

„... ezt maga sütötte?” Biblioterápia egy borsodi település roma iskolásainak¹

Napjainkra a hagyományos értelemben vett könyvtári funkciók sok tekintetben átalakultak, jelentős mértékben kibővültek, a könyvtárakkal szemben támasztott fenntartói, használói, szakmai elvárások egyre sokrétűbbek. Ma a helyi könyvtár egy település lakóinak az életében nemcsak a dokumentum- és információellátás, a művelődés, az egész életen át tartó tanulás, a szabadidő eltöltése terén játszhat fontos szerepet. A könyvtárak a társadalmi szerepvállalásuk erősödésével mind aktívabban vesznek részt az őket körülvevő, általuk elérhető közösségek fejlesztésében, erősítésében, így végső soron az egyén életminőségének a javításában.

A jól működő könyvtár együtt él a környezetével. Tisztában van a mikro- és makroszinten zajló különböző folyamatokkal és azok hatásaival. Ismeri a szolgáltató közösségét (gyakran szó szerint, személyesen is), ismeri annak igényeit és lehetőség szerint elébe is megy azoknak. Mindezek megvalósításában a saját erőforráson kívül nagy szükség van az egyre dominánsabb szerepet játszó pályázati lehetőségek kihasználására.

Az alábbi írásban a miskolci II. Rákóczi Ferenc Megyei és Városi Könyvtár Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív Program *„Kulturális intézmények a köznevelés eredményességéért”* című, *„A könyvtárban megtalálsz”* 3.3.2-16 nyertes pályázata egyik részének megvalósításáról, illetve a megvalósítás első szakaszáról lesz szó.

A pályázat² és a biblioterápia

A pályázat céljaként megfogalmazásra került többek között az, hogy a könyvtár az általa nyújtott szolgáltatás révén segítse az óvodai és köznevelésben részt vevő gyerekeket a nem formális és informális, tanórán kívüli ismeret- és tudásgyarapításban, a különböző kompetenciák fejlesztésében. Az oktatást támogató és kiegészítő kulturális nevelés járuljon hozzá a gyermekek személyiségfejlődéséhez, képességeik kibontakoztatásához, innovatív gondolkodásmódjuk kialakításához. Erősítse a gyermekek kreativitását, növelje önbizalmukat, kapcsolatteremtő, önkifejező, problémamegoldó és konfliktuskezelő képességüket, aktivitásukat, motiváltságukat. További célként jelent meg a területi egyenlőtlenségek és a szociokulturális hátrányok csökkentése, a különböző társadalmi háttérrel rendelkező gyermekek és fiatalok integrációjának elősegítése.

Mindezek okán egy Miskolchoz közeli település, Sajóhídvég iskolájának felsős tanulóira szabva – az EFOP pályázat részeként – összeállítottam egy olyan biblioterápiás foglalkozássorozatot, melynek tartalma a pályázati kiírás és az iskolai pedagógiai program céljainak is megfelel. A vállalt tartalom megvalósításának az ideje szakaszosan egy-egy félév volt, s ezen féléven belül ugyanazzal a csoporttal öt alkalommal találkoztam a kétórás foglalkozáson.

A biblioterápia nagyszerűen illeszkedik a könyvtárak eszközrendszerébe, és kiválóan alkalmas a foglalkozások és a nevelők által elérni kívánt célok megvalósítására. A biblioterápia egy szelíd személyiségfejlesztő, önismeretet erősítő eljárás. Olyan, elsősorban

¹ A tanulmány rövidített változata 2018. október 1-jén, Tatabányán, a CSALÁDOK A KÖNYVTÁRBAN – KÖZÖS TUDÁS – KÖZÖSSÉGI HOZZÁFÉRÉS című konferencián hangzott el.

² <https://www.palyazat.gov.hu/efop-332-16-kulturilis-intzmnnyek-a-kznevels-eredmnyessgrt> (link másolva 2019. január 4. A dokumentum érvényességére a legelső kiírási változat vonatkozik.)

csoporthoz, befogadó, élményfeldolgozó művészetterápiás módszer, mely szövegek meghallgatása által generált érzelmek, gondolatok, emlékek asszociációs feldolgozása segítségével a foglalkozáson részt vevők öndefiníciós képességének megerősödését eredményezhetik. Könyvtárunk egyéb projektjei keretében is bizalommal alkalmazta a biblioterápiát, nemcsak a miskolci székhelyén, hanem a KSZR-es települések könyvtáraiban is (pl. KönyvtárMozi, Égig érő mesefa – Te is lehetsz győztes mintaprojekt).

Fókuszban a csoport

A biblioterápiás foglalkozások bensőséges hangvételi, bizalmi légkörben zajlanak, nyugodt, lecsendesült belső állapotot és hasonló külső környezetet igényelnek. Ehhez egy üres tantermet biztosított az iskola egymást követő hat hónap minden utolsó keddjén, 14 és 16 óra között. Ahhoz, hogy a rendelkezésre álló kétórnyi beszélgetésben minden résztvevőre kellő figyelem és idő juthasson, a létszámot 8 főben határoztam meg. Az eddigi biblioterápiás munkám során a csoport összetételét illetően az volt a tapasztalatom, hogy nem szerencsés, ha a tagok közt bármilyen előjelű kapcsolat (pl. osztályon belüli klikkek, viszály, barátság stb.) van, mert ez a gondolatmegosztásokat alapvetően befolyásolhatja, akár gátolhatja. Ezért minden felsős évfolyamról, különböző osztályokból 2-2 fő delegálását kértem. Törekvéseim ellenére azonban a nyolc fiatal (három lány és öt fiú) csupán négy különböző vezetéknevű volt, sőt, az egyik vezetéknevvvel négy résztvevő is dolgozott a csoporton. Már az első találkozás alkalmával kiderült számomra, hogy ez a csoportösszetétel jól tükrözte a helyi közösség adottságait: jellemzőek a különböző fokozatú rokonsági kötelékek, és egyéb erős kapcsolatok is dominálnak a falu családjai közt. A gyerekek tudták, hogy kivel, mikor, hol, mi történt az iskolán kívül is. Ez a tény a csoporton is megmutatkozott, de végül úgy láttam, hogy esetükben ez nem volt zavaró, sőt, inkább segítette őket a munkában. Egy kivétellel minden résztvevő igazoltan halmozottan hátrányos helyzetű diák volt.

A csoporttitok megtartása, a megszólalások bátorítása végett a foglalkozásokon nem volt jelen pedagógus, iskolai felügyelő, „megfigyelő” stb. Mindannyiunkról fotók csak az ülés kezdetén készültek, a későbbiekben pedig magam fényképeztem a munkát. Mint terapeuta, nem álltam hierarchikus viszonyban a résztvevőkkel, nem minősítettem, nem büntettem, nem álltam kapcsolatban a szülővel stb., ami mind záloga lehetett a nyílt, őszinte beszélgetésnek.

A foglalkozássorozatról

A foglalkozássorozat tematikájának összeállításakor a kiírt pályázat elvárásait és az iskola megfelelő évfolyamokat érintő pedagógiai programját vettem össze. Tanulmányoztam és figyelembe vettem a 10–14 éves korosztályra jellemző életkori sajátosságokat, adottságokat. Az elérni kívánt célokat; az önismeret, a reális önkép, az önálló személyiség kibontakoztatásában, a saját sors alakításában való felelősségvállalásban, a pozitív személyiségjegyek erősítésében, a kritikai gondolkodás kialakításában, az együttműködési készség, a segítőkészség, az empátia, a konfliktuskezelés, az életvitel, a világ dolgaira való érzékenység erősítésében, vagyis összességében az egészséges személyiség legjellemzőbb összetevőinek fejlesztésében határoztam meg. A célok megvalósításához a következő irodalmi szövegeket választottam:

Időpont	Téma	A foglalkozás tartalma, a feldolgozást segítő szövegek
2018. február	Ki vagyok én? Énkép-térkép.	Beszélgetés saját rajz alapján
2018. március	Kapcsolatok. Élet a családban és más közösségekben.	Janikovszky Éva: <i>Kire ütött ez a gyerek?</i>

2018. április	Krízishelyzetek. Erőforrások a saját életben.	Ivo Andrić: <i>Aska és a farkas</i> (elbeszélés, lerövidített változat)
2018. május	Célok, küzdelem, kitartás.	<i>Anait királyné</i> (örmény mese)
2018. június	Kellene kiskert, bőtermő... Megelégedettség, boldogság, öröm.	Dániel András: <i>Konzerv</i> (mese)

Az első találkozás az ismerkedés jegyében telt. Nem hangzott el irodalmi mű, kiindulópontként a saját bemutatkozásuk szolgált. Kérdeztem őket a keresztnévükről, hogy szeretik-e a nevüket, esetleg van-e másnak is a családban ugyanilyen neve? Ki hogyan szólítja őket? Milyen beceneveik vannak és szeretik-e azokat? Tudják-e, hogy miért ezt a nevet választották a szüleik? Kérdeztem őket a születésük történetéről is. Tudják-e, hogy milyen volt a szülők élete, amíg várták őket? A születésük hogyan történt? Van-e róla valamilyen családi legenda? Hol történt, hol lakott akkor a család? Hogyan ment anya kórházba, ki ment vele? Milyen emléke van anyának, vagy más családtagnak a születéséről?

A nyolc fiatal közül ketten tudtak részleteket a születésük körüli időkről, a nevük, a születésük történetéről. Ezután arra kértem őket, hogy egy képkeretet utánzó üres lap mindkét oldalára rajzoljanak egy-egy, számukra fontos vagy kedves emléket, történetet, olyat, amire szívesen, örömmel emlékeznek vissza. A hátralévő időben ezekről a képekről beszélgettünk. A többség csak az egyik oldalra rajzolt, ők szóban mesélték el, hogy mit örökítettek volna még meg és miért. Biztattam őket, hogy a rajzukat tegyék ki otthon jól látható helyre, hogy gyakran eszükbe jussanak kellemes emlékek. A foglalkozás végén abban maradtunk, hogy a következő találkozásra megkérdik otthon a nevük kiválasztásának és a születésüknek a történetét.

A második találkozást a biblioterápiában asszociációs kártyaként gyakran alkalmazott „Maci kártyával” kezdtük, az aktuális érzelmek feltérképezésére. Ezzel kapcsolatban azt tapasztaltam, hogy a gyerekek kétharmada nem ismerte fel a képen kifejezett érzelmet, illetve egy adott képhez/érzelemhez szóban nem odaillőt társított. Megtapasztaltam, hogy nehezen fejezik ki magukat, a szavak jelentésében bizonytalanok, rosszabb esetben nincsenek szavak a gondolataik, érzelmeik kifejezésére. Ugyanakkor jó volt látni, hogy ebben a helyzetben (is) hogyan segítették egymást, találgatták, hogy ki, mit szeretett volna mondani, kire mi jellemző inkább, s hogy a kimondott szónak melyik kép hordozza a jelentését.

A későbbiekben azokkal a történetekkel folytattuk, amiket magukról, a nevükről és a születésükről tudtak meg a gyerekek. Azt gondolom, hogy ez a kérdés kíváncsisággal töltötte el őket, nem felejtették el a „feladatot”, és volt, aki számára addig ismeretlen tudással gazdagodott. A család témáját folytatva kérdeztem tőlük, hogy mekkora a családjuk. Kire hasonlítanak a családban? Szokták-e ezt emlegetni, hogy kire és miben? Milyennek látják ezt a családtagot? Van-e valaki, aki különösen közel áll hozzájuk a családban, akire mindig számíthatnak? Milyen legkorábbi emlékük, élményük van arról, ahogyan ők a családban élnek? Mennyire ismerik a nagyszülőket? Hogy hívják őket? Szoktak-e velük találkozni? Megoszlott a csoport tudása a nagyszülők ismeretével kapcsolatban, voltak, akik nem találkoztak, nem emlékeztek rájuk, még a nevükre sem. A kiválasztott szövegre támaszkodva beszélgettünk arról, hogy kinek hány testvére van. Hogy ki mit tanul tőle és fordítva? Mi az előnye és van-e hátránya annak, ha az embernek testvére van? Ránéztünk a napi időbeosztásukra, hogy kinek milyen ritmusban telik egy nap? Milyen tevékenységre hány órát szánnak? Vannak-e naponta visszatérő feladataik az iskolán kívül? Rendeztük a szempontokat, hogy kinek jobb lenni, felnőtteknek vagy gyerekeknek és miért? Egyértelműen a gyerekségre szavaztak! Erre az alkalomra laminált könyvjelzőt készítettem a csoporttagoknak, amit a foglalkozás végén adtam nekik oda.

A harmadik találkozás témájához lerövidítettem a segítségül hívott irodalmi művet. Az induláshoz néhány mondatot kiválasztva kártyákat készítettem. Anélkül, hogy a kártya tartalmát láthatták volna, mindenki húzott belőle és a mondatok segítségével hangolódunk a szöveg által megjelenített élethelyzetre. Később felolvastam a művet. Feszült figyelemmel, csöndben hallgatták végig a történetet, ami érezhetően nagy hatással volt rájuk. A beszélgetés során többek közt arra kerestük a választ, hogy kinek milyen helyzet, szituáció számít veszélyesnek. Mitől függ, hogy bátrak lesznek, vagy inkább óvatosak? Melyik milyen stratégia? „Érdemes-e” veszélyesen élni, s hogy ennek milyen előnyei – vagy hátrányai – lehetnek? Mit jelent belesimulni egy közösség véleményébe és mit jelent saját utat választani? Hogyan viszonyulnak mások azokhoz, akik kilógnak a sorból? Nehéz vagy könnyű felvállalni a saját választásainkat? Mennyire befolyásolja a szülői hozzáállás a gyerek választásait, döntéseit, illetve mi az, amiben választhat, dönthet egy gyerek?

Beszélgettünk arról, hogy kire miért lehetnek büszkék a szülei, kit, miben dicsérnek otthon. Nagyon tanulságosak voltak számomra a gyerekek válaszai. A lányok kicsit könnyebben válaszoltak, mondván, a ház körüli segítséget értékelik a szülők. A fiúk közül voltak, akik szintén az otthoni munkát, a testvérekkel való törődést említették. Egyikükre az iskolai teljesítménye miatt büszkék a szülei, egy másik fiú azt gondolta, hogy a sportolás terén ismeri el a tehetségét az apukája („... néha kijön a pályára apa, van, hogy megdicsér benne”). De volt olyan is, aki hosszas gondolkodás után sem tudott egy dolgot sem mondani, amiért megdicsérik otthon. Ennek a foglalkozásnak a végére olyan kézműves munkát szántam, amiben színes, képes újságokból szabadon vághattak ki bármit és ragasztással, egy üres lapon saját kompozíciót hozhattak létre. Szívesen, nagy kedvvel csinálták.



A negyedik találkozás volt talán a legélvezetesebb mindannyiunk számára. Ekkorra már tudták, hogy a csoporton nagyjából mire számíthatnak, úgy éreztem, hogy kíváncsian, felszabadultan dolgoztunk együtt. Látva az önkifejezés terén jelentkező nehézségeiket, a téma

feldolgozásához egy kommunikációs készséget és kreativitást igénylő feladattal kezdtünk. Kerestem és kinyomtattam néhány, a kiválasztott meséhez kapcsolódó színes képet. Párosával, egymásnak háttal ültettem őket. Az egyiküknél volt a kép, amit a háttal ülő párja az alapján rajzolt le, ahogyan ő elmesélte neki, hogy mit lát. Amikor elkészültek a rajzok, a párok szerepet cseréltek.



Végül kitettük a padokra az eredeti és a rajzolt képeket, mindenki megnézte a többiek munkáját is. Megbeszéltük, hogy milyen nehézségeik adódtak a két feladat megoldása kapcsán. Volt olyan pár, ahol hallhatóan a rajzoló fél beszélt, neki kellett folyamatosan kérdeznie a képről, hogy tudja, mit tegyen. Volt olyan is, ahol a „mesélő” részletgazdagon közvetítette és továbbította, hogy mit lát. A végén a képen látottak leírását alapvetően nehéznek, a rajzolást pedig érdekesnek találták.



Valóság-hű, életszerű mesét választottam az aznapi témánkhoz, amit fejből mondtam el. Így láthattam, hogy – bár életkoruknál fogva nem lelkesednek a mesékért – lekötötte őket a (tanmesébe hajló) itt-ott romantikus történet, egy fiú és egy lány megismerkedésének és közös életének tanulságos részletei. Kihallották a szövegből, hogy milyen nehéz magyarázat nélkül

megérteni, elfogadni a másik ember cselekedeteit, s hogy a megszerzett tudásra, készségekre bátran támaszkodhat az ember, bármilyen helyzetbe is kerül az élete során. Végiggondolták, hogy velük történt-e már ehhez hasonló eset.

A foglalkozás utolsó harmadában az elhangzott történethez kapcsolódva színes füzőlapokba mintát szőttünk. A gyerekek nagy buzgalommal dolgoztak, még a legvagányabb fiú is türelemmel, figyelmesen, kitartóan dolgozott.



Az ötödik találkozás a tanév utolsó hetében volt, a gyerekeket néhány nap választotta csak el a nyári szünettől. A csoportban szabadon beszélgettünk az élményekről, amik előttük állnak. Egy nyolcadikos tanuló már tudta, hogy hol folytatja a tanulmányait, ezzel kapcsolatban tele volt várakozással és izgalommal. Gondolatban már mindannyian a kikapcsolódásról és a pihenésről fantáziáltak. Dániel András Kicsibácsis története segítségével példákat kerestünk arra, hogy mi volt az, aminek szépségére utoljára rácsodálkoztak, amire biztosan emlékezni fognak évek múltán is. Arra, hogy nekik hogyan sikerül a körülöttük élők igényeit meglátni, s hogy mi a jó abban, ha másnak örömet tudnak szerezni. Meghallgattuk azt is, hogy kinek mi lenne a legfőbb kívánsága, ha ezt kérdezné tőle egy beszélő aranyhal a reggelire kibontott szardíniásdobozból.

A tapasztalatok és újra a biblioterápia

A csoporttagokban sokféle nehézséget magukban hordozó, nagyon érzékeny, nagyon szerethető fiatalokat ismertem meg. Eleinte nehezen szólaltak meg, úgy éreztem, hogy zavarja őket az, amikor a figyelem rájuk irányul. Az első foglalkozáson a többségük nem is nézett rám, ahogyan beszélgettünk. Tiltakoztak, hogy nem tudnak rajzolni, hezitáltak, hogy nincs mit mondani. Aztán lassan megtapasztalták, hogy nincs elvárás, nincs jó, se rossz válasz, számonkérés, csak rájuk vagyok kíváncsi. A többiek is. Be-beszóltak, húzták egymást, de alapvetően fegyelmezettek voltak, türelmesek, figyeltek a másokra. A történeteiket,

gondolataikat rövid idő után természetességgel és bizalommal osztották meg a csoportban. A feladatokat komolyan vették, őszintén kivették a részüket az önismereti munkából. Mindezek elismeréseként az évről mind a nyolc tanuló elismerő oklevelet kapott a könyvtárunk igazgatójától. Egy okkal több, hogy dicséretet kapjanak otthon.

A biblioterápia hatását, eredményességét nem igazán lehet számszerűen mérni, kézzel foghatóan bizonyítani. Ezzel kapcsolatban a korábban végigvitt csoportokon szerzett tapasztalatainkban és az onnan érkezett pozitív visszajelzésekben bízhatunk. Hinnünk kell a módszer hatásmechanizmusában, hiszen észrevétlenül is működik, úgy is, hogy ez nem feltétlenül tudatosul.

Adott egy viszonylag kis létszámú (akár könyvtárban található) közösség, amelynek a tagjai egy téma kapcsán megosztják egymással a gondolataikat, élményeiket. A résztvevők minden előítélet és minősítés nélkül reagálhatnak egymás elképzeléseire, mely megerősítheti, kiegészítheti, vagy akár új aspektusba helyezheti a saját nézetet. A beszélgetés bizalmi légkört generál, a csoporttagok a megosztások által közelebb kerülnek egymáshoz. Mindez fejleszti a kommunikációs és együttműködési készségüket, az önértékelést, a toleranciát, az empátiát. A szövegek kapcsán felvetődő gondolatok mindenkit hozzásegíthetnek személyes történetének megértéséhez, ahhoz, hogy jobban rálásson belső világára, cselekvéseinek, gondolatmenetének mintázatára. Az aktivitás nem feltétele a részvételnek, de könnyen belátható, hogy a védett közegben tett megnyilvánulások segítségével értékes személyes tapasztalatokra lehet szert tenni.

A biblioterápiás foglalkozáson nem műelemzés folyik, az elhangzott szöveg, irodalmi mű csupán kiindulópont, ugródeszka a saját élményekhez, tapasztalásokhoz. A cél az, hogy egy-egy adott témát mindenki a lehető legszemélyesebb formában dolgozzon fel, észrevegye, meglássa benne a saját történetét.

Hogy az önismeretre mindannyiunknak milyen nagy szükségünk van, nem szorul bizonyításra. A reális énkép hozzásegít a szűkebb/tágabb környezetbe való integrálódáshoz, a személyes (élet)helyzet felismeréséhez, a kornak és képességeknek megfelelő hiteles (élet)célok kialakításához, az esetleges kudarcok elkerüléséhez, végső soron egy tudatosabb, megelégedett élethez. A könyvtárak a biblioterápiával mint kreatív, innovatív, a szakma határait feszegető módszer alkalmazásával segíteni tudja a környezetében élőket.

A sajtóhídvégi iskolában a foglalkozások hat alkalommal, minden hónap utolsó keddjén, délután kettő és négy óra között zajlottak. A gyerekek többször ebéd nélkül, a szabadidejüket feláldozva ültek be a csoportba, ahonnan többek még korrepetálásra, mentorórákra mentek tovább. Ezért volt, hogy csokoládét, egy másik alkalommal pogácsát vittem nekik a foglalkozásra. Amikor a pogácsát kibontották a szalvétából, az egyik fiú felnézett rám és azt kérdezte: „Ezt maga sütötte?” Mit nem adtam volna, ha igenlő választ adhattam volna! De sajnos, azokat a pogácsákat nem én sütöttem... Mégis őszintén remélem, hogy biblioterapeutaként minden foglalkozáson részt vevő tartsányjába sikerült egy egész életre szóló hamuban sült pogácsát tenni.

(Nyomtatásban megjelent: Könyv, Könyvtár, Könyvtáros, 2019. január, 41–48. p.)