

Kaposvári Egyetem Pedagógiai Kar

Beszélgetés irodalmi művek segítségével az élet kérdéseiről

SZAKDOLGOZAT

TÉMVEZETŐ
Dr. Vörös Klára PhD
egyetemi docens

KÉSZÍTETTE
Steinmüller Csilla Magdolna
fejlesztő biblioterapeuta

Kaposvár
2014

Tartalom

1. BEVEZETÉS	4
1.1. Miért választottam a fejlesztő biblioterápia szakot	4
1.2. A dolgozat témájának kijelölése, célmeghatározás	4
1.3. A dolgozat szerkezetének bemutatása	5
1.4. A téma szakirodalmának áttekintése.....	5
1.5. Hipotézis	6
2. FEJLESZTŐ BIBLIOTERÁPIA.....	8
2.1. Művészetterápia, mint a biblioterápia nagy családja	8
2.2. A biblioterápia történeti áttekintése	9
2.3. A biblioterápia területei	11
2.4. Biblioterápia helyzete hazánkban ma	12
2.5. A biblioterápia fontosságáról	14
3. A HAJLÉKTALANSÁG	16
3.1. Kit nevezünk hajléktalannak?	16
3.2. A hajléktalanná válás okai.....	18
3.3. A hajléktalan élettér lehetősége.....	19
3.4. A hajléktalan emberek jellemzői	20
3.5. Mit adhat a biblioterápia a hajléktalan embernek (is).....	24
4. A HAJLÉKTALANSZÁLLÓ BEMUTATÁSA, AHOL A BIBLIOTERÁPIÁS FOGLALKOZÁS MEGTARTÁSRA KERÜLT	26
4.1. Gyáli Átmeneti Szállás.....	26
4.2. A Gyáli Átmeneti Szállás lakói	28
5. FEJLESZTŐ BIBLIOTERÁPIÁS CSOPORT A HAJLÉKTALANSZÁLLÓN.....	29
5.1. Előzetes felmérés a fejlesztő biblioterápiás foglalkozásra.....	29
5.2. Személyes felkészülés.....	30
5.3. A fejlesztő biblioterápiás foglalkozássorozat leírása.....	32
5.3.1. Első foglalkozás	32

5.3.2. Második foglalkozás	34
5.3.3. Harmadik foglalkozás	36
5.3.4. Negyedik foglalkozás.....	37
5.3.5. Ötödik foglalkozás	38
5.3.6. Hatodik foglalkozás	39
5.3.7. Hetedik foglalkozás.....	40
6. ÖSSZEFOGLALÁS	42
6.1. Tényszerű összegzés a foglalkozássorozatról	42
6.2. Az eredmények bemutatása.....	43
Irodalomjegyzék.....	46
FÜGGELÉK	49
1. Függelék.....	49
2. Függelék.....	57
3. Függelék.....	58

1. BEVEZETÉS

Egyetlen ismeret van, a többi csak toldás:

Alattad a föld, fölötted az ég, benned a létra.

Weöres Sándor: A teljesség felé

1.1. Miért választottam a fejlesztő biblioterápia szakot

Az írott művek végigkísértek egész életemben, és állandó útitársaimmá váltak a mindennapokban. Innen visszanézve és végiggondolva – nem tudatosan, de mindig – biblioterápiát folytatattam magammal. A versek, regények és novellák életem nehéz szakaszaiban nagyon sokat gyógyítottak engem, új perspektívákat, kapaszkodókat adtak.

Mindig szívesen ajánlottam egy-egy irodalmi művet a hozzám tanácsért forduló embereknek, bízva abban, hogy az adott írás őket is megérinti, és segíti elakadásukban vagy kérdéseik megválaszolásában.

Dr. Oláh Andort személyesen ismertem. Tanárom volt az 1990-es évek elején, a természetgyógyászat területén. Akkor még nem is gondoltam, hogy 22 évvel később ismét tanulni fogok tőle.

1.2. A dolgozat témájának kijelölése, célmeghatározás

Szakdolgozatomat mindenképp szerettem volna gyakorlati munkára építeni, és ezért kerestem annak a lehetőségét, hogy környezetemben hol tudnék egy hét alkalmas fejlesztő biblioterápiás foglalkozássorozatot megvalósítani.

Motivációm többre volt. Egyrészt célom volt a képzés során elsajátított tudásomat átadni és kamatoztatni. Szerettem volna konkrét gyakorlatot szereznem a biblioterápiás foglalkozás lebonyolításában. Továbbá ösztönzött a támasz és segítség nyújtása olyan emberek számára, akik valamilyen módon „kiszolgáltatottak”, mivel úgy véltem, hogy a foglalkozások hatására tovább tudnának lépni gondolkodásukban, esetleg még az életükben is.

Egy ismerősöm szociális munkásként dolgozik Budapesten, a Gyáli Átmenti Szállón, és a vele való beszélgetés hatására döntöttem úgy, hogy hajléktalanokkal fogok dolgozni. A hajléktalanság ma nagy probléma, az otthontalanok száma évről évre nő. Mindamellet a hajléktalanokról való gondolkodás többször téves alapokon nyugszik – s ezt nekem is be kellett látnom a témában való elmélyülés során.

A mai gazdasági helyzetben az emberek igen kiszolgáltatottak a munkáltatóknak, a munkaerő piac gyors változásának és a bankrendszernek is. Ha jól belegondolunk, bárki pillanatok alatt lehet hajléktalan. Ez pedig félelemmel tölti el az embereket. Ezért aktuális a téma. Foglalkozni kell a hajléktalansággal, és a marginális helyzetbe került emberek testi és lelki világával is.

Dolgozatomban egyrészt a fejlesztő biblioterápia fogalmát, módszerét és lehetőségét bontom ki, másrészt a hajléktalanság okait, társadalmi helyzetét és a hajléktalan ember jellemzőit veszem sorra.

Majd bemutatom, a Gyáli Átmenti Szállót, és konkrétan a hétalkalmas foglalkozás menetét. Részletezem a megbeszélte műveket, a csoportban résztvevő emberek reakcióit és megnyilvánulásait, végül pedig egy számvetést készítek az elért eredményről.

A hajléktalanszállón elindított fejlesztő biblioterápiás foglalkozást hosszú távú folyamatnak terveztem. A dolgozatomban az első hét alkalmat dolgozom fel.

1.3. A dolgozat szerkezetének bemutatása

Az első fejezet egy bevezetés, mely tartalmazza a célt, a téma pontos kijelölését, a szakirodalom áttekintését és a megfogalmazott hipotézist. A második fejezet a fejlesztő biblioterápia helyét mutatja be a művészetterápiák között, majd történetét és területeit, valamint azt, hogy hol is tart ma hazánkban a biblioterápia.

A harmadik fejezetben kifejtem a hajléktalanság fogalmát, annak okait, a hajléktalan emberek jellemzőit, és hogy mit is adhat a biblioterápia ezen embereknek.

A negyedik fejezetben bemutatom a Gyáli Átmeneti Szállót és annak lakóit. Az ötödik fejezetben tárgyalom a tényleges fejlesztő biblioterápiás folyamatot. Azt, hogy hogyan készültünk fel erre az intézetben és én személy szerint, valamint bemutatom az üléseket. A hatodik fejezetben a tapasztalatokat és az összegzést rögzítettem. Az utolsó fejezet pedig a konklúziót tartalmazza.

Szakedolgozatom végén a Függelékben mellékeltem a fejlesztő biblioterápiás foglalkozáson használt irodalmi műveket, és az Átmenti Szállón kihelyezésre került szórólapot.

1.4. A téma szakirodalmának áttekintése

A szakirodalmi vizsgálódásom kétrétű volt. Egyrészt a biblioterápia múltja és jelene, és a témában itthon és külföldön megjelent magyar írásokat olvastam. Külföldön nagyobb irodalmi anyag áll rendelkezésre, itthon még kevesen írtak részletesebben a biblioterápiáról. Azonban, ahogy egyre mélyebbre ástam, azt tapasztaltam, hogy kezd egyre nagyobb teret hódítani ez a módszer. Egyre több különböző rendezvény került és kerül megrendezésre, valamint sokasodtak e témában az összefogások. És ezek bizonyosan meghozzák ennek a szakmának a kiemelkedését és az írott szakirodalom mennyiségének növekedését is.

Másik részről a hajléktalanság hazai helyzetével kapcsolatos írásokat olvastam, ezen

emberek jellemzőit, családi hátterüket, lehetőségeiket és választásait. Ebben a témában nincs sok irodalmi anyag, ami van, azok inkább az interneten találhatóak. Kifejezetten hajléktalanszállón folytatott fejlesztő biblioterápiás foglalkozásokról szóló leírást nem találtam.

1.5. Hipotézis

*Az Út titkos csodája abban áll, hogy
hogyan alakul ki valami a semmiből.
Az aranyvirág titka * Ősi Kínai Yoga könyv*

A dolgozat megírása előtt nem sokat tudtam a hajléktalanságról. Természetesen a mindennapokban találkoztam otthontalanokkal az utcán és az aluljárókban, de közelebbi kapcsolatba nem kerültem velük. Számomra kicsit riasztóak a mindennapjaik. Elképzelni sem tudom, hogyan lehet -10°C hidegben az utcán élni.

Az, hogy egy hajléktalanszállón végezhetek biblioterápiás foglalkozást, igen nagy lehetőség és kihívás is volt számomra. Egyrészt kis félelem, hogy tudok-e velük kapcsolatot létesíteni és sikeresen kommunikálni, másrészt milyenek is ők valójában? Kíváncsiak-e és nyitottak-e annyira, hogy részt vegyenek biblioterápiás foglalkozáson? Azt, hogy milyen összetételű, korosztályú és iskolai végzettségű emberek fognak eljönni nem igazán tudtam, hiszen – mint már írtam – nem is ismertem ezt a sajátos világot.

A szociális munkással folytatott első beszélgetésem során nagyobb rálátást kaptam a hajléktalanok életére, helyzetére. Megtudtam, hogy a szállón sokan laknak, egy részükre jellemző, hogy jár könyvtárba. Az intézmény programjában szerepelnek csoportos foglalkozások, melyek célja, a lakók érdeklődésének fenntartása, nyitás a világ felé.

Emellett a biblioterápia hasznossága és növekvő ismertsége volt az, ami még erősítette hipotézisem megfogalmazását. Az irodalmi művekkel történő munka segíti a kreativitás, az önismeret és a kommunikációs készségek fejlesztését is. Úgy véltem, hogy a hét alkalmas foglalkozás időtartama a hajléktalanok számára nem nyújt olyan hosszú elköteleződést, amely riasztó lenne számukra. Valamint arra számítottam, hogy az irodalmi nyitottságuk által a résztvevők száma alkalomról-alkalomra növekszik. Azt feltételeztem, hogy a biblioterápia pozitív megtapasztalása eléggé ismertté teszi a módszert a szállón belül, így folyamatos növekvő igény lesz a foglalkozásokra.

Dolgozatom hipotézisének a következőket fogalmaztam meg: a szállón lakó összesen 230 főből kialakulhat egy 8-10 fős csoport, akik aktívan részt vesznek a foglalkozásokon. A hajléktalanokban felébreszthető és erősíthető az igény az olvasásra és az irodalmi művek felé való nyitottságra. Valamint úgy véltem, hogy a biblioterápia módszerével támogatható

a fejlődésük, mely az életben és a társadalomban való helytállásuk segítője lehet. Nyitott és érdeklődő emberek részvételére számítottam, akik megértik és megérik a biblioterápiában rejlő lehetőségeket, és hétről hétre várakozással tekintenek a foglalkozásra, melyből erőt és új gondolati magokat kaphatnak önmaguk számára. Előzetes elképzelésem szerint az irodalmi művek felkeltik az érdeklődésüket, és segítenek nekik egy-egy téma mélyebb átgondolásában.

Örömmel, kihívásként és nagy tapasztalási lehetőséggént kezdtem bele ebbe a munkába.

2. FEJLESZTŐ BIBLIOTERÁPIA

*Magában kiemelkedőként a mű
egy világot nyit fel és világot támaszt.
A múltét jelentése: egy világot felállítani.*
Heidegger

2.1. Művészetterápia, mint a biblioterápia nagy családja

A művészetterápia alapja dr. Buda Béla megfogalmazásában a „*művészetten át történő kommunikáció*”¹. Ebben a folyamatban a „*művészetet az érzelmek személyes kifejezésének kommunikációjára használjuk*”.²

A művészetterápiákban nem a hagyományos verbális kifejezése az elsődleges szerep. Nem a problémán való gondolkodás, a megfogalmazás és a kimondás az út. Ebben a folyamatban „különböző művészeti eszközöket alkalmazunk, amelyeken keresztül a páciens kifejezheti és feldolgozhatja azokat a kérdéseket és problémákat, amelyek őt a terápia felé irányították. A terapeuta és a beteg együttes munkával próbálják megérteni az ülésen keletkezett művészeti folyamatot és produkciót.” (Case and Dalley, 1992)³

A művészetterápia egy eszköz, mely segítségével kifejezhetjük mindazt, amit szavakkal nem tudunk elmondani. Célja az egészségmegőrzés, önismeretfejlesztés és gyógyulás feltételének tekintett lelki mozgás elindítása. Alapfeltevése, hogy különböző megjelenítési folyamatokon keresztül (tánc, zene, irodalom, képzőművészet) a tudattalanban működő dinamikák képesek kimondás nélkül is a tudatos szférába emelkedni, ezzel segítve ezek feldolgozását. A folyamat legbelső lényegünkre hat szavak nélkül, ezáltal beindítja az öngyógyító mechanizmusokat.

Nem a művészi teljesítmény a fontos, hanem maga az alkotói folyamat kapcsán felszabaduló benső erő, és a munka során átélt élmény, katarzis. Az alkotások segítenek megérteni és feldolgozni a mélyben lévő, szavakkal ki nem fejezhető személyes élményeket (pl.: veszteség, krízis, érzelmi mélypont, boldogságállapot). A technika kulcs ahhoz, hogy a hátrahagyott, fel nem dolgozott helyzeteket megértsék és elfogadják.

A tényleges folyamat képes felszabadítani a kreativitást, az örömteliséget, az egyedi élményt, és az alkotás szabadságát is.

¹ Buda Béla: Művészetterápia, A művészet felhasználása gyógyításra és fejlesztésre.[online] [2003. 10. 17.] < URL: <http://www.budabela.hu/tanulmanyok>

² Ormay Tom: A művészetterápia. [online] [2009. 03. 27.] < URL: http://www.art.pte.hu/files/tiny_mce/File/mtp/egyeb-oktatasianyag/csorbasimon/05%20Ormay%20Tom-A%20muvszetterpia-Meghatrozso.doc

³ Ormay Tom: i. m. p. 1.

„A művészetterápia nem verbális természeténél fogva előnyös olyan esetekben, amikor a verbális terápiák nem nyújtanak segítséget.” (Liebermann M. 2005) A művészetterápiák elsősorban csoportos keretek között alkalmazott önfelfedező és terápiás eljárások. Ide tartoznak többek között:

- Képi-alkotó terápia
- Biblioterápia (s ezen belül a meseterápia)
- Színházterápia (drámaterápia)
- Mozgás és táncterápia
- Zeneterápia (aktív és passzív)
- Filmterápia

2.2. A biblioterápia történeti áttekintése

A történetekkel való gyógyítás (a mai biblioterápia őse) egyidős az emberiséggel. A hagyományos hindu orvoslásban mesét adtak a beteg léleknek, és a történeten való meditáció segített a probléma megoldásában.⁴ Ekkor külső szemlélőként saját helyzetükkel szembesültek és új nézőpontokat kaptak, hogy képesek legyenek továbblépni.

Keleten mesemondók meséltek és énekeltek egyszerű emberekről, és adtak ezáltal példát egy magasabb szintű életre. Ennek egyik leghíresebb példája Seherezádé meséi, melyet az Ezeregyéjszaka története által ismerhetünk, vagy a Pancsatantra, az Ötös könyv, mely az életbölcsesek régi indiai tankönyve, és az egész világon a fiatalok nevelését szolgálta.

Az ókori görögök is a lélek orvosságának tekintették az olvasást. A „biblioterápia” szó két görög szóból alakult ki: „byblion” ~ könyv, írás; és a „therapeia” ~ szolgálat, tisztelet, ápolás, gondoskodás.

Sokszor és sokan hívták a könyveket és a meséket segítségül tanításhoz, neveléshez, vagy egy-egy élethelyzeti válságban azok megoldására. Évezredek óta a gyógyítás során is használtak – tudatosan vagy tudatlanul – lélektani eszközként történeteket.⁵ A cél a betegek életkedvének visszaállítása ezzel is elősegítve a gyógyulás folyamatát.

⁴ Bartos Éva (szerk.): Olvasókönyv a biblioterápiáról. Bp.: Országos Széchenyi Könyvtár Könyvtártudományi és Módszertani Központ, 1989. p. 21.

⁵ Példaként megemlítek kettőt:

- Pseudonim, Nossrat: A tudós meg a tehéncsászár: Keleti történetek, nyugati lelki bajok.
- Bucay, Jorge: Életmesék – Történetek, melyekből az életet tanultam. Az író mai argentin pszichológus, aki történetekkel is gyógyít.

Benjamin Rush philadelphiai orvos már 1815-ben az olvasás terápia értékét bizonygatta, majd utána *John Minsin Galt* 1833-ban a betegek kezelési programjának részeként hirdette ezt az eljárást.⁶ Őket, mint a biblioterápia alapítóit szokták emlegetni.

A biblioterápia kifejezést először *Samuel McChord Crothers* amerikai unitárius pap, esszéista használta 1916-ban, a „The Atlantic Monthly” című lapban.

Magyarországon az Európaival egy időben jelentek meg az első kezdeményezések. A Magyar Hírlap 1852. június 8-i száma értesít egy betegek számára létrehozandó könyvtár létesítéséről a Rókus Kórházban. Az olvasást, mint terápiát először zárt intézményekben, a gyógyítás és a rehabilitáció érdekében alkalmazták. „*Aki súlyosabb betegségben sýnylő-dött, vagy ily betegek körül figyelmes szemmel forgolódott, kétségkívül tapasztalta, hogy kín a munkaszerető emberre nézve azon tétlenség, mely őtet mindaddig lekötve tartja, míg új erőre vergődik. Az ily üdülfélben lévő beteg, más foglalkozás, vagyis szórakoztató olvasmány hiányában mindig csak szánandó állapotjáról gondolkodik, neki búsul, s úgy óhajtott felgyógyulását legkivált önmaga akadályozza.*”⁷

A könyvek használata egyre szélesebb körben kezdett terjedni, hamar kilépett a gyógyító intézmények falai közül, és átmeneti otthonok, gyermekotthonok, öregek otthonai, ambuláns betegellátó intézetek, javító-nevelő otthonok, börtönök lettek a helyszínek. Térhódítása következtében már nem csak orvosok és könyvtárosok, hanem pszichológusok, nevelők, pedagógusok, szociális gondozók is igénybe vették a biblioterápia jótékony hatásait.

Fejlődésének köszönhetően „a biblioterápia, mint szakkifejezés, s ennek megfelelően, mint szakmai fogalom a 19. században alakult ki.”⁸

A biblioterápiáról szóló publikációk az 1900-as évek elejétől kezdtek gyarapodni. Nagyobb fellendülését az 1960-as évek hozták meg. Ekkor már egyre gyakrabban lehetett olvasni a könyvek és az olvasás jótékony hatásairól.

Hazánkban igazán átfogó magyar nyelvű munkával nem lehetett találkozni 1989-ig, amikor is a Bartos Éva által szerkesztett *Olvasókönyv a biblioterápiáról* című könyv meg nem született. Az ezt követő időszak viszont egyre több publikációt hozott, számos cikk jelent meg, leginkább Nagy Attila és Hász Erzsébet kezeiből.

Akit még mindenképpen szeretnék megemlíteni az Dr. Oláh Andor (1923-1994) orvos, természetgyógyász. Kidolgozta kilenclépéses *élet és gyógy mód rendszerét*, melyben igen fontos helyet kapott a biblioterápia is.

⁶ Jeney Éva: Nyitott könyv. Bp.: Balassi Kiadó, 2012. p. 20.

⁷ Bartos Éva: i. m. p. 21-22.

⁸ Hász Erzsébet: A biblioterápia oktatásáról. In: Magyar Felsőoktatás, 2001/3. p. 51.

Kicsit részletesebben:⁹

1. Alapelv: Méregtelenítés
2. Alapelv: Vegetárius (Reform) étrend
3. Alapelv: Gyógynövényekkel, gyógyítás (Fitoterápia)
4. Alapelv: Az elemek (Föld, Víz, Tűz, Levegő) gyógyító hatásainak igénybevétele
5. Alapelv: Mozgás gyakorlatok, aktív, passzív mozgás
6. Alapelv: Természetes alvás, relaxáció, pihenés
7. Alapelv: Jóga: légzőgyakorlatok, szellemi jóga
8. Alapelv: Lelki gyakorlatok



9. Alapelv: Személyiségfejlesztés: Biblioterápia (tudatos olvasás), önmegvalósítás, szellemi képességek fejlesztése, kreativitás.

Dr. Oláh Andor mindig ajánlott könyveket és verseket (ezt versterápiának nevezte) betegeinek, egyrészt *lelki gyakorlat*, másrészt *személyiségfejlesztés* céljából. Ezzel igyekezett teljessé tenni számukra a gyógyulás lehetőségét.

2.3. A biblioterápia területei

Az egyik leghasználhatóbb tipológiát Lack (1985) állította fel. Az alkalmazott tevékenység és a bevont ember típusa alapján megkülönböztet *fejlesztő* és *klinikai* biblioterápiát. Szerinte „a fejlesztő biblioterápia az irodalom perszonalizálása abból a célból, hogy az egyén képes legyen az életében rá váró feladatokat megoldani. A klinikai biblioterápia egyfajta beavatkozási mód, mellyel súlyos érzelmi vagy viselkedésbeli problémákkal küzdő egyéneknek segítenek.” (Lack, 1989)¹⁰ A fejlesztő biblioterápia sokrétű módszer, mely alkalmas mind gyermekek, mind pedig felnőttek, vagy idősebbek „nevelésére” is. Ebben a folyamatba a biblioterápia lényege a művek élményszintű feldolgozása, mely megtapasztalás elindíthat belső változást.

Terápiás szempontból is két fajtáját különbözteti meg a szakirodalom. [Hász, 2009]¹¹. Az első az *aktív biblioterápia*, mely során a páciens saját írásán van a fő hangsúly, a második pedig a *receptív biblioterápia*, melyben a könyvek és az olvasásé a főszerep. Ekkor irányított olvasással igyekszünk segíteni a személyiség fejlődését, az önismeret mélyebb kialakítását, és a mentális egészség megőrzését.

⁹ Dr. Oláh Andor életéről és munkásságáról bővebben az Életerő-Ház weboldalán olvashatunk.
<WEB: <http://www.eletero-haz.hu/dr-olah-andor> [2000. 04. 12.]

¹⁰ Doll, Beth-Doll, Carol: Fiatalok biblioterápiája. Bp.: Könyvtári Intézet, 2011. p. 16.

¹¹ Hász Erzsébet: Művészetterápia a drogbetegség kezelésében. In: Godány Judit – Borbély András: Anyag a vérben. Bp.: Napút Kiadó, p. 227-240.

A biblioterápia nem felfedezte az irodalmi művek gyógyító hatását, hanem felhasználja azt, hiszen az már régről ismert. „*A biblioterápia nagy nemzetközi hagyományokra épülő interdiszciplináris módszer, melyet ma már világszerte alkalmaznak könyvtárakban, preventív és terápiás intézetekben.*”¹² – írja dr. Gerevich József pszichiáter.

2.4. Biblioterápia helyzete hazánkban ma

A biblioterápia nem jelent mást, mint tudatosítani és módszerré alakítani át saját tapasztalatunkat, élményeinket és mindazt, ami eddig észrevétlenül valósult meg.

Dr. Oláh Andor

Az utóbbi években egyre inkább előtérbe kerül a könyvek és az irodalmi művek élményszintű feldolgozása és „gyógyító” hatása. Ma Magyarországon (is) a művészetterápiák, a biblioterápia, és ezen belül a meseterápia is egyre nagyobb teret hódít. A teljesség igénye nélkül ismertetek egy pár biblioterápiával és olvasással kapcsolatos kezdeményezést:

Magyar Olvasástársaság * HUNRA

1991. október 31-én alakult szakmai egyesület, melynek célja: a magyar írásbeli kultúra színvonalának emelése, a modern európai írásbeliség követelményeinek megfelelő olvasás-, tájékozódás- és írásbeli közléstechnikák tudományos vizsgálata, a megállapítások elemzése, megismertetése és elterjesztése.

Nemzetközi kutatási eredmények, publikációk vizsgálata a magyarországi tapasztalatok, tendenciák vonatkozásában.

Az olvasás személyiségfejlesztésének szakmai vizsgálata, a személyiség fejlesztésben játszott szerepének kutatása, az eredmények, megállapítások széles körben történő megismertetése. Az olvasással foglalkozó elméleti és gyakorlati szakemberek együttműködési lehetőségének megteremtése, nemzetközi együttműködési lehetőségek feltárása.¹³

Több konferenciát szerveztek és szerveznek:

– Országos szakmai konferencia * 2011. május 13-14. Szombathely

„Az olvasás össztantárgyi feladat”

– Szakmai konferencia * 2012. június 1-2. Budapest

„Az olvasás sokfélesége: Konferencia az olvasás népszerűsítéséért”

* Olvasó-társ az olvasás népszerűsítésért * szombat

¹² Bartos Éva: i. m. p. 5.

¹³ Hunra Alapszabály. [online] [2010. 09. 06.] < URL:

http://hunra.hu/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=36&Itemid=55

* Olvasás és sokféleség és Olvasáspedagógia és gyógyító olvasás * vasárnap

– **Biblioterápiás Konferencia 2014.**

„*Segített a könyv, a mese*” címmel biblioterápiás konferenciára kerül sor 2014. május 16-án, Nyíregyházán, a Móricz Zsigmond Megyei és Városi Könyvtár Konferenciatermében. Előadók: Gombos Péter, Bartos Éva, Hász Erzsébet, Jeney Éva, Kovács Zsuzsa, Nagy Attila, Baják Gábor, Kovács Marianna, Stiblar Erika, Czomba Magdolna, Tegzes Tünde, Sóron Ildikó és Vaczóné Antal Erika.

A szakembernévsor láttán is biztosra vehetjük, hogy itt az idő a biblioterápia térhódítására.

Országos Népmese-konferenciák (Melynek szervezésében a HUNRA is részt vett.)

Az Országos Népmese-konferencia évente kerülnek megszervezésre. Csak a legutóbbiakat és a következőt említve:

- VIII. Országos népmese-konferencia, Kaposvár, 2012. szeptember 28–29.
- IX. Országos népmese-konferencia, Fülek, 2013. szeptember 27–28.
- X. Országos népmese-konferencia, Sepsiszentgyörgy, 2014. szeptember 25–27.

Magyar Irodalomterápiás Társaság

Az egyesület 2010. szeptember 4-én került bejegyzésre. Elsődleges céljuk, hogy támogassák tagjaikat az irodalom terápiás vonatkozásaival összefüggő fejlesztő, gyógyító, rehabilitációs, kutató és oktató tevékenység megvalósításában – olvashatjuk a Társaság honlapján.¹⁴

Oláh Andor Biblioterápiás Társaság

Az alakuló közgyűlés 2014. április 16-án, Szentendrén a Pest Megyei Könyvtár olvasótermében került megszervezésre. A három alapító – Bartos Éva, Horváth Judit, Magyar né Fekete Kata – és 47 érdeklődő volt jelen az eseményen.

Az egyesület kimondta célját, melyek:

- Dr. Oláh Andor gyógyító tevékenységében kiegészítő jelleggel alkalmazott, Magyarországon úttörő jelentőségű biblioterápiás gyakorlat értékeinek méltó megőrzése, megismertetése és a könyvtáros szakmával való integrációjának elősegítése;
- az akkreditált könyvtári fejlesztő biblioterápiás és a korábbi hasonló témájú tanfolyami képzésekben részt vettek számára különféle továbbképzési formák szervezése, rendezése:

¹⁴ [online] [2010. 10. 16.] < URL: <http://www.irodalomterapia.hu/>

konferenciák, előadások, módszertani műhelymunka, konzultáció, tanácsadás a területet érintő szakmai témákban;

– a biblioterápiás gyakorlatot végző könyvtárosok számára a rendszeres kapcsolattartás mellett támogató szolgáltatások létrehozása, például biblioterápiás adatbank megalapozása és építése;

– a fejlesztő biblioterápia területén működő terapeuták minősítési követelményrendszerének, valamint hatékonyság-mérési eljárások kidolgozásának kezdeményezése és támogatása.¹⁵

2.5. A biblioterápia fontosságáról

*Arra kell nevelnünk eszméletünket és szemléletünket, hogy
a köznapiban, a környezetben, a mindennapokban is
látni tudjuk az egyszerűt, a csodálatosat és a látomásszerűt.*

Márai Sándor

Viktor E. Frankl osztrák neurológus és pszichiáter, a harmadik bécsi iskola megalapítója, a logoterápia atyja. A logoterápia az élet értelmének felfedezésével foglalkozó pszichológiai irányzat. Frankl felhívta figyelmünket arra, hogy rohamosan terjed korunkban az értelmetlenség-érzés. Szerinte az élet értelmének megtalálását legjobban a könyv katalizálhatja. „Az olvasásra fordított szabadidő nem az önmagától, a belső ürességtől való menekülésben segíti az embert, hanem abban, hogy önmagára eszméljen. Egyszóval, a könyv nem centrifugális, hanem centripetális szabadidős tevékenységül szolgál. Megszabadít minket a teljesítménynyomástól, visszahív minket, ha csak időről időre is a szemlélődő létbe.”¹⁶

Ezek nagyon fontos és megszívlelendő gondolatok a ma embere számára is. Jelenleg leginkább kifelé élünk: telefonálunk, csetelünk, emailezünk, SMS-eket küldünk, zenét hallgatunk, televíziót nézünk (már mobilon és internete is) és sokat beszélünk. Befelé figyelő tudatunkat egyáltalán nem is használjuk. A belső csendről pedig egyenesen rettegünk. Azonban – mint ahogy Frankl is fontosnak tartja – mindenkinek szüksége van a „centripetális” szabadidős tevékenységre, mely belső középpontunk felé húz minket.

„A könyv szellemi manna, amelyből mindenki jóllakhatik, az égi táplálék, amely minél inkább fogyasztják, annál több lesz belőle, a bűvös kenyér, amely senkit se hagy éhen, minden ínséget kielégít, hatalmassá tesz, úgyhogy mindenki az ismeretek tőkése és nagybirtokosa lehet általa, gondolatmilliomos. A könyv, amely tékozlóan odaadja magát, és sohase

¹⁵ Honlap www.ki.oszk.hu [online] [2012. 12. 09.] < URL: <http://ki.oszk.hu/konyvtar/biblioterapia/>

¹⁶ Frankl, Viktor E.: A könyv mint terápia eszköz, In: Viktor Frankl: Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben. Bp.: Jel Kiadó, 2005. p. 17.

*fukarkodik, sohase titkolózik. A könyv, ez az ékszertartó, amelybe a legértékesebbek mentették bele kincseiket. A könyv, amely mindenütt jelenlevővé varázsolta a szellemet, megteremtette az emberiség lelki közösségét. A könyv, amely nemcsak a teret hódította meg, hanem béklyóba verte a térnél is nagyobb ellenségünket, megállította az időt.*¹⁷ – írja Kosztolányi Dezső.

S biztosan a következő években, évtizedekben ezen irányzat helyet talál mind az egészségmegőrzésben, mind az önismeretben és az önfejlődésben is.

¹⁷ Kosztolányi Dezső: Igék a könyvről. In: Bada István - Bada Johanna: Az olvasás öröme. Újvidék: Fehér Ferenc Könyvbarátok Köre, 1994. p. 21.

3. A HAJLÉKTALANSÁG

Az előítéletek abban gyökereznek, hogy minden csavargó ipso facto gazember. Gyermekekünkben belénk sulykolták, hogy a csavargók gazemberek. Így azután tudatunkba megrögzült valamiféle ideáltipikus – egy viszolyogtató, meglehetősen fenyegető külsejű teremtmény, aki inkább éhenhal, mintsem hogy dolgozzék, eleve utálja a szappant, és egyebet sem akar, mint kéregetni, lumpolni és tyúkólakat fosztogatni. És bár a csavargó-szörny cseppet sem valószínűbb, mint a képregények borzongató alakja, mégis nehéz elménkből kitörölni...

George Orwell¹⁸

3.1. Kit nevezünk hajléktalannak?

A hajléktalanság jogszabályi meghatározása: 1993. évi III. törvény 4.§

(2) *Hajléktalan a bejelentett lakóhellyel nem rendelkező személy, kivéve azt, akinek bejelentett lakóhelye a hajléktalan szállás.*

(3) *Hajléktalan az, aki éjszakáit közterületen vagy nem lakás céljára szolgáló helyiségben tölti.*

A hajléktalanságnak különböző változatai vannak, melyek más és más élethelyzeteknek felelnek meg. Nézzük kicsit részletesebben:

"fedél nélkülieknek" tekintjük azokat, akik

– éjszakáikat közterületen, a szabad ég alatt, vagy valamely nem lakhatást szolgáló zugban töltik,

"effektív hajléktalanoknak" tekintjük azokat, akik

– vagy "fedél nélküliek",
– vagy semmilyen stabil, tartós lakhatási lehetőséggel nem rendelkeznek, nap, mint nap "meg kell dolgozniuk" azért, hogy éjszaka valahol megaludjanak - legyen az akár lakás, melybe szívésségből befogadják, vagy nem-lakás, de lakhatást szolgáló helyiség (például hajléktalanellátó intézmény),

"lakástalanoknak" tekintjük azokat, akik

– vagy "fedél nélküliek",
– vagy "effektív hajléktalanok",
– vagy stabilan nem-lakásban, de lakhatást szolgáló helyiségben laknak (munkásszálló, börtön, bentlakásos intézmények stb.),

¹⁸ G. Orwell, az 1984 és az Állatfarm írója 1929 és 1930 között maga is hajléktalanként élt Londonban. Személyes élményeiről számol be *Csavargóként Párizsban, Londonban* című 2000-ben magyarul is megjelent könyvében.

– vagy ugyan tartósan lakásban töltik éjszakájukat, de a lakás folyamatos használata főként nem rendelkeznek (nem tulajdonosok, vagy főbérlet, hanem al-, ágybérlet, szivességi lakáshasználók, befogadottak, felnőtt családtagok),

"otthontalanoknak" tekintjük együttesen azokat, akik

- vagy "fedél nélküliek",
- vagy "effektív hajléktalanok",
- vagy "lakástalanok",
- vagy ugyan lakásban laknak, de az alkalmatlan arra, hogy benne családot és otthont rendezzenek be (a lakás túlszűfolttsága, fizikai színvonala miatt).¹⁹

Összességében elmondható, hogy a hajléktalan embernek nincs otthona. S ez bizony nem csak a külső körülményét határozza meg, hanem belső világát és az egész életét.

A rendszerváltás óta nagymértékben megnőtt a hajléktalanság Magyarországon. Az MTI által közzétett grafikon a nyilvántartott hajléktalanok számát mutatja 1993 és 2012 között.²⁰



A grafikon a menedékhelyeken gondozottak száma alapján készült, ennél azonban biztosan több hajléktalan élhet Magyarországon, becslések szerint 30-40 ezer. Ebből 15-20 ezer hajléktalan ember a fővárosban él.

¹⁹ Bényei Zoltán – Gurály Zoltán – Győri Péter – Mezei György: Tíz év után. Gyorsjelentés a fővárosi hajléktalanokról – 1999 [online] In: Esély, Társadalom- és szociálpolitikai folyóirat honlapja, Esély 2000/1. [online] [2006. 11. 17.] < URL: http://www.esely.org/kiadvanyok/2000_1/tiz.pdf

²⁰ Szerző: MTI. In: hvg.hu honlapja. [online] [2013. 11. 27.] < URL: http://hvg.hu/itthon/20131127_Sokkolo_grafikon_durvan_megugrott_a_hajle

Átlagos életkoruk 38 és 44 év között van, mintegy háromnegyed részük 30 és 60 év közötti. A 60 év feletti hajléktalan emberek aránya az átlagnépességben nem éri el a 10%-ot. Az 50 és 60 év közötti hajléktalanok az utcán általában nagyobb arányban találhatók meg, mint valamilyen menedékhelyen vagy hajléktalanszállón. A hajléktalan emberek nemi megoszlása: 60-70 % a férfi, és kb. 25-30% a női hajléktalan.

3.2. A hajléktalanná válás okai

A hajléktalanná válás okai meglehetősen sokszínűnek mutatkoznak. Egyrészt személyes és családi okai lehetnek, másrészt pedig társadalmi.

Azonban ez az élethelyzet mindig soktényezős folyamat eredménye. „Egy-egy tényező önmagában senkit nem tesz hajléktalanná.”²¹

A leggyakrabban (az esetek kétharmadában) *kapcsolati konfliktusok*²² állnak a háttérben: válás, élettársi kapcsolatok felbomlása, szülőkkel történő összeveszés, nyugdíjas maradása. Ehhez társul gyakran problémaként a függőséget kiváltó anyagok használata, a fizikális és mentális egészség romlása, valamint a bűnözés.

Az *állami intézményekből való kikerülés* (állami nevelés, pszichiátriai intézet, kórház, börtön, szociális otthon) az utóbbi egy-két évben 10-15 százalékban oka a hajléktalanná válásnak.

Növekszik a *gazdasági okokból* bekövetkező hajléktalanság aránya, munkanélküliség, önálló életkezdés és a lakáshoz jutás nehézségei, tartós szegénység.

És ami ma talán a legnehezebb helyzetet eredményezi, az a *devizahitelek problémája*. Egyre többen veszítik el lakásukat, és ha nincs hova menni az utcára kerülnek a családok. Tehát hajléktalansághoz igen sok út vezethet.

Azonban a lakás elvesztésén túl ez egy hatalmas létbizonytalansággal is jár, mely a személyiségben, a jellemben és a gondolkodásban is negatív hatásokat vált ki.

A hajléktalan emberek *családi állapotára* vonatkozó adatok szerint közel 80 százalékuk egyedülálló, ugyanakkor a hajléktalanná váló nők zöme élettársi vagy házastársi kapcso-

²¹ Breitner Péter: A hajléktalanná válás lépcsőfokai [online] In: Esély, Társadalom- és szociálpolitikai folyóirat honlapja, Esély 1999/1. p. 90. [2010. 11. 26.]

< URL: http://www.esely.org/kiadvanyok/1999_1/hajlektan.pdf

²² Gyuris Tamás – Oross Jolán: Tények és hátterük. *Rövid áttekintés a magyarországi hajléktalanellátásról* című előadásának kéziratából készült, amely a „Homelessness in Europe” nemzetközi konferencián, Balatonföldváron, 1999. október 28-30-án hangzott el. [online] In: Cser Annamária: A hajléktalanságról dióhéjban. Közösségfejlesztők egyesülete, www.kka.hu. [2010. 08. 29.]

< URL: http://www.kka.hu/Kozossegi_Adattar/DOKUMENT.Nsf/4be80daf005edcb8852566f2000b4f9f/8921155bf5a0818dc125692e0033da53?OpenDocument

latban él. Fontos tendencia, hogy az elmúlt tíz évben egyértelműen csökken az elvált hajléktalanok aránya, különösen a férfiak körében.

A hajléktalanná válás óta eltelt évek számát vizsgálva azt látjuk, hogy az egy évnél rövidebb ideje hajléktalanok aránya 17 és 27 százalék közötti értéket mutat. Több mint két éve hajléktalan 81, illetve 56 százalék, több mint öt éve 40, illetve 29 százalék. Tíz évnél is régebben hajléktalanként él 12, illetve 6 százalékuk. Az adatokból megállapítható, hogy jellemzően a 35 és 40 éves kor közötti időszakban válnak hajléktalanná az emberek.

Azonban a hajléktalanság nem csak az egyénen múlik, hanem bizony társadalmi, kulturális és kapcsolati okai is vannak. *Ha a hajléktalanságot a társadalmi kirekesztés legsúlyosabb megjelenési formájaként értelmezzük: ami nemcsak a fedél, hajlék hiányát jelenti, hanem a kapcsolati háló beszűkülését is – azét a kapcsolati hálót, amely biztonságot nyújt, hozzájárul az egészség, a jólét megőrzéséhez, erőforrást jelent, átsegít a válsághelyzeten –, akkor a hajléktalan emberekkel végzett szociális munka célja nem lehet más, mint a társadalmi befogadás elősegítése, a „visszahúzóadás” mint adaptációs viselkedés megelőzése, a társadalmi-kulturális célok és a célokhoz vezető intézményes eszközök hozzáférhetővé tétele (munkahely, jövedelem, lakás.” (Horváth Olga, 2004)*

3.3. A hajléktalan élettér lehetősége

Breitner Péter megállapítása szerint az effektív hajléktalanná válás után az emberek jó része még egy darabig próbál az addigi élőhelyén boldogulni, azonban egyre inkább légüres tér veszi körül. Ezek után elvándorol a helyszínről, ezzel végleg kiszakítja magát az ismerős közegből (igaz ez a közeg őt addig, mint még nem hajléktalant ismerte).

Megismerkedik tapasztaltabb hajléktalanokkal, akik felvilágosítják a lehetőségekről. S ekkor talán rátalál a hajléktalanok számára fenntartott és elkülönített intézményekre.²³

Az eddigi vizsgálatok adatai szerint az emberek nem közvetlenül a hajléktalanná válást követően keresik fel a hajléktalanszállásokat, hanem később. A vizsgálati adatok fél és két év közötti átlagos késedelmet mutatnak. Jellemző az időszakos szálláshasználat, valamint a hajléktalanná válást követően a tartalékok felélése és a barátoknál, rokonoknál, ismerősök-nél történő szívdességi lakáshasználat.

A jelenlegi hajléktalan ellátó rendszer a *munkahely – előtakarékoság – albérlet* hármasát tekinti a hajléktalanságból kivezető útnak. Ezeken a területeken általában szociális munkások segítenek a hajléktalanoknak. Nagyon kevés esetben van lehetőség a hajléktalanok számára terápiás célú egyéni- vagy csoportfoglalkozásokra.

²³ Breitner Péter: i. m. p. 84-108.

Budapesten a hajléktalan ellátás jól szervezett. Többlépcsős megoldási lehetőséget kínál azoknak az embereknek, akik nem az utcán kívánnak élni. Vannak:

- *Nappali melegedők*, ahol fürdési, mosási és pihenési lehetőségek is vannak. Ide címezhetők levelek is a hajléktalannak, és kérhető szociális munkás segítsége is.
- *Éjjeli menedékhely*. Ezen intézményfajtában csak éjszaka lehet benn tartózkodni, és este sorba kell állni a férőhelyért. Nappalra semmit nem lehet bent hagyni, s az itt éjszakázók egy műbőr matracos ágyon alszanak, akár 20 ágyas szobákban. Az éjszakai szállók semmilyen ételt nem kötelesek adni az ott alvóknak.
- *Átmeneti szállók*. Itt hosszabb távra van lehetőség saját ágyra nappal és éjjel havi néhány ezer Ft-ért, és szociális munkás támogatása is elérhető.

Azonban nagyon sokan nem kívánnak élni ezekkel a lehetőségekkel, inkább az utcát választják. Ennek okai sokrétűek, a gyakori egymástól lopástól elkezdve az önállóság elvesztésétől való félelemig, de ezek bővebb részletezésére dolgozatomban nem kívánok kitérni.

3.4. A hajléktalan emberek jellemzői

*Ha valaki a saját lelkében „otthontalan”,
nagyobb valószínűséggel jut el a teljes nélkülözés,
azaz a tényleges lakás nélküliség állapotába.*

Breitner Péter

A Menhely Alapítvány oldalán²⁴ olvashatók olyan általános társadalmi tévhitek, melyek a hajléktalansággal kapcsolatban a közfelfogásban jelen vannak. Ezek:

„*A hajléktalanok nem dolgoznak.*” – Ezzel szemben: a hajléktalan emberek 44%-ának van valamilyen jövedelme.

„*A hajléktalanok isznak.*” – Ezzel szemben: a hajléktalan emberek között több az absztinens (alkoholt egyáltalán nem fogyasztó), mint a nem hajléktalan emberek körében.

„*A hajléktalanok alacsony iskolai végzettségűek.*” – Ezzel szemben: három hajléktalan emberből kettőnek legalább középfokú iskolai végzettsége van. A hajléktalan emberek kevésbé iskolázatlanok, mint az átlagnépesség.

„*Minden hajléktalan magányos.*” – Ezzel szemben: a hajléktalan emberek csaknem 60%-a valamilyen közösség tagja.

„*A hajléktalanok közül sokan az állami gondozottak közül kerülnek ki.*” – Ezzel szemben: a hajléktalan embereknek csak 5%-a volt állami gondozott közvetlenül az utcára kerülés előtt.²⁵

²⁴ Menhely Alapítvány honlapjának fejlécén olvasható. [online] [2014. 01. 06.] < URL: www.menhely.hu

Az ember személyisége az egész élete során változik, alakul, fejlődik. Minden életkorban megvannak azok a fontos fejlődési állomások, amelyeken át kell haladni és meg kell fejlődni. Erik Erikson²⁶ pszichoszociális fejlődésmélete átfogóan tárgyalja ezen fejlődési lépcsőfokokat. Ezek a következők: csecsemőkorban az alapvető bizalom érzését kell elsajátítanunk, kisdedkorban az autonómia érzését, az óvodás korban a kezdeményezőképes-séget, iskoláskorban a szorgalmat és kompetenciát, serdülőkorban az én-azonosság érzését, fiatal felnőttkorban az intimitás képességét, felnőttkorban az utódokról való gondoskodást, és az érett korban (mely a haláláig tart) az integritás és elfogadás képességét kell megtanulnia az embernek. Olyan én-erőségek ezek, melyeket életünk során el kell sajátítanunk az egészséges személyiségfejlődés szempontjából.

A hajléktalan ember életében szintén meg kell, hogy legyenek ezek a fejlődési lépcsőfokok. A nem megfelelően elsajátított én-erők bizony hozzájárulnak ahhoz a soktényezős folyamathoz, mely az otthontalansághoz vezet.

Az egészséges felnövekvés egyik igen fontos alapja a gyermekkor. Ekkor a szülők fejlődési modellként szolgálnak, ezen minta pedig már a gyermeki játékban felfedezhető, és a későbbi életszakaszokban is meghatározó. Sánta Ferenc *Kicsik és nagyok* című novellájában igen élethűen ábrázolja a gyermekek utánzási játékában megjelenő durva szülői mintát. *Ketten játszottak az udvarban, egészen hátul, a kert első fái között. Egy kislány és egy kisfiú, egyik sem volt idősebb nyolcesztendősnél. ...*

– *Bőg! Aztán holnap végigajgatod az utcát, hogy megvertelek...*

A kislány mondani kezdte, mintha sohasem akarná abbahagyni.

– *Hagyj engem, hagyj engem...*

– *Fogd be a szád...*

– *Hagyj engem, hagyj engem...*

A fiú odatámaszkodott hozzá.

– *Elhallgatsz végre?...*

Megmarkolta a lány ruháját, és rángatta, míg le nem húzta az ágyról.

A kislány felkapta a fejét.

– *A hajamat kell fogni – suttogta.*

²⁵ Igen elgondolkodtatóak ezek a tévhitek, bár az én személyes tapasztalatom ezt teljes mértékben nem támasztja alá. A hajléktalanszállón végzett biblioterápiás munkám során ráláttam arra, hogy az alkoholizáció teljes mértékben jelen van a szállón. A szociális munkással folytatott beszélgetésem során ezen észrevételem megerősítést nyert.

²⁶ Erik Erikson (1902-1994) neves fejlődépszichológus, elismert pszichoanalitikus, Pulitzer-díjas író. In: Carver, Charles S. – Scheier, Michael F.: Személyiségpszichológia. Bp.: Osiris, 2006. p. 297-309.

– *Amióta levágták, nincs mit fogni rajta – suttogta a fiú is, de elengedte a ruhát, és igyekezett belemarkolni a másik hajába, ami rövidre volt vágva, szinte olyan rövidre, mint a fiúé, mert már nyár volt.*

– *Bánt az urad, mi? Részeg az urad?*

Húzni kezdte végig a földön. A kislány feltérdelt, és összeszorított ököllel védekezett.

– *Eressz! – kiáltotta. ...*

– *Én most elalszom, és te akarj levetkőztetni...*

A hasára fordult. Karjait a feje alá tette, és dörögve, érthetetlenül motyogva lehunyta a szemét.

A kislány megigazította a haját, ujjjaival elrendezgette az összeborzolódtott kistincseket, aztán négykézlábra ereszkedett, és óvatosan a fiúhoz mászott. Végigtapogatta az ingét, nadrágját, kifordította a zsebeit, kődarabok, kulcs, kis spárga, színes üveg hullottak a földre.

– *Nincs semmi – mondta halkán -, nincs neki pénze – és kezébe temette az arcát.*²⁷

Elgondolkodtató, hogy vajon milyen példát láthattak ezek a gyerekek, hogy ilyet játszanak? Milyen mintát és alapot visznek magukkal a nagybetűs Életbe, és milyen megoldási stratégiákkal felszerelve nőnek bele a felnőtt létbe? (Mert ez a történet nem csak „mese”. Sok gyermek nő fel durva, erőszakos, alkoholizáló családban. A szülők pedig fejlődési modellként szolgálnak gyermekeik számára.)

A hajléktalan ember társadalmi megnyilvánulását Merton (1980) „visszahúzódnak” nevezi. Ez az alkalmazkodási mód, amikor az egyén elutasítja a kulturális értékeket és célokat (mint pénz vagy karrier), és az e célok megvalósítását elősegítő intézményes eszközöket is (munkahely, lakás, bér). A társadalomban élnek, de nem tartoznak a társadalomhoz. Merton szerint „Azok az emberek, akik így adaptálódnak (vagy nem adaptálódnak), szigorúan véve a társadalomban élnek, de nem a társadalomhoz tartoznak. Szociológiai szempontból ők az igazi idegenek, mivel nem fogadják el a közösen vallott értékeket.”²⁸

A hajléktalan ember elszakad a társadalomtól, mert megszűnnek azok a kapcsolatai, melyek őt azelőtt egy szűkebb közösséghez (család, munkahely) kötötték. Minél hosszabb a hajléktalanként eltöltött idő, annál nehezebb a régi kapcsolatokat feleleveníteni, vagy új emberi kapcsolatokat teremteni. Végül is a hajléktalan magára marad és „csak sorstársai” között találhat kapcsolatot.

²⁷ Sánta Ferenc: Kicsik és nagyok. In: Sánta Ferenc: Farkasok a küszöbön, válogatott elbeszélések. Bp.: Arión Kiadó, 2008. p. 47-52.

²⁸ Merton, Robert K.: Társadalomelmélet és társadalmi struktúra. Bp.: Osiris, 2002. 378 p.

A hajléktalan emberek személyes kapcsolataikat teljes egészében elvesztették, így behozhatatlan hátrányba kerültek. A hajléktalanság olyan lelki trauma, ami súlyosan megterheli a személyiséget. Az anyagi biztonság megszűnt, az életmód átalakult, nincsenek már olyan emberi kölcsönhatások, ingerek, kihívások, melyek életüknek értelmet adhatnának. Az önértékelésük romokban, a teljesítőképességük minimális, gyakori az életükben a súlyos depresszió. A stabil lakóhely megszűnésével az egyén korábbi szociális szerepeinek egy részét automatikusan elveszti (baráti kapcsolat). Lecsökken az esélye a munkaerőpiacon, és előtérbe a „hajléktalan” személytelen státusza kerül. Az itt felsorolt okok miatt a beilleszkedés esélye akadályozott.

A hajléktalan ember személyisége az idő múltával sokat változik. Érdeklődése beszűkül, személyisége zárkózottá válik. Nem szívesen beszél fájdalmáról, veszteségéről, igyekszik túlélni. A hajléktalanok társadalomban szövődő kapcsolatai többnyire alapszükségleteket elégítenek ki. Együtt könnyebb például dobozokat gyűjteni, az egyik gyűjt, a másik tartja a zsákot.

Zsefle Judit több mint 23 éve él fedél nélkül. 2014 februárjában készült vele egy riport, melynek egy részletét ide illőnek tartom:

– *Mit üzensz az embereknek, hogyan viselkedjenek, ha találkoznak egy hajléktalannal?*

– A hajléktalan emberek múltjában rengeteg fájdalom van, amit nem szívesen mesélnék el másoknak. Válás, a család elvesztése, otthontalanság, a munkahely megszűnése. Ez persze, bárkivel megeshet, de a nagy különbség ott van, hogy általában van kihez fordulni ilyenkor. Mi viszont egyedül maradtunk, ezért megkeseredünk, lelkileg leépülünk, elveszítjük a tartásunkat, feladjuk az életünket, hiszen már minden mindegy. Ezt tetézi, hogy a társadalom megvet bennünket, pedig valamikor mi is dolgozó emberek voltunk, nekünk is volt családjunk, apák, anyák voltunk, de ezt elfelejtik az emberek.

Mit üzenek? Köszönj a hajléktalan embernek. Ülj le beszélgetni vele, ismerd meg! Mosolyogj rá, hozz fényt az életébe azzal, hogy emberszámba vetted. Végtelenül hálás lesz ezért. Nézd meg, mennyire igyekeznek elrejteni a boldogság könnyeit, amit Te csaltál a szemébe.

Üzenem, kérem, hogy fogjunk össze, alakítsuk olyanná a társadalmunkat, amelyben nem különböztetik meg az embereket színük, fajtájuk, élethelyzetük, hiányosságuk, vagy a betegségük miatt. Élünk úgy, hogy a rosszat elítéljük, a jót megjegyezzük és megbecsül-

jük. Legyen olyan a társadalmunk, amelyben tisztességes munkával, tisztességes bérből, mindenki biztonságosan élhet, és ahol súlya van annak a szónak, hogy ember.²⁹

3.5. Mit adhat a biblioterápia a hajléktalan embernek (is)

*Csodálkozol a kokainistán,
S nem érted?
Gondolkozzál az okain is tán
S megérted!*

Kosztolányi Dezső

A biblioterápiás foglalkozás hatása sokrétű. Hosszabb vizsgálódás és részletes tanulmányozás tudná feltérképezni a rövid és hosszú távú változásokat és következményeket. Azonban az biztos, hogy a céltudatos olvasás tágitja a gondolkodást, új nézőpontokat képes megmutatni és általa több oldalról nézhetünk rá egy-egy helyzetre, eseményre.

A biblioterápiás foglalkozás általában csoportos tevékenység. Ez lehetővé teszi, hogy fejlődjünk abba, hogy türelmesen meghallgatjuk a másikat, kíváncsivá tegyen minket a társak meglátásaira és véleményeire, és ez által a saját gondolkodási sémánk is tágulhat. A csoportban lehetőség van a megnyílásra, a „megmutatkozásra”. Kimondani a nehezen megfogalmazott és vállalt belső én-tartalmakat időnként bizony bátorságot kíván. Továbbá az egy órás foglalkozás olyan új nézőpontokra sarkallhatja a résztvevőt, mely önmagától eszébe sem jutna. Kiemelheti saját gondolati körforgásából, és új perspektívákat kínálhat számára.

A rendszeres összefüggések hatására elindulhat egy személyiség- és jellemfejlődés, erő, bátorság és erkölcsi fejlődés jelenhet meg a résztvevőben, és csökkenhet az előítélet.

Mindezek mellett a biblioterápiának megelőző hatása is van. Dr. Oláh Andor írja: „*A könyv szuggesztív ereje nemcsak feltételezhetően, hanem bizonyosan betegségmegelőző értékű is. Gyógyít vagy ront! Hiszen egészséges vagy beteges szokásaink, magatartás-, gondolkodásmódunk nagyrészt környezetünk – munkatársaink, osztálytársaink, családjaink – hatására, jó vagy rossz példaadásra és kulturális hatásra – jó vagy rossz olvasmányok, tévé, rádió, színház, tankönyvek, iskolai tanulmányok – alakul ki.*

A könyv folyamatosan ront vagy gyógyít ebben a világban, anélkül, hogy – többnyire – tudomásunk van róla. A biblioterápia nem jelent mást, mint tudatosítani és módszerre alakítani át saját tapasztalatunkat, élményinket és mindazt, ami észrevétlenül valósult meg

²⁹ Roma témákkal kapcsolatos híreket feldolgozó portál: <http://www.sosinet.hu/> [online] [2014. 02. 16.] < URL: <http://www.sosinet.hu/2014/02/16/hogyan-lettem-hajlektalan/>

*eddig.*³⁰ Ezen a megközelítésen mindenképpen el kell gondolkodni a fejlesztő biblioterapeutának. Egy-egy esetben, csoportban mi az a mű, amely „ront vagy gyógyít”? Egyáltalán van olyan, hogy egy mű „ronthat”? Nem lehetséges inkább, hogy csak „nem használ”?

Mert például Sóron Ildikó csak „értékes” irodalmi műveket használ a foglalkozásain. Azután vannak olyan biblioterapeuták, akik szélesebb repertoárral dolgoznak – például Majka dalszöveggel is –, és akkor ott vannak még a mesék, mint régi és jól használható művek.

Vagy ezt a „ront” minőséget nem is innen kell megközelíteni, hanem inkább az adott ember helyzetét és a mű üzenetét kell összhangba hozni? A cél, hogy találkozzon a mű és a személy, és általa problémájára, önmagára ismerjen az olvasott történetben? Mert ekkor fog a mű „gyógyítani”?

Azt gondolom, hogy igen, ez fontos. Ahhoz, hogy igazán gyógyítson a mű, ismerni kell a folyamatban résztvevő emberek jellemzőit: korukat, nemüket, élethelyzetüket, mert a biblioterápiás foglalkozással mély nyomot hagyhatunk bennük, és nem mindegy, hogy milyen emlékekkel távoznak, hiszen ezen élmény még sokáig dolgozhat az emberben.

³⁰ Oláh Andor dr: Élménybeszámoló a biblioterápiáról. Az irodalom, mint gyógyszer. In: TermészetGyógyász Magazin, 1992. február, p. 8-9.

4. A HAJLÉKTALANSZÁLLÓ BEMUTATÁSA, AHOL A BIBLIOTERÁPIÁS FOGLALKOZÁS MEGTARTÁSRA KERÜLT

Azért vagyunk a világon, hogy valahol otthon legyünk benne!

Tamási Áron

4.1. Gyáli Átmeneti Szállás

A Gyáli úti Átmeneti Szállón a fejlesztő biblioterápiás foglalkozást egy ismerős szociális munkás ajánlása által kezdeményeztem. A dolgozatomban Bernadettnek fogom hívni.

Budapesten a *Budapesti Módszertani Szociális Központ és Intézményei* (BMSZKI) a legnagyobb hajléktalanellátó szervezet. „Folyamatosan bővülő, gyarapodó intézményeivel egyben az ország és a Közép európai régió egyik legnagyobb szociális szolgáltató szervezete. Az intézmény mérete azonban inkább szakmai kihívás, mintsem büszkeség tárgya számunkra.” – olvasható honlapjuk nyitó oldalán³¹

A Gyáli Átmeneti Szállás olyan 18. életévüket betöltött hajléktalan és állami gondoskodásból kikerült embereknek biztosít lakhatást, akik állandó jövedelemmel rendelkeznek, valamint havi előtakarékosságot is vállalnak. Ezen intézmény a BMSZKI telephelyei közül kiléptető szállónak minősül, ami azt jelenti, hogy az itt lakók a rendszeres jövedelem és az előtakarékosság hatására viszonylag rövid idő alatt képesek lakhatásukról önállóan is gondoskodni.

A szakosított szociális ellátást nyújtó Gyáli Átmeneti Szállás 2008 decemberében kezdte meg működését Budapesten a kilencedik kerületben. Ez az intézmény budapesti viszonylatban a legjobbak közé tartozik. Kulturált épület, kétágyas szobák, meleg étkezési lehetőség, edzőterem és könyvtár is megtalálható a 150 férőhelyes épületben. Emeletenként közös konyha, fürdő, WC és mosóhelység található.

A szállón lehetőség van férfi, női és páros elhelyezésre is. A bentlakók aránya: 74 fő férfi, 18 fő nő és 29 pár. Az Igazgató elmondása alapján mindig van egy pár üres helyük, hogy a hirtelen utcára kerülő embert el tudják helyezni.

A bekerülők először a szakmai vezetővel beszélgetnek el, és csak akkor foglalhatják el a szobát, ha vállalják a havi kötelezettségeket. Az első hónapban a bentlakás ingyenes, de a hónap végén 5.000.- Ft kauciót kell kifizetni. Ez egyszeri összeg, és ha nincs károkozás vagy tartozás, a kiköltözéskor ez visszajár. Illetve 9.600.- Ft a lakbér, és havi szinten az előírt előtakarékosság 12.000.- Ft/fő. Személyes megbeszélés alapján ettől eltérésre van lehetőség.

³¹ Budapesti Módszertani Szociális Központ és Intézményei honlapja: < URL: <http://www.bmszki.hu/> [2014. 02. 21.]

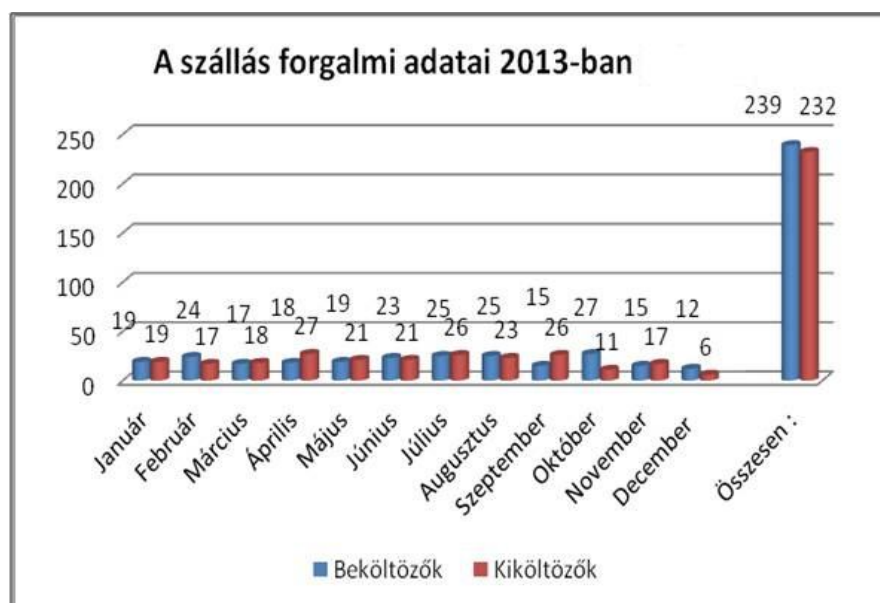
Szociális team dolgozik az intézetben, többértű céllal. Egyrészt a feladatuk a mentális támogatás, másrészt segítenek munkát találni, később pedig a lakhatás tartós megoldásában is közreműködnek. Ennek érdekében személyre szabottan foglalkoznak az itt lakókkal. Feltérképezik a bentlakó erőforrásait, egyénre szabott cselekvési tervet készítenek, és a célok elérése érdekében rövid és hosszú távú megállapodásokat kötnek. Továbbá a szociális szakemberek segítséget nyújtanak a hivatalos ügyintézésben, szenvedélybetegségek leküzdésében és magánéleti problémák megoldásában is.

A bentlakók elötakarékosságát és motiváltságát segítik és nyomon követik itt tartózkodásuk alatt, valamint, a lakhatási támogatással távozottak esetén utógondozás formájában a későbbiekben is.

Az Átmeneti Szállás 2008 előtt Fővárosi Pedagógus és Nővérszálló volt. Ez után az épület egyik szárnya – a 150 főt befogadó – hajléktalanszálló lett, a másik szárny pedig továbbra is munkásszállóként működik. Ide kerülhetnek a hajléktalanszállóról azok az emberek, akik vállalni tudják a bentlakás költségét. Egyágyas elhelyezéssel ez az összeg 49.000.- Ft/fő/hó, kétágyas elhelyezéssel pedig 29.500 Ft/fő/hó.

Az Átmeneti Szálláson eltölthető idő maximum két év, mely 4 hónapos szakaszokra van osztva. Egy-egy időszak végén a bentlakás meghosszabbítható, de a két év letelte után a lakónak mindenképp el kell hagynia a szállót.

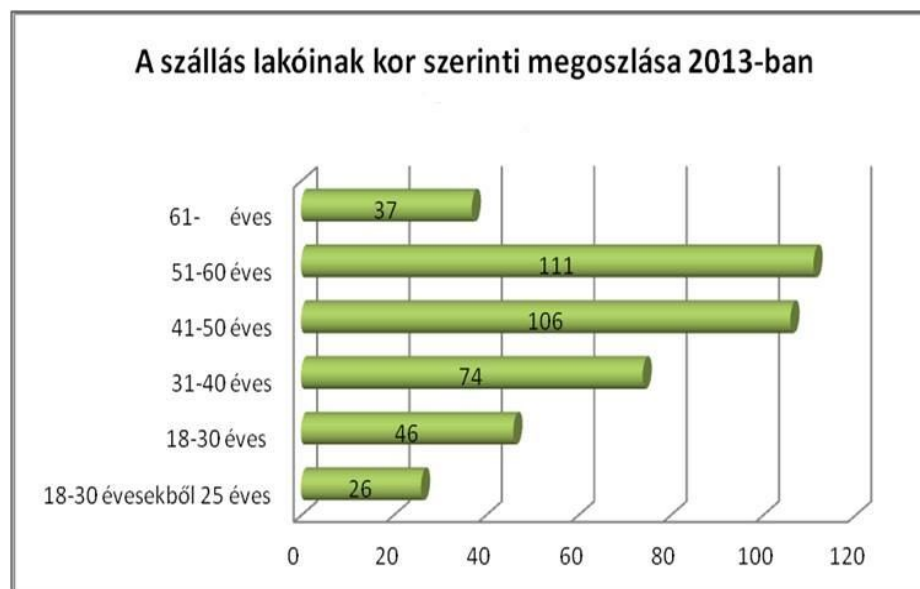
A Gyáli Átmeneti Szállás 2013-as beszámolójából kiderül, hogy abban az évben 239 fő költözött be és 232 fő költözött ki az szállásról.³²



³² Keserű Zsolt (szállásvezető és munkatársai): SZAKMAI BESZÁMOLÓ a Gyáli Átmeneti Szállás 2013. évi munkájáról. Ezt a dokumentumot megkaptam az intézettől. Az 1. és 2. ábrát ebből az anyagból emeltem ki.

A 2012-es évhez viszonyítva 21%-kal – 70 fő – kevesebben érkeztek a szállóra 2013-ban. A beköltözők számának ez a jelentős visszaesése abból fakad – írja a beszámoló –, hogy csökkent a hajléktalan múlttal nem rendelkező belépők aránya, ezzel párhuzamosan pedig növekedett a már bentlakók átlagos itt tartózkodásának az ideje.

4.2. A Gyáli Átmeneti Szállás lakói



Az előzetes ismerkedés és felmérés idején Bernadettel, a szállón öt éve dolgozó szociális munkással beszélgettem az itt élő emberekről, életükről, gondolkodásukról. Célom az volt, hogy többet tudjak meg róluk, és a foglalkozások tervezéséhez ezt a tudást felhasználjam.

Bernadett elmondta, hogy az ide bekerülő emberek többségének nem igazán van jövőképe. Tudják, hogy számukra ez most egy átmeneti megoldás, de arra nincsenek terveik, hogy később merre mennek tovább.

A szállón lakók egy része alkoholfüggőséggel küzd, de a rendszeres lakhatási költségek miatt nem válik teljesen kontrollálhatatlanná a probléma, így általában nem kerülnek még rosszabb helyzetbe.

Nagyon sokaknak, a lakók mintegy 60%-ának van szakmai végzettsége, azonban a megváltozott gazdasági helyzetben ezek már nem képeznek munkaerő piaci tőkét számukra. Többen járnak a Munkaügyi Központok továbbképzéseire, de ezek sem nyújtanak biztos elhelyezkedési lehetőséget.

S az is a tapasztalata, hogy ezek az emberek nehezen megközelíthetők. Bezárkóznak saját világukba, és onnan szinte nem is lehet kimozdítani őket. Van, akit már másfél éve ismer, hozzá tartozik, mint szociális munkáshoz, de még egy-két szónál többet soha nem sikerült beszélgetnie vele.

5. FEJLESZTŐ BIBLIOTERÁPIÁS CSOPORT A HAJLÉKTALANSZÁLLÓN

Az itt élőket összenyomja a tér, és beszívja az idő.

Dóra mondta az első foglalkozáson

5.1. Előzetes felmérés a fejlesztő biblioterápiás foglalkozásra

Az első lépés az volt, hogy az Igazgatóval és az intézmény szakmai Vezetőjével leültem beszélgetni. Ők bemutatták az intézetet és az itt folyó munkát, én pedig a biblioterápiát mutattam be nekik először általánosságban, utána pedig elmondtam a módszer lényegét és a benne rejlő lehetőségeket.

Kezdeményezésemet nyitottan fogadták. Körbevezettek az intézetben, és megmutatták azt a két helységet, melyben a biblioterápiás foglalkozást meg lehetne tartani. Az egyik egy kisebb szoba volt, a fal mellett körben székekkel, a másik helység pedig a könyvtár.

Én a foglalkozáshoz a könyvtárat választottam. Egyrészt kapcsolódik a biblioterápiához, másrészt nagyobb, mint a szoba, kényelmesebben el lehet benne férni. Fontosnak tartottam, hogy legyen megfelelő távolság az emberek között, hogy komfortosan érezzék magukat. Ha nagyon egymás mellett ülünk, egyrészt nem látjuk azokat, akik velünk egy sorban ülnek, másrészt nagyon összeérünk, és ez zavaró lehet.

A beszélgetés során kitértünk arra is, hogyan lehetne embereket toborozni a csoportba. Mert, mint mondták, a hajléktalanok zárkóztak és maguktól nem fognak egy ismeretlen területre jelentkezni. Kérték, hogy készítsek egy kis leírást a biblioterápiáról a szociális munkások számára is, hiszen ők azok, akik napi szinten találkoznak a lakókkal és ajánlani tudják nekik a csoportot, de a biblioterápiát ők sem ismerik, így viszont nem tudják ajánlani.

Továbbá készítettem A4-es méretű plakátot³³, mely kifüggesztésre került a portán, a liftekben, a könyvtár ajtaján, az emeleti faliújságokon és olyan helyeken is, ahol gyakrabban megfordultak a lakók.

Ez a találkozó 2014. január közepén történt, és abban maradtunk, hogy február közepén elkezdem a foglalkozásokat.

Február elején azonban kiderült, hogy a tényleges csoportfolyamat elindulásához nem volt elég a szervezésre tervezett három hét. Addigra mindösszesen 3-4 jelentkező volt. Ekkor Bernadett vette kézbe a szervezést. Kisebb szórólapokat is nyomtatott, és ezeket személyesen adta át a lakóknak.

Március elejére 8 fő jelentkezett, és abban maradtunk, hogy elkezdem a foglalkozásokat. A fejlesztő biblioterápiás foglalkozássorozatot hosszabb időre terveztük, de a szak-

³³ Mely a 2. Függelékben olvasható.

dolgozat szempontjából az első hét alkalmat tekintettem kerek egésznek. Amikor letelt a hét alkalom, akkor levontam a tapasztalatokat és összeállítottam a további alkalmak tematikáját.

5.2. Személyes felkészülés

Mint már írtam, én közelebbről a hajléktalanok világát nem ismertem. Olvastam róluk, találkoztam velük az utcán, de ez csak egy felületes ismeret volt. Úgy gondoltam, a 150 fős hajléktalanszálló és 80 fős munkásszálló létszámából biztosan összejön 8-10 ember, akik nyitottak erre a lehetőségre.

A foglalkozásnak is azért a *„Beszélgetés irodalmi művek segítségével az élet kérdéseiről”* címet adtam, hogy érthetőbbé és közelebbé tegyem számukra ezt a módszert.

A biblioterápiával bejárni kívánt út felvázolásánál sok szempontot figyelembe vettem. Azt tudtam, hogy nem az élet legmélyebb kérdéseivel szeretnék kezdeni (veszteség, halál, gyász), de e témákat a későbbiekben mindenképpen elő kívántam venni. Inkább a barátság, a remény, és a bizakodás témáival lehetne indítani – gondoltam a tervezés folyamán. Szem előtt tartottam azokat az információkat, melyeket a szociális munkásokkal és vezetőkkel való beszélgetésből kaptam. Szerettem volna olyan tematikát összeállítani, amely valóban a lakók hasznára válhat, támogathatja őket a mindennapokban és a továbblépésben.

Igyekeztem figyelembe venni azokat a speciális igényeket, amelyek a hontalanokban felmerülhetnek. Olyan témaköröket és kérdéseket kívántam körbejárni, amelyek ennél a csoportnál meghatározóan jelen lehetnek a mindennapokban a helyzetükből fakadóan.

Azt is tudtam, hogy verseket vagy rövid novellákat fogok vinni, melyeket ott a foglalkozás elején felolvasok. Nem szerettem volna senkit kellemetlen helyzetbe hozni azzal, hogy esetleg nehezebben jegyez meg hosszabb szövegeket.

A felkészülés folyamán nagyon sokszor felmerültek bennem DDr. Hász Erzsébet PhD gyakorlati óráján tanultak is. Ő többek között azt is elmondta nekünk, hogy az emberek sznobizmusára bátran alapozhatunk az irodalmi művek kiválasztásánál. Büszkék lesznek, hogy ilyen, nem mindennapi művekkel foglalkoznak, többé teszi ez őket, és kicsit dicsekedve mesélnek erről.

Azt is fontosnak tartottam, hogy kapjak visszajelzést a csoporttól, ezért kidolgoztam két rövid kérdőívet, melyeket az első és az utolsó órán töltöttem ki a résztvevőkkel. Ezzel szerettem volna bennük is megerősíteni a tényt, hogy a foglalkozások menetében a csoport dinamikájának és igényeinek is szerepe van. Úgy véltem, hogy a témakörökhöz az esetlegesen felmerülő igények és az érdeklődés irányultsága alapján később még más műveket is vihetek.

Az első hét foglalkozásra előzetesen összeállítottam egy tematikát és a hozzá kapcsolódó műveket³⁴:

- | | |
|------------|---|
| 1. alkalom | Bemutakozás, Kirekesztettség, Máság
<i>Eörsi István: Katicabogaramról</i> |
| 2. alkalom | Barátság, Remény
<i>Horatius: A Vergiliust Athénba vivő hajóhoz</i> |
| 3. alkalom | Életút, Feladatok, Kihívások
<i>Grimm: A kristálygömb</i> |
| 4. alkalom | Társadalmi értékrend
<i>Rab Zsuzsa: Vaspántok</i> |
| 5. alkalom | Szerepek, az Én meghatározása
<i>Békési Márta: Ki vagyok én?</i>
<i>Aranyosi Ervin: Ki vagyok én?</i> |
| 6. alkalom | Szabadság
<i>Richard Bach: Illúziók (részlet)</i> |
| 7. alkalom | Változás, elengedés, Összegzés
<i>Szöggjal Rinpocse: Önéletrajz öt fejezetben</i> |

³⁴ A felhasznált irodalmi művek az 1. Függelékben megtalálhatók.

5.3. A fejlesztő biblioterápiás foglalkozássorozat leírása

5.3.1. Első foglalkozás

Foglalkozás időpontja: 2014. március 03. hétfő 17 óra

Témakörök: Bemutakozás, Kirekesztettség, Másság

Olvasmány: *Eörsi István: Katicabogaramról*

Résztevők létszáma: 5 fő (3 férfi, 2 nő)

Ülés összefoglalása:

Az első foglalkozást március 3-án tartottam a hajléktalanszálló könyvtárában.

Előzetesen 8 fő jelentkezett, de a foglalkozásra ténylegesen 5 fő jött el (3 férfi és 2 nő). Ketten utána személyesen megkerestek, hogy most nem tudtak jönni, de a következő héten ott lesznek.

A foglalkozást kicsit később tudtuk kezdeni, mert nehezen gyűltek össze. Nagyobb körben ültünk az asztal körül.

Bemutakozással kezdtem, majd arról ejtettem néhány szót, hogy irodalmi művek alapján fogunk beszélgetni. Továbbá elmondtam, hogy a csoportfoglalkozáson feltétel a titoktartás. Ami itt elhangzik, arra vonatkozik a csoporttitok. Maradjon a falak között és közöttünk az, ami az egy órás ülésen történik. S megkérdeztem, hogy ezzel mindenki egyetért-e, és erre ők igennel feleltek.

Aztán kértem egy körbemutakozást, meghozzá úgy, hogy mondják el a keresztnévüket – ezt rögtön felírtam egy papírra az ülési rendnek megfelelően, hogy később mindenkit a nevével tudjak szólítani³⁵ – és kértem, hogy válasszanak egy mesehőst, és indokolják meg, hogy miért azt választották. Ez a beszélgetés kicsit nehezen indult. Főleg a nők voltak azok – Dóra és Zsuzsa³⁶ –, akik nyitottabbak és bátrabbak voltak a válaszokkal.

Gábor közölte, hogy ő most egy mérges és zárkózott bika hős lenne, mert bizony így érzí magát. Konkrét mesét nem tudott megnevezni.

Közben végig bíztattam őket, hogy nincs jó vagy rossz válasz. Nincs mérce és megmértetés. Ami a lényeg, hogy akarjanak és tudjanak megnyilvánulni.

Következő körkérdésem az volt, hogy mit szoktak olvasni, mi volt az utolsó olvasásélményük? Az öt főből hárman azt mondták, hogy nem szoktak olvasni, nincs rá idejük. Közülük Dóra megemlítette, hogy ő a párjával – Gáborral – a Spektrum adását nézik a tv-ben. Szeretik ezt a műsort, mert sokrétű, a világ minden tájára „elutaznak”, és sok új ismerethez is jutnak általa.

³⁵ Ezt is DDr. Hász Erzsébet PhD gyakorlati bemutatóján tanultam.

³⁶ A szakdolgozatban szereplő neveket a személyiségi jogok védelme érdekében megváltoztattam.

A két főből, aki szokott olvasni, az egyik egy férfi – Tamás –, ő mélyen vallásos. Elmondta, hogy igen lecsúszott életet élt, de egyszer volt egy meghatározó élménye. S akkor ott ő megváltozott. Onnantól kezdve olvassa a Bibliát, imádkozik, és már nem csak ő, csak a neki számít, hanem odafigyel másokra is.

Az olvasó nő – Zsuzsa – elmondta, hogy könnyed, rövidebb regényeket szokott olvasni, mert ezek feltöltik őt.

Ekkor azt láttam, hogy az idő eléggé elszaladt. Összesen már csak 25 percünk volt a foglalkozásból. Elővettem a verset – *Eörsi István Katicabogaramról* –, kiosztottam a lapokat és felolvastam.

A következő kérdést tettem fel: Különbözőek vagyunk-e? S a válaszuk egyből igen lett. És máris elkezdtek magukról, a helyzetükről mesélni. Szinte alig várták, hogy szóhoz jussanak. Könnyen megnyíltak, és őszintén beszéltek. Nem volt gátlás a csoportban, átadták magukat a folyamatnak.

A következő kérdésem: Azért, akik vagyunk, esetleg érnek-e minket bántások? És itt is jöttek a példák. Az utolsó kérdésem az volt, hogy merjük-e vállalni azt, akik vagyunk, és lehetünk-e erre büszkék? Erre a kérdésre is mindenki bátran elmondta azt, amit gondol.

Az egy óra nagyon hamar elszaladt. A záró körnél megkérdeztem, „Mit visznek magukkal a foglalkozásról?”. Mindenki tudott pozitív dolgot mondani.

Majd ezek után kértem, hogy töltsenek ki név nélkül egy kis kérdőívet, melyet szívesen megtettek. A kérdőív összegzése a következőket mutatta meg:

<i>Neme:</i>	3 férfi és 2 nő – János, Gábor, Tamás, Zsuzsa és Dóra
<i>Kora:</i>	57 év – 64 év
<i>Iskolai végzettsége:</i>	1 fő szakmunkás iskola 1 fő szakközépiskola 1 fő gimnáziumi érettségi 1 fő főiskola 1 fő egyetem
<i>Van munkahelye?</i>	4 fő igen, 1 nem
<i>Miért jött a csoportba?</i>	* „Tanulni más emberek véleményéről, hozzászólásaiból.” * „Érdeklődés.” – 2 fő * „Szeretem elmémet nyitottan tartani.” * „Szeretek az élet dolgairól beszélgetni.”
<i>Hogy érezte magát?</i>	* „Köszönettel nagyon jól.” * „Kitűnően.” * „Nagyon jól.” – 2 fő * „Jól.”

<i>Milyen témakörökről beszélgetne szívesen?</i>	* „Minden nemű téma érdekel, szeretettel fogadom.” * „Mese.” * „Folytatni hasonló témakörökben.” * „Mese, művészetterápia, ezotéria, versek.” * 1 fő nem írt semmit, de ő még nem volt ott a foglalkozás elején, amikor is beszéltem a fejlesztő biblioterápiáról.
--	--

Kíváncsian és nyitottan vártam a következő foglalkozást.

5.3.2. Második foglalkozás

Foglalkozás időpontja: 2014. március 10. hétfő 17 óra

Témakörök: Barátság, Remény

Olvasmány: *Horatius: A Vergiliust Athénba vivő hajóhoz*

Résztevők létszáma: 6 fő (3 férfi, 3 nő)

Ülés összefoglalása:

Lassan jött össze a csoport, a kezdésnél négyen voltak. Ők részt vettek az előző heti foglalkozáson is (Gábor, Tamás, János és Dóra). Majd a két hölgy, akik az előző héten ígérkeztek – Márta és Emese – késve, de megérkeztek.

A bemelegítő körnél most azt kértem, hogy mivel itt a tavasz, egyre zöldebb és vidámbb a természet, egy növényt említsenek meg, amelyik nekik kedves, és azt is mondják el, hogy miért.

Én kezdtem, és a tulipánt mondtam. Azért, mert tavasz van, szeretem a friss illatát és a sokféle színt, melyben megjelenik – indokoltam meg választásomat biztatásként.

És érdekes dolog történt, mert ők egyből lereagálták, hogy miért nem jó választás a tulipán. Mert „hamar elvirágzik és rövid életű” – mondta János. Azonban Dóra egyből reagált, „de élőlő. Van hagymája és jövőre ismét szépen virít.” – mondta – Ő azonban inkább a rózsát választja. „Sokáig virágzik, sokféle van belőle, és van tüskéje, ami fontos, hogy megvédje magát.” És aztán megállapította, hogy bizony neki is van tüskéje, mégsem tudja megvédeni mindig magát. Az ő párja Gábor, az asparágust választotta. Hogy miért, erre nem is tudott válaszolni, majd „a rózsza mellé jó díszítésnek” – mondta.

János virága azért volt érdekes, mert ő a tulipánt egyből „leszólta”, és mégis ő is tavaszi és nem olyan tartós virágot választott magának, a hóvirágot. „Mert szeretem a tisztaságát” – mondta.

Elmagyaráztam, hogy ennek a körnek nem az a lényege, hogy megbíráljuk egymás választását. Nem számít, hogy nekünk személy szerint tetszik-e az a virág, melyet a másik választ. Amire érdemes odafigyelni, hogy nyitottan hallgassuk a másik választását. Ahá-

nyan vagyunk, annyi félék vagyunk, „többféle katica van” utaltam vissza az előző heti versre.

Ezek után tértünk rá az aktuális irodalmi műre.

A fejlesztő biblioterápia gyakorlati képzése során DDr. Hász Erzsébetnél jártunk, és ő ott vezetett nekünk egy foglalkozást, melyben én résztvevő voltam. *Horatius: A Vergiliust Athénba vivő hajóhoz* című versével dolgoztunk, mely akkor nekem nagy élményt adott. Azért választottam ezt a művet erre a hétre, mert bár nehéz, de kibontva és átbeszélgetve rádöbbenhet az ember, hogy valójában érti. És ez pozitív, megerősítő érzéseket tud adni. Úgy állítottam össze a kérdéseket, hogy ez az élmény megszülethessen bennük.

Kiosztottam a verset, majd felolvastam.

Az első kérdésem az volt: „Miről is szól a vers?”. Közölték velem, hogy nem is értik.

„Nézzük meg a címét.” – ajánlottam. Kicsit nehezen indult a folyamat. Dóra volt az, aki a leghamarabb ráértett a mű lényegére, „Egy ima.” – jelentette ki.

Elmondtam, hogy a verset Horatius írta, és ő tudta mikor és hol élt a költő, ismerte azt a korszakot és az életét is.

Közben felmerült, hogy talán inkább „fohász”, mint „ima”. Ez jó kezdésnek bizonyult, mert mindenki élénken hozzászólt. Tamás kicsit bővebben, hiszen már az előző foglalkozáson elmondta, hogy ő mélyen vallásos. Neki az ima témában nagyon fontos volt, hogy kifejtse saját véleményét.

A következő témákat vettem fel a foglalkozáson: „Miért kell verset írni egy hajóhoz?”, „Kell-e fohászzkodni?”, „Van-e különbség a fohász és az ima között?”, „Mit jelent felelősnek lenni?” „Jó dolog-e utazni? Ők mikor és hova utaztak már?” és amiről hosszasan beszélgettünk az a barátság.

Ahogy ment előre az idő egyre felszabadultabbak lettek, és a saját, spontán megnyilvánulásaik automatikussá váltak. Beleadták magukat a folyamatba. Meséltek részleteket az életükből és a tapasztalataikról.

A záró körnél megkértem, hogy mindenki csak egy szóval jellemezze azt, amit ma neki a foglalkozás adott. S erre is őszintén és spontán válaszoltak.

A végén feltettem a kérdést „Milyen művekkel foglalkoznának szívesen?”. Ezt azért tettem meg, mert szerettem volna éreztetni velük, hogy ők is irányíthatják a témaválasztást. Hiszen ez a foglalkozássorozat értük van.

És Gábor, aki az első foglalkozáson a „mérges és zárkózott bika hős” kívánt lenni, egyből rávágta, hogy „mesével”. Így váltunk el.

5.3.3. Harmadik foglalkozás

Foglalkozás időpontja: 2014. március 17. hétfő 17 óra

Témakörök: Életút, Feladatok, Kihívások

Olvasmányok: *Grimm: A kristálygömb*

Résztevők létszáma: 4 fő (2 férfi, 2 nő)

Ülés összefoglalása:

A foglalkozáson most négyen voltak, két férfi és két nő.

A bemelegítő körhöz kitettem az asztal közepére pár tárgyat – volt közöttük cérna tűvel, ragtapasz, furulya, kártyapakli, cica figura, gomb és sok apróság – és azt kértem, hogy válasszanak egy tárgyat, melyet most magukénak éreznek és mondják el, hogy miért. Élvezettel választottak, és a válasz közbe beleszórták az előző hét eseményeit, melyek számukra fontosak voltak.

Majd felolvastam *Grimm A kristálygömb* című meséjét. A célom ezzel a mesével az volt, hogy gondoljuk végig, milyen utat kell bejárnunk, milyen próbákat kell kiállnunk az életben. Egyáltalán útra kell-e kelni, kell-e próbákat, feladatokat kiállni, hogy az ember hozzájusson önnön erejéhez?

Az első kérdésem az volt: „Kivel tudnak azonosulni a mesében, és miért?” Majd amikor mindenki elmondta ezt, azt kérdeztem: „Ki az ellenszenves, és miért?”

Gábort nagyon felháborította az anya cselekedete (aki a varázslóboszorkány), az, hogy elvarázsolta gyermekeit. Megkérdeztem, miért neheztel ennyire az anyára. Ő elmondta, hogy egy anya ilyet nem tehet, „Nem anya az ilyen”. Igaz, hogy neki nincs gyermeke – mondta –, de ha lenne, ő biztosan nem tudna vele így viselkedni. S elmesélt egy élettörténetet gyermekkorából, amikor rosszat tett (egy reggeli után elszökött az óvodából, mert nem szeretett ott lenni), rendesen meg is büntették, de többet nem kellett neki óvodába mennie. „Ez anyai szeretet volt.” – mondta.

A következő kérdés, melyet megbeszéltünk, hogy kell-e az életben egy negatívnak ítélt helyzet, hogy változásra sarkalljon minket? És erre egyöntetűen igennel válaszoltak.

Dóra beszélni kezdett az ő nehéz életszakaszáról, és hogy most látja, mennyit tanult belőle.

Szóba kerültek még – a mesében is felmerülő – ösztönös erők az emberben (óriás és a szilaj tulok). Ismerik-e ezt az erőt? Pozitívnak vagy negatívnak ítélik?

Nyíltan és őszintén vállalták fel véleményüket, gondolataikat és sokszor életüket is.

Nagyon hamar elszaladt az egy óra. Nem tudtuk a mesét teljes mélységében végig átbeszélni, és ezt ők is hiányolták.

Adtam egy kis házi feladatot, azt kértem, gondolják végig, mit jelenthet a kristálygömb, és írják le, hogy az ő életükben ez hogyan jelenik meg. S akkor legközelebb itt folytatjuk, maradtunk ennyiben.

Mindenki jókedvűen hagyta el a könyvtárat.

5.3.4. Negyedik foglalkozás

Foglalkozás időpontja: 2014. március 24. hétfő 17 óra

Témakörök: Belső erőnk, Önmagunk

Olvasmányok: *Grimm: A kristálygömb*

Résztevők létszáma: 3 fő (1 férfi, 2 nő)

Ülés összefoglalása:

Ismét eltelt egy hét. Erre az alkalomra az előzetes tervvel ellentétben nem vittem új irodalmi művet, hiszen nyitva maradt *A kristálygömb* című mese. (Az a része leginkább, hogy mit is jelent számukra a kristálygömb, hogyan tudják elérni a mindennapokban, lehet-e gazdagítani és mivel?)

Erre a foglalkozásra összesen hárman jöttek el. Gábor, Dóra és Márta. Ők mindhárman ott voltak az előző héten is. Új ember nem jött, pedig előtte beszéltem a szociális munkással és jelezte, hogy volt érdeklődő, aki azonban nem ért oda.

Most az indító körkérdésem az volt: Hogy telt az előző hét, és milyen szint adnának neki? És hogy bemelegedjünk felolvastam *Pete Márk Színek* című versét.³⁷

Gábor és Dóra (ők egy pár, 24 éve vannak együtt) életük fontos döntését hozták meg az előző héten, és nagy átéléssel mesélték, hogy döntöttek, itt fognak maradni a munkásszállón. Gábor ezt kékek, Dóra rózsaszínnek találta. Megkapták az engedélyt, és ez most nekik jó. Megkönnyebbülés számukra, hogy eldől, hol fognak élni az elkövetkező években. (Mindketten dolgoznak, de albérletet nem tudnak fizetni, ahhoz kevés a pénzük. Gyermeük, családjuk nincs. Csak magukra számíthatnak.)

Márta is elmesélte, hogy kapott három címet, egy hét múlva fogja megnézni, neki is döntést kell hozni a lakhatásáról. Ő a zöldet választotta, mert „remény van bennem – mondta – hogy jól fognak alakulni a dolgaim.”

Hagytam szabadon beszélni őket. Úgy éreztem most számukra fontos, hogy megosszák életük meghatározó döntésének eredményét a csoporttal. Beszéltek a hajléktalanszállón töltött életről, a közösségről, annak hiányáról, é belső igényeikről ezzel kapcsolatban.

³⁷ Azért ezt a verset választottam, mert tele van élettel és színnel. Egy 18 éves fiatalember verse.

Viszont így már eltelt fél óra. Ekkor tértem rá a „házi feladatra”. Gábor és Dóra hozta is a papírt, és büszkén nyitották ki. Márta nem hozott, azt mondta ő fejben készült. S amikor elolvasták a papírt, akkor azon az előző heti történet volt.

Kérdésekkel kezdtem: mi lehet a mi kristályunk? Mi lehet az az érték, mely bennünk van, és ha aktivizálni kell, képesek vagyunk-e rá? Egyáltalán van-e ilyen bennünk?

Így már elindult a folyamat, meg tudtak nyílni. Fel tudták sorolni az értékeket – emberiség, barátság, segítő szándék, szeretet. Majd ezekről beszélgettünk. Dóra elmondta, hogy neki ezek az értékek milyen fontosak. És bizony itt a hajléktalanszállón ezek nem jelentenek semmit. Sőt, kihasználják a másik segítőkészségét. Aztán közös nevezőre jutottak, hogy fontos a saját kristályunk (belső tulajdonságaink és erősségeink) megtartása és ápolása. Ezzel kapcsolatban megkérdeztem még, hogy összeállt-e bennük saját „kristály” minőségük, mindannyian igennel válaszoltak.

A záró körkérdésem az volt, hogy mondjanak egy olyan dolgot, amivel színesíteni és gazdagítani tudnák „kristályukat”. Olyat, mely csak tőlük függ, és tudnának is érte tenni. Ezen kicsit elgondolkodtak, majd meg is osztották a csoporttal mindazt, ami a beszélgetés hatására felmerült bennük, mint figyelmesség, barátságosság, segítőszándék.

5.3.5. Ötödik foglalkozás

Foglalkozás időpontja: 2014. március 31. hétfő 17 óra

Témakörök: Szerepek, az Én meghatározása

Olvasmányok: *Békési Márta: Ki vagyok én?* és *Aranyosi Ervin: Ki vagyok én?*

Résztevők létszáma: 3 fő (1 férfi, 2 nő)

Ülés összefoglalása:

Március 31-én hétfőn ismét csak hárman voltak a foglalkozáson. Ez alkalommal azt kívántam körüljárni kik is vagyunk. Ki az az én, aki az életet éli? Ki az az én, akiben ott a kristálygömb?

Olyan verseket igyekeztem találni, ahol ez a kérdés nyíltan megjelenik, és több szintű válasz is felbukkan. Szerettem volna azt megmutatni, hogy a „ki vagyok én” kérdésre nem csak egy válasz van, hanem attól függ, kivel vagy mivel azonosítom magam.

Először Békési Márta versét olvastam fel. Ez egy óvodás vers, mégis jó megközelítés ahhoz a kérdéshez, hogy ki is vagyok én? Az óvodai jelem, a nevem vagy a szerepeim vagyok?

Izgalmas és mély beszélgetés kerekedett. Felmerült a gyermekkor, az óvodai jelek. Hogy mikor, milyennek látták magukat. És aztán a második vers után pedig a ki vagyok én, és mi lehetek kérdések kerültek előtérbe.

Előjöttek ilyen megközelítések, hogy nő vagyok, nyugdíjas vagyok, a szálló lakója vagyok, dolgozó vagyok. Egyre többet meséltek életükről és a szállói mindennapokról.

Aztán beszéltünk még arról, hogy a személyiségünket lehet ábrázolni egy hagymával, melynek közepén ott van az a kristálygömb is, melyről előző héten szó volt.

Élvezték a foglalkozást. Gábor megjegyezte, hogy neki ezek a hétfők nagyon sokat adnak, „végre, lehet értelmesen beszélgetni” – mondta.

5.3.6. Hatodik foglalkozás

Foglalkozás időpontja: 2014. április 07. hétfő 17 óra

Témakörök: Halál, Veszteség

Olvasmány: *Wass Albert: Halál*

Résztevők létszáma: 2 fő (1 férfi, 1 nő)

A hatodik foglalkozás előtti napon Bernadett tájékoztatót arról, hogy a szálló lakói közül ketten meghaltak. Mivel a hajléktalanszálló egy zárt közösség, ahol szoros érzelmi kötődések alakulhatnak ki, ezeket az eseményeket nem lehetett figyelmen kívül hagyni, ezért változtattam a tervezett tematikán.

Az egyik lakó korházban halt meg, a másik pedig gyilkosság áldozata lett, akit a tőle valófélben lévő férje három késszúrással ölt meg a nő munkahelyén. Pár hónappal ezelőtt a nő a hajléktalanszállóra menekült 23 éves skizofrén fiával, mert otthon fenyegettetésben élt.

Bernadett, a szociális munkás azért szólt nekem, hogy előfordulhat, hogy ez a téma felmerül a foglalkozáson, mert mindenkit nagyon megrázott a két haláleset, és még nem beszéltek erről a lakókkal. A megölt nő fia nem eszik, és állandóan csak azt mondja, hogy „nemsokára megjön anya”.

Ezen történések hatására úgy döntöttem, hogy halállal kapcsolatos irodalmat viszek a foglalkozásra. Több művel is készültem: egyrészt *Wass Albert: Halál* című versével, valamint *Kosztolányi Dezső: Tréfa* című novellájával, mivel gyilkosság is történt. Azt terveztem, hogy a bemelegítő kör után döntök majd arról, melyiket olvasom fel.

Ülés összefoglalása:

A foglalkozáson Gábor és Dóra voltak jelen. A bemelegítő körben azt kértem, hogy meséljenek az elmúlt egy hétről. Ők ezt megtették, de nem említették a haláleseteket.

Korábban már beszéltek arról, hogy a szomszédjukban lakó hölgyel szoros kapcsolatot ápolnak, felváltva szoktak egymásnak is főzni. A foglalkozáson tudtam meg, hogy ez a hölgy az, akit a férje megölt.

A bemelegítő kör után elővettem és felolvastam Wass Albert Halál című versét. Kicsi döbbenetet, de annál nagyobb megkönnyebbülést éreztem, főleg Dóra részéről. Egyből ömlött belőle a szó a gyilkosságról. Hogy igazán nem is tudják mi történt. Senki nem beszélt még velük. És ott van a beteg fiú, aki képtelen ellátni magát, most mi lesz vele? – mondta őszintén. Lehetett érezni, hogy mekkora megkönnyebbülés, hogy végre nyíltan beszélhetett arról, hogy mennyire megrázta az eset. Elmondta, hogy még Gáborral, a társával sem tudta ezt őszintén megbeszélni. Őt nagyon mélyen megérintette az, ami történt.

A foglalkozáson a gyilkosságról, a halálról, az elmúlásról, a veszteségről és a gyászról beszélgettünk. Mindketten megnyíltak, és a végén elmondták, milyen jó, hogy ez a vers került elő. A meggyilkolt nő a fiával a mellettük lévő szobában élt (és a fiú még ott él), és nagyon mélyen megérintette őket ez az eset, és az erről való nem beszélés is.

Megkönnyebbültek az óra végére.

5.3.7. Hetedik foglalkozás

Foglalkozás időpontja: 2014. április 14. hétfő 17 óra

Témakörök: Változás, elengedés, Összegzés

Olvasmány: *Szögyal Rinpoce: Önéletrajz öt fejezetben*

Résztevők létszáma: 2 fő (Dóra és Gábor)

Ülés összefoglalása:

A foglalkozásra képeslapokat vittem különböző tájakról. A résztvevők választottak egyet, és erről beszélgettünk: miért azt választották, mit jelent számukra a kép? A válaszaikban benne voltak az elmúlt hét eseményei, hogy sokat dolgoznak és tesznek a közösségért, de a szállón bolondnak nézik őket. Kirekesztettek és csak egymásra számíthatnak.

Ezek után kiosztottam, majd felolvastam a verset.

Azonnal élénk beszélgetés kezdődött arról, hogy vajon miért is követjük el életünkben ugyanazokat a hibákat? Miért olyan nehéz változtatni dolgokon? S van-e olyan „gödör”, melybe egész életünkbe folyton-folyvást belelépünk?

Lettek meglátások arról is, hogy mit is lehetne tenni, hogy változtassanak. Hogy elengedjék a régi, már túlnőtt helyzeteket, kapcsolatokat vagy bármit, s hogyan is lehetne egy „másik utcán” sétálni?

Igen ám, vetődött fel egyből a következő gondolat: „De ott is vannak gödrök.” – kiáltott fel Dóra.

Tartalmas beszélgetés folyt a kiscsoportban.

Az utolsó öt percben pedig azt kértem tőlük, hogy mondjanak egy pár mondatos összefoglalást arról, hogy mit adott nekik ez a hét alkalmas biblioterápiás foglalkozás sorozat. (Eredetileg kérdőívet terveztem. De egyrészt ketten voltak – s ők egy pár –, másrészt nyíltan vállalták a véleményüket mindig, ezért az élő szavas beszélgetés mellett döntöttem.)

Gyuri összegzése: *„Nagyon sokat adott. Nincs olyan nap, pontosabban óra, hogy ne jusson eszembe, amiről beszélgettünk. Sok új nézőpontot kaptam. Változtam. Színesedett az életem.”*

Dóra elmondta, hogy volt tíz évük, amikor éheztek. Napról-napra csak az kötötte le a tudatukat, hogy másnap mit és miből fognak enni. *„Most innen visszanézve látom, hogy milyen borzasztóan szűk világban éltünk. – mondta. – S talán, ha így haladunk előre, új dolgok is megjelenhetnek számunkra. Talán nincs még minden veszve.”*

Megbeszéltük, hogy folytatjuk a foglalkozásokat. Igaz, hogy csak ketten vannak állandó résztvevők, de nekik ez nagyon sokat ad. Így váltunk el.

6. ÖSSZEFOGLALÁS

*Ezen a világon az emberek hamar ráunnak arra, ami nem érdektelen,
és jóformán csak az köti le őket, ami unalmas.*

Murakami Haruki

6.1. Tényszerű összegzés a foglalkozássorozatról

A biblioterápiás foglalkozássorozaton résztvevők száma megítélésem szerint az Átmenti Szállón és a munkásszállón lakó 230 főhöz viszonyítva igen alacsony volt. Az indulás előtt bizony nagyobb érdeklődésre és több résztvevőre számítottam. Akik pedig eljöttek szépen sorjában lemorzsolódtak.

A hét foglalkozáson összesen 7 fő vett részt, 3 férfi és 4 nő.

Résztvétel aránya:

egyszer:	2 fő
kétszer:	1 fő
háromszor:	1 fő
négyszer:	1 fő
hétszer:	2 fő

A kisszámú érdeklődés okáról többször beszéltem a szálló szakmai vezetőjével és a szociális munkással is.

Bernadett elmondta, hogy rendszeresen szól a lakóknak, kitették újra a szórólapot a liftben és több helyre az épületben, de nehezen mozdíthatók ezek az emberek. Sőt, hétfőnként 16.45-kor az épület hangosbeszélőjén is bemondták a foglalkozást.

Bernadett szerint az ok többrétű. Elmondta, hogy ezen a szállón négy hónapig vannak az emberek, aztán továbbállnak. Ebben a rövid időben egyrészt nem akarnak semmiben részt venni, másrészt teljesen más köti le a tudatukat, mint bármiféle csoportos foglalkozás. Folyamatosan próbálkoznak több mindennel: ingyenes angol tanfolyam, ingyenes színház és mozi látogatás, s ott a könyvtár is, melyet azonban egy délután összesen két ember látogat meg. Továbbá itt a tavasz, szép az idő és kiköltöznek a lakók.

Azt is körbejártuk, hogy a szociális munkás kollégák sem mondják a lakóknak, mert nem kívánnak ezzel foglalkozni.

Volt egy érdekes történet, mely jól jellemzi az itt élő embereket. A hatodik foglalkozás előtt Bernadett beszélt egy most beköltözött férfival – Mátyással –, aki sokadszorra lett az Átmeneti Szálló lakója. Jól ismeri őt, szeret könyvtárba járni – mondta Bernadett. Beszélt neki a biblioterápiás foglalkozásról, és abban maradtak, hogy eljön.

A hatodik foglalkozáson – amikor ketten voltak – a kezdés után 20 perccel megjelent kezében egy nagy sporttáskával, és azt mondta, csak bejött körülnézni. Bemutatkoztam, ő kezét csókolt, és megkérdezte, mikor lesz nyitva a könyvtár. Majd köszönt, és kiment.

Bernadett a foglalkozás után e-mailben megkérdezte, hogy minden rendben volt-e. Mátyásról ezt írta: „Ő azt mondta, hogy furcsa volt neki és új a szituáció. De szerintem meg majd újra.” Én leírtam a pontos történetet. Ő pedig így reagált: „Aha, akkor szűrni kell az elmondottakat...” Mátyást nem láttuk a hetedik foglalkozáson sem.

6.2. Az eredmények bemutatása

Az a hét ember, aki ott volt a foglalkozásokon, akkor, ott nyitottságot és érdeklődést tanúsított. (Hogy aztán miért nem jött többet, azt is érdekes lenne „kinyomozni.”)

Azt nagyon jó volt megtapasztalni, hogy őszintén megnyíltak egymás előtt, könnyedén beszéltek belső világukról, gondolataikról, gondoljaikról és terveikről is. Néha igyekeztek meggyőzni egymást saját véleményükről, és volt, amikor (főleg a bemelegítő köröknél) könnyen ítéleztek.

Az irodalmi művek felkeltették az érdeklődésüket, nyitottak voltak a témákra. Többször jelezték, hogy milyen jó így átbeszélgetni egy-egy művet, és hogy mennyivel többet ad ez, mint a régi irodalom órák – mondták.

Gábor és Dóra mind a hét foglalkozáson jelen voltak. (Sőt jelezték igényüket a folytatásra is.) Rengeteget kaptak az együtt töltött időben. Mindig készültek, és várták a hétfőket. A biblioterápia kiemelte őket abból a speciálisan nehéz helyzetből, melyben a mindennapjaik során élnek. Kaptak új gondolati magokat, új nézőpontokat és reményt, hogy még nem egészen égtek ki. Hogy van még bennük tartalék, melyet mozgósítani tudnak az életben.

A hatodik foglalkozásra más témát vittem, mint azt eredetileg terveztem. A gyilkosság és a haláleset feldolgozását segítő beszélgetés lehetősége miatt tettem ezt meg. *Wass Albert: Halál* című verse jó irodalmi műnek bizonyult. Segített kimondani a bennük is megfogalmazódott kérdéseket a halálesetekkel kapcsolatban.

A hetedik foglalkozáson is megemlítették, hogy ezek a témák a mindennapokban fel sem merülnek bennük, pedig milyen jó és fontos róluk gondolkodni és beszélgetni. Ők ketten voltak azok, akik a mindennapokba is átemelték a foglalkozáson elhangzott gondolatokat. Úgy gondolom ez a biblioterápia igazi eredménye.

7. KONKLÚZIÓ

*De ne téveszd össze kedves olvasó – miután elindultál –
az elindulást és az átmenetet a megérkezéssel!*

Haladj tovább, egyre tovább, – fokozatosan – az úton...

*Az a legfontosabb, hogy bízzál magadban és erődben, abban, hogy
érdemes elindulni, és ha már elindultál, tovább haladni!*

Dr. Oláh Andor

A biblioterápiás foglalkozás folyamata során megismertem a hajléktalan emberek személyiségét, jellemzőit és gondolkodását. Magamon belül is közelebbi kapcsolatba kerültem velük, és ma már az utcán is másként tekintek rájuk. Közvetlenebb tudok lenni, és könnyebben szóba elegyedek velük. Az Átmeneti Szállón a foglalkozássorozatokban sikeres volt közöttünk a kommunikáció, a résztvevőkben fel tudtam kelteni az érdeklődést, és sikerült kellemes hangulati légkört kialakítani.

A foglalkozás elején a lakók létszámából és a vezetők lelkesedéséből kiindulva több résztvevőre számítottunk. Az, hogy csak ilyen kevesen (a lakók összesen 3%-a) érdeklődött a lehetőség iránt, megdöbbentett. Nagyon sajnálom, hogy ennyire kis létszámban sikerült bevonni őket a folyamatba. Az előzetes hipotézisem során azt gondoltam, hogy ha megtapasztalják a biblioterápiás foglalkozás élményét, mesélnek a többi lakónak erről, és hétről-hétre nő a látogatók száma. Elmondásuk alapján igen, beszéltek a foglalkozásról, és hogy milyen sok új élményt adott nekik, de a lakók válasza az volt, hogy ők bizony nem érnek rá erre, vagy egyáltalán nem kíváncsiak. A nyitottságban és érdeklődésben bizony tévedtem.

(Azonban a mindennapokban, a nem hajléktalan embereknél is ezt tapasztalom. Be vannak zárva saját világukba. Nagyon kicsi az érdeklődés, nincs nyitás az új gondolatok felé. El vannak foglalva a megélhetéssel, a családdal, a magánélettel, a párkapcsolattal, önmagukkal, csak éppen azt nem veszik figyelembe, amit már Albert Einstein is megmondott: „A lényeges problémákat nem oldhatjuk meg ugyanazon a gondolkodási szinten, mint ahol megteremtettük őket.” Új nézőpontokra, új gondolati magokra, személyiségfejlődésre van szükségünk, ha más jövőt szeretnénk magunknak építeni. Erről érdemes lenne többet beszélgetni az emberekkel.)

Az irodalmi művekhez való pozitív hozzáállást megtapasztaltam, azok felkeltették érdeklődésüket, és igen, segítettek egy-egy téma mélyebb átgondolásában. Sőt, Dóra a foglalkozássorozat hatására elment a könyvtárba és kikölcsönözte *Moody, R. A.: Élet az élet után* című könyvét.

Célom volt továbbá az önismeret, a kreativitás és a kommunikációs készségek fejlesztése. Mind Gábor, mind Dóra (mert csak ők voltak ott mind a hét foglalkozáson, ezt igazán csak náluk lehetett „lemérni”) pozitív változásról számoltak be ezeken a területeken. Új ötletek születtek meg bennük, hogyan is tudnának életükben több bevételhez jutni. Felfedezték, hogy rengeteg, elfelejtett tudás birtokában vannak; többek között Gábornak van masszázs végzettsége, Dórának pedig igen jó érzéke van a fotózáshoz, melyet az elmúlt évtizedekben el is felejtett.

Fejlesztő biblioterapeutaként célom, hogy munkámmal támogassam az emberekben új gondolatok megszületését, nézőpontjuk szélesítését, és az irodalmi művekben található gyógyító erő felfedezését és használatát. Ez a hét alkalom sok tapasztalatot és új meglátásokat adott számomra is. Közelebb vitt olyan emberek csoportjához, akiknek bizony nagy szüksége van az irodalmi művekben rejlő értékekre, és ezzel mindannyiunk számára fejlődést tartogató jövő alapjait raktuk le. A foglalkozások jelenleg is zajlanak a hajléktalan-szállón, ezáltal további lehetőséget adva számomra a biblioterápiás ismereteim mélyítéséhez, valamint a módszer hírének terjesztésében.

Dolgozatom hipotézisét igazoltnak találom, hiszen a gyakorlatban is bebizonyosodott, hogy a hajléktalanok számára is hasznos ismeretekkel bíró módszer a biblioterápia. Beigazolódott előzetes elvárásom az irodalmi művek személyiség- és értékfejlesztő hatására vonatkozóan. Azok a lakók, akik folyamatosan jelen voltak a foglalkozásokon, pozitív változásokról, gondolataik mélyüléséről és érdeklődési körük tágulásáról számoltak be.

A résztvevők létszámának bővítésére, az érdeklődés fenntartására, úgy vélem, érdemes újabb terveket kidolgozni a szálló vezetőségével együtt. A szociális munkásokkal való szorosabb együttműködés, a biblioterápia ismertebbé tétele segíthetne abban, hogy a hajléktalanok nyitottabbá váljanak, és többen keressék fel a foglalkozásokat.

Irodalomjegyzék

Nyomtatásban megjelent irodalmak

- Albert Fruzsina – Dávid Bea: Ha elszakad a háló... , a hajléktalanság kapcsolathálózati megközelítésben. Bp.: Új Mandátum, 2001. 156 p.
- Albert Fruzsina – Dávid Bea: Hajléktalanság az emberi kapcsolatok szemszögéből. In: Szociológiai Szemle 1998/4. p. 119-138.
- Amundson, Norman E. [et al.]: Csoportos tanácsadás, kézikönyv csoportvezetőknek. Bp.: ELTE Eötvös Kiadó, 2013. 260 p.
- Antalfai Márta: A női lélek útja mondákban és mesékben. Bp.: Wesley János Lelkészképző Főiskola, 2011. 528 p.
- Bada István - Bada Johanna: Az olvasás öröme. Újvidék: Fehér Ferenc Könyvbarátok Köre, 1994. 128 p.
- Bakos Péter Péter [et al.]: Hajléktalanügyi Országjelentés. Bp.: Összefogás Közalapítvány FOGLAK projektiroda, 2009. 128 p.
- Bartos Éva (szerk.): Olvasókönyv a biblioterápiáról. Bp.: Országos Széchényi Könyvtár Könyvtártudományi és Módszertani Központ, 1989. 124 p.
- Bartos Éva (szerk.): Segített a könyv, a mese. Vallomások életről, irodalomról, olvasásról. Bp.: Magyar Olvasástársaság, 1999. 200 p.
- Bényei Zoltán – Gurály Zoltán – Győri Péter – Mezei György: Tíz év után. Gyorsjelentés a fővárosi hajléktalanokról. In: Esély, 2000/1. sz.
- Boldizsár Ildikó: Meseterápia – Mesék a gyógyításban és a mindennapokban. Bp.: Magvető Könyvkiadó, 2010. 368 p.
- Breitner Péter – Gurály Zoltán – Győri Péter: Kérdések és válaszok a hajléktalanságról. Bp.: Menhely Alapítvány, 2002. 29 p.
- Carver, Charles S.– Scheier, Michael F.: Személyiségpszichológia. Bp.: Osiris Kiadó, 2006. 590 p.
- Csaba Márta és Pintér Judit (szerk.): Pszichológiai a gyógyításban. Fenomenológiai, művészetszichológiai és testkép-központú megközelítések. Bp.: Oriold és Társai Kiadó és Szolgáltató Kft, 2013. 335 p.
- Doll, Beth – Doll, Carol: F fiatalok biblioterápiája. Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése. Bp.: OSZK, 2011. 168 p.
- Emőd Teréz: Biblioterápia és nevelés. In: Könyv és nevelés. XV. évfolyam, 2013/3 szám
- Frankl, Viktor E.: A könyv mint terápiai eszköz. In: Viktor Frankl: Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben. Bp.: Jel Kiadó, 2005. 324 p.
- Godány Judit – Borbély András (szerk.): Anyag a vérben, Vallomások drogról és életről. Bp.: Napkút Kiadó, 2009. 307 p.
- Gurály Zoltán – Győri Péter – Mezei György- Pelle József: A margó szélén. In: Esély, 2002/3.

- Gyuris Tamás – Horváth Olga – Oross Jolán: Hajléktalanellátás. Bp.: Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet, 2004. 134 p.
- Gyuris Tamás – Oross Jolán: Tények és háttérük. Rövid áttekintés a magyarországi hajléktalanellátásról. Homelessness in Europe, International Conference. (Nemzetközi Hajléktalanügyi Konferencia.) Bp.: HAJSZOLT Egyesület, 1999.
- Halász László: Az olvasás: nyomozás és felfedezés. Bp.: Gondolat, 1983. 451 p.
- Hász Erzsébet: A biblioterápia oktatásáról I-II. In: Magyar Felsőoktatás, 2001. 1-2. sz. 51-52. p.; 3. sz. 52-53. p.
- Hász Erzsébet: Művészetterápia a drogbetegek kezelésében. In: Godány Judit – Borbély András (szerk.): Anyag a vérben, Vallomások drogról és életről. Bp.: Napkút Kiadó, 2009. 304 p.
- Jeney Éva: Nyitott könyv: Irodalom, terápia, elmélet. Bp.: Balassi Kiadó, 2012. 214 p.
- Keserű Zsolt (szállásvezető és munkatársai): SZAKMAI BESZÁMOLÓ a Gyáli Átmeneti Szállás 2013. évi munkájáról. Ezt a dokumentumot megkaptam az intézettől. Bp.: 2014.
- Mérei Ferenc: ...vett a füvektől édes illatot”. Bp.: Múzsák Közművelődési Kiadó, 1974. 250 p.
- Merton, Robert K.: Társadalomelmélet és társadalmi struktúra. Bp.: Osiris, 2002. 729 p.
- Nagy Attila: A biblioterápia honosítása a magyarországi könyvtárosképzésben. In: Fordulópont. 2004. 2. sz. p. 64-72.
- Oláh Andor, dr: Élménybeszámoló a biblioterápiáról. Az irodalom, mint gyógyszer. In: TermészetGyógyász Magazin, 1992. február, p. 8-9.
- Orwell, George: Csavargóként Párizsban, Londonban. Bp.: Cartaphulis, 2001. 300 p.
- Pik Katalin: Kik a hajléktalanok és mit tehetünk értük? In: Esély, 1995/5. 60-80. p.
- Peschian, Nossrat: A tudós meg a tevehajcsár: Keleti történetek, nyugati lelki bajok, Bp.: Helikon Kiadó, 1991. 236 p.
- Sánta Ferenc: Farkasok a küszöbön, válogatott elbeszélések. Bp.: Arión Kiadó, 2008. 228 p.
- Sóron Ildikó: A művészetterápiák könyvtári alkalmazásának új lehetőségei. In: Könyv, Könyvtár, Könyvtáros, 2009. 6. sz. 21-32. p.
- Sóron Ildikó: Kincs, ami van. A biblioterápia mint szolgáltatásbővítés az Országos Idegennyelvű Könyvtárban. In: Könyv, Könyvár, Könyvtáros, 2012. 3. sz.
- Szabó Sára G. – Gombos Péter: Hogyan írjuk (és gépeljük) SZAKDOLGOZATOT. Kaposvár: PROFUNDA Könyvek, 2009. 80 p.
- Szögjal Rinpoce: Tibeti könyv életről és halálról. Bp.: Cartaphilus Kiadó Kft., 2006. 506 p.

Interneten található irodalmak

Bényei Zoltán – Gurály Zoltán – Győri Péter – Mezei György: Tíz év után. Gyorsjelentés a fővárosi hajléktalanokról – 1999 [online] In: Esély, Társadalom- és szociálpolitikai folyóirat honlapja, Esély 2000/1. [online] [2006. 11. 17.]

< URL: http://www.esely.org/kiadvanyok/2000_1/tiz.pdf

Breitner Péter: A hajléktalanná válás lépcsőfokai. [online] In: Esély, Társadalom- és szociálpolitikai folyóirat honlapja, Esély 1999/1. [online] [2010. 11. 26.]

< URL: http://www.esely.org/kiadvanyok/1999_1/hajlektan.pdf

Buda Béla: Művészetterápia, A művészet felhasználása gyógyításra és fejlesztésre.[online] [2003. 10. 17.] < URL: <http://www.budabela.hu/tanulmanyok>

Budapesti Módszertani Szociális Központ és Intézményei honlapja: < URL:

<http://www.bmszki.hu/> [2014. 02. 21.]

Gyuris Tamás – Oross Jolán: Tények és hátterük. *Rövid áttekintés a magyarországi hajléktalan-ellátásról* című előadásának kéziratából készült, amely a “Homelessness in Europe” nemzetközi konferencián, Balatonföldváron, 1999. október 28-30-án hangzott el.

[online] In: Cser Annamária: A hajléktalanságról dióhéjban. Közösségfejlesztők egyesülete, www.kka.hu. [2010. 08. 29.]

< URL:

http://www.kka.hu/_Kozosseg_Adattar/DOKUMENT.Nsf/4be80daf005edcb8852566f2000b4f9f8921155bf5a0818dc125692e0033da53?OpenDocument

Ormay Tom: A művészetterápia. [online] [2009. 03. 27.] < URL:

http://www.art.pte.hu/files/tiny_mce/File/mtp/egyeb-oktatasianyag/csorbasimon/05%20Ormay%20Tom-A%20muvszetterpia-Meghatrozsok.doc

Roma témákkal kapcsolatos híreket feldolgozó portál: <http://www.sosinet.hu/> [online]

[2014. 02. 16.] < URL: <http://www.sosinet.hu/2014/02/16/hogyan-lettem-hajlektalan/>

Ábrák jegyzéke

11. oldal Dr. Oláh Andor kilenclépéses élet és gyógy mód rendszerét ábrája

<WEB: <http://www.eletero-haz.hu/dr-olah-andor> [2000. 04. 12.]

17. oldal Hajléktalanok Magyarországon, 1993-2012

Szerző: MTI. In: hvg.hu honlapja. [online] [2013. 11. 27.]

< URL: http://hvg.hu/itthon/20131127_Sokkolo_grafikon_durvan_megugrott_a_hajle

27. oldal A szállás forgalmi adatai 2013-ban

Keserő Zsolt (szállásvezető és munkatársai): SZAKMAI BESZÁMOLÓ a Gyáli Átmeneti Szállás 2013. évi munkájáról.

28. oldal A szállás lakóinak kor szerinti megoszlása 2013-ban

Keserő Zsolt (szállásvezető és munkatársai): SZAKMAI BESZÁMOLÓ a Gyáli Átmeneti Szállás 2013. évi munkájáról.

FÜGGELÉK

1. Függelék

A foglalkozásokon használt irodalmi művek

Első foglalkozás

Eörsi István: Katicabogaramról

Katicabogaramnak
csupán hat pöttye van.
Reggeli rózsalevélen
napozik gondtalan.

Arra jár néhány társa,
Hétpöttyös katicák,
ugratják, majd gyalázzák
egy délelőttön át.

„Csúnya vagy!”
– mondják – „Kripli!”
„Elfajzott!”, „Idegen!”
Ő meg örül a napnak,
s hogy olyan, amilyen.

Horatius: A Vergiliust Athénba vivő hajóhoz.

Fordította: Rónai Pál

Óvjon Cypria³⁸ téged és
az Ikrek ragyogó csillaga, ó hajó!

Adjon jó szelet a szelek
atyja s rossz fiait verje bilincsbe
mind.

Te meg Vergiliust nekem
őrizd meg: felelős érte te vagy. Ve-
led
lelkem jobb fele távozik:
épen tedd ki, vigyázz Attika partjain.

Tölgy s háromszoros érc feszült
annak melle körül, aki dühödt habok
vad kényére bizonytalan
sajkáját legelőbb bírta; a szíve nem

félt a déli s az északi
szélvészek viharos ütközetében, a
vészes csillag alatt, akár-
hogyan tombolt a Notus,³⁹ Adria zsarno-
ka.

Nem rettegte az a halál
száz arcát, a habok tánca szemébe
nem
csalt könnyet, sem a sok csodás
szörny s baljós hegyeid,
Acroceraunia!⁴⁰

Bölcs isten keze hasztalan
választotta el a földeket, adta a
tengert a gátnak: a vakmerő
sajkák száza halad át a tilos vízen.

Tűr az ember akármilyen bajt,
nincsen előtte szent, folyton előre tör;
fel az égbe hatol s ravasz
csellel Prometheus elcseni a tüzet.

De tódulnak a tűz után
égből földre az új lázak, a sorvadás.
Távol volt a halál előbb:
most vas kényszerűség egyre siettet

léptét. Daedalus útra kelt
nem embernek adott szárnyon a légen
át.
Nagy küzdelmek után elért
a Styxig⁴¹ s a kapuját áttöri Hecules.

Nincs az ember előtt nehéz.
Már-már égbe törünk esztelenül. A
mi
bűnünk, hogy Jupiter Tüzes
villámozgató jobbja sosem pihen.

³⁸ Venus, akit Ciprus szigetén a hajósok
védőszentjeként is tiszteltek.

³⁹ A déli szél.

⁴⁰ Hellász északnyugati, zátonyos-szirtes
partvidéke.

⁴¹ Az Alvilág egyik folyója

A kristálygömb

Volt egyszer egy varázslóasszony, volt neki három fia, akik jó testvérekként szerették egymást, ám a vén boszorkány nem bízott bennük, attól félt, hogy megfosztják hatalmától. Azért a legidősebbiket sasmadárrá változtatta, annak aztán egy kősziklán kellett laknia, s néha látni lehetett, amint lassú, nagy köröket írva fel és alá szállong az égen. Középső fiát cethallá változtatta a boszorkány, az pedig a tenger mélységében tanyázott, s hogy merre jár, azt csak a hatalmas vízoszlop mutatatta, amit olykor a magasba lövellt. Igaz, hogy mindennap visszakapták emberi alakjukat, de csak két órára, nem tovább. A harmadik fiú attól tartott, hogy anyja majd ő is valamilyen vadállattá változtatja, medvévé vagy farkassá, azért észrevétlenül elszökött hazulról. Régebben hallott róla, hogy az Arany Nap kastélyában van egy elvarázsolt királyleány, aki megváltásra vár; csak hogy a szabadító életével játszik, és már huszonhárom ifjú siralmas halált halt emiatt, és most már csak egy jöhet, aztán senki többnek nincs alkalom. S mert nem volt szívében semmi félelem, elhatározta, hogy elmegy az Arany Nap kastélyába. Sokáig bolyongott, ámde nem talált oda, végül rengeteg erdőbe érkezett, s nem tudta, merre keveredjék ki belőle. Egyszerre csak megpillantott a messzeségben két óriást, azok magukhoz intették, s amikor odaért, így szóltak hozzá: „Azon torzsalkodunk, melyikünké legyen ez a kalap, s mert egyforma erősek vagyunk, egyikünk sem tudja legyőzni a másikat; a magadfajta kis emberek okosabbak nálunk, azért most neked kell igazságot tenned.” – „Érdemes egy ilyen avított kalapon civakodni?” – kérdezte az ifjú. „Látszik, hogy nem tudod, milyen erénye van ennek a kalapnak; ez egy varázskalap, aki a fejére teszi, az bárhová kívánhatja magát, abban a szempillantásban ott is terem.” – „Adjátok ide a kalapot – szól az ifjú –, odébb megyek valamivel, s ha kiáltok, fussatok versenyt, és amelyikőtök először ér el hozzám, azé lesz a kalap.” Azzal a fejébe nyomta a kalapot, és elindult, közben eszébe jutott a királyleány, az óriásokról pedig elfeledkezett, és egyre csak ment előre. Egyszerre csak felsóhajtott: „Ah, bárcsak ott lennék az Arany Nap kastélyánál!” És alighogy e szokat kimondta, már ott is állt egy magas hegyen a kastély kapuja előtt.

Belépett, és végigment az összes szobán, mígnem a legutolsóban reá lelt a királyleánya. De mekkora volt rémülete, amikor szemügyre vette: a királyleánynak ráncokkal telibarázdált, hamuszürke orcája volt, savószínű szeme és veres haja. „Te volnál az a királyleány,

akinek egész világ hirdeti szépségét?” – kiáltotta. „Ah – felelte a királyleány –, nem ez az én igazi alakom, csak az emberi szem lát engem ebben a rút külsőben; s hogy tudd, milyen is vagyok igazából, pillants a tükörbe, azt nem lehet becsapni, az olyannak mutat, amilyen a valóságban vagyok.” Egy tükröt adott az ifjú kezébe, aki abban a világ legszebb leányát pillantotta meg, és azt is látta, hogy bánat ül az arcán, és könnyek hullanak a szeméből. Szólt az ifjú: „Miként lehet megszabadítani téged? Nem riadok vissza semmiféle vésztől!” Szólt a leány: „Aki a kristálygömböt megszerzi, és a varázslónak elébe adja, az megtöri az ő hatalmát ezáltal, s én visszatérhetek valóságos alakomba. Csakhogy, jaj – folytatta beszédét –, már annyian lelték halálukat emiatt, s kár volna érted, zsenge ifjú, ha ily nagy veszedelemnek tennéd ki magad!” – „Engem pedig nem tarthat vissza semmi – felelte az ifjú –, csak azt mondd el, mitévő legyek.” – „Tudj meg hát mindent! – szólt a királyleány. – Ha lemegy a hegyről, amelyen áll ez a kastély, lent egy forrás mellett van egy szilaj tulok, azzal meg kell vívnod. És ha sikerül megölnöd, akkor kiröppen belőle egy tüzes madár, annak a hasában van egy izzó tojás, és a kristálygömb ennek a tojásnak a sárgája. Csakhogy a madár addig nem adja ki magából a tojást, amíg meg nem fogják, ha pedig a tojást lerakja bárhová a földön, az mindent fölgújt és fölperzsel maga körül, és a tűzben ő maga is megolvad, és megolvad benne a kristálygömb, és akkor mindhiába fáradoztál.”

Az ifjú lebecsátkozott a forráshoz, ahol a tulok volt, az felhorkant az ifjú láttán, s bömbölni kezdett. Hosszú tusa után az ifjú végre belédöfte kardját a tulok szügyébe, s az leroskadt. Abban a szempillantásban kiröppent belőle a tűzmadár, hogy máris tovaszálljon, csakhogy a sas, az ifjú nagyobbik bátyja, aki odaszállt a felhők között, most lecsapott a tűzmadárra, hajszolta-üzte a tenger felé, majd belevágta csőrét, úgyhogy az nagy szorongatásában kilökte magából a tojást. Ám a tojás nem a tengerbe hullott, hanem egy tengerparti halászkunyhó tetejére, s az rögtön füstölögni kezdett, és már-már fölcaptak belőle a lángok. Ám ekkor toronymagas hullámok emelkedtek a tengerből, átcsaptak a kunyhón, és eloltották a tüzet. Az ifjú másik bátyja, a cethal úszott arrafelé, ő kavarta föl a tenger vizét. Amint a tűz kialudt, az ifjú megkereste a tojást, és szerencsésen meg is maláta; nem olvadt meg, csak a héja pattogzott le róla a hirtelen reá zúduló hideg víztől, úgyhogy a kristálygömb sértetlen volt, és könnyűszerrel ki lehetett venni.

Akkor az ifjú odament a varázslóhoz, és elébe adta a kristálygömböt, az pedig így szólt: „Hatalmam oda lett, mostantól te vagy az Arany Nap kastélyának királya. Ezzel a gömbbel fivéreidnek is vissza tudod adni emberi alakjukat.” Szaladt az ifjú a királyleányhoz, s amikor belépett a szobájában, ott állt a leány szépségének teljes fényében; és nagy örvendezve gyűrűt váltottak.

Piros a rózsza, az alma,
Sárga a nap és az arany,
Zöld a fű, a fa tavasszal,
Sokszínű az ég hajnalban.

Kék az ég, fehér a felhő,
Narancs a cserép a tetőn,
A halál, az éj fekete,
Szürke a hegynek teteje.

Barna a törzse a fának,
Pink a színe a rózsaszálnak.
A világunk tarkabarka,
Rajzoljuk le mind egy lapra.

⁴² Pete Márk Színek, lelőhely: <WEB: <http://www.poet.hu/vers/126001>

Ötödik foglalkozás

Békés Márta: Ki vagyok én?

Aranyosi Ervin: Ki vagyok én?

Ki vagyok én?

Névsorolvasáskor,
ha mondják a nevem,
csupán megszokásból,
azt mondom, hogy jelen.
Előfordul velem,
hogyan a kétség gyötör:
bár vödör a jelem,
de vagyok-e vödör?
Én nem vagyok a jelem,
csak rámondom, hogy jelen.
Nem vagyok a nevem,
magam vagyok velem.
De ki vagyok én,
akit a többi szólít?
Ki ez a lény,
ki e névre bólint?
Akiben én lakom,
s ha lábujjhegyre állok
szeme az ablakom
ki-ki kukucskállok
Vagy ki bennem lapul,
innen el nem menne
Jól ért magamul,
s hallgat a nevemre?
Békés Márta

Ki vagyok én?

Ki vagyok én?
S mi lehetek?
Egy mélyen szántó gondolat,
mely eltereli figyelmedet,
de nem oldja meg gondodat.

Ki vagyok én?
Egy cseppnyi porszem,
mit szellő könnyen elrepít?
De mondd, mi lehetek szemedben,
ha előcsalom könnyeid?

Ki vagyok én?
Földre szállt angyal,
ki szebbé teszi napjaid?
És egyben ördög is talán,
ki jóra, s rosszra megtanít.

Ki vagyok én,
ha benned élek?
Buzdító lelkiismeret?
Keress meg engem Önmagadban,
s hogy ki vagyok, megértheted...

Aranyosi Ervin

Hatodik foglalkozás

Wass Albert: Halál

Én úgy képzelem el,
hogy a halál egy óriási nász,
legszentebb, legemberibb ölelés.
Nem fájdalom: fájdalom-felejtő.
Nem rém: rémeket elűző.
Több mint a Szépség.
több mint a Szerelem,
a Jóságnál is több:
Kegyelem.
Én úgy képzelem el,
ha egyszer oly nagy lesz a zaklatás
és akkorára nő a fájdalom,
hogy nem bírom tovább:
hozzám lép egy fehér ismerős,
szép csendesen lecsókolja a számat,
lefogja ezt a vergődő szívet,
és ennyit szól csak: elnémuljatok.
Erre megszűnik minden indulat.
Erre megszűnik minden fájdalom,
csak gondfelejtő békesség marad:
se könny, se vér, se akarat,
nem lesz már semmi sem.
Elhal a szívem dobbanása,
s végtelen álmok néma lánya
bűvös, tüzes csókjába zár.
Szeretőm lesz egy éjszakára
a széparcú Halál.

Szögjal Rinpocse: Önéletrajz öt fejezetben

1.) Sétálok végig az utcán.

Van egy mély lyuk a járdán.

Beleesek.

Elveszett vagyok...remény nélküli

Nem az én hibám.

Egy örökkévalóság lesz, mire kijutok.

2.) Sétálok ugyanazon az utcán.

Van egy mély lyuk a járdán.

Úgy teszek, mintha nem látnám.

Megint beleesek.

Nem tudom elhinni, hogy megint ugyanott vagyok.

De nem az én hibám.

Ismét hosszú időbe telik, mire kijutok.

3.) Sétálok ugyanazon az utcán.

Van egy mély lyuk a járdán.

Látom, hogy ott van.

Mégis beleesek...ez már szokás.

Nyitva a szemem,

Tudom, hol vagyok.

Az én hibám.

Azonnal kikerülök onnan.

4.) Sétálok ugyanazon az utcán.

Van egy mély lyuk a járdán.

Kikerülöm.

5.) Egy másik utcán sétálok.

**Szeretettel meghívjuk újonnan induló
csoportfoglalkozásunkra!**

***Beszélgetés irodalmi művek segítsé-
gével az élet kérdéseiről***

Indul:

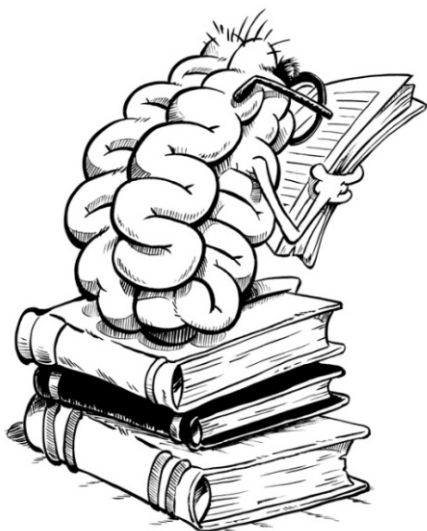
február utolsó hetében, heti rendszerességgel.

Foglalkozás: az irodalmi mű felolvasásra kerül, és utána kérdések mentén beszélgetünk róla.

Tervezett témák: harag, veszteség, születés, halál, siker, barátság, önbizalom, s bármi, ami felmerül a foglalkozások során.

A foglalkozás időtartama: 1 óra, hétfőként 17-18 óráig.

Helyszín: a könyvtár



A foglalkozásokat vezeti:

*Steinmüller Csilla
fejlesztő biblioterapeuta*

Érdeklődni és jelentkezni: A foglalkozásra bárki jelentkezhet, 321-es vagy 421-es szociális munkás irodákban!

3. Függelék

Kaposvári Egyetem Pedagógiai Kar

NYILATKOZAT

Alulírott **Steinmüller Csilla Magdolna** (EHA-kód: **STCVAAP.KE**) **Fejlesztő biblioterápia** szakirányú továbbképzési szakos hallgató nyilatkozom, hogy a szakdolgozat saját munkám terméke, a felhasznált irodalmat a tudományterületnek megfelelő módon kezeltem, az erre vonatkozó jogszabályokat betartottam.

A kinyomtatva és bekötve leadott, valamint az elektronikusan benyújtott szakdolgozat tartalmában és formájában is egyaránt megegyezik.

Kaposvár, 2014. április 22.

.....
aláírás