

Mintaadó mesehősök¹

Tizenöt év kutatómunka után terepmunkássá váltam: kórházi ágyakra, börtönökre, gyerekotthonokra cseréltem az íróasztalomat és kényelmes könyvtári széket. Kiléptem abból a viszonylagos biztonságból, amit a mesekutatás addig jelentett. Rájöttem ugyanis, hogy a mesék valódi értelmét, célját és funkcióját csak akkor fogom megérteni, ha „működés közben” találkozom ezekkel. Hiába tudtam ugyanis rengeteget a hét nagy meserégióról, a mesekutatói irányzatokról, az európai és keleti mesetípusokról és szövegkorpuszokról, folytonos hiányt élttem meg. Mintha épp a lényeg sikkadt volna el a papírjaim és publikációim között, mintha éppen arra nem tudtam volna a választ, amire a leginkább szerettem volna, nevezetesen, hogy mi történik a mese és mesemondó, a mese és mesehallgató között, hogyan jön létre e hármas találkozásból az a különleges tudatállapot, amelyet a szakirodalom történet-hallgatási transzként emleget?

A mese lélektani hatásairól beteg gyerekek mellett szereztem először tapasztalatot. Egyrészt saját gyermekem betegsége, másrészt a Mosoly Alapítvány kórházi terapeutáinak kiképzése segített hozzá azokhoz a felismerésekhez, amelyek később módszertani alapul szolgáltak a meseterápia alkotó-fejlesztő és klinikai ágának kidolgozásához. Sokféle betegséggel és sokféle sérült emberrel találkoztam terepmunkám során. A krónikus és daganatos betegek mellett dolgoztam vak és gyengénlátó gyerekekkel, fogyatékkal élőkkel, valamint szervátültetett, gyászukban elakadt és traumát átélt fiatalokkal. Testközelből élhettem át, ahogy a gyerekek minden esetben tévedhetetlen bizonyossággal választották ki a felkínált mesékből azokat a mesehősöket, akikbe „kapaszkodva” túllendülhettek betegségük legnehezebb szakaszán. Volt, akinek sárkányölő vagy Napot megszerző hősre volt szüksége, mások az égiszérő fát megmászó hősben vagy egy nádszálban sínylődő leányban ismertek magukra, s akadtak olyanok is, akik egy szárnyat készítő, repülő embert hívtak segítségül a gyógyuláshoz. A mesehős kiválasztását nagymértékben befolyásolta az adott betegség és a beteg éppen aktuális állapota is. Minden esetben megfigyelhettük a mesehős és a beteg közötti erős és hosszan tartó kapcsolódást, amiről a kórházi terapeuták jegyzőkönyvet is vezettek.²

Hasonló helyzetben találtam magam, amikor transzplantált gyerekekkel és szüleikkel dolgoztam együtt. A Transzplantációs Alapítvány ugyanis azzal a kéréssel keresett meg, hogy szeretnének egy

¹ A kutatást az EFOP-3.6.1-16-2016-00001 „Kutatási kapacitások és szolgáltatások komplex fejlesztése az Eszterházy Károly Egyetemen” című projekt támogatta.

² Korbai Hajnal (szerk.): *Lotilko szárnyai. Terápiás történetek és mesék traumát átélt gyerekeknek*. Budapest, L'Harmattan–Mosoly Alapítvány, 2010.

olyan mesekönyvet, amely szervátültetett embereknek segít a gyógyulásban. Addig nem tudtam ilyen meseválogatást összeállítani, amíg nem ismertem a szervátültetés folyamán keletkező fizikai és lelki problémákat. Csak a transzplantáció és a transzplantáltak *mintázatának* megismerése után fordulhattam a mesékhez, hogy a mesetípusok között is hasonló mintázatokat keressek. Az Alapítvány minden segítséget megadott ahhoz, hogy személyes élettörténetekkel is találkozhassek, sőt önkéntesként kétszer is dolgoztam a szervátültetett gyerekek nyári táborában. Így állt össze lassan a „transzplantáltak mintázata”, ami bizonyos tekintetben más volt, mint a daganatos betegeké, látássérülteké vagy gyászolóké. A fentebb felsorolt közös jellemzőkön túl megjelent benne három nagyon specifikus, csak a transzplantáltakra jellemző motívum: az „idegen testrészt”, a „titok” és a „befogadás” motívuma. A kötetbe került mesék nagy részét e három jellemző alapján választottam ki, a többi mese kiválasztásánál a sérült mesehősök általános mintázatát vettem figyelembe. Érdekes, hogy a Mosoly Alapítvány daganatos és krónikus betegek számára készült mesegyűjteményében a sárkánnyal vagy más károkozóval való megküzdés volt kulcsfontosságú motívum. A transzplantáltak mesekönyvébe nem került klasszikus sárkányküzdelmes mese, mert a szervátültetés során már nem a küzdelem a legfontosabb mintázat-elem. A megküzdés helyét a „befogadás”, az „elfogadás”, valamint a „kölcsonzott testrészt” motívuma veszi át, mert sok múlik azon, hogyan reagál a test egy új szervre. Emiatt több olyan mese is került a kötetbe, amelyben a segítő felajánlja valamely testrészét a hősnek. A hős él a lehetőséggel, és a testrész segítségével sikeresen végrehajtja a rá bízott feladatokat vagy kiállja a próbákat. Tulajdonképpen ezt kell megvalósítania a transzplantáció után a betegnek is. A családokkal való beszélgetések során az is kiderült, hogy a transzplantált gyerekek körében gyakran titok lengi körül a beültetett szerv eredetét. Ez a „titok” nagyon megnehezíti a családok életét, főleg azért, mert nem tudják, hogyan beszéljenek róla. A „kölcsonzott testrészt” motívumát tartalmazó mesék alkalmat adnak a kényes témáról való beszélgetésre is – ha a gyerek kezdeményezi. A kötet más meséiben az irányítás, szabályozás képességét sajátítja el a hős, vagy megtanul tűrni, mert sajnos erre is nagy szükség van a szervátültetés során. Olyan mese is került a kötetbe, amely a csúfolt, megvetett szereplő diadaláról szól.³ Fontos újra megemlítenem, hogy nemcsak a szövegek tudnak segíteni a betegségekben, hanem a mesemondó-mesehallgató között kialakult intim viszony és a mesét követő beszélgetés is.

A gyermekvédelemben eltöltött öt év terepmunka is a mesehősök mintaadó szerepét erősítette meg bennem. A gyermekotthonokban folytatott munkám célja az volt, hogy mesékkel segítsek azoknak a gyerekeknek, akik használható életmodellek híján képtelenek egy stabil, saját belső értékeken nyugvó, a szűkebb és tágabb környezettel is harmonikus kapcsolatot fenntartó élet kialakítására. Számukra olyan történeteket válogattam, amelyek származásuktól és életkörülményeiktől függetlenül segítették őket kapcsolódási zavaraik rendezésében. Ezek nem csak arra tanították meg őket, hogy nehéz körülmények

³ Boldizsár Ildikó (szerk.): *Csudamadar – Mesék bátor gyerekeknek*. Budapest, Transzplantáció Alapítvány a Megújított Életekért, 2015.

között is élhetnek emberhez méltó életet, hanem arra is, hogy konkrét alapélmények nélkül is létrehozhatnak egy jól működő, szeretetteljes családot. Magyarországon számos régióban élnek a legkülönbélebb módon hátrányos helyzetű gyermekek. A családjuktól megfosztott gyerekek nem egyszerűen hátrányos helyzetűek, hanem kisémmizettek, mind egzisztenciális, mind szociális, mind mentális értelemben. Olyan gyerekekről beszélek, akik a szó legszorosabb értelmében elvesztettek mindent, és a jövőben is kevés az esélyük arra, hogy önálló egzisztenciára tegyenek szert. Nem egyszerűen az egzisztenciális háttér teljes eltűnésével kell megküzdeniük, hanem a traumatizáltságukból eredő destrukciós és szuicid hajlammal, antiszociális és agresszív magatartásmintákkal, amelyek megváltoztatása nélkül aligha lehet esélyük kiegyensúlyozott felnőttkorra. Nem csak szociális háttérüket tekintve veszélyeztetettek, hanem súlyos traumákkal terheltek. Árvaságuk, „feleslegességük” egy életen át hordozott, szinte feldolgozhatatlan fájdalmat jelent a számukra. Gyakori az ellenük elkövetett erőszak, sok a szexuálisan inzultált vagy folyamatosan bántalmazott gyermek, akad közöttük, aki gyilkosság szemtanúja volt, olyan is, akit kutyaólban tartottak évekig. Felsorolni is lehetetlen, hogy az őket ért borzalmak milyen széles spektrumot mutatnak. Tudjuk, hogy a folyamatos vagy ismétlődő traumatikus események (pl. zaklatás, megfélemlítés, életet veszélyeztető betegségek, erőszak, veszteségek, természeti katasztrófák) gyakran okoznak tartós változásokat és élethosszig tartó gyengítő szimptómákat az agyműködésben. Bruce Perry – a traumatikus incidensek hatása a gyermek fejlődésében témakör világhírű kutatója – 2001-es vizsgálatai szerint a „traumáknak való kitettség egyenletesen és véglegesen megváltoztatja a gyermek agyi fejlődését, hormonszabályozását, immunrendszerét és más testi funkcióit”.⁴ A poszttraumás stressz tünetei között szerepel az ingerlékenység, szorongás, hiperaktivitás, dührohamok, memória- és tanulási problémák, beszűkülés, motivátlanság, kötődési és kapcsolati zavarok és rendkívül erős agresszivitás. A terápiás vagy pedagógiai eszköz megválasztása azért sem egyszerű ezekben az esetekben, mert a súlyos traumák és a további hiányok (szeretethiány, ismeretek és képességek hiánya, biztonság és bizalom hiánya stb.) általában tovább csökkentik a gyerekek esélyeit a harmonikus életre. Ráadásul a traumát átélt gyermekek a bennük állandóan jelenlévő, gyakorta féktelen félelem miatt nehezen tanulnak, ezért nehezen szereznek szakmát, amely a későbbiekben megint csak csökkenti a kiegyensúlyozott életvitel kialakításának esélyét.

A mesékkel való foglalkozások során ezért arra törekedtem elsősorban, hogy a mesék segítségével személyiségük pozitív oldalát is megismerjék. Ez azt jelenti, hogy olyan mesehősökkel ismertettem meg őket, akik egyrészt hasonló élethelyzetbe kerültek, mint ők, másrészt ebben az élethelyzetben mégsem az általuk ismert módokon reagáltak a kihívásokra. A mesei alternatívák bemutatásával megnyílt számukra az a lehetőség, hogy a traumáikból következő vagy a családokból hozott negatív mintákat felülírassák.

⁴ Korbai Hajnal (szerk.): *Az aranytők. Terápiás történetek és mesék traumát átélt gyerekeknek.* Budapest, L'Harmattan–Mosoly Alapítvány, 2010.

Munkámat az a felismerés határozta meg, amely szerint a gyermeki agy fejlődése nagymértékben függ attól, hogy mire használják.⁵ Például a folyamatos félelmi állapotban élő gyerekek fokozott éberséget mutatnak, és ezt a felfokozott izgalmi állapotot fokozott testi aktivitás kíséri. A verbális utasításokat teljesen figyelmen kívül hagyják, mert a nonverbális jelzések fontosabbak számukra. Ez azt is jelenti, hogy a nonverbális intelligencia-hányadosuk magasabb, mint a verbális intelligencia-hányadosuk. Ezért célzottan a jobb agyféltekét érdemes aktívabb működésre serkenteni, ugyanis itt nem csak a traumatikus emlékek raktározódnak el képek, testi érzések, ízek és szagok formájában, hanem mindazon „ősképek”, archaikus emlékek is, amelyek működésbe lendülve felülírhatják a traumatikus eseményeket. Ráadásul gyerekek esetében nagyrészt a jobb agyfélteke irányítja a viselkedést, miközben a balnak fogalma sincs róla, hogy miért viselkedik úgy a „gazdája”, ahogy viselkedik, vagy mit fog csinálni legközelebb. Tapasztalataim szerint a jobb agyféltekét a mesék és a szimbólumok segítségével lehet a legközvetlenebb módon elérni. A mesehallgatás minden esetben aktívabbá teszi ezt az agyféltekét.

Éppen ezért a mesemondók felelőssége óriási, mert mesemondás és mesehallgatás közben olyan folyamatok is zajlanak, amelyek nonverbális síkon viszik át a mesékbe kódolt üzeneteket. Abban a pillanatban, amint a mesemondó a gyerekek lelki valóságának megfelelő mesébe kezd, lehetetlen kivonódni a mese hatása alól. A gondosan kiválasztott mesék elementáris erővel hatnak, hiszen a mesemondó mindig is a tudattalan képviselőjeként van jelen a mesemondás alatt. Ezért sok olyan mesét meséltem nekik, amelyben a hős szülők nélkül marad, vagy amelyben az egyik szülőt meg kell menteni valamilyen veszedelemtől. Szólt mese a tojásból (anya és apa nélkül) született lányról, a lángpalotában raboskodó királykisasszonyról, a kővé változott apáról, a gyermekeivel nem törődő anyáról, a testvérét kereső vagy a szenvedélyei rabságában vergődő ifjúról. A mesékkel való azonosulás során rohamosan javult az a képességük, hogy beleéljék magukat a történetbe. Egyre többen kerültek a történethallgatási transz hatása alá, és az ezt követő lelki béke, kiegyensúlyozottság, stabilizálódás és nyugalom állapotába. Azok a gyerekek, akik az intézetekben vagy a befogadó családoknál a poszttraumás stressz tüneteit mutatták (pl. rémálmok, éjszakai felriadások, ingerlékenység, dühroham, bepisilés, hiperaktivitás, csökkent érdeklődés, beszűkülés, motiválatlanság stb.) már néhány nap után határozott és nagyfokú javuláson mentek át, ami a nevelői visszajelzések szerint hosszú időn át – hetekig, egyes esetekben több hónapig – is fent maradt.

Ez a felelősség minden esetben erős jelenlétet és erőfeszítést kíván a mesemondótól, de épp ez az erős jelenlét a siker egyik záloga, mert a gyerekek rá merik bízni magukat. Gyorsan megismerik és várják a mesemondás szertartását, s könnyen azonosulnak a szereplőkkel. Arra a kérdésre, hogy „hol látják magukat a történetben?”, pontos válaszokat tudnak adni. Érteni és használni kezdik a szimbolikus nyelvet a hétköznapi beszélgetéseink során is. Átélik azt a katartikus élményt, hogy „ez a mese róluk

⁵ Korbai Hajnal (szerk.): *Az aranytök...* 45.

szólt”. És ez azt az ígéretet is magában rejti, hogy egy boldog élet reményében hatalmukban áll megváltoztatni az életüket.