



BÉRES Judit
 „Azért olvasok, hogy éljek” : az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig. – Pécs : Kronosz Kiadó, 2017. – 292 p. ; ill. – 23 cm
 – ISBN 978-615-5497-95-7

Könyv a biblioterápiáról

Évekkel ezelőtt az egyik klinikai pszichológus azzal a kéréssel fordult könyvtárunkhoz, hogy keressünk a készülőben lévő párterápiás pályázatának bibliográfiájához úgynevezett *self help*, vagyis önségítő könyveket, munkafüzeteket és egyéb kiadványokat. Az addiktológus szakember, több kognitív viselkedésterápiára épülő szakkönyv, terapeuta kézikönyv és munkafüzet szerzője örömmel nyugtázta a hosszú listát, illetve kérésére a saját állományunkból a polcon felsorakoztatott műveket. Szó szót követett, arról kezdtünk beszélgetni, hogy ki mit olvasott utoljára. Nem szakirodalmat, hanem csak úgy. *Én mindig olvasok, ha valami kihoz a sodromból* – jelentette ki. – *Egy jó könyv képes teljesen elterelni a figyelmet*. A társalgás további fordulatait ezúttal mellőzném. A könyvtáros olvasó számára nyilvánvaló, hogy a beszélgetés a biblioterápia lehetséges módszereinek hasonlításában folytatódott. A biblioterápia külföldi és hazai fejleményeit követők pedig talán azt is tudják, hogy a beszélgetés ihletésére könyvtárunk pályázott és nyert egy addiktológiai biblioterápiás gyűjtemény létrehozására az Amerikai Könyvtár Szövetség által finanszírozott Carnegie-Whitney pályázaton. Amerikai környezetben mind a pályázati csomag, mind a kollekciónak összeállításában jelentős segítséget nyújtott az addig ismeretes magyar tapasztalat és a publikált szakirodalom is. Eme pályázat szakirodalmi áttekintésének írójaként örömmel írom le a következőt: Béres Judit könyve külföldi nézőpontból is értékes és hiánypótló mű.

Béres Judit a Pécsi Tudományegyetem Kultúratudományi, Pedagógusképző és Vidékfejlesztési Kar Kultúra-, Könyvtár- és Társadalomtudományi Intézetének adjunktusa és az Országos Széchényi Könyvtár munkatársa. A mini életrajz azt illusztrálja, hogy a szerző azon szerencsések közé tartozik, akinek munkájában sikerült ötvöznie érdeklődési körének két legfontosabb összetevőjét, az irodalomtudományt és a pszichológiát. Mint tudósnak és egyetemi oktatónak fő kutatási területe a személyközpontú irodalomterápia és a non-formális olvasásfejlesztés. Mindezek mellett Béres Judit a szakmai szervezetekben is jelentős szerepet tölt be: a Magyar Olvasástársaság vezetőségi tagja, továbbá a Magyar Irodalomterápiás Társaság, valamint a Pécsi és Baranyai Könyvtárosok Egyesületének tagja. A kötet szempontjából talán a legfontosabb életrajzi elem az, hogy az ő nevéhez fűződik a pécsi biblioterápiás képzés megalapítása. Ennek jelentősége talán csak határainkon túlról érzékelhető igazán: az ilyen típusú, akkreditált, posztgraduális képzés meglehetősen ritka szerzte a világon.

A nemzetközi szakmai életben is elismert Béres Judit eddigi tevékenysége alapján az olvasó nagy várakozással tekinthet közel háromezres oldalas kötet elé, amely a Kronosz Kiadónál 2017-ben „Azért olvasok, hogy éljek” – Az olvasásnépszerűsítéstől az irodalomterápiáig címmel jelent meg. A könyv Béres Judit eddigi kutatási eredményeinek pillanatfelvétele, sok hasznos és értékes példával illusztrálva. A szerkezetileg hol lazábban, hol strukturáltan kapcsolódó fejezetek lényegében három nagy témát ölelnek fel. Az olvasásnépszerűsítés és olvasásfejlesztés lehetséges módjait ismertető első nagy fejezet után a kritikai gondolko-

dás fejlesztésének az olvasás és írás felhasználásával megvalósítható lehetőségeit járja körül a szerző. A kötet legnagyobb része azonban közvetve és közvetlenül a biblioterápiáról szól.

A könyv egyik fontos üzenetét az első fejezet sugallja, és ez az olvasásnak a mindennapokban betöltött szerepéhez kötődik. Az olvasásnépszerűsítést és az olvasásfejlesztést szolgáló programok, beleértve a olvasóközpontú olvasásfejlesztést is, nemcsak arra szolgálnak, hogy az embereket ráébresszék az olvasás örömeire, vagy, hogy a könyvtárak statisztikáját javítsák. Ennél sokkal többre hivatottak ezek a kezdeményezések, derül ki világosan a kötetből, szakmai alapokra építve. Nemzetközi példákkal szemlélítve Béres Judit rámutat a közkönyvtárak társadalmi szerepvállalásának erősödésére és az élethosszig tartó tanulásban betöltött szerepére. Ezért is jelentős a legfiatalabb korosztályokat célzó programok hangsúlyozása, amelyek már iskoláskor előtt az olvasás irányába terelhetik a gyermekeket a család és a környezet segítségével. A szerző a gyermekkönyvek bővülő piacának példájával illusztrálja a szakszerű útmutatás szerepét, de szélesebb értelmezésben a szakma felelősségét és a könyvtáros szerepét is hangsúlyozza. Az olvasmányos fejezet gazdag gyűjteménye a nemzetközi jó gyakorlatoknak, de nem maradnak ki az úttörő hazai kezdeményezések és sikerek sem.

A kritikai gondolkodás fejlesztéséről szóló fejezet aktualitását nem kell hangsúlyoznunk napjainkban. A kamuhírek és egyéb össznépi butítások idején a sorok között még olvasni képes idősebb generáció tagjaként sokan hiányoljuk az olvasói hozzáállás állandóan kételkedő, az első és hátsó szándéokra rákérdező, kritikai elemeit. Az olvasás és írás lehetőségei a kritikai gondolkodás fejlesztésében szinte határtalanok, mutat rá Béres Judit szakirodalmi-elméleti összefoglalója. Az ezt követően ismertetett, a kritikai gondolkodás fejlesztését célzó ígéretes hazai mintaprogramok reményt és esélyt nyújtanak arra, hogy ismét felnőjön egy generáció, amelynek tagjai képesek lesznek állandóan rákérdezni az információ, közlés, állítás vagy érvelés értékére és jelentőségére az adott szövegösszefüggésben. Egy esetleges újabb kritikai gondolkodás fejlesztését célzó projekt szempontjából igen értékesek a részletes programismertető moduljai, amelyekben szerepel a tanulási célkitűzés, a program során elsajátítandó kompetenciák – értékelési módszerekkel és feladatokkal együtt. A kötet egyik legelgondolkodtatóbb és gyakorlati szempontból is leghasznosabb része a mintaprogramok tapasztalatra épülő tudnivalói és tanácsai a téma feldolgozásához, az értékeléshez és önértékeléshez, sok-sok példával (a szépirodalom és film területéről). A feladatok mód-

szertani változatossága nemcsak a program változatos környezetben történő megvalósításának lehetőségeit vetíti elénk, hanem az eszköztár gazdagítására és a módszer továbbgondolására is inspirál.

A kötetet összetartó kapocs, a biblioterápia fogalmának tisztázásához tudni illik, hogy a terápiás célú olvasás meghatározása, gyakorlata és módszerei szerteágazó értelmezéseken alapulnak. A biblioterápiát különböző módon értelmezve a szakirodalom nagy eltéréseket mutat szerzőnként és nemzetenként is. Béres Judit az Egyesült Királyság mai gyakorlatát tekinti át a különbségek szemléltetésére (144–145 oldal). A szerző értelmezésében „*a biblioterápia egy alapvetően pszichoterápiás technikákkal dolgozó, interaktív, reflektív, verbalitásra épülő segítő munka, amely során az olvasás és az írás személyes élménye, valamint maga a minőségi segítő kapcsolat és a benne születő interperszonális folyamatok és mély találkozások támogatják az egyént a változásban*” (156. oldal). Itt kell megjegyeznünk, hogy a kötetben a szerző nyelvileg többször is rendkívül leleményesen oldja meg a magyar nyelvben még nem elterjedt vagy kevésbé ismert fogalmak magyarítását, meghagyva az angol eredetit a könnyebb tájékozódás kedvéért. Megfontolandó az a javaslat is, hogy egy gyakori félreértés elkerülése érdekében a biblioterápia kifejezést érdemes az irodalomterápia kifejezéssel helyettesíteni, nehogy az olvasók azt gondolják, hogy a Bibliáról van szó.

A felhasználásra szánt szövegek esetében Béres Judit az irodalom szó jelentésének a lehető legtágabb értelmezését javasolja: biblioterápiás foglalkozásokon nemcsak szépirodalmi művek használhatók, hanem szinte bármilyen írott, nyomtatott vagy kimondott szó és szöveg. Szöveggént vagy történetként kezelhetőnek tekinti a filmet, fotót, álmot és dalt is. Ugyancsak hasznosak a résztvevők által létrehozott kreatív és expresszív íráskok is. Az előfeltétel, illetve a közös vonás az, hogy a szövegek alkalmasak legyenek „*arra, hogy a közös értelmezésen és párbeszéd, reflexiókon keresztül katalizálják az önismereti munkát, segítsenek rálátni életünk összefüggéseire és támogassák a személyes élmények mozgósítását, a problémáink átdolgozását*” (114. oldal). A szakirodalomra hivatkozva és saját tapasztalatai birtokában a szerző az olvasás és írás személyiséget gazdagító alkalmazása céljából kiindulópontként az olvasmányokhoz való személyes kapcsolódás sokféle lehetőségét hangsúlyozza.

Egy multidiszciplináris területen, mint amilyen a biblioterápia, óriási vállalkozás naprakészen lépést tartani a nemzetközi szakirodalommal és a vonatkozó gyakorlati alkalmazásokkal, kezdeményezésekkel.

Béres Judit könyvében az elméleti részek a hazai és nemzetközi szakirodalom alapos ismeretéről tanúskodnak, aminek ékes bizonyítéka a kötet végén található gazdag bibliográfia. Az irodalmi áttekintések szakszerűen és közérthetően foglalják össze a hazai közönség számára az olvasás népszerűsítésének, az olvasásfejlesztésnek és a biblioterápiának a külföldi és hazai szaklapokban és kötetekben publikált eredményeit. Az angolszász szakirodalom elemző ismertetését hazai alkalmazások és értelmezések gazdagítják. A külföldön már működő és a hazai gyakorlatba is potenciálisan beültethető programok tolmácsolása révén a szerző lényegében a translációs medicina módszereivel él, és annak mintájára hidat teremt a kutatások és az alkalmazások között.

A kötet igazi gyöngyszemei azonban azok a Magyarországon sikeresen működő projektek, amelyeket a szerző álmodott, tervezett és valósított meg. A mintaalizések közül soknak Pécs adott otthont, ami a projektvezető szerző kötődése mellett egyben annak is szép példája, hogy egy közösség a helyi érdekeket és igényeket figyelembe véve, de rugalmasan képes helyet adni új kezdeményezéseknek. A változatos helyszínek között a hagyományos könyvtári környezet és a projektekhez kapcsolódó oktatómunka színterei a Pécsi Egyetem mellett a helyi középiskolák, anyaothton vagy a büntetés-végrehajtási intézet. Megemlítendő, hogy a *Könyvtári Figyelő* élen járt a programokról szóló tanulmányok publikálásában, amikor 2013 és 2015 között lehetőséget nyújtott a szerző fiatalok fogvatartottakkal, hátrányos helyzetű középiskolásokkal és babavárókkal, illetve nőknek tartott biblioterápiás foglalkozásainak ismertetésére.

Különös figyelmet érdemel az „élő könyvtár” elnevezésű, személyes kontaktusra épülő multikulturális program hazai megvalósításának bemutatása. A dán ifjúságsegítő szakmából eredő, úgynevezett érzékenyítő módszer az emberi méltóságra épülő esélyegyenlőséget helyezi középpontba közkönyvtár jellegű keretben és kölcsönzési szabályokkal. A program az olvasás metaforáját tapasztalati alapú tanulásként alkalmazva empátiára, autonóm és kritikai gondolkodásra ösztönözve ér el felvilágosító hatást. A kölcsönözhető könyvek lényegében másságot képviselő egyének, akik a félórás kölcsönzési idő alatt szinte párbeszédet folytatnak az olvasóval, lehetőséget teremtve a kapcsolatra a legkülönbözőbb emberek és csoportok között. Tanulságos és élvezetes, ahogy a szerző beszámol a nemzetközi módszertani tréningeken szerzett tapasztalatai alapján rendezett élő könyvtárról, amelyet Pécs város középiskolásai számára szervezett a helyi civil szervezetekkel kö-

zösen. Jóllehet a város nem teljesen bizonyult nyitottnak, hiszen a muszlim élő könyvet kicenzúrázta, az esemény mégis az amerikai angolban használatos közhellyel *win-win-win* helyzetként könyvelhető el, és hosszú távú előnyökkel szolgált mind a diákok, mind a civil szervezetek, sőt a tanárok számára is. A kötet végén található rendkívül értékes *Mellékletek* részben a fenti eseményekről készült fotók és rövidfilmek mellett találhatunk példákat „élő” könyvtári katalóguscédulákra és értékelő kérdőívekre is, és ugyanitt találhatunk ajánlott olvasmányokat téma szerint, illetve korcsoportoknak ajánlva.

Be kell ismernem, hogy Béres Judit biblioterápiáról szóló kötete nehéz helyzet elé állított. Az olvasott tanulmányok és példák alapján minden bizonnyal itt az ideje, hogy újabb párbeszédet folytassak a korábban említett klinikai pszichológus kollégával, akinek a *self help* könyveket gyűjtöttük. A kötetből tanultakkal felvértezve jobban el fogom tudni magyarázni, hogy jóllehet a magányos olvasás lehet jótékony hatású mentálhigiénés szempontból, de az olvasmányélményével magára maradt olvasónak kevesebb a lehetősége az olvasmány által mozgósított élmények elmélyült feldolgozására. Kollégánk azon gyanúja, miszerint az önségítő könyvek megjelenését nagymértékben inkább kommersziális érdekek motiválják, talán nem is áll olyan nagyon távol a valóságtól. Egy másik hasznos útravaló számomra az Amerikában népszerű olvasókörekre és olvasóklubokra vonatkozik. Az efféle, a közkönyvtárakban és magánkezdeményezésű csoportokban folytatott munka a biblioterápia egy informálisabb változatát képviseli; nem terápiás keretben szervezve, hiszen terápiás céllal rendezendő foglalkozások sokkal erősebb korlátozások alá esnek, mint Magyarországon. Viszont e könyvközpontú beszélgetések könyvtáros vezetői biztosan sokat tanulhatnak Béres Judit tapasztalataiból.

Végezetül álljon itt a kötetnek egy a könyvtárakon túlmutató óriási pozitívuma: Béres Judit könyve amellet tanúskodik, hogy az elefántcsonttorony kívül is jelentőséggel bíró kutatómunkához és a tudományos eredményeken, vagyis evidencián alapuló sikeres programok megvalósításához elengedhetetlen az elmélet és gyakorlat állandó összefonódása. Béres Judit munkássága a kettő tudatos ötvözését tükrözi, és példaként állhat a jövő könyvtárosai és pszichológusai számára. A könyvnek mindenképpen ott lenne a helye a polcon, az önségítő könyvek mellett.

Hajnal Ward Judit