

Csorba-Simon Eszter

ÖNISMERETI MUNKA A FALAK MÖGÖTT – AZ IRODALOM SZEREPE ZÁRT INTÉZMÉNYBEN

Absztrakt

Az irodalomterápia börtönprogramokba való beemelése azon a felismerésen alapul, hogy a társadalmi kurdarcok elkerülésében kulcstényező lehet. Minden szocioterápiás és művészetterápiás foglalkozás a résztvevők „érzékenyítését” tűzi ki célul, annak reményében, hogy sikerül javítani azokon a részben vagy teljesen hiányzó készségeken és képességeken, amelyek a résztvevőknek a társadalom számára elfogadható formában gyakorolt életviteléhez és egy egészséges személyiséghez szükségesek. Jelen tanulmány alapját az a személyes és szakmai tapasztalat képezi, amelyet irodalomterápiás foglalkozásaim keretében szereztem a pécsi Büntetés-végrehajtási Intézetben a fogvatartottakkal 2012 és 2020 között. Ha a résztvevők megtanulják differenciáltan szemlélni az őket körülvevő problémákat, lehetőségeket, akkor a percepciók, kognitív és szociális készségeikben is változás megy végbe. Ebben a változási folyamatban segíthetnek a csoportos foglalkozások. Az irodalomterápia olyan multidiszciplináris interaktív tevékenységi forma, melynek kapcsolódása van a recepcióesztetikával és a hermeneutikával, tehát az olvasás olvasóra való hatása a fontos, nem az irodalmi mű értelmezése. Meggyőződésem, hogy az irodalomterápiának egyre nagyobb szerepe van az oktatásban és a társadalmi nevelésben. A vizsgált intézetekben a család fogalma más jelentést kap, máshogy képződik le a résztvevők tapasztalataiban, mint a társadalmi normákban.

Kulcsszavak: irodalomterápia; börtön; fiatalkorúak

Mi is az az irodalomterápia?

A biblioterápia kifejezés magában foglalja az olvasást mint élményt, irányított olvasást, beszélgetést irodalmi szövegekről, könyvekről, történet- és szövegalkotást, valamilyen könyvhöz vagy íráshoz kötődő élmény kapcsán. Munkám során azt tapasztaltam, hogy sokszor bibliafoglalkozásra asszociálnak, ezért a következőkben az irodalomterápia kifejezést használom.

A fejlesztő irodalomterápia lazán strukturált terápiás módszer, amelynek elsődleges terápiás célja az általános személyiségfejlesztés. Vagyis részben az önismeret elmélyítésével, részben pedig az egészséges személyiség legfontosabb ismérvei közé tartozó faktorkok (pl. általános alkalmazkodóképesség, kompetens interperszonális viselkedés, érzelmi és motivációs kontroll, szociális készségek, integráltság) fejlesztésével foglalkozik.

A másodlagos célok közé tartozik például az olvasás népszerűsítése, az anyanyelvi műveltség fejlesztése, valamint a műveltség és az esztétikai érzék gyarapítása. Ezen másodlagos célok is nyilván nagyobb jelentőséggel bírnak egy olyan célcsoportnál, amely erőteljesen elmaradott e területeken, például írási és olvasási nehézségekkel küzd, vagy alacsony szintű a műveltsége és iskolázottsága.

Amerikai gyökereinek megfelelően a biblioterápia fogalma általában jelöl olvasmányokkal való személyiségfejlesztő tevékenységet, vagyis a terápiás munka kiindulópontját képező narratívum a szépirodalmi műveken kívül még nagyon sokféle lehet (népmese, bibliai történet, terápiás történet, újságcikk, napló, szakkönyv, lektúr stb.). A hazai gyakorlatban azonban jellemző, hogy a módszernek csak egy részterületére, az irodalomterápiára koncentrálnak, s azzal dolgoznak a szakemberek. A tanulmányomban több példa kapcsán is rámutatok arra, hogy mennyire fontos és szükséges lenne az irodalomterápiás gyakorlat kiterjesztése az irodalomterápián túlra is – jelen esetben börtönben végzett foglalkozások példájában efelé mutat a dalszövegek alkalmazása, hatékony beemelése a terápiás munkába. A fejlesztő irodalomterápia jó eszköz lehet az énkép és az identitás központi elemeinek felderítésére is, ami fontos információkkal szolgálhat a foglalkozásvezető számára a gyerekekkel végzendő további fejlesztő munkához. Ennek alapja az a Norman N. Holland (1990) pszichoanalitikus művészetbefogadás-elméletéből eredeztethető felismerés, hogy az esztétikai válaszokat az identitás lenyomataként kezelhetjük, s a befogadott műre, szövegre adott személyes válasz nagyban függ az egyéni identitástémától, személyiségjellemzőktől, az egyéni élettapasztalatoktól, az átélt élményektől.

Az irodalomterápia olyan multidiszciplináris interaktív tevékenységi forma, melynek kapcsolódása van a recepcióesztetikával és a hermeneutikával, tehát az olvasás olvasóra való hatása a fontos, nem az irodalmi mű értelmezése (Ricoeur, 1999). Ahogy Béres Judit is megfogalmazta, az irodalomterápia egy alapvetően pszichoterápiás technikákkal dolgozó, interaktív, reflektív, verbalításra épülő segítő munka, amely során az olvasás és az írás személyes élménye, valamint maga a minőségi segítő kapcsolat és a benne születő interperszonális folyamatok és mély találkozások támogatják az egyént a változásban (Béres, 2012).

Noha az irodalomterápiában felhasznált könyv és szöveg nagyon sokféle lehet – hiszen a fogalom eredetileg nem csak irodalomterápiát jelent –, általában igaz, így a hazai gyakorlatban is, hogy inkább irodalomterápiát értenek rajta. Nagyon fontos azonban, hogy tudjuk, biblioterápia címszó alatt hagyományosan is sokféle szöveggel dolgoztak/dolgoznak, így például esetemben a dalszövegek foglalkozásokra való bevitelének ugyanúgy van létjogosultsága, mint a klasszikus szépirodalmi szövegek alkalmazásának.

Két alapvető jellemzőjét emelhetjük ki az irodalomterápiának: a személyiség befolyásolására, fejlesztésre irányuló szándékot és a szövegek – többnyire, de nem feltétlenül – irodalmi művek felhasználását. Sok törekvés létezik arra, hogy nem irodalmi művekkel, például szakirodalmi szövegekkel, újságcikkkel, naplószövegekkel, népmesékkal, mesékkel és dalszövegekkel is dolgozzunk, s ezek tekintetében a személyes tartalmú beszélgetést ösztönző hatás általában ugyanúgy nem szokott elmaradni, mint a szépirodalmi műveknél.

Az olvasásszociológia egyik alaptétele, hogy ha az olvasónak sikerül megértenie, átélnie az adott művet, lehetősége van arra, hogy a világot megújult gondolkodásmóddal kezdje el szemlélni. De az érzelmi azonosulás hatása még nem jelenti azt, hogy az olvasó egyéni attitűdjei megváltoztak (Gereben, 1980). A mű befogadása egy olyan konstelláció, melyben az állandóan cselekvésre kényszerülő ember, ha átmenetileg is, de felfüggeszt-

heti a cselekvésekre irányuló döntéseit. Ebben a helyzetben lehetősége van következmények nélkül követni másfajta magatartásokat, és azokkal azonosulni. Ha ez a hatás kellőképpen megerősödött és beépült a befogadó személyiségébe, akkor alakulhatnak ki konkrét és megváltozott célkitűzések.

Az irodalomterápia tehát nem más, mint válogatott olvasmányok felhasználása pszichológiai problémák kezelésére, megelőzésére és személyiségfejlesztésre. Főként az irodalomterápia esetében igaz továbbá, hogy egy, a művészetterápiák közé tartozó interdiszciplináris, verbális terápiás módszerről beszélünk. A művészetterápia általánosságban a művészeti alkotások vagy azok egyes részletei befogadásának és a kreatív művészeti tevékenységnek az elősegítése, az élmények speciális feldolgozása által pedagógiai fejlesztő, valamint terápiás, preventív és rehabilitációs területeken egyaránt hatékony módszerek összessége. A művészetterápia lehet aktív és receptív terápia. Aktív terápiában a résztvevő maga alkot valamit: verset, önéletrajzot ír, naplót vezet, fest, filmet készít, agyagedényt formáz, gyöngyöt fűz, zenél. Receptív terápiáról akkor beszélünk, ha a befogadás tárgya valamilyen művészeti alkotás: egy irodalmi mű vagy annak részlete, egy film, egy festmény, egy zenemű vagy annak részlete stb. Ekkor már kész alkotásokkal dolgozunk, míg aktív terápiában az alkotás folyamata a lényeg, függetlenül az elkészült mű esztétikai értékétől (Sóron, 2009).

A módszer célja sokféle lehet: általánosságban ezek a célok a mentális problémák gyógyítása, a személyiségfejlesztés, az önismeret, a szociális képességek, az empátia, tolerancia fejlesztése, a közösségépítés, esetleg rekreáció témakörein belül mozognak. Az alapfelgondolás a biblioterápia működési elvéről az, hogy egy olvasmány segítséget nyújthat abban, hogy külső szemszögből láthassa az olvasó a problémáit, példát vagy épp ellenpéldát ismerjen meg bizonyos élethelyzetekre, következmények nélkül gondolhasson át megoldásokat.

A szépirodalmi szövegek sokszor hétköznapi, emberi problémákat fogalmazznak meg művészi kifejezésformában. A kommunikáció ilyen típusú alkalmazása arra ösztönzi a résztvevőket, hogy igyekezzenek szókincsüket problémáik pontos kifejezésére használni. A feldolgozott szöveg szereplőivel való azonosulás által lehetőség nyílik először a szereplők konfliktusainak feloldására, később a tanulságokat a saját élethelyzetre vetítve a saját problémák megoldására is. A már meglévő szövegekről a terápia résztvevőinek általában könnyebb beszélgetni, hiszen így saját véleményüket fejthetik ki. A résztvevőknek mindig kontrolljuk van a folyamat felett, mivel lehetőségük van megválasztani a lelki feltárlkozásnak azt a szintjét, ami még biztonságos számukra. Ugyanazon szöveggel kapcsolatban számtalan – akár egymásnak ellentmondó – vélemény is kialakulhat a résztvevők között, így a módszer kiválóan fejleszti az egymás iránti toleranciát, mások véleményének tiszteletét, illetve az ellentétes érzelmek elviselését.

Az irodalomterápiás foglalkozás mindig egy előre kiválasztott irodalmi mű köré szerveződik, mely lehetőség szerint a csoport tagjainak hasonló problémáját célozza meg. A mű (műrészlet) kapcsán a csoportvezető irányításával személyes tartalmú beszélgetés folyik, amely tehát nem irodalomóra és nem műelemzés-központú. A szöveghez fűzött megjegyzések, illetve a mű szövege kapcsán felmerülő asszociációk, ötletek, emlékek, érzelmek segítenek a csoporttagoknak pontosítani a mű által sugallt témához, problémához

való saját viszonyukat, illetve az ebben lévő elakadásokat, hiányosságokat, amelyeken külső segítség nélkül általában nem, vagy csak nagyon nehezen jutna túl az érintett egyén. Ez fontos felismerésekre vezet önmaguk megismerésében és mások megítélésében, újra hangolhatja a már megmerevedett személyiségstruktúrákat. Bár a résztvevők sokszor irodalomórához hasonlítják a foglalkozást, mégsem műelemzéseket, irodalmi kivonatokat és az egyéni műveltség csillogtatását várjuk el a foglalkozás során, hanem a résztvevők személyes, saját élményei kapják a főszerepet, azokat igyekszünk a felszínre hozni. A foglalkozásokon a kiválasztott irodalmi mű élményszintű feldolgozása zajlik, s a foglalkozás vezetője ezt a folyamatot segíti/segítheti irányító kérdésekkel, ami lehetővé teszi a problémák közös továbbgondolását és az egyénekre szabott üzenetek, megoldások megtalálását, elfogadását.

Egyszerűen megfogalmazva, a biblioterápia könyv vagy könyvek közös olvasása abból a célból, hogy az olvasónak segítsen megbirkózni valamilyen személyes problémával. A közös olvasás és beszélgetés fontossága hozza a biblioterápia szocioterápiákhoz való sorolhatóságát is. A szocioterápiás foglalkozásokon a csoporttag teljes pszichés belső- és szociális világát, értékrendszerének jellemzőit hívjuk elő, ami a csoporttag számára önmaga többszempontú megértését teszi lehetővé. Az egyén és társas környezetének értékrendjét is tudatosítjuk, és szocializálással a társas környezet befolyásolását és értékrendjének alakítását is célozzuk (Németh, 2003).

Az irodalomterápia személyes belátáshoz segíti az olvasókat és növeli önismeretüket. Ez a belátás azt jelenti, hogy képesek azonosítani az olvasás során felmerült érzelmeket, és képesek azokról beszélni. Ezt a legtalálóbban Bruce Colville fogalmazta meg: a megfelelő időben olvasott megfelelő történet a szív irányába kilőtt 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. Egyes biblioterapeuták érzelmi katarzisz kiváltására törekcszenek azoknál a gyerekeknél, akikkel dolgoznak. A katarzisz azt jelenti, hogy érzelmi vagy pszichológiai feszültség oldódik fel, amikor az olvasó megtapasztalja azon szereplők érzelmeit, akiről olvas (Doll & Doll, 2011). A biblioterápia további céljai lehetnek még:

- A problémamegoldás, amiben az irodalom segíthet az olvasóknak.
- A legtöbb biblioterapeuta azon a véleményen van, hogy a személyes belátás növelése, a kiváltott katarzisz és a problémamegoldásban való segítségnyújtás hozzásegíti a résztvevőket ahhoz, hogy mások szemével lássanak, empatikusabbá váljanak. A biblioterápia végső próbáját a viselkedésbeli változások megjelenése jelenti.
- Segít hatékony és kielégítő társas kapcsolatokat létrehozni. A csoport ösztönző hatással van az egyénre, és a csoportban kialakuló közös élmény fontossága nagy szerepet játszhat a résztvevők életében. A könyvek olyan pontot teremtenek, amely körül közös érdeklődést és közös élményeket lehet felfedezni, amelyekből később barátságok alakulhatnak ki. Ezen kívül a könyvek csökkenthetik a személyes elszigeteltség érzését azáltal, hogy lehetővé teszik az olvasónak, hogy azonosuljon a könyv egy szereplőjével.
- A biblioterápia információforrásként szolgálhat az olyan olvasók számára, akik bizonyos problémáik miatt elkülönülnek környezetüktől. Ez a probléma lehet családi vagy

társadalmi kapcsolatokban fennálló vagy betegséggel kapcsolatos. A könyvek útmutatóként, példaként szolgálhatnak és egy lehetséges útvonalat mutathatnak az olvasónak.

- A szórakoztatás: az emberek azért is olvasnak, mert az olvasás szórakoztató. Egy jó könyv felkeltheti az olvasó kíváncsiságát, ami segíthet az új viselkedési módok kialakításában.

Valójában persze annyi célja lehet a biblioterápiának, ahány szakember alkalmazza azt, és ahány féle csoporttal van dolga a biblioterapeutának. Ezek alapján az általam vezetett foglalkozások céljaként a következőket tűztem ki:

- A kommunikációs készség, a kreatív gondolkodás és az önismeret fejlesztését;
- A türelem és a tolerancia kiépítését, valamint az olvasás népszerűsítését és megszeretetését.
- A terápiás folyamat további céljai az aktív részvétel növelése, a problémák közös megvitatása, a problémahelyzetek felismerése és a változásra való motiválás voltak.

Lehetőségek a büntetés-végrehajtási intézetekben

2012 és 2020 között tartottam irodalomterápiás csoportokat a pécsi Büntetés-végrehajtási Intézetben. A résztvevők között voltak előzetes büntetésüket, illetve tényleges büntetésüket töltő fogvatartottak is, fiatalkorúak, felnőtt férfiak és nők. A csoportok nem voltak koedukáltak. Általában hetente egyszer találkoztunk 10-12 fős csoportokban, maximum 2 órás időtartamban.

Az általam elindított foglalkozássorozat folyamatában természetesen sok az esetleges tényező is, ami további tervező és elemző munkát kell maga után vonjon. Nem lehettem mindig biztos abban, hogyan hatott az olvasott mű a fogvatartottakra, maradéktalanul megértették-e a hordozott üzeneteket, milyen gondolatok indultak el bennük. De a célom az volt, hogy a többnyire hátrányos családi háttérrel rendelkező fiatal elítélteknek az általuk megszokottól eltérő értékeket és lehetőségeket mutassak. Az irodalomterápia viselkedés-formáló funkcióját segítségül hívva igyekeztem alakítani bennük a tolerancia és az empátia készségét, figyelembe véve a befogadóképességüket, kompetencia-és tudáshatárait. Úgy gondolom, az említett képességek kialakításában sokat segíthet a csoportterápiás forma (Yalom, 2020; Rudas, 2016), megerősítve és támogatva az elítéltek reszocializációját, művelését és egy pozitívabb jövőkép kialakítását.

Nyilvánvaló, hogy a foglalkozás nem jelenthet teljes körű megoldást minden felmerülő problémára, remek kiindulási pontot jelenthet azonban azok számára, akik többet szeretnének megtudni magukról, embertársaikról, akik valamilyen mentális vagy lelki problémával küzdenek, illetve valamilyen speciális élethelyzetben, életszakaszban, esetleg kényszerpályán vannak. Ebben az értelemben azt gondolom, a börtönben végzett irodalomterápiás munka rokona az olyan speciális célcsoportoknak szánt foglalkozásoknak, amelyeket például időseknek (otthonban vagy klubformában), hátrányos helyzetű fiataloknak vagy várandósoknak tartanak a könyvtáros kollégák, s amelyekből remélhetőleg egyre több lesz a jövő könyvtári kínálataiban. Mindegyik esetben arról van szó, hogy egy-egy

speciális problémával rendelkező, a klinikumban azonban meg nem jelenő csoport fejlesztő terápiáját végezzük, a speciális igényeknek megfelelő módszerekkel és tartalommal.

Ha az olvasmányok által rendszeres pozitív példákkal és problémamegoldási sémákkal, követhető mintákkal és lelki támogatással tudunk szolgálni, az átélt szituációk beépülhetnek az egyén gondolkodásmódjába, melynek hatására jobb és stabilabb személyiség alakulhat ki. Ennek pozitív hatásai pedig hosszútávon társadalmi szinten is jelentkezhetnek, akár az iskolai, a foglalkoztatási, vagy az igazságszolgáltatási eredményeket vesszük alapul.

A program elindításakor elsődleges terápiás céljaim között szerepelt a kommunikációs készség, a problémamegoldó képesség és a kreatív gondolkodás, valamint az önismeret fejlesztése, ezen kívül a türelem és az egymással szembeni tolerancia kiépítése, másodlagos célom pedig az olvasás népszerűsítése és megszerettetése, az olvasási és szövegértési készségek fejlesztése volt. Azt feltételeztem, hogy – mint a klasszikus értelemben vett irodalomterápiában – az irodalomról való beszélgetés lehetőséget ad majd a színvonalas eszmecserére, ami fejlesztő, motiváló hatású az alacsonyabb iskolázottságú fiatalok számára.

A csoport tagjaiban tudatosulhat, hogy ugyanazzal a témával kapcsolatban számos eltérő vélemény létezik egymással párhuzamosan. Ez a felismerés erősíti a különböző álláspontokkal szemben mutatott toleranciát. A résztvevők szembesülhetnek azzal, hogy a szövegre adott reakcióik a saját személyiségükről és világlátásukról, értékítéletükről árulkodnak. Önismeretük erősítésével hibáikon és pozitív tulajdonságaikon egyaránt elgondolkodhatnak. Később azonban, megismerve a csoporttagok tanulási, magatartási és olvasási problémáit, szociális és kognitív készségbeli hiányosságait bebizonyosodott, hogy az említett általános irodalomterápiás célok kitzúzhatók ugyan, de a munkamódszereken, feladattípusokon és a feldolgozott szövegek jellegén a résztvevők aktuális kereteihez, korlátaihoz mérten változtatni kell, csak így lehet sikeres a terápiás folyamat.

A terápiás folyamat ismertetéséhez első lépésként vizsgáljuk meg az előzetes elvárásokat, vagyis azt a kérdést, hogy milyen célok jelenhetnek meg a vizsgált intézményekben. A receptív irodalomterápiában bárki részt vehet, és a szakma nem titkolt feladata, hogy tudást és információt biztosítson mindenkinek. Ez különösen nagy kihívás egy olyan környezetben, ahol a foglalkozáson részt vevők többsége nincs hozzászokva a tanuláshoz, önfejlesztéshez, egyáltalán az olvasáshoz magához. Az irodalomterápia, illetve a művészetterápia jó módszer arra, hogy a fogvatartott fiatalokkal az élet kisebb-nagyobb problémáiról, kérdéseiről beszéljünk. Ezen az úton elindulva fel lehet kelteni a kíváncsiságukat, új információkhoz juthatnak, és alternatív megoldásokat láthatnak különböző élethelyzetekre. Az elítéltek gyakran eltérnek, különböznek a többségi társadalomtól, könyvtári szempontból ez főként az átlagosnál jóval alacsonyabb műveltségi szintben nyilvánul meg, ami szorosan összefügg az olvasással és a tanulási problémákkal. A foglalkozáson megjelent fiatalok jelentős része teljesen vagy funkcionálisan írástudatlan. Ez az ismerv tehát mindjárt komoly plusz kihívást jelentett, hiszen ez az olvasással, szöveggel való munkálkodást jelentősen korlátozó, akadályozó tényező kevésbé jellemző egy átlagos biblioterápiás csoport tagjainál.

Foglalkozásaim tervezésekor a fejlesztő irodalomterápia általános szakirodalmában lefektetett elvekből indultam ki. Tapasztalatom szerint az általános elvek közül nagyon sok másként érvényesülhet a börtön valóságában, mint ahogy a szakirodalomokban le van írva. Korábbi kutatásaim során már betekintést nyerhettem az elítéltek olvasási szokásaiba, illetve nehézségeibe. Így számolnom kellett azzal, hogy a csoport egyes résztvevői küzdenek ezekkel a hátráltató tényezőkkel, illetve nincs meg a kellő háttértudásuk ahhoz, hogy a klasszikus irodalom egyes műveinek mélyebb összefüggéseit felismerjék és megértsék.

Problémaként merült fel a személyem is, hiszen mint női csoportvezetőnek – aki nem tagja a személyzetnek és nem nevelő – számolnom kellett azzal, hogy mivel a fogvatartottak börtönbüntetésük során alig találkozhatnak nővel, ilyen irányú vágyaikat és hiányait rám fogják vetíteni, s pusztán női jelenlétem, női mivoltom is kihívást fog jelenteni számukra. A másik nemiséggel kapcsolatos problémát az jelentette, hogy a biblioterápia általános felfogása szerint a vezető nem pedagógusként, hanem egyenrangú félként, demokratikus típusú vezetőként lép fel a csoportban. Ám figyelembe véve a csoportok összetételét (17-19 éves viselkedészavaros, hiperaktív fiatal férfiak, valamint vegyes összetételű lakásotthonban élő kamaszok) elkerülhetetlen volt, hogy adott esetben mint nevelő lépjek fel a foglalkozások ideje alatt. E szempontból a nőiségem azért merült fel problémaként, mert a résztvevők kulturális háttéréből, a roma kultúrában való szocializációjából adódóan a nők hagyományosan alárendelt szerepet töltenek be mind a családi (bár édesanyját a többség tiszteli), mind a párkapcsolati életben. Első lépésként tehát ki kellett alakítanom a felém irányuló bizalmat és megbecsülést.

A csoportfoglalkozásokon való viselkedését meghatározó másik nagyon fontos, neveléslélektani tényező a résztvevők hiperaktivitása volt. A hiperaktivitás a normális viselkedést és teljesítményt akadályozó viselkedészavar, amely figyelemzavarral és impulzivitással jár. Iskolai és egyéb teljesítményhelyzetekben a hiperaktivitás ismérvei közé tartozik többek között az, hogy az alany nem figyel a részletekre, és elkerüli az olyan feladatokat, melyek tartós értelmi erőfeszítést igényelnek (Doll & Doll, 2011). Másrészt tudjuk azt is, hogy a hiperaktívakat úgy lehet értelmes és normális tempójú aktivitásra serkenteni, ha elfogadást jó tulajdonságaik kiemelését tapasztalják, valamint, ha egyszerű, jól átlátható szabályrendszerre épülő feladatokat kapnak (Farkas, 2007). Mindez nagyban meghatározta, hogy milyen módon lehet a csoporttal dolgozni a foglalkozásokon, illetve részben magyarázta az összetettebb művek megértését igénylő beszélgetések, feladatok elutasítását is.

A szabályrendszer ismertetésére és betartatására bevezettem egy plakátot, melyet a csoporttal való első találkozás alkalmával közösen alkottunk. A lényege az volt, hogy a szabályokat közösen alkossuk meg, esélyt adva a résztvevőknek arra, hogy beleszólásuk legyen a csoportfolyamatokba. Általában a következő felhívások szerepeltek a plakáton: mindenkit meghallgatunk, amíg valaki beszél; a többiek csöndben vannak; nincs agresszió és fenyegetőzés; mindenki egyenlő; lehet nemet mondani; titoktartás.

A plakát mindig jól látható helyre lett kihelyezve, így elég volt csak a megfelelő pontra mutatni, ha valamelyik csoporttag megfeledezett magáról. Az évek alatt összesen három

alkalommal kellett valakit kiküldenem a foglalkozásról. Ám minden ilyen alkalom után az illető bocsánatot kért, és kifejezte, hogy fontos neki a csoport és szeretné tovább folytatni.

A pozitív megerősítés is segített hatást gyakorolni a nehezen kezelhető fogvatartottak viselkedésre. Azt az elvet követtem, hogy nincs rossz válasz, illetve rossz kérdés. Ez a tapasztalat elég volt ahhoz, hogy magabiztosabban szólaljanak meg a felvetett témákban, valamint csökkent a veszekedések gyakorisága is – hiszen a megfelelő szemszögből mindenkinek igaza van.

A börtön olyan intézmény, ahol a már korábban említett speciális ellátásokat kellene biztosítani, illetve azokat fejleszteni, erősíteni. Így a lehetőségek szinte korlátlanok, ám azok kiaknázásához ismerni kell a potenciális résztvevők motivációit, képességeit és hátterait. Sok tanulmány próbálta meghatározni, mi tesz valakit bűnözővé és hogyan lehetne visszairányítani a normális viselkedési csatornába.

Szerte a világon kurrens problémává vált a bűnözés, ezzel együtt a büntetés-végrehajtással kapcsolatos nehézségek, kérdések és megoldások, melynek hatására az eddig zárt intézményrendszer széles körű társadalmi nyilvánosságot kapott. Számos tudományág és szakterület kezdett foglalkozni a témával, ezzel segítséget nyújtva a bűnözés megelőzésében és felszámolásában. Ez alól nem képeznek kivételt a könyvtárosok sem, akik börtönkönyvtári szolgáltatásokkal vagy „külsősként” biblioterápiás foglalkozásokat tartva abban segídkehetnek, hogy bebizonyosodjon, az olvasás eredményre vezethet a börtönökben folyó személyiségformáló, javító és fejlesztő munkában is.

Az irodalomterápia börtönprogramokba való beemelése azon a felismerésen alapul, hogy az elítélt társadalmi kurdarcaiban kulcstényező lehet érzékelési, észlelési képessége. Minden szocioterápiás és művészetterápiás foglalkozás a résztvevők „érzékenyítését” tűzi ki célul, annak reményében, hogy sikerül javítani azokon a részben vagy teljesen hiányzó készségeken és képességeken, amelyek az elítélteknek a társadalom számára elfogadható formában gyakorolt életviteléhez és egy egészséges személyiséghez szükségesek. Ha az elítélt megtanulja differenciáltan szemlélni az őt körülvevő problémákat, lehetőségeket, akkor a percepció, kognitív és szociális készségeiben is változás megy végbe. Ebben a változási folyamatban segíthetnek a csoportos foglalkozások: miközben tudjuk, hogy csodát nem tehetünk ezekkel az elkallódott emberekkel, hiszen a kialakult személyiség mindenestül aligha megváltoztatható, a személyiségstruktúra hangsúlyai átrendezhetőek, ami már elég lehet az illető normális életvitelének és a társadalom által elfogadott célokra és jövőre való irányultságának, asszertivitásának kialakításához.

Erre az átrendeződésre két példát szeretnék bemutatni:

- 1) Az egyik alkalom elején arról beszélgettünk, mik történtek egy hét alatt a résztvevőkkel. Egyikük elmesélte, hogy volt egy nézeteltérés a szintjükön, melyben ő is érintett volt. Mielőtt felemelte volna a kezét, eszébe jutott, miről volt szó hetekkel korábban a csoportban, és úgy döntött, inkább kiszáll a helyzetről, és elvonult a zárkájába. Számomra ez a történet azt bizonyította, hogy ez a fiú képes volt felmérni a következményét annak, ha üt, és annak, ha nyugodt marad, ezzel elkerülve az esetleges büntetést, valamint felelősséget is vállalt, hiszen nem a pillanatnyi fölény elérése lett a célja. Ez egy kifejezetten hirtelenharagú és impulzív személytől óriási fejlődés volt.

- 2) Egy másik fiúval kapcsolatban rendszeresen megkérdezték a nevelők, hogy miért járhat a csoportba, hiszen csak a baj van vele mindenhol a viselkedése miatt. Az adott fiatalember figyelemre vágyott, melyet többnyire rendbontással, a közösség bomlasztásával ért el. Hosszú hónapokba – és rengeteg energiába telt, mire meg tudtam vele értetni, hogy akkor is figyelek rá, ha ezeket a mintákat elhagyja. Ezzel a változással a csoport aktív és fontos tagjává lépett elő, sikerült kibújni a "osztály bohóca" szerepkörből.

A deviáns viselkedés normálistól eltérő, de nem kóros magatartás forma. Azonban tudnunk kell, hogy a bűnözés egy speciális deviáció, ami nem a környezet türelmétől függ, mert a bűnöző akkor deviáns, ha a társadalom túri, és nem tesz ellene semmit. Azonban világszerte, minden jogi szabályozásban szigorúan és pontosan rögzítésre kerülnek az általánosan elfogadott elvárások és normák. Mi állhat mégis a deviáns viselkedés kialakása mögött? Az egyik ok, hogy a bűnözőknél nem alakul a szociális gátlás, hanem megmarad az egocentrikus alappozíció („Ami nekem jó, az jó, ami nekem rossz, az rossz.”). A másik ok lehet a már sokszor említett családi háttér. A gyermek a környezetét (elsősorban szüleit) utánozza, ösztönösen követi a látott példát, mert fél a szeretet elvesztésétől. Ez egy nagy társadalmi csapda lehet, hiszen a gyermek így tanulja meg, hogy mi a norma, melynek segítségével beilleszkedhet. Am ha negatív mintákat tanul el, nem fejlődik ki személyiségében a szociális gátlásrendszer az antiszociális cselekvésekkel szemben. Az antiszociális deviáció oka lehet az, hogy a szeretet-kapcsolat a respektábilis és a nevelt egyén között rideg, elhanyagoló, esetleg brutális nevelési módszer. Ennek ellenkezője is előfordulhat, mikor a nevelő és a gyermek között az úgynevezett majomszeretet alakult ki. Ekkor a gyermek nem érzi a szeretet elvesztésétől való félelmet. Ezek alapján kijelenthetjük, hogy a bűnözés hátterében sok esetben az ember személyes környezete áll, amennyiben nem élt vele, vagy rosszul alkalmazta a személy emocionális befolyásolásának lehetőségeit (Pápainé, 1985; Biro, 2015). A bűnöző nem tekinthető a társadalmi elvárásokat követő, azokhoz hozzájáruló tényezőnek. Elhárítja magától a felelősséget, és egy olyan világot teremt, melyben az övé a győztes szerep. Ez a viselkedési stratégia egészen addig fennmarad, míg a bűnöző fel nem ismeri, hogy rossz magatartási példákat követ. A büntetés-végrehajtás általános célja ugyanaz, mint az egész büntetőeljárás célja, vagyis hátrány okozása, megtorlás az elkövetővel szemben és az elkövető visszavezetése a társadalomba, azaz a reszocializáció. A modern büntetés-végrehajtási rendszerekben a hangsúly – a ki-rekesztés helyett – az elítéltek társadalomba való beilleszkedésére helyeződik, ezért a büntetőintézetekben igyekeznek olyan szervezett csoporttevékenységeket (sport, oktatás, könyvtár) szervezni, melyeknek terápiás hatása lehet.

Ebben a folyamatban segíthetnek a csoportos foglalkozások. Az elítélteknél különösen fontosnak tartom az ilyen jellegű programokat, hiszen így non-formális keretek között készítik fel őket a reszocializációra. Ezen kívül bizonyos fokú szuverenitást is jelent a zárt falak között, hiszen szabadon használhatják a fantáziájukat, beszélgethetnek, kötetlenül alkothatnak. A különböző programokon való részvétel hátterében több ok állhat. A fogvatartottakat motiválhatja a tudat, hogy új embereket ismerhetnek meg és kötetlenül kommunikálhatnak.

Minden csoport kifejezetten várta azokat az alkalmakat, amikor hospitálók látogatták meg a társaságot – ezeken a foglalkozáson a tagok a legjobb arcukat mutatták és a magatartásuk kitűnő volt, mert imponálni kívántak a vendégeknek. Ugyanakkor néhány héttel a látogatás előtt a csoportszabályoknál erősítettem a jó magaviseletre való törekvést, illetve annak a lehetőségét, hogy aki agresszíven vagy támadólag lép fel bárkivel szemben, nem találkozhat a hospitálókkal. Sosem kellett senkit távol tartani ezektől az alkalmaktól.

Ezen kívül fontos tényező az új élmények keresése és az az esély, hogy kiléphetnek a zárkák által nyújtott alacsony ingerküszöb szigorúan behatárolt lehetőségei közül. Valamint nem elhanyagolható az a tény, hogy az aktív magatartás és jó magaviselet dicséretet, plusz pontokat von maga után a börtönben, melyet a későbbi ítéleteknél, előre hozott szabaduláskor beszámítanak. S bár befolyásolja az elítélteket, ez inkább tekinthető egyfajta eszközhöz, mint motivációnak.

A csoporttagok viselkedését nem csupán individuális személyiségi struktúrájuk, hanem a többi résztvevővel való együttműködésük is meghatározza. A börtönközösséghez való alkalmazkodás a szubkulturális szabályok, értékek, szerepek, nyelvek, szokások, rituálék betartását jelenti (Ledvinová, 2005). A börtön szubkultúrája gyakran olyan erő lehet, amely a börtön rehabilitációs intézményrendszerével szemben áll. A csoportvezetőnek ismernie kell a szubkulturális, íratlan szabályokat, mert ezeket szem előtt tartva tud hatni az elítéltekre. A fogvatartottak társadalmi szükségleteiben is érvényesülnek a Maslow-féle keretek. Ha az alsóbb szintű igények kielégítetlenek (étel, meleg, biztonságérzet), minimális érdeklődés mutatkozik a magasabb szükségletek iránt, amiket a könyvtár és könyvtáros munkája, szolgáltatásai elégíthetnek ki (Ledvinová, 2005). Mindezekből következően a foglalkozásvezetőnek egy ilyen közegben elsősorban azzal kell megküzdenie, hogy a csoportba került fiatalokat kommunikációra és értelmes aktivitásra bírja, valamint a lehetőségekhez mérten meg kell szüntetni a hierarchiát – legalább a foglalkozás idejére.

A hierarchia megtartásában nagy szerepet játszik az érzelmek (főleg a gyengeség, szomorúság) elrejtése. Sokszor kerültek szóba olyan témák, melyek érzékenyen érintettek egy-egy fogvatartottat. Erre általában passzivitással reagáltak, vagy elviccelték, elterelték a témát. Az egyik fiú az anyával kapcsolatos történetekre reagált ilyen módon. Egy alkalommal megosztottam vele a saját megküzdési stratégiámat: a negatív érzésektől írással szabadulok meg. Néhány hét múlva a fogvatartott a csoport elején a kezembe adott egy gyűrött papírt, és megkért, hogy olvassam fel. Verset írt az édesanyjához, aki évekkorábban meghalt. A mű mindenkit megrázt, és bár a csoporttag megosztotta a fájdalmát, és megmutatta a gyenge pontját, de a csoport addigra elég összetartóvá vált ahhoz, hogy együtt érezzenek vele.

Némi humorral és közös érdeklődési pontokkal (ismertem azokat az együtteseket, előadókat, illetve érdeklődtem azok után, akiket példának hoztak) sikerült elérnem, hogy nyitottabban álljanak hozzám, valamint az általam közvetíteni kívánt értékekhez. Eddigi tapasztalatom az, hogy a résztvevők élvezték a foglalkozásokat, és ha nem is direkt módon, de sikerült formálni a viselkedésüket és pozitív irányba terelni őket. Azzal, hogy megismerik egymás akár zenei, akár irodalmi ízlését, az ezekkel kapcsolatos véleményét, nyitottabbá válhatnak a világra és az új dolgokra, és az új nézőpontok több választási lehetőséget is biztosíthatnak nekik a későbbiekben.

Összegzés

A saját tapasztalatom és más irodalomterapeuta kollégák (Kovács, 2014; Rezsőfi, 2018) eredményei is azt igazolják, hogy van létjogosultsága a biblioterápia gyakorlati beültetésének a büntetés-végrehajtásba, különösen a fiatalkorúaknál, akiknél még valamivel könnyebb formálni a személyiséget. Az általam és a szakirodalom által megfogalmazott célok közül sok megvalósult (a tolerancia és empátia kiépítése, az érdeklődés felkeltése, a kommunikáció fejlesztése, stb.). Az a törekvésem, hogy népszerűsítsem az olvasást, nem valósult meg maradéktalanul, hiszen sokuknál először a funkcionális analfabetizmus problémáját kell megoldani, ami egy sokkal összetettebb feladat. Ezt egy biblioterápiás foglalkozás keretében nehéz megoldani. Ám ha a program során a résztvevő kellő motíváltságra tesz szert, felmerülhet az igénye arra, hogy e téren is fejlessze önmagát, vagy külső segítséget kérjen fejlődéséhez.

Kérdéses pont, hogy a foglalkozások által megismert új szemléletmódok meddig hatnak a résztvevők személyiségére. A változashoz szükséges a résztvevők fejlődni akarása és nyitottsága is az újdonságok felé. A biblioterápia segítséget nyújthat az olvasónak, hogy a tudatos szférába hozza eltemetett érzelmeit és élményeit, lehetőséget ad arra, hogy képzeletben kísérletezzen különböző viselkedési módokkal, valamint növelheti a személy tudatosságát és szociális érzékenységét, de csupán a kezdő lökést adhatja meg ebben a speciális környezetben. A további viselkedési mechanizmusok azon múlnak, hogy az egyén mennyire került tisztába saját értékeivel, valamint hogy mennyire tudatosult benne a változtatás lehetősége és az arra irányuló vágy.

Irodalomjegyzék

- Béres, J. (2017). *Azért olvasok, hogy éljek. Az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig*. Kronosz Kiadó.
- Béres, J. & Csorba-Simon, E. (2013). Fejlesztő biblioterápia fiatalok fogvatartottakkal. *Könyvtári Figyelő*, 59(2), 251-268.
- Bíró, E. (2015). A fogvatartottak családi kapcsolatainak szerepe a bűnelkövetésben, a börtönélményben és a reintegrációban. In: Albert F. (szerk.), *Életkeretek a börtönön innen és túl. Szubjektív reszocializációs esélyek* (pp.73-112). (Szociológiai Tanulmányok 2015/2) MTA Társadalomtudományi Kutatóközpont (Szociológiai Intézet).
- Csorba-Simon, E. (2012). *Olvasási szokások és könyvtárhasználat két magyarországi börtönben. Szakdolgozat*. PTE FEEK.
- Csorba-Simon, E. (2013). Biblioterápia: A könyvtár(os) lehetőségei a börtönben. *Tudásmenedzsment*, 14(Különszám), 72-85.
- Derrida, J. (2002). A struktúra, a jel és a játék az embertudományok diszkurzusában. In Bókay A., Vilcsek, B., Szamosi, G. & Sári, L. (szerk.), *A posztmodern irodalomtudomány kialakulása: a posztstrukturalizmustól a posztkolonialitásig: szöveggyűjtemény* (pp. 265-276). Osiris Kiadó.
- Doll, B. & Doll, C. (2011). *Fiatalok biblioterápiája. Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése*. Könyvtári Intézet.
- Farkas, M. (2006). *Hiperaktivitás és figyelemzavar*. Vadaskert Kórház és Szakambulancia.
- Gereben, F., Katsányi, S., & Nagy, A. (1980). *Olvasásismeret: Olvasásszociológia, olvasáslélektan, olvasáspedagógia*. Tankönyvkiadó.
- Holland, N. N. (1990). Tranzaktív beszámoló a tranzaktív irodalomtudományról. *Helikon*, 36(2/3), 246-258.
- Kovács, Zs. (2014). Irodalomterápia a börtönben. *Könyvtári Figyelő*, 60(3), 312-316.
- Ledvinová, J. (2005). *A börtönkönyvtárak helye a nyugati világban és Csehországban. 2. rész*. Ctenár, 57(2), 64-65. (Referátum a Könyvtári Figyelő 2005. évi 3. számában)

- Németh, L. (szerk.). (2003). *Szocioterapeuta képzés: Elméleti szemináriumhoz szöveggyűjtemény*. Magyar Művészet- és Szocioterápiás Közösségépítő Egyesület.
- Pápainé Faragó, I. (1985). Deviáció, deviáns viselkedés, bűnözés. In Csapó E. (szerk.), *Hátrányos helyzetű olvasók könyvtári ellátása* (pp. 52-54). OSZK KMK.
- Rezsőfi, J. (2018). Biblioterápia felnőtt férfi elítéltekkel. *Börtönügyi Szemle*, 37(2), 66-88.
- Ricoeur, P. (1999). *Válogatott irodalomelméleti tanulmányok*. Osiris.
- Rudas, J. (2016). *Csoportdinamika*. Oriold és társai.
- Sóron, I. (2009). A művészetterápiák könyvtári alkalmazásának új lehetőségei. *Könyv, Könyvtár, Könyvtáros*, 18(6). <http://ki.oszk.hu/3k/2010/12/a-muveszetterapiak-konyvtari-alkalmazasanak-uj-lehetosegei/>
- Yalom, I. D. (2020). *A csoportpszichoterápia elmélete és gyakorlata*. Park Könyvkiadó.