

L. Stipkovits Erika

# NAGYSZÜLŐK A KISPADON?



L. Stipkovits Erika

# NAGYSZÜLŐK A KISPADON?

11 tévhit a generációk közötti konfliktusokról

L. Stipkovits Erika: *Nagyszülők a kispadon? – 11 tévhit a generációk közötti konfliktusokról*

© L. Stipkovits Erika, 2019

Szerkesztette: Sára Bernadett

Illusztráció: Pásti-Kovács Nóra

Borítóterv: Tabák Miklós

HVG Könyvek, Budapest, 2019

Kiadóvezető: Budaházy Árpád

Felelős szerkesztő: Káli Diána

[www.hvgkonyvek.hu](http://www.hvgkonyvek.hu)

ISBN 978-963-304-770-5

Minden jog fenntartva. Jelen könyvet vagy annak részleteit tilos reprodukálni, adatrendszerben tárolni, bármely formában vagy eszközzel – elektronikus, fényképeseti úton vagy más módon – a kiadó engedélye nélkül közölni.

Kiadja a HVG Kiadó Zrt., az 1795-ben alapított Magyar Könyvkiadók és Könyvterjesztők Egyesülésének tagja.

Felelős kiadó: Szauer Péter

Nyomdai előkészítés: Kedves László

Nyomás: Generál Nyomda Kft.

Felelős vezető: Hunya Ágnes

*Ajánlom a könyvet unokáim angyalként vigyázó nagyszülei,*

*Ella mami és Jóska papi emlékére.*

*Ajánlom minden nagyszülőnek, aki okosan igyekszik sűrű és biztonságos hálót  
szőni szeretetéből, minden szülőnek, aki hálás tud lenni ezért,  
és minden unokának, hogy ők is továbbadhassák az így kapott értékes örökségüket.*



# Tartalom

Előszó, avagy mi köze a focinak a nagyszülő-unoka kapcsolathoz?	9
Bevezetés: Bizonytalan szerepben	15
<i>„Ne kapkodd fel állandóan, el fogod kényeztetni!”</i>	
1. TÉVHIT: A hagyományos nevelés eredményesebb, mint a kötődő	25
<i>„De a nagyfi mindig ad csokit!”</i>	
2. TÉVHIT: A nagyszülő dolga a kényeztetés	53
<i>„Kit szeretsz jobban?”</i>	
3. TÉVHIT: A nagyszülők rivalizálása természetes	79
<i>„Ami volt, elmúlt!”</i>	
4. TÉVHIT: A nagyszülő sorsához nincs köze az unokának	113

	<i>„Semmire nem mennétek nélkülem!”</i>	
5. TÉVHIT:	A nagyszülő nem tudja kiszorítani szerepükből a szülőket	159
	<i>„A ti dolgotok, nem akarok beleszólni, de...”</i>	
6. TÉVHIT:	A nagyszülő pontosan tudja, mit hogyan kell	189
	<i>„Ilyenkor bezzeg jó, hogy vagyok!”</i>	
7. TÉVHIT:	A jó nagyszülő csak a családnak él	211
	<i>„Csak sütiből repetázok!”</i>	
8. TÉVHIT:	Az unoka fárasztó, a mai nagyszülők nem kérnek belőle	239
	<i>„Én tökéletes vagyok, tiszteljete!”</i>	
9. TÉVHIT:	Minden nagyszülő szívesen vonul a háttérbe	271
	<i>„A nagypapa felment az égbe.”</i>	
10. TÉVHIT:	A nagyszülő elvesztése nem viseli meg nagyon az unokát	291
	<i>„A szülőség a főpróba volt, most majd jobban csinálom!”</i>	
11. TÉVHIT:	A nagyszülői szerepet nem kell tanulni, megy az magától	317
	Utószó: Örökségünk őrzői – Záró gondolatok	335
	Köszönetnyilvánítás	339
	Jegyzetek	341
	Felhasznált irodalom	361
	Név- és tárgymutató	371



## Előszó, avagy mi köze a focinak a nagyszülő-unoka kapcsolathoz?

Magánemberként és terapeutaként is hiszem és vallom, hogy életünk során legnagyobb kincseink a kapcsolataink. A szülő-gyerek kapcsolat (legyünk akár gyerekek, akár szülők), a testvérkapcsolat, majd a párkapcsolat, mind-mind alakítják, formálják életünket, hatással vannak egymás minőségére, és együttesen életminőségünkre. E kapcsolatok azonban nem csak minket formálnak, általunk is formálhatók.

Eddig megjelent könyveimmel is az volt a célom, hogy segítsék olvasóimnak e kapcsolatok alakításában, fejlesztésében, a felmerülő nehézségek leküzdésében. A párkapcsolatról szóló könyveimben<sup>1</sup> bemutattam a leggyakoribb tévhitek forrásait, amelyek közül nem egy a gyermekkorból, a szüleinkkel való kapcsolatainkból ered. Következő kötetemben<sup>2</sup> a szülőtípusokat részleteztem, hogy olvasóim – a fejlődés és javítás szándékával – jobban felismerhessék nemcsak szüleik, de saját maguk viselkedési stílusát is szülőként. A testvérkapcsolatoknak külön kötetet szenteltem,<sup>3</sup> hiszen testvéreink jelentik életünkben a leghosszabb kapcsolatot, és hiba lenne azt hinni, hogy nincsenek hatással személyiségünk formálódására. Minden kötettel az volt a szándékom, hogy oldjam olva-

sóim szorongását, és megmutassam, hogy emberi kapcsolataink jobbá tételéhez nincsenek csodareceptek. Könyveimben hangsúlyozom és gyakorlatokkal igyekszem segíteni az önismereti munka fontosságát, amelynek hatására felismerhetjük viselkedésünk okait, következményeit, életünk nagyobb összefüggéseit, és ezáltal magunk válunk sorsunk valódi formálóivá.

Ebben a kötetben a családi kapcsolatok olyan láncszeméről írok, melyet magam is nagy örömmel élek át, tapasztalok meg nap mint nap: a nagyszülői létről, a nagyszülő-unoka, a nagyszülő-szülő kapcsolatokról. A téma különösen közel áll a szívemhez, ám bevallom, e kötet címének kiválasztása okozta eddig a legnagyobb fejtörést. Vajon mi lehet az a hasonlat, kép vagy szimbólum, amely jól kifejezi a nagyszülő szerepét, azt a megbízható jelenlétet és háttértámogatást, amit legtöbbször a nagyszülőkkel kötünk össze? A megoldás váratlan irányból érkezett: a sport felől. S hogy mi köze a sportnak a nagyszülő-unoka kapcsolatokhoz?

Mindkét fiam hosszú évekig focizott profi szinten, így lelkes szülőként sok mérkőzésen drukkoltam nekik és csapatuknak. Bár a vicc szerint Magyarországon mindenki ért a focihoz, én nem gondolom, hogy a szakértők közé tartoznék. Annyit azonban megfigyelhettem, hogy míg a szurkolók a pályán folyó mérkőzést nézik, addig a pálya mellett, a kispadon is „munka” folyik. Ott is ül néhány játékos, és noha nem rájuk irányul a legnagyobb figyelem, mégis fontos szerepük van a mérkőzés kimenetelében, a pályán lévő játékosok biztonságérzetének növelésében.

A fociban a csapatok mérkőzésein életmentő lehet egy „erős kispad”, hiszen a fáradt vagy sérült játékosok lecserélhetők az itt ülőkre, így a mérkőzés a cserék által új lendületet kap. A cserejátékosok végig együtt lélegeznek a csapattal, minden megmozdulást átélnek, együtt örülnek vagy keseregnek a többiekkel. Mindent észlelnek, látnak, hallanak kívülről, de aktívan nem kapcsolódhatnak be sem szavakkal, sem tettekkel, míg pályára nem lépnek. Ám állandóan készen állnak arra, hogy bármikor szükség lehet rájuk, és ilyenkor lehetőleg a maximumot nyújtásák.

Ugyanez történik egy családban is. A szülők feladata, hogy „a pályán legyenek”, azaz neveljék, irányítsák gyermekeiket, döntsenek azok életéről, és arról is, hogy mikor ki tölt időt velük. Ha fáradtak, sérülékenyek, vagy ha kettesben töltött időre van szükségük párkapcsolatuk karbantartásához, segítséget kérnek a nagyszülőtől, aki ismeri gyermeküket, annak szokásait, érzéseit, akihez a közös élmények által kötődik az unoka. A nagyszülő pedig kellő bölcsességgel folyamatosan figyel, érzelmileg jelen van felnőtt gyermeke családjának, unokáinak életében, de csak akkor szól, akkor cselekszik, ha véleményét kérdezik, támogatását kérik: akkor aztán ott van testileg-lelkileg egyaránt, és teszi, amit kell, legjobb tudása szerint, de „csak a saját posztján focizik”. Addig viszont teljesen megbízik abban, hogy felnőtt gyermeke és választottja is jól, néha tévedéseikből tanulva, de szeretettel nevelik unokáját, hiszen azt adják tovább, amit ők is tanultak, kaptak.

Erre a feladatra is készülni kell. A közkeletű tévhittel ellentétben, az unoka születésével nem válunk automatikusan nagyszülővé. E szerepet is tanulnunk kell, ugyanúgy, ahogy egyéb szerepeinket – a társ, a férj, a feleség, az apa, az anya vagy a testvér szerepét – is tanultuk, akár szüleink példája alapján, akár annak ellenében haladva. A nagyszülőség sem lesz független többi szerepünktől. Ebbéli „teljesítményünket”, nehézségeinket és sikereinket, örömeinket és bánatainkat mind-mind befolyásolja az, hogy gyermekként milyen volt a kapcsolatunk szüleinkkel, nagyszüleinkkel, később mi magunk hogyan tudtuk saját gyermekeinket nevelni. Amint az is, hogy voltak-e kedvenc gyerekek saját testvéreink, netán gyermekeink között, sőt még az is, hogy távolabbi felmenőink milyen „programokat”, „parancsokat”, vagyis egyéni és családi viselkedésmintákat hagytak ránk kéréstlen és ismeretlen örökségként.

Az is meghatározza nagyszülőségünk minőségét, hogyan fejlődött személyiségünk felnőtt létünk évtizedei során. Ugyanis életünk első felének feladata, hogy kialakítsuk és céltudatossá, erőssé gyúrjuk énünket, olyanná, amely tudja, hogy mit akar,

helyt tud állni, és képes küzdeni, ha kell. Ám ez az időszak magában hordozza azt a veszélyt, hogy túlzottan önmagunkkal foglalkozunk, vagy éppen túlzottan meg akarunk felelni környezetünknek, és előfordulhat az is, hogy többnek akarunk látszani, mint akik vagyunk. Az ezután következő, úgynevezett életközépi válság<sup>4</sup> a természetes elbizonytalanodással azt a lehetőséget biztosítja számunkra, hogy megszabaduljunk az énközpontúságtól, a birtoklási vágytól és a mindent megélni akarástól. Életünk felívelő szakaszán talán már túl vagyunk ilyenkor, a gyerekek kirepültek, házasságunkat megszokottnak érezhetjük, és testünkön is érezzük a múlt idő jeleit. Sokan tudattalanul azt kezdik latolgatni, mi fér még bele életükbe. És ami a legfontosabb, ez az az idő, amikor eljuthatunk legbelső emberi lényegünkhöz, és innentől annak megfelelően élhetünk. Ez a fejlődés, a mélyebb önismerettel kialakuló valódi bölcsességünk biztosítja, hogy önzetlenül és elfogadással tudjuk szeretni felnőtt gyerekeinket, unokáinkat, hogy ne akarjuk őket birtokolni, sem függeni tőlük, s békében tudjunk élni önmagunkkal, szeretteinkkel és másokkal. Ezt a folyamatot, a vele járó elégedettség megélését szeretném segíteni ezzel a könyvemmel is.





## BEVEZETÉS

# Bizonytalan szerepben

*És amikor már nincs előttünk sok idő, más dolgokat kell keresni, amiért érdemes élni. Emlékeket, talán. Délutánokat a napsütésben, valakivel kézen fogva. A frissen kiterített virágföld illatát. A vasárnapokat a kávézóban. Talán unokákat.<sup>1</sup>*

FREDRIK BACKMAN

Hosszú évekig úgy éltem, hogy segítettem másoknak, gyerekeknek, felnőtteknek – szóval jól nevelten viselkedtem. Első gyerekként elhittem, hogy nekem kell, hogy több eszem legyen, és az elvárásoknak megfelelően jól tanultam, korán megtanultam főzni, takarítani, vigyázni a kisebbekre. Az édesanyám ezt írta első emlékkönyvembe: „Legyél mindig boldog, vidám, szófogadó, jó kislány. Szeretettel: Édesanyád”. Ez az attitűd sokáig meghatározta gondolkodásomat, cselekedeteimet, tudattalanul kormányzó erővé vált életemben. Az embereket elbűvölte nyitottságom, kedvességem, vonzotta a belőlem áradó harmónia. A mindennapokban azonban mindez gyakran akadályozott

abban, hogy önfeledten örüljek az életnek, hogy bízzak saját erőmben, és persze mások jóindulatában akkor is, ha ezért nem teszek semmit.

Így – néhány kivételtől eltekintve – igazán akkor voltam szabad és önmagam, amikor nagyszüleimnél nyaraltam, mert ott nem volt rajtam felelősség. Azt is szerettem, ha egyedül voltam náluk, egyik nagymamámmal főztünk, sütöttünk, a másikkal zongoráztunk, olvastunk, miközben biztattak, szerettek mindketten, és ilyenkor minden figyelmük csak rám irányult. Az is boldoggá tett, ha unokatestvéreimmel a közeli kiserdőben szabadon, „magunkra hagyva”, felnőttek figyelme és irányítása nélkül játszhattunk. Bunkert építettünk, a berendezést is magunk készítettük napokon át, mindezt levelekből, ágakból, bogáncsból. Kedvenc könyveinket, filmjeinket dramatizáltuk, előadtuk egymásnak. Ilyenkor az önmagáért végzett tevékenység örömeiben fürdőzve önfeledtek voltunk, mert szabadon alkottunk együtt. Nagyon szabadon.

Aztán átéltem szüleim nagyszülővé válását, hogy engedékenyebbek voltak unokáikkal, mint annak idején velünk. Igyekeztem reálisan látni őket, nem várni el tőlük, hogy egy elképzelt, ideális nagyszülői séma szerint működjenek, hanem inkább – kisebb-nagyobb sikerrel – próbáltam megérteni őket, hogy gyermekeim is szeretetteljesebb családban nőhessenek fel. Annak örültem a legjobban, amikor szüleim kamasz és fiatal felnőtt unokáiknak meséltek saját gyerekkorukról, örömeikről, nehézségeikről, a szüleikről, nagyszüleikről (gyermekeim dédszüleiről, ükanyáikról és ükapáikról), tudva, hogy őseink sorsának ismerete segít megérteni önnön életünket.

Majd néhány éve én is nagyszülő lettem, és az idősebb generáció tagjaként azt tanultam, és tanulom ma is, hogyan kell nagyszülőnek lenni. Persze egyik generációnak sem könnyű, mert mindenkinek meg kellett szoknia az új helyzetet, s mi nagyszülők dupla problémával álltunk szemben: egyrészt végérvényesen megéltük gyermekeink elengedését, másrészt meg kellett tanulnunk



egy új szerepet, a nagyszülőséget, amelyben épp olyan kezdők voltunk, mint gyermekeink a szülőségben. Láttam, miként bánnak fiaim, menyeim a picikkel, végignézttem, miként követik el ugyanazokat a hibákat, amiket annak idején mi is elkövettünk. Jó szándéktól vezérelve igyekeztem (igyekszem) csak akkor tanácsot adni, ha kértek. Megtapasztalhattam, milyen a szülői felelősség feszültsége nélkül kapcsolatba kerülni unokáimmal. Átalakíthattam kapcsolatomat a fiaimmal, akik már szülők is, és beteljesítették a küldetést, amit tőlünk kaptak: továbbadták az életet, gyarapították a generációk sorát. S a két felnőtt generáció tagjaiként naponta tanuljuk, hogy hol húzzuk meg a határt, hogy kölcsönös egyeztetésekkel növelhessük családjaink autonómiáját, miközben gyermekeink, unokáink lelkét építgetjük közösen, és keressük a nagyszülő fogalmának 21. századi tartalmát.

## Változó idők – változó nagyszülők

Az elmúlt évtizedekben teljesen megváltozott körülöttünk a világ, ennek ellenére sokan hajlamosak vagyunk ugyanúgy gondolni az ideálisnak vélt nagyszülőkre, ahogy a mesekönyvek többsége ábrázolja őket: kontyos, ősz hajú, kötényt viselő nénikéként és kopasz, szemüveges, csokornyakkendős bácsikaként – derült ki nemrég angol és amerikai kutatásokból.<sup>2</sup>

Mindemellett mindenkinek mást takar az ideális nagyszülő fogalma – ha szülőként egyáltalán meg tudjuk határozni ezt a kategóriát. A konfliktusok nagy részét a tévhitek, a valósnak vélt, ugyanakkor elavult sztereotípiák okozzák. Sok fiatal tévesen azt gondolja, hogy az olyan célirányosnak tűnő kérdésekből, mint például a „Mikor lesz már unokám?”, egyenesen következik, hogy a szülei nagyszülők akarnak lenni. Tévesen hisszük azt is, hogy minden nagyszülő elkényezteti az unokáit, és hogy minden nagyszülő teljes szabadidejét az unokájával akarja tölteni.

A legfrissebb kutatásokból<sup>3</sup> kiderül, mennyire nem reálisak ezek az elképzelések: a nagyszülői generáció válaszaiból egyértelműen arra lehet következtetni, hogy jelentős részük nem akar már felelősséget vállalni, és köszöni szépen, de nem kér azokból a feladatokból, amelyek együtt járnak egy gyerek felnevelésével. Úgy gondolják, ők már teljesítették szülői küldetésüket azal, hogy felnevelték a saját gyerekeiket. A mai nagymamák és nagypapák közül sokan még a karrierjükkel vannak elfoglalva, emiatt kevés az idejük. De nem csak időhiányban szenvednek: sok nagyszülő bizonytalan az új szerepében, és ahelyett, hogy az unokájával foglalkozna, inkább még többet dolgozik. Vagyis: ha szülőként minden nagyszülőtől egyformán elvárjuk a maximális lelkesedést, bizony könnyen csalódhatunk.

Gyarmati Andrea magyar családok több generációjával készített interjúk elemzésével arra kereste a választ, hogy a déd-, illetve nagyszülők miért és hogyan (illetve miért és hogyan nem) vesznek részt unokáik életében, mit várnak tőlük a szülők.<sup>4</sup> Megállapította, hogy hazánkban is nő az individualizáció, azaz mindenki önmagáért felelős, és maguk döntenek el, melyik családtagjuknak és milyen formában nyújtanak segítséget, illetve kitől mit fogadnak el. A nagyszülőkép változását az egyik interjúalany így fogalmazta meg: „Már nem nagymamák a nagymamák.”<sup>5</sup> A mai nagyszülők egy úgynevezett szendvicsgeneráció: még aktívak a munkában, ugyanakkor gondozási feladataik vannak szüleik és gyermekeik, unokáik irányába is. Gyermekeiknek leginkább anyagi támogatást nyújtanak (például lakásvásárlás formájában). A nagyszülők viszont a dédszülőkhöz képest időben már kevesebbet segítenek, s ennek összetett okai vannak. Egyrészt még sokan dolgoznak, másrészt kettős gondozási teher hárul rájuk. Emellett úgy érzik, szülővé lett gyermekeik nem szorulnak segítségre, hiszen az anya otthon van a gyerekekkel, az apák is jobban bevonódnak a gondozási-nevelési feladatokba, vagy a szülők megengedhetik maguknak a fizetett gyermekfelügyelőt. S valójában maguk a szülők sem igénylik a nagyszülő gondozói segítségét, pél-

dául mert nem értenek egyet a generáció nevelési elveivel. Pedig a csökkenő segítségnyújtás ellenére lényeges az unokákról való gondoskodás a nagyszülőknek, mert így fontosnak érzik magukat, másrészt az unokákkal eltöltött idő közösségteremtő erőként is működik. Ahogyan az egyik interjúalany fogalmazott: „a nagymama vasárnapi ebédje tartja össze a családot”.<sup>6</sup>

Abból is adódnak problémák, hogy a nagyik azt gondolják, köztük és az unokáik között természetyszerűen adott a kötődés. Ez is nagy tévedés. Hiba elvárni nagyszülőként az unoka feltétel nélküli szeretetét. A kötődés kialakulása egy folyamat, minősége a kettőjük kapcsolata során bontakozik ki. Az is nehezíti az idősebbek helyzetét, hogy az úgynevezett alfa generáció<sup>7</sup> egocentrikusabb, sokkal jobb az önérvényesítési képessége, mint a szüleié, s ezt a nagyszülők gyakran tiszteletlenségként élik meg. A kicsik erős akaratával az idősebbek gyakran nem igazán tudnak mit kezdeni, ráadásul a mai kisgyermek köztudása sokkal erősebb a szülőkéhoz, mint egy-két generációval régebben, és e szoros kapcsolat miatt a nagyszülők sokszor alig tudnak érvényesülni. Azt gondolom, ma sokkal nehezebb feladat nagyszülőnek lenni, mint korábban: többet kell dolgozni az unokák kötődéséért, sok közös játékkal, őszinte kíváncsisággal, nyitottsággal. Arról nem is beszélve, hogy az információs társadalomban az idősebbek tapasztalata, tudása mennyivel kevesebbet ér, mennyivel kevesebb tiszteletet képes kivívni a mai nagymamák és nagypapák bölcsessége. Hiszen ami régen apáról fiúra szállt, amit régen az öregek jobban tudtak, az az információ ma már akárhol és akármikor kéznél van. További probléma a gyerek-nem-nevelés kérdése, miszerint sok nagyszülő még fiatalnak érzi magát, és megéli, hogy végre eljött az ő ideje, hogy élvezze az életet. Emiatt magukra hagyják a fiatal szülőket, akiknek a gyereknevelés terhei miatt aztán akár a párkapcsolatuk is veszélybe kerülhet.

A nagyszülők számára fájó pont, hogy a gyerekeik sokszor megkérdőjelezzik a javaslataikat – téves, régi vélekedésnek tartják azokat a dolgokat, amelyeknek helyességéről az idősebbek meg

vannak győződve –, és ezért nem kérnek elavult nevelési tanácsaikból. Ennek a jelenségnek a gyökerei a társadalmi fejlődésben rejlenek: a nyugati társadalmakban az idősebbek egyre inkább értékvesztett generáció, ők azok, akik nem viselhetik méltósággal az öregkort<sup>8</sup> – gondoljunk csak az egyre elterjedtebb fiatalító, szépepzeti megoldásokra. Az emberek nem akarnak megöregedni. Olyan társadalomban élünk, ahol mindenki fiatal akar maradni, és az idősek tudása, tisztelete nem képvisel értéket. Ezzel szemben a távol-keleti kultúrákban az idősödés, a halál az egészséges szemléletű élet része, a fiatalok teljesen máshogy viszonyulnak az idősekhez.

Egy viszonylag problémamentes szülő-felnőtt gyerek viszony lappangó konfliktusait az unokák érkezése jó eséllyel felszínre hozza. Kiderül, hogy a nagyszülő mennyire tekinti felnőttnek a saját gyereket, mennyire tud megbízni az unokával kapcsolatos döntéseiben. Ha a helyére beállva a saját kezébe veszi unokája nevelését, ha folyton beleszól a gyereknevelésbe, azzal a szülő helyezi a „rossz gyerek” szerepébe, miközben a saját bizonytalanságát, kisebbségi szorongását próbálja meg kompenzálni az unoka kegyeinek keresésével. A nagyszülők leginkább azért teszik tudattalanul mindezt, mert nem akarják tudomásul venni, hogy gyermekük felnőtt, vagy saját egykori szülői konfliktusaik élednek újjá, és gyermekeik küzdelmét látva segíteni szeretnének.

A szülő és a nagyszülő kapcsolatának deficitjei az unokával való kapcsolattartásban jelennek meg: a felnőttek között zajló játszmák felerősödnek, és ez a feszültség aztán rányomja a bélyegét az „unokázásra”. Nagyon nehéz ugyanakkor meghúzni a határokat, és pontosan tudni, hogy kinek mi jelent beleszólást. Mások a túréhatáraink is, és – ami végképp nehezíti a tisztánlátást – ezek rejtett játszmák. Az lenne a jó, ha az első rossz érzések megjelenésekor megpróbálnánk megbeszélni egymással a problémát. Tovább nehezíti a helyzetet, ha a szülők eltérő értékeket, szokásokat képviselnek, ezért nehezebb lehet a konfliktusmegoldás. Ideális esetben az a gyerek kezdeményezi a beszélge-

tést, akinek a szülőjével konfliktusba kerül a pár, hiszen a saját gyerekeitől könnyebben el tudja fogadni a nagyszülő a kritikát. Nagyszülőként pedig azt kellene szem előtt tartani, hogy a hála mindig lefelé, a következő generáció felé áramlik: egy szülő úgy hálás a saját szüleinek, hogy a saját gyereket felneveli. Az idősebb generációnak az a dolga, hogy a háttérben maradjon, a fiatal szülők döntése, hogy kérnek-e segítséget. *A mindenki számára ki-elégítő kapcsolat kulcsa hosszú távon semmiképpen sem a konfliktuskerülés, hanem a problémamegoldó kommunikáció.*

## Tévhitek útvesztője

Napjainkban tehát nagyon sok nagyszülő érezheti magát bizonytalan szerepben. Ez a szerep több okból is „bizonytalan”. Egyrészt vannak, akik (az említett magyar kutatás interjúalanyaihoz hasonlóan) úgy vélik, ma már nincsenek nagymamák. Idős korukig dolgozó nők vannak, akik legalább olyan elfoglaltak és leterheltek, mint a segítségükre számot tartó gyerekeik. És – folytatják e nézet hangoztatói – talán szükség sincs igazán a nagyszülők szerepére, hiszen ott a bölcsőde, az óvoda és a bébiszitterek... Ők tehát a nagyszülőszerep létezését kérdőjelezik meg.

De bizonytalan a nagyszülőszerep azért is, mert rengeteg az eltérő vélemény azzal kapcsolatban, mi is a nagyszülők feladata. Hogyan viselkedjenek, és hogyan ne? Mit kell, és mit tilos tenniük azért, hogy jó kapcsolatban maradjanak gyermekeikkel, de eléggé jó nagyszülők is legyenek? A „tanácsadók” egy része saját kipróbált és jól beváltak vallott gyakorlatát hirdeti, mondván, „a mi nagyszüleink is így csinálták”. Mások hevesen kritizálják az „elavult” nevelési elveket, vagy tudattalanul saját nagyszüleikkel kapcsolatos negatív élményeiket, sérüléseiket szeretnék korrigálni, hiányaikat pótolni akkor, amikor maguk is nagyszülővé válnak. Vannak, akik fennen hangoztatják, hogy a nagyszülő egyetlen

feladata, hogy kényeztesse és szórakoztassa unokáját, míg mások úgy vélik, jobb, ha a nagyszülő minden lépését, unokájával kapcsolatos döntését előzetesen megbeszéli a szülőkkel.

Számos olyan vélekedés is van, amely makacs tévhitként él akár generációk hosszú során át is. Tény, hogy az unoka születésével új szerepet kell elsajátítanunk, ám téves az az elképzelés, mely szerint ilyenkor egy csapásra öregekké válnánk vagy kimerítő és kötelező *feladatok* várnának ránk.

Tévhit, hogy az unoka születése önmagában elegendő ahhoz, hogy megalapozódjon a jó nagyszülő-unoka kapcsolat, ahogyan tévhit az is, hogy vannak olyan „csodaszerként működő” lépések, amelyeket, ha megteszünk, biztosíthatjuk a jó kapcsolatot.

Ha azt hisszük, hogy a jó kapcsolat záloga a napi rendszerességű látogatás, akkor könnyen csalódhatunk, amikor unokánk sokféle elfoglaltsága mellett kisiskolás korában (kamaszkorában pedig főleg) már nem velünk szeretné tölteni minden szabadidejét.

Ha úgy véljük, az unokával töltött minőségi idő, a rá szánt figyelem pótolható kényeztetéssel és anyagiakkal, akár kellemetlen családi viták akaratlan „okozóivá” is válhatunk.

Ha elhiszük, hogy a fiatal szülők kétségbeesve csak arra várnak, hogy jótanácsainkkal megkönnyítsük a dolgukat, könnyen az anyósviccek főszereplője válhat belőlünk.

Tévedünk, ha – még a legnagyobb jó szándéktól vezérelve is – úgy hisszük, a nagyszülők közötti rivalizálás az unokák érdekét szolgálja, mondván, abból csak jó sülnet ki, ha mindenki versengve keresi a kicsik kegyeit.

Tévhit, hogy a gyerekeket nem viseli meg nagyszülei elvesztése, hiszen még nem sok időt töltöttek velük... De ugyanilyen tévedés az is, ha válás esetén úgy véljük, nem baj, ha a másik nagyszülő „kikerülnek a képből”, hiszen a gyerekek mindent képesek megszokni, sőt könnyen felejteneik.

A jó nagyszülői gyakorlatnak sajnos az sem biztosítéka, hogy lám, mi már felneveltünk egy-két gyereket.

A tévhitek útvesztőjében, napjaink gyorsan változó világában sajnos már nem mindig számíthatunk az előttünk járó generációk tapasztalatára. Jobb, ha a szorongás és az állandó teljesítménykényszer, a megfelelni vágyás helyett, kapcsolatainkhoz (a párkapcsolathoz és testvérkapcsolatainkhoz) és szülői gyakorlatunkhoz hasonlóan, nagyszülői létünkre is fejlődési lehetőségként tekintünk. Nem ajándékokkal, kényeztetéssel, kéretlen tanácsokkal, de nem is kritikával vagy állandó rendelkezésre állással, hanem önmagunk és szeretteink jobb megismerésével és elfogadásával tehetünk a legtöbbet unokáinkért.

Kötetemmel ebben szeretnék olvasóim, leendő és „gyakorló” szülő- és nagyszülőársaim, fiatalok és idősebbek segítségére lenni.

„Ne kapkodd fel állandóan,  
el fogod kényeztetni!”

