

INTERJÚ



drogkutató
intézet


KUCSERA GÁBOR: MINDIG VAN TOVÁBB!

TÓTH ENIKÓ

Intézetünk már többször foglalkozott a sport lehetséges prevenciós hatásaival, melyről idén folyóiratunkban több írás is megjelent, valamint esemény keretében Gera Zoltán válogatott magyar futballistával is beszélgettünk arról, hogy neki hogyan volt segítségére a sport élete mélypontján. Ennek a témának viszont van még egy aspektusa: Mi történik, ha az élsport válik a szerfogyasztás okává? Túl magas elvárások, magány, kudarcok. Kucsera Gábor világbajnok kajakozóval, olimpikonnal készítettünk interjút, akinek pályafutása végét jelentette a vizeletében talált kokain. Bár az ezt követő időszakban mélypontot élt át, mégis sikerült újrakezdenie és újra felépítenie az életét. Hogyan alakult az ide vezető hosszú út? Mit jelentett neki a sport? Miből merített erőt, hogy új vizekre evezzen? Erről mesél nekünk.

Hogyan indult a sportkarriered? Milyen szerepet töltött be gyerekkorodban a sport?

Elég örökmozgó gyerek voltam és már általános iskolában is sporttagozatra jártam, illetve szerintem 4-5 éves lehettem, amikor a szüleim már levittek úszni a Margit-szigetre. Családi, vasárnapi program volt. Így indult a sportolói pályafutás, aztán az iskolában, mivel sport-tagozatos voltam, elég sok sportot ki kellett próbálni, (...) állandóan versenyről versenyre jártunk,



úgyhogy már gyerekként megtapasztaltam milyen versenyezni és ez mindig magával ragadott. Imádtam a téthelyzeteket, izgulós srác voltam, de ez a jó izgalom volt. Tudtam, ha nem izgulok verseny előtt akkor ott baj van, akkor nem fog sikerülni. Úgyhogy így indult. Kosárlabdáztam, vízilabdáztam és kajakoztam, ezt a hármat egyszerre és egy idő után az edzőim szóltak, hogy dönteni kell, hogy mit csináljak, mert ez így nem fog beleférni, ezt a szüleim is így gondolták. A kosárlabdát gyorsan elvettem, mivel gyerekként is azt néztem, hogy mi az a sportág, amiben nemzetközi szinten is sikeres tudok lenni, a kosárlabda azért nem ehhez a sportághoz tartozott abban az időben, így maradt a vízilabda meg a kajak, végül a kajak mellett tettem le a voksomat.

Gyermekkorban kiemelten fontos, hogy a szülők saját életükkel is példát mutassanak a gyerekeknek, hogy a jó szokásaikba bevezessék őket. A sport és a mozgás önmagában is örömforrás, valamint remek megküzdési stratégia lehet válsághelyzetben. Segít a feszültség levezetésében, a rendszeressége megtartó erővel bír a hétköznapokban, ad egyfajta ritmust az embernek. A csapatsportok során pedig fejlődik az empátia, a gyermek egy csapat tagjaként érzékeli magát, akikkel vállvetve egy kitűzött cél felé haladhat. Krízisek esetén - mint például az otthoni, vagy az iskolai nehézségek – támaszt nyújthat számukra ez a közeg, valamint segít megtapasztalni, hogy valamiben, mindentől függetlenül, vagy éppen minden ellenére, sikert képes elérni, így növekszik az énhatékonyság érzése. A szülő felelőssége, hogy minél több lehetőséget teremtsen arra, hogy a gyermek megtalálhassa azt az utat (sportágat, vagy akár művészeti tevékenységet), amiben örömet lelheti.

Mikor kezdődött az élsport számodra, hol szerepeltél először nemzetközi versenyen?

Számomra már ahogy elkezdtem, egyből élsport lett. Ősszel kezdtem a pályafutásomat a Margit-szigeten, az építőben kezdtem el kajakozni és következő évben már versenyem volt. Olyan kicsi voltam, hogy nem volt korosztályom ezért az idősebbek között indultam és ott sikerült nyernem. Onnantól kezdve teljesen magába szippantott a kajak, a víz, a természet szeretete és ott eldőlt, hogy én kajakozni fogok. Az első nemzetközi versenyem serdülő koromban az EU-RV volt Pozsonyba mentünk éppen. Az előző években az idősebbek között is végig nyertem, csak nagyon rosszak voltunk és az edző azt mondta, hogy nem fog kivinni minket, ha így viselkedünk. Aztán amikor kijuthattam volna, nyáron eltörtem a kezemet, úgyhogy akkor meg azért nem tudtunk menni. A rá következő évre pedig összejött a lehetőség és akkor ott, serdülőkoromban volt ez az első nemzetközi versenyem.

Serdülő korban a fiataloknál előtérbe kerülnek a kortárs közösségek, a baráti, társas összejövetelek. Már nem a tekintélyi személyhez tudnak könnyebben kapcsolódni, hanem a saját korosztályokhoz. Emiatt gyakran előfordul, hogy korábbi – egyébként sikeres – tevékenységeik háttérbe szorulnak, vagy azokat teljesen leépítik, hogy ne nyomja a vállukat a felelősség és a kötelesség terhe. Ilyenkor a szülők részéről fontos, hogy biztatással, elismeréssel próbálják tartani a gyermekükben a lelkesedést a korábbi tevékenység iránt és ne hagyják rájuk a dolgot, ne hagyják, hogy a kamasz felhagyjon azzal, amiben igazán jó. Gábor esetében a belső motiváció elmondása szerint nem lankadt, továbbra is szenvedélyesen szerette a sportágat, amit választott.

Mikor érezted, hogy ez nyomást jelent számodra, negatív értelemben?

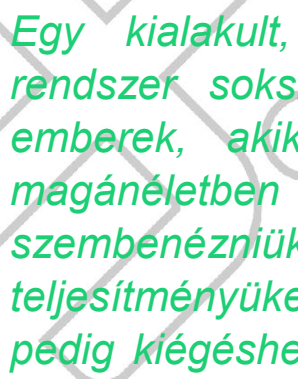
A vége felé éreztem azt, hogy már nem találok magam benne, nem az én közegem, kiábrándultam sok mindenből, sok mindenkiből, az egész rendszerből. Akkor éreztem, hogy már teher, sokszor megfordult a fejemben, hogy most miért is megyek le, miért csinálom, az már egy szenvedés volt. Az olimpia volt a vízválasztó. Addig imádtam-szerettem, és az olimpia az egy olyan törést okozott bennem, hogy onnantól kezdve nem láttam ennek a szépségét és nem tudtam élvezni. Nem volt, aki átsegített volna ezen a ponton. Szerintem jól titkoltam, de bennem óriási harcok dúltak.

Lett volna lehetőség, hogy segítséget kérj?

Biztos lett volna, de ezen a téren makacs ember voltam. Senkitől nem kértem segítséget, gondoltam majd én egyedül megoldom. Gyerekként is vittek sportpszichológushoz, és ott is azzal szembesültem, hogyha én ezt nem oldom meg magam, akkor senki nem fogja megoldani. Lehet, hogy rossz szakemberhez kerültem, de ez az 500 kérdés: igen-nem, megint 500 kérdés: igen-nem, meg hogy az anyacsavart hány százszor tudom fel-letekerni dolog... csak ültem és nem értettem ennek mi a lényege, nem erre számítottam és akkor megfogalmazódott bennem, hogy mindent magamnak kell megoldanom.

Mire lett volna szükséged?

Lehet egy jó beszélgetésre, vagy egy „seggbe rúgásra”. Talán ott kellett volna kicsit jobban megfogni, vagy nyüstölni, kicsit túlságosan belementem az önsajnálatba és abból kellett volna kirángatni.



Egy kialakult, bejáratott, teljesítmény elérésére fókuszált rendszer sokszor hajlamos elfelejteni, hogy tagjai hús-vér emberek, akiknek akár a sporttal kapcsolatban, akár a magánéletben számtalan kihívással, nehézséggel kell szembenéznük nap, mint nap. Ez természetesen befolyásolja a teljesítményüket, hangulatukat, hozzáállásukat, hosszú távon pedig kiégéshez és a sportkarrier végéhez vezethet. Amellett, hogy a sportoló megtartása a csapat jól felfogott érdeke, mégis fontos, hogy a versenyző ne kerüljön azonosításra a szerepével. Ez azt jelenti, hogy a fizikai test erősítése és edzése mellett hangsúlyt kapjon a psziché gondozása – nem csak a sport teljesítmény fokozása szempontjából, hiszen ebben a zárt közegben, feszített tempó mellett, sokszor távol a szeretteiktől szükségük van valós, értő figyelemre, őszinte odafordulásra és segítségre.

Hogyan jutottál el a szerfogyasztásig? Korábbi vallomásaid alapján, kokaint használtál egy buliban, miért történt mindez?

A sportolói pályafutás nem ment, a magánéletemben gondok voltak, így minden összeadódott. Aztán jött egy rossz döntés és emiatt a döntés miatt megpecsételődött a sorsom is.

Igazság szerint szabadulni akartam a tehertől. Én bevállaltam, hogy fogyasztottam. Nem árulok zsákbamacskát, többször is kipróbáltam. Úgy tanítottak, hogy vállaljam a felelősséget, ezért is mondtam, hogy igen ezt én csináltam, és nem azt, hogy beleszórták az italomba - mint ahogy mindenki állandóan ezt szokta mondani - meg, hogy nem tudja, hogyan került oda. Ez nyilván bullshit, mindenki tudja, hogy került a szervezetébe. Szóval nem akartam belemenni ebbe a történetbe, lehet, hogy ez lett a probléma is, mert mondhattam volna, hogy valaki belekevert valamit az italomba, de azt nem éreztem volna őszintének, nem éreztem volna fairnek, azt magamban sem tudtam volna lerendezni.



Nem csak a serdülők esetében, hanem egy felnőtt ember életében is jöhetnek olyan pontok, hogy egy társaság, egy közeg felveti a szerhasználatot, mint gyors menekülési, lazítási alternatívát. Egy barát, ismerős saját szerrel kapcsolatos élményeire alapozva, szinte magától értetődően felajánlhat valamit, ami neki is segített, elfeledtette vele a bajokat. Mivel rövidtávon jól hatott a szer, sikerült kikapcsolódnia általa, nem csoda, hogy újra megisméltődött a fogyasztás. A drogfüggőség kialakulásában különféle aspektusok játszanak szerepet, egyrészt a veszélyeztető/hajlamosító rizikófaktorok, másrészt a protektív tényezők. Ez utóbbiak segítenek abban, hogy a szerhasználatba „keveredve” az illető ne váljon függővé, hiába él át krízishelyzeteket. Egy biztonságos családi háttér, egy fontos cél, ami értelmet ad az életnek, szerető közösség, a sport és a vallás mind ezek közé tartanak. Gábor esetében szintén fontos, hogy kész volt vállalni a felelősséget, szembe mert nézni a lehetséges következményekkel. Ha az ember hasonló helyzetben nem őszinte, vagy hárítja a felelősséget, az elodázhhatja a szerfogyasztással kapcsolatos következmények feldolgozását, valamint az amögött megbúvó valódi okokkal való konfrontálódást.

Mit adott neked a szer, amikor használtad?

Igazság szerint, amikor használtam le tudtam vetközni a gátakat, illetve akkor abban a pillanatban szertefoszlottak a problémák. Viszont másnap, a háromszorosa-négyszerese nyomta a vállamat, szóval ezért csalóka és becsapós, mert a másnapok még rosszabbak, vagy a harmadnapok... szóval igen kemény depresszióval küzd meg utána az ember. Rám így hatott, szóval azok a problémák, amik abban az esetben eltűntek és hú, de jól önfeledten éreztem magam, másnap vagy harmadnap háromszorosan-négyszeresen visszajöttek.

Említetted, hogy sokan azt mondják, hogy betették az italukba, meg nem vállalják a felelősséget. Neked azon túl, hogy így neveltek, és egy döntés volt, hogy felvállalod, benne volt esetleg az is, hogy akkor itt vége lesz és ki tudsz ebből szabadulni?

A pályafutásomnak, hogy vége lesz-e? Nem volt bennem... szóval pont nagyon rosszul jött ki (mondjuk mindig nagyon rosszul jön ki ez a történet). Akkor pont versenyt nyertem és kezdtem visszatalálni önmagamhoz. Ha nem nyerek versenyt, akkor az egész dolog nem derül ki, akkor nem tiltanak el. De ha nem nyertem volna versenyt, akkor már rég otthagytam volna az egészséget, úgyhogy ez ilyen ördögi kör. Rossz csattanója lett ennek az egésznek. Így is abba hagytam volna, de akkor megint megtaláltam önmagam és elkezdtem megint élvezni, szeretni a kajakozást, és így elég rosszul jött ki ez a lépés. Szóval pont előtte volt, a verseny előtt történt másfél héttel, és az, hogy a versenyt meg tudtam nyerni, adott egy olyan löketet, hogy vissza tudtam találni önmagamhoz. Rá pár héttel pedig jött a hír, hogy mit találtak a vizeletemben. Úgyhogy ez egy hirtelen fönt, majd hirtelen lent helyzet volt...

Ez hogy érintett akkor téged?

Nagyon rosszul. Emlékszem, amikor csörgött a telefon és hívtak, mondták, hogy honnan keresnek, pont akkor voltam úton a világbajnoki edzőtáborba, a 4-esen, Szolnok felé, és letettem a telefont, majd tényleg azon gondolkoztam, hogy jön a híd és jól rárántom a kormányt, aztán megoldódik minden probléma... Persze nem tettem, de utána a családdal közölni, na az volt az egyik legnehezebb.

Hogy tudtál ebből felállni? Mi az, ami továbbblendített ezen a lelkiállapoton?

Hát az nekem egy nagyon rossz időszak volt, minden összejött, ami egy embernek összejöhetett. Sodródtam az árral, kicsúszott alólam a talaj, az, amit szerettem gyerekkorom óta, eltűnt, elvették tőlem - az én hibámból, de elvették. Olyan eltiltást kaptam, hogy nem mehettem vízitelepre, se versenyzővel, sem edzővel nem tarthattam semmilyen kapcsolatot. Lemehettem a Duna-partra, a kövekről vízre szállhattam volna, de nem érintkezhettem senkivel. Egy 4 éves eltiltást kaptam, amit általában a visszaesők kapnak, vagy akiknek már több doppingvétsége volt. Nekem ez volt az első, úgyhogy egy fellebbezés miatt ezt kettőre módosították, de mindegy, hogy 4 vagy 2 év volt, egy ilyen eltiltásban nem tudsz edzeni, nem mehetsz az egyesületbe. Eléggé meglepett ez az erős szankció, ez az erős eltiltás. Úgyhogy nagyon rosszul éltem meg, ugye a rendszer eltűnt az életemből és én állítom, hogy egy sportolónak a rendszer az, ami korlátokat szab, illetve az, hogy rendszerben élünk (az edzőtáborban megszabott, hogy mikor kelsz, edzel, reggelizel, tartasz pihenőt és edzel megint, aztán délután program, alvás), ez totálisan felborult és így abszolút nem találtam a helyem. Az utóbbi 2-3 évben kezdődött el bennem egy jó folyamat, hogy azokat az embereket ki tudtam zárni és le tudtam morzsolni, akikkel kapcsolatban úgy éreztem, hogy nem tesznek hozzá az életemhez.

Szerinted az, hogy akkor ehhez a megoldáshoz nyúltál, összefüggésben van azzal, hogy az életednek egyedüli célja a sport volt?

Nem, abszolút nem. A sport soha nem volt teher. Én az a típus voltam, aki imádta, és a mai napig imádja a terheket. Néha saját magamnak bonyolítom meg az életem, szeretem a

kihívásokat. Sose volt ez teher, hogy egy lapra raktam fel az életem, nem gondolkodtam így. Szerintem nem is szabad ezt így nézni, hogyha egy lapra raktad fel az életed, akkor ezen kell remegni. Mindig azt mondom, hogy saját magadra ne rakj több terhet (mondom én, aki pakolja magára). De én ilyen típus vagyok, szeretem a kihívásokat, szeretek új dolgokat kipróbálni, új dolgokba belevágni és kipróbálni önmagam, hogy hogyan tudok helytállni.

Összeraktad magad és most van két nagyon erős projektod a magánéletedben. Mesélnél erről, hogy ezek, hogy jöttek, hogy jöttél rá, hogy érdekel?

Ezek így egy szinten vannak a dobogó felső fokán, de kezdem az asztalossággal. Gyerekként imádtam nézni, hogy emberek, hogy értenek a szakmához, vagy hogy mit tudnak a fából kihozni és innen jött a természet meg a fa szeretete. Gondolom ez is a sportból jött, a kajakozás ezt nagyon megadta nekem. A Margit-szigeten kezdtem, gyönyörű környezetben, a mai napig imádok kimenni a Duna-partra, csak kiülni oda és nézni, hallgatni a víz sodrását.

Jött a pandémia és mindenből mást hozott ki. Akkor történt, hogy tönkrementek a kerti bútorok, mondtam, hogy én nem fogok újat vásárolni, majd én megcsinálom, és így indult az asztalosság. Sorsszerű, véletlenek voltak, hogy pont az egyik haveromról (aki most már az üzlettársam) kiderült, hogy van egy asztalos cége, és csinált nekünk is bútorokat. Vele beszélgettem, hogy ez egy nagyon jó szakma, szereti, mondtam, hogy engem is érdekelne. Közben egy másik barátomnak pedig szintén elmondtam ugyanezt, róla kiderült, hogy van egy műhelye és szeretné eladni. Úgyhogy így jött teljesen véletlenszerűen ez az egész. Aztán egy éve augusztusban pontot tettünk ennek a projektnek a végére, megvásároltam a gépeket, átvettem Dunakeszin a műhelyt, amit Marika nénitől bérlek. Így indult és eszméletlenül szeretem,

élvezem, azt érzem, hogy megtaláltam azt, ami tényleg megint olyan számomra, mint a kajak volt, hobbi, sport és szerelem. Nem mondom, hogy egyszerű, hogy nem voltak nehéz pillanatok az elején, amikor ezt el kellett indítani, de a sport múltamnak köszönhetően, tényleg kitartó vagyok, szeretek küzdeni és nem szeretem feladni a dolgokat, illetve az álmaimat. Egy év alatt elkezdtem tanulgatni a mesterséget, úgy voltam vele, hogyha ezt csinálom, akkor jó lenne valami papír is. Most szeptemberben elkezdtem egy esti felnőttképzést, szóval most asztalosnak tanulok.

Az új célok kitűzése, az apró lépések megtétele és egyes feladatok elvégzése folyamatosan motiváltan tartja az embert. Ennek biológiai oka, hogy mindezek serkentik az agy dopamin ellátását, ami a jutalmazás érzéséért felelős. Kokainfogyasztás esetén szintén nagy szerepet játszik az agyban felszabaduló, túlaradó „dopamin-fröccs”. Ettől érzi magát a fogyasztó mindenre képesnek, fókuszáltnak és „legyőzhetetlennek”. Viszont, míg a kokainfogyasztás önmagában nem kapcsolódik az élet teljességéhez szükséges célok teljesítéséhez, a feladatteljesítés és célkitűzés valós, másnap és hosszú távon is látható eredményeket hoz magával. Mint ahogy Gábor szavaiból is egyértelműen kiolvasható egy igazi „szerelem-projekt” került megvalósítására, amelynek keretében új emberek kerültek az életébe, régi barátságok mélyültek el, illetve folyamatos szellemi és lelki fejlődést él meg.

Akkor ez is keretet ad az éltednek!

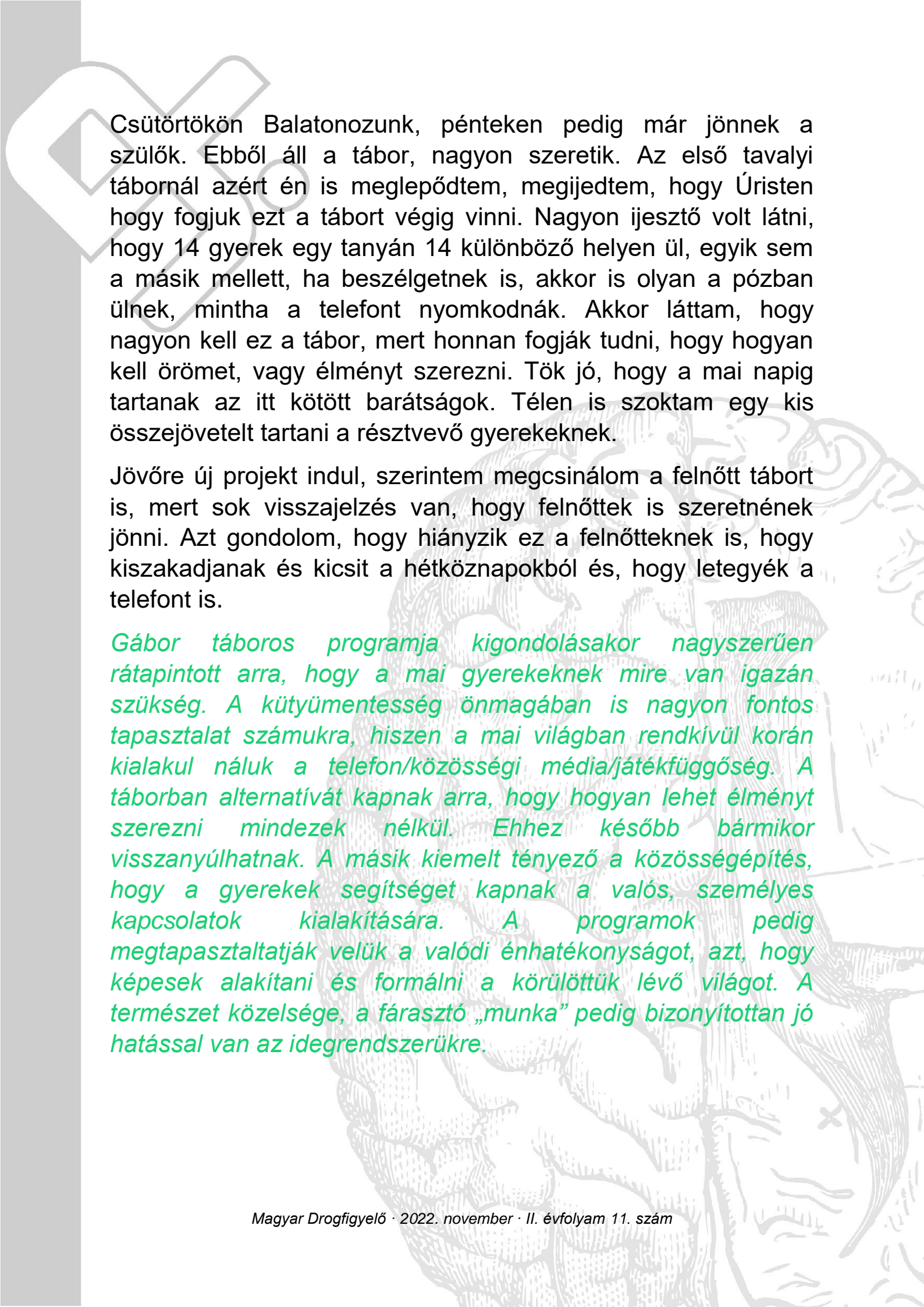
Az biztos! Az esti iskola kicsinál, ezért így elgondolkoztam előző héten, hogy miért kellett ez, de ez is kihívás meg ez is kell, úgy vagyok vele, hogyha ezt szeretném csinálni, akkor csak úgy tudok hiteles lenni, hogy ezt megtanulom.

A másik nagy szerelem az a táboroztatás, illetve a gyerekekkel való foglalkozás, nagyon szeretem őket. Valahogy olyan kisugárzásom van, hogy vonzom a gyerekeket, mindig

körülugrálnak. Egy tévéműsor és a gyerekkorom indította el azt bennem, hogy kéne csinálni egy tábort, milyen jópofa és mennyire jól éreztem én is a műsorban magam, és lehet, hogy ez tetszene a gyerekeknek is. Az ember mindig gondolkozik olyan dolgokon, hogy mit tudna csinálni, általában az emberek nagyban gondolkoznak, miközben tényleg az ilyen kézenfekvő dolgok ott vannak előtte. Én is vártam egy nagy dolgot, amibe bele tudok vágni, aztán 40 év után én is megtaláltam. Tavaly csináltam egy próbatábort, ami tényleg nagyon jó sikerült, (...) nagyon jó visszajelzéseket kaptam. Ezt egy hiánycikknek éreztem. Az a gyerekkor, ami nekünk volt, az nincs meg a mai gyerekeknek, én ezt akartam visszaadni nekik. Élményeket, emlékeket, barátokat szerettem volna nekik adni, pont azért, hogy ezekhez a dolgokhoz vissza tudjanak nyúlni, ha rossz napjuk van, vagy valami kudarc éri őket, hogy ezekből az emlékekből, élményekből tudjanak táplálkozni. Illetve egy olyan közösséget akartam kialakítani, amelynek tagjai nyugodtan hívhatnak, írhatnak, ha bármi van, én ott vagyok és segítek nekik. Ez lényegében egy ilyen mentor szerep.

Mit csináltok a táborban?

A tábor 6 nap 5 éjszakából áll, ottalvós, 8 éves kortól 15 éves korig lehet jelentkezni. Nagyon fontos, hogy kütyümentes, a telefont elveszem a gyerekektől, este kapják csak vissza egy fél órára, akkor lehet a szülővel beszélni. Két-három nap után vannak olyanok, akik már nem is kérik el a telefont, hanem csak játszanak egymással. A vidéki életet, a tanyasi világot próbálom nekik megmutatni, illetve azt, hogy régen nem úgy volt, hogy bementél a boltba és megvetted a kenyeret, a tejet, a túrót, hanem ezeket saját magadnak kellett megcsinálni. Nálunk ezekbe a folyamatokba is betekintést kaphatnak. A tábor vasárnap kezdődik, aznap mindig egy kis ismerkedéssel kezdünk. Minden délelőtt vezetett program van, (...) mint például a szénabálázás, az a legnehezebb, de azt élvezik a legjobban. Szerdán a gyerekek kipróbálhatják a lovaskocsizást.



Csütörtökön Balatonozunk, pénteken pedig már jönnek a szülők. Ebből áll a tábor, nagyon szeretik. Az első tavalyi tábornál azért én is meglepődtem, megijedtem, hogy Úristen hogy fogjuk ezt a tábort végig vinni. Nagyon ijesztő volt látni, hogy 14 gyerek egy tanyán 14 különböző helyen ül, egyik sem a másik mellett, ha beszélgetnek is, akkor is olyan a pózban ülnek, mintha a telefont nyomkodnák. Akkor láttam, hogy nagyon kell ez a tábor, mert honnan fogják tudni, hogy hogyan kell örömet, vagy élményt szerezni. Tök jó, hogy a mai napig tartanak az itt kötött barátságok. Télen is szoktam egy kis összejövetelet tartani a résztvevő gyerekeknek.

Jövőre új projekt indul, szerintem megcsinálom a felnőtt tábort is, mert sok visszajelzés van, hogy felnőttek is szeretnének jönni. Azt gondolom, hogy hiányzik ez a felnőtteknek is, hogy kiszakadjanak és kicsit a hétköznapokból és, hogy letegyék a telefont is.

Gábor táboros programja kigondolásakor nagyszerűen rátapintott arra, hogy a mai gyerekeknek mire van igazán szükség. A kütyümentesség önmagában is nagyon fontos tapasztalat számukra, hiszen a mai világban rendkívül korán kialakul náluk a telefon/közösségi média/játékfüggőség. A táborban alternatívát kapnak arra, hogy hogyan lehet élményt szerezni mindezek nélkül. Ehhez később bármikor visszanyúlhatnak. A másik kiemelt tényező a közösségépítés, hogy a gyerekek segítséget kapnak a valós, személyes kapcsolatok kialakítására. A programok pedig megtapasztaltatják velük a valódi énhatékonyságot, azt, hogy képesek alakítani és formálni a körülöttük lévő világot. A természet közelsége, a fárasztó „munka” pedig bizonyítottan jó hatással van az idegrendszerükre.

Mennyire veszel részt a tábor lebonyolításában?

Abszolút 100%-ig benne vagyok! Mindig mondják, hogy biztos csak a nevetem adom hozzá, de nem, én tényleg mindig ottvagyok. Most három hetet voltunk lent, én is ott alszom, csak úgymond kivonom magam kicsit a táborból, szóval nem én vagyok a központ. Oké, hogy Kucsera Gábor tábora, de ez nem rólam szól. Egyet hátralépek. A táborvezetőim tökéletesen fel vannak készítve, és nagyon jó szakemberek, úgyhogy ők foglalkoznak a gyerekekkel. Én beállok a gyerekekkel játszani, visszamegyek gyerekbe, ott vagyok velük. Ha a tábor kicsit kezd elszabadulni, akkor szoktam fellépni és beszélgetni a gyerekekkel egyet.

Most készül egy apa-fia tábor is, szerencsére oda is sok a jelentkező, az is egy nagy szerelemprojekt. Magamból kiindulva: az apukámmal való kommunikáció nehezen ment, emiatt jutottam arra, hogy az apa-fia kapcsolatok vékony jégen táncolnak. A fiúk általában inkább anyásak, az apák pedig sokszor, amit nem tudtak elérni az életükben, azt a fiukra akarják erőltetni. Szerencsére nálam ez nem így történt, szerintem ezért is tudtam kimagasló eredményeket elérni a sportágban. Innen jött ez az ötlet, hogy egy apa-fia tábor jó lehetőség, hogy a szülő kicsit több időt töltsön a gyerekekkel.

A hétköznapiakban valóban sokszor leeredukálódik a szülő-gyermek kapcsolat a gyerek gondozására, számonkérésére. A rohanó világban a rengeteg munka után a szülők sokszor kimerültek, fáradtak, így nem is csoda, hogy nem tud fókusz kerülni az együtt töltött minőségi időre. Egy ilyen tábor kiváló lehetőség arra, hogy a hétköznapiak körforgásából kikerülve egy nagy közös élményben lehessen része a felnőtteknek és gyerekeknek egyaránt.

Nagyon köszönjük Kucsera Gábornak az értékes interjút és további sok sikert kívánunk!