



Árnyak

KERTJE

VESZTESÉGFELDOLGOZÁS
MESÉKKEL ÉS GYERMEKVERSEKKEL

ELŐSZÓ

Sokan gondolják – és kultúránkban még mindig ezt a megközelítést tartjuk „ilendőnek” –, hogy a veszteségélmény és a gyászreakció csak emberi családtagjaink elvesztése kapcsán jelenik és jelenhet meg. Az emberi – és a gyermeki – lélek azonban sokkal bonyolultabb képződmény annál, hogy ez a séma minden személyiség esetében működőképes legyen. Az emberekből – még ha felnőttek is – erős gyászreakciót válthat ki háziállataik pusztulása, kedves tárgyak, épületek elvesztése, illetve a kapcsolataik felbomlása. Egy lakóhelyváltás, egy szerelem vagy házasság szétesése is járhat nagyon intenzív, akár elementáris emóciókkal. Azonban környezetünk az ilyen szituációk pszichés következményeit nem szívesen tekinti gyászfolyamatnak, s míg hozzátartozóink, ismerőseink elvesztése feletti fájdalmunkat minden elutasítás nélkül megoszthatjuk a közösséggel, az egyéb eseteket a társadalom magánügyként definiálja, vagy egész egyszerűen negligálja, sőt: akár még dühös elutasítást, gúnyt is előhívhatnak.

A felnőttek többé-kevésbé megtanulnak együttélni ezzel a viszonyulással, az esetek többségében – számos trauma átélése kapcsán – kidolgozzák saját megküzdési stratégiáikat a veszteségélmények kezelésére. Más a helyzet azonban a gyermekekkel, akik számára saját életminőségük szempontjából rendkívül lényeges, hogy támogatást, segítséget kapjanak veszteségeik elviseléséhez, amelyeket ráadásul sokkal őszintébben, ösztönösebben élnek meg, mint a felnőttek. Egy gyermek dühösen és elutasítóan reagálhat, amikor „nem megfelelő” attitűdje kapcsán – például a nagyszülő temetésén – felszólítják, hogy viselkedjék a csoportnormáknak megfelelőbben: indirekt vagy akár direktebb módon tulajdonképpen arra ösztönzik, hogy gyászoljon. Ugyanakkor, ha játéka sérülése, eltűnése, vagy a család kutyája, macskája pusztulása heves és spontán gyászreakciókat vált ki belőle, a felnőttek gyakran érzéketlenül viszonyulnak fájdalmához.

A helyzetet tovább bonyolítja, hogy a halálesettel kapcsolatos gyász önmagában is problematikus. Napjainkban az emberek elszeparálódnak családtagjaiktól, az öregség mint létállapot mind későbbre tolódik, és szinte szégyellnivalóvá, egyfajta „betegséggé”, „fogyatékosná” vált, amit leplezni és „kezelni” kell. A nemzedéki együttélés megszűnőben van; a nyugati kultúrában az idősek otthonba kerülnek. A halál a hozzátartozóktól távol, kórtermekben jön el, a haldokló mellett – ha egyáltalán valaki, akkor – idegen, ápolónő, esetleg orvos áll az élete végén. Ezért az elmúlás egyre titokzatosabb, nyugtalanítóbb, magyarázatlanabb jelenség. A mai gyermek a médiumokban napi szinten kerül szembe a halál tényével, de személytelenül, a gyász érzése nélkül. Miközben már a reklámok is korhatárosak, illetve a szavak szintjén az egyén fontossága hangsúlyozódik, a híradások egyre gyakrabban és gátlástalanabban tudósítanak emberek tömeges elmúlásáról – nemritkán kitarakva vagy kitarakatlanul még a folyamatokat vagy a következ-

ményt is bemutatva –, de a holttestek látványához nem kapcsolódik semmilyen személyesség. Ez okozza a gyermekben azt a különös kettőséget, ami a modern szemlélet egyik sajátja: a morbid kíváncsiság, mindemellett a részvétlenség, közömbösség keveredik a szorongás, dezinformáltság érzetével, a fantazmagóriák és komplexusok alakot öltésével. A gyermekek gyásza sem olyan, mint a felnőtteké. Nem folyamatosan szomorú, időnként rendszertelenül, gondtalanul átcsaphat játékos hangulatba, s ez fölbosszantja, megbotránkoztatja a felnőtteket.

A korábban kifejtett okok miatt a szülők és a pedagógusok gyakran találkoznak azzal a problémával, hogy nehezen találják szavakat, amikor a veszteséggel szembesülő gyermeknek kellene vigaszt, lelki támaszt nyújtani. A veszteség élményének verbalizálása a hétköznapi szintjén sokszor azért is nehéz, mert napjaink atomizálódó társadalmában az öregség, betegség, elmúlás vagy akár a szülők kapcsolati válsága sokáig rejtve marad a gyermek előtt. A felnőttek csupa jó szándékból szeretnék megóvni a gyermekeket az érzelmi megrázkódtatástól, ami a veszteség élményének velejárója, csakhogy a felesleges távoltageással, tabusítással nem feltétlenül teszünk jót, mert ha megszűnik a beszélgetés a hiányról, a veszteségről, azzal csak felerősítjük a félelmet, a szorongást, a bizonytalanság érzését. A biblio- és irodalomterápia eredményei viszont bizonyítják, hogy a veszteségélmény feldolgozásában hatékonyan segíthetnek a gyermekirodalmi alkotások. Jelen kötetben a veszteségélményt tágran értelmezzük, egyaránt megjelenik benne az elvesztett dolgok, lehetőségek, egészség, család, állatok, emberek, az elvesztett harmónia miatt érzett fájdalom.

Az *Egyszervoltak* fejezet általánosabb nézőpontból indít: kedves tárgyak elvesztése, ismerősök, barátok elköltözése, hosszú ideig történő távolléte kap benne hangot a szépirodalom szintjén. A gyermek aspektusából az idő még homályos, nehezen definiálható fogalom, a felnőttektől egészen eltérő módon élheti meg az öröklét és az ideiglenesség fogalmát: az örökre elvesztett dolgok számára visszatérhetnek, viszont tökéletes gyászreakciók jelenhetnek meg a számára fontos személyek, tárgyak hosszabb ideig tartó távolléte kapcsán. Ugyanakkor a gyermekekre jellemző az animisztikus világnézet: a fontos dolgok személyiséget, életet, mintegy lelket kapnak, ezért elvesztésük is hasonló élményekkel járhat együtt, mint az élőlények elmúlása. Ez a fejezet talán a legszínesebb a témák tekintetében: a régi, otthonos környezet házáinak – a kommunizmus éveiben eufemisztikusan „szanálásnak” nevezett – lerombolása, az elutazó visszatérésére való mind reménytelenebb várakozás, de még a kultúrák letűnéséhez kapcsolódó nosztalgikus melankólia is hangot kap az ide összegyűjtött szövegekben.

A *Levelek hullása* fejezetben központi szerepet kap az idő múlásához, végső soron az elmúláshoz való közelítés egyik szelíd, tapintatos módjának, a természet változásának, körforgásának leírása, a megújulás szimbolikájának érzékelése. A szimbólumokat a gyerekek sokszor jobban megértik, mint a felnőttek.

Csakhog az idő múlása nemcsak az évszakok, hanem az emberi életkorok változását is jelzi, és ezeket a változásokat fejezik ki szerzőink hol a balladák, hol a mesék örökérvényű nyelvén.

Az *Állatmennysország* című fejezet azt mutatja meg, hogy a halott személyéhez kapcsolódó gyász nem konzekvens: egy kedves állatka elmúlása a közvetlen hozzátartozó halálának megfelelő, vagy még annál is elementárisabb reakciót válthat ki. A gyermek számára az állat egyrészt érdeklődésének tárgya: a félelmetes, kiismerhetetlen felnőttvilággal szemben az állatokat sokkal inkább rokonérzésekkel közelíti meg. A házikedvenc valóban családtagként, „testvérként”, sokkal inkább társként jelenik meg a szemében, talán azért is, mert hozzá hasonló módon gyakran az állat is gondozásra, törődésre szorul, és viselkedése is a gyermekéhez hasonlóan gyakran ösztönös, nonkonform, rosszallást kiváltó a felnőttek által uralt és irányított világban. Kisebb korban még nem is válik el a játék, a testvér és a háziállat fogalma lényegileg egymástól, és a felnőttek gyakran büntudatosan döbbennek rá, hogy gyermekségük idején elveszített családtagjaiknál esetleg sokkal tisztábban emlékeznek kutyájuk, macskájuk, hörcsögük, aranyhaluk életére és kimúlására. Ez a fejezet az elveszített állatok miatti fájdalom kapcsán kínál vigasztaló, revelatív élményeket a szövegeken keresztül: nemcsak a gyermekekhez szól, a felnőttek számára is megnyitja az emlékezést gyermeki önmaguk irányába.

A *szívemben visszafelé hull a hó* című fejezet a válást mutatja be, ami szintén megjelenhet a veszteségélmények között, és sok gyermeket érint napjainkban. A válás velejárója a szinte globális megrendülés egy gyermek számára: az egység, a rend, a harmónia megbomlása gyakran még abban az esetben is, amikor a válást hosszú időn keresztül megelőzte a szülők megromlott kapcsolata, az állandó feszültség. Egy család széthullásának fázisait mutatják be a fejezet versei. A választott mese témája is a válás, egy kapcsolat létrejötte és megszakíthatósága. A szerző az óvodások és kisiskolások szintjén, rendkívüli tapintattal, és persze a mese nyelvén szól a tévedés gyakran elkerülhetetlen voltáról, a mozaikcsaládról, az újrakezdés lehetőségeiről.

A *Sehol –soha* fejezet a halál témáját jeleníti meg. Egy közeli hozzátartozó (nagy- szülő, és legfőképpen szülő) elvesztése intenzív, sokszor egymással ellentétes érzelmeket vált ki a gyermekből is: a gyászfeldolgozás folyamatában váltva vagy akár egyszerre van jelen a szeretet és szomorúság mellett a düh és a harag. A mai gyermek számára a halál – Polcz Alaine véleménye szerint – nem gyász, hanem veszteségélmény. Nem az eltávozót sajnálja, hanem saját magát, mint olyan személyt, aki elveszített valakit. A halállal kapcsolatos szövegek kiválasztásakor jó, ha ismerjük a fogalom életkori fázisait. A halállal ismerkedni kezdő gyermek eleinte nem érti meg a halál irreverzibilitását, azaz serdülőkoráig nincs tisztában a halál véglegességével. Az eltávozott személyt mintegy „visszavárja”, lelke mé-

lyén számít rá, hogy az illető visszatérhet. A reális halálkép nagyjából kilencéves kortól válik jellemzővé. Az, hogy ő maga is halandó, a gyermek számára csak később, a kamaszkorban alakul nyugtalanító tényné, létkérdéssé. Ezért van az, hogy kezdetben nem magától a haláltól, hanem inkább annak következményeitől szorong. Ha konkrétabb korcsoportok esetében vizsgáljuk az elmúlással való találkozást, akkor megállapíthatjuk, hogy kettő-öt éves kora között a kisgyermekre az animizáló felfogás a jellemző, vagyis fantáziájában a halott érez, gondolkodik, visszatérhet a halálból. Hat-kilenc éves korban a perszonifikáció válik jellegzetessé: a gyermek megszemélyesíti a halált, például csontváz, bohóc, rém alakjában. Tízéves kortól a reális, de ambivalens felfogás válik uralkodóvá: a gyermek fantáziál saját haláláról, de úgy véli, láthatja, mi történik utána, például a saját temetését vagy szülei, barátai gyászát. Az átváltozás megbékéltető motívuma azonban minden életkorban jelen lehet, hiszen kicsiket és nagyobbakat egyaránt foglalkoztat a kérdés, hogy hova kerül, mi történik azzal, aki meghal. Az átváltozás vigaszt nyújthat, kibírhatóvá teszi a veszteséget. A népmesék természetes módon foglalkoznak a halál tényével. Ezek között is vannak olyanok, amelyek nem kínálnak örök életet (sőt, valójában nagyon kevés olyan mese van, amely azt sugallja, hogy az örök élet elérhető), de lehetőséget adnak a halállal kapcsolatos félelmek oldására vagy a gyász enyhítésére.

Válogatásunkban klasszikus és kortárs magyar szerzők művei, valamint népmesék egyaránt megtalálhatók. Záró javaslatként még annyit jegyeznénk meg, hogy legjobb, ha a kötetben található szövegeket magyarázat nélkül mondjuk, olvassuk, lehetőséget biztosítva a spontán, ösztönös értelmezésre. A mesék tanulságát ne vonjuk le, engedjük, hogy a szépirodalmi szövegek közvetlenül a gyermek érzelmeire hassanak. Miközben teret hagyunk a belső folyamatoknak, ne hagyjuk figyelmen kívül, ha a gyermeknek kérdése van: beszéljünk az érzéseiről, gondolatairól, az őt foglalkoztató dilemmákról. A szövegek alkalmazhatók krízishelyzetben, de prevenciók céllal is, ami azt jelenti, hogy a válogatott művek nemcsak a jelen állapotában, hanem egy esetleges későbbi veszteség során is vigaszt nyújthatnak a gyermeknek.

Bruno Bettelheim megfogalmazása szerint a gyermekirodalomnak többek között az is a célja, hogy a gyermeket eligazítsa érzelmeiben, megbékítse félelmeivel, és miközben elismeri az élet nehézségeit, megoldásokat is javasoljon a kínzó problémákra. Ezzel a reménnyel adjuk át kötetünket a befogadó felnőttek és gyermekek kezébe.



KISS OTTÓ:
CSILLAGSZEDŐ MÁRIÓ
(részlet)

A boldogság az,
amikor sokat kapunk.
A fájdalom az,
amikor ezt mind elveszik.
Én nem akarok boldog lenni többé,
mert az egyszer nagyon
fájni fog.

EGYSZERVOLTAK



ELVESZTETT DOLGOK

KISS OTTÓ: KÍVÜL ÉS BELÜL

Kívül is ugyanúgy történik minden,
mint belül.

Tegnap például még szép volt az idő,
sütött a nap a szívemben,
de ma csak dörögtem és villámoltam,
aztán meg sírtam is,
igaz, csak kicsit,
mint a záporosó.

TANDORI DEZSŐ: **AZ ASZTAL**

Mackómnak volt egy asztala,
De eltűnt egyszer éjszaka.
És ami itt csakugyan nagy baj:
Reggelre se lett meg az asztal.
„Hova lett a jó kis asztalom!”
– És hasztalan vigasztalom.
Megyünk az asztalboltba,
Hol az asztalok állnak sorra,
Komoly asztalok, víg asztalok,
De mind *másik* – mackóm konok.
Meggkérdzem: Hát most mi legyen,
Ha ez se, meg ez se, meg ez se?
„Legyen újra tegnap este,
Akkor meg lenne az asztalom,
S nem veszne el, állíthatom.”

TANDORI DEZSŐ: **RÖGTÖN JÖVÖK**

Mi mindig-mindig búsultunk,
Ha elutaztatok;
A nagy szekrényben kuksoltunk.
S ott minden untatott.
De ha ti nem unatkoztatok
Ott lent egy hónapig,
És mindig ránk gondoltatok –
(Még többet is, mint néha itt,
Mert nem zavartak az emberek!),
Csak menjeteK, míg kedvetek
Tart, és amíg lehet!
Olyan jó *újra* veletek –
(Haza épp ezért: siessetek!)
Megjönni akár *rögtön* lehet –
Ezt kívánják

a MACIK