

SZÖVEG –
JÓNÁS ÁGNESKÉP –
JÓNÁS JÁCINTSOROZAT –
KETTŐ AZ EGYBEN

” VANNAK DOLGOK, AMELYEKÉRT MÉG JOBBAN KELL KÜZDENÜNK

Kokas Katalin és **Kelemen Barnabás** világszerte ismert hegedűművész házaspár. Kérdezhetném őket rendezvénysorozatukról, a Fesztivál Akadémia Budapestről, legutóbbi lemezük londoni Gramophon-díjáról vagy arról, hogyan sikerül megtalálniuk az egyensúlyt család és hivatás között, de ezúttal arról beszélnek, hogyan vesztették el hat magzatukat. Történetükkel erőt szeretnének adni azoknak, akik hasonló gyászt élnek meg.

♦ **Barnabás:** Megannyi újságcikkben írtak már rólunk, a gyermekeinkről, a karrierünkről, jövőbeli terveinkről, de az életünkhöz mindig is hozzátartozott a küzdelem, a gyász és a veszteségélmények feldolgozása is.

Katalin: Amikor a magzataim „meggondolták magukat és visszafordultak”, úgy éreztem, hogy fájdalmammal egyedül vagyok az egész világon. Végtelen ürességet és magányt éreztem, pedig a családom támogatott, és volt néhány barátom, akikkel beszélgethettem az érzéseimről. Szerettem volna írásokat is találni, vigaszra lelni a lelki társak történeteiben, de rá kellett jönnöm, hogy ez tabutéma. Minél több asszonytársal beszéltek erről, annál megdöbbentőbb számomra a felfedezés, hogy milyen sokan vagyunk „egyedül”. Ebben a lapban, úgy érzem, beszélhetünk erről a témáról nyíltan.

Barnabás: Első gyermekünk, Hanna születése nem volt zökkenőmentes.

A babaváró időszak még csodálatos volt. Huszonnégy évesek voltunk, felhőtlen boldogságban éltünk. Karrierünk csúcspontján voltunk épp, hiszen ekkor egy hét leforgása alatt mindketten megnyertünk egy-egy versenyt: én az Indianapolisi Nemzetközi Hegedűversenyt, Kati pedig a Szigeti József Nemzetközi Hegedűversenyt Budapesten. A családjaink azt gondolták, hogy a következő éveket a karrierépítésnek akarjuk szentelni, de mi egyértelműen családot szerettünk volna.



Katalin: Otthonszületést terveztünk Geréb Ágnessel, aki-ben feltétel nélkül hittünk, és a mai napig baráti kapcsolatban vagyunk. Azonban az élet nem így hozta: a magzatvíz négy héttel korábban folyt el. Kórházba kellett mennem, ahol irányítani akartak. Én hiába vágytam a lehető legtermészetesebben szülni, esélyem sem volt az ösztöneimre hallgatni. Fájdalmat akartak csillapítani, és nem értették, hogy én a szülést meg akarom élni. Majd végül izomba adtak oxitocint, amelyről már akkor is úgy tudtam, hogy légzési nehézségeket okozhat a gyerekeknek. Hanna végül nem lélegzett fel.

A szomszéd szobában majdnem egy perc küzdelem után hallottam meg a hangját, és elvitték tőlem messze, egy folyosó végén lévő inkubátorba. Utánamentem, de ezt elleneztek, mondván még gyenge vagyok. Ahogy ott feküdt, hozzáértem a kezéhez, Hanna kinyitotta a szemét, és mélyen a szemembe nézett. Azt hiszem, ekkor váltam

felnőtté. Minden, amire vágytam, az ölembé hullt, és természetes volt számomra az élet nagylelkűsége. A Hanna születése körül történt komplikációk – és a későbbi vetélések – döbentettek rá: vannak dolgok, amikért még jobban kell küzdenünk, mint eddig, és többet kell imádkoznunk is.

Barnabás: Hanna már tündéri nagylány, színésznőnek készül, több kisfilm főszereplője, színpadon is találkozhat vele a közönség: Júliát alakítja a Pesti Magyar Színházban, a Madách Színházban pedig Csinszka-ként lehet majd látni hamarosan.

– Második gyermeketek, Gáspár születését megelőzte egy vetélés. Hogy emlékeztek vissza arra az időszakra?

Barnabás: Egy vírus következtében három és fél hónaposan elindult a vérzés. Még dobogott a szíve a kórházban. Szenteste hajnalán veszítettük el a magzatot.



Katalin: Ez a baba azért érkezett hozzánk, hogy tanítson minket. Egyszer csak ott volt a kezemben, kipottyant, és én csodálva néztem. Tudom, hogy ez furcsán hangzik, de valahogy azt éreztem, hogy részese lettem valami nagyon nagy titoknak. Friss falusi tojás illata volt. Aztán elkezdődött a horror: az orvos fájdalomcsillapítás nélkül ellenőrizte az állapotom. Kínzásnak éltem meg, és érthetetlen, értelmezhetetlen azóta is, hogy miért kellett azonnal az egészségügyi küret és miért így. Szentestére már hazamehettem. Melegséggel a szívemben, de könnyezve néztem Hannát. Nehéz volt nem zokogni. Nagy volt bennem az űr.

– De nem adtátok fel, újra próbálkoztatok, és megszületett Gáspár.

Katalin: Ahogy Hannánál, úgy Gáspárnál is úgy alakult, hogy Barnabás nem volt Magyarországon, amikor a szülés három héttel a kiírt időpont előtt megindult.

Reméltem, hogy talán bevárhatjuk, míg landol a gép, azonban Gazsi nem így gondolta. Öcsém vitt a kórházba. Csodálatos szülés volt. Örökké hálás maradok az akkori orvosomnak és szülésznőmnek, hogy hagytak mindent a természet rendje szerint haladni. Még aznap haza is engedtek minket.

Barnabás: Gazsi tizenhárom éves életvidám gyerek. Focizik, szeret iskolába járni, és hegedűsnek készül. A Zeneakadémián Perényi Eszter tanítványa. Fantasztikus érzés a fiammal együtt zenélni.

– Gazsi születése után újabb két vetélés következett. Majd megszületett Olga.

Barnabás: Végre apás szülés volt. Kérdeztem Katit, hogy hogyan segíthetek. Mondta, hogy aludjak egyet, majd szól, ha itt az idő. Egy szép fürdőkádás szobánk volt a Szent Imre Kórházban. Mindenki azt hitte, hogy bőven van idő. Én valóban aludtam hajnalig. Majd Kati szólott,

hogy szerinte jön a baba. Én kirohantam a folyosóra, velem futott vissza a nővér, majd az orvos. Beléptünk Olga, mint egy üstökös, megszületett.

Katalin: Olga után ismét babát vártam. Derült égből villámcsapás volt, amikor az orvosom a lehető legtapintatosabban közölte, hogy sajnos nem lát pulzálást, de várjunk még egy hetet, hátha fiatalabb, mint hisszük. Akkor már négy hete tudtam, hogy babát várok, és egyszer csak azt mondják, hogy nem dobog a szíve. Egy héttel később bebizonyosodott, hogy nem él az embrió. A múltkori fájdalmas kaparás miatt rettegtem a kórházi vetéléstől. Utaztam Moszkvától Németországon át sok-sok koncertre, és így játszottam. Több hét telt el, míg végül Kölnben elkezdődött a szülés. Az itthoni orvosom SMS-ben tanácsolta, hogy ha túl erős lenne a vérzés, menjek kórházba. De mi az a túl sok? Azt hogyan lehet mérni? Azóta már tudom, mi a legfontosabb jel, de ez a tapasztalat kis híján az életembe került. Tizennégy órán át tartott a folyamat, nagyon legyengültem, de semmim nem fájt, és nem is féltem. Ugyanakkor nem fogalmaztam meg sem magamnak, sem Barnabásnak azt, hogy mennyire szédülök, holott ez egyértelmű jele a túl nagy vérvesztésnek. Ösztönösen csak fekve, a lábaimat felpolcolva bírtam tartani magam, aztán egy érzés azt súgta, hogy túl vagyok rajta. Ez új erőt adott. Lezuhanyoztam, haját mostam, és mentünk aludni. De hajnalban újabb görcs tört rám, és Barnabásnak (aki szerencsére felébredt) annyit mondtam, hogy most hívd a mentőt.

Barnabás: Kati holsápadt volt. Ha akkor nem ébredek fel... A kórházban megtudtuk, hogy az optimális II helyett 3,4 volt a hemoglobinszintje, és 4 alatt még nem regisztráltak önállóan lélegző embert ebben a tartományban. Kati három napon át intenzív osztályon feküdt mozdulatlanul, három adag vérkészítményt kapott úgy, hogy nem is tudott róla.

Katalin: Különleges hangulat kerített hatalmába, amikor kértem Barnabást arra, hogy hívja a mentőket. Olyan érzésem volt, hogy az életem könnyű, mint egy tollpihe, amit bármikor elengedhetek. Normál állapotban ilyenkor valószínűleg arra gondoltam volna, hogy mi lesz a férjemmel, Hannával, Gázsival, Olgával és a szüleimmel nélkül, de ez akkor bennem fel sem merült. Tökéletes béke és nyugalom honolt bennem. Jött a mentő, bocsánatot kértem a rendtelenségért, majd elvesztettem az eszméletemet. Négy nappal később azon kaptam magam, hogy újra beszéltem a méhemhez, kérve: még egy magzatot fogadjon be, hadd hordjak ki még egy babát.

Barnabás: Boldogok voltunk nagyon, amikor újra pozitív lett a teszt. A tizenkettedik hétyig minden rendben volt, de aztán a leletek azt mutatták, hogy nem egészséges a babánk. Nincs orrcsontja, nem arányosak a végtagjai és ödémás.

Katalin: Az orvosok azt javasolták, hogy vetessem el. De hogy jövök én ahhoz, hogy egy ember életéről döntsék? Az én gyermekem életéről? De ott van a három egészséges gyermekünk. Hogyan változik meg az ő életük, ha testvérüket végül nekik kell fölnevelniük, ha velünk és a szüleimmel bármi történne? Minden létező utat átgondoltunk, értékeltünk. Végül nem jutottunk semmire, csak imádkozni voltunk képesek. Amikor visszamentünk a vizsgálatra, a magzatnak már nem dobogott a szíve. Eldöntötte, hogy visszafordul. Hálásak voltunk, és megígértük neki, hogy visszavárjuk.

– Zsigmond fiatalokkal lett teljes a család, aki nemsokára három hónapos lesz. Azt, hogy meglepetésként megfogant, csodaként éltétek meg.

Barnabás: A járvány kezdetén az Őrségben, a vele-méri templomban felvettük J. M. Leclair 12 két hegedűre írott szonátáját, és ezután megfogant a meglepetésbaba, Zsigmond Éliás. Mivel azt hittük, nem lehet már több gyermekünk, a csodát a varázslatos zenés imádkozásnak tulajdonítjuk. Zsigmond baba fél éven át hallgatta és megismerte Bartók mind a hat vonósnégyesét.

Katalin: A születése pont olyan gyönyörű volt, ahogy azt megálmodtam. Tíznapos kora óta játszom újra, és ő ezt kiegyensúlyozott, boldog babaként támogatja. Éjjel alszik, halkán jelzi, ha enni szeretne, és mindketten vele alszunk, ölelkezve.

– Úgy vélem, bárhol is tart egy pár az életében, a házasságában, az említett krízisek minőségi változásokat hoznak. Kettőtök szerelme és egymás iránti szeretete hogyan változott?

Barnabás: Szerintem akkor tud a változás pozitív irányú lenni, ha a felek nyitottak és közel maradnak egymáshoz, össze tudnak kapaszkodni, erőt tudnak meríteni a köztük lévő kötelékből. Köztünk ez történt.

Katalin: Minden nap van valami tanulság az életben, amit érdemes észrevenni. Mi négy gyermeket nevelhetünk, hálásak vagyunk azért, hogy ez megadatott. Az élet olykor kiszámíthatatlan, de hiszünk a gondviselésben, és igyekszünk az élet vizének erős sodrásában abba az irányba evezni, amelyet huszonöt éve kijelöltünk magunknak. ♦



SZÖVEG –
BALKUNÉ SZÜCS EMESE tanácsadó szakpszichológus



Kép: Dakota Corbin / Unsplash

Szép álmokat!

Nem értjük, miért nem alussza át az éjszakát a csecsemő, miért álmodik rosszat a kisgyerek, vagy változik éjjeli bagollyá a kamasz? A rövidülő nappalokkal mi is álomszuszékká válunk, miért nem tudunk mégsem elaludni, amikor komoly edzésekkel harcoljuk le magunkat? A megfelelő alváshigiéne kialakításával elejét vehetjük számos pszichés és mentális probléma kialakulásának!

◆ ÁLMATLAN APRÓSÁGOK, FÁRADT ANYUKÁK

Sok kisgyerekes anyuka számára a legnagyobb megpróbáltatás a kialvatlanság. Miért alussza át az egyik gyerek édesdeden az éjszakát már 3 hónaposan, míg a másik még 2 évesen sem? Újszülötteknél teljesen természetes a 3-4 óránkénti ébredés, hiszen náluk még nem alakult ki a cirkadián ritmus, sokkal nagyobb arányú az aktív alvási periódusuk, és szükségük van az éjszakai szoptatásra.

Zsuzsa hullafáradt, mivel másfél éves kislia még mindig nem alussza át az éjszakát. A pszichológushoz az aggodalom hozza el, mert úgy érzi, ingerlékeny, ideges, és haragszik a kicsire. Rossz, alkalmatlan anyának tartja magát, ami mélységesen elkeseríti.

Teljesen természetes, ha Zsuzsa dühös, mert több mint egy éve nem tudja rendszeren kipihenni magát. A beszélgetés során kiderül, hogy Robika újszülöttkorától együtt alszik vele. A kisfiú minden megébredés esetén szopizni akar, hiszen ehhez szokott hozzá. A csecsemővel együtt alvás több szempontból sem segíti a megfelelő biológiai ritmus kialakulását. Egyrészt a baba megszokja az anya állandó jelenlétét, testének melegét, érintését, szuszogását. Másrészt a tejjel teli anyamell folyamatos táplálékforrást jelent számára.

Az éjszaka során a baba normálisan is megébred rövid időre, kicsit mocorog, és ha azt tapasztalja, hogy minden változatlan körülötte, akkor gond nélkül álomba szenderül. Am ha az elalváshoz képest más körülményekre riad fel, akkor megrémülhet. Éppen ezért jelent nehézséget, ha a kicsi nem tanul meg egyedül elaludni. Hiába surran ki az anya mellőle, az első ébredésnél követelni fogja a jelenlétét.

A túl sokáig elhúzódó éjszakai szoptatás hozzászoktatja a gyereket ahhoz, hogy minden problémás helyzetben enni vagy inni akarjon, illetve csak a cicin legyen képes elaludni. Az sem segít, ha ott hagyjuk mellette a cumisüveget éjjelre. Mindez a szobatisztaság kialakulására is negatív hatással lehet. Az anyuka idegállapotának pedig biztosan nem tesz jót!

A serdülőkori hormonfröccs hatására jelentősen megváltozik a kamaszok napi ritmusa, mivel a melatonin termelődése későbbre csúszik.

RÉMÁLMOK FOGSÁGÁBAN

Amikor a kisgyerekek rémálomból ébred, amelyre vissza tud emlékezni, és el is tudja mesélni, akkor valószínűleg meg fogjuk találni azt a külső okot, ami kiváltotta nála ezt a reakciót. Gyakran ijesztő képeket lát a tévében, vagy az őrizetlenül hagyott telefonon, tableten szembe-sül számára feldolgozhatatlan tartalommal. A családban fellépő feszültségek, problémák, krízisek szintén vezethetnek rossz álmokhoz, ahogyan a szülők szorongása, hangulatzavara is.

Abban az esetben, amikor nem találunk külső ingert, amely kiválthatta a gyermek pánikszerű, öntudatlan sikoltozással együtt járó felriadását, a pavor nocturnus nevű jelenségre gondolhatunk. Ilyenkor a gyermek nem tér teljesen magához, bár a szemei nyitva vannak, és meredten néz maga elé. Az epizód lezajlása után viszszaalszik, és később sem emlékszik semmire, hasonlóan az alvajáráshoz. Ilyenkor nincs azon túl teendők, hogy vigyázzunk a biztonságára. Az idegrendszer fejlődésével jó eséllyel kinövi majd.

AZ ALVÁSI RITUÁLÉK SEGÍTENEK!

Érdemes már a legkisebektől olyan lefekvés szokásokat kialakítani, amelyek állandóságot és biztonságot nyújthatnak, ezáltal nyugodt éjszakákat biztosíthatnak gyerekeknek és szülőknek egyaránt.

- A lefekvést megelőzően 2-3 órával már ne végezzon a gyerek intenzív testmozgást, ami felpörgeti, és késlelteti szervezete felkészülését a pihenésre!
- Vacsorára ne fogyasszon nehezen emészthető vagy szénhidrátgazdag ételeket!

- A túlzott folyadékbevitel is megzavarhatja a pihenést! A tej cukor- és fehérjetartalma miatt nem hatékony altató, pláne a kakaó (a foghygiénéről ne is beszéljünk)!
- Jó, ha az esti rituálé a fürdéssel kezdődik, ami nyugtató hatású. Az illóolajok is segíthetnek.
- Ezt követően a gyermek a saját ágyába fekdjön le, a szülő esti énekekkel, mesével, később beszélgetéssel zárja le a napot. A mese békés, nyugalmat árasztó, ne felkavaró, akciódús történet legyen, mert ettől beindul a fantáziálás, ami elalvási nehézséget vagy rossz álmokat eredményezhet!
- Semmiképp se nézzen az elalvás előtti 2 órában képernyőt! A tévé vagy más kütyü melletti szundikálás kerülendő, mivel az általuk kibocsátott kék fény csökkenti az alvást szabályozó melatonin hormon termelődését, ezzel károsítja a biológiai ritmust.
- Halvány, meleg, sárgás fényforrás használata (pl. sólámpa) megengedett, ha a kicsi fél.
- A szülő búcsúzzon el a gyerektől, mielőtt (bármelyikük) elalszik, és hagyja el a szobát!

VIRRASZTÓ KAMASZOK – HORMONOK, ENERGIÁITAL, ALKOHOL

A serdülőkori hormonfröccs hatására jelentősen megváltozik a kamaszok napi ritmusa, mivel a melatonin termelődése későbbre csúszik. Ennek hatására éjjel éber, nappal kókadózik, amit nem ritkán magas koffeintartalmú italokkal próbál ellensúlyozni, előidézte az így sem rózsás állapotának további romlását. Koffein fogyasztása 17-18 éves serdülőknél is csak korlátozottan (max. napi 1 ital) elfogadható, délután 4 óra után pedig semmiképpen sem javasolt! Az energiaital- és alkoholfogyasztás mellett a serdülőkorban a krónikus kialvatlan-ság alakulhat ki náluk, ami súlyos pszichés és mentális zavarokhoz vezethet. Az alkohol álmosító hatása mellett felszínesebbé teszi az alvást, hosszabb távú mértéktelen használata károsítja a cirkadián ritmust. Fontos megérettetni kamasz gyerekeinkkel, hogy a napirend fenntartása mellett a rendszeres edzés, a megfelelő táplálkozás és az alvás-ébrenlét ritmusának megőrzése elengedhetetlen a kielégítő fejlődéshez, vagyis az egészséges felnőttkor eléréséhez. ♦



SZÖVEG –
VÉSEY MIKLÓS

SOROZAT –
APA, KEZDŐDIK!

Az ég teteje

Egy másfél éves gyerek társaságában vigyázni kell, mit és hogyan mond ki az ember. Könnyen megeshet ugyanis, hogy egy elharapott félmondatunkat hetekig hallgathatjuk véget nem érő ismétlésben csemeténk jóvoltából. Így jártam én is, amikor a fiam már-már az örületet súroló autóimádatára reagálva ezt találtam mondani: ennek nincs teteje, tehát kabrió. Azóta pedig nem volt olyan nap, sőt talán óra sem, amikor ne kellett volna megmondanom valamiről, hogy van-e teteje.

◆ A kérdések eleinte az autókra korlátozódtak: a fiam rámutatott egyre, és nekem mondani kellett, hogy van-e teteje. Aztán a kérdésekből kijelentések lettek. Mondta, hogy ennek vagy annak az autónak nincs, és én cáfoltam vagy helyeseltem. Nem gondoltam volna, hogy az első vitáink tárgya is ez lesz. A fiam bizonyos, tetővel rendelkező autókra mutattva sorozatos cáfolataim ellenére váltig állította, hogy nincs tetejük. Megegett, hogy olyan kitarotán szajkózta ezt a valótlanságot, míg elfáradtam, és elkövettem az egyik fő nevelési hibát: beleegyeztem, hogy ennek a dzsipnek nincs, csak váltsunk már témát lehetőleg.

Aztán be kellett látnom, hogy nem csak az autók lehetnek kabriók, hiszen az összes motorra, biciklire, sőt még a legtöbb hajóra is elfelejtettek tetőt szerelni. Persze a gyermeki képzelet nem állhat meg egy olyan szűk kategória határánál, mint amilyen a járművéké. A virágok például minden tetőt nélkülöznek, csak úgy lengedeznek a szabad ég alatt. A játszótéri padnak sincs teteje, pedig nem egy szülő elázott már az esőben, szóval igazán lehetne. Az ott pedig egy háztető. Érdekes filozófiai kérdés, hogy van-e teteje, most ebbe ne menjünk bele kisfiam. Szerinted van? Nincs, rendben, szerintem sincs...

Aztán a fiam az egyik nap felmutatott az égre, és elhangzott a mondat, amiért érdekes volt végigjátszani ezt az egészet. Az égnek ugyanis nincs teteje.

Úgy is mondhatnánk, hogy a világ egy nagy kabrió. Süt a nap, lobog a hajunk a menet-szélben. Máskor meg persze elered az eső, és az arcunkba vág. Mégis, ha el tudjuk engedni magunkat, érezhetjük, mennyire szabadok vagyunk. És ezt a gyerekek sokkal inkább tudják, mint a fáradt, leharcolt szüleik. Ezért is érdemes figyelni rájuk, hogy pontosan mit akarnak mondani. ◆



SZÖVEG –
HORVÁTH PÁL filozófus

SOROZAT –
MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

Egyedülálló, DE NEM MAGÁNYOS A „gyermekkertek” megálmodója

A felvilágosodás korának pedagógiája kezdett el komolyan foglalkozni a kisgyermek nevelésével, ebből nőtt ki a kisdédóvóknak, a mai óvodák elődeinek gondolata. Az európai előzményekkel szinte egyidőben a reformkori Magyarországon is megnyíltak az első ilyen intézmények egy lelkes asszonynak, **Korompay Gróf Brunsvik Teréz**nek köszönhetően, aki büszkén vallotta, hogy *„a nevelés teszi az embert, és az ember a hazát”*.

- ◆ A Brunswick, vagy ahogy korábban írták, Brunswick család első ismert tagja, egy bizonyos János a 16. század derekán protestáns hitű közrendű postamester volt a felvidéki Galgócon. Utódai a század legvégén Nyitra vármegyében nyertek nemességet. A következő nemzedékek hivatalnoki állásokat viseltek a Helytartótanácsnál, a család egy tagja, Antal pedig udvari szolgálatai fejében grófi rangra emelkedett 1758-ban, Mária Terézia idejében, és Martonvásárt nyerte birtokul, ahol fia a nevezetes, máig álló családi kastélyt is felépíttette. Ennek az Antal grófnak Seeberg Anna bárónővel, a császárnő udvarhölgyével kötött házasságából született Pozsonyban négy gyermeke, köztük 1775-ben Brunsvik Teréz, akit maga Mária Terézia tartott a keresztvíz alá. A család később Martonvásáron és Budán lakott, Antal gróf II. József idejében királyi biztosként az uralkodó központosító törekvéseit és abszolutisztikus intézkedéseit szolgálta, ami miatt 1788-ban még komoly inzultusoknak is ki volt téve a vármegyei nemesség részéről.

Teréz a kor szokásainak megfelelően magántanárok vezetése alatt otthon nevelkedett, nyelveket, zenét, festészetet tanult, művelt fiatal nővé érett. Antal gróf 1793-as halála után a család felváltva élt Bécsben és Martonvásáron. Bécsben a századfordulón a Brunsvik lányoknak a nagy zeneszerző, Beethoven adott zongoraleckéket, vendégeskedett a családi kastélyban is, néhány fennmaradt szerelmes levele pedig a lányok egyikéhez, valószínűleg nem Terézhez, hanem valamelyik húgához szólt. Teréz 1805-ben jegyben járt Szily Antal huszárkapitánnyal, ám a frigy a família rosszallása miatt meghiúsult, házasságról nem esett szó többet a grófnő életében, húgai jóvoltából mégis gyermekek, fiatalok között élt.



” Olyan szervezetet képzelt el,

amelyben úri kislányok
mintaóvodája,
lányképző, cselédiskola
és nevelőnők képzője
is helyet kaphat.

”

A LEGHÁLÁSABB MUNKA

Ott volt az erdélyi Teleki birtokon, amikor 1806-ban megszületett unokahúga, idővel eszme- és munkatársa, Karolina húgának leánya, Teleki Blanka. A következő két évtizedben érlelődött meg hivatása, amiről később így vallott naplójában. „Gyermekekkel foglalkozni minden bizony-nyal a leghálásabb munka, ami a földünkön osztályrészünk-
ből jutott, de saját tökéletesedésünket is ez mozdítja elő.” Sokat utazott, bejárta Németországot, Svájcot, Itáliát, nap-
lót kezdett írni, megismerkedett a híres pedagógussal, Pestalozzival. Egy 1809-ben Pisában átélt istenélmény erő-
sítette meg abban, hogy hivatása a nevelés ügye, a szelle-
mi-lelki anyaság lesz. Kezdetben Jozefina húga gyermekeit
nevelte, később nemes kisasszonyokat vett magához.
Az 1810-es évek végén már nőnevelő intézetet tervezett,
a Jótékonyági Nőegylet keretében kézimunka oktatást
szervezett lányoknak. Nevelélméleti írásokat adott
közre, de megjelentek német nyelvű versei is, Jozefina
húga halála után annak lányait és Karolina lányát, Teleki
Blankát is maga mellé vette.

A KÖZEL 200 ÉVES SIKERSZTORI

Nagy álma megvalósulására azonban csak 1828-ban
került sor, amikor a Vérmező oldalában, a Mikó utcá-
ban megnyílt az első, 7 év alattiaknak félnapos foglalko-
zást kínáló magyar kiseddóvó. Ideálja messze nem pusztá
gyermekőrzés, hanem a nevelés és a képzés egysége volt,
a gyerekek játékos tanítása, jellem-, képesség- és készség-
fejlesztése, amolyan előkészület az iskolára, a haza szol-
gálatára, hiszen hite szerint „a nevelés teszi az embert, és
az ember a hazát”, ha pedig ez a nemzeti ügynek számító
cél nem teljesül, „a neveletlen ifjúság a haza jövőjének legszo-
morúbb biztosítéka”. Az első magyar óvoda valóságos siker-
történet volt, hiszen hamarosan még négy nyílt Budán és
Pesten. Követték ezt a vidéki, sőt külhoni, bécsi alapítá-
sok. Sorra alakultak az ügyet felkaroló nőegyletek, Teréz
a 40-es években már óvónőképzőt tervezett. Sokat uta-
zott, itthon és külföldön látogatta a gyermekintézménye-
ket. Megnyitotta a belvárosi mintaóvodát, a rendszert
nagyobb lányoknak szánt kézműves iskolával bővítette.
Rendszerben gondolkodott, hiszen olyan szervezetet



képzelt el, amelyben úri kislányok mintaóvodája, lányképző, cselédiskola és nevelőnők képzője is helyet kaphat. Kezdeményezéseit volt, aki támogatta, mások vitatták, ő maga pedig szerepéről úgy nyilatkozott, hogy „demokrata republikánusnak neveztek engem; én pedagógus vagyok, és mivel a pedagógia mindig az emberért van, úgy szükségszerűen demokratának is kellennem”.

1846-tól készült a pedagógiai elveit összefoglaló emlékirat, folyamatosan írta naplóját, 1848-ban maga vette át első óvodája vezetését. Társai is szép számmal akadtak. Legközvetlenebb munkatársa, segítője unokahúga, Teleki Blanka volt, de dolgozott vele 1846-tól a magyar óvodaügy egy másik lelkes híve, Leövey Klára is. Működése során ő maga tizenegy óvodát alapított, az általa elindított folyamat sikerét pedig az mutatja, hogy élete végére már mintegy nyolcvan kisdedővő működött az országban. Ezt a munkát, különösen a lánygyermek pállérozását Teréz egyszerre tekintette hitéből fakadó lelkipirituális küldetésnek, pedagógiai feladatnak, de a nemzet, a haza, a haladás ügye szolgálatának is.

A 48-AS KRÓNIKÁS

Teréz lelkesen támogatta a márciusi forradalom és a szabadságharc ügyét. Ezt az időt néhány hónapos martonvásári tartózkodását leszámítva Pesten töltötte. Ekkor írt naplófeljegyzései a nemzeti küzdelem krónikásvá

tették, Kossuth iránti rokonszenve a benne meglévő népnevelő, republikánus lelkületből szervesen következett. A Világos és Arad utáni időben, a korai Bach-korszakban sem adta fel. Különösen unokahúga, Teleki Blanka jeleskedett ebben a nehéz időben a negyvennyolcas üldözöttek támogatásában, megsegítésében, de aligha az ő támogatása nélkül. A korszakról alkotott ítéletét azzal a pedagógusvégnájából fakadó rövid kijelentéssel summázta, amely szerint „a gyermekeket nem szabad felfingerelni, mondják a pedagógusok. A nemzeteket sem szabad ingerelni.” Ennek a magatartásuknak lett az eredménye, hogy Blankát 1851 őszén a nála talált kompromittáló levelek miatt letartóztatták, súlyos várfogságra ítélték. Teréznel is házkutatást tartottak, vizsgálat indult ellene. A hadbíróság végül csak magas korára való tekintettel – ekkor már nyolcvan esztendő volt – mentette fel az eljárás alól 1855-ben. A következő évben pesti otthonát feladva visszavonult, rokonokhoz költözött Vácdukára. Amikor 1857-ben Teleki Blanka amnesztiával szabadult a kufsteini várbörtönből, mielőtt végleg az emigrációt választotta volna, még találkozott nagynénjével Bécsben. Teréz 1861 szeptemberében nyolcvanhat esztendősen vácdukai otthonában távozott az élők sorából. A családi kriptába temették Martonvásáron, a gyászbeszédet óvodaügyben harcostársa, egyik örököse, Leövey Klára mondta. ♦



Ausztria legnagyobb szabadidőparkja

FILIPPO ELVARÁZSOLT CSODAVILÁGA



Halloween a Familyparkban

10.22. - 11.01.



familypark.at/halloween   



SZÖVEG –
SZÁM KATI

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

Mennyire vagyok fontos?

Beszélgetés a kamaszlétről

Lipták Ildikó *Csak neked akartunk jót* című könyvéért az Év Gyerekkönyve szakmai versenyen elnyerte az Év Ifjúsági könyv írója címet. Nem kis merészség ma könyvet írni a kamaszoknak, és róluk írni sem könnyű. Még akkor sem, ha – ahogy Ildikó mondja – egy jól elindított történet egyszer csak önmagát kezdi írni.

♦ – Az új könyved egy felnőttlét-gyereklét határán álló kamasz lány világába visz. Ha egy szóval kellene meghatároznom hősnőd, Lilla életérzését, az otthontalanság jutna eszembe. A saját életünkben való otthontalanság. Ez az érzés a kamaszkorodból ismerős?

– Az én gyerekkori élményem alapvetően más, mint a főszereplőmé, engem erős, megtartó család vett körül, amelyben mindig fontosak voltak az otthoni gyökerek és ezek táplálása. Én is gondolkodtam már, hogy miért ilyen hátteret találtam ki, talán az az oka, amit te a kérdésedben megfogalmazol: a kamasz létállapot, amelyben az ember keresi a saját arcát, identitását, az sokszor rokon az otthontalanság érzésével: A helyemen vagyok-e? Mennyire vagyok észrevehető? Tényező vagyok-e? Csak mások fontosak nekem, vagy én is nekik? Ezek a kínzó kérdések persze nemcsak gyerekkorban és kamaszkorban merülnek föl, újra és újra megéljük őket. Ami miatt még fontosnak tartottam, hogy sok olyan élményem van, mondhatni, napi szintű tapasztalatom, hogy gyerekek vándorolnak az életben, mert vagy a családjuknak nincs állandó bázisa, vagy a mikrocsaládjukban nem elég erősek a kötelékek, például egyedülálló anyával keresik a kapaszkodókat.

– Valami olyasmit mond a főszereplőd, hogy ha én csak annyit tudnék a világról, amit anya elmesél, egy óvodás szintjén lennék. Sok tabutéma van anya és lánya között, a szexualitás és a halál, az apáról például szó sem esik, de róla még Lilla gondolataiban sem. Ezek korunkra jellemző sajátosságok?

– Velem így volt szerető szülői közegben is, sok mindenről nem lehetett beszélni, anyukám igyekezett bizonyos dolgokat kívül tartani a házon. A kortársaim szülei fiatalabbak voltak, mint az enyémeik, és ebből azt gondoltam, hogy ez náluk bizonyára nem így van.





Később pedig sokáig azt hittem, hogy ez ma, a 21. században már biztosan nem jellemző. Aztán szépen lassan kiderült számomra gyerekekkel folytatott beszélgetésekből, hogy tévedtem: a tabuk valahogy nem változnak. Az én főhősöm egy nagyszerű, stramm és kíváncsi lány, keresi az igazságot, megpíszkálja a tabutémákat, ugyanakkor mindig csak azokat a kérdéseket teszi fel, amelyekre már kibírja a választ. Az apáról például ezert nincs szó.

– Fontos, hogy valamit a szülőtől tudunk meg, a kortársaktól vagy az online térből?

– Nagyon. Amiről nem beszélgetnek a gyerekekkel, az után kutakodni fognak (például az interneten).

Vagy – szerencsésebb esetben – a barátaitól szereznek információt. Szülőként egy csomósor tudjuk, hogy beszélni kellene kínos dolgokról, de azt hiszem, gyakran nem feltétlenül azért nem jönnek létre fontos beszélgetések, mert a szülő elzárkózik, hanem mert nem alakulnak ki olyan kommunikációs csatornák, amelyeken el tud indulni egy értelmes párbeszéd. Millió olyan téma van, aminél azért sem túl hasznos, ha az internetről jönnek az első infók, mert a rázós témáknál az emberi hang, az emberi tekintet igen fontos, az, hogy egy emberrel beszélhetem meg, akinek látom közben az érzelmeit, azt is, hogy hogyan tükröződöm benne én. Ez lehet az anyukám vagy a barátnőm, de az internet az egyoldalúsága miatt erre nem alkalmas. A pedagógiából a kedvenc alapvetésem a rejtett tanterv, és ez az egész életünkre igaz. Ez azt jelenti, hogy a kommunikációban a metakommunikáció és az, hogyan viselkedünk, sokkal fontosabb, mint a verbális kommunikáció – az a kamaszoknál falra hányt borsó. Az sem baj, ha azt látom, hogy a szülőm kissé feszeng, miközben beszél velem, mert a frusztrációjában megjelenik az embersége, és komplex történet bomlik ki egy praktikus információátadásból „együttélés és hitelesség” van – hogy Vekerdyt idézzem.

– A gyerekek miben érezték leginkább hitelesnek a könyvedet?

– Én mindig a könyv elolvasása előtt beszélgetek velük, tehát ezek az események inkább könyvajánló típusú író-olvasó találkozók, de volt már, aki írt nekem, miután elolvasta a regényt. Egyrészt részleteket szoktam felolvasni és a könyv a végét is, mert úgy érzem, hogy ebből spoiler nélkül érzékelhetik, hogy a főhős életében sikerül megmutatni egy érték felé történő elmozdulást, és ez fontos. Azt akarom, hogy érezzék, hogy nem nyomasztó a történet, bár megjegyzem, ez inkább csak a felnőtt olvasókban szokott felmerülni. Sokszor hallok gyerekektől, hogy ez róluk szól, olyan, mintha ők mondták volna. Meglepetés számomra, hogy fiúk is rákattannak a sztorira, és nagyon izgatja őket a főhős, illetve a vele történő események. Bevallom, volt bennem félelem, hogy mi lesz, ha a gyerekek ósdi történetnek érzik majd. De betalált.

– A terjedelem is igazán kezdő olvasó barát.

– Így talán a kevésbé olvasó gyerekek is belevágnak, meg is szokták kérdezni, hogy hány oldal, és látom, ahogy mérlegelnek, hogy „jó, az még akár bele is férhet”. A felnőttek szokták azt mondani, hogy még olvas-ták volna tovább.

– És milyen volt írni?

– Nagyon élveztem, voltak benne igazi flow-élmények. A történetalkotásban nekem az a legizgalmasabb, amikor a történet elkezd írni magát, és ezt sokszor átéltem közben.

– Miért ezt a korosztályt választottad?

– Amikor a kortársak közti kirekesztésről és bántalmazásról gondolkodunk, gyakori, hogy szélsőséges történetekkel, nagy agressziókkal, nagy durvaságokkal foglalkozunk. Iszonyatosan izgatott, hogy mi van azokkal, akikkel nem óriási dolog történik, mégis megjárják a poklot. A bántás relativitását akartam vizsgálni.

– Van ez ellen valamiféle immunitás? A lelki alkat, a család védelmet jelenthet?

– Fontos a családi háttér, de nagyon erős, védelmező családból jövő gyerekekkel ugyanolyan kemény dolgok történnek, és ők is nagyon komolyan tudnak szenvedni a kortársaktól kapott rossz bánástól, de abban, hogy milyen mély nyomot hagy és hosszú távon milyen nagy hatással lesz, talán lehet különbség. Sebet mindenkin ejtenek a nehéz helyzetek, de hogy ez hogyan tud hegesedni, az attól függ, hogyan tudunk hozzányúlni, hogy milyen öngyógyítási stratégiáink vannak. Engem azok a traumák érdekelnek, amikről lehetetlen beszélni, mert kívülről apróságnak tűnnek. Ettől még egy életen át hordozzuk őket, de van, aki erőt tud meríteni abból, hogy átélt valami fájdalmasat, míg más ugyanattól évtizedekig szenved.

– Színházi neveléssel is foglalkozol. Lehetne abban ez a könyv alapanyag?

– Nem nagyon gondolkoztam rajta, hogy a Kerekasztallal hogyan lehetne adaptálni. A színházi neveléssel való feloldozáshoz lehet, hogy nem én vagyok a legalkalmasabb, mivel nekem vannak a fejemben háttértörténetek, preconcepciók, egy másik szakember talán szabadabban tudna hozzányúlni. Picit más megközelítéssel dolgozom a találkozókon a gyerekekkel: nagyon szeretem Jásdi Juli rajzait, elképzelttem, mi lett volna, ha fordítva készül a könyv, ha nekem kellett volna a rajzokhoz történetet írni. Ilyesmit szoktam a gyerekektől is kérni. Kitalálunk új sztorikat a könyv kontextusához. Ebben persze van olvasóvá nevelési perspektíva, hogy bevonódjanak, kapjanak kedvet elolvasni, és benne van az is, hogy szeretném, ha megismernék a történetet, és kialakítanának hozzá, illetve a felvetett témákhoz valamilyen viszonyt.

– Könnyebb úgy írni a kamaszoknak, hogy te már túl vagy a kamaszkoron? Bátorabban ír az ember egy már „megugrott életfeladatról”?

– Lehet, hogy kevésbé sérülékeny vagy kiszolgáltatott az ember abban a témában, amin túl van. De persze hiába kamasz a főszereplő, úgyis kiszolgáltatod magad, hisz mégiscsak a te szavaid és a te látószöged van benne, ráadásul sok megélt személyes pillanat, szó, cselekmény és gesztus bontakozik ki. Ugyanakkor természetesen számít, hogy mi a viszonyom a kamasz léthez. Hogy nemcsak nekem van távol, hanem a gyerekeim is túl vannak ezen az életszakaszon. Felnőtteknek is írtam már, de azért szoktam azon gondolkozni, miért van az, hogy az első regényemet 11 éves főhősőről írtam, a következőt eggyel nagyobb korosztálynak, és ha lesz hozzá elég energiám, akkor a következőt is még eggyel idősebb olvasótábornak tervezem. Olyan, mintha még egyszer végigcsinálnám ezeket a korszakokat a főszereplőimmel.

– Én például 5-10 évvel a kisgyerekes életem után tudtam humorral és könnyedén írni erről.

– Az én gyerekeim is túl voltak a 11 éves koron, amikor megírtam az első regényemet, aminek a főhőse ennyi idős. De ez nem abból a szempontból volt fontos, hogy az emberek mit gondolnak rólam és hogyan azonosítanak be a saját történeteimről, hanem mert a gyerekeimmel kapcsolatban működik talán egy tudattalan védelmi mechanizmus. Amikor kész lettem a Nyári nyomozással, azért eszembe jutott, milyen kedves dolog lenne, ha a gyerekeimnek, az ő korosztályuknak írnék egy könyvet, de talán azért sem így teszek és tettem, mert túlzottan érintett vagyok az aktuális korszakukban.

– Az anya hogy működött benned írás közben?

– Felelősséget éreztem a szereplőmért. Ami azért is nehéz, mert néha nem mentheted meg őket, mivel ahogy említettem, a történet magát is írja. Egyszer egy novellában több ízben próbáltam megmenteni egy figurám, de nem lehetett, mert nem az volt igaz. Persze számít az is, hogy az adott szöveget kinek írja az ember. Nem gondolsz közben minden pillanatban arra, hogy ez gyerekeknek szól, a háttérben mégis működik. Ez nem azt jelenti, hogy bármit is lebutítanék, vagy túl óvatos lennék, sőt, ha úgy érezném, hogy ezzel a történet hitelét veszti, inkább azt mondanám, hogy akkor ne nevezzük gyerekkönyvnek. Mint ahogy ennél a regénynél gyakran fel is merül, hogy nem csak gyerekeknek való. ♦

A Média a Családért-díj

októberi jelöltjei



Média a Családért-díj

LETENYEI HÉDI

„Minek neked gyerek? Az apja meghal, mielőtt felnevelnétek”
egy.hu

A Média a Családért-díj
fő támogatója:



Külhoni Média a Családért-díj

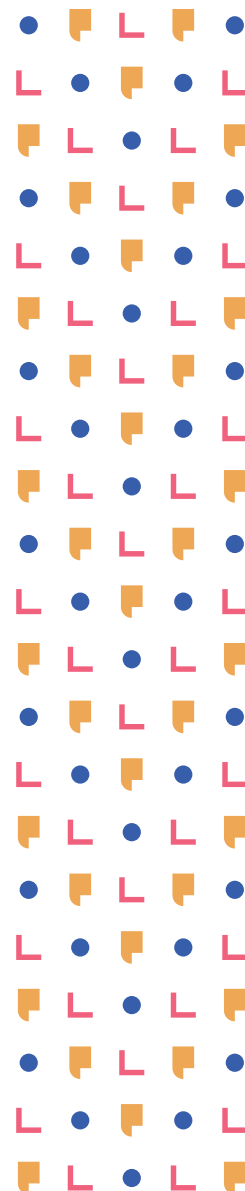
CSATLOS TÜNDE

Önbántalmazás: A néma segélykiáltás
Nőileg

A Külhoni Média a Családért-díj fő támogatója:



A jelöltekről szóló ismertetőt és a jelölt munkákat megismerheti a mediaacsaladert.hu-n, ahol az Ön jelölését is várjuk.





Magyarnak lenni BÜSZKESÉG

Tízből nyolc honfitársunk büszke a magyarságára. Az erős nemzeti öntudathoz jelentős mértékben hozzájárulnak a magyar tudományos és kulturális eredmények, a magyar sportolók kimagasló teljesítménye és országunk történelme is.

- ◆ A Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS) idén júliusban a felnőtt magyarok nemzeti identitását vizsgálta. Reprezentatív kutatásuk során ezer főt kérdeztek arról, mennyire büszkék magyarságukra és a nemzeti eredményekre, amelyek mértékét a válaszadóknak egy 1-től 10-ig terjedő skálán kellett értékelniük. Elemzésük szerint a 7 feletti értéket választók erős nemzeti identitással rendelkeznek. A megkérdezettek 85 százaléka büszkén vállalja magyarságát, és 7-es vagy ennél nagyobb, 63 százalékuk pedig a skála legmagasabb, 10-es értékét jelölte meg a válaszadáskor.

A válaszadók közül a nagycsaládosok, a kiskorú gyermeket nevelők, valamint a legidősebb korosztály magyarságtudata a legerősebb. A 65 év feletti 90 százaléka nagyon büszke magyarságára, de ez a többi korosztály több mint 80 százalékáról is elmondható. Érdekes módon a fiatalok között vannak a legtöbben, akik büszkék a magyar eredményekre. Ez azért is fontos, mert aki büszke származására, az nagyobb eséllyel marad Magyarországon, és alapít családot a hazájában.

MAGYAR PÉLDAKÉPEK

A megkérdezettek 85 százaléka büszke a magyar tudományos eredményekre – az elmúlt években például Dr. Csókay András és Dr. Karikó Katalin szakmai teljesítménye is nagy elismerést váltott ki. „Számomra a tudósaink helytállása jelenti a legfőbb értéket, akik csendben végzik a dolgukat, önzetlenül segítve a rászorulóknak, miközben őrzik és továbbadják a tudást és a hagyományokat” – vallja az általam megkérdezettek közül Éva.

A válaszadók 79 százalékát büszkeséggel tölti el a magyar sportolók teljesítménye is. A világválogányok összehozzák az embereket, és a nemzeti színekben játszó sportolók országunkra irányítják a figyelmet. A 2020-as, ez év nyarán megrendezett XXXII. Nyári Olimpiai Játékokon Tokióban húsz érmet szereztek hazánk versenyzői. Amikor az idej



85%

**BÜSZKE A MAGYAR
TUDOMÁNYOS
EREDMÉNYEKRE**

79%

**BÜSZKE A MAGYAR SPORTOLÓK
TELJESÍTMÉNYÉRE**



77%

**BÜSZKE
MAGYARORSZÁG
TÖRTÉNELMÉRE**

76%

**BÜSZKE A KULTURÁLIS ÉLETBEN
ELÉRT MAGYAR SIKEREKRE**

olimpián elsőként Szilágyi Áron egyéni kardvívás versenyszámában a dobogó legfelső fokára állt – immár egymás utáni olimpiákon harmadszorra –, elképesztő pozitív energiákat lehetett tapasztalni országszerte. Ugyanezt tapasztalhattuk az augusztus második felében kezdődött XVI. Nyári Paralimpiai Játékok alatt, és a júniusi–júliusi futball Európa-bajnokság idején is. „Sokszor vagyok büszke a magyarságomra, legutóbb akkor, amikor Illés Fanninak szólt a Himnusz” – mondja Klára.

A magyarok 77 százaléka nagyra tartja Magyarország történelmét is. A ma élő generációk sokat tanulhatnak bölcs uralkodóinktól vagy azoktól a névtelen hősoktól, akik életüket adták a hazáért és a magyar szabadságért. Zsolt a legendás Attila fejedelem és I. Szent István király neve mellett több évszámot is említ: „Büszkeséggel gondolok a 907-es pozsonyi csata, az 1456-os nándorfehérvári diadal, 1848 és 1956 eseményeire” – sorolja.

Hasonlóan sokan (76 százalék) tekintenek elismerően a kulturális életben elért magyar sikerekre is. „Költőink, íróink hírét vitték, viszik csodás magyar nyelvünknek, és akár évszázadok múltán is tanítanak bennünket. Népráncosaink, zenészeink pedig megmutatják a világnak a magyar virtust, és ápolják hagyományainkat” – fogalmaz Tímea.

Vélhetően sokan gondolkodnak úgy, hogy nemcsak az ismert sportolókat, tudósokat, szerzőket vagy történelmünk kiemelkedő alakjait tartják nagyra. Barnabás számára példaértékű a paraszti világ gondolkodása, életmódja. „Ebben a társadalmi rétegben mindig újjászületett a magyarság és megőrződött a régi tudás, ahogyan apáról fiúra szállt a zene, a tánc, a dal.” Tímea az anyaországon kívül élő magyarokra is büszke, akik akár az őket érő szinte mindennapos támadások ellenére is vállalják és őrzik magyarságukat.

NEMZETI EREDMÉNYEINKRE BÜSZKÉBBEK VAGYUNK, MINT AZ EU TELJESÍTMÉNYÉRE

A KINCS arra is rákérdezett, hogy a magyarok hogyan viszonyulnak az Európai Unióhoz, illetve országunk uniós tagságához. Míg a válaszadók 62 százaléka büszke arra, hogy Magyarország az Európai Unió tagja, addig annak eredményeivel, működésével tizből csak minden negyedik magyar (42%) elégedett.

Összességében az látható, hogy a magyar emberek büszké a magyarságukra és országunk eredményeire is. Az európai uniós eredmények ennél kisebb mértékben, de szintén fontosak a számunkra. Nemzeti önazonosságunk igen erős, miközben az európai identitásunk is jelentős. ♦