

VINCZELLÉR KATALIN

ISMERKEDJ MEG AZ ÁRNYLÉNYEDEL, ISMERD MEG TÁRSAIDÉT IS!



Határozott, tapasztalaton alapuló állításom, hogy az irodalomórák alapvető feladata olyan jelenségek tematizálása, amelyek a társadalmi közbeszéd szintjén gyakran tabusítottak, miközben alapvető, megkerülhetetlen részei az életnek. Azonban az ezekről való nyílt kommunikáció, úgy tűnik, még a 21. században is okoz gondot, hiszen vagy nehezen befogadható vagy magas színvonalú szövegértést igénylő műveken keresztül történik, és így könnyebben marad absztrakt a probléma a mélyebb, átélt megértés helyett.

Kiss Judit Ágnes *Zsálya és a mélyvölgyi utazás* című, 2022-ben megjelent meseregénye segítségével a mélybe szállhatunk, le egészen a folyó alatti folyóig, találkozva az őszanyákkal, megvizsgálva annak a hátizsáknak a tartalmát, amit tőlük kaptunk, és öntudatlanul is cipelünk magunkkal. Megismerkedhetünk az árnyékállat avagy árnylány fogalmával (az élménypedagógiai alapú feldolgozásom erről a motívumról szól majd részletesebben), szembesülhetünk azzal, mit jelent mindenkinek magának megkeresni a (testi-lelki) gyógyulása útját, s találkozni a sorssal.

Lehet, hogy ezek a motívumok meglepőnek tűnnek, ha egy alapvetően gyerekeknek szóló könyvről beszélünk. A kortárs magyar író, Kiss Judit Ágnes azonban olyan világos dramaturgiával, költői, ám nagyon jól követhető, tiszta nyelvi stílusban írta meg könyvét, hogy segítségével akár az olvasási nehézségekkel küzdő diákok is megjárhatják azt a belső utat, amelyet a könyv főszereplője, Zsálya, megtesz.

A történet kiindulása egy régóta kórházban lévő kislány félelmeinek bemutatása. Ezek pedig azok a félelmek, amelyekkel különböző életkorokban különböző módokon, de mindig és mindenki találkozik és megküzd. Azonban a megküzdési stratégiák megismerésében, a félelmekkel való szembenézésben sokat segíthet egy fiktív történetről való beszélgetés. A fiktív világba és a megalkotott szereplők karakterébe való behelyezkedés áttételes módon segítheti a befogadót saját mintázatainak felismerésében, hiszen a problémáról való beszélgetés szintén a fikció áttétjén keresztül történik meg.

Az első fejezetben (*Egy kórházi éjszakán*) egyértelművé válik, hogy a kislány hosszú ideje kórházban fekszik egy megnevezetlen súlyos betegség miatt, mindennapos fájdalommal és halálfélelemmel küzd. De legalább ennyire félelmetes számára az, amit a szülei viselkedéséből szűr le. Fáradtságuk, feszültségük kiváltja belőle az elválásuktól való szorongást. Ez így egyben már egy nagyon összetett lelki szituáció, azonban még közvetlen tényezőkhöz köthető. Ebből a szituációból indul el a „mélyvölgyi utazás”, amely egy mesei fordulatnak köszönhetően azonban szimbolikus, archetipikus motívumaival az emberiség ősi félelmeit mutatja meg.

A teljes utat bejárni meghaladja az iskolai foglalkozások keretét, ezért csak egy elemet emelnék ki, ez pedig a saját „árnylányunkkal” való találkozás. Bár az élménypedagógiában mindig fontos a csoport szerepe, a közösségi megélés, a könyv ezen motívumának feldolgozása kapcsán az egyéni élményekkel, szorongásokkal kell dolgozni, és kiterjesztésként lesz fontos, hogy a csoport minden egyes tagjának megvannak a hasonló félelmei és szorongásai, tehát a csoport itt részben feloldást adhat az egyéni állapotokra. Annak megtapasztalása is fontos, hogy miközben magányos utazáson vagyunk, ha önmagunkkal foglalkozunk, ebben az utazásban mindenki részt vesz, és ha külön-külön, de egymással párhuzamosan megjártuk bizonyos szakaszait, tudunk róla a közösségünkkel beszélni.

Gyakorló tanárként mindennapi tapasztalatom, hogy a gyerekek, bár sokszor akár még mosolygással is eltakarva, de mintha egyre szorongóbbá válnának. Az elmúlt évek eseményei, azaz a külvilág történései is felerősíthetik ezt a szorongást, még ha nincs is feltétlenül megnevezve a diákok által, mi mindenből eredeztethető az a felfokozott állapot, amelyben léteznek. Azt a komplexumot, amelynek összetevői felerősíthetnek negatív állapotokat, természetesen nem tudjuk megoldani, de az egyes diákoknak segíthetünk abban, hogy önmaguk számára jobban kezelhetővé váljon ezek mindennapi elviselése. Az élménypedagógia egyik fontos módszere az „agy, szív és ész” összekötése. Ezt a folyamatot a tanár facilitátorként kíséri, nem minősít, hanem csak helyzetbe hozza a gyerekeket, kérdez, ha esetleg valahol elakadnak.

Kiindulásként tehát meséljünk el nekik egy alaphelyzetet: *egy sűrű, sötét erdőbe jutottatok, ahol egyedül vagytok, nincs nálatok telefon, nem tudtok külső segítséget kérni, hogyan találhatnátok meg a kivezető utat. Különös hangokat hallotok, nem tudjátok, kitől, mitől, honnan jönnek.*

Oltsuk le a lámpát, alakítsunk ki egy nagyobb mozgásteret a teremben és osszuk ki a szerepeket: legyenek diákok, akik az erdő fát, bokrait alkotják meg, összefonódnak, összeszővődnek, néha akadályozzák is az eltévedt szereplőt a mozgásban. Legyen valaki, aki vállalja az eltévedt utazó szerepét, kössük be a szemét, hogy ne lássa, mikor mibe ütközik. Legyen



három pár, akik pedig egymással összebeszélnek, hogy milyen lényekként rejtőznek el a fák között és kitalálják, hogyan mozognak, milyen hangokat adnak ki, amivel az eltévedt szereplőt megijeszthetik, befolyásolják. Beszélni csak a bekötött szemű utazónak szabad.

Ezt a helyzetet háromszor egymás után játszuk el úgy, hogy mindig más az utazó és más-más diákpár játssza az erdőben élő állatot. Valószínűleg az elején sok nevetés fogja kísérni a játékot, de a facilitátori narráció segítségével megteremtjük azt a hangulatot, hogy a gyerekek egyre komolyabban vegyék a helyzetet.

Miután a játékot lejátszottuk, kapjon minden diák egy csomagolópapírt és rajzeszközöket, amelyekkel lerajzolhatják, milyennek képzelik azt a lényt, aki félelmetesnek tűnhet számukra ebben a szituációban.

Ezek után olvassák el közösen a meseregény *Az árnyékállat* című fejezetét. Kérdezzük meg a gyerekeket, milyennek képzelik el azt az állatot, akivel a könyvbeli szereplő találkozott. Milyen lelkiállapot-változásokat figyeltek meg a szereplőnél? Hogyan tudtak vele azonosulni, mi az, amit nem értettek a viselkedéséből? A válaszokat közben érdemes a táblán vagy egy csomagolópapíron rögzíteni, újabb tudatosításával annak, hogy minden válasz érvényes, nem a jó választ, megoldást keressük. Érdemes jósoltatni is a gyerekeket: szerintük hogyan fog folytatódni Zsálya és a vadállat további története?

Ha ez a közös megbeszélés megtörtént, néhány önként jelentkező mutassa meg a többieknek a saját rajzát, mesélje el, hogyan képzelte el ő a találkozást, próbálja megfogalmazni, milyen érzéseket idézett elő benne, hogyan próbálták ezeket az érzéseket „kezelní”. A többiek kérdezhetnek, és természetesen csatlakozhatnak is hozzá saját élményeik elmesélésével.

Ezek után érdemes szintén vizuálisan, táblán vagy csomagolópapíron írásban rögzíteni, kinek milyen az árnyékállata, megnézni, milyen elemek térnek vissza a jellemzésénél, a hozzá kapcsolódó érzelmeknél.

Ez természetesen egy nagyon intim, sérülékeny terület, a tanárnak igen nagy érzékenységgel kell rendelkeznie ahhoz, hogy a gyerekek biztonságban érezzék magukat, hiszen, ha nem is feltétlenül mindenkiné a legmélyebb szorongásai fognak felszínre kerülni, de jó eséllyel megmozdulhatnak olyan tartalmak, amelyekről egyébként nem tudtak/tudnak beszélni. Azonban ha közösségi élménnyé válhat, hogy valamilyen mértékben mindenkiné megvan a maga „árnyékállata”, „árnylény”, akitől fél, azaz testet tud ölteni az addigi megfoghatatlan rossz érzés, az az egyént és a közösséget is építheti, erősítheti.

A sokat idézett régi kínai közmondás üzenete szerint: „Ha elmondod, elfelejtem. Ha megmutatod, talán emlékezni fogok rá. Ha részt veszek benne, megértem”.

A fentebb vázolt módszer alapvetően nem egy tananyag megértésére vonatkozik, sokkal inkább az egyén önmagával való viszonyára, valamint az egyén és a közösség kapcsolatára, játékos formában, amelyben azonban benne van a hirtelen megnyíló nagy mélység lehetősége is.

Az önismeret fejlesztése egész életünket végigkísérő folyamat, különböző életkorokban más és más módon történik meg, azaz természetesen nem elvárható, hogy egyetlen ilyen alkalom mindenki számára revelatív lesz, de esélyt ad arra, hogy egyáltalán tudatosuljon annak lehetősége, hogy a szorongások mindenki életében jelen vannak, hogy ez nem „hiba”, szégyellendő gyengeség, hanem az emberi létezés természetes része.

Egy gyerek/diák közösségben, amelyben sok a rivalizálás, a szerepek keresése, könnyen kialakulhatnak rossz dinamikák, és a szorongásra hajlamosabbak könnyen érezhetik magukat kirekesztettnek, kívülállóknak. Ha azonban teremtdők lehetőség arra, hogy játék, alkotás és egy fiktív történet olvasása segítségével közösségileg is találkozzanak olyan helyzetekkel, amelyekről azt hitték, csak rájuk jellemző, az adhat oldást az egyéni, belső félelmekre is és a csoporton belüli szolidaritást is erősítheti.