



## A lélek rezdüléseit is észre kell vennünk



A kép forrása: dreamstime.com/ Fizkes/Royalty-Free

### **Hogyan élhetjük meg a bezártságot, a felelősséget és az új feladatokat egy anyaotthonban, miközben még magunk is tanuljuk az új helyzetet.**

A Fény Háza Családok Átmeneti otthona lelkigondozójával, Nagyné Macher Rozáliával beszélgettünk az átértékelt tapasztalatokról és az új felismerésekről, amiket a világjárvány miatt átalakult helyzet hozott életében és munkájában.

A covidos időszak természetesen nehéz volt mindannyiunk számára. Az én szolgálatomban is sok nehézséget, sok változást hozott. Mindamellet, hogy az ember elkezd aggódni és a felelősség rá nehezedik, hogy se beteg, se mást megbetegítő ne legyen. Plusz még az otthon lévő családért is aggódunk, hogy ott se legyen semmi probléma. A lelkünkre még több teher nehezedett emiatt, még lelkigondozóként is. De megéltem most azt, amit a Bibliában olvashatunk, hogy „aki más felüdít, az maga is felüdül” (Példabeszédek könyve 11 rész 25 vers) Valóban Isten segített abban, hogy én is tudjam hordozni a saját terheimet, miközben másoknak is segítek az ő terheikben.

Az én munkámban nagyon sok változás történt, hiszen lényeges hangsúlyt kap a beszélgetés, általában egy zárt térben való beszélgetés, hiszen a lelkigondozói beszélgetést nem nyilvános helyen szoktuk lefolytatni. Sokáig nem is tudtam ezt máshol megoldani, csak az udvaron. Egy félreeső részt kellett használnunk erre, ez működött is, amikor nem volt rossz az idő. Viszont a korábban szokásos csoportos beszélgetési formát majdnem teljesen el kellett hagynunk hosszú ideig, pedig annak a formának nagy előnye van a közösségi bátorításban, amikor másoktól kapott visszajelzések megerősítenek egy-egy probléma megoldásában. Az egyéni beszélgetések gyakoriságát is ritkítanunk kellett a járványügyi előírások miatt, így viszont a jelentőségük sokkal nagyobb lett. Gyakran az elcsüggedt anyukáknak és gyerekeknek egy kérdés, vagy mosoly, vagy egy-két bátorító szó is többet jelentett, mint a korábban már megszokott beszélgetések. Volt úgy, hogy egy-egy családnak csak bevittem egy játékot, hogy kicsit oldjam a bezártságot, közben beszélgettem kicsit az anyukával és gyermekeivel. Hiszen a kicsik gyakran már tomboltak bent a szobában, mivel nem jöhettek ki. Fárasztotta őket a bezártság. Természetesen felerősödtek emiatt a családi viszályok, amelyeknek óhatatlanul is tanúja lettem így, és néha körülményesen tudtam segíteni a megoldásban, hiszen a biztonsági intézkedéseket minden esetben be kellett tartanunk. Nagyon érdekes szituációkba kerültem így. Sokszor csak egyet tudtam tenni, egy mosollyal és bátorító szavakkal megerősíteni a konfliktusban lévőket. Biztosítani őket arról, hogy itt vagyunk és készek vagyunk segíteni. Pontosítani bennük, hogy valójában mire is van szükségük.

Az intézményekben az Operatív Törzs döntése alapján időszakosan teljes körű zárlatot kellett bevezetni. Ilyen jellegű karantént még korábban nem kellett megtapasztalnunk, körületekintő és szigorú szabályokat kellett életbe léptetnünk. Olykor részt kellett vennem a szabályok betartatásában is, hiszen ez volt mindenki érdeke. Első időszakban gyakran meg kellett győzzük az édesanyákat is, hogy ez értük van és van értelme betartani. Segítségét kellett nyújtanunk a belső konfliktusaik rendezéséhez és a megnyugvás eléréséhez. A lezárások miatt sajnos elveszítették a munkáikat is, nem volt kilátás arra, hogy mikor változik a helyzet.



Bátorítani kellett őket, hogy lesz majd új kezdet és addig tartsanak ki, mi segíteni fogunk. Voltak olyanok, akik nem tudták elviselni a bezártságot és inkább elmentek, de azok, akik kitartottak megerősödve jöttek ki ebből a helyzetből is.

Most igazán hangsúlyt kapott az, hogy Isten mennyire törődik az emberrel és szeretne segíteni, bátran fordulhatunk hozzá a legkisebb, mindennapos kérésinkkel is. Akár az anyagi vagy kapcsolati problémákkal küzdünk, amikor magányosnak érezzük magunkat, akkor tudhatjuk, hogy ő nem zárkózik el tőlünk.

Voltak nagyon nehéz helyzetek is, amelyik igazán leterheltek mindannyiunkat. Ebben az időszakban került hozzánk egy édesanya két gyermekével, akik bántalmazó kapcsolatból lettek kimenekítve. Egy olyan nagyon zárt struktúrájú közegből, amelyben neki nem nagyon voltak szabad döntései. Alig, hogy onnan megszabadult, és hozzánk került, életbe léptek a karantén szabályok, amelyek miatt újra úgy érezte, hogy rázárult valami, talán ösztönösen is ki akart törni ebből a helyzetből. Ugyanakkor rászakadt az önállóságnak és a függetlenségnek a terhe. Hiszen a gyermekeivel kapcsolatos döntéseket már neki kellett meghoznia, a családjáért vállalnia kellett a felelősséget, amit eddig mindig más gyakorolt helyette. Azzal, hogy a szabadságnak is van terhe, eddig ő még sohasem szembesült. Amikor ráébredt erre, megrémült. Nem is tudta felvállalni és inkább kimenekült egy másik, sajnos valószínűleg szintén bántalmazó kapcsolatba, ahol újra megmondja neki valaki, mit kell tennie. Viszont a gyermekeit oda nem vihette vagy nem akarta vinni, és szívébe markoló volt, ahogyan ezek a gyermekek szembesültek azzal, hogy az édesanyjuk, akitől a védelmet remélték, lemondott róluk. Menekülésében ott tartott, hogy még tőlük is menekülni akart. Az én feladatom ebben a helyzetben a gyermekek támogatása volt, hogy érezzék, nincsenek egyedül ebben a traumatikus helyzetben, az ő sorsuk végül néhány nap alatt megnyugtató fordulatot vett, mert a közeli családjukból egy szerető házaspár családba fogadással haza is vitte őket, így a gyermekotthonban csak néhány napot töltöttek. Azonban ez a folyamat minden igyekezetünk ellenére is biztosan ki fog hatni egész életükre, a személyiségükre, bármennyire is próbáltunk mellettünk lenni támogatóként végig a folyamatban. Együtt sírtunk a gyermekkel és mindent, amit tudtunk megtettünk értük. Ugyanakkor ott volt az anyuka is, akitől szintén nem tagadtuk meg a segítséget, azzal együtt, hogy egyértelműen elmondtuk neki, hogy nem értünk egyet azzal, amit tesz, azt is fel kellett ismernünk, hogy nem látott soha maga előtt más mintát és képtelen uralkodni a félelmein. Reméljük el jön majd az az idő az ő életében is, amikor helyre tudja hozni ezt a helytelen lépését. Az, hogy benne mi játszódhatott le, nem tudjuk még ma sem. Istenre bízunk az ő további sorsát. Valóságosan átéltem azt, amit a Biblia így fogalmaz meg a Rómaiakhoz írt levélben: „Örüljete az örülőkkel, sírjatok a sírókkal” ( 12 rész 15 vers)

Voltak ugyanakkor jó fordulatok is a családok életében. Van olyan, akiknek a tágabb család elkezdett segíteni, és így ezzel a háttérrel már saját lábukra tudtak állni. Vannak, akik albrételet találtak és elindultak egy önállóbb élet felé. Ami az anyukáknál pozitív változást hozott, hogy felismerték, a gyermekek ellátása nem csupán fizikai jellegű kötelezettség. Hanem a gyermekkel foglalkozni is kell, lefoglalni a figyelmüket és helyes irányba terelni az érdeklődésüket. Az anyukák előtt kezdtünk el játszani a gyerekekkel, hogy lássák, hogyan kell ezt csinálni. Sokan csak a példa nyomán jöttek rá arra, hogyan kell ezt csinálni és nekik is ezt kell tenniük velük. A minta, amit az édesanyák eddig ismertek nem jó, küzdöttünk az ellen, hogy ne nyomjanak a kicsi gyerekek kezébe telefont, vagy egyéb technikai eszközt, hanem töltsék velük a most felszabadult időt. Megmutattuk nekik, hogyan játszanak vagy alkossanak együtt és azután már sokan kértek később papírt, rajzeszközöket vagy gyurmát és együtt munkálkodtak a gyermekekkel.

A szülőkre háruló feladatokban most hangsúlyt kapott az iskolai feladatok ellenőrzése, és a tanárokkal való kapcsolattartás. Eddig nem gyakorolták azt, hogyan fogalmazunk és írunk meg egy levelet a tanárnak. Hogyan kommunikálunk az iskolai feladatokról, milyen szavakat használunk és milyeneket nem. Hogyan adunk le egy iskolai dolgozatot, vagy mit teszünk akkor, ha a gyerek lemaradt valamiben. A hiszti nem fogja megoldani a helyzetet, de van lehetőség megbeszélni a tanárral, hogy adjon új lehetőséget. Így egy jó kapcsolat alakuljon ki a tanár és a szülő között. Az indulatkezelés és a nyitottabb kommunikáció gyakorlására sok lehetőség adódott, azt reméljük ez majd hatással lesz a nyitás utáni mindennapjaikra is.

De jellemzően a gyerekek viselkedési problémáit is kicsit másként kellett kezelniük, mint egyébként, hiszen egész nap együtt voltak, nem kerülhették ki, hogy valahogyan reagáljanak például a hisztire. Arra ösztönöztük őket, hogy próbálják megérteni az okot, és megbeszélni a problémát gyermekeikkel. Keressék meg a megoldást és ne csak az indulataik vezessék őket, ne hangerővel vagy durva szavakkal akarják megoldani a problémákat. A karantén idején óhatatlanul is tanúi voltunk ezeknek a konfliktusoknak. Ez az időszak alkalmat is adott arra, hogy segítsünk új technikákat elsajátítani az édesanyáknak.



A korábban bevált szokásokat lassan vissza tudjuk már vezetni a gyakorlatba, heti három alkalommal volt reggeli elcsendesedésre lehetőség, max. 20 percben voltunk együtt és igét olvastunk, beszélgettünk és imádkoztunk. Ráhelyeztük Isten kezére a problémáinkat és megújulva tudtunk elindulni. A lelkigondozásban a hangsúly a jelenléten van, lehetőséget adva ezzel arra, hogy problémákkal fordulhassanak hozzám segítségért. Gyakran nem is a szavaimra van szükség, hanem arra, hogy érezzék az együttérzésemet és segítsék nekik megnyugodni. Olykor csak valaki mellé le kell ülni, amíg kicsit megnyugszik. Tudatosítani bennük, hogy minden krízis csak átmeneti időszakot jelent az életünkben, és el fog múlni. Nagyon szükségük van arra, hogy ebben a minden szempontból átmeneti helyzetben legyen olyan, aki feltétel nélkül meghallgatja őket.

A covid időszak alatt az egyik része a munkámnak a gyerekek oktatásának figyelemmel követésére is irányult. Az első nagy kihívás persze a technikai eszközök biztosítása, majd a rendszerek beállítása volt. Az eszközök és internethozzáférés biztosítása is elég nehéz volt. Nekünk is új volt sok felület, amelyet az oktatáshoz használni kellett, és miközben mi is még csak szoktuk, már segítenünk is kellett a gyerekeknek. Konkrét segítséget kellett nyújtanunk az anyukáknak is, kezdve onnan, hogy email címeket kellett regisztrálnunk nekik, megtanítani annak használatát. Jelszavakat megjegyezni, feljegyezni, mert ehhez sem voltak hozzászokva. Azután külön helyiségeket kellett biztosítani, legalább az egy családban élő gyermekeknek és fontos volt ellenőrizni azt is, mivel is töltik az időt. Valóban tanulással foglalkoznak vagy egyéb dolgokkal, ebből volt persze feszültség is. Egy idő után minden felelősséget az ellenőrzéssel kapcsolatban megpróbáltunk átadni az anyukáknak, amit néhányan nagyon nem szívesen vettek. De szépen lassan elindult ez is és talán enélkül, sohasem érezték volna azt át, milyen felelősségük van is ebben gyermekeik felé. A karantén első időszakában az időm jelentős részét ez töltötte ki. Sok kicsi nem tudta, hogyan készítsen el dolgozatot, nem is volt még benne gyakorlata. Az egyik második osztályba járó gyermekkel az első alkalmakkor ott kellett mellette ülni, hiszen az időkeretet sem tudta értelmezni egyedül. Annyira új volt ez számára is, 6-8 éves gyermekeknek nincs olyan fegyelmük és nem tudnak olyan tudatosan koncentrálni, hogy önállóan megoldjanak és be is küldjenek időre egy dolgozatot. Ezek a helyzetek szinte folyamatos jelenlétem igényeltek és az anyukáknak rá kellett jönniük, hogy ez az ő feladatuk kellene legyen. Többször egyszerre kellett meggyőzni a gyermeket és a szülőt is saját feladatairól. Nehéz volt. Most már a kisebbek visszatértek az iskolába és hamarosan a felső tagozatosok is. Ezzel együtt azt remélem, hogy az édesanyák felismerték, mennyire fontos, hogy ellenőrizzék a gyermekeiket és ne hagyják őket magukra a tanulással kapcsolatban később sem. Talán az első időszakban kicsivel többet is átvállaltunk az anyuktól, mint kellett volna és később újra tisztáznom kellett önmagamban is, hogy mi az én felelősségem és mik a határok, amelyeket mindenki érdekében be kell tartanom.

Ez az időszak arra is lehetőséget adott nekem, hogy visszatérjek az elődök által bemutatott modellhez, ahhoz, hogy mindig azt tették, amire szükség volt, függetlenül a beosztásuktól vagy munkakörüktől. Számomra nem volt probléma, ha a fertőtlenítéssel kellett hosszan foglalkozzak, vagy éppen az ebédért kellett elmennem, hiszen ezekre volt aktuálisan szükség. Most, hogy változott a helyzet, én is jobban vissza tudok térni a lelki gondozói munkámhoz, hiszen az operatív munkában már kevésbé van rám szükség. Megfigyeltünk szemléletváltásokat is a családokban. Mindannyian tanultunk a helyzetből. Volt például egy anyuka, aki a gyermekét mindig túlféltette és majdnem baba szinten kezelte, pedig az már felső tagozatos. Mindenben kiszorgálta és nem is engedte neki, hogy kipróbálja az önállóságát bármilyen szinten. Amikor hozzánk költöztek az otthonba, a gyerek el volt maradva a tanulással is, mert annyira az anyjára támaszkodott. Első időszakban arra gondoltunk, hogy valamilyen tanulási probléma akadályozza őt. De csak nem szokta meg, hogy önállóan használja az értelmét, mert még a feladatokat is anyuka csinálta meg helyette. Néhány hónapnak el kellett telnie ahhoz, hogy az anyukát rávezessük arra, adjon lehetőséget a gyermekének a lassú felnövekedésre. Több önállóságot biztosítson és kezdjen rábízni feladatokat, még akkor is, ha nem tartja képesnek őt arra, hogy azt megoldja. Ne zárja el a fejlődése útját. Ráébredt, ha ezt tovább is így teszi, a gyereke felnőtt korában teljesen kiszolgáltatottá fog válni, az ő mostani viselkedése miatt. Náluk már elkezdődött a változás és ezt jó látni.

Az összezártságban azzal is szembesültünk, hogy a nálunk lakó anyukák mennyire önpusztító módon élnek. Nem tisztelik önmagukat, és nem törődnek önmagukkal. A sok dohányzás is nagyon negatívan hat az egészségükre, de az is, hogyha nekik van valami bajuk, nem fordulnak orvoshoz. A gyerekeikről gondoskodnak, de önmagukkal szemben teljesen más magatartást tapasztalunk. Gyakran érthetetlen módon hanyagolják el önmagukat, már egészen fiatalon is. Arra sem gondolva, hogy a gyermekeiket ezzel kiszolgáltatják, hiszen valakinek fel kell majd nevelni őket. Engem ez a magatartás mélyen felkavart, nagyon nehezen vettem tudomásul, hogy ennyire nem veszik komolyan az orvosi diagnózisokat például. Próbáltam meggyőzni őket, nem sok sikerrel, és végül fel kellett ismernem, hogy ezeket az embereket csak Isten tudja megváltoztatni. Így még elkötelezettebben



igyekszem velük az evangéliumot megosztani. Csak Isten tud gyökeres változást előidézni, hiszen ezt mondja Úr Jézus „aki énhozzám jön, azt én nem küldöm el” ( János evangéliuma 6 rész 37b vers).

Arra rámutatott az elmúlt időszak, hogy nekem is rugalmasnak kell lenni és keresni az új utakat, hogy minél inkább tudjak segíteni az embereknek. Új motivációkat megtalálni önmagamban is, és kreatívnak lenni egy-egy szituációban. A családoknak gyakran komplex terápiára van szüksége, így ezen a területen szeretnék nagyon sokat fejlődni és gyakorlati módszereket elsajátítani. Úgy érzem, hogy mindig tanulnunk kell ahhoz, hogy a feladatunkat a legjobban tudjuk ellátni. Törekszem új ismereteket elsajátítani. Meggyőződésem, hogy Isten nem csak beszél, hanem munkálkodó Istenként szeretne az életünkben jelen lenni, valódi segítséget nyújtani. Ebben szeretnék erősödni és az embereknek megmutatni ezt.

**Forrás:** Nagyné Macher Rozália/Kommunikációs osztály

**Dátum:** 2021 május 10.