

Kerülőúton

Egy kamasz lány szárnypróbálgatásai

BEVEZETÉS

Középiskolai nyelvtanár vagyok, egyben nagycsaládos anya négy kamasz gyermekkel. Közel tizenöt éve tagja vagyok egy munkacsapatnak is, amellyel osztályfőnöki órákat tartunk „családi életre nevelés” címmel. Ezeken az alkalmon is sok-sok fiatal osztja meg velünk véleményét, gondolatait, érzéseit, vágyait. A Semmelweis Egyetem mentálhigiénés képzésére is azért jelentkeztem, hogy szakmai segítséget kapjak a velük való munkához. Bár sok mindenem nem tudok változtatni, nem befolyásolhatom azt az egyre bonyolultabb társadalmi hátteret, egyre kuszább családi kapcsolatrendszert, melyből a fiatalok érkeznek, bízom abban, hogy egyre jobban megértem helyzetüket, és segítői eszköztáram bővítése révén hatékonyabban támogathatom őket.

Az alábbiakban az egyik tanítványommal, Vikivel való segítőkapcsolatot szeretném bemutatni, akinek gimnáziumi éveit, kamaszkori útkeresését figyelemmel kísérhettem az elmúlt négy év során. Egyfelől megindító helyzete miatt kialakult együttérzésem késztetett, hogy bemutassam több évet átfogó segítőkapcsolatunkat, másfelől elgondolkodtatott, hogy évről évre egyre több olyan diák érkezik iskolánkba, akinek az életéből hiányzik a biztonságot jelentő, szerető, támogató családi otthon, vagy egyszerűen nincs hova hazamennie – fizikai értelemben sem. Az is felkeltette figyelmemet, hogy egyre többször találkozom olyan fiatallal, aki diszfunkcionális családból származik, és ezt a sérülést valamilyen testi tünet, krónikus betegség formájában is hordozza.

AHOGY TALÁLKOZTUNK...

Már az első órákon feltűnt kicsit harsány hangja, nevetése. Észrevettem, hogy könnyen lelkesedik, de könnyen el is veszíti a kedvét, ha kudarc éri. Inkább csendes, kicsit sértődős, sokszor szomorú, bizonytalan a képességeiben, szívesebben keresi a kapcsolatot nála is visszahúzóbb társaival, de valójában inkább magányos, nincsenek barátai. Az első félévben nagyon sokat hiányzott, rengeteget betegeskedett, alig láttuk. Talán a félévi értekezleten tudtam meg, hogy autoimmun ízületi gyulladása van, emiatt hiányzik annyit.

Az e betegségben szenvedőknek rendellenesen működik az immunrendszerük, és ahelyett, hogy megvédené a szervezetet a baktériumok és vírusok ellen, szervezetük saját alkotóelemeit idegen testnek érzékeli, és elpusztításukra törekszik. Az orvosi gyakorlatban ma már egyre inkább helyet kap az a nézet, amely szerint a lelki problémák, különösen a tartósan fennálló családi konfliktusok az immunrendszert számos ponton gyengíthetik, és rendellenes működésre készíthetik. A pszichoszomatika álláspontja, hogy egy betegség kialakulásánál, keletkezésénél és a gyógyulás folyamatánál egyaránt elengedhetetlen figyelembe venni a testi, lelki vonatkozásokat is. A tárgykapcsolat-elmélet szerint a szóban forgó betegség kialakulása valamilyen „tárgyvesztés” állapottal hozható összefüggésbe: a beteg egy érzelmekkel telített kapcsolatában szenvedett hiányt. „Az ilyen betegségek előzményei közt feltűnően gyakran szerepel olyan veszteség, amely a beteg személyt érzelmileg súlyosan megrendítette” – írja Pável Magda.¹

¹ Pável Magda: Pszichoszomatika. In Török Szabolcs (szerk.): *Életesemények lelki zavarai III.* Budapest, 2007, Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, 45.

Vikivel folytatott beszélgetéseinkből kiderült, hogy születésekor édesapja elhagyta a családot (neki azt mondták, azért, mert nem tudta elfogadni, hogy ő lánynak született, apja ugyanis harmadszorra is fiút szeretett volna). Édesanyja inni kezdett, ezért nem volt képes megfelelően gondoskodni három gyermekéről.

„A csecsemő magába vetíti, belsővé teszi gondozóival való kapcsolatát, így anyjának róla kialakult kedvezőtlen képét sajátjaként, tehát önmaga képeként éli meg, s ha ez a kép kedvezőtlen, akár élethosszig küszködhet önértékelési zavarokkal.”²

Vikinek valóban nehezebbre esett a beilleszkedés kortársai közé, kicsit magányosan volt jelen az osztályban, a kollégiumban, sőt minden közösségben. Gyakran elbizonytalanodott képességeit illetően, alulértékelté teljesítményét, elért eredményeit.

Egyik első beszélgetésünkben mondta a következőket:

Kliens: Nem értem, hogy miért utál engem mindenki. Más beszélhet akármilyen halkán, nem számít, ha viszont én megszólalok, rögtön elkezdnek kiabálni hátul, hogy nem értik, pedig sokkal érthetőbben beszélek, mint például Lilla. Miért szólnak be azonnal, ha megszólalok?

Én is tapasztaltam ezt Vikivel kapcsolatban a saját óráimon. Pedig szépen szaval, kifejezően, érthetően beszél, ami ritka ebben a korosztályban, osztálytársai mégis gyakran reagáltak negatívan bármilyen megszólalására, minden jogos indok nélkül. Ha pedig Viki kapott egy ilyen pofont a többiekől, akkor nem szólalt meg többet az órán, csak könnyes szemmel ült, és elvesztette a kapcsolatot az osztállyal, az óratartóval, és nem volt képes tovább dolgozni.

Különösen mély feszültséget lehetett érezni az egyik osztálytársával való kapcsolatában, holott ez a lány is zilált családi háttérrel rendelkezett, hasonlóan segítségre szorult. A köztük lévő ellentétet nem lehetett logikus érvekkel magyarázni, valószínűbb, hogy egy nehe-

zen nyomon követhető mechanizmus érvényesült kapcsolatukban. Az osztálytársnak talán szüksége volt egy nála gyengébb személyre saját személyisége megerősítéséhez, az osztálytársnak pedig „jól jött”, hogy a csoportban keletkező feszültségeket Vikin mint „leggyengébben” vezethették le.³

Vikit nagyon bántotta, hogy a betegségével kapcsolatban sem megértőek társai, sokszor el sem hitték, hogy fájdalmai vannak. Kezdetben én sem gondoltam volna, hogy beteg, pedig láttam, hogy néha nehezen állt fel a helyéről, felszisszent, de a külső szemlélőnek fel sem tűnt, hogy valami komolyabb baja lenne, sőt, néha kicsit színpadias figyelemfelkeltésnek hatott a viselkedése.

A pszichoszomatikus betegségek jellemzője, hogy sokszor „csak a beteg által érzékelhetőek, nemegyszer képlékenyek és változékonyak, szubjektív panaszokkal, illetve lelki tünetekkel járnak”.⁴

Ami viszont feltűnt mindenkinek Vikivel kapcsolatban, hogy egyrészt néha kicsit túl harsány, máskor pedig túlzottan szomorú, csendes volt. Ez a megmagyarázhatatlanul hullámozó viselkedés környezetében ingerültséget és elutasítást váltott ki, amikor éppen megerősítésre, elfogadásra lett volna szüksége.

Viki csak később, négyesemközt adott bővebb magyarázatot testi fájdalmainra:

Kliens: Tessék megnézni, be van dagadva a csuklóm, fáj mindenem. Rengeteget kellett írni hit-tanórán, nem is bírtam leírni mindent. És persze nem kérhetem el senkitől a jegyzeteket, mert mindenki csak a maga dolgával van elfoglalva. Így is azt mondják, hogy túlzok, nincs is semmi bajom... De majd megtudják, mert csípőprotézist fogok kapni. Júniusban be kell felelnöm a kórházba, hogy megműtsenek.

Viki olyan természetesen közölte a legdrámább dolgokat, hogy én magam sem tudtam eldönteni, hogy ez most tényleg igaz-e, ennyire súlyos-e a helyzet. Ugyanakkor viszont furcsa el-

2 Uo. 46. ■ 3 Fehér Ágota: Az empátia lehetőségei a kirekesztődés megelőzésében és feloldásában. In Kállai Ernő – Kovács László (szerk.): *Megismerés és elfogadás*. Budapest, 2009, Nyitott Könyvműhely, 135–139. ■ 4 Pável Magda: *Pszichoszomatika*, i. m. 34. (Lásd az 1. lábjegyzetet.)

lentmondásnak éreztem, hogy nem tudott, nem akart őszintén beszélni betegségéről a társaival, mégis számított együttérzésükre, sajnálatukra.

Kliens: Muszáj megműteni, mert teljesen elhalt a csontom. Néha alig bírok járni. Rengetegszer mondtam anyának is. Nagy sokára elvitt orvoshoz, de félrekezeltek. Egy halom fájdalomcsillapítót meg gyulladáscsökkentőt szedtem már be tízéves korom óta, de nem lettem egészségesebb. Itt segítettek orvost találni, aki majd megmút.

Segítő: Nagyon bátran beszélsz erről a műtétről. Nem félsz?

Kliens: Nem, mert muszáj.

Segítő: Elfogadod, és bízol benne, hogy segít.

Kliens: Minek tiltakoznék? Isten mindenkinek ad terheket. Nekem ezt kell cipelni.

Megütöttek a szavai. Mintha egy magatehetetlen öregasszonytól hallottam volna, nem egy tizenöt éves lánytól. Milyen Isten mér ilyen nehéz terhet egy gyerekre? És hogy lehet, hogy Viki ezt így el is fogadja? A szavai inkább úgy hangzottak, mintha leckét mondana fel, mint aki jól megtanulta ezt a magyarázatot, talán sokszor el is mondta magában/magának, de nem egészen belülről jött. Nem is tudtam lepelni, mennyire megütköztem magyarázatán.

Segítő: Te komolyan úgy hiszed, hogy ezt Isten adta?

Kliens: Igen, de ő segít is, mert már annyiszor segített. Én mindent neki köszönhetek. Nem panaszkodhatom, csak hálás lehetek neki.

Ezek a szavak akár érett bölcsességként is hathatnak, de valahogy én nem éreztem hitelesnek őket. Hogyan is lehet meghítt istenkapcsolata valakinek, aki nem tapasztalta meg szüleitől, hogy szeretik, akinek minden kapcsolatában nagyon nehezére esik elfogadtatnia magát, egyenrangú viszonyt kialakítania társaival. De az is lehet, hogy ez a magyarázat segített Vikinek: Istentől könnyebb volt elfogadnia a betegséget, mint szembenézni azokkal a nega-

tív élményekkel, fájdalomakkal, amelyeket szülei okoztak neki.

„Szüleink nevelésének mintájára alakul ki istenképünk, és a mód, ahogyan Istent látjuk, azt is meghatározza, kivé engedjük lenni Őt a magunk számára, és mennyit engedünk Neki, hogy adjon. Ha istenképünk sérült, bekerülhetünk egy olyan vég nélküli körbe, hogy csak imádkozunk, imádkozunk, de a gyógyulás nem következik be, mert egy olyan Istenhez imádkozunk, aki csak megerősíti sebeinket.”⁵

KAPCSOLATUNK KEZDETÉN – TUDATTALAN GONDOSKODÁS

A nyár első napjaiban valóban megműtötték Vikit. Természetes volt számomra, hogy meglátogattam. Az első két hétben, amíg tartott még az iskola, több tanár és diák is bejárt hozzá a kórházba. Nagy élmény volt számára, hogy mindig nyüzsgött körülötte valaki. De amint kitört a szünidő, mintha mindenki megfélemedezett volna róla. A műtét lezajlott, Viki átkerült egy rehabilitációs osztályra, ahol majdnem az egész nyarat töltötte. Ott már csak egy férfi énektanára és én látogattuk. Édesapja egyszer járt nála. Édesanyja is egyszer kereste fel, még a műtét előtt hívták be, hogy aláírja az ilyenkor szükséges beleegyező nyilatkozatokat.

Látogatásaim során előfordult, hogy arra kért Viki, vegyek neki néhány bugyit, máskor meg hálóinget, szappant, papír zsebkendőt stb. Négygyermekes édesanyaként megesett rajta a szívem, hogy ennyire kiszolgáltatott, ennyire árva, teljesíttem hát ezeket az alapvető igényeit, kéréseit. Bár egy tanár-diák viszonyba vagy egy segítőkapsolatba nem feltétlenül tartozik bele az effajta segítség, azt tettem, amit akkor helyesnek tartottam, s lehet, hogy ezzel kissé gondviselővé, „anyapótlékká” is váltam számára.

A műtét után komoly fájdalmai voltak, sokszor előfordult, hogy csak üldögéltem egy darabig az ágya mellett, esetleg fogtam a kezét, nem is beszélgettünk.

Így aztán amikor a „professzionális” segítőkapsolatról kezdtem tanulni a mentálhigiénés

5 Linn, Matthew – Fabricant, Sheila – Linn, Dennis: *Életünk nyolc szakaszának gyógyítása*. Budapest, 1995, Marana Tha, 43–44.

képzésen, Vikit túl közel éreztem magamhoz, semhogy lejegyezve beszélgetéseinket róla készítem a beadandó jegyzőkönyveket. Az ő érdekében azonban, hogy hatékonyabban tudjak neki segíteni a megerősödésben, elhatároztam, hogy beszélgetéseinket a tanult szakmai szempontok alapján vezetem a továbbiakban. Hamarosan arra is rájöttem, hogy nem feltétlenül „hiba”, hogy kapcsolatunkban érzelmek is jelen vannak, hiszen az érzések hiteles átélése által könnyebben megérthetjük egymást.

RENDSZEREZETT TALÁLKOZÁSOK – TUDATOS SEGÍTÉS

Említettem Vikinek, hogy ha igényli, szívesen beszélgetek vele rendszeres időközönként, mert érdekel a sorsa. Nagyon örült, hogy a jövőben nemcsak véletlenszerűen szólíthat meg, hanem biztosan számíthat ezekre a találkozásokra.

A keretek rögzítése bennem is növelte a biztonság érzését, tudatosítottam magamban, hogy ez a kapcsolat másról szól, mint hogy Viki bármikor-bárhol elérhető, gondoskodó „anyukája” legyek.⁶

Arra is kértem, hogy gondolja végig, milyen célt szeretne kitzúzni maga elé, miben számít a segítségemre. Az első alkalommal azt fogalmazta meg, hogy szeretne tisztábban látni a pályaválasztással kapcsolatban, biztosan szeretné tudni, vajon lehet-e belőle lelkész. Magamban a következőképpen fogalmaztam át ezt a célt: jó lenne, ha segíteni tudnék abban, hogy Viki megtalálja helyét a világban és az emberek között, s ehhez talán mindenekelőtt egy nyugodt „helyet” kell találnia a saját személyiségén belül, egy olyan helyet, ahol biztonságban érezheti magát, ahonnan szabadon és bizalommal léphet „világjáró” útjára. Ehhez persze hétmérföldes csizmára lenne szüksége, hogy az előttünk álló egy-másfél év alatt teljesítse a célig tartó távot. De legalább segítenem kell az elindulásban. Az első lépéseinél kell egyengetnem az útját. Át kellett gondolnom, mik lehetnének ezek az első lépések. Célul tűztem ki tehát, hogy fejlődjön az önismerete,

tisztábban felismerje értékeit, higgyen képességeiben, erősödjön az önbizalma, el tudja fogadni önmagát, hogy ezáltal mások is könnyebben elfogadják. Eddigi ismeretségünk alapján fontosnak tartottam még, hogy segítsen az önállóság, az önálló döntéshozatal terén.

Beszélgetéseink helyszíne a kollégium volt, amely sajnos elég zsúfolt, nincs megfelelő hely az elcsendesedésre, intim beszélgetésre. A betegszobában kaptunk helyet, egy emeletes ágy alsó szintjén üldögéltünk egymás mellett, a falhoz dőlve. Ez a helyszín nem kimondottan alkalmas egy segítőbeszélgetésre, a szűk térben nincs hely székeknek. Egymás mellett ülve nem volt köztünk szemkontaktus, a rossz fényviszonyok miatt is nehéz volt érzékelni egymás mimikáját, testtartását. Egy kamasszal folytatott beszélgetés esetén azonban akár előnyt is jelenthetnek ezek a nem túl formális körülmények – a félhomályban könnyebb szembenézni az árnyoldalunkkal is, a kuckójelleg intimitást kölcsönöz a szobának, az egymás mellett ülés segít oldani a hierarchikus tanár-diák viszonyból adódó szorongást, ráadásul néha könnyebb őszintének lenni, ha nem feltétlenül kell a másik szemébe nézni. Saját gyerekeimmel is megtapasztaltam, hogy este, sötétben könnyebben nyílnak meg, ilyenkor alakulnak ki az igazán tartalmas beszélgetések az élet nagy kérdéseiről.

Vikit presbiter keresztapja és egy lelkész segítették. Tizenkét évesen konfirmált, ezekre az emberekre rajongással tekintett, megkérdőjelezhetetlen mintává váltak számára – nézeteiket, hitvallásukat is beleértve. Életkori sajátosság ez a mintakövetés, és mivel a szülők nem lehettek megfelelő minta, a rajongás sokkal erőteljesebb lett e külső személyek iránt. Viki számára az általuk képviselt igazság lett az ideál. Így született meg benne a vágy, hogy lelkész szeretne lenni, de mindig bizonytalan volt alkalmasságát illetően. Első találkozásunkkor így kezdte a beszélgetést:

Kliens: *Azon gondolkodom, tanárnő, hogy jó ötlet-e, hogy lelkész szeretnék lenni... Azt hiszem,*

⁶ Tomcsányi Teodóra – Vikár György: A mentálhigiénés segítőkapcsolatról és a pszichoterápiás kapcsolatról. In Tomcsányi Teodóra (szerk.): *Mentálhigiénés képzés a Semmelweis Egyetemen*. Budapest, 2002, Animula Kiadó, 42–43.

hogy prédikálni fogok tudni, meg az embereken is szeretnék segíteni... Hát, beszélni, azt tudok... Abban nem vagyok viszont biztos, hogy kíváncsiak-e az emberek arra, amit mondok.

Elgondolkodtam azon, hogy Viki néha valóban lehengerlő tud lenni, és közben nem nagyon kíváncsi a másik félre. Szívesen beszél, ha érzi az elfogadást, de nehezen fejezi ki az érzéseit. Amit pedig kifejez, az nagyon harsány, eltúlzott, akár haragról van szó, akár örömről. Az ellenvéleményt ellenségeskedésként éli meg, könnyen megsértődik, ha nem értenek vele egyet.

Segítő: Nehezedre esik kapcsolatot találni az emberekkel.

Kliens: Hát bizony, az osztálytársaimmal nehéz megtalálni a hangot... Bár nem tudom, lehet-e „ezekkel” beszélgetni. Mert alig van valaki, aki olyan komolyan gondolkodik, mint én.

Segítő: Gyerekesebbnek látod őket.

Kliens: Jó, vannak azért, akikkel lehet beszélni, velük jóban vagyok, de a többieket csak az érdekli, hogy milyen szoknyácskát vagy mennyire kivágott blúzt vegyenek fel éppen. Engem ez nem érdekel.

Viki nem először osztotta meg velem lesújtó véleményét látszólag gondtalan osztálytársairól. Mások gyakori kritizálása szintén annak jele lehet, hogy saját önértékelésével is bajban van.

Segítő: Úgy érzed, neked komolyabb gondjaid vannak.

Kliens: Nem tudok velük mit kezdeni, nincs közös témánk. Annyira kétszínűek. Szemtől szemben kedvesek, de annyiszor hallottam már vissza, hogy a hátam mögött miket beszélnek.

Segítő: Úgy érzed, nem őszinték veled.

Kliens: Van, akivel jóban vagyok. A múltkor például Editéknél töltöttem a hétvégét, de valahogy ő sem őszinte. Hallottam, hogy ő is kritizált a hátam mögött.

Segítő: Pedig nagyon fontos neked, hogy elfogadjanak.

Vikinek nem sikerült bizalmas viszonyt kialakítania környezetével, hiszen már csecsemőko-

rában hiányzott számára az apai szeretet, és édesanyja is csak korlátozottan volt képes gondoskodni róla, így nem alakulhatott ki köztük az a bensőséges kapcsolat, melynek révén megtanulhatta volna, hogy a világ jó és megbízható, és ez a bizalmatlanság, állandó fenyegetettség-érzés megnehezítette számára a kontaktuskérését környezetével. Természetes és semleges reakciókban is gyakran ellenségeskedést érzett.

VIKI PÁRKAPCSOLATA

Néhány beszélgetés után Viki párkapcsolata került a középpontba, és ennek kapcsán a kollégiumban megélt konfliktusai, ugyanis egy huszonéves fiú udvarolt neki. Kapcsolatuk még azelőtt kezdődött, hogy Viki elkezdte nálunk középiskolai tanulmányait. A konfliktus abból adódott, hogy Viki nyíltan vállalta, hogy hétvégén nem hazamegy, hanem a szomszéd faluban, Laliék családjánál tölti a szabadnapokat. A házirend szerint azonnal el kell bocsátani azt a tanulót, aki szülei engedélye nélkül nem otthon tölti a hétvégét.

Ez alkalommal Viki sértődött, durcás hangulatban érkezett, alig várta, hogy kettesben maradjunk.

Kliens: Nem értem, miért problémázik mindenki, én nem vagyok olyan, mint a többiek, nem öltözöm kihívóan, nem váltogatom a fiúkat, mégis állandóan azt olvassák a fejemre, hogy Lali nem való hozzám, nem hívó, hogy akarok így lelkész lenni.

Segítő: Rosszulesik, hogy megítélnék e kapcsolat miatt.

Kliens: Nyáron is mindenki felháborodott, mert augusztusban, mikor végre kijöhöttem két hónap után a kórházból, Laliékhoz mentem haza. Nem értik meg, hogy otthon nem tudok pihenni. Otthon a húgomra kell vigyázni, nekem kell főzni. (Viki édesanyjának van egy élettársa, és ebből a kapcsolatból is született egy kislánya.)

Megdöbbenett, hogy ennyire kilátástalan Viki helyzete, felháborított, hogy mennyire nem számíthat az édesanyjára:

Segítő: *Édesanyád nem értette volna meg, hogy pihenésre van szükséged.*

Kliens: *Ááá, otthon nekem kell órá is vigyáznom. Dugdosnom kell előle a pénzt, mert rögtön elkölti italra. Amúgy meg ő sincs jól, sokszor rosszul van a magas vérnyomása miatt, de nem érti meg, hogy orvoshoz kellene mennie, és rendesen szedni a gyógyszert, csak amikor már a mentő viszi el... Lali édesanyja meg mindent elrendezett, megvolt náluk a helyem, nyugodtan pihenhettem. Itt meg nem akarják megérteni, hogy úgysem fogok hazamenni, beszélhetnek anyával százszor is, nem lesz jobb a helyzet. Csak az egészet úgy állítják be, mint-ha én nem tudom, miféle erkölcstelen valaki lennék. Pedig az osztálytársaimnak sokkal kétesebb kapcsolataik vannak, csak arról nem tud senki.*

Magamban arra gondoltam, milyen érdekes, hogy Viki meg az osztálytársait itéli meg. Nincs összhangban a korosztályáról alkotott moralizáló véleménye és lázadó, szabályszegő magatartása, és ezt az ellentmondást nem is érzi.

Segítő: *Fáj, hogy megítélnék, és nem érzik át a helyzetedet, pedig nem sok választásod volt.*

Kliens: *Azt hiszik, hálátlan vagyok, hiszen ingyen lakhatom a kollégiumban, de folyton csak a szabályokkal jönnek, hogy be kell tartani a szabályokat, és még arra is kitalálnak valami szabályt, hogy nyáron mit csináljak.*

A két hónapos kórházi tartózkodás során az egyik látogatás alkalmával én is talákoztam Lalival. Az volt a benyomásom, hogy jóra való, de nagyon egyszerű ember, felnőttkora ellenére inkább gyerekes suhanc. Viki sokkal komolyabb, műveltebb, érdeklődőbb. Nekem is az volt a benyomásom, hogy egyáltalán nem illenek össze, de arra gondoltam, ez a különbség előbb-utóbb ügyis még inkább kiéleződik, nem fog ez a kapcsolat örökké tartani.

„Csak fenyegetettség nélkül képes az ember kívülről látni és felülvizsgálni mindazt, amiről eddig azt hitte: ő maga. Csak ilyen körülmé-

nyek között képes változni. A bárkiben meglévő erőforrás csak akkor áll a fejlődés és változás rendelkezésére, ha a kliensnek nem kell védekezésre fordítani ezt az energiát, mert a segítő visszajelzései teljes elfogadást tükröznek. Ennek a ritka, védett állapotnak az elősegítését tekinti Rogers a segítő beszélgetőtárs legfontosabb feladatának. Lehetnek ugyanis még olyan igazak és bölcsök is a segítő előreszaladó következtetései, mégis csak ellenállást váltanak ki, ha a probléma hordozója még nem érett meg erre a felismerésre. Ebből a tapasztalatból fakad Rogersnek az a mondása, hogy saját problémájának mindig a kliens a legjobb szakértője.”⁷

Viki így folytatta a beszélgetést:

Kliens: *Különbömben még a kórházi szobatársaim is állandóan a fejemre olvasták, hogy nem illik hozzám. Mi közük hozzám? Miért kell mindenbe beleszólniuk? Tanárnő szerint is így van?*

Segítő: *Én megértem, hogy jólesik neked, hogy valakihez tartozhatsz, aki szeret. Közben meg én is féltetek...*

Itt nem bírtam tovább, mégis kibuggyant belőlem az anya, hiszen nekem is van kamasz lányom, sőt én is jártam valakivel tizenévesen – emlékszem, mennyire nem tudtam reálsan gondolkodni, persze arra is emlékszem, hogy mondhatott bárki bármit, úgysem tudott meggyőzni. Mégis, ha már belekezdtem, mondtam, amit anyámtól annyiszor hallottam:

Segítő: *Tudod, nagyon kizárólagos ez a kapcsolat, nagyon erős köteléket jelent, ha ennyi mindent tesznek érted. Ez majdnem olyan már, mint egy házasság, pedig még mindkettőtök előtt számos ajtó és számos út van nyitva. Nem tudom, mennyire tudsz így szabadon dönteni.*

Eddig talán azért nem esett nehezemre türtöztetni magam, mert összességében úgy éreztem, hogy Viki körül nem is ez a legfőbb probléma, csak ez a legszembetűnőbb és persze legkellemetlenebb számunkra, pedagógusok szá-

7 F. Várkonyi Zsuzsa: *Tanulom magam*. Budapest, 1999, M-érték Kiadó, 15–16.

mára, akik mégiscsak elköteleztük magunkat egy intézmény rendje, fegyelme mellett. Továbbra is úgy éreztem, a nevelők talán tévedtek abban, hogy Viki korai párkapcsolatát erkölcsi kérdésként kezelték. Én inkább úgy gondoltam, ebben a kapcsolatban nem az „illetlen viselkedés” a fő gond, sőt Vikinek kezdetben talán inkább az önbizalmát is erősítette, hogy neki már udvarlója van, ez nővé válását segítette. Az viszont komoly akadály lehet, ha Viki is azt a mintát követi, amit a bátyjai. Ők évek óta meg sem fordultak otthon, barátnőiknél laknak, oda menekültek a zilált családból, a párkapcsolat lett számukra az egyetlen út. Reméltem azonban, hogy idővel Viki is észreveszi, mennyivel műveltebb, intelligensebb, mint Lali, de nem tartottam szerencsésnek, hogy ezt én mondjam meg neki.

SZUPERVÍZIÓ

Viki a tizenkettedik évfolyamot kezdte, amikor a kollégiumi nevelők részére meghirdettek egy esetmegbeszélő alkalmat *Hézszer Gábor* és *Krasznay Mónika* vezetésével. Többen is felhózták Viki „ügyét”, leginkább abban a vonatkozásban, hogy mit tehet az intézmény, ha ennyire zilált valakinek a családi háttere, illetve a párkapcsolatát illetően szóba került Viki „szabályszegő” magatartása is.

A megbeszélés megerősített abban, hogy nem helyes irreális célokat kitűznünk magunk elé, fontosabb, hogy minél jobban megismerjük a segített személy gondolkodását, éreztetnem kell vele emberi méltóságát, és képesnek kell lennem elviselni, hogy nem tudok mindent megoldani, vállalnom kell, hogy nem minden tőlem függ. Sőt, időnként lehet, hogy szükség van a formális szabályok felrúgására is, hiszen nem biztos, hogy ugyanazt várhatom el attól, aki mögött van egy biztos családi háttér, és attól, akinek nincs hova hazamennie.

Viki családi hátterét tanulmányozva arra jutottunk, hogy egy ilyen esetben nagyon fontos, hogy kik azok a „pótszemélyek”, akik helyette-

sítik a hiányzó családi szereplőket. Felismerem, hogy Viki is felépített magának egy „fantomcsaládot”, ahol van néhány férfi tanár apapótlékként, akikre felnéz, akik motiválják, mert felismerték benne a tehetséget – ilyen a lelkész, a magyartanár, az énektanár – Viki éppen ezekből a tantárgyakból teljesít kimagaslóan. Érthető, hogy felnéz rájuk, olykor rajong értük, hiszen a szülőkből való kiábrándulás érzelmi vákuumában „a serdülő mintát keres, amellyel azonosulhat, amelyet mintegy magába szívhat, hogy a fejlődés egy elmulasztott lépését pótolja, magáévá tegyen felnőtt tulajdonságokat, amiket otthon nem tanulhatott meg”.⁸ Mint már említettem, én olykor vigasztaló, olykor gondoskodó „anyapótlék” lettem. Már nem is annyira bántam, hogy múltkor kicsit „anyailag” tettem helyre Vikit. Ha engem nézett ki „pót-mamának”, ezt el lehet fogadnom.

„Minden konkrét emberi kapcsolatban két pólus fejt ki egyszerre hatását: egyrészt a két tőnk között születő mélyebb valóság, másrészt az egymásra kivetített szerepek.”⁹ Elengedhetetlen persze annak tudatosítása, hogy a gyógyító erő nem ezeken a szerepeken keresztül érkezik, hanem működése a kapcsolat minőségén múlik, a belső, személyes találkozáson, melyben engedem úgy létezni a másikat, ahogyan érzi magát, még ha számomra nyilvánvaló is, hogy esetleg tévesen érzékeli saját valóságát.¹⁰

Mindenesetre elhatároztam, hogy még jobban figyelek a határookra, arra, hogy magamnak se ártsak az ő érdekében. Nekem kell szabályoznom a távolságot, úgy, hogy lehetővé tegyem majd a leválást is.

CSALÓDÁS A BARÁTSÁGBAN

Egy reggel a kollégium vezetője keresett. Azzal a kéréssel fordult hozzám, hogy próbáljam meg kideríteni, mi az igazság Viki körül, mert azt állítja, elloptak tőle tízezer forintot, pedig még buszjegyre sincs pénze soha. Szerencsére nem kellett kérdeznem Vikit, mert már a folyosón várt, és dőlt belőle a szó.

⁸ Vikár György: *Az ifjúkor válságai*. Budapest, 1980, Gondolat Kiadó, 73. ■ ⁹ Louf, André: *A többi kegyelem – A spirituális kísérés*. Pannonhalma, 2010, Bencés Kiadó, 109. ■ ¹⁰ Uo. 111–128.

Kliens: Tanárnő, képzelje, ellopták a pénzem, és senki nem hisz nekem. Ha másnak eltűnik valamije, akkor felfogatják a házat, de nálam azt is kétségbe vonják, hogy volt valamim. Keresztapámtól kaptam hétvégén tízezer forintot, hogy vegyek magamnak cipőt.

Segítő: Ez borzasztó! Biztosan nagyon örültél ennek az ajándéknak.

Kliens: Az a furcsa, hogy csak hárman voltunk a kollégiumban: egy fiú egy emelettel feljebb, Nóri meg én. Ezért is állandóan kaptam a fejemre, hogy miért pont Nórival barátkozom. Jó, nekem sem tetszik, hogy cigizik, de azért falazok neki, mert jó fej, meg megértjük egymást. És nekem is elegendő van már a szabályokból. Úgyis mindenki megszegi őket.

Nóriról már én is hallottam, bár nem az én tanítványom, személyesen nem ismertem. Annyit azonban tudtam, hogy nem tanul, hanyag, állandó fegyelmi gondok vannak vele az iskolában és a kollégiumban is. Arról a környékről való, mint Viki, vannak közös ismerőseik, együtt szoktak hazaindulni hétvégén. Egy ideje „összebarátkoztak”, de senki nem nézte jó szemmel ezt a kapcsolatot.

Segítő: Tehát csak ti hárman voltatok benn. Akkor szerinted hogyan történhetett?

Kliens: Fogalmam sincs. Mert vasárnap mi már ebédre bent voltunk. Nem tettem el a pénztárcámat, amikor lementem ebédelni, mert eszembe sem jutott, hogy valaki elviheti ebben a kihalt házban. És mire visszaértem, nem volt benne a pénz. Nóri tudott róla, hogy van pénzem, mert együtt jöttünk a buszon, de őt megkérdeztem. Biztos, hogy nem ő volt. Jóban vagyunk. Miért tenne ilyet? Neki mindig van pénze, nem szorul rá az enyémre.

Segítő: Hihetetlen számodra, hogy képes lenne erre.

Kliens: Nem hiszem, hogy ő tette. Tudom, hogy elég könnyelmű, meg vannak furcsa dolgai, de én jóban vagyok vele, nem lopna pont tőlem, aki falazok neki, ha cigizik.

Segítő: Hát elég nagyot kellene csalódnod benne, ha igaz lenne.

Kliens: Az fáj a legjobban, hogy amikor jelentetem, hogy mi történt, a kollégiumban úgy tá-

madtak rám, mintha loptam volna azt a pénzt. Hát nekem nem lehet már semmim? Kikérdezték persze Nórit is, meg azt a másik fiút, de nem derítettek ki semmit. Akkor meg azzal jöttem, hogy régen megmondták már, hogy ne barátkozzam Nórival, mert rossz vége lesz ennek.

Segítő: Fáj, hogy támogatás helyett még téged hibáztattak.

Kliens: Nem tudom, lehet, hogy nem tehettek semmit. Az fáj a legjobban, hogy azt feltételezik, hogy hazudok. Miért találtam volna ki ezt a mesét? Elegendő van a csórószererepből is. Nekem nem lehet senkim és semmim?

Segítő (Nagyon megsajnálta Vikit, látva teljes kiszolgáltatottságát.): Nagyon elkeseredtél, mert megloptak, és még nem is állt melléd senki...

Kliens: Rosszszulett... De most már mindegy... Tudom, hogy az én hibám is volt.

Segítő: Fájdalmas lecke volt számodra.

Kliens: Az biztos... még az is lehet, hogy tényleg Nóri volt az.

Segítő: ...akit barátnak hittél.

Kliens: Hát elég nagyot csalódtam... Mindegy, már nem érdekel.

Viki gyakran mondja, hogy „mindegy”, „nem érdekes”, „nem fontos”, amikor éppen az ellenkezőjére gondol. Fontos lépésnek tartottam, hogy szembe mer nézni azzal, hogy minden valószínűség szerint Nóri vette el a pénzét, akiben addig megbíztam.

CSALÓDÁS A PÁRKAPCSOLATBAN – SZAKÍTÁS

Vikit sokszor láttam egy megszokott helyen, a folyosón – ilyenkor magányosan állt az ablakban, és kifelé nézett az udvarra: tudtam, hogy sír vagy szomorkodik. Ha volt néhány percem, melléálltam, és megkérdeztem, mi bántja. Ilyenkor szokott jönni az azonnali válasz: „Semmi, csak hülye vagyok történelemből. Megint kettést kaptam.” Vagy: „Belesültem a versbe az előadáson. Akkorát égtem, mint egy ház.” Máskor: „Soha nem fogok megtanulni angolul.” És: „Nem tudtam megszerezni a kötelező olvasmányt, pedig ma írunk belőle.”

Egy újabb ilyen sírós alkalom volt egy téli napon is. Azt hittem, megint a szokásos. Mégsem ez történt:

Kliens: *Lali szakított velem SMS-ben.*

Segítő: (Nem erre számítottam, így én is elbizonytalanodtam, mennyire mehetünk most bele egy mélyebb beszélgetésbe, hiszen mindjárt becsengetnek.)

Kliens: *Nem értem, miért nem akar szóba állni velem. Énvelem nem lehet beszélni?*

Segítő: *Fáj, hogy válaszra sem méltat három év után.*

Kliens: *Három és fél! De most vége.*

Megbeszéltük, hogy délután, nyugodtabb körülmények között folytatjuk a beszélgetést.

Egy ideje egyre több konfliktus volt Viki és Lali között. Úgy éreztem, Lalinak terhére van már ez a kapcsolat, s bár Viki is egyre több kritikát fogalmazott meg Lalival kapcsolatban, még mindig nagyon ragaszkodott hozzá.

Kliens: *Pocsékul érzem magam. Annyit írt, hogy túl jó vagyok hozzá, nem akar tönkretenni. Hát éppen ezzel tesz tönkre. Hogy megyek így haza ezután, és hova megyek haza? (Előveszi a telefonját, és megmutatja az SMS-t.)*

Segítő: *Hmm... Haragszol rá.*

Kliens: *Igen, dühös vagyok. Miért nem tud a szemembe nézni, és megmondani, hogy mit gondolsz? Ennyit sem érdelek meg?... Egyébként meg ott voltam hétvégén. Elment dolgozni, és hagyott egy üzenetet, hogy takarítsak ki. Semmi kérlek vagy köszönöm, vagy amúgy szeretlek.*

Segítő: *Úgy érzed, kihasznált.*

Kliens: *Neki ez így volt kényelmes, és semmilyen erőfeszítésre nem volt hajlandó. Olyan régen kértem, hogy szokjon le a dohányzásról – rengeteget bagózik. Meg hogy keressen más munkát. Folyton csak panaszkodik, de semmit nem tesz, hogy változtasson a dolgokon... Egyébként meg sejtettem, hogy így lesz.*

Segítő: *Te sem hittél már a közös jövőtökben.*

Kliens: *Egy ideje mintha titkolózna. Most utólag rakom össze, hogy egyszer megálltam mögötte, amikor Facebookon beszélt valakivel – egy*

lánnyal –, és valami olyasmit írt, hogy már nem kell sokáig várnia, már nem tart soká...

Segítő: *Becsapottnak érzed magad.*

Kliens: *Ismerem ezt a lányt. Lali fotózni szokta.*

Segítő: *Féltékeny vagy rá.*

Kliens: *...Aktképeket csinált róla.*

Hidegzuhanyként ért ez az információ. Beszélgettünk már arról, hogy Lali fotózik. Annak kapcsán, hogy Viki szerette volna, ha továbbtanul. Úgy írta le, hogy ő egy érzékeny művészlélek. Na de hogy aktfotókat csinál! Ez sosem került szóba.

Azon is elgondolkodtam, hogy mennyire hasonlít ez a helyzet arra, amikor ellopták Viki pénzét. Szinte biztos, hogy a „barátnője” volt a tolvaj. Ez a fiú is meglopja évek óta, és Viki nem mer szembenézni ezzel. Fel voltam háborodva, és nagyon sajnáltam:

Segítő: *Húú, ez most eléggé meglepett! Kiábrándító volt ez a felismerés.*

Kliens: *Tulajdonképpen nyüglődtünk már egy ideje. Mégis megalázó, hogy így dobjon ki. És még ezzel jön, hogy nem akar nekem rosszat, meg túl jó vagyok. Nem tudom, hogy fogok hazamenni...*

Segítő: *Szégyelled, hogy így bántak veled.*

Kliens: *Anya mindig veszekedett velem Lali miatt, nem akarta megengedni, hogy ott töltssem a hétvégét, de otthon meg nem bírtam ki. Mindketten részegek, én főzök, takarítok, és ott van a kishúgom, rá is én vigyázok. Múltkor haza akartam menni, de kikapcsolták a villanyt is, mert nem fizettek. Biztosan elitták a pénzt, ezért átköltöztek a nagynénémhez egy még kisebb lakásba.*

Segítő: *Dühös vagy rájuk, és nem látsz kiutat.*

Kliens: *Most aztán nem tudom, mit csinállok. Beszélék apával. Most van egy élettársa, született egy kishabájuk, meglátogatom őket Pesten.*

Segítő: *Tőle remélsz segítséget.*

Kliens: *Nem tudom, de jó lenne találkozni vele. Felhívom, és hétvégén odamegyek.*

Sajnáltam Vikit, de úgy éreztem, végre elég erős ahhoz, hogy szembenézzen a tényekkel, amelyeket eddig mindig tagadott.

„A kapcsolatok krónikus vesztese mindig az a fél, aki sosem feledkezhet meg a biztonságról, talán mert az élet indulásakor azt tapasztalta, hogy könnyű azt elveszíteni. S mivel a túlélésen kívül nincs a biztonságnál alapvetőbb szükséglet, szinte sohasem hagyhatja el őrhelyét: nem figyelhet kitartóan a maga által kitűzött célokra (gyakran már ki sem tűzi őket), kapcsolataiban pedig nem vesz részt a szabályok kialakításában és ellenőrzésében, pusztán alkalmazkodik.”¹¹

Édesapjával kapcsolatban sem féltettem, természetesen találtam, hogy keresi a lehetőséget, hogy találkozhasson vele, akármilyen lesz is az eredmény.

A SEGÍTŐKAPCSOLAT LEZÁRÁSA

Viki szakítása után néhány héttel volt az utolsó előre egyeztetett beszélgetésünk, amellyel le is zártuk az elmúlt két év találkozásait.

Segítő: *Hogy vagy most Lalival kapcsolatban? Mi történt azóta, hogy szakítottatok?*

Kliens (vállat von...): *Azóta beszélünk már, de nem tudtam meg semmi újat. Tök felszínesen, csak köszönünk egymásnak, nincs semmi különös...*

Segítő: *És milyenek a hétvégék?*

Kliens: *Voltam apáéknál. Irtó édes a kishúgom. Megmutassam? (Fotókat mutat a telefonján. Rendkívül lelkesen számol be a találkozásról. Meglepett az egyszerű, de tiszta, rendezett otthon a képeken. Szomorúan képzeltem oda Vikit, akinek itt nem jutott hely az elmúlt években. A baba nagyon pici, újszülöttnek tűnt.) Előző héten hozták haza a kórházból, de én mindenben segítettem. Nagyon jól kijöttünk az anyukájával is, nagyon intelligens. Megérttem apát, hogy őt választotta.*

Segítő: *Tehát jól kijöttetek. Jó volt látni egy ilyen családot.*

Kliens: *Persze, annyira jó volt! Remélem, hamarosan mehetek újra.*

Viki nincs tisztában pontosan azzal, hogy édesapja mit is dolgozik és hol, de teljes biza-

lommaal vetette bele magát újrainduló kapcsolataiba. Áradozott arról, hogy milyen kedves az új asszonyka, milyen aranyos a kisbaba. Reménykedett, hogy rendszeresen ott töltheti a hétvégét.

Én magamban erősen kételkedtem, hiszen eddig szinte semmilyen kapcsolata nem volt apjával. Azon gondolkodtam, vajon nem idealizálja-e Viki ezt a kapcsolatot is, vajon szembe mer-e nézni azzal, hogy valójában nem sok keresnivalója van ebben a most formálódó családi otthonban. Kicsit szégyelltem is magam e gondolataimért, de nem hittem el, hogy annyira jól ment minden, és olyan szeretettel fogadták, mint ahogy utólag beszámolt róla.

Segítő: *Nagyon vágyasz arra, hogy ott lehess... egy igazi családban.*

Kliens: *(Talán Viki sem gondolta teljesen komolyan, hogy annyira zökkenőmentes volt minden, vagy a hiányérzet fájdalma kerekedett felül benne, mert inkább témát váltott.) Tiszta ideg vagyok már az érettségi miatt. Nem tudom, felvesznek-e. Nem akarok máshová menni, nem akarok elmenni erről a környékről.*

Segítő: *Itt érzed otthon magad.*

Kliens: *Nem megyek el innen. Orvost sem akarok váltani. Ezt megszoktam, ez jól kezel, megbízom benne... Igazából félek a változástól. Nem tudom, mi lesz, hogy lesz...*

Segítő: *Félsz a jövőtől.*

Kliens: *Nem tudom. Fejembe vettem, hogy lelkész leszek. Tudom, olyan vagyok, mint egy öt éves kisgyerek, aki azt mondja, hogy tűzoltó akar lenni, és nem törődik semmivel.*

Nemcsak az öt éves kisgyerekekkel van ez így. A serdülő nagyszerű gondolatai és viselkedése közt sincs mindig összhang. „Nagyzasos ábrándokba vonul vissza: a világ ura lesz, nagy felfedező, művész, író vagy kalandor... A külvilágról kevés tudomást vesz.”¹² Valóban, Viki néha komolyabb némelyik felnőttél is, máskor pedig makacs, mint egy kisgyerek. De talán már az is előrelépés, hogy tudja, megfogalmazza, hogy a lelkészi pálya számára irreális cél.

¹¹ F. Várkonyi Zsuzsa: *Tanulom magam*, i. m. 84. (Lásd a 7. lábjegyzetet.) ■ ¹² Vikár György: *Az ifjúkor válságai*, i. m. 81. (Lásd a 8. lábjegyzetet.)

A kisebbségi érzés akkor múlik el, ha az ember el tudja magát fogadni annak az értékhor-
dozónak, aki valójában. De amíg ezt az egyen-
súlyt meg nem találja, felváltva becsüli túl és be-
csüli alul magát. Ez a ciklikusság okozza az állandó
feszültséget és a kisebbségi érzést.¹³

Segítő: *Nem érzed egészen reálisnak ezt a pályát
számra.*

Kliens: *Nem tudom, azt tervezem, hogy visszajö-
vök ide az egyházhoz.*

Segítő: *Sokat jelent neked ez a hely.*

Kliens: *Sokat köszönhetek neki. Hatalmas segít-
séget, támogatást nyújtottak itt nekem. Min-
dig segítettek, ha szükségem volt valamire.*

No lám, egy kis távolságból megítélve talán
még a szabályokat is el lehetett viselni – gon-
doltam magamban. Ez a mostani „hálás” meg-
fogalmazás hitelesebben hangzott, mint amikor
kezdetben beszélgettünk a betegségről, és arról,
hogyan Viki mindent Istennek köszönhet.

Segítő: *Sok szép élményed volt itt.*

Kliens: *...A műtétem volt a legjobb – hogy meglá-
togattak és gondoltak rám.*

Segítő: *Szerettek itt téged. Hálás vagy érte.*

Kliens: *Viszonylag igen.*

Segítő: *Vegyes érzéseid vannak.*

Kliens: *Igen, azért a diszkréciójukat fejleszteniük
kellene. A hátam mögött sokan beszéltek a ma-
gánéletemről. A kollégiumban a titoktartás a
legkevésbé működő dolog.*

Hiába, a kollégiumban azért sok konfliktussal
kellett szembenéznie. De örülni tudtam annak,
hogyan Viki már nem „hasítja szét” a kellemes és
kellemetlen élményeket, végre őszinte hálával
tud megemlékezni az itt töltött évekről jó és rossz
oldaláról.

Segítő: *Ez nehéz lehetett neked.*

Kliens: *Azért tanultam alázatosságot is, megta-
nultam alkalmazkodni és viselkedni. Nagyon
jó tanáraim voltak. Ilyenek nincsenek máshol.*

Segítő: *Elbizonytalanodtál, hogy megtalálod-e
ezt a támogatást máshol is.*

Kliens: *Úgyis visszajövök.*

Segítő: *Megerősít téged, hogy ide visszatérhetsz.*

Tehát ez volt az utolsó „hivatalos” beszélge-
tésünk. Végül Viki még egy lépéssel közelebb
került a realitáshoz: vallás tanári szakra adta be
a jelentkezését, nem vállalta a lelkesi hivatást.
Persze azután is találkoztunk az iskolában, és
néhány szót váltottunk a folyosón. Viki többet
nem is említette az apját, nem ment hozzájuk
újra. Sikertelenül elémie, hogy hétvégén bennma-
radhatott a kollégiumban. Máskor szavalóverse-
nyeken indult, és nyert, országos döntőbe jutott
szép magyar beszéd versenyen is – ezekre az al-
kalmakra vidéki városokban került sor, többnyire
szombatonként, olyankor pedig ott tölthette
a hétvégét.

A sikerélményeknek, szerepléseknek örültem,
ezekből arra következtettem, hogy igazából
minden rendben van, hiszen ezek extra energi-
át igénylő feladatok, s ilyenkor közönség előtt
kell helytállni. Örültem, hogy sorozatban ilyen
eredményesen tudja megmutatni magát Viki.

Még a legrosszabb élethelyzetekben is van-
nak oázisok, ahol feltöltődhet az ember.¹⁴ Viki
életében ez az oázis a zene, a dal, a vers, ame-
lyek szeretetét édesanyjától kapta. A csalódások
után abban nyert vigasztalást, az jelentette szá-
mára a túlélést, hogy belefeledkezhetett a sza-
valásba, éneklésbe.

A versenyeken dicsérték Viki különleges, mély
hangját, szép, tiszta beszédét. Ez arra indította,
hogy esetleg rádióban szívesen kipróbálná ma-
gát, szeretne vallási műsorokban szerepelni.
Most először éreztem, hogy ez igazán reális és
neki való feladat lenne.

Beavatott abba is, hogy levelezik egy vidéki fi-
úval, akivel valamelyik versenyen ismerkedett
meg, és meghívta a ballagására is, bár tudja, hogy
valószínűleg nem tud majd eljönni. Ez is végre
egy olyan realitás, amelyet régebben Viki nem
biztos, hogy rögtön elfogadott, belátott volna.
(Korábban számtalanszor beszélt arról, hogy La-

¹³ Gyököcssy Endre: *Életápolás*. Budapest, 1991, Szent Gellért Kiadó és Nyomda, 78–79. ■ ¹⁴ Kast, Verena: *Apák – lányok, anyák – fiúk – A szülőkomplexustól az önálló személyiségig*. Budapest, 1994, Park Könyvkiadó, 150–156.

li megígérte, hogy elutaznak valahová vagy sátorozni mennek. Még konkrét időpontot, helyszínt is említett, és sosem lett belőle semmi.)

A csalódások sorozata az elengedés élményéhez is hozzásegítette Vikit. Elengedte „barátnőjébe” vetett bizalmát, párkapcsolatát, talán még édesapját is, megengedte magának, hogy az igazságot lássa, ne az ideálokat, és ez hozzásegítette a változáshoz. Beszélgetéseink kezdetén, amikor betegségéről és szörnyű fájdalmairól beszélt, még tele volt gátlással, visszatartotta igazi érzéseit. Most egy kissé a hangja is megváltozott, kicsit elkomorult, elcsendesedett, és mélyen személyes érzéseit osztotta meg velem:¹⁵

Kliens: *Nagyon félek a nyártól. Nemrég egyszer hazamentem – tíz liter bor fogyott el egy hétvégén, mindenkit nekem kellett kiszolgálnom, egy percet sem tudtam tanulni.*

Segítő: *Megijeszt, hogy egész nyáron ezt kell majd csinálnod.*

Kliens: *Nem is fogom csinálni! Két táborba már biztosan megyek. Az egyiket nyertem, a másikra meghívtak, és még pár napra meghívtak a szobatársaim is. Velük mostanában nagyon jól kijövünk... Sajnos az osztálytársaimmal nem ez a helyzet. Két hete is jól összeveztem a padtársammal, de már nem érdekel.*

Segítő: *Elszomorít, hogy továbbra is vannak konfliktusok köztetek.*

Kliens: *Nem sokat változtak, szerintük én nyalizom a tanároknak... Mert jobb jegyet kaptam tőriből, mint Teri.*

Segítő: *Fáj, hogy irigyelnek.*

Kliens: *Az a baj, hogy Teri nagyon durván tette ezt szóvá nekem. De megmondtam neki a magamét. Megmondtam, hogy nem beszélhet így velem.*

Eszembe jutott, amikor Viki kilencedikben a könnyeit nyelte csak egy-egy sértő megjegyzés után, és teljesen elnémult. Örülök, hogy most már meg tudja védeni magát, ki tud állni magáért. S annak is örülök, hogy a szobatársaival tényleg megtalálták egymást, segítenek egymásnak.

Minden tekintetben úgy éreztem, Viki megérett az önállóságra, tudja, mit akar, szert tett némi önismeretre, kezd rátalálni értékeire, és azokat büszkén vállalja is.

ÖSSZEGZÉS

Izgalmas volt számomra, hogy Viki útítársa lehettem kalandos felfedezőútján, melyet befelé, önmaga megfektéséért vállalt, és kifelé, amikor mások felé tett lépéseket. Átéltettem vele a zsákutcák kilátástalanságát is, és mellette lehettem néhány útelágazásnál, ahol persze ő hozta meg a döntéseket, s a legyőzött akadályok során lettek egyre határozottabbá léptei.

Beszélgetéseinkben a serdülőkör megoldandó nagy kérdései jelentek meg: az identitás keresése a pályaválasztással összefüggésben, a kortársakhoz fűződő viszony, baráti szálak keresése és a párkapcsolatra való alkalmasság kialakítása. Minden kérdés mögött ott volt persze Viki zilált családi háttere, sebzett gyermekora, amely megnehezítette másokhoz való viszonyulását, önmagára találását.

„A serdülőkör első kapcsolatai sokszor csak a menekülést szolgálják a család vonzó-taszító világából. Soha emberi kapcsolatok finom árnyalatait nem érzi – és nem szenved meg – ennyire az ember, mint a felnőttkor küszöbén. A másik ember felfedezése és önmagunk tükröződése a másikban soha többé ekkora élményt nem jelent – és soha többé nem szenvedünk ennyire egy félresikerült hangtól vagy az össze nem találkozó gondolatoktól.”¹⁶

Kapcsolatunk az átlagos tanár-diák viszonyból kezdetben spontán fűződött szorosabbra, később határait felismeréséhez és megtartásához komoly segítséget jelentettek a mentálhigiénés képzésen szerzett ismeretek, esetmegbeszélések. Megtanultam, hogy elfogadó, együtt érző természetem segítségemre van, hogy a másik ember könnyen bizalmába fogadjon, megnyíljon, érezze, hogy mellette állok, de a segítőkapcsolatban figyelmem kell arra, hogy tudatosan is az ő fejlődését tartsam

¹⁵ Pennebaker, James W.: *Rejtett érzelmeink, valódi önmagunk – Az őszinte beszéd és írás gyógyító ereje.* Budapest, 2005, Háttér Kiadó, 65–68. ■ ¹⁶ Vikár György: *Az ifjúkor válságai*, i. m. 89. (Lásd a 8. lábjegyzetet.)

szem előtt, s közben figyelembe kell vennem, hogy érzéseim ne zökkentsenek ki a segítői szerepből.

Összességében úgy érzem, együttműködésünk sikeres volt. Bár Vikinek bizonyára sok nehézséggel kell még megküzdenie, beszélgetéseink során egyre bátrabban nézett szembe problémáival, egyre realisabb lett önértékelése, erősödött önbizalma.

Betegségével kapcsolatban is megnyugtató, hogy állapota nem rosszabbodott, pedig szó volt arról, hogy esetleg még egy műtetre szükség lehet. Az utolsó tanévben átélt kudarcok és csalódások ellenére általános egészségi állapota is javult, hiszen alig hiányzott az iskolából. Sikerei pedig minden fájdalma ellenére Jézus szavait igazolták: „az igazság szabaddá tesz titeket” (Jn 8,32b).