



**Coimisiún na Scrúduithe Stáit  
State Examinations Commission**

**LEAVING CERTIFICATE EXAMINATION, 2016**

**HUNGARIAN**

**HIGHER LEVEL**

**Monday, 20 June  
09:30 - 12:30**

**Olvassa el a következő szöveget, és válaszoljon érthetően magyarul az I., II. és III. részben feltett kérdésekre!**

**Nem egyedülálló helyzetek – Új világtendencia, egyben egészségügyi rizikófaktor az elmagányosodás, aminek kivédésére, a „helyes egyedüllétre” már gyerekkorban el kellene kezdeni készülni.**

1. „Aggódva tapasztaljuk, hogy egyre több az egyedül élő ember, és bár ez nem mindenki számára jelent lelki terhet, sokak számára magányosságot hoz. Akikben pedig ingatag a bizalom mások iránt, azokban kifejlődik a stressz, amiből depresszió alakulhat ki”. Egyes szakértők már szinte járványként terjedő veszélyről beszélnek. Egy idősök körében végzett kutatásból kiderül, hogy Németországban több mint 16 millióan élnek egyedül, minden harmadik 40 és 85 év közötti embert nyomaszt a magány, 3–7%-uk pedig kifejezetten szenved tőle. Ez nemcsak kellemetlen, hanem veszélyes is. Sokan ezért a magányt is az egészségügyi rizikófaktorok közé sorolják, hatását az elhízás, a dohányzás és a levegőszennyezettség veszélyeihez hasonlítják. Az elmúlt évtizedek kutatásai mind arra utalnak, hogy az elszigeteltség egyértelműen megrövidítheti az életet. „A magány tulajdonképpen egyfajta jelzés, olyan, mint az éhség, a szomjúság vagy a fizikai fájdalom”. Jean-Paul Sartre meglátása szerint a magány egész életünket végigkíséri: egyedül vagyunk, amikor születünk és amikor eltávozzunk, a közbenső időnek pedig igyekszünk kapcsolatokat építésével és mások elfogadásával némi értelmet adni.

2. Nem szabad összekeverni a magányt és az egyedüllétet. A magányos ember nem csupán egyedül van, hanem nyomasztónak érzi a többi ember hiányát (hol a kapcsolatok számát, hol azok intenzitását kevesli). A kutatók ezt a társadalmi kapcsolatok szubjektíven érezhető hiányának nevezik. Mert sokszor azok is magányosnak érzik magukat, akik nincsenek egyedül; ez a társas magány. Még egy nagy családban is jelen lehet a magány. Sőt úgy tűnik, hogy a magukat magányosnak érzők nagyobb százaléka társ kapcsolatban él. A népszerű írásművek azt állítják, hogy a „magányosnak érzem magam” belső élményvilága mindenkinél összefüggésben van az önmagához fűződő viszonyal is. Ha ugyanis valakinek „pozitív érzelmi viszonya van önmagához”, ha egyedül van is, nem érzi magányosnak magát, mert önmagával tölti az időt.

3. A magány terjedésének okai között a nagy családok szétesését, a társadalmi struktúrák meglazulását és az egyéni boldogulás nehézkességét említik. De sokan azért tudnak nehezen kontaktust teremteni vagy elérni azt az intimitást, ami elégedetté tenné őket, mert félnek a túl közeli kapcsolatoktól. Egy néhány évvel ezelőtti kutatás szerint a magyar felnőtt lakosság mintegy ötven százaléka nem képes biztonságosan kötődni, vagyis a kapcsolataiban a reálisnál erősebben szorong, netán kifejezetten kerüli azokat. Az ilyesmi sokszor fiatalkori élményeken, beidegződéseken múlik. Komoly fejlődési zavarokat okoz, hogy az amerikai fiatal fiúk egyre nagyobb hányada tölti szabadidejét számítógépes játékokkal és pornófilmek nézésével, ami érzelmi vagy társas kapcsolati analfabétákká nyomoríthatja őket. Már felnövőben van az a férfinemzedék, amelynek tagjai azért is lehetnek magányosak, mert értelmezni is alig képesek az alapvető női jelzéseket: mimikát, arcjátékot, gesztusokat. A magány érzését tompító stimulációk keresése más függőségekhez is vezethet, ami

megnyilvánulhat a túlzott fogyasztásban, az alkoholizmusban vagy a játékszenvedélyben.

4. Ahhoz, hogy valaki úgy tudjon egyedül maradni, hogy közben ne érezze magányosnak magát, arra van szükség, hogy már gyermekkorában sokszor legyen úgy egyedül, hogy az ne zavarja. Erre készít fel például, amikor a kisgyerek magában játszik, de érzi, hogy valaki ott van a közelében. A paradoxonnak<sup>1</sup> tetsző teóriát 1958-ban alkotta meg Winnicott angol pszichoanalitikus, és elméletét máig elfogadja a pszichológusszakma. Az egyik legnagyobb problémát a magány elleni küzdelemben mégis az jelenti, hogy nincs igazi ellenszere. A bezárkózás, a másokkal szembeni bizalmatlanság a kapcsolatok építése ellen hat, így a magány ördögi körré válik, amelybe bárki belekerülhet, és ahonnan nehéz bárkit is kiszabadítani. Azért a segítség legtöbbször kívülről jön. Fontos kapaszkodó lehet az értelmes tevékenység, másokra figyelő magatartás, de az olyan segítő csoportok is, ahol személyes érzelmi kapcsolatokat alakíthatunk ki, és megélhetjük az összetartozásunkat. Az önismereti és viselkedésterápiák során pedig olyan magatartásmódokat tanulhatnak meg, amelyek hiányoznak a kapcsolatteremtéshez.

5. Vannak ugyanakkor, akik tudatosan keresik az egyedüllétet, mert az úgymond segít a feltöltődésben, önmaguk megismerésében. Sara Maitland, angol író Skócia újszólván lakatlan vidékére költözött, ahol nincs mobilhálózat, és a legközelebbi bolt 15 kilométerre van. Érzéseit *Hogyan legyünk egyedül?* című könyvében foglalta össze, amelyben párhuzamként a múlt századi Greta Garbo színésznőt is megemlíti. A svéd filmszínésze sikerei csúcsán, 35 évesen, 28 film után döntött úgy, hogy visszavonul, majd „egyszerű és kényelmes életet élt, néha csak »sodródott«”. Szakemberek is hangsúlyozzák az egyedül töltött idő fontosságát önmagunk felfedezésében. „Érdemes volna többet szemlélődni”, mert ez lehetőséget teremt arra, hogy mindenki megtalálja saját természete igazi mélységeit, annak társas jellegét is. Ez pedig jótékonyan hathat a másokkal való kapcsolatokra is.

Lindner András: HVG, 2015, adaptáció

## I. RÉSZ

(30 pont / 100 pont)

Válaszoljon a következő kérdésekre!

1. a, Magyarázza meg, mit jelent a „struktúra” szó! (1 pont)
- b, Magyarázza meg, mit jelent az „analfabéta” szó! (1 pont)
- c, Magyarázza meg, mit jelent a „stimuláció” szó! (1 pont)
- d, Magyarázza meg, mit jelent a „teória” szó! (1 pont)
- e, Magyarázza meg, mit jelent az „ördögi kör” kifejezés! (1 pont)

---

<sup>1</sup> Paradoxon: látszólag feloldhatatlan ellentmondás, ellentmondó fogalmak meglepő hatású egyesítése.

2. Hányan élnek egyedül Németországban egy idősek körében végzett kutatás szerint?  
(5 pont)
3. Magyarázza meg, melyek a magány terjedésének okai!  
(5 pont)
4. Miért nehéz bárkit is a magányból kiszabadítani?  
(5 pont)
5. Miért tetszik paradoxonnak Winnicott angol pszichoanalitikus 1958-as elmélete?  
(5 pont)
6. A szövegre utalva magyarázza meg, mi a különbség az egyedüllét és a magány között!  
(5 pont)

## II. RÉSZ

(30 pont / 100 pont)

### Kommentár

A szöveg alapján kommentálja a társadalmi és személyes helyzeteket figyelembe véve, hogy a szerző mire utal az alábbi mondatával (min. 100, max. 150 szóban)

„Az egyik legnagyobb problémát a magány elleni küzdelemben mégis az jelenti, hogy nincs igazi ellenszere.”

## III. RÉSZ

(40 pont / 100 pont)

### Esszé

A két téma közül válasszon ki egyet, és írjon egy minimum 300 szavas esszét!

#### 1. lehetőség

“[H]a egyszer megtaláltad a boldogságot önmagadban, akkor elveszni mégsem vész el soha.” (Anne Frank)

vagy

#### 2. lehetőség

A világ elég rossz hely lehet, ha nem dolgozunk közösen azon, hogy egyenlőbbé, demokratikusabbá és fenntarthatóbbá tegyük.

Fintan O’Toole, *The Irish Times*, 2016. február. 22.02.2016.