

Tamás Tünde:

Gondolatok egy Gordon-tréning margójára

Amikor a búcsúzkodás eufórikus hangulatában elvállaltam, hogy élménybeszámolót fogok írni, még nem gondoltam, hogy ilyen nagy fába vágom a fejszém. Nem mintha nem volna miről írnom vagy akadoznának a gondolataim! Egyszerűen a bőség zavarával küszködöm, emellett nagyon nehéz papírra vetett szavakkal érzékeltetni azt a hangulatot, amelyben az a hét telt.

Július 9–15. Csíkszereda, Apáczai Csere János Pedagógusok Háza. Emlékezetes hét marad – azt hiszem – mindannyiunk számára, akik ott részt vettünk. És lám, máris a személyesség mezejére csúsztam! De hiszen nem is lehet erről másként írni!

Ülök egy csendes irodában az iskolában, előttem a kibontott „batyuval”, amit útravalóul elhoztam magammal, és próbálom összerakni emlékeim-élményeim mozaikköveiből – a lehető legelfogulatlanabbul (ami igazából nem lehetséges, mert amit nekem jelentett ez a tréning, az egyszeri és megismételhetetlen, és csak szuperlatívuszokban tudok visszaemlékezni rá) – azt a képet, amit mindenkinek megmutathatok.

Az első közös délelőtt az ismerkedésé volt, ami azt hiszem kitolódott kissé a következő napra is, hiszen a feloldódás, fellazulás nem megy egyformán könnyen mindenkinek. A közeledést szolgálta az az „osztályszabályzat”, amelyet közösen, demokratikusan és egy emberként elfogadtunk, és ennek szellemében éltük tovább a tréninget. A kívülálló számára különösnek, már-már furcsának tűnhetett a csoport viselkedése, a félmondatos megjegyzések, a cinkos összenézések, a mindig köztünk élő derű, amellyel egymáshoz közeleltünk. A szürke taposómalomhoz edzett kollégák talán összesúgtak volna ilyen gyermekien játékos viselkedés láttán. És mi játszottunk, és játszottunk. Csakhogy ez a játék „véresen” komoly volt, minthogy a munkánk is az, hiszen gyermekeink életével „játszunk” nap mint nap az iskolában. Ebben a játékban benne volt a diszkréció, az én-nyelv, a másik tisztelete, az esélyegyenlőség, a másság elfogadása és a passz is (hogy csak néhány gondolatra utaljak a játékszabályainkból).

Hála és köszönet Nádas Mária „játékvezetőnknek”, aki meleg mosolyával, bátorító tekintetével mindannyiunk kezét megfogta, és így könnyedén megtanultunk „úszni a mélyvízben”, merthogy mindjárt az első napon ez következett: *Konfliktuskezelési módok*.

A következő nap a *Nincs probléma* területé és az *Én-nyelv használata* volt, amihez hozzátartozott, hogy mindenki választott magának egy darab anyagot, olyant, ami leginkább kifejezi saját énjét, egyéniségét. Akkor még nem tudtuk, hogy ez lesz a „batyu”, amiben hazahozzuk kincseinket: az ezt követő napok *én-gondolatait*, a csoporttársak baráti szavait, a „*problémák kövél*”, amely az élet kommunikációs göröngyeire figyelmeztet, és az „*én-golyó*”, amely magában foglalja színes egyéniségünket, és mindegyre csintalanul elgurul, hiszen mi magunk is ilyenek vagyunk: hol ide, hol oda „gurulunk”, tevékenykedünk, és soha nem állunk tétlenül. A batyunkba – gordonosan szólva – belefért a „*Ha a másik gondban van*”, „*A konfrontáció használata*”, „*Az ellenállás kezelése*”, „*A demokratikus problémamegoldás*”, illetve „*Az értékek ütközésének kezelése*”.

Sokan sokféle én-nel találkoztunk ott, azon a héten, és játszva tanultunk meg, illetve tanulva játszottuk el önmagunk és a másik ismeretét, önmagunk és a másik elfogadását, hogy a tőlünk telhető legőszintébben és legigazibban továbbvigyük és beépítsük életünkbe és munkánkba azokat a gondolatokat, amelyeket Dorothy Law Holt így fogalmazott meg:

„– Ha a gyerekek toleráns légkörben élnek, megtanulnak türelmesnek lenni.

– Ha a gyerekek bátorítva élnek, megtanulják megbecsülve érezni magukat.

– Ha a gyerekek méltányosságban élnek, megtanulják a méltányosságot.

– Ha a gyerekek biztonságban érzik magukat, megtanulnak hittel élni.

– Ha a gyerekek megerősítve élnek, megtanulják magukat szeretni.

– Ha a gyerekek elfogadva és barátságban élnek, megtanulják megtalálni a szeretetet a világban.”

A szakmai felkészülést egy élménydús, nagyszerű kirándulás színesítette, amely a Gyimesek vadregényes, gazdag világába kalauzolta el az érdeklődőket, jól átgondolt, aprólékos gonddal, ragyogóan felépített idegenvezetés kíséretében, Pomjának Béla közreműködésével.

És amint az már lenni szokott a nagybetűs életben, egyszerűen eltelt a rózsaszínű hét, és a búcsú pillanatai következtek. Őszintén szólva nem gondoltam volna, hogy ilyen rövid idő alatt ennyire közel lehet kerülni máshoz (amolyan déjá vu érzés, mintha már száz éve jó barátok lennénk), és ilyen nehéz lehet búcsút mondani a „játsszótársaknak” és a „játékvezetőnek”. Annyi érzés, gondolat, élmény gyűlt fel mindannyiunkban, hogy azt muszáj volt kimondani, és elmondani Máriának (a trénerünknek), így az ő batyuja is megtelt a Mi ajándékainkkal:

Köszönöm, hogy éppen Te voltál, aki fogadott, rámmosolygott, meleg hangjával megsimogatott, észrevétlen kézenfogott, mikor kellett meghallgatott, botladozásaimban támogatott, csüggedtségemben bátorított.

Köszönöm, hogy éppen Én jöttem, mikor találkoztunk szembe nézhettem, meleg hangodra simogatással válaszolhattam, kezem a kezédbe vakon csúsztathattam, hogy mindent elmondhattam, hogy az sem volt baj, ha megbotlottam, hogy szabad volt elcsüggednem, és végül a fejem büszkén és vidáman felemelnem.

Köszönöm, hogy Te meg Én Mi voltunk, és mindig egymásban maradtunk.

A lelki „hamuban sült pogácsáink” remélem kitartanak majd a következő alkalomig, ami vagy adódik, vagy sem. Nem is az a legfontosabb, hogy lesz-e folytatása a tréningnek! A fontos az, hogy mennyire tudjuk továbbtétetni azt a lángocskát, amit magunkkal hoztunk, és ha él, akkor adjuk tovább, hogy mást is megérinthessen.

Köszönet a Bolyai Nyári Akadémia szervezőinek, akik a tréninget kigondolták, életre hívták, és fáradoztak azon – diszkréten és mindenre odafigyelve –, hogy mi mindezt megélhessük. Jó, hogy mehettünk, találkozhattunk, összekacsinthattunk, és együtt megtanulhattuk és elhozhattuk a Gordon-féle hitvallást az emberi kapcsolatokról, melynek a lényege – én-nyelven szólva – röviden ennyi:

Fontos vagy a számomra, a hibáiddal, problémáiddal együtt, szeretném konfliktusmentesen fenntartani a kapcsolatunkat, hogy kölcsönösen örömteli legyen, és így „mindketten azzá válhatunk, amire bensőnkől képesek vagyunk, és továbbra is a kölcsönös tisztelet és szeretet érzésével viszonyulhatunk egymáshoz, barátságban és békeességben”. (Thomas Gordon)