

## Benedek László: Játék és pszichoterápia

„Az egészségesek (ha van ilyen, s itt megoszlanak a vélemények) ugyanolyan lélektani bonyodalmak közt élnek, mint a lelki betegek. Talán jobban boldogulnak a nehézségeikkel, talán időnként, könnyebben jutnak ki a labirintusból. De éppen úgy (talán kevésbé intenzíven) bolyongnak az útvesztőben, éppen úgy folyamodnak kerülő utakhoz vagy furfanghoz, hogy megvédjék magukat a közvetlen kielégüléssel együtt járó, kora ifjúságunk óta belénk plántált „igen-nem” érzéstől, az örömet gyakran kísérő szorongástól, az akadályokkal együtt járó agressziótól, és eljussanak az ezekből az indulatokból táplálkozó teljesítményhez.” (*Mérei Ferenc: A pszichológiai labirintus. Pszichoteam, Bp., 1989. 12. o.*)

A fenti idézettel meg kellett magyaráznom, miért vesz kézbe a gyakorló tanár pszichiátriai kiadványt. Nem lehetek egyedül ezzel, mert a kötetet, a szolnoki Alternatív Gimnázium tanári szobájának asztalán fedeztem fel. Játékai segítettek az indulóprogram kialakítását.

Ha játék, akkor szabadság. Boldogság, „következménynélküliség” – írja bevezetőjében a szerző. Majd *Milne*-t idézi:

„– Hogy mit szeretek legjobban csinálni? Semmit.

– Hogy csinálsz semmit? – kérdezte Micimackó, egy darabig elgondolkozva.

– Úgy, hogy mikor rád kiáltanak, éppen mikor indulsz, hogy csinál: »Mit csinálsz most, Róbert Gida?«, és azt feleled: »Ó, semmit!«, és mész, és csak ugyan nem csinálsz semmit.” (*A. A. Milne: Micimackó konyhája. (11. o.)*)

„Ha Róbert Gida »semmit« mond vagy sehová indul Micimackóval, ez a játékok, a fantázia birodalmát jelöli, ami a felnőtteknek semmit sem jelent.” (15. o.)

A költői bevezetőt aztán alapos elméleti körút követi, a különböző pszichológiai iskolák játékkelfogásának, illetve a pszichoterápia játékmotívumainak bemutatása. A pedagógusnak roppant tanulmányosak mindezek, hisz magának is meg kell határozni a játékhoz való viszonyát, hogy mennyire hajlandó vagy mennyire képes játékosá alakítani az oktatósi helyzetet.

A következő fejezet, az egyéni játékterápia már kissé távolabbról érint bennünket, tanárokat. A pedagógus nem vállalhatja sem a szülő, sem a pszichológus teljes szerepkörét, gyakran kényszerül azonban bizonyos részfunkciók átvállalására. Az ilyesfajta kapcsolataiban gyakran jelennek meg játékos elemek, alakulnak ki játszmakezdemények. (Egyszer egy igen problémás nyolcadikos kislánnyal, akivel meglehetősen nehezen találtam meg a megfelelő hangot, s aki aktívan ellenállt a rajzórán is, az utcán futottam össze, egy söröző előtt. Váratlanul beszédesebb bizonyult. Beültünk egy üdítőre. Kiderült, hogy ez a barátai törzshelye, most is őket várja. Igyekezett minél tovább nyújtani a beszélgetést, nyilvánvaló volt, szeretne a barátainak eldicsekedni vele: lám, ő egy tanárával ilyen meghitt viszonyban van. Finoman, nem megszegyenítősen értelmeztem, visszajeleztem neki ezt a rejtett üzenetet, ahonnan nem volt visszaút, kapcsolatunk ezután már túllépett a dacoskodó próbaválási játszmaikon.)

Számomra legtanulmányosabb a könyv harmadik-negyedik része, a csoportos játékterápia, illetve a játékkatalógus. Ha szaktanárként vannak is bizonyos feladataink, amik igen messze esnek a játék világától, osztályfőnökként nem találhatunk jobb eszközt a játékterápiánál. Idézi a szerző *Heller Agnest*, aki „minden játék közös, lényegi vonásának a következménynélküliséget tartja. ... a

játék egyetlen erkölcsse a játékszabályok betartása. A megadott kereteken belül azonban minden lehetséges ..." (36. o.). Ha az osztályfőnöki órák illem-, erkölcs-, embertananyaga játékos megközelítésben kerül elő, mindjárt közvetlenebbül, gátlástalanabban ragadható meg minden probléma.

Persze épp *Heller* figyelmeztet arra is, hogy a játék az elidegenedtség viszonyai között nem jelent már egyértelmű felkészülést a felnőtt szerepre, könnyen bizonyul zsákutcának, csapdának. Ebből a szempontból igen tanulságos a szerző útja a játékerápiáig: „A játékhoz való viszonyom két szakaszra osztható. Kezdetből játszottam betegimmal, de sokáig rejtve, szinte csak szó-rakozásképpen. Mint általában a felnőttek, én is úgy gondoltam, hogy a játék nem »komoly« dolog. Még halvány bűntudatot is éreztem, hogy csak játszom a betegimmal, ahelyett hogy gyógyítanám őket. Eltelt azonban jó pár év, sok szemléleti váltást megértem, de a játék megannyiszor újra meg újra társamul szegődött. Különböző »ideológiákat« gyártottam, hogy melyik szemlélethez miért is illik a játék. S kell-e mondanom, hogy a játék minden igazolást »kibírt«. De sokáig nem gondoltam arra, hogy a játékkal mint szemléletemet alapvetően meghatározó fogalommal dolgozzam. Úgy gondoltam rá, mint valamilyen leplezni való, bűnös szenvedélyre. Ha megkérdeztek, akkor elmondtam, hogy betegimeket milyen elképzelések szerint gyógyítom, s ha sarokba szorítottak volna, esetleg töredelmesen bevallom, hogy olykor bizony játszom is velük. Saját analízisem során döböntem rá, hogy tévedésben éltem egy évtizeden át, amikor a játékot afféle restelni való, komolytalan hobbinak

gondoltam. Megértettem, hogy ez az a közeg, amelyben terapeutaként is kongruens módon tudok megnyilvánulni, ma tehát öntudattal vallom játékkerapeutának vagy kevésbé tudálékosan játékos terapeutának magam." (122. o.)

A szerző a könyv utolsó részében, játékkatalógusával bemutatja, miféle játékgyűjteményre lenne szüksége a pedagógusnak, aki osztályfőnöki tanmenetét tervezi. Az alcímek – eszköz, leírás, instrukció, variáció, élmény, indikáció, kontraindikáció, gyerekek – pontosan tájékoztatnak a játék alkalmazhatóságáról, várható hatásáról. A leírások pontosak, világosak, célratorók. Meg kell valljam, első olyan olvasmányélményem, amely az ellenjavallatot is tartalmazza. Mi az, amire a módszer nem alkalmas, kik azok, akik rosszul fogadják.

Bizonyos helyzetekben mindenféle játék egyértelműen ellenjavallt. A szigorú nyomás alatt tartott csoport, megérezve a játékhelyzetet, a benne rejlő következménynélküliséget, könnyen robban. Néhány szorongásos vagy önmagától menekülő gyerek képtelen elviselni az intim szituációt. (Kérjünk csak meg egy nyolcadikos osztályt, hogy mindenki maradjon mozdulatlan, hunyja le a szemét, és jegyezze meg, miféle hangokat hallott, de maga ne adjon ki semmiféle hangot. Lesz ám vihogás és szemek nyitogatása.) Ötödikes osztályaimmal általában a félév végére jutottunk el odáig, hogy játékhelyzetekben harmonikusan együttműködjenek. Ha azonban hagyjuk magunkat meggyőzni *Vekerdy Tamástól*, *Gabnai Katalintól*, vagy most már *Benedek Lászlótól* is, a játék olyan energiákkal telítheti tanár és diák kapcsolatát, amelynek didaktikai hozadéka sem lebecsülendő.

*Benedek László: Játék és pszichoterápia. Kiadja a Magyar Pszichiátriai Társaság. A nyomdai előkészítést végzi és terjeszti: Animula Egyesület, Budapest, 1992.*

*Szávai István*