

A Kandalló újság interjúja Csány Katalinnal. 2012. december

Idén novemberben indult egy gyászfeldolgozó csoport. Mi a célja és hogyan működik?

Ősztől tavaszig, az év sötét időszakában, kéthetente találkozunk azokkal a gyászolókkal, akik küzdenek a gyászukkal, vagy akik egyáltalán gyászolnak. Ez egy zárt csoport, tehát előre bejelentkezés alapján állandó tagokból áll. A célja, hogy a fájdalmat, a veszteséget kimondva, tudatosítva sikerüljön közösen és egyénenként megtalálni azt az erőforrást, ami az itt maradót mégis az életbe vezeti vissza, és megtanítja, hogy a gyász tapasztalata által növekedhessen, vagy máshogy forduljon a saját életéhez, a körülötte levőkhöz.

Miért kell ehhez külön csoport?

Talán pont azért, mert félünk a gyászolóktól, a haláltól, nem is találkozunk vele, csak akkor, amikor hirtelen érintettek leszünk, amikor valaki a közvetlen közelünkben hal meg. Nincs igazi élményünk, mintánk arról, hogy hogyan is kell, lehet ezt megélni. Nem azzal a tapasztalattal nővünk fel, hogy a halál az élet része.

A gyászolóval szemben a társadalmi, de még a szűkebb köröknek a hozzáállása is inkább elkerülő, mint támogató vagy megértő.

Gyászolóként gyorsan talpra akarunk állni, és ez a gyászolóval szemben is kimondatlan külső elvárás. Pedig a gyász, a gyázmunka természetes folyamat, időre van hozzá szükség, és az nem is rövidíthető le. Ezért lehet segítség egy ilyen csoport. Sokszor a család is, a baráti kör is elfárad, pedig a gyászolónak természetes és jogos igénye, hogy meghallgassák.

Nem sok egy gyászolónak egy másik ember fájdalmát is magára venni?

A gyászcsoporthoz tagjai nem veszik magukra a másik ember fájdalmát, pusztán kísérik egymást, mint egy sorsközösség tagjai. A sorsközösség pedig biztonságot ad. Oldja az elszigetelődést, amit a gyászolók oly sokszor megélnék. A gyászoló már nem egyedül van a fájdalmával, hanem meglátja a másik ember küzdelmét is, és már ketten mennek egymás mellett. Ezért egy ilyen csoport nem felerősíti a fájdalmat, hanem elősegíti a gyász feldolgozását, és alkalmat ad a belső erőforrások keresésére és megtalálására. Így történhet meg, hogy a csoport tagjai nemcsak kapnak, hanem adnak is.

Úgy tudom, hogy Kecskeméten ez az első ilyen csoport. Van még máshol is az országban?

Németországban, az Egyesült Államokban természetesek az ilyen fajta önszervező csoportok. Magyarországon ez lassan alakul még, de biztató kezdeményezések vannak. Gyászcsoporthoz több helyen működik az országban, többek között Győrben, Veresegyházán, Nyékládházán, Gödön, Dunaföldváron, Miskolcon, Zalaegerszegen, Szentendrén és Budapesten. Ott több is, illetve Budapesten van kifejezetten katolikus gyászcsoporthoz Tegzes Katalin s.a. nővér vezetésével.

Továbbá meg kell említeni, hogy az interneten is egyre több cikket lehet találni a témához. A gyászfeldolgozásnak igényes oldala a Napfogyatkozás Egyesület www.gyaszportal.hu honlapja.