

Kincs, ami van

A biblioterápia mint szolgáltatásbővítés az Országos Idegennyelvű Könyvtárban

Az Országos Idegennyelvű Könyvtárban 2010 januárjában indítottunk el egy biblioterápiás módszerekkel dolgozó foglalkozássorozatot, *műKINCS* vadászat címmel. Kezdetben a résztvevőket főként a kíváncsiság vezette el a találkozásokra. A havi gyakoriságú foglalkozásokon 2010-ben 109 fő vett részt, 2011. első félévében 74 személy (ebből öt fő a Pázmány Péter Katolikus Egyetem biblioterapeuta szakirányú továbbképzés keretében hospitált a foglalkozásokon). Így összesen 183-an kapcsolódtak be a sorozatba a másfél év alatt. (Nyáron kéthónapos szünetet tartunk a könyvtár nyitva tartásához igazodva.) A résztvevők többsége két-három alkalommal csatlakozott a csoporthoz, de akadt olyan is, aki már tízszer volt jelen. Önmagukban ezek az adatok talán nem túlzottan magasak, azonban az alábbi néhány tényező figyelembevételével mégis beszédesek.

A könyvtárban folyó biblioterápia csoportmunkában végzett tevékenység, amelynek határozott céljai vannak. Ezek a célok az önismeret-fejlesztésben, a kreativitás-fejlesztésben, a kommunikációs készségek fejlesztésében jelölhetők meg, hiszen általános fórumokon, hírportálokon és a könyvtár belső tereiben, valamint internetes felületein meghirdetett foglalkozásokon alapvetően egészséges személyiségű érdeklődők megjelenésére számítunk.

A csoportoknak létszámhatára van: a pszichológia gyakorlatában a csoportos keretek közt zajló foglalkozások ideális létszáma 10-12 fő. Az eddigi 16 *műKINCS* vadászatban az átlag 11,4 fő volt, amely teljességgel optimális. S mivel ez átlag, a két szélső értéket is érdemes hozzátenni: voltunk hatan és huszonegyen is. Ugyanakkor azzal a tényezővel is számolnunk kellett, hogy maga az alkalmazott módszer kevésbé közismert. Így nem meglepő, hogy aki először csöppen egy ilyen foglalkozásba, először tapogatózik: mitől biblio, mitől terápia ez az egész, s egyáltalán, mit is kell itt „csinálni”. Többen első alkalommal csak kívülállóként szemléltek a történéseket. (Erre is van lehetőség, azonban ilyenkor semmiféle kapcsolat nem jön létre a foglalkozást vezető terapeuta és a „körön kívül ülő” résztvevő között, s ő sem kapcsolódhat be a későbbiekben a foglalkozásba. Tapasztalatom szerint azok, akik így tesznek, általában megbánják választásukat.) A *műKINCS* vadászat olyan foglalkozás, amelyen konkrét szépirodalmi művek élményszintű megbeszélése folyik, és az így folytatott beszélgetésnek az egyénekre a fentebb vázolt fejlesztő hatása van, lehet. Az eddigiek során a megbeszélésre kerülő művet előre megismerhették a résztvevők, a könyvtárban ez volt a hónap irodalmi *műKINCS*e. Így annak elolvasásával, újraolvasásával előre ráhangolódhattak a beszélgetésre. Azonban a biblioterápia során a felhasznált mű előzetes ismerete nem szükséges feltétele a részvételnek. Sőt! Ha valaki egyáltalán nem tud semmit a

műről, akkor is jó érzéssel vehet részt a foglalkozáson. A beszélgetés ugyanis az adott mű körül forog, a belőle vett idézetekkel, kisebb terjedelmű alkotások esetén az egész mű megismerésével. A mű szereplőivel, az ott megismert történésekkel dolgozunk, legtöbbször kiragadva és magunkra vonatkoztatva a műben foglaltakat. Fontos megjegyezni, hogy az egyénnel kapcsolatban nincsenek elvárások, nem kell, hogy valamilyen végzettsége legyen, nem szükséges a „műveltség” az aktív részvételhez. Ismét hangsúlyozom, hogy az alkotás ismerete nem feltétele a részvételnek, bár tapasztalatom szerint, ha a csoportból csak néhányan nem ismerik a művet, az az érintett csoporttagokat rendszerint bizonyos mértékig „blokkolja”. Az is tapasztalat, hogy a foglalkozások után a terítékre került műveket szinte kivétel nélkül újraolvassák vagy elolvassák a résztvevők.

A foglalkozás mindig a fontos „játékszabályok” ismertetésével indul, hogy aztán a lehető leghababban folytatódjon a már „beavatottak” számára. Egy ilyen kötelező elem például a titoktartásra való felhívás. A csoporttagok csak az átélt élményt oszthatják meg másokkal, de azt, hogy ki, mit mondott, azt nem. Az a csoport közösen létrehozott értéke, kincse lesz.

Az előzőekből sejthető, hogy a csoportfoglalkozások résztvevői nem ugyanazok a személyek, nincs állandó csoport. Viszont van egy kb. nyolc személyből álló mag, amelynek tagjai a legtöbb foglalkozáson jelen voltak, vannak, és hozzájuk kapcsolódik még alkalmanként 3-5 fő az újonnan érkezőkből. Gyakori, hogy hívják a barátot, barátnőt és legközelebb már együtt jönnek a csoportfoglalkozásra a régiek és újak. A változó és előre nem tudható csoport jelenti számomra mint terapeuta számára a legnagyobb kihívást, hiszen soha nem sejthetem előre, hogy ki, honnan, milyen háttérrel, főként milyen aktuális állapotban „esik be” a belváros szívében lévő könyvtárunkba. Így az alapos előkészület nemcsak a siker záloga, hanem egyben feltétele is. Az adott foglalkozásra való felkészülés során többféle elképzelés születik meg bennem a foglalkozás menetére vonatkozóan, a szakirodalom alapos áttekintését követően. Ezekből születik meg a foglalkozás forgatókönyve, az előzetesen feltárható alternatívákra építve. Mindezek ellenére nem egyszer előfordult, hogy az előre eltervezett menetrend felborult, s a beszélgetés egészen más, számomra addig el nem képzelhető irányba fordult. A műalkotás ugyanis egész egyszerűen önálló életre kelt. Ez ugyanis az olvasói befogadás legtermészetesebb következménye.

Gyakran tapasztaljuk, hogy az oktatás keretein belül a művek legtöbbször az irodalomkritika vagy irodalomtörténet boncasztalán végzik. A *műKINCS* *svadásztalon* a résztvevők kerülhetnek fel a képzeletbeli boncasztalra, ahol is saját magukat „vesézhetik ki”, szinte észrevétlenül. A műalkotás a „szike”, amely segíti a betokosodott részeket megnyitni, az elakadásokat meddő állapotukból kibillenteni, a vérző sebeket csillapítani, a hegeket láthatatlanná tenni. Ahogy korábban említettem, a művek élményszintű feldolgozása zajlik ugyanis: az egyén annyit mutat meg magából, amennyit akar. A terapeuta által fölített kérdésekre nem kötelező válaszolni, viszont ha valaki mégis beengedi a többieket is a „rezervátumába” és esetleg ő is betekint másokéba, akkor megérezheti a közös élmény erejét: a csoportban végzett munka energiatöbblettel jár, így a feltépett sebek gyorsabban gyógyulnak, a gócok intenzívebben semmisülnek meg, és különleges felismerések is születhetnek. „Lélekgyógyászat” tanúi lehetünk, ahogy egy nálunk járt újságíró fogalmazott. E folyamatban kiemelendő a „beengedés” momentuma. Rendszeresen nekem szögezik a kérdést: mi szükséges ahhoz, hogy valaki részt vehessen a foglalkozá-

son? A válaszom mindig ez: nyitott szív és lélek. A biblioterápia során szükségtelen és hatástalan a műveltségünkkel, tájékozottságunkkal előrukkolni, itt a személyiségünket „visszük a vásárba”, tesszük a vizsgálat tárgyává. A „tükör” nem kérdezi meg, hány diplomád van, hány nyelven beszélsz, milyen pozícióig kapaszkodtál fel, hány kitüntetéset güriztél össze magadnak. Egész egyszerűen csak annyit mond esetleg, hogy gyáva vagy. Hogy dölyfös vagy, hogy feszít a hatalomvágy, hogy nem tudsz megbocsátani másoknak, és még inkább önmagadnak. Ez a dolog alfája és az omegája: ha nem vagy elég nyitott, mindezt nem hallod meg, vagy elengeded a füled mellett. A biblioterápia ilyenkor nem működik, hiszen a terápia során használt művek nem pusztán esztétikai értéket képviselnek, hanem magukban hordozzák ezt a „tüköröt”, amelybe, ha merünk, belenézhetünk, és az ott látottakkal egyetérthetünk vagy vitába szállhatunk.

Az alábbi felsorolás azoknak a műveknek a címeit tartalmazza, amelyekkel az elmúlt másfél évben a fent vázolt módszerekkel a foglalkozásokon dolgoztunk.

Ady Endre: Köszönöm, köszönöm, köszönöm (+E. Csorba Csilla: Ady: A portrévá lett arc Ady Endre összes fényképe című művéből hat fénykép)

Aiszküloosz: Leláncolt Prométheusz

Hans Christian Andersen: A rút kiskacsa

Ivo Andrić: Aska és a farkas

Catullus: Odi et amo – többféle fordításban!

Csehov: Kaméleon

József Attila: Kopogtatás nélkül

Kosztolányi Dezső: Aranysárkány

Móricz Zsigmond: Egyszer jóllakni

Móricz Zsigmond: Az Isten háta mögött

Racine: Phaedra (+Enquist-dráma: Ének Phaidráért)

Shakespeare: Lear király

Stendhal: Vörös és fekete

Sarkadi Imre: Elveszett paradicsom (+filmrészlet 1986-ból; forrás: NAVA)

Sarkadi Imre: A gyáva

Lev Tolsztoj: A két öreg

A listát szemlélve mindenki láthatja, hogy alapvetően klasszikus értékeket képviselnek a feldolgozott művek. Minden műfaj szerepelteti magát, bár ez önmagában sem nem előny, sem nem hátrány. A művek kiválasztásakor fő szempont az esztétikai érték megléte, majd a foglalkozás előkészítésében arra törekszem, hogy az irodalomtörténeti diskurzus által elfogadott, a műben rejlő hatásmechanizmust minél alaposabban feltárjam és a feltárás eredményét a terápiaiba beépítsem. Mivel a befogadói attitűd folyamatosan változik, azzal lehet dolgozni, ami „benne van a levegőben”: érezhető közvetlen környezetünkben, a munkahely és az otthon légkörében vagy az egyént személyesen is foglalkoztathatja.

Egy dolgot nem lehet azonban figyelmen kívül hagyni: a terápia határfoka azoktól függ, akik akkor és ott jelen vannak. A mű „előkészítése” során a terapeuta kinyitogatja a műben lehetséges üzenetet rejtő ajtókat, a csoporttag pedig „dönt”: bemegy-e a nyitott ajtón, vagy csak bekukucskál. Ha bemegy, állja-e az ott vele szemben lévő tükör „tekintetét”, avagy sem. Azaz vállalja-e a szembenezés

következményeit vagy sem. Legtöbbször hat a mű, a beszélgetés észrevétlenül egyre fajsúlyosabb egyéni problémákat érint, fokozódik a belső feszültség, majd oldódik. Kiengedünk „némi gőzt”. Néha előfordul az is, hogy szinte semmi nem történik a helyszínen: jól elbeszélgetünk a műről, aztán mindenki megy a dolgára. Az ajtók visszacsukódnak, a sebek tovább fájnak, merthogy a „szike” gyémánt falakba ütközött, nem volt rés a pajzson. A terapeuta meg jól magába roskad ilyenkor, és elgondolkodik, hogy mi is történhetett? Nem volt elég jó a mű, azaz nincs itt üzenetének az ideje? Vagy nem mutatott meg, nem nyitogatott ki minden lehetséges ajtót? Netalán csak rossz passzban érkeztek ide a résztvevők, és nem volt meg a nyitott szív és lélek? Vagy én mint terapeuta, nem voltam egészben-rendben? Nagy baj nem történt: lehet, hogy maradtak megválaszolatlan kérdések, de túske senkiben sem.

Az én legnagyobb kétségem a sorozat elindításával kapcsolatban az volt, hogy egy szakkönyvtár szolgáltatásstruktúrája hogyan képes befogadni kifejezetten mentális jellegű, nem a hallgatásra, passzív befogadásra, hanem a kölcsönös kommunikációra építő programot. Egyszerűbben: miként kerül a csizma az asztalra? Mi célja lehet egy ilyenfajta szolgáltatás bevezetésének az adott könyvtárban? Ahogy az elején említettem, a biblioterápiás foglalkozás esetében a résztvevők száma korlátozott, tehát újonnan felbukkanó nagy tömegekre nem számíthattunk. Esetleg azzal érvelhettünk, hogy elérünk néhány új, eddig még meg nem talált potenciális olvasót is. Ezek az előzetes elképzelések be is váltották a hozzájuk fűzött reményeket. A *műKINCS* vadászok közül néhányan beiratkoztak a könyvtárba és rendszeres használóivá váltak. A többség, bár nem lett beiratkozott olvasó, szoros, közvetlen kapcsolatba került az intézménnyel, és más könyvtári programunkat is látogatta. Reméltük azt is, hogy ezzel a viszonylag újszerű szolgáltatással sikerül az OIK-ra ily módon is ráirányítani a szakma figyelmét. A könyvtárosok levelezőlistáján rendszeresen megjelent a hír az újabb és újabb foglalkozásokról, ilyenkor mindig az intézmény is reflektorfénybe került, hiszen az OIK ingyenes „szolgáltatásaként” rögzült a hír olvasóiban a *műKINCS* vadászat. Ennek eredménye lett, hogy a másfél év alatt biblioterapeutaként és egyben az OIK munkatársaként a fél országot bejártam. Sok elszánt, lelkes, fönixmadárként újjászülető kollégával találkoztam, akik könyvtáraik megújításán fáradoztak, és a biblioterápiát ehhez alkalmas lehetőségnek tekintették. De azt is láttam, hogy egyesek régóta dédelgetett vágyuk, a biblioterápia könyvtárunkban való meghonosítását tűzték ki célul, és ehhez megerősítésre volt szükségük, s a felröppenő újabb és újabb híradások kapcsán engem efféle „mankónak”, igazolásnak gondoltak. Az így létrejövő találkozások legértékesebb elemei a foglalkozások voltak. Ugyanis a biblioterápiáról könnyű beszélni és hallgatni is jó, amit róla mondanak. Fontosabb azonban a bőrkönnyen érezni azt, ahogyan hat.

Ezért is volt felemelő érzés az elmúlt másfél évben Felsőzsolcán, Sárospatakon, Várpalotán, Orosházán, Újszászon, Debrecenben, Szolnokon, Nyíregyházán, Battonyán, Békésen, Tiszaújvárosban járni, s ott foglalkozásokat tartani. Kicsiknek, nagyobbaknak, kollégáknak, rokon szakmák vagy segítő szakmák képviselőinek. Széles körű az érdeklődés a módszer iránt, többen igyekeznek alkalmazni a biblioterápiát a saját „felségterületükön” is. A spontán beszélgetésekből az is kiderült, hogy *öszönösen* sok könyvtárban, óvodában, iskolában a biblioterápia elemeit már hatékonyan szőtték be a problémás magatartású gyerekekkel való foglal-

kozásba, a hátrányos helyzetűek, illetve a fogyatékkal élők integrációját célzó tevékenységükbe.

Őszintén bevallom, hogy egyáltalán nem számítottam arra, hogy a biblioterápia iránt ekkora érdeklődés lesz. Azt reméltem, hogy könyvtári területről érkeznek majd kérdések, hogy szakdolgozatukat a témából írók megkeresnek majd. Azt azonban még csak nem is álmodtam, hogy rendszeresen újságírók hívjanak, kérdezzenek, látogassák a foglalkozásokat. Néhány adat: az elmúlt időszakban a Magyar Rádió négy (!) alkalommal tudósított, adott hírt vagy beszélgetett a témáról élő adásban vagy felvételtől, a Rádió Q stúdiójában pedig a meseolvasás, mesehallgatás fontosságáról is beszélhettem. Az egyik legmeghatározóbb napilap két cikket szentelt a biblioterápiának. Rendszeresen megjelennek a *műKINCS* vadászprogramajánlók a különböző hírportálokon. Ezeknek főként eszmei érteke igazán figyelemre méltó: *könyvtári programról* van benne szó, mégpedig olyanról, ami *újdonságnak számít*, és mindez az Országos Idegennyelvű Könyvtárban valósul meg.

S hogy miként vélekednek a biblioterápia hatásáról a foglalkozásokon résztvevők? Nézzük meg a válaszokat, amelyeket a résztvevők egy általam elégedettségmérés címen összeállított kérdőívre adtak! (Kitöltésére két alkalommal került sor: egyrészt a nyári szünet előtti utolsó foglalkozáson, illetve az éppen jelen nem lévők megkapták a kérdőívet online, és visszaküldhették a válaszokat e-mailben.)

Arra a kérdésemre, hogy mik a legkedvesebb élményeik a foglalkozásokról, néhányan így válaszoltak:

„Mindig kapok meglepő, új szempontokat, megközelítéseket a csoporttól.”

„József A. *Kopogtatás nélkül* című versének feldolgozásakor nagyon felszabadultnak éreztem magam.”

„Értelmes emberek megnyílnak, érdemi véleményeket hallok.”

„Semmi nem kötelező, ha nem olvastam a művet, akkor is gondolatokkal te-li megyek el.”

„Az irodalom és a napi élet hasonlóságai megdöbbentenek.”

„Spontaneitás – az előre eltervezettet képes vagyok feledni.”

„Mindig feltöltődöm a foglalkozások alkalmával.”

„Némely résztvevő remek meglátásokkal járul hozzá a beszélgetéshez.”

Természetesen bíráló megjegyzések is születtek, ezek leginkább a foglalkozások gyakoriságára, illetve az időtartalmára vonatkoznak. Szeretnék, ha gyakrabban lennének a találkozások és tovább tartanának. Szakmai szempontból az is tanulságos, hogy milyen műveket javasoltak még az eddigiek mellett a *műKINCS* vadászok. Kitűnő műveket neveztek meg a kérdőív kitöltői, ezekből néhányat már az idei évi tervbe be is építettem. Ilyen Szerb Antal *Utas és holdvilága* valamint Márai Sándor *Az igazi* című regénye. A többség (a válaszolók kétharmada) azonban úgy vélekedett, hogy teljességgel elégedett az eddig a terápián feldolgozott alkotásokkal, és továbbra is a terapeutára bízta a választást.

A többi kérdésre adott válaszból sommásan arra is lehet következtetni, hogy a *műKINCS* vadászoknak folyamatos kapcsolattartásra is igényük lenne. A szélesebb körű ismertség céljából ebben az évben a facebook-on is megjelent a *műKINCS* vadász-oldal; a könyvtár honlapján olvasható blogban pedig kezdetektől

fogva rendszeresen tudósítok a lezajlott eseményekről. Mindez nem tűnik elegendőnek. Szerencsére a biblioterápia igazán sokrétű, így további lehetőségek is rejlenek még a könyvtári alkalmazásban.

A biblioterápia elméletébe a jelen írás keretei közt nem volt értelme mélyebben belemerülni.* Most azonban mégiscsak élnek egy kis kiegészítéssel, az előbbieket igazolásául. A *műKINCS*svadászatokon alapvetően receptív biblioterápiát alkalmazunk, azaz a hallott, olvasott mű vagy részlet alapján beszélgetünk. A biblioterápia másik ága az aktív terápia. Ekkor a csoporttag valamelyik művel kapcsolatos élményét írásba önti, szöveggé formálja: elképzeli a mű szereplőjének jövőjét vagy tovább szövi a cselekmény szárait saját belátásai, gondolatai, érzelmei szerint, és megszületik benne a mű folytatása. (Más, aktív biblioterápiás módszerekről most nem ejtünk szót.) Ebben az esetben már nem vagyunk sem helyhez, sem időhöz kötve. És ha társul mellé kellő energia mindkét oldalról – azaz a *műKINCS*svadász és a könyvtári munkatárs oldaláról –, akkor megvalósulhat a virtuális kapcsolat egy minősített formája a könyvtár és használója között, amelynek határa a végtelen történet, és értékében messze túlnő a divatos lájklolás rutinszerű gyakorlatán.

Sóron Ildikó

A pszichopátiás személyiség bemutatása Salinger *Zabhegyező* című művén keresztül

Bevezetés

Kevés szépirodalmi mű képes a mai fiatalok számára releváns témákat érdekesítő és érthető módon felvonultatni. E kevés mű közül szeretnénk a könyvtárosok és a könyvekkel, valamint fiatalokkal kapcsolatban álló szakemberek figyelmét egy olyan műre irányítani amely témaválasztása és rövidege (tudjuk, hogy a mai fiatalok, főleg a fiúk olvasási kedve meglehetősen alacsony) okán komoly mondanivalóval szolgálhat serdülő fiúk számára.

Jelen publikációban célunk, hogy részletesebben elemezzük Salinger *Zabhegyező* című művéből a fő karakter, Holden Caulfield személyiségjellemzőit, gondolkodási, érzelmi és viselkedési folyamatait, amelyek antiszociális és pszichopátiás személyiségre utalnak. A mű hasznosnak bizonyulhat serdülőkorban lévő fiatalok (elsősorban fiúk) számára a társadalmon kívüliség személyiségromboló hatásainak bemutatására. A szerző szemléletesen érzékelteti a főhősben zajló ér-

* Erről lásd: Sóron Ildikó: A művészetterápiák könyvtári alkalmazásának új lehetőségei. = Könyv, Könyvtár, Könyvtáros, 2009. 6. sz. 21–32. p.