

Vaskuti Pál

**A Chance Program
élményterápiás utazása**

TARTALOM

1. rész

A Chance Program élményterápiás utazásának ismertetése

1)	A Chance Program élményterápiás utazásának ötlete	3. oldal
2)	A Chance Program élményterápiás utazásának eddigi története	4. oldal
3)	A Chance Program élményterápiás utazásának célja	6. oldal
4)	Az „élményterápia” kifejezés jelentése	7. oldal
5)	A Chance Program élményterápiás utazásának definíciója	8. oldal
6)	Indikációk.....	9. oldal
7)	Kontraindikációk.....	11. oldal
8)	Hatásmechanizmusok.....	12. oldal
9)	Protokollok.....	14. oldal
10)	A szolgáltatás tartalma.....	17. oldal
11)	Mentorok	20. oldal
12)	A Chance Program élményterápiás utazásának vezetője felé támasztott követelmények.....	23. oldal
13)	Egyebek.....	25. oldal
14)	A Chance Program társadalmi felelősségvállalása.....	29. oldal

2. rész

A Chance Program élményterápiás utazásának összehasonlítása a hagyományos pszichoterápiával és családterápiával, valamint az olyan módszerekkel, hatásági intézkedésekkel, amikor a gyereket hosszabb – rövidebb időre kiemelik a családból

1)	A hagyományos pszichoterápia és családterápia valamint a Chance Program élményterápiás utazásának legfőbb különbségei.....	31. oldal
2)	A hagyományos pszichoterápia és családterápia, valamint a Chance Program élményterápiás utazásának közös vonásai	35. oldal
3)	A Chance Program élményterápiás utazásának elhatárolása egyéb olyan módszerektől, hatásági intézkedésektől, amikor a gyereket (meghatározott vagy határozatlan időre) kiemelik a családból	37. oldal

3. rész

Mellékletek

1) Szülői visszajelzések	41. oldal
2) Vaskuti Pál (pszichológus) szakmai önéletrajza	53. oldal
3) Vaskuti Gergely (pszichológus) szakmai önéletrajza.....	56. oldal
4) Hárs Anna (vezető mentor) önéletrajza.....	60. oldal
5) Vaskuti Pál szubjektívebb önéletrajza.....	62. oldal
6) Jó tanácsok kezdő mentoroknak	67. oldal
7) Srí Lankai program lehetőségek	69. oldal



1. rész

A Chance Program élményterápiás utazásának ismertetése

1) A Chance Program élményterápiás utazásának ötlete

Vannak olyan gyerekek/ fiatal felnőttek, akiknek a családja a hagyományos pszichoterápiás és családterápiás állami és/vagy magán rendeléseken nem talál megoldást a problémáira. A bajok egyre nőnek, a gyerek/ fiatal felnőtt és a család egyre kilátástalanabb helyzetbe kerül, a közoktatási, szakellátó, gyermekjóléti és gyermekvédelmi intézmények egyre tehetetlenebbek, a szülők pedig egyre feszültebbek és kétségbeesettebbek.

Új környezetben, távolról nézve rá az életünkre megérthetünk és átértékelhetünk olyan folyamatokat, melyekre a mindennapok során nem láttunk rá.

Ezzel párhuzamosan az új környezetben megismerhetjük eddig ismeretlen adottságainkat, képességeinket, készségeinket és lehetőségeinket.

A kis létszámú terápiás közösségekben a csoporttagok egymásra gyakorolt hatása nagymértékben segíti a szakemberek munkáját.

A 2004-es ázsiai cunami után az árván maradt gyerekek részére építettem és működtettem egy falut Srí Lankán. Ennek kapcsán évekig voltam kinn, beleszerettem az országba és az emberekbe. Ez a csodálatos kultúra, környezet, éghajlat, a vallási és történelmi hagyományok, a lakosok gondolkodás- és életmódja, viselkedése, értékrendje, mind-mind segítik a magyar gyerekek/ fiatal felnőttek és családok rehabilitációját.

Ezt a néhány dolgot fogalmazzuk egybe, így született a Chance Program és az élményterápiás utazás ötlete azoknak a családoknak a részére, melyeknek a jelenlegi magyar ellátó rendszer nem tud segíteni.

2) A Chance Program élményterápiás utazásának eddigi története

Új környezetben és új emberekkel (szintén gondokkal küszködőkkel és segítőkkel) egy kis létszámú (maximum 13 fős) közösségben töltött hosszú időtartam (1-3 hónap) és a jelentős térbeli távolság (7 ezer km) lehetőséget nyújt az otthoni élethelyzetünk végiggondolására, „rossz szokásaink” elhagyására, kártékony kapcsolataink leépítésére, önmagunk megismerésére, új jövőképünk kialakítására.

12 éve viszünk nehezen kezelhetőnek mondott 7-25 év közti magyar gyerekeket és fiatal felnőtteket élményterápiás utazásra Srí Lankára.

Elsőként egy 20 éves - akkor már hat éve drogfüggő, állami gondozásban felnőtt - fiatalember jött ki velem, amikor Srí Lankán a HELP Falut építettük. Dolgozott az építkezésen és nagyon sokat beszélgettünk. Három hónap elég volt ennek a fiatalembernek, hogy „kitisztuljon”, rálásson saját helyzetére, megismerje önmagát, pozitív jövőképet építsen, és elinduljon egy új úton. Ma biztonsági őrként dolgozik, családos ember, mintaértékű apuka, kislánya 7 éves. Drognak nyoma sincs.

A következő gyerek 12 éves kora óta volt masszív alkoholista. 18 évesen jött ki Srí Lankára és szintén részt vett a HELP Falu építésében. Az élményterápiás utazás neki is sorsfordító volt. Ma boldog párkapcsolatban él, buszsofőr és kutyakiképző. Alkalmanként, kis mértékkel fogyaszt alkoholt.

A harmadik gyerek nagyon speciális, „fókuszterápiás” eset volt. 13 éves korában beszippkázta a budapesti alvilág. 16 évesen jött ki velem és fiammal (Vaskuti Gergely pszichológus, kriminológus) Srí Lankára, ahol a Déli Tartomány maffiafőnöke élményszinten döbbsentette rá a gyereket, hogy mi történik vele otthon. Hazautazása után megszakította alvilági kapcsolatait.

Az első nyolc évben egyenként vittem/vittünk gyerekeket/ fiatal felnőtteket, az utóbbi négy évben pedig kiscsoportos (maximum hat ellátott és mentoraik), 1-3 hónapig tartó utazásokra megyünk.

Eddig összesen 12 csoportban 55 gyerek/ fiatal felnőtt és családjaik, valamint mentoraik vettek részt ilyen utazáson.

Minden gyerek, fiatal felnőtt mellett van egy mentor (személyes segítő), aki a rá bízott mentorált egyéni fejlődését és rejtett képességeinek feltérképezését segíti, valamint a nem megszokott életkörülményekben biztosítja az eligazodást és a felügyeletet.

Többéves tapasztalatunk alapján megállapíthatjuk, hogy, az élményterápiás utazás minden résztvevőre hatással, a többségre tartósan pozitív hatással van.

Weboldalunk (www.chanceprogram.hu) nyitó lapján található az RTL Klub Fókusz Plusz műsora által Tomiról 2013-ban készült film, amely bemutatja a 13,5 éves gyereket és családját az élményterápiás utazás előtt, utána Srí Lankán, végül a hazautazás után egy hónappal.

2017 februárjában, tehát kb. 3,5 évvel később az Ozone TV készítette a családdal interjút, amiből kiderül, hogy az élményterápiás utazás Tominál is tartós változást eredményezett. (Ez a riport is a weboldal nyitólapján szerepel.)

A többi gyerektől/ fiatal felnőttől, vagy szüleiktől, törvényes képviselőiktől kapott visszajelzések szintén megtalálhatóak a weboldalunkon, néhányat (a teljesség igénye nélkül) az 1 sz. melléklet tartalmaz.

A Chance Program élményterápiás utazása nem csak Srí Lankára utazás, hanem utazás önmagunk még jobb megismerése felé, tehát önismereti utazás.

3) A Chance Program élményterápiás utazásának célja

A Chance Program élményterápiás utazásának a célja, hogy reális énképpel és jövőképpel rendelkező, egészséges gyerekek/ fiatal felnőttek, és jól működő családok térjenek haza Sri Lankáról.

Egészséges embernek azt tartjuk,

aki megfelelő önismerettel rendelkezik (ismeri, elfogadja és szereti saját magát),

aki képes szeretetet adni és elfogadni,

aki a képességeinek és igényeinek megfelelő szinten él és dolgozik,

akinek rendben van az agressziója (ez nem jelenti azt, hogy ne legyen agresszív, hanem azt jelenti, hogy adekvát módon és megfelelő mértékben legyen az a különböző helyzetekben),

aki kellő mértékben asszertív,

akinek rendben van a szexuális élete (ez nem jelenti a másság elutasítását, a „rend” alatt saját vágyainak vállalását értjük, mindaddig, amíg az nem árt másnak, vagy nem ütközik törvénybe),

aki tünetmentes (nincsenek pszichés alapon szerveződő tünetei).

4) Az „élményterápia” kifejezés jelentése

A köztudatban élményterápiának nevezik a kalandparkot, a lovas-, vitorlás- és egyéb sporttáborokat, de élményterápiaként tartják számon a zene-, tánc- és egyéb művészetterápiát, beszélnek „mesejáték élményterápiáról”, valamint élményterápiát hirdet a „Bátor tábor” és a „Piros Orr Bohócdoktorok” is élményterápiát végeznek.

A pszichoterápiát segítő élményterápiának nevezik házi állatok (kutyák, macskák) bevonását a terápiás folyamatba.

A Vadaskert Gyermekpszichiátriai Kórház is élményterápiának nevezi az általa szervezett „Kalandos családi hétvégéket”. Ők így fogalmazzák: *„Olyan magas kihívást jelentő helyzetekbe helyezzük a résztvevőket, ahol ki kell lépniük a komfortzónájukból. A komfortzóna modell azt jelenti, hogy vannak megszokott, jól ismert megküzdési stratégiáink, illetve olyan helyzetek, amelyekben otthonosan érezzük magunkat. Ám a komfortzónánkban tanúsított megoldási kulcsaink nem biztos, hogy jól működnek, és hosszú távon is hatékonyak a konfliktusok megoldásában.”*

A Chance Program esetében a megnevezés első része az „élmény” nem más, mint egy különleges utazáson szerzett tapasztalat.

A megnevezés második része, a „terápia” pedig arra utal, hogy az utazáson résztvevők Srí Lankán hagyják, az „óceánba dobják” a problémáikat, azt a „batyut”, amit eddig cipeltek. Ezzel párhuzamosan új viselkedésmintákat és családi együttműködések alakítanak ki.

Az élményterápia tehát a mi esetünkben a „korrektív élményt” jelenti.

Az utazás és az együttélés során megélt helyzetek spontán módon alakulnak ki, csak néhány fókuszterápiás esetben kell előre vagy menet közben végiggondolni, hogy milyen élmény segítheti a fiatalot a legjobban az önismereti úton.

5) A Chance Program élményterápiás utazásának definíciója

A Chance Program élményterápiás utazása nem a hagyományos értelemben vett egyéni, illetve csoportos pszichoterápia vagy családterápia, hanem olyan utazás, melynek során a közösen megélt élmények a pszichológus által vezetett egyéni, csoportos és családi megbeszélések hatására eredményeznek változást, az esetek többségében tartós változást.

A hozzánk kerülő gyerekek „viszketést kapnak”, ha meghallják, hogy szüleik újabb (a sokadik) pszichológushoz vagy pszichiáterhez viszik őket. A szülők is sok rossz tapasztalatot szereztek, általában teljesen feleslegesen áldoztak rengeteg időt és fizettek ki töménytelen pénzt, gyerekük nem jött rendbe, sőt, sok esetben az évek során a panaszok rögzültek, illetve súlyosbodtak, esetenként új, egyre komolyabb tünetek is megjelentek.

A TV- és rádió interjúkban, előadásokban és cikkekben használjuk a „pszichoterápia” és „családterápia” kifejezéseket. Ez alatt nem a hagyományos pszichoterápiát vagy családterápiát, hanem saját módszerünket, a pszichoterápiás és családterápiás szemléletre és gyakorlatra épülő, a közösen megélt élményekre koncentráló, egyéni, csoportos és családi konzultációkat értjük. (A hagyományos pszichoterápia és családterápia, valamint a Chance Program élményterápiás utazásának az összehasonlítását a 2. részben található 15. és 16. fejezet tartalmazza.)

A hozzánk fordulók világosan megértették, hogy hagyományos pszichoterápia és családterápia az élményterápiás utazás során nem valósítható meg, és a Chance Program nem is akarja megvalósítani. Többek között azért nem, mert ezek a módszerek nem voltak hatékonyak a hozzánk fordulók esetében.

„12 éves gyerekünket egészen kis kora óta vizsgálják és kezelik pszichés szempontból állami és magán helyeken. Évek óta jár pszichológushoz, neuropszichológushoz, pszichiáterhez, gyógypedagógushoz. Próbálkoztunk gyógyszerekkel és családterápiával is. Felmerült ADHD, SNI, autizmus, egyéb gyermekkori szociális funkciózavar, egyéb pszichés fejlődési zavar, oppozíciós zavar, szociális funkciózavar, és más egyéb diagnózis is. Jelenleg 6. osztályos, eddigi tanulmányait három iskolában végezte, jelenleg is iskolaváltás előtt állunk. A gyerek ebben a tanévben egyáltalán nem tanul. A neuropszichológus legutolsó véleménye: Súlyos figyelemzavar, mely a társas-, közösségi- és családi életre is jelentős befolyást gyakorol. Állapotfüggő memóriával éli meg a környezetét. Emlékezete a negatív visszajelzések, „élmények”, sérelmek mentén szerveződik. A konkrét helyzetekben impulzusai, indulatai elsodorják. Viselkedése a szociopátia és a border line között húzódik meg. Viselkedészavarát a pszichoterápia szintjén helyrehozni nem lehet, gyógyszeres kezelés indokolt.”

A szülők nem a gyógyszereket, hanem a Chance Program élményterápiás utazását választották.

6) Indikációk

Azt gondolom, nincs olyan gyerek, vagy felnőtt, akire ne lenne pozitív hatással a Chance Program élményterápiás utazása. Néha meg kell állni, és kívülről, messziről, lehetőleg avatott és tőlünk független szakember segítségével ránézni környezetünkre, saját magunkra, helyzetünkre, lehetőségeinkre, vágyainkra, céljainkra.

Ilyen tünetekkel fordultak eddig hozzánk:

- oppozíció,
- indulatkezelési problémák
- verbális és/vagy fizikai agresszió
- teljesítményromlás
- gyors viselkedésváltozás
- iskolakerülés
- csavargás
- szökés
- internet- illetve játékfüggőség
- alkoholizmus
- tudatmódosító szerek használata
- altató- illetve egyéb gyógyszer függőség
- párkapcsolati problémák
- önismeret hiány
- önértékelési problémák
- fantázia világban élés
- kóros hazudozás
- reaktív depresszió
- elsivárosodás
- önsors rontás
- kudarc keresés
- áldozattá válás
- öngyilkossági gondolatok és/vagy kísérletek
- megtorpanás a személyiségfejlődésben
- antiszociális személyiségfejlődés
- bűnelkövetés (általában lopás)
- ön- és közveszélyes viselkedés
- ADHD
- SNI
- Asperger tünetek
- autista tünetek
- egyéb gyermekkori szociális funkciózavar
- egyéb pszichés fejlődési zavar
- bipoláris tünetek
- pánik betegség
- schizoid tünetek
- szexuális probléma
- border line tünetek
- veszélyes (pl. alvilági) csoporthoz kapcsolódás.

Ezek tehát tünetek, ne keverjük össze azzal, hogy mi az ok.

Általánosan igaz, hogy egy tünet mögött sokféle ok lehet, illetve fordítva: egy ok sokféle tünetben mutatkozhat meg. Nincs szoros összefüggés az ok és a tünet között.

Ha az okokat nézzük:

- szeretetlenség,
- pszichés elhanyagoltság,
- szülő (szülők) általi elutasítás,
- tárgyvesztés (szeretett személy halála),
- szülők rossz kapcsolata,
- válás,
- testvér-féltékenység,
- fel nem dolgozott örökbefogadás,
- örökbefogadás után a szülők közös gyerekének megszületése
- fel nem dolgozott (el nem fogadott) származás,
- szülők irreális elvárásai,
- szimbiotikus anya-gyerek kapcsolat,
- kognitív disszonancia,
- fizikai, verbális és/vagy szexuális bántalmazás,
- kóros szülői „parancsnak” engedelmesség,
- egyéb trauma,
- téves diagnózis.

A Chance Program munkatársai minimális mértékben foglalkoznak a tünetekkel, minden esetben arra a különös, egyedi és megismételhetetlen gyerekre/ fiatal felnőttre kíváncsiak, aki a diagnózisok mögött van.

7) Kontraindikációk

A „betegségbelátás” hiánya.

Ez alatt azt értjük, hogy nem fogadja el a család, hogy nem a gyerek, hanem a családi rendszer a problémás.

Motiváció hiánya.

Ha nincs igény minden családtagban a változásra, akkor nem lehet tartós eredményt elérni.

Őszinteség hiánya.

Minden titok, elhallgatás, szándékos megtévesztés megakasztja, sok esetben lehetetlenné teszi a munkát.

Bizalomhiány.

Ha nem alakul ki feltétlen bizalom a család és a Chance Program munkatársai között az utazást megelőző időszakban, nem szabad elindulni.

Néhány esetben tapasztaltuk, hogy nem a változás/változtatás igénye vezette hozzánk a családokat, hanem a szülők belefáradtak a hosszú évek gyötrelmeibe, és szerettek volna néhány hónap nyugalmat.

Az is előfordult, hogy a szülők nem akarták a családi rendszer problémáit megoldani, nem engedték ki a gyereket a tünethordozó szerepből.

Voltak olyan szülők, akik csak azért választottak minket, hogy elmondhassák, hogy mindent megpróbáltak. A sok korábbi, más ellátó helyeken szerzett rossz tapasztalat miatt már nem bíztak saját magukban és bennünk sem eléggé.

Többször hoztunk pszichésen nagyon sérült gyereket gyermekotthonból. Sajnos náluk tartós eredményt nem tudtunk elérni, mert a többi gyerek egyrészt féltékeny volt, hogy miért pont ők kaptak lehetőséget az élményterápiás utazásra, másrészt a nevelők se fogadták el, hogy pont a „legrosszabb gyerekek” tölthetnek hónapokat Srí Lankán. Amikor a gyerekek visszakérültek a gyermekotthonba, a többiek (gyerekek és felnőttek) „levették rajtuk” a féltékenységet és haragjukat, provokálták őket, s elérték, hogy visszacsússzanak, mintha mi se történt volna. Ennek ellenére úgy gondoljuk, sokat adott a Chance Program élményterápiás utazása ezeknek a gyerekeknek is, csak az élmények máshogy és máskor állnak össze, mint a családban élő gyerekeknél.

8) Hatásmechanizmusok

A Chance Program élményterápiás utazása során elsősorban a következők hatnak:

- Új környezet:

az új környezethez való adaptálódás (nyitottan élünk, a gyerekek/ fiatal felnőttek valós élethelyzetekben találkoznak a helyi lakosokkal, számtalan kihívás elé vannak állítva, naponta kell új, váratlan helyzeteket megoldaniuk),

térbeli távolság a lakóhelytől (7 ezer km), ami azért fontos, mert pl. konfliktus esetén a gyerek/ fiatal felnőtt nem tud egyszerűen kilépni a helyzetből, és hazamenni, hiszen át kell cserélni a repülőjegyet, meg kell szervezni, hogy fogadni tudják, stb., s ez napokat vesz igénybe, ami alatt a konfliktusokat minden esetben meg tudjuk oldani.

- A távol töltött idő hosszúsága (1-3 hónap).

- A strukturált mindennapok

egyéni, csoportos- és családi konzultációk,

tanulás,

önkéntes, karitatív munka,

önellátás – felelősség vállalás önmagunkért és a közösségért (közös vásárolunk, főzünk, terítünk, mosogatunk, mosunk, takarítunk) ,

sport,

egyéb élmények,

az ország bejárása.

- A közösség ereje (kis létszámú, széles korhatárú, különböző problematikájú gyerekek és fiatal felnőttek, valamint segítők közössége).

- Egymás (ellátottak és segítők) élettörténetének részletes megismerése.

- Az adódó konfliktusok megoldási mintája.

- A közösségi szabályok minimumának betartása, szükség esetén közös (új) szabályok létrehozása.

- A kölcsönös és feltétel nélküli bizalom.

- Az őszinteség.

- A munkatársak hitelessége.

- A munkatársak életszeretete.
- A munkatársak által nyújtott minta.
- A mentorok és a vezető tapasztalatai, tudása és személyisége (minden gyerek/fiatal mellett van egy általa és a családja által még otthon megismert és elfogadott segítő, aki 24 órában felel érte).
- Srí Lanka (az emberek, a kultúra, a hagyományok, szokások, a történelem, a vallás, az éghajlat, az állat- és növényvilág, stb.).
- A kinti körülmények (európai színvonalú és jól felszerelt ház, a kertben sportolási lehetőségekkel, úszómedencével).
- A tünetmentesen töltött hosszabb idő (hónapok).
- A közösen megélt élmények tudatosítása.

Ez az utazás a kölcsönös bizalomra épül, mely az indulást megelőző megbeszéléseken, az élményterápiás célok és terv meghatározása idején alakul ki.

Az élményterápiás terv tartalmazza a kinn tartózkodás javasolt időtartamát, a szükséges személyzetet és programokat.

Nem mindenki számára jelent az élményterápia hatásos eszközt, ezért csak az vehet részt egy ilyen utazáson, aki számára ez indokolt, s aki kellően motivált.

A Chance Program minden munkatársa számára nagyon fontos, hogy az élményterápia valóban élmény legyen, életre szóló pozitív tapasztalat, amiben a lehető legmesszebbmenőkig figyelembe vesszük az egyéni indikációt, helyzetet, szükségleteket és igényeket, ez azonban csak akkor valósulhat meg, ha a résztvevők az utazás során teljesen őszinték, betartják az alapszabályokat, alkalmazkodnak a napirendhez és részt vesznek a programokon.

A Srí Lankai élményterápiás programhoz szervesen hozzátartozik a hazautazást követő (esetleg részben már Srí Lankán folytatott) családi konzultáció.

9) Protokollok

Jelentkezés

A jelentkezés általában internetes keresés/találat alapján történik, bár egyre többen jönnek a Chance Program élményterápiás utazásán korábban részt vett ismerőseik jó tapasztalatára hivatkozva, illetve pedagógusok, pszichológusok, pszichiáterek javaslatára.

Néhány TV- és rádióműsor, folyóirat, cikk is vonzóvá és hitelessé tette a családok számára az élményterápiás utazást. (Ezek a média megjelenések megtalálhatóak a web oldalunkon: www.chanceprogram.hu)

A jelentkezők vagy telefonon, vagy e-mailben érnek el bennünket.

Tel: +36-30/552-8152, e-mail: info@chanceprogram.hu

Megállapodunk egy időpontban, és megkérjük, hogy a gyerekről készült minden korábbi pszichológiai/pszichiátriai és egyéb (óvodai, iskolai, sportolói, stb.) véleményt küldjenek el e-mailben, illetve hozzanak el a megbeszélte találkozóra is másolatban, és hogy lehetőleg az egész család jöjjön el.

Találkozások a kiutazás előtt

Az első személyes találkozáskor sorszámozott dossziét nyitunk a család részére, megkérdezzük, honnan hallottak rólunk, átnézzük a korábbi kezelésekről/foglalkozásokról hozott dokumentumokat, felvesszük (ha szükséges) az anamnézist, és az explorációt. Az elektronikusan, illetve másolatban kapott dokumentumokat eltesszük és megőrizzük.

Megkérjük a családot, hogy otthon nézzék át alaposan a web oldalunkat (www.chanceprogram.hu), írják össze a kérdéseiket. Biztosítjuk őket, hogy akár e-mailben vagy telefonon szívesen adunk további felvilágosítást. Az első találkozás ingyenes.

Az ezt követő személyes találkozások során győződünk meg a hozzánk fordulóknak betegségbelátásáról, motivációjáról, s megállapítjuk a család és a tünethordozó pszichés státuszát. Igyekszünk minden egy háztartásban élő, vagy távolabbi családtagot is megismerni. Alkalmanként a gyerek/ fiatal felnőtt barátait is megismerjük.

Amennyiben úgy érezzük, hogy a család problémája hagyományos módszerekkel is megoldható, a megfelelő magyarországi ellátó helyre irányítjuk őket. A családok egy része túlértékeli a problémát, néha elég néhány beszélgetés, hogy a kialakult helyzetet a valós súlyának megfelelően kezeljék.

Ha a család a Chance Program élményterápiás utazását választja, megbeszéljük az utazás célját, tartalmát, személyi- és tárgyi feltételeit, hosszát, várható költségeit.

Ezeknek a találkozásoknak a díját - ha az utazás megvalósul - levonjuk a végösszegeből.

A költségeket igyekszünk a hozzánk fordulóknak lehetőségeihez igazítani. Ez része a Chance Program társadalmi felelősségvállalásának, melyről a 14. fejezetben lehet olvasni.

Ezen találkozások egyikén teszünk javaslatot a mentor személyére. Az általunk javasolt személyt összeismertetjük a családdal, s megkérjük, minél többször találkozzanak, fogadják a mentor jelöltet a lakásukon is. Ha a mentor, a gyerek és a család is egyetért, a mentorról „Önkéntes szerződést” kötünk.

Kölcsönös egyetértés után megkérjük a családot, hogy olvassák át a Chance Program élményterápiás utazásának meghatározásáról szóló anyagot és a velük kötendő szerződés tervezetét.

A szerződés aláírása és a szolgáltatási díjnak az SLEU Solutions (Pvt) Ltd. felé történt befizetése után, ha a család igényli, segítséget nyújtunk a repülőjegy, vízum és biztosítás beszerzésében.

Közvetlenül a kiutazás előtt

Általános egészségügyi- valamint fogorvosi vizsgálatot, az aktuálisan szükséges oltások beadatását, az oltási könyv és az esetleges tartós egészségügyi problémákat, allergiát stb. igazoló szakvélemény másolatát, valamint az úszni tudás igazolását kérjük.

A kiutazás előtt közös megbeszélést tartunk a kiutazó gyerekek/ fiatal felnőttek, a szüleik és a leendő mentorok, vezető pszichológus részvételével. Ekkor újra ismertetjük a legfontosabb szabályokat, aminek megértéséről és elfogadásáról aláírásukkal nyilatkoznak az utazók, és felkészítjük a családokat a távol-keleti ország speciális körülményeiről.

Utazás, kinn tartózkodás

A 18 éven aluli gyerekeket a Liszt Ferenc Repülőtéren „vesszük át”, és az utazás után ott is „adjuk vissza” a családnak. Gyermekkorúak esetén a magyar hatóságok felé a szülők/törvényes képviselők kötelesek a Chance Program egyik (a gyerekekkel utazó) munkatársa részére írásban engedélyezni, hogy gyerekeket kivihesse az országból.

Egy csoport maximum hat gyerekből/ fiatal felnőttről, az ő mentoraikból, a vezető pszichológusból, és esetleg egy vagy több külön pszichológusból áll.

Srí Lankán teljes körű ellátást (étkezés, szállás, közlekedés, programok), 24 órás felügyeletet, valamint egyéni, csoportos és családi konzultációt biztosítunk. Mindenkinek szervezünk karitatív/önkéntes munkát, szükség esetén korrepetálást.

A Srí Lankai utazás során hétköznaponként kötött napirend szerint élünk. (A napirendet a 20. oldalon ismertetjük részletesen.)

A hétvégék lazábbak, általában akkor iktatunk be csoportos „országjárást”, hosszabb kirándulásokat.

A Srí Lankán tartózkodás alatt egyedi megállapodás szerint tartanak a gyerekek kapcsolatot a családdal és használhatják a telefont, internetet.

Az utazás teljes időtartama alatt a 18 éven aluliak mentorai minimum hetente e-mailben tájékoztatják a családot a gyerekükről.

Szükség esetén a mentor, a pszichológus vagy a vezető telefonon, skype-n, ill. egyéb internetes felületen is beszélhet a családdal.

A gyerek kórházi ellátást vagy új gyógyszer szedését igénylő megbetegedése esetén haladéktalanul tájékoztatjuk a szülőket/törvényes képviselőket, s csak az ő beleegyezésükkel teszünk lépéseket.

Minden csoportos megbeszélésről írásos emlékeztetőt készítünk.

Szorgalmazzuk, hogy a szülők, esetleg egyéb családtagok is kijöjjenek hosszabb-rövidebb időre Srí Lankára.

Hazatérés után

Ha a család nem tud kijönni Srí Lankára, a családi konzultációkat otthon tartjuk. Az első négy alkalom ingyenes.

Szükség esetén írásos záró véleményt készítünk.

Minden gyereket/fiatal/felnőttet és családot, aki részt vett a Chance Program élményterápiás utazásán, utógondozunk, felőlük rendszeresen érdeklődünk. Az utógondozás feltételeiről (a résztvevőkről, a találkozások gyakoriságáról, díjáról stb.) az érintettek, valamint a programvezető külön állapotnak meg.

Az összes dokumentációt megőrizzük.

Minden ránk bízott információt diszkréten kezelünk.

10) A szolgáltatás tartalma

A szolgáltatás tartalmazza:

- Legalább egy hónapos, de jellemzően két-három hónapos utazást és tartózkodást Sri Lankán.
- A Pszichés támogatást, a teljes ellátást, a helyi közlekedést, a 24 órás mentori felügyeletet/rendelkezésre állást, az igény szerinti iskolai korrepetálást.
- Meghatározott napi- és heti rend szerinti munkát, egyéni iskolai tananyag pótlást, és rendszeres angol nyelvórákat”, egyéni- és csoportos beszélgetéseket, félnapos célzott programokat, egész napos és több napos kirándulásokat, melyek a Srí Lanka-i „élményt” adják.
- Ismeretterjesztést Srí Lanka kultúrájáról, történelméről, illetve – a rendelkezésre álló idővel arányosan – benyomást szerezhet a buddhista vallásról és a meditációról.
- Lehetőséget biztosítunk Srí Lanka egzotikus növény- és állatvilágának felfedezésére (Nemzeti Park, Botanikus Kert látogatása, Elefánt-árvaház, mélytengeri horgászat, majom-kolóniák meglátogatása, bálna- és delfinnézés az óceánon, és a történelmi emlékekkel (pl. Sigiriya) és buddhista kolostorral vagy templommal (Dambulla, Kandy, környékbeli falvak) az ismeretbővítésre. Az elérhető programokat a 7-es számú mellékletben találja.
- Hosszabb kint tartózkodás alatt lehetőség van a hegyekben való kirándulásra, a teaültetvényekhez való utazásra, teagyár látogatására is.

Az éghajlat, a kultúra és a vallás, az egzotikus környezet mindenkit többé-kevésbé elvarázsol, az itt töltött idő jelentős életszakasszá válik néhány hét vagy hónap alatt is.

Egy tipikus nap négy fő elemre épül

1. Az önkéntes (karitatív) munka az élményterápiás program szerves része.

Az önkéntes munka is „egyéni szabott” – az ellátott, mentora és a program vezetője közösen választják ki.

A napirendben a viszonylag hűvösebb reggeli órákban szerepel. Munka lehet – többek közt – segítségnyújtás a 2004-es cunami túlélői részére épült HELP Falu házainak (vagy Kahawa falu más épületeinek) renoválásában, valamint a bérelt ház fejlesztése, segítségnyújtás gyermekotthonban vagy iskolában, vagy például állatok gondozása. Volt olyan gyerek, aki pékségben, volt, aki asztalosnál, volt, aki autófényezőnél segített.

Emellett számítunk a résztvevők bekapcsolódására a bevásárlásokba, a napi étkezések előkészítésébe, tálalásba, mosogatásba vagy a házimunkák (takarítás, mosás, medence karbantartása, kertrendezés, stb.) elvégzésébe is.

Iskolai szorgalmi időben a tanköteles gyerekek számára a kötelező tantárgyak tanulása a napi munkát kiválthatja.

2. Tanulás.

Kérjük a törvényes képviselőt, hogy a kiutazás idejére gondoskodjon arról, hogy a gyerekek magántanulói jogviszonyba kerüljön, és kérjék meg az iskolát, hogy minden tanítandó tárgyból foglalják írásba a külföldi tartózkodás során elvárt követelményeket. Kérjük, hogy a törvényes képviselő gondoskodjon a szükséges könyvekről, füzetekről, egyéb segédeszközökről.

A nyelvtanulás (angol) minden hétköznap biztosított, és a résztvevők napi szinten használják is az angol nyelvet.

3. Közös programok

A kirándulásokat és más közös programokat a résztvevők egyéni érdeklődését messzemenően figyelembe véve állítjuk össze.

Helyismeretünk és a helyiekkel való jó kapcsolat lehetővé teszi, hogy a velünk kiutazók a legkülönbözőbb foglalkozású emberekkel megismerkedhessenek, a legérdekesebb és legelgondoltabb helyekre, akár turisták számára ismeretlen zugokba juthassanak el. Merjenek kérdezni, kérni, javasolni, minden ésszerű és megvalósítható elképzelést nyitottan fogadunk!

4. Konzultációk

Az egyéni, csoportos és családi konzultációk és a napi eseményekre, élményekre adott reflexiók teszik egyedülállóvá a programot.

Általános napirend

8 óra	ébredés, tisztálkodás, reggeli
9 - 10-ig	valamilyen - lehetőleg közös – munkavégzés (ezt a tanulás kiválthatja). Volt, hogy az önkéntes munkavégzést az ellátottakkal megegyezve a hét végére szerveztük
10 - 12-ig	tanulás (közben egyéni beszélgetések) A tervezett napi tananyag elsajátítása esetén a tanulási idő csökkenthető, elhúzódása esetén növelhető.
12-13-ig	szabadidő (pihenés, internet használat, sportolási-, zenélési- lehetőségek
13-14-ig	ebéd
14-18-ig	egyéni programok a mentorokkal
18-19-ig	csoportos megbeszélés
19-21-ig	vacsora, szabadidő (internet használat)
21 óra	lefekvés (internet használat)
22 óra	villanyoltás

A hétvégék kötetlenebbek. Külön napirendje van a hosszabb, barangolós túráknak, amelyek „élmények az élményben”. Srí Lankán lendületesen fejlődik a turizmus, de jelenleg még megismerhető a gyarmati létből és a vallási-kulturális hagyományokból szövődő sajátos arculat.

Étkezés

A Reggeli, ebéd és vacsora, nemzetközi és helyi ételekből van összeállítva az egyéni ízlés és az esetleges ételallergiák figyelembevételével.

Az évek során kialakult gyakorlat szerint, minden nap (ha nem megyünk étterembe, vagy nem hozatunk ételt), más és más mentor-mentorált pár találja ki, hogy milyen étel legyen aznap. Ők vásárolnak be, főznek, terítenek, mosogatnak.

Ez a beosztás erősíti a mentor-mentorált kapcsolatot, és egy egészséges versenyt eredményez a párok között.

A háztartási feladatokba a kijövő szülők is bekapcsolódhatnak.

11) Mentorok

Minden gyerek (valamint megállapodás szerint fiatal felnőtt) részére saját mentort biztosítunk, akik 24 órás felügyeletet adnak.

Ez nem jelenti azt, hogy folyamatosan a gyerekek/fiatalok mellett vannak, azonban mindig tudniuk kell, hol vannak a mentoráltak, és mit csinálnak.

A mentoráltak a mentorok közeléből csak az ő tudtukkal és beleegyezésükkel távolodhatnak el.

A mentorok önkéntes munkatársak, akik általában nem szakemberek. Ha az utazásra a tanév során kerül sor, igyekszünk szaktanár mentorokat biztosítani

Minden mentornak tudnia kell, hogy a mentoráltak „otthonról hozzák” a viselkedésüket, általában nem a mentor a célpont, nem neki szól, de a mentorált akcióit, hozzáállást mégis ő szenved meg.

Az élményterápiás utazás során minden mentor (és esetleg más önkéntes segítő) azonos „rangban van”, és azonos feladatokat lát el, végzettségétől függetlenül.

Legfontosabb feladatuk, hogy a gyerek mindennapjait úgy alakítsák, hogy nyitott legyen a pszichológussal való egyéni és csoportos (néha családi) beszélgetésekre.

Természetes, hogy minden mentor segít a gyerekek korrepetálásában.

Egyéni, négyszemközti beszélgetéseket is folytat a mentoráltjával.

A pedagógus végzettségű mentorok sem pedagógusok, a pszichológus végzettségű mentorok sem pszichológusok a Chance Program élményterápiás utazása során, bár a pedagógusok, a pszichológusok és minden egyéb szakember (legyen fodrász, asztalos, fényképész, szociológus, vagy filozófus) is a tanulmányaik, munkájuk és magánéletük során szerzett tudást nyilvánvalóan használják.

Sem a pedagógus, sem a pszichológus végzettségű mentorok semmilyen fórumon, így önéletrajzukban sem hivatkozhatnak arra, hogy a Chance Programban pedagógusként, illetve pszichológusként dolgoztak, sem arra, hogy esetmegbeszélésen, szupervízióban vettek részt.

A Chance Program élményterápiás utazása egy új módszer, melynek személyi és tárgyi feltételeit, protokolljait fiammal és önkéntes segítőinkkel közösen dolgoztuk/dolgozzuk ki. Mivel módszerünk folyamatosan fejlődik, minden mentor köteles írásban jelezni, ha szerinte változtatni kellene bármilyen személyi vagy tárgyi feltételen, gyakorlaton vagy módszeren.

Együtt fogalmazzuk meg az indikációkat és kontraindikációkat, a szükséges személyi és tárgyi feltételeket, a protokollokat, és értjük meg a hatásmechanizmusokat.

A Srí Lankai törvények szerint külföldi állampolgár turista vízummal munkát nem végezhet, ezért minden munkatárs (mentor és pszichológus) önkéntes szerződésben szabályozva segíti a Chance Program élményterápiás utazását, és a repülőjegyen, biztosításon, vízumon, valamint a teljes ellátáson kívül semmiféle bérezést nem kap.

Az utazás során a mentorokkal és a mentoráltakkal kapcsolatban felmerülő minden problémáért, legyenek annak akár szakmai etikai, polgári- vagy büntetőjogi következményei, én, Vaskuti Pál egy személyben felelek.

Kivételt képez, ha a mentor megszegi az élményterápiás utazásnak a jelen tanulmányban rögzített szabályait, ha felrúgja az „Önkéntes Szerződést”, vagy, ha egy probléma abból ered, hogy nem követi a vezető kéréseit vagy utasításait, illetve, ha bűncselekményt követ el az élményterápiás utazás alatt.

A mentorok felé támasztott követelmények

saját problémáját tudja kezelni és háttérbe szorítani,

tudja adni sajátmagát,

tudjon 100%-ban a mentoráltjára figyelni,

tudja a mentoráltját szeretni,

tudjon „barát lenni”,

tudjon „szülő” lenni,

tudjon „24 órás” felügyeletet biztosítani,

legyen támasz,

vegyen részt a házimunkákban, együttműködve a többi mentorral, és a mentoráltakkal (bevásárlás, főzés, felszolgálat, mosogatás, takarítás, mosás)

legyen „nővér/ápoló” – értsen az elsősegélynyújtáshoz

ha van jogosítványa (és kedve) vezesse a gépjárműveinket

tudjon csapatban dolgozni

legyen terhelhető

legyen empatikus

ne „ítélkezzen”, hanem tudjon megérteni

legyen spontán

legyen kreatív

legyen kezdeményező

legyen hiteles

legyen őszinte

személyes életével mintát tudjon nyújtani

legyen felelősségteljes

legyen rugalmas – tudjon nézőpontot és szemléletet váltani

legyen következetes

legyen megbízható

legyen elkötelezett a Chance Program élményterápiás utazása felé.

A mentor és a mentorált az utazás, a több hónapos együttélés, egymásra utaltság során nagyon közel kerülnek egymáshoz, a mentornak tudnia kell a munka befejezése után a mentorálttal való kapcsolatát beszabályozni. Ehhez a Chance Program pszichológusai szívesen adnak segítséget.

Feltétlenül szükséges a jó angol nyelvtudás.

Előny a jogosítvány és a számítógép használatának készségszintű ismerete.

Előny bármilyen hobbi, különleges tudás – zene, sport, fényképezés, stb.

Vannak olyan mentorok, akik már hatszor-hétszer vettek részt ilyen élményterápiás utazáson – közülük kerül ki a vezető mentor, aki összefogja, irányítja és ellenőrzi a többi mentor munkáját.

A 6. számú mellékletben megfogalmaztunk néhány jó tanácsot kezdő mentorok részére.

12) A Chance Program élményterápiás utazásának vezetője felé támasztott követelmények

Hónapokon keresztül élünk együtt a nehezen kezelhetőnek mondott gyerekekkel, fiatal felnőttekkel és családokkal több ezer kilométerre mindannyiunk otthonától.

Együtt élünk át, beszélünk meg és tudatosítunk élményeket, melyek meghatározóak, az esetek többségében sorsfordítóak lesznek a velünk utazók egész további életére vonatkozóan.

Ez az utazás rendkívüli terheket ró minden segítőre, és főként a vezetőre, aki egy személyben felelős a résztvevőkért, az ellátásukért és biztonságukért, a kitűzött célok megvalósulásáért, valamint a Chance Programért.

A vezető felelőssége a jelentkezők diagnosztizálása, a betegségbelátás és a motiváció megállapítása.

A vezető felelőssége a csoport összeállítása: kik kerüljenek be az adott csoportba, milyen problematikájúak, milyen neműek, milyen életkorúak, milyen családi háttérrel rendelkezők.

A vezető felelőssége az utazás rentábilissá tétele.

A vezető tesz javaslatot a mentorok személyére, ő a felelős (a vezető mentor segítségével) az új mentorok felkészítéséért.

A vezető, ha van rá lehetőség, a csoport előtt kiutazik Srí Lankára, hogy a csoport érkezésekor minden rendben legyen, minden működjön, a készletek fel legyenek töltve.

A vezető felelős az utazás során adódó minden probléma megfelelő kezeléséért, legyen az egészségügyi, egymás közötti, a csoport és a helyi lakosság közötti, vagy bármilyen anyagi és egyéb vonzatú probléma.

A vezető a felelős az ellátottak, az ellátottak és a segítők, vagy a segítők között keletkező konfliktusok rendezéséért.

A vezető felelős az ellátottak és az otthon maradt családtagok közti megfelelő kommunikációért, gyerekkorúak esetében a szülők/törvényes képviselők megfelelő tájékoztatásáért.

A vezetőnek szükség esetén foglalkoznia kell a segítők személyes problémáival, adódjon az az utazás alatti munkájából, vagy legyen összefüggésben az otthoni kapcsolataival, családjával.

A vezető felelős továbbá

a szabályok betartatásáért,

hogy a kiutazók minél előbb igazi közösséggé váljanak,

az utazás hangulatáért,

a sikerért,

a működéshez szükséges engedélyek beszerzéséért

~~azért, hogy~~ az utazáson résztvevők ne sértsék meg a helyi lakosság érzékenységét, beilleszkedjenek Kahawa életközösségébe

a Chance Program kommunikálásáért a helyi lakosság, a helyi önkormányzat és egyéb hatóságok felé

a Chance Program társadalmi felelősségvállalásnak megvalósulásáért

a dokumentációk archiválásáért

A vezető (vagy megbízottja) képviseli a média felé és egyéb fórumokon a Chance Program élményterápiás utazását.

A vezető részére elengedhetetlen a

gyógyító erő,

hitelesség,

pszichológusi végzettség,

legalább 10 éves szakmai tapasztalat (lehetőleg gyermekotthoni, és szakmai vezetői) is,

magas szintű angol nyelvtudás,

legalább B kategóriás jogosítvány (Nemzetközi jogosítvánnyal kiegészítve.),

legalább 35 éves életkor,

munkavállalási engedély Srí Lankán.

Előny a klinikai szakpszichológusi végzettség, valamint a pszichoterapeuta és családterapeuta végzettség.

Előny, ha mentorként, vagy pszichológusként minél több élményterápiás utazáson vett részt a Chance Program keretében.

Mindenképpen fontos az elkötelezettség, a (Srí Lankai) magas szintű helyismeret és a jó csapatépítő- és problémamegoldó képesség.

További előny, ha minél több jellemző illik rá az „egészséges ember” meghatározásából, amit a 3. fejezetben ismertettünk.

13) Egyebek

A Chance Program élményterápiás utazásának helyszíne

Srí Lanka, Batapola Road, Gamini Wichikmara' s House

A fő helyszín Srí Lanka déli tartományában található Kahawa nevű falu, a 2004-es cunami után magyarországi adományokból épült HELP Falu szomszédságában levő saját kertes, ötszobás, nagy nappalival és amerikai konyhával, négy fürdőszobával rendelkező ház, melyet egy dupla komfortos hámszobás melléképület egészít ki.

A kertben úszómedence, röplabda pálya, ping-pong asztal, barbecue sütő, kerti étkezőhely is található.

Kahawában magyarnak lenni sajátos értéket képvisel, minden résztvevő élvezheti azt a különös megbecsülést, szeretetet és tiszteletet, ami a korábban itt önkéntesként dolgozó, majd később terápiás célból ideutazó magyarok érdeme.

Mindenkitől személyesen elvárjuk, hogy ezt a jó hírnevet erősítse, az itt élőkkel udvariasan és a helyzetből adódó tisztelettel, szívéllyességgel viselkedjen.

Különösen érzékeny terület a szingaléz fiatalok szemérmessége, melybe beletartozik, hogy nincsenek hozzászokva a „kokettáláshoz, flörtöléshez”, és hogy intim kapcsolatot a szingaléz kultúra csak házasságban fogad el.

Nyelv

Srí Lankán a szingaléz és tamil nyelv mellett – mivel brit gyarmat is volt – általánosan elterjedt az angol nyelv használata.

A Chance Program élményterápiás utazására való jelentkezésnek nem feltétele az angol nyelvtudás.

A programba azonban a hétköznapiakon beépítettük az egyéni szintfelmérésen alapuló gyakorlatorientált angol nyelvtanulást, nyelvgyakorlást, ami segít a kultúra megismerésében és a helyi lakosokkal való kommunikációban is.

Fürdés az óceánban

Az Indiai-óceán varázslatos környezetet ad a programnak, azonban az óceánban való fürdés, strandolás a hullámok veszélyes, gyakran életveszélyes visszaáramlása miatt csak a program egyik – megfelelő tapasztalattal rendelkező - mentorával megengedett, és vele is a parttól maximum öt méterre. Mentorált nem mehet az óceánba beljebb, mint a jelenlévő felelős mentor.

Ital, tudatmódosító szerek, dohányzás

A gyerekek és fiatalok az utazás során alkoholt és tudatmódosító szert semmilyen indokkal nem fogyaszthatnak. A dohányzás engedélyezése vagy tilalma előzetes egyéni megállapodáson alapul. Feketekávé és fekete, illetve zöld tea fogyasztása a felnőtt ellátottak részére 17 óráig, a fiatalabbaknak 12 óráig megengedett, de ezt mindenki saját magának kell, hogy biztosítsa.

Oltások

Oltások ügyében az ÁNTSZ tájékoztatása az irányadó.

Gyógyszerek

Gyógyszerek szedését előre meg kell beszélni. Gyógyszert vagy étrend kiegészítőt ne vegyen be senki a program vezetőjének tudta nélkül, így megelőzhetőek pl. allergén reakció esetén a veszélyes együtthatások vagy félrekezelések. A kötszerek kivételével, minden gyógyszert le kell adni a program vezetőjének.

Szankciók:

aki

- az óceánban kísérő nélkül (vagy a parttól több, mint öt méterre) fürdik,
- a kerti medencébe ugrál,
- alkoholt vagy tudatmódosító szert fogyaszt,
- engedély nélkül elhagyja kísérőjét, vagy a csoportot, esetleg éjszaka a házat,
- bármit eltulajdonít vagy szándékosan rongál,
- önmagát vagy másokat veszélyeztet,
- bárkit testileg bántalmaz,
- több mint háromszor kivonja magát a napirend által meghatározott programból,
- másokat a tanulásban vagy a gyógyulásban hátráltat, vagy megakadályoz,
- nem tartja be a Baleset- és tűzvédelmi szabályzatot,

kizárja magát a további terápiás lehetőségéből, és a szülővel egyeztetett módon, megfelelő biztonsági szempontok betartásával a lehető legrövidebb időn belül haza kell utaznia, amennyiben a közösség (ellátottak, munkatársak és a program vezetője) máshogy nem dönt.

Minden komolyabb problémát, konfliktust, nehézséget vagy megtorpanást tanácsos megbeszélni a programvezetővel.

Ha valaki bármilyen okból maga szeretné megszakítani az élményterápiát és haza szeretne utazni, azt először feltétlenül a programvezetővel beszélje meg, fiatalkorú esetén skypeon (esetleg telefonon vagy e-mail-ben) a szülőkkel (törvényes képviselővel) is tartunk egy közös megbeszélést.

Az esetleges rongálásokért, a technikai eszközök elrontásának vagy elvesztésének következményeiért az ellátott, illetve törvényes képviselője anyagi felelősséggel tartozik.

Minden résztvevő rendelkezik egészségügyi biztosítással

Betegség esetén a helyi egészségügyi intézmény kiválasztása a programvezető feladata.

A szúnyogok által terjesztett betegségek elleni védekezés minden résztvevő (fiatalkorúak esetén törvényes képviselője) saját döntése.

Mindenfajta gyógyszereszedésről kérjük a program vezetőjét írásban tájékoztatni.

Az utazás során a rendszeresen szedett vagy esetlegesen szükséges gyógyszerek árának és a szükséges orvosi vizsgálatok, beavatkozások árának a biztosításon felüli részre vonatkozó fedezetét, valamint a tisztálkodási-, bőrvédő- és napozás utáni szereket a résztvevők (saját maguk, illetve törvényes képviselőiken keresztül) önmaguknak biztosítják. Az utazás teljes időtartama alatt – különös tekintettel a nagy melegre - elvárjuk a résztvevőktől a legalább napi egyszeri alapos tisztálkodást.

Az utazás megszakítása

Ha valakinek az utazást egészségi okok miatt kell megszakítania, a gyerek hazautazásával kapcsolatos költségek a törvényes képviselőt terhelik.

Kommunikáció

Kérjük, hogy minden résztvevő hozzon magával kártya független mobiltelefont.

A magyar SIM kártya használata rendkívül költséges mind kimenő, mind fogadott hívások, sms-ek esetén.

A kinti SIM kártyát (minden ellátott részére az utazás során egyszer) a szervezők biztosítják, azok feltöltéséről a használónak kell gondoskodnia.

Minden résztvevő számára biztosítunk mobilinternet sticket, annak feltöltéséről a használónak kell gondoskodnia. Az internet, valamint az egyéb technikai és szórakoztató eszközök használatát (pl. Xbox, tv, dvd) a napirendtől függően biztosítjuk.

Kérünk minden résztvevőt, hogy a diszkréció megőrzése érdekében ne készítsenek olyan képet, melyen bármelyik mentorált felismerhető, és a többiekéről tudomásukra jutott információt titokként kezeljék.

Mindenki hozzon magával

- 2 db. vízumképet, elemlámpát, napszemüveget, sapkát, kisméretű hátizsákot, lehetőleg laptopot, fényképezőgépet, zsebpénzt.
- Legalább két lepedőt, párna- és ágyhuzatot, törölközőt és az utazás teljes tartamára elegendő tisztasági és napvédő szert, valamint szúnyogriasztót.
- Meleg ruhára és zárt cipőre csak a repülőúton és az egyik kiránduláson van szükség, egyébként könnyű, nyári ruházat elegendő.

A résztvevők egyénileg felelősek az általuk hozott (illetve az utazás során vásárolt) ruhák, tárgyak, egyéb eszközök épségéért és őrzésért. Mindenkinek javasoljuk, hogy hivatalos iratait (útlevelét, stb.) és zsebpénzét a mentoránál helyezze el, aki azt a széfben tudja tárolni.

14) A Chance Program társadalmi felelősségvállalása

A Chance Program élményterápiás utazása meglehetősen drága szolgáltatás, annak ellenére, hogy nagyon sok önkéntes segítővel dolgozik.

A költségek főleg azért magasak, mert:

- nagy távolságra utazunk repülővel,
- kell biztosítás és vízum (egy hónapnál hosszabb utazás esetén, a vízumot meg is kell hosszabbítani),
- az utazás kis csoportos (a fajlagos költségek magasak: pl. vendégház és kisbusz bérlete, bérek és egyéb állandó kiadások...),
- minden ellátott mellett személyes mentor van (fedezni kell a gyereken/ fiatal felnőttön kívül a mentor étkezésének, szállásának, közlekedésének, stb. a költségeit is),
- a program igen sok élményt biztosít (nagyon költségesek a kirándulások, bálna- és delfinnézés, a sportolási és szórakozási lehetőségek – surf, wakeboard, jetski rafting, stb.),
- a kinti vendégházat akkor is üzemeltetni kell, ha nincs csoport (a kinti, Srí Lankai alkalmazottak fizetést is kapnak),
- az ingatlan, az ingóságok és a járművek biztosítása és karbantartása (főleg a sós pára miatt) jelentős tétel,
- a Srí Lankai céget folyamatosan üzemeltetni kell (titkár, könyvelő, éves mérleg, adózás, stb.).

Ezeket a paramétereket nem akarunk változtatni, mert mindezek együtt szükségesek a sikerhez.

Hozzánk szinte kizárólag olyan gyerekek/ fiatal felnőttek és családjaik fordulnak, akik előtt a tünethordozó pszichiátriai vagy az antiszociális karriere lebeg, s belátják, hogy gyógyszerekre, pszichiáterekekre és pszichológusokra, és/vagy ügyvédekre az elkövetkezendő években sokkal többet költenének, ha a gyerek/ fiatal felnőtt, illetve a család nem rendeződik.

A Chance Program szolgáltatási díja (2017-ben napi kb. 45 ezer Ft) tartalmazza a pszichológiai foglalkozásokat, a teljes ellátást, felügyeletet és programokat.

Az elmúlt négy év során 190-en jelentkeztek a Chance Program élményterápiás utazására.

Közülük 55-en vettek részt.

35 család tudta vállalni a teljes költséget, 15-nek adtunk jelentős kedvezményt, és öt gyereket (köztük két állami gondozottat) vittünk ki gyakorlatilag térítésmentesen.

Az SLEU Solutions (Pvt) Ltd. bár profitorientált vállalkozás, fennállásának eddigi nyolc éve alatt nem a haszonra, hanem az élményterápiás utazás módszerének kidolgozására és elfogadtatására törekedett.

A rászoruló, de a program költségeit megfizetni nem tudó családokat segíti az egyik elégedett anyuka által létrehozott alapítvány:

Név: Élményterápia a Trópusokon Alapítvány

Számlaszám: K&H Bank Zrt. 10403387-50526654-87521013

Adószám: 18847877-1-43

A Chance Program társadalmi felelősségvállalásának másik iránya Srí Lanka, főleg a telephelyünkön, Kahawa faluban a cunami után magyar támogatással felépült HELP Faluban élő családok. Az élményterápiás utazás során a résztvevők döntően a HELP Faluban végeznek önkéntes karitatív munkát, pl. a házak felújítását, rendszeres szerveznek gyerek-programokat, úszás-, foci- és egyéb sportrendezvényeket.

Több Srí Lankai gyereket/családot rendszeresen támogatunk anyagilag.

2. rész

A Chance Program élményterápiás utazásának összehasonlítása a hagyományos pszichoterápiával és családterápiával, illetve az olyan módszerekkel, hatósági intézkedésekkel, amikor a gyereket hosszabb – rövidebb időre kiemelik a családból

1) A hagyományos pszichoterápia és családterápia, valamint a Chance Program élményterápiás utazásának legfőbb különbségei

Az élményterápiás utazás nem több és nem kevesebb, mint a hagyományos pszichoterápia és családterápia. Egyszerűen teljesen más.

Más a személyi és tárgyi feltételeiben, valamint módszertanában és hatásmechanizmusában, de más a szemléletében is.

Nem célunk a különböző hagyományos terápiás szemléletek és módszerek (analitikus, analitikusan orientált, viselkedés, kognitív, rendszerszemléletű, stb. terápia), valamint egyéni- vagy csoportterápiás (hagyományos csoportterápia, pszichodráma, családállítás, stb.) eljárások és az élményterápiás utazás részletes összehasonlító elemzése. Kizárólag a legfontosabb különbséget fogalmazzuk meg.

Tudjuk, hogy az összehasonlítás leegyszerűsítés, főként azért, mert minden pszichoterápia személyhez (a pszichológus személyéhez, személyiségéhez kötött), így a szakma alapvető szabályaitól sok terapeuta eltér. Van, aki esetenként, van, aki mindig. Az általam ismert pszichoanalitikusok (pl. dr. Vikár György, dr. Popper Péter, dr. Varga Zoltán) által vezetett terápia módszere, technikája, stílusa és hangulata annyira egyedi, hogy szinte összehasonlíthatatlan. Véleményem szerint ez a pszichológia tudományos és gyakorlati fejlődésének, valamint a terápiás módszerek sokszínűségének a záloga.

A pszichoterápiában sok esetben a nem specifikus tényezők hatnak, és mindig minden megállapításra lehet ellenpéldát is találni.

Úgy gondolom, az élményterápiás utazás során a tanulmányaim, a tapasztalataim, a személyiségem, a mentorok tudása és személyisége, valamint a Srí Lankán kialakított körülmények, az együtt megélt sok-sok élmény és azok megbeszélése, és nem utolsó sorban a gyógyító erő hat.

A hagyományos pszichoterápia és családterápia, valamint a Chance Program élményterápiás utazása közti tartalmi és technikai különbségek:

- Az élményterápia célközönsége azok a gyerekek/ fiatal felnőttek és családok, akiknek a hagyományos pszichoterápia és/vagy családterápia nem tudott segíteni.
- A hagyományos pszichoterápia és családterápia a „téren és időn kívül” létezik, az élményterápia pedig az „itt és most”-ra épül.
- A hagyományos pszichoterápia és családterápia mesterséges környezetben (egy rendelőben) zajlik, az élményterápia pedig a valóságban.
- A hagyományos pszichoterápiában és családterápiában a bizalom sokkal nehezebben és hosszabb idő alatt alakul ki, mint az élményterápiás utazás során. A legtöbb gyerekben/ fiatal felnőttben és családban már az első beszélgetésen.
- Az élményterápiás utazás során a páciens részéről már hamar kialakult bizalom egyre erősödik, a páciens sokkal gyorsabban túljut a tünetek által biztosított kóros egyensúly felbomlásából következő negatív érzéseken, mint a hagyományos pszichoterápiában vagy családterápiában.
- A hagyományos pszichoterápia az egyénre, a csoportterápia az egyénekre és a csoportra, a családterápia a családra koncentrál, a Chance Program élményterápiás utazása során mindhárom a munka fókuszába kerül.
- A hagyományos pszichoterápia és családterápia a páciens által „hozott anyaggal” dolgozik (emlékekkel, történetekkel), az élményterápia pedig elsősorban a közösen megélt élményekkel.
- Az élményterápiás utazás, a több hónapos együttélés során sokkal nehezebb (akár szándékosan, akár akaratlanul) „becsapni” a pszichológust, mint a hagyományos pszichoterápia vagy családterápia során.
- A hagyományos pszichoterápia és családterápia elsősorban a szavak szintjén zajlik, az élményterápia pedig a történések szintjén.
- A hagyományos pszichoterápiában pozitív és negatív indulatáttekkel (is) kell dolgozni, az élményterápiában pedig valódi indulatokkal, érzésekkel és érzelmekkel.
- A hagyományos pszichoterápia és családterápia időtartama heti néhány 40-60 perces időre korlátozódik, az élményterápiás utazás során pedig hetekig, hónapokig élünk együtt azokkal, akik változni szeretnének. Ez alatt az idő alatt van, hogy naponta többször (néha öt perces, néha több órás) beszélgetésekre kerül sor.
- A hagyományos pszichoterápiában és családterápiában a találkozások közti időben a páciens/páciensek és környezetük gyakran sok mindent visszarendeznek, gyakran szinte előlről kell kezdeni a terápiás beszélgetést. Az élményterápiás utazás során a „páciens és a terapeuta” kapcsolata gyakorlatilag folyamatos.

- Az élményterápiás utazás során a résztvevők igazi közösséggé válnak, és segítik egymás változását, a hagyományos pszichoterápiában (kivéve egyes csoportterápiákban) nem létezik ilyen közösségi háló és társas hatás.
- A Chance Program élményterápiás utazása során a szülőkön, egyéb családtagokon kívül más látogatók is érkeznek hozzánk, akik pár nap múltán visszajelzést adnak, hogy milyennek látnak minket. A hagyományos pszichoterápiában és családterápiában ez elképzelhetetlen.
- A hagyományos pszichoterápia vagy családterápia általában egy-egy módszert alkalmaz, mi ötvözzük a módszereket.
- A Chance Program élményterápiás utazásának az eszköztára sokkal bővebb, mint a hagyományos pszichoterápiáé és családterápiáé.
- A hagyományos pszichoterápiának és családterápiának nem feladata a „nevelés”, mi szinte minden esetben rászorulunk a gyerekeket nevelni, tisztaságra és házi munkákra szoktatni, rendszerességet vinni a mindennapjaikba, stb.
- A hagyományos pszichoterápia és családterápia időben nem korlátozott, tarthat hónapokig vagy évekig, az élményterápiás utazás határozott idejű, általában egy-három hónap.
- A hagyományos pszichoterápia és családterápia helyszíne általában a páciens lakóhelyéhez közeli rendelő, az élményterápiás utazás pedig a hozzánk forduló lakóhelyétől több ezer kilométerre, Srí Lankán zajlik, s korántsem egy rendelőben, hanem döntően egy turista vendégházban.
- A hagyományos pszichoterápiában és családterápiában a pszichológus „fehér lap, amire bármit fel lehet írni”, döntően csak szakember mivoltát mutatja meg, az élményterápiás utazás során mindannyian „kiterítjük a lapjainkat”, minden résztvevő megismeri egymás múltját és problémáit.
- A hagyományos pszichoterápiában és családterápiában nincsenek „együttélési konfliktusok”, az élményterápiás utazás egyik fontos eszköze a mentoráltak között, vagy a mentoráltak és a személyzet, vagy a személyzet tagjai között kialakuló konfliktusok dinamikájának megértése, és azok rendezése.
- A hagyományos pszichoterápiát és/vagy családterápiát Magyarországon klinikai szakpszichológus végezheti, ha tagja a Magyar Orvosi Kamarának, van működési engedélye és terapeuta és/vagy családterapeuta végzettsége. A Chance Program élményterápiás utazását is csak pszichológus végzettségű szakember vezetheti, de mivel az élményterápia annyira eltér a hagyományos pszichoterápiától és családterápiától, semmilyen egyéb végzettséget nem igényel, kizárólag tapasztalatot, emberi kvalitást és gyógyító erőt.

- A hagyományos pszichoterápiában és családterápiában a konkrét esetek szintjén nehéz meghatározni a pszichológus szerepét a gyógyulásban, az élményterápiás utazás során ez sokkal világosabban látszik.
- Az élményterápiás utazás a hozzánk forduló, valóban kétségbeesett szülők, gyerekek és fiatalok részére sokkal hatékonyabb, mint a hagyományos pszichoterápia vagy családterápia.
- Az élményterápiás utazás során a személyzet (mentorok, vezető pszichológus) sokkal átfogóbb és intenzívebb feladatnak van kitéve, mint a hagyományos pszichoterápiát vagy családterápiát végzők.
- A hagyományos pszichoterápiát és családterápiát általában egy, vagy maximum két szakember végzi, az élményterápiás utazás során a személyzet több főből áll, és igazi közösségként dolgozik együtt.
- A személyzet tagjai az élményterápiás utazás során sokkal több sikerélményt élnek át, mint a hagyományos pszichoterápiát vagy családterápiát végzők.
- A hagyományos pszichoterápiával és családterápiával ellentétben az élményterápiás utazás során a pszichológus is bekapcsolódik a háztartási feladatokba (bevásárlás, főzés, mosás, takarítás stb.).
- Nagyon fontos különbség, hogy a hagyományos pszichoterápia mögött kb. 100 éves, a családterápia mögött kb. 50 éves tapasztalat van, a Chance Program élményterápiás utazása a maga 12 évével hozzájuk képest gyerekcipőben jár.

Később, ha esetleg majd a szakma befogadja és elismeri a módszerünket, készek vagyunk tudásunkat és tapasztalatainkat másokkal is megosztani, másokat is felkészíteni ilyen munkára.

A Chance Program élményterápiás utazása egy új módszer, melyet szeretnénk „meghonosítani” és minél több magyar és külföldön élő magyar családhoz eljuttatni.

Tudomásunk szerint a Chance Programon kívül sehol a világon ilyen élményterápiás utazás nem létezik, ez egy „Srí Lankai Hungarikum”.

2) A hagyományos pszichoterápia és családterápia, valamint a Chance Program élményterápiás utazásának közös vonásai

Mind a három módszer,

- személyhez kötött (a pszichológus személyisége döntő fontosságú)
- szolgáltatás
- célcsoportja nagyjából átfedi egymást, azzal a kiegészítéssel, hogy az élményterápiás utazáson jellemzően olyan gyerekek/ fiatal felnőttek és családok vesznek részt, akiknek a hagyományos pszichoterápia és/vagy családterápia nem tudott segíteni
- szóbeli vagy írásbeli szerződéshez kötött
- pszichológusi alapképzést, és arra épülő speciális elméleti és gyakorlati képzést igényel
- saját élményt igényel
- a kezdetekben szupervíziót igényel
- alkalmazhat pszichológiai diagnosztikai eljárásokat
- a pszichológus a véleményét írásban megfogalmazhatja
- a kölcsönös és feltétel nélküli bizalomra épül
- a teljes őszinteségre épül, minden hazugság vagy titok hátráltatja, esetenként megakadályozza a cél elérését
- alkalmazása során számolni kell a korábban a tünetek által biztosított kóros egyensúly felbomlása okozta ellenállással
- biztosítja a diszkréciót
- célja az önismeret és az egészséges élet
- feladata segítségnyújtás
- meghatározott tárgyi feltételek között működik
- kidolgozott protokollal bír
- kidolgozott módszertannal bír
- meghatározott időkeretek között működik
- után követhető.

Egyik módszer esetében se ajánlott

családtagot, munkatársat vagy ismerőst a terápiában részesíteni

Mindhárom módszer esetében ki kell zárni a hozzánk fordulóknak pszichiátriai érintettségét, vagy megfelelő pszichiátriai kontroll szükséges.

Az élményterápiás utazást úgy definiáljuk, mint az általunk megismert terápiás módszerek egyes elemeinek összességét, kiegészítve az együttélés során megélt korrekív élményekkel.

3) A Chance Program élményterápiás utazásának elhatárolása egyéb olyan módszerektől, hatósági intézkedésektől, amikor a gyereket (meghatározott vagy határozatlan időre) kiemelik a családból

Kórházak, egyéb ellátó helyek Magyarországon

Vannak Magyarországon is olyan kórházak, egyéb ellátó helyek, ahol gyerekeket/ fiatal felnőtteket pszichés- vagy pszichiátriai problémával néhány hetes bennlakással kezelnek.

Ezek az ellátó helyek vagy korosztály-, vagy probléma specifikusak. A Chance Program élményterápiás utazásán azonban széles korhatárú és problematikájú gyerekek/ fiatalok vesznek részt egyszerre.

Az említett ellátó helyek egyszerre 20-40 gyerekekkel/ fiatallal foglalkoznak, egy-egy élményterápiás utazáson azonban legfeljebb 6 gyerek/ fiatal vesz részt.

A „szakszemélyzet” (mentorok, pszichológus, vezető) száma a Chance Program élményterápiás utazása esetében meghaladja az ellátottak számát.

A Magyarországi bentlakásos intézmények zártan, látogatási idővel működnek, a Chance Program élményterápiás utazása döntően egy nyitott turista vendégházban zajlik.

Bizonyos esetekben korlátozzuk egy-egy családtaggal a kapcsolattartást (előfordult, hogy szülőket is megkértünk, hogy 10 naponta, kéthetente beszéljenek a gyerekükkel).

Mi nem tiltjuk, csak beszabályozzuk (délben és este 2-2 óra) a telefon és internet használatot.

Gyermekek átmeneti otthona

A „Gyermekek átmeneti otthona” a gyermekjóléti alapellátás bentlakásos intézménye, ahova hat hónapra lehet felvenni gyereket, és ez az idő egyszer hosszabbítható.

Ezeknek az intézményeknek nem a gyógyítás a feladatuk, ehhez se tárgyi, se személyi feltételekkel nem rendelkeznek.

Átmeneti- vagy tartós nevelésbe vétel intézményei (régebben „állami gondozásnak” nevezték)

Ezek mindegyike hatásági intézkedés alapján működik.

Gyermekotthonok

Ezeknek sem feladatuk a gyógyítás, ehhez sem tárgyi sem személyi feltételekkel nem rendelkeznek. Tapasztalatom szerint ezekben a gyermekotthonokban „rideg gyerektartás” történik.

Speciális gyermekotthonok, vagy gyermekotthonok speciális csoportjai

Ezeknek a gyereketthonoknak, vagy gyermekotthoni csoportoknak feladata a gyógyítás, de a Chance Programmal ellentétben zártan működnek, nem koedukáltak és nem széles korhatárúak.

Nevelőszülői hálózat

Feladata a nevelés, nem a gyógyítás.

Német megoldások

Trauttwein Éva

„A németországi Ösvény az életbe egyesület 2005 januárja óta Magyarországra, a román határ közeli tanyákra is küld német fiatalokat. A szervezet Mártély-Mindszernt-Csongrád körzetében, a településektől három-öt kilométerre vásárolt házakat. A térség különféle lehetőségeket nyújt az értelmes, egyszerű munkára. A fiatalok részt vesznek az erdőművelésben, mezőgazdaságban, de autószerelő és asztalos is foglalkoztatja őket. A házon kívüli munka jobb motiváció, és a napokat is jobban tagolja. A szakemberekkel végzett munka felkészülést jelent a szakma elsajátításra a német iskolában.”

Ezt a programot elég jól ismerem, foglalkoztam egy 15 éves fiúval, aki évek óta élt egy magyar tanyán egy idős magyar házaspárral, akik nem tudtak németül. A gyerek elszakadt a családjától, a barátaitól, a kultúrájától, nem voltak kortárs kapcsolatai, nem járt iskolába, 5-6 éves szintre esett vissza. Természetesen Magyarországon is „rossz társaságba keveredett”.

Véleményem szerint ezeket a gyerekeket „számúzik” Németországból, nem kapnak megfelelő szakmai segítséget, vegetálnak, regresszióba kerülnek.

Másik német módszer a nehezen kezelhető gyerekek Szibériába telepítése.

(további idézet a fenti cikkből)

„Németországban már az 1990-es évek eleje óta alkalmazzák a problémás fiatalkorúak javító-nevelő programjaként. A tevékenységnek része a fizikai munka, fontos az önfenntartás, a lakhatás egyes elemeinek önálló megteremtése. A lakóhelyen rendszerint a legcsekélyebb civilizációs feltételek adottak, ami a kalandosság érzését is kölcsönzi a módszernek. Ha sikerül megküzdenni az önellátás nehézségeivel, az önbizalom erősödik. Ahhoz viszont, hogy a megoldás sikeres lehessen, a fiatalnak éreznie kell a változás szükségességét, és érdeklődéssel kell tekintenie a külföldi tartózkodás elé.”

Átnevelő táborok

Ezek az intézmények az „elvetemült” serdülők „megszelídítéséről” szólnak.

Általában drasztikus büntetési és jutalmazási rendszert alkalmaznak.

Szinte kizárólag a viselkedésre, a külső kontroll érvényesítésére helyezik a hangsúlyt.

Részletek Kassai Tini cikkéből: Ahol a gyereke az életükért harcolnak

„A szülők tisztában vannak azzal, sőt beleegyezésüket adják hozzá, hogy az átnevelő táborban, ahol a gyerekek fogolyként élnek, a nevelők olyan "pedagógiai eszközöket" használhatnak, amelyek messze esnek a civilizált társadalom által használt módszerektől. Mindezt persze a "gyerekek érdekében".”

„2009-ben Kinában egy sokkoló tragédia irányította a figyelmet az átnevelő táborokra, ahol netfüggő fiatalokat brutális eszközökkel próbáltak szenvedélyükről leszoktatni. Egy gyermek behalt az átnevelésbe, míg 14 éves társa fizikai-pszichés bántalmazása után válságos állapotban került kórházba a táborból.”

„A gyerekek éheztetése ugyanúgy eszköze az ego megtörésének, mint a fizikai bántalmazás vagy az uniformizálás. Nincs mód egyéniségük megélésre, egyetlen parányi homokszemmé zsugorítják őket, ahol egy idő után a cél a pusztá életük megőrzése. Ezért mindenre képesek, árulásra, megalkuvásra és arra is, hogy a nevelők jóindulatának elnyerése reményében eltapossák társaikat.”

„2012 végén röppent fel a hír, mely szerint Dél-Koreában is népszerűek a szülők körében az átnevelő táborok, és Koreában a fiataloknak nem kell durván deviáns módon viselkedni ahhoz, hogy néhány hétre átnevelő táborba kerüljenek. Elég a tiszteletlen magatartás a szülőkkel szemben, a "visszabeszélés" vagy az elvártnál alacsonyabb iskolai teljesítmény ahhoz, hogy a szülők tábori felügyelők gondjaira bízzák csemetéiket. A táborban aztán "katonai módszereket" alkalmaznak: fizikai állóképességüket erősítik, többek között órákig kell félmeztelenül hasalniuk a hóval

borított fagyos földön, máskor súlyos farönkökkel kell erőgyakorlatokat végezniük a végkimerülésig.”

A Chance Program élményterápiás utazása során arra törekszünk, hogy pozitív élmények kapcsán alakuljanak a szabályok belsővé.

A külső kontrollt, és eszközeit, a jutalmazást és a büntetést nem alkalmazzuk.

3. rész.

Mellékletek

1. sz. melléklet Szülői visszajelzések

A.

„Kedves Pali, kedves mentorok!

Nagyon könnyű dolgom van ezzel a levéllel. Nektek köszönhetően könnyű, mert nem kell keresnem a szavakat, egyszerűen elég visszagondolni Rátok, a Sri Lankai napokra, az ott ért élményekre, katarziszokra, családi életünk hihetetlen pozitív változására.

Jelzem, hogy ez nem egy “hivatalos”levél, nem egy “kötelező” köszönjük, hanem egy őszinte, szívből jövő köszönetnyilvánítás egy családapától, aki Sri Lanka előtt sose hitt semmiféle terápiában, a csoportos ülünk le és találjuk meg a probléma okát beszélgetésekben.

Pedig... működik, működik, működik!!!

Ha úgy döntünk mi szülők,hogy gyermekünk a Pali által vezetett közösségben, mentorok segítségével töltsön el 2-3 hónapot,akkor kérnélek benneteket,hogy feltétel nélkül biztatok bennük, biztatok a Chance Programban.

Mert ...működik, működik, működik!!!

Családunkban megoldódott, orvosolt problémák a Chance Program alatt:

- Apa-fia konfliktus
- Testvérvizsoly
- Depresszió

Kedves Pali, engedd meg, hogy még egyszer köszönetet mondjak Neked,a mentoroknak,a Sri Lankai embereknek, Kahawának,a Chance Programnak,és a családomnak. Tizenhárom éves fiam mellett a legnagyobb változáson én mentem keresztül a segítségetekkel az ott töltött tíz nap alatt.

Merjünk változni, merjünk tükörbe nézni, merjünk beszélni a problémákról őszintén, és dolgozzunk egész addig, amíg egymás vállán sírva, egymást ölelve eljutunk kapcsolatunk arra a pontjára, ahol mindig is lenni kellett volna.

Köszö Pali.”

B.

„Vaskuti Pál képes arra, amire sok más szakember nem, bizalmat adni. Bizalmat adni, ami nála nem elhatározás kérdése, hanem képesség.

Képes rá, hogy első pillanatban meglássa a hozzá forduló gyerekben, vagy fiatal felnőttben a valóságot. Ez a képesség és a több évtizedes szakmai tapasztalat teszi lehetővé a csoda megszületését.

Az apró, mások által csirázásra képtelennek ítélt magot képes a megfelelő földbe helyezve, megfelelő mennyiségű hőt és fényt biztosítva számára életre kelteni. A mag lassan csirázni kezd, apró gyökereket növeszt és vékony szárával a nap felé törekszik.

Vaskuti Pál mentorai segítségével nem csak lehetővé teszi, hogy a hozzá forduló gyerek vagy fiatal felnőtt, jelen esetben a mag életre keljen, hanem mint a jó zöld kezű kertész gondozza is azt, míg virágot növeszt, hogy egy nap termést hozhasson és részévé váljon az örök körforgásnak.

Vaskuti Pál Sri Lankán a könnycsepp szigetén csapatával szakmai hitelességgel csodát tesz, amelynek a hatása alól egy résztvevő sem tudja kivonni magát.

Köszönöm Neked, Nektek.

Egy érintett anya tollából.”

C.

„Kedves Pali!

Lassan egy hónapja érkeztünk haza Sri Lankáról és még mindig kicsit hihetetlen, hogy elmentünk...

Gábor fiúnk hamarosan 13 éves, most kezdte az iskolában a 7. osztályt. Az előző iskolaév vége felé, május végén, elkeseredésünkben, tehetetlenségünkben irtunk Neked mailt egy szerdai estén.

Gábort akkor már egy ideje gyakorlatilag semmivel nem tudtuk kimozdítani a semmittevésből itthon, tanárai pedig az iskolában. Úgy látszott, az érdeklődését nem lehet felkelteni semmi iránt, csak a TV nézés, esetleg a számítógépes játékok kötötték le. Ezek is inkább csak odaszögezték a képernyő elé, mintsem, hogy szórakoztatták volna. Közös programot, beleértve a vacsorát is, szinte nem lehetett vele összehozni.

Ezek a problémák már az iskola kezdete óta kísérték bennünket, tarkítva heves dühkitörésekkel, veszekedésekkel.

Mіндеzt egyikőnk sem kezelte megfelelően, egyre türelmetlenebbek és tehetlenebbek lettünk. Május végére gyakorlatilag menekültünk egymás elől, Gábor bezárkózott egészen.

Rólad először a Klub rádióban hallottunk, egy interjúban. A beszélgetés, amit Károllyal együtt hallottunk, azonnal felkeltette érdeklődésünket és a neten meg is kerestünk minden anyagot a programodról.

Az elkeseredett szerdai mailünkre azonnal válaszoltál, azzal a nyugtalanító megjegyzéssel, hogy másnap gyorsan kellene találkozunk, mert 2 nap múlva elutazol 3 hónapra...Ezt és a többit persze már tudod. A lényeg, hogy a megbeszélés, amibe Gábor is bekapcsolódott még másnap, olyan meggyőző volt és mi olyan elkeseredettek, hogy Gábor a péntek délutáni gépen már ott ült melletted Sri Lanka felé menet...

Ma is zavarba jövök ettől, de ahogy kétségem akkor sem volt, hogy jól döntöttünk, ma sincs.

Szombaton már Sri Lankáról telefonáltatok. Szinte azonnal elkezdted küldeni a fotókat és a rövidebb, hosszabb beszámolókat. Gábornak Te lettél a mentora. Ezt külön nagy szerencsének

tartjuk. Benned olyan emberrel találkozott a gyerekünk, akivel száz százalékban kompatibilis. Úgy látjuk ez sokat segít neki abban, hogy Veled természetesen, gátlások nélkül viselkedjen, így a problémái(nk) is rövid időn belül világosak voltak számodra.

Egy héttel később már olyan fotók érkeztek, amiken Gábort olyan felszabadultnak és boldognak láttuk, ahogy itthon sajnos már hosszú ideje soha.

Közben Gáborral is sokszor beszélünk telefonon, Skypon. Korábban a beszélgetéseink pár szavas életjelek voltak csupán, itt szépen lassan kinyílt a kisfiunk és szívesen mesélt hosszabban is az élményeiről. Élményeiről, amiken keresztül ő maga is egy másik Gábort kezdett megismerni. Egy közösségben kellett elfogadtatnia magát, elfogadni a többiekét, gyerekeket, mentorokat. Ez a támogató közösség láthatóan már a kezdetektől nagyon jó hatással volt rá. El kellett fogadnia a csoport róla szóló visszajelzéseit és neki is meg kellett osztania a többiekkel kapcsolatos érzéseit. Ahogy mesélted, ez különösen érdekelte Gábort és Ti is sokat beszélgettetek a terápiás környezetről.

Beindult az angol tanulás, reggelenként a munka és persze az élvezetek hosszú sora: Tuk-tuk, kismotor, jetski, wakeboard, ping-pong, röplabda és akkor még nem is beszélünk a dobolásról, film-készítésről. A Sri Lankai környezet és emberek, egy más kultúra megismerése is nagy hatással volt rá.

A viharos gyorsaságú indulásnál abban maradtunk, hogy Gábor minimum egy hónapra megy és meglátjuk közben, hogy akar-e, tud-e maradni. Ez a kérdés a második héten eldőlt, ő maga kérte, hogy a program végéig, 3 hónapig maradhasson.

Már indulás előtt megállapodtunk abban, hogy az utolsó két hétre mi is kiutazunk és azt a csoporttal, Gáborral együtt töltjük. Mi augusztus 15-én érkeztünk meg Sri Lankára, egy számunkra teljesen ismeretlen új világba. Közel három hónap elteltével boldogan ölelhetjük végre meg egymást a colombói repülőtéren. A "bázisra" menet Gábor folyamatosan mesélt, már az első napra annyi közös programot tervezett, ami három napba sem fért volna bele.

Így megismerhettük az egész csapatot. Azt rögtön láttuk, hogy olyan embereket gyűjtöttél egy csapatba, akik hihetetlen érzékenységgel, elfogadással és segítőkészséggel viszonyulnak az emberekhez. Ki-ki saját egyénisége szerint különböző módon, de láthatóan egy cél érdekében munkálkodott azon, hogy ezek a gyerekek, fiatalok ráleljenek saját értékeikre. Már az első napon volt egy csoportos megbeszélés, ami Gáborról és rólunk szólt. Nem volt könnyű egyikünknek sem. Az itthon, Gábor nélkül eltelt idő alatt mi magunk is sokat gondolkodtunk azon, hogy vajon miért is kell most egészen Srí Lankáig utaznunk... Azt persze sejtettük, hogy nem arról van szó, pusztán, hogy a gyerekünk hogyan viselkedik. Egy család vagyunk.

Azzal azonban, hogy mindent hárman csinálunk, de főleg mi ketten, szülők alakítjuk életünket, a gyerekünk életét így, ahogy, ott Sri Lankán kezdtél bennünket szembesíteni. Nagyon nagy segítség volt ebben a többi mentor visszajelzése is, köszönet érte mindannyitoknak! Az eltöltött közel két hét nagyon tanulságos, sokszor fájdalmas, de egyben nagyon élvezetes is volt.

Gábor sok élményét együtt is átélhettük, néha kevesebb, sokszor több sikerrel. Azt megértettük, hogy ez csak az út eleje, amihez nagyon nagy segítséget kaptunk, de magunknak kell végigjárnunk. Amikor hazaértünk, Gábor azt kérdezte, hogy szerintünk a mi családnak meggyógyul-e. Aztán Ő maga válaszolt is: szerintem igen, nekem kell a legkevesebbet, nektek kettőtöknek többet dolgozni ezen.

Egyetértettünk.

Azóta elkezdődött itthon az iskola. Nem egy új Gábor kezdte el, hanem egy megerősödött, nagyobb önbizalommal rendelkező régi Gábor, akiben nagyon sok örömünk van és lesz a jövőben.

Nem könnyű külső segítséget kérni, ha az ember már tehetetlennek érzi magát a gyereknevelésben, együttélésben. Egyre nehezebb, ha már sokféleképpen próbálkozott. Most azt érezzük, hogy Benned és a programodban nagyon erős támaszra leltünk. Köszönjük a munkádat, munkátokat és nagyon sok sikert kívánunk a továbbiakhoz!

Zsófia és Károly”

D.

„Kedves Pali!

Engedd meg, hogy megosszam veled azt a történetet, amely életünk jelentős állomása és fordulópontja. Ennek a történetnek az egyik szereplői Ti voltatok, az általatok megvalósított Chance-program, a másik szereplő a fiam.

A mi történetünk egy verőfényes szép májusi napon kezdődött, – három nappal Pünkösöd előtt - , épp a szokásos haragszom rád állapotban voltunk. Aznap reggel nem voltunk lelkesek, de elindultunk otthonról, hogy ki-ki végezze a maga kötelességét.

Délelőtt folyamán érkezett egy elektronikus levél a részemre, csak egy honlap cím és egy kérdés volt benne (<http://www.chanceprogram.hu> „Robinak?”). Miután megnyitottam az oldalt, nem vacilláltam, mint máskor szoktam, azonnal levelet írtam, feltettem azt a kérdést, amit már több ízben, több helyen már feltettem, hogy a mi visszatérő problémánkra megoldás lehet ez a program? A legnagyobb megdöbbenésemre rövid időn belül csak egy telefonszámot kaptam „hívjon fel” válasszal. Mint akit megcsíptek, ugrottam és futottam a cégünk előtti parkolóba telefonálni, mert addigra már nagyon szégyelltem magam a nap mint napos magánéleti gondjaim miatt.

A telefonbeszélgetés nem volt hosszú, arról szólt, hogy vannak-e szakvéleményeink, meg hol és mikor találkozunk. Izgultam, hogy mit fog szólni a gyerek, hogy tudta nélkül már megint vinni akarom valahova. Úgy döntöttem, hogy előbb csak megmutatom azt amit én is láttam, este a kezébe adtam, minden magyarázat nélkül a kinyomtatott oldalt. Másnap kérdeztem rá, hogy olvasta-e és mi a véleménye, „ez nagyon szuper lenne” volt a válasz, ekkor mondtam meg, hogy van egy időpontunk.

Péntekre volt a találkozó megbeszélve, egész nap nem találtam a helyemet, mint mindannyiszor, amikor újabb és újabb helyekre vittem a fiamat, mert hát róla szól ez a történet, egy 17 éves kamaszról. Őt közben figyeltem a gyereket, nem láttam rajta semmit, nem ült ki az arcára méla bú, ellenállás (na, megint egy újabb próbálkozása anyának). Sok mindent hallottunk a programról, több pozitív tapasztalatot, mely megerősítette bennem, hogy ez egyénre szabott terápia, mentorok segítségével.

A program vezetője Vaskuti Pál Úr azt is elmondta, hogy mind ez mennyibe kerülne, összevillant a szemünk a gyerekekkel, – no, ezt nem nekünk találták ki, köszönjük el udvariasan – értettünk egyet szavak nélkül.

Biztosan látta és értette is ezt a néma párbeszédet Vaskuti Úr; mert közölte velünk, hogy a szóban forgó összeg töredékéért elviszi magával a gyereket három hétre! Még csak fel sem ocsúdtam a meglepetéstől, amikor nagyon halkán megszólalt az én kamaszom „anya elég lesz három hét?” Eufórikus állapotban távoztunk, azzal, hogy másnap délelőtt ismét találkozunk.

Hihetetlen volt számunkra, hogy ekkora szerencse ért minket, nem is ismert minket ez az Úr és mégis ekkora segítséget ad? Lassacskán már majdnem két ház árát költöttem a gyerekemre, hogy megszabaduljunk a visszatérő problémájától, nekünk senki nem segített, sőt..., még a

lottón is csak kettesem volt eddig. Nem vagyok bigott vallású, de hiszem Istent, aznap éjjel hálával fordultam hozzá ezért a lehetőségért, mit lehetőségért „csodáért”. Kevés alvás után, de boldog szívvel indultunk a másnapi találkozóra.

Pali úgy fogadott minket, mint régi jó ismerőst. Miután leültünk folytatta az előző napi pozitív sokkolásunkat, mert közölte, úgy döntött, hogy nem három hétre, hanem négy hétre viszi magával. Az én nyegle fiacskám szóhoz sem jutott a meglepetéstől, de én sem. Robit kikísérte egy újsággal, hogy amíg mi beszélgetünk, ő olvasson a programról.

Amikor kettesben maradtunk elmondta, látta rajtunk, hogy nem vérszerinti rokonságban vagyunk, az érdeklődő levelemből is kiderült, egyedül nevelem, ezért úgy érzi, hogy támogatnia kell minket, ha már én annyi mindent megtettem ezért a fiúért, és úgy látja nem reménytelen eset, megérdemli a lehetőséget.

Nyeltem vissza a könnyeimet, és az óta is, ha erre gondolok, csak azt tudtam mondani egyfolytában, hogy köszönöm, köszönöm, olyan voltam, mint egy megakadt lemez, ekkor tiltotta meg nekem Pali a köszönöm szó használatát, neki többet ezt nem mondhatom!

Mint említettem nagyon sok helyen voltunk már, így van némi tapasztalatom, ezért meg tudom ítélni, hogy ki az, akit tényleg a gyerek érdekel és ki az, akinek ő csak egy eset. Arról már nem is beszélve, hogy ha elmondjuk, Ő örökbe fogadott, akkor több helyen már le is írták, és elintézték annyival, (sajnos nem azonnal, hanem több tízezer forint után) hogy minden kamasz így működik, és én csak panaszkodom.

Itt nem ez történt, minden, amit mondtam a gyerekekről, feljegyzésre került, átolvasásra az addigi szaktevélmények, és nem mondták itt, hogy kedves anyuka eltúlozza a dolgokat. Éreztem, hogy jó kezekbe adom a gyereket, holott nem hangzott el, hogy ez a TUTI, nem ígérték 100 %-os sikert, csak annyit, hogy biztos más embert kapok vissza.

Úgy váltunk el, hogy még aznap megveszi a repülő jegyét a gyerekek. Tánclépésben mentünk haza, a szó legszorosabb értelmében! Robikám mindenkit felhívott, hogy megy Sri Lankára, többek között a barátját is, aki azt kérdezte „anyukádnak honnan van ennyi pénze?” Ő is tudta, hogy nekünk ez a töredék összeg is horror.

Akkor még ötletem sem volt, hogy honnan szerzem meg a pénzt, de tudtam, hogy amire kell, meglesz. Másnap pünkösöd kezdődött, így volt időm ötletelni, az egyik ötletemhez segítséget kellett kérnem egyik rokonomtól, aminek veszekedés lett a vége, mert nem helyeselte, hogy megint a gyerekre akarok költeni, kidobott pénznek gondolta. Más megoldást kellett kitalálnom, alig vártam, most kivételesen, hogy elteljen az ünnep. Ez a nagy lehetőség annyira feldobta a fiamat, hogy amíg én a pénzért rohangáltam, ő nem talált be aznap az iskolába.

Nagyon csalódottnak éreztem magam, de arra gondoltam, hogy talán ez lesz az utolsó rosszasága.

Következő hét közepére összeállt az utazó csapat, ezért egy ismerkedésre voltunk meghívva. Nagyon szimpatikus volt nekem mindegyik mentor, hangsúlyozom nekem, mert a Robi kijelentette, hogy jó lenne, ha nem a Dávidot kapná, a miéltre nem tudott mit mondani.

Vaskuti Pali nem hazudtolta meg önmagát, megint megakasztotta bennem a levegőt, mert az ismerkedés végén megsúgta, úgy döntött, ha gyerekem úgy viselkedik, és azt látja, megérdemli, akkor a program végéig kint maradhat, de ezt a negyedik hét végén fogja vele közölni.

Megint csak az a szó jutott az eszembe, hogy köszönöm, de már nem mertem kimondani, mert aznap véletlenül már megtettem és ígéretéhez híven ott is hagyott.

Álltam ott leblokkolva és semmi nem jutott az eszembe, amivel kifejezhettem volna a hálámat és tiszteletemet. Megöleltem és akkor mondott még egy mondatot, amiért külön hálás vagyok, azt mondta, hogy klassz srácot neveltem, jók az alapok.

Ezzel visszaadta a hitemet, talán még sem vagyok rossz anya, és boldoggá tett, hogy ő is látja a gyerekemben a nagyszerűséget.

Az indulásig lévő idő nagyon gyorsan elszaladt, már csak azt vettük észre, hogy várjuk a repülő indulását.

Természetesen Dávid lett Robi mentora, amit ma már egy cseppet sem bán, olyan számára, mint egy testvér, akire felnézhet, hallgat rá, nagyon megszerette.

Számomra nagyon nehezen telt el ez a három hónap, mert Robi kint maradhatott, megkapta a lehetőséget. Minden egyes telefon, vagy elektronikus levél beszélgetés alkalmával komolyabb és komolyabb lett. Fél időben volt egy kirohanása az egyik telefoni beszélgetésünkön, meg is ijedtem, de kiderült, hogy honvágya van, és hiányzik neki a család. Sajnáltam is, meg nagyon jó volt hallani, hogy „szeretem a családomat”, „hiányzik a családom”.

Nagyon vártam már, hogy milyen emberként kapok haza, kiengedtem egy kamasz kisfiút és visszakaptam egy férfit! 17 nap telt el a haza érkezés óta, tudom, hogy ez nem sok idő, de nagyon szembe tűnő, hogy nem agresszív, nem kapja fel a „vizet” semmire. Máskor, ha csak hozzáérték, vagy ránéztek a buszon, már kiakadt, emelte a hangját, hőzöngött. Nem vitázik, nem keresi az igazát, és nem követelőzik, belátta, hogy az értékek bennünk vannak. Érdekes volt az ő szájából hallani, hogy Srí Lankán nagyon szegények az emberek és még is mosolyognak.

Eddig még nem vette fel a régi és könnyű haverokkal a kapcsolatot. Látszatra nagy dumás a fiam, de még sem mesélt, ha hazajött legtöbbször elvonult a szobájába, most hol ezt meséli el, hol azt, magától kérdés és kérés nélkül. Egyik ilyen alkalommal, holott a téma nem is olyan volt, elkezdte mesélni, hogy ő milyen szerencsés, mennyi esélyt kapott, hányszor kerülhetett volna intézetbe, vagy lehetett volna rendőrségi ügye, ha nem olyan emberek veszik körül, akik szeretik és bíznak benne.

Hány esélyt és bizalmat kapott, hogy talpra álljon, és ismét megkapta, be fogja bizonyítani, hogy méltó rá „anyuci meg látod, büszke leszel rám”. Mind ezt olyan komolysággal mondta el, mint ha nem is 17 éves lenne, hanem 30. Sosem hittem volna, hogy ezt megérem, vége a rettevésnek, tudja a fiam, hogy ki is ő, elfogadja végre a származását, megértette, hogy az emberi érték nem a bőrünk színétől, a vallási hovatartozásunktól és még a pénztálcánk tartalmától sem függ.

Még kintről egy telefoni beszélgetésünk alkalmával azt kérte, keressek számára egy másik iskolát, mert nem szeretne a régi közegbe visszakerülni, nagyon boldog voltam, mert szerettem volna erre rábeszélni, amikor hazajön, de nem kellett, ő kérte! Ötös osztályzatokat tűzött ki magának célul, most már a jó tanulók nem stréberek.

Ami még nagyon szembetűnő és örömteli változás, hogy nyílt, őszinte és türelmes, arra kért, hogy ne hozzam fel a múltat, mert 2013. augusztus 26-tól új időszámítás kezdődött az életünkbe.

Hálás szívvel gondolok azokra, akik ezt a változást előidéztek a fiamban, egy életre szóló élményt (élmény terápiát) kaptunk. Azért mondom többes számban, hogy kaptunk, mert ezt mindannyian kaptuk, kaptunk egy új Robit, aki a régiből haza hozta a jó tulajdonságait, a rosszakat pedig ott hagyta az óceánban!

Számunkra tiltott szó a köszönöm, megszegem, de ígérem utoljára KÖSZÖNÖM!

Üdvözlettel: Izabella, egy boldog anya”

E.

„Középső gyermekemmel évek óta komoly gondok voltak, ami olyan mértékben elhatalmasodott, hogy a végén már nem is beszélünk egymással. El voltam keseredve, görcsösen kerestem a megoldást. Próbáltam segítséget kérni, pszichológustól, nevelési tanácsadótól, de nem jutottunk semmire. Éreztem, hogy valami drasztikus változásra van szükség. Ekkor küldött át egy linket a barátnőm a Chance programról. Azonnal telefonáltam, másnap már utaztunk Pestre. Utolsó pillanat, utolsó másodperce volt, ezért nem volt nehéz meghozni a döntést, menjen-e gyerek. Így május 31.-én az én kisfiam elrepült Sri Lankára.

Az, hogy elment a gyerek, nekem is lehetőséget adott arra, hogy nyugodtan végiggondoljam mit rontottam el. Pár hét elteltével, tisztán és pontosan láttam a hibáimat.

Alig telt el egy hét Géza már telefonált is, azok után, hogy az utolsó fél évben már egyáltalán nem beszélünk egymással. A Facebook-on bejelölt, képeket küldött, napi szinten írt, mesélt örömeiről, bánatokról. Aztán a testvéreivel is beszélt, akikkel évek óta semmilyen kapcsolata nem volt. Szóval, elindult valami, gondoltam is: „Hiszem ha látom!”.

Hát megláttam, mert ebben a programban lehetőségem volt a gyereket meglátogatni, így nagy izgalommal vártam az augusztust.

Már a megérkezésem is fantasztikus volt. Megöleltem végre a gyerekeket, aki újra ugyan úgy ölelt meg, mint régen! Akinek láttam a szemében, mennyire örül nekem. Az utat végig beszélgettük, meséltük a három hónap élményeit egymásnak.

A szállásra érkezésünk után Géza lelkesen mutatta be a házat, a csapatot. Érdekes embereket ismertem meg. A mentoráltak mind kedves, életvidám gyerekek voltak, akiről nem is gondolnánk, hogy milyen komoly lelki problémát hurcolnak magukban. A mentorok végtelen türelme, az, ahogy szerették a fiúkat, ahogy próbálták a kedvükben járni, az lenyűgöző volt.

Szóval bekerültem egy olyan csapatba, ahol mindenki feltétel nélkül elfogadta a másikat, ahol a legfontosabb az volt, hogy ráébredszék a fiúkat arra, hogy mennyire értékes, szeretni való emberek.

A napi program általában hasonlóképpen zajlott. Ébresztő, reggeli, munka, filmkészítés, filmnézés, angol óra, ebédkészítés, csoportterápia, délután szabad program, kirándulásokkal, fürdészel, ki mit szeretne. Esténként Solo partival eldöntöttük a másnapi feladatok gazdait. Beszélgettünk, grilleztünk, gitároztunk, énekeltünk, nagyokat ettünk. Szóval közösségi élet, reggeltől estig.

Mindközben észrevétlenül összelekedtünk a fiammal. Mindketten görcsösen próbáltunk jobbak lenni. Sokat voltunk együtt, egy szobában aludtunk, esténként beszélgettünk, rengeteget kártyáztunk. A szabad programokat általában kettesben töltöttük, Géza megmutatta a közeli érdekességeket, bemutatott azoknak a helyi embereknek, akikkel jóban volt, kijártunk a piacra, ahol nagy szakértelemmel válogatta és alkudozott az árura, főleg, hogy mindezt angolul tette. Mert ugye ebben a három hónapban még angolul is megtanult.

Az ország csodaszép volt. Most már értem, miért hívják Ázsia gyöngyszemének. Jó volt látni egy ennyire más világot, megismerni az ott élő embereket, akik látszólag boldogok, elfogadják azt, ami van, és ahogy van, nincsenek megfertőzve még a nyugatias, anyagi világgal. A mi gyerekeink szeretettel fordultak feléjük, barátként kezelték őket, napi kapcsolatban voltak. Érdekes volt, hogy két ennyire különböző kultúra, megtalálta egymáshoz az utat. Búcsúzáskor könnyes szemeket láttam, amitől teljesen elérzékenyültem.

Soha nem voltam még ennyit kettesben a fiammal. Olyan dolgokról is beszélünk, amiről eddig nem beszéltem neki. A saját gondjaimról, a családukról, arról, hogy mi lesz velünk, hogyan tovább, hogy látom az életünket, az ő jövőjét, hogy ő mit szeretne. Ahogy közeledett az idő, hogy hazautazunk, láttam a fiamon, mennyire várja, hogy lássa a családját. A találkozás meghatározó volt, mert Géza az öccsét ölelte meg először; pont őt, akire a legjobban volt féltékeny. A nővérének is nagyon örült, hozott ajándékba neki egy szép gyűrűt. A testvérei is szívből örültek az Gézának. Pesten maradtunk egy napot, csavarogtunk, beszélgettünk, nagyokat nevtünk.

Hazaérkezésünk után, pár nappal kezdődött a sulis. Vissza kellett zökkeni mindenkinek a megszokott ritmusba. Géza elkezdte az iskolát, a kollégiumba beilleszkedett. Az osztályfőnökénél már érdeklődtem, és csak jót hallottam. Minden nap beszélünk telefonon. Úgy érzem, jól érzi magát, elfogadta a szabályokat. Hétfőként mikor itthon van, beszélgetünk, együtt tévézünk, úgy látom, szívesen van otthon. Van olyan, hogy el sem megy.

Az, hogy kimehettem a gyerekhez, arra szükségem volt nekem is. Valószínűleg, ez a Chance Program még hatékonyabb lenne, ha a szülők is részt vehetnének a terápiában, mert lássuk be, hogy a gyerek csak tünethordozó.

Sok mindent tanultam ebben a három hétben. Megtanultam, hogy nem kell mindig mindent jobban tudni, nem kell tökéletesnek lenni a gyereknek, hogy nem javítjuk ki mások előtt az embert, hogy nem kell tiltani dolgokat a gyereknek, csak azért, mert azt gondoljuk, még fiatal hozzá, nem fárasztjuk egymást érdektelen történetekkel, partnerként kell kezelniük őket, éreztetniük kell a biztonságot, a szerető szülői kezet, és a legfontosabb, hogy boldogok legyenek. És bármi probléma is adódik, a legfontosabb, hogy még jobban szeressük őket!

Nehéz mesterséget választottál, amikor arra vállalkoztál, hogy fiatal problémás gyermekeinket visszatereld a helyes útra, miközben megosztod velük a tudásodat és példaként állsz előttük.

Köszönöm amit tettél értünk. Köszönöm, hogy a gyereket visszaadtad nekem.”

F.

„Harmadik gyerekem rendkívüli érzékenységet, élelenségét, különleges látásmódját, a környezete (a legtöbb pedagógus) nehezen tolerálta. Egy vidéki kisvárosban nem sok lehetőség adódik, hogy ezeket úgy kezeljék, hogy a gyerek ne sérüljön. A kezdetben érdeklődő, viszonylag jó tanuló gyerekből, egy tanulási, beilleszkedési és viselkedészavarral küzdő kamasz lett.

Az önmagába fordulás, súlyos depresszió, majd az öngyilkossági gondolatok megállíthatatlan örvényként húzták le. Sokan próbáltak segíteni, de vagy elutasította ezt, vagy ideig-óráig fogadta el.

A kezdeti aggodás, a tanulmányai miatt (közelgő érettségi) apró semmiséggé törpültek.

Napi szinten rettegtünk az életéért.

Ekkor középső gyerekem (teljesen más okból) kapott egy linket a programról. Még aznap este írt Pálnak, aki azonnal válaszolt! Másnap reggel telefon, egyeztetés és könyörgés a gyereknek, hogy adjon esélyt magának.

Következő nap utaztunk. Találkozás, beszélgetés közösen, beszélgetés a gyerekkel. Pál vállalta, hogy foglalkozik vele itthon, hisz a 3 hónapos program költségeit nem tudtuk vállalni. Megígérte, hogy segít, hogy a gyerek utazhasson, így egy egyhónapos terápia költségeit igyekeztem előteremteni. Minden követ megmozgatva, a szükséges összeg egy része lett csak meg. EZ NEM JELENTETT AKADÁLYT! Augusztusban a gyerekem, a mentorával és Gergővel (aki Pál elutazása után és azóta is foglalkozik vele) elrepült.

Nem tudtuk, hogy mi lesz csak azt, hogy jó kezekben van, csodára vártunk. Már a megérkezés napján telefonált! Az ott töltött egy hónap alatt többet beszéltünk, mint előtte fél évig összesen!

Augusztus végén, a reptéren, nem egy gyerekkel, hanem egy fiatal felnőttel találkoztunk. A szeme csillogott és sok-sok hónap után megölelt! Az azóta eltelt hónapok alatt voltak mélypontjai, de mindig megoldotta. Szakmát tanul, igyekszik megtalálni a helyét. Ha kétségeim vannak, bármikor fordulhatok Gergőhöz, és az, ahogy ő bízik a gyerekekben, nekem is erőt ad.

Ez a program nem csak a gyerekekben indított el változást, hanem bennünk is. Kell még tanulnunk szülőként a türelemről, az elfogadásról és a bizalomról, de van példa előttünk. KÖSZÖNÖM!!!”

G.

„17 éves, kisebbik fiunk a 2014-es nyári turnushoz csatlakozva vett részt a Chance Program munkájában...és bár csak részidőben – picit több mint egy hónap – sikerült csatlakoznunk, nagyon hálásak vagyunk, hogy rájuk akadtunk.

Egy TV műsorban hallottunk a programról és bizony szívbemarkolóan nekünk szólt, a mi problémáinkra adott válaszokat, ezért gyors kutakodás után mail, majd gyors válasz és időpont egyeztetés következett.

Számunkra érdekes tapasztalat volt az, hogy Pali az első pillanatban megtalálta Kristóffal a hangot, azonnal együttműködést volt képes kiváltani, mert Kristóf alapjáraton nagyon ellenséges, bizalmatlan, elutasító volt már hosszú évek óta mindenkivel.

Mi már akkorra hosszú évek óta róttuk a magyar ellátórendszer labirintusát, ennek megfelelően kimerült hittel, bizakodással, a siker lehetőségének egyre halványuló pislákolásával a puttonyunkban. Bár 9 év után már volt egy diagnózis a kezünkben, nem voltunk meggyőzve arról sem, hogy az fedi a valóságot. Túl voltunk jó pár iskolaváltáson, a családi/ baráti kapcsolatok lassú leépülésén, a rendszeres perifériára kerülésén minden kortárs közösségben és bizony a hosszú évek küzdelme és kudarcai igencsak kezdték szétzilálni a családukat....

Azzal tisztában voltunk, hogy amíg Kristóf önbecsülése a béka hátsó traktusa alatt van mélyen elásva, addig esélye sincs semminek és senkinek arra, hogy segíteni tudjon egy konkrét megoldandó problémában, ezért azt tűztük ki elsődleges célnak, hogy ezen javítsunk.

Fantasztikus volt látni, hogy ilyen rövid idő alatt Paliék csapata mi mindenre volt képes, milyen látványos megerősödést volt képes elérni az önbizalom megerősítésében (néha persze mosoly nélkül nézzük, amikor a ló másik oldalán barangol a “kölyök” 😊).

Kezeln tudja azokat a helyzeteket, amik előtte dühkitörésbe torkolltak (persze kettő azért így is összejött, de enyhébb formában és tudjuk, hogy fokozat nélkül nincs átmenet), a kommunikációja az esetek 90%-ában már indulatmentes, higgadtan tud érvelni és képes észrevenni olyan dolgokat, amiket előtte egyáltalán nem....

Sokkal feszültség mentesebb az otthoni légkör; sokat javult a kapcsolata a bátyjával, a régi baráti kapcsolatait újraélesztette, új baráti társaságot is felépített a másik mellé és azóta komoly párkapcsolata van, amiről előtte azt gondolta, hogy neki soha nem lesz....

Az utógondozás jegyében családi terápiára járunk Gergőhöz, bontogatjuk a sok év alatt felhalmozódott, megoldatlan családi probléma-réteget, türelmesen araszolunk előre. Hihetetlen látni, hogy milyen empátiával, szeretettel, felelősséggel állnak mindig a gyerekek rendelkezésére. Tudjuk, hogy egy útnak az elején vagyunk, sok munka és megoldandó feladat vár ránk, de hihetetlenül sokat jelent, hogy ez az út nem a semmibe, hanem egy megoldás fele vezet.

Azt gondolom, hogy a velünk hasonló utat bejárt családok - Paliékat megismerve – újra megtanulnak hinni, bízni, remélni.....:)”

H.

„SZERETNÉK KÖSZÖNETET MONDANI a Sri Lankai terápián dolgozó szakembereknek, és segítőknek. Valamint SZERETNÉK TÁJÉKOZTATÁST ADNI ÉS SEGÍTSÉGET nyújtani mindazoknak, akik gyermekeik megváltozott magatartása miatt kilátástalannak érzik helyzetüket.

Már lassan két hónapja, hogy fiam megérkezett Vaskuti Pál által vezetett Sri Lankai élmény terápiáról.

Mielőtt hallottam ennek a terápiának a sikereiről, én már nagyon elkeseredett helyzetben voltam. Fiamat 21 évesen baleset érte. Élet halál közé, éber kómába került. Az agyi funkciói kezdtek leállni. Csodával határos módon sikerült ebből az állapotból 9 hónap elteltével kihozni. De valójában ezt a traumát nem tudta feldolgozni. Az előtte nyugodt, szorgalmas fiam feszültté vált. Nem úgy viselkedett velünk, ahogyan azelőtt. Nem lehetett vele beszélni, minden mindegy volt neki, tehát kezelhetetlen volt. Hiába beszéltük meg azt, hogy mikor legyen otthon. Nem lehetett rá számítani. Furcsa emberekkel került kapcsolatba. Éreztem, hogy ennek nem lesz jó vége.

Hiába vittem bárhova, pszichológushoz, heti 1-2 alkalommal, semmire sem volt elég. Éreztem, hogy kicsúszik a kezem közül és a veszébe rohan. Akkor döntöttem úgy, hogy kerül, amibe kerül, elküldöm a Sri Lanka-i terápiára. A hitelem miatt már hitelt nem tudtam be vállalni, de a család, látva az elkeseredésemet, összefogott és segítségükkel kijuttattuk fiamat a terápiára.

Ahol nagyon intenzív pszichoterápiában részesült. Felszínre jöttek a problémák, amivel korábban nem tudott megküzdni. Mindenkinek saját mentora és pszichológusa volt. Mivel minden percben vele voltak a szakemberek és a mentorok, megfigyelték viselkedését, felszínre hozták, amit a trauma kiváltott nála és orvosolták a helyzeteket. Valójában a viselkedését ismét a régi útra terelték.

Újra munkába állt, lehet rá számítani, figyelembe veszi a család dolgait és újra sportol.

Olyan élménnyel és olyan szakemberekkel találkozott, ami meghatározó lesz egész életére. Hihetetlen mennyi élménnyel és teljesen megváltozva tért haza a terápiáról.

Köszönet azért, hogy ilyen lehetőséget ilyen programot Vaskuti Pál létrehozott. Mert ő mint szakember rá jött arra, hogy egy gyermek teljesen mindegy milyen okból esik át traumán, krízisen, egy gyermek mindig áldozat. Segíteni kell neki. De valójában nem gyógyszerekkel, nem szobafogsággal nem kirekesztéssel, hanem a viselkedését kiváltó ok feltárásával, és megoldásával kell kezelni ezeket a problémákat.

Erre a terápiára valójában ez az önmagában is gyógyító gyönyörű ország, képzett szakemberekkel a legalkalmasabb.

Köszönjük Vaskuti Pálnak, hogy gondolt a magyar gyermekek gyógyulására.”

I.

Kedves Pali és Gergő!

2013 októberében találkoztunk először. Ekkor már teljesen kétségbe voltunk esve Tomi fiunk miatt, akinek az élete – a mi szemünkkel nézve, – igazi csőd volt: előző évben félévkor öt, év végén három tantárgyból bukott.

De a legnagyobb baj a felém irányuló magatartása volt: egy éve szinte nem telt el nap úgy, hogy ne bántott volna szóval és tettel. Mindennaposak voltak az ajtócsapkodások, a bútorok ökölrel verése, és engem sem kímélt. Az ok sokszor „mondvacsínált” volt: az édesapja kifli helyett zsemlet hozott, csúnyán néztem rá, esetleg megkérdeztem, tanult-e, bepakolt-e

másnapra. A válasz pokoli volt. Járt fizikai fájdalommal, de főleg lelkivel, a családnak nagyon nehezen viselte. Nem akartunk már közös nyaralást, közös programot, mert tudtuk, baj lesz, szégyenkezhetünk.

Kisebbik fiunk, aki egy genetikai gyógyíthatatlan betegséggel született, szintén áldozata volt ennek a feszült helyzetnek, sokszor sírt és Tomi őt is bántotta, alázta. Azt tudtam, hogy ez a helyzet Tominak sem jó, de egyszerűen nem ment a változás, mi nem tudtuk a „jobb lelket” kihozni belőle.

Eljutottam arra a szintre, hogy nem tudtam a saját 14 éves fiamról jót mondani.

Aztán jött a lehetőség: Tomi utazhat Srí Lankára.

Az első találkozás sorsdöntő volt veled: pár szóból értetted mi a baj és tudtad, hogy Tomi képes és akar változni. Profi módon kezelted már az első alkalommal, rá figyeltél és tudtad, hogy ő egy „sikertörténet.” A második találkozás után Tomi azt mondta: „Anyá, nekem Pali lesz a legjobb barátom életem végéig.” Elgondolkodtató megjegyzés volt már ez is és a többi beszélgetés Gergővel még Tomi elutazása előtt.

Volt és van is azóta néhány „fejbe kólintás”, szembesítés a saját hibáinkkal, ezek mindegyike jogos és építő.

Tomi nagyon izgatott volt a kiutazásáig. Örült a kijelölt mentornak, akivel még itthon mi is kétszer találkoztunk, bennünk is bizalmat és szimpátiát ébresztett.

Tomi november 6-án utazott el hozzátok Srí Lankára. Nagyon élvezte a repülést, mély nyomot hagyott benne, steward-nak készül azóta.

A kezdetekben nagyon sokat érintkeztünk skype-n, többet beszélgettünk, mint előtte 5 év alatt. Nagyon megszerette Srí Lankát, az ottani embereket, az óceánt, kis szakértője lett a szigetnek. Annyi, de annyi élményben volt része! A szörfözés, az óceánparti rendezvények, az elefánt-árvaház, a tea-ültetvények... és még sorolhatnám. Kinyílt a világ.

Ami számomra lefelől feltűnő volt, az az, hogy Tomiban csak a jót láttátok. Milyen ügyes, sokoldalú, jó hogy veletek van, mert megvidámítja a csapatot, segítőkész, előzékeny, figyelmes. Én nem ilyennek ismertem, de elgondolkodtató volt, lehet, hogy én nem tudtam és akartam ilyennek látni?

Tomi mindig jókedvű volt, lelkesen tanult és olvasott. Karácsony előtt került sor a mentorváltásra. Tomi nagyon örült Gergőnek, és egy szép kapcsolat alakult ki közöttük, ami bizalomra, elfogadásra és sok-sok közös élményre épült. Gergő is csak a jót, az értékeset látta Tomiban. Többször beszélünk vele is skype-on, és mindig dicsérte a fiamat.

Javasoltátok, és a terápia szempontjából hasznos is volt, hogy 7-10 naponta beszéljünk Tomival, annak érdekében, hogy jobban be tudjon illeszkedni a csapatba.

Januárban kint volt nálatok Ricsi is. (Ő csinált dokumentumfilmet Tomiról az RTL Klub részére.) Úgy tudom, ő is nagyon megkedvelte Tomit, együtt bejárták Srí Lankát és Tomi volt az idegenvezetője.

Nagyon gyorsan eltelt a 3 hónap, pedig féltem attól, hogy hosszú lesz, Tominak pedig honvágya lesz. De ő még maradt volna legalább 2 hónapot!

Január végén érkezett haza. Amikor megláttam a leszálló gépet, megkönnyebbültem majd megrémültem. Örültem, mert biztonságban hazaért, de féltem, vajon ki jön haza? Hazajött egy napbarnított, megilletődött nagyfiú, akiből árad felém a szeretet. Már a mosolya is más, ebből is érezni azt, hogy sokkal nyugodtabb.

Nagyon hamar belátja, ha hibázik vagy megbánt, és gyorsan bocsánatot kér. Azóta egyszer sem bántott. Naponta minimum 5-6 alkalommal átölel, és szavakkal is mondja, hogy szeret. Nem telik el nap, hogy ne mesélne Sri Lankáról, szeretné, ha nyáron ketten visszamennénk, hogy megmutathassa, mit látott. Ez anyagiak miatt kérdéses, de tényleg jó lenne látni azt, hogy mit élt át a 3 hónap alatt.

Itthon azóta is tart a terápia, amire nagy szükség van, elsősorban a család szempontjából, mert mint Gergő mondta, Tomi viselkedése nem oka a problémáknak, hanem tünete. Van miben változnunk szülőként is, újra tanuljuk egymást. De tudom, hogy Tomi és a mi életünkben is Sri Lanka egy óriási változás kezdete. Köszönöm a lehetőséget, a bizalmat, a segítőkészséget, a türelmet, és azt a sok-sok szeretetet, amit Tomi kapott és kap továbbra is tőletek.

(Tanév közben Sri Lankán a gyerekek mentorai szaktanárok, akikkel Tomi kinn rendszeresen tanult, s hazajövele után most félévkor egy tantárgyból sem bukott, 3,7-es átlagot ért el.)”

J.

„Szia Pali, az új esztendő küszöbén, szeretném megköszönni mindazt, amit a gyerekemért teszel. Köszönöm, hogy a lehető legszélesebb körű felelősséget vállalod érte, szívvel-lélekkel (és persze ésszel is) mellette állsz. Helyettünk állsz helyt, mindannyiunk helyett, akik a legjobbat kívánjuk Neki, még ha nem is egyformán gondolkodunk erről. Helyettünk, akik már évek óta eljátszottuk, elvesztettük annak az esélyét, hogy segíteni tudjunk. Amit te teszel a gyermekünkért, az nem üzlet, nem szolgáltatás, hanem tiszta és őszinte emberség. Nem tudhatjuk, csak remélhetjük, hogyan alakul majd a gyerek állapota, élete, sorsa, de Téged már most minden tisztelet és hála megillet. Kívánom, hogy az új esztendőben is folytasd ezt a missziót, erőben, egészségben és szeretetben - sőt, amíg világ a világ, és még egy nap...”

2. sz. melléklet

Vaskuti Pál (pszichológus) szakmai önéletrajza



Vaskuti Pál István

Lakás: 1022 Budapest, Herman Ottó út 19/A
 Telefon: +36.306371985
 E-mail: palvaskuti@gmail.com
 Születési idő: 1954. 07. 27.

Tanulmányok

1983-86	Családterápiás képzettség		Magyarország
1979-84	Szociológia szak	ELTE	Magyarország
1982	Klinikai gyermek szakpszichológus diploma	OTI	Magyarország
1977	Pszichológus diploma	ELTE	Magyarország

Munkahelyek

Jelenleg	Igazgató	Opposite Humánszolgáltató Bt.	Magyarország
	Igazgató	SLEU Solutions (Pvt) Ltd.	Sri Lanka

A Chance Program élményterápiás utazásait valósítom meg.

2010-2011	Igazgató	LOIT (Pvt) Ltd.	Sri Lanka
-----------	----------	-----------------	-----------

Srí Lankai szolgáltató céget vezettem.

2008	Menedzser	Vadaskert Alapítvány	Magyarország
------	-----------	----------------------	--------------

Az alapítvány PR és marketing igazgatója voltam.

2007	Programvezető	Baptista Szeretetszolgálat Alapítvány	Sri Lanka
------	---------------	---------------------------------------	-----------

A HELP Program modell intézményének, a Kahawa-i Help Falunak a felülvizsgálatát végeztem.

2007	HR főmunkatárs	Szerencsejáték Zrt.	Magyarország
------	----------------	---------------------	--------------

Személyügyi feladatokkal foglalkoztam.

2005-2006	Programvezető	Baptista Szeretetszolgálat Alapítvány	Sri Lanka
-----------	---------------	---------------------------------------	-----------

A HELP Program (természeti és humán katasztrófák túlélői számára) modell intézményét hoztam létre Srí Lankán.

2002-2005	Pszichológus és tanácsadó	„Gyermekház” Iskola	Magyarország
-----------	---------------------------	---------------------	--------------

Három évig sajátos nevelési igényű gyerekek és fiatalok egyéni és csoportos pszichoterápiáját, valamint szervezetfejlesztő tanácsadást folytattam egy 12 osztályos iskolában.

2000-2002	Pszichológus és tanácsadó	„Nachalat Yehuda” Nemzetközi Gyermekotthon	Izrael
-----------	---------------------------	--	--------

Pszichológus, szociális munkás és tanácsadó voltam egy nemzetközi gyermekotthonban.

1994-2000	Igazgató	Szilágyi Erzsébet Gyermekotthon	Magyarország
1993-1994	Igazgató	Fővárosi Ifjúsági Otthon	Magyarország

Hét évig fővárosi ifjúsági otthonban, majd gyermekotthonokban voltam igazgató, ehhez kapcsolódóan hat évig általános iskolát is igazgattam.

1991-1993	Ügyvezető igazgató	Street Style Svéd-Magyar Kft.	Magyarország
-----------	--------------------	-------------------------------	--------------

Két évet az üzleti életben töltöttem.

1986-1991	Pszichológus	XII. kerületi Nevelési Tanácsadó	Magyarország
-----------	--------------	----------------------------------	--------------

A következő öt évben egyéni- és családterapeutaként dolgoztam, főleg deviáns serdülőkkel és családjukkal.

1985-1986	Pszichológus	Latinka Sándor Kollégium	Magyarország
1984-1985	Pszichológus	Kossuth Lajos Gyermekotthon	Magyarország

A következő két évben bentlakásos intézményekben dolgoztam pszichológusként neurotikus fiúkkal.

1982-1984	Pszichológus	XI. kerületi Nevelési Tanácsadó	Magyarország
1977-1982	Pszichológus	SOTE I.sz. Gyermekklinika	Magyarország

Az első hét évben főleg antiszociális kamaszokkal dolgoztam pszichológusként.

-

Részállások

2004-2005	Esetmegbeszélő team vezetése	Utógondozó Otthonban	Magyarország
1999	A budapesti gyermekotthonok regionális átszervezését kidolgozó team vezetése		Magyarország
1998	A budapesti gyermekotthonok lakásotthoni koncepcióját kidolgozó team vezetése		Magyarország
1996	PHARE Programvezető		Magyarország
1984-1985	Elnök, Metró Mozi Kiszövetkezet		Magyarország
1983-tól	Magánrendelés		Magyarország

Egyéb tapasztalatok

2011	Chance Program élményterápiás utazásának kidolgozása	Magyarország
2009	Területileg Illetékes Krízisintervenciók Központ tervének kidolgozása	Magyarország

2005	HELP Program kidolgozása	Magyarország
2001	Film forgatókönyv írás („A múltnak kútja”)	Görögország, Izrael
2000	Szakács Wisotskij Étterem	Izrael
1994-96	Alapítvány elnöke Tinédzser Családterápiás Alapítvány	Magyarország
1992	Világ bajnokság rendezés (BMX VB 1992)	Magyarország
1990	Menedzselés „Rolling Brothers” cirkuszi produkció	Magyarország, Kína
1989	Szövetségi kapitány Magyar BMX Szövetség	Magyarország
	(„Utcagyerekek” részére szerveztem sportfoglalkozásokat, versenyeket.)	
1984	Találmány Metró mozi	Magyarország
1983	Tinédzser Családterápiás Központ (TINCS) tervének kidolgozása	Magyarország

Nyelvtudás

magyar anyanyelv
angol felső fok
oroszl alapfok

Informatikai ismeretek

ECDL

3. sz. melléklet

Vaskuti Gergely (pszichológus) szakmai önéletrajza



Vaskuti Gergely
1985. március 15.
1022 Budapest Herman Ottó út 19/a
+36/30 914 72 73
vaskuti.gergely@gmail.com

Tanulmányok

- 2014 – **Eötvös Loránd Tudományegyetem**
Állam- és Jogtudományi Doktori Iskola
Kriminológia doktori program (állami ösztöndíjas)
Doktori téma:
Prostitúció, gyermekprostitúció és a gyermekvédelem Magyarországon
- 2011 – 2013 **Eötvös Loránd Tudományegyetem**
Állam- és Jogtudományi Kar
Kriminológia szak
Szakdolgozat témája:
A prostitúció kontrolljának változásai Magyarországon
Diploma minősítése: kitüntetéses
- 2003 – 2008 **Szegedi Tudományegyetem**
Bölcsészettudományi Kar
Pszichológia szak, pedagógia szak (kiegészítő szakként)
Szakdolgozatok témája:
A szülői túlvédés, stressz és az asztma kapcsolata
Önismeret, önismereti csoportok
Diploma minősítése: kiváló
- 1997 – 2003 **Alternatív Közgazdasági Gimnázium, Budapest**

Munkahelyek

- 2015 – **ÁNTSZ Országos Tisztviselői Hivatal**
A Norvég Lelki Egészség Program szociális munkacsoportjának vezetőjeként feladatom a szakmai csapat munkájának összefogása, szervezése és irányítása. A gyermekvédelemre, hajléktalan-ellátásra, fogyatékos személyekkel és szenvedélybetegekkel foglalkozó intézményrendszerre vonatkozó szakmai anyagok elkészítésében való részvétel és az eredménytermékek szakmai lektorálása.
- 2010 – **Chance Program**

A program nehezen kezelhető fiataloknak, fiatal felnőtteknek és családjaiknak nyújt ambuláns segítséget és Sri Lankán élményterápiás utazást. A programban pszichológusként, mentorként és csoportvezetőként dolgozom.

2008 – 2016

Sziget Gyermekotthon

A gyermekotthonban teljes állású pszichológusként dolgoztam. A pszichológusi feladatok ellátásán túl szabadidős programok, szakkörök szervezésében is részt vettem. Munkám során nagy hangsúlyt fektettem a tehetséggondozás mellett a készségfejlesztésre, ennek jegyében rendszeresen vezettem kreatív, kézműves, labdás és zenés foglalkozásokat.

2010 – 2011

Tudor Alapítvány

A hátrányos helyzetű gyermekek tehetséggondozásával foglalkozó közhasznú alapítványnál diagnosztikai munkát végeztem.

2009 – 2010

Deák Diák Általános Iskola

A 2009-es tanévben részállású iskolapszichológusként dolgoztam az intézményben.

Egyéb szakmai tapasztalat

2012 – 2014

Országos Kriminológiai Intézet, Budapest

Az intézetnél korábban egy, a javítóintézeti büntetésüket töltő fiatalok életútjával foglalkozó vizsgálatban vettem részt, a jelenleg zajló kutatás témája a prostitúció hazai szabályozása. Részt veszek az interjúk elkészítésében, az adatok kiértékelésében, a háttér- és az összefoglaló tanulmányok elkészítésében, valamint a kutatások megtervezésében és szervezésében.

2011 – 2012

Rákospalotai Leánynevelő Intézet

Az itt töltött időszak alatt egy, a szabadulása előtt álló fiatal mentora voltam. Munkám keretei között igyekeztem segíteni a fiatal iskolai és munkahelyi elhelyezkedését, valamint lakhatásának megoldását.

2007 – 2009

Nagyító Alapítvány, Szeged

Az alapítvány által középiskolásoknak szervezett önismereti, párkapcsolati, pályaorientációs és közösségfejlesztési témájú hétvégéken vettem részt szervezőként és csoportvezetőként.

2007 – 2009

SOS Gyermekfalv, Kecskemét

A nyári üdülések során gyermekfelügyelőként, „gyermekkísérőként” dolgoztam.

2008

Vadaskert Gyermekpszichiátriai Kórház és Szakambulancia, Budapest

A szakmai gyakorlat során egy serdülőkorú fiatalok számára szervezett művészetterápiás csoporton vettem részt segédvezetőként.

2007

Egészségügyi és Szociális Intézmények Igazgatósága, Kecskemét

A szakmai gyakorlat során az intézmény Gyermekjóléti Alapellátás szakmai egységében – a Gyermek Átmeneti Otthonában, valamint a Gyermekjóléti Központban folyó szolgáltatások biztosításában vettem részt.

Publikációk és előadások

- 2016 **A prostitúció szabályozásának változása Magyarországon**
(konferencia előadás)
Magyar Kriminológiai Társaság konferenciája, Budapest
- 2016 **Kísérlet a prostitúció fogalmának meghatározására**
(konferencia előadás)
ELTE Doktorandusz konferencia, Budapest
- 2016 **Kísérlet a prostitúció fogalmának meghatározására**
(tanulmány)
In: Fazekas Marianna (szerk.): Jogtudományi előadások az ELTE ÁJK
doktori iskolájának doktorandusz konferenciáján. Budapest: ELTE.
- 2016 **Élményterápia Sri Lankán**
(konferencia előadás)
Ösvény konferencia, Dobogókő
- 2015 **Kétségbe van esve gyermeke miatt?**
(konferencia előadás)
Út a gyerekekhez konferencia, Budapest
- 2015 **Élménypsichológia**
(konferencia előadás)
Vírus Klub, Budapest
- 2013 **Élménypsichológia**
(konferencia előadás)
TEDxYouth Konferencia, Budapest
- 2013 **A különös kegyetlenség mögött**
(konferencia előadás)
A szülőgyilkosságok háttere – négy történet a Csillagból, Szeged
- 2012 **Murdering the parents**
(konferencia előadás)
Common Session Conference, Budapest
- 2012 **Tett, történet és dinamika – a megértés korlátai**
(tanulmány)
In: Prazsák Gergely (szerk.): Szülőgyilkosságok Magyarországon az
ezredfordulón. Budapest: Aperion Kiadó.
- 2012 Antalóczy Tímea – Pörzsi Zsuzsanna – Vaskuti Gergely: **Óvodások
távirányítóval**
(tanulmány)
In: Kultúra és Közösség. IV. évfolyam I-II. szám.

Egyetemi előadások, kurzusok

- 2015 – **Pártfogás gyakorlata**
Élményterápia gyakorlata
Erőszakos bűnözés és családon belüli erőszak
Prostitúció definíciós kérdései
Prostitúció szabályozásának modelljei
Prostitúció szabályozásának története Magyarországon
Prostitúció és áldozatsegítés

Egyéb képzések

Családterápiás elméleti és módszertani alapképzés

Magyar Családterápiás Egyesület, Kovács Miklós kiképző családterapeuta vezetésével

Csoportdinamika és önismereti tréning

NAGYÍTÓ Középiskolások Iskolán Kívüli Képzése Alapítvány

Szupervíziós tréning

Magyar Szupervizorok és Szupervizor-Coachok Társasága

Woodcock-Johnson teszt alkalmazása

Egyéb ismeretek

Középszintű angol és alapszintű francia nyelvtudás

Office alkalmazások felhasználói szintű ismerete

„B” kategóriás jogosítvánnyal rendelkezem

4. sz. melléklet

Hárs Anna (vezető mentor) önéletrajza



Hárs Anna
 1984. december 25.
 +36/20-402-0266
hars.anna@chanceprogram.hu

Tanulmányok

- | | |
|--------------------------|---|
| 2017- | Lelki Egészségvédő Alapítvány |
| <input type="checkbox"/> | Művészetterapeuta képzés (folyamatban) |
| 2013 | Kalandok És Álmodások Tanártovábbképzés |
| <input type="checkbox"/> | Élménypedagógus képzés |
| 2011- | Best-Work Kft. |
| <input type="checkbox"/> | Pszichológiai asszisztens képzés (befejezetlen) |
| 2003-2009 | SZTE Juhász Gyula Tanárképző Főiskolai Kar |
| <input type="checkbox"/> | Matematika és számítástechnika tanár |
| 2006-2008 | SZTE Juhász Gyula Pedagógusképző Kar |
| <input type="checkbox"/> | Ifjúságsegítő (felsőfokú szakvégzettség) |
| 1999-2003 | Leövey Klára Gimnázium (Budapest) |
| <input type="checkbox"/> | Számítástechnika tagozat |

Munkahelyek

- | | |
|-----------|-------------------------------------|
| 2016-2017 | Chance Program |
| | tanár / vezető mentor (önkéntes) |
| 2015-2016 | Duna-Weser Kft. (Rubingroup) |
| | középvezető |
| 2013-2014 | Chance Program |
| | tanár / vezető mentor (önkéntes), |
| 2012-2013 | E- Faktor Kft. |
| | értékesítési asszisztens |
| 2009-2012 | Magyar Atlétikai Szövetség |
| | titkárságvezető |
| 2008-2009 | CHS IT Kft. |
| | vezetői asszisztens |
| 2007-2008 | Öttömösi ÁMK |
| | informatika tanár |
-

Egyéb képzések, tréningek

- 2017** Svédmasször képzés (tanúsítvány)
2016 Marketing kurzus
 Marketing lehetőségek egyéni és mikro vállalkozásokban (közösségi média, kereső optimalizálás, applikáció menedzsment...)
2013 Önismereti tréning

Egyéb tapasztalatok

- 2013** IKI – Taglit Program
 Szervezett utazás vezetése 18-26 éves fiataloknak
- 2012** „Tikkun Olam” Önkéntes Program
 1 év itthoni és külföldi önkéntesség
- 2010** Atlétikai Csapat Európa Bajnokság
 szervezőbizottsági és operatív csapat tag
- 2007-2016** YOU-WE Szegedi Ifjúságsegítő Egyesület
 egyesületi elnök
- 2006 -** Magántanítás

Egyéb

Alapfokú C-komplex angol nyelvvizsga
 „B” kategóriás vezetői engedély
 Magas szintű Office alkalmazások ismerete

Hobbi

társasjátékok, önkéntesség, Tai Chi, pszichológia, magán tanítás

5. sz. melléklet

Vaskuti Pál szubjektívebb önéletrajza

1954-ben születtem.

Testvérem egy évvel idősebb nálam, jogi egyetemet végzett, jelenleg a Kúriánál dolgozik bíróként.

Anyukánk meghalt, amikor 2,5 éves voltam, apukánkat eltiltották a gyerekneveléstől. Anyai nagyszüleim, később édesanyám testvére volt a gyámunk.

Soha nem éltünk teljes családban.

Nehezen kezelhető gyerek voltam. Ma biztos megkapnám az ADHD, SNI, Asperger, egyéb szociális zavar, oppozíciós zavar, stb. diagnózisokat. (Pedig szerintem csak szorongtam.)

Imádtam az orosz nyelvet, ezért kiemelt orosz tagozatú gimnáziumba jártam.

Mindig nagyon sokat dolgoztam. 20 éves korom óta csak napi négy órát alszom, ezért kb. 15 éve kiszámoltam, hogy ledolgoztam egy magyar férfi munkaidejét nyugdíjas koráig, és voltam annyit ébren, mint egy átlagos magyar férfi egész életében. Az elmúlt 15 év tehát ráadás, és remélem még lesz néhány ilyen év. A ráadás idő nekem azt jelenti, hogy minden veszélyt és nehézséget kihívásnak látok, a lehető legnehezebb, sok esetben reménytelennek tartott esetekkel foglalkozom.

Minden segítő szakmában rendkívül fontos a segítő személyisége. Az élményterápiában, a többhónapos együtt élés során kiemelten van súlya és hatása mindannak, amik mi, a „segítők” vagyunk, mindannak, amit tanultunk és megéltünk. Életem és munkatársaim életének igaz történetei elengedhetetlen részei a Chance Program élményterápiás utazásának.

Nagyon szeretem a Chance Program élményterápiás utazását, mert:

- annyira személyes a páciensek és a segítők részéről is, hogy nem lehet rutinból csinálni,
- mert kiváló csapat jött össze,
- mert a sok évtizedes hagyományos pszichológusi munkámhoz képest sokkal több sikerélménnyel jár,
- mert a munkám során használhatok minden tudást és készséget, amit az életemben szereztem.

Tanulmányaim

Egyetemi pszichológiai tanulmányaimat 1977-ben fejeztem be. (ELTE)

1982-ben szereztem meg klinikai gyermek szakpszichológusi diplomámat. (SOTE).

Az ELTE és a SOTE közötti képzési megállapodás alapján klinikai szakpszichológusi gyakorlatomat a SOTE 1. Gyermekklinika Pszichológiai Osztályán végeztem.

Egyetemi és posztgraduális képzésem, valamint a gyakorlati időm során a 70-es, 80-as évek legjobb szakembereitől tanultam meg a gyermek pszichoterápiát a SOTE 1. sz. Gyermekklinika Pszichológiai Osztály munkatársaitól.

Gyermek pszichopatológiát és kriminálpszichológiát dr. Popper Pétertől.

A gyermekrajzok elemzését és autista gyerekek terápiáját dr. Gerő Zsuzsától.

Anorexiás gyerekek terápiáját Kardos Ágnesről.

Gyermek pszichoterápiát dr. Varga Zoltántól.

A pszichoszomatikus tünetek kialakulását dr. Hoffman Artúrtól (SOTE Belgyógyászati Klinika), a pszichiátriai betegek kezelését dr. Goldsmith Dénestől (Pesthidegkút), patopszichológiát, pszichodiagnosztikát, és pszichiátriát dr. Kun Miklóstól (OIE) tanultam.

A „Rorschach” és a „Szondi” személyiségvizsgálati eljárásokat egyetemi szemináriumon (ELTE) és magánúton (dr. Varga Zoltántól) sajátítottam el.

1978-82 között az ELTE Szociológia szak hallgatója voltam.

Pszichoterápiás és pszichoterapeuta képzettségem

Négy éven keresztül (1975-79) jártam egyéni analitikusan orientált önismereti pszichoterápiába dr. Varga Zoltánhoz, majd (szintén dr. Varga Zoltánnál) két éven keresztül részt vettem egyéni kiképző terápiában.

Éveken keresztül (1979-82) jártam dr. Varga Zoltánhoz és dr. Popper Péterhez pszichoterápiás esetszembeszélő (szupervíziós) csoportba, ahol saját pácienseimről is szó volt. Ez alatt az idő alatt kb. 30 páciens gyógyításának a történetét követtem.

Közben és utána is csaknem egy évtizedig vittem egyéni szupervízióba saját pszichoterápiás eseteimet.

Részt vettem az egyetem (ELTE) által biztosított, a dr. Buda Béla által vezetett kiképző jellegű, saját élményű csoportterápiában. Ezt követően különböző partnerekkel éveken keresztül vezettem önismereti csoportot betegek és pszichológus hallgatók részére.

1983-84-ben részt vettem a dr. Mérei Ferenc által vezetett saját élményű pszichodráma kiképző csoportban. A pszichodráma technikáját azóta is alkalmazom.

A 90-es évek elejétől hivatalossá vált pszichoterapeuta képzésbe nem jelentkeztem, mivel akkorra már képzett és sok éves gyakorlattal rendelkező pszichológus voltam.

Jelzem, hogy a jelenlegi hivatalos képzés minden tekintetben (elméleti oktatás, saját élményű pszichoterápia, szupervízió stb.) időben és mélységében is kisebb követelményekkel bír, mint az a képzés, amiben a 70-es évek végén, 80-as évek elején pszichoterapeuta társaim és én részesültünk.

Nem tartottam/tartottuk indokoltnak, hogy a korábban kb. 10 évig tartó képzés után újabb három éves képzésre iratkozzak/iratkozzunk be. Sőt, ezzel szemben úgy érzem, méltánytalanság ért engem és a velem egy helyzetbe került kollégáimat, amikor nem ismerték el automatikusan a korábban szerzett pszichoterápiás képzettségünket és sok éves gyakorlatunkat.

Másban (tiszteletből) nem hasonlítom magam egykori tanáromhoz és főnökömhöz, dr. Popper Péterhez, vagy tanáromhoz és kiképző terapeutámhoz, dr. Varga Zoltánhoz, csak abban, hogy őket is az a méltánytalanság érte, hogy képzettségüket és munkásságukat nem honorálták „pszichoterapeuta” címmel. Ma akár csalónak, kuruzslónak is titulálhatnák őket, minket.

Pszichológusi munkáim

Évtizedeken keresztül dolgoztam Magyarországon és külföldön pszichológusként, pszichoterapeutaként.

Munkahelyeim:

- országos gyermekpszichológiai szakrendelés (dr. Popper Péter mellett a SOTE I. sz. Gyermekklinikáján),
- kórház (SOTE Ortopédiai Klinika),
- nevelési tanácsadók (Budapest XI. és XII. kerület),
- iskola (Gyermekház),
- kollégium (Latinka Sándor Kollégium),
- gyermekotthonok (Kossuth Lajos Gyermekotthon) is pszichológusként.

Vezettem több ifjúsági- és gyermekotthont (Soroksári úti Ifjúsági Otthon, Szilágyi Erzsébet Gyermekotthon).

Elgondolásaim és terveim alapján, valamint felügyeletem mellett épült meg a gyermekvédelmi szakellátás első terápiás jellegű gyermekotthona, a Fővárosi Terápiás Alapellátási és Szakellátási Intézmény (FŐTASI 1998), melyben, mint első igazgató, kísérletet tettem a gyermekjóléti alapellátás és a gyermekvédelmi szakellátás egységes működtetésére.

Családterapeuta képzettségem

Az elméleti és gyakorlati elemeket is tartalmazó kiképző csoport elvégzése után a családterápiát Angliából Magyarországra „importáló” dr. Székács Judit bizalmából egyik kolléganőmmel (dr. Békés Judit) közösen én vezettem „élesben” az első családterápiát Magyarországon élő szupervíziós csoport tagjaként, amelyet átpillantó tükör mögött követhettek a csoport tagjai.

1980-ban, a Magyar Pszichiátriai Társaság megalakulásakor, a Pszichoterápiás Szekció részeként létrejött a Családterápiás Munkacsoport. Feladatunk volt a családterápia magyarországi bevezetésének előkészítése, a szakemberek képzése, a módszer meghonosítása és népszerűsítése. Ennek a munkacsoportnak kezdetektől aktív tagja voltam. Rendszeresen részt vettem az elméleti szemináriumokon, esetmegbeszéléseken és (többször előadóként) konferenciákon.

1984-ben részt vettem a londoni családterápiás intézet vezetője, John Byng Hall által tartott szemináriumokon.

Részt vettem az első magyar nyelvű „Családterápiás olvasókönyv” anyagainak magyarra fordításában és szerkesztésében.

1985 nyarán a munkacsoport tagjaival egy családterápiás nyári egyetem hallgatója voltam Athénban, melyet a kor európai híró terapeutái George és Vasso Vassiliou szerveztek és vezettek.

Ezek a szakmai alapok meghatározták további tevékenységemet, elköteleződtem a családokkal való rendszerszemléletű foglalkozásra.

Az 1980-as évek elején javaslatot tettem (dr. Révész Magda kolléganőmmel) egy Tinédzser Családterápiás Központ (TINCS) létrehozására, melynek célja a családok rendezése, módszere a családterápia lett volna a gyerekek állami gondozásba vételének megelőzése érdekében.

Én vezettem be a családterápiás szemléletű gondolkodást és gyakorlatot a magyar gyermekvédelemben, mind az alapellátás (Budapest, XI. és XII. kerületi Nevelési Tanácsadó), mind a szakellátás (Kossuth Lajos Gyermekotthon, Soroksári úti Ifjúsági Otthon, Szilágyi Erzsébet Gyermekotthon) szintjén.

Intézményes családterápiás elgondolásaimat folyamatosan fejlesztettem, és 1998-ban adta át a főváros a terveim alapján felépült FŐTASIT-t, (Fővárosi Terápiás Alapellátási és Szakellátási Intézmény) egy alapvetően családterápiára épülő komplex ellátó intézményt. Ennek az intézménynek első vezetője is én voltam.

2013 óta a Chance Program keretén belül egy teljesen új családterápiás módszert dolgoztam és fejlesztettem ki, aminek a lényege, hogy (munkatársaimmal együtt) hónapokig nehezen kezelhetőnek mondott gyerekekkel és hetekig a családjukkal is együtt élek/élünk Srí Lankán. A Chance Program élményterápiás utazása azoknak a gyerekeknek/ fiatal felnőtteknek és családjuknak is tud segítséget adni, akiknél a Magyarországon alkalmazott módszerek nem tudtak megoldást nyújtani.

Az 1989-ben alakult Családterápiás Egyesületbe nem léptem be, mert nem értettem egyet annak szervezeti felépítésével, képzési rendjével, egyes vezetők személyével. Rajtam kívül még jó néhányan vagyunk, akik aktívan részt vettünk a családterápia elméletének és gyakorlatának Magyarországi bevezetésében, és akik évek (évtizedek) óta családterapeutaként dolgozunk, még sincs „családterapeuta” címünk.

Egyéb tapasztalatok

A több évtizedes pszichológusi tevékenységem mellett:

- 15 éven át voltam Budapesten részállásban taxisofőr (az egyetem alatt, és később is hajnalonként, amikor már főállásban pszichológusként dolgoztam).

- hónapokig voltam a Péti Nitrogén Művek vezérigazgatójának a sofőrje.

BMX szövetségi kapitány voltam a döntően „utcagyerekek” részére szervezett sportszervezetben.

- vezettem gördeszkát, kerékpárt, snowboardot és sportruházatot forgalmazó svéd-magyar vegyesvállalatot.

- a „Rolling Brothers” cirkuszi BMX szám menedzsere voltam, felléptünk Magyarországon és Kínában.

- 1992-ben BMX világbajnokságot szerveztem Csillebércen.

- feltaláltam, és Budapesten megvalósítottam a „METRO Mozit”, amikor a metró szerelvényben utazók az alagút falára rögzített filmet nézhetik.

- írtam forgatókönyvet (az érdekelt, hogy a bibliai József hogyan boldogulna a 90-es évek Magyarországon).

- kitaláltam, majd Srí Lankán (a Magyar Baptista Szeretetszolgálat Alapítvány segítségével) megépítettem és működtettem a „HELP Falut”, amiben a 2004-es cunami következtében árván maradt gyerekeket olyan felnőttek nevelnek, akik saját gyereküket/gyerekeiket veszítették el a szökőárban.

- Srí Lankán a helyi viszonyoknak megfelelően kidolgoztam, törvényi szinten elfogadtattam és bevezettem a nevelőszülői jogviszonyt.

- Srí Lankán több vállalkozásnak is voltam igazgatója, jelenleg az ottani SLEU Solutions (Pvt) Ltd. vezetője vagyok (ez a cég bonyolítja le a Chance Program élményterápiás utazásait).

4. sz. melléklet

6. sz. melléklet

Jó tanácsok kezdő mentoroknak

Ne a kalandért akard csinálni!

Bár minden egyes turnus kaland, a mentor dolgozni jön Srí Lankára. A kaland velejárója, nem pedig célja az utazásnak. Ez fontos „alapállás”.

Ne a CV-det akard stafirozni! Bár a munka nemes, és az elért eredmények később büszkeségre adhatnak okot, a turnusban való részvételnek nem lehet célja, legfeljebb velejárója a személyes CV stafirozása.

A mentoráltam, avagy a véget nem érő munka

A munka nem helyzetekhez vagy munkaidőhöz, hanem egy gyerekhez kötött, így lényegében folyamatos. Jó önellenőrző kérdés, amire mindig tudni kell a választ, hogy „Mit csinál épp a mentoráltam?”.

A közösségi munka, avagy semmi nem marad rejtve

Nincs olyan, hogy „nem az én dolgom” és nincs olyan, hogy „nekem ez jár”. Nincsenek kiváltságos mentorok, a saját környezetünket közösen tartjuk rendben. Amelyik mentor nem veszi ki a részét a közösségi munkákból (megúszásra, alibizésre próbál játszani), azt az intenzív együttélés jellege miatt a többiek hamar észreveszik. Nem kell mindenhez érteni, de érdemes mindent megpróbálni, hiszen ez a program a rejtett (vagy nem rejtett) képességekről felfedezéséről is szól, és egy mentor azzal, amit csinál vagy ahogy a dolgokhoz áll, azzal is tanít.

Vedd észre az „anomáliát”!

Rengeteg apró dologra kell odafigyelni a munka során és trópusokra jellemző sajátosságok miatt sok mindent kell fejben tartani. A csapatot körbevevő tisztaság, higiénia és normális környezet nem egyszeri aktusok, hanem folyamatos, gördülő munka eredménye. Legyél tisztában a szabályokkal, és legyél figyelmes a környezetedre: ha valami nem oké, azt hozd rendbe, vagy ha nem értesz hozzá, kérj segítséget. De ne hagyd úgy.

Szeresd a mentoráltadat, és tartsd fejben, hogy azért jött ide, mert segítségre van szüksége

Talán nem volt még mentor, akinek ne lett volna konfliktusa a mentoráltjával. De akármi történik, azt ne vedd magadra, ne fogd fel ellened irányuló „személyes támadásként”. A Chance Programot választó fiatalok nagy részébe sok pszichológusnak és szakembernek beletört a bicskája. Ezeken a helyzeteken, csak az tud átlendíteni, ha ténylegesen szereted a mentoráltadat, hiszel és bízol benne, és őszintén akarsz neki segíteni abban, hogy változzon. Segít, ha meglátod a védekező fiataalt, a tüskék mögött, ha meglátod az embert, aki önmagával küzd, és ez elveszi minden energiáját és figyelmét.

Ha nehézségeid támadnak vagy nem tudsz továbblendülni, keresd meg azokat, akik régebb óta a programban dolgoznak. Soha ne feled, nem vagy egyedül. És ezt kell éreznie a mentoráltadnak is.

Bizalom, bizalom, bizalom, bizalom!

Bízz a programban. Bízz a program vezetőjében. Bízz a mentoráltad pszichológusában. Bízz a mentortársaidban. Bízz és higgy a mentoráltadban. Bízz magadban.

Egy ismeretlen kultúra tisztelete, avagy mi vagyunk vendégségben

Srí Lanka csodálatos és izgalmas ország, a helyiek pedig izgalmas és csodálatos emberek, de érteni és tisztelni kell a kultúrájukat. Légy befogadó, nyitott, tartsd fejből a helyi „szabályokat”, így életre szóló élményben lesz részed. Ezen kívül a program fontos része a helyszín, a helyi emberek, a velük töltött idő és a hozzájuk való hozzáállás.

Mire lesz a legkevesebb időd? Önmagadra.

Ha nehezen viseled, hogy nem tudsz időt fordítani önmagadra, nem tudsz önmagaddal foglalkozni, akkor ez a munka is nehéz lesz. A mentoráltad reggel 8-tól este 10-ig ébren vagy, ezalatt te is elsősorban az „övé” vagy. Nem azért, mert ő megköveteli tőled, hanem mert ez a munka lényege. Okos és tudatos időbeosztással tudsz időt találni önmagadra.

A humor, mint a munka egyik fő eszköze

Rengeteg helyzetet kezelünk, oldunk meg humorral. Ha neked is van belőle, annyit fogsz nevetni, mint soha korábban.

Őszinteség és csapatmunka

A fentiek alapján is látszik, hogy ez egy igen megterhelő munka, mind fizikailag, mind mentálisan, egy dolog biztosan mindig ott lesz a kezében. Ez a program vezetőjével és mentortársaiddal való őszinte kommunikáción alapuló, kézzelfogható csapatmunka. A „tisztá idő” (mely a programban egy fontos szabály, és az őszinte kommunikációt IS jelenti) segít abban, hogy egy olyan közegben kelljen szembenézni a munka közben felmerülő kihívásokkal, amely biztonságot nyújt neked és mindenki másnak a programban. Így soha nem fogod egyedül érezni magad, segítséget és támogatást kapsz, ha elakadsz, elfáradsz, és nem maradnak „zárványok” (titkok) a csoportban, amik nagyra nőhetnek és láthatatlanságukkal komoly galibákat okozhatnak. Az ötletek, problémák, vélemények megfelelő kommunikációja a szakmai teamen belül lehetőséget teremt az összefogásra, és a programon belül erősíti az egyenes beszéd fontosságát, a konfliktusok megoldásának lehetőségességét, az önmagunk és mások sokszínűségének elfogadását.

A programban résztvevő fiatalok mellett rengeteg figyelemre van szükség, egymás segítése és támogatása nélkül nagyon nehéz boldogulni sok időn keresztül.

7. sz. melléklet Srí Lankai program lehetőségek

Program helyben, környéken

Ambalangoda - maszk múzeum, nagy fekvő Buddha, teknős farm, jetski, kajak
 Cunami múzeum
 Főzés Gamini de Silva vagy Krishante feleségével
 Galle - erőd, sétáló utca, selyemgyár, halpiac, surf, fürdés, boltok, éttermek
 HELP Falu - sportolás, kézműves szakkör, Újévi ünnepség (áprilisban), karitatív tevékenység
 Hikkaduwa - wakeboard, snorkelzés, fürdés, disco, vasárnapi piac, kikötő, éttermek
 Jungle Beach - búvárkodás, fürdés
 Maduwa river safari
 Meditálás kispappal
 Moonstone (Holdkő) bánya
 Társadalmi munka Kahawa faluban
 Pereliya - teknős farm, Buddhista templom a kis szigeten
 Unawatuna - surf, jetski, fánk, fürdés, mélytengeri horgászat

Kirándulás messzebbre

Adam's Peak
 Anuradapura – romváros
 Arugambay Arugam Bay- surf
 Colombo - múzeumok, állatkert, vásárlás, mozi- és játékterem
 Csúzdapark
 Dambulla – barlangtemplom
 Esőerdő
 Kalutara - nagy sztupa
 Kandy - tánc, templom
 Matara - bálna- és delfinnézés, stick fishers
 Mirissa - surf, fürdés
 Negombo - vásárlás, fürdés
 Nuwara Eliya - Little England, ruhapiac
 Pinnovala - elefánt árvaház
 Polonnaruwa - romváros
 Rafting
 Sigiriya – sziklaváros
 Természetes medence
 Slippering
 World's End

Sport, szórakozás

Búvárkodás

Cricket

Disco

Fánk

Filmek

Foci

Fürdés az óceánban

Horgászat

Játékok

Jetski

Konditerem

Motorozás

Ping-pong

Röplabda

Surf

Body surf

Úszás

Vízilabda

Wakeboard

Helyi népnepélyek