

Egy nagy család nagy öröm, de sok nehézség, kihívás, rejtély, feladat... – hangzott el a Nagycsaládok Egyesülete által szervezett előadáson február 10-én, péntek este, a Corvini Domini székházban, a mátyásföldi Táncsics utcában.

Az előadás a testvérféltékenységről szólt. Nincs olyan többgyerekes szülő, akinek fantáziáját ne mozgatná meg e téma. De az is érintett, akinek még csak egy csemetéje van: mire számíthat az új jövevény érkezésekor. Az előadást megelőzően több kérdés is befutott a szervezőhöz, Székely Hajnalka egyesületi vezetőhöz interneten, telefonon, joggal számítottak hát komolyabb érdeklődésre.

Péntek este. Hó esik, út csúszik, nem sok kedve van az embernek kitenni a lábát a sötét, kellemetlenül hideg estébe. 6 óraker épphogy beestem a vélt kezdésre, de azt hittem, valamit elnéztem. A teremben az előadón, a szervezőn, egy fotóson, egy újságíró, és az egyetlen érdeklődőn kívül senki más nem volt... De volt szíves vendéglátás, sütitel, forró teával, ami mellesleg igen jól esett az áthűlt falak között – ritkán használják a helyiséget (én csak a kesztyűmtől váltam meg, nehéz szívvel...). Utólag azonban nagyon örültem, hogy nem engedtem a meleg szoba csábításának: nemcsak a tervezett témában, hanem azon túl is, jó kis beszélgetés alakult ki, talán a létszámnak köszönhetően, családias hangulatban. Személyes tapasztalatok sora hangzott el, és igen sok hasznos hozzászólás, hiszen szinte valamennyien nagycsaládok lévén megéltünk már egyet s mást...

Gáspár Magdolna, a kerületi Napraforgó Gyermekegészségügyi Központ és a Baba-mama klub vezetője volt a meghívott előadó, aki nagy tapasztalata, tanulmányai, és nem utolsósorban négy gyermeke révén szakértőnek tekinthető a témában. Az elhangzottokról, dióhéjban:

A testvérféltékenység legfőbb oka a „figyelj rám, én is itt vagyok” érzés a gyerekekben, melyet akaratlanul a környezet viselkedése is kivált a nagyobb testvérből. Képzeld el, mikor megszületik a kistestvér, és jönnek a látogatók, hosszú tömött sorban, s szinte félretolják a nagyobb gyereket: hol van a kisbaba? – alig észrevéve a vegyes érzelmekkel küszködő „nagytestvért”. A kicsi érkezésével a gyerek kezd veszélyben érezni az addig jól működő státuszát: van a mama meg a papa, meg ő – rosszabb esetben tipikus egykeként. Aztán jön a kicsi baba, s mostantól körülötte forog a világ. Csoda hát, ha még a legjobb érzésű gyerek is megelégedi egy idő után a helyzetet: itt van ez a kicsi egy darabig, aztán majd visszavisszük oda, ahonnan hoztuk. Kész, elég volt. Legyen minden újra a régi. Persze mindegyik gyerek más és más személyiség, ezért nem egyformán reagálnak a megváltozott helyzetre. A testvérféltékenység nem biztos, hogy konkrétan jelentkezik, apróbb jelekben is megnyilvánulhat, ám mindenképp érdemesebb számítani rá, hogy úgysem ússzuk meg.

Figyelj rám, én is itt vagyok...

A testvérféltékenység



Székely Hajnalka, a Nagycsaládok XVI. kerületi szervezetének vezetője és Gáspár Magdolna, a téma előadója

A felkészítés azonban nagyon sokat segíthet. Még a terhesség idején, amikor már szemmel látható a változás, beszéljünk a leendő babáról. Nézezzünk fényképeket, milyen volt, amikor ő volt a mama pocakjában, majd amikor megszületett, mennyire örültünk neki. Arra is fel kell készíteni a gyereket, hogy a kicsi születésekor a mama kórházba megy, ki fog vigyázni rá ezalatt, és így tovább. Volt olyan házaspár, akik ajándékkal készültek s mikor a kórházból hazajöttek, az ajándékot a „baba hozta” a nagytestvérek. Gyermekeinket ismerve igyekezzünk megtalálni a neki legmegfelelőbb megoldást a helyzet átvészeléséhez.

Hasznos tanács: még akkor se hagyjuk a nagyobb gyereket két éves koráig egyedül a kicsivel, ha nincs semmi probléma. Ilyen apró korban meg nem képesek felmérni a helyzetet, és akaratlanul is árthat: csak egy kicsit megvizsgálja a babát, hogy működik, aztán megvan a baj... Nem biztos, hogy el kell várnunk gyermekünkötől, hogy szeresse a kistestvérét, de nagyon komoly

szabály, hogy nem szabad bántania!

Ha el tudja mondani az érzéseit, már attól is csökkenhet a helyzetből adódó szorongása. A gyerekeknél gyakoriak az irracionális félelmek, jó, ha meg tudja osztani valakivel, kibeszélheti magából, s nekünk lehetőségünk nyílik a megnyugtatóra. Fontos az is, hogy a testvér érkezése ne borítsa fel az ő kis életének a ritmusát, így a lelki egyensúly is könnyebben megtartható. S végül, de nem utolsósorban: mindennél fontosabb, hogy legyen olyan idő, amit csak a nagyobb gyerekek töltenek, csak neki szentelünk. Ha a zavaró tényezőket nem tudjuk másképp kiiktatni, menjünk el otthonról, házon kívül szervezzünk közös programot akár kettesben, akár hármasban.

Volt olyan szülő, akiben felmerült a kérdés a problémák jelentkezésével: Kelltek nekünk még egy gyerek? Nem tettünk rosszat a nagyobbaknak? Akinek megadtott, hogy testvére lehetett, annak csak az lenne rosszabb, ha nem lenne neki. **Szőke Katalin**

A következő előadásra március 10-én 18 óraker kerül sor az Erzsébet-ligeti Színházban, téma az iskolaválasztás, előadó Borsos Csilla. További információ: 06-30-961-6871

A feltétel nélküli szeretet

„Minden gyereknek van egy úgynevezett „szeretet-tankja”, mely erőforrást jelent számára a növekedés erőpróbáló napjaiban. Ahogyan az autót az üzemanyag-tartályban tárolt benzint hozza működésbe, ugyanúgy a gyermek is az érzelmi tankjából meríti a szükséges energiáit. Meg kell töltenünk ahhoz, hogy képességei legjavát adhassa. S hogy mivel kell feltöltenünk ezt a tankot? Feltétel nélküli szeretettel, hiszen az igazi szeretet mindig önmagáért szereti a gyermeket, nem pedig azért, amit tesz. Nem nézi a gyermek külsejét, előnyös vagy előnytelen tulajdonságait, képességeit vagy fogyatékosságait, független a vele szemben támasztott elvárásainktól és – ami a legnehezebb – a viselkedésétől. Ez természetesen nem azt jelenti, hogy örömmel fogadjuk minden megnyilvánulását, hanem azt, hogy még akkor is biztosítjuk szeretetünkről, amikor helytelenül viselkedik. A feltétel nélküli szeretet nem egyenlő az engedékenységgel, inkább a dolgok helyes fontosságai sorrendjét jelenti. Ahhoz, hogy hatékonyan tudjunk nevelni és fegyelmezni, először meg kell töltenünk a gyermekünk érzelmi tankját. A tele szeretet-tank feltétele annak, hogy neheztelés és dac nélkül fogadja a szülői irányítást. A szeretet kifejezésének és befogadásának alapvetően ötféle módja van: a testi érintés, az elismerő szavak, a minőségi idő, az ajándékozás valamint a szolgálatkészség. Hogy tapasztalhatóbbá és érezhetőbbé tudjuk tenni gyermekünk iránti szeretetünket, azon a szeretet-nyelven kell hozzá szólnunk, amelyet a legjobban megért, amelyre a legfogékonyabban reagál. Ha több gyermekünk van, lehet, hogy mindannyian különböző szeretetnyelven beszélnek, tehát más-más módon kell közelítenünk hozzájuk.”

A szülő és gyermek közötti szeretetkapcsolat fontosságáról, s a fent említett öt szeretetnyelvről bővebben Gary Chapman és Ross Campbell, a híres szerzőpáros „Gyerekekre hangolva” című nagyszerű könyvében olvashatnak.

Asztrológia – a Halak jegyében

Az idén szokatlanul korán, február 18-án éjjel lép a Nap a Halak jegyébe. Végéhez közeledik az asztrológiai év, s a bolygókat bemutató sorozatunk is elérkezett az utolsó fejezetéhez. A Halak jegyét a hagyomány szerint a Jupiter uralja, a mai asztrológia pedig a Neptunuszt rendeli ehhez a jegyhez. A Jupiterről már olvashattak a Nyilas jegy kapcsán, most tehát ismerkedjenek meg a Neptunusszal – már amennyire egy ilyen titokzatos égitestet meg lehet ismerni...

A Neptunusz a Naprendszerben – csillagászati adatok

A Neptunusznak elnevezett óriásbolygót Johann G. Galle német csillagász fedezte fel, 1846. szeptember 23-án. A legendák szerint már Gallilei is megpillantotta a távcsövében, annyi viszont bizonyos, hogy a csillagászok kiszámították a létezését és a pályáját. Az Uránusz keringésében megfigyelt zavarokból következtettek arra, hogy van további bolygó a Naprendszerben.

Maga a Neptunusz a Naptól mintegy négy és fél (4,497) milliárd kilométer távolságra kering. Tömege 17,4-szer nagyobb a Földnél, egyenlítői sugara pedig a földi egyenlítő 3,88-szorosa. A Napot 164 év és 280 nap alatt kerüli meg. Összetétele a Jupiteréhez hasonló. Középen jégből álló kőzet-mag található, melyet folyékony köpeny vesz körül. Légkörét metán, hidrogén és hélium alkotja – a metánnak köszönhetően kékes színben ragyog a távcsőben.

Míg közelebbi szomszédját, az Uránuszt kivételes esetekben szabad szemmel is megpillant-

hatják a jó szemű emberek, a Neptunusz kizárólag távcső segítségével figyelhető meg. Hat belső holdját a Voyager űrszonda fedezte fel 1989-ben. A Neptunusz bolygó kutatása ma is folyik. Még nagyrészt ismeretlen égitest, legalábbis az átlagember számára.

A Neptunusz – Poszeidon – a mitológiában

Amilyen keveset tudunk a Neptunusról a tudomány révén, annál nagyobb az ismeretanyag a valóság másik síkján, a mitológiában.

Poszeidon régi alakja a görög mitológiának: Zeusz és Hádész fivéréként született, és boldogtalan gyermekeiket apjának gyomrában töltötte.

Amikor a három fivér (Zeusz, Hádész, Poszeidon) végre megszabadult apukától, s kisorsolták az uralkodásuk területét, Poszeidonnak a tenger jutott, mely nem kevésbé veszélyes és titokzatos hely, mint Hádész birodalma.

Bátyjához hasonlóan – aki sürgősen elvonult az Alvilágba – Poszeidon is elvonult, hogy felépítse víz alatti palotáját az Égei tenger mélyén, ahol mesés növények, állatok, s csodás tengeri lények lakoztak. Vagy legalábbis ő ezt így élte át. Hamarosan feleségül vett egy nimfát, s született három gyermekük, ám családos emberként sem akart lemaradni fivére, Zeusz mögött. Számtalan istennővel és földi halandóval folytatott futó kapcsolatot. Utódait legfeljebb a statisztikusok tudják számon tartani (de ezt a szakmát a szemközti Szűz szülöttek művelik).

Poszeidon szívesen vett részt mindenféle homályos cselszövésekben. Céljait legtöbbször varázslattal, átváltozással érte el. Jövőbelátó képessége legendás hírű. Gyakran okozott azonban az embereknek érzécsalódásokat, kábulatot. Mestere volt

PÁLYÁZATÍRÁS
vállalkozásoknak, non-profit szervezeteknek, közületeknek, csak sikerdíjért.
Hazai és Unió pályázatok!
Tel: 06-20-388-1663

BUDAPEST BANK
A GE Money Bank tagja

10 millió forint bármire?

len,
hogy kedvezőbb színben lássa vállalkozása jövőjét.
Üzleti Vonal: 06 40 344 444

BUDAPEST KÖTETLEN VÁLLALKOZÓI HITEL

- szabad felhasználású jelzálog alapú hitel
- cég- és magántulajdonú ingatlanfedezetre is felvehető
- kezdő és kisvállalkozásoknak is
- fordítsa arra, amire szeretné!

Jelen hirdetésünk nem minősül ajánlattevésnek, a Budapest Bank a hitel egyes birtok alapján nyújtja. A felvehető hitel összegét az ingatlanfedezeti értéke határozza meg.

Mi igent mondunk ügyfeleink elképzelésére. Ezért az ügyfeleink.
www.budapestbank.hu

**Érdeklődjön Rákosszentmihályi Fiókunkban:
1162 Budapest, Rákosi út 128.**