékossgal élő gyermeket nevelő családoknak viszont csak a fele kapott gyermektartást.

A gyermekek 44%-a nem tartja a kapcsolatot a különélő szülővel. Leginkább a súlyos fogyatékossgal élő

gyermekekre jellemző ez, ott a mutató értéke 57%.

Azoknak a gyermekeknek a körében is jellemzőbb, hogy nem tartják a különélő szülővel a kapcsolatot, akik többféle sérültséggel is küszködnek egyszerre. A halmozottan sérült gyermekek 47%-a nem tartja a kapcsolatot a különélő szülőjével.

Annak, hogy miért éppen a leginkább rászoruló gyermekek életéből hiányzik az egyik szülő, többféle magyarázata lehet. Az egyik hipotézisünk, hogy a szülők egy része elmenekül a feladat elől, és minél súlyosabb a gyermek sérültsége, annál nagyobb ennek a valószínűsége. A másik magyarázat lehet az, hogy ezeket a gyermekeket a legnehezebb gondozni családon kívülről.

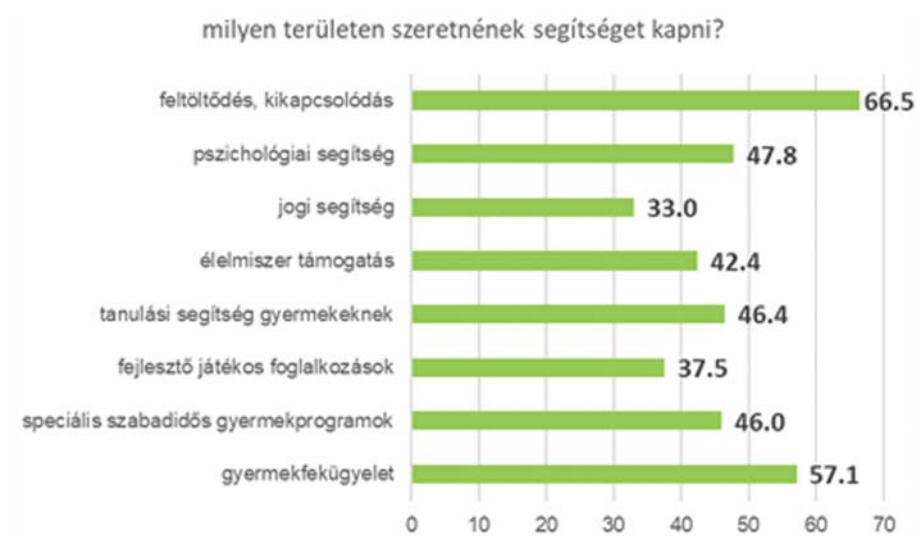
Az első magyarázat relevanciáját támasztja alá az a tény, hogy súlyosan sérült gyermekek esetében a legmagasabb azoknak a szülőknek az aránya, akik úgy érzik, hogy a sérült gyermek léte szerepet játszott a másik szülő elköltözésében. Az enyhe fogyatékossgal élő gyermeket nevelőknek 23%-a mondta azt, hogy ebben szerepet játszott a gyermek állapota. A közepesen súlyosan sérült gyermekek esetében viszont 34%, a súlyosan sérültekében pedig 47% volt ez az arány.

4. Milyen segítségre volna szükségük a sérült gyermeket nevelő szülőknek?

Mik a mindennapjaik legfőbb problémái?

Kutatásunkban azt is felmértük, hogy milyen területen volna szükségük segítségre a sérült gyermeket nevelő szülőknek. Ebben a fejezetben is azokra szűkítettük a mintát, ahol 25 év alatti gyermeket nevelnek, mivel több felsorolt szükséglet is a kiskorú vagy fiatalabb gyermekek neveléséhez kapcsolható. A szülők többsége egyszerre többfajta olyan szükségletet is megnevezett, amelynek kielégítésében hiányokat szenved. Legtöbben (két-harmaduk) abban várnának segítséget, hogy kikapcsolódhassanak, feltöltőd-hessenek. Ez érthető, hiszen a gyermeküket egyedül nevelőknek nagyon kevés lehetőségük van arra, hogy saját magukkal foglalkozzanak, és különösen így van ez, ha a gyermek(ek) sérült(ek). A második leggyakrabban említett terület a gyermekfelügyelet volt, majd a gyermekeknek nyújtott tanulási segítség és speciális szabadidős programok következtek. A családok anyagi nehézségeire utal, hogy a szülők 42%-a jelölte azt, hogy élelmszer-támogatásra is szükségé volna.

A leggyakrabban említett szükséglet, ahogyan fentebb is említettük, a feltöltődésre és kikapcsolódásra való igény volt. Adataink alapján nem lehet kimutatni, hogy azokban a családokban, ahol súlyosabban vagy halmozottan sérült gyermeket nevelnek, egyér-



telmően magasabb volna ennek a szükségletnek az említése.

A szükségletek sorában részletesebben vizsgáltuk a gyermekfelügyelet kérdését is. Ez legjellemzőbben azoknál a szülőknél jelent meg szükségletként, akik kisgyermeket neveltek. Az iskoláskor alatti gyermekek szüleinek 79%-a említette. Különbségek vannak ennek a szükségletnek a megjelenésében aszerint is, hogy mennyire sérült a gyermek. A súlyosan sérültet nevelő szülők 68%-a, a közép súlyosan sérültet nevelők 63%-a, az enyhe státusú sérült gyermekkel élők 47%-a jelölte be, hogy szüksége volna segítségre a gyermekfelügyelet terén. Jelentősebb különbség volt a halmozott fogyatékossgal élő gyermeket nevelők és azok között is, ahol nem élt ilyen. Az előbbi csoportban a szülők 63%-a, az utóbbiban 53%-a jelölte, hogy segítségre volna szüksége a gyermekfelügyeletben.

A szülők ezenkívül nyitott kérdésre adott válaszként is megfogalmazták azokat a területeket, ahol támogatásra volna szükségük. Sokan jelölték meg, hogy szükségük van a gyermekük szállításában való segítségre. Mások mozgás- és egyéb fejlesztők segítségét hiányolták, s többen hangot adtak annak a félelmüknek is, hogy mi lesz a gyermekükkel, ha ők már nem lesznek mellettük. Nem látják hosszú távon biztosítottnak a lakhatását és az emberhez méltó intézményi élet lehetőségét.

Kutatásunkban nemcsak azt kérdeztük meg, hogy milyen segítségre volna szükségük a családoknak, hanem azt is, hogy milyen nehézségekkel küzdenek a mindennapok során. Ez persze jelentősen átfedődik az előző témával, de különbözik is tőle, hiszen a szülők nem feltétlenül abban várnak segítséget, ami a legnagyobb probléma számukra. Lehetséges, hogy bizonyos dolgokban nem szívesen kérnek segítséget, pedig probléma. Az is előfordulhat, hogy néhány vonatko-

nincs igazi megértése a helyzetnek



megfelelő oktatás hiánya a gyermeknek

zásban reménytelennek látják a segítségkérést, vagy úgy gondolják, hogy van, amit nekik kell megoldaniuk, s van, amiben mások is segíthetnének. És vannak olyan problémák is, amelyek nagyon nehéz egyéni szinten segíteni: pl. diszkrimináció, a jövőtől való szorongás, hiszen ezek intézményes és társadalmi szintű lépéseket/elmozdulásokat igényelnének.

A mindennapi problémák megjelenésére a kutatás egy nyitott kérdést alkalmazott, amely a következőképpen szólt: „Kérjük, röviden írja le, milyen problémákkal, nehézségekkel szembesül sérült gyermeket egyedül nevelő szülőként.” A kérdésre nem mindenki válaszolt, és egyesek több nehézséget is felsoroltak. A feldolgozáshoz a „szófelhő” módszerét választottuk, azaz a megjelölt problémát megpróbáltuk egy-egy fogalom, gondolat alá besorolni. A „szófelhőben” annál nagyobb betűvel jelenik meg egy-egy kifejezés, minél többször fordult elő. A legjellemzőbb az anyagi probléma volt, amely egyrészt abból adódott, hogy a sérült gyermeket nevelők körében sokan nem dolgoztak, vagy csak kevesebb jövedelemmel járó munkát tudnak vállalni. Másrészt abból, hogy a sérült gyermekek nevelése plusz költségekkel jár (szállítás, gyógyászati eszközök, kezelések), s végül abból is, hogy az egyedülálló szülők és a különélő szü-

lők támogatása gyakran hiányzik, illetve nem elégséges.

A másik leggyakrabban előforduló nehézség a jövőtől való szorongás volt, az attól való félelem, hogy mi lesz gyermekük sorsa, ha bármi baj történik velük, ha már nem tudják őt ellátni, ha meghalnak. Itt nyilvánvalóan egyszerre munkál bennük az, hogy nem látják az intézményes segítséget, és az, hogy egyedülálló szülőként a különélő szülőre legtöbbször nem számíthatnak.

Sokat jelölték azt is, hogy környezetükben nem értik meg, mit jelent sérült gyermeket nevelni. Vannak, akik túlzott, de igazi tartalmat nélkülöző együttérzésüket fejezik ki. Mások türelmetlenek velük szemben, nem értik meg a gyermek reakcióit (pl. autizmussal élő gyermekek esetében), vagy gyermekeiket féltik tőle.

A magány, az elszigetelődés, az időhiány, az énidőhiány még további olyan problémacsoport, amely ezeknek a családoknak a társadalom szövetéből való kihullására figyelmeztet. Ilyenkor nagyon hasznosak lehetnek azok az önszervező csoportok és civil szervezetek, amelyek segíteni tudnak a sérült gyermekeknek, szüleinek és tágabb családjuknak.

(A kutatást a magyarországi Egyszülős Központ és a Találj Magadra Egyesület végezte. A teljes tanulmány elolvasható a carissimi.sk honlapon.)



PaedDr. Tomáš Beníček, DT

Tánckonstelláció

Definíció és módszer-meghatározás

A tánckonstelláció olyan művészetterápiás módszer, amely ötvözi a tánc- és mozgásterápia, a zene-, a dráma- és a művészetterápia alapelveit. Önismeretre, a személyiség fejlesztésére és integrációjára összpontosít. Célirányosan tapasztalati, megelőzési és terápiás szándékkal vezetett mozgásfolyamat. Kidolgozója Tomáš Beníček.

A módszer specifikus helyzeteket kínál a kliensnek. A felkínált szituáció személyes témákat nyithat meg, ezáltal lehetőség van arra, hogy bizonyos területeken továbblépünk vagy tudatosává váljunk. A módszer hozzásegíthet olyan tapasztalatokhoz, amelyek jó érzéssel töltik el a klienst, vagy ellenkezőleg: kényelmetlenül érzi magát. Az utóbbi esetben új, megfelelőbb helyzetet keres. A kényelmes és kellemes állapotok pozitív élményeket nyújtanak számára, a kevésbé komfortosak viszont segíthetnek abban, hogy továbblépjön bizonyos határokat. Általuk felismerhet korlátozó gondolatsorokat, képes lehet megnevezni életéből olyan té-

mákat, amelyeken dolgoznia kell. A terápiában bemutatott helyzetek modellezik a kliens életének bizonyos szakaszait, így megtanulhat könnyebben eligazodni bennük. A terápia során a kliens egyaránt kerülhet vezetői és vezetett (ahol a többi résztvevő tükrözi a vezető mozdulatait) szerepbe. A zene lényegénél fogva a gyakorlatok során erősítheti például az elszántságot, a kiegyensúlyozottságot, harmóniát vagy a kreativitást szokványos környezetben. Az újonnan megszerzett tapasztalatokkal és készségekkel, valamint bizonyos rálátás (perspektíva) birtokában könnyebben kezelhetők a mindennapi életben gyakran előforduló helyzetek.

A módszer alkalmazásának lehetőségei

A gyakorlatok elsősorban terápiás jellegűek. Az ilyen alkalmazáshoz szükséges a módszer alapelveinek pontos ismerete (itt csak vázlatosan ismertetjük őket) és a vele kapcsolatos személyes tapasztalat. Kellő terápiás kompetenciák nélkül a gyakorlatok kizárólag relaxációs – élmény-

szerző tapasztalati szinten alkalmazhatók, konkrét helyzetekbe való behelyezés és terápiásan irányított reflexiók beszélgetés nélkül. Relaxációs, megelőzési szinten soha nem osztunk szerepeket, legfeljebb ösztönözhetjük a választást. Szerepeket – célirányosan – csak a terápiás modellben osztunk. Ilyenkor már tudnunk kell, hogy melyik kliensnek van szüksége egyedi megoldásra, hogy tovább tudjon lépni. A szerepkör helytelen megválasztásával és reflexiók beszélgetés hiányában a kliens sérülhet, mivel nem a számára megfelelő élményt kapta, és megrendülhet a terapeutába vetett bizalma.

Relaxációs sík

Ez a módszer első rétege. A relaxációs cél az utolsó terápiás síkon is jelen van, de ott csupán a módszer alapvető céljainak egyikeként. A relaxációs módszer a tánczenekarnak nevezett gyakorlattal fejeződik be, ideális esetben csak két zenei vonallal. A tánckonstelláció azonban sohasem csupán relaxációs gyakorlat.

A cél a kellemes, megkönnyebbülést hozó tapasztalat, amely a csoport számára közös pozitív, egyesítő élményt ad. Ez a szint alsó tagozatos alapiskolások számára is elérhető. A két zenei vonal könnyen követhető, jól megkülönböztethető (pl. ének és hangszer), csupán a dallam két fő komponense, mögöttük sorakozik fel a többi. A résztvevők két szemben álló táborra való osztása a versengés lehetőségét kínálja. Ennek ellenére a gyakorlat a kötődést erősíti, mert az interakciókból közös műszületik.



Megelőző és terápiás szint

A megelőzés szintje a legmélyebb, terápiás szint könnyített formája. Prevenációs céljaink vannak: a csoport egészséges életmódot támogató ismereteit, készségeit, attitűdjeit igyekszünk úgy kialakítani, hogy ezeket az előnyöket a mindennapi életükben is kamatoztatni tudják. Ez az összetevő a tánckonstelláció minden gyakorlatában jelen lehet. A vezetőnek a szerepe ebben a folyamatban elengedhetetlenül fontos. Terapeuta irányításával a megelőző és a terápiás réteg a kliens igénye és megnyilvánulásai szerint egymásba fonódhat. A képzett terapeuta a megelőzés szintjéről szükség esetén tudatosan átválthat a célzott terápiás rezsimre. Képzetlen terapeuta vezetésével a csoport – tagjainak biztonsága végett – a terápiás szintig nem juthat el.

Terápiás szinten általános céljaink vannak, melyek a kliensek igényei szerint tovább bővíthetők egyéni célokká. Utóbbiak a terápiás beavatkozáson alapulnak, ahol fokozatosan a kliens feldolgozandó témáival foglalkozunk. Az első három általános cél a relaxáció területére vonatkozik. Természetesen a terápiás folyamatban is követhetjük őket, de nem lehetnek kizárólagosak. Ha a terapeuta csupán velük foglalkozik, akkor csak a felszínen marad, és nem segíti a kliensnek az élettörténetében való előrelépését.

Egyes szervezett kreatív találkozón elmarad a mély terápiás reflexió. Az adott eseményt terápiás alkalomnak hirdetik. Mindenki egy szép és nyílt találkozó kellemes érzésével távozik. A vezető bevált „olcsó” technikákat, gyakorlatokat, rituálékat és szimbólumokat használ, de munkájából hiányzik a terápiás kompetencia. A terápiás tapasztalattal nem rendelkező résztvevők nem kérdőjelezik meg a találkozó terápia voltát. Ha terápiás folyamatról van szó, akkor a találkozón a terápiás gyakorla-



tot irányított reflexió követi. A kellemes élmény kiváltása nem az egyetlen út. A konfrontáció, a bemutatott igazságok megkérdőjelezése, nehéz kérdések feltevése is a terapeuta munkájához tartozik. A terápiás munkának nemcsak a felszín elsimítása a feladata, hanem az is, hogy a kliens által megmutatott felszín alá kerüljön a terapeuta. Az általa vezetett reflexió indítja el a terápiás munkát, ahol a folyamat hidat képez a kliens feldolgozandó témáihoz. Ezeket előreviszik, körüljárják, átalakítják, vagy csak megnevezik őket, és napvilágra kerülnek...

Tánckonstelláció a gyakorlatban

A módszert csoportterápiaként alkalmazzuk (nagyobb) gyermekeknél és felnőtteknél. A terapeutának ismernie kell a csoport tagjait, így a meghatározott céloknak s a résztvevők személyiségének, képességeinek és lehetőségeinek megfelelően tud dolgozni. Gyógypedagógiai vonatkozásban a tánckonstelláció alkalmas lehet nyelvi fejlődési, tanulási, viselkedési zavarral, enyhe figyelemzavarral, hallássérüléssel, mozgássérüléssel élőknél, bár ez az ajánlás nem egyetemesen értelmezendő. Mindig vegyük figyelembe az egyén lehetőségeit: nyelvi fejlődési zavar esetén kellő megalapozás után a terápiás alkalmazás elősegítheti a kliens önkifejezésének fejlődését, élet-

helyzetének feltárását és megértését. Ugyanígy a tanulási zavarral vagy hallássérüléssel élőknél – mivel a zenei vonalak érzékelése elengedhetetlen – ügyeljünk arra, hogy a hallássérülés megfelelően kompenzált legyen. Viselkedési és magatartási zavar esetében akkor alkalmazhatjuk a tánckonstellációt, ha az illető képes a csoportmunkára, s a terápia során a biztonságos légkör megteremtése és megőrzése elsőrendű feladat. Enyhe figyelemzavaros résztvevő képes a zenei vonalak megkülönböztetésére, a mozgásos önkifejezésre vagy a vezető mozgásának tükrözésére. Ilyen elvek alapján személyre (csoportra) szabjuk a gyakorlatokat. A módszert mindenképp fokozatosan vezetjük be, az egyszerűbben feldolgozható zenei vonalaktól haladunk a bonyolultabbak felé, a relaxációs szinttől lassacskán érzük el a terápiás szintet. A gyakorlatokat nemcsak fogyatékkal élő klienseinknek ajánljuk, hanem családtagjaiknak is: elősegíti élethelyzetük elfogadását, lelki sebek gyógyulását.

Fordította Buzgó Menyhart Annamária. Képek: T. Beniček

(A szerző képzőművészet- és táncterapeuta, gyógypedagógus, a tánckonstellációk művészetterápiás módszer társszerzője, az Akademie Alternativa Kft. társalapítója és ügyvezetője.)



Magyar Adél

A kora gyermekkor mozgásterápiás lehetőségeiről

A gyermekkori mozgásterápiák Magyarországon elérhető választéka az elmúlt évtizedekben zavarba ejtően gazdag lett. A szülők, szakemberek, a gyermekek fejlődéséért felelősséget érző és érte tenni akaró pedagógusok tájékozódását az utóbbi években több összegző kiadvány, elemző mű, útmutató és protokoll segíti. Ez a kiadvány a kora gyermekkor és a kisgyermekkor időszakára fókuszál, s 2018-ban látott napvilágot. Megtaláljuk benne a mozgásterápiák rendszerbe foglalásának és összehasonlításának igényét, ajánlásokat nyújt arra vonatkozóan, hogy az eljárások mely gyermekpopulációra alkalmazhatók, a szakembereknek pedig pontos kompetenciameghatározásokat ad az egyes eljárások alkalmazásához. Olvasmányos formában, szöszedettel ellátva, a terápiás módszerek összehasonlító táblázatával segíti szülők és szakemberek tájékozódását.

A kora gyermekkori mozgásterápiák protokollját az EFOP-1.9.5-VEKOP-16-2016-00001, A kora gyermekkori intervenció ágazatközi fejlesztése c. ki-

emelt projektmódszertan alprojektje tartalmazza. A Gyermekút projekt részeként a Mozgásterápiás protokoll az egységes korai gyermekút kialakítását, az ágazatközi együttműködést és a szülők fokozottabb bevonását, tájékoztatását szolgálja, akár csak a projekt többi eleme: az egységes szűrési és vizsgáló eljárások, az irányelvek, a szakembereknek készített képzési anyagok s a 2017 és 2022 között tartott képzések (<https://gyermekut.hu/>).

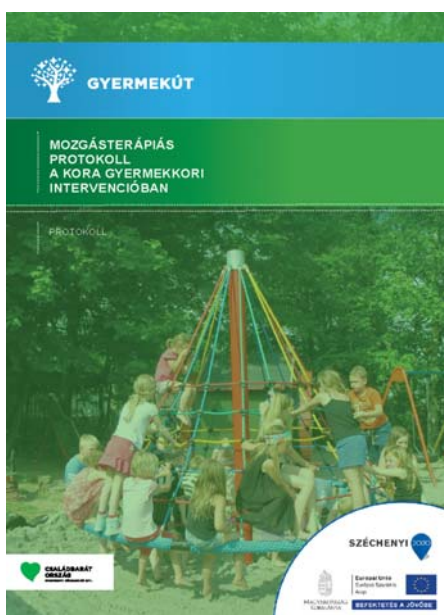
Szvatkó Anna, Arató Domonkos, Bodnár Eszter, Fodorné dr. Földi Rita: Mozgásterápiás protokoll a kora gyermekkori intervencióban

Családbarát Ország Nonprofit Szolgáltató Kft., 2018, ISBN 978-615-5944-06-2

Elkészítésekor a szerzők a magyarországi gyakorlatból, a szolgáltatásokban megjelenő mozgásterápiákból indulnak ki. Szándékuk ezeknek az eljárásoknak az elemző bemutatása, alkalmazhatóságuk körvonalazása és összehasonlításuk. Kitérnek arra az igényre, amely az evidenciaalapú mozgásterápiák előnyben részesítésére és az ország területén való egységes elérésük biztosítására irányul. A tudományos igényű megalapozottságra való törekvés a szerzők közlése szerint elsősorban a külföldi eljárások körében tapasztalható, „... hazánkban a felhasznált módszerek hatásosságának szisztematikus, független elemzése még nem indultak el; sőt, ilyen irányú és megalapozott tervekkel sem találkozunk.” (Szvatkó és mtsai., 2018) Elmondhatjuk, hogy a protokoll megjelenését követően, 2021-ben megalakult az MTA-ELTE Pszichomotoros Fejlődés Kutatócsoport. 2025-ben záruló kutatásának egyik alapkérdése, hogy

„melyek azok a Magyarországon elterjedt fejlesztőpedagógiai, gyógypedagógiai, illetve oktatásmódszertani irányelvek, diagnosztikus eljárások és specifikus módszerek (terápiák), amelyek a mozgásfejlesztés kapcsán tudományosan megalapozottnak, hatékonyan tekinthetők.” (MTA Közoktatás-fejlesztési Kutató Program) Kutatásaiban a neuromítoszok elterjedésének hazai vizsgálatát végzi. Neuromítoszoknak azokat az idegtudományi alapon nyugvó, az agy és az idegrendszer működéséről szóló, de tudományosan nem igazolt, illetve téves elképzeléseket tekintjük, melyek a pedagógiai és fejlesztő szcénában elterjedtek, esetenként mozgásterápiás eljárások alapjául szolgálnak. A kutatócsoport céljai között szerepel „evidencia alapú ajánlások kidolgozása a köznevelés és gyógypedagógiai gyakorlat számára”. (Csányi és mtsai., 2023)

A Mozgásterápiás protokoll a kora gyermekkori intervencióban (a továbbiakban Protokoll) elektronikusan is elérhető kiadvány rendszerezi a kora gyermekkorban alkalmazott mozgásterápiás módszereket, áttekinti a mozgásterápiával foglalkozó szakterületet. A szerzők kísérletet tesznek a mozgásterápia és a mozgásterapeuta fogalmak egységes értelmezésére. Ehhez olyan, eddig megválaszolatlan alapvető kérdéseket tesznek fel, mint: Mit nevezünk mozgásterápiának? A mozgást vagy a mozgó embert/gyermeket javítja a mozgásterápia? Hol a határ a mozgás pedagógiai és terápiás felhasználása között? A korai időszakban ugyanaz a cél, értelmezési keret a mozgásterápiákban, mint az élet többi szakaszában? Van-e képzsébeli feltétele annak, hogy valaki mozgásterape-



utának nevezze magát? Mit kell tudnia egy mozgásterapeutának? Mi által válik valaki gyógyító hatású mozgásterapeutává? A kérdések célja nem a kritikus hangvétel hangsúlyozása, hanem az egységes, egymással kapcsolódni tudó szolgáltatásokkal jellemezhető korai gyermekút megalapozása. Törekvés a közös értékör meghatározására, amely az egymással való rendszeres kapcsolattartást lehetővé teszi.

A Protokoll hét fejezetre tagolt tartalmi a következők: Képzési struktúrák a mozgásterápiával foglalkozó szakmaterületeken a felsőoktatásban. Diagnosztikai áttekintés mint értelmezési keret. Az újszülött- és csecsemőkori neurohabilitációs tréning koncepciója: a Katona-módszer. A hazánkban leggyakrabban használt mozgásterápiás/mozgásfejlesztő eljárások bemutatása. A hazánkban leggyakrabban használt pedagógiai hangsúlyú mozgásrendszerek rövid bemutatása. A kiemelt mozgásterápiás eljárásokban való tájékozódást segítő táblázatok. Összegzés, ajánlások.

Az első fejezet bemutatja a felsőoktatásban megjelenő képzési struktúrákat: a szomatopedagógus-, gyógytestnevelő-, gyógytornász- és konduktorképzést. Kiemeli a képzési helyeket, a képzések struktúráját (BSc, MA) és tartalmait. Röviden bemutatja a képzések pedagógiai és terápiás tartalmait. A diagnosztikai áttekintés fejezet azt a szerzők által kitűzött célt szolgálja, hogy a különböző mozgásterápiák egységes fogalmi körben legyenek értelmezhetőek. A normál fejlődés menete és a fejlődési elmaradás tünetei életkori bontásban, párhuzamos táblázatban válnak könnyen áttekinthetővé. Majd a leggyakoribb diagnosztikus kategóriák és tünetcsoportok bemutatása következik a DSM-5 és a BNO-10 klasszifikációs rendszerek alapján. A felsorolást ismét táblázatos összefoglalás követi. A DSM-5 fogalmi rendszerében az idegrendszer fejlődési zavarai, a BNO-10 táblázatában a mentális retardáció, a

pszichés fejlődés zavarai s „a viselkedés és az érzelmi-hangulati élet rendszerint gyermek- vagy serdülőkorban jelentkező zavarai” válnak áttekinthetővé. Külön fejezetbe került a legkorábbi időszak korai diagnosztikája és neuroterápiája, a Katona-módszer, mely nem mozgásterápia, nem mozgásfejlesztés, hanem medikális eljárás, s mint ilyen, magyarországi jelenléte a 0–12 hónapos, idegrendszeri fejlődésükben veszélyeztetett csecsemők ellátásában megkerülhetetlen. A Protokoll legterjedelmesebb fejezete a tizenhárom leggyakrabban használt mozgásterápiás/mozgásfejlesztő eljárást részletezi. A válogatás alapja tehát a piacon való jelenlét, illetve annak mértéke. A szerzők valamennyi eljárást azonos szempontok szerint mutatják be. A leírt jellemzők: az eljárás kidolgozói, a módszer rövid története, az életkor szerinti alkalmazhatóság, a felvállalt problémák típusai (indikáció/kontraindikáció), a diagnosztikus munka, a terápiás folyamat leírása, a képzés jellemzői, az elérhető szakemberek száma és végül szakirodalmi ajánlások. A bemutatók szerkezete és tartalma tükrözi azt a szándékot, hogy a Protokoll nemcsak az egymáshoz kapcsolódó szakemberekhez, hanem a gyermekük számára mozgásterapeutát kereső szülőkhöz is szól. Az ötödik fejezet két pedagógiai hangsúlyú magyarországi mozgásrendszert ismertet az előző fejezet szerkezeti tagolását követve. A módszerek bemutatását egy értelmező, összehasonlító, a tájékozódást segítő táblázatos fejezet követi három táblázattípussal. Ezek: A vizsgált terápiás módszerek rendszerezése életkorok, szakemberek száma és a módszer típusa szerint; Az érintett motoros készségek életkorok, területek (mozgás, szociális, kognitív) és módszerek (célzott diagnosztika, intervenció) szerint és a Fejlődési elmaradások tünetei, melyeket az egyes módszerek érintenek. Ezek a táblázatok (akárcsak a teljes Protokoll) a felsőoktatásban és a pályán levő, mozgásterápiával foglalkozó szak-

emberteamek számára is tágabb kitekintést nyújtó, a szakmai tájékozódást segítő, a szülők számára történő tanácsadást gazdagító tartalmak. A Protokoll utolsó fejezetében a szerzők ajánlásokat fogalmaznak meg a szülők, a szakemberképzések és az intézményhálózat számára. Kiemelik a körültekintő tájékozódást, az információhoz való jognak és a gyermekbarát szemléletnek a szolgáltatásban való fontosságát, s javasolják, hogy a képzésekbe egységesített tartalomként kerüljenek be a neuropszichológiai és fejlődéslelektani ismeretek s a terápiás kapcsolatok működéséről való tájékoztatás. A mozgásterapeuta címet azoknak a szakembereknek ajánlják, akik az alapképzés elvégzése után kiegészítő képzésekben, több eljárásban szereztek ismereteket, és nem kizárólag egy módszer iránt elkötelezettek, így a gyermekek állapotához illeszkedő leghatékonyabb mozgásterápiát tudják javasolni, nyújtani.

(A szerző főiskolai docens, gyógypedagógus – Odú Központ, Pedagógiai Szakszolgálati Intézmény, Szeged.)

Irodalomjegyzék

Csányi Tamás, Tóthné Kálbli Katalin, Svraha Bernadett, Révész-Kiszela Kinga és Víg Julianna (2023): Neuromítoszok az oktatásban – tények és törekvések. Magyar Pszichológiai Szemle, 78 (2). pp. 273–289.

Csányi Tamás, Kálbli Katalin, Kaj Mónika, Svraha Bernadett, Víg Julianna (2023): Magyar pedagógusok és pedagógushallgatók idegtudományi műveltsége. Mennyire elterjedtek a neuromítoszok az oktatásban? Új Pedagógiai Szemle, 73. évf. 9–10.

MTA Közoktatás-fejlesztési Kutató Program, <https://mta.hu/kozoktatasi-fejlesztesi-kutatasi-program/mta-elte-pszichomotoros-fejlodes-kutatocsoport-111617>

Papp Zsuzsanna (2020): Mozgásterápiák gyermekeknek. Pactum Kiadó, Budapest

Szvatkó Anna, Arató Domonkos, Bodnár Eszter, Fodorné dr. Földi Rita (2018): Mozgásterápiás protokoll a kora gyermekkori intervencióban. Családbarát Ország Nonprofit Szolgáltató Kft., Budapest

Szivárványbabából sorsfordító baba

A szlovák–magyar határ túloldalán, Vámoszabadiban a Móka-várban Ayres-terápia segítségével játékos fejlesztés várja a különböző problémákkal küszködő gyermekeket. A fejlesztést a mindig mosolygó, jókedvet árasztó mozgásterapeuta, Kertvélesyné Pál Erika végzi, aki maga is több traumán ment keresztül – két gyermekét magzati korban veszítette el, kisfia pedig súlyos mozgássérült lett. Élettörténete reményt, erőt adhat a hasonló gondokkal szembesülő szülőknek: csodák márpedig vannak.

– Magzatoknak az elvesztése nagy lelki megpróbáltatás az anyának. Hogyan sikerült feldolgoznia a veszteséget?

– Minden tervezett, szeretettel várt magzat elvesztése gyászfolyamat – és az egész család számára az. Különösen akkor, amikor a terhesség vége felé történik a tragédia. Könnyebb volt elviselni a fájdalmat, amikor tízhetes terhességet veszítettünk el, mint egy »nagyterhességet«, amikor családon belül már neve volt a babának, amikor a frissen festett szobája, kimosott ruhácskái készen várták. Enikő babával a nyolcadik hónapba léptünk, amikor egészségesen, váratlanul meghalt a pocakomban: rátekeredett a köldökzsinór a nyakára. Halva kellett megszűlnöm őt. Ahhoz, hogy legyen másnap, hogy túl lehessen élni mindezt, Dóra, az akkor négy és fél éves kislányunk kellett. Miatta muszáj volt nevetni, tovább élni a hétköznapiakat. De az ő számára is gyászfolyamat volt. Vigyáztunk, hogy mindenki megélje a gyászát, a baba elvesztését. Beszéltünk róla, volt ideje a szomorkodásnak, sírásnak, de ettől óvtuk a kislányunkat. Dóra sokat rajzolt a témában, én csatlakoztam egy gyászfeldolgozó csoporthoz. Az Angyalok szülei c. gyász-

portálon sorstárs szülők írhatták meg történetüket, tudtunk kommunikálni egymás között a fájdalomkról. Segített a »nem vagyok egyedül« és a »másokkal is megtörtént« érzése. Sorstársakat keres az ember, mert a társadalomban, az ismerősök körében ez tabutéma. Nem nagyon beszélünk ilyen kicsi babák elvesztéséről, és kívülállók nem is igazán érthetik, min megyünk át, csak azok, akik megélték hasonló fájdalmat.

– Sokáig tartott, amíg túltette magát rajta?

– A gyásznak, a gyászmunkának megvan az ideje. Most már tudok beszélni a történekről. Az a típus vagyok, aki összeszorítja a fogát, és a nehézségek megerősítik. Céltudatosan elhatároztam, hogy munkát vállalok, nem süllyedek bele a fájdalomba, megpróbálok visszatérni a hétköznapiokba, inkább befelé sírtam, és a kívülvilágnak ezt nem mutattam, másokat nem terheltem vele. Sokat segített Henri Viscanti A meghallgatott imádság és Isten azt mondta: nem című verse.

Ilyenkor, ha a magzati korban váratlanul elmegy egy egyébként egészséges baba, az orvosok azt javasolják, hogy gyorsan vállalkozzon a pár új terhességre. A veszteség után érkező babák a »szivárványbabák«: mint vihar után a szivárvány ragyogása, úgy ragyogják be a család életét.

Kisfiunk, Lackó a mi szivárványbabánk. Vele is problémamentes terhességem volt, azonban váratlanul a 32. héten – abban a terhességi korban, amikor Enikőt elvesztettük – Lackó koraszülöttként megérkezett. Nehéz időszak volt. A férjem kiküldetésben volt Kínában, amikor beindult a szülés, napokba tellett, mire hazaért hozzáunk. Lackó jó állapotban született, de vélhetően pár napos korában oxigénhiányt szenvedett. Már az inkubátor-

ban mozgássérülést diagnosztizáltak nála: tetraparesis, azaz négy végtagi bénulás volt a diagnózisa ijesztő prognózissal. Tisztában voltunk az állapottával és a korai fejlesztésben rejlő lehetőséggel, így rögtön elkezdtük a fejlesztését.

– A szivárványbabából végül sorsfordító baba lett.

– Ez szintén szakkifejezés. Azokat a gyerekeket nevezik sorsfordító gyerekeknek, akik sérültként érkeznek a családba, s ezzel új életfeladatot, életcélt hoznak a családok életébe. Kisfiunk diagnózisa és prognózisa, amely a járásképeségben sem bízott, újabb sokként érte a családot. A diagnózis adott volt, a prognózist viszont nem tudtuk és nem akartuk elfogadni. Egyként fogott össze mindenki, nem volt kérdés, hogy beleállunk a feladatba. Éjszakákat bújtam a netet terápiák, eszközök után. Ilyen helyzetre és feladatra senki nincs felkészülve, és sajnos, kevés az állami segítség, a szülők magukra maradnak.

Érdekes volt a véletlenek sorozata: az élet embereket s terápiákat hozott, és mi kapva kaptunk mindenben és mindenkin! Mindannyiunk érdeke volt kisfiunk fejlesztése: az ember tükörbe csak akkor tud nézni, ha úgy gondolja, hogy mindent megtett, amit megtehetett. Meg kellett tennünk ezt a kislányunkért is, hiszen rá maradna a testvére, ha mi már nem leszünk. S meg kellett tennünk magáért a gyerekünkéért is mindent – az ő szemébe is bele kell néznünk!

– Anyukából hogyan vált szakemberré?

– A korai fejlesztésbe a szülőnek szervesen be kell kapcsolódnia. A Kationa-módszerrel naponta hatszor, összesen három óra hosszat kellett adott feladatsor szerint tornáztatnom a kisfiamat csecsemőként, természetesen betanítottak rá a terapeuták. He-



2023 karácsonya: együtt a család

tente kétszer vízi terápiára jártunk, már a kezemben voltak a szárazföldi és vízi gyakorlatok. Az életemet a fejlesztés, a terápiák töltötték ki. A kislányom megsegítésére magam is számos tanfolyamot végeztem, mert neki akartam segíteni pl. a talp- és testmasszázzsal, valamint a mozgásfejlesztő módszerekkel. Egyszerűen »hivatalossá« akartam tenni azt, ami felé az élet irányított. Bölcsészdiplomám van, magyar szakos tanár vagyok, de a pedagógus-szakvizsgámat már a mozgásfejlesztés területén tettem le, és számos szaktanfolyammal egészítettem ki. Folyamatosan képeztem és képezem magam tovább különböző mozgásterápiákkal. Pedagógusként kerestem a helyem a fejlesztések világában, s az Ayres-terápiában találtam meg a küldetésemet. Amikor Lackó nagycsoportos óvodás lett, elhelyezkedtem egy győri fejlesztőházban. Közben kaptam egy pécsi felkérést, hogy a frissen induló Evangélikus Óvodában építsek ki Ayres-termet, és indítsam be a terápiát. Így nyolc éve magánvállalkozó lettem. A pécsi teremmel párhuzamosan a férjemmel az otthonunkban is kiépítettünk egy ter-

met, ez lett a Móka-vár. Hétköznapi munkaként itthon dolgoztam, és három éven át pénteken és szombatonként Pécsen.

– **A kislányom hogyan viselte a fejlesztéseket?**

– A fejlesztőpedagógusai nagyon szerettek vele dolgozni, Lackó fegyelmezett volt, kitartó és motiválható. Számára ez a világ volt a természetes, ő ebbe született bele. Szoros órarend szerint éltünk, terápiáról terápiára jártunk. Kicsiként az állami rendszerben kaptam Ayres-terápiát is – itt megtapasztaltam a módszer jótékony hatását és élményszerű mivoltát –, majd később én is végeztem vele és egy sorstárs kislánnyal a terápiát egy évig, azaz én is voltam a terapeutája. Ezt követően még egy éven át dolgoztunk Lackóval a magzati élete traumáinak feldolgozásán, a nap végén minden nap pár percre beült az Ayres-hálóba. Véleményem szerint nem túl szerencsés, ha az ember a saját gyerekének a terapeutája, de az itthoni Ayres-terem adta lehetőséget kár lett volna kihagyni. Én elsősorban Lackó édesanyja vagyok, és az a feladatom, hogy szeressem, gondozzam őt, s mindent

megadjak neki. Nem tekintem magam a terapeutájának. Azt azonban elismerem: erősen koordináltam a fejlesztéseit, megválogattam a módszereket és a fejlesztőket. Rájöttem, hogy akkor tudott nagyot fejlődni, ha nem csak egy irányból támogattuk meg: ha nem csak a mozgássérülésével foglalkoztunk, hanem a lelkével is, a szellemével is. Az én szerepem szülőként akkor az volt, hogy megéreztem, ki az az ember, és mi az a módszer, aki és amely éppen segít neki. Anyaként erős kézzel koordináltam a folyamatokat.

– **A baljóslatú prognózis ellenére vagy éppen miatta tett erőfeszítések milyen eredményt hoztak?**

– Ez egy sikertörténet, hál' istennek. Lackó mozgássérült, de nagyon jó állapotú, a prognózist felülírtuk. Segédeszköz nélkül, önállóan közlekedik, biciklizik, úszik, egy időben lovagolt. Magas az intellektusa, az általános iskola 8. osztályában letette a középfokú angol nyelvvizsgát. Ő egy csoda. Busszal egyedül közlekedik. A mozgásán látszik a mozgássérülés, de ez őt nem befolyásolja. Társai felnéznek rá, soha senki nem csúfolta. Újszülöttkori sérülését nem lehet meg nem történné tenni, de az állapotában el tudtuk érni a maximumot, amit anno még nem is reméltünk, csak hittünk benne.

– **Az idősebb lánytestvér nem sínylette meg, hogy a kicsivel annyit foglalkoznak?**

– Van egy mondás, hogy ott, ahol az egyik gyerek sérült – bár én sosem tartottam Lackót annak –, a másik gyerek sérülékeny, úgyhogy rá külön figyeltünk. Ő a másik csodánk! Dóra 22 éves diplomás, talpraesett, életrevaló nő. Jelenleg Budapesten munka mellett végzi a mesterképzést. Büszké vagyunk rá, hogy szépen helytáll az életben! Örülök, hogy jó testvérek, és nagyon szeretik egymást.

– **Őn a megélt traumákat hogyan tudta leküzdeni?**

– Alapvetően pozitív az életszemléletem. Természetesen egyedül nem ment volna... ez nagycsaládos program ilyenkor. Kell hozzá még a nagyszülők segítsége is, de a férj szerepe kulcsfontosságú. Ahol problémák adódnak, sok esetben szétesik a család. Egy probléma vagy nagyon összekovácsolja a családot, vagy gyorsan szétviszi, ha nem tudnak megbirkózni a feladattal. Mi szerencsések vagyunk. Én inkább a szakmai vonalat vittem, a férjem pedig családfőként állt helyt, és anyagi biztonságot teremtett számunkra. Enélkül Lackó terápiáit sem tudtuk volna finanszírozni. Elmondhatom, hogy egyként álltunk helyt, »csapatként«, s azért ez nagy erő!

– **Mutassa be kicsit a Móra-várat.**

– Az Ayres-terápia mellett köteleződtem el, a Móra-várban Ayres-terápiás foglalkozásokat tartok. Ez pedagógiai, pszichológiai alapokon nyugvó, idegrendszeri érést segítő mozgásterápia, szenzomotoros fejlesztés. Gyermekbarát módszer, a gyerekek érdekes, színes fejlesztőeszközöket használnak, ahogy ők hiszik, itt játszanak. A Móra-vár beszédes fantáziánév: jelezni szerettem volna, hogy ezzel a módszerrel móka várja a gyerekeket. Számukra örömforrás, nem terápiaként élik meg a fejlesztést. Fontos, hogy jól érezzék magukat a foglalkozások során. Nem stresszeljük őket, nem fájdalmas a terápia, a gyermek lételemeire, a játékra és a mozgásra épít. A speciálisan kialakított fejlesztőteremben játékos eszközöket használunk. Különböző érzékszerveiket tornáztatjuk meg, rajtuk keresztül jutnak az ingerek hozzájuk. Ayres elmélete szerint nincs rossz gyerek, elfogadja őt olyannak, amilyen. A kicsi minden megnyilvánulása, amelyet a szülők vagy a pedagógusok tapasztalnak, jelzés arra, hogy valamilyen elakadása, problémája van, »segítségért kiált«. Ezt hivatott a terápia megoldani. Heti 60-70 gyermeket látok el ezzel a módszerrel, Szlovákiából is sokan jön-

nek. (Az Ayres-terápiáról részletesen a Carissimi 2024/3. számában olvashatnak – a szerk. megj.)

– **Tudatos döntés volt, hogy ha a saját kisfián segít, akkor másoknak is segítsen?**

– Nem volt tudatos döntés, de tény, hogy mindig is nyitott és befogadó voltam. Bennem sok erő van, és sokakat, pl. a sorstársainkat mindig is híz-tuk magunkkal Lackóval. Mára már hivatásként vállalom fel a segítő szakmával mások megsegítését. Úgy gondolom, hogy a segítő szakmákban dolgozók hitelesebbé válnak, ha maguk is átéltek traumákat, ha átmentek azon, amivel most a túloldalon találkoznak. Azok a szülők, akik bajban vannak, könnyebben megnyílnak, ha tudják, hogy olyannal osztják meg a nehézségeiket, aki nem csak szakkönyvekből tanult a problémáikról, hanem saját megélései is vannak.

– **Nem hagyhatom ki, hogy beszéljünk a mosolyáról. Mindig ilyen mosolygós?**

– Ez adottság, nem felvett póz, nem is álca, az életszemléletből adódik. Van, amikor az embernek a szeme és a lelke mosolyog, van, amikor csak a szája. A nehézségeim idején a kicsi



2007 karácsonya: Dóra először tartja kezében a kisöccsét

Dóra lányom tanított meg arra, hogy muszáj mosolyognom, és szívből-lelekből, »igazán«, hogy boldogok lehessünk mindannyian.

A mosoly egyébként út két ember között. Természetes emberi megnyilvánulás, a nyitottság jele, s ha én nyitott vagyok mások felé, akkor könnyebb megtalálni egymáshoz az utat. A gyerekeket is nézem, hogy ki az, aki visszamosolyog, mert ha nem mosolyog vissza, ott nagy a baj.

– **Mit tud tanácsolni hasonló helyzetben levő szülőknek?**

– Azt, hogy soha ne adják fel. A csodában hinni kell, de tenni is kell érte. Ami még engem segített, és ezt tovább tudom adni útravalóként másoknak is: annak idején a baba elvesztésekor a gyerekorvosunk azt tanácsolta nekem, hogy találjam meg azt az embert, aki segít nekem megtalálni a kérdéseimre a válaszokat. Ha megkapom a válaszaimat, meg fog nyugodni a lelkem. Mindegy, hogy ki az a személy, pap, pszichológus vagy látó – bízzak benne! Ez nekem akkor sokat segített.

Arra is rájöttem, hogy a cél ugyan nagyon fontos, de nem az a legfontosabb, hanem maga az út, amelyen végigmegyünk. Az úton mindig adódnak olyan dolgok, amelyeket meg kell ragadni, és nem szabad elengedni. Az élet mindig kínál olyan lehetőségeket, embereket, dolgokat, hogy ha jól választunk, mert a kínálat bőséges, akkor a végeredmény jó lesz. A nehézségeket kihívásnak éltem meg, úgy gondoltam, hogy feladatok, amelyeket el kell végezni.

Mire tanítottak a megélt nehézségekre? Elfogadásra. A problémák szükséges formálói, nem a gondtalan élet feltétlenül a boldog élet. Lehet boldog, kiegyensúlyozott életünk a nehézségek ellenére is! Boldog, kiegyensúlyozott, elégedett vagyok, és nagyon szeretek élni. Az életet a nehézségek ellenére is csodásnak találom.

(t)



Gyöngyösi Katalin – Ungvári Györgyi

„Legfontosabb a hitelességem”

Révészszolgálat a Mozgássérült Emberek Önálló Élet Egyesületében

Egy balesetből vagy betegségből eredő mozgássérülés új élethelyzetet teremt, gyakorlati és lelki kihívásokkal jár. Az új helyzettel való ismerkedés, az új életforma kialakítása a mozgásszervi rehabilitáció alatt elkezdődik. Ebben az időszakban találkoznak frissen mozgássérültté vált emberek a „révészekkel”, a Mozgássérült Emberek Önálló Élet Egyesülete (ÖNÉ) kórházi ágy melletti sorstárssegítőivel, akiknek a feladata átsegíteni őket a krízishelyzeten, támogatni a „túlsó partra”, megváltozott állapotukhoz való alkalmazkodásig történő eljutásban.

Írásunkban a révészszolgálatot mutatjuk be, felhasználva hozzá a benne dolgozók által több évtized alatt gyűjtött tapasztalatokat. Idézeteink a révészekkel 2024-ben végzett kutatásban készült interjúkból származnak.

Az egyesület

„És ez volt a cél ennek az egyesületnek a megalapításával, hogy történjen valami.”

A Mozgássérült Emberek Önálló Élet Egyesületét (www.onalloelet.hu) főleg súlyosan sérült kerekesszékes emberek hozták létre 1995-ben, Jelli Magdolna alapító elnök kezdeményezésére. Székhelye Budapest, de tagsága és tevékenysége országos. Jelenleg mintegy 80 tagja van, mozgássérült emberek, akikhez néhány pártoló tag csatlakozott.

Fő célja terjeszteni az önálló élet szemléletét és dolgozni a gyakorlatba ültetéséért. Az önálló élet (vagy önálló életvitel, angolul independent living) fontos fogalom a nemzetközi fogyatékosjogi mozgalomban, a fogyatékos-

ságról való gondolkodásban. Azt fejezi ki, hogy a fogyatékossgal élő emberek másokkal egyenrangú polgárok, akiknek joguk van az önrendelkezéshez, a magukkal kapcsolatos döntésekhez akkor is, ha mindennapi életükhöz támogatást igényelnek. A másoktól való függetlenség nem előfeltétel az önrendelkezéshez, önálló életet támogatással is lehet élni. Vannak viszont olyan feltételek, melyeket a társadalom feladata biztosítani. Ilyen különösen – de nem kizárólag – az akadálymentesítés és az önrendelkezést elősegítő támogatási formák, mint a támogatott döntéshozatal (a cselekvőképesség korlátozása helyett), a támogató szolgálatok, támogatott lakhatás és személyi asszisztencia (a kényszerű intézményi elhelyezés helyett).

Ennek megfelelően az ÖNÉ foglalkozik akadálymentesítéssel kapcsolatos figyelemfelhívással, tájékoztatással. Társadalmi szemléletformálást és baleset-megelőzési foglalkozásokat végez iskolai programok keretében, a nyilvánosságban való megjelenésekkel és különböző együttműködései révén. Egyesületi tagoknak rendszeres programokat szervez, a mozgássérült emberek széles körének pedig sorstársi támogatást nyújt, több formában.

Sorstárssegítés az ÖNÉ-ben

„Nagyon fontos volt az, talán a legnagyobb mérföldkőnek tudom mondani, hogy annak idején, mikor megalakult az Egyesület, az akkori alapítónak az volt a vágyuk, hogy a révészszolgálatot és a sorstársi segítséget fogadják el foglalkozásként, szakmaként. Közülük ezt többen már

nem érthették meg, de hála Istennek, többen megérthették.”

A sorstárssegítés része az önálló élet filozófiájának és gyakorlatának. Az Európai Önálló Életvitel Hálózat nemzetközi felmérésére épülő meghatározás szerint sokféle tevékenység tartozhat ide: gyakorlati, érzelmi, társas vagy fizikai támogatás, amely a meghallgatás, oktatás, mentorálás vagy érdekképviselő formáját öltheti, folyhat egyéni vagy csoportos formában, személyes találkozással vagy távolból, erre képzett vagy képzést nem kapott sorstársak által, önkéntes alapon vagy munkaviszonyban (Bulic et al., 2016). A sorstárssegítést a fogyatékossgal élő személyek jogairól szóló, Magyarországon is ratifikált ENSZ-egyezmény (2007. évi XCII. törvény) is nevesíti mint a komplex, nem csupán orvosi rehabilitáció egyik elemét.

Az ÖNÉ két módon végez sorstárssegítést. Ágy mellett: a „révészet” elsősorban olyan mozgássérült embereknek szól, akik rehabilitációban vesznek részt egészségügyi intézményben. Az egyesület budapesti sorstársi segítő irodája pedig személyesen és online nyújt tanácsadást otthonukban vagy intézményben élő mozgássérült embereknek és hozzátartozóiknak. Mindkét feladatot mozgássérült emberek végzik, akik között vannak születésük óta sérültek és később azzá váltak. Saját tapasztalataik mellett támaszkodhatnak egyesületi képzésre és az egyesületen belüli teammunkára, folyamatos tudásmegosztásra.

A sorstárssegítés az ÖNÉ-ben sokáig önkéntes formában folyt. Kitartó

erőfeszítések után 2007-től az egyesület alkalmazottként is foglalkoztathatja sorstárssegítőit akkreditált foglalkoztatóként, megváltozott munkaképességű munkavállalók bértámogatásával, melyre évről évre pályázik. Az alkalmazottak munkaköre „sorstársi tanácsadó”, így kifejezetten mozgássérült emberek által ellátható munkáért kaphatnak fizetést. 2024-ben ilyen munkakörben részmunkaidőben 26 személy dolgozik az egyesületnél. Mellettük továbbra is tevékenykednek önkéntes (aktív és már nem aktív korú) sorstárssegítők.

Révészszolgálat

„A révész azt jelenti, hogy segít az embereknek átmenni a túlsó partra a kis csónakjával. Ez egy ilyen gondolat tőlünk, hogy a megváltozott életébe segítsük át, a saját tapasztalatainkat átadva nekik.”

Az ÖNÉ-nek ez a szolgálata Magyarországon úttörő kezdeményezés, amely már több évtizedes múltra tekinthet vissza. Az első révészek 1996-ban kezdtek dolgozni a Budapest és Budakeszi határán működő Országos Orvosi Rehabilitációs Intézetben, az OORI-ban (amely ma a Semmelweis Egyetem szervezeti egysége). Ma már több más, rehabilitációt végző kórházban is jelen vannak, összesen nyolc intézményben, Budapesten kívül is. A legjelentősebb fogadó intézmény az OORI maradt, ezért most az itteni révészszolgálat működését mutatjuk be. (Itt és a Kispesti Rehabilitációs Centrumban készült Tóth Péter Pál Révészek című 2021-es dokumentumfilmje, amely a 2023. évi Budapesti Nemzetközi Dokumentumfilm-fesztiválon a magyar film kategória győztese lett.)

Az OORI mint országos ellátást nyújtó intézmény számos osztályon fogad pácienseket rehabilitációra gerincvelő-, koponya-, agy-, idegrendszeri sérülés, sztrók, amputáció, csont-



A révészcsapat egy része

ízületi fertőzés után. A páciensek jellemzően több hetet, illetve hónapot töltenek az intézményben. Ezalatt ajánlják fel nekik az ÖNÉ révészei a beszélgetés lehetőségét és saját tapasztalataik megosztását, amely történhet egyszeri alkalommal vagy rendszeresen. Igénybevétele a páciensek szabad választása alapján történik, kötelezettségük nincsen.

A révészek, nők és férfiak, hetente ellátogatnak az intézménybe, általában egy-egy napra. Ki-ki a saját sérülésének megfelelő (vagy ahhoz közeli) osztályt keres fel. A beszélgetésre lehetőség van kórtermekben, melyeket végigjárnak, a folyosón, a büfét is befogadó aulában és bizalmas témáról a nekik biztosított irodahelyiségben. Az irodában csoportos megbeszélést, belső szupervíziót is tarthatnak.

Az OORI és az egyesület együttműködési megállapodást kötött, az intézet személyzete és a révészek között folyamatos az együttműködés. A munkatársak javaslatokat tesznek a révészeknek olyan páciensek felkérésére, akiknek különösen hasznosnak gondolják ezt a szolgáltatást. A révészek osztályos megbeszéléseken is részt vehetnek. Az intézményi vezetés és a dolgozók nyitottsága, támogatása a kezdetektől kulcsfontosságú volt a szolgálat működéséhez. Teljesül az is, hogy kerekesszékekkel akadálymentesen megközelíthető és használható legyen a helyszín.

A révézmunka feltétele az ÖNÉ ez irányú képzésének elvégzése. A képzést az egyesület számos rehabilitációs szakemberrel együttműködve dolgozta ki. Májig hat alkalommal valószínűleg meg. Három hónapig tart, pénteki és hétfői napokon, eddig csak személyes jelenléttel. A jelentkezők előzetes pszichológiai alkalmassági beszélgetésen vesznek részt, és a tanfolyamot vizsga zárja. A tematika széles körű, különböző területeken dolgozó több tucat képző: orvosok, gyógytornászok, rehabilitációs, szociális és más szakemberek, pszichológusok, lelkipolozók és gyakorlott révészek működnek közre benne.

A tanfolyam hallgatói egyrészt tárgyi tudást szereznek a rehabilitáció orvosi-egészségügyi vonatkozásairól (különböző sérülésekről és ellátásukról), segédeszközökről, a mozgássérült embereknek elérhető szociális, lakhatási és más támogatási formákról, szolgáltatásokról. Másrészt tanulnak a mozgássérülés pszichológiai, mentálhigiénés vonatkozásairól, és fejlesztik a segítői munkához elengedhetetlen önismeretüket és kommunikációs készségeiket. A képzés részeként teaplátogatást is tesznek, ahol révészszolgálat helyszínénél szolgáló intézmény munkájába kapnak bepillantást. A tanfolyam elvégzése után gyakorlott társaik mellé osztják be őket, akik mellett beletanulhatnak a feladatba, és segítséget kaphatnak tőlük.

Mit tud a révész?

„A célja ennek, amikor felmegyünk a rehabilitációs intézetbe, és ott fekszik egy pár hete megsérült ember, és azt se tudja, hogy most mi lesz vele, vagy nem is érzi a testét, vagy nem tudja mozgatni, és nagyon kétségbe van esve, akkor ott az a cél, hogy ott is erőt adjunk, hogy megmutassuk, hogy így is lehet élni. Tehát hogy neki könnyebb legyen.”

A szolgálat közvetlen célja segíteni az ezt igénylő frissen sérült embereket az első, átmeneti időszakban, támogató jelenléttel, a saját példa és tapasztalatok megmutatásával, megosztásával. A megváltozott körülményekhez való alkalmazkodás idején, az intézményi környezetben a révészek mint a hasonló élethelyzetet belülről, lelki és gyakorlati oldalról is jól ismerő tapasztalt sorstársak jelennek meg és érhetők el a pácienseknek. Az eddigi tapasztalatok alapján ez sok újonnan mozgássérült embernek nyújt reményt, motivációt és támogatást az intézményen kívüli további életükre való felkészüléshez. A kliensek a rehabilitációs intézményből történt kikerülés után is fordulhatnak a sorstárssegítőkhöz, az ÖNÉ sorstársi tanácsadó irodáján keresztül is.

„Az orvosok, a gyógytornászok, a különböző szakemberek nagyon-nagyon biztatnak mindenkit, hogy alakulni fog, ehhez el kell szánni magát, el kell indulni ezen a rögzös úton, mert valljuk be, ez egy nagyon rögzös út. De ha mi odamegyünk, és mesélünk saját magunkról, akár baleseti sérült valaki, akár betegség miatt sérült, vagy születési sérült, az az egy mindannyiunkban: a saját hitelességünk. Tehát egy kerekesszékekben ülő embertől sokkal jobban elfogadják, hogy így is van tovább, így is van holnap. Így is van boldog élet.”

„Mindegyikünk saját élettapasztalata szerint segíti a pácienseket. Néha az aktuális orvossal beszélünk, hogy mit látunk, ők mit látnak. És kiderül,

hogy egy adott embert teljesen máshogy látnak ők, és máshogy látunk mi. Mert velünk mint kívülállókkal talán szabadabban beszélgetnek a páciensek.”

A gyakorló révészek egybehangzó tapasztalata, hogy legfontosabb „munkaeszközük”, erőforrásuk a hitelességük, a saját példa ereje. Ez az, amivel a rehabilitációs intézmények csapatmunkájához is egyedi módon járulnak hozzá. Ahhoz, hogy a révész hitelesen és hatékonyan segíthessen, megélt tudásának a sérülés élménye mellett a megküzdésre is ki kell terjednie, és szüksége van az önálló életvitelről megosztható tapasztalatokra.

„Mi kell még ehhez, ami...? Hát a kommunikáció mindenféleképpen. Háttértudás. Szerintem így mondanám, hogy a háttértudás, és hogy az ember ezt már tudja, ugye, ehhez kell az oktatás is. Meg szerintem bátorság! A bátorság is egy fontos dolog, mert az embernek kell bátorság odamennie valakihez és nyitnia. De persze máskor meg kicsit megédzettnek is kell lenned, mert ha mondjuk, kapsz egy elutasítást, akkor azt nem kell olyan, hogy mondjam, úgy venni.”

„Nagyon fontos, hogy kell türelem, kell fantázia hozzá, hogy kitaláljak olyan dolgokat, amiket kérdez egy páciens, hogy hogy oldjon meg valamit.”

A révész munka a saját tapasztalaton kívül más felkészültséget is igényel. Szükség van olyan általános segítői kompetenciákra, mint a nyitottság, empátia, jó kapcsolatteremtő és kommunikációs készség, kreativitás és az együttműködés képessége. Elengedhetetlen bizonyos háttértudás egészségügyi, szociális és egyéb gyakorlati kérdésekről, a mozgássérülés lelki vonatkozásairól, a segítség módjáról. A révész képzés ezek megszerzését támogatja.

„De azt is megtanultuk, ez nem is tulajdonság, de fel kell rá készülni,

hogy nem vihetem haza mindenkinek a fájdalmát, mert akkor ez bennem is súlyos lelki károsodásokat okozna, és akkor kétségessé válna az, hogy x ideig én ezt a feladatot tudom-e maradéktalanul jól teljesíteni.”

A révészszolgálatnak vannak sajátos kihívásai mint kórházi ágy melletti segítő munkának, amely frissen sérült, különösen nehéz helyzetet átélő embereket céloz. Elengedhetetlen megtanulniuk a határtartás képességét. Akkor is szükségük van reflektív, segítői tudatosságra, szükség szerint segítségkérésre, szupervízióra, ha nem professzionális segítő szerepben dolgoznak. A révész képzés törekszik erre is felkészíteni őket. A gyakorlatban támaszkodhatnak az egyesületi háttérre, elakadáskor segítséget kérhetnek kollégáiktól vagy akár a befogadó intézmény munkatársaitól, és szüneteltethetik is a révész munkájukat.

„Akármilyen szexuális vagy bármilyen intimebb kérdést is feltehetnek nekünk, mert kitől kérdezzék meg, ha nem attól, aki ebben él? Az orvostól vagy a gyógytornásztól nem tudsz ilyeneket kérdezni, hogy »te hogy pisilsz?« (...) És akkor elmondom neki, hogy én hogy tapasztaltam, mit... És akkor ő neki ez tök jó, mert fel tud készülni, el tudja képzelni, meg minden. Ez egy tényleg nagyon fontos dolog, ez a helyzet a sorstársi tanácsadásban. Mert olyanokat tudsz, vagy olyanokat tudsz megosztani vagy tudsz megkérdezni az embertől, amit más-tól nem fogsz megtanulni.”

Sorstársként segíteni a professzionális segítő munkában megszokotthoz képest több személyes információ megosztásával jár. A megélt tapasztalat kiterjed a minden embernek fontos, de általában nem nyilvánosan tárgyalt alapvető szükségletekre, testi funkciókra is. Az eredendően saját példára, saját élményekre építő révész munka során ilyen témák sokszor természetesen módon kerülnek elő a bizalom kialakulásával révész és kliens kö-

zött. A révésznek ezért szüksége lehet nyitottságra a tapasztalatmegosztáshoz olykor intímabb témákban, melyek a klienseknek személyesen és az önrendelkezés, az önálló életvitel szempontjából is fontosak.

Tervek a jövőre

A révézmunka iránt érdeklődő, újonnan jelentkező mozgássérült embereknek az egyesület 2019-ben szervezett utoljára tanfolyamot, mert annak anyagi háttérét csak pályázati forrásból tudja biztosítani. Egy új pályázatnak köszönhetően idén elkezdődhetett a következő, hibrid (részben személyes, részben online) képzés tervezése. Az ÖNÉ célja a fiatalabb korosztályokból is minél több résztvevőt bevonni a képzésbe, hogy ők a rehabi-

litációba kerülő fiatal sérült emberekkel dolgozhassanak. Az egyesület átfogó célja továbbadni, szélesebb körrel megosztani a révészszolgálatról, a sorstársi tanácsadásról több évtized alatt gyűjtött tapasztalatait és hozzájárulni ahhoz, hogy egyre több intézményben működhessenek sorstárssegítők.

A szerzők:

Gyöngyösi Katalin gyógypedagógus, nyelvatanár, az ELTE Neveléstudományi Doktori Iskola Gyógypedagógia Programjának hallgatója. E-mail: gyongyosi.katalin.anna@gmail.com

Ungvári Györgyi, a Mozgássérült Emberek Önálló Élet Egyesületének elnöke, sorstársi segítő, révész. E-mail: oneleteg@gmail.com

Források:

Bulic, I. (ed.; 2016): Peer support survey. Summary of the findings and recommendations. European Network on Independent Living. https://enil.eu/wp-content/uploads/2022/12/10.Peer-Support-Survey_Report.pdf (2024.08.30.)

2007. évi XCII. törvény a fogyatékos-sággal élő személyek jogairól szóló ENSZ-egyezmény és a hozzá kapcsolódó Fakultatív Jegyzőkönyv kihirdetéséről

Az írásunk alapjául szolgáló kutatás a Kulturális és Innovációs Minisztérium ÚNKP-23-3 kódszámú Új Nemzeti Kiválóság Programjának a Nemzeti Kutatási, Fejlesztési és Innovációs Alapból finanszírozott szakmai támogatásával készült.



Buzgó Menyhart Annamária DT

Kell egy karácsonyfa, amit körbe lehet táncolni

A karácsony csodálatos időszaka minden évben különleges élményeket tartogat számunkra. Az adventi várakozás és készülődés, a fenyő illata, a fények ragyogása és a családi együttlétek melege mind hozzájárul ahhoz, hogy a téli hónapok e szakasza igazi ünnepi csodává váljon. Díszbe öltöztetjük lakóhelyünket, otthonunkat és a szívünket, elmerülünk a készülődés örömeiben, legyen szó ajándékvásárlásról, inycsiklandó ételek készítéséről vagy a családi, iskolai élet szervezéséről. Képzletben utazzunk most el a győri Radó Tibor Általános Iskolába, ahol tanulásban akadályozott, autizmus spektrum zavarral élő, valamint alsó tagozatos ép intellektusú nyelvi, kommunikációs zavarral küzdő tanulók nevelése-oktatása folyik, hogy megtudjuk: tanulói és pedagógusai hogyan kapcsolódnak karácsony ünnepéhez, milyen iskolai hagyományokat ápolnak, milyen történeteket hordoznak.

Elsőként **Trencsényi Mónikának**, intézményünk főigazgatójának gondolatát idézzük:

„A karácsony családi ünnep számomra, s bár nem neveltek vallását gyakorló katolikusnak, átérzem vallási jellegét is. Csendes, szeretetteljes, meleg, fenyőillatú karácsonyi otthon él emlékeimben. Ennek az élményét szerettem volna továbbadni a gyermekeimnek és a tanítványaimnak. Hagyományos ünnepi ételek is elengedhetetlenek, díszek a lakásban és a fenyőfán. Az ajándék addig volt fontos, míg gyerek voltam, és később, mikor gyermekeim születtek. Ma már sokkal többet ér az együtt töltött idő.

Az iskolában a karácsonyi ünnepségen tanulóink is megélhetik a közösségi élet szépségét. Adventi időszakban minden kolléga igyekszik meghitté varázsolni az ünnepvárást. Többen sütnék mézeskalácsot, illata bejárja az

épületeinket. Technika- és vizuáliskultúra-órákon a karácsonyhoz kapcsolódó díszeket, képeket készítenek a tanulók. Énekórákon és a zenei szakkörökön karácsonyi dalokat, énekeket tanulnak. Az ünnep előtti időszak nagy eseménye – főleg az alsó tagozaton – a Mikulás érkezése. Szerepére évről évre keresünk vállalkozó szellemű, rátermett embert. Ismerősök, kollégák vagy családtagjaik vállalják a jóságos, nagy szakállú ajándékosztó szerepét. Immár több éve gyermekkoncert is van december 6-án – ez a Süss fel, nap Alapítvány ajándéka. Iskolai alapítványunk Adventi pillanatok elnevezéssel jótékonyági közösségi rendezvényt is tart, melyen szülők, pedagógusok, diákok együtt készülnek a karácsonyra. Tanulóink műsort mutatnak be, az iskolaudvar adventi vásárrá alakul, finom ételeket, forró csokit, teát, apró dísz tárgyakat lehet vásárolni. A bevétel az is-

kolánk tanítványait támogató alapítvány számláját gyarapítja.

A tanulók többsége várja a karácsonyt. Szoktunk arról beszélgetni, hogy ki hogyan ünnepli meg. Sajnos, a rossz szociális helyzetből érkezők csak álmodni tudnak nyugodt, meghitt ünnepekről, s nem mindig a korlátozott anyagi források miatt marad el az ünnep meghittsége. Próbálok úgy hatni rájuk – ez nehéz, és eredményéről nem tudok rövid távon meggyőződni –, hogy majd felnőttként változtatni tudjanak a rossz, hibás gyermekkori mintákon.”

„S ti, gyerekek mit szerettek a legjobban a karácsonyban?” A kérdést a második osztályosoknak tettem fel.

Zoé: „Én azt, hogy lehet hőembert építeni. Még akkor is, ha néha be szokott ázni a cipőm. Meg azt is, hogy a múltkor, mire vége lett az iskolának, és hazaértünk, addigra meghozta Jézus a karácsonyfánkat úgy, hogy fel volt díszítve, és anyáéknál a szobában is volt egy karácsonyfa. Az együtt töltött pillanatokat is nagyon szeretem, mert ilyenkor mind a két mama feljön hozzánk. A mamának ilyenkor szoktam segíteni a mézeskalácsban, azt nagyon szeretem, abból este mindig hármat ellopok.”

Boti: „A legót! Elküldtem már három napja a levelet anyával, a Jézuska azt hoz, amit kérünk. Szoktunk adni Jézuskának mézeskalácsot, amire azt írjuk, hogy »boldog karácsonyt!« A karácsonyfát Kenézen vágjuk ki, a díszeket pedig papírból készítjük, megrajzoljuk őket színes lapra, és kivágjuk. Ezt rakjuk fel a fára.”

Ákos: „Szeretem az ajándékozást, hogy kapunk játékot. Szoktam rajzolni karácsonyfát, ott van a képen az egész család. A Jézuska hoz karácsonyfát, de van, amikor mi vesszük, és a Jézuska felteszi rá a díszeket. Megrajzolom, mit szeretnék, és anya le szokta vinni a postára. Volt olyan, hogy másokat hozott, mint amit kértem, jobbakat! Át szoktunk menni a nagyszülőkhöz, ott is van



Atika az iskolában meggyűjtja az első gyertyát az adventi koszorún (Buzgó Tamás felvétele)

ajándék. Otthon reggel bontunk ajándékot, amikor mindenki felkelt, és délután megyünk el hozzájuk. Nekik nagyobb karácsonyfájuk van, mert nagyobb a házuk. Ha nagy leszek, majd én is ajándékozok, elviszem őket valahova.”

Makkosné Nagy Kinga 2002 óta dolgozik az iskolában. Rendkívül kedves, munkájában következetes pedagógus, aki tudását és türelmét nem sajnálja sem a diákjaitól, sem a kollégáitól. Tavaly ő készítette fel elsős osztályát és a logopédiai tagozat tanulóit a karácsonyi műsorra, erről az időszakról mesélt.

„Az elsődleges elképzelésem az volt, hogy az osztály szerepeljen, de bevontam más logopédiai osztályokból is szereplőket. Mindenkinek volt saját szövege, és rengeteg dalunk. A szereposztáskor nagyon figyeltünk az egyéni sajátosságokra. A tavalyi második osztályban van egy mutista kislány, rá bíztuk Mária szerepét. Neki nem kellett megszólalnia, viszont a személyisége jól kapcsolódott a szerephez, ahogy a kis Jézust ringatta. Sok hangszeres énekünk is volt, bevontuk Andi nénit, ő zongorázott, Eszter néni pedig ütőhangszereken játszott. A sok próba nagyon összehozta az 1L és 2L osztályokat. Ha elmaradt egy nap, akkor a gye-

rekek türelmetlenül kérdezték, hogy mikor próbálunk. Szokássá vált a gyakorlás, szerettek együtt lenni, közelebb hozta egymáshoz nemcsak az osztályt, hanem a tagozatról is a gyerekeket. Egyébként is rengeteget beszélgetünk velük az ünnepről, adventben minden hétfőn gyertyát gyűjtöttünk. Tavaly karácsonykor az osztályunkba járó egyik kislány szüleitől szép ajándékot kaptunk. Egy kb. másfél méteres műfenyőt a család által készített sok-sok dísszel. Együtt díszítettük fel a gyerekekkel, nagyon hangulatossá varázsolta az ünnepi várakozást. Boldogságórán is a szeretet, egymás megajándékozása, az ünnep megélése volt a téma. Ez a műsor még hozzátett. Mindenki jó útra valóval indult neki a karácsonynak. Idén márciusra másik műsort vállaltunk. A felkészülés nagyon jót tett a memóriájuknak. A próbáknak köszönhetően hamar felfedeztük bennük a tehetséget: kinek van kiemelkedő éneklő hangja, ki az, aki gyorsabban tanul szöveget. Ebben az évben új énektanárt kaptunk. Ámul-bámul, mennyire ügyesek énekórán. Minden téren jót tett a közös készülés, nekik is, nekünk, tanároknak is, hiszen azok, akik nem az osztályunkban tanítanak, ezáltal már hozzánk tartoznak, és visszajárnak. A karácsonyt a munkaközösséggel is megünnepeztük. Paprikás krumplit főztünk az adventi vásáron megmaradt nyersanyagokból. A kollégák az ünnepi beszélgetés közben boldogságórás feladatokat is kaptak. Mindenki kapott egy lapot, ahová felírta a nevét. A papír körbement, és mindenki ráírt egy pozitív dolgot vagy jókívánságot. A végén a papír visszakerült, a kollégák kinyitották, és ott volt az a sok pozitív dolog. Az arcokat látni, ahogy kinyitották...! Olyan dolgokat adtunk egymásnak, amelyek egyébként ritkák a mindennapokban.”

Oláhné Sipos Ildikó immáron 39 éve intézményünk pedagógusa. A tanterem, ahol tanít, – nemcsak az adventi

időszakban – csodásan díszített a gyermekek színpompás rajzaival, festményeivel. Olyan kolléga, aki a minden napokban éli és ápolja a hagyományokat, példája, szeretetteljes személyisége magával ragadja azokat a gyermekeket is, akiknek mindez odahaza hiányzik az életéből. Gyerekkori karácsonyokról, a keresztény karácsonyi hagyományok megtartásáról, az általa képviselt szellemiség átadásáról beszélgettünk.

„A gyerekkoromat egy nagy családnak képzeld el, ahol három nemzedék élt együtt, az apai nagyszüleim is velünk laktak. Ezért nálunk a karácsonynak is, mint a többi ünnepnek is, mélyen gyökerező hagyományai voltak, de mindegyik között ez volt a legszebb, a legmeghittebb, nekünk gyerekként a minden. Ezek mély gyöke-
rek, értékek, amelyek azóta is meghatározók az életemben. A karácsony számomra most is a gyerekkor. Sohasem felejttem el, amikor közeledtével édesapám izgatottan keresgélte a kis aranyszínű csengőjét, hogy aztán szenteste megszólaltathassa. Mi a húgommal sosem voltunk otthon december 24-én, csak a csilingelésre mentünk haza, nekünk mindig odavarázolták a karácsonyt. Valaki mindig elvitt bennünket sétálni, de amikor édesapánk hat órakor csilingelt, és megszólalt a Mennyből az angyal, már mindannyian ott álltunk körülötte. Közösén énekelünk, körbeültük a szépen terített asztalt, vacsora után elmentünk az éjfé-
féli misére. Természetesen hagyományos karácsonyi ételek voltak, ehhez a nagymamám nagyon ragaszkodott. Amikor férjhez mentünk a testvéremmel, és sorban születtek az unokák, a szenteste akkor is ugyanolyan varázslatosan szép volt, mint gyermekkorunkban. A húgom távoli országba került, én pedig az ország másik végén található Békés megyébe; mindketten egy másik világba csöppentünk. A mi karácsonyaink azonban a férjünket is magukkal ragadták, pedig mindketten más hagyományokat hoztak magukkal.

Nagyon iparkodtam, hogy amit át tudok hagyományozni a múltból, az a gyerekeimnek is meghatározó legyen. Megtörtént, hogy a testvéremék december 24-én az utolsó repülőjáratral tudtak csak hazajönni, de a közös gyertyagyújtásra mindannyian a karácsonyfa körül álltunk, addig nem volt csengetés, amíg meg nem jöttek. Így ment egészen az édesapám haláláig. De a hagyomány megmaradt, és anyaként, feleségként mindent úgy csináltam, ahogy azt a szüleimtől és a nagyszüleimtől láttam. Nálunk is megszólal a kis csengő – a férjem vette át ezt a szerepet –, a fiam leül a zongorához, és ő kezdi el a Mennyből az angyalt. Egyik fiam sem díszített még velünk karácsonyfát. Kellott nekik a varázslat. Utána pedig éjfé-
féli mise.

Novemberben Szent Márton-napnál nálunk elkezdődik a ráhangolódás; akkor meg szoktam hívni a család apraja-nagyját libasült melletti beszélgetésre, borozgatásra. Azután megtörténik az adventi gyertyagyújtás, ehhez is ragaszkodom, minden gyertyagyújtásnál ott vagyunk a templomban, és a vasárnapi ebédnél mi is gyertyát gyújtunk. December 13-án lucabúzáat ültettek – ki nem hagynám, mert gyerekkoromban nagyanyám ültette –, és szép nagy lesz 24-ére. Van egy gyönyörű szép betlehemem a kandallóra, azt mindig 24-én szoktam kitenni, és még ott van az adventi kalendárium nyitogatása.

Az iskolában ugyanezt csináljuk a gyerekekkel, így hagyományozom át rájuk. Az adventi koszorún mindig meggyújtjuk a gyertyát, csak itt péntek reggel szoktuk, nem vasárnap, s amíg az iskolában vagyunk, addig ég. Van egy fenyőfa alakú kalendárium az osztályban, annak mind a 24 zsebecskéjébe rakok karácsonnyal kapcsolatos történetet. Névsor szerint húzhatja ki valaki az aznapit, van mellette két szem szaloncukor, lekapcsoljuk a villanyt, csönd van. A karácsonyfan pillognak az égők, én pedig felolvasom nekik a történetet, majd megbeszéljük. A sze-

génységről, hogy hogyan segítünk családokon, mennyien magányosak karácsonykor – ilyeneket olvasunk, szép kis történetek. Nagyon szeretik őket. Megértik. Megéreznek belőlük valamit a szülők nélkül nevelkedő gyerekek is, és azok is, akik családban nevelkednek, hogy ez a világ nem annyira kerek, mint gondolnánk. A téli szünet előtti utolsó napon úgy üljük körbe az ünnepien megterített asztalt, ahogy minden családnak le kellene ülnie és elcsendesednie. Ezt állandóan emlegetik, a régi tanítványaim is. Tudom, hogy a legtöbbszörük nem így zajlik a szenteste. Az ünnepekről ők is elmondják a magukét, mert őszinték, nagyon őszinték. Januárban is megszoktuk beszélni, hogyan zajlott náluk a karácsony, az bizony nagyon lehangoló. Nem minden olyan, amilyennek elképzelték. Kivéve talán azoknál a nehéz sorsú gyerekeknél, akiket jótékonyági rendezvényeken elhalmoznak ajándékokkal. Decemberben hatványozottan érzik a gondoskodást, a figyelmet, sok adományt kapnak. De odafigyelésre, szeretetre egész évben szükség volna. Sokat beszélgetünk a szegénységről, az elesettekről, hogy gondoljunk azokra is, akiknek kevesebb jó jut. Ilyen értékek mentén nevelődtem, nem tudom másképp csinálni.

Amikor gyermek voltam, mindig volt egy nagy karácsonyfa, amelyet körbeálltunk. A fiaim is azt mondták, hogy nekünk olyan karácsonyfa kell, amit körbe lehet táncolni. Mi sosem veszünk »féloldalas« fát, nekünk körbetáncolható kell. Édesanyám a gyerekkori díszünket teszi fel minden évben a fájára, és mindkét fiam még ma is keresi azokat, amelyeket kiskorukban csillogó szemekkel néztek, hol van a teáskanna, a kislámpás... A nagyfiam már maga varázsolja oda a karácsonyt a két kicsi gyermekének, ugyanúgy, ahogy itthon látta.”

(A szerző a győri Radó Tibor Általános Iskola győgyopedagógusa.)



Puha Andrea

Hallássérült gyermek karácsonya

A karácsony különleges időszak minden család életében, tele melegséggel, szeretettel és közös élményekkel. Szülőként kihívás lehet számodra, hogyan is hozd közel hallássérült gyermeked számára a karácsonyi élményeket, hiszen a hallás kiesésével picit másképpen érzékeli a téli időszak mozzanatait. Ám tehetsz azért, hogy tényleg átérezhesse az ünnepek varázsát.

Egy hallássérült gyermek számára ugyan a karácsonyi hangok – csengő csilingelése, karácsonyi dalok, hó ropogása – kisebb jelentőségűek, ám annál több szerep jut a többi érzékszervnek. Bátran támaszkodj a látására, a tapintására, a szaglására. Ez jó alkalom arra, hogy te is elmerülj az ünnepek részleteiben, és megvizsgáld, melyek a karácsony szagolható, tapintható, látható elemei. Ezeket kell beépítened a decemberi napokba.

Közös készülődés: díszítetek együtt

Borítsátok együtt ünnepi öltözetbe az otthonotokat. Elő a karácsonyi díszekkel, koszorúval, fenyőágakkal, illatgyertyákkal és fényekkel! Gondolj csak bele, hogy milyen izgalmas lehet gyermeked számára a fények ragyogása, a színek pompája, a karácsonyi díszek tapintása. Szánj időt arra, hogy együtt díszítsétek fel a házat, vond be gyermekedet is a feladatokba. Én máig emlékszem a fenyőágaknak, amelyekből anyukám asztaldíszeket készített, az illatára és szűrős leveleire.

Egy szülő, Éva, így fogalmazta meg az ezzel kapcsolatos élményét:

„Az én kisfiam csodálja a fényeket. Tervelem úgy díszítettük a fát, hogy minden dísz megérinthesse, megnézhesse, mielőtt felkerült volna a fára. Látni, ahogy ezek az apró dolgok annyi örömet szereznek neki, mindennél többet jelent számomra.”

Közös kreatív tevékenységek

Az ünnepi dekoráció készítése remek alkalom a meghitt közös időtöltésre. Készíthettek kézművesdíszeket, ajándékokat, sőt akár karácsonyi képeket is festhettek. Így gyermeked a látványon keresztül magába szívja az ünnep jelképeit, javul a kézügyessége, és közben beszélgethettek is a karácsonyról. Kedvenc emlékem, hogy rengeteg karácsonyfát rajzolok, amelyeket sokféleképpen díszítettem fel.

Márta így osztotta meg tapasztalatait: *„A lányom hallássérült, és mindig is szeretett rajzolni, festeni, ragasztani. Az ünnepekre együtt készítettünk karácsonyi díszeket az ablakra, füzért a fára papírból, hóemberfigurát, csillagokat. Lelkesedik értük, és kiteszi őket a szobájában a falra.”*

Együtt sütés-főzés: az ízek és illatok varázsa

A hallássérült gyermekek számára az illatok és ízek adta élmény is hatalmas, ezért készítsétek együtt süteményeket vagy más finomságokat. Az illatok és ízek segítenek megteremteni a karácsony hangulatát, és maradandó élményt adnak gyermekednek. A közös sütés során megtapasztalja a tészta puhaságát, a szaggasztás élményét, a sütemények ízét, illatát, közben pedig átélheti, hogy maga is részt vesz a készülődésben. Amikor gyerek voltam, a nagymamám és az anyukám ipari mennyiségben készítette a mézeskalácsot. Roskadásig volt az asztal gyönyörű cukormáz-díszítésű mézeskaláccsal teli tepsivel. A fűszeres illat belengte az egész házat. Enélkül számomra nem ünnep az ünnep.

Péter, aki két hallássérült kisgyermek édesapja, így mesél erről: *„Nincs karácsony mézeskalács nélkül. A gyerekeinkkel együtt szoktuk díszíteni a sütit. Szá-*

mukra az illatok, az édes ízek és a közös sütés varázsa jelenti a karácsonyt.”

Szimbólumok és mesék: kézzel fogható történetek

A karácsonyi történetek is elmaradhatatlanok ilyenkor: előkerülnek a tél-após és karácsonyfás könyvek. De mi-lyet válassz a gyermekednek? Fontos, hogy ne csupán szavakkal, hanem képekkel, illusztrációkkal is, esetleg jelnyelvi elemekkel jelenítsd meg neki a történeteket. Válassz bátran karácsonyi böngészőket, gazdagon illusztrált könyveket, s a meséket akár el is bábozhatjátok vagy játszhatjátok figurákkal. Az is szép megoldás, ha saját jelrendszert alkottok a karácsonyhoz kötődő szavakból: így az ünnepi szó-kincs sajátos értelmet nyer számára.

Egy szülő, Anna, így írta le a tapasztalatát: *„Kitaláltam egy saját kis jelnyelvi mesét, ami a karácsony történetéről szól, és minden egyes jel jelentése ott van a gyermekeim szívében. Nekik ez a mi saját karácsonyi mesénk, minden évben újra és újra elővesszük.”*

A családi hagyományok építése talán az egyik legszebb része az ünnepnek. Érdemes olyan szokásokat kialakítanod, amelyeket évről évre megismételhettek, és melyekben gyermeked is örömet talál. A megisméltlődő cselekvések ugyanis egyfajta biztonsági hálóként is működhetnek, ismerőségükbe bele tudnak kapaszkodni, tudnak rájuk várakozni, vágyakozni.

Kívánom, hogy találd meg ezeket a közös, varázslatos pillanatokot, és ne feledd: *Az ünnep nem csak a hallásról szól – az együtt töltött idő, az élmények és az érzelmek azok, amik valóban örök emlékeket teremtenek.*

(A szerző hallássérültmentor, gyászcsoporthoz vezető, gyógypedagógus, mentálhigiénés képzés-hallgató.)



Kocsis Károly

Csak táncolni kell...

„... a zene majd megjön valahonnan!” Ez az idézet a Zorba, a görög című film-ből származik. A főszerepben Anthony Quinn remekel: hitelesen ábrázolja, hogy a tánc maga az élet, a derű, a szabadság megélése, összeköttetés Istennel, az ő ajándéka és hálaadás neki. Ez az örökség, a múlt tisztelete és a jelen megélése, amely fenntartja a folytonosságot öseinkkel, s biztosítja a jövőt, átadva a hagyományokat és tanításokat. A tánc kezdettől fogva beavatási szertartásként is szolgált, segítve az átmenetet egyik szerepből a másikba – fiúból férfivá, lányból nővé. A harcosokat felkészítette a csatára, egyes vallásokban az átlényegülést és az Istennel való kapcsolatot segítette elő.

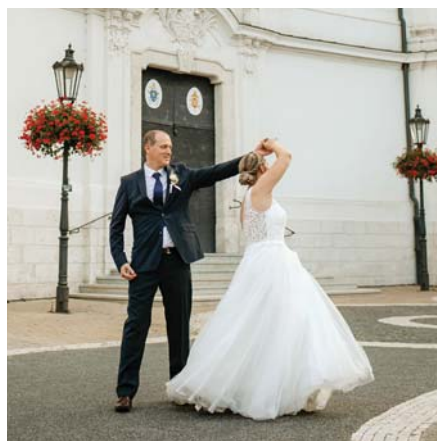
Gyermekkoromban lelkesedtem a néptáncért, szerettem volna követni nővéremet, aki a helyi néptáncgyűttes tagja volt. Amikor a tévében táncot láttam, azonnal felpattantam, és utánoztam, bokázva, mint a táncosok. Megcsillant a remény, amikor az alapiskolában néptánc kör indult, de sajnos, kérészerű volt. Középsiskolás koromtól kezdve a versenysport töltötte ki a szabadidőmet, a tánc háttérbe szorult. A táncos alkalmakat igyekeztem elkerülni, a parketten ritmustalanul, ügyetlenül mozogtam.

Négy évvel ezelőtt érkezett el az a pillanat, amikor feleségemmel beléptünk a társastánc világába. Az igényt részben a zavarba ejtő helyzetek születték, amelyeket bálokon és esküvőkön éltem át. Örültem, hogy a feleségem is nyitott volt az ötletemre, így belevágtunk. Egy közeli tánciskolában beiratkoztunk a kezdő csoportba. Az első órák vegyes élményeket hoztak. A latin táncok, mint a mambó és a csacsacs, kezdő lépései könnyen megtanulhatók voltak, és a zene is felvillanyozott bennünket. A tan-

gónál viszont hamar beütött a rövidzárlat. Kezdetben teljesen idegen volt számomra, hiányzott a koreográfia egész képe, ezért több mint egy évig pihentettük. A latin táncoknál tenyérnyi hely is elegendő, a standard táncokhoz viszont szinte focipályányi terület kell.

Azóta sokat fejlődünk, és idővel a tangó az egyik kedvencünké vált. A kitartásunk „meghozta a zenét is” valahonnan! Eleinte elképzelhetetlennek tűnt egy bonyolultabb lépéskombináció elsajátítása, de most már van annyi lépés és koreográfia a tarsolyunkban, hogy önbizalommal vágjunk neki az új kihívásoknak. Otthon is sokat gyakoroltunk a nappaliban, ezt a tánc tanárunk észre is vette, és ez újabb motivációt adott. A heti egyszeri 90 perces óra nem elég a valódi fejlődéshez. Különösen látássérülésem miatt érzem úgy, hogy több gyakorlásra van szükségem. Az új lépések bemutatásakor mindig igyekszem közel állni az oktatóhoz, hogy jobban lássam a mozdulatokat, és órák után fejben összeszerakom a látottakat. Ez eleinte nehéz volt, de mára készségszinten megy.

Az elmúlt évek alatt megtapasztaltuk a tánc értékét, hiszen egyfajta önismereti út is. Teljes személyiségünkkel benne vagyunk, megmutatkozik a temperamentumunk, erősségeink, és hogy min



kell változtatnunk. Folyamatos visszajelzést kapunk magunkról és társunkról is. Hihetetlen számomra, hogy mennyire összetett, organikus egész. Testi szinten erősödtek izmaink, javult a kondíciónk és a mozgáskultúránk. Szociális szinten jobban figyelünk egymásra, nőtt a koncentrációnk, fegyelmezettebbek és magabiztosabbak lettünk. Kialakultak új barátságok is, és az egyik legmeglepőbb ajándék, hogy példánkat követve több baráti pár csatlakozott valamelyik csoporthoz. Ez különösen jóleső érzéssel tölt el, s azóta a tánc gyakori téma lett a baráti összejöveteleinken. Amióta táncolunk, a zenét is máshogy hallgatjuk. Ha meghallunk egy dallamot, megpróbáljuk hozzápárosítani valamelyik táncot – ez igazán jó móka.

Minden tánc különleges. Egy kis ízelet ad az adott kultúra zenei és mozgásvilágából. A mambó például könnyen elsajátítható, energikus, ritmusos. A tangó szenvedélyes, lassú, de határozott. A bécsi keringő nagy forgásaival olyan, mintha lebegnénk, s közben egygyé válunk a környezettel. A rumba az egyik kedvencem: érzéki és lassú, talán ezért itt tapasztalom meg leginkább az intimitás élményét. A csacsacsát dinamizmusáért és játékoságáért szeretem; zenéje vidám, lépéskombinációi változatosak. Egyfajta endorfinbomba. A paso doble drámai, erőteljes mozdulataival bikaviadalt idéz, bár itt mindenki győztesként hagyja el a táncparkettet. A rock and roll is közel áll hozzám pörgő, energikus stílusával.

Írásom kezdő gondolata erőt ad a nehez, feszült pillanatokban. Az az üzenete, hogy nem kell görcsölni, a helyzet majd alakul. Nem szükséges mindenhez előre tervezni, elég ráhagyni magunkat a pillanatra és megélni a spontaneitást. Ez a szabadság érzése. A tánc is olyan, mint az élet: ha néha megbotlunk, elveszítjük a lendületet, vagy kiesünk a ritmusból, nem kell aggódni – csak folytatni kell tovább... a zene majdcsak megjön valahonnan.

(A szerző mentálhigiénés segítő.)

Egy délután barátokkal a klubban

Dunaszerdahelyen huszonhat éve, 1998-ban jött létre az Értelmi Sérülteket Segítő Társulás, melynek jelenleg közel 150 tagja van. Kezdeményezője, alapítója Cséfalvay Ágnes volt, aki számára a lánya, Ágika jelentette a motivációt. „Kellettek a sorstársak, úgy éreztem, hogy sokat tanulhatok tőlük az Ágikáról való gondoskodás, fejlesztés terén. Nemcsak hasonló gondokkal szembesülő családokat kerestem, hanem szakembereket is: pszichológus, gyermekorvos, adótanácsadó is bekerült a csapatba. A szülők sokszor nem mertek a hivatalokhoz fordulni a problémájukkal – annyira szükség volt erre a társulásra, mint egy falat kenyérre. A klub pedig azért kellett, hogy legyen hol találkozunkunk.”

A város mindig is támogatta a társulást, és helyiségeket adott a klubnak, de az évek során többször kellett költözniük. Tavaly vették birtokukba a negyedik székhelyüket.

Délutáni klubfoglalkozás közepébe csöppennek, mikor az új otthonukban meglátogatom őket. Már a belépéskor érzékelhető az ünnepváró hangulat. A konyhában anyukák: Bernáth Andrea, Mészáros Erzsébet és Pék Emma gyúrják a mézest. Roman állványra tette a fényképezőgépét, az előkészületek és a sütés minden mozzanatát gondosan megörökíti. A tolóajtóval kettéválasztott nagyobbik terem előterében is anyukák (Benedik Katalin, Helena Gódayovává, Sebők Erzsébet, és közben Mészáros Erzsébet is csatlakozott hozzájuk) szorgoskodnak: papírangyalkákkal szeretnék megajándékozni a szokásos adventi Tesco-gyűjtés adakozóit, és a karácsonyi vásárba is készítenek díszeket. Beljebb a hosszú asztalt sok ismerős fiatal meg már kevésbé fiatal üli körbe. Éppen kávéznak, ez egyetlen



klubdélután alkalmával sem maradhat el. Ákos keze nem engedelmeskedik, ezért Maroš az ő kávéjában gondosan elkeveri a cukrot, s mikor átnyújtja neki, hogy szívószállal kiigya, nyomatékosan figyelmezteti, legyen óvatos, és szóljon, ha forró.

„Nagyon figyelnek egymásra, és segítik egymást” – mondja a jelenetet látva Lanstyák Edit, a szervezet alapító-alelnöke, felnőttoktató, tréner. Mintha szavait akarnák igazolni: amikor Matyi valami miatt elpityeredik, körbeállják, vigasztalják, s mivel nem beszél, próbálják kitalálni, mi lehet a baj.

Mátéval korábban még nem találkoztunk. Udvariasan bemutatkozik, és szívesen mesél magáról. Azzal kezdi, hogy ő Down-szindrómás, Nagymadon él a szüleivel, öt testvére van, de már csak Salome lakik velük, akit nagyon szeret, és nagyon hálás neki, mert mindenben segíti. Énekelni is ő tanította meg. „Örülök, hogy a testvérem” – mosolyog. Szívesen látogatja a faluban az idősebb embereket, beszélget velük, segít nekik, ha bánatuk van, vigasztalja őket. A klubban jól érzi magát, örömmel jár ide. Mindig jókedvű, szeret énekelni, táncolni. Többször hangsúlyozza, hogy hívó ember, s azt is megtudom tőle, hogy

édesapja lelkész. A karácsony megünneplését is felidézi. 23-án díszítik fel a fát, 24-én este vacsorára rántott hal van krumplisalátával, és megkapják az ajándékokat, de nem az az igazi ünnep. Az ünnep Jézusnak a születése.

Marián régi ismerős. Izgulós, de leküzdve lámpalázát leül mellém, és jót beszélgetünk arról, hogy szeret a klubba járni, szereti a „sorstársait”, ahogy egymást nevezik. Most éppen karácsonyi verseket tanulnak, de a tánc és az ének is kedvenc időtöltése. Otthon inkább tévézni szokott, vagy meglátogatja Ivetát Csenkén. Legutóbbi nagy élménye a madi örömnapi bál volt, jövőre vagy Csenkén, vagy náluk, Lúcon tartják majd.

Széles mosollyal Zsuzsi lép be, neki is van mesélőnivalója. Októberben különleges élményben volt része: Szege-den járt az értelmi sérült önérvényesítők nemzetközi találkozásán. Lanstyák Edit is elkísérte, és Taksonyról Árendás Kati volt ott még az anyukájával. A magyarországi vendéglátókon kívül spanyol, portugál és szlovén önérvényesítők vettek részt a találkozón. Roman és Maroš prezentációt készített neki, segítségével mutatta be a családját és saját magát. A nyelvi nehézségeket az előadásokon fülhallgatón keresztül követett tolmácsolással küzdötték le, egymással pedig a mo-

biltelefon fordítóprogramja segítségével beszélgettek. Zsuzsi megtanulta, hogy mi az önérvényesítés. Ő például önállóan jár üzletbe, önállóan utazik a buszon. Szeged nagyon szép város, újdonság volt számára a szálloda is. Szabadidős programokat szerveztek nekik. Nagyon tetszett neki a zsinagóga, a Móra Ferenc Múzeumban pedig Munkácsy Mihály festményei. Megkóstolták a finom szegedi halászlét, és közben hallgatták az élő cigányzenét. „Nagyon örülök, hogy eljutottam oda, és azt mondták, hogy legközelebb is nagy-nagy szeretettel várnak bennünket” – mondja csillogó szemmel.

Közben a fiúk-lányok be-bekukkantanak a konyhába, hogy ne maradjanak ki a mézeskalácssütésből, páran nekiállnak rajzolni, a többség pedig a Mikulás-ünnepségre készülve gyakorolja a verseket, énekeket. Barnus szintetizátoron kíséri a produkciókat.

A fiatalok pártfogója Lanstyák Edit mellett Szép Andrea felnőttoktató, a szervezet mindenese, ahogy magát nevezi. Ők azok, akik gondoskodnak a klub működéséről, tartják a kapcsolatot a szülőkkel, programokat találnak ki és valósítanak meg. Nagy gondot okozott nekik és sok munkával járt, hogy ki kellett költözniük az előző helyükről, ahol jól érezték magukat. Edit idézi fel a történeteket: „Tá-



mogatóink és a szülők segítségével otthonossá tettük a klubot. Jól felszerelt konyhánk volt mosogatógéppel. Ez is hasznos volt, mert a fiataljainknak gyakorlati ismereteket közvetítettünk. Közösen főztünk, megtanulták a mosást, teregetést, gyakorolták a vasalást. Akkor állt be törés, amikor beköltözött hozzánk a sérültek napközi otthona, amelyet a város délelőtlönként működtetett, és mi csak a délutáni órákban tartózkodhattunk ott. Miután a létesítményt bővíteni szerették volna, nekünk új helyre kellett költöznünk. Sajnos, ez csak feleakkora, mint a korábbi székhelyünk, szűkösen vagyunk.” „Az épületet a város újíttatta fel, és kialakításakor figyelembe vették az igényeinket – teszi hozzá Andrea. – A helyiségeket mi rendeztük be, és a környéket is mi hoztuk rendbe; nagy segítség, hogy megkaptuk az átriumot.”

A társulás – Edit irányításával – korábban bekapcsolódott egy környezet- és természetvédelemmel foglalkozó kétéves nemzetközi projektbe (lapunk idei első számában olvashattak róla), és a tanultakat szerették volna a gyakorlatban is alkalmazni. A város támogatásával biokertet hoztak létre. „Mindenki sokat dolgozott, a fiataljaink is. Befestették és összeszerelték a magaságyások deszkáit, a ládákat feltöltötték földdel. Paradicsomot, babot termesztettünk, virágokat neveltünk. Tartályokat vásároltunk esővíznek, az egyik apuka beszerelte őket. Mindent közösen végeztünk. A munka után, ha az időjárás engedte, kiültek, beszélgettek; nagyon élvezték. Megdolgoztak érte, sajátjuknak tartják.”

A klubélet színes. A tagoknak lehetőségük van a szabadidő hasznos eltöltésére, élményszerű oktatásban, fejlesztésben részesülnek, rajzolnak, táncot, éneket, verset tanulnak. Edit is, Andrea is kiemeli, hogy a fiatalok nagyon szeretnek szerepelni, színpadra állni a legnagyobb dicsőség számukra; versenyeken is részt vesznek. „Semmit sem erőltetünk: ha nem akarod, nem csinálod – hangsúlyozza Edit. – Annál inkább akarják. Józsi naponta ötvenszer elmondja a versét, mert a legjobb szeretne lenni. Vágnak az elismerésre. Sok dicséretet kapnak, a családtagok is csodálják őket. Nálunk nemigen van probléma



a viselkedésükkel Többen közülük Down-szindrómások, őket szépen tudjuk fejleszteni. Szeretnek kijárni természetbe, a Dunához. Megállunk a parton, hallgatjuk a természet hangjait, rá tudnak hangolódni a természetre; vannak, akik túrázni is járnak. Kötődnek egymáshoz, hasznosnak érzik magukat. Ki tudjuk hozni belőlük a jót. Nincs gyűlölködés, elmondják egymásnak, hogy úgy fogadlak el, olyannak szeretlek, amilyen vagy, így vagy a barátom. Nagyon tetszik, hogy őszinték, egyetértés van közöttük.”

A klub a közösséghez való tartozás érzését erősíti bennük. Vannak, akik a kezdetektől idejárnak, és mindig csatlakoznak új tagok is. Pár hete Gabika jött hozzájuk, nagy örömmel befogadták, akárcsak Évikét. Ő jó ideig otthon volt, de társaságra vágyott, és kiharcolta magának, hogy a szülők legalább heti egy alkalommal elhozzák őt ide.

Andrea még hozzáteszi, hogy minden kulturális eseményre nyitottak. Részt vesznek a város kulturális életében, kiállításokra, színházba járnak. „Budapesten a Nemzeti Színházban is, az Operettszínházban is megnéztük a János vitézt. Egy- vagy többnapos kirándulásokat szervezünk. Általában olyan szállást választunk, ahol



lehetőség van rehabilitációra, úszásra, masszázásra. Tavaly Losoncon szálltunk meg, és végigjártuk a környék itthoni és Magyarországon található nevezetességeit.” Azt is elmondja, hogy sok programot a szülők javasolnak. „Januártól például zöldség- és gyümölcsnapokat fogunk beiktatni, ilyenkor semmiféle édesség nem kerülhet az asztalra, a gyógytornászunk is eljön, és megtornáztatja azt, aki akarja. Az anyukák most még adventi koszorúkat készítenek, meg ikebanát a sírokra, mert sajnos, a tagok közül már többen elhunytak. Tervezzük, hogy karácsony előtt végigjárjuk a sírjukat.”

„Nagyon megható, amikor látom a viselkedésüket – fűzi tovább a szót Edit. – Mikor Karcsika már nagyon súlyos állapotban volt, elmentek őt meglátogatni, elbeszélgettek vele. Nagyon intelligensen tudnak búcsúzni. Fől vannak készítve rá, hogy mindennek van eleje és vége, az anyukák is megbeszéljük velük. Jobban fel vannak készítve, mint a nem fogyatékosok, s arra is, hogy olyankor mit kell tenni.” Andrea még hozzáteszi, hogy az utóbbi időben sokat foglalkoztatja őket ez a téma. „Nézegetik a régi képeket, el is pityerednek, talán azért is, mert új helyre költöztünk. Az egykori társak emléke a régi klubhoz kötődik, ezért szerettük volna valahogy átmenteni ide is. Ezért az emlékükre rózsafákat ültettünk; gondozni fogjuk

őket, ezáltal is velünk lesznek, nemcsak a fényképeken.”

Az idő gyorsan telik. Megsült a mézeskalács, illata betölti a helyiséget. Némelyek már szedelőzködnek, indulnak hazafelé. Cséfalvay Ágnes aktívan már nem vesz részt a társulás és a klub munkájában, de figyelemmel kíséri. „Maga a klubtevékenység magasan túlszárnyalta minden korábbi elképzelésünket. Igaz, hogy a tagok egyre idősebbek, de ugyanúgy fontos nekik, hogy találkozzanak. Csodálatos, ahogyan Editék irányítják őket. Nagyon értékelendő az önfeláldozó munkájuk.”

Peti anyukája, Benedik Katalin előtt az asztalon már ott sorakoznak az ajándékozásra szánt angyalkák. „A klubba azok a fiatalok járnak, akik kinőttek az iskoláskorból, és már csak otthon volnának – mondja. – Itt legalább közösségben vannak, beszélgethetnek a társaikkal, fönntartják a szociális kapcsolataikat. Különbéféle programokat szervezünk nekik, az örömnapi bálban is fantasztikus volt a hangulat. Mi, szülők is ismerjük egymást, igazi közösséggé kovácsolódtunk a huszonhat év alatt. Közben meg a gyerekek fölnőttek.”

Tóth Erika

Roman Mičo felvételei

A 2. oldalon Roman és Maroš Mičo fényképeiből látható összeállítás.



Hóka Rozália

Egyasszony

Bár óvtak tőle, elolvastam! Egy ültő helyemben. Nem lehetett letenni. És remeg a kezem, mikor ezeket a sorokat írom. Felkavaró, elszomorító, mégis felemelő, döbbenetes és fájdalmas. Önfeltárási és kitárulkozó, bátor asszony könyve. Én, aki közlőként ismerem és nap mint nap látom a beteg, sérült gyermekért vívott harcot, láttam és látom a vívódást, az önvádat, a lelki-furdalást, majd az ezeken való felül-emelkedést, a mindennap újrakezdést, a reménykedést, tudom, hogy nincs más út, csak másik élet van.

A könyv fő erénye az, hogy mindent és mindenkit a nevével nevez. Sokak helyett beszél, sokakért emel szót. Hányan mondhatják el, amit Péterfy-Novák Éva: „Elkövettem ugyanis azt a hibát, hogy nem produkáltam tökéletes utódot, és ezért amíg élek, büntudatom lesz...”

Pedig „a diagnózis mindenütt ugyanaz: Forszírozott, rohamos szülés során somatomentálisan és mentálisan súlyosan sérült csecsemő.” Az egészséges magzat egészségesen is világra jö-

hetett volna, ha a szülészorvos nem sietet teniszezni a főnökével, akitől az előléptetése függött. De sietett, elő is léptették. Főorvos lett belőle. A gyermek sorsa pedig hét év szenvedés és fájdalom lett. Hiába adott „ezernyi fájdalomcsillapító pusztit a rettenetes sebekre nap mint nap”. Az édesanya sorsa is megpecsételődött, akinek a megpróbáltatásokat egy bántalmazó kapcsolatban kellett állnia. Testi és lelki megaláztatásokban túrt és harcolt egy rövid életre és szenvedésre ítélt gyermekért. Küzdött önmagáért, a házasságáért is, és sokáig abba kapaszkodott, hogy a remény hal meg utoljára; pedig mindnyájan tudjuk, a bántalmazó kapcsolatból ki kell lépni, a méltóságteljes élethez testi-lelki szabadság kell. De megtanulta: „Ha hosszú időn át megaláznak, már tudom, hogy az soha, de soha nem érhet véget a megalázó győzelemével.”

És mikor hosszú vívódás után ez a szabadság is eljött, szembe kellett néznie saját gyávaságával: félt a haláltól, nem mert haldokló gyermeke mellett

maradni. Hajnalban, épp abban az órában riadt fel, mikor sokat szenvedett gyermeke kilehelte lelkét. Mi maradt? A halál és a temető. Nem!

Az élet csodálatos! És benne a teremtető akarat. Egy sérült és korán meghalt gyermek, majd egy halva született csecsemő után később még két egészséges gyermeknek adott életet, s ők már egyenrangú, boldog párkapcsolatból születtek. Ez már egy másik út, másik élet.

A könyvet ajánlom mindenkinek, mert nem csak a megpróbáltatásokról, a szenvedésről, az emberi hibákról szól. Az empátiáról, a toleranciáról, a másság elfogadásáról, az emberi méltósághoz való jogról és arról a bátorságról is, amely kimondja azt is, amit szégyellünk, amiről sokszor csak hallgatunk. Jó, ha tudjuk: vannak olyan élethelyzetek, amikor a hallgatás nem vezet sehova.

Péterfy-Novák Éva: Egyasszony, Libri, 2014, 2022

(A szerző pedagógus.)



Major Árvácska

Az író ember köszöntése

Az író embert köszönti ez az írás.

Mondhatnám azt is, hogy a sportoló embert. Hiszen más, mint az egykori focista-dzsúdós nem is adhatta volna könyve címéül a labdarúgásból vett fogalmat: Kapáslövés (alcíme: Sportos novellák és egyéb írások). Írhatnám, hogy a debreceni ember előtt tisztelgek. Ugyanis Balogh Zoltán sorai gyökértelenek volnának a cívis városi háttér: a Biogál Klub, az Óbester bo-

rozó vagy a helyi Gambrinus közben megbúvó kis antikvárium nélkül. Bevallhatnám, hogy ifjúkorom egy tanújáról szólok. Olyasvalakiről, akivel még értjük a sportpályák egykori nyelvét, ismerjük győztes meccsek ízét, és tudjuk, ki volt „a” Béla... (Várad, a Vasas csapatára, a piros-kékek 77-es aranycsapatából.)

Magam mégis az író embert köszöntöm, akit – ahogy maga Balogh

Zoltán is vallja – részben az írás állított talpra a tartott életben. A 27 éves sportoló zuhanásos balesete után ugyanis az orvosok legfőljebb arra láttak reményt, hogy a szemét tudja majd mozgatni. Később kiderült: két ujját is képes irányítani. Kerekesszékekben ülve ezzel a két ujjával „pötyögte végig” az elmúlt harminc évet: újságot szerkesztett, sportújságírókat nevelt, versenyeket szervezett – és írt.



Sztakó Zsolt

A pillanat

Részlet egy megírandó könyvből:

Arra nyitod ki a szemedet, hogy apu ül az ágy szélén, és imádkozik. Közben a törzsével előre-hátra hajlong, mint a siratófalnál imádkozó zsidók. Minden reggeli rítus ez nála, de most, ki tudja, miért, az jutott eszedbe, hogy pár nap múlva itt a húsvét. A kedvenc ünneped.

...Így kezdődik az a poszt, amelynek a Nagyhét – a pillanat címet adtad. És hogy miért ezt a posztot választottad, hogy apuról írj? Biztosan a bevezető kép miatt. Annyira jellegzetes kép ez róla, hogy most is elsőként ugrik be, ha az alakját akarod felidézni.

Ugyanis most nem blogot írsz, hanem apu alakját próbálsz felidézni (bár még két éve sincs, hogy elment, és a fényképe karnyújtásnyira, a polcra figyel), s mint írtad, ez a kép ugrik be először. Ahogy ül az ágy szélén, és imádkozik. Naponta kétszer folyt le ez a rituálé, reggel és este. Egy idő múlva már hozzátartozott a napodhoz, és ha valamiért elmaradt, hiányérzeted volt – bár ezt még magadnak sem vallottad be.

Reggel ő kelt először, este pedig mi már húztuk a lóbórt, amikor ő még ott kuporgott az ágy szélén. Bevallom, nem tudtam mire vélni ezt a nagy Istenhez fordulást... néha még irritált is, mert amit nem értünk, az irritál.

Aztán rájöttem.

Apámnak volt pár elintézetlen ügye Istennel. Pontosabban volt néhány olyan kérdése, amelyre csak Ő ad-

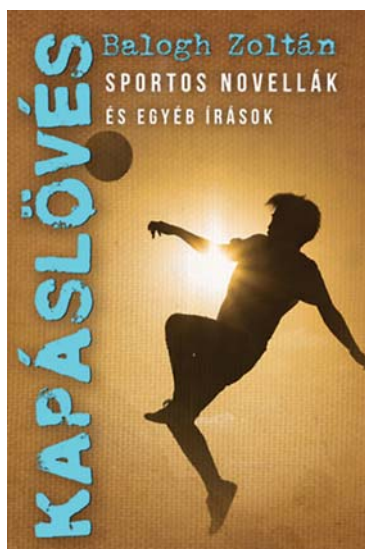
hat választ. Arcát a kezébe temette, és mikor ilyenkor szóltunk hozzá, mintha egy másik világból tért volna vissza.

Neki nem voltak olyan kifakadásai, mint anyunak, aki impulzív alkat, hamar robban, és kikiabálja magából a fájdalmát, s mikor a plébánosunk vigasztalni próbálta, hogy Isten azoknak adja a legsúlyosabb keresztet, akiket a legjobban szeret, azzal vágott vissza, hogy akkor Isten inkább ne szeressen bennünket annyira.

Aputól azonban távol álltak az ilyen kitörések. Az érzéseit inkább elfojtotta, mert nem illettek bele az ő férfiaságról kialakított képébe. Sírni is csak egyszer láttam, amikor a nővérem férjhez ment. Emlékszem, mennyire megdöbbentem, hogy pont egy tizenhat éves kamasz vállát választotta erre a célra.

Tehát, mint írtam volt, apu nem mutatta ki az érzéseit. Talán azért is volt ez, mert első és legérzékenyebb éveit a világháború alatt élte. Annyi szörnyűségen ment keresztül a legkorábbi éveiben, hogy a történetek darócossá edzették a lelkét. Megtanulta, hogy ne mutassa ki az érzéseit, mert ez a gyengeség jele, nem „férfias”.

Szóval, csak azt akartam ezzel mondani, hogy biztosan ő is érezte annak a „keresztnek” a súlyát, ha nem mutatta is ki. Belülről azonban emésztette magát, és próbált válaszokat találni a kérdéseire. Én legalábbis így láttam őt gubbasztani ott az ágy szélén.



A könyvet a szerző barátai magukkal viszik utazásaikra, a magyar paralimpikonok révén Párizsba is eljutott.

Előbb cikkeket, majd jegyzeteket, aztán novellákat.

A Kapáslövés című kötet írásai ott billegnek a sport és az irodalom határán, ott egyensúlyoznak a sport és az élet mezsgyéjén. Látszólag nem a szerző személyes küzdelmeiről szól, mégis: megélt élményekről vallanak, legyen szó súlyfelesleggel harcoló dzsúdósról, az Apa alakjával viaskodó fiúról vagy egy rossz döntés miatt elvesztett szerelemről. Kis győzelmekről és nagy verésegekről, nehéz döntésekről és a megszenvedett elhatározások utáni újrakezdésről – életünk valóságos vagy képletes tatamiján.

A novellákból Szerb Antalnak az Utas és holdvilágban leírt gondolata visszhangzik: „Élni fog ő is..., de mégis élni. És ha az ember él, akkor még mindig történhetik valami.”

Balogh Zoltán él, és megtörtént vele a „valami”: írni kezdett.

S ma nem is az író embert, az írórt kell köszönteni.

Balogh Zoltán: Kapáslövés, Kék Európa Stúdió, 2023

(A szerző jogász, újságíró, idegenvezető, önkéntes segítő. A Balogh Zoltánnal készített beszélgetés megjelent a Carissimi 2023/3. számában.)



Melaj Erzsébet

Sandro Botticelli: Misztikus születés

Az egyre sötétülő decemberi napokban már az áhított fény felé haladunk, az emberek – hogy elfelejtsék a depressziós esztétet – álmokat és ajándékokat kergetnek az üzleteket járva, a nagy kavargásban végre a legsötétebb nap is elérkezik, s ekkor megtörténik a csoda: az éjszakában fény gyullad, megszületik a Megváltó. Ennek a misztériumnak a megidézése egyetlen évben sem maradhat el a világ keresztény országai-
ban.

Az évszázadok folyamán a festőket is megkísértette a vágy, hogy fára, vászonra varázsolják Jézus születéséről kialakult elképzelésüket. A halhatatlan olasz festőóriás, Botticelli sem volt ez alól kivétel.

Sandro Botticelli, eredeti nevén Alessandro di Mariano Filipepi a korai reneszánsz legnagyobb festője. A festőzseni életéről keveset tudunk. Firenzében született, de az sem biztos, hogy 1445-ben, a szakemberek azonban ezt az évszámot valószínűsítik. Aranyművesnek készült, azonban a festészet jobban érdekelte, ugyanakkor tudományos érdeklődése sem volt elhanyagolható. Bátyja talán a legjobb mesterhez, Filippo Lippihez adta, hogy tanulja meg tőle, amit a festészetről tudni kell. Mesterével, akinek a művészete nagy hatással volt rá, s aki fia tanítását is rábízta, baráti kapcsolatba került. 1470-ben saját műhelyt nyitott Firenzében, s egyre népszerűbb lett. Leghíresebb művei a Tavasz és a Vénusz születése. Több mint valószínű, hogy az esztergomi királyi palotában is található egy freskója. 1510-ben hunyt el szülővárosában.

A Misztikus születés c. kép, amely Jézus születését ábrázolja, eltér a többi művétől. Botticelli mielőtt hozzálátott volna a festéshez, felvázolta a kép tartalmát, minek hol kell lennie rajta. Semmi sem volt véletlen, és mindennek pontos jelentése volt. De a Misztikus születés talányos műnek számít.

Első pillantásra a klasszikus jelenet tárul elénk: középen egy barlang szájánál Mária az újszülött Jézussal és Szent József láthatók, valamint a háromkirályok, akik üres kézzel érkeztek a kisded imáadására. Az éppen megnyíló égbolttól angyalok szállnak alá az istálló tetéjére, körben táncolva. A jelenet előtt is vannak ilyen szárnyas lények: hárman, egy-egy embert ölelve rugaszkodnak el a földtől. Elöl pedig egészen apró ördögfigurák bújnak meg! Ez az elrendezés annyira újdonságnak számít a művészettörténetben, hogy az alkotás a Misztikus születés címet kapta. Értelmezéséhez segítséget ad a felső sávban található felirat – benne a festő nevével (Sandro) és a kép készítésének időpontjával (1501) –, amely János Apokalipszisének több részére is utal. Egy értelmezés



szerint ez Krisztus második eljövételére való célzás. Krisztus földi születése, melyet a kép közepén látunk, az első eljövétel, a megtestesülés. Ezt veszi körbe az előtérben az apokalipszire való utalás: az ördögök ott settenkednek a három férfi körül, de az angyalok megküzdnek a lelkükért, és felragadják őket a mennybe. A kép felső részén a megnyílt mennyország kapuját látjuk. Mennyei és földi, valamint múlt és jövő között elmosódik a határ: egyszerre látjuk a múltat, Krisztus földi megtestesülését és a jövőt, második eljövételét, amelyre a mennyei arany és a lelkekért küzdő angyalok utalnak.

Itt kapaszkodót nyújthat a festő egyénisége. Botticelliről elmondhatjuk, hogy mélyen vallásos volt, szerette az egyszerűséget és az elmélyülést. Amikor a Misztikus születést készítette, már élete vége felé közeledett, s ez a bizonyosság leköttette gondolatait. Egy művész az alkotásain keresztül közli a benne kavargó érzéseket, sejtéseket, látomásokat. Ő a születést ábrázoló művében a saját vízióját vetítette felénk, ahogyan ő maga látta mindkét eljövételt. Az általa közvetített misztikus kép lenyűgöz művészi kvalitásaival, meglep mély gondolatiságával: még ennyi év múltán is hatalmába kerít bennünket.

A temperával fatáblára varázsoltt alkotás mindenkié, az egész emberiségé. Ha eredetiben szeretnénk megcsodálni, ez is megoldható. Irány a londoni Nemzeti Galéria!

(A szerző újságíró.)

Pilinszky János

A fényességes angyal is

Emlékezés egy világháborús karácsonyra

Az égbolt elsötétedett.
S akár a végítélet
zord fellege tört volna ránk,
a föld is oly sötét lett.

Gyermekszívünk is oly nehéz!
A házak és a kertek,
az egész törékeny világ,
éreztek, velünk reszket.

Aztán a roppant csöndön át
puhán és észrevétlen,
a hangtalan meginduló
és puha hóesésben,

akár a fényes pelyhek is
vigyázva földet értek,
a fényességes angyal is,
ő is a földre lépett.

Théophile Gautier

Karácsony

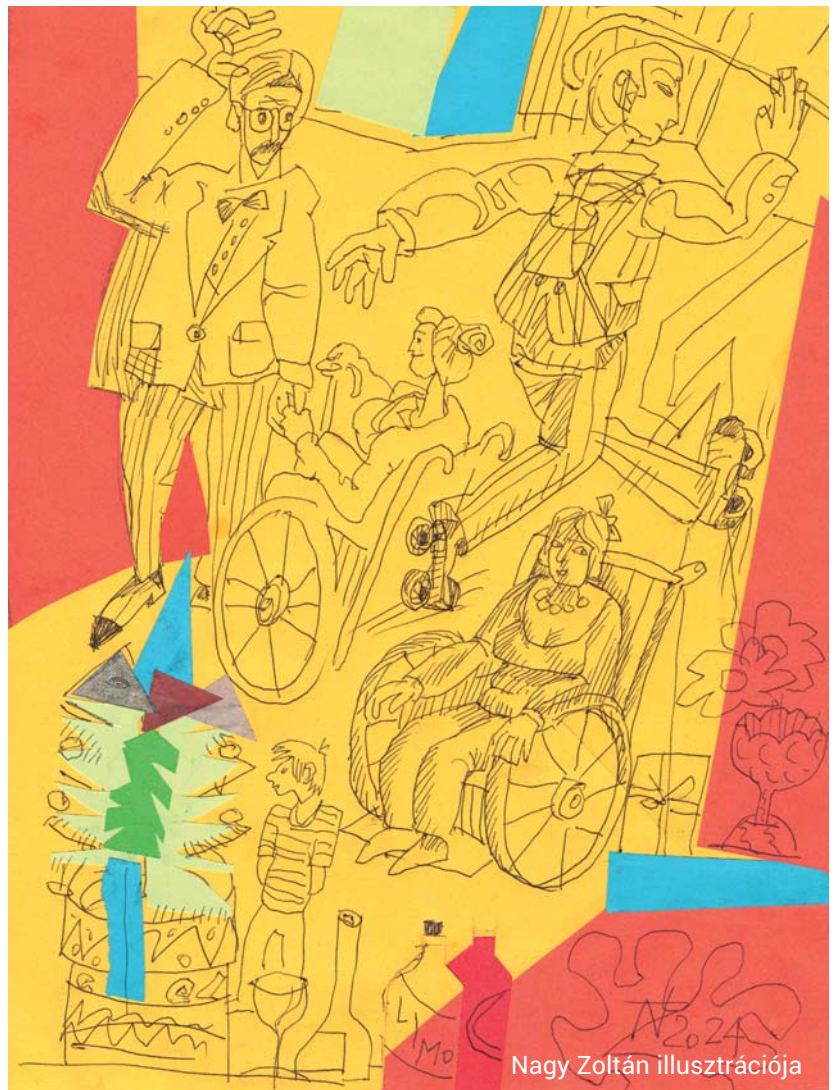
Éj van, a földet hó takarja,
vidám harangok hangja szól,
Jézus megszületett. Az anyja
szerelmesen fölé hajol.

Nincs ékes függöny, mely megóvná
a hidegtől a kisdedet,
csupán pókok hálója lóg rá –
korhadat gerendákról fityeg.

Didereg szalma-nyoszolyáján
a csecsemő s nem alszik el,
melengeti ököre és bárány:
jászlába hó párát lehel.

A hó kirojtozza az almot,
de a tető mennyboltra nyit,
s a pásztoroknak égi hangok
zengik: „Itt a Karácsony! Itt!”

Baranyi Ferenc fordítása



József Attila

Karácsony

Legalább húsz fok hideg van,
szelek és emberek énekelnek,
a lombok meghaltak, de született egy ember,
meleg magvető hitünkről
komolyan gondolkodnak a földek,
az uccák biztos szerelemmel
siető szíveket vezetnek,
csak a szomorú szeretet latolgatja,
hogy jó most, ahol nem vágta ablakot,
fa nélkül is befűl az emberektől;
de hová teszik majd a muskátlikat?
Fölöttünk csengőn, tisztán énekel az ég
s az újszülött rügyező ágakkal
lángot rak a fázó homlokok mögé.

Babits Mihály

Csillag után

Ülök életunt szobámban,
hideg teát kavarok...
Körülöttem fájás-félés
ködhálója kavarog.
Kikelek tikkadt helyemből,
kinyitom az ablakot
s megpillantok odakint egy
ígéretes csillagot.
Ó ha most mindent itthagynék,
mennék a csillag után,
mint rég a három királyok

betlehemi éjszakán!
Gépkocsin, vagy teveháton –
olyan mindegy, hogy hogyan!
Aranyat, tömjént és mirrhát
vinnék, vinnék boldogan.
Mennék száz országon át, míg
utamat szelné a vám.
„Aranyad tilos kivinni!”
szólna ott a vámos rám.
„Tömjened meg, ami csak van,
az mind kell az itteni
hazai hatalmak fényét
méltón dicsőíteni.”
Százszor megállítanának –

örülnék, ha átcsuszom:
arany nélkül, tömjén nélkül
élnék hozzád, Jézusom!
Jaj és mire odaélnék
hova a csillag vezet,
te már függnél a kereszten
és a lábad csupa seb,
s ahelyett hogy bölcsőd köré
szórjak tömjént, aranyat,
megmaradt szegény mirrhámmal
keserűszagu mirrhámmal
kenném véres lábadat.

**Kedves Olvasó!**

A Carissimi utolsó számának utolsó oldalához ért. A búcsú mindig fájó, de egyszer minden véget ér, és lapunk sem jelenik meg a jövőben. Elektronikus formában a carissimi.sk honlapon a régi számok továbbra is elérhetőek lesznek.

2010-ben született meg egy olyan magyar nyelvű, ingyenes lap kiadásának a gondolata, amely a fogyatékos emberekről és nekik szólna, illetve mindenkinek, aki kíváncsi a gondjaira, nehézségeikre, örömeikre, sikereikre, egyszerűen: az életükre. Akkoriban ez eléggé merész ötletnek tűnt, főleg a kiadáshoz szükséges anyagi források hiánya miatt, de a lapot tartalommal megtölteni sem volt egyszerű feladat.

„Aki nem próbálja meg a lehetetlent, az a lehetségeset sem fogja elérni soha.” Ez a Goethe-idézet mottóként is szolgálhatott volna, amikor minden ellenérv, józan megfontolás ellenére belevágtunk. És valóban. Az elmúlt

15 év alatt sokszor tűnt lehetetlen vállalkozásnak a lap kiadása, és hogy mégis megvalósulhatott, az a sok-sok bátorításnak, támogatásnak, segítségnek köszönhető, ugyanis sokan voltak, akik szintén úgy érezték, hogy szükség van egy olyan kiadványra, amely odafigyel azokra, akiknek az átlagosnál nehezebb sors jutott. Ha mindenkit megneveznék, aki a lap mellé állt, nem bírná el ennek a számnak a terjedelme.

Mégis engedtessek meg, hogy pár nevet megemlítek. Támogatta a megjelenést a Carissimi Nonprofit Alap kuratóriuma, különösen Bauer Edit és Pogány Erzsébet, aki már hat éve nincs közöttünk. Mindig számíthatam Strédl Teréziára, aki kezdettől fogva a lap szakmai tanácsadója volt, és Köböl Tiborra, aki a szociális ügyekben segített eligazodni. Megbízható munkatárs volt Nagy Attila grafikai szerkesztő, és a dunaszerdahelyi Valeur nyomda is kitűnő munkát végzett. Kü-

lön köszönöm a Szlovák Humanitárius Tanács kis csapatának, hogy amikor ismeretlen szerkesztőként felkerestem őket kiadót keresve egy magyar – általuk nem ismert nyelvű – lap számára, azonnal igent mondtak, és vállalták a kiadással járó adminisztratív terheket. Őkujem Vám, pani Eva Lysičanová, Monika Zemanovičová a pán Róbert Demovič! Köszönettel tartozom a szerzőknek, az itteni és a magyarországi szakembereknek, egyetemi oktatóknak a sok jó tanácsért, biztatásért és a magas színvonalú írásokért, amelyekkel gazdagították a lapot. És név szerint szeretném megemlíteni Sztakó Zsoltot, akinek egyetlen számból sem hiányzott jegyzete. Köszönet mindenkinek, aki kisebb-nagyobb összeggel támogatta a megjelenést. Végül a legnagyobb köszönet az Olvasóké, hiszen Önök nélkül nem ért volna meg a Carissimi 15 évfolyamot.

Boldog ünnepeket!

Tóth Erika

Magyar–szlovák, szlovák–magyar szótár

Down-szindróma – Downov syndróm
 értelmi sérült emberek napközi otthona – denný stacionár pre ľudí s mentálnym postihnutím
 figyelemzavar – porucha pozornosti
 hallássérülés – porucha sluchu
 kommunikációs zavar – narušená komunikačná schopnosť
 korai diagnosztika – včasná diagnostika
 korai fejlesztés – včasná intervencia
 könnyen olvasható és könnyen érthető információ – ľahko čitateľná a ľahko zrozumiteľná informácia
 magatartászavar – porucha správania
 mozgáskoordinációs zavar – porucha koordinácie pohybov
 mozgásszervi rehabilitáció – pohybová rehabilitácia
 mozgásterapeuta – pohybový terapeut
 nyelvi fejlődési zavar – vývinová jazyková porucha
 regionális oktató és szociális központ – regionálne edukáčno-sociálne centrum
 tánc- és mozgásterápia – tanečno-pohybová terapia
 tanulási zavar – porucha učenia

denný stacionár pre ľudí s mentálnym postihnutím – értelmi sérült emberek napközi otthona
 Downov syndróm – Down-szindróma
 ľahko čitateľná a ľahko zrozumiteľná informácia – könnyen olvasható és könnyen érthető információ
 narušená komunikačná schopnosť – kommunikációs zavar
 pohybová rehabilitácia – mozgásszervi rehabilitáció
 pohybový terapeut – mozgásterapeuta
 porucha koordinácie pohybov – mozgáskoordinációs zavar
 porucha pozornosti – figyelemzavar
 porucha sluchu – hallássérülés
 porucha správania – magatartászavar
 porucha učenia – tanulási zavar
 regionálne edukáčno-sociálne centrum – regionális oktató és szociális központ
 tanečno-pohybová terapia – tánc- és mozgásterápia
 včasná diagnosztika – korai diagnosztika
 včasná intervencia – korai fejlesztés
 vývinová jazyková porucha – nyelvi fejlődési zavar

Újévi köszöntő

Adjon Isten minden jót
 Ez új esztendőben:
 Jobb időt, mint tavaly volt
 Ez új esztendőben;
 Jó tavaszt, őszt, telet, nyárt,
 Jó termést és jó vásárt
 Ez új esztendőben!

Adjon Isten minden jót
 Ez új esztendőben:
 Zsíros esőt, kövér hót
 Ez új esztendőben;
 Bő aratást, szüretet,
 Egészséget, jó kedvet
 Ez új esztendőben!

Adjon Isten minden jót
 Ez új esztendőben:
 Drága jó bort, olcsó sót
 Ez új esztendőben;

Jó kenyeret, szalonnát
 Tizenkét hónapon át
 Ez új esztendőben!

Adjon Isten minden jót
 Ez új esztendőben:
 Vegye el mind a nem jót
 Ez új esztendőben;
 Mitől félünk, mentsen meg,
 Amit várunk, legyen meg
 Ez új esztendőben!

Támogatóink:

Kisebbségi Kulturális Alap

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

Duray Julianna és Rezső, Szenc; Csémi Ildikó és Szilárd, Komárom;

Kováčik Ilona, Rimaszombat.

Karácsonyvárás
az Érsekújvári Regionális
Oktató és Szociális Központban

