

„Segíthetek?”

– A Debreceni Egyetem kortárssegítői –

Készítették: Maczali Veronika,

Tercza Gabriella

Vizsgálatunk tárgya a Debreceni Egyetem Mentálhigiénés Program és a Lelkierő Egyesület által szervezett képzést sikeresen elvégző, későbbiekben együtt dolgozó egyetemisták kis közössége.

Először tekintjük át a szervezet feladatait, felépítését.

Lelkierő Egyesület: A város fiataljainak nyújtanak különböző szolgáltatásokat. A Lelkierő Egyesület célja, hogy egy olyan civil hálózat részeként működjön, ami az ifjúsági korosztályt egyéni és csoportos formában segíti a problémák megoldásában, a konfliktusok, krízis helyzetek megelőzésében és kezelésében. Az egyesület az észak-alföldi régióban végez segítő jellegű tevékenységeket mellyel, hozzájárul egy élhetőbb társadalom kialakulásához. Tevékenységi köre igen sokrétű. 2008-ban az alábbi szolgáltatásokat biztosította az egyesület:

1. "Mozgó-társ" party service szolgáltatás
2. Kikötő-klub - pszichiátriai, szenvedélybetegek közösségi ellátása
3. Kulcs - Szendélybetegek közösségi ellátása
4. Internetes portál üzemeltetése
5. Támpont Támogató Szolgálat működtetése
6. Szendélybetegek Alacsonyküszöbű Szolgáltatása
7. Képzések, tréningek, előadássorozatok, konferenciák (pl. Mentálhigiénés Nyári Kollégium) szervezése
8. Mentálhigiénés Filmklub
9. Munkaerőpiaci tanácsadó szolgáltatás működtetése hátrányos helyzetű fiatalok részére

Debreceni Egyetem Mentálhigiénés Program: A Lelkierő Egyesülettel szorosan együttműködő szervezet, mely (ahogyan a neve is mutatja) az egyetemistákat tekinti célcsoportjának. Tevékenységi köre szinte teljes mértékben megegyezik a Lelkierő Egyesületével, hiszen közös munkájukkal segítik a város fiataljainak egészséges mentális fejlődését.

A program által nyújtott szolgáltatások:

- Különböző kurzusokat indítanak (pl.: „*Szenvedélybetegek alacsonyküszöbű ellátásának elmélete és gyakorlata*”)
- Ariadne fonala: 1997 -ben a Soros Alapítvány támogatásával létrehozták az "Ariadne fonala" Pszichológiai Konzultációs Szolgálatot, amely 2002-ben beilleszkedett a Mentálhigiénés Program szolgáltatásai közé.
- Mentálhigiénés és Drogprevenációs Szakkönyvtár: Hozzávetőlegesen 450 könyvből válogathatunk a mentálhigiéné és a drog témakörében. A könyvek a hallgatók és az egyesülettel kapcsolatban állók számára ingyenesen hozzáférhetőek. Nem titkolt szándékuk az sem, hogy a kölcsönzéskor személyes kapcsolatot alakítsanak ki a betérővel.
- TámponT Támogató Szolgálat: A TámponT Támogató Szolgálat célja, küldetése, hogy saját otthonában, lakókörnyezetében segítse a fogyatékkal élő fiatalok önálló életvitelét személyi segítség keretein belül, valamint segítse őket mobilitásukban, a társadalmi életben való aktív részvételben szállító szolgálat működtetésével; információt szolgáltatson a fogyatékkal élőket érintő szolgáltatásokról, jogszabályokról, intézményekről. Ellátottaik Debrecen város és a Debreceni Egyetem közigazgatási területén élő 18-35 éves látás-, hallás-, mozgás-, értelmi-, és halmozottan sérült fiataljai.
- Családtámogató szolgáltatások: Ma már nem ritka, hogy az egyetemekre, főiskolákra családos hallgatók járnak. Szolgáltatásuk az ő segítségükre jött létre, hiszen nekik az iskolai feladatok mellett a családi elvárásokkal is szembe kell nézniük. A komplex családtámogató szolgáltatás tartalmaz ingyenes pszichológiai, mentálhigiénés konzultációt, párterápiát és jogi tanácsadást is.
- Braille nyomtatás
- Mentálhigiénés Filmklub: A klub felelőse érdekes filmeket válogat össze, a film megtekintése után lehetőség van egy szakértővel beszélgetni.
- Mozgó-társ Szolgálat: Zenés, táncos szórakozóhelyeken (ahol a fiatalok nagyobb csoportja van jelen egyidejűleg) nyújtott szolgáltatás a felmerülő, elsősorban közérzeti, pszichológiai problémák megfelelő kezelésére. Ilyenek lehetnek például a személyes konzultáció; információadás; ismertető anyagok eljuttatása; vitaminok biztosítása; felhívni a jelenlévők figyelmét, a biztonságos szórakozóhelyek által nyújtott szolgáltatásokra (folyadék biztosítása, hűtőszoba); elsősegélynyújtás, stb.

- Ablak klub: Sérült fiatalokat várnak, akiknek különböző érdekes programokat szerveznek. (kézműves foglalkozás, mozi, színház, önismereti foglalkozás, kirándulás, stb.)

Nagyon röviden ebből áll az egyetem Mentálhigiénés Programjának tevékenységi köre. Ennek az összetett gépezetnek egy kis alkotóeleme a kortárssegítők csoportja. Vizsgálatunkat nagyban megkönnyítette, hogy mi is tagjai voltunk ennek a csoportnak, így személyes tapasztalataink, valamint a résztvevő megfigyelés egyszerűsítette munkánkat.

Az egyetemen tanuló kortárssegítők csoportja egy évente – két évente változó csoport, melynek létszáma folyamatosan változik attól függően, hogy melyik félévben, hónapban hogyan érnek rá. Tagjai a Debreceni Egyetem hallgatóiból és a Hajdúböszörménybe kihelyezett szakok hallgatóiból áll. Szeptemberben lehet jelentkezni önkéntesnek, ekkor általában 20-30 jelentkező van. A leendő kortárs segítők vállalkozhatnak az Ariadne fonala és a Támpont Támogató szolgálat munkájának segítésére, a Mozgó-Társ szolgálatra azonban csak nem végzős hallgatók jelentkezhetnek. Ezt egy hathetes képzés követi, mely folyamán elméleti képzést kapnak a különböző drogok hatásairól, konfliktuskezelési technikákat és elsősegélyt oktatnak. A tanfolyam elvégzése után kell hivatalosan is „szakirányt” választani, amit egy szerződéssel hitelesítenek és igazából innentől tekinthetőek csoportnak.

A munkába lépés előtt egy hétfélig csapatépítő tréningen vesznek részt a jelentkezők, melynek célja a későbbi közös munka elősegítése. Ennek nagyon jó eszköze az önismereti- illetve társas foglalkozások sora. Ezek mellett szinte észrevétlenül jön létre a tréning tényleges célja, a csapatépítés. Ez a program összekovácsolja az addig egymás számára idegen embereket, új barátságok alakulnak ki. A csoport viszonylag nagy létszámából természetesen következik, hogy itt is kialakulnak kisebb „alcsoporthok”, de ez csak még inkább elősegíti a közös munkavégzést. mivel mindenki más iránt érdeklődik, így a feladatok jobban megoszlanak.

Minden hónap elején rendszeres megbeszélések vannak, ekkor beszélnek meg a tapasztaltakat, illetve ekkor készül el az adott hónap munkabeosztása. A tagoknak havonta két alkalommal kell dolgozniuk, jellemzően szerda esténként. A munkáért fizetést nem kapnak, mivel önkéntesek. A „jutalmat” nyáron kapják meg, ingyenesen mehetnek azon nyári fesztiválok egyikére, amelyen az egyesület részt vesz. Igaz azonban, hogy ott is dolgozniuk kell, átlagosan két – négy órát naponta, de a fesztiválok egész napos programjait figyelembe véve, ez senkinek sem okoz problémát. A Mozgó-Társ szolgálat főleg a Campus Kht. által a

Lovardában rendezett bulik alkalmával dolgozik. Alkalmanként 4-6 fő van jelen, két állandó tag a csoport főnöke és egy mentőtiszt. Feladatuk a tájékoztatáson kívül a rendszeres „őrjárat”. A tájékoztatás a szórakozó hely által biztosított helyen, az emeleten történik, szórólapok osztása és a különböző szenvedélybetegségekkel kapcsolatos önismereti tesztek kitöltésén kívül információkat nyújtanak a TámponT Támogató Szolgálat illetve a különböző elterelő és egyéb szenvedélybetegségekkel foglalkozó szervezetek elérhetőségéről. Ezen kívül ásványvizet, cukrot kapnak azok, akik „elfáradtak” a buli hevében. Az őrjárat során olyan embereket keresnek, akik túlzásba vitték az alkohol és egyéb szerek fogyasztását és segítségre, pihenésre van szükségük. A Mozgó-Társ a Lovarda területén rendelkezik egy úgynevezett chill-out room-mal, ami ágygal és zuhanyzóval is fel van szerelve, itt lehet alkalomadtán lefektetni a rászorulókat.

A csoport alakulása:

A tagok főleg a Debreceni Egyetem Bölcsészkaráról, a Természettudományi karáról, legkevesebben pedig a Hajdúböszörményben tanuló szociálpedagógia szakos hallgatók jelentkeznek. A Természettudományi karról biológia illetve földrajz szakosok vannak a csoportban, a bölcsész tudományi karról már változatosabb a kép, andragógusok, szociológusok, magyar illetve kommunikáció szakosok találhatóak a csoportban. A hajdúböszörményiek és a debreceniek közötti különbség több szempontból is megfigyelhető. Jól látható, hogy a hajdúböszörményi kihelyezett karok mennyire távol vannak az „anyaintézménytől”, mivel ők voltak egyedül azok, akik a felhívásra jelentkeztek, és csak azokkal az információkkal rendelkeztek, melyet a hirdetésben olvastak. A „központi” egyetemen tanulók mindannyian valamilyen ismerősükön keresztül értesültek mind a Mozgó-Társ szolgálat meglétéről, mind pedig a képzésről, ők azok, akik pontosabb képpel rendelkeztek a szervezet munkájáról. A jelentkezés okában is eltérnek, a hajdúböszörményi hallgatók szakukból kiindulva is elsősorban a segítség és a szakmai tapasztalatszerzés céljából vállalkoztak, míg a debreceniek esetében nem lehet egyértelmű okot találni (ennek oka a hallgatók többszörös érdeklődése lehet). Ugyanakkor mindenkinek második indoka volt a jó társaság és az új emberek megismerésének a szándéka. Az eltérő okok ellenére, a képzés folyamán kiderült, hogy mindenkinek volt olyan ismerőse, közeli vagy távoli családtagja, aki valamilyen szenvedélybetegségben szenvedett, mindenki rendelkezett alkalmankénti túl jól sikerült buliban tapasztaltaknál komolyabb élményekkel. Érdekesség, hogy sokakban ez csak a képzés során tudatosult, de mindenképpen megfigyelhető volt ez a jelenség, így ezt tekinthetjük egy harmadik, „tudatalatti” indokként.

Habár mindenki új tapasztalatokra és új élményekre vágyott, senki sem volt elég „bátor” ahhoz, hogy egyedül jelentkezzen, mindenki meggyőzte és magával vitte egy-két barátját, így ez már az elején meghatározta a későbbiekben kialakult csoportokat.

A munka menete és az „összetartó erő”:

A munka általában szerda éjszaka van, este 22 órától hajnali fél négyig tart, de már fél órával korábban meg kell jelenniük. Ekkor pakolják össze a chil-out room-ból szükséges dolgokat, a különböző tesztek, tájékoztató füzeteket, ásványvizet és a szükséges vitaminokat. A két rendszeresen jelenlévő vezetőn kívül általában még négy kortárs segítő visz végig egy műszakot. Az aktuális önkéntesek önként, egyesével jelentkeznek az adott estére, azonban a képzést követően hamar kialakulnak az állandó csoportok. Az együtt jelentkezők általában egy csoportban vannak, a többiek szabadidejüktől, illetve következő napi elfoglaltságuktól függően dolgoznak. A klikkesedés ellenére a csoportot egyértelműen a közös élmények és tapasztalatok, a támadásokat jól viselő jellem és az „erős gyomor” tartja össze.

Az esték általában ugyanúgy telnek, azonban három szakaszra feloszthatóak. Éjfélig nyugodtan és eseménytelenül telnek az órák, ekkor a még józan állapotban lévők keresik meg az ott dolgozókat. Tesztek töltenek ki, a szórólapokat olvasgatják vagy az egyesületről kérdezgetnek általában. Ekkor merülnek fel a személyesebb kérdések, miért csinálják ezt, van-e valamilyen különösebb okuk, tapasztalatuk, kapnak-e ezért bármilyen juttatást. Örülnek az ingyen víznek és cukornak, gyümölcsnek, szórakoztatják magukat a tesztekkel, amíg a baráti körük többi része megérkezik.

Éjfélről körülbelül két óráig van a legtöbb és legnehezebb feladatuk. Az „őrjáratot” végzők ekkor már találkoznak olyanokkal, akiknek szüksége lenne segítségre, akár csak egy pohár vízre, de ekkor még tart a buli heve és még tart a baráti összefogás. A részekre még vigyáznak kevésbé részeg barátaik, akik elutasítják a segítséget, mondván az illető csak fáradt, majd egy kis „pihenés” után jobban lesz. Az asztalnál ülők ekkor találkoznak a legtöbb ellenséges megmozdulással. Ez az az időszak, amikor a „bátor” részek találják meg az egyesületet, akik frusztrálva vagy elítélve érzik magukat attól, hogy egy segítő szervezet tagjai vannak a közelében, sok esetben úgy érzik, hogy a bulizás helytelenségéről akarják meggyőzni, holott erről szó sincs. Ekkor a fenti kérdések már támadó hangsúllyal jönnek elő, esetenként borítgatnak, kiabálnak, rendszeresen előjönnek a „minek vagytok itt, miért zavar

téged, hogy én iszom, így nézek ki, mi bajod van?” kérdések, majd miután kihöbörögték magukat távoznak.

Hajnali két óra után a buli kezd csillapodni, a baráti összefogás is kezd hanyatlani. Ekkor kétféle csoport tagjai jelennek meg az asztalnál. Az első csoportba azok az „elfáradt” fiatalok tartoznak, akiket a barátok az egyesület tagjaira bízzák „megőrzésre”, amíg ő folytatják a szórakozást. Ők általában csendesen meghúzzák magukat a sarokban és az asztaloknál/on alszanak. A másik csoportba azok tartoznak, akik ténylegesen valamilyen komolyabb segítségre szorúlnak, problémáik vannak, de ilyenkor van bátorságuk segítséget kérni, azok, akik pusztán ki szeretnék adni magukból az aktuális fájdalmukat, problémájukat vagy csak a „világot akarják megváltani”.

Az utolsó két periódusban fordul elő, hogy a barátok kisebb segítséget kérnek társaiknak, örömmel veszik, hogy leültethetik és vízzel kicsit kijózaníthassák társukat. Minden félévben az egyesület majdnem minden tagjának van olyan tapasztalata, amikor a fentieknél komolyabb segítséget kellett nyújtania. Ezekben az esetekben vagy az őrző talál rá a földön fekvő, barátai által körbefogott delikvensre a mosdók környékén, vagy a barátok keresik meg az egyesület tagjait. Jellemzően ekkor már hátrahagyják büszkeségüket és félelmükben fogadják el vagy kérik a segítséget. Ekkor viszik be az illetőt a chill-out roomba, a színpad mögötti pihenőhelyiségbe, és ekkor kerül sor – ne szépítsünk – a hánytatásra, majd ezt követően pihenhet az illető. Rendszeres felügyeletet biztosítanak, nem hagyják egyedül és a biztonság kedvéért egy mentőtiszt is jelen van, de az ő segítségére szerencsére az elmúlt 4 évben nem volt szükség.

A csoport jellemzői:

Mint már a fentiekben leírtam, a csoport létszáma félévenként változik, de a jellege megmarad. Jellemzően kétszer annyi lány van a csoportban, mint fiú. A fiúk azok, akik hosszabb ideje vesznek részt az egyesület életében. Alapvetően a két-három fős kiscsoportokból áll, akik már együtt jelentkeztek, ők végig együtt is dolgoznak. Az, hogy melyik társaság kerül a „keménymagba” az a hasonlóságon alapul. A választóvonalat a szórakozási szokások és a nyitottság jellemzi. A keménymag tagjai sem egy összejáró társaság, de valamennyivel nagyobb arányban vannak a csoporton belül, és hasonló értékekkel, szórakozási szokásokkal és ezen belüli tapasztalatokkal rendelkeznek. A keménymag tagjai jellemzően a fesztiválózó, kocsmákba, koncertekre járó „alterekből” kerülnek ki. Ők azok, akik már a középiskola alatt hasonló környezetben mozogtak, már

ekkor a baráti körökkel konkrét törzshellyel rendelkeztek. Általában a szélesen értelmezett rockzenét, világzenét és drumandbass-t hallgatnak, öltözködésükre a tarisznyásként vagy bölcsészként emlegetett stílus a jellemző. Harsányabbak és nyitottabbak, már az első alkalmakkor előjönnek a vicces bulizós, történetek. A „keménymag” nagyobb része dohányzik és fogyaszt alkoholt, de mivel munkaidő alatt nem ihatnak, így ennek csak a hasonlóan megélt események és elmesélt történetek tekintetében van jelentősége.

A többiek általában visszafogottabbak, zárkózottabbak, szűkebb baráti körrel rendelkezőkből áll. Ritkábban járnak szórakozni, ha igen akkor is inkább a Lovardához hasonló helyekre, és az itt illetve a kereskedelmi rádiókban hallható clubzenét fogyasztják. Öltözködésük is az ezeken a helyeken láthatónak egy visszafogottabb fajtáját képviselik. Jellemzően nem dohányoznak és csak ritkán, kis mennyiségben fogyasztanak alkoholt.