



SZÖVEG –
SÁRDI ENIKŐ

ILLUSZTRÁCIÓ –
BALASSA NIKOLETTA

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS



MI KELL A BOLDOG ÚJ ÉVHEZ?

A World Happiness Report jelentése szerint a boldogságszint rangsorában Magyarország 2012-ben a 110. helyen állt, 2018-ra pedig már a 69. helyet foglalta el a listán. Itthon az ELTE PPK Pozitív Pszichológia Kutatócsoportja már évek óta foglalkozik Magyarország boldogságtérképének felrajzolásával. A vizsgálatok itt is kedvező tendenciát mutatnak. Tehát hiteles méréssel kimutatható: évről évre boldogabbak vagyunk. De vajon hogyan tudatosul ez bennünk? És vajon mit tehetünk saját boldogságunk fokozásáért? **Prof. dr. Oláh Attila**, az ELTE PPK egyetemi tanára, a kutatócsoport vezetője segít eligazodni a fogalmak és mutatók között.

– Boldogságszintünk akkor lesz elfogadható, ha háromszor több pozitív élmény ér bennünket, mint negatív. Érzelmi állapotunk kihat arra, miként látjuk a világot. Negatív üzemmódban az ember tudata beszűkül, hiszen ha csak a nyomasztó dolgainkkal foglalkozunk, nem tudunk kilépni a negativitás börtönéből. Ezzel szemben a pozitívitás az elme nyitottságát jelenti, amikor érdeklődővé válunk és ismereteket próbálunk magunkba szívni. Az ismeretek képességeket alapoznak meg, a képességek magabiztossá tesznek, a magabiztosság pedig még inkább pozitív érzelmi állapotba hoz. Tehát a szubjektív jóllét a fejlődés mozgatórugója, enélkül nincs esély kibontakozásra.

– A pszichológia hogyan fogalmazza meg a boldogság lényegét?

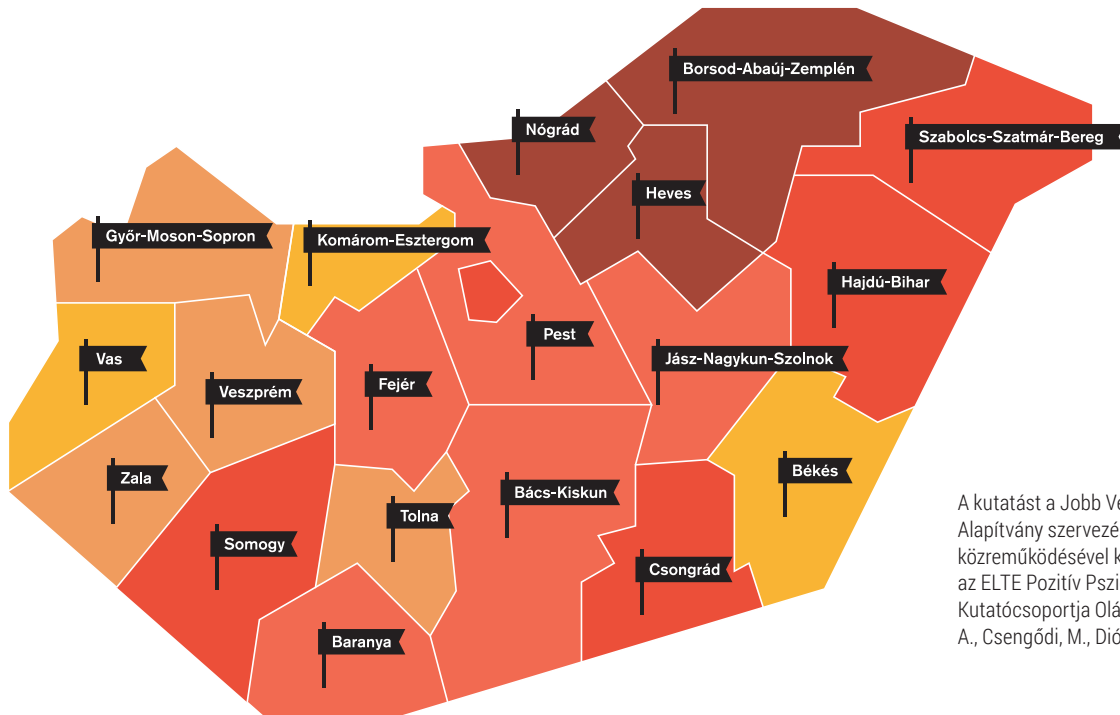
A BOLDOGSÁG A TELJES JÓLLÉT ÁLLAPOTÁVAL FÜGG ÖSSZE. AZ EMBER BIOLÓGIAI, PSZICHOLÓGIAI, SZOCIÁLIS ÉS SPIRITUÁLIS LÉNY, ÉS HA MINDEGYIK ASPEKTUSÁBAN JÓL MŰKÖDIK ÉS JÓL IS ÉRZI MAGÁT, BOLDOG.

Nyilván különböző életkorokban az egyes jóllét-komponensek másként alakulnak. Csak egy példa: a biológiai jóllét, amely a testi működésünk hatékonyságával és optimális állapotával van összefüggésben, az öregedés során már hanyatlást mutat. Létezik azonban a sikeres öregedés fogalma, ami azt jelenti, hogy az ember hatékonyan tud alkalmazkodni az életkorral együtt járó kihívásokhoz. Öregem is lehet boldog valaki, ha a fizikai problémákat jól tudja ellensúlyozni. Az idő múlásával ráadásul bizonyos területeken hatékonyabban működünk. Ha gyorsabban nem is futunk, legalább bölcsebbek vagyunk. Ennek is lehet örülni!

– A nemzeti boldogságszint felmérése milyen céllal történik?

– Egy átfogó ENSZ-kutatás keretén belül azt mértük itthon saját indikátorokkal, hogy milyen az emberek megküzdési kapacitása és boldogságteretemtő képessége. Ennek a kutatásnak csak járuléka a boldogságszint felmérése. Ma is vizsgáljuk, milyen tanult technikáink vannak a pozitív élményállapotok előállítására, fenntartására, fokozására, hisz ezek kellene ahhoz, hogy az ember a jóllét legmagasabb szintjére, a virágzás állapotába kerüljön. Ehhez fontos mutató, hogy milyen





A kutatást a Jobb Veled A Világ Alapítvány szervezésében és közreműködésével készítette az ELTE Pozitív Pszichológiai Kutatócsoportja Oláh, A., Vargha, A., Csengődi, M., Diósy, T. (2018)



gyakran tudjuk magunkat a flow-élmény állapotába hozni, vagyis olyan tevékenységeket választani, ahol az elvárás-hozzáértés optimális egyensúlyban van. Ha olyan feladatokat vállalunk, ahol az erősségeinkre van szükség, nagyobb az esély, hogy sikereket érjünk el. Mindeközben az erősségek felhasználása már önmagában is jutalmazó jellegű. Ha egyre jobbak vagyunk abban, amit csinálunk, átéljük a fejlődés élményét, gyarapszik a pszichológiai tőkénk.

EHHEZ SZÜKSÉGES, HOGY ELVÁLLALJUNK OLYAN CÉLOKAT, KIHÍVÁSOKAT, Ahol a KÉPESÉGEINK HATÁRÁN KELL MŰKÖDNI. Ha a megszkott szinten maradunk, NINCS MITŐL FEJLŐDNI, AZ ÉLETÜNK KÖNNYEN UNALMASSÁ VÁLIK.

A flow a humán működés egyik optimális módja, mert ilyenkor az ember idegrendszere sokkal kisebb igénybevételnek van kitéve. Nem erőlködik, nem izzad, hanem könnyedén, „áramlatban” csinálja, így nagyobb teljesítményt képes elérni.

– Az anyagiak számítanak valamit az optimális boldogságszint elérésében?

– A GDP-növekedés befolyásolja az összlakosság boldogságszintjét, de nem egyforma mértékben. Magyarországon vannak elmaradottabb régiók, ahol az anyagi gyarapodás jobban emeli a boldogságszintet, mint azt várnánk. Látni kell egy fontos összefüggést.

AZ ÉLETTEL VALÓ MEGELÉGEDETTSÉG ÉS A BOLDOSÁGSZINT EGY BIZONYOS PONTIG TART CSAK LÉPÉST AZ ANYAGI JÓLÉT NÖVELÉSÉVEL.

Az azonban fontos, hogy honnan indulunk: ott, ahol küzdenek a mindennapi betevőért, egy kisebb jólétemelkedés is erősen megemeli a szubjektív jóllét érzését. De egy idő után ez már nem hat. Az USA-ban korántsem nőtt annyit a jóllét általános szintje, mint amennyit a GDP. Minél magasabb az ember által elért életszínvonal, annál többet kíván.

– Az étellel való elégedettség ugyanaz, mint a boldogság?

– Előbbi azt mutatja, mennyire vagyok elégedett azzal, amit az élet eddig nyújtott. Az érzelmi jóllét, vagyis a boldogság nagyobb halmaz, két fő összetevője a pozitív és negatív élmények összessége, valamint az étellel való elégedettség. Érdekes látni az országok közti különbségeket. Például Dél-Amerikában vannak olyan államok, ahol az emberek általában elégedettek az életükkel, dacára annak, hogy GDP tekintetében nem állnak jól.

– A hazai felmérésből kiderül, hogy a nők boldogabbak, mint a férfiak. Mi ennek az oka?

– Az egyik, hogy a nők bátrabban számolnak be az érzelmeikről, és a lelki élményeik átélésében nagyobb mélységet és intenzitást mutatnak. A másik, hogy a nők az érzelmek szabályozásában is hatékonyabbak, mint a férfiak, így a negatív emóciók kezelésében, a konfliktusok elsimításában is. Elsősorban a gyereknevelésben szerzett tapasztalatok csiszolják ki ezt a képességet.

A NŐK HAJLAMOSABBAK A KELLEMES ÉRZÜLETEK MEGOSZTÁSÁRA, AMI EGYBEN A POZITÍV ÉRZELMEK FOKOZÁSÁNAK TECHNIKÁJA IS, HISZEN ÚJBÓL ÁTÉLHETIK, AMIKOR ELMONDJÁK, MILYEN JÓ DOLOG TÖRTÉNT VELÜK.

A nők szívesebben büszkélkednek a hozzátartozóik teljesítményével, eredményeivel, mint a férfiak, többet is lajkolnak. Mindez levezethető a gyerekvállalásra is. Öröm és gond a gyermek, de a törődés, a jövővel kapcsolatos tervezés és célállítás is pozitív élményt előállító mechanizmus. A gyermekekkel kapcsolatban megélt jó és rossz élmények aránya sokkal inkább a pozitív tartományba esik. A szeretet és a társas kötelék is boldogságot növelő tényezők. Mindennek a titka a kapcsolat.

– A diplomások és a vállalkozók is jobban állnak.

– A diplomával rendelkezők azért boldogabbak, mert a tudás megszerzése eleve pozitív állapotban történik. Minél több a tudásom, annál önállóbb vagyok a világban, és annál nagyobb a választási lehetőségem az élet kínálatából. És igen, a vállalkozók is boldogabbak, mert a maguk urai, nem rángatják őket. Összhatásában igaz, hogy aki nem kockáztat és nem visz felelősséget az életébe, az csak ül a langyos vízben, ami egy idő után frusztráló.

A kihívásorientált magatartás nagyobb esélyt ad a boldogságra. A vállalkozóknak sokkal nagyobb a rugalmas ellenállóképességük, mint azoknak, akik szabályozott körülmények között dolgoznak. Ráadásul a szabadidő megtervezésében is autonómiát élveznek, márpedig az ember boldogságához a pihenőidőben végzett tevékenységek nagymértékben hozzájárulnak. Az sem mind egy, hogy a szabadidőben végzett tevékenység során tudnak-e az emberek flow-val átítatott állapotba kerülni. A boldogság egy következmény, nem adják ingyen. Nem az az életcél, hogy boldog legyek, hanem az, hogy tudjam, mit akarok elérni, és ha elérem, attól boldog leszek.

– A listán élenjáró országok lakói tudhatnak valamit. Mi az, amit érdemes lenne ellesni tőlük?

– A finneknél, dánoknál speciális szavak léteznek arra az életmódra, amivel a boldogság elérhető. A dán „hygge” kifejezés otthonos melegséget, a társas kapcsolatok ápolását jelenti, a finneknél a „sisu” a mindenben felülkerekedő belső motivációt. A dánoknál a legmagasabb az adó, de ők az adót az életminőség áraként fizetik, az állam olyan intézkedésekre használja, amelyekkel állampolgárai jóllétéhez járul hozzá. A kormány iránti és az egymás felé forduló bizalom növelése, a korrupció felszámolása is boldogságtényezők.

JÓ LENNE, HA A GDP HELYETT AZ ÖSSZNEMZETI BOLDOSÁG LENNE MINDEN KORMÁNYZAT MÉRŐSZÁMA.

Ha nemcsak az számítana, hogy mennyit gyarapodtunk bizonyos gazdasági mutatókban, hanem az is, hogy a születéskor várható élettartam és az egészségben eltöltendő évek száma, valamint az emberek elégedettsége mennyivel növekedett. Fontos, hogy igazán szerethető életfeltételeket teremtsünk magunknak. Ehhez bizalom kell és összetartás. Izland azért nem bukott bele a nagy gazdasági válságba, mert nem a felelősöket kezdték keresni, hanem összefogtak és megoldották a problémát. Ha a lakosság pszichológiai immunrendszerét is erősítjük, az hozzájárulhat az egyes egyének boldogulásához. Ma már elérhető az ELTE PPK tudományos módszerein alapuló iskolai boldogságóra-program, amelyen keresztül a derű és az életszeretet kibontakoztatására tanítjuk a fiatalokat. De még egyszer a legfontosabb: a kutatások világszerte azt mutatják, mindent vissza lehet vezetni arra, hogy az emberek közötti kapcsolatok hogyan alakulnak. Ez a kulcsa mindennek! ♦





SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

A BÖLCSESSÉG SZERETETE

Vajon nekikezdünk még olyan cikkeknek, amelyek címében ott van a „bölcesség” szó? Vagy meghagyjuk a filozófusoknak, hogy a szó eredeti jelentése értelmében „szakmányban” szeressék a gondolkodást? A tudástársadalomban talán kevélységnek is tűnhet a bölcseiséget akarni – hát nem elég nekünk ennyi információ, nem tudunk már éppen eleget?!

◆ Rádadásul még csak most indul 2019 – rég megszoktuk, hogy 2-vel kezdődik az évszám, mint a nők személyi száma –, és nagy erőfeszítéssel kell gyűjtenünk a lelki muníciót is ahhoz, ami előttünk áll. És bár az asztrológusok szokásos fáradhatatlansággal „gyártják” az éves, heti vagy személyiségre vonatkozó horoszkópokat, jönnek az éves elszámoló csekkek a tavalyi fogyasztásunkról, az iskolákban készülődik a félévi bizonyítvány, a munkahelyeken új pénzügyi évbe lépünk – valami ennél jóval kiismerhetlenebb is közeledik. Ott gomolyog a közbeszédben, az ipari fejlesztésekben, a jövőre szóló stratégiákban.

NEVEZZÜK MESTERSÉGES INTELLIGENCIÁNAK (MI). AZ EMBER ÁLTAL TEREMTETT, ÚJ ROBOTLÉTFORMÁNAK.

A mértékadó tech-guruk és elemzők, de számos tudós is azt jósolja, rövidesen elkészül az az intelligencia (általános MI vagy szuperintelligencia), amely bármely fizikai anyagba töltve különbül tanul, hatékonyabban cselekszik és rugalmasabban változtat, mint az ember. Amit ma ebből látunk, az még csak a „gyenge” változat. Olyan jöhet 20 éven belül, amit fel sem tudunk ésszel érni. Ami megváltoztatja a munkaerő-szükségletet és helyzetünk dönt rólunk is. Ez a kilátás nemcsak ijesztő, hanem biztató is. Abban a tekintetben mindenképp, hogy újra lehet gondolni az ember szerepét a világban. Újra lehet értelmezni a tudást és a képességeket.

ÉS ITT JÖN KÉPBE ÚJRA, TÖBB EZER ÉV UTÁN, A BÖLCSESSÉG. AZ IGÉNY, HOGY ISMÉT AZ ÉLET NAGY KÉRDÉSEIVEL FOGLALKOZZUNK.

Az a képesség, amellyel felismerjük, mi szolgálhatja a magunk és mások életének jobbítását. Az egyensúly a logikus, érzelmi és morális gondolkodásunk között. A belső összefüggések értékelésének készsége, a jó megítélés bátorsága és lendülete. Bármilyen különös, létezik bölcseiségkutatás. Azt vizsgálja, mi az a kivételes emberi adottság, amely egyszerre érzékeny egy helyzet nüanszaira és képes általában is rátekinteni a történésekre. Azt vizsgálja, tanítható-e a bölcseiség.

Amikor erről beszéltem legutóbb egy konferencián, a hallgatóság, amely többnyire az akadémiai szféra szereplőiből állt, nagyon lelkes lett. Később azért sietett arra felhívni a figyelmemet, hogy a bölcseiség szó veszélyes: túl sok benne az érték.

Igazuk volt. Ha veszélyes, hát annál fontosabb.

HISZEN ÉPPEN AZ ÉRTÉKEK FELISMERÉSÉVEL ÉS VÁLLALÁSÁVAL KEZDŐDIK EL A BÖLCSESSÉG.

És, azt gondolom, az új év is. ◆



SZÖVEG –
SZABÓ EMESE

SOROZAT –
UTÁNAJÁRTUNK

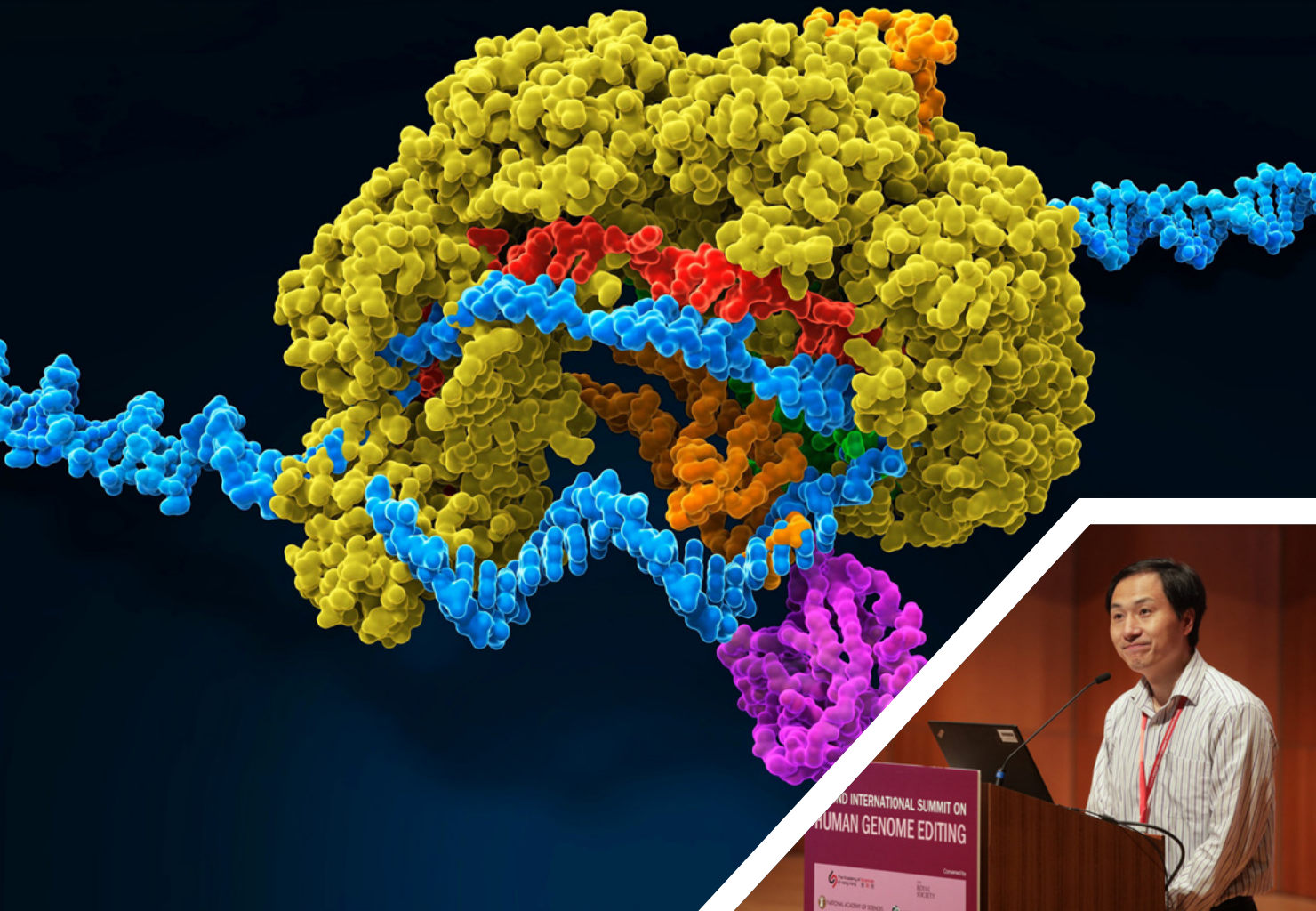
EGYELŐRE CÉLLÖVÖLDE A GÉNSZERKESZTÉS

A génterápia alkalmazhatósága már önmagában komoly vitákat kavart, a génszerkesztett ikerpár születéséről szóló tavalyi hír pedig végképp felborzolta a kedélyeket. Tudományos és etikai szempontból néztük meg, hogy mit jelentenek a történetek.

- ◆ Novemberben pattant ki a hír, amely szerint egy kínai tudós a CRISPR-rendszer alkalmazásával belenyúlt egy ikerpár génkészletébe. Az embriók génszerkesztése állítása szerint immunissá tette a HIV-pozitív apától származó gyerekeket az AIDS betegség vírusával szemben, arra ugyanakkor nincs garancia, hogy ez tényleg így van, illetve hogy a változás nem okoz egyéb nem várt hatást. A munka a tudományos közösségben óriási felháborodást váltott ki, a kutatótól saját egyeteme is elhatárolódott. Azóta kicsit csitultak a kedélyek, de a kérdés ma is ugyanaz.

„Bioetikai szempontból számos aggályt felvet a téma. Mindenekelőtt azt, hogy nem áll rendelkezésre annyi biztonságos információ, amivel garantálni lehet, hogy a beavatkozás segít elérni a kívánt célt és nem jár súlyos, előre nem látható következményekkel” – mondja Oberfrank Ferenc bioetikus. A Magyar Tudományos Akadémia Kísérleti Orvostudományi Kutatóintézetének ügyvezető igazgatója kiemeli, hogy a beavatkozás emiatt olyan kísérletnek minősül, amely ember esetében nem felel meg az általános bioetikai normáknak. Nem engedik meg sem az országok szabályozásai, sem a nemzetközi egyezmények. Az előírások az Európai Unión belül nagyon részletgazdagok, de az UNESCO vonatkozó egyezményei, illetve az Amerikai Egyesült Államok külön előírásai is szigorúak.





CRISPR-rendszer, illusztráció



He Jiankui kínai genetikus előadása. Sencsen, 2018. november 28.

ISTEN MEGENGEDNÉ?

A valláserkölcsi megközelítések különbözőek, ezek nagy része pedig aggályosnak vagy eleve megengedhetetlennek tartja az ilyen jellegű beavatkozásokat. Ennek oka, hogy ilyen esetben az ember úgymond Istent játszik. „Meglepő, de a katolikus egyház tanítása ezzel együtt sem az, hogy nem szabad ilyet csinálni, hanem az, hogy csak jó cél érdekében, és megfelelő tudás birtokában szabad ilyesmire vállalkozni. Isten ugyanis elvárja, hogy az ember a keze ügyébe akadó eszközökkel megpróbáljon jót tenni. A gond viszont itt is ugyanaz: mivel nem ismerjük megfelelően a rendszert, nem tudhatjuk, hogy a beavatkozással valóban jót teszünk-e, nem tudjuk, hogy az milyen hatással lesz az érintettekre, illetve az egész közösségre.

Hogy mi történik akkor, ha a gyerekek felnőnek, és családot alapítanak. Ekkor ugyanis egy mesterségesen módosított genetikai állományú szülőktől örökölnék majd módosított genetikai állományt a gyerekek. Ezek a gének újabb generációkba, ezáltal pedig a populációkba kerülhetnek be” – mondja a bioetikus. Kiemeli, hogy ennek lehet, hogy nincs kockázata, illetve olyan a kockázata, ami viselhető. Viszont nincs elég bizonyíték, hogy a rizikót kizárjuk. A magzatkori genetikai szerkesztés emiatt nem elfogadható. A másik veszély, hogy ez nem egyedi eset lesz – hiszen ez a beavatkozás sem volt közismert –, a módszert egyre többen alkalmazhatják egyre gyakrabban.

ALKOTNI VAGY GYÓGYÍTANI?

A CRISPR-rendszer alkalmazásának tudományos hátteréről dr. Boldogkői Zsolt molekuláris biológust, az MTA doktorát, a Szegei Tudományegyetem Orvosi Biológiai Intézetének igazgatóját kérdeztük meg. A professzor kiemelte, hogy a génmódosításra két elvi lehetőség áll rendelkezésre. A jelen esetben használt csírvonal-génterápiával a zigótát vagy az igen korai embriót lehet módosítani. Ennél a megoldásnál minden sejt tartalmazza a génszerkesztéssel elért genetikai változtatást, és az érintett örökíteni is tudja azt. Ez a megoldás ma a világon sehol sem engedélyezett. A másik lehetőség a szomatikus génterápia, amelynek során a felnőtt szervezet valamelyik szervében végeznek genetikai változtatást. Erre a technikára nagyjából 15 éve lehet engedélyeket szerezni, de csak klinikai tesztlésre. „Ennek során olyan genetikai korrekciót végzünk, ami betegségek gyógyítására ad lehetőséget. Feltétele, hogy az idegen gének nagy hatékonysággal jussanak be az érintett szerv sejtjeibe. Ez fontos, mert ha a beteg sejtnek csupán kis százalékát gyógyítjuk meg, az eredmény nem megfelelő” – magyarázza a professzor. A másik feladat, hogy az idegen gén stabilan legyen jelen a sejtekben. Erre képes a CRISPR-rendszer, amely közel 100 százalékos hatékonysággal építi be az idegen szekvenciákat a gazda DNS-be. Ilyenkor a génmódosulás az örökítő anyagba nem épül be, a változás nem öröklődik.

SEMMI SEM BIZTOS

A szomatikus sejtekkel kapcsolatos jelenlegi kutatási eredmények eléggé vegyesek: az egerekkel végzett tesztek jól sikerültek, a rágszálók egyik anyagcsere-betegségét például már sikerült a CRISPR-rendszer alkalmazásával gyógyítani. „A rágszálóknál a módszerrel tudtak koleszterinszintet is csökkenteni. Ennél a változásért felelős génszekvenciát nem vírusokkal, hanem nanorészecskékkel vitték be a sejtekbe, a beépítést viszont ugyanúgy a CRISPR-rendszer végezte. Már történtek humán kísérletek is, tavalyelőtt például olyan, amelynél a Hunter-szindrómát gyógyították ily módon. Ugyan nem a CRISPR-rendszerrel, de volt már olyan génterápiás beavatkozás is, amely a Parkinson-kór kezelését segítette” – mondja a professzor. Hozzáteszi, hogy ilyen kutatások egyelőre csak klinikai fázisban vannak, a gyakorlati alkalmazás még nem engedélyezett, csupán a technológia tesztelése. A módszer a jövőben alkalmas lehet olyan egyénes betegségek kezelésére, mint a tüdőt érintő cisztás fibrózis. Viszont a CRISPR-rendszer alkalmazását még finomítani kell, mivel a vizsgálatokból az látszik, hogy a DNS-ben nemcsak a kívánt változások mehetnek végbe, hanem egyéb, nem kívánt lókuszok is módosulhatnak, ami akár rákot is okozhat. ♦

MI IS A CRISPR?

A CRISPR-rendszer valamelyest hasonlít az immunrendszerhez, eredetileg baktériumok alkalmazzák vírusellenes stratégiaként. Eredménye az, hogy az egysejtű mikroorganizmusok képesek elvágni az őket megtámadó vírusok (bakteriofágok) DNS-ét. A folyamat megértéséhez tudni kell, hogy amikor a bakteriofág megfertőzi a baktériumsejtet, akkor az azt megvágja, bizonyos DNS-darabkát pedig beépíti saját DNS-ének egy speciális szegmensébe. Ez az úgynevezett CRISPR-lókusz. A beépített részből transzkripció (átírás) során képződik a CRISPR RNS, ami már két részből áll. Az egyik része felismeri a bakteriofág DNS-ét, a másik része pedig az annak DNS-ét elvágni képes Cas9 enzimet köti meg. A molekuláris biológusok ezt a mechanizmust tudják használni, képesek ugyanis olyanná alakítani, hogy alkalmas legyen a DNS-ben egy hibás gén azonosítására, és akár arra is, hogy segítségével be lehessen építeni egy idegen gént. Ezt az teszi lehetővé, hogy a sejtekbe bejuttatott RNS-szekvencia odakapcsolódik a DNS megfelelő lókuszához, majd odavonzza a Cas9-et, ami a gazda DNS-t a szekvenciák mögött elvágja. A vágás miatt beindulnak a hibajavító mechanizmusok, aminek eredményeként a DNS szabad végei kijavítódnak. Ha ezen a ponton a rendszerhez idegen DNS-szekvenciákat adnak, akkor azok beépülhetnek az adott régióba, ezáltal pedig kicserélhető lehet egy hibás gén. Ez a rendszer tehát alkalmazható idegen gének bevitelére, de akár egyetlen nukleotidot is ki lehet vele cserélni. Emiatt lehet a módszernek komoly szerepe a génterápiában. Nem a CRISPR-rendszer az első, amelynek működését baktériumoktól lesték el a kutatók, ilyenek a '70-es években felfedezett – szintén a baktériumok vírusellenes védekezését segítő – restrikciós enzimek is. Ezek a DNS-ben rövid, tipikusan 6 bázisos szakaszokat, úgynevezett palindrom szekvenciákat ismernek fel, majd vágnak kettő vagy több részre, ezáltal működésképtelenné téve a vírust. A módszer a baktérium örökítőanyagában nem tesz kárt, az ugyanis saját szekvenciáira olyan metilcsoportokat tesz, ami miatt a restrikciós enzim nem képes megemészteni. Emiatt van az, hogy az enzim kizárólag a bakteriofágokat semlegesíti. A restrikciós enzimeket ma már gyakran alkalmazzák a molekuláris biológusok, azok a génszerkesztés alapvető eszközeivé váltak.



KÉPMÁS-EST CSALÁD ÉS MŰVÉSZET

HELYSZÍN: VÁRKERT BAZÁR, RENDEZVÉNYTEREM



Almási Kitti

Mihalec Gábor

ANYA ÉS APA VAGY TE MEG ÉN?

Hogyan tűnhet el a családi élet és a házasság öröme a hétköznapokból? Milyen lehetőségeket és veszélyeket tartogat a házasság számára a kisgyerekes lét?

Kire számíthatunk, hogy megtartsuk a párunkat és önmagunkat?

Filmvetítés: **EGY NAP**, Rendező: Szilágyi Zsófia
Vendégek: **Almási Kitti** klinikai szakpszichológus
és **Mihalec Gábor** pár- és családterapeuta.
Moderátor: **Szám Kati**, a Képmás főszerkesztője

Időpont:

2019.
01.21.
HÉTFŐ

18 ÓRA



A RENDEZVÉNYEN VALÓ RÉSZVÉTEL ELŐZETES VAGY
HELYSZÍNI REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT. BELÉPŐ EGY KÉPMÁS
MAGAZIN, AMELY A HELYSZÍNYEN IS MEGVÁSÁROLHATÓ.

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ +36/1/3651414
SZERKESZTOSEG@KEPMAS.HU

RENDEZŐ:



KÖZREMŰKÖDŐ:



TÁMOGATÓ:



JÓSZOLGÁLAT
díj | 2019

A CSELEKVÉS DÍJA



KI LEGYEN AZ ÉV ÖNKÉNTESE ÉS CIVIL KÖZÖSSÉGE? DÖNTSD EL TE!

JÓSZOLGÁLAT-DÍJ KÖZÖNSÉGSZAVAZÁS
2019. JANUÁR 21. ÉS FEBRUÁR 1. KÖZÖTT
A DÍJ FACEBOOK OLDALÁN!

KÖVESS MINKET!

WWW.JOSZOLGALATDIJ.HU
FACEBOOK.COM/JOSZOLGALATDIJ



SZÖVEG –
PÁCZAI TAMÁS

SOROZAT –
VILÁG-KÉP

CSIPKERÓZSIKÁK

Különös betegségről tudósít **Magnus Wennmann** 2017 márciusában készült fényképe. A kórházban fekvő *Djeneta* (jobb oldalon) akkor már két és fél éve nem reagált a külvilág ingereire, képtelen volt önállóan enni és inni, mellette fekvő húga pedig fél éve mutatott megegyező tüneteket. A kómaszerű állapotot közel két évtizede fedezték fel, és érdekessége, hogy szinte kizárólag Svédországban élő menekült családok 7–19 éves korú gyermekeit érinti, újabban viszont Ausztráliából, a Nauru szigetén működtetett menekülttáborból is jelentettek hasonló eseteket.

◆ Az úgynevezett rezignációs szindróma kialakulásának okait még nem tudták megfejtetni az orvosok. A BBC riportjában megszólaltatott Karl Sallin gyermekorvos külön kitért arra, hogy az 1998-ban, Észak-Svédországban regisztrált első megbetegedés óta kiderült: a kór a menekültek közül is csak a volt szovjet tagköztársaságokból és a Balkánról érkező, gyakran roma családokat érinti, újabban pedig a jazidi közösség (szír vallási kisebbség) tagjait. „Egyetlen esetet sem fedeztünk eddig fel afrikai vagy ázsiai származású menekülteknél, az okokat illetően homályban tapogatózunk” – mondja Sallin.

Nem tisztázott a betegség kiváltó oka sem. Az eddig regisztrált több száz eset nagy része összefüggött a menekültstátusz bizonytalanságával, sok gyermek az után esett kómába, hogy a család értesült kérelmük elutasításáról. Élénken foglalkoztatta a svéd közéletet a különös betegség, többen szimulálásra gyanakodtak vagy a szülőket gyanúsították, hogy megmérgezték a gyerekeket a pozitív elbírálás érdekében. Azóta egyetlen ilyen gyanút sem igazoltak, a kutatások pedig megállapították, hogy a kiváltó ok elsősorban a migrációs folyamat során átélt trauma lehet, amelynek hatására a gyerek elveszti a bizalmát a szülők felé. „Az átélt erőszak, éhezés, menekülés hatására a kis világuk darabokra törik, és azt érzik, hogy »anyu nem tud rám vigyázni«. Feladják a reményt, mert

pontosan tudják, hogy életük a szülei kezében van” – mondta a BBC-nek Annica Carlshamre szociális munkás.

A Solsidan gyermekotthonban kollégáival ezért a rezignációs szindrómás gyerekeket teljesen elválasztják a szüleiktől, majd úgy foglalkoznak velük, mint az egészséges gyerekekkel. „Mindennap felkeltjük, felöltöztetjük őket, kivisszük őket játszani, akkor is, ha nem reagálnak semmire. A legtöbbjük pár nap után már mutat apró életjeleket. A szülőket folyamatosan tájékoztatjuk telefonon az állapotukról, de csak akkor találkozhatnak újra, amikor a szakembereink úgy látják, hogy teljesen visszaépült a gyerekek személyisége; ez gyakran hónapokig tartó folyamat.”

A *The New Yorker* is terjedelmes riportban foglalkozott a témával, ők mutatták be a Koszovóból menekült Djeneta és húga történetét. Rachel Aviv, a cikk szerzője a betegséget ahhoz hasonlította, amikor az Egyesült Államok médiájában nagy hangsúlyt kapott a vékony testalkat, és ezzel párhuzamosan hirtelen megemelkedett az anorexiás megbetegedések köre.

A *The New Yorker* megbízásából dolgozó svéd Magnus Wennmann fotós portréját a World Press Photo pályázaton díjazták a portré kategória első helyével. A fotóriporter szakma legnagyobb elismerésére 2019. január 8-ig pályázhatnak a fotóriporterek, az első eredményeket február 20-án közlik a szervezők; www.worldpressphoto.org. ◆

Kép: World Press Photo / Magnus Wennmann



