



Szerencsét próbálni – Karrierfelkészülés és életnavigáció a mesék segítségével

Használati útmutató a Mesekártyákhoz

Csizmás Kandúr

Német népmese

Írták: Dr. Suhajda Éva Virág, Heltai Júlia, Fehér Szilamér

Szakmai lektor: Boldizsár Ildikó

Illusztráció: Kluzsnik Réka



**Az Európai Unió
társfinanszírozásával**

Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.



Tartalom

A mese – Csizmás kandúr	3
Mesekalauz.....	7
Merre indulj, ha önállóan dolgozol a mesével?	9
A mese szereplői	9
A mese helyszínei	10
Merre indulj, ha segítőként dolgozol a mesével?	13
Egy lehetséges csoportfoglalkozás forgatókönyve	15



A mese – Csizmás kandúr

Volt egyszer egy molnár és annak három fia. Amikor a molnár meghalt, semmi egyéb nem maradt utána, csak a malom, egy szamár és egy macska. Ehhez a kevéske örökséghez nem volt szükség jogi doktorokra, se ügyvédre, se közjegyzőre – és bizony jobb is, mert nem lett volna miből kifizetni őket. Segítség nélkül is hamar megosztottak a testvérek. A legidősebb fiúé lett a malom, a középső kapta a szamarat, a legkisebbnek meg csak a macska maradt. Szomorkodott is, hogy ilyen nyomorúságos örökség jutott neki.

– A testvéreim, ha összefognak, tisztességesen megélnék majd, bezzeg én, amint megettem a macskát, és sálat csináltam a bőréből, éhen fogok halni. – sóhajtott a legkisebb fiú.

Meghallotta ezt a kandúr, és józanul, komolyan így válaszolt:

– Egy percig se aggódj, jó gazdám! Csak adj nekem egy tarisznyát, és csináltass egy pár csizmát a lábamra, hogy járhassam az erdőt. Meglásd, jobbra fordul a sorod.

Ez a kandúr már sokszor megmutatta, milyen ravasz. Amikor egérre meg patkányra vadászott, fogta magát, és elrejtőzött az ételek közé a kamrában, és úgy lógott a polcról a fejjel lefelé, mintha halott lenne. Gazdája nem nagyon hitt abban, amit a kandúr mondott, de nyomorúságos helyzetében a macskán kívül más reménye nem volt a segítségre.

Megkapta hát a csizmát a kandúr, vidáman fel is húzta. Megkapta a tarisznyát is, tett bele egy kis salátát meg egy kis korpát, nyakába kanyarította, és elindult. Egy üreghez ment, ahol rengeteg nyúl tanyázott. A mancsába fogta a zsinórt, amivel szorosra húzhatta a tarisznya száját, lefeküdt, kényelmesen elnyújtózott, és halottnak tette magát. Az volt a terve, hogy addig vár, amíg egy fiatal, a világ dolgaiban járatlan nyúl odajön, észreveszi az élelmet, és gyanútlanul kotorászni kezd a tarisznyában.

Alighogy lefeküdt, a dolgok éppen úgy alakultak, ahogyan számított rá. Egy ostoba fiatal nyúl belemászott a tarisznyába, a kandúr pedig a mancsában lévő zsinórral azonnal behúzta a tarisznya száját, és habozás nélkül megölte a nyulat.

Elégedetten lépett be a király palotájába, ahol kihallgatást kért. Felvezették az emeletre, ahol a király lakosztályába lépve mélyen meghajolt.

– Felséges királyom! Gazdám, Carabas márki egy nyúllal szeretne kedveskedni neked, az ő nevében nyújtom át ezt a csekélységet! - mondta a kandúr, az általa kitalált néven említve a gazdáját.

– Add át köszönetemet az uradnak, és mondd meg neki, hogy örülök a figyelmességnek – felelte a király.

A következő alkalommal a kandúr egy búzamezőn rejtőzött el, kitérve a tarisznya száját. Hamarosan ott is termett két fogolymadár. Vesztükre bemerészkedtek a tarisznyába, a kandúr pedig meghúzta a



zsineget, és már indult is velük a palotába. Ahogy a nyulat, úgy a madarakat is átadta a királynak. Őfelsége most is elégedett volt, szívesen fogadta az ajándékot, és megjutalmazta a kandúrt.

Két-három hónapig így ment ez, a kandúr újabb és újabb zsákmányt vitt ajándékba a királynak. Minden vadról, amit ő fogott, azt mondta, hogy a gazdája ejtette el.

Aztán eljött a nap, amikor a macska tudomására jutott, hogy a király és a lánya, a világ leggyönyörűbb királykisasszonya sétakocsikázni indul a folyópartra.

– Jó gazdám, most aztán megcsinálhatod a szerencsédet, csak tedd azt, amit mondok! Fürödj meg a folyóban, pontosan azon a helyen, ahol mutatom. A többit bízd rám!

A legénynek sejtelve sem volt a dolgokról, de tette, amit a kandúr tanácsolt. Belemerült a vízbe, és várta, hogy mi fog történni. A király hintója hamarosan odaért, mire a kandúr hangos jajveszékelésbe fogott:

– Segítség! Segítség! Carabas márki fuldoklik!

A nagy óbégatást még a király is meghallotta a hintó mélyén. Kihajolt az ablakon, felismerte a macskát, aki annyi pompás ajándékot vitt neki, így felszólította kíséretét, hogy siessenek Carabas márki segítségére.

Amíg a szegény márkit kihúzták a folyóból, a kandúr odalépett a hintóhoz, és elmesélte a királynak, hogy miközben gazdája gyanútlanul fürdött a folyóban, tolvaj gazemberek ellopták a márki ruháit, hiába kiáltott segítségért, torkaszakadtából a hűséges kandúr. Ami az igazságot illeti, ott lapult a ruha a kő alatt, ahová a gazember macska az imént rejtette. A király azonban késlekedés nélkül megparancsolta a ruhatára őrzőinek, hogy eredjenek tüstént, és válasszanak egyet a legszebb ruháiból Carabas márkinak.

A király megdicsérte a márkit, és mivel az imént felöltött finom ruhákban szemrevaló fiatalembernek látszott, de nem csak látszott, az is volt, egy igazán jóképű legény, így a királykisasszonynak is igen megtetszett. Carabas márki alig vetett rá két-három tiszteletteljes, de érzelmes pillantást, a királykisasszony örülten belészeretett. A király meghívta a márkit a hintójába egy kis kocsikázásra, hogy tovább élvezhessék egymás társaságát.

Örömmel látta a kandúr, hogy ilyen jól alakul a terve. Előrement, míg néhány paraszthoz nem ért, akik éppen kaszáltak.

– Idefigyeljete, jó emberek! Mondjátok azt a királynak, hogy ez a mező, amit kaszáltok, Carabas márkié. Mert ha nem, hát mindannyiótokat miszlikbe aprítalak! Fasírtot csinállok belőletek!

Jött is mindjárt a király, és kérdezte a parasztoktól, hogy kinek a mezejét kaszálják.

– Carabas márkiét! – kiáltották egyszerre, mivel megrémültek a kandúr fenyegetésétől.

– Szép birtokot örököltél – jegyezte meg a király Carabasnak.



– Amint magad is látod, felség – felelte a „márki” –, ez egy olyan rét, mely minden évben bőséges termést hoz.

Közben a kandúr tovább ment a hintó előtt. Most arató parasztokra bukkant.

– Idefigyeljete, jó emberek! Mondjátok azt a királynak, hogy ez a föld, amit arattok, Carabas márkié. Mert ha nem, hát mindannyiótokat miszlikbe aprítalak! Fasírtot csinállok belőletek!

A király rögvest oda is ért, és tudni akarta, hogy ki a tulajdonosa ezeknek a földeknek.

– Carabas márki! – kiáltották az aratók, mire a király még jobban megörült a márkinak.

A hintó előtt járva így fenyegetett meg mindenkit a kandúr, akivel csak találkozott, a király pedig egyre inkább elképedt Carabas márki határtalan gazdagságát látva.

Végül a kandúr egy pompás kastélyhoz érkezett, ahol egy ogre lakott. Nála gazdagabb ogre soha nem élt még. Minden föld, amerre a királyi hintó keresztülhaladt, az ő birtokához tartozott.

A kandúr jó előre megtudakolta, ki ez az ogre, és miféle hatalommal bír. Bebocsátást kért, mondván, hogy ha már erre vitte az útja, tiszteletét illik tennie a kastély uránál. Az ogre olyan udvariasan fogadta, amennyire ez egy ogrétól telik, és hellyel kínálta.

– Úgy hallottam – mondta a kandúr –, hogy hatalmadban áll bármilyen állattá átváltozni, amivé csak akarsz. Ha akarsz, elefánttá, ha akarsz, oroszlánná változol.

– Így igaz – válaszolt ridegen az ogre. – És hogy bizonyítsam neked, most megláthatod, hogyan változom oroszlánná!

Amikor a kandúr meglátta maga előtt az oroszlánt, rémületében felugrott a tetőre, nem minden nehézség és veszély nélkül, mert a csizmája nem arra való volt, hogy a cserepeken járjon. Amikor látta, hogy az ogre visszaváltozott, leereszkedett a tetőről, és bevallotta, hogy mennyire megijedt.

– Azt is hallottam – tette hozzá –, hogy te még arra is képes vagy, hogy a legapróbb állatok alakját vedd fel, hogy patkánnyá vagy akár egérré is tudsz változni. Bevallom, számomra ez egészen elképzelhetetlennek, sőt, lehetetlennek tűnik...

– Lehetetlennek?! – mordult fel az ogre. – Majd meglátod!

Abban a szempillantásban egérré változott, és összevissza kezdett szaladgálni a szoba padlóján. Alighogy meglátta a kandúr, lecsapott rá, és megette.

Hamarosan odaért a hintó is. A király megpillantotta az ogre csodás kastélyát, és azonnal kedvet kapott rá, hogy látogatóba menjen. Amikor a macska meghallotta a kerekek zörgését a kastély felvonóhidján, kiszaladt az udvarra, hogy odakiáltson a királynak:

– Üdvözöllek, felség, Carabas márki kastélyában!

– Micsoda?! Ez a kastély is a tiéd, márki? Nincs csodálatosabb ennél az udvarnál és ezeknél az épületeknél! Soha sehol nem láttam ezekhez foghatót! Ha megengeded, bemegyünk, és körülnézünk.



A márki a kezét nyújtotta a királykisasszonynak, és követték a királyt, felfelé a lépcsőn. Egy nagy csarnokba lépve pompás terítéket találtak, amit az ogre készítettett elő a barátainak, akik meglátogatták őt néhány napra. Az ogre barátai nem mertek belépni, mikor megtudták, hogy ott a király.

A királykisasszony egészen el volt ragadtatva a legénytől, és a királyt is elbűvölte Carabas márki. Látta, hogy a vendéglátója mekkora vagyon felett rendelkezik, és mi tagadás, néhány csupor jó bort is legurított már, így nem restellte azt mondani a márkinak:

– Ha te is úgy gondolod, örülnék, ha a vejem lennél.

A márki mélyen meghajolva elfogadta a kitüntető ajánlatot, és még aznap feleségül is vette a királykisasszonyt.

A kandúrnak igen megnőtt a becsülete, és ezután már csak akkor kellett egeret fognia, ha úgy tartotta kedve.



Mesekalauz

Mesénk hőse egy molnár legkisebb fia, aki apja után egy macskán kívül semmit nem örököl. Vajon hogyan lehet a nincstelenségből indulva királyi, azaz anyagilag, szellemileg és érzelmileg is magas életminőséget elérni? Ennek egy lehetséges útját tárja elénk a Csizmás kandúr meséje.

A mese kezdetén a molnár fiai osztoznak az apai örökségükön. Míg a két másik testvér a malmot és a szamarat kapják, addig a legkisebb fiúnak csupán egy macska jut. Sokunk számára lehet ismerős az élethelyzet: hiába vagyunk intelligensek, tehetségesek, rejlenek bennünk akár kiemelkedő lehetőségek is, megfelelő körülmények nélkül, ha nem áll rendelkezésünkre anyagi háttér, jó kapcsolati háló, piacképes szakma, akkor nagyon könnyű kétségbeesésbe süllyedni, hiszen az esélyünk a feljebbjutásra látszólag igen csekély. És a kockázat valóban magas, ha ki szeretnénk törni ebből az élethelyzetből az ismeretlenbe kell ugranunk egy olyan ejtőernyővel, amiről nem tudjuk, ki fog-e nyílni, és biztonságosan földet érünk-e.

A történet egyik fontos fordulópontja már a mese legelején bekövetkezik, a molnár fia szomorúságát félretéve a jövő felé fordul, és a macskájára bízta önmagát. Utolsó pénzéből megcsináltatja az állat által kért csizmát és tarisznyát. Ezzel a lépéssel egy olyan segítőt nyer magának, aki a továbbiakban mint egy menedzser, ügynök egyengeti az útját.

Pontos terve és képe van arról, hová juthat el a fiú, és hogy milyen utat kell ehhez bejárnia. De mik is ezek a lépések, melyeken keresztül hősünk végül elnyeri méltó helyét a társadalomban? A cél első pillantásra irreálisnak és elérhetetlennek tűnhet, ha elkövetjük azt a hibát, hogy minden előttünk tornyosuló feladatot és akadályt egyszerre szeretnénk megoldani. A Csizmás kandúr tudja, hogy ebben az élethelyzetben apró lépésekben érdemes haladni, és fokozatosan állítani egyre nagyobb kihívások elé a főhőst.

Első lépésként nyulat fog az erdőben, ami egy könnyen teljesíthető feladat. Mégis elég jelentős zsákmány ahhoz, hogy a királyt fel lehessen keresni vele. Feltehetjük magunknak azt a kérdést, mik azok a legegyszerűbb lépések, melyek megtételéhez megvannak a megfelelő erőforrásaink, és közelebb visznek a célunk eléréséhez? Ezt követően egy másik kérdés is megfogalmazódik: ha megtettük ezeket a lépéseket, az elért eredményt hogyan tudjuk a legjobban kamatoztatni? Az elfogott nyulat megsütjük és megesszük vacsorára, vagy elvisszük és felajánljuk a király számára? Képesek vagyunk-e a hosszabb távú céljaink érdekében nem felélni, hanem okosan befektetni azt, amit már megszereztünk? A Csizmás kandúr képes ezt a döntést meghozni.

A következő alkalommal egy sokkal értékesebb fogolyhadárral tér vissza a királyhoz, majd itt sem áll meg, a következő hónapokban újabb és újabb ajándékokat visz neki. Vajon miért van erre szükség? Miért nem elég egy nyúl és két fogolymadár? Hiszen nyilván nem a legélvezetesebb tevékenység újabb és újabb zsákmányt ejteni, vagy másként fogalmazva eredményt elérni, aztán a hasznot valaki másnak átengedni. Viszont a Csizmás kandúr ezzel alapozza meg azt a bizalmat és figyelmet, ami szükséges lesz ahhoz, hogy a király ne kérdőjelezze meg a későbbi események során Carabas márki kilétét és



szándékait. Ahogy a megfelelő pillanat elérkezik – a király kocsikázni indul a lányával – a macska rögtön „átlép a következő fázisba”, új szintre lép a terv megvalósításában. Már bizonyított a királynak és a molnárfiúnak is. Így éri el, hogy a legény a bizalom olyan fokára jutott, hogy sorsát macskája kezébe teszi, meztelenül megy fürdőzni a folyóba, anélkül hogy tudná, miért kell ezt tennie, és mi fog következni. Ez egy szimbolikus pillanat, egyszerre jelképezi a teljes kiszolgáltatottságot, és mutat rá, hogy a magasabb életminőség elérése érdekében néha mindent magunk mögött kell hagynunk, akár az utolsó ruhadarabjainkat is. Ha a király a régi ruháiban látná a fiút, akkor rögtön rájönne, hogy Carabas márki igazából egy molnárlégeny, így viszont a korábbi gesztusoknak hála, ő is ajándékkal kedveskedik, ruhát ad a „póruul járt” márkinak, és meghívja a hintójába, vegyen részt az utazáson. És ami még talán ennél is fontosabb, ez az a pillanat, amikortól már maga a fiú is kezd hinni abban, hogy ő Carabas márki. A mese további részében egy szép transzformációs folyamatot követhetünk végig, hogy hogyan válik a molnár fiúból végleg Carabas márki? Hogyan veszi birtokba a benne rejlő tehetséget, erőforrásokat és lehetőségeket, és válik ezzel saját sorsának felelős irányítójává? Macskája a hintó előtt járva tovább egyengeti a siker útját, minden földön dolgozó parasztot megfenyeget, mondják azt, hogy az őket körülvevő szépség és gazdagság a márki tulajdona. A parasztok megrémülnek, már van róla tapasztalatuk, hogy milyen fenyegetettségben élni, hiszen a földet birtokló ogre gonosz, és a munkásaival sem bánik kesztyűs kézzel. A kastélyba érve még egy nagy feladat áll a Csizmás kandúr előtt, le kell győznie a kastély urát. Szerencsére ismeri az ogre gyenge pontját, ami nem más, mint a hiúsága. Még így is veszélyes a szituáció, hiszen egy adott ponton majdnem az oroszlánná vált ogre áldozatául esik, de végül a hiúságát kihasználva eléri, hogy az ogre olyan alakot öltson, amellyel már könnyedén elbánik. Az ogre a mély bizonytalanság és önbizalomhiány jelképe. Oroszlánná és egérré is képes átváltozni, ezzel palástolja valódi lényegét, de pont ezáltal válik „megszüntethetővé” is. Az ő eltűnésével megnyílik az út Carabas márki számára a királlyá válás felé. Nincs más hátra, mint elfogadni a felkínált lehetőséget, és feleségül venni a csodaszép királykisasszonyt. Könnyűnek tűnhet, de magunk is tudjuk, néha bizony nem kevés bátorság kell hozzá, hogy élni merjünk azzal a lehetőséggel, amire a leginkább vágyunk. Hiszen ott rejtőzhet bennünk a kétely, méltók vagyunk erre? Tegyük most félre ezt a kérdést és higgyük el, mindez valóban lehetséges.



Merre indulj, ha önállóan dolgozol a mesével?

Egy mese segítségével önmagunkon dolgozni izgalmas feladat, ámde egyáltalán nem egyértelmű. A mesékben a rend helyreáll a végére, a mese hőse bejár egy általános utat, és önmaga fejlődésének egy következő fázisába lép.

Ez a feladatunk nekünk is – a mesei fordulatokat, „kódokat” önmagunk életére értelmezve megtalálni azokat a lépcsőket, amelyek segítenek abban, hogy saját életünk uraivá, úrnőivé váljunk.

Mikor elkezdünk dolgozni önmagunkkal a Csizmás kandúr című mese segítségével, először csak hallgassuk meg vagy olvassuk el a mesét, majd dőlünk hátra, és hagyjuk, hogy átjárjon bennünket a mese hangulata. Akár a szemünket is becsukva találunk egy ízt, egy illatot, egy képet a meséből. Mi az, amit kihoznánk a meséből, ha tehetnénk? Vajon a mese helyszínei között éppen hol járunk, és milyen szerepben vagyunk?

Ezt követően fogjunk egy ceruzát, és (a kártyákon, vagy éppen itt a szövegben megfogalmazott) kérdésekre írjuk össze a válaszainkat. Azokkal a kérdésekkel foglalkozunk, amelyek a leginkább megszólítanak. Nem biztos, hogy minden kérdés releváns számunkra, de amelyik igen, azon érdemes akár hosszabban elgondolkodni, sőt akár másokkal is beszélgetni róla – szüleinkkel, barátainkkal, társainkkal vagy épp segítőkkel.

Mégis milyen módon történik ez? Valószínűleg valamelyik szereplő, helyszín vagy tárgy megragadja a fantáziánkat. Az egyes mesei elemek nem feltétlenül ugyanazt jelentik mindenki számára. Sőt, valójában amikor magunkkal dolgozunk a mesén, teljesen magunkra értelmezzük azokat a helyzeteket, karaktereket stb., amik a mesében megjelennek.

A mese szereplői

Mindegyik karakter üzen valamit. Mindegyiknek megvannak a maga erősségei, a maga szerepe, a maga üzenete. A karakterek kártyái ezeket az üzeneteket hordozzák.

- ❖ a Csizmás kandúr egyengeti a mese folyamán a molnárlegény útját. Ő az, aki leleményességével lehetőséget teremt a fiú számára addigi élethelyzete megváltoztatásához. Neked segít valaki a céljaid megvalósításában? Ki az, akitől segítséget kérhetsz, hogy egyre jobban menedzselj az életed? Szerinted milyen képességei vannak a Csizmás kandúrnak, melyek neked is jól jönnének? Hogyan lehet ezekre szert tenni?
- ❖ a király megtestesíti mindazt, amivé a molnár fia is válhat, ha a megfelelő úton jár. Azokat az értékeket, szellemiséget képviseli, azt a minőséget, ami a fiúban egyelőre még csak lehetőségként van meg. Te milyen életre vágysz? (Anyagi, szellemi, érzelmi vagy akár spirituális)



értelemben is értelmezheted ezt a kérdést.) Mikor érzed úgy, hogy te uralkodsz az életed felett?

- ❖ a parasztok az ogre földjein dolgoznak, de az ogre nem egy figyelmes és korrekt földesúr. Félelemben tartja munkásait, így nem csoda, hogy a macska fenyegetésének sem tudnak ellenállni. Bizony mindannyiunk életében adódhat olyan élethelyzet, ami érzékenyen érint minket. Érdemes feltennünk magunknak a kérdést, milyen helyzetben vagyok megfélemlíthető? Voltam-e már olyan helyzetben, amikor nem mertem felvállalni a gondolataimat, véleményemet, érzéseimet? Mi történt ekkor? Mi a közös ezekben a helyzetekben? Voltam-e már olyan helyzetben, amikor inkább azt tettem, amit mások mondtak nekem, ahelyett, amit valójában tenni szerettem volna? Miért történt ez?
- ❖ az ogre gonosz és hatalma van, viszont nem túl okos, és a tudománya annyiban rejlik, hogy bármilyen állattá át tud változni. Persze ennyi bőven elég is lenne ahhoz, hogy elpusztítsa a macskát és a gazdáját, viszont szerencsére Csizmás kandúr ismeri a gyenge pontját, ami nem más, mint a hiúsága. Te mit gondolsz erről a hiúságról? Van az ogrének olyan tulajdonsága, amire te is szeretnél szert tenni?

A mese helyszínei

Az is kérdés, hogy hol látjuk magunkat, a mese melyik helyszínén? Minden helyszínnek megvan a maga feladata, amit el kell végeznünk ahhoz, hogy tovább juthassunk a következő helyszínre.

- ❖ a mese kezdetén a három testvér megosztózik az örökségén. A legkisebb molnárlegénynek csak egy macska jut. Te milyen „örökséget” hozol otthonról? (Nem feltétlenül anyagi értelemben.) Ha vannak testvéreid, az ő örökségük milyen? Miben különbözik ez attól, amit te kaptál? Milyen hatással van ez a kapcsolatokra?
- ❖ a Csizmás kandúr első útja – miután megkapja a csizmáját és a tarisznyáját – az erdőbe vezet. Egy nyulat ejt el a király számára. Egy ilyen állatot viszonylag könnyű megfogni, vagyis első lépésként a macska egy egyszerűen elérhető, rövid távú célt valósít meg. Mik a legkönnyebb, apró lépések, amik közelebb vihetnek céljaid eléréséhez? Honnan tudsz a legegyszerűbben forrásokat szerezni? Az anyagiakon kívül még mihez juthatsz hozzá? (pl. tudás) Hogyan élsz vele? Felhasználod valamire?
- ❖ a nyúllal a macska a királyi palotához megy és bebocsátást kér. Gazdája nevében, ajándékként adja át, hogy ezzel elnyerje az uralkodó jóindulatát. Te mit teszel olyan helyzetben, amikor szükséged van valaki támogatására? Hogy éred el, hogy felhívd magadra a figyelmet? Ha van valami jó ötletedet, meg mered mutatni olyanoknak, akik valamilyen értelemben feletted állnak?
- ❖ a Csizmás kandúr a sok zsákmánnyal már sikeresen elnyerte a király bizalmát, és a gazdáját is meggyőzte, hogy érdemes hallgatnia rá. Ekkor érkezik el a mese egyik legjelentőségtebb pillanata, a molnárlegény végleg Carabas márkivá válik. Ehhez viszont elsőként egy



kiszolgáltatott helyzetet kell átélnie, hiszen meztelenül fürdőzik a folyóban, amikor a király a segítségére siet, mivel a Csizmás kandúr elhiteti vele, hogy a gazdája fuldoklik. A te életedben hogyan nyilvánul meg a bizalom kérdésköre? És ha megfordítjuk a kérdést, ki az, aki megbízik benned? Hogyan érint, mit teszel, ha valaki kiszolgáltatott helyzetbe kerül veled szemben? Voltál már olyan élethelyzetben, amiben rá kellett bíznod magad valakire úgy, hogy nem láttad előre, mi fog kisülni az adott helyzetből?

- ❖ a folyóból való sikeres „megmenekülés” után a király közös kocsikázásra invitálja Carabas márkit. Ez az első alkalom, amikor nem a macskán keresztül lépnek kapcsolatba egymással, a fiú első alkalommal mutathatja meg magát a királynak. Voltál már olyan helyzetben, amiben bizonyítanod kellett az alkalmasságodat, tudásodat? Mi az, amit elmondanál magadról egy ismerkedés során? Mi az, amiről első alkalommal nem szívesen beszélnél?
- ❖ a kocsikázás közben Carabas márki már sajátjaként mutatja be az ogre földjeit. Ezek a földek rengeteg értéket termelnek. A molnárlegény elhiszi, hogy méltó ezekre az értékekre, hogy mindez valóban őt illeti, és érti azt is, mennyire fontos, hogy mindezt megmutassa. Próbálj meg te is legalább öt pozitív értéket megfogalmazni önmagaddal kapcsolatban! Hogyan tudod megmutatni a benned rejlő értékeket, lehetőségeket?
- ❖ az ogre kastélya sok különböző esemény helyszíne. Először is egy olyan dolog, amit Carabas márki szeretne magának. Hosszú utat tett meg a molnárlegénységtől addig, hogy ezt a célt elérhesse. Ha elvonatkoztatasz jelenlegi élethelyzetedtől, lehetőségeidről, és szabadjára engeded a fantáziádat, mik azok a dolgok, amikre vágysz az életben? (Anyagi vagy akár más értelemben is.)

A kastélyban kerül sor az ogre legyőzésére is. A Csizmás kandúr a hiúságát kihasználva húzza csőbe az ogrét, aki előbb oroszlánná, majd egérré változik, és utóbbi alakjában a macska könnyedén el tudja őt pusztítani. Az oroszlán alakot öltött ogre veszélyes, és van egy pillanat, amikor még nem lehetünk egészen biztosak a győzelemben. Voltál már veszélyes helyzetben? Hogyan reagálsz a krízisre? Van olyan ember az életedben, akitől félsz? Mit teszel, ha az ő közelében kell lenned?

Az oroszlán alakja szimbolizálhatja akár egy olyan tulajdonságunkat is, amit túlságosan nagyra tartunk, míg az egér alakja valami olyan tulajdonságot, amit viszont túl kevésre becsülünk. Benned van bizonytalanság, esetleg önbizalomhiány? Mit kezdesz ezekkel az érzésekkel?

Az ogre sikeres legyőzése után Carabas márki, a király és a királykisasszony megérkeznek a kastélyba. Te meg tudod ünnepelni, ha elértél valamit? A lakoma egy adott pontján a király felajánlja a lánya kezét Carabas márkinak. Itt dől el végleg, hogy a volt molnárlegény végül elhiszi-e, hogy tényleg király lehet belőle, és kiderül, hogy él-e a felkínált lehetőséggel. Te milyen helyzetekben mondasz nemet vagy igent egy lehetőségre? Mi azok a nem racionális okok, félelmek, amik miatt esetleg nem élsz vele? A nagy lehetőségeknél sokszor nem bízunk magunkban. Vajon elhiszed-e, hogy jár neked az a lehetőség? Kérdezz meg valakit, aki ismer, hogy mi a véleménye, megvan-e hozzá a tudásod, képességed.



Láthatóan több irányból is elindulhatunk, amikor a mesével dolgozunk önmagunkon. Nincs egyetlen, kitüntetett megközelítés, bár a helyszínek és az ott megfogalmazott feladatok kifejezetten egymásra épülnek, az egyes témákkal nagyjából bármilyen sorrendben foglalkozhatunk. Nem valószínű, hogy gyorsan a mese végére érünk.



Merre indulj, ha segítőként dolgozol a mesével?

Amikor segítőként szeretnénk dolgozni a mesével, az első lépés, hogy magunkon dolgozunk vele – vagyis gondoljuk át az előző fejezet lépéseit.

Elengedhetetlen, hogy a „szubjektív” meseértelmezés, a mese önmagunkra való vonatkoztatása megtörténjen, mielőtt segítőként kezdünk a mesével dolgozni, hogy ne a saját értelmezésünket próbáljunk ráerőltetni a kliensekre. Ehhez viszont tudnunk kell, hogy mi is a saját értelmezésünk. Másrészt azért is fontos a mesét a saját életünkre vonatkoztatni, hogy a klienssel történő munka közben ne szaladjunk bele váratlanul olyan kérdésekbe, témákba, melyek érzelmi reakciót váltanak ki belőlünk.

Ezzel párhuzamosan azonban a mesét magát is elemeznünk kell, és átgondolni a kliens szempontjából a lehetséges értelmezéseket.

Boldizsár Ildikó objektív és szubjektív mesemátrixnak hívja ezt a két megközelítési módot. Az objektív mátrix elkészítésekor a mesét értelmezzük, a szubjektív mátrixban viszont saját magunkat vizsgáljuk a mese tükrében.

A Csizmás kandúr című mese objektív mátrixa:

- ❖ Ki a mese hőse? – A hős az, aki fejlődik, ez esetben a molnár legkisebb fia.
- ❖ Mi az élethelyzet? – A nincstelenségből indulva boldogulni a világban.
- ❖ Mi a mese tétje? – Képes-e a molnárlegény a macskája segítségével a képességeinek, a benne rejlő lehetőségnek megfelelő életminőséget elérni?
- ❖ Ki az ellenfél? – Az ellenfél az ogre és minden olyan tulajdonság, ami gátolja, a magasabb életminőséget elérését.
- ❖ Ki a segítő? – A Csizmás kandúr, aki leleményes, jól ismeri a gazdáját és a számára megfelelő lehetőségeket.
- ❖ Mi a megoldás? –

A Csizmás kandúr című mese szubjektív mátrixa:

- ❖ Ki vagyok én a mesében? – Lehet, hogy a molnárlegénnyel tudok a leginkább azonosulni. Ebben az esetben különösen fontos, hogy dolgozzak a mesével, hiszen hasonló kihívások előtt állhatok, mint a kliensem. De az is lehet, hogy a király vagy segítőként a Csizmás kandúr szerepe az, ami a legközelebb áll a jelenlegi élethelyzetemhez.
- ❖ Hol vagyok a mesében? – Talán már királyi minőségben élek, kiteljesedve, de az is lehet, hogy épp a folyóban fürdőzök. Egy biztos, olyan helyszínen nem lehetek, ahol az a szereplő nem járt, akivel épp azonosulok. (Például, ha az ogre vagyok a meséből, akkor nem lehetek az erdőben, ahol a nyulat elejti a Csizmás kandúr, hiszen ott nem járt az ogre.)
- ❖ Mi a feladatom ezen a helyszínen?



- ❖ Ki a saját belső ellenfelem, mit kell legyőznöm magamban ahhoz, hogy előre léphessek?
- ❖ Mi a belső segítségem, mik a saját erőforrásaim a változáshoz?
- ❖ Milyen tárgyat hoznék ki magammal a meséből?
- ❖ Mi az a konkrét dolog, ami ahhoz kell, hogy továbblépjek ebben a helyzetben?

A mese alapos átgondolása után kezdetünk el a kliensünkkel, klienseinkkel dolgozni. Amennyiben egyéni segítő folyamat keretében dolgozunk a klienssel, az a fő kérdés, hogy honnan is indul, melyik helyszínen, milyen fejlődési szinten van jelenleg. Ezt az előző beszélgetések mentén már kideríthettük, de lehet, hogy odaadjuk neki a mesét, vagy meghallgatja, és ő maga határozza meg a kiinduló állapotot.

Ezt követően a kliens értelmezésére és a korábban általunk megfogalmazott értelmezésekre támaszkodva, a segítői folyamat során – ami esetenként akár több alkalmat is igénybe vehet – menjünk végig az előzőekben, illetve a kártyákon megfogalmazott kérdéseken. Nem muszáj minden kérdéssel dolgozni, van, amelyik releváns, másik meg nem. Lehetséges, hogy új kérdések merülnek fel a kártyák kérdéseiből kiindulva, és arra haladunk tovább. A kártyákon főként kérdések találhatóak, néha azonban megoldandó feladatot is tartalmaznak.

Előfordulhat, hogy olyan témába ütközünk, ami már nem fér ennek a mesének a kereteibe. Ekkor másik mesével is folytathatjuk a munkát, és aztán később visszatérhetünk ehhez a történethez.

A folyamat célja, hogy a kliens alakítson ki hatékony szorongásoldó stratégiákat, és alkalmazza azokat, találja meg a gyökerét a szorongásainak, és szabaduljon meg tőlük.

A következőkben arra adunk javaslatot, hogy hogyan lehet csoportosan foglalkozni a fiatalokkal.



Egy lehetséges csoportfoglalkozás forgatókönyve

A mesecsoport célja: a belső képességek mozgósítása, és az akadályok elhárítása / feltérképezése, egy magasabb szintű életminőség kialakításához; vállalkozói képességek fejlesztése

A mesecsoport célzott korosztálya: 18-23 éves fiatalok (esetleg idősebbek is), aki még csak részben önállósodtak a szüleiktől

A foglalkozás időtartama: 60 perc

Résztevők száma: nem több mint 20 fő

A helyszín előkészítése

A mesecsoport helyszínét a mese hangulatának megfelelően érdemes előkészíteni. Fontos, hogy a résztvevők körbe tudjanak ülni, esetleg nem is széken, hanem párnákon. Legyen egy egyértelmű helye a beléptetésnek, ami lehet a terem ajtaja, de ha nem teremben vagyunk, vagy túl nagy a terem, akkor alakítsunk ki egy „kaput”.

Törekedjünk arra, hogy kellő, de nem túl erős megvilágítás legyen. Amennyiben vannak asztalok, azokat a terem szélén helyezjük el, az egyéni munka során még jól jöhetnek. Ha nincsenek asztalok, akkor vigyünk be rajztáblákat, mappákat, amiken a résztvevők írhatnak vagy rajzolhatnak.

A „kapu” közelében, már a téren belül, készítjük ki a szimbólumkártyákat, hogy belépéskor a résztvevők választhassanak egyet, és már a választott kártyával foglaljanak helyet. Lehetnek ezek OH kártyák, Dixit kártyák, vagy akár saját képgyűjtemény, képeslap gyűjtemény is, a lényeg, hogy különböző helyzeteket, érzéseket fejezzenek ki, és legyen belőlük legalább a résztvevők számának másfél-kétszerese, hogy mindenki tudjon választani.

Az üléshelyek által meghatározott kör közepére érdemes egy színes kendőt, esetleg virágot, vagy valamilyen, a meséhez kapcsolódó tárgyat tenni. Az Csizmás kandúr esetében ilyen lehet egy csizma, egy tarisznya, egy egér, egy vár, de akár ezek mindegyike is, vagy ha valamelyik témával kiemelten foglalkozunk, akkor az ahhoz tartozó.

A körön kívül, a csoportvezető keze ügyébe helyezjük el az egyéb kellékeket, amiket használni szeretnénk, beleértve a mesekártyákat, mesekártya-kontúrokat is.

Amennyiben a mese prezentálása videó segítségével történik, a számítógép, projektor, vászon / falfelület, hangfalak is legyenek előkészítve, és kipróbálva, hogy ne akasszuk meg a folyamatot.

Amennyiben a csoport a teremben gyülekezik, a kezdés előtt kérjünk meg mindenkit, hogy hagyja el a termet, és a szimbólumkártyákat, kendőt, tárgyakat csak akkor tegyék ki, amikor a csoport kint várakozik.



Szükséges eszközök

kendő a kör közepére, dekorációs elemek, szimbólumkártyák, írotáblák, ha szükséges, tollak, színes ceruzák, rajzeszközök, a mesedoboz-kártyák, és a kontúrok minden résztvevő számára elegendő példányban kinyomtatva.

Esetleg: számítógép, projektor, vetítövászón / falfelület, hangfalak

Forgatókönyv

(az időtartamok hozzávetőlegesek, csoportfüggőek)

Beléptetés

Időtartam: 5 perc

A csoporttagokat lehetőleg egyenként engedjük be, és mindegyiküket lássuk el a következő feladattal:

„Milyen örökséget / erőforrásokat kaptál a szüleidtől egy sikeres életpályához? Válassz egy ezt jelképező kártyát!”

Miután mindenki választott és leült, csatlakozzunk mi is.

Ráhangolódás

Időtartam: 10-15 perc

Beszéljük meg a résztvevők által választott kártyákat. Ne menjünk körbe, nem kell feltétlenül mindenkinek beszélnie a kártyájáról. Amikor már mindenki, aki szeretne volna, megosztotta a gondolatait, beszéljünk arról, mi is a tanulás, fejlődés.

A beszélgetés során tegyük fel a következő kérdéseket:

- ❖ Mit kapunk a szüleinktől? Milyen erőforrásokat, milyen akadályokat?
- ❖ Ha vannak testvéreid, ők is ugyanezzel a háttérrel indulnak? Miben hasonlítotok és különböztök a testvéreitektől?

Mesemondás

Időtartam: kb. 10 perc



Amikor elhangoztak a ráhangoló kérdésekre adott válaszok, és folytatnánk a mesével, tegyük fel a következő kérdést:

„Volt egy fiú, aki hozzátok hasonló élethelyzetben volt, kevésnek érezte a szülői örökségét, pedig épp elegendő volt. Szeretnétek hallani a történetét?”

A mesemondás lehetőleg élőszóval történjen, mert így tudjuk tartani a kontaktust a résztvevőkkel. Ha ez nem lehetséges, fel is olvashatjuk a mesét, vagy megnézhetjük közösen a filmet.

Amennyiben élőszóval mesélünk, megkérhetjük a résztvevőket, hogy csukják be a szemüket, és figyeljék a légzésüket, és amikor a csoport már fókuszált, akkor kezdjük a mesélést.

Hangszerrel (pl. koshi, kalimba, sansula) is ráhangolhatjuk a résztvevőket a mesemondásra.

A mese végén kérjük meg ismét a résztvevőket, hogy csukják be a szemüket, és – kellő időt hagyva a saját belső képek aktiválására – adjuk a következő feladatokat:

- ❖ Hozz magaddal egy színt a meséből!
- ❖ Hozz magaddal egy illatot a meséből!
- ❖ Hozz magaddal egy tárgyat a meséből!
- ❖ Nézz körül, hol jársz a mesében? Mi van körülötted, kik vesznek körül?

Feldolgozás

Időtartam: 35-40 perc

Miután mindenki visszatért a meséből, beszéljétek meg, ki mit hozott magával a meséből, milyen tájon találta magát? Nem kell mindenkinek válaszolnia, önkéntesen szólhat meg, aki szeretne. A helyszínek esetén rákérdezhetünk a résztvevőknél, hogy mi is ott a feladat.

Közben, ahogy adódik, beszéljünk a Csizmás kandúrról. Milyennek látják ők a Csizmás kandúrt? Miben szimpatikus, miben nem? Hogyan ítélik meg a tetteit? Milyen képességei vannak, amivel sikerre viszi a Molnárlegény útját? A csizma a mobilitás, a tarisznya az erőforrások jelképe.

Ezt követően rakjuk ki a rajzeszközöket és táblákat, és osszuk ki a kontúrokat, adjunk pár percet az egyéni munkára. Elsőként magát a Csizmás kandúrt kapják meg a résztvevők.

A feladat – összeírni, hogy kinek milyen erőforrásai vannak a tarisznyájában, milyen „csizmás kandúri” képességei vannak, amikre tud építeni, és milyen tulajdonságokat, kell még megszereznie.

Rövid egyéni munka után – közben folytathatják tovább a rajzolást, írást – felajánljuk a lehetőségét, hogy aki szeretné, ossza meg, amit összeírt, esetleg párban, kiscsoportban megoszthatják egymással.

A második téma a legyőzendő ogra. Ezt a kontúrt is adjuk ki, és színezés, írás közben beszélgetünk.

Itt a következő témákról lesz szó:



- ❖ Milyen tulajdonságai vannak az ogrének? Miért lehet nagy kastélya és sok földje?
- ❖ Mi okozza a vesztét? Miért tudja legyőzni a Csizmás kandúr?
- ❖ Milyen hasonló tulajdonságaink lehetnek, melyek segíthetnek a siker elérésében, de akár akadályozhatnak is? Mitől leszünk elbizakodottak?
- ❖ Vajon tényleg magabiztos az ogré? Mit jelent, ha valaki túlságosan magabiztosnak mutatja magát?

Rövid egyéni munka után – közben folytathatják tovább a rajzolást, írást – kinyithatjuk a lehetőségét, hogy aki szeretné, ossza meg, amit összeírt, esetleg párban, kiscsoportban megoszthatják.

Végül a harmadik, utolsó téma a kastély. A kastélykontúr kerül kiadásra.

A kastély jelképezi azt a helyszínt, ahova el akarunk érni, amit szeretnénk megszerezni. Kinek micsoda ez a kastély? Milyen otthont, munkát keres magának? Miket kell ehhez meglépni?

Rövid egyéni munka után – miközben még folyhat tovább a rajzolás, írás – felajánljuk a lehetőségét, hogy aki szeretné, ossza meg, amit összeírt. Ekkor – a csoportmunka vége felé – már nem érdemes párban vagy kiscsoportban dolgozni, és a téma is olyan, hogy jobb, ha mi is részt veszünk a diskurzus alakításában.

Kiléptetés

Amikor az idő lejár, lesz még, aki rajzol, színez, dolgozik. Azzal zárjuk le a foglalkozást, hogy a következő pár percben mindenkinek ki kell lépnie a mese teréből. Te kiállsz a kapuba, és ott egyenként fogadod, aki elkészült.

Megkéred, hogy – ha szeretné – mutassa meg a kastélyát, és kérdezd meg, mi a következő lépés, mit fog tenni azért, hogy megszerezze magának a saját kastélyát?