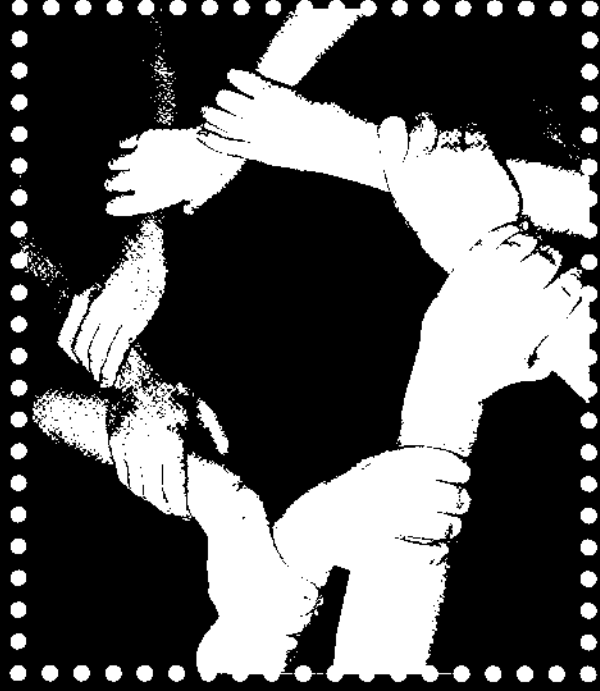


CSALÁDOK A PLÉBÁNIÁN



CSOPORTBESZÉLGETÉSEK
KÖZÖSSÉGÉPÍTÉS

Családok a plébánián

Csoportbeszélgetések Közösségépítés

Esztergom-Budapesti Főegyházmegye
Pasztorális Szakterület
2009

TARTALOM

A kiadvány alapjául szolgáló mű:
Csoportbeszélések, közösségépítés, 1998.
Szerzők: Zöldy Pál és Zsóka

ELŐSZÓ.....	5
1. A HÁZASCSOPORT.....	6
1.1. Mi a házascsoport?.....	6
1.2. A házascsoport felépítése, szerkezete:.....	6
1.3. A csoportok életének fázisai, jellemző szakaszai.....	8
2. MÓDSZERTANI ISMERTEK.....	12
2.1. Hatékonyság.....	12
2.2. Mire figyeljeln a csoportvezető?.....	13
2.3. A helyes módszer megválasztása.....	14
3. A CSOPORTBESZÉLGETÉS TÉMÁI.....	15
3.1. Előre kiválasztott témák.....	15
3.2. Nem tervezett, sponán témák kezelése.....	15
3.3. Kényes témák felvetése.....	16
4. CSOPORTOS TEVÉKENYSÉGEK.....	17
4.1. Alkalmi programok.....	17
4.2. Csoportos szolgálat a plébánián.....	17
5. KOMMUNIKÁCIÓ A CSOPORT ÖSSZEJÖVETELEIN.....	18
5.1. A beszélgetés szintjei.....	18
5.2. A beszélgetés vezetése.....	19
5.3. A beszélgetők típusai.....	20
6. CSELEKVÉSI TERV KIDOLGOZÁSA, STRATÉGIA.....	21
6.1. Kiket akarsz elérni, mint családfelelős?.....	21
6.2. Milyen eszközökkel?.....	21
6.3. Miért? Mi az üzeneted?.....	21
6.4. Kapcsolat a plébániával, lelkiégi mozgalmakkal.....	22
6.5. Módszertani szempont.....	22

Második kiadás

ISBN 978-963-88612-1-4

Szerkesztette:

dr. Bitsánszky Jánosné egyházmegyei családreferens

Kiadja:

az Hsztergom-Budapesti Főgyházmegye

Pasztorális Szakterület

Budapest, 2009.

Készül a Co-Print Kft. nyomdájában

Felelős vezető: Cebauerne Diviaczky Klára

www.co-print.hu

6.6. Munkamegosztás	23
7. GYAKORLATI LÉPÉSEK	23
7.1.1 Hozzuk létre család- és beszélgető-csoportokat!	23
KOMMUNIKÁCIÓ A HÁZASSÁGBAN	26
FÜGGELÉK	29
A házasság-család helyzete:	29
AJÁNLOTT IRODALOM	33
Hasznos honlapok	35

ELŐSZÓ

Több, mint 10 év telt el az első kiadás megjelenése óta, de a kiadvány még aktuálisabb, mint akkor.

A rendszerváltás évei után az egyház szabadabban próbált lelegezni, egyik legfontosabb eredeti hivatását, a kisközösségek létrehozását, animálását szabadon gyakorolni.

A II. Vatikáni Zsinat magyarországi zsinati folyamata, munkacsoportok létrehozása, lelki-szellemi műhelyek működése adta meg a keretet az első megjelenéshez.

A mai erkölcsi-szellemi-gazdasági válság idején alapvető, hogy legyen legalább egy közösség, ahová tartozunk, ahol lelki-szellemi-fizikai létünk otthonra, életre talál a kölcsönös adásban és kapásban.

A közösségek létrehozása és elindítása nemcsak tudást, de egyfajta szenvedélyt is kíván.

Saját első kísérletezésünk ebben a témában egy budapesti, belvárosi kerületben indult.

Nagy elszánással indultunk, és sok próbatétel várt ránk. Az, hogy egyáltalán közönő viszonyba kerüljünk, legalább két hónapig tartott.

A meglévő feszültségek és tornyosuló feladatok kihordása egy épp születő közösségnek még nem feladata – ennek megértése is bonyodalmat okozott.

Az együttműködés és az egészséges önállóság kialakítása szintén fontos az életképesség megőrzéséhez. A kezdeti lendület tén épp az ellenkezőjét próbálja elérni.

A közösség életében a rendszeres visszatekintés és új célok kijelölése semmi mással nem helyettesíthető – hacsak nem – már csak a nosztalgizás az a kapocs, ami úgy-ahogy összetart bennünket.

Kívánjuk, hogy ezt a füzetet egyfajta irányítúként használjátok utatokon a merészen, kitartóan és szenvedéllyel épülő közösségek létrehozására.

Budapest, 2009. október 21.

Zöldy Pál és Zsóka

1. A HÁZASCSOPORT

1.1. MI A HÁZASCSOPORT?

Fórum, ahol házaspárként megbeszélhetjük mindennapi gondjainkat, (pl. a gyerekekniveléssel, iskolázatással kapcsolatosan), az Egyház tanításának megfelelő életvitel gyakorlati kérdéseit, (hogyan viszonyuljunk az anyagiakhoz, a fogyasztói környezethez, a hajléktalanok problémájához vagy a családtervezéshez stb.), ötleleteket kaphatunk a szabadidőnk értékes kihasználásához és még sok minden máshoz. Megismerjük egymás és az Egyház válaszait a mindennapok kérdéseire.

Ne tévesszük össze a csoportot a közösséggel! A csoporttól hiába várunk olyasmit, amit csak a közösség adhat meg számunkra. Szemben a közösséggel, ahol elkötelezett személyek és valamely meghatározott lelki-ség szabályai segítenek. A csoport lazább, rugalmasabb szerkezet, nyitottabb és könnyebb csatlakozni hozzá. Kialakulása gyakran egy-egy kirándulás, zárandoklat, bál vagy más összejövetel alkalmával kezdődik.

A csoport magja viszont közösséggé formálódhat, tehát a csoport jó előkészítő talaja lehet a közösségnek, amely az egymást az élet egyéb területein is vállaló tagokból áll. A csoportban a téma, az együttléti iránti érdeklődés erősebb, mint az egymáshoz való kötődés.

A közösségben a tagok egymáshoz való viszonya erősebb. Több felelősséget éreznek egymásért. Kapcsolatuk már nem korlátozódik a „*hívtetés*”, rendszeres összejövetelek idejére és síkjára, hanem lelki és sok esetben hétköznapi összetartozást is jelent.

A plébániai családfelelős feladata nem megy tovább a csoport létrehozásánál, amelyből idővel közösség is lehet – s amelynek továbbra is segítséget nyújthat.

1.2. A HÁZASCSOPORT FELEPÍTÉSE, SZERKEZETE:

Tagjai: Altalában a plébánia közösségéből verbuválódnak. A földrajzi közelség és a lakóhely jelentette közös élmények, problémák természetes kötőanyagai egy bármilyen (civil) tömörülésnek, csoportnak is! Használjuk ki ezt a lehetőséget!

Célja: Legyen hely és idő arra, hogy elmondhassuk gondjainkat, örömeinket. Mint személy, házaspár, illetve család lehessünk jelen!

Helyszíne: Nagyon fontos, hogy az összejött tagok ne érezzék bezárva, kényszerítve magukat! Ezt biztosítja a jól kiválasztott (akár esetenként változó) helyszín. A körültekintően választott helyszín sokat könnyíthet a csoport tagjaiban felgyülemlett feszültségeken. Tehát nem biztos, hogy a hittanteremben kell összejönni, ahol „tanulni” szoktak, vagy pedig rendezzük azt át az összejövetel idejére. A csoport összejöhet családoknál is, mindig más házigazdával. A házigazdának nem biztos, hogy a témavezetőnek is kell lennie.

Az együtt töltött idő: Egyen meghatározott időszakonként a találkozás (legritkábban kéthavonta!) és legyen határozott időbeosztás a találkozóknak. Szánjunk időt az érkezésre, gondoljunk a késve érkezőkre. A gyülekezés ideje kötetlen beszélgetésre ad alkalmat. Sokaknak, különösen az első időben ez lehet a vonzó. A téma megbeszélésénél legyen meghatározott kezdése és a beszélgetés vezetője figyeljen az időhatárookra. Ha közös élkedés (teázás stb.) van, ennek formáját, maximumát határozzuk meg, nehogy tudat alatt vendéglátásbeli vetélkedéshez vezessen.

A csoportfelelős: Ez alatt általában nem a plébániai családfelelős (házaspár)t értjük, aki jó esetben csak összehozza, egy ideig kíséri a csoportot, később összekötő szerepet lát el a csoportok között – bár ez egy házközségenként különböző lehet. Nem is okvetlenül a „házigazda”, aki az este tárgyi felteleteit megteremti, hanem aki a csoportért a legnagyobb felelősséget érzi. Ezt tudatosítsuk, és egy időszakra határozzuk meg, pl. egy évre. A felelős (házaspár) gondoskodik a témák összegyűjtéséről és a „menetrend” betartásáról, esetenként annak megváltoztatásáról.

A témagazda: Személye egybecsúhet a házigazdával, de ez nem ajánlott, mivel a házigazdának éppen elég gondot jelenthet a vendéglátás, a résztvevők meghívása stb. A témagazda gondolja át, hogyan készíti elő a megbeszélésre kiválasztott, esetenként már előre feldolgozott kérdéskört. **Ebben nyújtson segítséget a plébániai családfelelős!**

1.3. A CSOPORTOK ÉLETÉNEK FÁZISAI, FELTÉPŐ SZAKASZAI

A házasságot normális életjelenségek közé tartozik nemcsak az ismerkedés és a kezdeti lelkesedés, hanem a konfliktusok, a krízisek, a célok módosítása, a megszokás vagy a szakadás élményének cíviselése. A csoport az alkotóelemeinek, az embereknek életjelenségeit mutatja. Felbuzdul és elfrad. Ez semmiképpen nem tragédia. Keressük meg az elfradás okait. Adjunk időt tagjainak az újraéledéshez, átrendezéshez.

A csoportok fejlődésének vannak bizonyos törvényszerűségei. Ugyanúgy, ahogy minden ember élete életszakaszokra különül el, minden csoport életében különféle szakaszokat fedezhetünk fel. A csoport sohasem statikus, hanem dinamikus változásokat él át. Minden szakaszra az jellemző, hogy a csoport tagjai különböző mértékben élik át és igénylik az egymáshoz való közelséget és távolságtartást.

A csoport tagjainak viselkedését mindig az éppen aktuális fázis szerint kell látni és ebből következtetéseket levonni. Fontos, hogy a csoport is tudja, hogy az egyes szakaszokban mi történik, mi a szakaszok jellegzetessége. Ez a tudás megadja azt a lehetőséget, hogy az egyes csoporttagok, valamint a csoport egészenek viselkedését helyesen értelmezzük. Ez egyszerre segít a program elkészítésében és a szerepek és cselekedetek megértésében, a csoportban felszínre jutó érzések és kommunikáció megértésében. Az egyes fázisok közötti átmenet folyamatos. Messzemenően befolyásolják az átmeneteket és fázisokat: a csoporttagok létszáma, kora, cél- és értékrendje, valamint az egyébként létrejövő egymás közötti kapcsolatok gyakorisága. Még csak iránymutató adat sínes arra, hogy mikor kezdődik egy bizonyos fázis és mikor ér véget. Még az is lehetséges, hogy egy csoport valamelyik fázisban bennragad, vagy valamelyik fázist átugorja. Általában öt szakaszról beszélnek a csoportok:

Tájékozódó és ismerkedési szakasz

Ebben a fázisban a kötetlen kapcsolatfelvétel a jellemző. Elhelyezik magukat és a többiekkel a csoportban. Még nem született meg az összetartozás élménye. Mindenki azt mérlegeli, kifizetődő-e a többiekkel egy csoportba tartozni. A családból, más kis csoportokból hozott tapasztalatok

latok lényegesek, az újonnan alakuló csoportban hasonlóságokat fedezünk fel. Emiatt gyakran nagyon eltérőek az elvárások az új csoporttal szemben. A résztvevők lemérik, hogy kivel vannak egy hullámhosszon és ki az, akivel szemben jobb, ha inkább távolságot tartanak. Csak később és fokozatosan alakul ki a bizalom és a készség a szorosabb kötődésre.

Következtetések a házasságcsoportok részére

A keletkezőkor még nagyon kicsi a kockázattávlatlansra való készség. Ez nagymértékben a csoportban való bizalom kérdése. Ezért a házasságcsoport vezetője először kísérlelje meg a bizalom légkörét megteremteni, amelyben az egyén magára vállalja azt a felelősséget, hogy önmagából kilépjen. Egy inkább a témákra és a tényekre figyelő és kevésbé az érzelmektől meghatározott kérdés jelentős segítséget adhat. A résztvevőknek ne legyen az az érzése, hogy a többiek kihasználják! A kezdeményező feladata az is, hogy ebben a fázisban a bizonytalanságot, tartózkodást és a kapcsolattéptés újjába álló gátlásokat óvatosan leéptse és még több kötetlen kapcsolatot tegyen lehetővé. Vegyék figyelembe egyesekek a távolságtartásra való igényét.

A „hatalmi harc” szakasza

A résztvevők ebben a szakaszban még magukra összpontosítanak. Szeretnék kitalálni, hogy a többiek mit gondolnak róluk, milyen benyomást keltenek. A részvételre való készség láthatóvá válik, lassan elhagyják „fedezéküket” és vállalják a kockázatot. Megindul a pozíciókért való vetélkedés: Ez gyakran nem tudatos hatalmi harc formájában történik. Egyes személyek klikkeket alkotnak, kiemelkednek bizonyos „vezéregyéniségek”. Van, aki szeretne valamilyen fontos szerephez jutni, amely elismerést és megerősítést nyújt neki. Ebben a fázisban dől el, hogy a csoport tagja megmarad-e a csoportban. Akik nem érzik jól magukat, a kiválást választják.

Következtetések a házasságcsoportok részére:

Ez a hatalmi harc minden normális házasságcsoport fejlődésére jellemző. Nem kell „erkölcstelen” bélyeget sütnie rá, ezt a szakaszt negatíván minősíteni. A résztvevők ebben a szakaszban tisztazzák szerepüket és belevetik magukat a csoport életébe. Ez biztonsgágot jelent és megnöveli a kötődésre való készséget. Emellett

főmáll az a veszély, hogy bizonyos személyek egy-egy szerephez (pl. „bűnbak” vagy „menedzser”) mereven kötődnek. A csoport mindenekelőtt arra ügyeljen, hogy a vitákat, összekülönbözéseket tisztességes, „fair” módon kihordják. A házascsoportnak meg kell tanulnia ebben a szakaszban, hogy saját módján oldja meg a konfliktusokat és ehhez megfelelő magatartási szabályokat (normákat) kell kidolgoznia.

A bizalom szakasza

Léiben a szakaszban már kialakul a „mi” érzése. A kapcsolatok letisztulnak, az ember itt megmutathatja erősségeit és gyengeségeit, mivel megbízik a másokban. A csoport közben feldolgoz és elvisel megterheléseket és sikertelenségeket. Ebben a szakaszban különösen nehéz új tagok felvétele, mivel őket „behatolók”-nak élik meg a többiek és zavarják a létrejött bizalmas légkört.

Következtetések a házascsoportok részére:

A csoport ebben a szakaszban elsősorban magával van elfoglalva. Még nem teljesen kész arra, hogy a főbbiek, a csoporton kívüliek számára valamit tegyen. Először meg kell találnia magát és össze kell forrnia. A túlzottan erős igénybevétel az egyházközösségekben ebben a szakaszban a csoportot erején felül megterhelheti. A beszélgetések és a tevékenységek egyre inkább a csoporttagok egyéni szükségleteiből, kérdéseiből és problémáiból erednek. A csoportot létrehozó kezdeményező (esetenként a családfelelős), akinek feltett szándéka, hogy a csoportról leválik, ezt csak akkor tegye, ha megfelelően erősnek éretnék találja a csoportot. Ekkor viszont ne hirtelen hagyja magára a csoportot, hanem fokozatosan huzódjék vissza.

Az önállósodás szakasza

Léiben a szakaszban a csoport megtalálja önazonosságát, és el tudja helyezni magát a többi csoport között. Megtalálta önmagát és kifejlesztett a csoport-tudat. Ekkor válhat a csoport szabadabbá a csoportönzéstől. A csoport képes és tud kifelé nyitni, új tagokat fölvenni és más csoportokkal együtt dolgozni. A csoporttagok saját hajlamainak és érdeklődésüknek megfelelően kibontakozhatnak, anélkül, hogy ezáltal kívülállóknak tekintenek őket. A csoportban a kapcsolatok letisztultak. A döntéseket tárgyilagos érvelelssel megalapozott vitában hozzák.

Következtetések a házascsoportok részére:

A házascsoportoknak saját csoportjukon kívül eső feladatköröket kell keresniük az egyházközösségek belül. Egyébként fennáll az a veszély, hogy „elit csoporttá” váljanak, akik ráadásul saját levükben fájnak. Ez hosszú távon egy csoportnak sem tesz jót. Végül is az a csoport, amelyik csak önmagával foglalkozik, nem váltik az egyházközösség élő tagjává. A tervezés és a csoport tevékenysége csakis a közös döntés és a közös teherviselés eredménye lehet.

A felbomlás – „átalakulás” szakasza

Ekkor már világossá válik, hogy a csoport „túlélte” önmagát. Ennek különféle okai lehetnek. Figyelmet lehetne fordítani a célra, amit kiűztek, másrészt talán más csoportokban erősebben szeretnének közreműködni. Ebben a szakaszban a csoport szívesen emlékezik. A múltat „romantikusnak” tartják – ez biztos jele annak, hogy a csoport túlfutotta önmagát és nem várnak már sokat a csoport jövőjétől. A csoporttagoknak „elégük van” egymásból és mégis latolgadják az elválást amiatt a féltelmem miatt, hogy akkor egyedül maradnak.

Következtetések a házascsoportok részére:

A házascsoportoknak két lehetősége van: 1. vagy új célokat és kezdeményezéseket talál, – 2. vagy véglegesen feloszlik. Ezt a döntést teljesen nyíltan és becsületesen kell meghozni. Ha a csoport már csak kadvetlenül jön össze, keserű szájíz marad vissza. A sok jó emlék szinte megsemmisül. Ebben az esetben legyen legálább egy házaspár, amelyik kezdeményezi, hogy rendezzenek egy mérlegkészítő estét, ahol értékelik az eddigi közös élményeket, tevékenységet. Lestleg kijelölnek egy meghatározott időszakot a további együttlétre – vagy megszerveznek egy lezáró ünnepet, összejövetelt, – amin mindenki részt vesz és „jó hangulatban” történik meg az elválás.

2. MÓDSZERTANI ISMERETEK

Miért fontosak a felnőttképzés módszertani ismeretei a házas csoportok vezetői számára?

- *Mert a házas csoportok összejövetelein gyakran valóban „képzés” folyik,*
- *mert a házas csoportok lényének feldolgozásához a felnőttképzési módszerek kiálóan használhatók,*
- *mert ezek a felnőttképzési módszerek csoportdinamikai etekre épülnek,*
- *mert olyan módszereket ismerhetünk meg, amelyek nem csak a „lényeges képzés”, hanem a szabaddis foglalkozások és más csoportos együttlétek esetében is használhatók.*

A felnőttképzési módszerek nem képezik hitünk alapjait és nem tartoznak a Katolikus Egyház által feltétlenül követésre kijelölt tanai körébe sem. Ezek olyan világi tudományos módszerek, amelyeket segédeszközként használhatunk a szeretet és a hit erősítésére. Gondoljunk csak a filmre, mint segédeszközre: ez csupán egy technikai eszköz, de használata segítheti a pasztorális törekvéseket (pl. Misszió, Néma síkoly, stb.). Ugyanilyen hasznos segédeszköz lehet a felnőttképzés a csoportok, közösségek vezetésében.

2.1. HATÉKONYSÁG

Minden képzés során információk átadása történik. Ez akkor hatékony, ha a résztvevők az átadott információt fel akarják és fel tudják fogni, át tudják venni. (Az információ-felvétel hatékonysága: – egyirányú szóbeli közlés, hallás esetén 20 %, – visszakerdezés, (fölmondás), beszélgetés esetén 80 %, – cselekvés, (megjelenítés) útján 90 %).

Ezért célszerű, hogy a megbeszélések, foglalkozások során mindenképpen bevonjanak. Tervezzük be minél több kis csoportos elemet! Nem egy általános igazság kihámozása, megalkotása a cél, hanem, hogy elmondhassa, megfogalmazhassa mindenki a véleményét, felelmet, bizonytalanságát. A megvalósítás mindenkié a saját életében történik, a saját pilanatnyi döntése, erőnléte alapján. Ne papírszerű megoldásokat adjunk kézbe, amit majd nem tudnak alkalmazni, hanem engedjük, hogy ki-ki maga jusson közelebb a számára legjobb (keresztlény) megoldáshoz.

2.2. MIRE FIGYELJELN A CSOPORTVEZETŐ?

A felnőttoktatásban, felnőttekkel való foglalkozásban – csak „ajánlani” lehet! Mindenki döntésképes a saját életében, saját – mindenkiné különböző – háttérrel van, éppen elég utasítást kap egész héten, hónapban – itt ne kapjon! Itt ő egyenrangú fél!

A felnőttekkel való foglalkozás során **komolyan kell vennünk** egymást! Bátran tételizzük fel, hogy a másik ugyanannyit tud, mint én. Nekem talán csak több volt a szerencsém, könnyebb volt az indulásom, talán gyorsabb vagyok, de ez nem jogosít fel semmire. Figgyem el, hogy tanulhatok tőle és ilyen szemlélettel fogok is! Helyzetem annyiban különleges, hogy a többiek megbíznak bennem.

Legyünk vidámak, oldottak. Ha gondunk van, inkább osszuk meg a csoporttal, vagy ha nem megosztható – utaljunk rá! A felnőtteket tanítani nem lehet. Tanulási kedvük azonban pozitív érdeklődéssel felkelhető.

Már a **megismerkedés** is törtéjien oldott formában. Ez nyitottá teszi a résztvevőket. Mondjanak inkább csak egy szót (a kedvenc állatfigurájukat, virágukat, kedvenc országrészüket stb.) és ennek alapján vonuljanak kis csoportba a bővebb bemutatkozásra. Keveset akarjunk, de azt jól. Nemcsak első alkalom van!

Minden rendezvénynek legyen **szerkezete, váza**. Használjunk megjelenítési módszereket! A beszélgetés elején esetleg csomagolópapírra filctollal írjuk föl témánkat, vagy hogy mettől-meddig van időnk. Ettől később el is térhetünk, de akkor tudnunk kell, hogy ezt mihez képest tesszük. Ezt mindig tudatosítsuk!

Leginkább az összejövétel **kezdésére és befejezésére** kell összpontosítanunk. Ez elősegíti a hatékonyságot. Az elején mondjuk el a vázlatot (tábla, csomagolópapír!), adjunk helyet az esetleges nem várt szempontoknak, helyezzük el azokat a vázlatban a csoporttal együtt. A végén mindenképpen foglaljuk össze, hogy mi történt ma, mi az, ami a következő alkalommal kerül majd elő.

Ne a legnehezebb témával kezdjük az összejövetelet, mondván, hogy csak ezen legyünk túl. Nemcsak a gépnek, hanem az embernek is „be kell melegednie”! (Ebben játékos formák segíthetnek bennünket.)

Mindig tartsuk szem előtt, hogy ez nem önképzőkör, nem teológiai korrepetálás, hanem azért jövünk össze, mert számunkra mindegyik család élete fontos.

2.3. A HELYES MÓDSZER MEGVÁLASZTÁSA

Igyünk tekintettel a résztvevők számára! Amikor nyitott, nyílvánosan meghirdetett összejövetel vezetésére készülünk, mindig legyen egy változatunk 6 résztvevőre és 40-re. Csak akkor készültünk fel jól, ha a szélső helyzeteket is végiggondoltuk. Ha csak ketten jönnek el, azokat ugyanolyan komolyan kell vennünk, mint ha mind a 18-an ott lennének. Ők szabaddá tették idejüket! Természetesen kis csoportra nem alkalmazhatjuk mindazt, amit a nagyobb létszámú csoportnak terveztünk. Ne ragadjon hozzánk a „vezető” szerepe. Fogadjuk el, hogy ennyien jöttek el, de ez három „személy”!

Más létszámszabályok vonatkoznak a rendszeresen találkozó, közösséggé formálódó csoportra. A 10-12 fő jól áttekinthető, családoknál is „elfér”. A házaspárok közösségének ez jól bevált létszáma.

Csak olyan módszert, gyakorlatot stb. alkalmazunk, ami nem kelt idegenkedést senkiben. **Ha ellenállás van**, megoszlja a csoportot, és azok sem tudják olyan hatékonyan használni a gyakorlatot, akik szeretnék.

Csak olyan módszert, gyakorlatot alkalmazunk, amit már használtunk, és amit magunk is szívesen csinálnánk! Ez segít abban, ha módosítanunk kell a gyakorlat levezetésén.

Mindig tudnunk kell, hogy adott módszerrel, gyakorlattal mit **akarnunk elérni**. (És a készülés során keressünk egy másik változatot is, mert váratlan helyzetekben segíteni fog, ha nem ott kezdünk gondolkodni – ez ugyanis nem csak a vezetőt bizonytalanítja el, de a csoportot is, hiszen ránk bízják magukat.)

Változatos módszereket használjunk, ne csak a fejünkkel (szóban) kommunikáljunk. Ez növeli a hatékonyságot. Lehetőség szerint válto-gassuk a módszereket, gyakorlatokat.

Vegyük komolyan az **időtényezőt!** Mindig közbejöhethetnek váratlan témák, problémák. Inkább kevesebb dologgal foglalkozzunk, de azoknak járjunk a végére. Sosem árt, ha több idő marad az összegzésre, a „lecsengtetésre”. Az összejövetel legtermékenyebb pillanatai ezek.

Nagycsoportban (6 főnél többen) meg kell határozni a beszélgetés szabályait.

Ha már nyolc résztvevőnél többen vagyunk, bátran bontsuk többfelé és alkalmazunk **kiscsoportos** megbeszéléseket.

Személyesebb megnyilvánulásokra, megfogalmazásokra ad alkalmat az intimilás. A kiscsoportos munka után viszont legyen alkalom a nagyobb csoportban (plénumon) is elmondani a megbeszélés eredményeit.

Az összejöveteleken, foglalkozásokon alkalmazott módszerek nem kívánnak különleges szakértelmet – inkább figyelmet és éberséget. De vannak olyan módszerek, gyakorlatok, amelyek helytelenül alkalmazva **károkat okozhatnak**. Tehát az egyes módszerek, gyakorlatok egyénre, csoportra gyakorolt hatását ismernie kell annak, aki azokat alkalmazza.

3. A CSOPORTBESZÉLGETÉS TÉMAI

3.1. ELŐRE KIVÁLASZTOTT TÉMÁK

A csoport saját témái: Gyűjtsük össze a csoportot érdeklő témákat, készítsünk listát, állapítsuk meg a fontossági sorrendet. Legyen a témáknak előkészítője, felelőse. Adjunk alkalmat a konzultációra az előkészítés során.

Előkészített **témák** (lásd segédanyagok a füzetünk végén). Mindig legyünk nyitottak, ha a beszélgetést vezető témagazdák valamit változtatni, módosítani akarnak a téma tárgyalásán. Az egy estére való témák és a sorozatok más előkészítést kívánnak! Sorozatok esetén, „félbehagyott gondolatoknál” sokat segít az előre elkészített kérdéscsokor, hogy ne szakadjon meg a téma tárgyalásának fonala.

3.2. NEM TERVEZETT, SPONTÁN TÉMÁK KEZELÉSE

A váratlanul adódó témákat nem lehet kizárni, mert ami foglalkoztatja az embereket, annak elsőbbsége van, akkor is, ha nem terveztük bel! Állapítsuk meg együtt, hogy ennek az új, spontán témának szenteljük-e az egész estét – ez esetben jelöljük meg az eredeti téma későbbi tárgyalásának időpontját – vagy pedig, hogy mennyi időt szánjunk rá? Tudatosan alakítsuk az estét, ne sodródjunk!

Kívülről **érkezett, váratlan** téma: Időszertűvé válhat, mert a környezetünkben (egyházközösség, kerület, település, ország stb.) észlelünk valami fontos eseményt, kérdést. Kísérletük meg együtt meghatározni, hogy

rászánjuk-e az egész estét a témára, mert olyan fontos, vagy pedig tűzünk ki egy új alkalmat, és addig tájékozódjunk, gyűjtünk anyagot.

A **csoporthoz való felkészülésről** **előre** **beszéljünk** a témáról, valakinek a saját problémájára. Próbáljuk megvitetni, hogy érint-e az egész közösséget, ez esetben vessük föl. Esetleg keressünk a jelenlévők között hasonló érintettek, akik reagálhatnak a problémára. Megjelölhetünk egy külön időpontot is, ha a csoport úgy érzi, hogy egy külön estét is „megér az eset”. Ne sodródjunk, de ne legyünk érzéketlenek, könyörtelenek sem!

Személyes síkon felmerülő, látszólag a csoportot foglalkoztató kérdések. Flórádhatnak olyan esetek, amikor a közösség nem tud segíteni a helyzeten (pl. valakinek a gyereke kábítószerezéssel kapcsolatos), hanem vagy szakembert kell bevonni, vagy személyesen kell beszélgetni az illetővel. Amennyiben így látjuk, ne titkoljuk, de tegyük ezt diszkréten és határozottan.

3.3. KÉNYES TÉMÁK FELVETÉSE

Kényes témák lehetnek, amiket úgy ítélünk meg, hogy időszerű lenne felvetni, de (pl.: kábítószerezés a családban, szexuális felvilágosítás, családtervezés, stb.). Keressünk olyan konkrét anyagot, okot, szemléltető filmet, cikket, stb. aminek kapcsán a kérdés gyakorlati vetülete is világossá válik. Készítsünk esetleg olyan kérdőíveket, kérdéscsoportokat, amelyeket odahaza a házaspárok együtt (de akár külön-külön is) tanulmányozhatnak.

Az összefüggésen kísérjük meg a csoport tagjainak véleménye alapján körvonalazni a témát! Nem sok értelme van kívülről becsülni valamit! Ha igény van rá, hívjuk meg a téma jó ismerőjét, esetleg szakembert. Válasszuk ki a szakember személyét a csoportvezető, a plébániai családfelelős vagy az (fő)egyházmegyei Családreferens segítségével.

4. CSOPORTOS TEVÉKENYSÉGEK

4.1. ALKALMI PROGRAMOK

Ezek ugyanolyan fontosak, mint a beszélgetések. Sőt! A kirándulások, zárandoklatok, közös majálisok, hajókirándulások, bálók, kisebb és nagyobb vigalmak, sportesemények kapcsán sokkal jobban megismerhetjük egymást. Szervezzünk ilyeneket bátran, de ne várjuk föle ugyanazt a halást, mint a házaspárok rendszeres találkozójától! Más a célja ezeknek az alkalmaknak:

- Hajókirándulás
- Csoportos tábor
- Bál

Ezek inkább arra szolgálnak, hogy oldottan együtt legyünk, hétköznapi gesztusokban tapasztaljuk meg egymást. A közösség alapjainak lerakása történhet itt.

- Zárandoklat,
- Lelkigyakorlat

Felsősorban a közösség segítségével, de az egyéni lelki elmélyülést szolgálják.

4.2. CSOPORTOS SZOLGÁLAT A PLÉBÁNIAI

Ez lehet kifejezett segítő-szolgálat – akár a csoport tagjai számára (pl. komatál), akár az egyházközségben (karitász munka stb.) – ahol nagy szükség van a házascsoportok aktív részvételére. Néhány példa arra, hogy milyen területeken lehetséges a csoportok bevonása az egyházközségi tevékenységekbe:

- Családos misek szervezése (liturgia, zene, könyörgések)
- Részvétel a jegyesoktatásban
- Egyházközségi rendezvények szervezése
- Plébánost támogató szellemi **tanácsadó csoport (építkezéshez stb.)**
- Ifjúsági csoportvezetés

Plébániai családfelelősként szólítsuk meg a csoportot, éreztessük, hogy szükség van tevékenységükre, imájukra. Tudatosítsuk bennük, hogy számítottunk rájuk!

5. KOMMUNIKÁCIÓ A CSOPORT ÖSSZEJÖVETELEIN

5.1. A BESZÉLGETÉS SZINTJEI

Minden beszélgetés két szinten zajlik: – tartalmi (amiről beszélgetünk) és vonatkozási szinten (ahogyan beszélgetünk). Az „oktató”, kioktató beszéd nem vár válasza, nem tesz visszahatóvá, nem tekint partnernek és nem kölcsönös, legfeljebb azt várja, hogy jegyzetelj. Nehezen tudom ellenőrizni, hogy eljutott-e közlendőm a másikhoz és hogy megértette-e?

Minden beszélgetésnél van beszélő és meghallgató szerepünk is. A kettő egyensúlyától függ a beszélgetés sikere.

Ha beszélünk, figyeljünk a következőkre:

- Mielőtt megszólalunk, rendezzük gondolatainkat.
- Röviden foglaljuk pontokba a mondandónkat. Ne akarjunk meglepni a hallgatóságot.
- Minél rövidebben beszélünk, annál hatásosabb. (Bízzunk benne, hogy meg fognak kérdezni, ha nem értik és erre adjunk is lehetőséget!)
- Ha a következtetéssel kezdés a mondandódat (nem Ádám-Évánál...), jobban le tudod kötni a hallgatóság figyelmét. Mondjuk ki a végkövetkeztetést, majd röviden indokoljuk meg, fejtjük ki.

A beszélő hibái:

- Nem rendezzi gondolatait.
- Nem fejezi ki magát világosan és érthetően.
- Elkalandozik.
- Mindent el akar mondani egyszerre.
- Nincsen időérzékel! Sokat beszél.

Ha hozzánk beszélnek, hallgassuk meg:

Legalább akkora odaadással figyeljünk, amekkoraival a másik átőr a hallgatása falán. Együnk jó szándékúak, és ne a hibákra (különösen ne a nyelvtani hibákra) figyeljünk, hanem higgyük el, hogy a másik a „szívből szól”.

A meghallgató hibái: – Szétszórt figyelem. – Már nem is hallja a másik beszédét, mert már a saját választát fogalmazza. – Részletekbe bonyolódik, elveszti a fonalat (Nincs nála papír, ceruza feledékenység ellen.) – Tovább gondolja a partner szövegét, és olyasmivel vitatkozik, amit az nem is állított.

5.2. A BESZÉLGETÉS VEZETÉSE

A beszélgetés sikerének alapfeltétele (nagyobb csoportban is), hogy a beszélgetők egymást partnerként tekintsek. A beszélgetés vezetője kérdésekkel és javaslatokkal irányítja, éfénkíti a beszélgetést, rendszerezi a gondolatokat, tagolja a beszélgetést, figyel arra, hogy ne beszéljenek többen egyszerre – de mindannyian szóhoz jussanak. Összefoglalja az elhangzottakat, figyel az időtényezőre.

- Olyan légkört terem, ahol a résztvevők szabadnak és otthonosan érzik magukat.
- Mindenkit szóhoz juttat.
- Figyel a hozzászólások sorrendjére.
- Komolyan veszi a hozzászólásokat. Segít annak, aki nem tudja jól kifejezni magát. Nem helyette fogalmaz, hanem segíti a beszélőt, kérdésekkel pontosít!
- Vigyáz, hogy senkit ne tegyenek nevétségessé.
- I. egyen „résztvevő-vezető”, mondja el a véleményét, mint egyet a sok közül, de ne legyen lehengerlő.
- Figyeljen azokra, akik nem mernek megszólalni. (Különböző adottságaink vannak.)
- Olvasson a sorok között! Figyeljen és hallja meg, milyen ki nem mondott elvárások, féltelmek vannak a hozzászólásokban.
- Vegye komolyan a hozzászólásokat. Ha valamit nem tud, vagy nincsen elég ismerete, nyugodtan ismerje be! Nem attól biznak meg benne, mert azt hiszik, hogy mindent tud, hanem, ha „látható” a csoport számára.
- Figyeljen a csoporton belüli hierarchiára. Ne engedje, hogy egyesek elnyomjanak másokat.
- Segítse megfogalmazni a közösség számára, hogy döntési ponthoz érkezhettek.

A véleményeltéréseket vegye komolyan, és ne akarja ő maga megoldani és közös nevezőre hozni azokat. Tudatosítsa a csoportban és engedje, hogy a csoport dolgozza fel ezeket.

5.3. A BESZÉLGETŐK TÍPUSAI

A beszélgetésvetetőnek ismernie kell a beszélgető-típusokat és a „kezelésük” módját. Néhány főbb típus és a velük kapcsolatos viselkedési ajánlások:

Veszekedős (mindig haragszik valakire, vagy valamire):

- Vele szemben maradjunk nyugodtak és tárgyilagosak. Ez a közösséget a mi oldalunkra állíthatja. Szinte biztos, hogy nem ránk haragszik.

Pozitív alkat (viszont hang nélkül, mosolyogva üldögél)

- Ösztönözzük az eredmények összefoglalására. Tudatosan kapcsoljuk be a beszélgetésbe.

Mindentudó (hihetetlenül tájékozott, jól informált – minden kérdésben ő szólt meg elsőként):

- Kérdezzük meg a csoportot is, hogy mit szólnak a véleményéhez!

Mellébeszélő (beszédkényszere van, rejtőzködik):

- Megfelelő pillanatban vágjunk közbe, határozzuk meg a témát és a ráfordítható időt. Kérdezzük rá a tárgyra, hogy erősödjön az önbi-zalma.

Elutasító (eljött, de csak, hogy már ne „rágják a fület...”)

- Ismerjük el a tudását, biztassuk az együttműködésre, erősítsük meg az önbizalmát.

Szajkózó (mindig ismételteti, lódiítja az elhangzottakat).

- Közvetlenül a témára vonatkozó kérdéseket tegyünk fel neki.

Érdektelen (csendben ül, sose beszél):

- Munkájáról, véleményéről kérdezzük. Mondjunk példákat az általa ismert területről.

Nagyképű (mindent jobban tud, a szabályokat nem tartja be).

Ne kritizáljuk közvetlenül. Nem kifejezetten minket utál, csak ilyen a stílusa. „Igen, de...” technikával tudunk közbevágni.

Milyen típusokat ismerünk még? Magunkat hová sorolnánk? Vigyázzunk, senkit ne bélyegezzünk meg!

6. CSELEKVÉSI TERV KIDOLGOZÁSA, STRATÉGIA

6.1. KIKET AKARSZ ELÉRNI, MINT CSALÁDFELELŐS?

A legjobb szándék is hiábavaló, ha nem azt szólítjuk meg, akinek az üzenet szól. Vagy nem az ő nyelven mondjuk el neki az Örömhírt. Sok kérdést nem tudunk megválaszolni, de már azzal is sokat teszünk, ha végiggondoljuk, hogy kik azok, akikhez szólni akarunk. Fontos-e számunkra az életkoruk? Milyen következményei vannak ennek? Milyen nyelvet beszélnek ők? Körülbélül mit gondolnak rólam, mint az egy-házközösség egy tagjáról? (Partner vagyok-e számukra? Öreg vagy fiatal vagyok-e? Mit gondolnak rólam jelenleg? Milyen üzenetet hordoztam számukra már eddig is?) Tanulni vagy beszélgetni vágnak? Miben szenvednek segítséget? Vannak-e közöttük olyan feszültségek, amelyeket majd kezelnem kell később?

6.2. MILYEN ESZKÖZÖKKEL?

Hogyan szólítod meg azokat, akiket el akarsz érni? Nem lehet sem flegma, sem vaskalapos! Minden korosztálynak van saját nyelve. Vannak „kapui”, megközelítési útvonalai. Tudnunk kell, hogy hol szólíthatjuk meg őket. A templom előcsarnokában, a falujárással (mekkora betűkkel, milyen színekkel?), a plébániai lapban, a sekrestyében, a plébániai klubban, körlevélben vagy személyesen?

6.3. MIÉRT? MI AZ ÜZENETED?

Fogalmazzuk meg az üzenetünket egyetlen mondatban, egyetlen szóban. Magunkban tisztázzuk, hogy mit akarunk, mire vállalkozunk most, amikor megszólítunk valakit! Nekünk van-e szükségünk a többiekre, vagy valóban Nekik ránk? Ki küldött? Ki a hivatkozási alapunk? Milyen viszonyt képzelünk el velük? Hogyan fogunk bemutatkozni?

Felkészültünk-e kellőképpen elméletileg? Kítől kérünk tanácsokat? Számítunk-e arra, hogy az összehívott csoportban esetleg jobban értenek a kérdéshez, mint mi magunk?

Mi a munkánk, üzenetünk súlypontja? Ugye nem felejjük el semmi-tele érdekes és érdekes téma kedvéért sem, amit a Mester mondott, hogy „ahol ketten-hárman az én nevemben összejöttek, én ott vagyok veletek!”

6.4. KAPCSOLAT A PLÉBÁNIÁVAL, LELKISÉGI MOZGALMAKKAL

ludod-e, hogy kik voltak a plébánián az elődeitek! Mi a története a plébániának! Kik voltak jeles személyiségek? Milyen nagy fordulópontok voltak? Ilová jártak zarándokolni? A közös múlt faggatása jó témákat adhat egy új csoport indításához is. A múlt ismerete rengeteg jelenbeli kérdésre is választ adhat. Gondoljuk újra végig. Kik, milyen társadalmi csoportba tartozók vannak a mi plébániánkon? (Vagy a helyzettől függetlenül miért nincsenek?) Milyen műlbeli gyökök, mozgalmak voltak, vannak, amiket nem is veszünk igénybe?

Tudod-e, milyen tevékenységek folynak ma a plébániádon? Érdeklődte-e már eziránt? Kinek? Ismered-e ezek vezetőit, fő szervezőit?

A lelkiségi mozgalmak nagyon komoly hajtóerőt képviselnek az Egyház életében. Minden mozgalomnak más a súlypontja. Egyik a házaspárok kommunikációját tartja fontosnak, a másik az imaéletet, a harmadik a Krisztusban való egység megélését. Tekintsd őket úgy, mint lehetőséget, ami gazdagítja a plébánia-közösséget. Semmiképpen ne érezd azt, hogy versengés van (ha csak nem Krisztus ügyéért versengünk)!

6.5. MÓDSZERTANI SZEMPONT

A csoport tagjai tegyék átláthatóvá, hogy ki milyen lelkiséghez, mozgalomhoz tartozik. Milyeneket ismernek? Mi a véleményük, tapasztalataik? Mit lehet továbbvinni a tapasztalatakból?

Egyik mozgalom a megszólításban nagyon hatékony, a másik a táborok szervezésében, a harmadik súlyt helyez a közös imára. Gondolja végig a csoport, hogy mire lenne szükség? Ismerkedjenek meg az egyes lelkiségekkel, hívjanak vendégeket. De készüljünk fel kérdésekkel! Ne csak meghallgassuk a vendéget, mert az ritkán visz előre. Építsünk be nekünk tetsző, előrevivő elemeket az összejöveteleinkbe.

(A lelkiséghez való csatlakozás egy későbbi lépés. Nem biztos, hogy az egész csoport érett rá. Ne siettessük. Akit a Lélek szólít, az hallja.)

6.6. MUNKAMEGOSZTÁS

A többféle lelkiségi csoport, házascsoport a plébánián munkamegosztást is jelenthet. Egyiknek a gyerekek felé van karizmája, a másiknak az idősek felé, a harmadiknak a házások veszik nagy hasznát. A házascsoport tagjai bekapcsolódhatnak a helyben folytatott karitász munkába, hitoktatásba stb. Jelezzük nekik, ha valahol számítanak rájuk.

Keressük meg a szolgálat területeit! (Imaközösség, oktatás, liturgia-szervezés, lelki gyakorlat szervezés, zarándoklat vezetés.)

7. GYAKORLATI LÉPÉSEK

7.1. HOZUNK LÉTRE CSALÁD- ÉS BESZÉLGETŐ-CSOPORTOKAT!

Kezdeményezheti a plébániai CSALÁDFELELŐS

1. lépés: **Célcsoport kiválasztása:**
(pl. elsőáldozók szülei, újonnan odaköltözöttek stb.)
2. lépés: **Kapcsolatfelvétel:**
 - személyes megszólítás és
 - körlevél a meghívandókhöz egy tájékoztató összejövételre
3. lépés: **Esti rendezvény** a következő célokkal
 - információ a család-közösségekről
 - lehetőség az ismerkedésre
 - az elvárások és kívánságok kifejezése
4. lépés: **Csoportképzés**
 - látogatás házaknál és a lehetséges csoport-összejövétel, csoportösszejövétel megbeszélése az érdeklődő párokkal, személyekkel.
5. lépés: **Meghívás** az első együtt töltött estére
 - a kezdeményező (családfelölös) lakására
 - időpont egyeztetés
 - a következő este témájának kiválasztása
6. lépés: A csoportot elindító személy **kíséri** a csoportot
 - gyakori részvétel az első csoport estéken

- segítség ahhoz, hogy maguk rendezzék a beszélgetéseiket
7. lépés: **Leválás**
- Hat hónap után a csoport önállóvá válhat
- a kezdeményező (családfelelős) esetenkénti részvétele a csoport-találkozásokon
 - segítségnyújtás abban, hogy szakértő beszélgetőpartnert találjanak a sajátos témákban, valamint a kidolgozott témák ajánlásában
 - kapcsolattartás más közösségek és a plébánia felé

Kezdeményezheti egy HÁZASPÁR:

1. lépés: A plébánostól **elkérjük a kisgyerekes családok adatait**, akik azonos körzetben laknak.
2. lépés: **Látogatás a családoknál**
 - megtudni, hogy van-e érdeklődésük ilyen beszélgető-csoportban részt venni
 - meghívás a kezdeményező lakására
3. lépés: **Első találkozó**
 - elegendő információ adása a házascsoportokról
 - az elvárások tisztázása
 - téma kiválasztása a következő alkalomra
4. lépés: **Rendszeres beszélgető-esték**
Ézcknek témáit a csoport tagjai készítik elő, felváltva vagy együtt.
5. lépés: **Rendszeres állapotfelmérés**
(Hol tartunk, mi tetszik, mit kell megváltoztatni?)
6. lépés: **Szakértőkkel való kapcsolat megteremtése**, ha van ilyen igény a témákkal kapcsolatban.

Kezdeményezheti a KÉPVISELŐTESTÜLET egyik tagja:

1. lépés: **Témafelvetés a teljes testület előtt.**
Információs anyag beszerzése, illetve elkészítése
2. lépés: Egy kérdőív segítségével (akár névtelenül is) a **házascsoportok iránti igény felmérése.**
3. lépés: **Az érdeklődők meghívása egy tájékoztatóra.**
4. lépés: Konkrétan **megegyezni arról, hogy ki szervezi és vezeti a házascsoportot**
látogatások az érdekelte családoknál

- meghívások az első összejövetelre
- 5. lépés: **Kapcsolat a plébániával és más plébániai csoportokkal**, esetleg közös rendezvények és programok szervezése.
- 6. lépés: **Megfeljeli érdeklődés esetén részvétel a püspökség vagy más képzőközpontok családra vonatkozó rendezvényein**

Családi életre nevelés tanfolyam stb. KÉPZÉS UTÁN alakítandó házascsoport (fiatal házascsoportból):

1. lépés: **Hosszabbtávú képzés tervezése** fiatal házascsoportnak, pl. hétvégen. Fontos szempontok:
 - kedélyes, derűs légkör
 - résztvevők bevonása a rendezésbe (pl. együtt válasszuk ki, formáljuk meg a témát)
 - aktíváló beszélgetési módszerek
 - csoportos feladatok (kis létszámú csoport, 10-12 pár)
2. lépés: Amennyiben felmerül a **kívánság, hogy a házascsoportok témaát továbbra is megbeszéljék:**
 - ismerjük fel az igényt, erősítsük meg
 - mutassuk meg, hogy készek vagyunk beszélgetőpartnerként továbbra is rendelkezésükre állni
 - szervezési előfeltételeket teremtsünk meg
 - (terem és időpont kérdése, címlista)
3. lépés: **Körülbelül fél év múlva**
 - meghívás egy beszélgetésre (pl. 2-3 hosszabbtávú szeminárium résztvevőit hívjuk meg)
 - további meinet megbeszélése (elvárások, kívánságok kifejezése)
 - tematikus és szervezeti kérdések tisztázása
4. lépés: **A csoport kísérése** addig, amíg a csoportképzési folyamat ezt igényli. Néhány este után a fiatal házascsoportja önállóvá tud válni.
5. lépés: **Eseti kapcsolat a családfelélős és a házascsoport között**

LELKIPÁSZTOR kezdeményezi a házascsoport építését:

1. lépés: Ha aktuális témák **közös megbeszélésén ismételtlen elhangzik a kívánság**
 - vegyük komolyan ezt az igényt

- személyesen szólítsuk meg az érdeklődőket, akiknek ilyen kívánságuk van
2. lépés: Az érdeklelt személyek meghívása. Fontos szempontok:
 - barátságos légkör
 - korlátozott létszám
 - a résztvevőkkel együtt kiválasztott témák
 - határozzuk meg, hogy mivel foglalkozunk az első időkben
 - feladatok megosztása (szervezés, vezetés, a téma előkészítése)
 3. lépés: Kezdetben gyakran, később csak esetenként **vegyünk részt** a csoport-beszélgetéseken (esetenként, vendégként)
 4. lépés: A házacsoporthoz **támogatása** amennyiben ezt igénylik (pl. szervezési területen). Amennyiben a csoport kéri, mutassunk lehetőséget arra, hogy hol tudnak bekapcsolódni a plébániai munkába.
 5. lépés: További beszélgető-csoportok felépítése. Kíséreljük meg, hogy házaspárokat, szülőket és egyedül állókat is, a házacsoporthoz való részvételre motiváljunk pl. jegyes oktatás, keresztelés, gyerekek előkészítése a szentségek vétele.

Házacsoporthoz alakul egy beszélgetés- (előadás-) SOROZAT kapcsán:

1. lépés: A sorozat megtervezése és előkészítése
Téma: Kommunikáció a házasságban. Rendező: a képviselőtestület, régió stb. Előkészítés és kivitelezés: szervező-, vezető csapat
2. lépés: **Meghívás** és reklám
3. lépés: **Kivitelezés**
Fiatal párok (18 év fölött) és fiatal házaspárok célzott megszólítása
Őt este, hetenként egyszer összejövünk.
4. lépés: **Allandó beszélgető-csoport kialakítása.**
Saját kívánságra néhány résztvevő állandó beszélgető-kört alakít ki, hogy az eddig feldolgozott témát tovább fejtegethessék.
Javasolt, hogy a szervező csapat laza kapcsolatban maradjon velük.

KOMMUNIKÁCIÓ A HÁZASSÁGBAN

Példa egy programra

1. este: *Látni, hogy tovább lássunk*
 - hogyan működik az észlelés
 - mi akadályozza, mi segíti

2. este: Beszélhessek és értsenek is meg

- hogyan beszélnek
 - megértik, amit mondanak
 - hogyan működik az emberek közötti kommunikáció
3. este: *Beszéljék, anélkül, hogy elrejtjenem magamat ezzel*
 - pl. ki az az „ember”, akiről általában beszélnek
 - hol vagyok, amikor beszélnek - az álarcok problémája
 4. este: *Adni, hogy kapjunk*
 - meg tudok-e (meg szabad-e) mindent mondani
 - hogyan mondom ezt meg a társamnak
 5. este: *Hogyan tovább?*
 - milyen volt
 - milyen lesz (A nyitott szemű, fülű és szívű párkapcsolat: a keresztény módon megélt párkapcsolat.)

Egyéb alkalmak

Ne menjünk el a spontán csoportalakulási lehetőségek mellett!

Amennyiben a csoport lehetőséget ad számunkra,

1. Segítsünk megfogalmazni a célt. Miért is vannak együtt?
2. Tisztázzuk, hogy mindenkinek ugyanaz-e az igénye! Érzelmi, társasági, relaxációs, tere-fere csoport-e, vagy imádkozni szeretnének együtt, vagy politizálni vagy mindet egyszerre. Egyik sem baj, de mondják ki, fogalmazzák meg, hogy mit akarnak.
3. Javasoljunk számukra témákat, programokat és kísérjük figyelemmel alakulásukat. Jó, ha van egy összekötő házaspár, aki jelzi, ha szükség van a családfelelős segítségére (pl. kezelhetetlen nagy a csoport, több főle cél húzza szét a csoportot stb.).

Plébániai ifjúsági közösségből is alakulhat házacsoporthoz, de semmiképpen ne várjuk el a fiataloktól ezt a lépést! A házasság idősorában gyakran elköltözhetnek, új tagok jöhetnek. Ittenkor újra fogalmazódnak a célok, új alkalmak hoznak össze a csoport tagjait.

Ha az ifjúsági közösségből házacsoporthoz formálódik, úgy az új tagok bekerülése eredményeképpen is, de egyszerűen azért, mert a fiatalok lassan felnőttek lesznek, szinte törvényszerű az egészséges krízis a csoportban. Ez a túlélési szakasz az, amikor leveti az előző formáját, új veze-

tőt választ magának, új célokat tűz ki, új szabályokat alkot, mivel új és egészen más kihívásokra kell választ adnia. (A fiatal házásoknak a gyerekek születésével kevesebb idejük marad a külső feladatok vállalására, életük súlypontja – nagyon helyesen – a belső életükre helyeződik át.)

Mi a tapasztalatod? Egészítsd ki az eddig felsoroltakat!

FÜGGELÉK

1. Beszélgetés-indító téma: A családok helyzete ma

Ia hatékonyan akarunk a családokkal foglalkozni, akkor meg kell ismer-nünk élethelyzetüket. A katolikus család ugyanúgy a világban él és kihí-vásai ugyanazok, mint az egyéb családoknak. Sőt, vannak speciális terü-letek, mint az egyházi iskolák, tv-nézési szokások, nyaralási gyakorlat, nyári táborozások, külön gyerek- és felnőtt-programok stb.

Javasoljuk, hogy dolgozzatok föl magatok is a témát akár már működő csoportokkal, vagy indító foglalkozásnak is kiváló, hiszen a csoport maga tudja megfogalmazni a problémáit, kijelölni a súlypontokat.

Gyűjtsétek megállapításokat a kérdésről, pl.:

A HÁZASSÁG-CSALÁD HELYZETE:

TEGNAP	MA
kiszámíthatóság	bizonytalanság
több generáció él egy fedél alatt	elkülönülés, önállóságra törekvés
a család kifelé zárt	nyitott
az anya otthon van	dolgozik
az apa szerepe: családfenntartó	a nő is családfenntartó
szabadidő eltöltése együtt	ma külön
nem ritka a sok gyerek	alig van gyerek
a gyerekek sokáig vannak otthon	már korán önállóak
a nő szerepe sokáig állandó	szerepe hamar változik
szülők iránti fizetlet erős	eltűnően van
egymás iránti türelem megvan	sok a válás, nincs kitarítás
születés, halál a családban törtérik	másutt történik, nem „része” a családnak
a gyerekeket nevelték az életre	a gyerekeket oktatják az ismeretekre
a gyerekek éretten és lamogatva	korán és éretlenül indul a saját útján
alacsonyabb életkor (rövidebb házasság)	magasabb életkor, új problémák

a társadalom összetartja a családot	nem támogatja a családot
gazdasági előny van a házasságból	megéri külön élni
vannak külső összetartó erők	a szeretet a legfontosabb összetartó kapocs
a család helye a társadalomban rendezett	esetleges
nincs nagy elvárás a házasság kapcsolatától	különléges az elvárás
a házastársi kapcsolatnak kezelése általános	nincsen sablon

Ezeknek az ellentétpároknak téma szerinti csoportosítása, kibontása, megbeszélése ajánlatos a házascsoportban.

2. Beszélgetés indító téma: Az egészséges család jellemzői (Dolores Curran)

Az egészséges családban a családtagok ápolják az egymás közötti kapcsolatot és meghallgatják egymást. A kapcsolattartás útja-módja a helyes kommunikáció.

A jó kommunikáció alapja a szülők egymáshoz való viszonya. Ebben – jó esetben – nincsen vetélkedés, hanem súlypontok vannak. A gyerek nem azt éli meg, hogy az apa vagy az anya uralkodni akar, hanem hogy a hatalmát és tekintélyét mindkettő megosztja. A szülők nem uralkodnak egymáson, hanem megosztják egymással az örömeiket és gondokat.

Nagyon sokat kell beszélgetniük a szülőknek egymással arról, hogy kinek mi az előnyös oldala, kinek „mi áll a kezére”. Vizsgálják meg a szülők a tudat alatt beidegződött patriarchális vagy matriarchális modell, hogy ugyan működőképes-e az ő esetükben?! Nagyon sok feszültségnek a forrása, hogy át nem gondolt sablonokhoz akarunk hasonlítani ahelyett, hogy élünk a mi egyszeri és megismételhetetlen életünket. Ehhez persze bátorság kell. Jó témája lehet egy beszélgetéssorozatnak, hogy szüleinktől, nagyszüleinktől milyen modellt örököltünk?

Figyelem! A gyerek csak egyszerűen megtanulja és utánozza, hogy mi hogyan kommunikálunk. Megaláztattak vagyunk-e vagy ravaszkodók? Sunyin érjük el a célunkat vagy erőszakosan? Tükröt tart elének.

A családító nem bujdosik. Se a garázsba, se a kocsimba, presszobá, sörözőbe, se a TV előtt bambulva. Ha fáradt, nyilvánítsa ki. Joga van a pihenésre, de ne szigetelje el magát. Mert kívülről úgy festhet, mintha a férfinak kötelessége és lényegi alkotóeleme lenne, hogy TV-híradót nézzen, a kocsit bütykölje állandóan, stb. Megtévesszjük a következő generációt. Ők bennünket fognak utánozni.

A családanya ne legyen a család rabszolgája. Vonja be a férjét, gyerekeit a közös feladatokba. Ne felejtse el, hogy a férje nőül vette és nem anyául vagy alkalmazottul.

A normális gyerek nem tanuló gép, nem is leendő olimpiai bajnok vagy Nobel-díjas. Fennél sokkal több van benne. Adjuk meg neki lehetőségeinkhez mérten mindent, de ne azon felül. Az otthon melege az, amit nem kaphat meg sehol és senki mástól. És ha nem tudja, hogy mitől válik egy lakás otthonná, egy étkezés vacsorává, akkor hontalan lesz egész életében. Hallgassuk meg a gyerekeinket és válaszoljunk neki. Ha fáradtak és ingerültek vagyunk, kérjük meg, hogy várjon egy kicsit. Beszélgessünk a gyerekeinkkel négy szemközt is. Ne csak számonkérés alkalmával!

Legyen antennánk a nem szóbeli közlésekre is. Sok későbbi gondot megelőzhetünk, ha komolyan vesszük házastársunk, gyerekeink szótlanúságát, van szemünk a levertségét észlelni. Csak az első szó nehéz. És ha panaszkodik, ne dugaszoljuk be valami igazsággal! Sokszor akarja önmagát közölni, miközben valamire, valakire panaszkodik. Nem biztos, hogy megoldást kell adjak, sokszor elég ha az időmet adom, hogy alkalma legyen megfogalmazni a véleményét.

Adjunk lehetőséget a család minden tagjának, hogy önmaga legyen, amíg az nem a többiek kárára történik.

Ne gúnyoljuk a másikat, ne tréfálkozzunk a másik kárára és ennek ne is engedjünk teret!

Az udvariasság és a jó modor fontos, de gondold végig, hányszor töri le a spontán, őszinte megnyilvánulásokat. A túléléshez nem csak a szabályok betartása tartozik, hanem a leleményesség, a találmányosság is. A formabontás önmagában még nem baj!

Tudjunk ünnepelni a családban. Annyi alkalom van, ha odafigyelünk. A születésnapok, névnapok, az évfordulók, az elutazások és meg-

érkezések, az iskolaév, vizsgaidőszak vége (akár az eredményektől függetlenül is), amikor vége a feszültségnek. Hogy igazán összpontosítani tudjunk, ahhoz elernyedni is tudni kell. Kirándulni, strandolni, táncolni – közösen. A felüdülés formáit is tőlünk tanulhatják, utánozhatják el a gyerekeink.

Positív alaphangulat legyen az egészséges családban. A család életközösség és nem munkaközösség és nem tanulóközösség és nem menedzserközösség! És egy időre szól ez a közösség. A gyerekek majd mennek a maguk útján. Adjunk meg nekik mindent, amit jónak látunk, de ne tömjük le a torkán. „Abbahagyod a zencitanulást? Jó, de ird be a naptárba a mai naphoz, hogy majd ha bánkódsz a hiányán, akkor föllapozhassad...”

Az egészséges család szívesen tölti együtt az idejét. Sokat játszanak közösen. Ez oldja a tagjaira ráncszedő nyomást. Az egészséges családban a humor is oldani tudja a feszültséget.

Ne engedd, hogy a munka vagy más (hobby) rendszeresen meghútsa a család együtt töltött idejét.

Az egészséges család nem szakad klikkekre, pártokra. A szülők nem választanak a gyerekek közül bizalmas, akiknek kiönthetik a szívüket. Ez könnyen vezet a család gyakorlati széteséséhez.

Ha már nézünk televíziót, tegyük együtt is. Beszéljük meg, reagáljunk a műsorra. Kérdezzük meg a gyerekeink véleményét. Fontos, hogy tudják, mit gondolunk. Különösen ha spontán reagálunk, ez sokat segít a gyerekek világban való eligazodásában. Napjaink tömegkommunikációs áradata éppen a véleményalkotás lehetőségét veszi el tőlünk. Ne engedjünk ennek a hatásnak, hanem legyen a közös televíziózás is alkalom a véleményformálásra.

Az egészséges család megosztja a felelősséget. Kicsi kortól teret ad a gyerekek önállóságának és önbecsülésének. A teljesítményt mindig ismerjük el. Semmi nem „természetes”.

Ha hibát követ el valaki, akkor viszont már kicsiben vállalja a következményeket, mert később nem lesz elég elővigyázatos. Ez vezethet váláshoz, gondatlanságból okozott balesetekhez, börtönbüntetéshez.

Mi a véleményünk, tapasztalatunk a nagycsaládról? Nagyszülők, unokatestvérek? Hogyan tagjai ők az „egészséges” családnak?

AJÁNLOTT IRODALOM

Az Új Ember Kiadó ajánlata

André Vingt Trois: *A család* (2007)

Horváth-Szabó Katalin: *Házasság és család* (2009)

Bonetti, Renzo – Sigalini, Domenico: *Jövők a család – A jegyesség* (2005)

Bonetti, Renzo – Sigalini, Domenico: *Jövők a család 2 – A családok telkigondozása* (2005)

A Don Bosco Kiadó ajánlata:

Bruno Ferrero: *Csak ti vagytok nekik!*

Bruno Ferrero: *Boldog család*

Bruno Ferrero: *A szentmise és a család*

Luigi Guglielmoni, Fausto Negri: *Bizzatok a szeretetben*

Flora Bresciani Nicassio: *A nevelés öröme*

Massimo Diana: *Isten és a gyermek*

Don Lino Faggioli: *A szeretem útja*

Boda László: *Utad az esküvőig*

A Szent István Társulat ajánlata

Harrach Péter: *A család jövője a magyar társadalomban* (2002)

Tringer László: *A lelki egészség mint az egészség alapja* (2005)

Pápai Megnyilatkozások V. *Familiaris consortio* (1982)

Mary Beth Bonacci: *Igazi szeretem* (2008)

Angelo Scola: *Férfi-nő (A szeretem „súlyos” esete)* (2006)

Fogassy Judit: *Családi katekézis* (1999)

Süle Ferenc: *Az életérő forrásai a családban* (2009)

Hársfai Katalin: *Bezetés a katolikus házasságjogba* (2006)

A Család Pápai Tanácsa: *A keresztény család, mint a harmadik évezred örömhíre* (2003)

Jobbágyi Gábor: *Személyi és családi jog* (2009)

A Családakadémia Kiadó ajánlata

P. Tilmann Beller: *Fontos vagy nekem*

P. Tilmann Beller: *A házasság: öröm és feladat*

P. Elmar Busse: *Családunk arcéle*
P. Tilmann Beller: *Családi élet: küldetés és munka*
P. Josef Kentenich: *Egy újkori pedagógia alapelvei*
A házaspárok útján
P. Tilmann Beller: *A családok atyja*
Dr. M. A. Nailis: *Szentseg a hétköznapokban*

A Harmat Kiadó ajánlata

Family – *Családi és párkapcsolati magazin*
Parson: *A hatvanperces apa*
Mason: *A házasság misztériuma*
Champan: *A házasság négy évszaka*
Champan: *A szeretet esszéciája*
Champan: *A szeretet másik arca – A harag*
Helmfelt: *A szeretet választható*
Pulay Gyula: *Az otthon is szeretett vezető*
Chapman: *Családi összehangzatlanság*
Campbell: *Düliöngő ifjak*
Chapman: *Egymásra hangolva*
Chapman: *Egymásra hangolva FÉRFIADÁS*
Campbell: *Életre szóló ajándék*
Chapman: *Gyerekekre hangolva*
Cloud: *Határaink*
Mol: *Házaspárbaj*
Hughes: *Holtodiglan-holtomiglan*
Chapman: *Kamaszokra hangolva*
Parrot: *Kapcsolatkiútka*
Chapman: *Kedzjük újra!*
Chapman: *Maradjunk együtt*
Campbell, R.: *Nehéz évek*
Crabb: *Nők és férfiak*
Chapman: *Nyerő páros*
Campbell, R.: *Övejük őket*
Nemes Ö.: *Párbeszélgetés*
Perkins: *Pucér valóság*
Cloud: *Randikalauz*

Penner: *Szexuálitás ajándéka*
Chapman: *Szólóban*
Campbell, R.: *Szüilői hivatás*
Peretti, F.: *Tilly*
Wagner: *Vagyok-e valaki?*
Chapman: *Változzunk együtt!*

HASZNOS HONLAPOK

Magyar Katolikus Egyház, www.katolikus.hu
Katolikus Hirügynökség, www.nagyarkurir.hu
Magyar Katolikus Családegyesület, www.katcsal.hu
Sapientia Családpedagógiai Intézet, www.sapientia.hu
MÉCS családközösségek, www.mecs.org.hu
Családok Jézusban közösség, www.par-beszed.hu
Házasság Hétvége, www.hazassaghetvege.hu
Magyar Schönstätt Család, www.schoenstatt.hu
Fokolara, www.fokolara.hu
Regnum Christi, www.regnumchristi.hu
Antióchia Ifjúsági Lelkiség, www.antiochia.hu
HAIÓ Egyesület, www.halo.hu
Nagycsaládosok Országos Egyesülete, www.noe.hu

Esztergom-Budapesti Főegyházmegye

Pasztorális Szakterület

Családreferatúra

1035 Budapest, Kórház u. 37

Tel: (1)388-8982, e-mail: pasztoral@katolikus.hu

Az Esztergom-Budapesti Főegyházmegye Családreferatúrája ismét kiadja azt a három füzetet, amelyek először az 1994. évi egyházmegyei zsinat munkálatai nyomán láttak napvilágot. A füzeteket újra és újra elolvasva megállapíthatjuk, hogy alapműveknek tekinthetők a plébániai családpsztoráció területén. Világos útmutatást és eszköztárat nyújtanak ahhoz, hogy elmélyítsék az egyházközösséghez tartozó családok hitét és összetartozását.

A CSOPORTBESZÉLGETÉSEK, KÖZÖSSÉGVezetés c. füzet gyakorlati, módszertani segítséget nyújt a házasság- és családközösségek életre hívásához, tartalmas működéséhez.

