

VARGYAS-TÓTH JULIANNA

## GYÓGYÍTÓ ÉLMÉNYEK TÁBORBAN, KÓRHÁZBAN, OSZTÁLYTEREMBEN

### ELSŐKÉNT SZLOVÁKIÁBAN INDÍTJA EL ISKOLAI PROGRAMJÁT A BÁTOR TÁBOR ALAPÍTVÁNY

Egy súlyos betegség alapjaiban változtatja meg a gyerekek, fiatalok fejlődését: ellehetetleníti a kapcsolatot a kortársakkal, olykor már maga a játék is elképzelhetetlenné válik. Megváltozik a család élete, a mindennapokat a betegség és a vele való megküzdés tölti ki. A hétköznapokat már nem az óvodai, iskolai teendők határozzák meg, hanem a sokszor fájdalmas és félelmetes kórházi kezelések. Fehér falak, köpenyes-maszkos emberek veszik őket körül, akik érthetetlen nyelven nevezik meg betegséget. Anya, apa aggódik, a tesókkal a kapcsolat megszakad, hiszen sokszor sok száz kilométerre kerülnek egymástól. A beteg gyerekek olyan megpróbáltatásokkal kell szembenéznie, ami egy felnőttnek is kihívást jelentene. Az állandó félelem és fájdalom hosszan tartó nyomot hagy lelkükön, még a gyógyulás ellenére is. Elveszítik önbizalmukat, nyitottságukat, hitüket.

A 2001-ben életre hívott Bátor Tábor Alapítvány súlyos és krónikusan beteg gyermekek és családjaik számára kínál *ingyenes, komplex élményterápiás programokat*. A különböző tábortípusok mellett a kórházakba is elviszük a gyógyító élményeket, sőt, már az iskolák falain belül is Bátor Táboros hangulatot varázsolunk. Mosolyt csempészünk az arcokra, erőt adunk a küzdelemhez, visszaadjuk a barátság, a közösséghez tartozás élményét.

Az amerikai Yale Egyetem a SeriousFun Children's Network nemzetközi tábor szövetséggel közösen készített 2014-es tanulmánya megerősíti mindazt, amit a mosolyokból, a nevetésekből és a történetekből már évek óta tudtunk – A Bátor Táboros élmények valóban megváltoztatják a gyerekek életét! A tábor után nő az önbizalmuk és az önértékelésük, javulnak kapcsolatteremtő és társas készségeik, sőt, erősödik a gyógyulásba vetett hitük is. Ezenfelül hosszú távon is szig-

nifikáns segítséget nyújt a súlyosan beteg gyerekeknek, mert olyan készségeket ad a kezükbe, ami segíti őket, hogy megtalálják helyüket az életben, és lelkileg egészséges felnőtté váljanak.

#### HOGYAN VALÓSÍTJUK MEG MINDEZT?

A Bátor Tábor sokkal több, mint egy nyári tábor. Az élményterápia módszerét nem csak hatvani táborhelyünkön alkalmazzuk, hanem a kórház falai közé is elviszük; és amikor a kezelésekre végre vége, a gyerekek visszailleszkedését a kortársaik közé saját környezetükben, az *iskolában* is segítjük. Mindehhez a munkatársaink szakértelmén túl két dolog nélkülözhetetlen: annak az évente több mint ezer önkéntesnek az elhivatott munkája, akik a programjaink megvalósításában segítenek; és a rengeteg elkötelezett támogató adománya, amelyből mindezt fenn tudjuk tartani. A Bátor Tábor kizárólag magánadományokból működik: magán-személyek egyszeri vagy rendszeres, kisebb vagy nagyobb összegű felajánlása, és vállalatok anyagi hozzájárulása teszi lehetővé, hogy életet változtassunk. A Bátor Tábor Alapítvány minden programja térítésmentes.

Hogyan kell mindezt elképzelni? Hogyan működik?

#### TÁBOROK – CSODAORSZÁG HATVANBAN

A Bátor Tábor azért különleges hely, mert itt a táborozóinkat a betegségük a legkevésbé sem akadályozza abban, hogy pontosan olyan életet éljenek, mint amelyet egy gyereknek, kamasznak kell. Barátkoznak, lovagolnak, szerelmesek lesznek, táncolnak, jókat beszélgetnek. Itt lehet táncra perdülni mankóval, hat méter magasra mászni kerekesszékekkel és íjászcodni fél karral. Könnyű barátkozni, mert mindenki szeretettel és elfogadással fordul a másik felé. A gyerekek teljes

érzelmi biztonságban találhatnak rá a bennük rejlő erőre. A tábor önkéntes segítői (*cimborák*) különféle kihívások elé állítják a táborozókat. A különleges élmények segítenek a gyerekeknek felismerni, hogy félelmeik legyőzésével képesek szembeszállni nemcsak a kalandok során rájuk váró feladatokkal, de a betegségükkel is. A Bátor Tábor minden pillanata a vidámságról, a lehetőségekről és az összetartozásról szól.

A beteg gyerekeknek szervezett Nyári Táborok mellett tavasszal Testvér Táborokba várjuk őket egészséges testvéreikkel együtt; ősszel pedig Családi Táborokba invitáljuk az egész családot. A Lélekmadár Táborban azoknak a családoknak is segítünk, akik elveszítették a betegséggel vívott nehéz küzdelmet.

Közép-kelet-európai élményterápiás központként nemzetközi nyári turnusainkba *Szlovákiából*, *Csehországból* és *Lengyelországból* érkeznek hozzánk daganatos beteg gyermekek. Tavaly ősszel pedig *szlovákiai családok* számára is szerveztünk már Családi Táborot. Az elmúlt 19 évben több mint 10.000 táborozó járt már nálunk.

#### GO! – GYÓGYÍTÓ ÉLMÉNYEK A KÓRTEREMBEN

Azoknak a gyerekeknek, akik állapotukból fakadóan aktuálisan nem tudnak táborozni, mi visszük el a kórházba a gyógyító élményeket és a tábori hangulatot. Kórházi programunk 2017 óta *GO! Liečivé zážitky* néven már a *pozsonyi gyermekklinika*n is nagy sikerrel működik.

Felismertük, hogy a tábor valódi esszenciáját bárhol megteremthetjük, ha tudjuk, hogy mi tesz egy élményt gyógyító élménnyé. Ezért kidolgoztuk az *élményterápia 'mobilis' módszerét*, ami hasonló hatásokkal bír, mint a tábor. A középpontban természetesen itt is a játék áll, amelyet

egy olyan tudatos módszer fon körül, mely segítheti a beteg gyermeket egy pozitívabb, reménytelibb jövőkép kialakításában, önbizalma erősödésében és szociális készségeinek fejlődésében. A gyermekek a játék során egyre inkább saját döntéseket hoznak, kihívásokat állítanak fel, majd teljesítik azokat. Fejlődik az önreflexió, a kreatív önkifejezés. Újra nevetnek, és az „elfogadva lenni” érzése kerül túlsúlyba. Hosszú távon nő az önbizalmuk, a rezilienciaképességük, kialakul a fejlődésfókuszú gondolkodásmód és egy reménytelibb, optimista jövőkép, vagyis: magabiztosabban próbálnak ki új dolgokat. A szülők a közös játék során újra rácsodálkoznak gyermekükre (nem a betegség szemüvegén keresztül látva őt); saját maguk is figyelmet kapnak, nevethetnek, pihenhettek. Az egyik anyuka szavaival élve: „Én ma legalább 10 évet fiatalodtam!” 2017 óta több mint 150 gyermek és szülei játszottak velünk a *Detská fakultná nemocnica s poliklinikou Bratislava* onkohematológiai osztályán.

### ISKOLAI PROGRAM – KÓRHÁZBÓL ÖSSZETARTÓ OSZTÁLYKÖZÖSSÉGBE

A Bátor Tábor Alapítvány iskolai programja arra a helyzetre ad választ, amit gyermekként sokan megtapasztalhattunk. Az iskolás gyerekek a társaik véleménye alapján ítélik meg magukat, a többiek közé tartozás az egyik legfontosabb cél a mindennapja-

ikban. Ez számos sikerélménynek, de szorongásnak is forrása lehet. Ha valaki sokat hiányzik, nehezebben talál vissza a közösségbe, hiszen kevesebb az együtt megszerzett élmény. Ha valakin látszik, hogy beteg volt – akár a betegség, akár a kezelése nyomai –, az szégyenlőssé teheti őt, a többiekben pedig félelmet ébreszthet. Ha nincs alkalmasnak tűnő helyzet és mód arra, hogy közeledni lehessen egymáshoz, ezek a negatív érzések mélyülhetnek, és a visszatalálás egyre nehezebbnek tűnik. Az osztályfőnök szerepe kulcsfontosságú lehet a visszailleszkedésében, de ő sincs könnyű helyzetben.

Iskolai programunkkal célunk, hogy segítsünk egy olyan *el- és befogadó, biztonságos osztályközösség* kialakításában, megerősítésében, ahova reggel örömmel érkeznek a gyerekek, *ahol jó lenni*. Hogy a súlyos vagy krónikus betegségben érintett gyerekeket és osztálytársaik könnyebben *találják meg (újra) a hangot egymással*; hogy a téves feltételezések és hiedelmek helyett *valós információkat* kapjanak a betegségről. És abban is, hogy felismerjék, milyen *egyedülálló közösséget* alkotnak együtt. Célunk, hogy iskolai programunkkal olyan változásokat indítsunk el, amelyek a foglalkozás után is fenntarthatóak és továbbvihetőek. A szemléletformálás mellett konkrét eszközöket is adunk. A foglalkozás játékos, barátságos, a gyerekek életkorának megfelelő szinten zajlik.

### MIT EREDMÉNYEZ A PROGRAM?

- összetartóbb közösséget
- oldott, támogató, barátságos légkört
- nagyobb együttműködést
- kiegyensúlyozottabb gyerekeket
- egymás elfogadását
- felelősségvállalást
- pozitív visszajelzéseket, nagyobb figyelmet egymás felé
- növekvő önbizalmat és kompetencia-érzést
- csökkenő kiközösítést
- kevesebb csúfolást, zaklatást

A programot minden olyan osztálynak kínáljuk és ajánljuk, ahova valamilyen súlyos vagy krónikus betegséggel élő gyermek jár. 2020-ban a szlovákiai magyar tanítási nyelvű iskolákban már van rá lehetőség, hogy a foglalkozást az adott osztályra szabva, térítésmentesen elvigyük az osztályokba.

Bővebben az iskolai programról: [batortabor.hu/sk/iskolaiprogram](http://batortabor.hu/sk/iskolaiprogram)

A Bátor Tábor Alapítvány küldetése, hogy minél több gyermeknek lehessen része gondtalan gyerekkorban az aktív kezelése közben és után is – beleértve az iskolai újrakezdés időszakát is.

„A Bátor Tábor nélkül nem lett volna igazi gyerekkorom.” – Laura, 12 éves táborozónk

További információ a Bátor Tábor Alapítvány munkájáról: [www.batortabor.hu](http://www.batortabor.hu) és [www.batortabor.sk](http://www.batortabor.sk)

