



Szerencsét próbálni – Karrierfelkészülés és életnavigáció a mesék segítségével

Használati útmutató a Mesekártyákhoz

Aminbég

Baskír népmese

Szerző: Suhajda Éva Virág

Szakmai lektor: Boldizsár Ildikó

Illusztráció: Kunt Anna



**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 – Aminbég.....	3
Mesekalauz.....	7
Merre indulj, ha önállóan dolgozol a mesével?	10
A mese szereplői	10
A mese helyszínei	11
Merre indulj, ha segítőként dolgozol a mesével?	14
Egy lehetséges csoportfoglalkozás forgatókönyve	16



A mese – Aminbég

Élt egyszer, réges-régen, egy messzi-messzi országban egy öregember meg egy öregasszony. Volt egy fiuk, Aminbégnak hívták. Az öregek mindenáron kereskedőt akartak nevelni Aminbégből, de annak egy csöpp kedve sem volt hozzá, inkább a tudomány, a művészet felé húzta a szíve.

Telt-múlt az idő, s amikor a fiú tizenhat éves lett, a szülei adtak neki száz aranyat, és elküldték, hogy messzi városokban tanulja meg mindazt, amit egy jó kereskedőnek tudnia kell.

Aminbég útnak indult. Addig ment, mendegélt míg egy nagy városba nem ért. Egy fogadóban töltötte az éjszakát, és elalvás előtt azon töprengett, hogy mihez is fogjon, mit is tanuljon. Másnap reggel, amikor felébredt, hallja ám, hogy az ablaka alatt ezt kiabálja valaki:

– A város végén lakik egy százesztendőös öregember! Aki írni akar tanulni, menjen el hozzá, megtanítja!

Nagyon megörült Aminbég, ment is nyomban az öreghez, s megegyezett vele, hogy az száz aranyért egy esztendő alatt megtanítja írni. Így is lett. Egy év múlva Aminbég olyan gyönyörű szép gyöngybetűkkel tudott írni, hogy csodájára jártak! De nemcsak hogy szépen írt, de olyan ügyesen is, hogy hajszál pontosan tudta utánozni bárki keze írását.

Akkor fogta magát, hazament öreg szüleihez, és elmesélte, mit is tanult. Az öregek igen búsultak, amikor megtudták, hogy Aminbég nem tanulta ki a kereskedést. Megint száz aranyat nyomtak a kezébe, és a lelkére kötötték, hogy tanulja meg, amit elmulasztott.

Aminbég hát megint felkerekedett. Estére egy másik nagy városba ért, elment egy fogadóba, és azon töprengett, most aztán mihez kezdjen. Reggel, amikor kinézett az ablakon, megint kiabálást hallott:

– Aki sakkozni akar tanulni, menjen a vörös szakállú emberhez, aki a város közepén lakik!

Ez az! Nagyon megörült Aminbég, ment is nyomban a vörös szakállúhoz. Meggyezett vele, hogy az száz aranyért egy esztendő alatt megtanítja sakkozni. Így is lett. Mire az esztendő letelt, Aminbég úgy tudott sakkozni, hogy a leghíresebb játékosokat is legyőzte.

Újra hazafelé indult, és beállított szüleihez, akik ismét nagyon csalódottak lettek. Nagyon megszidták, amiért verejtékkal szerzett aranyait haszontalanságra költötte. Végül azonban megint adtak neki száz aranyat, és elküldték, hogy most már tényleg tanulja ki a kereskedés fortélyait.

Aminbég, mint előző útjain, estére megint egy nagy városba érkezett, elment egy fogadóba, és lefeküdt aludni. Reggel, amikor kilépett az utcára, egy embert látott, aki fennhangon hirdette:

– Aki hegedülni akar tanulni, menjen a muzsikáló emberhez! Ott lakik a piactéren!



Fellelkessedett Aminbég! Tüstént elment a muzsikáló emberhez, és száz aranyért tanítványául szegődött. Egy esztendő múlva olyan csoda szépen tudott hegedülni, hogy még maga a mester is csodálta. Aminbég akkor útra kelt, hazament a szülői házba.

Most már nagyon megharagudtak az öregek, amikor megtudták, hogy a fiuk megint csak haszontalanságra költötte a drága pénzt. Szégyellték a szomszédok előtt is, hogy ilyen semmirekellő gyermekük van. Nem is maradtak tovább a falujukban, felszedelőzködtek és elindultak, hogy egy másik faluban telepedjenek le. Útközben megéheztek, kenyeret akartak venni. Igen ám, de egy lyukas garas nem sok, annyi se volt a zsebükben. Szidták Aminbéget, mint a bokrot:

– Te vagy az oka minden bajunknak, miattad költöztünk el a falunkból, miattad nincs egy árva garasunk! – mondták, aztán eladták Aminbéget egy arra haladó karavánnak.

A karaván csakhamar egy sivatagba ért, ahol egy csepp vizet se találtak. Végül egy régi kúthoz értek. Az emberek kötelet kötöttek egy vödörre, leeresztették a kút fenekére, de bizony egy gyűszűnyi nem sok, annyi vizet se leltek benne.

– No, fiú, próbáld meg, neked tán több szerencséd lesz! – mondta Aminbégnek a karavánmester.

Kötelet kötöttek Aminbég derekára, és lebocsátották a kútba. A fiú leért, körülnézett, de vizet bizony ő sem talált. Hanem látott ott egy nagy követ, ami alól gyöngye fény szűrődött ki. Felemelte a követ, hát majd megvakult a nagy csillogás-villogástól! Egy nagy gödör volt a kő alatt, színültig tele arannyal. Nem sokat gondolkodott, megtöltötte a vödört, és felkiabált, hogy húzzák fel a kincset. Az emberek odafenn nagyon megörültek az aranynak, és újra leeresztették a vödört. Amikor aztán az utolsó szem arany is elfogyott, Aminbég rákötötte magát a kötel végére, és felkiáltott az embereknek, hogy húzzák fel. Azok odafenn tanakodni kezdtek.

– Ha felhúzzuk – mondták –, magának követeli majd az egész kincset.

Elvágta hát a kötelet, és a szegény fiú visszazuhant a kút fenekére. Egy darabig kábultan hevert odalent, mivel alaposan megütötte magát, aztán azon törte a fejét, hogyan szabadulhatna ki a mély börtönből. Ahogy tapogatni kezdett a sötétben, súlyos vaslapba ütközött a keze. Felemelte, hát egy zezugos folyosó nyílt előtte. Bátran elindult rajta, és csakhamar tágas terembe ért. A terem sarkában a Kutak Szelleme üldögélt nagy szomorúan, mert olyan beteg volt, hogy már jártányi ereje se maradt.

A fiú odalépett hozzá, és meghajolt előtte. A Szellem mérgesen ráfordult, Aminbég azonban nem ijedt meg tőle. Észrevett a sarokban egy hegedűt, és megkérte a Kutak

Szellemét, hogy a kezébe vehesse. Aztán játszani kezdett rajta, de olyan gyönyörűségesen, hogy a Kutak Szelleme egy szempillantás alatt meggyógyult tőle.

– Hogy kerültél ide, fiú? – kérdezte barátságosan Aminbégtől.

Aminbég elmesélte neki, hogyan bántak el vele a kapzsi kufárok.

– Meggyógyítottál, nem leszek hálátlan – mondta a Szellem.

Azzal a hátára kapta a fiút, és hipp-hopp, már fenn is voltak a felszínen. A Szellem ott egy ösvéért adott Aminbégnek, és útjára bocsátotta.

Aminbég csakhamar utolérte a karavánt, és mit volt mit tennie a sivatagban, hát újra csatlakozott hozzájuk. Mikor a karavánmester meglátta a holtnak hitt fiút, gyorsan írt egy levelet a feleségének, és előre küldte vele a fiút. Aminbég útnak indult, de már gyanakodott, s amikor a karaván eltűnt a szeme elől, felbontotta a levelet. Ez állt benne:

„A fiút, aki ezt a levelet viszi, ölesd meg és ásd el, hogy senki meg ne találja!”

Nem ijedt meg Aminbég, összetépte a levelet, és másikat írt helyette, hajsza! pontosan utánozva a karaván gazdájának keze írását:

„A fiút, aki ezt a levelet viszi, fogadd házukba, etesd, itasd; bánj vele jól, míg visszatérek!”

Az asszony elolvasta az ura levelét, bevezette a házba a fiút, megetette, megittatta, ellátta minden jóval. Éjjel, amikor Aminbég kitekintett az ablakon, látta, hogy az egész város alszik, csak egy nagy ház ablakai világosak.

– Miért ég abban a házban éjjel is a mécses? – kérdezte az asszonytól.

– Ott lakik a város ura. Nagyon szeret sakkozni, biztosan most is sakktáblája mellett ül. Azt mondják, aki legyőzi a játékban, annak átadja a hatalmát és minden vagyonát.

Alighogy megvirradt, Aminbég már ott is volt a város uránál.

– Mit kívánsz, barátom? – kérdezte tőle a város ura.

– Azt hallottam, nagyon jól tudsz sakkozni, és még senki sem győzött le téged. Azért jöttem, hogy játsszak veled, hátha szerencsém lesz!

– Jól van – felelte a város gazdája. – Ha legyőzöl, tiéd a hatalmam és minden vagyonom, de ha én győzök, a fejedet vétetem.

– Jól van, legyen így – felelte bátran Aminbég.

Leültek játszani. Aminbég három játszmát nyert meg egymás után. Akkor így szólt hozzá a város ura:

– Öreg vagyok már, belefáradtam a kormányzásba. Olyan embert kerestem, aki méltó utódom lesz a város élén. Most megtaláltam.



Aminbég elfoglalta az öregember helyét, és megkapta minden vagyonát.

Közben megérkezett a karaván, és a gazda visszatért a feleségéhez.

– No, asszony, megtetted-e, amit a levelemben parancsoltam?

– Hogyne tettem volna! – felelte az asszony. – Etettem, itattam a fiút, akit küldtél, úgy bántam vele, mint tulajdon édes fiammal!

– Ó, te balga teremtés! Hát mit írtam én neked? Add csak a levelemet, majd én elolvasom neked, ha már te nem tudsz olvasni! – kiabált a karaván gazdája.

Az asszony odaadta a levelet. Az ura alig akart hinni a szemének. Ez volt a levélben: „A fiút, aki ezt a levelet viszi, fogadd a házukba, etesd, itasd, bánj vele jól, míg visszatérek!”

A karaván gazdája azt se tudta, hová legyen dühében.

– Hol van ez az átkozott fickó?! – kérdezte.

– A palotában. Ő lett a város új ura – válaszolta az asszony.

Nemsokára megérkeztek a városba a fiú szülei is. Hej, de megörültek, amikor meglátták Aminbéget a fényes palota erkélyén! Szánták-bánták már, hogy kereskedőt akartak csinálni belőle! Ember lett az így is, de még milyen hatalmas úr! Tudományra szomjazott, s el is érte, amit akart.

Aminbég, miután a város ura lett, iskolákat építtetett. Mindenkiből tanult és művelt ember vált abban a városban. Aminbég híre pedig elterjedt az egész világon.

(Boldizsár Ildikó: Mesék a felnőtté válásról c. könyvéből)

Mesekalauz

A felnőtt élet kezdetén mindannyian úgy lépünk ki a nagybetűs Életbe, mint Aminbég: felszerelve saját vágyainkkal, szülői és környezeti elvárásokkal, és több-kevesebb erőforrással. A kérdés, mindannyiunk nagy kérdése, hogy mit is kezdjünk ezekkel?

Merre induljunk? Tanuljunk valami olyat, ami valószínűleg jól fizető munkához juttat? Hallgassunk a szüleinkre, a környezetünkre, és aszerint válasszunk? Vagy olyannal foglalkozzunk inkább, amit fontosnak tartunk? Egyáltalán, milyen tudásra, felkészültségre lesz szükségünk a későbbi boldoguláshoz?

Aminbég végül – a mese nem mondja el, milyen szájízzel – a szívére hallgat. Szülei háromszor is nekiveselkednek, hogy kereskedőt neveljenek belőle, ám ő mind a háromszor inkább a kínálókozó lehetőséget választja, és azzal foglalkozik, ami érdekli. Ha megnézzük, miket tanul, egyfajta szabad bölcsészet alapképzés juthat eszünkbe, egymáshoz látszólag nem illeszkedő képességekkel és készségekkel.

Ne ítéljük el túl gyorsan a szülőket sem, ők feltehetően a legjobbat akarták a fiúknak, és újra és újra biztosították számára az erőforrásokat, hogy a „megfelelő” irányba indítsák el. Ám bármennyire támogató is egy szülői háttér, a valóban megfelelő irányt a szülők nem jelölhetik ki a gyerekek számára. Az önállóvá válás, felnövekedés egyik legfontosabb lépcsője, amikor a szülői elvárásoktól szükség esetén el is távolodva, a saját utunkat kezdjük járni.

A mese elején azonban Aminbégről még nem mondható, hogy igazán tudatosan cselekedne. Nem tudja, hogy mit akar, és arra indul, amerre érdekes lehetőség nyílik. Azon, hogy a tanultakat miként és hogyan tudja majd hasznosítani, nem igazán gondolkodik. Ahhoz, hogy az életének valóban az ura, sorsának irányítója lehessen, ennél többre lesz szükség, és ez a mese épp erről szól.

Aminbég újra és újra hazamegy, otthonról vár – és kap is! – támogatást, egészen addig, míg a szülők be nem sokallnak. Felrémlik előttünk egy akár harminc éves koráig is egyik egyetemről a másikra átjelentkező, a szülők által eltartott „twentyager” képe. Radikális lépésre van hát szükség: Aminbéget eladják a karavánnak.

Mielőtt beleragadnánk ennek a képnek a kegyetlenségébe, hiszen itt úgy tűnik, a szülők rabszolgának adják el a gyereküket, álljunk meg egy pillanatra, és a mese saját szimbolikáját, helyzetét figyeljük meg. A középkorban kifejezetten elterjedt módja volt a gyerekek taníttatásának, hogy segédként valaki mellé adták, akár pénzért is, ahol kitanulhatta a mesterséget, és végül kiválthatta magát. A mese maga is elárulja, hogy nem valódi rabszolgaságról van szó, hiszen akkor a karavánmester nem félt volna attól, hogy a talált aranyból Aminbég a részét kéri.



Mit jelképezhet a karaván? Milyen lépést kellett Aminbégnek megtennie? Élethelyzetünktől függően sok minden lehet az a karaván, aminek a részévé válunk. A karaván valamilyen cél felé halad, és a túlélést biztosítja a sivatagban. Aminbégnek pont erre volt szüksége, valamilyen irányra, ahol a tanultakat hasznosítani tudja. A karaván lehet egyfajta munkahely, ahol a túlélésért (fizetés) együtt dolgoznak emberek valaki másnak a céljaiért. De mi történik, ha a karavánban, munka közben aranyat találsz?

Aminbég fiatal és naiv, ezért gondolkodás nélkül megbízik a társaiban, és megosztja velük az aranyát. „Jutalma”, hogy elvágják a kötelet, és a kút mélyén találja magát, egyedül.

A karavánmester lehet egy külső ellenfél is, de – mivel egy mesében valójában minden bennünk játszódik le – érdemes megvizsgálni, hogy milyen belső akadályokat jeleníthet meg.

A naivitás, a túlzott bizalom, a kritikai gondolkodás hiánya nagy probléma. A legtöbben átesünk azon a csalódáson, amikor életünkben először megéljük, hogy becsapnak, kihasználnak, vagy szimplán csak keresztülnéznek rajtunk. Az aranyunk kell, nem pedig mi.

A mesének itt van a fordulópontja. Aminbég fizikailag és lelkiileg is a mélyben találja magát. De vajon van-e elegendő erőforrása ahhoz, hogy felküzdje magát, és talpra álljon? Ehhez meg kell változtatnia a gondolkodását, és Aminbég ezt meg is teszi: elkezd körbetapogatni, és megtalálja az utat, amerre elindulhat.

A Kutak Szellemével találkozik, aki maga is depressziósan ücsörög a sötétben. Aminbég megtehetné, hogy csak lerogy mellé, és túri annak (saját magának?) a nem túl kedves hozzáállását, de inkább körülnéz, és végre hasznosítani kezdi, amit megtanult.

A hegedű a zene, a művészetek, a kreativitás szimbóluma. Az alkotás jó eszköz lehet a gödörből való kimászásra, önmagunk megtalálására. Sikerral is jár Aminbég: nem csupán kijuttatja a kútból az öreg szellem (vajon ő mit vagy kit jelképezhet az életünkben, milyen belső és külső erőforrások képesek minket kiemelni a mélyből?), de egy öszvérrel is ellátja.

Aminbég, hiszen még mindig a sivatag közepén van, újra csatlakozik a karavánhoz, de már nem naiv, és a karavánmester következő ármánykodását kivédi, immáron a másik készségének, az írás és olvasás képességének a hasznosításával. Mit is jelképezhet az írástudás? Talán a kritikai gondolkodást, az alapvető informáltságot, a döntésekhez szükséges információ összegyűjtésének és hasznosításának a képességeit.

Immáron jobb körülmények közé keveredve – a karavánmester saját otthonában vendégeskedve – eljön az ideje, hogy Aminbég az életének az urává váljon, és ezt a sakktudását felhasználva éri el. A sakk – az összefüggések átlátásának, a rendszerek értelmezésének, a stratégiai gondolkodásnak, az előrelátásnak a képessége – fontos eszköz mindehhez.



A karavánmester jelentette fenyegetés elhalványul, és végül megérkezik a várva várt szülői elismerés is a mese végére.



Merre indulj, ha önállóan dolgozol a mesével?

Egy mese segítségével önmagunkon dolgozni izgalmas feladat, de egyáltalán nem egyszerű. A mesékben a végére helyreáll a rend, a mese hőse bejár egy utat, és ezen keresztül fejlődik.

Ez a mi feladatunk is, a mese fordulatait és „kódjait” a saját életünkre értelmezve meg kell találnunk azokat a lépéseket, amelyeket megtéve, a saját életünk uraivá, úrnőivé válhatunk.

Mikor elkezdünk dolgozni önmagunkon az Aminbég című mese segítségével, először hallgassuk meg vagy olvassuk el a történetet, majd dőljünk hátra, és hagyjuk, hogy átjárjon bennünket a mese hangulata! Csukjuk be a szemünket, és idézzünk fel egy ízt, egy illatot, egy képet a meséből! Mi az, amit átélnénk a történetből, ha tehetnénk? Vajon a mese helyszínei között éppen hol járunk, és milyen szerepben vagyunk?

Ezt követően fogjunk egy ceruzát, és a kártyákon vagy itt a szövegben megfogalmazott kérdésekre írjuk össze a válaszainkat! Azokkal a kérdésekkel foglalkozunk, amelyek a leginkább érintenek minket! 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 segítőinkkel.

Mégis milyen módon történik ez? Valószínűleg valamelyik szereplő, helyszín, vagy tárgy megragadja a képzeletünket. Az egyes mesei elemek nem feltétlenül ugyanazt jelentik mindenki számára. Amikor magunkon dolgozunk a mesével, önmagunkra vonatkoztatjuk a helyzeteket, karaktereket stb., melyek a mesében megjelennek.

A mese szereplői

Amennyiben mi is önálló életünket elkezdő fiatalok vagyunk, mint Aminbég, az a legvalószínűbb, hogy vele tudunk leginkább azonosulni. Végül is ő a mese hőse. De ha segítőként fordulunk a meséhez, mert a későbbiekben szeretnénk a klienseinkkel használni, az is lehet, hogy valamelyik segítő szereplőben, a mester, a Kutak Szelleme szerepében, vagy talán a Város Uraként látjuk magunkat. Még az is lehet, hogy az elvárásokkal teli, csalódott szülő szemszögéből szemléljük a történetet.

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

❖ A szülők kártyája a családi háttérre utal. Érdekes elgondolkodnunk azon, mi mit hozunk a saját családukból, illetve szülőként – ha ebben a szerepben látjuk magunkat a mesében – milyen örökséget adunk át, milyen nyílt és rejtett elvárásokat kaptunk és adunk tovább utódainknak.

❖ A mesterektől Aminbég különleges tudást szerez, sőt meg is haladja egyik-másik mesterét. Amennyiben mi is tanárok vagyunk, a kérdés, miként viszonyulunk ahhoz, amikor a tanítvány túltesz a mesterén? Fiatalként pedig azon érdemes elgondolkodnunk, mi hajt minket, hogy meghaladjuk mestereink, elődeink tudását? Egyáltalán mit jelent az, hogy túlteszünk a mesteren? Elérni vagy meghaladni szeretnénk valamilyen szakmai vagy egyéb eredményt? Az is fontos kérdés, kik azok, akiktől sokat kaptunk, és milyen olyan jellemvonásaik vannak, amelyek miatt azonosulni szeretnénk velük? Ezekből mi az, ami bennünk is megvan?

❖ A Kutak Szelleme a mélyben lakik, és a mai szóhasználatnál kissé kiégettnek, letörtnek, céltalannak mondanánk. De van egy hegedűje, aminek a segítségével Aminbég meggyógyítja őt, majd a szellem felemeli a mélyből, és erőforrással látja el Aminbéget. Mit tud a Kutak Szelleme? Mi az a képesség, az az erőforrás, amit mozgósítani tudunk magunkban, hogy nehéz helyzetekből is kilábaljunk?

❖ A mesében a fő ellenség a karavánmester. Ő az, aki kihasználja Aminbég naivitását, és aki el akarja pusztítani. Amikor erre a karakterre fókuszálunk, azt a belső akadályt keressük, ami „letaszít” minket a kút mélyére, ami miatt nem tudunk érvényesülni, ami akadályoz minket a céljaink megfogalmazásában és elérésében. Lehet, hogy az önbizalomhiány, vagy épp a halogatás. Ő az, aki a levelet írja, ami meghatározza (vagy legalábbis próbálja meghatározni) Aminbég sorsát, vagyis a gyermekkori szocializációt szimbolizálja. Ha a karavánmesterrel dolgozunk, azokat a belső tényezőket, örökölt, kapott mintákat, saját viselkedésünk azon elemeit kell végiggondolnunk, amelyek céljaink elérésében akadályoznak minket.

A mese helyszínei

Az is kérdés, hogy mi hol tartunk, a mese melyik helyszínén járunk? Minden helyszínnek megvannak a maga feladatai, ezeket el kell végeznünk ahhoz, hogy a következő helyszínre érkezzünk.

❖ Az első helyszín a szülői ház. Itt többször is járunk, vissza-visszatérünk, de a végső cél az elszakadás, a függetlenedés. Innen kapunk erőforrásokat, de innen kapunk, kaphatunk túlzott elvárásokat, nyomást is, a szülői ház sokszor feszültségnek is forrása. A kérdés az, hogy meg akarunk-e felelni ezeknek az elvárásoknak? Képesek vagyunk-e a gyermekkori otthon biztonságát lecserélni a bizonytalanra, azért hogy önállósulhassunk?



❖ A második (és majd még néhányszor ismétlődő) helyszín a város, a tanulás színtere. Itt Aminbég „csak” tanul. Melyek a mi tanulásunk színhelyei? Mit tanulunk, honnan és kitől? Azt tanuljuk, amit elvárnak tőlünk, vagy amit szeretnénk? Látjuk-e az értelmét a tanulásnak? Vajon képesek vagyunk-e hasznosítani mindazt a tudást, amit gyűjtünk, gyűjtöttünk? Sok kérdés merül fel a tanulással kapcsolatosan.

❖ A következő helyszín a karaván. Sok mindent jelképezhet a karaván, általában olyasmit, amit azért csinálunk, mert muszáj. Magát az iskolát is megélhetjük karavánként, vagy egy munkahelyet. Megesik, hogy úgy érzed, eladtad magad a biztonságért, túlélésért? Vajon mi az, amit tanulhatsz ebből a helyzetből? Miért éri meg a karavánnal maradni? Miért éri meg visszatérni a karavánhoz? Miért vannak a karavánnal, akik ott maradnak?

❖ Az életünkben többször kerülünk a kút mélyére. A mesékben a föld alatti helyszínek nem csupán az érzelmi mélypontot képviselik, önmagunkról, a saját belső mélységünkről is ott tanulunk. Ha a kútban vagyunk, hogyan és miért jutottunk oda? Mi vágta el a kötelünket? Mi az, ami rajtunk múlik, amin mi tudunk változtatni? Mit tehetünk a kút mélyén? Hogyan lehet onnan kijutni? Érdemes a saját „antidepresszáns terápiánkat” olyankor összeállítani, amikor még nem vagyunk a kút mélyén, így ha odakerülünk, van mihez nyúlni.

❖ A karavánban nekünk szánt sorson változtattunk, de ezen túl mindannyian hozunk magunkkal egy „sorskönyvet” is, a saját szocializációnkat, amely irányít minket, valamilyen sorsot szán nekünk. Ez állhat a szüleink által talán ki sem mondott, csak sugallt elvárásokból, a környezetünk hatásából, a hozott értékrendből, hagyományokból, viselkedési mintákból. Ahhoz, hogy a saját utunkat járjuk, képesnek kell lennünk „elolvasni”, tudatosítani ezeket a sors-üzeneteket, és újra kell írunk őket. Mi az, ami meghatározza a cselekedeteinket? Mi az, amit ezekből megtartunk, és mi az, amitől megszabadulnánk?

❖ A karavánmester háza – pontosabban a feleségének a háza – fontos hely. Itt pihen meg Aminbég, és gyűjt erőt az utolsó nagy feladatra. Számodra mi az a hely, ahol megpihenhetsz és erőt gyűjthetsz? Hogyan tudsz kikapcsolódni? Mitől érzed magad biztonságban? Hogyan kapod meg azt a törődést, amit Aminbég a karavánmester feleségétől kapott?

❖ A végső helyszín a Város Urának palotája. Ez a mesében bejárt út célja, és egyben ez minden embernek is a célja – a saját életünk urává válni. Érdemes átgondolnunk, hogyan is néz ki ez a palota? Milyen az az élet, amelyet élni szeretnénk? Merre tartunk? Milyen lépéseket kell ahhoz tennünk, hogy ezt elérjük? Mekkora kockázatot kell vállalnunk? (Aminbég a fejét kockáztatta, de bátran tehette, hiszen volt olyan tudása, amire építhetett.)

A mesében megjelenő tárgyak is segíthetnek. Ezek olyan erőforrásokat jelképeznek, melyek segíthetnek a mese feladatának megoldásában. A következőkben lehetséges értelmezéseket fogalmazunk meg, de adott helyzetben, saját értelmezés alapján, az egyes tárgyak teljesen más tartalommal is feltölthetnek.

❖ Ebben a mesében az első tárgy, ami megjelenik, a szülőktől kapott száz arany. Nekünk milyen aranyat adtak a szüleink? Érdemes átgondolni, mi az az előny – nem csupán anyagi, tárgyi dolog lehet –, amit a szülőktől kaptunk, a szülői házból viszünk magunkkal. Lehet ez az olvasás szeretete, a társaság, kapcsolatok, és még ezer más. Gondoljuk végig!

❖ A második tárgy a pergamen és a penna – az írás-olvasás eszközei. Amikor Aminbég hasznosítani kezdi ezt a tudást, kiderül, hogy számára ez a feladott naivitás, a kritikai gondolkodás, a jólinformáltság jelképe. Mi hogyan állunk ezekkel az alapvető készségekkel? Használjuk-e a tudásunkat, hogy megfelelően tájékozottá váljunk, hogy ne lehessen ellenünk fordítani az információkat, sőt még hasznát is hozzanak? Mik azok a képességek, mi az a tudás, amit ehhez meg kell szerezniünk?

❖ A következő tárgy a sakk. A stratégiai gondolkodás jelképe. A sakkozás sikeréhez az kell, hogy egyben lássuk a képet, megértsük, mi miért történik, és mi mire van befolyással. A kérdés itt az, hogy mennyire vagyunk képben a körülöttünk levő világ működéséről? Mennyire gondolkodunk rendszerben?

❖ Végül az utolsó tárgy a hegedű. Utolsónak tanulja meg használni Aminbég, bár kezdettől fogva erre vágyik, hiszen már a mese elején megtudjuk, hogy a művészetek érdeklik. Érdekes módon, végül ezt a képességét hasznosítja először. A hegedű jelképezheti a művészeteket, a kreativitást, az alkotóképességet. Mi hogyan állunk ezekkel a képességekkel? Mit szeretünk alkotni? Miből fakad az alkotóerőnk? Mi az a képességünk, ami feltölt és erőt ad, hogy kilábaljunk a mélypontról?

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. Néha évek telnek el, mire képesek leszünk az életünk urává válni. Egyelőre annyi a feladat, hogy megfogalmazzuk az oda vezető lépéseket, és időnként ellenőrizzük, hogy jó irányba haladunk-e, akár a karavánnal tartva, akár a szellemtől kapott öszvér hátán poroszkálva.



Merre indulj, ha segítőként dolgozol a mesével?

Amikor segítőként szeretnénk dolgozni a mesével, az első lépés, hogy magunkkal is 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 lehetséges értelmezéseket a kliens szempontjából is.

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

Az Aminbég mese objektív mátrixa:

- ❖ Ki a mese hőse? – Az a hős, aki fejlődik, ez esetben Aminbég.
- ❖ Mi az élethelyzet? – Egy életkezdési mesével találkozunk.
- ❖ Mi a mese tétje? – A fő kérdés, hogy Aminbég képes-e hasznosítani a tudását, újraírni a sorsát, és önállóvá (a maga urává) válni?
- ❖ Ki a segítők? – A mesterek, és a tőlük kapott tudás, a Kutak Szelleme, akinél a tudás alkalmazása fordulópontot jelent (az ő és Aminbég életében is).
- ❖ Ki az ellenfél? – Aminbég naivitása, önbizalomhiánya és céltalansága, illetve a már megírt „sorskönyve”.
- ❖ Mi a megoldás? – Kezdje el használni megszerzett képességeit és bízson magában.

Az Aminbég mese szubjektív mátrixa:

- ❖ Ki vagyok én a mesében? – Lehet, hogy segítőként Aminbéggel azonosulok, de lehet, hogy egy másik karakterrel.
- ❖ Hol tartok a mesében? – Lehet, hogy már önmagam ura vagyok, de lehet, hogy én is küzdök azzal, hogy rengeteg új dolgot tanulok, amit aztán nem alkalmazok, nem hasznosítok. Vagy lehet, hogy a kút mélyén vagyok magam is.
- ❖ Mi a feladatom ezen a helyszínen?



- ❖ Mi akadályoz, mit kell legyőznöm, hogy továbbléphessek?
- ❖ Mi a belső segítségem, milyen erőforrásaim vannak 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 találhatók, néha azonban megoldandó feladatot is tartalmaznak.

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

A folyamat célja annak megfogalmazása, hogy milyen az a „város”, amelynek az urává szeretne válni a fiatal, és milyen lépések vezetnek oda: milyen tudást kell megszereznie, és hogyan kell azt alkalmaznia. Ebben fontos feladat a „sorskönyv” újraírása – az előre megírt sors feltérképezése, és tudatos megváltoztatása.

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



Egy lehetséges csoportfoglalkozás forgatókönyve

A mesecsoport célja: a belső erőforrások feltérképezése és mozgósítása, az életünk feletti irányítás átvételére való felkészülés, a belső motivációk mozgósítása

A célcsoport: 18-23 éves fiatalok (esetleg idősebbek is), akik még csak részben önállósodtak

A foglalkozás időtartama: 60 perc

Résztvevők száma: legfeljebb 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 ne túl erős megvilágítás legyen. Amennyiben vannak asztalok, azokat a terem szélén helyezzük 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, készítsük 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 ülőhelyek által meghatározott kör közepére érdemes egy színes kendőt, esetleg virágot, vagy valamilyen, a meséhez kapcsolható tárgyat tenni. Az Aminbég esetén ez lehet egy hegedű, sakk, pergamenek, pennák – akár az összes is, vagy ha valamelyik témával kiemelten foglalkozunk, akkor, akkor annak a szimbóluma.

A körön kívül, a csoportvezető keze ügyébe helyezzük 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 már kint várakozik.

Szükséges eszközök:

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

Esetleg számítógép, projektor, vászon / falfelület, hangfalak

Forgatókönyv

(az időtartamok hozzávetőlegesek, csoportfüggőek)

Beléptetés:

Időtartam: 5 perc

A csoporttagokat lehetőleg egyenként engedjük be, és adjuk nekik a következő feladatot:

„Mit jelent számodra a tanulás? Válassz egy kártyát, ami kifejezi ezt, majd ezzel a kártyával foglalj helyet.”

Amikor mindenki választott és leült, csatlakozzunk mi is.

Ráhangelódás

Időtartam: 10-15 perc

Beszéljük meg a résztvevők által választott kártyákat! Ne menjünk körbe, nem kell feltétlenül mindenkinek beszélnie a kártyájáról, de adjunk elég időt annak, aki szeretne. Beszélgessünk arról, mi is a tanulás, fejlődés!

A beszélgetés során tegyük fel a következő kérdéseket:

Volt már olyan, amit örömmel tanultál, de mások – esetleg a szüleid – nem tartottak hasznosnak? Mi történt? Milyen érzés volt?

Mesemondás

Időtartam: kb. 10 perc

Amikor rátérnénk a mesére, tegyük fel a következő kérdést:

„Volt egyszer egy fiú, hasonló élethelyzetben. Szeretnétek hallani a történetét?”



Az a legjobb, ha a saját szavainkkal meséljük el a történetet. Ha ez gondot okoz, akkor meghallgathatunk egy felvételt, megnézhetünk egy kisfilmet, vagy felolvashatjuk a történetet papírról.

Amennyiben előszóval mesélünk, kérjük meg a résztvevőket, hogy csukják be a szemüket, lazítsanak, figyeljék a légzésüket, és amikor a csoport már kellőképpen fókuszált, akkor kezdjük el 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 most a mesében? Mi van körülöttem, kik vesznek körül?

Feldolgozás:

Időtartam: 35-40 perc

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

Ezt követően rakjuk ki a rajzeszközöket, a táblákat, adjuk ki a kontúrokat, és hagyjunk időt az egyéni munkára.

A kontúrok közül elsőként a hegedűt adjuk ki. Aminbég először a hegedülés képességét használta.

Hegedű kártya: Beszélgessünk el arról, mit jelképezhet a hegedű? Kérjük meg a résztvevőket, hogy díszítsék ki a kiadott hegedűt, és írják össze, milyen tevékenységek, időtöltések inspirálják, töltik fel őket?

Rövid egyéni munka után – miközben a többiek folytathatják tovább a rajzolást, írást – lehetőséget adhatunk rá, hogy aki szeretné, ossza meg, amit írt.

Otthoni egyéni munkának kiadhatjuk az *Önmagunkra hangolódás kártyát*.

A második képesség, amit Aminbég felhasznált, az írástudás, és a „sorskönyv” újraírása.

Itt a következő témákról beszélgethetünk:

Pergamen kártya: Mit jelképezhet az írni- és még inkább az olvasni tudás? Mennyire vagyunk kritikusak azzal kapcsolatban, amit olvasunk, hallunk? Kit és miért lehet megvezetni / manipulálni? Mi miként kerüljük ezt el?

Sorsunk újraírása kártya: Mi honnan kaptuk a saját „sorskönyvünket”? Hogyan írhatjuk át?



(Ezt a kártyát / kontúrt otthoni egyéni munkára érdemes kiadni. A feldolgozásához minimum egy, de lehet, hogy több további alkalom is kell, illetve erre felkészült segítő szükséges hozzá.)

A harmadik képesség a sakkozás.

Itt a következő témákról beszélgethetünk a kontúr kitöltése közben:

Sakk kártya: Mit jelképezhet a sakkozás? Te mennyire látod át a folyamatokat, emberi kapcsolatokat?

Milyen „sakkjátszmák” várnak rád a közeljövőben? Írd őket a sakkfigura fölé! Ezekhez miben kéne még fejlődnöd? Ezt írd bele a sakkfigurába!

Melyek a következő feladatok, lépések, amiket ennek érdekében megteszel? Írd a sakkfigura alá!

Rövid egyéni munka után – miközben a többiek folytathatják tovább a rajzolást, írást – lehetőséget adhatunk rá, hogy aki szeretné, ossza meg, amit írt.

Kiléptetés:

Amikor lejár az időnk, még lesz, aki rajzol, színez, dolgozik. Azzal zárjuk a foglalkozást, hogy a következő pár percben mindenkinek ki kell lépnie a mese teréből. Kiállunk a kapuba, és ott egyenként fogadjuk, aki elkészült.

Megkérjük, hogy – ha szeretné – mutassa meg a sakkfiguráját, és kérdezzük meg, mi lesz a következő lépés, amit megtesz, hogy megnyerje a legközelebbi „sakkjátszmát”.