



KÉTSZEMÉLYES VITORLÁSBAN

Berecz Zsombor 2018-ban sporttörténelmet írt: megnyerte a magyar vitorlássport első világbajnoki aranyérmét. A kiemelkedő sportteljesítményben szerepe van feleségének, **Loidl Nórá**nak is, aki maga is vitorlázott, és két kisgyermeküknek, Botondnak és Annának. Ötéves házasságuk lehetne a tipikus „sikeres férfi – támogató nő” kettőse, ám ennél mégis összetettebb. Egy olyan kétszemélyes vitorláshoz hasonlít, ahol az eredendően magányos vitorlázáshoz szokott Zsombor Nórával együtt, egyenrangúként dolgozik a haladás érdekében.

♦ – **Zsombor, ti hatan vagytok testvérek – három lány, három fiú –, te vagy az ötödik a sorban. Kisgyerekkorodtól vitorlásversenyzőnek készültél?**

Zsombor: Édesapám, bátyám, később pedig Zsófi húgom is vitorlázott. Egyik nyáron beírtak egy kezdő vitorlás táborba, Agárdra, és ott megszerettem ezt a sportot.

– **Nóri, te hogyan ismerkedtél meg a vitorlázással?**

Nóri: Ha jól emlékszem, nekem is egy gyermekkori táborban tetszett meg. Persze a szüleim azért írtak be oda, mert mindketten vitorláztak hobbiszinten.

– **Ezek szerint ti sem beszélnétek le a gyerekeiteket, ha érdeklődnének a vitorlázás iránt?**

Nóri: Ha hobbiszinten, akkor nem.

Zsombor: Nem tudom. Én inkább annak örülnék, ha nem vitorláznának.

– **Érdekes, nem nagyon találkoztam még olyan emberrel, aki a maga hivatásában szeretne volna látni felnőttként a gyerekeit. Talán azért, mert mindenki nagyon kiismeri a szakmája árnyoldalait?**

Nóri: Látjuk, hogy ha egy gyerek elkezd vitorlázni, és ráadásul jól is megy neki, akkor ez nagyon komoly anyagi áldozat a család részéről. Legalábbis az első jónéhány év, amíg a versenyeken nem ér el jó eredményeket.



Zsombor: A szüleim sok versenyre vittek, de viszonylag korán elengedték a kezemet, mert szerencsésen alakult a sorsom: húszéves koromban már sikerült olimpiai szintet futnom, onnantól nem kellett rám pénzt költeniük. De még akkor is nagy szerencsének számított, hogy találtam olyan szponzort, aki támogatta és a mai napig támogatja a vitorlázásomat.

– Zsombor, ahhoz, hogy te a versenyekre készülhess, Nórinak kell fenntartani a családi hátszínét. Vannak olyan élsportolók, akik nem alapítanak családot, mert úgy gondolják, nem fér bele az életükbe.

Zsombor: Nem családot nem akarnak, hanem olyan rendszerű párt nem találnak, aki felvállalja ezt az életformát.

– Nóri, sosem mondtad azt Zsombornak, hogy „vagy én, vagy az élsport”?

Nóri: Nem, mi így rendeztük be az életünket.

– Te is vitorláztl. Mikor engedted el azt a vágyat, hogy élsportoló legyél?

Nóri: Amikor jött az egyetem, akkor dönteni kellett. A kettőt együtt ugyanis nem lehet százszázalékosan csinálni. Zsombor feladta az egyetemet a sportért, de neki érdemes volt. Én mindig kétszemélyes hajóval vitorláztam, de én nem voltam annyira tehetséges, hogy a junior kategóriából kilépve felnőttversenyeken is részt vehessek. És sajnos számított a pénz is, ugyanis ez egy nagyon drága sport, amíg nincsenek jó eredmények, és nem sikerül szponzort találni. Én tehát a Budapesti Gazdasági Főiskola gazdálkodás szakát választottam. Apukám közgazdász egyébként. Egyetem után egy hajógyártó cégnél, a Style Jachtnál kaptam állást, a pénzügyeiket intéztem – itt mindkét területen, a vitorlázásban és a pénzügyek terén szerzett tapasztalataimat is hasznosítottam, két nyelven, németül és angolul is. Most az alsóörsi „Balatoni Yacht Club 1912” működtetését fogom segíteni, amennyire a két óvodás mellett az időmbe belefér.



– Nagycsaládot szeretnétek?

Nóri: Nekem csak egy testvérem van, de én még szeretnék gyereket, Zsombor viszont azt mondta, hogy egy kicsit pihenjünk, mert nagyon gyorsan, tizenöt hónapra érkezett Botond után Nusi, aki alaposan megdolgoztat minket. Zsombornak se könnyű itt hagyni a családot, amikor külföldre kell mennie. Amikor skype-olunk, és a képernyőn lát minket, fáj a szíve, hogy nem lehet velünk. „Na jó, ennyi elég lesz, mert nagyon hiányoztok” – mondja időnként.

– Sokan úgy értelmezik a hozzátok hasonló házaspárok helyzetét, hogy a férfi szabadon utazgat, „éli világot”, építi a karrierjét, miközben a felesége kényszerűen otthon van, „röghöz kötve”.

Zsombor: Rosszul gondolja, aki azt hiszi, hogy nekem szórakozás a sok edzés és távollét. Mindamellet nem cserélnék Nórival, mert az ő sok munkája a gyerekekkel talán nehezebb, mint az enyém. Amikor távol kell lennem, igazából nincs más választásom, és ezt őértük is teszem, a szerettemért, a családomért. Nekem ez a munkám, attól függetlenül, hogy szeretem. Nórival tudtuk, hogy ezt az életformát vállaljuk, és ebben jól érezzük magunkat.

Nóri: Mindennek van jó és rossz oldala. Rossz, ha sokáig van távol, de az jó, hogy egyben több hetet tölt itthon. Mindketten nagyra értékeljük az egymással töltött időt, éppen azért, mert sokszor vagyunk távol egymástól, amikor nem alszunk együtt, nem tudunk együtt reggelizni vagy vacsorázni. A hosszabb itthonlétei idején jut idő arra, hogy újra összehangolódjunk, és ő többet foglalkozhasson a családdal. Néha az is előfordul, hogy kiutazom hozzá külföldre, ha a nagyszülők vállalják a gyerekeket. Ha ma választhatnék a sportoló Zsombor és egy átlagos foglalkozású Zsombor között, én a vitorlázó hivatással választanám őt, mert a hosszú itthonlétei értékesebbek számomra, mint ha naponta reggel elmenne munkába és késő este jönne haza. Ki az, aki háromhetes szabadságokat kivehet egyben? Szinte senki.

– Zsombornak idén egy biciklis balesetben eltört az ujjá, emiatt több mint három hónapos kényszerpihenőre szorult, de ezt az időt is a világbajnoki felkészülés javára tudta fordítani. Úgy tudom, Nóri, nagy szereped volt ebben, mert te biztattad, hogy vegye igénybe pszichológus segítségét.

Nóri: Újra csak arra példa, hogy minden rosszban van valami jó. Nem volt ez könnyű, egy közös barátunk is segített a meggyőzésében. Fizikai edzést csak a lábával tudott végezni. Mi maradt? A szellemi edzés, ami hozzájárult a sikeres szerepléséhez a világbajnokságon.

– Van-e csak kettőtökre fordítható időtök?

Nóri: Anyukám segít a gyerekvívásban. A világbajnokság előtti edzőtáborban is kint voltam Zsombornál öt napot. A világbajnokság hosszú, mindennap két futam, és ha összegyűlik a tíz, következik az éremfutam. A döntő napra is kiutaztam hozzá, és maradtam négy napot, azután együtt vezettünk haza. Ha elmegyünk valahová vacsorázni, akkor is megkérhetem Anyát, ő átjön és vigyáz a gyerekekre, elaltatja őket.

– Hogyan képzelitek el a közös életeteket, amikor a gyerekek már nagyok lesznek?

Zsombor: A versenyzésből visszavonulva elsősorban nem külföldi munkában gondolkodom, hanem inkább az itthoni utánpótlásnak szeretnék segíteni. Úgy vélem, hogy azt a szakmai utat, amit én az olimpiáig bejártam, le lehet rövidíteni a jövőbeli versenyzők számára, meg lehet könnyíteni a gyerekek és a családok helyzetét. Egy vitorlásakadémiát szeretnék majd alapítani, ennek érdekében vállaltam fel társaimmal a „Balatoni Yacht Club 1912” működtetését is.

Nóri: Remélem, hogy Zsombor megvalósítja a terveit, és én is szívesen bekapcsolódom majd ebbe, segítek neki, amiben csak tudok. A Balaton mellett fogunk élni akkor is, bár én szívesen töltenék néhány évet külföldön is.

– Az utazási vágyad abból fakad, hogy te ritkábban mentél külföldre?

Nóri: Valószínűleg igen, de itthon is nagyon jól érzem magam.

– Tudnátok egymás mellett dolgozni?

Zsombor: Nóri most is sokat segít nekem, intézi az utazással kapcsolatos szervezést, a repülőjegyeket, a szállást.

Nóri: Azt csinálom, amit Zsombor nem szeret. (Nevet.) A papírmunkát például, az adminisztrációt, amíg ő a konferenciákban húzogatja a súlyokat.

Berecz Zsomborral készített interjúnkat a kepmas.hu weboldalon olvashatja. ♦



SZÖVEG –
UNGVÁRY ZSOLT

SOROZAT –
CSALÁDI TÖRTÉNETEK

ELVESZÍTETT EMLÉKEK

Anyám mindig is szórakozott volt. Nem csinált problémát belőle, sőt, még rá is játszott: ő már csak ilyen, így kell elfogadni, ahogy van. Gyerekként ezt tudomásul vettem, felnőttként azonban zavart. Viszont akkoriban már lényegesen ritkábban találkoztunk. Talán ezért is nem vettük észre időben a jeleket.

◆ Pedig furcsa volt, hogy a lakás különböző pontjaira – ablaküvegre, tükörrre, sőt szekrényajtóra, falra – filccel rövid mondatokat írt: kit kell felhívni, mit kell elintézni. Neveket (a sajátját is), telefonszámokat vagy egyszerűen csak rövid idézeteket. Kiküldte az unokákat a cukrászdába, adott pénzt a süteményre, majd amikor megjöttek, megint odaadta az árát. A fiúk hozták vigyorogva, hogy kétszer fizette ki, én csak legyintettem: a mama mindig ilyen volt. Vendégségben egyszer összefutott feleségem valamelyik unokatestvérével, és bemutatkozott neki. Pedig korábban már találkoztak. Én csak a fejemet csóváltam, de hát a mamának legendásan rossz a memóriája, ezt mindenki tudja. Öt perccel később újra odalépett az unokatestvérhez. „Azt hiszem, mi még nem ismerjük egymást.” És megint bemutatkozott.

Mi még mindig azt hittük, hogy személyiségének és az idős kornak ez természetes velejárója. Noha nem számított még igazán öregnek, alig túl a hetvenen. Csak az Alzheimer-kór utolsó fázisára, örökös szorongásainak és alapvető képességeinek elvesztése láttán vált világossá, hogy nagy a baj. Amikor végre elvittük orvoshoz (igazság szerint korábban is próbálkoztunk vele, de nagyon erősen ellenállt; utálta az orvosokat, gyógyszerallergiája miatt került minden egészségügyi intézményt), már előrehaladott stádiumban járt. Aztán leesett az ágyról, eltört a combcsontja. Műtét, felfekvés, tüdőgyulladás, kórház.

Utolsó találkozásunkkor látszott, hogy lelkileg már nincs itt. Nem voltak fájdalmai, arca békésnek tűnt; biztosra vettem, hogy rövidesen elmegy. Szeme, amikor rám nyitotta, nem jelezte, hogy megismerne, csak édesapám láttán rezgett meg. Amikor már indultunk, utoljára föléje hajoltam, megpusziltam a homlokát, és megkérdeztem: „Megismersz?” Egészen addig nem szólt egyetlen szót sem, ekkor hirtelen kitisztult az arca, és magától értetődően mondta: „Persze.”

Az Alzheimerre való hajlam öröklődik. Bár felfoghatatlan, hová tűnnek agyunkból az emlékek és információk a betegség hatására – igaz, még ennél is felfoghatatlanabb, hogy egyáltalán hol vannak olyankor, amikor elő tudjuk őket hívni –, láttam, hogy a legfontosabb események, nevek, arcok is el tudnak veszni. Azóta feleségem minden alkalommal, ha valamire nem emlékszem, félig viccesen – de azért félig komolyan – megkérdezi: „Megijedjek?” Hevesen tiltakozom, nem, nem, egyszerűen nem figyeltem tegnap, amikor ezt megbeszéltük, egyébként is szórakozott vagyok...

Sógornőm szerint az elme önellenőrzésének egyik módja, hogy száztól kettesével visszafelé kell számolni. Amíg ez megy, addig nincs olyan rettentő nagy baj. 100, 98, 96, 94... ◆



SZÖVEG –
BALKUNÉ SZÜCS EMESE tanácsadó pszichológus

SOROZAT –
A CSALÁD MESÉJE

HATÁR-CSATÁK

A gyermek iskolás évei jól elkülöníthető szakaszokra bonthatók: a nyugalmasabb, néha felhőtlen kisiskoláskort 11–12 évesen felváltja a kiskamaszkor, majd a serdülés időszaka. A szülők gyakran előre aggódnak a változások miatt, amelyek a gyermek identitása mellett az egész családi rendszert is megingathatják.

◆ MIVÉ LETTÉL, BOGÁRKÁM?

Bár minden családi életciklus krízissel és átalakulással, így veszteséggel jár, az elmúlás miatti fájdalom igazán a serdülőkor beálltával érinti meg a szülőket. A korábban édes csecsemő bájos aprósággá, később talpraesett ovissá, majd komoly kisiskolássá érik, ami a veszteség élménye mellett jelentős sikerélményekkel jutalmazza az odaadó szülőket. De mit ad nekünk egy langaléta, hebehurgya, lusta, szemtelen kamasz, aki olykor felülírja minden korábbi reménységünket?

Valójában rengeteget kaphatunk serdülő gyermekeinktől, ha vesszük a bátorságot bepillantani a forrongó jellem küzdelmeibe. Láttál már bábból kirepülő pillangót? A folyamat hosszú és viszontagságos, de a metamorfózis csodája kárpótolja a türelmes szemlélődőt.

TÜKÖR ÁLTAL GÖRBÉN

A kamaszok nagyon is értenek hozzá, miként ébresszék rá szüleiket saját életük fonákságaira. Megharagudhatunk rájuk ezért, ám okulhatunk is eltűzött, olykor bántó és igazságtalan visszajelzéseikből. A kamaszok elején az efféle szembesítések hirtelen és durván csapnak le a gyanútlan szülőkre:

„Hogyan beszélgessek veled, apa, ha egész nap dolgozol, este meg a számítógép előtt ülsz?” Szegény Péter alig kap levegőt: miért is dolgozik egész nap, miért is hozza haza a munkát? Régebben megbecsülést, sőt tiszteletet kapott mindezért, ma meg Tamás a fejéhez vágja még azt is, hogy miért tartja el. Amikor meg ő közelítene, csukott ajtók, üvöltő zene, hangot át nem eresztő fejhallgató jelzi számára: „Magánterület, tilos az átjárás!”

OSTROMZÁR ALATT

A harc az autonómia és a kontroll megszerzéséért folyik, ami fájdalmas élményt jelenthet, különösen a korábban jól szervezeten működő családonál. Az apák az általuk felépített világ megtámadásaként élik meg gyermekük határfeszítő törekvéseit. Az anyák az érzelmi odafordulás elvesztése miatt bánkódhatnak leginkább. Ugyanakkor a családfő tekintélye jelentősen csorbulhat, az anyának pedig teljesen hátra fordíthat a kamasz, ha merev ellenállásba ütközik. Bizony, a család értékrendjét fenyegető eszközök bevetésére is sor kerülhet, amikor a serdülő falakat akar dönteni. Még súlyosabb a helyzet, ha a kamasz rohamai rendre kudarcba fulladnak. Ilyenkor a családostromzár alá helyezve megadásra is kényszerítheti.

Kép: Unsplash / Isaac Jenks



Eleinte a családi rituálék bomlasztására tesz kísérletet, majd a szabályokat próbálja kikezdeni: nem jelenik meg a családi vacsoránál, rászervez a közös programra, később ér haza, mint ígerte, nem vesz részt a szentmisén, istentiszteleten. Ha nem vagyunk elég ügyesek az egyezkedésben, tekintélyünket megtépázó manőverekbe kezdhet: nyilvánosan visszabeszél, leéget, engedetlenné válik, gyenge pontjainkat ismerve tört döf a szívünkbe. Ha minderre szülőként durva büntetésekkel reagálunk, várfogságra (nem mehet kortárs közösségbe), vagyontárgyai elkobzására (letiltjuk a wifit, elveszszük a telefont, laptopot) szabadságvesztésre (nem szervezhet programot), kényszermunkára (egész hétvégén tanulnia kell) ítéljük, válaszként beveti nehézfevereit.

KATAPULTOK ÉS ÁGYÚK

A teljesítmény hosszú távú és jelentős romlása aggodalomra ad okot, ilyenkor magunkba szállva kell elgondolkodnunk azon, mennyire vagyunk kíméletlen várurak és fondorlatos várúrnők. Szintén fel kell figyelnünk arra, ha szemünk fénye komoly, visszatérő konfliktusokba keveredik tekintélyszemélyekkel. Néha a serdülő önmaga ellen fordul. Az önsértő magatartás (saját test gadosása,

cigivel égetése, túlzott piercingviselés, tetkóvarratás), szerhasználat, felelőtlen szexualitás patthelyzethez vezet, tanácsos ilyenkor külső segítség kérése. Szükség lehet egy pártatlan segítőt (lelki atya, tiszteletes, lelki gondozó, pszichológus) bevonására a helyzet kezeléséhez. Mindezek a kísérletek átmenetileg és rövid ideig számos serdülőnél előfordulhatnak, így pszichiátriai megbetegedésre a fenti tünetek tartós fennállása esetén kell csak gondolnunk, ami haladéktalan orvosi segítséget igényel. Utóbbi kategóriába tartozik az evészavar is (vagyis jelentős testsúlyvesztés testképzavarral és kóros soványsággal, illetve normál mértéket meghaladó súlygyarapodás).

BÉKESZERZŐDÉSEK ÉS PAKTUMOK

A tinédzserkor jó esetben az alkudozások és kompromisszumkészség idejét hozza el a családba. „Édes fiam, amint elvégezted a házimunkát, bekapcsolom a wifit, és ahogy elkészültél a tanulással, rögtön indulhatsz is bulizni a haverokkal. Ha pedig leteszed a nyelvvizsgát, még a cserediák-programon is elgondolkodhatunk. Persze, csak ha a tegnapi beszélőad után apa hajlandó lesz újabb pluszmunkát vállalni, hogy előteremtse számodra a beugró összeget” – mondja mosolyogva Zsófi, miközben Tomi, a fia morogva kezdi kipakolni a mosogatógépet. ♦



Díjazzuk a családbarát médiát!

A Média a Csaláért-díj évek óta rangos elismerése azoknak az újságíróknak és szerkesztőknek, akik a nyomtatott, az elektronikus vagy online sajtóban következetesen kiállnak a családi élet értékei mellett. A díjat a Képmás szerkesztősége hívta életre 2007-ben, és a Média a Csaláért Alapítvány osztja ki.

Az évi 12 jelöltet nyolctagú szakmai zsűri választja ki a print és elektronikus médiamegjelenések közül. Az aktuális hónap győztesével interjút olvashatnak lapunkban.

Decemberben választjuk ki a **Média a Csaláért-díj** 2018 magyarországi és külhoni díjazottjait, akik 500 000 Ft jutalmat kapnak.

Bővebb információ: www.mediaacsaladert.hu, facebook.com/mediaacsaladert



SEGÍTSEN MEGTALÁLNI A HÓNAP JELÖLTJÉT!

Ajánljon olyan nyomtatott vagy elektronikus sajtóban megjelent, illetve rádióban, televízióban sugárzott anyagot, országos vagy határon túli médiából, amely a családot mint értéket jeleníti meg!

Javaslatát az info@mediaacsaladert.hu címre várjuk.

AZOK KÖZÖTT, AKIK A KRITÉRIUMOKNAK MEGFELELŐ JELÖLÉST (ÚJSÁGCIKKET, RÁDIÓ- VAGY TÉVÉMŰSORT, ONLINE TARTALMAT) KÜLDENEK NEKÜNK, HAVONTA KISORSOLUNK EGY AJÁNDÉKOT.





NOVEMBERI JELÖLT >

Halász Sári



SZABAD A VÁSÁR?

Az igen beszédes, „Megint szabadabb a vásár: gyerekpornót tessék!” címet viseli *Halász Sári* 24.hu-n megjelent cikke, amely a Média a Csaláért-díj novemberi jelöltje lett. Az írást az ihlette, hogy egy tengerentúli szabálmódosítás miatt könnyebb és jövedelmezőbb lesz a gyerekpornó gyártása és terjesztése világszerte. Bár a döntés más kontinensen történt, hatása Európába is begyűrűzik.

◆ A pornóipar tevékenységével, általában a szexkereskedelemmel és a szexiparral régóta foglalkozik Halász Sári, elsősorban azért, mert egyéni tanácsadóként dolgozik szexuális erőszak áldozataival. „Azt látom, hogy szenvedésük nem a lelükben születik, nem valamiféle mentális betegség következménye. Egyszerűen az erőszak van rájuk hatással, az traumatizálja őket. Tudom azt is, hogy az emberek nem erőszak elkövetőjeként vagy áldozataként születnek, hanem a társadalom berendezkedése teszi őket azzá. Például az iparosodott pornó által” – mondja Sári, aki a témáról rengeteget olvas és sokat kutat. Szeretné megérteni, hogyan enyhítheti az érintettek szenvedését. Az általa feldolgozott hír amerikai, cikkével pedig egy ottani fejleményre reagál, a probléma Magyarországon ugyanúgy jelen van. „A fiúk 16 éves korukra már szinte kivétel nélkül pornófogyasztók. Ez pedig nem azért van, mert vannak jó gyerekek és rossz gyerekek, az utóbbiak pedig néznek pornót, míg az előbbieket nem, hanem azért, mert a pornóiparnak olyan a stratégiája, hogy mindenképp eljut. Eleve komoly probléma,

hogy amikor egy gyerek elkezd érdeklődni a szexualitás iránt, akkor kevés olyan megfelelő hely van, ahol erre a tudásra szert tehet. Ha pedig beírja a keresőbe a szex kifejezést, akkor máris három kattintásra van a brutális, nőket megalázó és büntető szexuális erőszaktól. A pornó bele van ágyazva gyerekeknek szóló tartalmakba, számítógépes játékok környékén is felbukkan, felugró ablakként mindenhol jelen van. A YouTube-on például nagy mennyiségben botlani ilyesmibe akkor, ha lányok az »Én kicsi pónim«-ra keresnek. A kislányoknak szóló sorozatnak ugyanis pornóverzója is van. Mindebből következik, hogy a gyerekek okostelefonnal, tablettel vagy lappal pillanatok alatt eljutnak ilyen tartalmakhoz.”

Sári kiemeli: ahhoz, hogy mindezt átlássuk és próbáljuk enyhíteni, ismerni kell a pornóipar tevékenységét, csak így tudhatjuk, mivel állunk szemben – az pedig nem várható el, hogy a családok ezt maguk oldják meg, hogy ők álljanak szemben a nagyvállalatokkal. A pornóipar ugyanis 100 milliárd dolláros ipar, nem tudnak ellene anyák és apák egyedül fellépni. ◆



A Családbarát Médiaért-díj határon túli jelöltje novemberben **Horváth Homolya Ágnes. Ahová Isten báránykát ad, ad legelőt is** című írása a Magyar Szó online oldalán jelent meg.

SZEXUÁLIS NEVELÉS ITT ÉS MOST I.

Mikor kell elkezdni a szexuális nevelést? Nem csak kamaszkorban, de jobb később, mint soha. A ténnyel, hogy ezen a téren is van teendők, sokszor csak a zavarba ejtő hétköznapi történetek szembesítenek. Például, ha a hároméves gyermekünk szexualitáshoz kapcsolódó kérdést tesz fel a villamoson. Vagy ha a harmadik osztályos online pornó tartalommal találkozik valamelyik osztálytársa telefonján. Hogyan legyünk szülőként tudatosak, előrelátók a szexuális és nemi nevelés terén, pláne, ha nincsen előttünk jó példa vagy semmilyen példa?

Az X generáció legfiatalabb tagjai az elsők, akiknek minden eddiginél fontosabb lenne tabuk nélkül beszélgetni gyermekeikkel nemi identitásról, testiségről, szexualitásról – és nem a méhecskéikkel vagy a gólyamesével elhessegetni a kérdéseket.

◆ BEÉGETT KÉPEK

Gyermekeinknek legtöbbször egy másik gyermek adja tovább a sokszor maga által sem értett „tudást”, ráadásul az okostelefonoknak köszönhetően rögtön széles körben, kép vagy videó formájában. Ahogy egy negyedikes fogalmazott, amikor megkérdeztem, mit is néztek: „az emberi szaporodást” tanulmányozták, de egy ötödikes például azt mesélte, hogy az év végi kiránduláson, a fiú hálóban nézett online tartalom melegpornó volt.

Kamaszok szexuálpedagógiai prevenciójával foglalkozó szakemberek azt tapasztaljuk, hogy egyre korábban juthatnak a gyermekek a felnőtt tartalmakhoz, ami problémákat okozhat lelki világukban és később a valós kapcsolataikban. Persze sokan csak legyintenek erre: „Mi is néztünk meztelen képeket gyerekkorunkban és normális felnőttek lettünk.” Lehet, de annak idején nem 9–11 évesen jutottak hozzá a gyerekek ezekhez az „élményekhez”, inkább 15–17 évesen. Az apa vagy nagyobb fiútestvér rejtegetett szexlapját hosszas tervezgetés után, nem kis büntudat kíséretében kellett megkaparintani egy-egy titkos meglepetésre. Persze sokszor ebben a korban sincsen még meg a fiatalokban az az élettapasztalat, hogy el tudnák különíteni a filmen látott, megrendezett tartalmakat a valóságtól, de a 3–4. osztályosoknál ez az intenzív képi élmény oly erősen beépülhet, hogy később minduntalan előhívódik a vizuális memóriájukból, nem tudnak



tőle szabadulni. Később sokan küzdenek testképzavarral és szexuális zavarokkal, ami a kemény pornó, esetleg szado-mazo tartalom, a megrendezett képek és extrém testmódosításokkal rendelkező szereplők látványának hatására alakulhat ki. Sokan nem fognak tudni normális párkapcsolatban élni, mert a látottak alapján tudatukba beépült viselkedésformák messze eltérnek a normál, elfogadott udvarlási szokásoktól.

A SZÜLŐK ÉLETE IS NEVEL

A szexualitás fejlődése már az anyaméhben elkezdődik. A kisbaba már egy olyan környezetbe születik, ahol várják a kisfiút vagy kislányt. Tudatosan készülnek a babaszoba színével, a ruhákkal, játékokkal, a nemének megfelelő névvel. A babákat nemük szerint bizonyítottan másképp kezelik a szülők és a családtagok, ami nem tudatos

cselekvés, de mindenképp hat a csecsemőkre. A testbeszéd, a hangsúly, a türelem a gyermek felé sokkal erősebben hat, mint azt gondolnánk, hiszen a baba csak egy éves kora körül kezd beszélni.

Életünk példájával nevelünk a legerősebben. Ha ebben elkötelezettek és tudatosan tartjuk magunkat az elképzeléseinkhez, miközben nyitottak és felkészültek vagyunk a váratlan helyzetekre, akkor tehetünk a legtöbbet gyermekünkért.

Hogyan is működik ez a gyakorlatban? Igyekezzünk olyan élethelyzetet, rendezett, megbízható párkapcsolatot, családot teremteni, ami követhető példa. Ha nekünk nem sikerül, legalább idealizáljunk egy ilyen képet, ne vetítsük ki saját csalódásunkat, hiszen gyermekünknek még sikerülhet.

„NE MENJÜNK ELÉBE A TÁJÉKOZTATÁSSAL AZ ÉRDEKLŐDÉSNEK, DE MINDIG ÁLLJUNK KÉSZEN, HA KÉRDEZ A GYEREK!”

Az óvodás korban, de később is az egyik legfontosabb nevelési eszközünk a mese. Nemcsak a kis királyfi és a királykisasszony hagyományos történeteivel lehet a neki szerepeket bemutatni, hanem az eredettörténetek, a saját családról szóló történetek szépen elmesélt anekdotái is erősítik a kisgyermek önazonosságának kialakulását. A gyermek születéstörténete, hogyan várták, mit csinált édesanyja, mialatt ő a pocakban volt, hogy vigyázott rájuk édesapa, mennyire örültek, amikor megszületett – ezek mind-mind megerősítik a gyermeket abban, hogy feltétel nélkül, önmagáért szeretjük.

Éljük meg saját párkapcsolatunkat „kifelé” is. Simogassuk meg a párunkat a gyermekek előtt is, adjunk neki puszit, öleljük át. Mutassuk ki szeretetünket odafigyeléssel, segítséssel és hálával. Soha ne felejtsünk el kérni és megköszönni, akkor se, ha a családtagok „úgyis” megteszik, ha nem vagyunk udvariasak! A gyermekek saját családjukban tanulják meg azt, hogy hogyan viselkedjenek majd a társukkal, hogyan kommunikáljanak, mivel és hogyan kedveskedjenek, hogyan kezeljék a konfliktusokat és mit ne tartsanak el.

VÁRATLAN HELYZETEK

A váratlan helyzetekre legyünk felkészülve! Bármikor elhangozhat egy nemiséget, szexualitást érintő kérdés akár a villamoson is. Ilyenkor ott helyben nyíltan, tömören válaszoljunk, és pironkodás helyett mondjuk meg a gyermeknek, hogy erről majd otthon beszélgetünk.

Fontos, hogy tisztában legyenek életkoruknak megfelelő mértékben az intimitás fogalmával. Mi az, amit csak otthon, anya, apa előtt lehet kimondani, és mi az, amit az oviban és az utcán idegenek előtt nem mondunk vagy teszünk, és nem engedünk meg mindenkinek. Érezze, hogy szülei előtt nincsen tabukérdés, anyától, apától minden választ kaphat. Nagyon fontos, hogy folyamatosan építsük azt az ősbizalmat, amit szülőként megkapunk, hiszen erre egyre nagyobb szükség lesz, ahogy csemeténk növekszik és a kisgyermekkorot elhagyja.

Nagyon nehéz megóvni a világ iránt érdeklődő ovisunkat, alsósunkat a környezeti hatásoktól. Az obszcén beszédet bárhol meghallhatják, és a gyerekek, mint a kis szivacs, mindent megjegyeznek, függetlenül attól, hogy értik-e. A médiában, reklámokban, filmekben egyre nyíltabban alkalmazott hatáskeltés, az erőszak és a szexualitás ábrázolása egyre korábban éri el a mai gyerekeket, ha nem közvetlenül, akkor a közösségen keresztül. Sokszor vicces vagy animációs megjelenéssel adnak el „családi” címkével álcázott, masszív szexuális tartalmakat hordozó sztorikat, amelyeket a szülő figyelem híján nézni enged az ovis korú vagy kiskamasz gyereknek, mondván; „Csak rajzfilm! Biztos gyerekeknek szól!” Mindig nézzünk meg közösen is néhány részt, hogy biztosan tudjuk, a korhatárjelölés ellenére akarjuk-e, hogy gyermekünk az adott sorozaton szocializálódjon!

Nagyon fontos a szülő jelenléte, hogy elmesélhesse, mi történt vele az óvodában, iskolában, ki mit mondott, csinált. Hiszen az együtt töltött idő egyre kevesebb lesz, amikor a gyereket ért hatásokat „kielemezhetjük”, hogy a tanító vagy óvó néni hogyan oldotta meg a helyzetet, vagy maradt-e függőben egy-egy szituáció. Ha felvetődik egy szexualitást érintő kérdés vagy történet, ne szidjük meg a gyereket! Ilyenkor kérdezzünk vissza: Mit hallottál Te erről? Neked mi a véleményed? Így egyrészt megtudjuk, hogy mennyire tájékozott csemeténk a témában, másrészt összeszedhetjük gondolatainkat, hogy a megfelelő, éppen elégséges választ adjuk magyarázatként. Ne menjünk elébe a tájékoztatással az érdeklődésnek, de mindig álljunk készen, ha kérdez a gyerek! A gyerekek születésüktől fogva érdeklődnek minden iránt. Választhatunk, hogy mi adunk magyarázatokat a kérdéseikre, vagy elengedjük ennek lehetőségét, és ő majd máshol (barátoktól, internetről) fogja megkeresni a válaszokat.

Következő számunkban a kiskamasz korról folytatjuk... ♦

Varázslatos szilveszter a Kolpingban!

**Nem csalás, nem ámitás, az év
utolsó napjain Bobó mágikus
birodalma megnyitja kapuját!**

Ki itt belép, ne készüljön másra, csak varázslatos meglepetésekre és fergeteges szórakozásra. Csak a kezünket figyeljék, na meg a napi programajánlatot, mert egymást érik majd a vidám előadások és a meghökkenítő mutatványok. Az óévet persze sztárfellépőkkel és hatalmas családi bulival zárjuk.

KOLPING HOTEL **
SPA & FAMILY RESORT**

8394 Alsópáhok, Fő u. 120.

Tel.: (+36) 83 344 143 • sales@kolping.hotel.hu

www.kolping.hotel.hu/szilveszter





SZÖVEG –
HORVÁTH PÁL filozófus

SOROZAT –
MAGYAR PÉLDAKÉPTÁR

MOZGÁSMŰVÉSZET ÉS FILOZÓFIA

„Énbelőlem négy rapszódia kerekedett az élet folyamán. Mert négy szerelmem volt: a zene, a matematika, a filozófia és az orkesztika”. Így vallott magáról hosszú élete alkonyán a 20. századi magyar szellemi élet különleges, sokoldalú asszonya, Dienes Valéria.

◆ SZEKSZÁRDTÓL PÁRIZSIG

Geiger Valéria 1879-ben látta meg a napvilágot Szekszárdon. Családja Babits Mihály családjával rokonságban és barátságban állt. Édesapja újságíró, édesanyja tanítónő volt, akik tehetséges lányukat is tanulásra biztatták. Az elemi iskola után tanító-, majd tanárképzőt végzett Pápán és Győrben, a polgári iskolai tanári képesítést pedig a magánúton letett gimnáziumi érettségivel együtt 1900-ban, Budapesten szerezte.

Az első női hallgatók egyikeként beiratkozott a pesti egyetemre matematika, fizika, filozófia és esztétika szakokra. Sokoldalúságát mutatja, hogy stúdiumai mellett szenvedélyesen érdeklődött a pszichológia és a pedagógia is. A zene iránti vonzalmának engedve pedig az egyetem mellett elvégezte zongora és zeneszerzés szakon a Zeneakadémiát.

Az egyetemen 1905-ben, huszonhat évesen diplomázott, és ekkor ment férjhez Dienes Pál matematikushoz, akinek a családnevét, bár az 1920-as évek elején elváltak, élete végéig viselte. Házasságuk első éveiben két fiúnak adott életet; az egyik a mozgásművészetben, a másik a matematikában és a pedagógiában követte a szülői példát. Vallásos neveltetése dacára ekkoriban szabadgondolkodónak vallotta magát, a Galilei Körhöz, Jászi Oszkár és Szabó Ervin szocialista holdudvarához tartozott, matematikai témák foglalkoztatták, és ekkor készült első filozófiai fordítása, George Berkeley értekezéseinek magyar kiadása.



Döntő fordulatot hozott életében, hogy egy ösztöndíj birtokosaként 1908-ban férjével Párizsba költözhetett, ahol a Sorbonne-on négy éven keresztül filozófiát hallgatott. Ezekben az években Franciaországban a filozófiai élet meghatározó alakja Henri Bergson volt, aki megújította a szellemfilozófiát, új tudat-, fejlődés- és időelméletet dolgozott ki, és a kor katolikus gondolkodóira is mély hatást gyakorolt. Valéria a tanítványa, egy életen át a követője lett. Lelkesen hallgatta a mester előadásait, részt vett szemináriumain, magyarra fordította „Nevetés” című briliáns esszéjét.

De Párizsban egy másik életre szóló élményben is része volt. 1910-11 telén látta először a kor híres és formabontó táncosát, mozgásművészt, Isadora Duncant, akinek hatására az emberi test mozgásának szépségét kifejező új táncforma, az orkesztika mellett egy életre elkötelezte magát. Felismerte, hogy a mozgásművészet egyszerre tánc, balett, pantomim, némajáték, ugyanakkor a zene, a filozófia és a matematika kifejezési formája is. Nem pusztán torna, sport vagy tánc, hanem tudomány, művészet, szabadság és életforma. 1911-ben Raymond Duncannak, Isadora testvérének szabadtánc-iskolájában tanulta ezt a csodálatos mozgásművészetet, és az orkesztika mestereként tért haza 1912-ben.

AZ EMIGRÁCIÓ ÉS AZ ORKESZTIKAI ISKOLA

1915-ben alapította meg első orkesztikai, szabadtánc-iskoláját, amely két évre rá az Uránia színpadán már a nagyközönség előtt is bemutatkozott. Táncolt és tanította a táncot, a művészi mozgást, megteremtette az orkesztikus mozgásművészet lejegyzésének technikáját. *Művészet és testedzés* című tanulmányában összefoglalta a hazai orkesztikus szemlélet elméleti alapjait. Dienes Valéria munkájának lendületét 1919, a kommün, majd az ellenforradalmi rendszer győzelme törte meg. A hatóságok ennek az esztendőnek a végén az Orkesztikus Iskolát betiltották, mivel pedig Dienes Pál egyetemi szerepet vállalt a proletárdiktatúra idején, a házaspár az emigráció mellett döntött. Bécsbe, majd Nizzába mentek, ahol Valéria Raymond Duncan művészeti kommunájában élt, Henri Bergson műveinek magyar fordításán dolgozott, míg férje, végleg elhagyva őt és a gyerekeket, Angliába utazott és a matematikus karriert választotta.

Dienes Valéria 1923-ban költözött haza a fiaival, és az Új Iskola keretei között lehetőséget kapott egy szabadtánc-tanfolyam megindítására. A következő években az orkesztika hivatalos elismertetéséért és iskolája újraalapításáért kellett küzdenie, hiszen érték politikai, de szakmai támadások is, például a Testnevelési Főiskola részéről és a hagyományos balettművészet oldaláról. Így csak 1929-re sikerült legalizálnia iskoláját, később elérte, hogy az intézmény diploma kiadására is jogosult legyen, ahonnan a következő évtizedekben jeles táncosok és koreográfusok indulhattak el a pályán.

SIKER ÉS MELLŐZÖTTSÉG

Az emigrációt követően világnézete is változott. Ismét hívó, gyakorló katolikus lett, a keresztény szellemi élet közegében talált új otthonra. 1924-től barátságot kötött *Prohászka Ottokár* fehérvári püspökkel, a modern katolicizmus hazai vezéralakjával, 1927-ben aktív tagja lett az Aquinói Szent Tamás Társaságnak. Sorra jelentek meg többségében Bergson műveit tolmácsoló filozófiai fordításai, ezt a munkát 1934-ben a Baumgarten-díj elnyerésével jutalmazta a hazai értelmiség. De egyre több sikere adódott a szabadtánc világában is. Így sorra kerültek a közönség elé a zene, a tánc és a szöveg művészi kombinációjából építkező, sokszereplős

táncjátékai: 1924-ben a „Hajnalvárás” nyitotta a sort, amit a „Csipkerózsika”, a „Hamupipóke”, a magyar szentek legendáinak táncdráma-feldolgozásai követték, ezekhez a darabokhoz pedig zeneszerzőként *Bárdos Lajos*ban talált munkatársra. „A nyolc boldogság” címet viselő mozgás-misztériumjátékához halála előtt nem sokkal *Prohászka* püspök írt ajánlást, és 1935-ben szabad téren mutathatta be tanítványaival, munkatársaival „A gyermek útja” című sok száz szereplős tánc-mozgásjátékát. Az Orkesztikai Iskola évről-évről előadásai az 1930-as évek derekától már komoly művészeti eseménynek számítottak. Ezeknek a sikereknek a drámai 1944-es esztendő vetett véget: egy nappal az ország német megszállása után az iskola megszűnt. Bátorralan próbálkozások után nem sikerült az újraindulás a háború után sem. Az új, kommunista vezetés alatt álló kormányzat és annak kultúrpolitikája kárhuzatos polgári törekvéseket látott az orkesztikában, amúgy meg a művészeti élet központosításához ragaszkodva amúgy sem nézte jó szemmel a magániskolák, a magánművészet kezdeményezéseit. 1948-re világossá vált, hogy Dienes Valériának és mozgásművészetének nincs helye többé a kultúra világában, és filozófusként is tiltólistára került a polgári, katolikus bölcsélet művelőinek egész táborával együtt. Mivel ekkor már hetvenhez közeledett, visszavonult a magánéletbe, néhány tanítványa azonban tovább élte az mozgáskultúrát, amelynek ő volt a hazai megteremtője. Mint filozófus is eltűnt a szellemi életből, ahová csak az 1960-as években, néhány új fordítása és régebbi fordításainak újbóli kiadása révén nyert némi bebocsátást. Egészsége, szellemi frissessége idős korában is töretlen maradt; a '70-es évektől többször utazhatott külföldre, ismerősökkel, barátokkal levelezett, egy-egy előadás megtartására is felkérést kapott. A személye körüli sokéves hallgatást a Vatikáni Rádió, majd a Vigília törte meg, amikor 1974-ben írást közölt tőle, ezt egy interjú követte 1977-ben. Újra reflektorfénybe került, amikor 1975-ben *Vitányi Iván* hosszú televíziós portréműsört készített vele mint a magyar orkesztika hajdani nagyasszonyával. Végül csaknem száz esztendősen, 1978. június 8-án távozott az élők sorából. ♦



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

JOGHURT

Ismerős a jelenet. A nő hazaérkezik. Kisfia hozzászalad, elújságolja, mit játszik. A nő megállapítja, hogy leette az ingecskéjét. Aztán lerakja a szatyrokat, odaadja a nappaliban a gyerekekkel játszó apjának a gyógyszert, felveszi a telefont és megígéri, hogy igen, öt percen belül elküldi az e-mailt. Eközben felrak vizet a teához, amit aztán odavisz a TV előtt számítógépező férjének. Még le sem ült, összerakja gyorsan a szétszórt játékokat, hozzáfog a vacsorakészítéshez. A férje odakiált: ki kell mosni a zöld ingemet. Ismerős ez a jelenet.

◆ A reklámban viszont, amiben megjelent, meglepetést okozott. Nem csak azért, mert a filmcsekében végig az apa szavait halljuk, amint bocsánatot kér a kislányától. Bocsánatot, mert gyerekkorában otthon is azt látta, a házimunka kizárólag a nők dolga. És megígéri, hogy ő is változtatni fog, hiszen soha nem késő. Látjuk, amint hazatérve maga mossa ki a ruháit, felesége pedig megilletődötten a mosógép használatára tanítgatja. „Miért lenne a mosás csak az anyák feladata?” – jelenik meg a képen a reklámszlogen, majd a termék. Nem annyira ismerős a jelenet, egy reklámban biztosan nem.

Különös, de miközben a nők életmódja jelentősen változott az utóbbi fél évszázadban – tovább élnek, később házasodnak és szülnek, a férfiaknál nagyobb arányban vannak jelen a felsőoktatásban és egyre elutasítóbbak a női reklámsztereotípiákkal –, a nekik-róluk szóló hirdetések mindez alig mutatkozik meg. Ugyanúgy látjuk

- 1) a megszállott háztartásbelit, aki ádázul küzd a WC pereme alatti baktériummal,
- 2) az elhazavazott családanyát, akire rázuhan az élet és a karácsonyi teendők,
- 3) az önkínzót, aki dalolva szőrtelenít,
- 4) a hangulatgyilkost, aki elrontja a jópofa sörözős pillanatokat,
- 5) az elérhetetlen félistennőt, akire leginkább a nők akarnak hasonlítani,
- 6) a szexobjektumot, akire a férfiak akarnak... nem hasonlítani.

Persze ne feledkezzünk meg a kardigános joghurt-nőről sem, hisz tudjuk, a joghurt a nők hivatalos eledele. Vagy az anya-lánya összetartásról, amelynek csomópontjában egy fájdalomcsillapító áll. És még ott van a nő, aki csak biodíszlet.

Régi kérdés persze, hogy a reklám tükrözze vagy alkítsa a valóságot: mutassa be a létező látásmódokat, vagy formálja azokat? Az új viszont ez: mi van akkor, ha már egyiket sem teszi? Mert a fenti típusokban aligha ismer valaki magára vagy aligha vágyik alakulni általuk.

Ezért amikor Indiában 2015 után megjelent a mosószeres film, nagy hatást gyakorolt. Egyrészt, több mint 70 százalékkal nőtt a termék eladásából származó cégjövedelem. Tehát megérte. Másrészt megjelentek olyan ruha-termékek, amelyek címkéjére kiírták: nő és férfi egyaránt moshatja. Közel kétfélmillió férfi vett részt az „oszd meg a terhet” kampányban. A reklám pedig minden szakmai díjat bezsebelt.

Az innováció korában érdemes felismerni, hogy a fő vásárló, a nő, összetettebb, mint ahogy eddig „tűnt”: érdemes őt meglátni, nem csak nézni. És érdemes végre észrevenni, hogy a férfiak is nagyon szerethetik a joghurtot. ◆