

## Biblioterápia és nevelés

Emőd Teréz

„Nevén kell nevezni mindent.  
Ha általában nem megy, legalább a mesében.”  
Hans Christian Andersen

Gyermekkorunkból sokan idézünk olyan napokat, amikor „érdemes volt bemenni”, éneket és irodalmat tanító pedagógustársaimtól pedig többször hallottam egy-egy jól sikerült óra után: „terápiás ereje volt”. Régen és ma az iskolák újra és újra felfedezik, hogy a művészetek és az önismereti órák, beszélgetések katartikus erővel bírnak. A biblioterápiát is több helyen tudatosan használják közösségi intézményekben, például iskolákban, kórházakban, öregek otthonában.

A biblioterápia a művészetterápiák egyik ága, Magyarországon viszonylag új keletű fogalom, definiálását<sup>154</sup> és magát az elnevezést is szakmai viták követték, mert nem tükrözi egyértelműen a tevékenység összetettségét. Sokan Biblia-terápiának érik, míg mások idegenkednek a *terápia* szó miatt, mely inkább betegség vagy zavar kezelésére utal. Az idegen *bibliotherapy* kifejezés magában foglalja az olvasást mint élményt, irányított olvasást, beszélgetést irodalmi szövegekről, könyvekről, történet- és szövegalkotást, valamilyen könyvhöz vagy íráshoz kötődő élmény kapcsán. Az irodalmi műfajokhoz kötve létezik versterápia, meseterápia, drámaterápia. Produktív válfaja a fordítás- és írásterápia. Célját tekintve *megkülönböztetik* a fejlesztő biblioterápiát a klinikai biblioterápiától, ez utóbbit a gyógyítás folyamatában használják, és a súlyos problémákkal küzdő betegek terápiájának része lehet. A *fejlesztő biblioterápia* sokrétű módszer, az iskolai és a felnőtt nevelés területein is alkalmazható. Az *irodalom perszonalizálásaként* határozták meg, azzal a céllal, hogy a problémák megoldásában személyre szabva nyújtson támogatást.<sup>155</sup> Nem csak betegeknek ajánlott, segít feldolgozni az élethelyzetek sajátosságaiból adódó problémákat, a személyiséget fejleszti, krízishelyzetekben megoldási mintát nyújt. Az irodalmi művek segítenek bepillantani belső világunkba, oldják a feszültséget, megküzdési technikákat mutatnak. Egyéni és csoportos formában is alkalmazható. A pedagógia és a könyvtárak számára az 1970-es évek szociális- és olvasómozgalmai által használták a biblioterápiát – először az Amerikai Egyesült Államokban. Megalapozta ezt a folyamatot a serdülők önkép kialakítására gyakorolt hatásvizsgálat is, amely szintén pozitív eredményt mutatott. Az önértékelési zavarral küszködő, alacsony szintű önbecsüléssel rendelkező gyermekek önképét is sikerrel befolyásolták irodalmi művekkel.

Magyarországon a könyvtárakban és az egészségügyi intézményekben egyaránt elindultak spontán és tudatos biblioterápiás kísérletek. A fejlesztő biblioterápia oktatásában Bartos Éva<sup>156</sup>, Hász Erzsébet<sup>157</sup> és Nagy Attila<sup>158</sup> végzett és végez ma is úttörő tevékenységet. A Budapesten zajló Művészetterápiás Világkongresszus<sup>159</sup> programján (a másodikat 2011-ben rendezték) biblioterápiás előadások is szerepeltek. A Könyvtári Intézet akkreditált tanfolyamot szervez könyvtárosok számára Szentendrén, Bartos Éva, Horváth Judit és Magyar né Fekete Katalin vezetésével. Céljuk felkészíteni a könyvtárosokat biblioterápiás csoportok vezetésére és a mentálhigiénés kompetencia megszerzésére. Sóron Ildikó az Országos Idegennyelvű Könyvtárban<sup>160</sup> tartott biblioterápiás foglalkozássorozatot felnőtteknek *műKINCS* vadászat címmel, kiscsoportos formában. Főleg klasszikus műveket dolgoztak fel hónapról hónapra. A ma is működő programot a Veres Pálné Gimnázium Könyvtára és a Magyar Írószövetség Könyvtára fogadta be. Felsőfokú intézményekben szakirányú továbbképzés keretében indítottak biblioterapeuta

<sup>154</sup> Doll, Beth-Doll, Carol: *Fiatalok biblioterápiája: könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése*. Bp.: Könyvtári Intézet, 2011.

<sup>155</sup> Lack, Clara Richardson: *Can bibliotherapy go public?* Collection Building, 1985. 7. évf. 1. sz. p.27-32.

<sup>156</sup> Bartos Éva (összeáll.): *Olvasókönyv a biblioterápiáról*. Bp.: OSZK-KMK, 1989.; Bartos Éva: *Gyermekek biblioterápiája*. In: *Fordulópont*. 1999. 2-3. sz. p.93-106.; Bartos Éva (szerk.): *Segített a könyv, a mese. Vallomások életről, irodalomról, olvasásról*. Bp.: Magyar Olvasástársaság, 1999.

<sup>157</sup> Hász Erzsébet: *A biblioterápia oktatásáról I-II*. In: *Magyar Felsőoktatás*, 2001. 1-2. sz., p.51-52.; .3. sz. p.52-53.

<sup>158</sup> Nagy Attila: *A biblioterápia honosítása a magyarországi könyvtárosképzésben*. In: *Fordulópont*. 2004. 2. sz. p.64-72.

<sup>159</sup> [online] [2013. 09.07.] <<http://www.arttherapy.worldcongress.hu/>>.

<sup>160</sup> Sóron Ildikó: *Kincs, ami van. A biblioterápia mint szolgáltatásbővítés az Országos Idegennyelvű Könyvtárban*. In: *Könyv, Könyvár, Könyvtáros*. 2012. 3. [online] [2013.09.07.] <<http://ki.oszk.hu/3k/2012/09/kincs-ami-van-a-biblioterapia-mint-szolgáltatásbővítés-az-országos-idegennyelvű-könyvtárban/#more-1560>>.

képzést a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Karán, a Kaposvári Egyetemen és a Debreceni Református Hittudományi Egyetemen. A meseterápiának is több fontos központja jött létre. Juhász László Mesekutató Műhelye 2008 óta működik. Antalfai Márta<sup>161</sup> pszichológus vezeti a *Kincskereső Meseterápiás Műhely* saját élményen alapuló munkáját. A világ első Meseterápia Központja – Boldizsár Ildikó<sup>162</sup> szakmai vezetésével – 2010. szeptember 30-án nyitotta meg a kapuit a Balaton északi partján, Paloznakon. Csoportokat fogadnak, mesefejtő és meseterápiás tanfolyamokat szerveznek. Boldizsár Ildikó dolgozta ki a *Metamorphoses* meseterápiás módszert is. Fontos szakmai háttérrel bír az MTA BTK Irodalomtudományi Intézetének tartalomszolgáltató portálja<sup>163</sup>, az itt megjelenő biblioterápia projekt tanulmányokat közöl. Az intézet munkatársa, Jeney Éva<sup>164</sup> kutatja a biblioterápia irodalomelméleti hátterét. A társadalmi beilleszkedés megkönnyítése és a társadalmi hátrányok leküzdése főleg az iskolákra hárul, ezért a prevenció feladatok ellátását a nevelőtestületek is felvállalják. Az iskolai keretek között alkalmazott egyéni vagy csoportos fejlesztő biblioterápia segítheti a korosztályi problémák vagy a személyiségfejlődés kisebb zavarainak megoldását. Még hatékonyabb lehet ez a folyamat a területi és iskolai nevelési tanácsadó pszichológusokkal együttműködve, ha a tanítók és tanárok megbeszélhetik a szakemberekkel a gyermekek jelzéseit. John T. Pardeck<sup>165</sup> három különböző célcsoportot nevezett meg a serdülőkkel foglalkozó biblioterapeuták számára: az érzelmi zavarokkal, a kisebb alkalmazkodási problémákkal és a személyiségfejlődés tipikusan jellemző problémáival küzdő gyerekek csoportját. Személyes belátáshoz kívánták segíteni a gyerekeket, serdülőket, valamint hogy növeljék önismeretüket.<sup>166</sup> A belátás során a gyerekek és a serdülők szembesülnek az olvasás során tapasztalt érzelmeikkel, közvetett vagy közvetlen formában feldolgozzák ezeket. A belátás az önismereti munka egyik eleme.<sup>167</sup> Több országban *önsegítő* könyveket írtak ebben a témában.<sup>168</sup> „Bruce Colville, amerikai gyermekkönyv író szerint a megfelelő időben olvasott megfelelő történet a szív irányába kilótt nyíl. Eltalálhatja és megragadhatja azt, ami az olvasóban (vagy a hallgatóban) rejtőzik, a mélyben lapuló titkos sérelmet, haragot vagy hiányérzetet, ami alig várja, hogy a felszínre törhessen.”<sup>169</sup>

A modern agykutatások igazolni látszanak az ember történetek iránti alapvető igényének fiziológiai alapjait, azt, hogy a kulturális tevékenység megváltoztathatja az agy szerkezetét. Kutatják a történet szerepét az agyban: hogyan hat, mi készíti az embert életének „újraírására”, sorsának megváltoztatására (pl. Laurentian University, Greater Sudbury, Kanada). „A funkcionális képalkotó eljárások elterjedése azzal a jelentős felfedezéssel járt, hogy a kisgyermek nemcsak a motoros és koordinációs képességekben, hanem a magasabb szintű kognitív folyamatokban, mint a nyelv, az absztrakt következtetés, érzelmek, logikai sorozatok feldolgozásában is döntő szerepet játszik.”<sup>170</sup> Fontos az érzelmi többletet felszabadító katarzis, melynek során a feszültséget a szereplők érzelmeinek, sorsának átélésével dolgozza fel a gyermek. A hős képében magára is ismerhet. Az irodalmi művek szereplői olyan megoldásokat kínálnak a problémákra, amelyekre maguktól nem gondolnak, ugyanis nem várt következményeket mutatnak be. Mindez megerősíti az olvasás fontosságát, amely segít az életút megalkotásában, a lelki krízisek megoldásában.

Mindezekon kívül a biblioterápia a „lelki munka” létjogosultságának is bizonyítéka. A könyvek által indukált érzelmeikkel a gyerekek könnyebben megbirkóznak, a feszültség feloldódása önmagában is terápiás értékű, és ezt növeli, ha a munka humorral párosul. Az irodalom (és a film is) segíthet megoldani mindennapi problémáikat. Egy-egy kiválasztott könyvet a terapeuták katalizátorként használnak a beszélgetésekhez. A könyvek segítségével problémás helyzeteket elemeznek, közben a gyerekek védve (pl. egy hős mögé bújva) gondolhatják végig elképzelt döntéseik következményeit.<sup>171</sup> A belátás növelése, a katarzis és a problémamegoldásban való segítségnyújtás arra ösztönöz, hogy ezentúl másképpen viszonyuljanak másokhoz, továbbá segíti az új típusú társas kapcsolatok kialakítását is. Fontos elem a biblioterápiás foglalkozás során a jó hangulatú együttlét, valamint az érdeklődés felkeltése új dolgok iránt.

A biblioterápia folyamata (a Doll testvérpár szerint):

- művek kiválasztása, válogatás az értékes és „többrétegű” irodalomból a csoport vagy az egyén problémái szerint,
- feldolgozás – „irányított megbeszélés”,
- a tartalom, az üzenet tudatosítása – „belátás”,
- ráismerés a problémáinkra,
- érzelmi vagy lelki feszültség feloldása, katarzis kiváltása,
- mindennapi gondok megoldása, problémaérzékenység kezelése,

<sup>161</sup> Antalfai Márta: *A női lélek útja mondákban és mesékben*. Bp.: Új Mandátum Könyvkiadó, 2006. [online] [2013.09.07.] <<http://www.antalfaimarta.hu/publikaciok/tanulmanyok.html>>.

<sup>162</sup> Boldizsár Ildikó: *Meseterápia - Mesék a gyógyításban és a mindennapokban*. Bp.: Magvető Könyvkiadó, 2010. [online] [2013.09.07.] <<http://reciti.hu>>.

<sup>164</sup> Jeney Éva: *Nyitott könyv: irodalom, terápia, elmélet*. Bp.: Balassi, 2012.

<sup>165</sup> Pardeck, John T.: *Child abuse and neglect: theory, research, and practice*. New York: Gordon and Breach, 1989.

<sup>166</sup> Spache, George D.: Using books to help solve children's problems. In: *Bibliotherapy Sourcebook*. (Szerk. Rhea Joyce Rubin.) Phoenix, 1987. p.240-50.

<sup>167</sup> Bump, J.: Innovative bibliotherapy approaches to substance abuse education. In: *Arts in Psychotherapy*. 1990. 7. p.355-362.

<sup>168</sup> Rosen, Gerald M.: Self-help treatment books and the commercialization of psychotherapy. In: *American Psychologist*. 1987. 42. p.46-51.

<sup>169</sup> Doll, Beth and Carol: *Fiatalok biblioterápiája: könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése*. Bp.: OSZK, 2011.

<sup>170</sup> Mohai Katalin: Procedurális tanulási nehézségek fejlődési diszlexiában. In: *Gyógypedagógiai Szemle*. 2009. január-március. p.14.

<sup>171</sup> Herbert, T. P.: Meeting the affective needs of bright boys through bibliotherapy. In: *Roepers Review*. 1991. 13. June p.207-212.



Fontos a jó alaphangulat megteremtése, amely erősíti a lezajlott folyamatokat, segít a konfliktusok megoldásában. Kerülni kell az értékelést, ezért jó, ha a csoportot nem tanítja a terapeuta, s nem értékeli túl, ha az osztály vagy néhány tanuló negatív megítélés alá esik az iskolában. Ha kiléphetnek a megszokott „szerepükből”, megnyílhatnak. A csoportvezető magatartásában megjelennek a jó tanári attitűdök: a spontaneitás (azonnalireagálás a felvetésekre), bizalom a csoport felé, és az, hogy a csoporttagok is bizalommal közeledhessenek hozzá és a csoporttársakhoz, a következetes magatartás, a rugalmasság, a kreatív technikák alkalmazása, a humorérzék, a kiváltott érzések és hangulatok kezelése. A legmarkánsabb különbség a terapeuta és a tanár szerep között a háttérbe húzódás, valamint az indirekt irányítás módszerének alkalmazása. Szükséges a kérdéskultúra fejlesztése, a rejtett összefüggések figyelésének alkalmazása. A legérdekesebbek a gyerekek önálló felvetései, ezért ilyenkor rugalmasan kell kezelni a foglalkozás további menetét. A „szervezés” odafigyelést jelent, nem ellentétes a spontaneitással. Az irodalmi „háttéranyag” teljes ismeretére van szükség, mely magabiztosságot ad, s az ezzel kapcsolatos kérdésekre is kell tudni a választ. Fontos egység a kapcsolat lezárása, mely sokszor nem fájdalommentes (ezt az érzést a pedagógusok is ismerik), de keretet ad a foglalkozásoknak. A koherens összefüggések keresésével pozitív irányba kell terelni a csoport és csoporttagok negatív szemléleteit – a magyarázatok elkerülésével. Inkább a csoportfolyamat és véleménykülönbségek összefoglalását vagy a hasonlóságok kiemelését, az aktivitás dicséretét kell alkalmazni. A biblioterápia a pedagógusok személyiségének megújításához, az iskolai mentálhigiénés problémák kezeléséhez is az egyik leghasznosabb módszer. *„A biblioterápia nem jelent mást – vallja Oláh Andor, a biblioterápiát alkalmazó első hazai orvosok egyike –, mint tudatosítani és módszerré alakítani át saját tapasztalatunkat, élményeinket és mindazt, ami észrevétlenül valósult meg eddig.”*

## Olvasási stratégiák megjelenése a kerettantervben, az olvasás értékelésében és egy készülő munkafüzetcsaládban

---

*Steklács János – Szabó Ildikó*

---

Elmélet és gyakorlat viszonyában az oktatás azok közé a területek közé tartozik, ahol viszonylag sok idő eltelik, míg a kutatások eredményei eljutnak a gyakorlatba, a tantervi kultúra, szokások részévé válnak. Ennek egyik oka, hogy a hagyományok erősen meghatározzák a pedagógiai gyakorlatot. Bár az idegenkedés, óvatosság az újjal szemben nem csak ezen a területen jellemző, mégis azt mondhatjuk, az oktatás területén az innováció, a lépéstartás a korszerű, hatékony módszerekkel nehezen valósul meg. A változtatás ereje a kimeneti szabályzásban rejlik. Mindez akkor lehet számottevő, ha az oktatás teljesítményét mérő vizsgák (pl. kompetencia tesztek, nemzetközi, rendszerszintű felmérések, érettségi vizsga) értékelésének szempontjai közé kerülnek a kutatások és a döntéshozók által fontosnak, hatékonynak tartott ismeretek, képességek.

A következőkben azt fogjuk bemutatni, hogyan érhető el, valósítható meg, hogy egy hatékonyságát már a kutatások során bizonyított terület, az olvasási stratégiák alkalmazása, tanítása országsszerte gyorsan és hatékonyan jelenjen meg minél több helyen az osztálytermi gyakorlatban.

Három fontos elemét fogjuk ennek a folyamatnak röviden részletezni, (1) a kerettantervet, (2) a készülő diagnosztikus értékelési rendszer tartalmi kereteit olvasásból (3) és egy országos terjesztésű új munkafüzetcsaládot. Mindezek mellett természetesen számos más tevékenység is folyik az olvasási stratégiák, az olvasás *metakognitív* oldalának megismertetése érdekében hazánkban. Ilyenek például a pedagógustovábbképzések, a tanár- és tanítóképzés, a kutatási eredmények publikálása különböző célközönségeknek készülő folyóiratokban és a tantestületeknek tartott szakmai előadások formájában.

### Olvasási stratégiák, metakogníció

Olvasási stratégiák alatt azokat a tudatosan végzett kognitív műveleteket értjük, amelyek az olvasási folyamatra, a hatékony szövegértésre összpontosítanak. A csoportosításuknál olvasás előtti, alatti és utáni stratégiákról beszélünk. Az olvasási stratégiák szoros kapcsolatban állnak a metakognícióval, a tudásunkra vonatkozó tudással, a kognitív folyamataink megismerésével (vö. Józsa–Steklács, 2010).