

# **Új gyógyító mesék**

**Gerlinde Ortner**

**Published by Móra**

**1997**

## **Tartalom**

### **BEVEZETÉS**

### **A SZÜLŐKNEK A MESÉKRŐL**

### **A MÉRTÉKTELEN TV-NÉZÉS ELLEN**

### **MEGBOLONDULT A TV-KÉSZÜLÉK!**

### **FOGYATÉKOS GYEREK AZ OSZTÁLYBAN**

### **A TÍZPRÓBA**

### **MÁSFÉLE GYEREK AZ OSZTÁLYBAN**

### **AZ ELVARÁZSOLT VIDEOKAZETTA**

### **AZ AGRESSZÍV VISELKEDÉS ELLEN**

### **LURI, A VISNOPINTÓ GYEREK**

### **TAKARÉKOSSÁGI INTÉZKEDÉSEK, ANYAGI GONDOK**

### **GLOBULÓ, EGY GLOBULI A GLOBULUS BOLYGÓRÓL**

### **ELUTAZNAK A SZÜLŐK**

### **A POTYOGÓ KÖNNYEK – ÉS A SZERETET-KALENDÁRIUM**

### **RETTEGÉS A KÓRHÁZBA KERÜLÉSTŐL, AZ ELVÁLÁSTÓL**

**A VIDÁM BETEGSZOBA**

**GÁTLÁSOSSÁG ELLEN**

**A PICI KÉMÉNYSEPRŐ**

**HOGYAN LEHET ELVISELNI A LEMONDÁST, A CSALÓDÁST?  
ÉS VESZÍTENI IS TUDNI KELL!**

**HUH, A FEHÉR KÍSÉRTET**

**FELVILÁGOSÍTÁS**

**PAPÁS-MAMÁS JÁTÉK**

**HA A SZÜLŐK VESZEKSZENEK...**

**A BŰVÖS NAPSZEMÜVEG**

**ELVÁLTAK A SZÜLŐK**

**A KIS, DUNDI HÖLGY**

**A GYEREKÜKET EGYEDÜL NEVELŐK GYEREKE:  
SZORONGÁS A MAGÁRA MARADÁSTÓL**

**A DENEVÉR**

**IMPRESSZUM**

## **BEVEZETÉS**

Ezekét a meséket, történetkéket közvetítőknak, a felnőtt és a gyerek közötti hasznos párbeszéd részeinek szántam. A mesék és a hozzájuk fűzött elemzések célja, hogy a családi helyzet okozta konfliktusokat felfedjék, közös erővel enyhítsék, és hozzájáruljanak a szocializálódási problémák megoldásához. Ebben a kötetben is, akár az előzőben, a Gyógyító mesékben, konkrét javaslatokat teszek a közös problémamegoldásokra, mégsem lehet a meséket és a hozzájuk fűzött magyarázatokat egyszerűen terápiapótléknak vagy problémamegoldó receptnek felfogni.

Javaslatom, hogy a gyerekekkel rajzoltassunk illusztrációkat a mesékhez, és ábrázolják az így szerzett benyomásaikat is. Ily módon nemcsak a mese tartalmát tudják jobban feldolgozni, hanem láthatóvá tehetik saját gondolataikat és érzéseiket is. A gyerekek rajzai összekötő hídként szolgálhatnak szülő és gyerek között, elősegíthetik a bővebb beszélgetéseket és a gyerek élményeinek jobb megértését.

A könyv fő célja, hogy szülő és gyerek kapcsolatát mindkét irányból előmozdítsa, és hozzásegítsen ahhoz, hogy a felnőtt igazán megértse a gyerek érzelmeit. Nem elég tehát, ha a gyerekek maguk olvassák ezeket a meséket, és megtalálják benne saját problémáikat, de az sem elég, ha a történetkéket felolvassák nekik. Másrészt az sem elegendő, ha a szülők kizárólag elméletileg tanulmányozzák, hogyan kezeljék gyermekeik nehézségeit. Csak az vezet a megértésre és a megérettség érzésére, ha együtt boncolgatják a történeteket, saját problémáikra, saját konfliktusaikra, saját érzelmeikre vonatkoztatva.

## *A SZÜLŐKNEK A MESÉKRŐL*

A szülő tudja legjobban, mit enged meg a gyerekének, mit kell tiltania, vannak határozott elképzelései és céljai, amelyekre a neveléssel törekedni akar. Ismeri gyerekének minden erényét és hibáját. Igyekszik a legjobbat juttatni neki. Az összeütközéseket, a magatartási és kapcsolatteremtési gondokat mégsem lehet teljesen elkerülni. A gyerek érzelmeit a felnőttek gyakran teszik ki túl nagy teherpróbának, és aztán érzékenységükben magukra hagyják őket. Okozhatja ezt akár valamilyen családi bonyodalom, a társadalmi helyzet megváltozása, akár vélt vagy valódi meg nem értés a szülő vagy más illetékes személy (tanító, osztálytárs) részéről.

A nevelés csak másodsorban folyomódhat tilalmakhoz, parancsokhoz, nem állhat irányvonalakból és teljesítmény-elvárásokból. A helyes nevelés elsősorban a gyerek lelki stabilitásának megteremtésére irányul. A gyerek csak ezen az alapon lesz képes követni a nevelési irányvonalakat.

Hogyan érhetjük el gyerekünk jó lelki egyensúlyát? Minden ember elvárhatja lelki alapszükségleteinek kielégítését, vagyis hogy komolyan vegyék, megértsék és méltányolják. Ez azt jelenti, hogy a szülőnek a gyerekénél (sőt a partnerénél is!) különbséget kell tennie a „magatartás” és a „jellem” között. Sok szülő követi el azt a hibát, hogy a gyerektől megkívánt magatartástól teszi függővé, milyen szeretettel viseltessen iránta. „De hát csak nem dicsérhetem a gyereket, ha nem viselkedik helyesen!” – hangzik el gyakran a cinikus ellenérv. Senki nem várhatja el a szülőtől, hogy a gyereket helytelen magaviseletéért dicsérje. De megengedhetetlen, hogy a gyereket rosszhiszeműséggel gyanúsítsuk. Egyetlen normális gyerek viselkedése sem lesz negatív, hacsak viselkedésének nincs valami oka (lelki konfliktusok, viszonzatlan érzelmek, bizonytalanság...), amit a szülők helytelen reagálása csak tovább erősít és ébren tart.

Ha tehát a gyerek magatartása negatív, ő maga azért nem negatív – ezt mindenki beláthatja. Mégis, sok szülő ezzel az egyszerű ténnyel nem számolva neveli a gyerekét, összetévesztve a viselkedését a jellemével.

Ennek a félreértésnek a következménye, hogy sok szülő nehezen tud igazán megbízni a gyerekében. Pedig ki másban bízhatnánk meg teljesen, mint a saját gyerekünkben? Mielőtt ezt valaki kétségbe vonná, emlékeztetni akarok arra, hogy nem a gyerek magatartásáról beszélek. Egyetlen embert sem ajándékoznék meg a viselkedése alapján előzetes bizalmammal – még saját magamat sem. A viselkedést túl sok tudatos és öntudatlan lelki folyamat befolyásolja.

Így például az agresszió rendkívül negatív viselkedés; lelki háttérét, emocionális előzményeit azonban én gyakran még értékesnek is tartom. Ez természetesen nem jelenti azt, mintha lándzsát törnék az agresszió mellett. Csak arra kívánom felhívni a figyelmet, milyen fontos, hogy bepillantsunk egy magatartásforma kulisszái mögé. Először a belső történést kell megvizsgálni, csak azután ítélni meg az ebből származó viselkedést.

Mi rejlik tehát igen gyakran az agresszió háttérében? Érzékenység, bizonytalanság, megoldhatatlannak vélt konfliktusok, alacsony frusztrációtűrési küszöb, sértettség, megbántottság, csalódottság, a tehetetlenség érzése valamilyen nehéz helyzetben, vagy az az érzés, hogy üldözik, elutasítják, magára hagyják az embert.

Milyen szükségletek képezik az alapját ezeknek az érzéseknek? Vágyakozás az elismerésre, megértésre és szeretetre. Vagyis minden ember alapszükségletei, amelyek kielégítése nélkül nem érhető el belső stabilitás.

Ez természetesen nem azt jelenti, hogy mindenki, akinek a lelki alapkövetelményeit nem elégítik ki, agresszívan reagál, sőt zöld utat is kap az agresszióra. Az, hogy a külső és belső konfliktusok tipikus reakciójaként éppen az agresszió jelenik-e meg valakinél, nagyban függ a neveléstől (figyelemmel és szeretettel erősíteni lehet a gyerek lelki egyensúlyát, nem szabad szokványos magatartási válaszutak elé állítani), és függ a társadalmi mintától is (modell követése). Gyakori, hogy az agresszivitás eléri célját, közvetlen sikerélményt hoz (a gyerek a figyelem középpontjába kerül, engednek az akaratának, respektálják, sikerül kiadni magából a mérgét...) és ez tovább erősíti benne ezt a vonást.

Csakis akkor tudunk valamilyen viselkedés ellen céltudatosan fellépni, ha előbb felkutattuk annak pszichikai hátterét, és ily módon megértjük az érintett gyerek jellemét.

Aki meg akarja változtatni gyermekének rossz szokásait, helytelen magatartását, az vegye figyelembe a Gyógyító mesék című kötetben pontosabban kifejtett tanulságot: „A gyerek egy bizonyos magatartása által kihívott mindennemű azonnali reagálás, akár pozitív, akár negatív, azt eredményezi, hogy ez a magatartás gyakrabban fog ismétlődni. A reagálás, és ezzel az, hogy odafigyelnek rá, buzdítólag hat, akár rendreutasítják, dicsérik, bírálják vagy szép szóval rábeszélnek valamire. Ez azt jelenti, hogy a rendreutasítást és a bírálatot kerülni kell. A helyes nevelői hozzáállás: elismerően hivatkozni kell a gyerek korábbi, példás viselkedésére, pozitív tapasztalatokra. Dicsézően beszélni róla, előlegezve a bizalmat. Csak ha még ezután is szükséges, magyarázzuk el neki, miért kerülendő a hibás magatartása, és hogy milyen kellemetlenségeket vonhat maga után (például kedvezmények elvonása, de sohasem a szereteté!).”

Gondoljuk meg: szinte senkit sem indít magatartási megváltoztatására – még minket magunkat sem – a lesújtó kritika, az elutasítás és a kioktatás. Erősítsük és stabilizáljuk a gyereket az elismerésünkkel. Az elismerésnek semmi köze az elkényeztetéshez vagy az agyondicséréshez. Minél gyakrabban juttassuk a gyereket elismeréshez, a pozitív visszajelzés (feedback) formájában, a következő pontok szellemében:

Hivatkozunk egy konkrét szituációra, ismertessük röviden.

Nevezzük meg, mit figyeltünk meg a gyereknél, milyen pozitívumot tapasztaltunk, és ezek szerintünk mit jelentenek a gyerek képességei, jó tulajdonságai, tehetsége vonatkozásában.

Hangsúlyozzuk saját benyomásainkat, és hogy ezek a felismerések nekünk magunknak mit jeleznek. Hangsúlyozzuk saját bensőséges kapcsolatunkat a gyerekekkel.

Már magával az elismeréssel néhány alapvető szükségletet kielégítünk: mindenki szereti, ha komolyan veszik és méltányolják. Gyakoroljuk magunkat a gyerek megértésének tudományában. A feltételét ismerjük: különbséget kell tenni a gyerek magatartása és a jellem között, fel kell ismerni a lelki folyamatokat, a gyerek érzelmeit, és ezekről megértően kell szólni. Itt nem az olyan szokványos mondatokra gondolok, mint: „Megértem én, hogy te így és így érzel, de be kell látnod, hogy...” Távol áll a gyerek megértésétől az, aki megpróbálja valamiről lebeszélni, vagy valamire rávenni, és az ő hozzáállását nem veszi figyelembe.

Éppen az érzelmek vonatkozásában a legfontosabb, hogy őszintén beszéljünk egymással. Nem kell attól tartani, hogy az ilyen beszélgetéssel darázsfészekbe nyúlunk, vagy feltépünk gyógyuló sebeket. Semmi sem nyújt olyan vigaszt, mint ha megértik az embert. Erre pedig csak akkor van mód, ha a másiknak az érzéseit ismerjük és komolyan vesszük.

Hiszen ha valamiért nagyon szomorkodunk, azt kívánjuk-e, hogy győzködjenek bánatunk oktalanságáról, bagatellizálják a gondunkat, hitetlenkedjenek? Bizonyára nem. A szokásos reagálások: „De hiszen ez nem is olyan nagy baj”, „Szedd össze magad!”, „Tereld el a figyelmedet, ne éld bele magad annyira!”, „Majdcsak rendbe jön”, „Vannak ennél nagyobb tragédiák is” stb. valószínűleg még mélyítik a bánatot, de a legjobb esetben is felbosszantanak.

Csak az érzés elfogadása, dramatizálás nélküli átvétele, a legegyszerűbb, legbanálisabb reakció („Búsulsz, ugye?”, „El tudom képzelni, mennyire fáj az ilyen csalódás”) útján nyújthatunk azonnali segítséget, és ez többet ér bármilyen jó tanácsnál. A gyerek viselkedése ne térítsen el minket attól a szándékunktól, hogy az érzelmek hátterét felderítsük. Megértően beszéljünk el vele az érzelmeiről, még mielőtt a magatartására terelnénk a szót, vagy megpróbálnánk megoldást keresni a bajára.

Ne felejtsük el, hogy mi vagyunk gyermekünk példaképe. Mutassuk be a magunk példáján, hogyan kell kezelni az érzelmeket. Ne általánosságban reagáljunk valamilyen érzésre, hanem világos információként, félreérthetetlenül nevezzük meg az érzelmünket. Vállaljuk az érzéseinket. Győzzük meg a gyereket, hogy nem gyöngeség jele, ha valakinek érzései vannak, és hogy az érzések mindig helyesek. Csak aki felismeri és vállalja az érzelmeit, az tanulja meg, hogyan bánjon velük. Így akadályozza meg, hogy a felgyülemlett érzelmek a helytelen magatartás hirtelen kinyíló szelepén keresztül kiáradjanak.

Könnyebb lesz a gyereket buzdítani, lelkesíteni, megerősíteni, ha elismeréssel, megértéssel, odafigyeléssel és érzelmei feltárásával segítjük.

Szeretném, ha a könyvemet így értelmeznék.

## *A MÉRTÉKTELEN TV-NÉZÉS ELLEN*

A televíziót gyakran vádolják azzal, hogy megöli az emberi kommunikációt. A baj orvoslása mégsem az, hogy kitiltjuk a házból a tv-készüléket. A kritikus szemmel kiválasztott műsor és az utána következő beszélgetések éppen hogy erősíthetik a kommunikációs kapcsolatokat.

Különösen nehéz ott rávenni a gyerekeket a mértékletes és céltudatos tv-nézésre. Ahol egyrészt a szülők állandóan bekapcsolva tartják a készüléket, másrészt nem igyekeztek már korábban szelíden a megfelelő irányba terelni a gyerekeket. A tv előtt tölthető idő hirtelen csökkentését a gyerekek büntetésként fogják fel, és még jobban vágnak a képernyőre.

A televízióhoz szokott gyerekeket csak úgy lehet elterelni a képernyőtől, ha vonzóbb elfoglaltságot tudunk ajánlani nekik. De bizony nem könnyű naponta a filmeknél szórakoztatóbb programot nyújtani.

Ha tehát nem vezettük be idejében bizonyos adások kiválasztását, és ily módon nem korlátoztuk a képernyő előtt eltölthető időt, akkor csak kis lépésekben tudjuk megváltoztatni a szokásokat.

Ez a mese alkalmat nyújthat arra. Hogy elbeszélgessünk gyerekünkkel kedvenc műsorairól. Tudakoljuk meg, miért éppen ez érdekli, mi tetszik benne. Az így nyert információkból következtethetünk rá, hogyan kell irányítanunk a gyereket, és hogyan vehetjük rá. Hogy segítségünkkel kritikusan válogasson a műsorok között. Eközben ne ítéljük el a gyerek ízlését, és ne próbáljuk ráerőszakolni a magunkét. Faggassuk ki, mi miért tetszett neki, konkrétan emeljük ki azt, amit pozitívnak találunk, tegyünk összehasonlításokat. Csak így sikerülhet a kritikátlan hozzáállást fokról fokra differenciáltabbá tenni (de még nem szabad rávenni a gyereket, hogy egyes adásokról önként lemondjon!). Nem szabad elfelejteni, hogy óriási a barátok befolyása a gyerekre. Ha egyes műsoroaktól eltiltjuk, az presztízsveszteséget jelent számára, és azt a veszélyt is. Hogy a barátai kinevetik, nem veszik komolyan.

„Díjazzuk” bizonyos adások kiválasztását azzal, hogy utána beszélgetünk róluk a gyerekekkel. Mutassunk érdeklődést, legyen a beszélgetés élénk és derűs, legyen ez kellemes utóhangja annak a bizonyos adásnak. A túlzott, kritikátlan tévénézésnél viszont jelezzük, hogy bennünket ez nem érdekel.

Ezután következhet a televíziózási idő korlátozásának második lépése. Állítsunk fel a gyerekekkel együtt egy „Szabadidőprogram-ranglistát” és egy „Élvezeti mérleget”. Beszéljük meg. Milyen foglalkozások szereznek neki örömet. Álljunk elő csalogató új ötletekkel. Legyen ez a beszélgetés is természetes és szórakoztató!

Az „Élvezeti mérleg” felállításához gondoljunk végig együtt, mik azok a dolgok, amelyek gyakran igazi élvezetet szereztek neki, és milyen hasonlóak adódhatnak még a hétköznapjaiban. Élvezni valamit csak úgy lehet, ha elég időt szánunk rá, minden érzékszervünkkel oda fordulunk, teljesen átadjuk magunkat. Bármilyen apróság lehet élvezetes: például egy szem eper látványa, illata, íze. Vagy egy bolyhos játék mackó simogatása stb. És persze a testi érintkezés a szülőkkel, az ölelgetés. A hozzábújás.

Írjuk fel ezeket a szórakozási és élvezeti alkalmakat egy papírlapra. Vegyük rá a gyereket, hogy mindennap válasszon ki közülük egyet-kettőt. Éreztesük vele, hogy mennyire érdekel bennünket, hogyan fogja most a szabadidejét eltölteni, mi mindent készül csinálni. Dicsérjük meg a terveieért – és utána természetesen még inkább a végrehajtásukért.



Csak most, ilyen előkészítő lépések után lehet áttérni a televízió nézés konkrét, közösen megállapított szűkítésére. Beszéljük meg a gyerekekkel a napi műsort, hivatkozzunk az előkészítési időszakban megállapított érdeklődésére, céljaira, s emlékeztessük azokra az ötleteire és tevékenységeire, amelyeket akkor megdicsértünk. Hadd válassza ki aznapi kedvenc műsorát, és egyeztesse vele az élvezeti, aktivitási és televízió-nézési időket. Ne kényszerítsük arra. Hogy a többi műsorról lemondjon, inkább ahhoz csináljunk kedvet, hogy örömmel végrehajtsa a közösen eltervelt szabadidőfoglalkozásokat. Ne felejtünk érdeklődést mutatni és az elismerésünket kifejezni!

Egy kérés: ne ragaszkodjunk mereven a televízió nézés időpontjához és időtartamához! Túlságosan durva fellépés volna a film befejezése előtt kikapcsolni a készüléket, csak mert lejárt a meghatározott idő.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet. Az ábrázolás alkalmat ad arra. Hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## **MEGBOLONDULT A TV-KÉSZÜLÉK!**

Petra, Gyurka és Éva jó barátok. Lehet, hogy most azt képzeled, hogy ők hárman meg-meglátogatják egymást, közös programokat terveznek, vagyis olyasmit csinálnak, amit barátok szoktak. Csakhogy erről szó sincs. Petra, Gyurka és Éva csak az iskolában találkozók. Hogy miért van ez így? Éva a város egy másik kerületében lakik. Petra és Gyurka ugyan szomszédok, de soha sem futja az idejükből találkozgatásra. Minden szabad percüket a képernyő előtt töltik.

Ha az iskolában csevegnek egymással, akkor is mindig csak a tv-műsorról esik szó. Petra és Gyurka azon verseng, ki látott előző nap több filmet. Persze Éva is szívesen tévézik, de nála éppen fordítva áll a dolog: sohasem marad ideje arra, hogy hosszan üldögéljen a képernyő előtt. Náluk a családban mindig történik valami. Évának sok testvére van. sok barátjuk is jár hozzájuk, és senki sem akar egész idő alatt kizárólag a képernyőre bámulni.

Petra és Gyurka, a két szomszéd gyerek, nézhetne együtt is filmet. Csakhogy Gyurkát csak a krimi érdekli, meg még a rajzfilmek és a sport. Petra viszont a show-műsorokat és a családtörténeti sorozatokat szereti. Azonkívül, ha együtt néznék a filmeket, akkor az iskolában nem volna mivel lepipálni a másikat, és talán már nem is volna miről beszélgetniük. így azután a három jó barát a szabadidejét továbbra is külön tölti.

Petra ma már egész délután a tv előtt ült. A készülék olyan régen be van kapcsolva, hogy mind melegebb lesz, majdnem felforr. Petra izgatottan várja a film végét, de éppen a befejezés előtt megjelenik egy reklám. Petra általában szereti ugyan a reklámokat, most mégis bosszantja, hogy a legizgalmasabb pillanatban szakadt meg az előadás. A reklámnak meg nem akar vége lenni, minduntalan ismétlődik ugyanaz a szöveg. Ez már Petrának is sok. átkapcsolja a készüléket egy másik csatornára. De milyen furcsa, ez az állomás is ugyanazokat a reklámokat sugározza! Petra egyik csatornáról a másikra ugrál, hiába, mindenhol csak reklám jön be. reklám és reklám.

– No. nem baj – vigasztalja magát –, majd csak játszanak valahol filmet is – és kitartóan üldögél tovább. Együtt mondogatja a tv-vel a reklámok szövegét, hiszen mindet betéve tudja. Petra Gyurkára gondol, akit holnap majd elkábíthat a reklámszövegekkel, és csak nézi, nézi, hallgatja a hirdetések.

Bumm. bumm, bimbabumm, tatatata, rececece, hopp, hopp, hopp, söpörnek ki a fejéből minden gondolatot a reklámok. Petra mozdulatlanul ül tovább, a képernyőre mered. Egyszerre felriasztja egy csöngetés: Gyurka ront be a lakásba, izgatottan hadarja:

– „Milyen puha a pulóvered! Új? Nem, csak...” Jaj, dehogy, egészen mást akarok kérdezni. „A tv-készülékek új generációja...” Ezt sem akartam mondani! „Szembetűnően alapos...” Dehogyan... A te tv-készüléked is megbolondult? Órák óta nem jön be más. csak Ultra-szuper-mega-reklám, reklám, reklám és reklám, semmi egyéb. Délután közvetíteniük kellett volna a focimérkőzést... „ÚJ Duo forduló”, de minden csatornán „Micsoda különbség!” Segítség, már nem is tudok értelmesen beszélni, még én is megbolondulok a végén! Azt akartam mondani, hogy nálam minden csatornán csak a hülye reklámokat adják.

Petra nem is érti, mi izgatta így fel Gyurkát, nem hall mást, csak a reklámszövegeket. „Mindent a szemnek és mindent a kéznek.”

– De hiszen te is meggabalyodtál – rémüldözik Gyurka. – A te készülékednek ugyanaz lehet a baja, mint az enyémmek... „További információért forduljon gyógyszerészhez...”

Gyurka ijedten a szájára csap.

– Vagy az orvosához” – teszi hozzá Petra automatikusan.  
Ez már túl sok Gyurkának, visszaszalad a lakásukba.

Másnap Gyurka és Petra késve érkeznek az iskolába. Kialvatlanul, üveges tekintettel roskadnak le a helyükre. Peti odasúgja Gyurkának:

– ...Ez igen! Kitűnő a zamata. Sió gyümölcslé, íze a friss gyümölcsé.

A tanítónő rögtön rászól, hogy ne fecsegen Gyurkával.

– Mondd inkább meg nekem, mennyi hatszor három.

– „Ha az ajkán égető fájdalom...” – feleli Petra.

– Mit beszélsz? Gondolkozz. Petra!

– „Kotányival az étel nemes, Kotányi nélkül nem érdemes” – dúdolja Petra. Mindenki nevet, csak Gyurka nem. Mert Gyurka tudja, hogy mindkettőjüket a bolond tv-készülék betegítette meg.

– Ne bolondozz. Petra – figyelmezteti a tanító néni. – Én most feleltetlek, nem viccelek.

– ”Most kapaszkodj meg!” – csúszik ki Petra száján.

A tanító néni dühös lesz, már senki sem mer nevetni.

– Mi van veled. Petra? Nem is képzeltem, hogy ilyen szemtelen lehetsz!

Petra boldogtalan arccal süti le a szemét.

– Rám nézz, ha hozzád beszélek! – mérgelődik a tanító néni.

Petra a szemébe néz – és megint kicsúszik a száján egy reklámszöveg:

– ”Stollwerck, a szeretet íze...”

A tanító néni már kiabál:

– Fogd be a szád!

Petra nem tehet róla. Nem tudja befogni a száját. „Ez a fog szomorú, meri kilyukadt...”;  
túl sokáig ültünk a tv előtt, reklámokat közvetítettek. Abba betegedtünk bele. Minden szóhoz valami reklámszöveget kell mondanunk, ha akarjuk, ha nem. Petra esete súlyosabb, „százezer, kétszázezer, sőt több. Ennyi kórokozót szedhet össze. Az egészség megfizethetetlen”... mint nálam, mert én kevesebbet néztem a tv-t. Segítsenek nekünk! „A szükséges plussz multivitamin...” – Egy csattanás, Gyurka a szájára csap. – Most már látja, tanító néni, hogy mi a bajunk – suttogja, mert fél rendesen kinyitni a száját.

A tanítónő végre megérti.

– Ez bizony súlyos eset. Hogyan is tudnánk segíteni rajtatok?

Éva jelentkezik.

– Mi mind nézünk tv-műsorokat és reklámokat. De a készülékünk mégsem bolondul meg, és mi sem betegszünk bele. Az a baj, hogy ti mindent megnéztek, ami csak a képernyőre kerül. Ez persze túl sok a készüléknek, felforrósodik. Biztosíthatlak benneteket, ha...

– „Biztosíthatjuk, jó buli lesz!” – kiált fel Gyurka, és Petra hozzáfűzi: – ”Biztos kötés...”

Éva félbeszakítja őket.

– Hagyjátok már abba! Biztosít... Tudom, hogyan lehet rajtatok segíteni, de meg kell fogadnotok a tanácsomat: egy időre szüntessétek be otthon a tv-nézést. Mindennap...

– Minden nap új varázslat” – szalad ki megint Petra száján.

Éva ezúttal fel sem figyel a közbeszólásra:

– ...iskola után gyertek el hozzám. Áttanulmányozzuk együtt a délutáni műsort, és csak azt nézzük meg, ami mindnyájunkat érdekel. Na jó, Gyurka, ha valami rendkívül izgalmas sportközvetítés ígérkezik, azt te kivételesen egyedül is megnézheted. A többi időben pedig játszunk és csevegünk. Egészen biztos, hogy így lassan meggyógyultok.

Gyurka és Petra beleegyeznek mindenbe. Csak bólintanak, nem szólalnak meg, nehogy megint valami reklámszöveg csússzon ki a szájukon.

A következő napok még borzasztó nehezek. Ha például megkérdezi Petrát a mamája, hogy mit inna, akkor csak úgy dőlnek a szájából az üdítőreklám-szövegek, csupán azt nem tudja kimondani, hogy ő maga mit szeretne. A legnehezebb a bevásárlás. Alig lép be Petra egy boltba, máris bugyognak belőle az ott látottakhoz illő reklámszövegek. A vásárlók és az eladók először Jót nevetnek a kislányon, de amikor csak nem hagyja abba, a fejüket csóválják.

Petra kínjában kendővel kötötte fel az arcát, mintha a foga fájna. Csak Évánál teszi le a kendőt, mert ott Gyurka vigyáz rá, és idejében befogja a száját.

Végre, egy egész hét múltán, mindketten gyógyulni kezdenek. Napról napra jobban vannak. A közös tv-nézések Éváéknál mind szórakoztatóbbak lesznek. De még mulatságosabb a játszás Éva testvéreivel és a barátaikkal. Egyszer-kétszer még az is előfordul, hogy valamelyik tervbe vett műsornézés elmarad. Egyszerűen elfelejtik bekapcsolni a készüléket.

A „tv-elvonókúra” óta a három gyerek sokkal többet beszélget egymással. Most is megtárgyalják a tv-műsorokat, de sok más érdekes dolog is szóba kerül. Jókat nevetnek, viccelődnek, terveket szőnek és szervezkednek. Sok mindenre fel tudják használni a szabadidejüket. Tulajdonképpen csak most váltak igazi barátokká.

*Mi a kedvenc tv-műsorod? Rajzolj vagy fess róla egy képet, és azt is ábrázold, mit szeretsz csinálni a műsor előtt és után!*

## **FOGYATÉKOS GYEREK AZ OSZTÁLYBAN**

Amikor iskola-igazgató voltam, felvettünk az iskolába szellemi és testi fogyatékosokat is. Több szülőnek voltak ezzel kapcsolatban fenntartásai. Félték, hogy a fogyatékos gyerekekre majd tekintettel kell lenni, és ez az egészséges gyerekek számlájára megy, korlátozza az iskolai tanítást, az aktivitást, és az általános színvonal csökkenését hozza magával.

Három év után már objektíven át lehetett tekinteni az eredményt. A szülők aggodalmai egyáltalán nem igazolódtak. A gyerekek a kívánt iskolai anyagon túl megtanulták a helyes szociális viselkedést is. Nemcsak a szociális magatartást gyakorolták be, de egyidejűleg az önbizalmuk is erősödött, amikor tekintettel voltak mások szükségleteire, csökkent képességeire, adottságaira, és magától értetődővé vált számukra, hogy a gyöngébbeket támogatni kell. Beleélés képesség, megértés, tapintat, a gyöngébbek eltűrése és befogadása – tehát olyan tulajdonságok, amelyek később, például különösen egy párkapcsolatban, igen hasznosak lehetnek – napról napra fejlődnek a fogyatékosokkal való együttlétben. Ezen tulajdonságok kifejlődésére a testvérek és osztálytársak közötti mindennapos konkurenciaharc kevesebb lehetőséget ad.

Gondoljunk arra, hogy az együttérzés nemcsak szép tulajdonság, hanem szellemi tréning is. A gyerek ily módon gyakorolja az intelligencia bizonyos részterületei: a képzelőerő, a kombinatív képesség rugalmas bevetését. Ez aztán más intellektuális teljesítményekre is pozitívan hat.

A személyiség ilyen megerősödéséhez, az etikai és szellemi tréning kialakításához persze elengedhetetlen a szülők és tanítók segítsége. Az ő támogatásuk, a velük folytatott felvilágosító beszélgetések nélkül zárva maradhat a megértés kapuja, mivel a gyerekek minden figyelme arra összpontosul, hogy saját társadalmi helyüket biztosítsák, és ezért mások szükségletei elől elzárkóznak.

Ébresszük fel gyerekünkben az érzékenységet, értessük meg vele, milyen nehéz egy fogyatékosnak elfogadnia az állapotát, és tanítsuk meg rá, hogy ne tekintse a fogyatékosokat kevésbé értékes embereknek, ne kezelje őket másképpen, mint a többieket.

Ha figyelmeztetjük a gyerekünket arra, hogy ne külsőségek alapján ítélje meg az embereket, akkor konfliktusoktól mentesebb szociális magatartásra készítjük fel. Tanulja meg általánosságban, hogy egyetlen ember sem áll kizárólag hibákból. Tudja meg, hogy az emberek közötti kapcsolat mindkét fél számára könnyebb és értékesebb tapasztalatot hoz, ha felfedezzük és értékeljük a másik erényeit és értékeit.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## A TÍZPRÓBA

Az iskola évente kiáll versenyre a közeli iskolákkal. Két évvel ezelőtt zenei vetélkedő volt, tavaly színházi, idén pedig nagy sportverseny: a tízpróba.

Márkus nyerte meg a tízpróbaversenyt. Ő az osztálytitkár, nagy becsülete van az osztálytársainál. A győzelem után persze még jobban csodálják. Egyértelműen ő az osztály hőse. Nem akad senki, aki szembeszállna vele.

Alig fejeződött be az egyik vetélkedő, máris tervezni kezdik a következőt. Jövőre festőversenyt helyeztek kilátásba. Márkus ellenzi.

– Mi tiltakozni fogunk – jelenti be. – A festőverseny borzasztó unalmas. Megint sportversenyt akarunk. Egy vetélkedő legyen izgalmas, és a legerősebb legyen a győztes.

A gyerekek nem jönnek rá, hogy Márkus csak azért ellenzi a festőversenyt, mert ő maga nagyon rossz rajzos, és nem tudná elviselni a vereséget. Van, aki szívesebben festett volna, de szólni nem mer. mindent ráhagy Márkusra.

Egyetlen gyerek van csak, aki nem ért egyet Márkussal, de nem is szólal fel ellene. Teljesen a háttérben marad. Őrá úgysem hallgatna senki – nem mintha senki sem szeretné, hiszen néhányan nagyon kedvesek hozzá, és szívesen segítenek neki. Gyakori, hogy az osztálytársai tekintettel vannak rá. De nem veszik komolyan, nem tartozik egészen közéjük, és így aztán nincs is szava. Nem unalmas gyerek, és sok mindenhez ért. Ha már hamarabb ebbe az osztályba jár, biztosan megnyerte volna a két évvel ezelőtti zenei vetélkedőt. Remekül rajzol, és a képeihez roppant érdekes történeteket ad elő. De a gyerekek ezt nem nagyon értékelik. Nem gonoszkodnak vele. nem bántják, nem is zárják ki mindenből, de nem tekintik egészen maguk közül valónak.

Furcsa, nem? Miért van ez így? Mert a fiú – Lukács - kerek székekben ül. Béna a lába.

Márkus. az osztálytitkár, bejelenti a tanítónőnek, hogy az osztály egyhangúan leszavazta a jövő évi festőversenyt.

A tanítónő bosszankodik.

– Nem ti egyedül döntitek el, hogy lesz-e festőverseny. De aki nem akar, nem vesz részt benne, nem kötelező.

Telnek, múlnak a hónapok. Márkus osztályából senki sem jelentkezett a festőversenyre, pedig mégis megtartják.

Egy vasárnap Márkus vadul robog a gördeszkájával hegyen-völgyön át. A felnőttek a fejüket csóválják, a gyerekek megbámulják a mutatványait. Márkus ettől tűzbe jön, mind vadabbul vágat. Egy dombhoz érkezik. – Ez nekem semmi – gondolja magában, leguggol, és neki az emelkedőnek. Egy csobbanás. A domb mögött mély tó fekszik. A gördeszka ott úszik a vízben, mint egy kis tutaj, Márkus eltűnt.

Lassan visszanyeri az eszméletét. Egy ponty élesztgeti, egy üres csigahéjon át tölti bele a levegőt

– Amikor vízbe estél, kifecamítottad a karodat. Nem tudsz kiúszni, amíg nem erősödik meg a karod – magyarázza a ponty. – Rászorulsz a segítségünkre, mi gondoskodni fogunk róla, hogy mindig legyenek üres csigaházaid, amelyekből levegőhöz jutsz. Többel nem tehetünk érted. Ugyanis mi állandó edzésben vagyunk, mert üldöz bennünket a szörnyűséges csuka. Próbálj folyton a közelünkben maradni!

– Nem bírlak olyan gyorsan követni. Nincsenek uszonyaim, és nem olyan hajlékony a testem, mint a tiétek. A víz korlátozza a mozgásomat – panasolja Márkus.

– Mit nyafogsz? Megígértem, hogy nem hagyunk cserben. Légy hálás érte –  
bugyborékolja a ponty, és csatlakozik a többiekhez.

Márkus erőlködik, hogy szem elől ne tévessze a pontysereget. Fél kézzel a csigaházat szorítja a szájához, hogy levegőt kapjon, a másik karja fáj és túl gyöngé ahhoz, hogy rendesen tempózni tudjon vele. Csak a lábával tempózhat, és azzal nem megy sokra. A lábával kell kormányoznia és előrehajtania magát: ez bizony nem pótolja a halfarok csapásait. Erőlködni kell. Elfárad. Márkus úgy érzi, hogy tehetetlen, elhagyatott és magányos, pedig a pontyok betartják az ígéretüket, nem hagyják cserben. Minduntalan visszaúszik hozzá az egyik, és átnyújt neki egy újabb, levegővel telt csigaházat.

De egyik sem marad nála, egyik sem akar hosszabban elmaradni a csapattól. Egyiknek sem jut eszébe, hogy Márkusnak lehetnek értékes képességei, amelyekkel például megvédhetné őket a veszedelmes csukától. Ők csak azt látják, hogy Márkus nem képes részt venni az edzésükben. Nem értenek meg semmit. Persze, hiszen csak buta halak.

Egyszerre valami megrándítja Márkus lábát. Egy horgászszinór tekeredett rá, annál fogva rángatja valami ki a tóból, a víz színére. Elejti a csigaházat, nem kap levegőt, elveszti az eszméletét.

– Ez valami hatalmas hal lehet! – örvendezik a horgász, és teljes erejéből húzza a zsinórt. Jó ideig eltart, amíg a zsákmányt kirángatja a szárazra. Rémülten kiált fel:

– Egy vízbe fült gyerek! – De azután felfedezi, hogy Márkus szíve még dobog, ha gyöngén is. Gyorsan elsősegélyben részesíti, kinyomkodja a vizet a tüdejéből. Márkus egy pillanatra felnyitja a szemét, azután azonnal mély álomba merül.

Álmában még mindig lent van a tó mélyén. Ő maga ponttyá változott, körülötte a halaknak mind emberarcuk lett. A pontysereg tízpróbaversenyt tart, amelyen mindenkinek részt kell vennie. Márkus elfelejti, hogy ő mozgáskorlátozott ponty, már előre örül a versenynek. Egyszer csak felfedez egy ismerős arcot. A sereg élén egy osztálytársa, Lukács úszik, és hallja, hogy a pontyok azt bugyborékolják:

– Ő a legjobb, biztosan ő fog győzni!

– Csak nem Lukácsról beszélnek? Hiszen Lukács mozgáskorlá... – De még mielőtt végiggondolhatná a mondatot, hirtelen rádöbben: – Hiszen víz alatt én is mozgáskorlátozott vagyok! Szokatlannak érzem a farkuszonyaimat, nem tudom jól mozgatni őket. Lehetetlenség, hogy pontyként vegyek részt a tízpróbán!

De mert senki sem vonhatja ki magát, nem marad számára más, mint hogy ő is beáll a versenybe. A diszkoszvetésnél nagyon jól sikerül a dobása, a pontyok lapos kagylóhéjat használnak korongnak. A nádszálgerelyvetésnél és a kavicsúlylökésnél sem a legrosszabb az eredménye. Szerencséje van, ugyanannyi pontot szerez, mint Lukács. A pontyok mégis csak Lukácsot biztatják, ő a kedvencük. Márkus eredményeit elbugyborékolják ugyan, de nem lelkesednek érte. Furcsa, új érzés ez, egyszerre nem ő a legfontosabb, valaki megelőzhette. Borzalmas élmény, soha nem fogja elfelejteni.

A következő versenyszámoknál, vagyis a nádszál magasugrásnál és az iszaptávolugrásnál már minden erejét össze kell szednie, hogy benne maradjon a mezőnyben. De most következnek az úszószámok: a gátúszás, a 100 méteres úszás és a 400 méteres úszás. A pontyok társadalmában az úszóversenyek mindennél fontosabbak, mert az életük függhet a gyorsaságtól, ha mondjuk, egy csuka üldözi őket. Ezért adják az úszóversenyek győzteseinek a legtöbb pontot.

– Vigyázz, kész, rajt! – A pontyok szinte kilőnek a rajtvonalról. Lukács rajtol legjobban, és az előnyét végig megtartja, egészen a célig. De hol marad Márkus? Márkus a farkuszonyával merev, ügyetlen mozdulatokat tesz. sután evickél, alig jut előbbre.

Mindenki ünnepli Lukácsot, ő a győztes, ő a legjobb versenyző. Márkus még el sem jutott

a célig. Éppen abban a pillanatban, amikor Lukácsot nagy éljenzések között felemelik az emelvényre, egy csuka közeledik. Kinézte magának zsákmányul a lassan mozgó pontyot. Márkus teljesen megfélemedezik róla, hogy ő most ponty, nem is próbál elbújni. Lukács az emelvényről odalát, és azonnal felismeri a veszélyt. Széles ívben leveti magát az emelvényről, nyílve szökésként szeli át a vizet, széles pontyszájával elkapja Márkus farkuszonyát, és az utolsó pillanatban behúzza a sűrű algaerdőbe. A csukát annyira meglepi a váratlan fordulat, hogy meg sem kísérli a további üldözést.

A pontyok összegyűlnek Lukács és Márkus körül. Most már nemcsak győztesként ünneplik Lukácsot, hanem hősként is. Márkus szeretné megköszönni, hogy megmentette az életét, félénken közeledik az ünnepelel hőshez. A legidősebb ponty éppen akkor úszik oda Lukácshoz, hogy szertartásosan a nyakába akassza az aranyérmét.

Márkusnak a torkán akad a hang, úgy összeszorítja a féltékenység. Tudja, milyen csodás érzés ünnepelel győztesnek lenni, milyen büszke volt, milyen fontosnak érezte magát olyankor, és ezt bizony irigyl mindenkitől. Féltékenyen pillant fel Lukácsra. De annak a szemében nem diadalmaskodást lát, hanem mélységes örömet. Olyan fény sugárzik Lukács szeméből, amely eloszlal minden féltékenységet, minden irigységet. És most egyszerre Márkus is örül Lukács sikerének.

Márkust elkíséri ez a fénylő pillantás. Fészkelődni kezd.

– Végre, végre! Már ébredesz! – hallja meg a mentőorvos kiáltását. – Na, te aztán kiittad a fél tavat – tréfálkodik vele az orvos. – Köszönd meg a horgásznak, hogy kihúzott a vízből, és elsősegélyt nyújtott. Neki köszönheted az életedet.

– Nem. Lukácsnak köszönhetem. . . – Márkus elhallgat.

Semmit sem ért. A karja fáj, a lábában izomláz van. Merev léptekkel, esetlenül ballag haza.

Másnap az iskolában kerüli Lukácsot. Még mindig kavarg az fejében az élmény és az álom. De figyelni kezdi társát. Meglepedve veszi észre, milyen ügyesen közlekedik a fiú a kerekesszékekkel, milyen fürgén használja az ujjait, milyen frissen és okosan oldja meg a feladatokat, és hogy milyen barátságos fiú. Hát még mennyire álmélkodik Márkus, amikor egyszer Lukácsék kertjébe belesve azt látja, hogy Lukács kosárlabdázik, és minden dobása a kosárba talál. Azt is felfedezi, hogy a hibáik is hasonlóak: mindketten utálják a matematikát, nem szeretik a tejet, de annál jobban a forró kakaót, és mind a ketten igazi hétalvók.

Az első órán figyelmezteti a tanítónő az osztályt, hogy már csak két napig lehet jelentkezni a festőversenyre. A gyerekek úgy viselkednek, mintha ez egy csöppet sem érdekelné őket.

Márkus lopva Lukácsra pillant, és meglátja, hogy a fiú szomorú és csalódott. Ekkor eszébe jut a győztes Lukács sugárzó pillantása. Nem gondolkozik soká, egyszerűen közli:

– Jelentkezem a festőversenyre.

– Te, éppen te? – kiált fel egyszerre a tanítónő és a gyereksereg. – Hogyhogy? De hiszen te ellenezted legjobban! Az biztos, hogy te nem győzhatsz egy festőversenyen!

– Annyi baj legyen – feleli Márkus dacosan. – Egyrészt megváltoztathatom a véleményemet. másrészt jól szórakozhatom akkor is. ha nem leszek győztes. Harmadszor pedig semmi közötök hozzá, miért akarok részt venni a festőversenyen.

A tanítónő örül. hogy az ő osztályából is ott lesz valaki a vetélkedőn.

– Ki csatlakozik Márkushoz, ki akar még vetélkedni?

Egy bizonytalan kézfelemelés, aztán egy második, egy harmadik, és aztán sorra, mind több kar emelkedik a magasba.



Márkus óvatosan hátranéz Lukácsra. Lukács is felemelte a kezét, nyújtogatja a karját, nehogy kimaradjon.

Befejeződött a verseny, a képeket mind kiállítják. A zsűri tagjai végigjárják a kiállítást, összesúgnak, tanácskoznak, újra és újra vizsgálgatják a műveket, jó ideig teljes a bizonytalanság. A gyerekek úgy érzik, egész örökkévalóság, mire a zsűri dönten tud. Roppant izgalmas ez a vetélkedő!

Végre elérkezett a pillanat: kihirdetik a verseny három első helyezettjét.

– A győztes – kezdi az igazgató, de megáll, vár. amíg a gyerekek izgatott csevetelése elcsitul. Tehát az idei festőverseny győztese, annak a festőversenynek, amely most megint olyan becsületesen folyt a négy szomszédos iskola tanulói között – és ezt szeretném megköszönni mindnyájatoknak...

Márkus nem bírja tovább, kitör belőle a kérdés:

– Ki lett a győztes?

Egy lány lett a győztes, Noémi, aki a szomszéd iskolába jár. Noémit kihívják az emelvényre, mindenki ujjong és tapsol.

– Most következik a második díj átadása – mondja ünnepélyesen az igazgató. – A második díj a mi iskolánk növendékének, Lukácsnak jutott.

Lukács odagurul az emelvényhez, de zavartan leállítja a székét a lépcső előtt. Márkus felpattan, odafut, átsegíti a széket az emelvényre vezető egyetlen lépcsőfokon. És meglátja Lukács szemében ugyanazt a fényt, mint álmában a ponty-Lukácséban.

A harmadik díjat megint egy kislány nyerte a másik iskolából. A további helyezettek is a többi iskolából kerültek ki. Csak meglehetősen hátul a ranglistán tűnt fel még Lukács egyik osztálytársának a neve.

Márkus rajzát azok közé sorolták, amelyek már semmiféle pontot nem szereztek. Jelentéktelen, mellékes szereplőként vett részt a versengésben. De bármilyen meglepő, nem bosszantja, hogy ezúttal nem áll az általános bámulat középpontjában.

– Lukács a mi győztesünk! Ő az egyetlen idén, aki a mi iskolánkból díjat hozott, és megmentette a becsületünket. Ünnepeljük meg! – lelkesednek az osztálytársai.

Márkus a háttérben marad, és megint olyan jól érzi magát, mint megmenekülése után. Mert érzi a mélységes öröm fényét annak a szemében, aki – ezt már biztosra veszi – a legjobb barátja lesz.

*Rajzold le egy jelenetet arról ami a tóban történt, vagy egy képet a két új barátról.  
Lukácsról és Márkusról!*

## ***MÁSFÉLE GYEREK AZ OSZTÁLYBAN***

Akárhogyan is viszonylunk mi magunk a másféleséghez, bármilyen társadalompolitikai érvek és ellenérvek szólnak is erről a kérdésről: elsősorban a gyerekünkre kell gondolnunk, kizárólag az ő jó közérzetét és érdekeit kell szem előtt tartanunk.

Ha pedig az ő érdekét nézzük, akkor a jövőbe pillantó nevelési elveket kell követnünk. Mit kívánunk tehát a gyereünknek? Hogyan szeretnénk látni későbbi élete alakulását? Azt akarjuk, hogy szorgalmas legyen, megállja a helyét, és megvalósítsa önmagát. Szerezzen bizonyos fokú műveltséget, hogy részt tudjon venni színvonalas beszélgetésekben, és ne szégyenüljön meg. Jó társ legyen, gyerek- és családszerető. Továbbá azt is szeretnénk, ha súlyos társadalmi helyzetekben helytállna, a hivatásában, a kemény konkurenciaharcban talpon maradna, tudna embereket vezetni, és tudna bánni a különböző karakterű főnökeivel, kollégáival és az ügyfelekkel.

Bizonyos előfeltételek szükségesek a fenti célok eléréséhez: saját értékének ismerete, rugalmas gondolkodás, beleérzési képesség, átalakulási készség, emberismeret, előrelátás a nagyobb összefüggések felismeréséhez, sokoldalú érdeklődés és nyíltság, éles megfigyelőképesség. A tapasztalatokat át kell gondolnia, reflektálni rájuk és megfelelően rendszerezni. Különböző szituációkat és magatartásformákat meg kell értenie, a hátterüket kideríteni.

Új ismereteket szerezni, szellemi látókörét szélesíteni, meg kell birkóznia csalódásokkal, tudnia kell lemondani. Belső nagyságon alapuló önuralom. Jóindulat és tolerancia is feltétele a távlati konfliktusmentes életnek.

„Ez nagyon szép – gondolják majd egyesek –, de mi köze mindennek az idegenekhez, a másféleséghez? Minek a mese Draganja az osztályban ahhoz, hogy ezek a tulajdonságok kifejlődjenek a gyerekekben?”

Nyilvánvaló, hogy az idegenekkel való kapcsolat nem egyetlen módja e célok elérésének. A gyerek elsősorban a szülőtől, a szülő útján, a szülő példáján tanul. De a mindenkori társadalomból is átvesz állásfoglalásokat, viselkedési normákat. Azt azonban megint a szülők irányíthatják, hogyan értékeli ezeket a külső befolyásokat.

A gyermeklélek termékeny humusz, minden mag megfogán és terebélyesedik benne. Ez azt jelenti, hogy a szülőktől nyert mintákat (hacsak a befolyásolás, a mintaképszerep el nem terelődött a szülőről, és így éppen ellentétes példaképeket követ) hasonló élményekre és helyzetekre terjeszti ki: ha csak egyetlen területen meg nem értésre, önzésre, intoleranciára lát példát és ezt utánozza, akkor az ilyen hozzáállást más szociális területekre is kiterjeszti.

A „Tízpróba” című mesében is bemutatom, hogy az együttérzés és a más élet- és viselkedési normákba való beleélés képessége nemcsak jó tréning a hivatásbeli és magánszférára, de meg is akadályozza a rövidebb, beszűkült gondolkodás kialakulását, szélesíti a látókört. Minél sokoldalúbb a kapcsolat, gyakoribb a szembekerülés másféle emberekkel és idegen szokásokkal, annál több tapasztalatot és kritikai látást szerez a gyerek, annál differenciáltabb lesz a gondolkodása.

Gyerekeink sűrűn kapcsolatba kerülnek idegen, más nemzetiségű osztálytársakkal. A szülőkön és persze a tanítókon múlik, megteremti-e ez az együttlét a fent ismertetett erényeket – teljesen függetlenül az idegen osztály – társak viselkedésétől és színvonalától –, vagy pedig etikailag és szellemileg besűkül-e a gyerek a tapasztalt türelmetlenség, általános elutasítás és gyűlölködés eredményeként, és így a mindennapos együttélésben rövidlátónak, szűk látókörűnek és ellenségeskedőnek bizonyul.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## *AZ ELVARÁZSOLT VIDEOKAZETTA*

Borinak és Istvánnak van egy fekete kandúrmacskája. Szerafinó, és egy borzas kutyája, pontosabban egy keverék kis szukája, Lédi.

Nem kis dolog, hogy Lédi és Szerafinó néha megérti egymást, amikor pedig mindketten egészen más „nyelvet” beszélnek, és eltérőek a szokásaik is. Lédi morgása hasonlít Szerafinó dorombolására, de Szerafinónál ez a hang azt jelenti: „De jól érzem magam!”. Lédinél viszont: „Vigyázz magadra!”, vagy „Nem helyeslem azt amit csinálsz”. Szerafinó fark integetése aggodalmat és idegességet fejez ki. Lédi farkcsóválása örömet. Szerafinó éjszaka van igazán elemében. Lédi pedig korán reggel.

– De buták ezek ketten, hogy olyan rosszul jönnek ki egymással – véli István. – Nagy szükségük volna egy kutya-macska nyelvű beépített tolmácgépre. Akkor nem értenék félre egymást, és a legjobb barátok volnának, vígan játszhatnának együtt, amíg mi az iskolában vagyunk.

Anya mosolyog.

– Teljesen igazad van. Csakhogy ti ketten, Bori meg te, ti is hasznát vehetnétek egy ilyen tolmácgépnek, hogy ne vesszetek össze minden semmiségen.

Anyának igaza van. Bori és István egészen eltérő természetű gyerek, és gyakran nem értik meg egymást. István néha durva és vad. Borit könnyű felbosszantani, és mindjárt meg is sértődik. Az állatokat azonban egyformán szeretik – és éppen ebből is származhat ellentét köztük.

Ha Bori hurcolászni kezdi Szerafinót, nem a macska fűjtat rá, hanem a bátyja, hogy hagyjon békét a kandúrjának, és kitepi az állatot a karjából. Még ki is oktatja, hogy a macskák nem olyanok, mint a kutyák, sokkal akaratosabbak, nem szabad őket korlátozni a szabadságukban.

– Ha Igazán szereted az állatokat, akkor tudomásul kell vened a sajátosságaikat, és a természetüknek megfelelően kell bánnod velük – magyarázza tudálékosan István.

Csak egy dologban teljes az egyetértés a két gyerek között, és ez a televízió. Egyik kedvenc műsoruk, amelyet videóra is felvettek, a nevezetes Alf-sorozat. Megszerették a szőrös, szemtelen földönkívüli kölyköt, és irigylik az amerikai családot, akikhez Alf a világból érkezett.

– Tök jó volna, ha nekünk is lenne egy ilyen Alfunk! - mondja István. Fel sem tűnik neki, hogy Alf kedvenc csemegéje éppen a macskapecsenye. Szerafinót biztosan nem fenyegetné veszély, hiszen Alf már jó ideje lakik az amerikai családnál, ott megtanulhatott egyet s más. Legalábbis igyekszik alkalmazkodni a család szokásaihoz, ha ilyen nagy fontosságú kérdésben eltérnek a földönkívüliek és a földi emberek szokásai.

Bori jól ismeri a bátyját, és tudja, hogy ezt az Alfot, ugyanúgy, mint Szerafinót, teljesen kisajátítaná magának, ezért aztán ő is előáll:

– Én is akarok egy Alfot! A két Alf aztán velünk együtt járhatna iskolába. Akkor mindegyikünknek volna egy Alfja az osztályban. Jó hecc volna! És milyen érdekes és furcsa lesz, ha az Alfok elmesélik nekünk, hogyan élnek azon a másik égitesten. Talán meg is tanulnánk a melmák nyelvét, és az lehetne a mi titkos nyelvünk. Mi tanulnánk tőlük, ők meg mitőlünk. És akkor okosabbak lennénk, mint az osztálytársaink.

– Csakhogy nincs több Alf, csak egyetlenegy – oktatja ki István.

– Dehogyan. Alf melmák, ami azt jelenti, hogy az ő bolygóján még sok hasonló honfitársa

él. Megtörténhetne, hogy egyszer egy hatalmas űrhajó érkezik, megrakodva Alfokkal, vagyis melmákokkal, és mind itt akarna maradni nálunk. – Bori nem akar lemondani arról, hogy neki is legyen Alfja.

– Hülyeség – förmed rá a bátyja. – Tudod jól, milyen honvágya van Alfnak az amerikai családnál, pedig igazán kedvesen bánnak vele. Mit képzelsz, miért hagynák ott a melmákok tömegesen a bolygójukat? Bolondok volnának önként kivándorolni olyan bolygóra, ahol más nyelvet beszélnek, más ételeket esznek, más dolgokban hisznek, és egyáltalán, egészen másképp élnek. Te talán szeretnél másfajta lények között élni?

Bori ezen még nem gondolkodott. Nem is igen tudja elképzelni, milyen lehet az, idegenben élni.

– Nagyon izgalmas lehet – vitatkozik. – Igaz, akkor nem lehetnék együtt a barátnőimmal, az szomorú volna. De szerezhetnék ott magamnak új barátnőket.

– Csakhogy azok nem akarnának tudomást venni rólad! – István makacsul tovább játssza a tanárt. – Idegen vagy a szemükben, nem ismered a játékaikat, a viccelődésüket, mert a nyelvüket nem tudod jól – és mert hát nem olyan vagy, mint ők. Betolakodó lennél, nem szeretnék. Mi sem szeretjük Muhrot és Dragant, mert mások, mint mi.

– Azért, mert undok fiúk vagytok, csakis azért. Mi, lányok meg az olyan fiúkat nem szeretjük, mint amilyenek ti vagytok.

– Mert okosabbak és erősebbek vagyunk, mint ti – fölényeskedik István.

– Mert felvágtok! A lányok egészen mások. Ti csak zavartok bennünket. Mennyire örülök, hogy az osztályomban csak két fiú van! Több ilyet el sem tudnánk viselni. A ti szórakozástok a verekedés, legnagyobb örömeitek, ha másokat kínoztok, és ha velünk szemtelenkedtek. Szerintünk pedig ez mind állati hülyeség – diadalmaskodik Bori.

– Buta liba! Felőlem már régóta egy másik égitesten lakhatnál!

– Már megint veszekedtek, mint a kutya meg a macska – szakítja félbe őket a mamájuk. – Nézzetek oda, még Szerafinó és Lédi is békésen megfér egymás mellett a heverőn. Ha még tévézni sem tudtok egyetértésben, akkor ki kapcsolom a készüléket!

– Ne, kérlek, ne! Éppen az Alfot nézzük. Már kibékültünk!

Mire a videokazetta lejárt, addigra Bori és István el is felejtette a vitát. Arról beszélgetnek, milyen érdekes volna, ha mindketten magukkal vinnék az iskolába az Alfjukat. A gyerekek majd megörülnének, hogy ők is megbarátkozhassanak az Alfjal, és minél többet megtudjanak ezekről a furcsa élőlényekről.

A testvérek sorolgatják, miféle soha nem látott, soha nem hallott dolgokról számolnak majd be az Alfok, milyen izgalmas történeteket mesélnek, és mi mindent lehet tanulni tőlük. Töprengenek, mit magyarázzanak a földönkívülieknek a Földünkről, mire tanítsák meg őket.

– Az első dolog az lesz, hogy leszoktatom őket a macskaevésről. Aztán elmeséltetem velük, milyen kalandjaik voltak a bolygójukon. Kíváncsi vagyok, az Alfoknak is rendet kell-e csinálniuk a szobájukban – töpreng István.

Istvánnak ugyan jobban tetszett az a gondolat, hogy csak egyetlenegy Alijuk lesz, vagy legföljebb kettő, nem pedig egy egész seregnyi, de azért hajlandó Bori elképzelésével tovább foglalkozni.

– Gondolkozzunk azon, miért hagyhatták el önként a szép bolygójukat. Biztosan nem jöttek volna el, ha nem lett volna rá alapos okuk.

– Nagyon egyszerű. Ugyanazért, amiért Veszna, Fatima, Azadeh és Sobana hozzánk jött: mert nem volt elég ennivaló a hazájukban – mondja Bori.

– Nem, ez nekem nem tetszik. Nem akarom, hogy annyi szegény ember jöjjön hozzánk. Apu azt mondta, hogy addig-addig fogjuk ezeket eltartani, amíg nekünk magunknak sem jut elég.

Ha most ráadásul ennyi éhező földön-kívüli is érkezik ide, nemsokára nem marad hely nekünk magunknak sem. Még a saját nyelvünket sem tanuljuk meg rendesen az iskolában, ha az osztály tele van melmák gyerekekkel. Azután, ha már annyi Alflesz itt együtt, lehet, hogy nem hatnak majd rájuk a mi szokásaink és mind feleszik a macskáinkat. Nem, mégsem tetszik nekem az az ötlet, hogy sok földönkívüli jöjjön ide. Csak úgy volna érdekes, ha egyetlen Alf élne nálunk.

– Hülyeség! Ezt csak azért mondod, mert nem jössz ki Muhrattal és Dragannal. Sokszor nagyon undok vagy hozzájuk – szidja Bori a bátyját.

– Eh, mit értesz te ehhez! Lennél csak együtt Dragannal! Rosszindulatú, és kicsúfol minket. Soha semmiben nem akar részt venni, mindig valami mást keres. Azt mondja, semmi köze hozzánk. Ő a hibás, ha nem barátkozunk vele – védekezik István.

– Hát, ahogyan ismerlek, egészen ártatlan te sem vagy. Úgy tudom, Muhrat nem olyan, mint Dragan, de őt éppolyan kevésbé szereted, csak mert mások a szokásai, és mert még nem beszéli elég jól a nyelvünket. Igazságtalan vagy. Semmit sem tanultál Szerafinó és Lédi példájából. Te magad mondtad, hogy mind a kettő állat, mégsem lehet egy kalap alá venni őket. Különböző nyelvet beszélnek, és eltérőek a tulajdonságaik is, ezért van köztük gyakran félreértés. De egyiket sem lehet ezért hibáztatni. Bár nem olyan okosak, mint az emberek, láthatod, hogy mégis sikerül tanulniuk egymástól, és megértik, milyen bolondság volna, ha ellenséggként élnének együtt. Melyikük ér nekünk többet? Melyiket szeressük jobban? Erre válaszolj!

– Hát erre persze nincs mit válaszolni, én mind a kettőt szeretem. De ez egészen más dolog. Az osztályban senki sem szereti Muhratot – mondja István, aki semmiképpen sem akar igazat adni a húgának.

– Nemcsak igazságtalan vagy, hanem gyáva megalkuvó is. Butább vagy, mint Szerafinó és Lédi. Szerintem neked volna szükséged olyan beépített tolmácsgépre, mint amelyet az állatainknak ajánlgattál. Mert akkor jobban megértenéd Muhratot, és nem az ellensége volnál, hanem a barátja. Muhrat húga, Fatima velem jár egy osztályba. Elmondta nekem, hányszor kesereg a bátyja, amiért egyetlen barátja sincs. Parányi lakásban laknak, nincs is hely játszásra, így aztán Muhrat délutánonként egyedül csavarog. Bármilyen furcsa, téged rokonszenvesnek talál, de nem mer szólni hozzád. Otthon, a hazájában, ő volt a falusi gyerekek vezére. Apró munkákat és szolgálatokat szervezett, hogy valami kis pénzt tudjanak keresni. Szóval, nem volt olyan lusta, mint te. Még a szemetet sem vagy hajlandó levinni. Nekem imponál Muhrat. – Bori nagyon erélyes. – Hát mi van a fantáziájátéunkkal? Ha nem akarod, hogy sok földönkívüli jöjjön hozzánk, gyerünk, fordítsuk meg a dolgot. Képzeld el, milyen lenne, ha Alfért eljönne az úrhajója, és bennünket magával vinne a földönkívüliekhez.

– Veled én már semmit sem akarok elképzelni. Hagyj nekem békét, és eredj a drága Fatima barátnődhöz, folytassátok a pletykálkodást rólunk. Én megnézem az Alf következő folytatását, de nélküled. – István már kiabál. Betesz egy új kazettát.

A képernyő villogni kezd. István arra gondol, hogy vagy a kazetta hibás, vagy a tv-készülék romlott el. De egyszerre megint éles lesz a kép. – Végre – gondolja István most legalább nyugodtan megnézhetem a filmet.

Csak hogy nem a szokott jelenetek következnek az amerikai családdal, hanem Alf mellett István bukkan fel a képernyőn. István megijed, de bénultan ott marad a tv előtt.

És az történik, amit Bori megjósolt: Alf, aki közben István barátja lett, betessékeli őt az úrhajóba. István pedig a húga helyett inkább az állatait viszi magával.

István már előre örül, hogy megláthatja a barátja hazáját. Csak hogy Alf bolygóján időközben szörnyű szerencsétlenség történt: kihűlt a napjuk, megszűnt minden élet Melmákban.

A bolygó lakói menekültek, szétszóródtak a világűrben, hogy új hazát keressenek maguknak. Olyan égitestet kell találniuk, amelyik befogadja őket.

Hosszú, szomorú bolyongás vár rájuk, úgy látszik, nincs egyetlen segítőkész bolygó sem. Az egyikbe nem engednek be macskákat, a másokra nem jöhet kutya, a harmadikon a melmák nép ellenségei élnek. Van, ahol azt állítják, hogy a bolygó már amúgy is tele van menekültekkel, egy másokra meg embert nem engednek belépni. Az űrhajónak fogytán az üzemanyaga, úgyhogy Alf, István és az állatok már vissza sem juthatnak a Földre.

Végül, amikor minden reményük odavan, rábukkannak egy minibolygóra: olyan, mint egy kis sziget. Ezt a bolygót alighanem még az Enterprise űrhajó sem bírta volna felfedezni, olyan eldugva bújik meg a világmindenségben. A sziget-bolygó lakóinak kutyafeje, macskateste és emberkarja van. Egyesül bennük ezeknek az okos állatoknak minden tehetsége az ember ügyességével.

A kis bolygó lakói, a vaumik szívesen fogadják a tapasztalt űrutazó Alfot. Megbocsátják, hogy olyan fajhoz tartozik, amelyik szívesen fogyaszt macskát, hiszen Alf már megváltozott, lám, most is együtt utazik Szerafínóval a világűrben. A vaumik megcsodálják Alfot, és büszkék rá. Hogy vendégül láthatják.

Szerafínótól és Léditől sem idegenkednek, hiszen ezek az állatok kissé hasonlítanak őrájuk. Nem tekintik őket ellenségnek, de alacsonyabb rendű élőlényeknek tartják őket. Szerencsére a vaumik ezt nem éreztetik velük, roppant kedvesen bánnak a kutyával és a macskával.

Istvánnal szemben azonban ridegek és elutasítóak. Az embernek rossz a híre a világűrben. Önző szamaraknak tartják őket, kapzsi, agresszív és aljas népségnek, akikben nem lehet megbízni. Így aztán Istvánnak semmi esélye nincs rá, hogy bebizonyítsa a vaumiknak, milyen rendes srác. A vaumik csak Alf kedvéért tűrik meg maguk között.

Istvánt, Szerafínót és Lédit felveszik a vaumi iskolába. A két állat jól megérteti magát kutya-, illetve macskanyelven, ezért már eleve okosabbnak tartják őket Istvánnál, így Istvánt eggyel alacsonyabb osztályba veszik fel, mint az állatait. Sokkal kisebb gyerekek közé kerül.

A vaumi gyerekek először tátott szájjal bámulják Istvánt, de aztán kicsúfolják csúnya, szőrtelen bőre, merev járása miatt, hiszen ők úgy szökellnek, akár a macskák. És butának tartják, hiszen alig makog az ő nyelvükön.

István rettenetesen boldogtalan, hazavágyik. A vaumi gyerekeket ellenségnek tartja. Bár odakerülnének a Földre, az ő osztályába, ott majd megmutatná nekik! Bosszút akar állni, amiért nem fogadják be. Tele van rosszindulattal – úgy, mint Dragan, az idegen gyerek otthon, az ő osztályában.

István elmarja a vaumi gyerekek holmiját, eldugja a játékaikat, és diadalmaskodik, ha azok valami hibát ejtenek. A vaumi gyerekek sokkal fiatalabbak nála, de meglehetősen hencegősek, így aztán István nem vesz részt az ő mulatságaikban. Félrehúzódik, tanulni sem akar semmit az ellenségeitől, nem alkalmazkodik a szokásaikhoz, így persze a vaumi gyerekek sem ismerik meg az igazi Istvánt, nem tudják meg, hogyan élt a Földön, mi mindenhez ért. Továbbra is butának és rossznak tartják az embereket.

Szerafínó és Lédi viszont sokat tanul a vaumiktól, akik egyesítik magukban a kutyák és macskák esztét. Szerafínó már megérti a kutyanyelvet. Lédi megtanult macskául. Nincs is köztük több veszekedés. Hamarosan a vaumi gyerekek is megbecsülik őket.

Elérkezik egy közös iskolai kirándulás napja. Szerafinó és Lédi csodálkozva fedezi fel, mennyire megváltozott István. Elmesélik a vaumi gyerekeknek, milyen jó volt hozzájuk mindig ez a fiú, hogyan gondozta őket, és milyen nagyszerű dolgokat vitt végbe a Földön. A vaumi gyerekek ámuldoznak. Különösen meglepi őket az, amit Szerafinó és Lédi arról a vonatmodellről mesél, amelyet István maga állított össze. Vasút ugyanis jár a kis sziget-bolygón is. Az iskolai kirándulás után már nem néznek olyan ferde szemmel Istvánra. Mégis, csak egyetlen vaumi gyerek próbál közeledni hozzá: Minkó, akit István mindig is rokonszenvesnek talált. Mesélnek egymásnak a hazájukról, elmondják, mik a kedvenc ételeik, mi a legjobb szórakozásuk. Lassacskán mindketten rájönnek, hogy nem is különböznek annyira egymástól, mint képzelték.

Ennek a barátságának köszönhetően István már nem érzi magát olyan elhagyatottnak, minden honvágya ellenére sem. És ahogy enged a szomorúsága, úgy enyhül a gonoszkodása is.

Egyszer csak belép az osztályba Alf, és elhívja Istvánt. A szerelőműhelyben végeztek az űrhajóval, átvizsgálták, feltankolták.

– Visszaviszlek a Földre – jelenti be Alf. – Nálatok szerencsére nincs nyomor, semmi okod rá, hogy idegenben élj. Én majd visszajövök ide, mert itt jobban megbecsülnek engem, mini nálatok.

Szerafinó és Lédi már az űrhajóban várja Istvánt. Fájó szívvel búcsúztak el a vaumiktól – István bezzeg boldog, hogy hazamehet. De azért örül annak is, hogy utoljára mégiscsak megtudott egyet s mást a vaumikról.

Egyet villan a képernyő, egy kattanás, kibukik a kazetta. István kótyagosan ül a készülék előtt. „Ez egy elvarázsolt videokazetta” – suhan át a fején. Visszatekeri a filmet, lejátssza újra. De csak a régi Alf-történet pereg a képernyőn, róla meg a vaumikról nem esik szó. A pamlagon szorosán összesimulva ott fekszik teljes egyetértésben Lédi és Szerafinó. Bori lép be a szobába. István zavartan mormolja:

– Kérdezd meg Fatima barátnődet, nem jönne-e el hozzánk egyszer a bátyjával, Muhrattal együtt! – Aztán még hirtelen hozzáfűzi: – Nem bánom, akár Dragan is velük Jöhet.

*Rajzold le ennek a mesének egyik figuráját!*



## *AZ AGRESSZÍV VISELKEDÉS ELLEN*

Egyetlen gyerek sem agresszív ok nélkül. Már a bevezető részben elmondtam, mennyivel fontosabb a lelki előidéző okok felderítése és megszüntetése, mint az agresszív viselkedés elleni csatározás.

Az agresszió rendszerint bizonytalan, túlérzékeny emberek felgyúlt érzelmeinek hirtelen felnyíló biztonsági szelepe, olyanoké, akik nem tudják kezelni a csalódottságukat vagy az őket ért bírálatot. Vagy tiltakozása olyanoknak, akik nem tanultak meg valamiről lemondani, más kívánságának engedni, akik mindenáron érvényre akarják juttatni az akaratukat, akik csak ilyen módon bírnak érvényesülni.

Idejében segítenünk kell a gyerekeknek, hogy megtanulja kezelni saját érzéseit, a mi példás viselkedésünk, megértő rábeszélésünk útján, érzéseit elismerésének segítségével. A gyerek biztonságban és lélekben erősnek érzi magát, ha a szülő szeretetteljesen figyel rá, elismeri a képességeit, de egyben irányvonalakat is szab, és azokat betartja.

Ha azonban az alapul szolgáló megbecsülés hiányzik, akkor erősödik a hajlam az agresszív reagálásra. Az agresszív viselkedés elleni, úgynevezett pedagógiai eljárások (a büntetés, szidás, kritizálás, de még a szelíd rábeszélés is), ha az agresszivitás okát figyelmen kívül hagyjuk, előmozdítja az agressziót, ahelyett hogy megszüntetné. Az agresszív reagálás közvetlen sikere (a belső feszültség enyhülése, a társadalmi „visszhang”, vagyis az, hogy engednek a gyerek akaratának, vagy hogy így az érdeklődés középpontjába került) azt eredményezi, hogy az ilyen magatartás nem szűnik meg.

Aki gyermeke agresszív viselkedésének az okait kutatja, semmiképpen ne feledkezzék meg saját viselkedésének kritikus vizsgálatáról sem. A szülők a gyerekek élő példaképei. Indirekt módon bemutathatják gyerekeknek, hogyan kell kezelni a konfliktusokat, csalódásokat, bosszúságokat és a megbántottságot.

Ebben a mesében szándékosan nem tértem ki részletesen a főszereplő, Luri viselkedésére, azért, hogy az olvasó figyelmét az előzményekre és az érzelmek bonyolultságára összpontosítsam. Az agresszív magatartást nem akartam a szokványos negatív formában hangsúlyozni, hanem elsősorban a lelki folyamatokat emeltem ki, amelyek az agresszív viselkedés háttérében rejlenek.

Marcsa azzal segít Lurinak, hogy felismeri érzéseit, elfogadja a fiút, foglalkozik érzelmeivel, és megértően beszél róluk. Komolyan veszi a fiút. Becsüli, és ettől Luri magabiztosabbá válik, már nem érzi magát elhagyatottnak, meg nem értettnek. Ez a lelki támasz megerősíti és lehetővé teszi, hogy maga is végiggondolja, mit érez, sőt vállalja is a gondolatait. Ez akadályozza meg, hogy az érzések túlságosan felgyűljenek benne, és túlreagálásra vezessenek.

Lehet, hogy az összefüggés így túlságosan leegyszerűsítettnek hat, mégis higgyenek nekem. Szerencsére egyszerű közös nevezőre lehet hozni a lelki alapszükségleteket. Ha ezeket az alapszükségleteket kielégítjük, vagyis a gyereket értékeljük, elismerjük, komolyan vesszük, befogadjuk a közösségbe, akkor megelőzhetjük a magatartási zavarokat. Minél jobban tekintetbe vesszük ezeket az emberi alapszükségleteket, annál kisebb a pszichés labilitás veszélye, annál valószínűbb, hogy nem lép fel bizonytalanság és túlérzékenység, annál immúnisabb lesz a gyerek az emberi kapcsolatok okozta negatív élményekkel, konfliktushelyzetekkel és csalódásokkal szemben.

Segítsük a gyerekeinket abban, hogy benső megerősödése, lelki egyensúlya érdekében kiépítse helyes (mert indokolt!) önértékelését. Ez képessé teszi a frusztrációk jobb elviselésére, a

csalódások feldolgozására, így könnyebben tanulja meg a szociális viselkedést, a közösségbe való beilleszkedést.

Vegye át a szülő azt a fajta segítséget, amelyet a legidősebb visnopintó javasol a mese végén!

Luri anyja mindennap belevési az elismerésnek egy jelét Luri számára egy fatörzsbe. Ugyanígy mi is készíthetünk „dicsérő-fatörzskeket”. Rajzoljunk minden napra egy fatörzset, amelybe bejegyezzük a dicséreteinket. Vonatkozzanak ezek konkrétan a gyerek bizonyos viselkedésére, emlegessük a viselkedését elismeréssel, emeljük ki, a gyereknek milyen kvalitásai és képességei jutottak érvényre ebben a viselkedésben. Végül tegyük hozzá, mit jelent érzelmileg nekünk magunknak a gyerek viselkedése, milyen pozitív érzéseket kelt bennünk.

Erősítsük a fatörzsrajzokat Jól látható helyen a falra. Készüljön el így egy „dicsérő-erdő”. Esténként olvassuk fel a gyereknek a feljegyzéseinket – még akkor is, ha éppen valamilyen okból haragszunk a gyerekre. Sőt, éppen akkor leginkább! A jogos dicséret után jobban megfogható a konstruktív, indirekt kritika. És így nem fejeződik be a nap konfliktussal, nem küldjük kibékítetlenül ágyba a gyereket.

Ne felejtjük el, hogy a bírálat vagy akár a büntetés szinte senkit sem indít arra, hogy a magatartását önként megváltoztassa.

Aki a dicsérőjáték segítségével felépítette a gyerek önérték tudatát, bemutatta a maga példáján, hogyan kell a konfliktusokat kezelni, ha a gyerek érzéseit komolyan véve ezekről megértéssel tud beszélni, az megteremtette azt az alapot, amelyről kiindulva leküzdheti a gyerek agresszív viselkedését.

Gyakoroljuk be a gyerekekkel, mit tehet, ha érzi magában felgyülemelni az agressziót, nehogy eljusson a tényleges agresszív viselkedésig. Beszéljük meg vele a nyomasztónak tűnő szituációk és csalódottságok összefüggéseit, szedjük ízeire összetevőit, az érzéseket, amelyek hangulatát előidézték. Hivatkozzunk azokra a kvalitásokra és képességekre, amelyeket a dicsérőjáték során elismertünk, és győzzük meg róla, hogy ezekben az értékekben mindig megbízhat, „lelki fogódzóként” használhatja őket, hogy biztonságban és jól érezze magát.

A gyerekekkel együtt válasszunk valamilyen rövid, feszültségoldó tevékenységet (például mély kilégzés közben számoljon háromig), amit az agresszió jelentkezésekor mindig alkalmazhat. Közben gondoljon némelyik „lelki fogódzójára”, vagyis a saját kvalitásaira és képességeire, hogy visszanyerje biztonságát.

Ezt a gyakorlatot játékosan kell végezni. Valami kis meglepetéssel jutalmazunk minden sikert – mindenekelőtt nagy elismeréssel. Játék keretében szívesebben begyakorolja a gyerek a helyes viselkedést, és kedvet kap az új, agressziómentes viselkedés elsajátítására.

Ha a gyerek valamikor ismét agresszíven lép fel, nem kell szóvá tenni a helytelen viselkedését. Akár pozitívan, akár negatívan próbáljuk győzködni, mindenképpen a figyelem középpontjába kerül agresszivitásával, amelynek ily módon nagy jelentőséget adunk. Ehelyett hivatkozzunk inkább a már elért eredményekre, emlegessük ezeket elismerően. Ezt követően beszéljünk vele megértéssel viselkedésének érzelmi összefüggéseiről.

Nem remélhetjük, hogy soha többé nem fog agresszíven fellépni. Minden embernek vannak időnként erőszakos érzelmei. A cél az, hogy a gyerek megtanulja ezeket az érzelmeket kezelni, és növekedő biztonságérzetével ne engedje a felgyűlő agressziót hevesen kitörni.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## *LURI, A VISNOPINTÓ GYEREK*

Luri egy kis visnopintó. Talán tudni szeretnéd, ki Luri. Luri egy, egy tarkabarka... Na, hogy is nevezzem? Hát szóval, ő egy kis visnopintó. Lehet, hogy azt sem tudod, milyen egy visnopintó? Nehéz ám elmondani, milyen is. Tulajdonképpen egyáltalán nem lehet elmondani, mert a visnopintók szüntelenül változtatják az alakjukat és a színüket is. Hol kicsik, hol nagyok, hol vörösek, hol sárgák, hol szürkék, hol zöldek. Egy visnopintó mindig olyannak látszik, amilyennek érzi magát. Ha jókedvű, akkor zöld és formás. Ha búsul, akkor szürke és kissé összemegy. Ha mérges, akkor vörös, formátlan és nagy. Ha megijed, akkor sápadt lesz, sárgás, és a teste egészen összetöporodik.

Most tehát már tudod, milyen egy visnopintó. Vagy még mindig nem sejtet? Jó, megpróbálom pontosabban leírni: a visnopintóknak gyönyörű a szemük. Jóságosan, nyíltan, vidáman, tréfásan, szomorúan, vágyakozva csillog a szemük nagy, kerek fejükben. A visnopintóknak bársonyos tapintású tapsifülük van. És még valami fontosat meg kell mondanom: olyan a farkuk, mint a kengurué, és segíti őket hatalmas ugrásaikban. De egyáltalán nem állnak rokonságban a kengurukkal. Talán egy dinoszaurusszal? Lehetséges. De ha így van, akkor is csak igen-igen távoli rokonságban.

A visnopintók nem valami csinos lények, de szeretetre méltó és jóságos teremtmények, és a türelmük végtelen.

Hiszen éppen ezért merülnek fel nehézségek Lurival – de erről majd később beszélek. Ha még most sem tudod, milyen egy visnopintó, akkor nem segíthetek rajtad, erőlködj, és képzelj el te magad. De arról ne feledkezz meg, hogy az alakja és a színe aszerint változik, hogy hogyan érzi magát.

Luri tehát visnopintó gyerek – és mégsem válik be igazi visnopintónak. Ő ugyanis nem változtatja sem az alakját, sem a színét, és egyáltalán nem türelmes. Luri mindig zöldes-sárgás-szürkés-vörös, mindig közepesen nagy – és mindig türelmetlen. Csak a szeme pillantása nyílt, jóságos, vidám, tréfás, szomorú és vágyakozó, vagyis szép és csillogó a szeme, mini minden visnopintóé.

Abból, hogy Luri mindig tarkabarka, vagyis zöldes-sárgás-szürkés-vörös, már tudhatod, hogy minden érzés egyszerre kavarg benne. Persze néha a szomorúság erősebb, aztán az öröme, de sohasem képes rá, hogy csak egyféleképpen érezzen. Vagyis nem egészen így van. Egyik érzést szinte bármikor felfedezhetjük nála. Miután Luri, mint már mondtam, örökké türelmetlen, rögtön mérges lesz, ha valami nem úgy történik, ahogyan elképzelte. Feldühödik minden apróságon, könnyű felbosszantani. Luri azt képzelem, hogy a visnopintók kevésbé szeretik őt, mint a többi visnopintó gyereket, hogy kevésbé törődnek vele... hogy őt senki nem érti meg. (Hát ebben van is valami, mert ki találhatja el az ilyen tarkabarka külsőről, milyen érzelmek uralkodnak éppen abban a pillanatban a lelkében?)

A visnopintók mit sem sejtenek Luri gondjairól, és csodálkozva figyelik ezt a mindig türelmetlen, mindig tarkabarka gyereket, aki úgy elűt a többiektől. Igaz, mi tagadás, Luri szülei sem olyan türelmesek és olyan egyértelmű érzelmekkel telítettek, mint a többi visnopintó. Luri anyja, Száda, sokszor ingerült, és apja, Frám nemegyszer zöldes-sárgás-szürkés-vörös.

Ha Luri dühös vagy mérges, akkor fújtat, prüszköl, karmol, meregeti a szemét, és a földet veri a farkával, hogy csak úgy döng. Néha összekuporodik, duzzog, és haragszik az egész világra. A többi visnopintó gyerek csodálja ugyan állítólagos erejét, de egyik sem igazán akar barátkozni vele, mert tartanak a váratlan dühkitöréseitől. Érthető is.

Ki szeretné, ha Luri erős karmai összekarmolásznák, vagy az izmos farka eltángálná?

Luri nem valami elvetemült visnopintó gyerek. Egyáltalán nem is léteznek elvetemült visnopintók. Luri egyszerűen csak bizonytalan, sértődékeny, és állandóan azon ügyködik, hogy a többiek észre ne vegyék vélt hibáit. Teli van érzelmekkel, és ez a belső összevisszaság kívül is megmutatkozik.

Könnyű a többi visnopintó gyereknek! Természetesen néha ők is felmérgesednek, de csak akkor, ha erre érthető okuk van. És ilyenkor visnopintó szokás szerint elváltozik a nagyságuk, a színük zöldről vörösre vált, így azután mindenki rögtön tudhatja, mit éreznek, és a türelmes visnopintók megértően viselkednek velük. De ennél a tarkabarka, zöldes-sárgás-szürkés-vörös Lurinál senki sem ismeri ki magát, még maga Luri sem, így aztán nem is tud segíteni rajta senki. Vagy mégis?

Karkó, a legidősebb visnopintó tanácsot ad:

– Zöldebbre kellene pingálni rajta a zöld színt, a jókedv színét, és meg kellene tanítani arra, hogy idejében felismerje a tulajdon érzéseit. Így végre az igazi színeit mutathatná meg, és mi jobban megérthetnénk őt.

– Úgy, úgy bizony. – A visnopintók lassan bólogatnak, nagy, kerek fejükön ütemesen leng a tapsifülük. – Úgy, úgy. Lehet ebben valami.

– De hogyan csináljuk? – kérdezi idegesen Száda anyuka.

– Kérdés, lehet-e még egyáltalán segíteni ezen a méregzsákon – dörmög Frám apuka, és maga is egyszerre zöldes-sárgás-szürkés-vörös lesz. – Szigorúbban kell bánnunk vele.

– Ahogy így elnézlek benneteket, nem is esett az alma olyan messzire a fájától, mint gondolnátok – mondja Karkó nyugodt hangon Luri szüleinek. – Így aztán csakis ti segíthettek rajta. Gyertek, ülünk le tanácskozni!

Mint tudjátok, a visnopintók nagyon türelmesek, sohasem hamarkodják el a döntéseiket, így aztán a tanácskozás végeérhetetlen hosszúra nyúlik.

Közben Luri, akinek várnia kell a szülőkre, elveszti a türelmét. Csapkod a farkával, felveri a port, kaparja a földet, nagy, nedves orrlyukai fújtatnak, tapsifüle ide-oda lebeg – aztán hirtelen ugrik egyet, még egyet, akkorát, amekkorát csak egy kenguru tud ugorni, nagyobb, mint amekkorát valaha is ugrott egy visnopintó – és ezzel el is tűnik.

Lurit az ugrása messze túlvitte a bűvös határon, egyszerre ott találja magát a Tiltott Földön. A bűvös határ valójában láthatatlan, erős elektromossággal feltöltött energiatér. A visnopintók már kicsi korukban megtanulják, mennyire veszélyes akár csak megközelíteni is a bűvös határt, hát még micsoda veszedelmes dolog átlépni azt! Minden visnopintó fél ettől a határtól, és tiszteletben tartja a törvényt. Rémisztő történetek járnak közöttük a Tiltott Földről – amelyet még egyikük sem látott. Állítólag réges-régen az ő őseik lakták azt a földet, amíg szörnyűséges óriások – nagyobbak, mint a legnagyobb vörös visnopintó – tüzes botokkal ki nem üzték őket onnan.

Lurit tehát a kenguruugrás átröpítette a bűvös határon, anélkül hogy az energiatér feltartóztatta volna. De az elektromos töltés olyan erős, hogy összeégette Luri hátsó lábát és a farkát. Szó sem lehet már visszatérésről. Luri szenved. Nyalogatja a sebeit, a fájdalmi egyre erősödnek. Eszébe jutnak a rémtörténetek, amelyeket a visnopintók a Tiltott Földről mesélnek, és reszket félelmében. De mi történik? Luri zsugorodni kezd. Még mindig zöldes-sárgás-szürkés-vörös, de az alakja most először úgy változik el, mint akármelyik visnopintóé. Csakhogy annyira fél, hogy még ennek sem tud örülni.

Egyszerre érzi, hogy rengeni kezd alatta a föld, sokkal erősebben, mint amikor ő a farkával csapkodja.

Szeretne elfutni, de fájó sebei miatt alig bír mozdulni. Még jó, hogy sikerült összezsugorodnia, most elbújhat egy korhadt ág mögött. Óvatosan kikukucskál, és legnagyobb rémületére meglátja azokat az óriásokat, akiről otthon meséltek. „Hát igazak a történetek – gondolja ijedten. – Valóban élnek óriások a Tiltott Világban. De hiszen nem is olyan óriások! Biztosan nem nagyobbak, mint a legnagyobb vörös visnopintó.” Ettől a felfedezéstől kissé megnyugszik.

Nem hiába nyugtalan visnopintó ez a Luri, nem ül nyugton a rejtkehelyén.

– Nézzétek, egy egér! – kiált lent valaki.

– Dehogyan egér, ez mókus – szól egy másik hang. – Béka ez. Talán varangy. Gyerünk közelebb, nézzük meg jobban! De hiszen ennek tapsifüle és vastag, hosszú farka van! Miféle állat lehet? Állat ez egyáltalán? Vigyázzatok, hátha harapni!

Lurit teljesen megrémíti a hangzavar. De amikor az óriások bottal kezdik piszkálni, dühös lesz, olyan dühös, hogy megfélemedezik a félelméről is. És lám, duzzadni kezd az alakja, mind nagyobb és nagyobb lesz. Néhány centiméterrel még ezeknél az óriásoknál is nagyobbra nő. Óriások, miféle óriások? Most fedezi fel, hogy ezek semmiképpen nem lehetnek rettenetes óriások. Először is nem is olyan nagyok, és aztán reszketve állnak Luri, a vélt szörnyeteg előtt.

Luri megkönnyebbülve felkacag. Még a fájdalomairól is megfélemedezik. Úgy nevet, hogy a könnye is kicsordul, és amikor le akarja törölni a könnycseppet, felfedezi, hogy az ökle egészen zöld. Csodálkozva nézegeti a másik öklét is, hát az ugyanolyan gyönyörű harsány zöld.

Az ismeretlen teremtmények sikoltozva elfutnak, annyira megijednek, amikor Luri felemeli az öklét. Azt hittek, most megtámadja őket.

– Ne fussatok el! Nem bántlak benneteket! – kiabál utánuk. De hiába, már elmenekültek. Luri elszomorodik, a sebei megint sajogni kezdenek – és a teste összezsugorodik. Sírva fakad.

Ekkor az egyik ilyen teremtmény vigyázva odalopakodik, és mielőtt Luri moccanna, óvatosan leemeli a fáról.

– Milyen szép és jóságos pillantású a szemed! Nem is lehetsz te veszedelmes. A gyerekek buták és gyávák, félnek tőled. Megsebesültél. Majd én mindjárt segítek. Marcsa a nevem. Hát téged hogy hívnak?

– Lurinak. Te nem vagy óriás?

– Óriás? Hogy lennék óriás? Ember vagyok. De ki, vagy mi vagy te?

Luri elcsodálkozik. Először is, mert még soha nem hallott embernek nevezett lényekről, másodszer az lepi meg, hogy van, aki nem ismeri a visnopintókat.

– Visnopintó vagyok, hát nem látod?

– Sajnálom, nem látom. Ha nem volna nagy, kerek fejed, valami dinoszauruszfélének hittelek volna. Mindegy, akármi vagy is, a fontos, hogy kedves vagy, akár vispotintó, akár valami más.

– Visno-bistó. Jaj, egészen összezavartál. Visnopintó, ez a nevünk. – A türelmetlenkedő Luri bosszankodik – és máris nőni kezd.

– Hé, ne bűvészkedj, mert a végén mégiscsak megijedek tőled!

– Nem, nem, nincs mitől félni, inkább örülni kell. – És Luri elmagyarázza Marcsának, mi volt az ő gondja.

Marcsa megértő.

– Te ugyan jobban tetszettél nekem, kis viskapintó, amikor zöldes-sárgás-szürkés-vörös voltál, de...

– Visnopintó – szól közbe Luri.

– Nekem úgy jobban tetszel – folytatja Marcsa -, de ha mindenáron színt akarsz változtatni, mint egy kaméleon, és hol kicsi akarsz lenni, hol nagy, abban is segíthetek. De előbb lássuk a sebeidet! – Nevetve teszi hozzá: – Micsoda szerencse, hogy van keresztneved is, nemcsak a Visnapintó névre hallgatsz.

– Visnóópintóóó – sóhajt Luri, és túri, hogy Marcsa kezelje a sebeit.

– Ez nagyon fájhat – mondja Marcsa, és gyógyfüveket rak az égési sebekre.

Luri a fájdalma ellenére is jól érzi magát, mert Marcsa figyel rá, és mert nem kell hősködni.

– Egy ideig nem fogsz tudni járni, még kevésbé ugrálni. Mit is kezdünk veled? A hazádba most nem térhetsz vissza, és nálunk egy ilyen hogyishívják... egy olyannak, mint te vagy, túlságosan veszélyes az élet.

– Veszélyes? Hogyhogy? Hiszen ti nem vagytok óriások! Ha olyanok az emberek, mint te, Marcsa, akkor biztosan nagyon kedvesek.

Marcsa megrázza a fejét.

– Te túlságosan furcsa vagy. Mi itt sosem láttunk ilyesféle vis...vis-no-pin-tókat. Lehet, hogy bezárnak téged egy kalickába, és mutogatnak az embereknek. Vagy egy cirkuszban léptetnek fel, vagy akár kitömve betehetnek egy múzeumba. – Marcsa megborzong, amikor elképzeli, mi minden várhat új barátjára. A félelme átragad Lurira, egészen kicsire zsugorodik ijedtében.

– Nem is volna rossz, ha ilyen kicsi maradnál. Így eldughatnálak otthon, amíg meg nem gyógyulsz. Ne nőj meg újra, nehogy felfedezzenek! És vigyázz azzal a vörös színnel, mert attól megijednek és üldözni kezdenek.

Luri panaszosan feleli:

– Az csak akkor megy, ha egyáltalán nem leszek mérges egyszer sem. Alig hiszem, hogy ez sikerüljön.

– Mindenki mérgelődik néha, erről nem kell leszoknod. Csak az a fontos, hogy felismerd, mitől és miért lettél mérges, és hogy magad légy a hangulataidnak a kormányosa.

– Ezt nem értem.

– Egészen mostanáig a hangulataid kormányoztak téged, ők határozták meg a viselkedésedet. Ők parancsoltak neked. Ha mérges vagy, akkor nemcsak azért vagy mérges, mert, mondjuk, valamivel nem értesz egyet. Közben szomorú is vagy, úgy érzed, hogy a többiek cserbenhagytak vagy elutasítottak, megsértettek, azt hiszed, egyedül vagy, igazságtalanok voltak hozzád, vagy pedig bizonytalan vagy, csalódott, ijedt. Nem csoda, hogy tarkabarka vagy, és a visnopintók nem ismerik ki magukat rajtad, ha ilyen érzelmtömeg gubancolódik össze benned. Úgy bújnak meg benned az érzések, mint egy különböző színű fonalakból tekert nagy pamutgombolyag. Majd én megtanítlak rá, hogyan kell a gombolyagot kibogozni, és hogyan tudod egyenként kiköpködni a fonalakat.

– Szép kis köpködés lesz – nevet Luri.

– Az nem számít. Fő, hogy rajtad könnyítsen. Nagyon megszerettelek, mert olyan értelmes vagy, tudsz jól figyelni és vidám vagy. Meggyőződésem, hogy igazi barát tudsz lenni – mondta Marcsa kedvesen.

– Ilyen szépen még senki sem szólt hozzám! – Luri kicsit zavarba jött, és aztán teljesen megzöldült az arca. Terjedt rajta a zöld szín, az egész teste ragyogó zöld lett.

– Végre, végre! Zöld vagyok! Már nem vagyok tarkabarka keverék. Igazi visnopintó lettem, egy boldog visnopintó – örvendezik Luri. És Marcsa vele örül.

– De most aztán ideje jó búvóhelyet keresni! Hová is dugjalak? – töpreng Marcsa.

– Ne hagyjál egyedül! Félek – nyafog Luri, és egészen kicsi és sárga lesz.

– Dehogyan hagylak egyedül! Rettenő rossz érzés idegenben egyedül lenni, és még hozzá sebesülten. Csodállak, igazán nagyon bátor vagy.

Luri megkönnyebbülve felsóhajt – és már megint zöldebb és formásabb.

– No lám, már nem is kell magyaráznom, hogyan válogasd széjjel az érzéseidet. Te magad rájuk ismersz és kinyilvánítod őket. Éljen! Nagyon gyorsan tanulsz – dicsérgeti Marcsa. – Most átkötözöm a sebeidet.

– Auuu! Vigyázz! – Luri arca eltorzul, fújtat, és máris emelkedik benne a harag. De aztán rájön, hogy Marcsa nem szándékosan okoz neki fájdalmat, hanem csak segíteni akar. A haragja a fájdalomtól támadt fel, nem Marcsa ellen irányul. Kis híja, hogy nem volt hozzá igazság-talán. Már bánja is, hogy olyan dühösen fújtatott. Még szerencse, hogy nem lett még dühösebb, és nem karmolta meg Marcsát. „Hajszálon múltott, hogy a pukancssággal nem vesztettem el egy jó barátot” – gondolja magában, és bocsánatot kér Marcsától.

Ebből látszik, milyen erős és bátor vagy, hogy rájössz, ha hibáztál, és még be is ismered, komoly teljesítmény, hogy nem voltál igazságtalan. Biztos, hogy a visnopintók ugyanolyan büszkék lesznek rád, mint én – mondja Marcsa elismerően. Tudom már, hol foglak elbűjtatni. Nálunk maradsz a padláson. Az én szobám ott van mellette, az ajtón át suttogva még beszélgethetünk is.

Luri beköltözik a padlásszobába. Meg sem mukkan, amíg Marcsa iskolában van. A félelemtől, nehogy felfedezzék a rejtkehelyét, egészen sápadt sárga és kicsi lesz – ez igazán előnyös veszélyes helyzetében. Amikor Marcsa megjön, dicséri a türelmét, és kimutatja, mennyire kedveli. Marcsa szinte kizárólag zöld színben látja, hiszen olyan boldog, ha együtt vannak.

Sebei gyorsan gyógyulnak. Luri nem is örül a gyors gyógyulásnak, mert szívesen maradna még Marcsánál. De egy visnopintó nem élhet az emberek között. El kell válniuk egymástól. Marcsa természetesen elkíséri egészen a bűvös határig.

– Csak úgy bírod átugrani, ha megint megnősz – aggodalmaskodik Marcsa.

– Nem tudok megnőni, olyan szomorú lettem, mert el kell búcsúzni. Nem is bírok ilyen magasra ugorni. Most mit csináljak? – panaszozza.

Egyszerre hangos kiáltozást hallanak a határon túlról. Luri apja és anyja hívogatja Lurit. De nemcsak ők ketten, sok más visnopintó is megszegte a törvényt Luri kedvéért, és közel ment a bűvös határhoz.

Luri meglepődik. „Hát ilyen fontos volnék nekik? Sohasem hittem volna!” Megörül, egyszeriben zöld lesz és nagy, érzi, hogy növekszik az ereje, és ugorni készül. Marcsa visszafojtja a lélegzetét. A máskor oly nyugodt visnopintók izgatottan tolonganak a túloldalon a homokban. Luri a levegőbe veti magát, ugrik, és széles ívben átugorja a bűvös határt.

Luri boldog és zöld. És hogy mindig ilyen is maradjon, Karkó, a legidősebb visnopintó, okos tanácsot ad a szülőknek: minden este faragjanak egy jelet egy fába, amiből megtudja, aznap miért voltak büszkék a fiukra, miért szeretik, mit szeretnek benne legjobban. Persze mondják el ezt neki szóban is, de fontos, hogy írásban is meglegyen a dicséret. Mert ha valamikor egyszer megint egyedül érzi magát, szomorú és mérges lesz, akkor csak megnézi a fába vésett dicséreteket, és megint zöld lesz, egészen zöld.

*Rajzold vagy fessd le, milyennek képeled Lurit, amikor mérges vagy fél szomorú vagy boldog!*

## **TAKARÉKOSSÁGI INTÉZKEDÉSEK, ANYAGI GONDOK**

A XX. századi szülők rendszerint a maguk ügyének tekintik az anyagi gondokat, amelyek kevéssé vagy egyáltalán nem tartoznak a gyerekre. Csakhogy hatalmas tévedés azt hinni, hogy minden, amit csukott ajtó mögött beszélnek meg, titok marad a gyerek előtt.

A szülők hiába is takargatják előtte gondjaikat, a gyerek itt-ott felszed valami értesülést a nehézségekről, és érzi, hogy megváltozott a családi légkör. Nem képes egyedül felmérni, mit jelenthet ez a gyakorlatban, ezért könnyen túlértékelheti a problémát, ingerülten és elbizonytalanodva reagál rá. Némelyik gyerek fantáziálásba menekül, másik begubószik, vagy ellenkezőleg, túlságosan belekapaszkodik a szülőbe.

Akármi legyen is a gond, a gyereket egyszerű, korához mért szavakkal tájékoztatni kell róla, nem pedig globális kijelentésekkel („Egyes dolgokról most le kell mondanunk”) elintézni. Ne csak azt mondjuk el, hogy mi történt, hanem elsősorban arról beszéljünk, milyen megoldásokra gondolunk. Mutassuk meg a gyerekeknek, hogy nehéz helyzetekből is adódik kiút, ha a család együttműködik. Hangsúlyozzuk az összetartozás jelentőségét, ezzel erősítve biztonságérzetét.

Az így teremtett alapokon könnyebb lesz rávenni a közreműködésre. De ne felejtjük el, hogy a gyerekek először meg kell tanulnia, hogyan alkalmazkodják a megváltozott helyzethez. És ebben ismét a szülő segítségére szorul. Először is válaszoljunk mi magunk a következő kérdésekre: „Mihez szokott eddig a gyerekünk? Mi az, amit már magától értetődőnek tart? Milyen szokásait kell megváltoztatnia, miről kell lemondania? Milyen példák állnak előtte (család, iskola, televízió)? Milyen értékeket tartunk fontosnak a családban, és milyeneket tart ő fontosnak? Támogattuk-e gyerekünk fogyasztási szokásait? Hogyan tudunk mi magunk lemondani egyes dolgokról? Vajon a korlátozásokat a mi viselkedésünk negatívumként tünteti-e fel?

Meg kell kísérelnünk a magatartásunkat az adott válaszok értelmében megváltoztatni, és a gyerekeknek a beilleszkedésre lehetőséget nyújtani. Lépésről lépésre vezessük ki a gyereket az idáig megszokott formákból. Gondoljunk a társadalmi környezetre is: ha eddig szinte minden kívánságát teljesítettük, ha semmit sem tettünk a tv reklámadásai és az osztálytársak befolyása ellen, ha csak azokat a tárgyakat értékeltük, amelyek a legújabb divatnak megfelelnek, amelyek legfrissebben kerültek piacra, akkor nem várhatjuk el a gyerektől, hogy minderről könnyedén le tudjon mondani.

Állítsunk fel új mércéket, növeljük a meglévő játékok értékét azzal, hogy nagy érdeklődést mutatunk irántuk, örüljünk a gyerekekkel minden apróságnak. Dicsérjük meg, valahányszor lemond valamiről, jutalmazzuk meg érte például valami közös játéssal vagy komoly elismeréssel.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*



## ***GLOBULÓ, EGY GLOBULI A GLOBULUS BOLYGÓRÓL***

Balázs szobájában a polcok és fiókok dagadoznak a sok játéktól. Nincs is annyi ideje, hogy játsszon mindegyikkel. Különbö is, a régi dolgait már semmibe se veszi. Csak olyan játék érdekli, amit a televízió gyerekműsoraiban hirdetnek, és amivel a fiúk az osztályban hencegnek.

Rengeteg minden halmozódott fel Balázs szobájában, minden játék, amit csak el tudsz képzelni. És még annál is több.

Egy napon, az iskolából hazaérkezve, Balázs meghallja, hogy a szülei valami nagyon komoly dologról beszélgetnek. Apának felmondtak, elvesztette az állását. Anya igyekszik megnyugtatni:

– Ne aggódj. Ha összefogunk és szerényen élünk, majd csak elboldogulunk. – Balázs mégis észreveszi, hogy az anyja is nagyon aggódik.

– Azt jelenti ez, hogy szegények vagyunk? – kérdezi.

Szegény családokat eddig csak a meséből ismert, olyanból, mint a Jancsi és Juliska.

– Nem is lesz mit ennünk? – kérdezi kissé aggodalmasan, bár az új helyzetet inkább érdekesnek tartja.

– Dehogynem – feleli az apja. – Csak arról van szó, hogy takarékosan kell élnünk, egyes dolgokról le kell mondanunk, már nem engedhetünk meg magunknak minden luxust. Ennyi az egész.

Balázs szinte némi csalódottságot érez, amiért nem lesznek olyan szegények, mint a mesékben. Hiszen az olyan izgalmas lett volna. Nem gondolkodik rajta tovább, bemege a szobájába, és leül a számítógép elé játszani. Jól érti a módját, mind több taláata van.

Egyszerre eszébe jut, hogy ebből a számítógépes játékból kapható valamilyen teljesen új típus. Láta a televízió reklámjában. Az osztályban minden gyerek erről beszél. Péternek már meg is vették a szülei. „Ezt okvetlenül meg kell kapnom! Sokkal érdekesebb és ügyesebb, mint az enyém” – gondolja, és el is mege a kedve attól, hogy a régi játékot folytassa. Unatkozik, visszamege a nappaliba, ahol a gondterhelt szülők még mindig a pénzről beszélnek. Balázs gyanakodni kezd. „Talán nem mondták el nekem a teljes igazságot. Miért ilyen rosszkedvűek? Az a takarékoskodás alighanem kellemetlenebb, mint amilyennek apa feltüntette. Kíváncsi, mit szól a kéréséhez az apja:

– Okvetlenül sürgős szükségem van egy új számítógépes játékra. A régeivel már nem tudok mit kezdeni.

A szülők elszörnyedve néznek rá:

– Hát elment az eszed? – rivall rá az apja.

– Miféle önző kölyök vagy! – méltatlankodik az anyja, és szomorúan ingatja a fejét.

– Még fél órája sincs, hogy elmagyaráztam neked, mennyire kell takarékoskodnunk, és nem engedhetünk meg magunknak akármit. Hát egyáltalán nem értetted meg? – Az apja dühös.

– Éppen elég gondunk van. Te még nehezítet a dolgunkat – sóhajt az anyja.

Balázs egészen elsápad. Eddig mindig minden kívánsága teljesült. Ha nagyobb beszerzésekről volt szó, legföltrebb várnia kellett karácsonyig, húsvétig vagy a születésnapjáig. De még soha semmiről nem kellett teljesen lemondania. Nem csoda, ha most megijed.

„Mégiscsak nagyon rossz lehet a helyzet, ha a szüleim így viselkednek, csak mert egy új számítógépes Játékot kértem” – gondolja nekibúsulva. Nem mer tovább kérdezősködni, nehogy még jobban felbosszantsa őket, és zavartan visszamege a szobájába.

Ezer kérdés vibrál az agyában. „Mit jelentenek nálunk ezek a pénzgondok? Szegények

vagyunk vagy nem vagyunk szegények? Mit jelent az, hogy sok mindenről le kell mondanunk? Ki fog engem nevetni Péter, ha csak a régi típussal játszom? Más leszek majd, mint a többi gyerek? Beleszólhatok a dolgokba az osztályban, fognak rám hallgatni?

Zavaros gondolatai közepette előhúz egy dobozt, amely tele van régi, félredobott játékokkal. Kedvetlenül turkál köztük. Ghostbustereket. Nindzsákat és Masters-figurákat talál. Vannak itt transzformer-autók és régi számítógépes játékok. Balázst magát is meglepi, hogy ilyen rengeteg holmija van. Valamikor mennyire ragaszkodott mindhez, de ma már egyáltalán nem érdeklik. Nem emlékszik rá, milyen játékok is vannak ezeken a lemezeken. Az egyiket bedugja a kis zsebszámítógépbe, és bekapcsolja. Pip-pip, egy gömbölyded emberke átugrik az árkon. Ez alighanem valamelyik bolygón játszódik. Pip-pip, egy úrszörnyeteg be akarja kapni. Pip-pip, az emberke széles ívben átröpül a szörnyeteg feje fölött. Pip-pip, már újabb veszedelem fenyegeti. Egy ufóból lönek rá. Balázs gyorsan nyomogatja a billentyűket, pip-pip és pip-pip-pip-pip.

„Mi történt? – spekulál Balázs. – Az emberke nincs már a képernyőn. Akármit nyomkodok, nem jön elő. Hülye játék!” Félrerakja, és bánatosan lefekszik.

Balázs megint a szülei pénzgondjaival foglalkozik. Az olyan szavak, mint „korlátozni”, „takarékoskodni”, „lemondani”, körtáncot járnak a fejében, és nyomasztják.

„De borzasztó lehet, ha az embernek nem teljesül minden vágya” – sóhajtja. Azon töpreng, mit is fog ez jelenteni neki, miről kell lemondania, vagyis inkább, miről bír lemondani. „Játék állatokra, emberkékre egyelőre nincs szükségem, ilyesmire várhatok néhány hónapig. De az új számítógépes játék tényleg azonnal kell. A régi lemezek vagy unalmasak, vagy már nem működnek, mint ez itt azzal a gömbölyded emberkével.”

– Hogyhogy, mit jelent az, hogy én nem működöm? – suttogja egy hang a játékdobozban. – Én vagyok a pip-pip-szuper-emberke, a pip-pip-szuperhosszú fülekkel és még mindig pip-pip-szuperjól működöm.

– Micsoda? Ki vagy te? Hogyhogy élsz? Hogyan tudtál kiugrani a zsebszámítógépből?

– Régen nap mint nap végighajszoltál a pip-pip-szuper-játékon, és mindig újabb veszedelmekbe sodortál. Most túl hosszú pip-pip-szünet volt, így pip-pip elszoktam tőle, és már nem szeretném, ha a nyomkodásoddal állandóan pip-pip ide-oda kergetnél. Ezért egész egyszerűen, pip-pip, kiugrottam a pip-pip-szuper-szuper-játékból. De még pip-pip-szuper-szuper-jól működöm. Majd pip-pip bebizonyítom neked. – Hopp, a gömbölyded emberke, pip-pip, kiugrik a dobozból, egyenesen Balázs ágyára.

– Talán rokona vagy a ghostbustereknek? – kérdi Balázs, mert az megmagyarázná a varázslatot.

– Hogyisne! Én a Globulus bolygóról jöttem, globuli vagyok, és a nevem Pip-pip-Globuló.

– Miért pipegsz folyton? Nagyon furán hangzik, és engem borzasztóan idegesít. Talán ilyen a globulik nyelve?

– Pip-pip, számárság! Csak a te buta pip-pip-szuperszuper-számítógépjátékok szoktatott rá. Biztos, hogy pip-pip-sebesen leszokom róla, amint elkezdesz velem új játékokat játszani.

– Nincsenek új játékaim, és egyelőre nem is kapok újakat. A szüleimnek most tudniillik kevesebb lesz a pénze, és így már semmit sem engedhetünk meg magunknak – ismeri be Balázs szomorkásán.

– Annyi baj legyen! Amire szükséged van, az meglesz. És annál még, pip-pip, több is. Már látom, pip-pip, hogy el kell jönnöd velem a Globulus bolygóra. Gyerünk, kelj föl, és ülj a vállamra!

Balázs még meg se tudta jegyezni, hogy ő bizony nem fér rá egy ilyen kis, gömbölyded, hosszú fülű emberke vállára, Globuló kezd felfúvódni, dagad, dagad, úgyhogy Balázs végül

kényelmesen ráfér, úgy ül rajta, mint a régi óriás labdáján, amelyik ugyancsak a fészerben hever valahol. Hopp, hopp, ugrálnak végig a szobán, egy hatalmas szökkenés. Balázs belecsimpaszkodik a gömbölyded Globuló hosszú fülébe, mert már indulnak is az ablakon át fel a levegőbe. Irány a csillagok!

– Aludj el, pip-pip, hosszú utunk lesz. Soká tart, majd nem egy örökkévalóságig. Aludj, pip-pip, hogy elfelejtsd, milyen messze kerülünk az otthonodtól. Aludj, pip-pip, nehogy elszédülj a nagy száguldásban. Így, jól van – suttogja Globuló Balázsnak, aki már mélyen alszik.

Lassul a röpülés. Balázs felébred rá. Bosszantja, hogy átaludta az utazást, szerette volna közelebbről látni a csillagokat, de Globuló elmagyarázza, hogy az ember, űrhajó és űrruha nélkül, csak mélységesen mély álomban bírja ki a száguldást a világűrben.

– Vigyázat, kapaszkodj! Leszállunk – szól Globuló, hátraveti hosszú fülét, és leereszti léggömbbé felfújtt testét. Visszaváltozik azzá a gömbölyded emberkévé, aki Balázs számítógépes játékából ugrott elő.

– Üdvözöllek a Globulus bolygón – köszönti büszkén a fiút. Joggal büszke: ilyen szépet Balázs még életében nem látott. Minden tarka, minden mozog és különleges hangot ad. Innen harangozás hallatszik, onnan csengettyűzés, kattogás, kerepelés, muzsikálás, fütttyentgetés, amonnan sistergés, mormogás, zúgás.

Itt ugrándozik valami, ott nagyot ugrik, amott gurul, forog, pörög és repül, valami billeg, hintázik, köröz, máshol valami száguld, rohan vagy mászik.

Balázs a nézésbe, hallgatásba egészen beleszédül. Globuló rámutat a színes tohuvaohura:

– Ezek vagyunk mi, a globulik!

Most kap észbe Balázs: a globulik élő játékszerek!

– De hiszen a játékok gyárakban vagy műhelyekben készülnek, műanyagból, fémből, textilből vagy fából vannak. Azok az anyagok sohasem elevenedhetnek meg. Hogyan lehetséges, hogy a globulik eleven Játékszerek?

Globuló mosolyog.

– Ideje, hogy többet tanulj erről: a lélek elevenít meg bennünket. És a lelket a gyerekektől kapjuk, akik szeretnek bennünket és foglalkoznak velünk.

– De hiszen itt nincsenek is gyerekek, és nektek semmi dolgotok a földi játékokkal.

– Dehogynem – feleli Globuló. – Mi a ti játékaitoknak élő hasonmásai vagyunk. A Globulus bolygó a földi gyerekszobák tükörképe. Végtelenül távol vagyunk ugyan tőletek, mégis szoros kapcsolatban állunk veletek. A globulik élete tehát teljesen tőletek függ. Ti adjátok nekünk azt az erőt, amely nélkül nem lehetünk boldogok. Gyere, megmutatom az összes globulit!

Balázs egyik ámulatból a másikba esik. A Globulus bolygónak rengeteg lakója van. Szorosan egymás mellett élnek, összezsúfolva. Úgy tűnik, megtelt a bolygó. Balázs álmában se tudta volna elképzelni, hogy ilyen rengeteg játék létezhet, ezerszer annyi, mint ahány gyerek él a Földön.

– Lehetetlenség ennyi játékkal Játszani – lepődik meg.

– Éppen ez az. Ez a mi bajunk. Egyszerűen túl sokan vagyunk, és mindig érkeznek újak is. Valahányszor ti új játékszert kaptok, megjelenik itt a hasonmása. Hiszen ez nem volna baj. Örülünk minden új globulinak. De mint tudod, a mi boldogságunk kizárólag attól függ, mennyi lelket kapnak tőletek a játékaitok, ezért... Na, nézd meg!

Balázs új hangokat hall: nyüszítést, nyöszörgést, sóhajtozást, recsegést, visítást, szuszogást és nyafogást.

Valami vánszorog, valami mászik, sántikál, biceg. Ezek nem olyan vidorak, mint az előzőek. A színeik sem olyan élénkek, mintha mind poros volna.

A szomorú kép Balázst a saját játékos dobozaira emlékezteti, ahol az olyan játékaik zsúfolódnak össze, amelyekkel már régen nem játszik. Az ő régi játékaik is porosak és nem működnek rendesen, mert már nem foglalkozik velük. Mivel azonban ezek nem az ő saját játékaik, megsajnálja őket. Ott hever egy baba szomorúan, mert a hasonmásával a Földön nem törődik senki, csak mert nem lehet távolból irányítani, nem tud könnyeket sírni, sem bilibe pisilni. Odavánszorog egy teherautó, mert a hasonmása mindörökké teherautó marad, nem tud átváltozni sem repülőgéppé, sem űrhajóvá, sem valamilyen harci géppé. Ott pityeg panaszosan egy öreg számítógépes játék, mert a hasonmását régóta nem használja senki.

Balázs felfedez olyan globulikat, vagyis játékszereket, amelyeket már régen elfelejtett. Kíváncsian indul feléjük.

Majdnem belebotlik egy építőkockákból összeállított repülőgépbe.

– Vigyááázz! – kiált a pilóta.

Balázs elámul:

– De hiszen én ismerlek téged! Téged és a repülőgépedet is. Valamikor régen én barkácsoltalak.

– Nem minket, hanem a hasonmásunkat barkácsoltad. Nézz körül, itt még sok ismerős dolgot találhatsz.

Balázs meglátja a kis, mindenféle vegyes játékból összeállított építményt, amely valamikor a szobájában állt: a repülőteret az elektronikusan irányítható tűzoltóautóval, az építőjátékból szerkesztett helikopterrel, amelynek a propellerét zseblámpaelem forgatta. Mellette az állatkert: otthon kis műanyag állatok, a szőrös mackója és az apja faragta faló népesítette be. Most ugyanazok az állatok nyüzsögnek benne, csak hogy ezek eleven globulik. Balázs felfedezi, hogy néhány építőkocka hever a közelben, és hogy a repülőgép lámpái nem égnek. Azonnal munkához lát: villanydrótokat köt össze, kifutót épít az állatoknak. Szalad az idő. Egy pillanatig sem unatkozott, ilyen jól már rég nem játszott.

– Köszönjük. Visszaadtad az erőnket, boldoggá tettél – mondják a globulik.

Globuló megcibálja a pizsamája ujját.

– Itt az ideje, hogy hazamenj. A Földön nemsokára reggel lesz.

– De itt még annyi globuli van, amellyel játszani szeretnék! – kérleli Balázs.

– Ezt nem teheted, és nem is tudnád megtenni. Ahhoz, hogy mindnyájunkkal rendesen játszhasz, ezer életed kellene, hogy legyen, és soha nem volna szabad felnőned. A lényeg az, hogy ne unatkozz, és szeresd a játékaidat. Nem az a fontos, hány játékkal és miféle legújabb típusúakkal játszol, hanem az, hogy érdekesen alakítsd a játékodat, és élvezd, amit csinálsz. Nekünk itt már nem tudnál többet segíteni, mint amennyit eddig segítettél – magyarázza Globuló.

– Más kísérőt kell keresnünk hozzád, én nem mehetek veled. A legjobb lesz, ha a repülőgép és a pilótája szállít haza. Mivel van a gépben hely, még valaki veled mehet. Válassz ki egy különösen rokonszenves globulit – javasolja.

– Hű, ez aztán nehéz lesz. Legszívesebben mindnyájatokat magammal vinnélek. – Balázs pillantása végigszalad a globulik seregén. A legjobban mégis a repülőtér és az állatkert tetszik, az, amivel az előbb foglalkozott. Ekkor felnyerít a globuli-ló. – Téged okvetlen magammal viszlek – nyugtatgatja. A ló hasonmásával ugyan ritkán játszott otthon, túlságosan kisgyerekes dolognak tartotta, hogy egy egyszerű falóval töltse az idejét, olyannal, amelyik semmit sem tud. De arra mégiscsak büszke volt, hogy apja ilyen szépen ki tudta faragni, ezért aztán jobban a szívéhez nőtt, mint ahogyan a barátaival el akarta hitetni.

– Jól választottál – dicsérte Globuló. – Majd meglátod, milyen jól fogtok szórakozni egymással a Földön. Csodálom, hogy nem a Szuper-Mega-Globylont választottad a bolygónk vidám oldaláról. Ő a legeslegújabb számítógépes játék legügyesebb emberkéje. Hiszen

okvetlenül meg akartad szerezni a legmodernebb számítógépes játékot, hogy megmutathasd Péternek!

– Hm. Hát igen, szeretném megkapni. Nagyon, nagyon szívesen mennék haza a legújabb Játékkal, különösen most, amikor már nem engedhetünk meg magunknak ilyen drága dolgokat. Irigyeltek volna az osztálytársaim, különösen Péter. Nagyon sajnálom, hogy nem vihetem magammal azt is. De mert csak egyetlenegy globulit választhatok, a kedves globuli-lóra szavazok. Olyan jókat játszottunk együtt, nem szeretnék a lovacska nélkül hazarepülni. Hát lemondok a Szuper-MegaSzámítógépjátékról és a Szuper-Mega-emberkérőről. Kár. Furcsa, hogy mégsem érzek csalódást, és szomorú sem vagyok, csak egy icipicit sajnálom. És az mégsem olyan rémes – mondja Balázs, majd hozzát teszi: – Úgy látszik, nem is olyan nehéz valamiről lemondani. Nem okvetlenül kellemes, ha nem engedhetünk meg magunknak mindent, de igazán nem szerencsétlenség.

– Itt az ideje, fel kell szállnotok! – Globuló megzavarja Balázs gondolatait, összeölelkeznek, integetnek, és máris felemelkedik a repülőgép.

Éppen idejében érnek földet Balázs ágyában, mielőtt a nap besütne a szülők hálósobájának az ablakán.

Ünnepnap van. Balázs nyugodtan játszhat új barátaival, a pilótával, a lóval és a repülőgéppel. De a többi játékaról sem feledkezik meg. Elhatározza, hogy azokat a dolgokat, amelyekre már egyáltalán nincs szüksége, odaadja egy jótékonyági egyesületnek. Azok majd elajándékozzák olyan gyerekeknek, akiknek egyáltalán nincsenek játékaik. Hadd legyen a Globulus bolygó minden hasonmása boldog.

Másnap látogatóba jön hozzá Péter. Magával hozza legújabb számítógépes játékát, és megengedi, hogy Balázs is játsszon vele. Balásznak roppantul tetszik, és kicsit irigyli is Pétert, Fájó szívvel gondol a Szuper-Mega-Számító-gépjáték Szuper-Mega-Globylonjára: ezzel aztán felvághatja Péter előtt!

Balázs a számítógépes játékkal foglalkozik, és Péter elunja a várását.

– Gyere, nézzük át a katalógust, lássuk, milyen új dolgokat árulnak. Nem tudom, mit is kívánhatnék magamnak a születésnapomra.

Együtt átlapozzák a katalógust. Sok szép dolgot látnak. Elképzelik, mit is kezdenének az új dolgokkal, és az ábrándozásba egészen belefáradnak. Végiggondolták a sokféle lehetőséget, és ez majdnem ugyanolyan szórakozás volt, mintha valóban játszottak volna.

Balázs megmutatja Péternek az új barátait, de a globulikról nem szól egy szót sem. Péter alighanem el sem hinné, vagy nem értené meg.

– Ugyan mi az érdekes ezekben a játékokban? Egy építőelemekből összeállított, kivilágított repülőgép, egy pilóta és egy durván faragott ló? Mit kezdünk ezekkel? Ez kisgyerekeknek való. – Péter ugyanis nem globuliknak látja a játékokat, hanem egyszerűen csak régi és érdektelen daraboknak. De Balázs oda se figyel a megjegyzéseire, és játszani kezd a barátaival. Megindul a képzelete, majdnem olyannak látja a játékait, mint a Globulus bolygón, és remekül szórakozik. Jobbnál jobb ötletei támadnak.

Egyszerre csak Péter is fellelkesül, és vele tart. Úgy érzi, mintha a játékok megteltek volna élettel.

– Jaj de jó! Máskor is szeretnék veled így játszani. Cserében kölcsönadom a számítógépes játékomat!

– Jól van, megegyeztünk! – búcsúzik Balázs Pétertől.

Persze nem mindig könnyű lemondani minden kívánságról azért, hogy segítsünk a családnak takarékoskodni. De Balázs mégsem búsul, bár persze fájlalja, hogy a szüleinek gondjai vannak. Már nem fél attól sem, hogy ezentúl szerényebbnek kell lennie. Néha elég egy képzeletbeli utazás, amelyen minden kívánságunk teljesül, és máris elégedettek vagyunk. Ezek a képzeletbeli utazások gyakran izgalmasabbak, mint egy beteljesült vágy. Jó dolog valamiről ábrándozni.

Balázs mindennél jobban szeret a barátaival, a globulikkal vagy a hasonmásaikkal játszani. És olyankor egyáltalán nem számít, hogy új-e az a játék, vagy régi.

*Rajzold le kedvenc játékodat, és esetleg azt a Játékot is, amelyikről le tudnál mondani!  
Milyen hasonmás játékokkal találkoznál szívesen a globuliknál?*

## *ELUTAZNAK A SZÜLŐK*

A szülők távolléte sok gyermekben kelt fájdalmas érzéseket: szorongást, aggodalmat, bizonytalanságot és vágyakozást. És ez nemcsak a túlérzékeny gyerekekre vonatkozik. Hiszen mi, felnőttek is tapasztalunk magunkon hasonlókat, ha elutazik valaki, akit szeretünk. Tudjuk saját tapasztalatunkból, milyen nehéz – különösen éjszaka – józanul úrrá lenni az érzelmeinken. És azt is tapasztaltuk, hogy az olyan jóindulatú nyugtatgatás, mint „Mi baja is eshetne? Hadd élvezze azt a néhány szabad hetet! Hiszen rövid az egész!”, egyáltalán nem csillapítja a nyugtalanságunkat. Ha mi, felnőttek, a józanság bajnokai, ilyen nehezen tudjuk irányítani az érzelmeinket, mit várhatunk egy gyerektől?

Nem szabad az utolsó pillanatra hagyni az útitervek bejelentését. Idejében beszéljük meg a gyerekekkel, mire számítsanak, hogy fel tudjon készülni rá. Igyekezzünk a feltételezhető félelmeket előre lecsillapítani, például olyan módon, ahogyan ebben a mesében is történik: a figyelmét egy szimbolikus eljárásra terelve, amely a kettejük összetartozását hangsúlyozza.

Komolyan kell venni a gyerek szorongását, bizonytalansági érzését, félelmeit. Ne próbáljuk ezeket szavakkal eloszlatni, sem pedig rábeszélni, hogy érezzen úgy, ahogyan mi szeretnénk. Ne féljünk a fájó pont érintésétől, beszéljünk nyíltan a várható vagy máris kialakult érzelmekről, adjuk meg a jogát arra, hogy érezzen. A gyerek csak úgy nyerhet a szülőtől biztonságot és úgy kaphat segítséget, ha megértik az érzéseit. Próbáljuk meg tehát szavakba önteni azokat a lelki folyamatokat, amelyek feltehetőleg keresztülmegy. Így például: „Valószínűleg attól tartasz, hogy velünk történik valami baj. Gyakran kellemetlen érzés, ha nem tudjuk, hogy hol van valaki, mit csinál éppen, hogy érzi magát. Én is mindig aggódom, ha valamelyikőtök elutazik. Ilyenkor mindenfélét elképzelek, hogy mi baj is érheti, és abban a pillanatban eszembe se jut, hogy valószínűleg jól van és jókedvű. Bizonytalanságban hiszed magad, ha mi nem vagyunk itt? Gondolom, főleg este vágysz majd utánunk. Ha elszakadunk valakitől, akit nagyon szeretünk, akkor vágyódunk utána. Mi is vágyódnunk fogunk teutánad. De azt hiszem, ez jó így, mert akkor különösen nagy szeretettel gondolhatunk rád.”

Nem kell attól félni, hogy ily módon felkorbácsolunk a gyermekben olyan érzelmeket, amelyeket, ha nem adnánk rá indítást, nem is érezne. A kifejezésre hozott és megértett érzelmeket könnyebb kordában tartani, mint azokat, amelyek mélyen elrejtve csíráznak ki, vagy amelyek jogosságát előzetes győzködéssel kétségbe vontuk.

Vértezzük fel a gyereket az erős érzelmi kötelék, a lélekbeni együttlét hangsúlyozásával.

Még ha idejében fel is készítjük a gyereket a várható elutazásra, és úgy tűnik, ebbe ő is beleegyezett, még akkor is nagyon könnyen megeshet, hogy amint a szülők kikerültek a házból, fellépnek a szorongások. Fogadja el tehát a szülő ennek a mesének a javaslatát, és készítse el a gyerekekkel együtt a kölcsönös „Szeretet-kalendáriumot”. A kalendárium elkészítése, kifestése, a kölcsönös ajándékozás aktusa eltereli a figyelmet, és a közelgő elválást pozitív vágányra viszi, mert a figyelem középpontjába a kölcsönös vonzalom kerül. A kalendáriumkészítés rítussá lesz, a szeretet szimbólumává emelkedik.

A szülők távolléte idején a kalendárium a szülő közelségét sugallja, azt, hogy szeretettel gondolkodnak rá. Lehet, hogy így is – vagy talán éppen emiatt – sírdogál időnként. Nem segítünk a gyereken azzal, hogy a figyelme elterelésével vagy akár vigasztaló szavakkal nyugtatni próbáljuk, nehogy a bánat és a szorongás teljes valójában felszínre törjön.

Ajánlatos megkérni azt, akire a gyereket távollétünkben bízunk, ne próbálja a gyereket lebeszélni a sírásról, abban a hitben, hogy így megvigasztalja. Lehet, hogy ettől még hevesebb

sírásra fakad. Őrá is vonatkozik, hogy az érzésekről megértően beszélgetni kell. Ezután hívja fel a gyerek figyelmét a szülőktől kapott Szeretet-kalendáriumra és arra, amelyet ő adott a szüleinek, és beszélgessen vele az ő szép családi kapcsolatukról.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*



## *A POTYOGÓ KÖNNYEK – ÉS A SZERETET-KALENDÁRIUM*

Apu egyhetes hivatalos útra indul, és kivételesen Anyu is elkíséri. A három gyerek: Laura, Magdi és Gyuri nem bánja: a szülők megígérték, hogy különlegesen szép úti ajándékkal fogják meglepni őket. Megbeszélték, hogy a gyerekek ezt a hetet a Néninél töltik. Már előre örülnek, a Néninél mindig jól mulatnak.

De alig indultak útnak a szülők, a három gyerek máris vágyódik apja-anyja után. Egészen elkámpicsorodnak.

Csak amikor a Néni új játékokat vesz elő és leül velük játszani, feledkeznek meg a bánatukról. Lefekvés után mindenki kérhet egy altatómesét, aztán leoltják a lámpát.

Néhány perc múlva megjelenik a Néni szobájában Gyuri, a legkisebb:

– Laura sír – jelenti, fontossága teljes tudatában.

A Néni felpattan és bemegy Gyurival a legnagyobb gyerekhez, Laurához. Laura zokogva vallja be, hogy nagyon hiányzik a mamája. A Néni nyugtatgatja, Laura nemsokára megnyugszik.

De alig ül vissza a Néni, megint nyílik az ajtó, Gyuri tipeg be:

– Laura megint sír. És Magdi is – mondja nagy komolyan. Nagyon büszke, lám ő bátrabb, mint a nővérei.

A Néni bemegy a lányokhoz. Magdi csak azért sír, mert Laura zokog, de azért ő is vágyik a mama után. Laura hebegve mondja el, hogy attól fél, valami baja eshet a szülőknek, mondjuk, valami baleset éri őket. Miközben a Néni Laurát gyözködi, hogy a szülők most különösen vigyáznak magukra, azalatt Gyuri elalszik. Magdinak is le-lecsukódik a szeme. Csak Laura nem bír elaludni sehogy sem. A Néni azt hiszi, már megvigasztalódott, és visszamegy a szobájába.

Laura látja, hogy a testvérei mélyen alszanak, és ettől még elhagyatottabbnak érzi magát. Újra elerednek a könnyei. Potty. A legkövőbb csepp a padlóra pottyant. Olyan, mint egy üveggolyó, kékesen dereng a holdfényben.

„Bár elgurulna a könnyem Anyuhoz, hogy tudja, mennyire búsulok. Akkor talán azonnal hazajönne” – ábrándozik Laura. Egyszerre látja, hogy a kékesen derengő könnycseppből gyönyörű üveggolyó válik, és gurulni kezd, mind gyorsabban és gyorsabban gurul, végül röpke fénysugárként eltűnik a szobából.

Laura meghatódik, biztos benne, hogy teljesült a kívánsága. Most már elalhat ő is.

Laura könnycseppje hosszú útra indult, hegyen-völgyön át, folyókon keresztül, városokon végiggurulva elérkezik abba a szállodai szobába, ahol Laura szülei laknak. A szülők éppen most érkeztek haza egy kellemes estéről: együtt vacsoráztak üzleti barátaikkal. Egyszerre eléjük gurul a szőnyegpadlón egy kékes fényű üveggolyó. Az apa felemeli, azt gondolja, biztosan egy gyerek vesztette itt el, de amikor az anya átveszi a golyót, az átváltozik a lánya könnyévé.

Az anya azonnal megérti, mit jelent a könnycsepp. Nagyot sóhajt: „Biztos, hogy Laura nagyon vágyódik utánunk, azért küldte a könnyet. Amikor egyedül fekszik az ágyában, szomorú gondolatok szállják meg. Aggódik, és úgy érzi, nem törődnek vele. Nekünk itt nagyon jó dolgunk van, de Laura könnye elszomorít. Nekem is hiányoznak a gyerekek. De amikor vágyódom utánuk, igyekszem elképzelni, milyen vidáman játszanak a Nénivel, és akkor örülök, hogy jó dolguk van. Miért nem tud Laura is így segíteni magán? Milyen jó volna akkor az utazásunk, és milyen boldog a viszontlátás! Mit is tehetnék érte?”

Szomorúan nézegeti az anya Laura könnyét. És akkor az ő szeméből is kigördül egy könnycsepp, végig az arcán, rá Laura könnycseppjére. A két csepp összetapad, lilásan derengő

golyó lesz belőlük, még egyszer akkora, mint volt. És alighogy összeforrtak, elindul a golyó, gurul, gurul, mind gyorsabban, villámsebessen kivágtat a szállodából, hegyen-völgyön át, folyón keresztül, városokon végiggurulva megérkezik Laura ágyához.

Bejön a Néni a szobába, hogy reggelizni hívja a gyerekeket.

– Na, hogy telt az első éjszakátok nálam? Kialudtátok magatokat? Gyertek már, az asztalon vár a forró kakaó!

Magdi és Gyuri kipattan az ágyból. Laura a szemét dörgöli, forgolódik.

– Jaj, mi nyom itt engem? – A párnájára néz, felfedezi a lilás fényű üveggolyót. A fény felé tartja, és a golyón át meglátja a távolban anyját. Látja, hogy reggelinél ül, az apjával cseveg, Laura megismeri a ruháját, tudja, hogy most mit csinál, hol van, mi veszi körül. Remekül lát a golyón keresztül. – De hiszen ez pompás! Most majd mindig tudom, mit csinál Anyu. Olyan, mintha vele lennék, akármilyen messze vagyunk is egymástól. – Laura boldog, könnyű szívvel ül a reggelihez.

Egész nap pompásan szórakoznak a Nénivel, csak úgy röpül az idő. Este Laurának megint hiányozni kezd a mama. Belenéz a könnycseppbe, meglátja, hogy az anyja éppen szívből nevet. Majdnem megharagszik rá: hogy is lehet ilyen jókedvű, amikor pedig tudja, hogy ő búsul utána. De aztán elszégyelli magát, és elhessenti a gondolatot. Csakhogy amikor ágyba kerül és leoltják a villanyt, mind hevesebben vágyódik anyja után. Már nem félti a szüleit, hiszen bármikor megfigyelheti a könnygolyón át, hogy mit csinálnak, hol vannak. De még mindig elhagyatottnak, elveszettnek érzi magát. És újra záporozni kezdenek a könnyek, rápotyognak a lilás üveggolyóra.

Az ám, de most nem tapadnak össze az üveggolyóval, és a golyó nem kezd gurulni sebesen hegyen-völgyön át, keresztül a folyókon, nem gurul végig a városokon, a mama szállodai szobájáig. A sok könny megolvastotta az üveggolyót, szétfolyt, tavacska lett belőle. A könnytavacska közepén ott csillámlik, mint egy olajcsepp, a mama könnye.

Laura már majdnem újra sírva fakad, hiszen még az üveggolyója is elveszett, amivel mégis idevarázsolhatta a mamát. De akkor meglátja anyja könnyét, amit azért sírt, mert megtudta, hogy Laura búsul. „Anyu nem akarja, hogy szomorú legyek. Én sem akarom, hogy Anyu szomorkodjék. De Anyu csak azért szomorkodik, mert én szomorú vagyok. Én pedig csak azért vagyok szomorú, mert Anyu nincs velem. Ha tehát Anyu nem utazott volna el, senkinek sem kellene búsulnia” – gondolja Laura. Persze csak saját magára gondol.

Fel sem ötlik benne, hogy egy ilyen utazás érdekes és szórakoztató az anyjának. Anyja sok új, szép dolgot lát, ami örömet szerez neki. És apjának segítség, ha nem kell egyedül laknia egy idegen szállodában. Nem érti, hogy valaki akkor is nevet és örülhet, ha hiányzik neki a másik. És nem gondol rá, hogy egy kipihent, derűs anya mennyi örömet szerezhet a gyerekeinek. És milyen szép lesz a viszontlátás egy boldog, örömtől sugárzó anyával és egy elégedett apával.

Az anya csillámló könnye ott lebeg Laura kis könnytavában. Olyan tanácstalan, olyan gyámoltalan. Mintha kémé Laurát: „Segíts nekem, ne nehezítsd a dolgomat! Ne hagyd, hogy elmerüljek a könnyeidben! Adj nekem erőt! Zárj be megint egy könnygolyóba, hogy szép képeket mutogathassak neked!”

Laura megsajnálja a mama könnyét. Eszébe jut, mi mindent látott az üveggolyón keresztül, és hogy az milyen vigasztaló volt. El kell ismernie, hogy az üveggolyó segítségével sokkal könnyebb volt kibírni az elválást. A könnytavacska csak még jobban elszomorította. Nem akarja, hogy a mama miatta búsuljon, és még egy ilyen fájdalmas könnyet ejtsen.

Laura, anyjára gondolva, szeretettel figyeli a csillámló könnyet a könnytavacska közepén. És akkor összehúzódik a tó, mindjobban kigömbölyödik, addig-addig, amíg megint lilásan

derengő üveggolyóként fekszik előtte. Felemeli, átkukucskál rajta. Látja az anyját, amint felsóhajt, aztán behunyja a szemét, és elmosolyodik.

„Most biztosan ránk gondol. Magdira, Gyurira meg rám - örül meg Laura. – Én is behunyom a szemem, és elképzelem, hogyan mosolyog Anyu.”

Persze, hogy még mindig vágyódik az anyja után. De már nem búsul annyira, nem érzi magát olyan elhagyatottnak.

Hamar elszalad egy hét. A szülők hazaérnek. Az anya boldogan öleli magához a gyerekeket. Az apa kicsomagolja az ígért ajándékokat. Gyuri egy emberkét kapott, amely döcögve lépeget az asztalon, és nem esik le a szélén. Magdi babát, annak az országnak a népviseletében, ahol a szülők jártak. Laura egy gyerekeknek való fényképezőgépet.

– Ezzel lefényképezhetsz bennünket, és nézegethetsz minket, ha nem vagyunk veled – mondja az apja. És Laura azonnal lefényképezi mindnyájukat.

– Van egy ötletem! – kiált lel az anya. – Csináljunk egy Szeretet-kalendáriumot!

– Szeretet-kalendáriumot? Hát az mi? – kérdezi Magdi.

– Hát, tudjátok, ez az utazás nagyon jó kikapcsolódás volt. A legközelebbi hivatalos útjára is el akarom kísérni a papát. Megint hiányozni fogtok nekem, és én is nektek. Nem akarom, hogy akármelyikünk emiatt búsuljon, azért gondoltam ki ezt a Szeretet-kalendáriumot. – A mama Laurára kacsint, mert még jól emlékszik, mit árult el neki Laura könnygolyóbisa. Aztán tovább magyaráz: – Együtt állítunk össze egy kalendáriumot annyi napra, amennyit apátok meg én távol leszünk. Vagyis inkább négy ilyen kalendáriumot készítünk. Mindegyikötöknek jut egy-egy, egy a papáé meg az enyém. Azokból a fényképekből, amelyeket Laura készít, mindenki kiválaszthatja magának, amelyik a legjobban tetszik. Ezeket aztán felragasztjuk a kalendárium egy-egy lapjára. De ez még nem minden. Mi odaírunk vagy rajzolunk mindegyikötöknek valami szép üdvözlöt minden napra a fényképeink alá, és ti ugyanezt készítitek el számunkra. Az persze titok lesz, hogy mit írunk, rajzolunk vagy festünk a kalendáriumba.

– Nagyszerű, csináljuk meg! Jaj, de érdekes lesz! – kiabálnak a gyerekek.

Anyjuk tovább magyaráz:

– Ha megint elutazunk, odaadjuk nektek a Szeretet-kalendáriumot. Becsület dolga, hogy úgy, mint az adventi naptárnál, mindenki csak az aznapra szánt oldalt nézze meg. Az elutazásunk utáni első estén mindenki letépi a kalendárium első lapját, és megnézi az első üdvözlöt, így aztán mindnyájan minden este meglepetést kapunk egymástól, és ebből megtudjuk, mennyire szeretjük egymást, és mennyit gondolunk egymásra. Ez lesz a legjobb vigasztalás, amikor nem vagyunk együtt. Igaz. Laura? Mit gondolsz?

– Szuper! De azért én jobban szeretem, ha velünk vagy – feleli Laura halkán.

– Remélem is! – mosolyog az anyja. – Nem volna szép tőled, ha egy cseppet se törődnél azzal, hogy elutazunk. Ne legyen közömbös számodra, itt vagyunk-e vagy sem. De azt nem szeretném, ha megint egy könnygolyó érkezne hozzám váratlanul – és azt hiszem, te se szeretnéd. – És a mama szorosan magához öleli Laurát.

Laura még nem tudja biztosan, fog-e megint búsulni, ha az anyja távol lesz. De elhatározza, hogy akkor majd a kalendáriummal vigasztalódik.

Amióta a szülők hazaértek, a könnygolyó lilás fénye megfakult, és eltűnt vele az a varázserő is, amellyel távoli jeleneteket lehetett látni. De megmaradt pompás üveggolyónak. Laura az éjjeliszekrénye fiókjában tartja. És tudja, hogy megint segíteni fog rajta az üveggolyó, ha majd az anyja utáni vágy nem engedi elaludni. Hozzásegíti, hogy anyja kedves mosolyát maga elé varázsolja.

*Rajzold le, milyen legyen a Szeretet-kalendáriumod!*

## ***RETTEGÉS A KÓRHÁZBA KERÜLÉSTŐL, AZ ELVÁLÁSTÓL***

Senki sem örül, ha kórházba kell vonulnia. Ha pedig életében először kerül ilyen helyzetbe, akkor az amúgy is meglévő félelmet még fokozza a bizonytalanság és az idegesség, amit a tökéletesen ismeretlen szituáció kivált. A gyereknél ehhez még egy pszichés tehertétel járul: az elválás fájdalma.

Ha tehát a gyerekünkre kórházi kezelés vár, idejében fel kell lépünk a kezeléstől való rettegés, az ismeretlen szituáció feletti bizonytalanság-érzés és az elválás miatti szorongás ellen.

Először is próbáljuk megismertetni a gyereket a kórház életével. Szerepjátékok, részletes elbeszélés, olyan mesék, mint „A vidám betegszoba”, és kórházi látogatások segíthetnek.

A gyerekek tartanak a fájdalmas kezeléstől (elsősorban az injekciótól, mert mással még aligha találkoztak). Ezt a félelmüket csak úgy lehet eloszlatni, ha, mint már szó volt róla, meg sem próbáljuk bagatellizálni. Természetesen nem szabad dramatizálni sem. Nem kell őt megerősíteni abban az aggodalmában, hogy valami borzasztó dolog vár rá. Ha beszél a félelméről, el kell ismerni, hogy senki sem örül a kórház gondolatának, és hogy az injekció röpké tűszúrása kellemetlen lehet. Tanítsuk meg kis trükkökre: Ki lehet fűjni a félelmet. Ha injekciót kapsz, előtte szorítsd ökölbe a kezed, aztán engedd ki a szorítást, és közben lassan, erősen fújd ki a levegőt. Gyere, gyakoroljuk... Nagyon jó. Ha erősen erre koncentrálsz, akkor csak egy szempillantásig érzed a szúrást. Mire igazán fájni kezdene, már kész is.”

Az elválás fájdalmának csökkentésére átveheti a szülő a mese egy ötletét: a „helyettes-ajándékot”. Itt is egy rituális eljárás és egy szimbólum útján éreztetjük a gyerekekkel, milyen szoros a kapcsolatunk vele, és ebből milyen erőt meríthet. Hangsúlyozni kell a lelki közelséget, és azt a biztonságot, amit ez nyújt.

Ebben az esetben is fontos, akár a „Szeretet-kalendárium”-nál, hogy a gyerek egy szimbolikus tárgyat ad át a szülőnek, így érzi át, hogy a szülők érzései is hasonlóak az övéihez, és hogy az ő szeretete vigasz számukra. Így növekszik a bizalom, és így válik elfogadhatóvá a szülők példamutatása: hogyan segítenek a nehéz helyzetekben, hogyan összpontosítanak a kölcsönös érzelmekre.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## *A VIDÁM BETEGSZOBA*

Péter beteg, nagyon beteg. Az orvos kijelentette, hogy néhány nap múlva be kell mennie a kórházba, meg fogják operálni. Péter Igazán nem gyáva, és a fájdalmat is jól tűri. Most mégis fél, nagyon fél. Érthető, hogy fél, hiszen fogalma sincs, mi is történik egy kórházban. Ráadásul egyáltalán nem vicces a család nélkül idegen környezetbe kerülni, idegen ágyban feküdni, még hozzá betegen!

Éjjel belázasodik. Minél magasabbra száll a láza, annál könnyebbnek, felszabadultabbnak érzi magát. Még látja szülei aggódó arcát, aztán mély álomba merül. Ez a lázalom. Jön egy fehér felhő, beburkolja Pétert, és kiemeli az ágyából. Meg sem lepődik, hogy fentről látja a saját átizzadt testét az ágyban, és a szüleit, akik kétségbeesetten Igyekeznek kisfiúk láztól izzó testét lehűteni.

Péter könnyűnek, súlytalannak érzi a testét. Remek érzés. Teljesen rábízta magát a fehér felhőre, hagyja, hogy lágyan vigye, nem tudni, hová. A fehér felhő egy nagy épülethez közeledik; ez a gyerekkórház. Könnyedén átsuhannak a falakon, beröppennek egy betegszobába. Hat ágy áll a szobában, az egyik üres, a többiben gyerekek fekszenek, kisebbek-nagyobbak. Egy kislány a karjában tartja a játék kutyáját, és egy csőrös bögréből itatja – ilyenből könnyebben iszik a fekvő beteg. Az egyik nagyobb fiú képregényt nézeget, és nagyokat nevet hozzá. Két gyerek barkochbázik. Aki így látja őket, vidáman, derűsen játszva, azt hiheti, hogy gyereküdüdőbe került.

Csak egy kislány fekszik ijedten és tétlenül szorongva az ágyában. Őt éppen most hozták be. Másnap kora reggel fogják operálni. Egyszerű mandulakivétel lesz, de a kislányt rémiszti a várható altatás és a sok orvosi felszerelés.

Péter szívesen segítene a kislánynon, de őt beburkolja a fehér felhő, nem tehet semmit, csak figyel.

Belép egy fehér ruhás ápolónő. Egyenesen a kislányhoz megy, hogy megnyugtassa. Részletesen elmagyarázza, mit jelent az altatás, és hogyan folyik le a mandulakivétel. Még be sem fejezte, nyílik az ajtó, és egy mütösfü betol egy kerek hordágyat.

– Nagyszerű – mondja a nővér – Bence már visszakerült a vakbélműtét után.

A mütösfü óvatosan átemeli Bencét a hordágyról az üres ágyba.

– No, most megint együtt van az egész társaság – mondja. – Egy-két óra múlva már Bence is elmesélheti a műtétét. Most még ki kell aludnia magát. – Ezzel kigurítja a szobából a hordágyat.

A nővérke hoz egy színes folyadékkal telt palackot, amelyből hosszú, vékony cső nyúlik ki, és felakasztja Bence ágya fölött egy állványra, tűt erősít a csőre, és... A kislány rémülten takarja párnájába az arcát.

Péter biztosan ugyanilyen ijedten takarta volna el az arcát, de a fehér felhő ölében nem fél semmitől.

A nővér észreveszi a kislány ijedtségét, abbahagyja a munkát, és hozzá fordul.

– Minden gyerek fél ám először az injekciós tűtől, sőt még a felnőttek közt is akad olyan, aki fél. Pedig a szúrás teljesen ártalmatlan, és nem is fáj igazán. Éppen csak megbök, olyan gyorsan, hogy csak annyit mondhatsz: „jaj”, a „de fáj”-ra már nem is marad idő. Egy pillanat alatt elmúlik, a szúrást rögtön el is felejtéd.

– Így van! – kiált közbe a nagyfiú, és félreteszi a képregényt. – Nekem meg se kottyán a szurkálás. Mindennap kapok ilyen infúziót. (Így nevezik azt a folyadékot, amely a palackból a csőbe csöpög.) A kórházban segítenek minden bajunkon, itt semmi sem okozhat igazi nagy

fájdalmat. Csak azért képzeled, hogy fáj a kezelés, mert félsz. – A fiú nagyon bátornak érzi magát.

A fehér felhőbe burkolódzó Péter jól érti, mire gondol a nagyfiú. Könnyű, lebegő helyzetében semmi fenyegetőt, semmi ijesztőt nem lát a kórházban. Csak azt látja, milyen jól ápolnak ott mindenkit.

Bence lassan ébredezik. A szülei bejönnek a betegszobába, az ágya szélére ülnek.

– Hogy vagy? – kérdezzetnek.

Bence mély altatásos álma után még kicsit ködösen látja a világot. Halkan felel:

– Jól, nagyon jól. Talán már megoperáltak?

– Tapintsd csak meg a hasadat – nevet a nővérke.

Bence érzi, hogy kötszer van rajta.

– Egyáltalán nem fáj. És a műtétből semmit sem éreztem.

– Persze, hogy nem – mondja az orvos. – Azért kaptad az altatást, hogy mélyen aludj, és mire felébredsz, már be is fejeződjön minden. Majd ha felállsz, még egy kicsit húzódni fog a vágás helye a hasadon, de napról napra kevésbé, és egy hét múlva megint ugrabugrálhatsz otthon.  
– Ellenőrzi, hogy az infúzió rendben folyik-e Bence karjába.

Bence csak most veszi észre, hogy rákapcsolták az infúziót. Fel sem tűnt, hogy tú áll ki a karjából. Meglepetéssel tapasztalja, milyen fölösleges volt minden félelme a kórháztól.

– Mondtam nektek, hogy nem is lehet érezni a tűt – jelenti ki büszkén a nagyfiú.

Az orvos most a játék kutyás kislányhoz lép.

– Hogy hívják a kutyádat? – kérdezi.

– Picinek – feleli örömmel, de a hangja kissé rekedtes, halk.

– Segítesz nekem, Pici, a betegünket megvizsgálni? Igen? Jól van, akkor most te vagy

Doktor Pici.

A kislány kuncog, vele nevetnek a gyerekek.

Péter látja, ahogyan az orvos először Pici doktorral, a kutyával kopogtatja meg a kislány hátát.

– Juj, hogy csiklandoz! – kuncog a kislány.

Utána az orvos hallgatja meg a kopogtatását. Aztán megismétli a játékot.

– Most megmérem a pulzusodat. Pici doktor, segíts számolni, nehogy eltévedszem – tréfálkozik. – Gratulálok, kisasszony, minden rendben van. Most hadd nézzünk be mi ketten, Pici doktor meg én a torkodba, hogy lássuk, meddig lesz még repedtfazék-hangod a mandulaműtét után. Tátsd ki a szád, akkorára, mint a nagykapu. Pici doktor, nyújtsd ide, kérlek, a spatulát. Köszönöm. Jó asszisztens vagy. Így, készen vagyunk.

Az orvos igyekszik komoly képet vágni, de közben vidáman kacsintgat:

– Gyerekek, szomorú közlendőm van. Ez a repedtfazék ma itt hagy bennünket. Hűtlen lesz hozzánk a barátnőnk. – A gyerekek nevetnek. – Ne nevesetek – tréfálkozik az orvos tovább.  
– Pici doktor, mit szólsz ehhez a bandához? Sírás helyett nevetnek!

A ma érkezett kislány vidóran közbekiált:

– Holnaptól lesz a szobában egy másik repedtfazék! Én leszek az!

– Igazad van. Majd meglátjuk, ilyen jó repedtfazék leszel-e te is. – Az orvos elköszön a gyerekektől, elhívták egy súlyosan beteg fiú lakására.

A gyerekek felélénkültek, mindenben nevetnek. A kutyás kislány ápolónőt játszik.

Kölesönveszi a nővér zöld műtőssapkáját. Az persze túl nagy neki, lecsúszik a szemére, nem lát ki alóla, bele is botlik egy ágyba. A nagyfiú grimaszokat vág, és mindenáron azt akarja, hogy Pici doktor adjon be neki egy injekciót. Csak Bence jajdul fel néha, és fogja a hasát. A nevetéstől szúr

egy kicsit a vágás helye. De azért nem akar kimaradni a nevetésből.

Péter szívesen velük nevetne a fehér felhőjében. Sajnálja, hogy a teste még betegen fekszik otthon, és itt ő nem egyéb, mint láthatatlan látogató. Már jól ismeri ezt a szobát, csöppet sem bánja, hogy néhány nap múlva maga is idekerül, és itt tölt pár napot.

Megérkeznek a látogatók, a többi gyerek szülei, és örülnek, hogy mindenkit ilyen jókedvében találják.

Különösen az újonnan jött kislány szüleit lepi meg, hogy a gyerek már nem szorong.

– Hoztunk neked valamit, hogy ne búsulj annyira. De látjuk, hogy egyáltalán nincs is szükséged vigasztalásra.

– Azért ma talán mégis, egy kicsit bizony félek. Hiszen most először kerültem el tőletek – feleli a kislány.

– Persze, ez nem könnyű. Állandóan csak rád gondolunk. Azért hoztuk ezt az ajándékot, hogy ne érezd magad egyedül, és tudd, milyen közel állunk hozzád.

A mama kihúz egy zacskóból egy kis füzöld békát.

– De hiszen ez pontosan olyan, mint az a béka a poszteren, a szobám falán. De jó, most lesz, ami az otthonra emlékeztet.

– Emlékeztessen miránk is. Miránk, és arra, hogy mindig szeretettel gondolunk rád, és mindig melletted állunk. – Ezzel a mama megfogja a kis zöld békát, lassan a szívéhez szorítja, aztán megcsókolja. A papa is végrehajtja ugyanezt az ünnepélyes ceremóniát. Utána együtt ráteszik a békát a kislány mellére, és megcsókolják a gyereket is. – Így ni, most ez már nem közönséges béka, hanem a mi küldöttünk, és azt jelzi, hogy közel vagyunk hozzád. De mi is szeretnénk ilyen küldöttet kapni tőled.

– De hiszen itt nincs nálam semmi különös – mondja a kislány gondterhelten.

– Nem is kell különösnek lennie. Csak valami olyat kérünk, ami tőled van. Hadd nézzem meg az éjjeliszekrényedben, talán találok valami megfelelőt.

Keresgélnék a fiókjában, és találják egy öntapadós képet, amely még nem került bele az albumába. A kislány megismétli a szülők előbbi szertartását, és ünnepélyesen átnyújtja nekik a képecskét.

Péternek megtetszik ez az ötlet, elhatározza, hogy utánozni fogja.

Közben mind súlyosabbnak érzi a testét. Még bebugyolálja a fehér felhő, de mintha már nem tudná olyan könnyen lebegtetni. Kiröpíti a kórházól. Most nem szállnak olyan magasan, mint idejövét, Péter növekvő súlya lenyomja őket. Alig-alig bírnak hazajutni. Szerencsére nyitva áll a szobája ablaka, mert a fehér felhő most már nem tudna áthatolni a falon. Péter azt látja, hogy az egész testét nedves kendők borítják. A fehér felhő ráborul – és Péter felébred.

Hallja, amint az anyja kétségbeesetten kérdezi, hogy mikor jön végre az orvos, nem kellene-e inkább egyenesen a mentőket hívni, és minél előbb a kórházba szállítani a gyereket.

– Ne izgulj, mama! – mondja Péter. A hangja tompa. – Már sokkal jobban vagyok.

A szülők odaugranak.

– Tényleg, már nem is olyan forró – mondja megkönnyebbülve az apja.

Megszólal a csengő, itt az orvos. Péter alig akar hinni a szemének. Ez ugyanaz az orvos, akit a fehér felhőből kikukucskálva a kórházi szobában látott. Az orvos megvizsgálja.

– Már nincs nagy baj. Három nap múlva szabadul egy ágy az én osztályomon, mert akkor hazamehet egy gyerek a vakbélműtét után. Addig nyugodtan várhatunk Péter kórházba utalásával.

Péternek sehogyan sem fér a fejébe, hogy ugyanaz az orvos fogja kezelni, és ugyanabban a szobában, ahol a vidám gyerekeket látta. Az orvos észreveszi, hogy a kisfiú ámulva mered rá:

– Félsz talán a kórháztól? Biztosíthatlak, hogy egész vidám tud lenni az élet egy ilyen gyerekkórházban.

– Tudom – böki ki Péter meggondolatlanul. – Például a Piri doktorral, a kutyával.

Most az orvoson a sor, ő néz ámuldozva.

– Mi, micsoda? Honnan tudod? Hogy lehet az?

Péter zavarba jön, egészen belepirul.

– Hát éppen csak álmodtam róla.

– Nahát! – Az orvos csodálkozva rázza a fejét. – Egészen különleges fickó vagy. Már előre örülök, hogy bemutathatlak a gyerekeknek.

– Én is örülök – mondja Péter.

Még mindig kissé zavarban van. „Kíváncsi vagyok – gondolja magában –, hogy az újonnan érkezett kislány is olyan repedtfazék-hangú lett-e, mint a kutyás kislány. Sajnos már nem lesz a kórházban, mire én odakerülök, és a vakbélműtétes fiú sem lesz benn. Vajon ki fekszik majd a kislány ágyában? Egy újabb repedtfazék? Azt már tudom, hogy melyik lesz az én ágyam. A szomszédom a nagyfiú lesz, aki mindennap bátran tűri a szurkálást. Szeretnék összebarátkozni vele.” – Péter mosolyogva alszik el, álomtalán álomban pihen.

*Rajzold le, milyennek képzelsz egy kórházi szobát, és mik fognak ott történni veled!*



## *GÁTLAGOSSÁG ELLEN*

Ha egy gyerek túlságosan szelíd, engedelmes, alkalmazkodó, jó lesz megfigyelni, hogyan áll a magabiztossággal.

Saját értékünk felismerése és a megtanult társasági viselkedés az alapja annak, mennyire érzi magát valaki jól a bőrében, és ennek következtében milyen biztossággal tud fellépni mások előtt. A gyerek magabiztos fellépésre (szociális kompetenciára) a következő utakon tehet szert:

Konkrét elismertetés útján. Pozitív visszajelzést kell kapnia bizonyos viselkedésmódokra, nyilvánvaló jelét annak, hogy értékeli a személyét, vele együtt átéli élményeit, komolyan veszik érzéseit és benyomásait. (Már harmadik életévében, az „Én-élmény” korában gondoljanak rá a szülők, hogy ez a nevelés legfőbb célja.) Parancsolgató, beszűkítő, gyámkodó és lekicsinylő szülők aligha teszik lehetővé, hogy gyerekük egészséges önbizalma kifejlődjön.

A szülők példája nyomán. Azaz nyílt, könnyen kontaktust teremtő szülők nyomán, akik beismerik hibáikat és gyöngéiket; ha azonban a szülők gátlásosak, bizonytalanok, félnek másokkal kontaktusba kerülni, ha mindig igazodni akarnak mások véleményéhez („Mit szólnak a szomszédok?”), akkor a gyerek megfelelő példa híján nehezen tud önbizalomra szert tenni.

Barátok és tanárok befolyása útján. Ez is az elismertetésen és a mintaképből tanuláson alapszik.

A siker- vagy sikertelenségélmények útján. A ráfigyelés, illetve az elutasítás közvetlen válasz lehet bizonyos viselkedésre emberi kapcsolatokban.

A gyerek „lelki bázisán” múlik, milyen erővel hat biztonságérzetére mások befolyása vagy egy sikertelenségélmény. A szülők a gyerek megbecsülése és elismerése útján többé-kevésbé megerősíthetik ezt a lelki bázist.

Ha egy gyerek – úgy, mint a mese hőse – gátlásos, jó lesz felderíteni, vajon egy negatív élmény, a tanároktól vagy osztálytársaktól elszenvedett kellemetlen tapasztalat okozta vagy tartja-e fenn a bizonytalanságát. Beszéljük ezt meg a gyerekekkel, jelezve, hogy megértően és támogatóan állunk mellette, mutassuk meg, hogy értjük szorongását, zavarát, és hivatkozzunk bátorítóan szeretetre méltó személyiségére, pozitív magatartására, kellemes, sikeres tapasztalataira más helyzetekben. Ha a bizonytalansága már felvett modor, akkor – a mesénkéhez hasonlóan – a következő módon lehet segíteni: a bázis az önbecsülés kiépítése és megerősítése, amit elismerő és dicsérő megjegyzésekkel érhetünk el. Azt tanácsolnám, nehogy a hétköznapi teendők közt túl sűrűn megfélekedzünk erről, és hogy a pozitív visszajelzés különleges súlyt kapjon, vezessenek a szülők egy „dicsérőfüzetet”. Ebbe írják be naponta, milyen viselkedését figyelték meg aznap a gyerekek. Jegyezzék fel konkrétan és a gyerekre vonatkozóan, mi volt aznap elismerésre és említésre méltó. („Ebben a helyzetben így és így viselkedted, ebből azt látom, hogy...” vagy „ez ezt meg ezt árulja el rólad.”) Ne felejtse el a szülő hozzáfűzni személyes érzéseit, örömét, bizakodását a gyerek magatartásával kapcsolatban. Ezeket a feljegyzéseket esténként olvassa fel a gyerekeknek, éreztesse szeretetét és azt, hogy megbízik benne.

A gátlásos gyerek kerüli a kapcsolatot azokkal, akik nem állnak egészen közel hozzá. Ezért gyakorlatlan az idegenek közti viselkedési szokásokban (hiányos ismeretek a társasági viselkedésben), nem találja fel magát, és nem tud konfliktusokat megoldani. Nem tanulja meg, hogyan vegyen részt beszélgetésekben, sem képviselni, sem megformálni nem tudja a saját véleményét. Túlságosan nagyra tartja a többieket, túl kevésre önmagát. A gátlásos gyerek önmagát teszi kívülállóvá, félreáll, és így megfosztja magát a lehetőségétől is, hogy megtanulja a

társasági viselkedést.

Ezt a tapasztalati és tréninghiányt a következő módon lehet lépésről lépésre pótolni: először is fel kell oldani benne mások túlbecsülését. A szülő segítségével pillantson be mások viselkedésének kulisszái mögé. (Lásd azt a jelenetet, amikor a mesében a gyerekeket a kéményen keresztül figyelik meg.) Beszéljék meg vele a gyakran jelentkező különbséget a „viselkedés” és a „jellem” között, konkrét példák alapján (aki dühöng, az talán egyszerűen mérges, de lehet csalódott vagy sértődött is – a példákat keressék a gyerek hétköznapijaiból).

Amikor a gyerek önmagáról és másokról alkotott képe már kiegyensúlyozottabb, akkor kezdeményezzünk kis társasági viselkedési gyakorlatokat, de csak olyasmit, amiről tudjuk, hogy jól meg tudja oldani, például intézzon kérdést egy nyugodt és rokonszenves osztálytársához: kérdezze meg valaki idegentől, hány óra van, vagy hová vezet ez az út. A szülő dicsérje meg és érdeklődjön, hogy mit érez a gyerek. Fokról fokra nehezebb gyakorlatokat kell bevezetni. A tréning játékossága érdekében be lehet vetni egy „szerencsehozót” is, és minden sikeres gyakorlat után egy papírlapra felrajzolni vagy felragasztani egy szerencseszimbólumot. Ezt a lapot poszterként fel kell erősíteni a falra. A sikerek így láthatóbbak és ezáltal bátorítóbbak lesznek.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## *A PICI KÉMÉNYSEPRŐ*

Marcit már az óvodában is kinevették, amiért olyan kicsi és soványka. Ráadásul az r betűt sem tudta tisztán kimondani, j-nek ejtette; ezen is nevettek a gyerekek, különösen a nagycsoportosok.

Van Marcinak egy nővére, csakhogy az olyan nagy, hogy szinte felnőtt, így hát nincs otthon kivel játszania.

Marci csendes, jó gyerek, örülnek a szülők, hogy ilyen szófogadó és békés kisfiúk van.

Marci nem árulja el a szüleinek, hogy ő az iskolában sem érzi jobban magát, mint az óvodában. Hogyan is magyarázhatná ezt el a szülőknek, hiszen úgysem értenék meg.

A tanító elégedett vele. A feladataira mindig piros pontokat ad, vagy öntapadós képecskéket.

Így aztán látszólag minden rendben van. Csak Marci lesz egyre gondterheltebb, félénkebb és csendesebb. Fél a vadóc gyerekektől, pedig közben csodálja is az erejüket és a merészségüket.

Van az osztálytársai között három gyerek, aki tetszik neki: Mihály, Kati és Vali. Ezek hárman jó barátok, meglehetősen csendes, mégis jókedvű gyerekek. Csakhogy Marci túlságosan félénk ahhoz, hogy közeledjék hozzájuk, azok pedig egyáltalán nem vesznek róla tudomást.

Marcinak tehát nincsenek barátai, mégsem unatkozik otthon soha. Szívesen marad egyedül a szobájában, kinevezi barátainak a játék állatait és a műanyag emberkéket. Beszél hozzájuk, szép történeteket meséltet velük magának.

Legjobban annak örül, ha az anyja felolvass neki. Kedvence egy történet, amelynek a címe „Én vagyok Én”. Egy tiritarka állatkáról szól, amelyet a többiek semmibe se vesznek, nem is törődnek vele. A tiritarka kis állat minduntalan összehasonlítgatja magát a többi állattal. Próbál velük barátkozni, de mindig elutasítják. Csak akkor fogadják be maguk közé, amikor végre kimondja: „Én vagyok Én”, vagyis amikor hinni kezd önmagában, és magabiztosabb lesz.

Marci töri a fejét, hogyan érhetné el, hogy belőle is egy „Én vagyok Én” váljék. „Mit jelent az, hogy valaki hisz önmagában? Én félek a többi gyerektől, és fogalmam sincs, miről is beszélgethetnék velük” – töpreng magában.

Egy koppanás: leesett egy kis doboz a polcra, és kigurul belőle egy pici kéményseprő. Kabalafigurának kapta szilveszterkor a nővérétől. Tulajdonképpen nyakba akasztva kellene hordani, de nincs hozzá nyaklánc, ezért soha nem viselte. Megpróbálja visszadugni a dobozába.

– Megállj! Ne zárj be! – kiált egy idegen hang.

Marci kezében moccan valami. Szétnyitja a tenyerét: a pici kéményseprő izgatottan hadonászik és magyaráz neki.

– Hónapszám hagytál bezárva a dobozban! Hiszen tudod, hogy én szerencsét hozok. Hogyan segítek rajtad, ha még csak elő sem veszel! – szidja Marcit. – Hát ez igazán felháborító! Hiába vagyok én a legjobb szerencsehozó kabalafigura a világon, ha nem is törődnek velem – izgul tovább.

– De hiszen fogalmam sem volt róla, hogy igazi parányi élőlény vagy, és beszélni is tudsz! Azt hittem, csak arra vagy jó, hogy a nyakamba akasztva hordjalak, de nincsen hozzá nyakláncom – védekezik Marci.

– Hát ezért kellett megszólalnom. Ha nem beszélek, még mindig nem vettél volna észre engem – elégedetlenkedik a kéményseprő. – Na jól van, megbocsátok, és mivel a te saját kabalád vagyok, először is hozzásegítelek, hogy le tudj küzdeni a félénkségedet, és megbarátkozz a többi gyerekekkel. Gyere velem, utazzunk együtt, induljunk el a városi háztetők fölött.

Gyorsan felmásznak, tetőről tetőre ugrálnak, figyelik, hol laknak gyerekek, és ott a kéményen és a kéményajtón keresztül lecsúsznak a lakásba, hogy meglássák őket. Szerencsére a legtöbb lakásban központi fűtés van, így Marci nem lesz túl kormos.

Marci így sok mindent megtud más gyerekekről. Felfedezi, hogy az egyik vadóc osztálytársa rettenetesen fél a fogorvostól, és a várószobájában mukkanni sem mer. Megfigyeli, hogy az osztály legverekedősebb fiúját hogyan bosszantják és kínozzák a fivérei, ő pedig nem bírja megvédeni magát tőlük. Látja azt is, amint a hencegős gyerek rémülten áll rosszkedvű apja előtt, pedig mennyire vágyik rá, hogy az apja elismerje az ő kiválóságát. Hallja, milyen szemtelenül válaszolgat egy fiú az anyjának, csak azért, mert bántja, hogy az anyja nem érti meg őt. Aztán ott van egy testvérpár: a fiú féltékenységből agyonbosszantja a húgát, mert azt hiszi, a szülei a kislányt jobban szeretik, mint őt. Aztán azt is végighallgatja, hogyan csúfol és nevet ki egy gyöngébb gyereket az a srác, aki mindenáron érvényesülni akar a barátai előtt, és úgy gondolja, csak az erejével imponálhat nekik.

Egészen más színben látja most Marci azokat a gyerekeket, akiktől mindig annyira tartott. Ez az arcuk sokkal jobban tetszik neki, és meg is nyugtatja, hogy valójában ilyenek.

– Látod, mekkorát tévedhet az ember, ha csak arra ügyel, hogy a másik mit mond vagy mit tesz. Ha egy gyerek pocskul viselkedik, az még nem jelenti, hogy pocsek a jelleme. Csak úgy tudhatod meg, kiben mi rejtőzik, ha nem rettensz vissza mindjárt az első találkozásnál, hanem barátságosan és magabiztosan közeledsz hozzá – magyarázza a pici kéményseprő. – Ja, ha már magabiztosságot mondtam, eszembe jut, hogy meg is kell neked magyaráznom, mi az. Most már tudod, hogy egyes gyerekeknél a csillogó vagy a látszólag durva héj alatt, vagyis a viselkedésük mögött nemegyszer szelíd vagy gyöngé mag rejlik. Neked is hinned kell magadban, és tudnod kell bánni az emberekkel. Azt hiszem, ezt legjobban éppen a kabalagyárban lehet megtanulni. Pontosan éjfélkor leereszkedünk a gyár kéményén. Akarod? Csodálkozni fogsz, mi mindent tapasztalhatsz ott – ígéri a kéményseprő.

Éppen éjfél harangoztak, amikor leértek a gyár nagycsarnokába. Itt várják az elszállítást a kész kabalafigurák. Az utolsó harangütésre nyüzsgögni kezd a terem. A dobókockák versenyt gurulnak, az aranypénzek dallamosan csengenek, a szerencsemalacok visítják a kíséretet, a négylevelű lóherék a légyölő galócák pöttyeivel kiszámolósdit játszanak, a lópatkók bumerángot játszanak egymással. A legnagyobb ricsajt a pici kéményseprők rendezik: hancúroznak, ugratják egymást, de közben mindig kedvesen és barátságosan viselkednek.

Marci szívesen részt venne ebben a derús mulatságban, de kit szólítson meg, és mit mondjon, hogyan fogjon hozzá? Nem tartozik közéjük, idegen itt, biztosan nem engedik meg, hogy játsszon velük – töpreng aggodalmasan.

Félénken keresi szemével a kísérőjét, a kéményseprőt, de az már ott bolondozik a többiekkel, és úgy elvegyül köztük, hogy Marci fel sem ismeri. Hát már megint egyedül maradt. Visszahúzódik, úgy, ahogyan szokott, és csendben figyel a tarka forgatagot.

– Ekkor feltűnik neki egy négylevelű lóhere és egy kismalac, egy kéményseprő társaságában: körben ülnek, és kitalálósdit játszanak. Marcit a három osztálytársára, Mihályra, Katira és Valira emlékeztetik, akikkel az osztályban szívesen összebarátkozott volna. Marci minden találós kérdésre hamar tudja a választ, sajnálja is, hogy nem játszhat velük. Már-már összeszedi magát, és megkérdezi, csatlakozhat-e, de elkésett. Egy gongütés, és az összes szerencsefigura – Marci kísérőjének kivételével máris ott feszít a polcokon.

– Holnap este újra eljövünk – vigasztalja a kéményseprő. – Addig járunk ide a kabalafigurákhoz, amíg ki nem gyógyulsz a félénkségből.

Így is történt. Másnap éjjel, éjfél-től egy óráig, Marcit megint ott találjuk a gyári csarnokban. Ezúttal a négylevelű lóhere, a kismalac és a kéményseprő azt a becsapós játékot játssza, amelyiknél azt mondogatják: „Repül a... repül a...” A négylevelű lóhere ehhez a leveleit emelgeti, a kéményseprő a mutatóujját, csak a malacnak okoz gondot, hogy mivel jelezzen. Nem tud jobbat a visításnál és a rőfögésnél. Csakhogy minduntalan eltéveszti a játékot. Amikor rőfögnie kellene, mert valami tényleg tud röpülni, visít egyet, és fordítva. Már egészen összezavarodott, idegesen forgatja a farkincáját. A pici kéményseprő elneveti magát. Marci vele nevet. Még a malacot is magával ragadja a nevetés, mert ez nem kinevetés, így hát nem sértődik meg. A három barát folytatja a játékot.

Marci gondolatban velük tart, és még ügyesebben is csinálná, mint a kéményseprő. Annyira beleéli magát, hogy az ujját is együtt mozgatja velük. Meglátja ezt a malac, és hívja, jöjjön velük játszani.

Marci megjíed, zavarba jön. Félénken ül a többiek mellé. És most a játékban egyik hibát követi el a másik után. Fél, hogy kinevetik. A malac kitalálja a gondolatait, barátságosan rárőfög:

– Annyi baj legyen! Elvétetted, mi van abban? Ettől talán megváltozol te magad? Azt képzeled, hogy engem kevésbé szeret a lóhere és a kéményseprő, amiért sehogyan sem megy a fejembe a játék? Biztos, hogy egyformán szeretnek, akár nyerek, akár veszítek. Szívesen játszunk együtt, mert jól mulatunk és jókat nevetünk. Mi ketten, te meg én, mi tudjuk, hogy ügyes vagy ebben a játékban. Semmi más nem fontos, csak hogy jól érezd magad köztünk.

– Igazad van, majd gondolkozom rajta – ígéri Marci, és folytatni szeretné a játékot.

De megszólal a gong. Milyen hamar elröpült ez az óra! Marci másnap szüntelenül az éjszakát várja, hogy megint játszhasson a három barátal. „Holnap nem fogok izgulni. Már nem fogok félni attól, hogy elvétem a játékot, és kicsúfolnak érte” – határozza el.

A legközelebbi éjféle órán nem találja meg a három barátot. Elszállították őket kabalafiguráknak a boltokba. Marci nekibúsul, és megint visszavonul a nézegetősarokba. „Hiába határoztam el, hogy nem izgulok, hiszen a könnyedebb viselkedést csak akkor gyakorolhatom, ha valakivel játszom. Ha ők hárman nincsenek itt, muszáj lenne valaki mást megszólítanom” – szedi össze a bátorságát.

– Remek! – mondja mellette kísérője, a pici kéményseprő, aki hirtelen ott termett. – Szépen haladsz. Igazán kár volna, ha a többiek sohasem tudnák meg, micsoda rendes fickó vagy és milyen jó barát lehetsz. Okos is vagy, és gyorsan jár az eszed. És ami a legfontosabb, meg lehet bízni benned. Mindenki örülhet, ha barátkozol vele.

Marci büszke, hogy a kéményseprő megdicsérte. Ő még soha nem látta ilyen remek fickónak magát. Mindig inkább attól tartott, hogy terhére lehet másoknak, untatja őket, és hogy mindenki más mindenben jobb önála.

Hangos „Sikerült!” kiáltások riasztják fel a gondolataiból. Éppen a feje fölött röpül el egy lópatkó, követi a pályáját, és néhány centivel egy másik mögött ér földet. „Vesztett, vesztett!” – kiabálják kórusban. A hangjukban nyoma sincs kárörömnök. A mérges galócák izgalmukban előre-hátra hintáznak a talpukon, ugyanis fogadásokat kötöttek a patkójáték győztesére.

– Ki akar még fogadni? – kiáltoznak vidáman.

– Természetesen mi – jelentkezik az aranypénzek, és a győzelem reményében már előre összeverik csengő fémtestüket.

– Mi is, mi is! – bólogatnak a négylevelűek. A kéményseprők természetesen szintén csatlakoznak.

– Mi nem veszünk részt a fogadásban – jelentik be a dobókockák –, de segítünk nektek: dobunk, és akinek hatot dobtunk, az kezdheti meg a versenyt.

Mindenki helyesel, szeretnék végre megkezdeni a játékot. De a malacok még akadályozzák a kezdést, mert nem tudnak megegyezni a tétben. Sustorogva tanácskoznak.

– De hiszen ti mind szerencsehozók vagytok! Adjon mindegyikötök valamit, ami csakis órá jellemző, és ami szerencsét hoz a győztesnek.

Marci észbe kap. Egészen megretten, hogy most hangosan szólalt meg az egész társaság előtt. Belepirul.

– Jó ötlet! – helyeselnek a kéményseprők. – Szerinted mit kellene tétként felajánlanunk?

Marci már nem visszakozzhat, részleteznie kell a javaslatát.

– Hát, mondjuk, a légyölő galócák adjanak a győztesnek egy pöttyöt a kalapjukról, a kéményseprők ajánlják fel a létrájukat, a patkó egy patkószöveget, az aranypénzek egy kis aranyport, a malac néhány sörtéjét és a lóhere egy levelet a négyből.

– Rendben van. És te? Te mit ajánlasz fel? Hiszen te is fogadsz, igaz? – faggatják a malacok.

– Én? Hát igen. Szeretnék én is fogadni – nyögi ki Marci. – De mit csináljak, én nem vagyok szerencsehozó kabala. Nincs semmi értékem, amit felajánlhatnék.

– Mi sem tekintjük értéknek, amit a fogadásra felteszünk, hiszen ezek a dolgok hozzánk tartoznak, megszoktuk őket, nem tartjuk nagyra. De tudjuk, hogy mások örülnek ilyesminek, csak mert tőlünk származik, és ez adja ezeknek a dolgoknak az értékét. Tedd fel egyszerűen azt a leszakadt gombodat, amelyet a nadrágzsebedben őrzöl. Ez majd emlékezteti a győztest rád, erre a kedves és ügyes fiúra. Ettől lesz a gombod ugyanolyan értékes, mint a mi tétjeink – magyarázza a pici kéményseprő.

A kabalák megpróbálják középre vonszolni az egyik csomagolóládát. Marci ugrik, hogy segítsen, és egyetlen mozdulattal a csarnok közepére taszítja a ládát. A lóherék barátságosan bólogatnak feléje.

– Érted-e, mit akarnak neked mondani? – kérdezi a kéményseprő.

– Nekem mondanak valamit? Ezek barátságos lények, akiket mindenki szeret. Mi dolguk is volna velem? – Marci hangja kicsit bizonytalanul cseng.

– Jaj, te – sóhajt a kéményseprő, – A barátságos bólogatásuk azt jelenti: „De jó, hogy itt vagy velünk. Köszönjük, hogy rögtön ugrottál segíteni. Nagy szükségünk van rád.” És nemcsak a lóherék, mi mind azt gondoljuk, hogy segítőkész, rendes gyerek vagy.

Örül Marci az újabb dicséretnek. Sosem képzelte, hogy mások ennyi kiváló tulajdonságot fedezhetnek fel benne.

Most mindenki belehelyezi a tétjét a ládába. Lezárják a fogadásokat. A dobókockák dobnak és dobnak, végre sikerül hatost dobniuk, ez dönti el, ki kezdheti a versenyt. Az első lópatkó nem vesz elég nagy lendületet, megpördül a levegőben, és néhány méter után földre csapódik. Egy mérges galóca rákiált:

– Hé, hiszen terád fogadtam! Most miattad elvesztettem egy fehér pöttyöt a szép piros kalapomról. – De nem haragszik igazán. Tudja, hogy a patkó nagyon igyekezett, éppen csak nem volt szerencséje, ez pedig mindenkivel megeshet.

Izgalmas a verseny. A következő két patkó szorosan egymás mellett ér földet. Nehéz a dolga a többieknek, ezeket kell túlszárnyalniuk. Végül mégis meglesz a győztes: az egyiknek sikerült néhány milliméterrel lefőznie a többit. A kis kéményseprő éppen órá fogadott, és így megnyerte a kabalák összes tétjét.

– Most aztán én vagyok a legszerencsésebb, legtöbb szerencsét hozó szerencsehozó kabala! És miután a tiéd vagyok, Marci, ezután minden sikerülni fog neked, amit igazán akarsz, és amiben erősen hiszel – örvendezik a parányi barát.

Megszólal a gong. Éjjel egy óra. Marcinak csak annyi ideje marad, hogy elbúcsúzzon új barátaitól, mielőtt némán és haptákban visszaállnak a polcaikra.

Az ő saját pici kéményseprője is olyan mereven áll meg, mint ahogyan egy nyakba akasztós kabalafigurához illik, de őnála marad.

Másnap reggel megkéri Marci a nővérét, sodorjon neki színes fonalakból egy zsinórt, amit lánc helyett a nyakába akaszthat, hogy azon viselhesse a pici kéményseprőt. Marci biztosra veszi, hogy még mindig rejlik a figurában egy kis életerő. Minden éjjel, valószínűleg úgy éjfél és egy óra körül, mintha hallaná is a hangját. A kabalababa sugdos a fülébe, felsorolja, hogy Marci aznapi tettei közül mire a legbüszkébb, mi mindenben járt el helyesen, felemlegeti valamennyi jó tulajdonságát, dicséri, és elmondja, mennyire örül, hogy éppen az ő kabalababája lehet.

Másnap az iskolában eszébe jut Marcinak a malac, a négylevelű lóhere és a kéményseprő, akikkel úgy szeretne megint „Repül a... repül a...” játékot játszani. Ekkor pillantja meg Mihályt. Katit és Valit, amint éppen lehúzás képeket cserélgetnek. Marcinak is vannak ilyen képecskéi. Gondolkodás nélkül odalép, és megmutatja, milyen képeket szeretne csereberélni.

Tudod-e, mi történik ezután? Egy idő múlva ezek négyen úgy összebarátkoznak, olyan elválhatatlan barátok lesznek, hogy mindenki „négylevelű lóherének” nevezi őket.

*Rajzold vagy fessd le, milyen kabalafigurát szeretnél és miben várnád el a segítségét!*

## ***HOGYAN LEHET ELVISELNI A LEMONDÁST, A CSALÓDÁST? ÉS VESZÍTENI IS TUDNI KELL!***

Szinte minden családban az a szokás, hogy a kisgyerekeket, az óvodáskorúakat, sőt a kisiskolásokat is nyerni hagyják a játékban. Nem lehet itt semmi ellenvetésem, amennyiben a szülők betartják a következő irányvonalakat:

A gyerekek idejében meg kell tanulnia, hogy harcolni kell a sikerért. Csak akkor lesz képes erőfeszítésre, ha a cél és az oda vezető út nem túl könnyű. Tanulja meg, hogy nem minden siker egyenlő értékű, tegeyen különbséget fontos és nem fontos célok között.

A gyerek önbecsülését nem határozhatja meg, milyen sűrűn kerül a győztesek sorába. Éreznie kell, hogy ha veszít vagy kudarcot vall, az emberek ugyanúgy értékelik és szeretik, nem válik kisebbé mások szemében.

Hatéves korára kifejlődik a gyerekekben a szabályok tisztelete, ezért világos irányvonalakra tart igényt. Szívesen követi a pontos utasításokat és játékszabályokat, és szigorúan megköveteli ezt a többiektől is. Legkésőbb ebben a korban meg kell szüntetni azt a rendszert, hogy a gyerekek feltétlenül nyernie kell. Dolgozzon meg a győzelemért, fáradozzon érte, kövesse a szabályokat – hasznos lesz ez a gyakorlás az iskolakezdésnél. Minél nagyobb egy gyerekben a becsvágy és minél gyöngébb az önbizalma, a biztonsága, annál fontosabb számára a nyeres. Nem bírja elviselni a kudarcot, ezért még csalni is próbál. A túlzott becsvágy és az akarás, hogy mindenképpen sikert kell elérnie, ártterjed mindenféle teljesítményére. Csak akkor érzi magát „valakinek”, ha az élen jár, míg ha egyszer kudarcot vall, ha veszít, teljesen bizonytalanná válik, tele lesz kétellyel, és azt hiszi, mindenki megveti. A következmény: túlreagálás (dac, agresszió, sírás, begubódzás, félrevonulás a versengésből, passzivitás a játékban). Hogyan segíthet a szülő?

Először is vizsgálja meg saját magát: hogyan viselkedik a sikerben és a sikertelenségben, milyen példát nyújt a gyerekeknek. Tudja-e a gyereket biztatni anélkül, hogy túlzott becsvággal túl nagy feladatok elé állítaná? Meg tudja-e óvni attól, hogy állandó teljesítmény nyomás alá kerüljön?

Meg kell tanítani a gyerekeknek, hogy már a cél felé vezető útban is örömét lelje. Nemcsak a cél fontos: elismerést érdemel minden feléje vezető lépés. Ez azt jelenti, nem szabad mindjárt tökéletes teljesítményt várni, dicséretet érdemel már akkor is, ha erőfeszítéseket tesz, ha részt vesz játékban, sportban vagy más tevékenységekben. Az öröm, a szórakozás álljon az előtérben.

Nem kell szörnyű komolyan venni az ügyetlenkedést, a hibákat vagy a kudarcot. Emlégettsük fel a kis részsikereit vagy a más területeken bizonyított képességeit és tehetségét; ezeknek elismerésével bátoríthatjuk a gyereket. Mérje fel a gyerek a saját értékét, tudnia kell, mire képes és miben kevésbé tehetséges. De ne csak tapasztalatból szerezzék meg ezt az ismeretet: szüksége van a mi visszajelzésünkre is. Szóljunk hozzá bátorítóan, mutassunk rá, hogy nem szégyen némely területen a gyöngébbek sorába kerülni. Fontos, hogy eközben tudatosítsuk a gyereket a képességeit, nehogy elveszítse az önbizalmát és ezzel a kedvét a feladatok elvégzéséhez.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmas arra, hogy gondolkodjék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*



## *HUH, A FEHÉR KÍSÉRTET*

Te félsz-e a kísértetektől? Vannak gyerekek, akik félnek a kísértetektől, mert valami hátborzongató és veszélyes dologra gondolnak. Na, nekem elhíheted, egész biztosan nem léteznek hátborzongató és veszélyes kísértetek. Sőt, egyáltalán nincsenek igazi kísértetek, főleg olyanok nincsenek, akiktől félni kellene. A kísértetek vagy mesealakok, vagy a fantázia szülöttei. Tehát te is bármikor felidézheted vagy elhessegetheted őket a képzeleted útján.

Én itt kigondoltam egy kísértetet, aki csakis ebben a mesében létezik. Remélem, megszereted Huhot, a fehér kísértetet.

A megszámlálhatatlanul népes kísértetvilágban Huh volt a legfiatalabb kísértet. Azért nevezték Huhnak, mert igazából még soha nem kísértett. A kísértetek ugyanis minden eredményes kísértés után egy újabb u betűt fűzhetnek a nevükhöz, így aztán már a nevükből kiderül, hogy szorgalmas vagy lusta kísértetek-e. Egy különösen ügyes és tapasztalt kísértetet például így hívnak: Huhuuuuuuuuuuuuuuuuuu. A kis Huh minél előbb szeretett volna egy u betűt biggyeszteni a nevéhez. Azt remélte, hogy azzal megszerzi a többi kísértet megbecsülését. Annyi kísértet között könnyen megfélelkezhetnek egy kis Huhról.

Végre elérkezett a nagy nap. Engedélyt kapott, hogy életében először csatlakozhasson a többiekhez. Borzasztóan izgatott volt, fűtötte a becsvágy. Rettenetesen igyekezett, hogy jól megijessze az embereket. Mindenáron ki akart válni a többiek közül. A nagy igyekezetben úgy megerőltette magát, hogy egész teste görcsbe rándult. És ahogyan mi az erőlködéstől kipirulunk, úgy lett ő mind fehérebb és fehérebb. Már nem is volt átlátszó, mind kevésbé hasonlított igazi kísértetre, inkább olyan volt, mint egy kísértetnek öltözött gyerek.

A kísértetek jót mulattak rajta, hiszen egy jól látható kísértettől nem fél senki. Huh szégyenkezett és búsult, amiért kudarcot vallott. És minél jobban szégyenkezett, annál súlyosabb lett a teste. Szeretett volna ellebbenni, hogy elrejtőzhessen, de a testsúlya megakadályozta abban, hogy felemelkedhessen a földről.

A kísértetek kórusban, bögve és vonítva szidták:

– Egy kísértet, amelyik emberi szemmel is jól látható és még lebegni sem tud, sohasem lesz képes rendesen kísértetni. Többé nem vehetsz részt a mi gyűléseinken. Még elrontanád a kísértéseinket!

A boldogtalan Huh elvonult. Azt hitte, nincs már semmi reménye arra, hogy a nevéhez egy u-t illesszen. Azt sem tudta, hogy dühöngjön-e vagy sírjon. Duzzogva bujt el egy nagy pamlag mögött, abban a kastélyteremben, ahol a kísértetek aznap éjjel kísértetni szándékoztak.

– Huhuuuuuu. Huhuuuuuuuuuuuuuuuuuu – kiáltozták a többiek a saját nevüket kastély szerte. Láttá Huh, mennyire igyekeznek – különösen a fiatal kísértetek – minél jobban vonítani és nyüszíteni. Látszott, hogy ezt szórakoztatónak is találják, nemcsak a becsvágy hajtja őket. Így aztán könnyűek és áttetszőek maradtak, vagyis igazi kísértetek.

Huh irigykedett, meg sem akarta tudni, ki kapott aznap éjjel egy u-t a neve végére. Behunyta a szemét, hogy ne kelljen látnia a győzteseket. Egy-kettőre el is aludt.

Hirtelen koppantásokra és zsvajra ébredt. „... nyolcvan... kilencven... száz! Aki bújt, aki nem, megyek!” – kiáltott egy hang. Csikorogva nyílt a kastélyterem súlyos tölgyfa ajtaja, és a másik helyiségből betörő napfényben mosolygós kislányt látott meg.

– Hová bújtatok? Ne örüljete, biztosan mindjárt megtalállak benneteket. Hol vagytok? A függöny mögött? Nem. A szekrényben? Ott sem. A takaró alatt? Semmi. Na, most egyet

megtaláltam. Gyöngye búvóhelyet választottál: micsoda butaság fehér lepedőbe csavarodni és a pamlag mögé guggolni. Vesztettél, megtaláltalak.

A kislány odarontott Huhhoz, és le akarta rántani róla azt, amit fehér lepedőnek hitt.

– Juj, ne csípj meg! Fáj! – vonított Huh.

– Ne bolondozz, Miki. Tudom, hogy te vagy az – nevetett a kislány és még egyet csípett Huhba.

Huh dühösen ráförmedt:

– Még mindig nem látod be, hogy nem lepedőbe burkolt ember vagyok, hanem kísértet?

A kislány kételkedve rázta a fejét.

– Kísértet? De hiszen jól látlak, és meg is tudlak fogni. Egy igazi kísértetet nem tudnék megtapogatni.

Huh mérges lett.

– De kísértet vagyok, igenis kísértet vagyok, és neked félned kellene tőlem!

– Félni? Miért? Nincsenek gonosz kísértetek. Csak jó őrangyalok vannak, vagy olyanok, akik meg akarnak tréfálni és ijesztgetni bennünket. Különben is, egy lebegő és áttetsző szellem senkit sem bánthat.

– Az ám, csak hogy én nem lebegek és nem vagyok áttetsző, hanem fehér vagyok és súlyos. Tőlem tehát mégiscsak félhetnél, vagy legalábbis megijedhetnél egy kicsit – mondta Huh reménykedve. Csak most látta meg az új lehetőségeket újfajta kísértetformájában.

– Velem pórul jártál. Én nem félek semmiféle kísértettől. Örülj neki, így legalább barátok lehetünk. Az igazat megvallva, nagy butaságnak tartom, és csöppet sem viccesnek, ha valaki ijesztgetni akar. Jobb játékokat is tudok a rémisztgetésnél. Nagy szerencse, hogy már nem vagy olyan igazi kísértet, így jöhetsz velünk játszani. Gyere ki a pamlag mögül, és segíts megkeresni a többieket.

Huh, amikor még rendes kísértet volt, jól megtanulta, hol lehet elbújni, így aztán egyetlen rejtékhely sem volt a kastélyban, amelyet ne ismert volna. A kislány az ő segítségével sorra felfedezte a többieket: először Mikit, aztán Tamást, utoljára Mónikát.

– Én győztem! Én találalak meg benneteket leggyorsabban! Nyertem! – kiabálta büszkén a kislány.

A gyerekek tiltakoztak.

– Nem ér! Nem tartottad be a Játékszabályt, nem egyedül kerestél minket, így nem érvényes!

– Nem számít. Nyertem, hát nyertem – vágott vissza a kislány.

– Szó se róla! Miki nyert. Egy kicsit tovább keresgélt ugyan, de nem szorult segítségre.

Tulajdonképpen ki ez a te kísértetnek öltözött barátod?

Miki és Tamás egyszerre kiáltott fel:

– Igen, ki az? Vesse le a jelmezét, hogy láthassuk, ki ő!

A kislány megsértődött, amiért a többiek nem ismerték el a győzelmét.

– Semmi közötök hozzá. Nem mondom meg, ki a barátom. Ha nem hagytok győzni, nem is akarok többé játszani veletek. Gyere, Huh, menjünk innen.

Huh a fülébe súgta:

– Ne légy játékrontó! Ne sértődj meg azért, mert nem nyertél! Hiszen igaz, hogy én segítettem neked. Nélkülem sokkal tovább keresgéltél volna. És ez csak játék. Miért olyan fontos neked, hogy nyerj?

– Ehhez te nem értesz. Nagyon is fontos, mert aki veszít, azt butának tartják – oktatta a kislány.

– Szamárság! Miki most jobb fej, csak mert Mónika azt gondolja, hogy ő győzött? A

többiek egészen biztosan ugyanúgy becsülnék téged, akár győzöl, akár veszítesz. Nálam más a helyzet, nekem nem szabad veszítenem. Jól kell tudnom kísérteni, nehogy mindörökre kicsi, jelentéktelen Huh maradjak. – És Huh elmesélte a kislánynak az egész élettörténetét.

Most már értette a kislány, miért nem lebegett Huh, és miért nem volt áttetsző.

– Szóval már nem vagy igazi kísértet! Ez nagyon bánthat téged!

– Nagyon – felelte Huh búsan. – Lebőgtem.

– Dehogyan bőgtél le. Gondolj arra, milyen remekül segítettél nekem a keresésben. Ügyes vagy, nélküled nem találtam volna meg olyan gyorsan a többieket – fűzte hozzá. – Most már belátom.

– Á, dehogyan – háritotta el Huh zavartan a dicséretet, és az arca még sápadtabb lett. –

Fogadjunk, hogy a segítségem nélkül is kiválóan tudsz keresni. Játsszunk mi ketten bújócskát! Én elbújok, és te megkeresel.

A kislánynak tetszett az ötlet. Befogta a szemét, és lassan számolni kezdett.

Huh, hogy megkönnyítse barátnője dolgát, körülnézett egy jól, de nem túlságosan rejtett kuckó után. Biztosra vette, hogy a kislány hamar megtalálja, ha egy kicsit igyekszik – és biztosan igyekezni fog. Huh meg akarta győzni arról, hogy ügyes lány, még ha Mikivel szemben veszített is.

Elbújt tehát a verandán, a súlyos bársonyfüggöny mögé. Éppen felkiáltott a kislány: „száááz”, és hozzáfogott a kereséshez.

Huh lépteket hallott. Azt hitte, a kislány közeledik, és egy picit meglengette a függönyt, hogy észrevetesse magát. Egyszerre felkiáltott valaki, és elrohant. Miki volt, irtózatosan megijedt a lengedező függönytől.

Huh azt remélte, hogy Miki kiáltozása nem árulja el őt, és nem vet véget a játéknak. Fontos, hogy a kislány a többiek segítségével nélkül bukkanjon rá. De azt sem akarta, hogy túl sokáig tartson a keresés, ezért igyekezett egy picit észrevetetni magát. Most azonban attól tartott, hogy Miki beszámol a többieknek a kalandjáról, ezért gyorsan helyet változtatott, és bebújt a nagy ládába. Föl-le mozgatta a súlyos ládatetőt, közben-közben pihent egy kicsit. Most mintha megint lépteket hallana. Nekitámaszkodott a tetőnek, hogy megmozdítsa. Nagyon kellett erőlködni, mire végre egy kicsit megemelkedett a tető. Puff! Jaj! Au! Valaki leesett a ládáról. Mire Huh megnézhetne volna, ki járt itt pórul, az már rémülten bemenekült a verandáról.

Huh kiugrott a ládából, és eközben észre se vette, hogy mennyivel könnyebb lett. Csak a kislányra gondolt, és arra, mit is csináljon, hogy az megtalálja őt, de mégse legyen túl könnyű dolga. Soká nem töprenghetett. Meghallotta, hogy a kislány a verandaajtóhoz közeledik. A földön állt egy hatalmas virágváza, Huh fűrgén beleugrott. Még most sem tűnt fel neki, milyen könnyedén, szinte lebegve ért be a váza mélyébe. Sőt, még az sem lepte meg, hogy egyáltalán belefért a vázába.

– Huh, hol vagy? Hová bújtál? Mindjárt megtalállak, ne félj, mindjárt megleszel! – kiáltozott vidáman a kislány, és benézett a függöny mögé, a ládába, az asztal alá. Minden zugot megnézett, ahová csak elbújhat egy gyerek.

Huh örült, hogy a kislány végre ilyen közel került a rejtekhelyéhez. Próbálta meghintáztatni a vázát, de nem sikerült.

– Hol vagy. Huh? Sehol sem talállok! A verandán nem lehetsz, itt már mindent megnéztem. – Ezzel indult befelé a szobába.

Huh suttogva kimondta a nevét: „Huhuuu, Huhuuu” – hangzott tompán a váza mélyéből.

– Segítség! Kísértet! – kiáltott fel ijedten a kislány. De mert nem félt a kísértetektől, rögtön újra összeszedte a bátorságát, és belekukucskált a vázába, ahonnan az ijesztő hang jött. A vázában nem látott semmit, csak valami felhőfélét.

– Végre! – hangzott a vázából. – Végre megtaláltál! – Huh kilibbent a vázából – és meglepődve látta, hogy a kislány meredten bámul rá.

– Teee, teee, te vagy az. Huh? – dadogta.

– Persze hogy Huhuuu vagyok. Ki más volnék?

– De már nem olyan vagy, mint egy kísértetnek öltözött gyerek. Már igazi szellem vagy!

– Mondtam én ezt neked mindjárt kezdetben. Csak fehér lettem, mert... – Most fedezte fel Huhuuu, hogy visszanyerte valódi szellemalakját. – Ó, most már értem! – kiáltott fel örömmel. – Amíg csak rád és a közös játékunkra gondoltam, remekül sikerült kísértennem. Ez azt jelenti, hogy mindig is képes lettem volna jól kísérteni. Csak mert olyan vadul akartam győzni, okvetlen első akartam lenni mindenben, nem bírtam lazítani, azzal rontottam el a dolgomat. Csak az járt a fejemben, milyen fontos, hogy jó hosszú Huhuuu nevem legyen.

– Nem veszed észre, hogy máris nem Huh a neved? Egyszerre szereztél hozzá három u-t. Egyet, amiért Mikit megijesztetted, a másikat Tamás, a harmadikat az én megijesztésemért. Na, a harmadik csak egészen rövid kis u lehet, mert csak egy pillanatra ijedtem meg.

Huhuuu felülöltött örömeiben:

– Mind a ketten bebizonyítottuk, hogy nem vagyunk végképpen sikertelenek, még ha hébe-hóba veszítünk is. Te élvezted a bújócskázást, és igyekeztél megtalálni engem. Az, hogy eközben te vagy-e a legfürgébb, az már egyáltalán nem számított, igaz? Tudjuk, hogy nagyon helyes kislány vagy, és sok mindenhez értesz. Csak ez fontos.

A kislány bólogatott.

– Igazad van. De te is megtapasztaltál valami fontos dolgot. Csupa becsvágyból görcsöt kaptál. Olyan voltál, mint egy rossz autóvezető, aki nem tudja kihasználni a jó motorjának az erejét, mert túl sok gázt ad, és közben húzza a kéziféket. Így persze a motor nem tudja kifejteni a teljes erejét.

– Én most már mindig gondolni fogok arra, hogy erős motorom van, és majd azt mondogatom: kéziféket kiereszteni, ellazulni! Most már tudom, hogy képes vagyok teljes erővel haladni – örvendezett Huhuuu.

– Igen, jó lesz. Majd én is kitalálok valamilyen mondókát, hogy ne menjen el a kedvem a játszástól azért, mert mindig a győzelemre gondolok. Ezt fogom mondogatni:

*„Örülök, ha nyerhetek,  
de játszani veszítve is szeretek.  
Tudom, hogy ügyes vagyok,  
akár nyerek, akár vesztek, ragyogok.”*

– De jól tudsz verset írni! – lelkesedett Huhuuu. – Én most visszamegyek a kísértetekhez, de valamit meg kell vallanom neked. Már nem tartom olyan mulatságosnak az emberek ijesztgetését. Beszélni fogok a szellemekkel, és megkérem őket, mostantól ijesztgetés helyett segítsék az embereket. Azt szeretném, ha mi lehetnénk a ti őrangyalaitok. Hanem most már el kell búcsúznom tőled. Sajnos ezentúl csak sötétben láthatsz engem, hiszen átlátszó vagyok, tehát nappal láthatatlan.

– Annyi baj legyen – mondta a kislány. – A fő, hogy barátok maradunk.

Huhuuu integetett a kislánynak, és egy barátságos huhuuu-üvöltéssel ellebegett.

*Rajzold vagy fessd le, mi jut eszedbe a nyeresről és a vesztesről! Mivel vigasztalódhatsz, ha egyszer veszítesz? Mit élvezel a játszásban?*

## FELVILÁGOSÍTÁS

Már a harmadik életévben, az „Én” megtalálásának időszakában felébred a gyermekben a teste iránti érdeklődés. Teljesen normális dolog, hogy játszik a nemi szervével, a szülőknek ezt így kell tudomásul venniük. Ha azonban intenzíven dörzsöli a nemi szervét, akkor a szülőknek végig kell gondolniuk, nincs-e ennek valamilyen lelki indítéka (fel nem oldott bánat, szeretethiány, bizonytalanság okozta belső feszültség).

Az ötödik életévtől kezdve még inkább igyekszik megismerni a saját testét és a nemek közti különbséget. A kíváncsiság kielégítésének kedvelt módja a doktorosdi. Vannak szülők, akik megbotránkoznak, amikor a gyerekeket rajtakapják a doktoros játékon. Nincs okuk aggodalomra, az ilyen érdeklődés teljesen természetes. Mégis, ez adja meg a jelzést arra, hogy ideje megfelelő magyarázattal szolgálni.

A felvilágosítás témáját nem vethetjük fel tehát véletlenszerűen, sem a gyermeki fantáziálásra válaszként. Ha megfigyeljük a gyerek magatartását, könnyen felismerhetjük, mikor kell megpendíteni ezt a témát. Az információ időpontja párhuzamos a gyerek fejlődéséből fakadó érdeklődésével. Semmiképpen nem szabad túlértékelni a szexualitást, ez ugyanolyan hiba, mintha szemérmesen nem veszünk tudomást róla.

Sok szülő nem tudja, hogyan beszéljen gyerekével a szexről, és mennyi információt nyújtson. A válasz egyszerű: a gyerek kérdezősködéséhez mérjük a válaszokat és magyarázatokat. Ez azt jelenti, hogy nem szabad sem kitérni, sem túlmagyarázni, a kérdés színvonalához és így a gyerek fejlettségi fokához kell igazítani a magyarázatokat. Ha az információnk megfelelő volt, akkor a gyerek beéri a válasszal. Figyeljük tehát a gyerek reakcióját, az jelzi, kell-e folytatnunk a felvilágosítást.

Vannak szülők, akik úgy vélik, nincs még szükség a felvilágosításra, mert a gyerek nem tesz fel kérdéseket. Csak maguk a szülők dönthetik el, vajon a gyerek azért nem faggatja őket, mert valóban nem foglalkoztatja a kérdés, vagy azért, mert érai, a szülők számára kényelmetlen volna ez a téma. Az alaptájékoztatásra mindenképpen szükség van, még ha nem is tesz fel konkrét kérdéseket. A gyerek itt-ott elkap szavakat, kifejezéseket, saját elképzelése szerint értelmezi, fantáziájával kiszínezi, a vele egykorúakkal megbeszéli, és így torz képet nyer. A szexualitás témája így módon sokkal nagyobb jelentőséget kap, mint az természetes volna.

Milyen idős korban kapja meg a gyerek az alaptájékoztatást? Erre nem lehet általánosan érvényes szabályt felállítani, hiszen a felvilágosítás foka a társadalmi környezettől is függ (például idősebb testvérek a házban). Általánosságban mégis azt mondhatjuk, hogy a gyerek az iskolába kerülés előtt legyen tisztában a nemi szervek különbözőségével, tudjon a terhességről és a szülésről – mint ahogyan a mindennapi élet más ismereteit is elsajátítja addigra. A nemzési aktust magát csak az iskolás korban kell elmondani, hacsak a gyerek már előbb rá nem kérdez.

Mutassanak a szülők gyöngédséget egymás iránt. Így értethetik meg a gyerekekkel, hogy a szexualitás nemcsak testi szükségleten, hanem elsősorban a férfi és a nő közötti szerelmen alapszik.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## PAPÁS-MAMÁS JÁTÉK

Juli nyolcéves. Van egy nála két évvel fiatalabb öccse, Márton, és egy két évvel fiatalabb húga, Mária. Ezek ketten úgy hasonlítanak egymásra, mint két tojás. Ugyanis ikrek. Mindkettőnek rövidre nyírt, szőke haja, pisze orra van, egyforma nadrágot viselnek, egyforma magasak, és egyformán élénkek és eszesek. Aki nem ismeri őket elég jól, gyakran összetéveszti Mártont és Máriát. Ezen főleg Márton sértődik meg:

– Én fiú vagyok, nem lány! Hát nem látod? – Van, aki csak akkor fedezi fel a különbséget, ha mindkettőt pucéran látja.

Mária és Márton jó pajtások, gyakran játszanak együtt. Csak olyankor vesznek össze, ha Márton felvág. Ő ugyanis úgy tartja, hogy ő az idősebb, csak azért, mert néhány perccel előbb bújt ki a mama hasából, mint Mária.

Különösen a barátja, Kristóf előtt hangoztatja, hogy ő az idősebb. Kristóf Julival jár egy osztályba, és Márton büszke, hogy ilyen nagyfiú barátja van.

Ez persze bosszantja Máriát. Szívesebben játszik az ikertestvére nélkül, és legszívesebben a nővérével, Julival. Iskolást játszanak. Juli a tanítónő, aki betűket rajzol a táblára. Ez nagyon tetszik Máriának, utána rajzolja a betűket. De ugyanilyen szívesen játszanak papás-mamást is.

Márton ma megint elment Kristófhoz. Mária megragadja az alkalmat, és megkérdezi Julit:

– Játsszunk iskolást?

– Nem, ma nincs kedvem. Játsszunk inkább papás-mamást – kéri Juli.

– Nem bánom, de csak ha én lehetek a mama.

Juli beleegyezik, és előhossa a gyereksereget. A Zsuzsi babát, a Bébi babát, aki igazán tud sírni és vizes lesz a pelenkája, az ikerbabákat – egyikük fiú, másikuk lány, ugyanúgy, mint Márton és Mária aztán a Murrogó cicát, a fekete-fehér foltos Dalmi kutyát és a mackót.

– Nem, ne ennyit! Nekem csak a Bébi baba legyen a gyerekem! – tiltakozik Mária.

– Na jó – egyezik bele Juli. – Legyen egyelőre csak egy gyerekünk. De azután játsszunk azt, hogy még több gyereket szülsz.

– Jó, azt még úgysem játszottuk soha! De most először a kisbabával kell törődnöm, mert sír. Biztosan éhes. Adok neki spenótot. Hol vannak a babaedényeid? – kérdezi Mária.

Juli megrázza a fejét.

– De buta vagy! A kisbabák csak szopnak!

– Nem is igaz – mérgelődik Mária. – Igenis esznek spenótot, és üvegből isznak.

Juli jobban tudja.

– Én láttam, amikor a szomszéd néni kisbabája szopott, a mamája szoptatta.

– Nem bánom. – Mária a melléhez szorítja a babát. – Majd utána kap spenótot – erősködik. Julihoz fordul: – Szeretnéd te szoptatni?

– De hiszen én az apja vagyok. Egy apa nem szoptathatja a gyereket, csak üvegből itathatja. Az apáknak egészen lapos a mellük, és nem is jön belőle tej.

– Akkor mégis adjál neki spenótot!

Kristóf és Márton éppen belép a szobába.

– Mi ez, fiú vagy lány? – kérdezi Kristóf.

– Semmi közötök hozzá! Ne avatkozzatok bele a játékunkba! – Juli dühös.

– A Bébi baba az enyém, és én kijelentem, hogy fiú – kiabál Márton.

– Nem fiú, lány – felel Mária.

– Lány? És azt honnan tudod? – nyelvel Kristóf.

– Onnan, hogy lány – így Juli.  
– Majd mindjárt megvizsgálom, hogy igazatok van-e – kiabál Kristóf, és kitepi a babát Mária kezéből.

– Azonnal add vissza a gyerekeket! – visít Mária.  
– Majd csak ha megállapítottam, hogy fiú-e vagy lány – ugratja Kristóf a lányokat, és igyekszik lehúzni a babáról a rugdalózdó nadrágot.

Juli Kristófra ront, de az magasra emeli a babát, és áthajítja Mártonnak.

– Rémesek vagytok! – Mária dühödten kiabál.

Egyszerre nyílik az ajtó. Bejön Juli és az ikrek mamája.

– Mi ez a nagy ordítózás? Nem tudtok békésen játszani egymással?

– A fiúk nem hagynak minket békén. Kristóf kitepte a babát Mária kezéből – árulkodik

Juli.

– De hiszen csak a popsiját akarjuk megnézni, hogy lássuk, fiú-e vagy lány. – Márton a barátja védelmére kel.

– Kislány – erősködik mérgesen Mária.

– Azt csak akkor tudhatod, ha megnézted a popsiját. Egyébként a fiúk és a lányok egészen egyformák – állítja Márton, akit már sokszor összetévesztettek az ikerhúgával.

Mária rákiabál:

– Nem is igaz. A lányok egészen mások, mint a fiúk!

– Mind a kettőtöknek igaza van – békít a mama. – Az egészen kicsi babák nagyon hasonlóak. Csak ha meztelenek, lehet megállapítani, hogy fiúk-e vagy lányok. Egy fiúnak...

– Egy fiúnak fütyije van – vág Márton az anyja szavába.

Kristóf kineveti Mártont.

– Fütyinek csak a kisgyerekek nevezik. Azt kell mondani: hímvessző.

– Helyes, Kristóf, így hívják. De pénisznek is lehet mondani – magyarázza a mama. – És tudod-e, hogy hívják ezt a lányoknál?

– Persze hogy tudom. Hüvely vagy vagina. A kisgyerekek szerint puncsi.

– Így van. Kristóf. Na, most nézd meg, fiú-e vagy lány ez a baba.

Kristóf kíváncsian húzza le a baba nadrágját.

– De hiszen ennek semmije sincs! – állapítja meg csalódottan.

– De van. Nézd csak meg figyelmesebben. Elöl, a lába közt van egy kis hasadék. Ez tehát kislány, Máriának van igaza. Na, most játsszatok szépen.

– Rajtad is van egy kis hasadék, mama? – érdeklődik Mária.

– Persze. Hiszen láttál engem már többször meztelenül a fürdésnél.

Mária elcsodálkozik:

– De sohasem fedeztem fel a lábad közt a hasadékot.

– Nem is fedezhetted fel – avatkozik közbe Juli –, mert a nőknél a hasadékot göndör szőr takarja. De hiszen te is tudod.

Az apa lép be az ajtón. Márton megragadja az alkalmat, hogy az ikerhúgát kioktathassa.

– A papa pénisze körül is van szőr.

– És aztán? Azt hiszed, nem tudom?! – méltatlankodik Mária. Már nem érdekli az egész beszélgetés, visszamegy a babáihoz, és Juli vele tart.

Másnap reggel, amikor az ikrek megérkeznek az óvodába, az óvó néni komoly arccal utasítja őket:

– Üljetek le, valami fontosat akarok közölni veletek.

A gyerekek izgatottan, elnémulva várják, mi az a fontos, amit az óvó néni közölni fog.

– Új óvó nénitek lesz. A jövő héttől kezdve otthon maradok. Gyerekem lesz.  
– De miért kell azért otthon maradnod? Elhozhatod ide a gyerekedet! – kiált fel Mária.  
Márton jelentkezik.  
– Kórházba kell menned. Ott kioperálják a gyereket a hasadból. És aztán otthon kell lenned, hogy folyton szoptasd és tisztába tedd a gyerekedet, igaz?  
– Márton, nagyon ritkán kerül arra sor, hogy a gyereket úgy operálják ki a mama hasából. A legtöbb nőnél a gyerek a normális úton jön a világra – magyarázza az óvó néni.  
– Mi a normális út? – érdeklődik Márton.  
Az óvó néni megmagyarázza:  
– A kisbaba kilenc hónapig a mamája hasában növekszik. Ezért aztán a mamák hasa hónapról hónapra nő, végül olyan nagy lesz, mint az enyém most. Kell a hely a kisbabának, hogy mozogni tudjon. Ki tudja, hogyan hívják azt, ha a mama hasában gyerek van?  
– Állapotos – feleli rá Mária.  
– Jól van, Mária – dicséri meg az óvó néni, és tovább beszél. – Ha a kisbaba eléggé megnőtt a mamája hasában, akkor kibújik. Az a nyílás, ahol világra jön, a mama hüvelyében van. Tudjátok, mi az a hüvely?  
Márton és Mária hevesen bólogat, és egyszerre válaszol:  
– A lányoknak és az asszonyoknak a hüvelye elől van a lábuk között.  
Márton kihasználja az alkalmat, hogy megint hangsúlyozhassa, ő igazi fiú.  
– Mária és én nagyon hasonlítunk egymásra, csak az a nagy különbség közöttünk, hogy én fiú vagyok, ő meg lány. Ahol Mária puncija van, vagyis a hüvelye, ott van az én füttyim, a péniszem.  
– Úgy van – helyesel az óvó néni. – Az orvos vagy a bába, így hívják azt, aki a szülésnél segít, kihúzza a gyereket az anya hüvelyéből. Ez meglehetősen kimerítő az anyának, ezért a szülés után néhány napig ágyban pihen.  
Megint Mária jelentkezik:  
– Akkor a mama a mellére teszi a gyereket, és megszojtatja.  
– Így van. Mária. Amikor az anya világra hoz egy gyereket, megduzzad a melle, mert tej képződik benne. Az újszülött a mellbimbóból szívja a tejet. Az anyatej nagyon egészséges, azon erősödik a gyerek. Néhány hét után már pótolják a tejet üvegből, és három hónap után elkezdik főzelékkel és tejbedarával etetni.  
Mária megörül:  
– Nekem is igazam volt! Igenis adnak neki spenótot!  
Erről eszébe jut Mártonnak, hogy mit játszottak a nénjei. Mária fülébe súgja:  
– Szeretnék ma veletek papás-mamást játszani. Majd úgy csináljuk, hogy mindig újból állapotos leszel, jó?  
– Hát ti mit suttogtok? – kérdezi az óvó néni.  
– Tetszik nekünk ez a szülésdolog, és otthon el akarjuk játszani – feleli Mária.  
Az óvó néni nevet.  
– Nekem is tetszik. Már előre örülök a kisbabámnak. Csak azt sajnálom, hogy tőletek el kell válnom.  
– Mi is sajnáljuk – mondják elkámpicsorodva a gyerekek. De amikor az óvó néni kaláccsal és forró kakaóval búcsú ünnepséget rendez, megvigasztalódnak.



Juli és Kristóf tanítónője ma két nagy képet akasztott az iskolatáblára: az egyik meztelen férfit, a másik meztelen nőt ábrázol. Sok mindent tud már erről a két gyerek a Juli szüleivel folytatott beszélgetésből, de mégsem tudnak mindent pontosan. Nagy érdeklődéssel hallgatják a tanítónőt:

– A hüvely és a hímvessző körüli szórt fanszörzetnek hívják, a hímvessző alatti zacskót herezacskónak, ebben van a két here. A herékben számtalan apró magocska nyüzsög, itt láthatjátok a képen.

– Magok? – kérdi Juli. – Olyan magok, mint a virágoknál és a fáknál?

– Hát igen, olyasmik. Ők is a szaporodást szolgálják.

– Ez mit jelent? – érdeklődik Juli.

– Ebből keletkezik az új élet.

– A herékben? De hiszen a gyerek az anyja hasában nő – álmélkodik Juli.

– Az anyja hasában, persze – vagyis inkább az anyaméhben, így nevezik azt a helyet a hasban, ahová a hüvelyen át vezet az út.

– De mi köze ennek a herékhez és a magokhoz?

Kristóf erről többet tud.

– A magok kijönnek a péniszből. Amikor egy férfi és egy nő meztelenül ölelkezik az ágyban, akkor a magok beleúsznak a nő hüvelyébe. A papám mondta.

– Úgy van – erősíti meg a tanítónő. – A magok, úgy hívják őket, hogy ondósejtek, a péniszből eljutnak az anyaméhbe. A méhtől jobbra és balra vannak a petefészkek, bennük a petesejtek. Ilyen egy petesejt. Az ondósejtek egy részéből fiúk lesznek, másik részéből lányok. Az ondósejtek mind odaúsznak a petesejtekhez, a legfürgébb...

– ...lesz a győztes! – kiált fel Kristóf.

– Igen, így is lehet mondani – mosolyog a tanítónő. – Tehát a győztes ondósejt átfúrja a petesejt falát, és egyesül vele. Hogy egy fiú ondó vagy egy lány ondó lesz-e a győztes, az tisztára a véletlenen múlik. Az ondósejttel egyesült petesejt új sejtet képez, és ez nőni kezd a méhben. Új ember keletkezik. Látjátok ezt a nagyfejű kis élőlényt? Ez a magzat.

– Pfuj de csúnya! – kiált fel Kristóf.

– Ezen a következő képen, ahol kicsit már megnőtt, sokkal helyesebb.

– Valahányszor a felnőttek együtt alszanak, mindig gyerekük lesz? – érdeklődik Kristóf.

– Nem, léteznek védekező eszközök. És a női ciklus, vagyis a menstruáció előtti és utáni napokban rendszerint nem lesznek terhesek a nők.

– Miért? Mi az a ciklus? – kérdezősködik Kristóf,

– Juli válaszolj!

– Olyankor a nők hüvelyéből néhány napig vér jön.

– Igen, a vérrel együtt pedig eltávozik belőle egy parányi pete, amelyet nem termékenyített meg ondósejt.

– És ez a vérzés fáj? – kérdezi Kristóf.

– Tulajdonképpen nem. De vannak nők, akik ilyenkor rosszul érzik magukat, és görcsöl a hasuk.

Kristóf már megelégtelt a magyarázatot, más tárgyra tér:

– Ugye a férfiaknak több izmuk van, mint a nőknek?

A tanítónő nevet:

– Több nincs, de gyakran erősebb.

Ekkor megszólal az iskola csengője.

Otthon aztán Mária. Márton és Juli szülést játszik.

– Most fiút szeretnék szülni – jelenti ki Mária.

Juli az ikerfiú babát nyújtja neki. Mária a pulóvere alá dugja a babát, aztán hagyja, hogy kicsússzon.

– Megszületett! – örvendezik.

– Ez nem ér – tiltakozik Juli. – Én vagyok a bába. Márton az orvos. Egyikünknek segédkeznie kellett volna a szülésnél.

– Nem, azt nem akarom – utasítja el Mária.

– Akkor meg mi nem akarunk veled játszani – így Juli.

– Különben is elég nekem a két gyerek, nem is akarok továbbjátszani – duzzog Mária, és elvonul a Bébi babával és az ikerfiú babával. Közben magyaráz: – Az ikerfiú baba játszik a füttyijével, a Bébi baba lovagol a Dalmi kutyán. Azt szereti. Olyan kellemesen csiklandozza.

Juli és Márton egyszerre förmed rá:

– Azonnal hagyj abba ezt a hülyeséget! Nem szabad játszani a pénisszel és a vaginával.

– De szabad! – vitatkozik Mária.

– Nem szabad! – erősítgetik ők ketten.

– De szabad! De szabad! De szabad! – Mária dühös.

Megint a mamának kell közbelépnie.

– Kellemes dolog megérinteni a péniszt és a vaginát, és nincs abban semmi rossz.

Ugyanúgy az ember testének a részei, mint, mondjuk, az orrunk. De nem nagyon gusztusos a popsín, a füttyin vagy a puncin matatni, különösen, mert ti nem nagyon jeleskedtek a kézmosással. Az orrotokat se való turkálni. Azonkívül érzékeny is a pénisz és a vagina, ezért inkább más játékokat találjatok ki. És most már hagyjátok abba a veszekedést.

– Jól van – egyeznek bele.

Juli azt javasolja, játsszanak inkább iskolást, Mária és Márton egyetért vele, így aztán vidáman töltik az estét.

*Rajzold le a családot!*

## **HA A SZÜLŐK VESZEKSZENEK...**

„Csak a gyerek valahogy meg ne hallja a veszekedést! Őt ne terhelje a szülők konfliktusa!” Széles körben elterjedt a gondos szülőknek ilyen felfogása. Különösen azok a felnőttek, akik gyerekkorukban házi perpatvarok tanúi voltak, igyekeznek most zárt ajtók mögött lefolytatni a vitáikat, hogy a gyereküket ne érje ugyanaz a bánatalom, ami őket.

Nem vitás, hogy a gyerek szenved a szülők veszekedésétől. Tehetetlen kiszolgáltatottja a feszült légkörnek, és ez bizonytalanná, idegessé, szorongóvá teszi. Legtöbbször pártját fogja az egyik félnek, szembefordul a másikkal, és ez az érzelmi reagálás újabb konfliktusba taszítja. Összezavarodik a mindkét szülőbe vetett bizalmi kapcsolat, már nem érzi magát biztonságban, és ez súlyos lelki terhet ró rá.

Nem szabad a gyerek lelkében történeteket bagatellizálni, nem tekinthetjük őt kívülállónak, nem hihetjük, hogy őt mindez nem érinti. Mindenki saját tapasztalatából tudja, milyen kínos, ha például végig kell hallgatnia egy baráti házaspár vitáját, akár közvetlenül, akár utólagos.

Azt jelenti-e ez, hogy a vitatkozások semmiképpen nem folyhatnak a gyerek füle hallatára? Ez aligha megvalósítható – de nem is célszerű. A vita nemcsak szóban folyik, a testbeszéd is kifejezi, és így nem lehet eltitkolni. A szülők „rejtjeles” vitája, pszichés állapotuknak nehezen értelmezhető jeleivel, gyakran idegesítőbb és jobban elbizonytalanítja a gyereket, mint a nyílt veszekedés.

Fontos, hogy ha a gyerek egy veszekedés tanúja volt, legyen jelen a kibékülésnél is. Értse meg, hogy a kemény és dühödt szavak ellenére pozitív alapja van a szülők kapcsolatának, és így a vita pozitív kimenetele nagyon is lehetséges. Így tanulhatja meg, a szülők példáján, hogyan lehet konfliktusokat kezelni.

Könnyű ezt mondani – de sokak számára nehéz végrehajtani. Vajon tudjuk-e mi magunk kezelni a konfliktusainkat?

Először is meg kell akadályoznunk az érzelmi blokádképződését. Mindenféle vita tömegével ébreszti fel az érzelmi töltésű gondolattársításokat (asszociációkat), amelyeket saját tapasztalataink, gyerekkori emlékeink, élményeink aktivizálnak. Társunk minden gesztusát saját görbe tükrünkön át látjuk, és szubjektíven értelmezzük. Ha nem akarjuk, hogy az így elszabaduló emóciók megfélemlítsenek, tegyenek szert, ajánlatos minden egyes érzésünket tudatosra tenni. Vizsgáljuk meg magunkban, mi kelti az érzéseinket, de ne fogadjunk el magunktól olyan indokolást, mint hogy „azért, mert ő...”, vagy „csakis őmiatta...”. Induljon ki mindenki saját magából, és értékelje a helyzetet a saját szempontjából. Majd, csak ha már felismertük és elfogadtuk saját érzelmeinket és a hátterüket, akkor gondoljuk végig a másik fél valószínűsíthető indítékait. Mi ez nála, hidegen kiszámított kínzás, tiszta gonoszságból származó tudatos aljasság? Aligha. Ha ennek csak egytizede igaz volna, akkor hogyan is bírhattuk ki eddig az életet egy pszichopata mellett? Azt kell feltételezni tehát, hogy negatív viselkedését idegesség, türelmetlenség, csalódottság, sértődöttség, túlfeszítettség, valamilyen pszichikai túlterheltség vagy fizikai rosszullét váltotta ki. Itt az ideje, hogy összeszedjük „lelki nagyságunkat” (még ha úgy érezzük is, hogy át kell lépünk saját árnyékunkon), és megtegyük az első lépést. Kezdjük meg a hídverést: szemrehányások nélkül, tisztán információként, beszéljünk saját érzéseinkről; szóljunk a partner feltételezett érzelmeiről, kérdezzünk rá, mutassuk meg, hogy érdekel bennünket az ő felfogása; vegyük komolyan az álláspontját, ne rohanjunk le a saját védekezésünkkel, és ne vádaskodjunk.

A mesében a bűvös napszemüveg segítségével fedezik fel, hogy a negatív viselkedés mögött egészen más érzések rejtőznek, olyan érzések, amelyeknek pozitív alapja és pozitív célkitűzése van. A bűvös napszemüveg mindent átláthatóvá tesz, és hozzásegíti a szereplőket, hogy kölcsönösen jobban megértsék egymást.

Ne riadjunk vissza attól – a bűvös napszemüveg szellemében -, hogy nyíltan megtárgyaljuk, mi is robbantotta ki az ellentétet, mutassunk rá, hogy nagyon is pozitív érzelmek működtek a háttérben.

A gyereket azonban ne vonjuk be a vitába oly módon, hogy még egyszer felsorakoztatjuk érveinket, de még kevésbé úgy, hogy magunkat áldozatként tüntetjük fel, és folytatjuk a támadásokat a másik ellen. A gyerek csak a szülő érzelmeiről és pozitív békülési szándékairól értesüljön.

Ezt a mesét felhasználhatjuk arra, hogy a gyerekekkel éreztessük, neki is lehet szerepe a konfliktus rendezésében. A szülők a gyereket a vitáikban egyrészt kívülállóként kezelik, akinek semmi köze a felnőttek dolgához, másrészt igen nagy pszichés terhelésnek teszik ki, s ezzel tehetetlenségi helyzetbe szorítják. Nem lehet teljesen elkerülni minden vitát a gyerek jelenlétében. A segítség lehetősége: hangsúlyozni az összetartozást. Meg lehetne egyezni például egy jelzésben, amelyet a gyerek ad, hogy a jelenlétében tisztázzák a konfliktust – amennyiben erről megfeledkeztek volna. A mesére utalva, ez a jelzés lehetne a „bűvös napszemüveg”, amely arra kötelez mindenkit, hogy elmondja a másiknak az érzéseit, nem hárítja a másikra a felelősséget, nem tételez fel a másiktól negatív indítékokat, s mindezzel ismét felismerhetővé teszi az egymáshoz tartozásnak a vitában már-már elsüllyedni látszó alapjait.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## *A BŰVÖS NAPSZEMŰVEG*

Anna a szobájában gubbaszt. Befogja a fülét. Apja és anyja már megint veszekszenek. Szörnyen bántja Annát, ha a szülei haragszanak egymásra. Ilyenkor fél. Hol úgy gondolja, hogy ő a hibás, ha veszekszenek, és azon aggódik, hogy a szülők soha többé nem fogják szeretni egymást, hol a mamát sajnálja, és ijedezik a papa erős hangjától.

Az ilyen csúnya jelenetek azt eredményezik, hogy Anna elcsügged, elbizonytalanodik, úgy érzi, egyedül van a világon.

És még akkor sem érzi igazán jól magát, ha megszűnt a veszekedés, mert tudja, hogy a szülők haragszanak egymásra. A mama megbántódott, a papa sértődötten visszavonul, vagy az ajtót bevágva elmegy hazulról. Anna dühös az apjára, szeretné megvigasztalni a mamát. Igyekszik rendkívül jól viselkedni, és ezzel megmutatni a mamának, mennyire szereti őt. De a mama nagyon komoly, és egy szót sem szól. Ha a mama szomorú, alig vesz tudomást Annáról.

Végtelennek tűnő idő után a mama mégis megszólal, és elmagyarázza Annának, hogy a szülők néha nem tudnak valamiben megegyezni. Félreértik egymást, veszekednek. Emlékezteti Annát arra, hogy ő is veszekszik néha a legjobb barátnőjével, sőt utána néhány napig még haragszik is rá. De azután kibékülnek, és továbbra is a legjobb barátok maradnak.

Anna megérti, miért mondja ezt a mama, mégsem vigasztalódik meg. Az egészen más, ha ő összevész a barátnőjével. De ha a szülők haragszanak egymásra, az nagyon-nagyon fáj neki. És mindig újból attól fél, hogy ez most már örökké így lesz, és ha papa dühösen kiment a házból, talán vissza sem jön többé.

A mai nap különösen rosszul alakul. Alighogy papa mégis hazajön, belebotlik az előszobában hentergő cipőkbe – és veszekedni kezd a rendetlenség miatt. Szó szót követ – újra kitört a botrány.

Anna megint a szobájába menekül, és befogja a fülét. A szemét is összeszorítja, nem akar látni-hallani semmit, nem is akar itt lenni, legszívesebben elbujdosna valahová.

Fájni kezd a szeme, pislogva kinyitja. Felfedez egy régi napszemüveget: tavaly kapta ajándékba a szüleitől, amikor a tenger mellett nyaraltak. Milyen jól szórakoztak ott! A szülők kedvesek voltak egymáshoz, és Anna nagyon-nagyon jól érezte magát. Az emlék elszomorítja, arra gondol, milyen remek volna, ha a szülők még mindig ugyanúgy szeretnék egymást. Sóhajtvá felteszi a napszemüveget, hogy egy kicsit pihentesse a szemét.

A meleg, lágy világításban minden egészen megváltozik. Mintha a napszemüveg elvarázsolta volna a szobát. Anna egyszerre megnyugszik.

De felhangzik a mama bosszús hangja, menjen Anna azonnal teríteni. Anna fenntartja a napszemüveget, és kissé csüggedten igyekszik a konyhába.

Hirtelen valami különös dolog történik. Még mindig hallja anyja kissé barátságtalan, kissé sértődött hanghordozását, de komor és magába zárkózóan kifejezése a napszemüvegen keresztül megváltozott, szeretetteljes, kedves lett. Mintha a tekintete azt közölné Annával; „Tudom, mennyire fáj neked, ha papa meg én haragszunk egymásra, milyen elveszettnek érzed magad olyankor. Nagyon sajnálom, hogy miattunk búsulsz. Legközelebb kizárólag terád fogunk gondolni, arra, hogy milyen fontos vagy nekünk, és akkor már képtelenek leszünk ilyen csúnyán veszekedni. Olyan boldog vagyok, hogy ilyen kislányom van! Mind a ketten örökké szeretni fogunk téged. Mindennél fontosabb vagy számunkra.” A mama tekintete szelíden és szeretettel simogatja Annát, szinte becézgeti, csókolgatja. Vigasztalást és erőt sugároz a szeme, mintha azt mondaná „Szeretlek.”

Anna elragadtatva nézi a mamát. De akkor megint meghallja metsző hangját:

– Mit ácsorogsz itt, és bámulsz, mint borjú az új kapura? És micsoda szemérség, hogy napszemüveget teszel föl a lakásban!? Vedd le, és gyere végre segíteni! Nem akarom, hogy a papa még mérgeesebb legyen, amiért várnia kell az ételre. Tudod, milyen türelmetlen, ne nehezítsd még te is az életemet!

Anna megjijed. Ez a hang nem illik ahhoz, amit anyja szeméből olvasott ki. Szót fogad, nehogy az ő hibájából még nagyobb legyen a harag. De alig vette le a napszemüveget, azt látja, hogy anyának üres a tekintete. Semmit sem tud kiolvasni belőle. A mama arckifejezése megint összeillik a metsző hanggal.

Némán ülnek az asztalnál, a szülők kerülnek egymás tekintetét. Anna legszívesebben otthagyná az ételt, és a szobájába menekülne, de nem meri, nehogy felbosszantsa a szüleit. Kínlódva rág meg minden falatot, már egészen rosszul van tőle.

Az apja rámordul:

– Ne piszkáld az ételt!

Anyja sziszegve mondja:

– Más hangon is beszélhetnél vele!

Anna kétségbeesetten jajdul fel, és zokogásban tör ki:

– Kérlek, ne veszekedjete megint!

Az anyja rászól az apjára:

– Na, ezt elintézted!

Anna, hogy eltakarja a könnyeit, megint felteszi a napszemüveget. Félénken pislant az apjára, hogy lássa, hogyan reagál a mama szidására.

Mélyen apja szemébe néz: olyan, mintha egy alagútba pillantana be, amelyiknek a végén egy szív jelenik meg. „Szeretlek, és nem akarlak bántani. Büszke vagyok rád, mert tudom, hogy derék kislány vagy, és meg lehet bízni benned. Azért akarom, hogy jól viselkedj, mert szeretném, ha mindenki úgy csodálna téged, mint én. Örülök, hogy a lányom vagy. Az én kislányom nélkül feleannyit se érne az életem. Azt szeretném, ha te is úgy szeretnél engem, mint én téged. Sokszor elbizonytalanodom, ügyetlenül viselkedem, mert nem tudom, hogyan mutathatnám meg neked, mi van a szívemben.”

Annát mélységesen meglepi apja szembeszéde. Még soha nem mondott neki ilyesmit az apja. Különösen az lepi meg, hogy a papa is elbizonytalanodhat. Sohasem képzelte, hogy ennyi gyöngéd érzés rejlik az apjában.

Anna megnyugszik, megint leteszi a napszemüveget, nehogy a mama elégedetlenkedjen. De alighogy szemüveg nélkül pillant körbe, minden újra megfagy a szobában. Papa rámordul a mamára:

– Szép kis nevelés! Engem hátba támadsz, és védelmedbe veszed a gyereket! Majd meglátod, ez mire vezet.

Az anya éles hangon vág vissza:

– Majd te láthatod meg, mire jutsz nálunk a rideg, szeretetlen módszereiddel.

Az apa dühösen felpattan:

– Akár el is mehetek!

„A napszemüveget, gyorsan a napszemüveget!” – gondolja Anna. De nem a saját orrára teszi, hanem valami pillanatnyi ötlet hatására az anyja szeme elé tartja.

Az anya félre akarja söpörni a szemüveget, de hirtelen önála is működésbe lép a barna árnyalatú lencse varázsa. Most ő is belelát a férje szívébe, ő is olvasni tud a szemében. Felfedezi, hogy a férje alapjában véve egyáltalán nem ellenséges, semmiképpen nem szeretne neki fájdalmat okozni. Csak sértődött, mert úgy véli, a felesége nem veszi őt komolyan, nem érti meg

öt. És attól tart, hogy már nem szereti őt úgy, mint régen. Néha magányosnak, bizonytalannak érzi magát. Nehezen tudja kifejezni az érzelmeit, fél, hogy a feleségét és a lányát cseppet sem érdeklik az ő érzései és gondolatai. Mindennél inkább arra vágyik, hogy érezhesse és viszonzhassa a családjá szeretetét.

A mama arca lángvörös lesz – és az utolsó pillanatban, amikor az apa már majdnem elhagyta dühödten a szobát, felugrik, és átöleli a férjét. A fülébe súgja:

– Kérlek, ne menj el! Nagyon-nagyon szeretlek. És szükségünk van rád, Annának meg nekem, hiszen összetartozunk mi hárman.

Az apa nem érti meg rögtön, mit jelent a felesége ilyen hirtelen színeváltozása, és először haragosan reagál. Szerencsére a mama még nem tette le a napszemüveget, így továbbra is tud olvasni férje szívében, nem bosszantja fel rideg magatartása. Biztosra veszi, hogy ez nem közönséges szemüveg. Elmagyarázza az apának, milyen hatással van rá a szemüveg, és rábeszéli, próbálja ki ő is. Az apa habozik, aztán kevésbé meggyőzve, kelleetlenül felteszi az orrára. És egyszerre megváltozik az arckifejezése. Zavarában a torkát köszörüli, átöleli a feleségét, aztán Annát szorítja magához.

– Ez a bűvös napszemüveg végre láthatóvá tett bennünket. Megmutatta, hogy nem tudjuk mindig felismerni, mit is érez a másik, ha csak arra figyelünk, hogyan viselkedik, és nem pillantunk bele a szívébe. Tulajdonképpen nem is volna szükség ehhez ilyen bűvös napszemüvegre. Csak azzal kellene mindig tisztában lennünk, hogy szeretjük egymást, fölösleges tehát ellenségekként viselkednünk. Igazán egyszerű – véli az apa.

Annát olyan boldoggá teszi a bűvös napszemüveg sikeres szereplése, hogy elhatározza, a biztonság kedvéért megőrzi a napszemüveget, és mindahányszor a szülei szeme elé tartja, valahányszor úgy tűnik, megfélemedtek róla, hogy egymás szívébe kell nézniük.

Biztosan szeretné tudni, előfordult-e újra, hogy Annának segítségül kellett hívnia a bűvös napszemüveget. Nem, soha többé nem volt rá szüksége. Ez persze nem jelenti azt, hogy a szülők soha többé nem vitatkoztak. Tudod magad is, hogy a legjobb barátok is vitatkoznak néha. De Anna többé nem érezte magát olyan kiszolgáltatottnak, bizonytalannak, elhagyatottnak. Már nem félt attól, hogy a szülők mindörökké megharagszanak egymásra, és főként attól nem, hogy őt nem fogják többé szeretni.

Anna felnőtt, és ő is férjhez ment. Amikor először szólalkozott össze a férjével, hirtelen eszébe jutott a bűvös napszemüveg. Keresgélni kezdte, mert szerette volna a férje szeme elé tartani, de sehol sem találta. Szerencsére napszemüveg nélkül is képes volt helyreállítani a békét.

Vajon mi történt a bűvös napszemüveggel? Hol lehet most? Vedd fel egyszer a napszemüvedet, és próbálj meg valakinek olyan mélyen a szemébe nézni, hogy olvasni tudj a szívében, és megtudd, hogy mit érez, anélkül hogy a hangjára vagy a cselekedeteire figyelnél. Ha sikerül felfedezned a szeretetét, akkor te vagy a bűvös napszemüveg szerencsés megtalálója.

*Rajzold le, mit fedezhetsz fel a bűvös napszemüvegen keresztül!*

## *ELVÁLTAK A SZÜLŐK*

A szülők válása az egyik fél számára azt jelenti, hogy a gyerekeitől is válnia kell. Még ha az elköltöző szülő (rendszerint az apa) nem is fordul el a gyerekeitől, és ugyanúgy részt vesz az életükben, mint addig, mégis könnyen csúszik át a kívülálló szerepébe, már magában azzal is, hogy nincs szerepe a nevelés mindennapjaiban, és a gondokról csak futólag vagy egyáltalán nem értesül. Abban az igyekezetében, hogy ezt a hátrányt behozza és a gyerekei szeretetét megtartsa, gyakran felölti a „hétvégi Mikulás” szerepét: az összeütközéseket lehetőleg kerüli, sok mindent megenged a gyerekeknek, a kívánságaikat túl könnyen teljesíti. Ezt a magatartását a gyerekeket gondozó fél bosszúsan veszi tudomásul, és nem is hagyja szó nélkül, attól való féltében, hogy a gyerekeket elkényezteti. Aggodalomra nincs ok, a gyerekek jól tudnak különbséget tenni, pontosan érzik, mit, kinél, mi kor engedhetnek meg maguknak, így tehát a másik fél esetleges nevelési hibáit könnyű otthon kiküszöbölni.

Nem egy „hétvégi apuka”, aki frissen szerzett függetlenségét teljesen ki akarja élvezni, áll be szívesen ebbe a Mikulás-szerepbe, leginkább abból az önző indítékból, hogy ezzel megvásárolhatja a nyugalmat. Nem csinál programot a gyerekekkel, nem foglalkozik velük, kihasználja a „babysitter-televíziót – hacsak az apai nagyszülők nem gondoskodnak a gyerekek szórakoztatásáról.

Szerencsére vannak azonban olyan apák, akik a válás ellenére is komolyan veszik apai hivatásukat, és ha hagyják őket, továbbra is odaadóan foglalkoznak a gyerek testi-lelki fejlődésével.

Tanácsolom az anyáknak: akár ilyen, akár olyan apa a volt férjük, sohase pocskondiázzák a gyerek előtt! (Természetesen az apa sem mondhat rosszat a volt feleségéről!) Soha ne használják bosszúvágyukban zsarolásra a gyereket!

Gyakran előfordul, hogy a gyerekek a „láthatási hétvége” után szokatlanul viselkednek. Az anyák panaszozzák, hogy napokig nagy türelemmel kell eljárniuk, amíg a gyerekeket „normalizálják”. Ne siessük el azt a következtetést, hogy a gyerekeknek ártanak ezek a látogatások. Először igyekezzünk kideríteni feldúltságuk valódi okát, és beszéljük ezt meg velük megértően.

Ha valakinek még nem sikerült túltennie magát a váláson, és fáj akár csak beszélnie is volt társáról, akkor a saját érzelmeiről nyilatkozzék a gyerekeknek, anélkül hogy bármilyen formában támadná a másik felet. Segítse hozzá a gyereket, hogy legalább őbenne pozitív apa- (vagy anya-) kép alakuljon ki. Egyáltalán nem szükségszerű, hogy aki rossz élettárs volt, az rossz apja (vagy anyja) legyen a gyerekeknek, vagy hogy a gyerek is annak tartsa.

Meg kell adni a gyerekeknek a lehetőséget, hogy mindkét szülőjével konfliktusmentesen beszélni tudjon a másik félről. Ha fontos témákat nem szabad szóba hozni (az apa és anya kapcsolata pedig – remélhetőleg – a legfontosabb), akkor a szülő és gyerek bizalmi viszonya nem lesz zavartalan.

Óvakodjunk minden féltékenykedéstől! Ne igyekezzünk volt társunkkal konkurálni; csak azt érhetjük el vele, hogy a gyerek kijátssza a szülőket egymás ellen.

Ne felejtsük el, hogy mi elváltunk ugyan a társunktól, de nem választottuk el gyerekünket az apjától vagy az anyjától, ne kényszerítsük tehát arra, hogy a válásnak minden következményét magára vegye.

Féltékenykedés helyett inkább örülnünk kell, ha felfedezzük, hogy a gyerek vágyódik külön élő szülője után. Örülnünk annak, hogy jó kapcsolat fűzi egy számára fontos személyhez.



Hagyjuk, hogy a gyerek kifejezze vágyódását a másik fél után. Az elnyomott érzések „erjedni” kezdenek, és nemcsak lelki nyomorúságra vezethetnek, hanem arra is, hogy a gyerek túlértékeli a külön élő szülőt, és szembefordul a mindennapi gondozó szülővel.

Nehezen birkózik meg a gyerek az elválással, ha nem segíti ebben mindkét szülő. Az elhagyatástól való félelem betölti a lelkét.

Ezért van annyira szüksége az elvált szülők gyerekének a szeretet és megbecsülés világos jeleire. Alkalmazzák a szülők a mese szimbolikus ajándékának ötletét, az átnyújtás szertartásával együtt, hogy ezzel hangsúlyozzák a szimbolikus ajándékozás jelentőségét. A gyereknek szüksége van az összetartozás „kézzelfogható” bizonyítékára. A szimbolikus ajándék „mágikus híddá” lesz az apa vagy az anya felé, így könnyebben viseli el a vágyakozást, a veszteség érzését, a másik fél hiányát.

Egy pontban azonban ajánlatos eltérni ettől a mesétől: a gyerek ne maga találjon ki történeteket a távol élő szülőről. Az ő kedvéért biztosan át tudjuk venni a „kis, dundi hölgy” szerepét, és a gyerek vágyait kielégítő „őrangyallá” tudunk változni – még akkor is, ha ez azzal jár, hogy volt társunkról jót kell mondanunk.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## *A KIS, DUNDI HÖLGY*

Veronka szülei már nem szeretik egymást, így aztán a veszekedéseket nem is követi igazi kibékülés. Ha ketten már egyáltalán nem szeretik egymást, okosabb, ha nem maradnak együtt, akármennyire elszomorítja is a családot a válás. Mégis könnyebb mindezt elviselni, ha nincs veszekedés. A veszekedéssel akaratlanul is nagy fájdalmat lehet okozni a másoknak, mindenekelőtt a gyerekeknek.

Ezért határozták el nemrégiben Veronka szülei, hogy elválnak, és apja elköltözik hazulról. Veronka tehát ettől kezdve az anyjával és a bátyjával él együtt. Szeretne az apjáról hallani, de nem akarja az anyját faggatni, mert ilyenkor az anyja vagy haragos lesz, vagy szomorú. Minden második hétvégén persze meglátogathatja az apját, és mindig előre örül ezeknek az alkalmaknak. De istenigazából nem tud örülni, mert tudja, hogy megint el kell válnia tőle. Sajnálja az apját, aki, akár az anyja, gyakran szomorú arcot vág. Ezért aztán nem beszél előtte az anyjáról, és az anyjának sem mond semmit az apjáról.

Az egyik ilyen hétvégi látogatás után még a szokásosnál is jobban hiányzik az apja. De a mamának nem beszélhet róla. Anyja azt hiszi, hogy ártanak a lányának ezek a látogatások az apjánál, mert Veronka utána napokig olyan más. Nem érti meg, hogy Veronka azért lesz olyan zárkózott, szinte elutasító napokon keresztül, mert magában kell tartania vágyódását az apja után.

A bátyját mintha egyáltalán nem érintené a szülők elválása. A papát most már nem érdekli annyira, hogy megcsinálja-e a feladatait. Sokkal nagyvonalúbb lett, és rá lehet beszélni, hogy megemelje a fia zsebpénzét.

Egy ilyen látogatási hétvége után ott gubbaszt Veronka délután a parkban egy padon, és elgondolkodva böködi lábával a fűszálakat. Sóhajtozva gondol az apjára.

Egyszerre megszólal mellette egy derűs, kedves hang:

– Hogyan sóhajtozhat egy helyes kislány ilyen fájdalmasan, és éppen egy ilyen szép, verőfényes délutánon?

Veronka felpillant, egyenesen egy kis, dundi hölgy jóságos szemébe. Még mielőtt válaszolhatna, a hölgy újra megszólal:

– Hadd mutakozzam be. Én vagyok a te őrangyalod.

Veronka azt hiszi, a hölgy csúfolódik vele, hiszen őrangyalok csak a mesében vannak, és egyáltalán nem hasonlítanak a kis, dundi hölgyre. Valahogy mégis ismerősnek tűnik a kis, dundi hölgy, de őrangyalra egy csöppet sem emlékezteti.

A kis, dundi hölgy elneveti magát. A nevetéstől még dundibb lesz az arca. A szeme pajkosan összehúzódik.

– Biztosan meztelen szárnyas angyalkáknak képzelted az őrangyalokat, olyanoknak, mint amelyeneket a templomokba festettek. Az őrangyal jó szellem, és rendszerint nincs alakja. De ha szükséges, hogy megjelenjen valaki előtt, akkor emberi alakot ölt. Olyan emberét, aki már meghalt, de akihez még hozzáköt benneteket a szeretet. Én régen a nagymamád őrangyala voltam, a papád anyjáié. Segíteni szeretnék neked úgy, ahogyan a nagymamád segítene, ha élne.

Most döbben rá Veronka, miért tűnt olyan ismerősnek a kis, dundi hölgy. Veronka nagymamája sajnos meghalt, amikor ő még pici pólyás volt, nem emlékezhet rá. Sok fényképet látott róla, de ő kialakított magában egy képet a nagymamájáról, és gyakran beszélget vele képzeletben.

Milyen furcsa, a kis, dundi hölgy, a jóságos szemével és hamiskás mosolyával nem hasonlít igazán a nagymama fényképeire, sokkal inkább arra a nagymamára, akit Veronka képzelt el.

– A szomorú sóhajod hívott engem ide. Most hát megjelentem. Tudom, milyen fájdalmas neked, hogy a szüleid külön élnek. De még nehezebb az, hogy apád és anyád közt te vagy az ütköző. Sem a mamáddal nem beszélhetsz a papáról, sem a papával a mamáról, és egyiknek sem mutathatod meg, mennyire szereted a másikat. Azt gondolod, ezzel megszorítanád és féltékennyé tennéd őket. Az a legfontosabb, hogy te örülsz, hiszen tudod, mennyire szeretnek téged mindketten, és hogy egyiküket sem fogod elveszíteni. Ha te örülsz, annak a szüleid is örülnek, és nemsokára elalszik a féltékenységed. Gyere, sétáljunk és beszéljünk egyet! Ütközben biztosan eszünkbe jut valami okos dolog: mit kell tennünk, hogy ne vágyakozzál olyan búsán a papád után.

A kis, dundi hölgy kézen fogja Veronkát, és sétára indulnak a hatalmas parkban. Arról mesél Veronkának, hogy az apja, amikor kicsi volt, egyáltalán nem volt szófogadó gyerek, sokszor dacoskodott, és sok csibészséget csinált. A nagymama őrangyala mindenfélét tud a papa gyerekkoráról. Mesél a szomszédék nagy kutyájáról, Borziról: papa kisfiúként gyakran vitte sétálni a kutyát, nagyon szerette, ez volt a legjobb játszópajtása. Sokat sírt a papa, amikor a szomszédok elköltöztek, és magukkal vitték a kutyát. Hosszú ideig tartott, amíg legyőzte magában a szomorúságot. A nagymama segített a vigasztalódásban: minden este mesélt neki egy szép történetet Borziról, a nagy, fekete, borzas kutyáról, így legalább az emléke együtt maradt a papával.

Veronka figyelmesen hallgatja a történetet. Jót mulat a papa csibészségein, de legjobban a Borziról szóló történetek tetszenek neki. Sohasem tudta kisfiúnak elképzelni a papát. Jókedvű lesz attól, hogy a papáról beszélgethet, és annyi mindent megtud róla. Most egészen közel érzi magához a papát, érzi az összetartozásukat. Mintha valami elfújta volna a szomorúságot.

– Tudom már, hogyan segíthetek neked – mondja a kis, dundi hölgy. – Valahogyan úgy fogjuk csinálni, ahogyan a nagymama segített a papádnak, amikor annyira vágyakozott Borzi kutya után. Ha jól fel tudod idézni magadban a papáról szóló történeteket, akkor a gondolataidban egészen közel lesz hozzád, és már nem fog annyira hiányozni.

– De hát nekem senki sem mesél történeteket a papáról – panaszolja Veronka.

– Dehogyanisnem. Minden, ami kapcsolatban áll a papával, minden, amit szeret, minden tárgy, minden hely, minden ember mesél neked valamit őróla. Ha a füleddel nem is hallod, de a képzeletedben ugyanúgy megjelenik, mint én most. Gondoljuk csak végig!

– Tudom már! – kiált fel Veronka örömmel. – Van a papának egy kulcstartója, lóg rajta egy hegyikristály golyó. Ha rásüt a nap, ezer színben szikrázik. Egyszer egy mátrai nyaraláson vette magának. A nagymama a Mátrában született, ezért gyakran utaztunk oda. Papa szerint a hegyikristály gömb a nagymamára emlékezteti, mert a nagymama szerette a szép köveket. Most már régóta másik kulcstartója van, és a gömböt mindenféle limlommal együtt egy fiókban tartja. Meg fogom kérni, adja nekem a kristálygömböt. Valamikor fontos volt számára ez a kulcstartó, így biztosra veszem, hogy az sok történetet tud a papáról, a nagymamáról és a mi közös nyaralásainkról.

– Remek ötlet! Éljen, látom, megértetted, hogy mire gondoltam! Majd meglátod, hogy már nem lesz fájdalmas a vágyakozás papa után, mert a hegyikristály gömb segítségével nagyon-nagyon közel kerülsz hozzá. Hű, de gyorsan múlik az idő. Most már el kell búcsúznom tőled.

– Elhagysz? Kérlek, ne menj el! – kérleli Veronka ijedten.

– Hogyan feltételezhetsz rólam ilyesmit? Tudod, hogy az őrangyalod vagyok, és mindig a

közelebben leszek. Érezni fogod a közelségemet, ha nem is láthatsz és tapinthatasz többé úgy, mint most. Képzeld el, micsoda tolongás volna a Földön, ha minden őrangyal emberi alakot öltene, és úgy is maradna – mosolyog a kis, dundi hölgy, és megszorítja Veronka kezét.

Huss, már el is tűnt. Veronka még érzi a kézszorítását, és a huncut, kedves mosolygás mintha kellemes melegséggel ölelné körül.

A legközelebbi látogatási hétvégén Veronka azonnal megostromolja a papát: adja neki a régi kulcstartóját.

– Azt szeretném, ha volna valamim tőled, ami erősen emlékeztet engem terád – magyarázza.

A papa nagyon megörül, előkotorja a kulcstartót, nagy, erős tenyerébe teszi, és átfogja vele Veronka kis kezét.

– Látod, most beleleheltem a szeretetemet a hegyikristály gömbbe, és az összekulcsolódó kezünkkel körülzártuk. Mindig tudhatod, hogy egymáshoz tartozunk, és én közel vagyok hozzád.

Veronka napközben a nadrágja övére csúsztatva őrzi a kulcstartót, éjszakára pedig a párnája alá dugja. Ha vágyódik az apja után, előveszi, a fény felé tartja, megcsodálja a színpompát, és történeteket mesél magának a papájáról. Ilyenkor hallani véli a kis, dundi hölgy hangját; meggyőződése, hogy valóban a kis, dundi hölgy suttogja el neki a sok szép, vigasztaló történetet.

*Milyen emlékeztető tárgyat választanál, ha valaki után vágyakozol? És mire gondolnál? Milyennek képzelnéd az őrangyalod emberi alakját? Rajzold le azt, amit elképzeltél!*

## ***A GYEREKÜKET EGYEDÜL NEVELŐK GYEREKE: SZORONGÁS A MAGÁRA MARADÁSTÓL***

A gyereket egyedül nevelő anyáknak és apáknak amúgy is nehéz helyzetét még súlyosbíthatja az, hogy a gyerek féltékeny egy esetleges „jövendőbelire”.

Gyakori dolog, hogy a gyerek az egyedül gondját viselő szülőt a partnerének tekinti, és tulajdonjogot formál rá. Miután egyedül tőle vár biztonságot és fészekmeleget, ezért aztán minden más nemű személyt, akivel a szülő a szokásosnál jobban rokonszenvezik, betolakodónak, sőt vetélytársnak tekint és elutasít.

Lelki egyensúlyát veszélyezteti az a félelem, hogy osztozni kell a szülői szereteten és figyelmen, és hogy életközösségükben kevésbé fontos szerep jut majd neki. Fél a bizalmas együttélés, a megszokott életmód megváltoztatásától.

Sok egyedülálló szülőnek kell megküzdnie gyermeke ilyen féltékeny reagálásával, amely nemegyszer késlekedve és lopva lép fel, viselkedési és teljesítményzavarok formájában. Mégse higgyük, hogy mindkét fél számára üdvösebb volna, ha lemondanának az új kapcsolatáról.

Lehet, hogy a jövendő társ nagyon is pozitív hatással lesz a gyerek lelki fejlődésére, mint a család gyarapító kiegészítése és kiegyenlítő ellenpólus. Ehhez azonban előzőleg meg kell teremteni a kölcsönös bizalmat.

Hagyjunk rá időt a gyereknek! Ne várjuk el tőle, hogy a választásunkat egyszeriben jóváhagyja, vagy az új embert azonnal a szívébe zárja! Azt sem remélhetjük, hogy segíti a kontaktus megteremtésében, vagy hogy ő teszi meg az első lépést a jobb megértés irányában. Ha azt látjuk, hogy a gyerek jövendő partnerünket feltűnő barátsággal fogadja, vizsgáljuk meg, mennyire őszinte a viselkedése, nemcsak azért „játssza-e meg magát”, mert fél, hogy elveszíti apja vagy anyja szeretetét.

Kizárólag a felnőttekre vár, hogy a gyerekhez fűződő bizalmas kapcsolatot megteremtsek.

Éljük bele magunkat a gyerek szorongásaiba és félelmeibe, vegyük ezeket komolyan. Beszéljünk a gyerekkel nyíltan aggályairól, anélkül hogy az új partnert megpróbálnánk ráerőltetni. Hangsúlyozzuk mindenk felett álló összetartozásunkat, szülő és gyerek szétszakíthatatlan kapcsolatát. Szavaink igazságát demonstrálja az is, hogy őhöz fordultunk, és megértjük az érzéseit.

Óvatosan, kis léptekkel kell haladni a kontaktus megteremtésében. Magától értetődő, hogy – legalábbis amíg a gyerek bizalmát teljesen meg nem nyerte az új partner ne mutatkozzunk előtte szerelmespárként, ahol ő a félreállított harmadik. Nem jelenti ez azt, hogy kizárólag a gyereknek szenteljük magunkat, és eltitkoljuk a jövendő új partner iránti érzelmeinket (ami egyébként úgysem sikerülne, a gyereknek kiváló „antennái” vannak, és csak még bizalmatlanabbá válna). Viselkedjünk a lehető legtermészetesebb módon, méltassuk a gyerek érdemeit. Adjunk alkalmat az új partnernek, hogy – ha nem is túlzott intenzitással – érdeklődjék a gyerek dolgai iránt, és elismeréssel beszéljen róla (de nem agyondicsérgetve!). A partnerre is érvényes az a szabály, hogy megértően kell beszélgetnie a gyerekkel helyzetének nehézségeiről, és ki kell fejeznie a saját érzelmeit is, anélkül hogy agyonbeszélné a témát.

Tanácsok az új partnernek: ne erőltesse a barátkozás, de készítse elő az útját. Ne avatkozzék bele a nevelésbe, és ne próbálja mindjárt kezdettől pótolni az elköltözött szülőt.

Ha már megszületőben a bizalom, akkor – az ebben a mesében találtakhoz hasonlóan – baráti „titkos kapcsolatot” lehet teremteni a gyerekkel (rajzok, tréfák, apró meglepetések odacsempészése stb.). Számolni kell azzal, hogy a gyerek nem fogja azonnal lelkesen fogadni a

közeledést. Ne süssük, ne próbáljuk magunkat mindenáron behízelegni. A „titkos kapcsolat” gondolatát indokoljuk azzal, hogy szeretnénk a még meglévő idegenséget feloldani. Említsük meg, mennyire örülnénk, ha ebból esetleg igazi barátság is születhetne. Ezután, minden további magyarázkodás nélkül, kezdjük meg a titkos üzenetek továbbítását.

*Vegyük rá a gyereket, hogy illusztrálja a történetet! Az ábrázolás alkalmat ad arra, hogy gondolkozzék a kérdéseken, és szavak nélkül kifejezze az érzelmeit. Beszéljük meg vele a rajzát! Megismerhetjük így soha ki nem fejezett gondolatait, érzéseit és viszonyulását a dolgokhoz.*

## A DENEVÉR

Eszter és Gergő padszomszédok. Gergőt bosszantja, hogy a tanító néni pont egy lányt ültetett melléje. Eszter sem nagyon lelkesedett, amikor kiderült, hogy egy buta fiú lesz a szomszédja, és messzebbre kerül a barátnőitől.

Eltartott egy ideig, amíg ők ketten egyáltalán szóltak egymáshoz. Gergő kezdetben egyszer-kétszer bosszantotta Esztert, de komolyan akkor kezdte gyötörni, amikor meghallotta, hogy két kislány vihogva összesúg: „Gergő szerelmes Eszterbe!” Ez nagyon kínos dolog. Rögtön az jutott eszébe, mit gondolnak majd róla a barátai. Biztosan kinevetik és kicsúfolják. Vigyáznia kell, nehogy azzal gyanúsíthassa valaki, hogy tetszik neki Eszter.

Nincs könnyű dolga, mert Eszter valahogy már elejétől fogva tényleg tetszett neki. Nem tartozik a nyalkababák közé, nem árulkodik, nem gyávaskodik. Majdnem olyan, mint egy fiú, gondolja Gergő. És éppen ez segítette hozzá, hogy mégis merjen barátkozni vele. Amikor ugyanis megint gyötörte, Eszter hirtelenjében lekent neki egy pofont. És amikor a tanító néni szigorúan kérdőre vonta. Eszter egy szóval sem említette, hogy Gergő állandóan bosszantja őt. Ez tetszett Gergőnek, annyira, hogy a tízpercben adott a kislánynak egy harapást a süteményéből. Megpecsételődött a barátságuk.

Eszter és Gergő életében van egy közös vonás. Mindegyikük csak egy szülővel él. Eszter az apjánál lakik. Anyja újra férjhez ment, és újabb gyereke született. Eszter nagyon büszke a kis féltestvéreire. Szabad vigyáznia a kicsire, megengedik, hogy tologassa a kocsijában. Rudi, a mama új férje nagyon kedves ember, Eszter mindig jól szórakozik vele. Van Eszternek két nagymamája is, aki törődik vele, Eszter tehát elégedett a helyzetével, bár ő az osztályban az egyetlen, aki nem a mamájával él.

Gergő szülei is elváltak, Gergő azonban az anyjánál lakik, úgy, mint az osztálytársai közül Veronka, Bettina és Pali. Ő tehát nincs kivételes helyzetben. Csakhogy sajnos igen ritkán találkozik az apjával, aki rengeteget utazik. Gergő megszokta, hogy nem teljes családban él, és ez nem is bántja. Csak ha a többi fiú az apjáról beszél, akkor esik rosszul, hogy neki nincs mit mondania. Ezekben a percekben arra vágyik, bár részt vehetne az apjával együtt izgalmas kalandokban, lehetnének közösen érdekes élményeik. Hősnek képzelet az apját, aki minden gyereknek imponál. Egyébként ő is elégedett az életével, mert nagyon szereti az anyját. Anyjával mindenről lehet beszélni, és a mama, ha ideje engedi, minden játékában részt vesz.

Gergő szívesen megy látogatóba Eszterhez. Jól összebarátkozott Eszter apjával. Legnagyobb öröm számára, ha magukkal viszik kirándulásra, mert Eszter apja mindenfélét magyaráz neki a természetről, és megtanítja rá, hogyan kell a futballkapust átejtetni. Eszternek ez egy csöppet sem tetszik, kissé féltékeny, senkivel sem akar osztozni az apján. Jól tudja, hogy apja mindig szeretni fogja őt, mégis ott rejtőzik benne az aggodalom, hátha valaki elveszi tőle az apját. Szerencsére mégiscsak jobban szórakozik, ha Gergő is velük van, ezért hamarosan elszállnak a féltékeny gondolatai.

Közeledik a nyári szünidő. Eszter apja elhatározza, hogy egy, a családok számára fenntartott szállodában fog nyaralni a lányával. Megkérdezi Esztert:

– Elhívjuk-e Gergőt és a mamáját, nyaraljanak velünk?

Eszter igent mond.

Gergő és a mamája is örül a közös nyaralásnak.

A családi szálloda olyan, mint egy gyereküdülő, azzal a különbséggel, hogy a szülők is ott vannak. Vannak nevelők, akik megszervezik a játékokat, hogy mindig legyen jó szórakozása a gyerekeknek.

Néha a felnőttek is részt vesznek a játszásban, és ők is olyan jól mulatnak, mint a gyerekek.

Az étkezéseknél Eszter, az apja, Gergő és az anyja természetesen közös asztalnál ül. A két felnőtt rokonszenvezik egymással, élénk beszélgetéseket folytatnak.

Egy idő múlva azonban valahogyan elromlik a hangulat. Eszter hideg és elutasító az asztalnál, és kerüli a tekintetével Gergő anyját. Gergő pedig szentelően válaszol Eszter apjának, rendszeresen vitatkozik vele. A két gyerek közt is érezhető a feszültség. Gergő megint kezdi bosszantani Esztert, ezúttal azonban a kislány beárulja az apjánál.

– Mi a csuda van veletek? – kérdezi Gergő anyja. – Eszter, hát ennyire nem kedvelsz engem? Mondd meg, miért nem?

– Ez az én titkom – sziszegi Eszter, és elszalad.

Az apja utána indul, mert szeretne vele komolyan beszélni.

– Gyere – hívja Gergőt az anyja –, keressük meg Esztert!

– Ne! – tiltakozik Gergő. – Te maradj itt velem! Mi közünk nekünk kettejükhöz? Örülök, hogy nincsenek itt. Remélem, Eszter vissza se jön többé. Ki nem állhatom őt meg az apját!

Gergő meggondolatlan kívánsága kis híján teljesül.

Eszter dühös is, szomorú is. Amióta felfedezte, hogy az apja kezdi megszeretni Gergő anyját, tele van aggodalommal. Attól fél, apja valaki másért elhagyhatja őt. Tudja ugyan, hogy ez számárság, az apja soha nem hagyná el, mégis bizonytalan és féltékeny.

A kislány teljesen kikelt magából. Hallja, hogy az apja hívja, kéri, hogy várja meg. De most nem akar az apjával beszélni. Szalad, szalad, egyre gyorsabban, amíg már se nem hallja, se nem látja az apját. Senkivel sem akar találkozni, a legszívesebben elbújna mindenki elől.

Már jó darabot futott, elérkezik egy soha nem látott, sziklás tájra. Csak az jár az eszében, hogy néhány órára el akar tűnni mindenki szeme elől, hogy megnyugodjon. Hadd aggódjon érte az apja, ebből majd rájön, milyen fontos számára a kislánya.

Eszébe se jut, milyen kevésbé becsületes és milyen veszélyes is az, amit csinál. Nem gondol semmire, bebújik egy alacsony barlangbejáraton. Megy befelé, a barlang beljebb mind sötétebb és sötétebb, mind félelmetesebb. Már bánja, hogy bemászott. Elhatározza, hogy visszamegy, és mindent megbeszél az apjával. Indul balra, aztán egyenesen, aztán jobbra. Csodálkozik, hogy még mindig nem bukkant fel a barlangbejárat világossága, hiszen már oda kellett volna érnie. Rémmellett jön rá, hogy eltévedt. A szeme már megszokta a barlang sötétjét, kétségbeesetten keresi az utat. De mindinkább eltéved a mély járatokban. Teljesen kimerült, muszáj kicsit pihennie. Neki támaszkodik a hűvös, nyirkos sziklafalnak. Új rémület: valami kis fény villan fel. Világító szemek pillantanak rá.

– Hogy lehet, hogy betörsz a mi birodalmunkba? – kérdezi szigorúan, de jóindulatúan a világító szemű lény.

– Éppen csak el akartam bújni ebben a barlangban, de eltévedtem – magyarázza Eszter panaszosan.

– Azért van ez, mert ti, emberek nagyon gyöngye teremtmények vagytok, rosszul láttok, rosszul hallotok. Majd megmutatom neked a kivezető utat, és elkísérlek az apádhoz. De meg kell vámod, amíg teljesen beesteledik, mert a szemem megfájdul a napfényben. Addig beszélgethetünk.

– Ki vagy te tulajdonképpen? – kérdezi Eszter aggodalmasan.

– Hogy én ki vagyok? Hát nem ismersz? Én vagyok a denevér. Ki más segíthetne rajtad,



ki más vezethetne ki a barlangból? – kérdezi kissé sértődötten a denevér.

„Fúj, denevér! Micsoda csúfságos állat!” – utálkozik Eszter, és óvakodva néz fel.

– Gyere, bemutatom neked a családomat! – A denevér a barlang felső sarka felé bök a szárnyával. Csak most fedezi fel Eszter, hogy fölötte sűrű csomókban rengeteg kis test lóg fejfelé lefelé.

Egyszerre mind mozogni kezdenek, csapkodnak a szárnyukkal, mindegyik elsőként akarja Esztert üdvözölni. A denevér bemutatja őket:

– Ezek a papák, a mamák, a nagypapák, a nagymamák meg a nagynénik, nagybácsik. És azok mind a gyerekeink.

Eszter mindet egyformának találja.

– Olyan sokan vagytok, nem bírlak megkülönböztetni egymástól! Ha ilyen szorosan, összenyomakodva éltek, nincs köztetek túl sok veszekedés? A gyerekeid nem féltékenyek?

– Miért volnának? Nem volna semmi értelme. Mindnyájan összetartozunk. Semmitől sem fosztjuk meg a gyerekeinket azzal, hogy szeretjük más rokonainkat és barátainkat is. A szeretetet nem lehet felszeletelni, mint egy tortát.

– De bizony – vitatkozik Eszter. – Előfordulhat, hogy egy új barátot jobban szeretünk, mint a gyerekünket. És a rá fordított időt mindenképpen fel fogjuk osztani.

– Az a gondod, hogy a papád esetleg újra megnősülhet, igaz? Azt hiszed, hogy azért, mert velük is tölt időt, te már nem vagy számára olyan fontos. Ezért aggódsz. Gergő barátod ugyanettől tart. Ő is azt hiszi, hogy a te papád elvesz valamennyit a mamája szeretetéből.

– Milyen buta! – kiált fel Eszter. – Az én papám sohase tenne ilyet! És Gergő mindig is szerette a papámat, a papám a legjobb barátja. Nem értem, miért szemtelenkedik a papámmal.

– Hiszen éppen ezt mondom. Ugyanazért, amiért te: mert féltékeny és aggódik.

– De őt az anyja biztosan nem hagyja el! Olyan büszke Gergőre! Ő semmiképpen nem veszítené el az anyját, csak új baráttra tenne szert a papámmal. – Eszter még mindig hadakozik az ellen, hogy Gergő esetét azonosítsa a sajátjával.

– Éppen úgy, mint te. Gergő elmesélte neked, milyen kedves mamája van, és biztosan így is van. Így neked is jó barátnőd lehetne az ő anyja, ha lehetőséget adsz rá. Hiszen anyáddal és Rudi bácsival is jól kijössz, nem?

– Az egészen más! – tiltakozik Eszter. – Velük nem élek együtt.

– És ha együtt élnél velük, egyszerre megutálnád Rudi bácsit? Nem hiszem. Te csak attól félsz, hogy a papád egy másik nő miatt elhagy téged. Beszélj erről a papával nyíltan, majd rájössz, hogy megbízhatasz benne. Hidd el nekem, hogy nagyon jó dolog a nagy család, ahol mindenki szereti a gyerekeket. Mi, denevérek egyáltalán nem féltékenykedünk, pedig a családi kapcsolataink néha roppant bonyolultak. Láthatod, hogy békésen együtt élünk, nagy csoportban. Mindnyájan jó barátok vagyunk, és az nem is érdekel, milyen rokonságban állunk egymással. Örülünk minden új barátnak.

– Te a barátnőm vagy – jelenti ki Eszter, és már nem is találja a denevért olyan csúnyának.

– Így van, barátnők lettünk. És azok is maradunk, bár most el kell válnunk. Kint már besötétedett, hazavezetlek. Apád, szegény, biztosan egészen belebetegedett az érted való aggodalomba.

Eszternek nehezebbre esett elválni a denevértől. „Jó dolog, ha van az embernek egy idősebb, felnőtt barátnője, akivel mindent megbeszélhet – gondolja magában. – Hiányozni fog nekem.”

Egyszerre elébe fut Gergő anyja, és forrón magához szorítja.

– Mennyire örülök, hogy nem történt semmi bajod! Apád boldog lesz!

Megkeresik a kislány apját, Gergő anyja visszamegy a szállodába, hogy azok ketten kibeszélgethessék magukat. A denevérnek igaza van, Eszter megbízhat az apjában.

Másnap a reggelinél mind a két gyereknek rossz a lelkiismerete. Eszternek, mert aggodalmat okozott az apjának, és Gergőnek, mert féltékenységében azt kívánta, bár vissza se jönné többé a kislány. Gergő anyja hívja a fiát, menjen vele a rétre tollaslabdázni, Eszter apja pedig fel szeretne menni a lányával a várba.

– Cserélhetnénk – mondja Gergő. – Te menj az én mamámmal, és én megyek a te papáddal.

Eszter egy pillanatig habozik, de aztán eszébe jut a denevér, és beleegyezik a kísérletbe.

Jót beszélget Gergő anyjával, majdnem olyan jót, mint a denevérral. Egyszerre felfedezi, hogy Gergő anyja is olyan, mintha a barátnője volna.

– Gyere, már sötétedik, vissza kell mennünk a fiúkhoz – mondja Gergő anyja, és barátságosan megfogja Eszter kezét.

Eszter valami finom kis zajt hall. Felnéz, és látja, hogy egy világító szempár rákacsint. Jobbjával integet a denevérnek, a ballal szorosán fogja új barátnőjének a kezét.

Amikor a nyaralásnak vége, Gergő anyja szép lila levélpapírt ajándékozik Eszternek. A borítékokra ráírta a saját nevét és címét, még bélyeget is ragasztott mindegyikre.

– Azt szeretném, ha volna egy közös titkunk – mondja. – Olyan jókat beszélgettünk együtt. Mit szólnál hozzá, ha most igazi levelezőtársak lennénk, és a titkainkat egymásra bízánk levélben? Akarod?

– Nagyon érdekes volna. De én még nem tudok levelet írni.

– Annyi baj legyen. Akkor gyönyörű rajzokkal levelezünk.

– Nagyszerű. Milyen jó titkunk van máris! – Eszter arca ragyog.

Eszter nem tudja, hogy milyen sűrűn és mennyi ideig fog találkozgatni egymással az ő apja és Gergő anyja, és mennyire szeretik meg egymást. De azt tudja, hogy Gergő és a mamája igazi jó barátja lett.

Az első kép, amelyet Gergő anyja a levélben küldött neki, egy gondosan festett denevér. Eszter rögtön felfogja az értelmét, sok mindent kiolvas a képből. Felakasztja az ágya fölé, a többi képet pedig, ami ezután érkezik, mind berakja a titkos ládájába.

*Rajzold le, milyen titkokat közölnél egy levelezőtársaddal!*

***IMPRESSZUM***

**ISBN: 963-548-431-3**

A fordítás az alábbi kiadás alapján készült:

*Gerlinde Ortner:*

*Neue Märchen, die den Kindern helfen*

Verlag ORAC, 1994.

Copyright © 1994 by Verlag ORAC

im Verlag Kremayr & Scheriau

Hungarian translation © V. Deák Éva. 1997