



TörténetTér Egyesület

Komplex Meseterápiás képzés

KOMPLEX MESETERÁPIÁS ALAPISMERETEK I.

jegyzet

Kidolgozta: Vaskor Gréta

Ez a jegyzet kizárólag a képzés résztvevői számára készült, oktatási segédanyagként. A dokumentum tartalma szerzői jogvédelem alatt áll. Másolása, sokszorosítása, terjesztése, illetve harmadik félnek történő tovább küldése a készítő előzetes írásbeli engedélye nélkül tilos.

Alapvetés: A mese egy olyan projektív felület, egy olyan átmeneti tér, ami nem a terápia (önismereti, egyéni és csoportos folyamat) idejében és helyén keletkezett, időtlen és kollektív elemeket tartalmazó élet-és világnarratíva, amivel mind a kliensnek, mind a terapeutának lesz egy viszonya, kapcsolódása. A mesének van egy általános és kollektív jelentéstartománya a személyes mellett, amit a terapeutának, a segítőnek előzetesen meg kell értenie, vagyis meg kell nyitnia a személyes és kollektív, egyetemes történetet, és saját viszonyát is tisztázni kell, mer rá is hatni fog a mese. Érteni kell a mese általános üzenetét, tudni, hogy miről szól, hogyan hat, mit aktiválhat a kliensben, és milyen stabilizációs lehetőségek vannak a történetben. Mindennek a kibontását hívjuk mesefejtének. Megtanulásával megnyitjuk a mesét, és előkészítjük a terápia és önismereti munkára.

Cél a mese:

- történetének
- jellegzetes formai és tartalmi szerkezetének
- belső sajátos narratív struktúrájának
- típusainak
- szimbólumainak
- szereplőinek, azok funkciójának
- hatásmechanizmusának komplex kibontása és megértése a lélektani folyamatok tükrében.

Mi a népmese?

Folkloristák, nyelvészek, irodalmárok, filozófusok, mitológusok, kulturális antropológusok, pszichológusok saját nézőpontjukból határozzák meg a mese fogalmát.

Mese meghatározások, definíciók:

„A népmese a szóbeli epikus népköltészet egy műfajcsoportja, melynek általános jellemzője formailag a **kerek, egész, logikus történetsszövés**, tartalmilag a jellegzetes mesei világ, a hétköznapi és a csodás elemek keveredésével, esztétikailag a művészi nyelvhasználat, meghatározott nyelvi-stilisztikai hatáskeltő eszközök, pl. mesei szövegformulák szerepeltetése.” (Hagyományok Háza)

„A mesék hármasszaga:

- **életbölcselet**
- **erkölcsi rend** (az adott kor és kultúra, közösség rendje)
- **túlélési stratégiák** korpusza.” (Walter Benjamin)

„A mesék nem másról beszélnek, mint **az élet állandó és örök visszatérő témáiról**, amelyek mindenhol és minden időben, minden férfira és minden nőre érvényesek” (Marie-L. von Franz)

„A mesék és mítoszok az **emberiség több ezer éves tapasztalatai, az élet sorvezetői**, az életről felhalmozódott **tudás**, amely létfontosságú **erőtartalékot** teremt a tudattalanban, felébreszti az egyénben a rejtett **erőforrásokat**.” (Tatyana Zinkevich-Evstigneeva)

„A mese mindig valami olyan dologról szól, amely az élet folyamatát veszélyezteti - többnyire ez a mese kiinduló helyzete, és azt mutatja meg, hogy milyen **fejlődési út** vezet ki ebből a problémából egy új élethelyzetbe.” (Verena Kast)

„A mese az **életösztön** diadala, amely korrigálja a legtragikusabb sorsot is. A mese nem más, mint a szent élni akarás, az ember lehetőségeinek a megragadása, az ember győzelme a sötét pusztító erővel szemben” (Nagy Olga)

A komplex meseterápia mesedefiníciója:

A népmese olyan kollektív tapasztalatból született, jellegzetes szerkezettel rendelkező történet, amely tartalmilag és alakilag évszázadok során alakult: sűrített képekkel, szimbólumokkal szól az emberélet kihívásairól és azok lehetséges megoldásairól, az emberi kapcsolatokról, a világ működéséről. A mese tanítás, bölcselet, tapasztalati sűrítőanyag – a mese az élet horizontális és vertikális, a külső és belső világ speciális narratívuma.

A mese jellegzetes formai és tartalmi elemei:

- ✓ Mesekezdő és mesezáró formulák: leválasztás a hétköznapi, profán világtól, beléptetés a mesei világba, a képzelet, a belső képek világába, majd kiléptetés ebből.
- ✓ Ismétlések, fokozások (három próba, három segítő találkozás, három testvér, egyre nehezebb feladatok stb.): segíti a rákészülést, ismerőssé válik a történet, ritmust ad a cselekménynek, segíti a történetre emlékezést.
- ✓ Párbeszéd: színesíti, érzellemmel telíti a mesét, én-üzenetek hangzanak el – ez is segíti a történetbe való bevonódást.
- ✓ Szimbólumok, sűrített képek: mozdtítják a tudatos és a tudattalan tartalmakat, kollektív tartalmak üzeneteit hordozzák → elősegítik a személyes és kollektív tudattalan tartalmak felszínre kerülését, képzelőerő-aktiválóak.

A mese, mint speciális narratíva¹:

Érthetőséget teremt: átlátható kapcsolatrendszerek, és egyértelmű kapcsolati viszonyok vannak benne. (Ezt a későbbiekben bemutatott propp-i szerepkörök is segítik) A jó egyértelműen jó, esetleg éretlen, tapasztalatlan, vagy épp nem képes megoldani egy feladatot segítő nélkül, a rossz meg egyértelműen rossz, pusztító.

Alternatíva: cselekvési és tapasztalati játéktér, ahol mindig a megoldás, a továbblépés, a megküzdés az irány.

Van befejezése: a történet véget ér, befejezett, lekerekített - a rosszul végződő mesék is.

Közös átélést biztosít a mesélő és a mesét befogadó(k) között, a „mi” élménye megjelenik, az itt és most átélhető, a „mással is megtörtént már korábban” élménye teremődik meg.

Tudatmobilitás eszköze: beleképzelhetjük, átélhetjük mások (a meseszereplők) helyzetét – érzelmek átélésére ad lehetőséget érzelmi jutalmat ad. A meseszereplők is kifejezhetik az érzelmeiket, s mindez a mese befogadójában is érzelmeiket aktivál.

¹ F. Breithaupt nyomán (A narratív agy; Typotex Kiadó)

A mese eredete²:

„A mese mindenütt keletkezik”

Mese és mítosz:

- 1.) A mese egy valaha volt közös mítoszból vezethető vissza; indogermán mesék-indogermán mítoszok (Grimm fivérek; M. Miller elméletei) „a német népmesék a régi árja mítoszok utolsó visszhangjai” Az elmélet szerint az összetettből (mítosz) haladt a folyamat az egyszerűbb (mese) felé. „A mesék elhomályosodott, eredeti helyükről lecsúszott istenmítoszok.” „A mítoszok romja”

Ezt az iskolát képviseli a magyar mesekutatók közül többek között Solymossy Sándor, Berze-Nagy János – természetesen ők a magyar ősvallás mitikus elemeit kutatták a magyar népmesékben.

A mesékben megtalálhatók a mitikus elemek, de nem csak azok, s eredetük nem kizárólag a mítoszokban keresendők, sőt a mitikus elemek akár később is belekerülhetnek egy-egy történetbe, és irodalmi alkotások (ponyvaregények) is!

- 2.) A mese a mítosz előfutára. (Tylor-Láng féle elmélet). A fejlődés az egyszerűtől (mese) halad az összetett felé (mítosz). Kevéssé elterjedt elmélet.

Monogenezis elmélet:

- 3.) vándorló mesék elmélete (T. Benfey)

A különböző népek megegyező meséit a mesemotívumok és a mesék vándorlásával magyarázza. Benfey elmélete szerint az európai mesék eredete Indiában kereshető, ahol is magasan fejlett volt az elbeszélés művészete, a kompozíciók szilárdsága. (Az elmélet a Pancsatantra német fordítása után született.)

² Braun Soma nyomán (A népmese; Genius kiadó)

Hogyan „vándorolnak” a mesék?

- kereskedők, utazók viszik, mesélik tovább
- népek keveredése folytán
- irodalmi átvétel során

A világ mesekincsének feljegyzése, és az összegyűjtött anyag átkutatása azzal a meglepő eredménnyel járt, hogy a megegyezések az egymástól legkülönbözőbb, legtávolabbi lakó népek meséi között, így Amerika bennszülött törzseinek meséiben is megtalálhatók. Ezeket a megegyezéseket a vándorlási elmélet olyan felfogásával, amely Indiát veszi kiinduló helynek, már nagyon bajos megmagyarázni.

Az elmélet viszont megnyitja (helyesen) annak a lehetőségét, hogy a népek meséi hatnak egymásra, vagyis párhuzamosan is keletkezhetnek, és közben vándorolhatnak, vagyis a meséket a népek „saját jogon” alkotják és a motívumok, történetek vándorlásával hatnak egymásra.

Poligenezis elméletek:

- 4.) A mesealkotás az ember sajátja, így az idő és a tér nem befolyásolja ezt a folyamatot:
„A mesealkotás, akár a dal, akár a tánc az egész emberiség általános és eredeti birtoka, persze avval a megszorítással, hogy a mese kifejező formái a tér és idő szerint változnak...a (mese)az emberi szellem törvényszerű termékei”
- 5.) Az álomélet a forrás; L., Laistner elmélete szerint: (Freud, Jung munkásságát is megelőzi az elmélet!) „A mesék egyetemes forrása az álomélet, a tudat küszöbe alatt élő képzetek forrásai a meséknek” Ez az elmélet elsőként hangsúlyozza a tudattalan szerepét és jelentőségét a mesekutatásban.

Meseváltozatok:

A mese változatokban él, rendkívül rugalmas, mégis megtartja sajátos szerkezetét: „bármilyen környezetben képes alkalmazkodni, „szellemi kaméleon”, úgy, hogy ezzel nem jár formai

változás. A mese azért tesz szert újra és újra aktualitásra, mert ontológiai értelemben a társadalmi, kulturális, vagy intellektuális környezettől teljesen független jelenség. ³

Felfogásunk szerint nincs „eredeti” mese, nincs egy és igaz „ősmese” – a meseváltozatok érvényes megoldásai és narratívái a különböző élethelyzeteknek.

A mesék rendszerezése

1.) Szüzsé alapján történő osztályozás - az ún. finn iskola_

(Aarne-Thompson féle felosztás, kódolás)

Állatmesék AaTh 1-299

Varázsmesék AaTh 300-749

Legendamesék AaTh 750-849

Novellamesék AaTh 850-999

Rászedett ördög mesék AaTh 1000-1199

Rátótiádiák és falucsufoló mesék AaTh 1200-1349

Trufák és anekdoták/tréfás mesék AaTh 1350-1874

Hazugságmesék AaTh 1875-1999

Formula- és láncmesék AaTh 2000-2399

A mesék típuskombinációkból épülnek fel. A különböző mesetípusok más és más terápiás, önismereti munkát tesznek lehetővé.

³ Bizczó Gábor: A mese hermeneutikája Didakt, Debrecen 2006

2.) V.J Propp strukturális megközelítése⁴:

A mesét alkotóelemeire bontja - állandó és változó komponenseket határoz meg. A személyek nevei és attribútumai változóak, viszont a cselekedeteik, a funkcióik nem változnak. A mese ugyanazt a funkciót tulajdonítja a legkülönbözőbb szereplőknek - a mesét a szereplők funkciói alapján vizsgáljuk. A funkciók (cselekedetek) a mese állandó és ismétlődő elmei. Az a fontos, hogy MIT csinálnak a mese szereplői, hogy KI és HOGYAN cselekszik, az másodlagos. A funkciók száma véges (31+1), kötött, de nem minden funkció kell, hogy szerepeljen a mesékben.

A funkciók:

Kiinduló szituáció jele: i; I.: eltávozás II.: tilalom III.: a tilalom megszegése, IV.: tudakozódás, V.: értesülésadás, VI.: cselvetés, VII.: kézrejátás, VIII.: károkozás, VIII/a.: hiány, IX.: közvetítés, bekapcsoló mozzanat, X.: induló ellenakció, XI.: útnak indulás, XII.: az adományozó első funkciója, XIII.: a hős reagálása, XIV.: a varázsszerszám elnyerése, XV.: térbeli helyváltoztatás két birodalom között, kalauzolás, XVI.: küzdelem, XVII.: megbélyegzés, megjelölés, XVIII.: győzelem, XIX.: a baj vagy hiány megszüntetése, XX.: visszafordulás, XXI.: üldözés, kergetés, XXII.: megmenekülés, XXIII.: felismeretlen megérkezés, XXIV.: jogtalan követelés, XXV.: nehéz feladat, XXVI.: megoldás, XXVII.: felismerés, XXVIII.: leleplezés, XXIX.: transzfiguráció, a hős új alakot ölt. XXX.: büntetés, XXXI.: esküvő

Kritikai megjegyzés: V.J Propp mintegy száz orosz mese tanulmányozásával és elemzésével jutott erre a megállapításra. Alapvetően egytörtünk a cselekvésorinetált megközelítéssel, azonban a KI és a HOGYAN Propp szerint másodlagos kérdés, azonban véleményünk szerint fontos a hogyan és a ki kérdés is. A KI, vagyis a király, a királylány, a vasfejű farkas, a boszorkány, a sárkány, az okos lány, stb. archetípus, és mint ilyen, jellegzetes szimbolikus tartalommal bír és tudattalan tartalmakat is mozdít. Nem mindegy, hogy az átokadó a mostoha, vagy az ördög, vagy az elrabló egy sárkány, vagy épp az apa a károkozó.

⁴ A mese morfológiája; Osiris Kiadó 2005, A varázsmese történeti gyökerei L'Harmattan kiadó 2005

A szerepkörök:

Hét állandó szerepkört határoz meg a mesében. Egy szereplőnek lehet több szerepköre, (Pl. egy szereplő lehet segítő és útnak indító is), és egy szerepkört több szereplő is betölthet. (Lehet több segítő, több károkozó)

1.) Hős

- a. kereső hős
- b. áldozati hős (Propp bajba jutott hősnek nevezi, a mi fogalmi rendszerünkben áldozati hős)

2.) Útnak indító

3.) Segítő

4.) Adományozó

5.) Akadályozó, károkozó, ellenfél

6.) Álhős

7.) Akiért, amiért a főhős elindul (Proppnál a király és a lánya – így ez pontatlan)

Meseszereplők a komplex meseterápiában:

Mesehős lehet:

- áldozati → ekkor az érés, az énéő megtalálása, a felnövekedés a feladat.
- ún. kereső: aktív, az adaptív megküzdés megtalálása a cél, a hiány betöltése a feladat.

Segítők, adományozók: „az egész teremtet világ neki (hős) segédkezik.”⁵ A segítők sokszor próba elé állítják a hőst, utána segítenek. Máskor aktivizálni kell őket (táltos), és van, hogy csak fel kell venni a kapcsolatot velük: „Többet ér egy kérdés száz keresésnél!”⁶ Mi szükséges

⁵ Nagy Olga

⁶ mese: Pelikánmadár

ahhoz, hogy segítsenek? Hogyan segítenek? Mit tanítanak? Hogy aktivizálnak? Ezek a kérdések a mesebeli segítők elemzésekor.

Károkozó akadályozó, ellenfél: kinek, mikor, miért és hogyan okozza a kárt? - ez az egyik kérdés, amit meg kell vizsgálni. (Sokszor a miért kérdésre nincs is válasz, csak annyi, hogy ő a sötét erők, a gonosz képviselője.) A tét, a feladat az, hogyan lehet kiiktatni, hatástalanítani a károkozó erejét:

- Milyen belső és külső segítő erő(k) szükségesek mindehhez?

- Milyen az adaptív megküzdés ellenük?

- Hogyan fejlődik a hős, milyen új tapasztalatra tesz szert?

A komplex meseterápiában a károkozás, az akadályozás mikéntje van a fókuszban, ahhoz keressük a megfelelő megküzdést, és az ebben támogató segítő erőket kívül és belül.

Állatszereplők a mesékben

Állatok szerepelnek minden mesetípusban, de mindegyikben az állati erő, energia és működés más-más szintje jelenik meg.

Az állatmesékben és a varázsmesékben (novellamesében stb.) ugyanaz az állat más-más minőséget képvisel.

Az állatmesékben az állatok megtartva a működésükre jellemző egy-egy karakteres vagy néhol sztereotip minőséget, (a farkas falánk, pusztító, a róka ravasz, de becsapható, a medve hatalmas és lassú észjárású, stb.) tükörként mutatják az emberi működés sokszínűségét. Sűrítve, egy-egy jellegzetesen állati és mégis emberi dinamika jelenik meg bennük, s ezek a dinamikák feszülnek egymáshoz.

A varázsmesékben az állatok mást hívnak: olyan erőket, működéseket, amire a varázsmese hőséneke szüksége van, de (még) nem ismert, vagy nem aktív benne. Így ezekkel az erőkkel kapcsolódni kell: fel kell magában ébresztetni, meg kell tapasztalnia, mert csak így tudja a célját elérni, sorsát beteljesíteni –, ők az állatsegítők. De olyan erőket is szimbolizálhatnak, amik ellen meg kell találni a legjobb védekezést, amiket semlegesíteni kell, vagy épp tudni kell kontrollálni, kézben tartani – ők állatellenfelek.

A novellamesékben az állatoknak funkcionális szerepük van, a történet varázstalan „tartozékai”.