

# ➤ MELYIK ÉLET LESZ AZ ENYÉM? „A KÓRHÁZBAN AZ ÉLET NAGYON TUD ÉLNI”

Mi minden kell ahhoz, hogy az ember beteg gyerekek közt dolgozzon? Jókedv, empátia, érzékenység, figyelem, alázat, kreativitás, bátorság, humor, lelkerő... – és igen, mindezek a boldog élethez is kellőnek, állapítottuk meg **Gerle Andrea** bohócdoktorral.

Szöveg - Gábos Katalin / MELYIK ÉLET LESZ AZ ENYÉM? / Kép - Páczai Tamás

– Emlékszel életed első bevetésére?

– Persze! Amikor elkezdted a bevetéseket, kapsz egy mentort. Egy tapasztalt bohócdoktor, sőt, először egy párost, és melléjük állsz be harmadiknak. Ez volt az első nagy-nagy élményem, a kollegialitás élménye. Két fiúval – Mátyás Zolival és Reitter Zsolttal – voltam szolgálatban, akik olyan mérhetetlen gondossággal vettek körül, „kínálták alám” a helyzeteket, hogy abban fürdőzni valami csodálatos volt.

– Még a színészi élményeidhez képest is?

– Abszolút. Számomra a bohócsághoz kötődik az, amit – most már tudom – a színházban kerestem, de csak ritkán találtam meg, hogy legyen a partneri viszonyban egy folyamatos egymásból építkezés. És mivel amit mi csinálunk, az egy nagyon organikus, nyitott és improvizatív műfaj, ebben nem is lehet máshogy működni, csak ha a partneredet 100%-ig magad mellett tudod. Most, hogy elkezdtük a *Zenekaraván* című programunkat, ami fogyatékos gyerekeknek szól, abban még fokozottabban szükség van erre. Nekem ezek a legnagyobb élményeim, művészi értelemben is.

– Mi indított erre? Véletlenül sodródottál bele?

– Úgy indult, hogy harmincéves elmúltam már, és valahogy nem éreztem elégnek azt, amit a hivatalos, kőszínházi, társulati létezés nyújt, nem éreztem elég szabadnak magam benne, alkotói értelemben. Elkezdtem alternatív társulatban játszani. Aztán egyszer kitétek egy felhívást a nyíregyházi színházban, ahol addig játszottam, hogy bohócdoktorokat keresnek, és azonnal éreztem, hogy nekem ez kell. Utólag

hívta fel apukám a figyelmemet arra, hogy én 100%-ban orvoscsaládból származom. Nemrég beszélgettem az egyik, Spanyolországban élő tánctrénerünkkel, és ő kérdezte, hogy nem volt-e idegen nekem a kórházi létezés? Én meg mondtam neki, hogy érdekes, hogy pont ezt kérdezi, mert én az egész gyerekkoromat – a sulin kívül – kórházban töltöttem! Kórházi mikulásoszás és karácsonyozás, rajzolgatás a kórházi orvosöltözőkben, amikor beteg voltam, mert bevittek, hogy ne legyek otthon egyedül. Úgyhogy nekem ez otthonos közeg, és amikor orvosokkal beszélgetek, érzem, hogy ezt a nyelvet a szüleim révén már megismertem és beszélem!

– És a beteg gyerekek szenvedése? Megsokszorozza az ember erejét, tettvágyát vagy olykor megrendít és lefékez?

– Épp nemrég mondta egy barátnőm, hogy ez kicsit olyan, mintha frontszínház lennénk, hiszen a helyzet általában nagyon kiélezett. Ráadásul lélektanilag is elég bonyolult, mert meg kell találni, meg kell érezni az improvizáció helyét, mindig egy adott szituációból kell építkezni. Van a gondolkodásunknak egy szintje, ahol nem a betegséget látjuk, és a bohóc archetípus, amelyet magunkra öltünk, az is ad egy védelmet.

– Te kívülről látod a szituációt?

– Bizonyos szempontból nagyon is benne vagy, viszont rajtad van kötelezően egy szemüveg, mert meg kell találnod azt a nézőpontot, amiből ez másnak tűnik, mint ami. Persze ez nem jelenti azt, hogy soha nincs mélypontod, hiszen az évek alatt azért nagyon sok nagyon szomorú és kemény helyzettel szembesülsz. Ezen mindannyian átmentünk, nekem is volt



egy nagyon mély mentális hullámvölgyem, ami a munkám minőségét nem érintette, viszont komoly válságba kerültem abban a tekintetben, hogy hogyan nézzem az életet. És nagyon sok mindenem át kellett magam rágni – például a halál kérdésén. Az ehhez való viszonyulás – ha szabad így mondanom – nagyon fejletlen a mi társadalmunkban. Nekünk egyébként nagy szerencsénk van, mert a munkánkhoz hozzátartozik egy állandó pszichológusi szupervízió, és a mi pszichológusunk, *Feuer Mária* kifejezetten ennek a területnek a szakértője. Ő nagyon sok ilyen helyzeten segített át engem is, egyszerűen csak azzal, hogy megvilágított egy másik nézőpontot, vagy elmondta a sajátját.

– És ezt tudod is működtetni? Mert nyilván kikerülhetetlen, hogy az ember megrendüljön.

– Elfogadod, hogy ezek a helyzetek vannak, ezek a helyzetek nagyon fájdalmasak, és neked nem szabad erre rányomnod a saját fájdalmadat. Kialakul egy „fájdalomkontroll” az évek alatt, ez tanulható. Ezekből a helyzetekből, és a szülőktől is nagyon sokat tanultam. Hogy lehetséges továbbmenni, lehet ezt valahogy másképpen látni. Na, az nekem katartikus élmény.

– Mert ez a valóság?

– Igen, és nekem ez is nagyon fontos ebben a munkában, hogy tényleg azt érzem, az élet „közepében” vagyok ilyenkor, miközben a színházi világban meg pont azt éreztem sokszor, hogy el vagyok szigetelve, mintha egy rezervátumban élnék. Minden művésznek szüksége lenne arra, hogy ilyen közegbe kerüljön. Én a kórházat már nem a borzalmak és szenvedések terepének látom, hanem kifejezetten az élet sűrűjének, ott az élet nagyon tud élni, és minden „hűsbavágó” dologgal szembe találkozol. Ami még nagyon katartikus volt, az a speciális törődést igénylőkkel – egyszerűbben fogalmazva a fogyatékkal élővel való kapcsolat, amit szintén hajlamosak vagyunk rettentő sajnálkozva és tragédiaként kezelni. Nekem viszont csodálatos pillanataim vannak ezekkel a gyerekekkel, hogy valaki egy megnyomorított testben képes felhőtlenül nevetni és örülni bárminek. Azt gondoljuk, hogy minden, ami fogyatékos, az borzalom is egyben. És valóban van benne rengeteg nehézség, viszont nem feltétlenül jelenti a lélek megnyomorítotttságát is. *Feuer Mária* szokta azt mondani, hogy ők a guruink. Rengeteget tanulunk tőlük.

– *Sztorit nem merek kérdezni Tőled, mert sírnánk...*

– Nekünk egyáltalán nem a sírós sztorikra áll rá az agyunk! Van vicces sztorim is, amit imádok! Egy hematológiai osztályon volt – úgy indult a vizit, hogy mindent félreértettem, semmit nem úgy értettem és vettem, ahogy a gyerekek gondolták. Néztek, néztek, egyszer csak az egyik gyerek megszólalt: „Hát ez egy idióta!” Volt a keze ügyében egy távirányító, és rájött, hogy engem azzal tud irányítani. És kikapcsolt, aztán meg be, és az egész szoba egyszer csak beszállt a játékba, meg még a folyosóról néhány gyerek, és fergetegesen röhögtek és irányítottak engem – a beszédemet, a mozgásomat, és valahogy az lett a lényeg, hogy megérezték, hogy ők tudnak irányítani. Óriási életerő és jókedv áradt belőlük, nagyon huncutok voltak! Mi azt gondoljuk, hogy a kórház egy sírlomvölgy, de egy gyerekosztály, vagy egy gyerekkórház az nem az! Hiszen ott gyerekek vannak, és kifejezetten vidám hely tud lenni, minden fájdalom fölött, vagy ellenére.

– *Kell ehhez valami különleges képesség, vagy mindez megtanulható?*

– Sok minden tanulható, az érzékenység is fejleszthető. Talán kell hozzá, hogy az emberben legyen „harcis kedv”, hogy bírja a frontvonalat, kell az érzékenység, de mondom, az fejleszthető, én is sokat fejlődtem ezen a téren. Kell a gondolkodásnak egyfajta szabadsága, és kell hozzá előadóművészi érzék. A felvételi eleve úgy van meghirdetve, hogy olyanokat keresünk, akiknek már van előadóművészi tapasztalatuk. Erre lehet építeni egy másfajta képzést. Fejleszteni kell az improvizációs és a zenei készségeket, ha már zeneileg képzett az illető, akkor megtanulni használni. Fontos a mozgás fejlesztése, és mindemellett van egy elméleti tananyag is, ami foglalkozik a bohócszerep kultúrtörténetével is, ebben természetesen van színháztörténet is, hiszen a kettő összekapcsolódik, és van benne egy komoly pszichológiai rész, a fejlődéslélektan.

– *A sztorit előre kitaláljátok? Mert gondolom, előtte azért meg kell ismerni azt, aki ott fekszik.*

– Van, hogy már ismerjük, mert többszörre járunk ott, olyankor szoktunk előre készülni egy kis történettel, de általában igyekszünk a pillanatnyi benyomásra hagyatkozni. És először mindig kapunk a kórházi személyzettől egy tájékoztatást az aktuális állapotokról. A legjobbak mindig a spontán pillanatok, belépsz, ott van egy szituáció, már van rá szemed, hogy mit veszel észre – macit az ágyban, cicás papucsot, mit tudom én –, és abból elindul a buli! Ehhez nagyon fontos az asszociatív gondolkodás.

– *A szülőkkel való kommunikáció minden esetben felhőtlen? Ők mindig örülnek nektek?*

– Ha egy szülő együttműködő, és hajlandó feltenni azt a szemüveget, amit mi viselünk, akkor fantasztikus segítség. De előfordul, hogy a szülő elutasítása hátráltatja a kapcsolat kialakítását a gyerekekkel. Ilyenkor nekünk könnyebb, ha nincs jelen. Általában azt tapasztaljuk, hogy ha sikerül áttörnünk azt a gátat, ami az aggodás és a fájdalom, akkor nagyon jó.

– *Miféle ellenvetése lehet egy szülőnek a ti munkátokkal szemben?*

– Érdekes dolog ez: jelen van például a bohóc-archetípustól való félelem. A bohócot nem mindenki szereti, a bohóc a mi kultúránkban a perifériáról jön, egy furcsa világot képvisel, másképpen látja a dolgokat. A bohóc nem a vásárokon lufikutyát hajtogató, piroshajú, harsány valaki, ahogy a McDonald's bohóc sem az. Ezek a sztereotípiák nem segítik a bohócok pozitív – vagy inkább helyes – megítélését.

– *Van kudarc a munkátokban? Vagy nem hagyjátok, hogy kudarcral végződjön egy vizit?*

– Néha a szülő annyira elutasító, hogy a lehetőségtől is megfoszt minket, hogy a gyerekekhez eljussunk. Ilyenkor arra törekszünk, hogy ne kerüljünk konfliktusba, próbálunk valami „puhát”, valami kedveset mégiscsak otthagyni magunkból, de csak nagyon finoman. A kamaszokkal is nagyon nehéz. Én nagyon szeretem őket, de hozzájuk nem egyszerű a kulcsot megtalálni. Ha van idő, ha nem egyszeri a találkozás, hanem hétről hétre ismétlődik, akkor azért általában át szoktunk törni. Egy kamasz hozzáállása alaptól az, hogy „hagyjon engem mindenki békén”. Ilyenkor az működik, hogy te pont az vagy, ami ő. Hogy te nem a felnőttvilágból jössz, nem a szülőkéből, aminek ellent kell mondani... Komoly láttelet a felnőtt társadalomról a sok szuicid hajlamú, anorexiás, bulimias fiatal, az ő mentális állapotuk. Némegyszer mondták nekünk azt, hogy jaj de jó, hogy jöttünk, már csak bennünk reménykednek, mert ha mi nem tudunk velük kezdeni valamit, és nem kezdenek el enni, vagy máshogy együttműködni, akkor holnap hazaküldik őket.

– *Tudnátok segíteni a saját gyerekekkel való kapcsolatban elakadt szülőnek?*

– Törekszünk is arra, hogy ne csak egy kedves színfoltnak tekintsenek minket, hanem valódi, együttműködő partnerek. A Heim Pál Kórházban például már kialakult, hogy az orvos kifejezetten „feladatokat” ad nekünk, hogy mire kell figyelni egy-egy gyerekekkel kapcsolatban. Kíváncsi a gyerek reakcióira, beszélünk a vizit előtt, és utána is beszámolunk neki a tapasztalatainkról.

– *Ezt így már lehetne akár terápiának is nevezni?*

– Ez egy kicsit fellengzősen hangzik, és nem is mindenhol van meg ez az együttműködési készség, bár alapvetően nagyon jó kapcsolat van a kórházak és köztünk mindenhol. Most talán lőkést ad ennek, hogy mivel a legnagyobb európai bohócdoktor szervezetnek, a 20 éves múlttal rendelkező Red Noses International-nek vagyunk az autonóm magyarországi tagszervezete, így az RNI szabályai szerint, az ideitől vannak bizonyos certifikációs feltételek, amiket teljesíteni kell ahhoz, hogy valaki ezt a munkát végezhesse. Ebben nemcsak a saját szakmai, művészi képzésünk van benne, hanem egyéb, pszichológiai, orvosi feltételek is, ami hivatalosan is magasabb szintre emeli ezt az együttműködést, és ezt a munkát. ♦

## 12 NAP MÚLVA SZERETNI FOGSZ

**Tavaszi szél vizet áraszt, virágom... De nem csak vizet, hanem adatot is. A szerelemnek az életben története, a digitális térben viszont száma és matematikája van. Fönn van a Facebookon? És tudni szeretné, mikortól biztos, meddig tart és mennyire erős a párkapcsolata? Ahelyett, hogy naivul tippelgetne, barátaival beszélgetne, verseket olvasna, reménykedne és álmodozna, végre térjen észhez. És számolja ki!**

Szöveg - **Aczél Petra** / **KÖZVILÁGÍTÁS**



♦ Könnyen teheti, merthogy a legnagyobb közösségi oldal kutatási részlege, a Facebook Data Science szereti időnként megszellezteni, mit és hogyan derít ki használoinak románcairól. Lars Backstrom a Facebooktól és Jon Kleinberg a Cornell egyetemről például 2013-ban publikálták kutatásuk eredményeit. 1,3 millió 20 éven fölüli közösségimédia-használó ismerősi hálózatát kezdték vizsgálni; olyanokét, akik annyit jelöltek magukról: Kapcsolatban. Arra voltak kíváncsiak, látható-e egy ember és a hozzá kapcsolódók ismerősi köreiből, hogy ki az illető párja, és mi mutatja legbiztosabban, hogy valóban ő az. 379 millió csomópontot és 8,6 milliárd kapcsolódást vizsgáltak meg. Ebből kiderítették, hogy egy párkapcsolat legfőbb ismérve elsősorban nem az, hogy vannak-e közös barátok (ismerősök), hanem az, hogy a párok tagjai összekapcsolnak-e különálló társas hálózatokat. Vagyis, hogy vannak-e gyenge kötések, saját, csak lazán érintkező kapcsolati körök a viszonyban, vagy a párok mindenben osztoznak. Ha a szórtság, vagyis a külön kapcsolati hálók meglete nagy, akkor a kapcsolat biztos lábakon áll. Ami azt jelenti, hogy az a románc ígéretes, amely egyúttal hidat is épít más közösségekbe, amely tágitja – a másikon keresztül – a világot. Végre itt a bizonyíték arra, miért kell elengedni meccsre a férfit és Szex és New Yorkot nézni a nőt, nem igaz? Egyébként a Facebook valószínűleg tényleg jobban érti a romantikus kilátásainkat, mint mi. Carlos Diuk, a cég kutatója egy évvel később egy blogban arról számolt be, hogy statisztikai alapon megmondható, mikor lesz digitálisan nyilvános egy kapcsolat a közösségi oldalon. Megállapították, hogy a kiszemelt jövődöbelivel egymás idővonalára posztolt bejegyzések száma a kapcsolat kiírása előtt elkezd növekedni, és a kihirdetést megelőzően 12 nappal van a csúcson. Mikortól a felek kiírják, hogy együtt vannak, a posztok száma csökken. Valószínűleg azért, mert ekkor már többet vannak fizikailag együtt – vélte a kutató. Ha csökkennek is a bejegyzések, az érzelmi töltetük általában pozitív lesz, így bizonyítva, hogy kapcsolatban lenni jó!.. 2014 tavasza más titkokra is fényt derített. A Facebook adatközpontjából arra is érkezett bizonyíték, hogy akik a közösségi oldalon három hónapig kapcsolatban állnak vallják magukat, azoknak a fele több évig együtt maradhat. Tehát, csak azt az első 120 napot bírjuk ki (és persze tartozunk a kapcsolatok 50 százalékába) és akár több évig együtt maradhatunk!.. De itt nem ért véget a szerelmes adatelemzés. A Facebook-aktivitásunk alapján azt is vizsgálták, mennyire valószínű, hogy azonos vallású partnert választunk. Hát, bizony, eléggé. Az amerikai adatok szerint a románc még lehet vallásközi, de a házasságkötéseknél már ragaszkodunk ahhoz, hogy osztozzunk egymás hitében.

A szerelemnek, látjuk, nemcsak kémiája, hanem statisztikája is van. Akinek tehát gondja van a kapcsolatában, házasságában, az ne a lelki atyjához vagy párterápiára menjen. Hanem iratkozzon be valahová sürgősen. És tanuljon adatelemzőnek. ♦