

Engler Ágnes¹, Berecz Réka²

A szülői ház elhagyása

Kulcsok az elengedéshez

Recenzió Süvegesné Rudan Margit és Süveges Gergő
Anyakulcs című kötetéről

¹Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS) Neveléstudományi Kutatóközpont, vezető; Debreceni Egyetem, egyetemi tanár; Levelező szerző: Engler Ágnes engler.agnes@koppmariaintezet.hu

²Debreceni Egyetem, mesterszakos hallgató

DOI-hivatkozás: <https://doi.org/10.63582/KAPOCS.2025.1-2.13>

A fiatalok önálló életkezdésének számos feltétele van. A különböző felmérések tanulsága szerint a feltételek közül elsőként leginkább az egzisztenciális megalapozottságra gondolhatunk: legyen saját lakás, jó munkahely, kiszámítható jövő. Emellett természetesen örvendetes, ha a fiatal nem egyedül áll az élet kezdetén, hanem van egy társa, vannak barátai. A szülői ház elhagyásakor azonban nemcsak „a gyermek *alá*” szeretnénk rakni valamit, és nemcsak „a gyermek *mellé*” kívánunk valakit, hanem őszintén reméljük, hogy „a gyermekbe” is sikerült mindent beletenni, aminek segítségével megállja a helyét a nagyvilágban. A „felbuzdulás” azonban csak egyik oldala a leválásnak. A másik fajta küzdelem és remény az elengedés sajátja. Az a bizonyos köldökzsinór már sok helyen elszakadt, de csak részlegesen: gyermekünk első önálló lépéseikor; az első napon a bölcsődében, óvodában; kisiskolás gyermekünk első iskolai napján; a kamaszévekben; az egyetemi kollégiumba költözéskor. A sok apró eleresztéstől a végleges kiköltözésig hosszú az út, az elengedés pedig lépésről lépésre történik.

Felismerem. Bátorítom. Rábízom. E hívószavak olvashatóak Süvegesné Rudan Margit és Süveges Gergő *Anyakulcs* című könyvében, amelyek mentén a szerzőpáros most bemutatja a gyermekek elengedésének alapelveit – az „anyakulcsokat” – a korábban megjelent *Apakulcs* kötet után. Míg az *Apakulcs* leginkább az apa és gyermek közötti kapcsolódás nehézségeiben nyújt megoldást, addig az anyáknak szóló támogató kötet az olykor fájdalmas elengedés belső munkáját segíti annak érdekében, hogy a gyermekek önálló, szabad és felelősségteljes személyekké váljanak.

A kötet tizenegy szisztematikusan egymásra épített fejezeten keresztül viszi végig az olvasót. E logikus felépítés alapos és mély önismerethez vezet a fokozatos elengedés útján és az anyai szerep megerősítésében. A bevezető fejezetet követően a szerzők a második fejezetben (*Kapcsolódás és elengedés*) két látszólag ellentétes, de ugyanazt a célt szolgáló törekvést, mégpedig az elengedés és a kapcsolódás alapelveit ismertetik. E fejezetben rávilágítanak arra, hogy az anyák és az apák teljesen más kihívásokat élnek meg a gyermekneveléssel kapcsolatban: míg az apáknak a kapcsolódás, az anyáknak az elengedés jelenthet nagyobb nehézséget. A harmadik fejezet (*A távolodás mozgatórugói és az anyakulcsok*) három olyan mindennapi történetre alapoz, melyek szinte minden szülő tapasztalataiból visszaköszönnek. A történetek a gyermekek képességeinek, igényeinek és szükségletének folyamatos gazdagodását érzékeltetik, melyek alapvető mozgatórugói fejlődésüknek, és így egyben az anyai mivolt alakítói is. A három mozgatórugó az egészséges elengedés hármasszögévé formálódik az anyai létben, és az önállóság, a szabadság és a felelősség kulcsaként él tovább.

A negyedik, az ötödik és a hatodik fejezet az említett kulcsokat mutatja be, és hozzájuk rendelt két-két lépéssel segíti azok elsajátítását. Az önállóság kulcsának lépései azon alapszanak, hogy a szülő felismeri-e azt, hogy gyermeke egyre több dologra képes, és elfogadja-e gyermeke megoldásainak sajátjaitól való különbözőségét. A szabadság kulcsának lépései a gyermek bátorításában rejlenek. Az első lépéshez kapcsolódó kulcskérdés: bátorítja-e a szülő a gyermekét arra, hogy éljen a szabadságával, és hagyja-e, hogy meghozza azokat az a döntéseket, amelyeket már életkorának és vágyainak

megfelelően képes mérlegelni? A második lépés esszenciája a kortárs kapcsolatok építésében ragadható meg. Az ehhez a lépéshez kapcsolódó kulcskérdés: bátorítja-e a szülő a gyermekét abban, hogy kortárs kapcsolatokat építsen és ápoljon annak érdekében, hogy érettebb személyiséggé formálja őt? Ha az anya már felismerte a gyermek képességeit, és bátorította is őt arra, hogy használja azokat, akkor a felelősség kulcsának két lépése következik. A felelősséghez kapcsolódó kulcskérdés: rábízta-e a szülő a gyermekére a megfelelő mértékű felelősséget és a saját döntéseinek a következményeit? E három fejezet különlegessége, hogy nem csupán elméleti útmutatást nyújtanak, hanem mély, életszerű példákon keresztül mutatják meg, hogy a kulcsok alkalmazásával vagy éppen hiányával hogyan alakulhatnak a különböző élethelyzetek.

A hetedik fejezet (*Anyakulcsok harmóniája*) a három kulcs együttes használatát és egymásra hatását mutatja be. A fejezet végén egy teszt is segíti az elmélyítést, továbbá kommunikációs megoldási javaslatokat is nyújt a kulcsok helyes használatához. A szerzőpáros véleménye szerint kellő gyakorlással és a gyermek reakcióinak figyelembevételével elérhetjük gyermekünk önállóvá válását. Ám ez

a folyamat az édesanyáknak keserűdes fájdalommal járhat, és különböző félelmeket hozhat bennük felszínre. Így a nyolcadik fejezet (*Legmélyebb félelmeink*) az alapvető anyai félelmeket (szerep-félelem, alkalmasságfélelem és a magányfélelem) mutatja be. A kilencedik fejezet (*Örülj neki!*) arra bátorítja az olvasót, hogy keresse meg az elengedés folyamatában azokat a mozzanatokat, amelyek örömmel töltik el, hiszen ezzel tudja gyermekét leginkább támogatni az önállóvá válás folyamatában. A következő részben az Anyakulcs-tesztek nyernek teret, melyek abban segítenek az olvasónak, hogy objektív képet kapjon saját anyai működéséről. A zárófejezet (*Anyakulcsok a Bibliában*) keresztény szemszögből vizsgálja az elengedés mintázatait. Az *Anyakulcs* a gyermekek elengedésének művészetét tanítja, életszerű, szerethető példákkal és szakmai megalapozottsággal. A könyv valódi útikalauz az otthon falai között megvalósuló gyermeknevelés utolsó mérföldkövének eléréséhez, annak átlépéséhez. A kötetet szívből ajánljuk a gyakorló szülőknek, nagyszülőknek, a leendő szülőknek, a családokat segítő szakembereknek és nem utolsósorban az életkezdés előtt álló fiataloknak.