

F. Várkonyi Zsuzsa

**Már 100×
megmondtam**



Háttér Kiadó
Budapest
Alapítva 1987-ben

© F. Várkonyi Zsuzsa, 1986, 2013
Kilencedik kiadás
Készült a 2010-es nyolcadik kiadás alapján

© Háttér Kiadó, 2013

A kötetet tervezte
Kovács György - jurikov.com

ISBN 978 615 5124 16 7



Kiadja a Háttér Kiadó Kft.
www.hatterkiado.hu
Felelős vezető Klopfer Dávid

*A békásmegyeri szülőknek,
akiktől megtanultam,
hogy a felnőtt
ugyanolyan árva lehet,
mint a gyerek.*

Tartalom

Találkozás egy családdal	9
I. A játszmákról	13
II. Gyerekjátsszmák	19
III. A gyerekjátsszmák leépítése	41
IV. Te meg ő	89
V. Örömtiltó felnőttjátsszmák	99
VI. Az örömtiltó játsszmák leépítése	119
VII. „Nyúlcipő”	129
VIII. Zsákutcák és kivezető utak	139

Találkozás egy családdal

A legtöbb pszichológiai népszerűsítő könyv, amely az utóbbi években nálunk megjelent, arra intett, hogy nagyon kevésbé értjük a gyereket. A meg nem értés ezer okáról olvashattunk okos és jóindulatú fejtegetéseket. Az, hogy a felnőtt szintén „értést” és megértést igényel, egészen természetes, mégis kevés – a nagyközönségnek szánt – könyv szól erről. Szeretném, ha ebben az írásban sikerülne igazságosabban megosztani a figyelmet a felnőtt és a gyerek között.

A legutóbbi évtizedekben világszerte hatalmas tapasztalatanyag gyűlt össze a felnőttek emberi kapcsolatainak, érintkezési szokásainak, konfliktusainak *törvényszerűségeiről*. Majd’ minden pszichológus, aki felnőttekkel foglalkozik, gyakorlati munkájában hasznosítja is ezeket az ismereteket.

Aki gyerekek pszichoterápiáját végzi – mint magam is –, nem feltétlenül szorul felnőttléktani tudásának állandó kipróbálására. Azt hiszem, mégis sokan vagyunk, akik átlépve eredeti hatáskörüket és hallgatva lelkiismeretünkre, egyre inkább bevonjuk a család felnőtt tagjait is a megértendő, sőt néha a támaszt várók körébe. Szinte minden esetben beigazolódik, hogy a család közös érzelmi háztartásban él. Bármely családtag problémája, tünete összefügg a többiekével.

A pszichológiai rendelőben megjelent egy házaspár, akinek kisfiát az óvoda utalta be szélsőségesen agresszív magatartása miatt. Az első beszélgetés nem sokat árult el a problémák okairól, de annál többet mondott a szülők feltűnő össze nem illése. Mindkettőjüket

rokonszenvesnek éreztem, de még azonos klubban sem tudtam volna elképzelni őket, nemhogy azonos családban.

A kisfiúval egyiküknek sem volt baja – ezt meggyőzően állították, és később is bizonyították. Az anya időnként mégis – kiszámíthatatlanul és önmaga számára is érthetetlenül – megverte a gyereket, aki ezt igyekezett „lerázni” magáról és gyorsan elfelejteni. Otthon is, nálam is leginkább kedvességével igyekezett jó érzéshez jutni.

Szertelensége kettőnk kapcsolatában nem érződött. Játéka többnyire rövid harci jelenetekből, de annál hosszabb, részletesen kidolgozott kibékülésfantáziákból állt. Egyértelműnek tűnt, hogy az óvodában éli ki az otthoni feszültségeket (melyek kis részben rajta csattannak).

De mit kezdjünk – ő meg én – ezzel a felismeréssel? Hogyan tudom őt erősíteni, ellenállóbbá tenni? Hiszen játéka és fantáziái bizonyították, hogy ennél többet egy ötéves gyerek aligha tehet önvédelme érdekében. (A rosszalkodás is öngyógyító győzelem az otthon elszenvedett vereségek után.)

Lássam el az anyát tanáccsal? Mondjam, hogy ne üsse meg a gyereket, bármennyire idegesítő napja van is? Vagy kérjem meg az apát, hogy ne korholja feleségét a gyerek előtt? Nevetségesen haszталannak éreztem ezeket a terveket. Ehelyett – egyelőre bármiféle határozott elképzelés nélkül – egyre több időt szenteltem a szülőknek. Több órát hallgattam külön az anya, külön az apa beszámolóját életükről. Beszélgettünk hármásban is.

Elmesélték egyik „kedvenc” vitájukat, mely mindig a gyerek étkezése körül pattant ki. A férfi haragudott, ha a gyerek válogatósan, fanyalogva, sok „faksznival” kezdett a vacsorához; az asszony viszont a csúnya evésért neheztelt leginkább. Hogyan is tehetett volna a gyerek mindkét felszólításnak eleget, hiszen az apa az evés

természetes, mohó örömét kérte számon, az anya a legnagyobb éhség közepette is visszafogottságot követelt.

A férj szemrehányásait így fordíthattuk volna le: „Tudj örülni! Engedd el magad, nem számít a forma!”; és a feleség válasza: „Nem élünk vadonban. Semmire sem mennénk, ha a szükség közepette elfelejtkeznénk magunkról és a jó modorról.” Vajon tényleg a gyerekek üzenték mindezt – vagy egymásnak?

Együttes gondolkodásunkból az derült ki, hogy ez a házasság, mely kettőjük nagy társadalmi és szellemi különbözősége ellenére jött létre, mégsem a véletlen műve. A feleség gyerekkori elhagyatottságára kapott férjétől orvosságot, és kitartást, szorgalmat, okosságot nyújtott cserébe. A férjet az asszony szigora juttatta jól szervezett, céltudatos és kulturált élethez, amiben viszont neki nem volt korábban része. A férfi családseretetével, jó kedélyével, mindig vigasztalásra kész elfogadásával hálálta meg, hogy őt választották.

Beszélgéseink során egyre biztosabbak lettünk abban, hogy apró, napi összetűzéseikben azt a haragot engedik szabadjára, amelyet mindketten éreznek házastársuk „mássága” miatt. De ha ebben a választásban ennyi jó is van, talán mégsem olyan szégyellnivaló ez a „felemás” házasság.

Most már *értelmükkel* is észrevették azokat az értékeket, amelyekért egymást ösztönösen választották. Úgy mondhatnánk: többé nem a különbségek ellenére éltek együtt, hanem kölcsönösen fontos tulajdonságaik miatt, a kisebb-nagyobb konfliktusok elviselésével. Egymásnak szóló indulataik ezentúl egyre ritkábban csattantak a gyereken, és hamarosan az óvoda sem panaszkodott.

Később visszatérünk még esetükhöz, de azt hiszem, az eddigiek alapján sem kétséges, hogy megérte az az önismereti munka, az a nem is könnyű önvizsgálat, melyre a szülők vállalkoztak, és nem volt elvesztegetett idő, amit velük, és nem a gyerekekkel töltöttem.

Hogy szerencsés esetben mit nyújthat a pszichológiai elemző gondolkodásmód bizonyos konfliktusok megoldásában, azt egy másik gyerekpáciensem anyja fogalmazta meg, miután egy ilyen beszélgetés nyomán letett – az én szememben valóban megalapozatlan – válási szándékáról: „Eddig mindig csak azt néztük, hogy mit csinál a másik rosszul. De arra eddig még sosem gondoltunk, hogy miért is csinálja.”