

hogya ha százszor ennyi pénz lenne a gyermekvédelmi rendszerben, akkor százszor jobb minőségű lenne az ellátás, de vannak olyan hiányok, amelyek megoldhatók lennének a plusz források megléte esetén, és ezek jelentősen fokozhatnák mind az ellátás, mind a családgondozás minőségét, hatékonyságát is.

Utolsóként a minőséget befolyásoló tényezőként az etikai szabályokat említeném:

A felmérésben 73 családgondozóból 71 igennel válaszolt arra a kérdésre, hogy a munka minősége szempontjából fontosak-e az etikai szabályok.

A családgondozás során alkalmazott módszerek, technikák tekintetében számos eltérés lehet a problémák jellegétől, a kliens személyiségétől, aktivitásától vagy más egyéb változótól függően. Egy dolognak azonban minden segítő folyamatban azonosnak kell lenni, mégpedig annak, hogy minden körülmények között betartjuk az etikai normákat. A minőség szempontjából az etikai szabályok döntő jelentőségűek, ezek függetlenek az esetek, kliensek, módszerek vagy technikák sokszínűségétől.

Minden esetben figyelembe kell venni azokat az etikai normákat, szabályokat, amelyek bár egy képzeletbeli, mégis éles határvonalat húznak meg a családgondozó számára a munka során. Ennek a határvonalnak az átlépése semmilyen körülmények között nem történhet meg, még akkor sem, ha sokszor úgy látszik, korlátozza a cél elérésében a családgondozót. Talán itt érthető meg legjobban, hogy mi a különbség az eredményes és a minőségi családgondozás fogalma között. A minőségi gondozás fogalmában benne van a gyakran emlegetett alapszabály mondanivalója: A cél nem szentesítheti az eszközt. Sikert sokféle módon el lehet érni, de minőséget csak akkor, ha figyelembe vesszük a ránk vonatkozó etikai szabályokat.

Végül, ha egy mondatban kellene meghatározni azt, hogy mi is a minőségi gondozás, akkor azt mondanám, hogy egy olyan, az adott esethez és a lehetőségekhez képest hatékony segítő folyamat, amelyben a segítő is és a kliens is jól érzi magát, és központjában mindig a kliens érdeke áll.

Biró Dániel

A kamaszok elviselésének művészete

A kamaszkor viharos, mély és intenzív érzelmekkel teli időszak. Ahogyan a népmesék főhősei is próbatételeken át haladnak a vándorúton, szülőknek és gyerekeknek egyaránt próbatétel ez a pár év, de túljutva rajta, mindegyikük személyisége gazdagodik.

„A kamaszban egy készülő felnőtt és egy búcsúzó gyermek küzd egymással” – írja Vikár György Az ifjúkor válságai című könyvében, amely kitűnő leírását adja a kamaszkor lélektani sajátosságainak. Elszakadás, leválás, úton levés, az új keresése, majd a rátalálás öröme, küzdelemmel teli változás, a kamaszkor mindent átható dinamikus mozgása, amely reménytelen alkalmazkodást igényel kamasztól, felnőttől egyaránt. A változáshoz való alkalmazkodás művészet.

■ JÁRATLAN ÚT

Művészet, mert kreatív, szokatlan egyéni megoldásokat igényel, a régi jól bevált sutba dobható, sokszor nem segít. Mikor otthon átrendezzük szobánkat, lakásunkat, sokszor napokig téblábolunk, tanácstalanul keressük nem talált tárgyainkat, dühösek, kétségbeesettek szomorúak, leverték vagyunk, máskor jókedvűen örülünk az új dolgoknak, nem győzünk betelni a változás csodájával, aztán hibát találunk, kritikusan szemléljük a megváltozott rendet, csalódottan vágyunk a régre, majd lassan megszokjuk és alkalmazkodunk az újhoz, s kezdjük jól érezni magunkat átrendezett otthonunkban. Szobánkban órákig, kamaszkorunkban több évig is tarthat az átrendeződés folyamata, s mire rend lesz, jó esetben felnövünk, s ki halványabb, ki intenzívebb emlékeiben őrzi még a változás éveit. S mire gyermekeinkkel újból végigjárjuk az általunk már megtett, ismerősnek vélt utat, jövünk rá arra, hogy újra kezdve, szülőként olykor rémisztő, aggódó, kétségbeesett, dühös, máskor örömteli, bizakodó, lelkes, büszke érzéseket élünk át óráról órára változva, függve és kölcsönösen kiszolgáltatva kamasz gyermekünk viharosan változó lelki világának, s sokszor csak sötétben tapogatózunk, mikor keressük a gyermekünk felé vezető utat.

Pár hete egy kedves ismerősöm mesélt éppen gimnáziumot kezdő kamaszlányáról, aki, hogy az első nap fantasztikus élményeit rögtön megoszthassa vele, a munkahelyén hívta fel, s kitörő örömmel újságolta iskolai kalandjait. Ahogy ismerősöm mesélte, csak úgy áradt lányából a jókedv s a vidámság, ő maga alig várta, hogy személyesen osztozzon lánya örömeiben. Az anya két órával később, otthonukban, szótlánul, csendben, magába zárkózva találta lányát, összekuporodva, arcát kezébe temetve, a kanapén. Óvatos, tapintatos kérdéseire a lány ingerülten, sírásba hajló hangon válaszolt, panasolta sérelmeit, visszavágyik régi iskolájába, volt osztálytársaira emlékezett. Az anya kezdeti aggodalmán, kétségbeesésén túljutva együtt érzően hallgatta s várta ki, míg lánya megnyugszik.

Mi is történt?

Anna Freud a serdülőkort a gyászhoz hasonlítja, amikor is végleg búcsút kell venni kisgyerekkori kötődéseinktől, s el kell indulni az önállósulás útján. Minden elválás bánattal, szomorúsággal jár, még ha új perspektívákat is rejt magában. A fenti történetben mintha szimbolikusan ez jelenne meg: az új iránt érzett örömteli és a régi elvesztését kísérő fájdalmas érzések egy-



más között dúló viharos harca, mely kamaszt és környezetét egyaránt megviseli.

Makacs, elszánt, bizakodó küzdelemmel teli időszak ez. Az érett szexualitás kialakulása, a saját testhez való viszonyulás megváltozásának időszaka, amikor a serdülő szüleihez fűződő kapcsolata megváltozik, ösztönkésztetései új tárgyat keresve a külvilág felé fordítják érdeklődését. Egészségesen fejlődve érzelmi kötődése a serdülőnek fokozatosan a családon kívülre helyeződik, partnert, csoportot, példaképet választ, s azonosulási mintáin keresztül fokozatosan készülni kénytelen a felnőtt szerep vállalására.

Ericson szerint az ifjúkor feladata, hogy beléphessen egy intim kapcsolatba, önálló énje elvesztésének félelme nélkül.

Belépni azonban egy újba csak úgy lehet, ha megőrizve magunk mögött tudjuk a régi biztatását, most már más minőségben és távolságban.

Ahogy Vikár György fogalmaz, a serdülő akkor tud könnyebben leválni családjáról, társat keresni, ha az otthon megbízható érzelmi támaszt nyújt.

Igen ám, de visszatérve hasonlatunkhoz, mikor átrendezzük szobánkat, s régi helyükön hült helyét találjuk a megszokottnak, bizony ugyanígy járunk kamaszgyermekünkkel, akit a változás hevében mintha kicseréltek volna. Oly gyors és hirtelen jött változás ez, amely néha kérdőjelet rak a normalitás mögé. Szülő legyen a talpán, aki zökkenőmentesen alkalmazkodni képes a megváltozotthoz, s gyermek, aki nyomon követni és megérteni képes saját s arra reflektáló, őt „kísérő” szülei belső lelkiállapotának hullámzását. A másik változásához való alkalmazkodást is változás kíséri: a szülők – személyiségük rugalmasságához mérten – képesek változtatni gyermekükhöz való odafordulásuk minőségén. Jó esetben azt nyújtják, amire gyermekeiknek éppen szüksége van, az éppen igényelt távolság mentén közeledni és távolodni is engedik. Olyan ez, mint amikor a másfél éves gyermek jó messzire elszalad édesanyjától, hogy újra és újra átélje a megtalálás és egymásra találás örömét. Azok a gyerekek tudnak belefeledkezni a játék örömeibe, bármilyen messze is szaladnak, akik maguk mögött tudva szülei biztatását biztonsággal tapasztalják, hogy őket mindig visszavárják. Ez csak a szülői bizalom esetén lehetséges, akik bátrak elengedni a gyereket, mert hiszik, hogy visszatér. Így van ez a kamaszokkal is.

■ BIZALOM, KÉTSÉGEK

A 14 éves Kati szülei elbizonytalanodva keresnek fel. Remélik, nincs baj, odafigyelő szülőként mégis biztosak szeretnének lenni dolgukban, konzultálni kívánnak gyermekükről. Lányukkal való eddigi jó kapcsolatuk mintha megtört volna, a gyerek kedves nyitottsága olykor pimasz dacba csap át, türelmét ingerültség, jó kedvét szomorúság váltogatja, olykor az élet értelmét latolgatja, megrovó, számon kérő kritikáját fennen hangoztatja. Napok telnek el, arcán ismét a régi, kedves mosoly, olykor szülei ölébe bújik, s mire az idill újra helyreállna, az egész kezdődik előlről. Kati jól tanul, van barátja, társaságba eljár, bizalmával máig is sokszor megajándékozza szüleit, sokszor órákon keresztül cserélnek gondolatot, aztán minden megszakad, idővel újból folytatódik.

Kati szorosan kötődik szüleihez, bizalommal teli, elfogadó

kapcsolatukban fejlődése zökkenőmentesen zajlott. A szülők jelzése szerint baj most sincs, mégis eddigi töretlen bizalmuk helyébe kétségek férkőztek. Ahogy beszélgetünk, aggodalmuk elsősorban belső bizonytalanságukban fogalmazódik meg. „Eddigi töretlen szeretetüket kísérő időnkénti haragjuk és számonkérésük nem távolítja-e el tőlük a lányukat még jobban?”

Ahogy Vikár írja, a serdülő eltávolodása szüleitől épp azt jelzi gyakran, hogy erősen küzdenie kell irántuk érzett szeretetével, ami leválását nehezíti, patológiás esetben gátolja. Az anyai gondoskodás elleni küzdelemben valójában saját gyermeki kötődés iránti vágyai ellen küzd, amely kívánná még a gondoskodást. Az olykor rémisztőnek tűnő indulatok, érzelmi-hangulati hullámzások, viselkedés- és szokásváltozások olykor önmaguk nagyzásos túlértékelése, majd önbizalomhiánya, környezetének, szüleinek deidealizálása, becsmérése, új eszmékért, személyekért való felfokozott lelkesedése, aszketizmusa még ha sokszor oly ijesztőek is, a normál fejlődés egészséges velejárói, sokszor épp ezek hiánya jelez problémát.

Min múlnak a dolgok? Sok mindenben, sokszor a szerencse és véletlen összjátékán, egy azonban bizonyos. Mire gyermekünk kamaszkorához érünk, mint a szorgalmas méhecske, felhalmozott érzelmi tartalékainkból meríthetünk többnyire, amely a korai kötődés stabilitásának mértékén múlik leginkább. Ez az a közös tartalék, amely a leválás lehetőségét biztosítja a kamasznak a visszatérés reményével.

Mint már említettük, Anna Freud a gyászhoz hasonlítja a serdülőkort, tehát a serdülőnek búcsút kell mondania gyerekkori kötődéseinek/búcsút kell vennie gyerekkori kötődéseitől. Gyászol a szülő is, hiszen neki is más távolságba kell tudni engedni gyermekét, tudomásul kell vennie, hogy gondoskodására más minőségben van ezután szükség. Verena Kast a gyászmunkának négy (időbeni) szakaszát különíti el. Az első szakaszban nem kívánjuk tudomásul venni a veszteséget, mintha nem is lenne. A második szakaszban az érzelmek sokszínűségének feltörésével találkozunk, harag, félelem, nyugtalanság, düh, öröm kiszámíthatatlanul megjelenve követik egymást. A harmadik szakaszban megkezdődik a külvilág felé fordulás, majd a veszteség elfogadásával zárul a negyedik szakasz. Ideérve túljutottunk a serdülőkoron, a szülő és a gyerek részéről is megtörtént a leválás.

Klinikai tapasztalataim szerint a kamasz személyiségváltozása lendületes mozgásba hozza szülei lelki struktúráját, s az összehangolt mozgás harmóniája vagy éppen disszonanciája erősen hat a kamaszkor alakulására. Mint amikor egy zenemű megszólalásakor kevésbé vájtfülként is halljuk a tiszta dallamot vagy éppen azt, mikor nem eléggé összehangolt a zenekar.

■ EGY KLINIKAI PÉLDA

Zsófi szülei rendkívül zaklatottan keresnek fel, hasonlóan, mint Kati szülei, elbizonytalanodtak. Nagy különbség azonban, hogy míg Kati szülei azt remélik, nincs baj, ebben szeretnének bizonyosak lenni, Zsófi szülei már találkozásunkkor biztosak a megváltoztathatatlanban, lányuk rossz útra tért, s ez már így is marad. Árad belőlük a düh, elutasítóan becsmérlik 13 éves lányukat, aki visszaélt bizalmukkal, megkeseríti egész családjuk életét. Amíg Kati szülei bizakodtak, hogy átmenetiek a nehézségek, addig Zsófi szülei lemondóak, lányukkal kapcsolatos jövő-



képük félelemmel teli, attól tartanak, elzúllik. S hogy ezt elkerüljék, segítségként/büntetésként intézetbe adását fontolgatják. Fontosnak tartom itt megemlíteni, hogy a kamaszok elviselésének művészetében sokszor nem megkerülhető a szülők részéről saját kamaszkorukkal való néha fájdalmas találkozás. Az emlékezés, megértés, átdolgozás és elfogadás mentén, érzelmi jelenésében jó eséllyel módosulhat a múlt üzenete, általa a szülő, gyermekével való kapcsolata új lendületet kaphat.

Hogy ezt érzékeltessem, kiemelek egy lényeges dinamikai szálát Zsófiék családi történetéből.

Zsófi édesanyja éppen abban a korban, amibe most lánya ért, 13 évesen vesztette el saját édesanyját, annak hosszan tartó betegségét követően. Mivel apja kiszámíthatatlan, felelőtlen életet élt, alkalmatlannak bizonyult lánya nevelésére, így Zsófi édesanyja 13 évesen intézetbe került. Élete rendben alakult, szakmát, párt választott, házasságában boldognak nem mondhatóan, ám szép csendben élt. Férje saját apjához hasonló, ám jóval szeretetre méltóbb tulajdonságaival (még annak napi jelentősebb alkoholszükséglete dacára is) megbékélt, a vele való konfliktusokat nagy erőfeszítések árán távolról kerülte. Zsófi-val való törődésük volt kapcsolatukban az összetartó erő, szinte mindent egy lapra tettek: Zsófi-ból zenészt akartak faragni. Ahogy annak idején az édesanya, Zsófi is klarinétozni tanult, pályája elején reménytelen kezdte kibontakoztatni egyúttal édesanyja tehetségét is, ki zenei tanulmányait az intézetbe kerülésekor kénytelen volt abbahagyni. A családi problémák Zsófi bejelentésével vették kezdetét: érdeklődés híján abbahagyni kívánja a zenélést. Elképzelése megvalósításában Zsófi falakba ütközött, édesanyja ragaszkodott hozzá, hogy lánya folytassa zenei tanulmányait. Hetek teltek el, mire kiderült, a látszatbékesség képmutatás árán hazugsággal tartható fenn, a zeneórák idejét Zsófi az utcán barátaival töltötte el. Az eltitkolt valóság lelepleződésének a zenetanárnő érdeklődő telefonhívása vetett véget.

Ez után kerestek meg a szülők.

Lélektani törvényszerűség, hogy egy feldolgozatlan emlékhöz társuló érzést életre kelthet egy, a régmúltot idéző történés. A félbehagyott zenélés az anya tudattalanjában saját anyja elvesztésével kapcsolódott össze. Anyja halálával kapcsolatos fájdalmak, szorongások újraélése ellen védekezett, mikor megtil-

totta lányának, hogy abbahagyja a zenélést. Veszteségei feldolgozása segítették az anyát, hogy bátrabban támogassa lánya önállósodási törekvéseit.

Chaim Potok gyönyörű könyvében *A kiválasztottban* szívbe markoló közelségébe kerülünk a kamaszkorú, ortodox zsidó családban felnövő fiú, Daniel belső lelki küzdelmének, identitásváltságának. Neveltetése és rabbi apja akarata ellenére szakítani kíván családjá évszázados cadik hagyományaival, s ezzel talán végleg elvesztve apja jóindulatú támogatását, világi útra készül. Potoknál Daniel barátjának apja, hasonlóan Babits Mihály *Timár Virgil fiához*, a szellemi atya, a tanító a családon kívüli azonosítási minta, azaz átmeneti külső és belső támasza a belső lelki és szellemi ellentmondással küzdő kamasz fiúnak. Daniel vallásos apja így fogalmaz: „A Világegyetem ura irányított mindkettőtöket a fiamhoz. Akkor, amikor a fiam készen állt a lázadásra, azért küldött titeket, hogy meghallgassátok a fiam szavát.”

„Carpe diem, élj a mának, ragadd meg a napot” lelkesíti önálló gondolkodásra tanítványait John Keaton a Welton Akadémia angol irodalom tanára a Holt költők társaságában.

„Szakítsd a rózsá bimbáját

Élvezd, amit a perc ad

A virág ma mosolyog Rád

Holnap már holttá hervad”

Teret és támaszt kapva érdeklődése, tehetsége, virágzó szexualitása kibontakoztatásához, teli életerővel, az egész világot is meghódítani kész szinte minden kamasz.

Bízgatásul: nincs család, ahol probléma- és izgalommentesen telnek el a gyermek kamasz évei. A szülők egyezkedési- és kompromisszumra való készsége, humorérzéke, töretlen bizalma a gyerekekben, megőrzött önbizalma és kitartása lehet segítségére ebben az időnként elbizonytalanodott időszakban, a kamasz gyereket nevelő családnak.

Korbuly Ágnes

■ IRODALOMJEGYZÉK

Freud, A.: *Az én és az elhárító mechanizmusok. Párbeszéd könyvek, 1994.*

Luszt I.: *Serdülők terápiája. in.: A pszichoterápia tankönyve. (445-460 o.)*

Szerk.: Szőnyi G., Fűredi J. *Medicina, 2000.*

Verena K.: *A gyász. Budapest, Park könyvkiadó, 1999.*

Vikár Gy.: *Az ifjúkor válságai. Budapest, Animula, 1999.*

Polcz Alaine: Egész lényeddel

„Barátaim a bölények. Csapásaik a pusztán nyílegyenesek, mint a kifeszített kötél, száz meg száz egymás mellett. Hóviharban, ha az ügy reménytelen,

nem trappolnak tovább ész nélkül, összeesésig; megállnak, megvárják amíg ellepi őket a hó.”
(Mészöly Miklós: *Érintések*)

Miért is venné a kezébe a kikapcsolódásra vágyó ezt a garantáltan mélyvíznek számító olvasmányt, amikor nyilvánvaló, hogy a könyv témája mellett eltörpül a szimpla kíváncsiság és keveset nyom a latban az érdeklődés? Bár az ismert pszichológus író így vezeti be: „A szerelemről írok könyvet. Közel egy évszázada nézem és élem, a betegeim és a haldoklók küzdelmeiben is követem, hogyan szötte át életüket a szerelem. Mit is je-

lent a szerelem? Mi a szerelem? (Nekik és nekem.)” A megrázóan őszinte sorok és naplójegyzetek olyan rétegeit tárják fel egy több mint fél évszázados házastársi kapcsolatnak, ahová hétköznapi tapasztalataink során a saját életünkben is igen ritkán látunk, míg mások életének ilyen mélységeibe szinte sohasem nyerhetünk bepillantást.

Miklós, ha valamit írt vagy gondolt, gyakran elmondta, felol-