



2004. október

"Segítőkéz" Lelkisegély Telefonszolgálat, Debrecen

## Tartalom:

Bevezetés  
Rövid hírek, információk  
Programjaink  
Utalások a telefonos munkára  
A csinovnyik halála  
Gondolatébresztő

## Bevezetés

### Kedves Ügyelőtársak!

Az elmúlt hétvégén zajlott Békéscsabán a XVII. Országos találkozó. Nagyon jó találkozó voltunk a részesei, sok élménnyel gazdagodtunk. A legközelebbi esetmegbeszélésen szakítunk egy kis időt arra, hogy beszámoljunk róla.

Az utóbbi időben több új debreceni szolgáltatásról is hírt kaptunk, amiket itt rendszeresen megjelentetünk. Az ügyelet során viszont könnyebben tudtok segíteni a Hívóknak, ha ezeket összegyűjtve találjátok meg az ügyeleti szobában. A több mint húsz oldalas „Címjegyzék Hívóinknak” elnevezésű mappát nem tudjuk minden hónapban frissíteni, ezért készítettünk egy „Új szolgáltatások” c. külön mappát, amiben megtalálhatjátok a legújabb szolgáltatások ismertetőit, s majd alkalomadtán átvezetjük ezeket a tematikusan rendezett címjegyzékbe is.

Szép őszi napokat és...

Jó ügyeleteket!

Debrecen, 2004. október 6.

Rénes László

# október

## Rövid hírek, információk

- A Forrás Lelki Segítők Egyesületének **Szenvedélybetegek Nappali Intézménye** szenvedélybetegek hozzátartozói részére önszorgalmazó csoportot szervez. A szenvedélybetegségek természetéből adódik, hogy a hozzátartozónak, ismerősnek hamarabb gondot okoz a mértéktelenség, előbb kérnek segítséget. Fontos, hogy az őket megterhelő élethelyzetek feldolgozásához segítséget kapjanak már akkor, amikor a szenvedélybeteg még nem motivált a változásra. A családok rendszerszemléletű megközelítését alapul véve a hozzátartozóknak nyújtott segítség hozzásegíti ahhoz, hogy mind az egyén, mind a család konfliktus mentesebben élhessen, mivel az egyik családtag változása az egész családi környezet változását eredményezheti. Várják mindazok jelentkezését, akiknek családjában, környezetében gondot okoz az alkohol, drog, játék, gyógyszerfüggőség. Térítésmentesen minden páratlan héten, csütörtökön 16-18 óra között a Forrás Közösségi Klubban (Db., Angyalföld tér 11. Tel.: 428-004).
- Az idős, ápolásra szoruló családtag elhelyezésében segíthet a **Kenézy-kórház ápolási osztálya**, ahová a hozzátartozó vagy maga a beteg kérheti felvételét. Az előjegyzésben a várakozási idő kb. két hónap. Mindössze 32 női és 10 férfi helyük van. Nem vesznek fel az osztályra gondnokság alatt lévő, pszichiátriai kezelés alatt álló és daganatos beteget. Három hónapig lehet itt tartózkodni, de az ellátás újra igényelhető. Ha igénylik, akkor lelkész, fodrász, pedikűrös keresi fel a betegeket. Az ápolásért fizetni kell, az első napra 4000 Ft, minden további napra 1500 Ft a 24 órás, teljes körű gondoskodás. Érdeklődni a Kenézy-Kórház zöldszámán is lehet, a 06-80-204-414-es telefonszámon reggel 7-től este 18 óráig.
- A **Kezünket Nyújtjuk Támogató Szolgálathoz** olyan beteg, fogyatékos vagy idős emberek fordulhatnak, akiknek a családtagjai nem tudják a rászorulókat teljes mértékben ellátni. A gondozó szolgálat munkájába a személyi tanácsadástól a rászorulóknak szállításáig sok minden beletartozik (segítségadás a különböző szociális ügyekben, közreműködés az ellátást igénybe vevő háztartásában, személyi kísérés és ügyintézés az egészségügyi, szociális, illetve egyéb szolgáltatóknál stb.). Munkanapokon 8-tól 10 óráig tartanak fogadóórát a Thomas Mann u. 3/a alatt, ill. a 439-677-es telefonszámon. Ez után a 20-4967-345-ös számon egészen estig adnak felvilágosítást a szolgáltatásaikról.

(Forrás: Közösségi Adattár Hírlevele: Civil-net Debrecen, elektronikus hírlevél, Hajdú-Bihari Napló, Debrecen Újság)

## Programjaink

X.		
<b>2004. október 1-2-3. Békéscsaba, Országos Találkozó</b>		
<b>2004. október 11. hétfő</b>	18 - 21	SZUPERVÍZIÓ
<b>2004. október 25. hétfő</b>	18 - 21	esetkonzultáció és megbeszélés
XI.		
<b>2004. november 8. hétfő</b>	18 - 21	SZUPERVÍZIÓ
	17	egyéni szupervízió
<b>2004. november 22. hétfő</b>	18 - 21	esetkonzultáció és megbeszélés
XII.		
<b>2004. december 6. hétfő</b>	18 - 21	SZUPERVÍZIÓ
	17	egyéni szupervízió
<b>2004. december 13. hétfő</b>	18 - 21	esetkonzultáció és megbeszélés
<b>2004. december 20. hétfő</b>	18 - 21	karácsonyi ünnepség

## UTALÁSOK A TELEFONOS MUNKÁRA I.

Szakmai könyvekben olykor találkozunk a telefonos munkára utalásokkal. Ezeket próbáljuk összegyűjteni, egy csokorba szedni, s apránként itt megjelentetni.

### 1.

„Az öngyilkos mentésére szolgáló tevékenység három fázisa:

- a megelőzés,
- az életmentés,
- az utógondozás. (Benedek István, 1974.)

A társadalom is próbál "mentőövet" dobni az élet tengerén elmerülő szerencsétlen embereknek. Ilyenek pl. a pszichológiai tanácsadók, telefonos lelki-segélyszolgálat, a lélelgmentő-szolgálat, pszichiátriai szakrendelés stb.”<sup>1</sup>

### 2.

„A telefonos krízisközpontok munkatársai általában mentálhigiénés szakemberek által irányított önkéntesek. Néhány központ kifejezetten az öngyilkosságok megelőzésére jött létre, más központok általánosabbak, és a bajban lévő telefonálóknak segítenek megtalálni a számukra szükséges támogatást. Az önkéntesek kiképzésében fontos a figyelmes hallgatás megtanulása, az öngyilkosság-veszély észlelése, az empátia és megértés közvetítése, informáltság a helyi lehetőségekről, remény és megnyugtató sugárzása. Vannak még speciális vonalak a bántalmazott gyermekek és feleségek, a megerőszakolt áldozatok számára.

A telefonszámokat széles körben nyilvánosságra hozzák, remélvén, hogy a rászorultak is megismerik azokat.”<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Szentí Tibor: A halál (Nővérek továbbképzése Csongrád megyében, Szeged-Hódmezővásárhely, 1994.)

<sup>2</sup> Atkinson, Rita L. - Atkinson, Richard C. - Smith, Edward E. - Bem, Daryl J.: Pszichológia (Osiris, Bp. 1997.)

Irodalom

## ANTON PAVLOVICS CSEHOV

### A csinovnyik halála

Egy kiváló szép estén a nem kevésbé kiváló Ivan Dmitrics Cservjakov, hagyatéki végrehajtó, a földszinti zsöllye második sorában ült, és látcsövén keresztül gyönyörködött a *Corneville-i harangok*-ban. Gyönyörködött, és a földi boldogság csúcspontján érezte magát. De hirtelen... Elbeszélésekben gyakorta találkozunk ezzel a „hirtelen”-nel. Igazuk is van az íróknak: az élet olyannyira bővelkedik váratlan meglepetésekben! Nos: Cservjakov arca hirtelen elfintorodott, szeme kidülledt, lélegzete elállt... leeresztette szeme elől a látcsövet, előrehajolt és... hapci!!! Amint tetszett látni - tüsszentett. Tüsszenteni sehol senkinek sem tilos. Tüsszent a paraszt, tüsszent a rendőrkapitány, sőt, némelykor még a titkos tanácsos is. Mindenki tüsszent. Cservjakov nem is jött zavarba, megtörülközött zsebkendőjével, és mint udvarias ember, körülnézett: nem zavart-e meg valakit a tüsszentésével? Ekkor azonban menthetetlenül zavarba jött. Észrevette, hogy a zsöllye első sorában, az előtte ülő öregúr kesztyűjével törölgeti tarkóját s kopasz fejét, és valamit mormol hozzá. Az öregúrban Brizzsalov államtanácsost, a közlekedési minisztérium tábournoki rangban levő főtitisztviseelőjét ismerte fel.

„Ráprüszköltem! - gondolta röstelkedve Cservjakov. - Nem a főnököm, más hivatalban szolgál, de mégiscsak kínos. Bocsánatot kell kérnem.”

Cservjakov köhécselt, felsőtestével előredőlt, és a tábournok fülébe súgta:

- Bocsásson meg, mélt... uram, leprüszköltem... nem szándékosan tettem...
- De kérem, semmi az egész...
- Bocsásson meg, az istenre kérem. Igazán nem... igazán nem akarattal!...
- Jaj, hagyjon békén, kérem! Ne zaklasson már!

Cservjakov még jobban zavarba esett, bambán elmosolyodott, és felnézett a színpadra. Nézett, nézett, de előbbi boldogsága nyomtalanul eltűnt. Nyugtalanág gyötörte. A szünetben odalépett Brizzsalovhoz, egy darabig szaladt mellette, majd féltékenységét leküzdve, megszólította:

- Az imént leprüszköltem, mélt... uram... Bocsásson meg... Én igazán... Nem azért, hogy...
- Elég volt! Rég elfelejtettem az egészet, és maga még mindig ugyanazt hajtogatja! -

szólt rá a tábornok, és türelmetlenül mozgatta alsó állkapcsát.

„Azt mondja, elfelejtette, a szeméből meg csak úgy árad a gyűlölség - gondolta magában Cservjakov, és gyanakodva pillantott a tábornokra. - Szóba se akar állni velem. Meg kellene neki magyaráznom, hogy nem szántszándékkal tettem... hogy ez a természet törvénye, máskülönben még azt gondolja, hogy le akartam köpni. Ha most nem gondolja, majd később eszébe jut!”

Cservjakov hazaérkezvén, előadta feleségének akaratlan udvariatlanságát. Úgy vélte, hogy az asszony igen könnyedén fogja fel a történeteket; előbb egy kissé megijedt, de amikor megtudta, hogy Brizzsarov más hivatalbeli, mindjárt megnyugodott.

- Tudod mit, mégiscsak menj el hozzá bocsánatot kérni - ajánlotta azután. - Nehogy azt higgye, hogy nem tudsz illendően viselkedni jó társaságban.

- Éppen erről van szó! Bocsánatot kértem tőle, de valahogyan furcsán fogadta... Egy jó szót se szólt. Meg nem is volt rá idő, hogy megbeszéljük a dolgot.

Másnap Cservjakov felöltötte vadonatúj hivatali egyenruháját, megnyiratkozott, és elment Brizzsarovhoz, bocsánatot kérni. A tábornok fogadószobájában már rengeteg kérelmezőt talált, s közöttük megpillantotta magát a tábornokot is, aki már megkezdte a fogadást. Miután néhány kérelmezőt meghallgatott, Brizzsarov végre Cservjakovra emelte tekintetét.

- Tegnap az Árkádia-színházban, ha méltóztatik rá emlékezni, mélts... uram... - kezdte meg előadását a hagyatéki végrehajtó. - Tüsszentettem és véletlenül... lefröcskölttem... Bocs...

- Hát ezek meg miféle... Ilyen semmiséggel zaklat... Nos, mit kíván? - fordult a tábornok a soron következő kérelmezőhöz.

„Szóba se áll velem! - gondolta Cservjakov elsápadva. - Tehát haragszik... Nem, ezt nem hagyhatom annyiban... Meg kell neki magyaráznom...”

Amikor a tábornok az utolsó várakozóval is végzett, és megindult belső szobái felé, Cservjakov utánvetette magát:

- Mélts... uram! - motyogta. - Ha zaklatni bátorkodom a mélts... urat, úgy az kizárólag a bűnbánat érzületéből fakad! Hiszen nem szántszándékkal tettem, ezt méltóztatik tudni!

A tábornok bosszús arcot vágott, és lemondóan legyintett.

- De hiszen ön csúfolódik velem, tisztelt uram! - recsegte, és azzal eltűnt az ajtó mögött.

„Már hogyan csúfolódnék? - morfondírozott Cservjakov. - Szó sincs itt semmiféle csúfolódásról! Ilyen nagyúr, aztán mégse érti meg! Nos, ha így van, bezzeg nem kérek többé bocsánatot ettől a nagyképű alaktól! Vigye el az ördög! Levelet írok neki, de személyesen nem megyek el hozzá többé. Nem én!”

Ekképpen gondolkozott Cservjakov hazafelé menet. Ámde nem írt levelet a tábornoknak. Gondolkodott, gondolkodott, de sehogyan sem sikerült kieszelnie, hogy mit írjon. Másnap mégiscsak személyesen kellett elmennie hozzá, kimagyarázkodni.

- Tegnap nem azért zaklattam mélts... uram - motyogta, amikor Brizzsalov kérdő tekintetét ráemelte -, hogy csúfolódjam, amint azt tegnap mondani tetszett. Csupán azért jöttem, hogy bocsánatot kérjek, amiért tüszentettem és lefröcskölttem mélts... uramat... Eszembe se jutott, hogy csúfolódjam. Hogyan is mernék én csúfolódnival egy olyan nagyúrral, amilyen mélts... uram? Ha a magunkfajta ember csúfolódásra vetemednék, akkor izé... hová lenne akkor a tisztelet, a tekintély tisztelete... egyszóval...

- Takarodjék! - hördült fel a táborok, elkékülve, és egész testében remegve.

- Tes-séék? - kérdezte suttogó hangon, a rémülettől ájuldozva Cservjakov.

- Takarodjék!! - ismételte a tábornok, és dobbantott lábával.

Cservjakov bensejében valami megszakadt. Se látott, se hallott, úgy vonszolta magát az ajtóig, majd kiosont az utcára, és roskadozva elindult. Gépiesen hazaért, a vadonatúj egyenruháját le sem vetve, végigfeküdt a díványon és... meghalt!

*Szőllősy Klára fordítása*

## Gondolatébresztő versek

### **Bóka László: Ki van jelölve a helyed**

Azért van síró, hogy vigasztald,  
és éhező, hogy teríts asztalt.  
Azért van seb, hogy bekösse kezéd.  
Vak, elhagyott azért van, hogy vezesd.  
Azért van annyi árva, üldözött,  
hogy oltalmat leljen karod között.  
Azért roskadnak más vállai,  
hogy terhüket te segítsd hordani.  
Az irgalmat kinek fakasztják,  
a mélyég felett van magasság.  
Ha más gyötrődik, vérzik, szenved,  
azért van, hogy megmutathasd,  
mennyi szeretet van benned.

Ki vagy? Vigasznak, írnak szántak,  
menedéknek, oszlopnak, szárnynak.  
Ki van jelölve helyed,  
ne nyugodj, míg meg nem leled.



A Kórházi Önkéntes Segítő Szolgálat Alapítvány egyik önkéntesének a versét olvashatjátok:

### **Léner Ilona: VERS önkénteseknek**

Amíg fogom a kezed

Addig segíthetek

Amíg itt vagyok veled

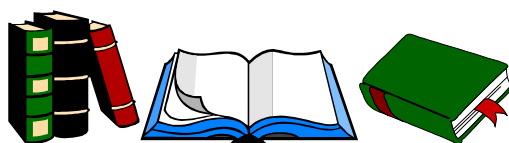
Elűzöm félelmedet

Az élet még hozhat csodát

Apróbb örömöket

Még minden nap nyílhat virág

Még mindez a tied



**infó** VI. évfolyam, október havi információs kiadvány.

Lezárva: 2004. október 7-én, Debrecen.

"Segítőkéz" Lelkisegély Telefonszolgálat

© Rénes László ®