

**Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem**  
**Budai Campus**  
**Fejlesztő biblioterápia szak**

## **Szívünk rajta**

**A Jakabak című ifjúsági regény**  
**biblioterápiás alkalmazásának lehetőségei**  
**különböző korcsoportokban**

**Belső konzulens:**

Dr. Gombos Péter egyetemi docens

**Készítette:**

**Gombai Zsuzsanna**

BKGOF4 (levelező tagozat)

**2023**

## Tartalom

|   |    |
|---|----|
| Bevezetés .....   | 3  |
| A biblioterápia alkalmazása könyvtári foglalkozás keretében .....   | 5  |
| Irodalmi művek biblioterápiás felhasználásának lehetőségei.....   | 9  |
| A foglalkozás előkészítése .....  | 11 |
| A foglalkozás lebonyolítása .....   | 13 |
| Biblioterápia az oktatásban.....  | 14 |
| Fejlesztő biblioterápiás csoportfoglalkozások korcsoportos bontásban – A Jakabak című ifjúsági regényen keresztül ..... | 16 |
| 1. foglalkozás (5–6. osztály).....  | 18 |
| A program tartalma, tananyaga .....   | 20 |
| Értékelés.....  | 22 |
| 2. foglalkozás (7–8. osztály).....  | 24 |
| A foglalkozások tapasztalatai .....   | 28 |
| Összefoglalás.....  | 31 |
| Függelék .....  | 34 |
| 5–6. osztályban alkalmazott szöveg .....  | 34 |
| Feladatsor 5–6. osztály számára .....   | 36 |
| 7-8. osztályban alkalmazott szöveg .....  | 39 |
| Felhasznált irodalom .....  | 44 |
| Internetes források.....  | 46 |
| Köszönetnyilvánítás.....  | 48 |
| NYILATKOZAT .....   | 49 |

## Bevezetés

Dolgozatomban az 2019-es év egyik legrejtélyesebb gyermek- és ifjúsági regényét, a francia Jean-Claude Mourlevat Jakabak című regényét szeretném kicsit jobban bemutatni, illetve megnézni azt, hogy ez a mű mennyire alkalmas egy biblioterápiás foglalkozásra.

A könyv több szempontból megosztó, például már a műfaji besorolása sem egyértelmű. Van, aki mesének (meseregénynek) nevezi, de van, aki azt mondja, hogy ez inkább egy felnőtteknek szóló kisregény.

A mű nagy rejtélye az, hogy addig míg nem olvassuk el a kötetet, addig nem tudhatjuk pontosan, kinek is szól, milyen korosztályt is céloz meg pontosan a szerző, és kinek, melyik korosztálynak is érdemes ajánlani.

A Jakabakkal kapcsolatban nagyon sok álinformációt találunk, akad, ahol az 5-10 éves korosztálynak ajánlják, akad, ahol a kamaszkor határára teszik, de az is előfordul, hogy még a kiskamasz-, illetve a kamaszkorosztályt is túl fiatal, éretlen olvasóközönségnek tartják a kötethez.

Én azt gondolom erről, hogy végre van egy mese, amely komolyan veszi a gyerekeket, nem finomkodik, ezáltal az árnyalatokat is képes bemutatni. Főhőse, a szerelmi bánatában világgá ment kecske, Jakabak ugyanis dohányzik, néha keresetlen szavakat használ, ugyanakkor kiáll barátja mellett, és végül szerethető, pozitív hőssé válik. Ugyanekkor éppen ezért nagyon nehéz pontosan meghatározni, hogy melyik korosztálynak is szól pontosan ez a történet. Talán a kamaszokat érdemes kiemelni, akik nagyon fogják értékelni, hogy a mese őszintén, mindenfajta alakoskodás nélkül beszél velük egy csomó felnőtt dolgról, és mindezt

rendkívül játékosan és humorosan teszi. Úgy, hogy olvasás közben azt is elfelejtjük, hogy egy mesében vagyunk.

A mű valódi *pikareszk* – Jakabak<sup>1</sup> leleményességével és humorával minden helyzetet megold, és bendzsójával pedig vidáman penget esténként a tábortűz mellett.

A dolgozatomban arra a kérdésre kerestem a választ, hogy egy könyv, melyet „Szívünk rajta” matricával is jutalmaztak, mennyire alkalmas a 10-14 éves korosztály számára. Ezt a megjelölést az UNICEF Magyarország és a Bookline közös ajánlásával a 4-12 éves gyerekeknek szóló legszebb, legizgalmasabb, legkülönlegesebb magyar nyelvű könyvek kaphatnak.<sup>23</sup>

---

<sup>1</sup>Izsó Zita: Szirupos mázvalóság helyett őszinte életöröm: Jakabak, aki megtalálta önmagát. [online] a Mesecentrum oldala. cop. 2020. 05. 16. [letöltés: 2023. 04. 12.] <URL: <https://igyc.hu/konyvajanlok/szirupos-mazvalosag-helyett-oszinte-eletorom.html>

<sup>2</sup> Mészáros János: Ballada a kecskevilágról [online] a Köloknet oldala. cop 2020. 11.20. [letöltés: 2023.05.03] URL : <https://www.koloknet.hu/blog/ketegerlista/ballada-a-kecskevilagrol>

<sup>3</sup> Boldog Daniella: A Jakabak-rejtély [online] az Égigérő oldala. cop. 2021. 03.16. [letöltés: 2023. 04.16.] <https://egigero.hu/jakabak-rejtely#sthash.l86vjY77.dpbs>

## A biblioterápia alkalmazása könyvtári foglalkozás keretében

Véleményem szerint a biblioterápiának van létjogosultsága a könyvtárakban, sőt nemcsak létjogosultsága van, de talán igény is van a biblioterápiás foglalkozásokra könyvtári környezetben. A könyvtár feladata, hogy gyűjtse, feltárja, megőrizze és szolgálta az információt a felhasználók számára. Eszerint tulajdonában van az az anyag, amelynek a segítségével segíthet másoknak. Amellett, hogy fizikailag birtokában van a könyv, a könyvtárosnak is ismeri kell az adott irodalmat.

A könyvtáros munkaköréhez hozzátartozik az irodalomajánlás, ehhez ismerni kell az olvasókat – ahogy sok figyelemre érdemes művet is.

Manapság egy bibliotéka már nem csupán hagyományos könyvtári feladatokat lát el, a mindennapi élet részévé vált, szolgáltatásait folyamatosan bővíti, kitarja kapuit, író-olvasó találkozókat rendez, internetes szolgáltatásokat biztosít a használók számára, továbbképzéseket, tanfolyamokat szervez és tart, tudományos és ismeretterjesztő előadások helyszíneként szolgál, kiállításokat, vetélkedőket, könyvklubokat, könyvtári táborokat szervez.

Ma már a könyvtár a „harmadik hely” az otthon és a munkahely után. Kisebb városokban/falvakban – például abban a faluban, ahol én is élek –, ahol nincs elég irodalomkedvelőknek szóló program, ezzel lehet(ne) bővíteni a kínálatot.

Ezért is gondoltam arra, hogy egy könyvtári foglalkozás keretében biblioterápiás foglalkozást tartok általános iskolánk két korcsoportjának.

Kezdetben számomra nehézséget okozott a biblioterápia alkalmazása könyvtári környezetben, illetve ennek az elfogadtatása a

kollégákkal, de akár a résztvevőkkel is. A kollégák ijedten kapták fel a fejüket, hogy miféle „hókuszpókusz” ez, és milyen kötelező dologra szeretném ismét kérni őket. (A nem tudás, az ismerethiány szokásos következménye ez...)

Miután az intézményen belül elfogadták, és beépítettük a könyvtár által nyújtott ingyenes szolgáltatások körébe ezt, már egészen másként fogadták a korábban kritizált kezdeményezést a kollégák. A cél az volt, hogy meg tudjunk valósítani a közösségformálásnak ezt az új, egyelőre mindenki számára kicsit idegen formát is. Én úgy érzem, hogy a kollégák egyre nyitottabbak az ilyen jellegű foglalkozás iránt, és a közeljövőben a könyvtári tevékenységét is bővíthetnénk evvel a szolgáltatással.

Az én személyes fejlődési lehetőségemet a jövőben a biblioterápiás tevékenység többszintű könyvtári megvalósításában látom.

Ehhez először olvasói szemléletváltásra lenne szükség, és arra hogy ezáltal mindenki megtalálja a test-lelki egyensúlyt, és – nem utolsósorban – elégedett legyen a saját személyes állapotával, egyensúlyával.

Ennek megvalósítására a könyvtárban határozott lépéseket tettünk, melyek a következők voltak:

– Átalakítottuk a könyvtári tereket, hogy alkalmasak legyenek a személyes elvonulásra, illetve a kisebb-nagyobb közösségek befogadására (otthonos, intim terek kialakítása, a szeparáció lehetősége).

– A könyvtári állományból tematikus egységeket alakítottunk ki, melyek alkalmasak önfeltáró módon a személyiségfejlődésre, ezeket a tematikus egységet folyamatosan gondozzuk és mindig az aktuális helyzethez igazítjuk.

– A könyvtár arculatában az emberközpontúságot és az egyének fontosságát kezdtük hangsúlyozni – a térrel és a szolgáltatásokkal is.

Terveim között szerepel, hogy a jövőben különböző korcsoportoknak tartanék biblioterápiás foglalkozást, amennyiben erre mód és lehetőség kínálkozik. A megcélzott korcsoportok a következők lennének:

- Tinik, kamaszkorúak számára zárt csoportban – a tanév alatt kétheti rendszerességgel – a foglalkozáson az irodalmi művek segítségével beszélgetnénk az őket érdeklő témákról, mint például kapcsolatok szülő-gyerek kapcsolat, család, pályaválasztás, függőségek stb. A csoport ideális létszáma a 10 fő. Az elsődleges cél a személyiségfejlesztés, az önállóvá válás, az önálló döntéshozatal, felelősségvállalás, tolerancia elsajátítása lenne.
- Idősebbeknek tartott zárt csoportban 8-10 alkalmas foglalkozássorozatot indítanék, mely során irodalmi művek segítségével beszélgetnénk a korcsoportot érintő problémákról, mint például család, betegségek, fizikai és szellemi teljesítőképesség változásai, elmúlással és a halállal kapcsolatos érzések megosztása. A csoport ideális létszáma a 8-10 fő lenne. Célként egy-egy életszakasz méltó lezárását, a felkészülést a veszteségre, az elmúlás elfogadását határoznám meg.
- Intenzív önismeret fejlesztés zárt csoportban – egy tanév alatt havi rendszerességgel lehetne megvalósítani. Ezek a foglalkozásokon egy előre meghatározott irodalmi művet dolgoznánk fel közösen. A művet ki lehetne választani közösen is, ami mentén a biblioterápiai foglalkozás történne. A csoport összetételét vegyesre tervezném, mivel az

érdeklődőből válik, a legjobb befogadó. Ezeknek a foglalkozásoknak a célja a személyiségformálás, közösségalkotás, valamint a mentális életminőség javítása lenne.



## Irodalmi művek biblioterápiás felhasználásának lehetőségei

A fejlesztő biblioterápia célja lehet az egészséges emberek személyiségfejlődésének az elősegítése, illetve az önismeretük elmélyítése. A terápia iskolákban, könyvtárakban, illetve könyvklubokban jöhet létre az alábbi feltételek és lépések betartása mellett:

- *A megfelelő mű kiválasztása* (könyvrészlet, novella, mese)
- Az anyag kiválasztásánál nagyon fontos szempont, hogy a program résztvevőinek problémái tükröződjenek a műalkotásban
- *A mű bemutatása* – a kiválasztott könyvet, könyvrészletet felolvashatjuk hangosan együtt, csendben egyénileg, vagy esetleg, ha van rá mód, hangoskönyvként is meghallgathatjuk.
- *A megértés megerősítése* – A felolvasás közben vagy végén közös megbeszélés következik a cselekmény, a szereplők és a felvetett problémák megbeszélésével.

Nagyon fontos, hogy a megbeszélés ne úgy történjen, mint az iskolában, az ismeretanyag elsajátítása. Ezen alkalmakor nem a mű írójának az élete és munkássága a fontos, hanem az, hogy a befogadó számára mit jelent az adott szöveg, milyen hatást váltott ki belőle. Kifejezhetik nemtetszésüket, elmondhatják, hogy ők ebben a helyzetben, hogyan cselekedtek volna. Rögtön visszajelzést is kaphatnak a többiektől, hogy számukra mit jelentett az adott mű részlet, és ezáltal kialakíthatunk egy mindenki által elfogadott véleményt.

A biblioterápiával a következő problémákon lehet hatékonyan segíteni:

- gátlásos, kisrendűségi érzéssel küzdő gyerekeknek félelmeik leküzdésében,
- testi hibás, túlsúlyos gyerekeknek,
- más etnikai csoportok, kisebbségek elfogadása,
- alkalmazkodási nehézségek: túlzott agresszivitás, vagy éppen a bátorság hiánya,
- átlagon felüli képességekkel rendelkező gyerekek problémái,
- a könyvek, és az olvasás megszerettetése.

Bartos Éva szerint fejlesztő-megelőző jellegű biblioterápiába való bevonásra minden gyermek alkalmas. *„Ezen túlmenően, egyes gyermekcsoportok számára lehetséges a biblioterápia, másoknak szükséges, megint másoknak nélkülözhetetlen.”*<sup>4</sup>

Az átlagos, egészséges gyermekek tartoznak az első csoportba, az életkoruknak megfelelő problémákkal: önbecsülés, barátság, érzelmi kapcsolatok, beilleszkedés. A veszélyeztetett csoportban lévő gyermekek számára feltétlenül szükséges – ide azokat soroljuk, akik elszegényedtek, vagy rossz családi körülmények közül valók. A harmadik csoportba a mentális rendellenességekkel rendelkező gyermekek tartoznak – például szorongás, depresszió, hiperaktivitás. Az ő számukra szinte nélkülözhetetlen, de ebben az esetben már szakember bevonása is szükséges.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup>Bartos Éva: Gyermekek biblioterápiája. In: Fordulópont, 1999. 2–3. sz. p. 101.

<sup>5</sup>Doll, Beth – Doll, Carol: Fiatalok biblioterápiája, Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése. [online] az Országos Széchenyi Könyvtár oldala [letöltés: 2023. 04.16] [https://www.ki.oszk.hu/sites/default/files/dokumentumtar/biblioterapia\\_gyermeknek\\_es\\_serduloknek.pdf](https://www.ki.oszk.hu/sites/default/files/dokumentumtar/biblioterapia_gyermeknek_es_serduloknek.pdf)

## A foglalkozás előkészítése

Nagyon fontos a biblioterápiás foglalkozás előkészítése. Ebben a szakaszban a könyvtáros szerepe különösen hangsúlyos, hiszen napi szinten kapcsolatban áll az olvasókkal, akik a bizalmukba fogadják, megosztják a problémáikat a könyvtárossal.

Ha több embernél is sikerül hasonló problémákat azonosítani a könyvtárosnak, akkor lehetőségéhez mérten érdemes csoportot szervezni, s úgy foglalkozást tartani. Az ideális csoport létszáma nem haladhatja meg a 10-12 főt.<sup>6</sup> Meg kell találni a problémához legjobban illeszkedő művet. Az ideális alkotás terjedelme általában – ne haladja meg – az öt oldalt, és az is fontos szempont, hogy a felolvasása 4-5 perc alatt megtörténjen, és ne haladja meg a 20 percet. Lehetőleg ne közismert mű legyen – például irodalomórán elemzett –, így a foglalkozás résztvevőinek nem lesz pre-konceptiója.

A foglalkozásvezetőnek a művet minél, részletesebben meg kell ismerni még a foglalkozás előtt. Ennek az egyik lehetséges módja, ha az elolvasása után leírja azokat a kérdéseket, amelyek felvetődhetnek benne a művel kapcsolatban.

A foglalkozás időpontjának és helyszínének kiválasztása rendkívül fontos tényező. Olyan helyet kell választanunk, amely kellően elszeparált a többi olvasótól, hogy a résztvevők figyelmét ne terelje el például, hogy valaki könyvet keres. Bensőséges légkört kell teremteni, hogy a résztvevők szívesen osszák meg velünk és egymással a gondolataikat, ne kelljen arra figyelniük, hogy ki hallhatja még őket.

A résztvevők elhelyezkedésére a legalkalmasabb a kör formába

---

<sup>6</sup> Haász Erzsébet: Biblioterápiás foglalkozás könyvtárosoknak In.: Másként! A művészetterápiás könyvtári alkalmazása. Bp.: Országos Idegennyelvű Könyvtár, 2019.

való ültetés. A körben ülésnek az az előnye, hogy könnyebbé teszi a beszélgetést, mindenki között megvan a szemkontaktus, mindenki látja az éppen beszélőt.

A foglalkozás előtt el kell dönteni, hogy ki ismertesse a művet.

Több lehetőség közül választhat a foglalkozásvezető:

- Meghallgathatjuk egy előadóművész tolmácsolásában, aki a foglalkozáson nem vesz részt a felolvasást követően.
- Meghallgathatjuk hangfelvételtől, melynek az előadás módja jó, azonban érzelmileg taszító, hogy nem látjuk ki beszél.
- Választhatjuk azt a megoldást is, hogy a csoportnak egy tagja olvassa fel. Azonban nem biztos, hogy a személy avatott módon mondja el, illetve aki felolvassa nem a tartalomra figyel, hanem arra, hogy megfelelően adja elő a művet.
- Felolvashatja a foglalkozásvezető. Ekkor az előadónak van lehetősége korábban megfelelően felkészülni a mű előadására.
- Lehetőség van segítők bevonására is. Ekkor a segítő munkatárs olvassa fel a művet, aki fel tud készülni, hogy megfelelően előadhassa a művet.

A foglalkozás előtt még az is el kell döntenie a foglalkozás vezetőjének, hogy a teljes mű bemutatása után, vagy esetleg a mű felolvasását megszakítva, szakaszonként beszélnek meg a történeteket. Ha az utóbbi mellett dönt, még a végén van lehetőség az egész történet újragondolására.

A cél, a mű, a csoport figyelembevételével kell eldöntenie, hogy melyik lehetőséget tartja megfelelőbbnek.<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup>Zágorec-Csuka Judit A Szépirodalom önismereti és gyógyító ereje [online] e-nyelvmagazin.hu oldala. cop. 2020.12.01. [letöltés 2023.04.16.] <https://e-nyelvmagazin.hu/2020/12/01/a-szepirodalom-onismereti-es-gyogyito-ereje/>

## A foglalkozás lebonyolítása

Fontos felhívni a résztvevők figyelmét arra, hogy ami a foglalkozáson elhangzik, az a csoport résztvevői között kell, hogy maradjon, hiszen csak így van lehetőség arra, hogy a kölcsönös bizalomnak köszönhetően mindenki őszintén és nyíltan elmondhassa érzelmeit, aggályait, gondolatait. Ugyanilyen fontos, hogy az együttlét során mindig van lehetőség „passzolni”, kihagyni a válaszadást egy-egy kérdés kapcsán.

A mű ismertetése közben a verbális és a nonverbális reakciókat érdemes lejegyezni.

A mű ismertetése után az előre megfogalmazott kérdések segítségével lehetőség van a beszélgetés irányítására, azonban szem előtt kell tartani, hogy ugyan kapott információ mindenkinek mást jelenthet, és nincs rossz indulat.

A foglalkozás végén a csoportvezető feladata a fontosabb megállapítások kiemelése, megoldási irányok felvázolása, és a továbbgondolás lehetőségének a felvetése.

Az ideális foglalkozást 60 percre terveztem – de szükség szerint az érdeklődéstől függően a hosszabbítás lehetősége adott. Azért ennyi, mert körülbelül ennyi ideig tudnak figyelni.

Ha a foglalkozás során nem sikerül a problémát körbejárni, akkor a következő foglalkozás alkalmával lehetőség van a felmerült kérdéseket újra megbeszélni és művet tovább elemezni <sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Doll, Beth – Doll, Carol: l. m.

Néhány éve Magyarországon is eljutottunk oda, hogy létjogosultsága lett nemcsak a biblioterápiás foglalkozásoknak, de az ehhez kapcsolódó képzéseknek is. Több egyetem és képzőközpont is indított ilyen jellegű tanfolyamokat, kurzusokat, valamint a könyvtárosok számára a Könyvtári Intézet is szervez 60 órás továbbképzést, melyen a könyvtárosok tudhatnak meg többet a biblioterápia hasznáról és az általa kínált lehetőségekről. A könyvtárosok között ennek ellenére sajnos egyelőre még nem terjedt el szélesebb körben ez a lehetőség, illetve akik elvégezték a tanfolyamot, sokszor nem alkalmazzák a gyakorlatban a megszerzett tudásukat. A könyvtárosok nem érzik úgy, hogy meg lenne a foglalkozások tartásához megfelelő felkészültségük, félnek, hogy bizonyos helyzetekben nem reagálnak megfelelően.

A biblioterápiás foglalkozás alapvetően különbözik a tanórától, ugyanis ebben a helyzetben mást kíván a tanári és csoportvezetői szerep. A csoportkultúra kialakításához a szabályok elfogadására és azok betartására van szükség, illetve lényeges elem a közös beszélgetés is. Nagyon fontos felhívni a csoporttagok figyelmét, hogy ne tegyenek megjegyzéseket egymásra, fontos a jó hangulat megteremtése, amely erősíti a lezajlott folyamatokat és segít a konfliktuskezelésben is. Ugyancsak kiemelt szempont, hogy a csoportvezetőnek kívülállóként kell viselkednie, soha nem szabad a foglalkozás résztvevőit értékelni, illetve ami a foglalkozáson elhangzott az iskolába nem kerülhet ki. Erre a tanulók figyelmét is fel kellett hívni.

Nekem is volt lehetőségem kipróbálni a biblioterápiát a gyakorlatban, ráadásul két korcsoporttal is. Mielőtt belefogtunk a munkába, a foglalkozás előzményeként mindenki felírta egy kis papírra, hogy mi az a probléma, amely legjobban foglalkoztatja.

Az összesítés után a választásunk egy konkrét műre esett – *Jean-Claude Mourlevat Jakabak* című regényére.

A műhöz körülbelül 50 kérdést írtunk össze, hogy mindenre felkészüljünk, azonban a foglalkozás során többféle kérdéssel előálltak. Több olyan kérdés is foglalkoztatta a gyereket, amelyek a kérdések összeírása során nem kerültek elő.

A foglalkozásról mindenki megkönnyebbülve, mosolyogva, boldogan távozott. Ekkor jöttem rá, hogy milyen fontos manapság, hogy a gyerekek *beszélgessenek egymással...*

Mindennapi dolgokról természetesen könnyen tudnak társalogni, azonban ritkán van lehetőségünk arra, hogy őket komolyan foglalkoztató témáról beszélgessenek, illetve meghallgassák mások véleményét.

A biblioterápia alkalmas lehet a pedagógus személyiségének a megújítására, illetve az iskolai tanulók mentális- és szociális problémáinak a kezelésére is.

Oláh Andor – aki a biblioterápiát alkalmazó első hazai orvosok egyike – úgy vallja, hogy „A biblioterápia nem jelent mást, mint tudatosítani és módszerré alakítani át saját tapasztalatunkat, élményeinket és mindazt, ami észrevétlenül valósult meg eddig.”<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Batári Gyula: A könyv gyógyító hatása : Beszélgetés a biblioterápiáról dr. Oláh Andorral. In: Könyvtáros, 1981. 2. sz. p. 100.

## Fejlesztő biblioterápiás csoportfoglalkozások korcsoportos bontásban – A Jakabak című ifjúsági regényen keresztül

*„Az olvasásra fordított szabadidő nem az önmagától, a belső ürességtől való menekülésben segíti az embert, hanem abban, hogy ő. Egyszóval, a könyv nem 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.”<sup>10</sup>*

Ezek nagyon fontos és szívmengető gondolatok a ma embere számára. Jelenleg sajnós olyan életet élünk, hogy elvesznek a személyes kapcsolatok, és inkább levelet, sms-t küldünk, telefonálunk ahelyett, hogy személyesen keresnénk fel azt, akivel beszélni szeretnénk. A befelé figyelő tudatunkat egyáltalán nem használjuk, nem törődünk belső gondolatainkkal – mivel a belső csendtől rettegünk. Azonban – ahogy a Frankl-idézetben is olvashatjuk – mindenkinek szüksége van szabadidős tevékenységre, melyben ki tud teljesedni, ezáltal önmaga tud lenni, meg tudja élni a saját korlátait, és ezáltal a hibáira és az életben előforduló nehézségeire is talál megoldást.

*„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 ínségest ki-elégít, hatalmassá tesz, úgyhogy mindenki ismeretek tőkése és nagybirtokosa lehet általa, gondolatmilliomos. A könyv, amely tékozló odaadja magát, és sohase fukarkodik, sohase titkolózik. A könyv, ez az ékszerszertartó, amelybe a legértékesebbek mentették*

---

<sup>10</sup> Frankl, Viktor E.: A könyv mint terápiás eszköz. In: Viktor Frankl: Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben. Bp.: Jel Kiadó, 2005. p. 17.



*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 e téren is nagyobb ellenségüket, megállította az időt.”* – írja Kosztolányi Dezső.<sup>11</sup>

Ezen gondolatok alapján szerveztem meg két könyvtári bibliotériás foglalkozást a hartai Ráday Pál Általános Iskola Alapfokú és Művészeti Iskola tanuló számára. A célcsoport iskolánk két osztálya volt. Az egyik foglalkozás célcsoportja az 5–6. osztályos évfolyam volt, a másik célcsoportja pedig a 7–8. osztály.

Azért ezt a korcsoportot választottam, mert nyitottak, érdeklődők, fogékonyak, már kezdenek kamaszodni, és mindemellett bontogatják a szárnyaikat, feszegetik határaikat, és mindezt sikerül nekik hol jól, hol pedig rosszul tenni. Úgy gondolom, hogy ebben a korban már érdemes olyan témákat is megajánlani nekik, amely elgondolkodtatja őket, hasonlóságot vélnek felfedezni saját problémáikkal kapcsolatosan, és esetlegesen a főhőssel vagy valamelyik másik szereplővel azonosulva segítséget is találhatnak a saját problémájukra. Ezáltal befogadóvá, elfogadóvá és embertársaik iránt megértővé, sőt több esetben segítővé is válhatnak.

---

<sup>11</sup> Kosztolányi Dezső: Igék a könyvről. In: Bada István – Bada Johanna: Az olvasás öröme. Újvidék: Fehér Ferenc Könyvbarátok Köre, 1994. p. 21.

## 1. foglalkozás (5–6. osztály)

A program a „*Gondolatébresztő mesefoglalkozás – Jakabak, aki ránk bízta félelmeit és szárnyait*” címet kapta.

A program célja, a közös gondolkodás kialakítása volt a kamaszodó légkörben, valamint a történet szereplői iránti érzékenyítés, és mindezeknek az átfordítása a saját életükre. A történetben szereplő témák, melyre a gondolatmenetünket szeretttük volna felfűzni a következők voltak:

- szeretethiány, magány, jó és rossz közti ellentét,
- öröm és bánat az életünkben,
- önértékelés és önazonosság hiánya, illetve ezeknek a tulajdonságoknak a túlzott megléte,
- szorongás, félelmek csökkentése és kezelése,
- saját erőforrások megismerése és ezek aktiválása.

A programot 90 percesre terveztem, de ennél hosszabb lett, és a gyerekek – azóta ismét kérték az ilyen jellegű foglalkozást. Természetesen ennek nagyon örültem, és a jövőben a kérésüket teljesíteni is fogom.

A program elsajátítása során különböző kompetenciákat tűztünk ki magunk elé, melynek a legtöbbször a gyerekek állították fel saját maguknak, és ezáltal próbáltuk meg a művet minél részletesebben és eredményesebben feldolgozni.

- Jobban megismerni saját magát és a környezetét, és az őt körülvevő világot,
- elfogadóvá válni saját magunk és történetben szereplő témák iránt,
- pozitív viselkedésmintákat alkalmazni,
- felismerni a saját és mások igazi értékeit,

- jobban odafigyelni a világban és a körülötünk zajló eseményekre,
- saját félelmeink csökkentése,
- saját erőforrásainknak a megismerése,
- lelki gazdagodás.

A foglalkozásoknak szorongáscsökkentő és feszültségmegoldó hatásuk volt, töltekezést biztosítottak a gyerekek számára. A hosszú távú célom az, hogy a történetekkel való találkozás pozitív élmény legyen a számukra, hogy a későbbiekben is igényeljék és keressék a könyvekben, illetve a biblioterápiában azt a fajta lehetőséget, ami által kicsit jobbra, szebbé és könnyebbé tudják tenni a saját életüket. A gyerekeknek segíteni kellett abban, hogy koncentrálni tudjanak, megérkezzenek a jelenbe és kitudják zárni a külvilágot, és ezáltal a történet részesei tudjanak lenni. Drámapedagógiai játékokkal, alkotófeladatokkal segítettem ezt a folyamatot.<sup>12</sup> A drámapedagógiai játékok<sup>13</sup>ban a kapcsolatteremtő és figyelemfelhívó játékokat használtunk. A foglalkozás végén kézműves foglalkozást tartottunk a témával kapcsolatban, mely további lehetőséget biztosít az önkifejezésre.

Azt tapasztaltam a gyakorlatban, hogy sokszor a gyerekek számára nagyon nehéz a közös gondolkodás és véleményalkotás. Sokszor ugyanarról a dologról nagyon különbözőképpen gondolkodnak.

---

<sup>12</sup> Játékgyűjtemény –[online] Szenvedély beteg segítő szolgálat Kecskemét oldala cop. 2021. [letöltés 2023.0.16.]

[http://www.revkecskemét.hu/pdf/12x12\\_KIADVANY\\_JATEK\\_nyomdakesz.pdf](http://www.revkecskemét.hu/pdf/12x12_KIADVANY_JATEK_nyomdakesz.pdf)

<sup>13</sup> Romankovits Edit: Drámapedagógiai ötlettár a Romi-Suli olvasókönyveihez [letöltés 2023.04.16.] [https://www.romisuli.hu/modszertan/tanmenet\\_drama\\_1o.pdf](https://www.romisuli.hu/modszertan/tanmenet_drama_1o.pdf)

## A program tartalma, tananyaga

Az első foglalkozáson, melyet az 5–6. osztályos korosztálynak tartottam a Jakabak egy fejezetrészét<sup>14</sup> dolgoztuk fel.

A foglalkozáson 15 gyermek vett részt. A gyerekek a foglalkozáson összehasonlították a pozitív és a negatív viselkedésmintákat, és maguk dönthették el, melyikhez szeretnének kapcsolódni, és melyik az a minta, amely az ő életükre is jellemző és alkalmazható. Gyakorolhatták a szabad véleményalkotást egy-egy témában. Az alkalmazott gyakorlatok során a gyerekek jobban megismerhették önmagukat, környezetüket és a világuk működését.

A feldolgozás során a következő célkitűzéseket és megállapításokat tették a gyerekek, vagyis a foglalkozás végére ezekre szerettek volna választ kapni.

- Érzékenyítés a történetben szereplő témák iránt – azonosulás a szereplőkkel – én mit tennék az adott helyzetben?
- Pozitív élményű találkozás a történettel – milyen hasonlóságot vélek felfedezni a saját életem kapcsán?
- Találkozás egy számomra ismeretlen könyvvel – a kikapcsolódás vagy a gondolkodás elindítása.

A foglalkozást *Mi lenne, ha...?*<sup>15</sup> kérdések kiosztásával indítottuk. Minden gyerek választhatott, egy kérdést és erre, kellett a saját szavaival válaszolni.

1. Mi lenne, ha hallanád mások gondolatait?
2. Mi lenne, ha tudnád, hogy egyes helyzetek hogyan éreznek mások?

---

<sup>14</sup> A feldolgozott szövegrészlet a Függelékben olvasható.

<sup>15</sup> 127 legjobb mi lenne ha, kérdéseket tehet fel barátainak [online] cop. 2022. [letöltés 2023.04.16.] <https://hu.gottamentor.com/127-best-what-if-questions-ask-your-friends>

3. Mi lennél, ha állat lennél?
4. Mi lennél, ha növény lennél?
5. Mi lennél, ha tárgy lehetnél?
6. Mi lenne, ha egy híres költő lennél?
7. Mi lenne, ha Te lennél Petőfi Sándor?
8. Mi lenne, ha körbe utazhatnád a világot?
9. Mivel tennéd jobbá a világot?
10. Mi lenne, ha lehetne egy szuperképességed?
11. Mi lenne, ha azt kérném ajándékozd meg a legkedvesebb barátodat? Mit adnál neki?
12. Mi lenne, ha azt kérném ajándékoz meg olyan embert, akit nagyon nem szeretsz?
13. Mi lenne, ha most a szerelmedről kellene beszélni?
14. Mi lenne, ha egy ismeretlen csomaggal ajándékozna meg? Elfogadnád?
15. Mi lenne, ha valakin segítened kellene, mert bajba jutott?
16. Mi lenne, ha valaki csak a segítségeddel tudna boldogulni a világban? Segítenél neki?
17. Mi lenne, ha valakit fel kellene vidítatnod?
18. Mi lenne, ha valakit meg kellene vigasztalnod? Hogy fognál hozzá?
19. Mi lenne, ha a számítógépet elfoglalnák a világot?
20. Mi lenne, ha sok pénzed lenne, hova utaznál legszívesebben?

A kérdések után felolvastuk a szövegrészletet, és kérdéseket tettem fel nekik a műrészlettel kapcsolatban.

1. Melyik rész tetszett a legjobban, és miért?
2. Melyik rész nem tetszett, és miért?
3. Vajon ők miben tudják jobbá tenni a világot?

4. Vajon létezik olyan, hogy mindig minden jó? Szerinted ez működne?

5. Gondoltad volna, mi lesz a történet vége?

A szöveget minden gyerek kézbe kapta és többször is visszatértek egy-egy gondolathoz, illetve egy-egy jelenethez. A kérdések után az összeállított feladatsorral dolgoztunk.<sup>16</sup>

A mű és a feladatsor feldolgozása után kitértünk arra, hogy kiben milyen érzéseket ébresztett a szöveg, ki hogyan reagálna egy ilyen helyzetben és ők hogyan tettek volna Jakabak helyében. Érdekes volt megfigyelni, hogy volt, aki teljes átéléssel tudott arról beszélni, hogy ha ő kapna az „égből” egy csomagot, mit kezdene vele, és hogy gondoskodna róla, de volt olyan kisdíák is, aki teljes mértékben hátrította a felelősséget, neki ehhez semmi köze, és csak úgy leesett felkiáltással.

Ennek a gyermeknek elég „érzékeny” a szociális háttere is, és a történetnek az lett a vége, hogy teljesen kihátrált a beszélgetésből, és utána már semmilyen eszközzel nem is tudtam visszacsalogatni, hogy a foglalkozás további részében részt vegyen. A foglalkozást kézműveskedéssel zártuk.

A tanulók montázsokat készítettek, kisejtezett újságokból. Olyan képeket kellett választani, és olyan montázst kellett készíteni, amilyen világba ők is szívesen beleszületnének.

## Értékelés

A biblioterápiái foglalkozás közös megbeszéléssel zárult. A zárókör rendkívül fontos egy ilyen foglalkozás végén. Minden gyerek

---

<sup>16</sup> Az összeállított feladatsor a Függelékben olvasható.

egy-egy mondatban elmondta, hogy érezte magát a foglalkozás folyamán, melyik rész tetszett nekik a leginkább, és hogy legközelebb is részt venne-e egy ilyen jellegű foglalkozáson. Illetve felajánlottam nekik azt is, hogy javasoljanak témákat, amivel szívesen foglalkoznának és amiről, szívesen beszélnének.

Véleményem szerint a következő foglalkozásra az osztályt tanító pedagógust is el kell hívni, mert ő jobban ismeri a gyereket, és ezekkel az irányított beszélgetésekkel közelebb kerülhet egy-egy gyerek viselkedési, magatartási és tanulási problémájához, ezáltal az iskolai tevékenységek is szervezhetőbbek lesznek.

## 2. foglalkozás (7–8. osztály)

A program a „*Gondolatébresztő mesefoglalkozás – szerelmi háromszögek*” címet kapta.

Ezt a programot iskolánk 7–8. osztályos tanulóinak kínáltuk fel, és azért ezt a címet kapta, mert ebben a korosztályban leszünk először szerelmesek, ekkor érnek az első igazi szerelmi csalódások, ekkor szeretnénk szerelmi bánatunkban világgá menni és meghalni...

A gyerekek, akik a foglalkozáson részt vettek, teljesen azonosulni tudtak a történettel, ezáltal a történet aktív részesei tudtak lenni. Volt, aki már túl volt az első igazi szerelmen volt, aki éppen megélte, de akadt olyan is aki már a csalódáson is túl volt, sőt a világgá menés is megfordult a fejében, mint a kiadvány főhősének, Jakabaknak.

Miért lehet jó biblioterápiás foglalkozásra Jakabak, a kecske kalandja, és miért lehet jól alkalmazni ezt a művet a szerelmi bánat ellen?

A foglalkozást Elena Sohn egy idézetével kezdtem, mely a következő volt

*„A szerelmi bánat az emberek által ismert legszebb érzés másik oldala”.*

A gyerekek először furcsán néztek rám, és nem is igazán értették, mit is szeretnék ezzel az idézettel. Megkérdeztem őket, kinek volt már szerelmi bánata, és ki hogyan élte meg az adott helyzetet. Érdekes beszélgetés kerekedett ki az idézet kapcsán.

A szerelmi csalódás feldolgozására és ennek a problémának a körüljárására a gyerekeknél több megoldás is született, ezeket a megállapításokat papírra írtuk, és ezeknek az ismeretében



kezdtek el olvasni Jakabak történetét.

A történetet az elején kezdtük, mikor Jakabak szerelmet szeretne vallani Szépecskének, de mindez kudarcba fullad, és elvándorlás, világgá menés lesz a vége.<sup>17</sup>

A megállapítások, melyet a gyerekek tettek a következők voltak:

- Kinél miben nyilvánul meg, ha szerelmi bánata van?
- Miért viselkedik másként egy lány és egy fiú, ha szerelmi bánata van?
- Beteg lehetek, ha szerelmi bánatom van?
- Fáj a szerelmi bánat?
- Meddig fog tartani a szerelmi bánatom?
- Ha beszélek róla jobb lesz?
- Akkor jobb, ha nem beszélek!?
- Mi fog segíteni nekem, hogy elmúljon?
- Leszek még szerelmes?
- Soha többé nem leszek szerelmes!

A tanulási folyamathoz célkitűzéseket is tettünk.

- Önbizalom, önértékelés, önazonosság, bátorság növelése,
- félelmek, szorongások csökkentése,
- empátia fejlesztése,
- tisztelet és szabad akarat kihívása,
- véleményalkotás, önkifejezés fejlesztése.

---

<sup>17</sup> A felolvasott részt a Függelékben ismertetem.

A problémakör, amelyet szerettünk volna a gyerekekkel végigjárni, az a csalódás, veszteség, szomorúság és tanácstalanság volt. Mivel Jakabak történet is mese, és a mesék szereplői számára nincsenek lehetetlenek. A történet főhőse Jakabak szintén szerelmi bánatban szenved, ezért a foglalkozás több résztvevője is tudott a történet szereplőjével azonosulni. Több gyerek megérte már az egyszer fent egyszer lent, boldog és boldogtalan érzését.

A műről folytatott beszélgetés más dimenzióba helyezte az egyének problémáját azzal, hogy kívülállóként rá tudtak tekinteni saját maguk és mások hasonló jellegű problémáira.

Tapasztalatom szerint egy-egy probléma kapcsán nem az a mű segít a legjobban, amelyben benne van én problémám, hanem egy távolibb asszociációt igénylő, mélyebb megközelítésre is alkalmas szöveg. A mi esetünkben a választott szöveg tökéletesen alkalmas volt arra, hogy a szerelmi csalódásokat kicsit más szemszögből világítsa meg.

A mű nem kész megoldást kínált a gyerekek számára, de elindította őket, azon az úton, ami segíthet nekik abban, hogy megoldást találjanak a problémáikra.<sup>18</sup>

A foglalkozást zárókörrrel fejeztük be, melyben a gyerekek elmondhatták véleményüket, illetve azt is, hogy jól érezték-e magukat a foglalkozás alatt. A gyerekek az osztályfőnökkel, abban is megegyeztek, hogy szükség van ilyen jellegű foglalkozásokra, melyek nem az iskola keretein belül zajlanak.

Felmerült az igény, hogy több ilyen foglalkozást szervezzünk, nekik a könyvtári keretek között, ahol csak ők vannak és nyíltan és őszintén tudnak beszélni a saját problémáikról.

---

<sup>18</sup> Langner Livia: Olvass, hogy megismerd magad – röviden a biblioterápia módszeréről – [online] MindSet pszichológia oldala cop. 2018.06.30. [letöltés: 2023.04.16.] <https://mindsetpszichologia.hu/olvass-hogy-megismerd-magad-roviden-a-biblioterapia-modszererol>

A gyerekekkel megbeszéltük, hogy az elkezdett munkát folytatjuk, és teljes egészében feldolgozzuk Jakabak történetét, mert többen szerették volna tudni, hogy fog folytatódni a kaland, megtalálja-e a kecske az igaz szerelmet, vagy tényleg elmegy örökre világgá.

## A foglalkozások tapasztalatai

A biblioterápiás foglalkozás pozitívan hatott a diákokra és rám is. Felülmúlta az elvárásaimat. Már a foglalkozások hete alatt, de utána is több diák bejött a könyvtárba. A könyvtárban tanult, illetve tanulmányozta a könyvtár állományát, és könyvet kért olyan témában, ami éppen foglalkoztatta. Volt egy diák, aki telefonozott, kíváncsiságból odaléptem hozzá, és megkérdeztem, mit keres. Azt mondta, kortárs költőt keres, aki írt már az ő problémájáról...

A diákoknak ezek az apró szeretetteljes megnyilvánulásai a foglalkozások alatt és után arra készítettek, hogy érdemes volt kipróbálni magam ebben a tevékenységben is. Az már biztos, hogy lesz folytatás.

Azt gondolom, hogy az egyik kulcs, amely visszavezeti az olvasásra a fiatalokat (és sajnos nemcsak őket visszavezetni...), az a biblioterápiás foglalkozások tantervbe való beiktatása lenne, lehetne.

A könyv olvasása jótékony hatással volt gyerekekre, ha nem is tudjuk egészen pontosan meghatározni, hogy mindez miben áll. Ki ne ismerné azt a boldog lelkiállapotot, amelyet egy-egy könyv olvasásakor érzünk. A gyerekek nagyon jól érezték magukat a foglalkozáson, szerettek részesei lenni a történésnek, és ezáltal nagyon sok olyan dologra rávilágítottak, ami foglalkoztatta őket.

Két héttel a foglalkozás után megkértem a gyereket, hogy írják le, hogy érezték magukat a biblioterápiás alkalmak alatt.

Legtöbben a foglalkozásra pozitív élményként emlékeznek vissza, hogy mit emeltek ki, ezek közül néhány választ (természetesen név nélkül) meg is osztanék.

„Nagyon pozitív tapasztalataim vannak: nagyon jól éreztem magam a foglalkozáson.”

„A foglalkozás segített feldolgozni a szerelmi bánatomat, segített abban, hogy továbblépjek.”

„Élveztem, hogy mindenki megnyílt a csoportban, és tudtunk úgy beszélgetni, hogy közben nem nevettük ki a másikat.”

„Nagy élmény volt, köszönöm, hogy itt lehettem, szívesen jönnék máskor is.”

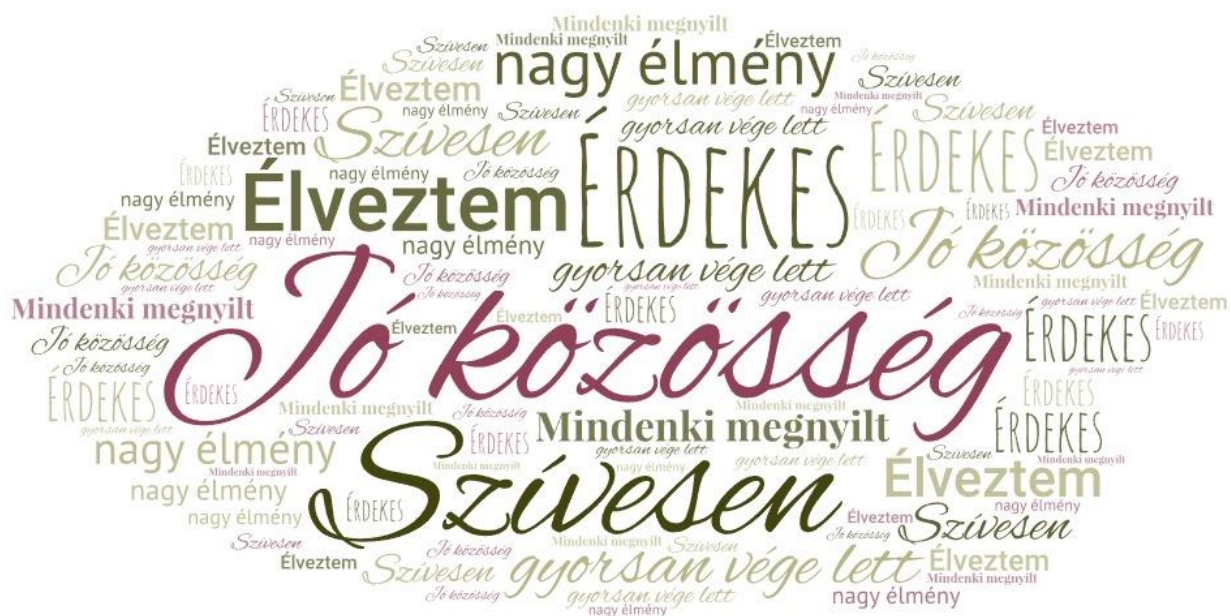
„Nagyon gyorsan elrepült az idő, amit együtt töltöttünk.”

„Szívesen részt vennék máskor is hasonló jellegű foglalkozáson”

„Érdekesnek találtam, köszönöm, hogy itt lehettem!”

„Jó kis közösség alakult ki a foglalkozás végére!

A tapasztalatokról egy szöfelhőt készítettem, ami lentebb található.



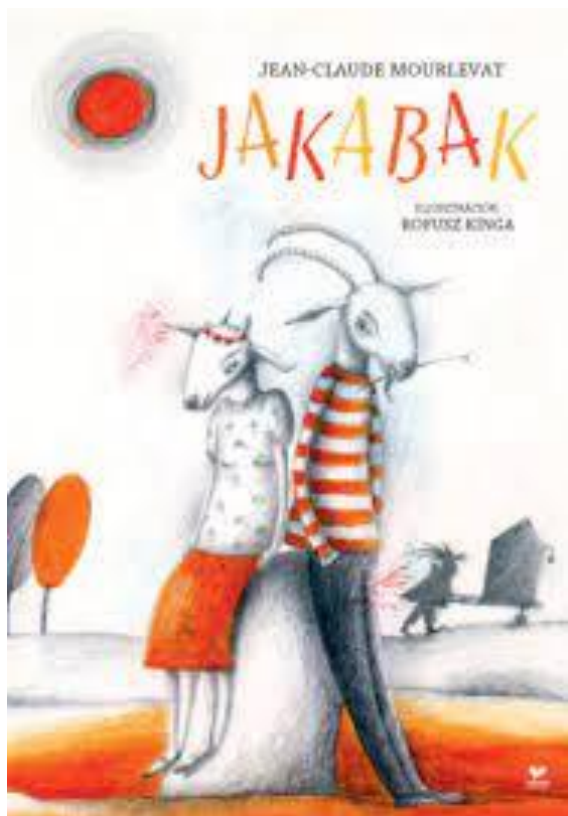
A szöfelhő nagyon jól tükrözi azokat az érzéseket, amelyeket a kulcsszavak megadásával kiemelték a foglalkozásból. Szerettem ennek a pár órának a részese lenni, és jó volt, hogy egy kis időre a gyerekek is tudtak szakadni a mindennapi „mókuserékből”. Pozitív élményekkel és elégedetten tértek vissza az iskolapadba.

A biblioterápiás foglalkozással az önismeret fejlesztése, a nehéz élethelyzetek a feloldása, a segítő baráti közösség kialakítása volt a céлом.

Én úgy érzem, ez a foglalkozás kiváltotta a hozzá fűződő reményeket, a gyerekek pozitív élepszemlélettel hagyták el a könyvtárat, azt hiszem, ez az, amiért érdemes ezt csinálni, és amiért érdemes volt erre a képzésre jelentkezni.

## Összefoglalás

Az irodalomterápiás foglalkozáson egy előre kiválasztott helyszínen közösen ismertük meg a Jakabak című ifjúsági regény egy-egy fejezetét. Közösen dolgoztuk fel művet, előre meghatározott irányelvek alapján. A gyerekek nyitott szívvel fogadták és ismerték meg a művet, majd beszéltek a bennük keletkező érzésekről, gondolatokról – jellemzően egymásra figyelve beszélgettek és ér-



veltek.

Sokszor kerültek felszínre a saját és társaik problémái, amelyekre különböző megoldási alternatívákat találtak ki közösen és egyénileg is.

Fontos eleme volt a foglalkozásnak a vita, amelynek alapszabálya az volt: nincs eleve jó és rossz válasz. Minden gondolat helyes, helytálló lehet, és véleményük a foglalkozás során akár vál-

tozhat is.

Az irodalmi mű kiválasztásánál fontos szempont volt a korosztályos problémák érintése, mint például a felnőttekkel való kapcsolatuk, a felnőtté válás, a szerelem, a csalódás, a tanulás, a közösségbe való beilleszkedés, barátság, jövőkép, én-kép, ön-kép stb. A folyamatos motiváció érdekében a foglalkozáson belül

a drámapedagógiai játékok is szerepet kaptak. Nem utolsó szempont volt, hogy a foglalkozások során a gyermekek olyan irodalmi művekkel ismerkedjenek meg, amelyek nem az iskolai tananyag szerves részei, ám esztétikailag és más szempontból is magas értéket képviselnek. A résztvevők újabb élményekkel gazdagodhatnak az önismeret terén, és a kommunikáció területén is fejlődhetnek.

Az irodalmi mű célja a konfliktusukkal való szembesítés volt, és egyúttal megoldási alternatívák kínálása egy-egy problémás helyzetre. A segítő – ebben az esetben a könyvtáros – szeretne valamit elfogadtatni, megértetni a gyerekekkel, de ebben akadály lehet a kamaszkori lázadás. Az irodalmi hősökkel való azonosulás, új életcélok kitűzése, a társas érintkezés formái egyértelműen a szociális készségek fejlesztést szolgálták.

A megismert olvasmány alapján fejlődött a személyiségük, nő a másik ember iránti szociális érzékenységük és tiszteletük. Erősödött az önbizalmuk, javult az én-képük. Az olvasmányélmény egyértelműen kedvező hatással volt a szövegértésükre is. Összességében elmondható, hogy a foglalkozáson részt vett gyerekekre mindenképpen pozitívan hatottak a hallott és ott megbeszélésre került gondolatok. A gyerekek életében fontos az állandóság és rendszeresség, ezért felmerült a részükről az igény az ilyen jellegű foglalkozások iránt. Fontos, hogy megfelelő érzelmi kapcsolat alakuljon ki a gyermeki és a felnőttvilág között.

Amikor elkezdtük a foglalkozást a gyerekekkel, két dolog volt azonnal szembetűnő. Az egyik a kommunikáció egyfajta zavartsága, rendezetlensége, illetve az az erős agresszió, amellyel a gyerekek a helyzeteiket kezelik. Szinte azonnal ők is „odaütnek”, „odarúgnak” egymásnak, illetve azonnal csúnyán beszélnek.

Gondolataikat, érzéseiket nem tudják kerek, egész mondatokban megfogalmazni, ezáltal nem képesek azt kivárni, míg a másik



befejezi a mondanivalóját. Sajnos több esetben előfordult, hogy kinevették egymást, sőt olykor magukat is. Teljesen új volt nekik ez a helyzet, és először nem is igazán érezték magukat otthon bene. De a kezdeti negatív hozzáállás után mindenki megtalálta azt, amit a foglalkozástól kapni szeretett volna. A foglalkozás során kezdet kialakulni egy új fajta kommunikáció közöttük. Képesek voltak több összefüggő mondatban megfogalmazni azt, ami bennük volt, tudták, hogy érdemes meghallgatni a másikat is, és jelentősen csökkent a negatív viselkedési forma.

Nagyon fontos cél volt a kommunikáció fejlesztése, mert így a gyerekek őszintébben és kevésbé bántó módon tudtak megnyilvánulni az adott helyzetekben.

Összeségében én nagyon jól érzetem magam a foglalkozások során, és nagyon remélem, hogy ennek a fajta kezdeményesnek lesz létjogosultsága az iskolánkban és nemcsak egyszeri alkalom volt.

Nem utolsósorban az is kiderült számomra, hogy jó választás volt a Jakabak is – a regény teljesmértékben beváltotta a hozzá fűzött reményeket. A könyv hangulata, a stílusa, az üzenete egyaránt alkalmassá tette arra, hogy fejlesztő biblioterápiás foglalkozások tárgya legyen. Nagyon valószínű, hogy nem utolsó alkalommal dolgoztam e különös történettel, sőt nehéz szívvel engedném el.

## Függelék

### 5–6. osztályban alkalmazott szöveg

Fönt, a déli oldalon, a szélszaggatta felhők alatt egy furcsa fekete-fehér madár kusza szárnycsapásokkal hadakozik a széllel. Csak nem egy gólya? A szélvihar úgy lökdösi, mint tenger a hajót. Nehezen halad, szegénykém. Mintha egy batyu himbálózna hosszú, piros csőre végén. Épp Jakabak felett repül, amikor kicsúszik a batyu, és zuhanni kezd. Zuhan, zuhan a batyu, míg végül Jakabak karjaiba nem esik. Már csak ez hiányzott! Kerekre tömött, négy sarkával összecsomózott konyharuha. Jakabak csak a fogával bírja kibogozni. Belül egy gombócba gyúrt apró gyapjútakaró, amiből egy négybe hajtott fecni esik ki. A szél felkapja, de Jakabak utánaszalad, és rálép. Annak, aki megtalálja ezt a csomagot... Hát ez meg mi a szösz? Jakabak ösztönösen abba hagyná az olvasást, otthagyna csapot-papot, a batyut, a levelet és a golyát is, akit továbbra is ott lökdös a viharos szél a feje fölött. Csakhogy kíváncsi, és mivel nehéz szórakozáshoz jutni a környéken, úgy dönt, kicsit tovább olvassa az üzenetet. Szögezzük is le azonnal, azért ez még semmire nem kötelez, csak hogy világos legyen! Szóval: Annak, aki megtalálja ezt a csomagot. Lóhalálában írom ezt a levelet, úgy is fogalmazhatnék, hogy az utolsó pillanatban. A Griffók már a közelben vannak. A ház hátcsó ajtaján sikerült kimenekülnöm, és elhoztam a kicsit. Akik ottmaradtak, azokra gondolni sem merek... Ha legalább nyolcvanöt évvel fiatalabb lennék, megmutatnám nekik, ki az úr a háznál. De sajnos elfogyott az eróm. Már is a nyomunkban vannak a Perszónák! Ja, és a nevem Stanley, a nagyapja vagyok Piének, aki itt van a szalvétába csomagolva. „Ezer árbóc és vitorla!”

káromkodik Jakabak, aki közben leült, hogy nyugodtan olvashasson. Épp most lapítom össze! Gyorsan felpattan. Nem meri megnézni, mi van a takaróban, remeg a keze. Mi a franc ez, a mindenit! Megbolondultam, vagy mi?

Feladatsor 5–6. osztály számára

- 1. A címet és a képet látva, szerinted milyen állat lehet a főszereplő? Adj neki egy másik nevet!**



---

---

---

---

---

- 2. Töltsd ki a hiányzó adatokat a szöveg alapján!**

A megtaláló neve:

A feladó neve:

A csomagban lévő neve:

Az üldözők nevei:

- 3. A szövegben olvasottak alapján szerinted milyen élőlény lehet PIÉ?**

---

---

---

---

#### 4. Szójáték

**Keresd meg a szavak rokon értelmű párját a szöveg-  
ből! Segítségül a Kezdőbetűket leírtam!**

**(pl. törölökendő – k = konyharuha)**

kerepelő – g

---

csomag – b

---

papírdarab – f

---

érdeklődő – k

---

iromány – l

---

#### 5. Folytasd a történetet 4-5 mondattal!

---

---

---

---

---

---

**6. Rajzold le egy külön lapra, milyen képzeled el a Griffókat! (A legközelebbi foglalkozáson erről fogunk beszélgetni!)**

## 7-8. osztályban alkalmazott szöveg

Nos, ez a történet Kecseországban kezdődik. A jókedv és vidámság országában. A Kecsekemberek nem bonyolult lelkek. Mit szeretnek? Nyáron nagy szalmakalapban dolgozni a mezőn, télen tizenöten körbeülni az asztalt egy finom káposztaleves mellett, és jót falatozni. Továbbá egész évben imádnak mulatozni. Hét közben keményen folyik a munka, de szombatoként hihetetlen bulikat rendeznek a falvakban. Mindenki a közösségi házként is használt csűrbe igyekszik, táncol és mulat hajnalig. Örületes mókamesterek.

Kecseországban a fiúk neve *-bakra* végződik: Hannibak, Samubak, Hubak, Özsébak, Boldibak, Berzsibak, Atibak, Robibak, Mirkobak, Mókabak, stb. A hölgyek és kislányok nevéhez meghozzábiggyesztik, hogy *-ecske*, és kész: Cseppecske, Szívecske, Kedvecske, stb.

Aki bennünket érdekel, őt Jakabaknak hívják. Zenész. Attól a pillanattól kezdve tudni lehetett, hogy zenész lesz, amikor az első bendzsóját magához szorította. Nem kellett kottát tanulnia. Egyszer végighallgat valamit, és lejátsza. Tisztán. Több mint százötven dalt tud kívülről, lassúkat és gyorsakat, mindenfélét. Csak megmondjátok neki a címet vagy az első mondatot, ő pedig már éneklis végig. A kedvence egy ballada, a *So long, it's been good to know you...*

Ami azt jelenti, *Viszlát, örülök, hogy megismertelek benneteket*, vagy valami ilyesmit. Ezt a dalt az esték végén szokta énekelni, amikor a táncosok már teljesen kimerültek, mert egyfolytában ugráltak, mint a mexikói ugróbab<sup>[1]</sup>, az énekesek végképp berekedtek, és a sör már ködbe burkolta az elméket. Lassú szám, inkább olyan melankolikus.

– Na, idefigyeljeteK, befejezésképpen a barátommal most még eljátsszuk a *So long...*-ot, aztán mindenki sipirc az ágyba! – szólt Jakabak egy szalmabála tetején ágaskodva.

A szóban forgó barát Samubak. Harmonikázik, és ő viszi a második szólamot, ha van. Születésük óta elválaszthatatlanok. Sülve-főve együtt vannak, együtt csentek cseresznyét, egy padot koptattak az iskolában, de legfőképpen együtt zenéltek. És aztán hirtelen, együtt váltak felnőtté is. Két igazi bakkecske serdült belőlük, szakállal az állukon, és két szép szarvval a megfelelő helyen. Főleg Jakabaké igen szép, hosszú és csontos.

– Nézd ezt a hórihorgast! Nem tud mit kezdeni a karjaival – somolyogtak a többiek, amikor elhaladt mellettük.

A velük egykorúak már mind megházasodtak, egyik a másik után. Ők nem.

– Ugyan Jakabak, válassz végre már magadnak egy menyasszonyt! Lecsúszol az összesről, hahaha... – csúfolódtak a pletykás öregasszonyok.

Jakabak hagyta, hadd mondják. Füttyült a megjegyzéseikre. Szép kis meglepetést tartogatott nekik. Nemes bosszút. A meglepetése egy csodaszép kis gida volt, aki két évvel ezelőtt érkezett a környékre.

– Nagyon helyes az új kicsike – füttyültek utána a fiúk.

– Ja... nem rossz... – hebegte pirulva Jakabak, amikor a véleményére voltak kíváncsiak. Merthogy bolondul érte a szerencsétlen. Amint meglátja, összegabalyodnak a szarvai, félrenyel, azt sem tudja hirtelen, hogy is hívják.

Öt másodperc sem volt, hogy tekintetük találkozott, de ennyi idő bőven elég, hogy elmondják a lényegét: tetszem neked, tetszel nekem. Szépecske fekete szemében aranyló kis csillagok vannak. De az is lehet, hogy nincsenek, és ezek az aranyló csillagok csak Jakabak szívében léteznek. Lehet, hogy csak kitalálja őket, mert szerelmes belé. Ő meg viszontszereti. Látszik, hiszen jóformán



sose néz rá. Amikor többen vannak, mindenki máshoz beszél, csak hozzá nem. Ez már csak elég bizonyíték, nem?

Jakabak nem mer szerelmet vallani, és csak telnek a hónapok, az évszakok, és az évek. Nem fél a visszautasítástól. Egyáltalán nem. Attól fél, hogy Szépecske igent mond. Amikor erre gondol, egyszerre lesz lelkes és rémült. Fújtatni kezd. Cseng a füle. Úgyhogy inkább vár még egy kicsit. Végül is ráérnek.

Egészen addig a nyár végi délutánig. Épp egy szekér kerekének abroncsát szerelte fel az unokatestvére pajtájában. A lány habozva közelít felé:

– Szia Jakabak, zavarlak?

A szerszámok kiesnek Jakabak kezéből, a fejét bevágja a szekéroldalba, bumm!

– Nem, dehogyis... Én... épp a kerék szekerét szereltem, akarom mondani a szekér kerekét.

– Beszélünk kell! Egy fontos a dolgról.

– Fontosról?

– Igen. Tudod mit, holnap elmondom a mosóháznál, reggel kilenc körül. Nem lesz ott senki. Nyugalomban leszünk, a mosónők csak később jönnek.

– Rendben, ott leszek.

A lány mosolyog:

– Akkor holnap, Jakabak.

– Viszlát, holnap, Szépecske.

A lány elment. Jakabak szerszámai szanaszét hevernek a lábánál. Nézi a kulcsokat meg a fogókat, és olyan érzés fogja el, mintha Szépecske szétszedte volna őt, és azután rosszul rakta volna össze. A lábait a kezei helyére. A fejét fordítva. Néhány lábujja is hiányzik.

Aznap este nem tud elaludni. Mintha részeg lenne. „Nyugalomban leszünk”, ezt mondta. „A mosónők csak később jönnek.

Beszélnünk kell...” Szépecske szavai egész éjjel ott kavarnak Jakabak fejében.

Másnap a mosóház felé vezető ösvényen hevesen vert a szíve. Majdhogynem fájt, a mindenit neki! Felvette a tiszta nadrágját meg a vasárnapi kockás ingét, pedig csak kedd volt. Beparfümözte magát, de úgy érezte, borzalmasan büdös lett, úgyhogy bő vízzel leöblítette. Aztán megint fújta magára, most kevesebbet. Kifésülte a szakállát, összekócolta, újrafésülte. Viasszal kifényesítette a szarvait. Elképzelte, mi történik néhány perc múlva, meg az azt követő napokon, hetekben, években.

Képzletében a következőképpen játszódnak le a dolgok: A lány már előbb megérkezett a mosóházhoz, és a lapos kövön ülve türelmesen várja őt. Mögötte repkénnyel befutott öreg fal. Mosolyog, és int neki, hogy üljön oda mellé. Csaknem egymáshoz érnek. Hallani a friss víz halk csobogását.

– Köszönöm, hogy eljöttél... féltem, hogy nem fogsz.

Hogy nem jön el! Mit nem képzelsz ez a Szépecske! Kézen állva, egy lábon szökdelve, rákjárásban vagy a hátsóján ugrálva is eljött volna. A lány haboz belevágni a mondandójába. Egy ágacskaat pörget az ujjai között. Ő meg vár. Aztán a lány elhatározza magát:

– Szóval, Jakabak. Én... én szerelmes vagyok...

– Nahát... és... kibe?

– Hát természetesen beléd... ne játssz az ostobát... te is tudod...

– Igen... nem... én...

– Az első pillanattól kezdve, amikor két évvel ezelőtt meglátalak ... amikor megérkeztem... első látásra beléd szerettem... Te persze nem szeretsz engem... ami nagy kár...

– Dehogynem, Szépecske! Dehogynem! Én is szeretlek... annyira szeretlek, hogy... nincsenek is rá szavak... legalábbis én nem ismerem őket... én...

Innentől kezdve minden reggel titokban találkoznak a mosóháznál. Ülnek a repkényes előtt, csókolóznak és terveket szőnek. A jövő nyáron összeházasodnak. Jaj, nem, az túl sokára lenne! Akkor inkább tavasszal! Igen, tavasz elején. Óriási mulatságot rendeznek! És szó se lehet róla, hogy Jakabak zenéljen, éppen eleget játszott másoknak. Most őt fogják ünnepelni, neki gratulálnak, őt ölelgetik. Szépecske, a nagy szerelme ott áll majd az oldalán, és egy fél pohár rozétól kissé kipirult arccal mosolyog. Természetesen lesznek gyerekeik is. Tizennyolc. Vagy inkább tizenhét. Nem, mégis inkább tizennyolc. Majd eldöntik, pontosan mennyi, ha eljön az ideje. És ír majd neki dalokat is. Az elsőnek már meg is van a címe: *Little Stars*, a szemében lévő csillagok miatt.

Így képzelte el Jakabak a dolgokat, miközben lefelé haladt az úton.

És most lássuk, hogy történnek valójában: A lány már előbb megérkezett a mosóházhoz, és a nagy kő mellett állva várja őt. Mosolyog, megköszöni Jakabaknak, hogy eljött, helyet kínálja maga mellett a kövön.

– Szóval, Jakabak. Azért kértem, hogy gyere ide... nos, el kell, hogy mondjam neked, hogy... én szerelmes vagyok...

– Nahát... és... kibe?

– Hát Samubakba... ne játszd az ostobát... te is tudod...

– Ó!

## Felhasznált irodalom

1. Asztalos-Varga Csilla: Kiszakadva a családból - a gyermekotthonban élő gyermekek traumáinak enyhítése biblioterápiával. In: Könyvtári Figyelő 24. évf. 3. sz. (2014.) 308–311. p.
2. Balasáné Veres Margit: A biblioterápia lehetőségei a gyermek olvasás- és személyiségfejlődésében. Budapest, 2006 (diplomamunka)
3. Bartos Éva – Szávai Ilona: Beszélgetés Bartos Évával a biblioterápiáról. Fordulópont, 65. sz. Olvasás? Mese? Terápia! 2014/3. 5–10 p.
4. Bartos Éva (szerk.): Segített a könyv, a mese – vallomások életről, irodalomról olvasásról. Budapest, Magyar Olvasástársaság, 1999.
5. Bartos Éva: Gyermekbiblioterápiája. In: Fordulópont 1. évf. 2–3. sz. 93–105. p.
6. Batári Gyula: A könyv gyógyító hatása In: Beszélgetés a biblioterápiáról dr. Oláh Andorral. In: Könyvtáros, 1981. 2. sz. 100–103. p.
7. Béres Judit (szerk.): „Az olvasás segít élni – átélni és túlélni is”. Irodalomterápiás csoportok tapasztalatai. Pozsony: Phoenix Polgári Társulás – Womanpress, 2022.
8. Béres Judit: "Azért olvasok, hogy éljek". Az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig. Pécs: Kronosz, 2017.
9. Béres Judit: Élet a sorok között : Irodalomterápiás gyakorlatok mindenkinek. Bp.: Libri 2022.

10. Boldizsár Ildikó (szerk.): Meseterápia a gyakorlatban. Methamorpheses Meseterápia alkalmazása. Budapest, Magvető, 2014.
11. Boldizsár Ildikó: A királyné, aki madárnak képzelte magát. Meseterápiás csoporttörténetek. Budapest: Jelenkor, 2019.
12. Davis, Nancy – Simms, Laura – Korbai, Hajnal: Az aranytők. Terápiás történetek és mesék traumát átélt gyerekeknek.- Bp., 2010.
13. Fejős Edina Biblioterápia a pandémia idején – Üzenet a palackban online
14. Gombos Péter - Vörös Klára (szerk.): Könyv és lélek. Biblioterápiai tanulmányok. Bp.: Magyar Olvasástársaság, 2015.
15. Gombos Péter [szerk.]: *Kié az olvasás?:* Tanulmányok az olvasóvá nevelésről. Budapest: Magyar Olvasástársaság, 2014. 7–127. p.
16. Gulyás Enikő: Biblioterápia alkalmazása a könyvtárban és a könyvtáros képzésben. Debrecen, 2010 (diplomamunka)

## Internetes források

Annaline Jegg: Összetört szív – Túl lehet jutni a szerelmi csalódáson [online] Activebeauty oldala [letöltés 2023.04.16.] - <https://www.activebeauty.hu/taplalkozas-es-sport/tul-lehet-jutni-a-szerelmi-csalodason/>

Bacsinszki Petra Így gyógyítják meg lelkünket a könyvek -Interjú Sóron biblioterapeutával [online] FYpszichforyou oldala cop. 2016.09.13. [letöltés:2023.04.16] <https://pszichoforyou.hu/biblioterapia/>

Béres Judit: magamat írom és olvasom [online] Mesecentrum oldala cop. 2021.05.09. [letöltés 2023.04.16.] <https://igyic.hu/esszektanulmányok/magamat-irom-es-olvasom.html>

Biblioterápia az interneten [online] Kutatási napló oldala cop. 2015.11.18. [letöltés 2023.04.19] <https://kutatacinaplo.blogspot.com/2015/11/biblioterapia-az-interneten.html>

Biblioterápia gyerekeknek – Hogyan segít a biblioterápia – [online] Olvasóvá nevelés oldala [letöltés 2023.04.16] <http://olvasovanevels.gportal.hu/gindex.php?pg=35144307&nid=6228064>

Borbé Levente: Biblioterápiás foglalkozás a Márton Áron Főgimnáziumban [online] A Könyvtári Intézet oldala. cop. 2018/12. [letöltés 2023.04.16.] <http://ki2.oszk.hu/3k/2018/12/biblioterapias-foglalkozas-a-szekelyfoldi-marton-aron-fogimnaziumban/>

Doll, Beth – Doll, Carol: Fiatalok biblioterápiája, Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése. [online] az Országos Széchenyi Könyvtár oldala [letöltés: 2023. 04.16] [https://www.ki.oszk.hu/sites/default/files/dokumentumtar/biblioterapia\\_gyerekeknek\\_es\\_serduloknek.pdf](https://www.ki.oszk.hu/sites/default/files/dokumentumtar/biblioterapia_gyerekeknek_es_serduloknek.pdf)

Dr. Erdősi-Bóda Katinka: Mi az a biblioterápia? – avagy ez inkább művészetpedagógia, művészetfilozófia? [online] Pesthidegkúti hírek oldala cop. 2023.01.18. [letöltés 2023.04.18] <https://www.hidegkutihirek.hu/2023/01/18/mi-is-az-a-biblioterapia-avagy-ez-inkabb-muveszetpedagogia-muveszetfilozofia-1-resz/>

Langner Livia: Olvass, hogy megismerd magad – röviden a biblioterápia módszeréről –[online] MindSet pszichológia oldala cop. 2018.06.30. [letöltés: 2023.04.16.] <https://mindsetpszichologia.hu/olvass-hogy-megismerd-magad-roviden-a-biblioterapia-modszererol>

Olvass, hogy megismerd magad – röviden a biblioterápia módszeréről - <https://mindsetpszichologia.hu/olvass-hogy-megismerd-magad-roviden-a-biblioterapia-modszererol>

Rácz András: Biblioterápia a gyakorlatban – [online] Magyar Nemzet oldala cop. 2023.01.02. [letöltés 2023.04.18] <https://magyarnemzet.hu/kultura/2023/01/biblioterapia-a-gyakorlatban>

Szabados Ágnes: A könyvek gyógyíthatnak! Ismerd meg az irodalomterápia módszerét! [online] Szabados Ágnes blogja cop. 2019.02.18. [letöltés 2023.04.16.] [https://szabadosagnes.blog.hu/2019/02/18/a\\_konyvek\\_gyogyitanak\\_irodalomterapia](https://szabadosagnes.blog.hu/2019/02/18/a_konyvek_gyogyitanak_irodalomterapia)

Szárnyat adó szövegek – az irodalomterápia hatása a gyermekotthonban élő fiatalokra – [online] Könyvtári Figyelő online oldala cop. 2019. 12.07. [letöltés 2023.04.16.] <http://ki2.oszk.hu/kf/2019/12/szarnyat-ado-szovegek-%E2%80%93-az-irodalomterapia-hatasa-a-gyermekotthonban-elo-kamaszokra/>

Zágorec-Csuka Judit A Szépirodalom önismereti és gyógyító ereje [online] e-nyelvmagazin.hu oldala. cop. 2020.12.01. [letöltés 2023.04.16.] <https://e-nyelvmagazin.hu/2020/12/01/a-szepirodalom-onismereti-es-gyogyito-ereje/>

## Köszönetnyilvánítás

Hálával tartozom a *Hartai Ráday Pál Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola* diákjainak, tanárainak és könyvtáros kollégáimnak, akik segítették, hogy ez a foglalkozás létrejöhetett.



## NYILATKOZAT

**Név** : Gombai Zsuzsanna

**Szak** : Fejlesztő biblioterápia szak

**Szakedolgozat címe:**

Szívünk rajta A Jakabak című ifjúsági regény biblioterápiás alkalmazásának lehetőségei különböző korcsoportokban

A szakdolgozat szerzőjeként kijelentem, hogy a dolgozatom önálló munkám eredménye, saját szellemi termékem, abban a hivatkozások és idézések standard szabályait következetesen alkalmaztam, mások által írt részeket a megfelelő idézés nélkül nem használtam fel.

Budapest, 2023. május 3.

Gombai Zsuzsanna  
a hallgató aláírása