

Ágostonné Szócs Anna

A SZERETET SZÜLETÉSE

Gyermek a keresztyén családban



BUDAPEST, 2013

Lektorálta: Kovács Réka Rozália

Minden jog fenntartva. Bármilyen másolás, sokszorosítás, illetve adatfeldolgozó rendszerben való tárolás a kiadó előzetes írásbeli engedélyéhez van kötve.

© Luther Kiadó, 2013

© Ágostonné Szőcs Anna, 2013

Kiadja a Magyarországi Evangélikus Egyház Luther Kiadója
Budapest, 2013

Felelős kiadó: Kendeh K. Péter

Olvasó- és tördelőszerkesztő: Petri Gábor

Szöveggondozó: Sinkáné Zombory Katalin

Műszaki szerkesztő: Török Andrea

Nyomdai kivitelezés: Mondat Kft. www.mondat.hu

Felelős vezető: Nagy László

ISBN 978-963-380-004-1

TARTALOM

ELŐSZÓ	6
BEVEZETÉS	9
ANYA–GYERMEK KAPCSOLAT	10
Az érzelmek fejlődése – Hitcsírák	10
<i>Várandósság, szülés</i>	10
<i>Szoptatás</i>	12
<i>Feltétlen elfogadás</i>	16
<i>Egy éven túl – Az elválasztás</i>	18
<i>Testközelség</i>	20
<i>Az éjszakai gondozásról</i>	22
<i>Összegzés</i>	23

Az értelem fejlődése – Felkészülés a Biblia olvasására	23
<i>Óvodáskorúak megfigyelése</i>	24
<i>Anya-gyermek kapcsolat az értelmi fejlődés szempontjából</i>	25
<i>Élőbeszéd</i>	26
<i>A közösségek szerepe</i>	29
A lelkiismeret ébredése – A fegyelmezés alapozása	30
CSALÁDI KAPCSOLATOK	33
A szülők kapcsolata	33
A jó házasság alapjai, leválás, elengedés	34
Otthonteremtő édesanyák	36
A hitre nevelés kezdetei	37
ZÁRSZÓ	40
FÜGGELÉK – FELMÉRÉS A SZOPTATÁSRÓL	42
FELHASZNÁLT IRODALOM	43

„P. Bovet genfi egyetemi tanár *A gyermek vallásos érzelme és a gyermeklélektan* (évszám nélkül, de feltehetően a húszas évek elején közreadott) könyvében úgy véli, hogy Isten tulajdonságait a gyermek nem ismerheti meg senkitől jobban, mint a szüleitől. Hogy a gyermek valamiféle képet alkothasson Istenről (ami számára belső kényszer), hogy Istent tisztelje, szeresse, hogy oltalmába helyezze magát, hogy mint mindentudót és mindenhatót imádhassa, ahhoz előzetesen ezeket az érzelmeket a szüleivel kapcsolatban át kell élnie.”¹

„A szülők az egyetemes papság elve alapján egyrészt az ige közvetítői lehetnek, másrészt példamutató magatartásukkal mintául szolgálhatnak a pozitív értékű tulajdonságok megismerésében. Isten mondta: »*Alkossunk embert a képmásunkra, hozzánk hasonlóvá.*« (1Móz 1,26) Ilyen értelemben eszköz lehet a szülő mint Istenre mutató minta, és közvetítője lehet az igének, ami a hitet kelti és az érzelmeket kiváltja. Ahhoz, hogy a gyermek megismerje az isteni szeretetet, előbb meg kell ismernie, hogy milyen a szülő szeretete. Ahhoz, hogy megtanulja az Istennek való engedelmességet, meg kell hogy tanuljon engedelmeskedni szüleinek, és át kell élnie, hogy mindez jó. A szülőkkel kapcsolatban élük át elsőnek a tisztelet, a szerető gondoskodás és a védetség boldogító érzését, az erkölcsi norma, követelmény és magatartási szabály megsértéséért a haragot és a büntetést.”²

1 Kiss 1990, 241. o.

2 Kiss Tihamér az idézet második felét is Bovet egyik könyve alapján fogalmazta meg. A könyv címe: *A gyermek vallásos érzelmei*. Uo. 243–244. o.

ELŐSZÓ

Évekkel ezelőtt egy házasköri előadáson beszélgettünk arról, hogy milyen tényezők befolyásolják a házaspár boldogságát. Meglepődve hallottam azt, amit később én is megfigyeltem, hogy az első gyermek születése után gyakran a legjobbnak mondott kapcsolatban is súlyos hanyatlás következik be.³ Ha a körülményekben nem is állt be jelentős változás, a csecsemővel együtt járó tennivalók beékelődtek a házaspár közé. Hogyan lehet az, tettem fel a kérdést akkor, hogy egy önmagát ellátni képtelen apróság ilyen nagymértékű válságot okoz két ember életében? Nyilván az történt a felmérésben részt vevő párok esetében – és történik azóta is sok más házaspár életében –, hogy nem voltak kellőképpen felkészülve arra, mit jelent a csecsemő gondozása, és nem szántak időt a kapcsolatuk építésére.

Már akkor mély vágyat éreztem arra, hogy segítsek, megosszam a tapasztalataimat másokkal, átadjam azokat az ismereteket, amelyeket az évek alatt, hét gyermekem nevelése során megszereztem. Szakkönyveket olvastam, elvégeztem a La Leche Liga szoptatásitanácsadó-képzését, és elkezdtem cikkeket írni különböző folyóiratokba. Lassan gyűlt az anyag egy átfogó tanulmányhoz is.

Tanár vagyok, sok dolgozatot írtam már, komoly, tekintélyes műnek

6

3 Mary Benin, az Arizona Állami Egyetem professor emeritusa 6785 házaspár életét vizsgálta húsz éven keresztül kétezer nagyszabású kutatásban, és megállapította, hogy „a legtöbb gyermekes házaspár boldogsága csökken, amikor az első gyermek megszületik, és nem ér el ugyanolyan szintű boldogságot a gyerekek 18 éves koráig. A viharos kamaszévek még több stresszt és további komplikációt okoznak.” BENIN-ROBINSON 1997.

szántam ezt is, de aztán felsírt a kicsi, és elvesztettem a fonalat. Mire újra összeszedtem a gondolataimat, eltelt néhány nap. Akkor azonban elém álltak a gyerekek, hogy süteményt kell sütni az iskolanapra, nehogy szégyenben maradjon az osztály. Végül megértettem, hogy anyaként kell írnom anyáknak és apáknak. Úgy kell fogalmaznom, hogy egy várandós kismama is végezni tudjon egy-egy fejezettel, amíg pihen, és legyenek benne könnyedebb részek is, hogy el ne aludjon rajta.

A gyereknevelésről sok keresztyén szemléletű könyvet lehet kapni, de mivel többnyire férfiak írják őket, akik gyakran más szempontokat helyeznek előtérbe, sok gyakorlati kérdés válasz nélkül marad vagy fel sem merül. Ilyen a szoptatás kérdésköre is.

– Hogyan készülünk a szülésre, szoptatásra?

– Nem kényeztetés-e, ha gyakran van kézben a csecsemőnk?

– Mit tehetünk azért, hogy értelmes, jó képességű legyen a gyermekünk?

– Mikor kell elkezdni a hitre nevelést, és hogyan?

A legfontosabb időszak a gyermeknevelésben az első három év. Sajnos azonban a fiatal családok többnyire a gyermek születése után hónapokkal, nem ritkán évekkal később veszik kezükbe az első gyermeknevelési, családgondozói könyveket. Célom az, hogy segítsék a szülővé válásban, hogy ne ériék a szülőket váratlanul a baba körüli teendők, és ne teherként, hanem áldás forrásaként éljék meg a néha nehéznek tűnő időszakokat is. Ezt a könyvet tehát fiatal felnőtteknek szánom, jegyeseknek vagy gyermeket váró pároknak.

Könyvemmel szeretnék segíteni a szülőknek abban, hogy vonzóvá tegyék gyermekük számára az általuk követett értékrendet. Az első években ehhez nagyon fontos a szükségletkielégítő, kötődést elősegítő nevelés. Sajnos előfordul, hogy a hívő szülők éppen ellenkező elveket vallanak és gyakorolnak, mivel – szigorú hitelveik miatt – gyakran ilyen irányú útmutatást kapnak a nagyszülőktől és a segítő szolgálatot végzőktől, akik számára sokszor elkényeztetésnek számít a szükségletkielégítő gondoskodás. Ezért jó, ha elolvassák ők is, és mindenki, akihez a fiatal családok tanácsért, bátorításért fordulnak.

A szoptatásról legtöbbit a La Leche Ligától tanultam. Szakmai anya-

gai és tanácsadói segítsége nélkül a három kisebb gyermekemet nem tudtam volna szoptatni. Köszönetet mondok dr. Nagy Attila olvasáskutatónak is, akitől az értelem fejlődéséről szóló részhez tanácsokat és bátorítást kaptam.

Továbbá hálás vagyok Kovács Réka Rozália pszichológusnak a gondos lektorálásért és a hasznos kiegészítése miatt.

BEVEZETÉS

Sok szülő azt gondolja, hogy a hitre nevelés elsősorban a lelkész vagy a hitoktató dolga, hiszen ők tanulták, ők tanítják. Isten rendjében ezzel szemben a hitéleti nevelés elsősorban a család, a szülők felelőssége. *„Ismertesd meg azokat fiaiddal és unokáiddal is”* (5Móz 4,9) – szól a bibliai parancs minden családfőnek. Természetesen nagy segítség, ha a gyermekek hittanra járhatnak, ha a társadalom nem ellenséges, netán még támogatja is az egyházakat. Mégis tudnunk kell, hogy elsősorban miénk, szülőké a hitre nevelés feladata.

Ebben a könyvben azonban nem az evangélium továbbadásához szeretnék segítséget nyújtani, hanem ahhoz, hogyan neveljük a gyermekeket úgy, hogy a szívük „jó talaj” legyen az evangélium „magja”, Isten igéje számára. *„Némelyik (mag) a sziklás földre esett, és amikor kihajtott, elszáradt, mert nem kapott nedvességet”* – tanít Jézus Lukács evangéliumában (8,4–15).

A keresztyén házasságról és családról sok jó könyv megjelent már. Az óvodai és iskolai hittanhoz is van segítség, de kevesen gondolnak arra, hogy a gyermek hitre nevelése valójában már az anyaméhben elkezdődik, majd folytatódik a szülés utáni hónapokban. Az első hónapoknak és éveknek meghatározó jelentőségük van a személyiség kialakulása szempontjából.

ANYA–GYERMEK KAPCSOLAT

A hitoktatásban Isten szeretetéről, a mennyről, a bűnről, Jézus Krisztusról, a keresztyén szolgálatról tanítjuk a gyerekeket a Szentírás különböző részei alapján. A családban a „tanulás” már csecsemőkorban elkezdődik – a szülők bánásmódján keresztül. Sokak számára bizonyára meglepő a csecsemőkor említése a tanulással kapcsolatban. Pedig meghatározó fontosságú ez az életkor, mert olyan alapozás történik ekkor, amely befolyásolja az egész személyiség fejlődését, az értelem kibontakozását, az érzelmi életet, az erkölcsi fejlődést, a hitre jutást. Bár nem taníthatjuk szavakkal a csecsemőt Istenről, bűnről, megváltásról, imádságról, a helyes gondozással mégis előkészíthetjük a gyermeket mindezek megismerésére.

A gyermek akkor fejlődik jól, és akkor válik jó talajjá a szíve az evangélium „magvetése” számára, ha szülei az életkorának megfelelő módon közvetítik felé a szeretetüket. Különböző életkorok különböző bánásmódot igényelnek.

10

Az érzelmek fejlődése – Hitcsírák

Várandósság, szülés

A keresztyén hit valójában bizalom Isten létében, jellemében, szeretetében, hűségében és erejében.

Hogyan születik a bizalom?

A pszichológiai kutatások szerint a bizalom kialakulása már az anyaméhben elkezdődik. James Fowler, a Harvardon végzett teológus és fejlődéstudományi kutató foglalkozó pszichológus tízéves kutatómunkája ered-

ményeként határozta meg a primer (differenciálatlan) hit fogalmát. Így nyilatkozott erről 1980-ban: „Először is hadd említsem meg a primer hitet, amely önmagában még nem tekinthető külön fokozatnak, mégis fontos szerepet játszik a gyermek életében. Gyökerei visszanyúlnak a születés előtti életbe és a csecsemőkorba.”⁴ A bizalom kialakulása tehát függ attól, hogy az anya örömmel várta-e a gyermeket. Függs a várandósság idején átélt élményektől, az anya testi és lelki állapotától. A magzat már hallja a környező zajokat, édesanyja hangját. A békés, nyugodt várandósság pedig a bizalom erősödését eredményezi.

A bizalom (hit) és az érzelmi élet szorosan összefügg, ezért ha hitre akarjuk nevelni a gyermekünket, mindenekeelőtt az érzelmeivel kell tördődnünk. A csecsemő érzelmi élete akkor fejlődik jól, ha kielégítjük a szükségleteit, azaz – Ross Campbell kifejezésével élve – folyamatosan töltögetjük az „érzelmi tankját”. A méhben állandóan érzekelte édesanyja szívverését, ez biztosságot jelentett számára. Ez a szükséglet a születes után is teljesül, ha a csecsemő a születes után az anyja hasára, majd egy órán belül mellre kerülhet. Az anya és gyermeke közötti kötődést, az anyai szeretet kialakulását ez a bánásmód alapozza meg legjobban.

Vizsgálatok egész sora születesett már azzal kapcsolatban, hogy milyen fontos az első néhány óra az anyai szeretet kialakulásában. Minél előbb kapcsolatot létesíthet az anya a gyermekével, annál erősebb lesz kettejük érzelmi kötődése. Ranschburg Jenő hosszan taglalja a korai kutatásokat ezzel kapcsolatban *Szeretet, erkölcs, autonómia* című könyvében. Maga is megfigyelte egy kutatásban, hogy minél hosszabb volt a születes utáni szeparáció, az anya annál kevesebb együttérzést, aggodalmat mutatott gyermeke iránt. Gyakrabban fordult elő, hogy magára hagyta a pelenkázón a csecsemőjét, ha például iratokat kértek be a rendelőben. „Könnyen lehet tehát – írja –, hogy az anyai szeretet kialakulásának legkorábbi szenzitív szakaszát az alig egyórás újszülött sajátos viselkedése határozza meg.”⁵

Ma már ennek a korai szenzitív periódusnak neve is van: „aranyóra”.

4 STEPHENS 1999, 30. o.

5 RANSCHBURG 1994, 64. o.

Szoptatás

A '70-es években végzett kutatások eredményei alapján létrejöttek a bababarátkórházak, ahol szülés után azonnal az anya testére, majd mellre kerülhet a csecsemő. Svédországban és Norvégiában anya és újszülöttje 4-5 órát is együtt maradhat így. Megfigyelték, hogy egy idő után a babák felkúsznak a mellre, és maguktól szopni kezdenek. Már szülés után megtanulják, hogy meg kell küzdeniük a táplálékért. Nálunk sajnos még a bababarátkórházakban is gyakran csak néhány percre hagyják az anyjuk hasán a csecsemőket. Sok helyen pedig azonnal kék fény alá teszik orvosilag nem indokolható okokból, megszokásból, „a biztonság kedvéért, nehogy besárguljon”. A korai szoros kapcsolat pedig alapvető a szoptatás beindulásához. Az anyatej a legjobb táplálék a csecsemő számára. Ez Magyarországon mindig köztudott volt. A szocializmus izoláló hatásának következtében az agresszív tápszergyári marketing elkerült bennünket, így a magyarországi csecsemők több mint 90%-át ma is elkezdik szoptatni. Egyes nyugati országokba ez az arány 30% körül is lehet. Manapság azonban a tápszergyári marketing egyre agresszívebb nálunk is.

A pszichológia a korai bevésődés (imprinting) fogalmát használja az élet kezdeti szakaszában kialakuló tartós kötődésre. A kiskacsák például azt követik, akit először meglátnak a kikelés után. Az embernél az imprinting kritikus időszaka az első életév. Ezen belül azért lenne fontos szülés után egy órán belül mellre tenni a babát, mert ekkor a legerősebb a szopáskészség. Minél később kerül mellre, annál nagyobb a kockázata annak, hogy szopási problémája lesz, ez pedig gátolhatja a kötődést mind az anya, mind a gyermek részéről. Természetesen az anya akkor is szeretheti megfelelően a gyermekét, ha szülés után elválasztják őket egymástól. Vannak nehéz szülések, császármetszés, koraszülés, amikor nincs más választás a baba vagy az anya egészsége érdekében, mint az inkubátor, vagy éppen egy másik kórház vagy kórterem. Az esetek túlnyomó többségében azonban egyáltalán nem lenne szükség szeparációra. Az anya még akkor is kézben tarthatná a csecsemőjét, ha „csövek lógnak ki belőle”, és orron át kapja az oxigént. Ha besárgult a baba, és kék fényre van szükség, a kengurumódszerrel elkerülhető az elkülöní-

tés. Ilyenkor egy speciális pléddel betakarják a babát, amin át a kezelés folytatódhat. A gyakorlat azonban még gyakran nem követi a nemzetközi ajánlásokat e téren sem. Ha tehát a korai együttlétet nem valósítható meg, segít a kötődés kialakulásában, ha az anya nézegeti a baba fényképét, ruhadarabját magánál tartja, és elkezd fejni, hogy mire együtt lehetnek, legyen elegendő tej. Ma már megoldható ilyen esetben is, hogy ne cumisüvegből kapjon enni a baba, hanem pohárból, szoptatáskiegészítő eszközökből, fecskendőből. A szoptatással megvalósuló testközelség ellensúlyozhatja a rendhagyó kezdetet. Ha a baba napokkal, esetleg hetekkel a szülés után kerül vissza az anyjához, lehet, hogy nem jelzi sírással a szükségleteit. Talán csak akkor, ha éhes. Sok szülő örül ennek, hiszen „jó gyereke” van. Pedig a sírás ereje az életrevalóságot is mutatja. A ritkán és erőtlenül síró csecsemőnek is van igénye a kapcsolatra, csak nem tud harcolni érte. Ha az anya tudja ezt, akkor legjobban, ha gyakran veszi kézbe a babáját, hogy naponta több órát legyen testközeli. Ranschburg Jenő szavaival: „el kell rontani”.⁶

Hadd illusztráljam ezt egy személyes élménnyel, amelyet a legkisebb lányom születése utáni időszakban éltem át.

Negyvenkét éves voltam, amikor Noémi megfogant. Már nem számítottam kisbabára, azt hittem, már nem lehetek várandós. Ebben a korban végződött a változó kor édesanyámnál is, márpedig ez öröklődhet. Azért elmentem a nőgyógyászhoz, hogy ő mondja ki a végső szót. „Terhes!” – közölte. Láttam is a fekete foltot a monitoron. Szédelegve jöttem ki a rendelőből. Megálltam a ruhatár előtt, rámeredtem egy piros kabátra, és azt mondtam, hogy nekem ez a gyerek nem kell! Megkeményedett szívvel hordtam őt ki. Nem vettem tudomást róla, egyszerűen képtelen voltam rá. Kizárólag az értelmemre hagyatkozva figyeltem a helyes táplálkozásra. Beszedtem a gyógyszereket, amikor görcsölt a hasam, kíméltem magam, amennyire egy nagycsaládban ez lehetséges. Közeledett a szülés ideje, és én teljesen felkészületlen voltam érzelmileg. Nem is tudtam arra gondolni, hogy bővül a család. Isten szeretetében és hűségében azonban nem feledkezett meg rólam. Barátnóm egy konferenciáról egy nagyon szép bibliai igével jött haza. Ebből erőt merítettem, és egy hét múlva megszületett

6 RANSCHBURG 2003, 64. o.

a kicsi. Lendületes, jó ritmusú szülés volt, azonnal szopott a kisbaba, de aztán egyre többet aludt, pedig fordítva szokott lenni. Nem volt sárga, mégsem akart felébredni. Próbáltam szoptatni, de alig evett valamit. Mikor már 4-5 órát is aludt a kórházban, és 30 dekagrammot fogyott, tápszert akartak neki adni, pedig volt bőven tejem. Ráadásul kioktató hangon beszéltek velem a csecsemős nővérek, amitől még nehezebbnek tűnt a helyzet. Rossz, felelőtlen anyának akartak beállítani, pedig akkor már nagyon igyekeztem.

Otthon tovább folytatódtak a nehézségek, míg végül feladtam. Azt mondtam a férjemnek, hogy nem szoptatok tovább. „Jó” – mondta ő, látva kínlódásomat. Ez hatott. Fel voltam háborodva, hogy mondhat ilyet valaki egy frissen szült nőnek, és felhívtam Biancát, a La Leche Liga szoptatási tanácsadóját, akitől meleg, együtt érző szavakat kaptam. Biztatást, bátorítást, hogy próbálkozzam másként. Attól fogva lefejttem a tejet, és pohárból adtam a babának, mert nem tudott szopni. Időnként mellre tettem, de szinte semmit nem szopott. Nem értettem, miért, hiszen láthatóan szívta, és volt tejem. Kiderült, hogy nem jól veszi be a bimbót, a nyelve alá kerül, és mivel nem jut elegendő tejhez, elalszik. Ez a baba ahhoz a típushoz tartozott, aki nem harcol az enniivalóért. Az anyja a magzati életében nem teremtett vele meleg szeretetkapcsolatot, így a baba lemondott arról, ami pedig járt neki. Ha nem tudok ettől a tapasztalt tanácsadótól segítséget kérni, talán előveszem a tápszeres üveget. Három hétig tartott a küzdelem a szopásért, míg végül rendeződött a helyzet. Szinte öntudatlanul csináltam végig, enyhe szülés utáni depresszióban. Akkor viszont megváltozott a baba. Megértette, hogy érdemes sírni, van szeretet még számára is! Féléves koráig szinte állandóan kézben volt. Csak akkor tettem le, ha aludt. Ismerőseim aggódtak, hogy ez a baba már sosem tanul meg járni. Érdekes, hogy az emberek akkor egyáltalán nem aggódnak, ha egy kisbaba sosem sír. Pedig később, ha az ilyen gyerekek esetleg depressziós kamasz lesz, ez több gondot jelent a családnak, mint a kezdeti, odaadó gondoskodás. Noémi igény szerint szopott, naponta 8-12 alkalommal hónapokon keresztül. Sokáig csak értelemmel, nem pedig érzelemmel válaszoltam a sírására. Megtanultam, hogy neki – és később nekem is – ez lesz a jobb, de a kötődés csak fokozatosan alakult ki. A sírására sokáig az elutasítás érzése jelent meg bennem, de Isten velem volt. Noémi volt az első babánk, aki hat órát aludt éjszaka egyfolytában. Isten nem terhel feletted... Gyakran volt lelkiismeret-furdalásom, hogy nem érzem ugyanazt a kötődést, mint a többi gyermekem iránt. Pedig egyre jobb volt a kapcsolatom vele. Tudjuk, hogy a szoptatás alatt olyan hormonok termelődnek, amelyek a kötődés kialakulásáért is felelősek, így ez a természetes élettani folyamat segít a jó anya-gyermek kapcsolat kialakulásában. Kilenc hónapos volt a kislányom,

amikor a karomban tartva vittem valahova, és a járdáról lelépve megcsúsztam és elestem. Nem magamat védtem akkor, hanem öntudatlanul is a gyereket szorítottam. Így aztán nem tudtam egyensúlyozni, és eltört a bokám. Az első jedség után végtelenül hálás voltam az Úrnak: a kötődés létrejött. Már nem én voltam a fontos, hanem ennek a kis emberpalántának a védelme: a szeretet megszületett!

Nem mindegy tehát az anyának, és nem mindegy a csecsemőnek sem, hogyan alakulnak az első napok. Az első életévben a csecsemőnek sok testi és szemkapcsolatra és egy állandó személy jelenlétére van szüksége, aki kielégíti a szükségleteit. Ha az őt gondozó személyek gyakran cserélődnek, akkor a baba szeretetre való képessége sérül, mert nem tud kötődni egy meghatározó személyhez, amire pedig igénye lenne. Ha az anya igény szerint szoptat, vagyis sírás esetén mellre teszi a babát, akkor ez az igénye is kielégül. Ez nem azt jelenti, hogy csak az anya legyen a csecsemővel, hiszen a többi családtag is fontos, az apa különösen, de az anya a meghatározó az első időszakban.

Kezdetben általában napi 8-12 alkalommal szopnak a kisbabák, de lehet többször is, a harmadik hónap végére a szopások száma lecsökkenhet 5-6 alkalomra, de vannak csecsemők, akiknek nagyobb szopásigényük van, és később is gyakrabban kérik a tejet. Ez teljesen normális, mert minden gyerek más.

Sok anya fél attól, hogy elkényezteti a gyermekét, ha igény szerint szoptatja. Különösen a fiúkat féltik. Ross Campbell ezzel szemben azt írja az *Éltre szóló ajándék* című könyvében, hogy a sok szeretgetés erősíti a fiúban a nemi jelleget. A csecsemő egyébként is teljesen más bánásmódot igényel, mint a nagyobb gyermekek. Az minősül kényeztetésnek, ha például elvégeznek valamit a gyerek helyett, amit már maga is meg tudna tenni. Például, ha még mindig megfürdetik, amikor már egyedül is tud mosdani, vagy ha nem vonják be a házi munkába. Kényeztetés az, ha minden játékot megkap, amire vágyik, és nem kell semmiért sem megküzdenie. Ezzel szemben az igény szerinti gondozás, gondoskodás azt jelenti, hogy kielégítjük a csecsemő és később a gyermek szükségle-

teit. Egyéves kor felé a fegyelmezés, az ésszerű korlátok kijelölése társul a kitüntetett figyelem mellé.

Feltétlen elfogadás

Fontos tudnunk, hogy a sírás a csecsemő kommunikációs lehetősége, amellyel jelzi az igényeit, vagyis tudatja a világgal, hogy valami baja van. Ha csecsemőkorban a sírást figyelmen kívül hagyják, a baba általános bizalmi állapota gyengül: egyrészt magában, hogy képes kommunikálni, másrészt a gondozójában, hogy felel a hívására. Ezzel arra tanítják, hogy adjon fel. Előbb vagy utóbb abbahagyja a sírást, de nem azért, mert megnyugodott, hanem azért, mert csalódott.

Ha megszojtatják, amikor sír, feltétlen elfogadást tapasztal, megtanulja, hogy minden gondjában, bajában, ha éhes, ha szomjas, ha fájdalmai vannak, a megoldást egy személy jelenti, mégpedig olyan módon, hogy ez a személy önmagát adja. Könnyebben elfogadja majd Isten feltétlen szeretetét, ha ezt a fajta szeretetet tapasztalta. Megerősödik benne saját értékességének tudata is, amely segíti az önelfogadást, és véd a depresszió és számos más lelki probléma kialakulása ellen. Ha a gyermek sírására az édesanya szoptatással – vagy ha ez nem segít, ringatással, énekléssel – válaszol, a gyermek megtanulja, hogy kielégítő emberi kapcsolatokban keressen megoldást a problémáira, és később ezt átviheti Istenre is.

Szépanyáink mindezt bizonyára ösztönösen tudták. Ringatták, babusgatták, szoptatták a csecsemőket, mert évszázadokon keresztül nem jutott eszükbe másként tenni. A német nyelvben a szoptatni és az elcsendesíteni szavak megfelelője egyaránt a *stillen* ige. Ha sírt a csecsemő, megszojtatták. A 19. század végén mégis éppen Németországból indult világhódító útjára egy nevelési koncepció, amely nem a gyermek szükségleteit helyezi előtérbe, hanem az anya vélt vagy valós igényeit. Adalbert Chernynek hívták azt a gyermekorvost, aki bevezette az újszülött huszonnégyszáz óráshoz kötött szoptatást éjszakai táplálkozási szünettel egybekötve, hogy az anya pihenhessen. A módszer rendkívül népszerű volt, mert önállóságot, pontosságot, rendszerességet és az anya szabadságát biztosította azzal, hogy leszoktatta a babákat a sírásról. Balogh Anna *Az anyatej: lelki méz?*

című tanulmányában idéz a rendelkezésre álló szakirodalomból, hogyan, miként kellett gondozni a csecsemőt a 20. század elején. Ez a néhány mondat jól példázza az egészségügyi dolgozók hozzáállását: „...a szülő legfőbb elve legyen a pontosság, reggel ébresztőórával kezdjék a napot, sőt okosan szerető anya (...) ne sajnálja (...) újszülöttjét enyhén meg is pofozni a soron következő szopás érdekében. (...) a jó baba alszik egész napon át, alig tud róla valaki a házban (...) Ne kíváncsozzék ölbe, ha meglátja az anyját. Tartsa tisztán, lássa el rendesen táplálékával (...) Tovább ne foglalkozzék vele, csak tartsa szemmel.”⁷

Mivel a módszer működik, és a babák előbb vagy utóbb abbahagyják a sírást, ha senki sem törődik velük, ma is sokan gondolják így a csecsemőjüket. Ez a módszer a negyvenes évekre teljesen általánossá vált nemcsak Németországban, hanem Magyarországon is, sőt még a falvakban is felváltotta a szeretetteljes anyai gondoskodást. Meggyőződésem, hogy húsz év múlva, a hatvanas években jelentkező hippimozgalomban és az azóta is tapasztalható nemzedéki ellentétekben, a családok felbomlásában, valamint a szoptatási nehézségek elterjedésében a megváltozott nevelési szokásoknak is szerepük van. Cherny tanácsai évtizedekre, talán évszázadokra visszavetették a szoptatást, és súlyos károkat okoztak a gyermekek lelki fejlődésében is. Ha az anya nem adja önmagát a csecsemőjének az első hónapokban, akkor nem jön létre az a kötődés, amely a jó anya–gyermek kapcsolat előfeltétele. A poroszos nevelési koncepció nemhogy nem érte el a célját, hanem úgy tűnik, éppen az ellenkező eredménnyel járt. Mennyire illenek mai világunkra Pál apostol szavai a Római levélből: „szüleiknek engedetlenek” lesznek a gyermekek (lásd Róm 1,30). Nincs mit csodálkoznunk ezen, hiszen a módszert nem erősítették meg tudományos kutatások. Tapasztalatra épített, és a legfőbb célja az volt, hogy az anyák felszabaduljanak a gyereknevelés kötöttségei alól. Az iparosodással az emberek tömegesen költöztek be a városokba, felbomlottak a nagycsaládok, egyre kevesebb segítséget kaptak a fiatal anyák, s a csecsemők igényei háttérbe szorultak a rendre szoktatás ürügyén. Az ölelő anyai karokat mind gyakrabban helyettesítette a

cumi, hogy az anya végezhesse a dolgát, sírás esetén pedig előkerült a cumisüveg, hogy „megnyugodjon” a baba. A hagyományos babacsitító módszerek, a ringatás, éneklés helyett nyugtató gyógyszereket írt fel az orvos. Kezdetben senki nem vette észre az összefüggést az anyatej elapadása és az időhöz kötött szoptatás, teáztatás között. Az élelmiszergyárak hamar megtalálták az üzleti lehetőséget a tápszerek forgalmazásában, és mára ez lett a világ egyik legjobban jövedelmező üzletága. Volt idő, amikor a tápszereket jobbnak tartották, mint az Isten adta anyatejet. Az anyatej nem helyettesíthető, mint ahogy az anyamell sem. A cumi nem megoldás a csecsemő sírása esetén, mert azt sugallja a babának, hogy „Hagyj békén, ne zavarj, nincs rád szükségem!” – ahelyett, hogy „Szeretlek, itt vagyok, ne félj”.

A szoptatás elején vízszerű folyadék jön a mellből, amely kiválóan alkalmas szomjoltásra. Sőt a teáztatás nemcsak felesleges, hanem káros is lehet. Christa Meves keresztyén pszichológus nézete szerint nemcsak az a gyermek mutathatja a neurotikus elhanyagoltság tüneteit, akit kézzől kézre adtak és hosszabb időre elválasztottak anyjától, hanem az is, akinek nem kellett erőt kifejtenie a táplálkozásakor, mert megszokta, hogy az üvegből könnyen jön a folyadék, és később nem akar erőt kifejteni munkája során.⁸ A helyzet természetesen ekkor sem reménytelen, számtalan lehetőség kínálkozik a korrekcióra, a gyógyulásra. A csecsemőkori sérülésekkel való szembenézésnél sokat segít a hit.

Egy éven túl – Az elválasztás

Az Egészségügyi Világszervezet állásfoglalása szerint az első évben a fő táplálék az anyatej legyen. Bébiételek egész arzenálját kínálja a kereskedelem, de ha fél éves korig csak szoptatunk, ezekre nem lesz szükség. Elég, ha a család ételeit alakítjuk át egy kicsit, vagy rántás, fűszerezés előtt kivesszük a baba adagját. Ha betegség vagy más ok miatt az elválasztást gyorsítani kell, fontos, hogy a kimaradt testkontaktust helyettesítsük dajkálással, sok szeretettel.

A szoptatás – eddigi vázolt előnyei mellett – anyagi megtakarítást is

8 MEVES 1971, 10. o.

jelent, mert tápszerre, gyógyszerre, kórházi kezelésre általában alig van szükség, hiszen a szoptatott babák a tejben lévő immunanyagoknak köszönhetően egészségesebbek. A tehéntejből vagy szójaból készített tápszerek használata mellett nagy az allergiák kialakulásának kockázata, ezért az első fél évben hipoallergén tápszert szoktak felírni. Ez legalább napi 220-250 forint kiadást jelent, vagyis körülbelül 50 000 forintot hat hónap alatt (2009-es adat). Egy családban ez sem elhanyagolható szempont.

Természetesen előbb-utóbb rendszeres etetéshez kell szoktatnunk a gyermeket, hiszen a közös étkezések fontos részei a családi életnek, de szem előtt kell tartanunk, hogy ennek nem a háromórás szoptatás az előfeltétele, mert a szoptatás nem csak etetés. Ha a baba nem az éhség miatt sír, hanem csak szomjas, akkor valószínűleg csak néhány percig fog szopni, amíg a vizes rész ürül a mellből. Ha fáj a hasa, ha testközelségre vágyik, az anyatej a legjobb nyugtató. Teljesen steril, megfelelő hőmérsékletű, és mindig kéznél van. A háromórás szoptatási rendszer akkor alakult ki, amikor tápszert kezdtek adni a babáknak. A tápszer összetétele nem változik, ezért kellett a rendszer, a táblázatok, a folyamatos mérés, hogy elkerüljék a túletetést, amely egy szoptatott csecsemőnél nem fordul elő.

Néha azt a tanácsot kapják az anyák, hogy válasszák el a csecsemőjüket egyéves kor alatt, hogy ne kötődjön túlságosan, pedig a szopásigény lelki szükséglet is, és akkor sem múlik el, ha egyéves korban vagy előtte elválasztják a gyermeket. Ha nem szophatja a mellel, valami mást fog a szájába venni: cumit, cumisüveget, az ujját vagy rongyokat, míg ha a saját igényei szerint hagyják elválasztódni, akkor többnyire kétéves kor előtt leszokik a szopásról. Gyakran látunk kisgyerekeket, amint egy kopott rongyot szorongatnak, és közben szopják az ujjukat. Cirógatják az arcukat a ronggyal, ahogy valamikor az anyamellel. Talán korán választották el őket, de a pótszereket már nem szabad elvenni tőlük, csak ha maguktól elhagyják őket. Ez rendszerint később következik be, mint ha szoptak volna. Nem ritka a négy-ötéves ujszopó kisgyerek sem. Mennyivel természetesebb a szoptatás, mint az ujszopás! Az elválasztás előfeltétele tehát nem az egyéves kor elérése, hanem az, hogy kinötte-e a gyermek ezt az igényét. Egyébként pedig a világ legtermészetesebb

dolga, hogy a csecsemő ragaszkodik az anyjához. Az a fontos, hogy akkor váljon le, amikor megérett rá, és kialakult a belső biztonságérzete.

Testközelség

A szoptatás természetesen nem megoldás minden problémára, a testközelség és a kitüntetett figyelem azonban nélkülözhetetlen a csecsemő egészséges fejlődéséhez. II. Frigyes porosz király a 18. században háttorzongató kísérletet hajtott végre. Ötven árva csecsemő mellé nevelőanyákat jelölt ki, akik szoptatták, fürdették, tisztába tették a kicsiket, de nem volt szabad beszélni hozzájuk, sem dajkálni, szeretgetni őket. A kísérlet szörnyű véget ért: a csecsemők elvesztették életkedvüket, és a később azonosított marasmus nevű betegségben elsorvadtak. Tanulmányok ezrei születtek azóta, amelyek azt bizonyítják, hogy a szeretetteljes bánásmód, az anya–gyermek kapcsolat az első évben a csecsemő túlélése szempontjából is fontos. Mielőtt azonban bárki elkeseredne, mert a szoptatással kudarcot vallott, vagy a szüleink idején ajánlott szigorú nevelési elveket alkalmazta, hadd hívjam fel a figyelmet arra, hogy sohasem késő változtatni. Sok-sok szeretettel, kitüntetett figyelemmel mindig lehet javítani a helyzetet, ahogy egyik lányom története is mutatja.

Már a várandósság sem volt zavartalan ezzel a babával. Négy és fél hónaposan bevéztem, és kórházba kerültem. Utána sokáig kímélnem kellett magam, de végül időre és egészségesen született. Akkoriban már volt lehetőség *rooming-inre*, de nem akartam igénybe venni, úgy gondoltam, hogy jól kipihenem magam a kórházban. Háromóránként hozták ki, szépen szopott, szorgalmasan fejtem, és így folytattuk otthon is. Szinte soha nem sírt, nem nagyon igényelte a ringatást, de nem is tudtam volna sokat babusgatni, mert állandóan beteg voltam. A téli hónapok gyakori ágyban fekvéssel teltek. Lehet, hogy eleinte szeretett volna többet kézben lenni, de nem volt egy erős akaratú baba, így hamar lemondott róla. Legalábbis úgy tűnt. Kétéves volt, amikor a testvéreivel együtt a rokonainknál nyaraltak, akik mindenhová magukkal vitték a gyerekeket. Gyakran kézbe került, hogy a felnőttek gyorsabban tudják intézni a dolgaikat. Pehelysúlyával nem volt nehéz vinni. Két hét telt el így. Amikor hazajöttek, a kicsi állandóan ölebe kíváncszott. Fél éven keresztül szinte egész nap fogtam, még főzőskor is csak ritkán tehettem le. Mai tudásommal ezt úgy értelmezem,

hogy talán már a méhen belül kezdődött nála egy enyhe depresszív hajlam, folytatódott a kórházban, ahol időhöz kötötten került mellre, és így kézbe is. Megértette, hogy hiába sír, nem törődnek vele. Lemondott a szeretgetésről. Sok szülő örül ennek, mert azt gondolja, hogy jó természetű gyereket kapott, ám lehet, hogy évekkel később derítenek fényt a csecsemőkori testközelség hiányára. Ez ugyanis nagyon erős szükséglet, amely egy ideig elfojtható, ám egyszer elötör, és antiszociális viselkedésben, tanulási zavarokban, egyéb lelki problémaként jelentkezhet újra. A szokásokat káros következmények nélkül lehet elhagyni, a betöltetlen szükségleteket azonban nem. Szokás például az, ha a csecsemő a kockás takarójával akar elaludni. Néhány napos síráson kívül aligha lesz nagyobb baj abból, ha a takaró elvész. Ha azonban a szükséglet nem elégül ki, abból a későbbiek folyamán súlyos viselkedési zavarok származhatnak. Istennek hála, hogy időben jelentkezett a hiány, és még a testközelséggel javítható volt, de azt is meg kell jegyeznem, hogy a gyermekeink közül eddig neki volt a legviharosabb kamaszkora.

Azok a csecsemők, akik Frigyes fejedelem kegyetlen kísérletének áldozatául estek, elveszítették bizalmukat a gondozójukban. Sajnos sok jó szándékú keresztyén segítő olyan tanácsokat ad a kismamáknak, amelyek túlságosan szigorú és rideg nevelési elvekből fakadnak. Amerikában például milliók követik Gary Ezzo elméletét, egy olyan tanítást, amely szigorú, időhöz kötött etetésekkel ír elő, és leszoktatja a babákat a sírásról, hogy ne „terrorizálják” a szüleiket. Az *On Becoming Babywise* vagy a *Preparation Parenting* című könyveiben abból indul ki, hogy az ember bűnösnek születik, és le kell törni az akarátát. Elméletét bibliai versekkel próbálja alátámasztani, Kol 3,20-ból például a következőt idézi: „*Ti gyermekek, szót fogadjatok a ti szüleiteknek mindenben*” (Károli-ford). Ám joggal vethetjük ellene, hogy nem szabad az igehelyeket összefüggésükből kiragadni. A tanítói levelekben – mint amilyen a Kolossébeliekhez írott levél is – azokhoz szólt Pál apostol, akik már értették a felolvasott szöveget. A csecsemőkor azonban különleges. Ez az életkor sajátos bánásmódot igényel – a táplálkozás terén éppúgy, mint minden egyéb területen.

Marsden Wagner professzor, a WHO (az ENSZ Egészségügyi Világszervezete) nők és gyerekek egészségével foglalkozó szervezetének korábbi igazgatója élesen bírálja korunk egészségügyi szemléletét köny-

veiben, előadásában. Az évszázad legnagyobb bűnének tartja, hogy az újszülötteket elválasztják az anyjuktól, és külön szobába száműzik őket, így az összehangolódás nem jöhet létre anya és gyermeke között. Helyteleníti azt, hogy megkérdőjelezték a nők alkalmasságát a szülésre, a gyermeknevelésre, és intézményesítették azt, aminek hagyományosan a családban kellene történnie.

Az éjszakai gondozásról

Néha nehéz az éjszakai gondoskodás, a gyakori felébredés, de tapasztalatom szerint nem a csecsemőkkel van a legtöbb baj éjszaka. Néhány éve ezt így fogalmaztam meg:

„Átalussza már az éjszakát? – kérdezzetik ismerőseink, ha öt-hathetes apróságunkat szopni látják. – Még nem? Ó, te szegény! Hogy lehet ezt bírni ennyi éven át?”

– Tudjátok – válaszolom –, azért csinálom, hogy megszokjam az éjszakázást, mire felnő a gyerek. A kamaszokat ugyanis csak éjszaka lehet gondozni. Ez valahogy így néz ki a gyakorlatban:

Este tíz óra van. A baba végre elszunnyadt, miután az összes családtag ringatta már, még a szomszéd Juli néni is, aki átjött fokhagymáért. Végül az apja hasán elaludt, csendes a ház. Hátradőlök, nyúlok a kapcsoló után, amikor halk kopogtatást hallok az ajtón. Majd kis idő múlva kinyílik. A lány itt áll a háló előtt. Serdülőkorban van, és beszélgetni szeretne. „Gyere!” – szólok oda neki, mire bedugja a fejét. „Elaludt?” – kérdezi, és valami teljesen hétköznapi dologgal indít. Be kell fizetni az osztálypénzt, vagy valami hasonló. Nem ül le, mert tudja, hogy fáradt vagyok, csak még azt akarja mondani, hogy... és végigdől az ágyon. Megadom magam. Az elkövetkező majd két órában eszmét cserélünk az osztálytársakról, a matekkorrepetálásról, mi legyen ebédre, és a téma fokozatosan komolyabbra vált. Tizenegy óra körül a baba szusszant egyet, de nem ébred fel, viszont a beszélgetés egyre bizalmasabb. Büszke vagyok arra, hogy ilyen dolgokról is kikéri a véleményemet, de valószínűleg délután teregetés közben sem mondanék mást, és nem lennék kevésbé büszke. De szó sem lehet arról, hogy napközben beszéljünk! Ez csak így működik, este tíz után, mellettem egy szuszogó kéthónapossal. Lassan kifogyunk a témákból. Megnyugtatom, hogy ennyi idős koromban még egyáltalán nem voltak udvarlóim, most meg lám, itt alszik mellettem hét gyermekem apja! Mintha kicsit

sokallná a létszámot, de azért megkönnyebbülten távozik. Éjfél van, lehunyom a szemem, mire a baba cuppogni kezd. Gyorsan kiveszem az ágyból, és mellre teszem. Végre alhatok!

Összegzés

Larry Stephens rámutat arra *Gyermeked hite* című könyvében, hogy „sok ateista és agnosztikus felfogású ember hiszi magáról, hogy azért utasítja el a hitet, mert a bizonyítékok racionális és tárgyilagos átgondolása során levonták a következtetést, hogy Isten nem létezik. Valójában azonban többségük annak az áldozata, hogy hiányzik belőlük az Istennel való belső azonosulás képessége. Gyermekkorukban szerzett fájdalmas érzelmi tapasztalataik következtében nem élték át Isten valóságos jelenlétét, szeretetét és hatalmát életükben. Ezért jutnak arra a következtetésre – nem a bizonyítékok, hanem érzelmeik alapján –, hogy nincs Isten.”⁹

Az első hat hónapban tehát nincs más út, mint szoptatni, ringatni, dajkálni a kis újszülöttet. Gyakran órák hosszat kell vele fel-alá sétálni. Ilyenkor egy hordozókendő jó szolgálatot tehet, hogy a mama keze szabadon maradjon megfőzni az ebédet, elvégezni a bevásárlást vagy megölelni a nagyobb testvért.

Nehéz ma szülőnek lenni, hiszen sok egymásnak ellentmondó nézet keresztültüzében kell eligazodniuk a kismamáknak, de Gene Getz-cel valom, hogy „ha már úgylis hibázunk, akkor inkább abban hibázzunk, hogy túl sok szeretetet tanúsítunk, mint abban, hogy túl keveset”.¹⁰

Az értelem fejlődése – Felkészülés a Biblia olvasására

23

Az igehallgatás, a Biblia rendszeres olvasása elengedhetetlen a hitre jutásban, a keresztyén élet fejlődésében. Sajnos ma az a tapasztalat, hogy fiataljaink egyre kevesebbet olvasnak, inkább a képek, a tévé köti le a figyelmüket. Ezt látva azonban nem szabad feladnunk azt az elvárásunkat,

9 STEPHENS 1999, 63. o.

10 *Keresztyén gyermeknevelés*, 116. o.

hogy Bibliát, értékes irodalmat vegyenek kezükbe gyermekeink. Őseink mindent megtettek azért, hogy a hívők olvashassák az ígét. Iskolákat alapítottak, ahol a gyerekeket elsősorban a Biblia megismertetése miatt tanították meg olvasni. Társaságok alakultak szerte a világban, hogy kinyomtassák és eljuttassák a Bibliát mindenki kezébe. Mi sem adhatjuk ennél alább. Ha tehát azt látjuk, hogy gyermekeink nem tudnak vagy nem akarnak olvasni, meg kell vizsgálnunk az okokat, és mindent meg kell tennünk a baj elhárításáért.

Óvodáskorúak megfigyelése

Az amerikai Harvard Egyetemen egy tizenöt tagú kutatócsoport tíz évig tanulmányozott óvodáskorú kisgyermeket, hogy felismerjék azokat az élményeket, amelyek hatására a gyermekből intelligens ember lesz. Kutatásaik eredményét az alábbiakban foglalták össze:

„a) Mindinkább világossá válik, hogy az emberi képesség gyökereit a fejlődésnek eme kritikus, 8–18 hónapos korig terjedő időszakában kell keresnünk. A gyermeknek e rövid néhány hónap leforgása alatt szerzett élményei és tapasztalatai nagyobb hatással vannak későbbi intelligenciájának kialakulására, mint bármelyik megelőző vagy azt követő időszakban.

b) A legfontosabb környezeti tényező a gyermek életében az anya. Ha akarja, ha nem, jobban befolyásolja gyermeke élményeit, mint bármely más személy vagy körülmény.

c) A gyermekhez intézett élőbeszéd (nem tévesztendő össze a rádióban, televízióban vagy a mások jelenlétében lezajló beszélgetéssel) életfontosságú az alapvető nyelvi, intellektuális és szociális készségek fejlődésében. A kutatók ezt így összegezték: »Színes társasági élet biztosítása a legjobb, amit tehetünk egy tizenkét-tizenöt hónapos gyermek jó értelmi képességeinek kialakítása érdekében.«

d) Azok a gyermekek, akiknek szabad mozgástere volt otthon, sokkal gyorsabban fejlődtek, mint azok, akiknek mozgását korlátozták.

e) A szűk családi kör az oktatás legfontosabb közvetítő rendszere. Ha egészséges, jó képességű gyermekeket akarunk nevelni, ezt a családi egység erősítése és a benne előforduló kölcsönhatások minőségi fejlesztése által érhetjük el.

f) Azok bizonyultak a legjobb szülőknek, akik az alábbi három kulcsfontosságú szerepben jeleskedtek:

– Gyermekük környezetének remek tervezői és szervezői voltak.

– Megengedték gyermekeiknek, hogy rövid, félperces időszakokra félbeszakítsák őket. Ezalatt tapasztalatot cseréltek, információt közöltek egymással, bátorítást és vigasztalást nyújtottak, és kölcsönösen lelkesedtek egymás dolgaiért.

– Szigorúak voltak a fegyelmezés területén, de ugyanakkor kimutatták gyengéd szeretetüket gyermekeik iránt.”¹¹

A szülők többsége meg van győződve arról, hogy kizárólag az óvoda és az iskola a felelős gyermekek tanulmányaiért. Mivel a kutatások szerint az értelmi szint kialakulásában az első másfél év meghatározó időszak, ezt a vélekedést felül kell bírálni, és mindent meg kell tenni azért, hogy ebben az időszakban a gyermek az anya teljes figyelmében részesüljön, és az anya kellő időt fordítson a vele való foglalkozásra. Lássuk, mit is jelenthet ez a gyakorlatban.

Anya–gyermek kapcsolat az értelmi fejlődés szempontjából

Az anyához fűződő szeretetkapcsolat alapvető nemcsak az érzelmi, hanem az értelmi fejlődés szempontjából is. A túl korai elválasztás, elválás, bölcsődébe adás pszichés zavarokat idézhet elő, ami hátráltathatja a szellemi kibontakozást is. Pedig ha a baba nyugodtabb, jobban figyel a környező ingerekre, és így könnyebben tanul.

Mérei Ferenc és V. Binét Ágnes *Gyermeklélektan* című könyvében idézi a következő kutatásokat, amelyek az anya–gyermek kapcsolat fontosságára mutatnak rá.

René Spitz pszichológus négy gyermekcsoportot vizsgált meg mozgás, érzékelés, manipuláció, megértés és kapcsolatkézség szempontjából:

1. árvaházi csecsemőket,
2. börtönbüntetésüket töltő leányanyák csecsemőit, akiket anyjuk szoptatott és gondozott a börtönben,
3. nagyvárosi értelmiségi szülők gyermekeit,
4. egy eldugott halászfalu csecsemőit.

11 DOBSON 2001, 43. o.

Az árvaházi babák teljesen más képet mutattak, mint a másik három csoport, amely lényegében hasonlóan fejlődött. Az anya nélkül nevelkedett gyermekek a kezdeti jó fejlődés után 40%-ot estek vissza. Hiába a kitűnő ellátás, az anya személyre szóló szeretetmegnyilvánulásait semmi sem pótolja. A lelencháziai közül huszonegy gyerek életét négyéves korig nyomon követték. Egyetlenegy volt közöttük, aki életkorának megfelelően beszélt, hat gyerek egyáltalán nem, tizenhárom pedig csupán két-három szót használt. „A fejlődési hátrány, amelyet az anyai gondoskodás hiánya okoz, hatással van az értelmi színvonalra, a képességek alakulására, és az ennek tulajdonítható elmaradások a serdülőkor kezdetén is jól lemérhetőek” – írja Mérei Ferenc és V. Binét Agnes.¹²

Élőbeszéd

Ahhoz tehát, hogy a gyermek értelmi szintje optimálisan fejlődjön, sokat tehetünk, például gyakran kell beszélnünk hozzá, hogy megismerje és szeresse a szavakat. A gyermeknek előnyére válik, ha élénk társasági élet veszi körül.

A hagyományos paraszti életformában a „színes társasági élet” eleve adott volt. Több generáció lakott együtt, valaki mindig ráért foglalkozni a kisgyerekekkel. Órákig fogták, ringatták, beszéltek hozzá. Nem véletlenül maradtak ránk a népi mondókák, amelyeket már születésüktől fogva ismételtettek a babáknak. A régi családmódellemel szétesése, a gyökök elvesztése azt is eredményezte, hogy sok kismama már nem tud mit kezdeni a csecsemővel. Úgy vélik, főleg beszélni hozzájuk, hiszen úgysem értik, ezért már korán tévé elé ültetik a kicsiket, mert olyan jól elvannak vele. Pedig a mondókák, rövid dalok érzelmeket is közvetítenek, miközben a babák megszokják a nyelv ritmusát, megszeretik a szavakat, ami jó alapot jelent a későbbi beszéd- és olvasástanuláshoz is.

Számos kutatás igazolja azt a feltevést, hogy könnyebben tanulnak meg beszélni azok a gyermekek, akikkel párbeszédet folytatnak a szülők, mint azok, akik csak televízióon keresztül hallják a szövegeket. A tárgyak nevét meglehetősen jól, de az igéket már alig képesek elsajátítani, hacsak nincs ott egy felnőtt, aki segít az értelmezésben. Christakis professzor több évig tartó

kutatása szerint a tévzés miatt lényegesen csökken a családtagok közötti kommunikáció, a csecsemők és kisgyermekes figyelemfelkeltő jelzéseire a szülők késve és kevesebbet reagálnak, ami késlelteti a beszédfejlődést.¹³

„Az *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* című orvosi folyóirat közelmúltban megjelent egyik számában megjelent adatok szerint a bekapcsolt televízió mellett töltött idő minden órányi növekedésével – legyen az akár aktív, akár passzív tévzés – átlagosan 770 szóval kevesebb jutott el a gyerekek füléhez egy-egy 12–16 órás rögzítési periódus alatt, ami nagyjából 7 százalékkal kevesebb, mint a tévémentes időszakokban...”

Az amerikai gyermekgyógyászok szakmai szervezete, az American Academy of Pediatrics 2001-es állásfoglalása szerint a kétévésnél fiatalabb gyermekeknek semmi szükségük a tévézésre, sőt káros számukra. Azt javasolják, hogy:

- csak az életkoruk alapján gondosan megválasztott műsorokat nézzenek;
- csak felnőtt jelenlétében;
- a tévzéssel töltött órák száma semmiképpen ne haladja meg a napi kettőt, de a kevesebb még jobb;
- az étkezések idején mindig legyen sötét a képernyő;
- ne legyen tévé a gyerekszobában.¹⁴

Mi is csak ezt javasolhatjuk, és ha a gyerekek kinövik a mondókás kort, akkor hosszabb meséket, verseket mondhatunk, amelyek a szókincsbővítés terén fejtik ki jótékony hatásukat.

Milyen a jó mesemondás? Fontos, hogy átéléssel, élvezetesen olvassuk, mondjuk a történeteket. Változtassuk el a hangunkat, játsszunk a gesztusainkkal, a mimikánkkal. A mesékben a gyermek saját életét éli át. Ő a legkisebb királyfi, akit mellőznek, de a végén minden jóra fordul. Ez erősítheti a bizalmát abban, hogy elhiggye, a jó mégis erősebb, mint a rossz, ez adhat neki reményt egy nehéz helyzetben, kisebbségi érzésben, depresszív időszakban. Ő az, aki nekimegy az üveghegynek

¹³ CHRISTAKIS 2009.

¹⁴ *Medical Tribune Online*. http://www.gyermekevek.hu/cikk/a_tevenezes_nema_gyereket_nevel. *JAMA Pediatrics*. <http://archpedi.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=381618>.

egy dolgozatban vagy matekpéldában, és végül képes leküzdeni a nehézségeket. A mesék fontos szerepet játszanak a gyermek életében; jó, ha a szülők sokat mesélnek a saját szavaikkal, esetleg együtt fogalmaznak a meséket, átlépve ezzel egy varázslatos világba, amelyben ők a főszereplők és az alkotók is.

Czakó Gábor, aki szerint mélységes, lényegbeli egyezés van a jó népmesék és a Szentírás üzenetei között, így ír erről: „A testi ember azonban csak a testit érti belőle. Ami Isten lelkéből ered, azt balgaságnak tartja, nem képes felfogni, mivel lelkileg kellene megítélnie, ahogy Szent Pál írja a korinthusiaknak. A testi ember félemler. Mohó, haspárti és vak. A mesében az aranyos lószerszámot, a csillogó fegyvert, a mutatós paripát választja, már az elvarázslott kastély első szobáiban megtömi zsebét a csali kincsekkel, hasát a csábító ételekkel (...). Nem a pap és nem a lévita, véletlenül sem valamely tiszteletre méltó zsidó férfiú, hanem a lenézett szamaritánus lép a történetbe. Bűnös vámos, írástudatlan halász, a rettegett üldözö lesz apostol (...). Mert a mesében is. A legkisebb királyfi, a satnya, a beteges, a lenézett, az emberszámba alig vett, vagy Borsszem Jankó, a törpének is kicsi (...), a kicsik, az alig múlt gyermekek, mindig ők a hősök. Az utolsók, ők ülnek a Király mellett, ők kapják a fele királyságot, mert ők hajlandók meghallgatni a róka könyörgését, (...) ők osztják meg az utolsó falatjukat a rászorulóval (...). Legkisebb királyfinak vagy Borsszem Jankónak születni kell. Az Írás szerint kegyelem kérdése, hogy ki léphet a történetbe, és ki nem. Mégis: kegyelmet lehet kérni (...).”¹⁵

28

Arra az aggodalmamra pedig, hogy nem kell-e féltenuünk a gyerekeket a szörnyektől, dr. Nagy Attila olvasáskutató félig tréfásan, félig komolyan így válaszolt egy e-mailben: „Tündérek és boszorkányok, sárkányok és jöteví segítők (táltos csikók) bizony pedig vannak. Az Örökkévalónak eszközökre, munkatársakra van szüksége, s bizony a sátán, a gyilkos indulat, a gyűlölet, az irigység, a féltékenység ugyancsak megtalálja a maga szolgálait, megtestesítőit. Az egy-háromévesek (mi több, már jóval korábban) rengeteg mindent megértenek a világból.”

15 CZAKÓ 1991, 12–18. o.

A Szentírást nem keverhetjük össze a népmesékkal, de a népmesék izgalmas cselekménye, gazdag szókincse, a gonosz felett győzedelmeskedő hősei segíthetnek életközelségre vinni az ige üzenetét. Igaz, hogy régen elsősorban felnőttek mondták a meséket felnőtteknek, ezért nagyon fontosnak tartom, hogy mindig olvassuk el először a meséket, hogy gyerekeknek való-e, jó-e a történet erkölcsisége. Mesélés közben pedig álljunk meg, ha nem értenek valamit, vagy magunk is rákérdezhetünk egy-egy ritka szóra, kifejezésre. Éppen ezért jobb, ha nincsenek képek a történet mellett. Fontos, hogy a gyermek maga alkossa meg a saját „filmjét” a cselekményről, a szereplőkről. Így fejlődik a képzelete, és a folyamat során szorongásai is oldódhatnak. Manapság gyakori, hogy a hagyományos meséket átírják, leegyszerűsítik, eladhatóbbá teszik az illusztrációkkal, és közepszerű rajzfilmeket jelentetnek meg könyv alakban. Dr. Nagy Attila ezzel szemben – lelkünk, kultúránk, erkölcsi kapaszkodóink és hagyományaink óvása érdekében – a következő mesealakokat ajánlja figyelmünkbe: Árgyéus királyfit és Tündérszép Ilonát, a kiskondást és Deszkavári királyfit, Hollóferynyigest, Rózsát és Ibolyát, a csodaszarvast, Fejérlófiát, a vasorrú bábát, Nagyerejű Jánost és a hétfejű sárkányt. A szerzők közül pedig a Grimm testvéreket, Benedek Eleket, Andersent, Gárdonyit, Selma Lagerlöföt, Illyést, Weörest, Milnét, Fekete Istvánt, Kiplinget, Janikovszkyt, Kányádit, Christine Nöstlingert, Szabó Magdát, Astrid Lindgrent, Zseleznyikovot, Lázár Ervint, Békés Pált.¹⁶

A közösségek szerepe

Angliában *Booktrust* néven program indult 1992-ben azért, hogy a családokkal megszerettesse a könyveket.¹⁷ A védőnő a könyvtárossal felkeresi a nyolc hónapos gyermek szüleit, és ajándécsomagot visz magával, amelyben értékes könyvek, beiratkozási lap, információs anyag található a könyvtári tagságról. Önkéntesek százai segítik a könyvtárosok munkáját, olvasóversenyeket szervezve, a könyvtárban beszélgetve a gyere-

16 NAGY 2004, 44. o.

17 MOSONYI 2003, 20–21. o.

kekkel. Így a hátrányos helyzetből induló gyermekeket az értelmiségi családokéval azonos indulási esélyhez juttatják. René Spitz kutatásaiból láttuk, hogy a szegényebb sorsú gyermekek számára a szeretetteljes anyai gondoskodás a tehetős családok gyermekeihez hasonló jó esélyeket terem. Ha a fenti kísérleteket összevetjük, azt látjuk, hogy elsősorban nem anyagi kérdés egy nemzet kiművelt emberfőinek a nevelése.

Hét gyermekünk közül mindegyik másként tanult meg olvasni. Eszter és Sára már az óvodában tudtak olvasni, a többiek csak az iskolában. Nem mindegyik szereti egyformán a könyveket. Sokára jöttem rá, hogyan lehet rávenni őket az olvasásra. Misivel például bevált az, hogy elkezdtem egy izgalmas történetet egy kisfiúról, és a legjobb résznél abahagytam, majd hetekig nem vettem elő. Annyira izgatta a dolog, hogy végül egyedül kiolvasta a regényt.

Mit tehetünk még azért, hogy gyermekeinket olvasóvá neveljük? Fontos, hogy a szülők kezében is lássanak könyvet a gyerekek. Olvassanak fel az apák is! Gondoskodjunk arról is, hogy a gyerekeknek legyenek saját könyveik, saját polcuk és jó olvasólámpájuk.

A lelkiismeret ébredése – A fegyelmezés alapozása

Manapság igen ritka dolog, hogy valaki éveken át szoptasson, ezért egyszer elbeszélgettem egy édesanyával, aki még szoptatta a háromévest. Könnyen az a vád éri az anyát, aki ilyen sokáig szoptatja a gyereket, hogy kényezteti, magához láncolja. Érdekelt, mit gondol erről az édesanya, ezért elbeszélgettem vele.

30

- Miért nem választod még el a kicsit?
- Amíg van tejem, és ő igényli, addig nem akarom. Ha hirtelen elválasztanám, nagyon drasztikus lenne, talán lelki sérülést okozna neki. Ha valami gondja-baja van, a szopás megnyugtatja. Ez biztos pont az életében. Már nem az éhség miatt szopik. Napközben igyekszem elterelni a gondolatát róla, de ha semmi sem segít, megszoptatom. Mindkettőnknek jobb így.
- Hogyan szoptattál kezdetben, figyelted az órát?

- Nem, soha nem időre ettettem. Mindig megszojtattam, ha sírt, és tiszta volt a pelus. Egyébként nagyon nyugodt csecsemő volt. Egyéves kora után lett sírósbabb. Most is eléggé érzékeny.
- Hogyan sikerült átállni a szilárd ételre?
- Nagyon nehéz volt. Öt-hat hónaposan kezdtük kiskanálnyi gyümölcscsel, de nem nagyon szerette. A főzelékeket valamivel szívesebben ette. Nyolc hónapos korától evett egy decilitert naponta. Egyéves kora után kapott tehéntejet. Körülbelül két és fél éves koráig napjában többször megtelt a mellem, utána apadt. Mindig kiszopta mind a kettőt.
- Hogy bírod lelkileg? Nem fárasztó az állandó készenlét?
- Jól bírom, bár az éjszakázás fárasztó. Igaz, hogy a bátyjával is fel kellett kelnem ötéves koráig, pedig már régen nem szoptott. A kislányom lelki egyensúlyát a szoptatás tartja fenn elsősorban.
- Nem nagy áldozat az, hogy nem jutsz el sehová?
- Nem is vágyom elmenni a gyerekek nélkül, mert csak akkor vagyok igazán nyugodt, ha velünk vannak.
- Ha igényli, megszojtatod most is. Egyébként is az történik, amit ő akar?
- Természetesen nem. Van, amikor az ember enged, de lehet és kell is fegyelmezni, sőt jobban hallgat rám, mint a fiam, akit csak nyolc hónapig szoptattam.
- Vajon miért?
- Mert jobban kötődik. Ha látja, hogy rosszullesik nekem az, amit tesz vagy mond, azonnal bánja, és bocsánatot kér.
- Mit szól ehhez a férjed? Nem áll kettőtök között a kislány?
- Nem, soha nem állt közénk. A férjem is elfogadja a helyzetet. Semmi kifogása nincs ellene.

Ebből a beszélgetésből jól látható, hogy nem lesz kis zsarnok a gyerekből akkor sem, ha kezdetben a szülei alkalmazkodnak hozzá. Ezt támasztják alá a kutatások is: „A kutatók hangsúlyozzák – írja Ranschburg Jenő –, hogy az anya és a gyermek kommunikációja összehangolt ciklusokban zajló szinkrontevékenység, ami azt jelenti, hogy az anya viselkedésének igazodnia kell a gyermeki viselkedés ciklusaihoz, idői fázisaihoz. Vagyis: bármilyen meglepően hangzik, kezdetben a gyermek formálja az anyát, és éppen ez teszi lehetővé, hogy később az anya formálja őt.”¹⁸ A szeretet megvonása az első három évben Bowlby kutatásai szerint ugyanolyan

veszélyes a gyermekekre nézve, mint a fertőzés, a gyermekbenulás vagy a tuberkolózis.¹⁹ Ha tehát egy anya fegyelmezett gyermeket akar nevelni, adja önmagát a csecsemőjének. A tanítványok is azért szerették és követték Jézust, mert tudták, hogy szereti őket. *„Mi tehát azért szeretünk, mert ő előbb szeretett minket.”* (1Jn 4,19)

Fontos megjegyeznünk és folyamatosan hangsúlyoznunk, hogy a teljes családban fejlődik legmegfelelőbben egy gyermek. Az apáknak nélkülözhetetlen szerepük van mind a fiúk, mind a lányok gondozásában, nevelésében, különösen a fegyelmezésben. Ők „képviselik a törvényt”. Az Elhagyott Gyerekek Országos Központja (Egyesült Államok) szerint az apátlan fiúk kétszer olyan gyakran maradnak ki az iskolából, kétszer olyan gyakran kerülnek börtönbe, és közel négyszer olyan gyakran szorulnak érzelmi és magatartásbeli problémák miatti kezelésre, mint az apjuk mellett élő fiúk.²⁰

19 Uo. 75. o.

20 DOBSON 2003, 89–90. o.

A szülők kapcsolata

Mivel a gyermekek érzelmi és értelmi fejlődésében az egyik legfontosabb tényező a családi harmónia, érdemes a témával külön is foglalkozni. Ma a házasságoknak több mint a fele válással végződik.²¹ Sajnos ez a tendencia megjelent a keresztyén gyülekezetekben is, sőt a lelkészcsaládokat sem kerüli el.

A válásoknak számos oka van. Az egyik nyilván az, hogy a bennünket körülvevő kultúra gondolkodásmódja begyűrűzött a gyülekezetbe is, egy másik ok a házasságról való téves elképzelésekben rejlik. „Ne felejtjük el, hogy a házasság a legkevésbé romantikus szerelem – figyelmeztet dr. Hamar Ottó szülész-nőgyógyász. – Az a színpadok, könyvek világa. A házasság főleg gazdasági, külvilág elleni, harcostársi szerződés, amely sok mindent megenged. A másik nyilvános megalázását, kismizmizését viszont semmiképpen sem.”²² Ehhez a jőzan és pontos megfogalmazáshoz hozzátehetjük, hogy a házasság Krisztus és az egyház kapcsolatát hivatott felmutatni. Azt a szoros közösséget, amelyben válság lehet, de válás nem. A párkapcsolat személyiségfejlesztő hatása miatt lélektanilag szükség van a válságokra a keresztyén házasságokban is. „A jó házasságnak nem egyszerűen a *boldogság* a fő kritériuma – figyelmeztet dr. Süle Ferenc –, hanem az, hogy fejlődnek-e benne a személyiségek.”²³

Egyre gyakoribb jelenség napjainkban, hogy a partnerek nem kötnek házasságot, csak összeköltöznek. Nos, az ilyen párkapcsolatokban még

21 Központi Statisztikai Hivatal Tájékoztatósi Adatbázis. www.ksh.hu.

22 HAMAR 2005, 8. o.

23 SÜLE 2003, 33. o.

gyakoribb a kapcsolat felbomlása, mert hiányzik a hosszú távú elköteleződés a kapcsolatból. A régi időkben előbb volt az esküvő, mint az összeköltözés, az esküvőt pedig hosszú jegyesség előzte meg, ami egyben legény- és leánybúcsú, a szülőktől való búcsú is volt. Ezek a hagyományos leválási rítusok az érintett családoknak is segítséget nyújtottak az elengedés folyamatában. A templomi esküvő még inkább segített ebben, hiszen előkészítő beszélgetések sorozata előzte s előzi meg ma is. „Az ilyen lelkipásztori előkészítés hozzásegíthet ahhoz, hogy a házasságkötés *áldássá váljék* – hívja fel a figyelmet Hézszer Gábor –, és a válás prevenciójaként is felfogható. Pusztán azzal is, hogy mintát ad a párnak és a családnak: hogyan lehet beszélgetni »nem könnyű« témákról.”²⁴ Sok helyen ma már házaskörök, családi körök működnek az egyházakban, hogy önszolgáltató csoportként támogatást nyújtsanak a résztvevőknek. Az esküszöveg elmondása, későbbi felidézése is erőt adhat, hiszen ezzel a mindenható Istent hívták tanúnak és segítségnek.

Válságokra tehát szükség van, de nem kell, hogy a házasság tönkremenjen. Mégis itt vannak a szétesett családok közöttünk. A következők részben sajátos szempontból próbálok ennek a jelenségnek a végére járni.

A jó házasság alapjai, leválás, elengedés

Valamennyi családterápiával foglalkozó szakember azt mondaná, hogy egy tönkrement házasságban az okok feltárhatók és a házasság gyógyítható, ha a felek akarják. A házassági válságok sok okra vezethetők vissza, ezek közül én csak azokat vizsgálom, amelyek a korai anya-gyermek kapcsolattal állnak összefüggésben. Bármilyen furcsának tűnik, de a párkapcsolat alakulását befolyásolják azok a kapcsolati és kötődési minták, amelyeket a házaspár saját anya-gyermek kapcsolatukban elsajátítottak. A helyes anyai gondoskodásnak meghatározó szerepe van abban, hogy az ember képes legyen harmonikusan együtt élni másokkal. A jó házasságban a felek érett személyiségként viselkednek, akik adni

akarnak, akik tudnak lemondani, bocsánatot kérni, áldozatot hozni. Aki azonban csupán azért köt házasságot, hogy boldog legyen, és nem azért, hogy a társát boldoggá tegye, az nem lesz boldog. Az önző ember a másik félben csak vágyai kielégítésének eszközét látja, mert szüntelenül csak kapni akar. Lehet, hogy jó barát, jó munkaerő, kedves szomszéd, de a házasságában kudarcot vall. Nem tudja átélni a másik fél fájdalmát, nem képes hordozni a közös terheket – néha még a sajátját sem –, szerepzavara van, és nem tud megfelelően kapcsolódni a házastársához.

Ha az anya túlságosan ragaszkodik felnőtt gyermekéhez, mert például elhanyagolta csecsemőkorában, és „most akarja megadni neki az elmaradt szeretetet és gondoskodást”,²⁵ vagy ha az ifjú férj- vagy feleségjelölt nem képes leválni a szüleitől, akkor a házastársi kapcsolat vagy létre sem jön, vagy ha létrejön, súlyosan sérül.

A nők számára a szülőkről való leválás általában könnyebben megy, az ő esetükben inkább az okoz problémát, hogy nem a férjükhöz, hanem a gyermekeikhez kötődnek. Gyakran egész nap velük vannak, míg férjük dolgozik, hogy az anyagi biztonságot megteremtse, este pedig egyetlen téma kerül szóba: a csecsemő hogyléte. A párkapcsolatot azonban ápolni kell, újra és újra meg kell harcolni a másik szerelméért.

Az *Embertárs* című folyóirat a férfiak esetében a csoportok fontosságát hangsúlyozza a leválás munkájában, amikor így ír: „Manapság egyre több férfi alapvetően kötődik még az anyjához. A férficsoporthoz azért azt is elő kell segíteniük, hogy a résztvevők leváljanak anyjukról, és »anyamentes« fejlődési terek nyíljanak számukra. »Ezért elhagyja a férfi apját, anyját, s a feleségéhez ragaszkodik« – olvasható a Teremtés könyvében (2,24). Sok férfinak manapság nem megy könnyen, hogy elhagyja apját és anyját. Az apák túl sokat vannak távol, túl sok a házon kívüli kötöttségük, a családban csak a hátteret biztosítják, ezért fiaik nem is tudják őket »elhagyni«. Sok fiú kizárólag az anyjára van bízva, és gyakran olyan intenzíven kötődik hozzá, hogy az anyáknak nehezükre esik odaadni gyermeküket, nekik pedig nehezükre esik elszakadni anyjuktól. Brigitte és Peter Berger ezt a berendezkedést ta-

lálóan »Madonna-jelenetnek« nevezte: anya gyermekével. Ezt az is nehezíti, hogy sok férfi nem tapasztalhatta meg, milyen az, ha fiútestvérei vannak, és így aztán nem kellett velük például összetűzésbe kerülnie. A férfiaknak az új férfcsoportokban kezdetlegesen fel kell dolgozniuk az anyjuktól való fájdalmas és megkésett elszakadást, tehát az anya és fiú alkotta Madonna-jelenettől való búcsúzást és az apa hiánya fölött érzett bánatot. Gyakran először a fiútestvérekkel való elmaradt találkozást kell pótolniuk.²⁶

Otthonteremtő édesanyák

Az igény szerint szoptatott csecsemők átlagosan tízszer szopnak naponta. Hosszú órák rendszerint nem telnek el két étkezés között, bár egy-egy szoptatás néha csak néhány perc. Az anya mégsem lehet hosszú ideig távol a babájától, ha azt akarja, hogy az testileg és lelkileg is jól fejlődjön. Hogyan képes megbirkózni ezzel a feladattal egy mai kismama, aki szinte semmilyen felkészítést nem kapott az anyaságra? Sem a családja, sem az iskolák nem adnak megfelelő információt ehhez. Ráadásul mindenki mást mond, az anyaságról alkotott vélemény pedig folyamatosan változik. Nem ritka, hogy a védőnő az első ember, akitől segítséget kap. Sokkal könnyebb az anya helyzete, ha tudatosan készül az anyaságra. A lányoknak már serdülőkortól kezdve tisztában kell lenniük azzal, hogy a szexuális kapcsolatból minden védekezés ellenére is származhat gyermek. Tudniuk kell, hogy a baba számára az a legjobb, ha családba születik, ahol az apa is örömmel várja. Pszichológusok szerint a nő számára a 22–28 éves kor az ideális az első gyermek vállalásához, bár ez valójában nem annyira életkor, mint inkább érettség függvénye. A várandós kismamának nemcsak a szoptatásra kell felkészülnie, hanem komoly döntést is kell hoznia: otthon marad, vagy visszamegy dolgozni? A baba számára mindenképpen jobb, ha

az édesanyjával van. A leválásnak fokozatosnak kell lennie az első három év alatt.

Valószínű, hogy a kismamák többsége szeretne otthon maradni, de ez komoly anyagi nehézségekbe ütközik – gondolják. Vagy mégsem? Egy ismerősöm egyszer összeírta a kiadásait, amelyek abból adódtak, hogy visszament dolgozni: az utazási költségek, a bölcsődei díj, a nadrágpelenka, a munkahelyi ruhatár szerepeltek a kiadás rovatban. Meglepődve látta, hogy alig marad több pénze, mint ha otthon maradt volna. Ilyen számítást bárki végezhet, mielőtt döntést hoz. Vannak, akik otthon tudnak munkát vállalni és így hozzájárulni a családi költségvetéshez. Sokféle megoldás lehetséges. Néhány év múlva felnőnek a gyerekek, munkahelyek pedig akkor is lesznek még. Ráadásul nincs biztosíték arra, hogy ha valaki visszamegy dolgozni egy csecsemő mellől, nem veszíti el az állását egy fél év múlva. Ma már, 17 otthon töltött év után, én is dolgozom.

A hitre nevelés kezdetei

Az első kérdés az, hogy mit is jelent ez a feladat. A hit Isten ingyen ajándéka. Senkit sem tudunk „megtéríteni”, de kívánatosá tehetjük gyermekeink előtt a keresztyén életet például a kiegyensúlyozott, jó házasságunkkal, amelyben a gyermek biztonságban érzi magát, és szülei szeretete megbonthatatlan védőfalként veszi körül.

A keresztyén házasság egy férfi és egy nő életre szóló szövetségét jelenti, akik együtt imádkoznak, együtt keresik Isten akaratát, együtt olvassák a Bibliát, és próbálnak Isten vezetése szerint élni. A gyermekeknek kiskoruktól kell azt látniuk, hogy a szüleiknek fontos Isten. Őt tartják a legfontosabb személynek, hozzá igazodnak, és gyerekeiket is hozzá próbálják terelni. Személyes példaadás nélkül nem várhatjuk el a gyermekeinktől, hogy szeressék Istent és a gyülekezetet. Ez a legjobb hitoktatás. Ha például mi tiszteletlenek vagyunk a saját szüleinkkel szemben, nem várhatjuk el a gyerekeinktől, hogy tiszteljék őket, és azt

sem várhatjuk el, hogy minket tiszteljenek. Ha sosem látnak Bibliát a kezünkben, miért higgyék el, hogy azt jó olvasni?

Ha egy család együtt imádkozik, együtt is marad – hangzik a régi bölcsesség. A családi áhítatokat nagyon fontosnak tartom. Mi különváltunk a mesemondástól, és törekszünk arra, hogy ne kényszer, hanem kellemes együttlét legyen. Hálaadással kezdjük, mindenki elmondja, hogy milyen fontos dolog történt vele aznap. Gyakran egy órát is beszélgetünk. Utána imádkozunk és Bibliát olvasunk, amit meg is szoktunk beszélni. Figyelembe véve a gyerekek életkori sajátosságait, először csak egy színes, képes Bibliából olvastunk nekik. Elég, ha csak egy-két nevet jegyeznek meg. Sokat segít, ha énekeket is tanítunk, vagy rövid igeverseket, amelyeket el is lehet mutogatni. A *Harangszó* vagy a *Jertek, énekeljünk* című keresztyén daloskönyvben minden korosztály számára találunk énekelnivalót. Ezek között vannak, amelyek mintaimádságként használhatók. Egyszer a kísértésről beszéltem otthon a gyerekeimnek. Mikor megértették, mit jelent, megkérdeztem, hogy mit tennének ilyenkor, mikor a sátán „sugdos a fülükbe”. Egyikük énekelni kezdett: „Ellene mondok az ördögnek, / kevélysége törjön meg. / Hittel vallom az Úr Istent, / minden műve szép és szent.” A maga gyermeki szintjén (ötéves volt akkor) megértette és alkalmazni tudta a tanult éneket mint imádságot.

Ha több gyerek van a családban, általában a kisebbhez kell igazodni. Ne olvassunk nehéz igerészeket. A négy evangéliumot, Mózes első és második könyvét, az Apostolok cselekedeteit, a Bírák könyvét évekig olvashatjuk. A történeteket próbáljuk meg az ő életükre alkalmazni, hogy megértsék, a Biblia ma is élő, teremtő isteni szó. Ha a tenger lecsendesítéséről olvasunk, találjuk meg a vihar megfelelőjét az ő életükben, ami lehet akár egy dolgozat vagy egy betegség is.

Az egyik kislányunkat akkor kezdte érdekelni a családi áhítat, amikor egyszer megköszöntem Istennek a kukacokat, amelyeket megcsodált a kiránduláson. Lehet, hogy mi azért imádkozunk, hogy ne romoljon el a mosógép, a gyerekek viszont inkább az elveszett játékaikat fájlalják.

Bármennyire fontos is a családi háttér, a hitoktatásnak a gyülekezet közösségében kell kiteljesednie. Mi már csecsemőkoruktól vittük a gyerekeket a templomba. Amikor mozgékonyabb korszakba kerültek, akkor kimentünk velük, vagy felváltva vigyáztunk rájuk otthon, amíg megértek arra, hogy ismét részt vegyenek az istentiszteleten. Néha enivalót vittem, rágcsáltak prédikáció közben, de ott voltak, és megszokták a templomot. A lakásban bibliaverseket helyeztünk el, és gyakran beszéltünk a gyerekeknek áhítatokon kívül is arról, hogy mit jelent nekünk az Istennel való kapcsolat. Ha életünket átítatja Isten jelenléte, és jó a kapcsolat a gyerekekkel, akkor bízhatunk abban, hogy ők is igennel válaszolnak majd Jézus megtérésre hívó szavára. Ehhez természetesen sok imádságra is szükség van.

ZÁRSZÓ

Nem vagyunk tökéletesek. Gyakran nem tudunk az értékrendünknek megfelelő döntéseket hozni. Hibázunk, mulasztásokat követünk el, megfontolás nélkül alkalmazzuk a szüleinktől tanult mintákat. Lehet, hogy merő jó szándékból vétünk a gyermekeink ellen, túlzott szigort vagy engedékenységet tanúsítva. Mégsem kell félnünk attól, hogy végzetes hibákat követünk el, mert nekünk, keresztyén szülőknél tudnunk kell, hogy nem vagyunk egyedül. A gyermekeink Istenéi, és mi csak a munkatársak vagyunk. Ezenkívül fontos áttekinteni és átértékelni a saját szülői mintáinkat, hogy tanuljunk szüleink hibáiból. A családjában elsajátított viselkedésmintáink mélyen rögzültek, a tudatosítás sokat segít. Lehet, hogy ehhez külső segítőtőre is szükségünk lesz. Ha nem történik meg ez a feldolgozás, akkor előfordulhat, hogy csak sodródunk a szerepeinkben, döntéseink nem tudatosak, hanem ösztönösek lesznek. Azért vesszük fel sírás esetén a babánkat, mert otthon velünk is ezt tették, vagy éppen azért hagyjuk sírni, mert velünk is így bántak csecsemőkorunkban. Helyes, ha mindenki meghozza a saját, személyes, párjával összehangolt döntéseit.

40 Lehet, hogy gyermekünknek lesz szüksége külső segítségre. Nem kell ezt szégyellnünk. A családsegítő szervezetek, nevelési tanácsadók, egyházi családgondozó szolgálatok hatékony segítséget nyújtanak szükség esetén.

Tudnunk kell továbbá, hogy nincs az a rossz életkezdet, amelyet Isten ne tudna ellensúlyozni a szeretetével, csak kérni kell, hogy kötözze be a sebeket, amelyeket gyermekkorunkban szereztünk, és azokat is, amelyeket mi okoztunk a gyermekeinknek. Ez azonban nem jelenti azt, hogy tudatosan elhanyagolhatjuk szülői kötelességeinket, mondván,

Isten majd rendbe hozza a hibákat. Ő megteheti, de nem biztos, hogy megteszi. Szeretném hangsúlyozni, hogy a talaj előkészítése a mi dolgunk az ige magvetése előtt.

Ami pedig a könyv elején ismertetett kutatást illeti, örömmel mondhatom, hogy mire megírtam a könyvet, találkoztam egy másikkal is. Ebben arról számolnak be a párok, hogy 20%-kal javult a házasságuk, miután gyermekük született.²⁷ Ezek a párok időt fordítottak a házasságuk ápolására, a kommunikációra. Lehetséges tehát, hogy a gyermekek születése után is megmaradjon, sőt javuljon a házassági kapcsolat, de ezt tervezni kell, időt kell szánni a testi, lelki közösségre.

Gyülekezeti, családi vagy házaskörökben, jó könyvek olvasásával, a tanultak gyakorlatba átültetésével képezhetjük is magunkat. Azért imádkozom, hogy könyvem sok családnak jelentsen áldást a mindennapokban.

27 DILLOW 2003, 87. o.

FÜGGELÉK – FELMÉRÉS A SZOPTATÁSRÓL

Kíváncsi voltam arra, hogy milyen a szoptatási helyzet a hívő családokban. Tizenöt éve kérdőívet készítettem, amelyet húsz keresztyén vezető segítségével szétosztottunk. Azt szeretnénk volna megtudni, hogy milyen rendszer szerint szoptattak: 3-4 óránként, vagy a baba igényei szerint éjszaka is? Teáztattak-e; mikor kezdték az elválasztást és miért? Összesen mennyi ideig szoptattak?

53 asszony küldte vissza a kérdőívet. Mindössze 3 asszonyt találtam, akik fél évig kizárólagosan és egy éven túl szoptattak, ahogy ma az Egészségügyi Világszervezet ajánlja. 5 édesanyának sikerült az egy éven túli szoptatás, 10 tudott legalább 9 hónapig szoptatni, 2 anya egyáltalán nem szoptatott. Igen gyakori a 3 hónapos korban kezdett elválasztás. A legtöbb anya fél éves kor előtt abbahagyta a szoptatást, mert elapadt a teje, vagy a baba abbahagyta. A válaszok áttanulmányozása során az is kiderült, hogy szinte mindenki 3-4 óránként szoptatott, közben teáztatott, gyakran éjjel is csak azt kapták a babák. Találtam 7 asszonyt, akik változtattak a szoptatási szokásaikon a későbbi gyermekeknél, így sikerült megnövelni a szoptatott hónapok számát. Egyikük például 2 hónapig szoptatta az első gyermekét 3-4 órás rendszer szerint, de amikor a másodiknál áttért az igény szerinti szoptatásra, 7 hónapig nem volt szükség hozzátáplálásra, és összesen 13 hónapig sikerült. A hívő asszonyokat ugyanúgy befolyásolták és becsapták a félrevezető információk, mint bárki mást. Egy védőnő találoán fogalmazott: áltudomány áldozatai voltunk.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- ARATÓ András – VÁRKONYI Ágnes: Az egészséges csecsemő táplálásának irányelvei. A Gyermekgyógyász Szakmai Kollégium módszertani ajánlása. *Gyermekgyógyászat*, 2001. 3. sz.
- BALOGH Anna: Az anyatej – lelki méz? In: T. Bereczki Ibolya (szerk.): *Gyermekvilág a régi magyar falun*. Damjanich János Múzeum, Szolnok, 1995. /A Jász-Nagykun-Szolnok megyei múzeumok közleményei 50./ 178–181. o.
- BAR-ON, Miriam E.: Children, Adolescents, and Television. *Pediatrics*, 107. évf. 2. sz. 2001. február 1. 423–426. o. Web: <http://pediatrics.aappublications.org/content/107/2/423.full>.
- BENIN, Mary – ROBINSON, Linda B.: *Marital Happiness across the Family Life Cycle: A Longitudinal Analysis*. Az American Sociological Association ülésén elhangzott előadás. Toronto, 1997.
- BOCSÁK Veronika – BENKŐ Zsuzsanna – HÖLGYESI Györgyi: *Olvass nekem!* Trezor Kiadó, Budapest, 1995.
- CAMPBELL, ROSS: *Éltre szóló ajándék. Hogyan szeressük gyermekünket?* Harmat Kiadó, Budapest, 1992.
- CHRISTAKIS, Dimitri A.: Audible Television and Decreased Adult Words, Infant Vocalizations, and Conversational Turns. A Population-Based Study. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 2009. június. Web: <http://archpedi.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=381618>.
- CZAKÓ Gábor: *A Teremtő mosolya*. Gondolat Kiadó, Budapest, 1991.
- DILLOW, Linda: *Intim kérdések*. Keresztyén Ismeretterjesztő Alapítvány, Budapest, 2003.
- DOBSON, James: *Az akaratos gyerek*. Keresztyén Ismeretterjesztő Alapítvány, Budapest, 2001.
- DOBSON, James: *Fiúk nevelése*. Keresztyén Ismeretterjesztő Alapítvány, Budapest, 2003.

- HAMAR Ottó: Szakértőink válaszolnak. *Kismama*, 2005. január. 8. o.
- HÉZSER Gábor: Gondolatok a családok lelkgondozásához. *Embortárs*, 2003. 4. sz. 6–30. o.
- Kereszttyén gyermeknevelés. Munkafüzet.* Kereszttyén Ismeretterjesztő Alapítvány, Budapest, 1995.
- KISS Tihamér: A gyermek hitének és vallásos érzelmeinek kialakulása. *Theológiai Szemle*, 1990. 4. sz. 239–244. o.
- MÉREI Ferenc – V. BINÉT Ágnes: *Gyermeleléktan*. Gondolat, Budapest, 1985.
- MEVES, Christa: *Manipuliert Masslosigkeit*. Herder-Verlag, Freiburg, 1971.
- MOSONYI Aliz: Olvasó gyerekek Angliában. *Könyv és Nevelés*, 2003. 1. sz. 20–21. o.
- NAGY Attila: Irány Disneyland? *Magyar Nemzet*, 2004. március 13. 44. o.
- PÁLHEGYI Ferenc: *Kereszttyén házasság*. Kálvin Kiadó, Budapest, 1996.
- RANSCHBURG Jenő: *Szeretet, erkölcs, autonómia*. Integra-Projekt Kft., Budapest, 1994.
- RANSCHBURG Jenő: *Szülők lettünk*. Saxum Kiadó, Budapest, 2003.
- SALK, Jonas: *The Survival Of The Wisest*. Harper & Row, New York, 1973.
- STEPHENS, Larry: *Gyermeked hite*. Harmat Kiadó, Budapest, 1999.
- SÜLE Ferenc: Mélylélektani megfontolások a kereszttyén családterápiáról. *Embortárs*, 2003. 4. sz. 31–38. o.
- The Womanly Art of Breastfeeding (A szoptatás női művészete)*. La Leche League International – Plume, New York, 1987.
- ZULEHNER, Paul M.: Az új férfi. *Embortárs*, 2006. 4. sz. 312–324. o.