

**KALANDTERÁPIÁS ÉS MŰVÉSZETTERÁPIÁS ELEMEEK SZEREPE SÚLYOSAN-  
HALMOZOTTAN FOGYATÉKOS SZEMÉLYEKKEL VALÓ TALÁLKOZÁS  
FACILITÁLÁSÁBAN**

**Szerzők:**

Tiszai Luca  
Szegedi Tudományegyetem (Magyarország)

Váróczy Viktória  
Szegedi Tudományegyetem (Magyarország)

Első szerző e-mail címe:  
tizsai.luca@szte.hu

**Lektorok:**

Devosa Iván (PhD)  
Károli Gáspár Református Egyetem  
(Magyarország)

Nagyné Hegedűs Anita (PhD)  
Szegedi Tudományegyetem (Magyarország)

...és további két anonim lektor

Tiszai Luca, Váróczy Viktória (2022): Kalandterápiás és művészetterápiás elemek szerepe súlyosan-halmazottan fogyatékos személyekkel való találkozás facilitálásában. *Különleges Bánásmód*, 8. (2). 105-112.  
DOI [10.18458/KB.2022.2.105](https://doi.org/10.18458/KB.2022.2.105)

**Absztrakt**

A súlyos és halmazott fogyatékossgal élő nem beszélő személyekkel való kapcsolatteremtés nem mindig zajlik zökkenőmentesen. A halmazott fogyatékossg gyakran jár az arc vagy a test deformitásával, amely ösztönös elutasítást vált ki. A verbális kommunikáció hiánya megnehezíti a kapcsolatteremtést, ezért olyan módszerekre van szükség, amely segíti a kölcsönösen gazdagító kapcsolatok kialakítását, mint a nonverbális művészetterápiás módszerek. Várható eredménnyé válik az összetartozás élményének megszületése, a közösen átélt alkotás, művészeti élménybefogadás, valamint a csoportosan megoldott kihívások.. Tanulmányunkban egy szabadon választható kurzus tapasztalatairól szeretnénk beszámolni, hogy hogyan lehet megsegíteni a súlyosan-halmazottan fogyatékos személyekkel való találkozást, kalandterápiás, illetve művészetterápiás elemekkel.

**Kulcsszavak:** súlyos-halmazott fogyatékossg, kalandterápia, pedagógusképzés, társadalmi befogadás

**Diszciplina:** gyógypedagógia, pedagógia

**Abstract**

THE ROLE OF ADVENTURE THERAPY AND ART THERAPY ELEMENTS IN FACILITATING ENCOUNTERS WITH SEVERE AND MULTIPLE DISABILITIES INDIVIDUALS

The first encounter with people with severe and multiple disabilities could be highly challenging. Physical deformities of the body and face which are highly frequent in this group, lead to subconscious

rejection. The lack of verbal communication makes the relationship even more difficult, thus, nonverbal methods are effective in facilitating in relationship building. Methods such as nonverbal art therapies are highly popular in creating mutually empowering relationships. Common shared active and receptive artistic experiences as well as commonly solved challenges and other elements of adventure therapy help to facilitate group processes. In this article we refer to a pilot project: a special experience-based facultative course about facilitating encounters with adults with severe disabilities with art and adventure-based activities.

**Keywords:** severe and multiple disabilities, adventure therapy, teacher education, social inclusion

**Disciplines:** special education, teacher training

Tanulmányunkban arról számolunk be, hogy hogyan lehet megsegíteni a súlyosan-halmozottan fogyatékos személyekkel való találkozást, kalandterápiás, illetve művészetterápiás elemekkel.

A súlyos-halmozott fogyatékos az egész élet során fennálló állapot, amelyre jellemző, hogy az illető élethossziglan támogatásra szorul (Márkus 2005, Tiszai, 2018). A károsodás mértékéből kiinduló deficitorientált megközelítéssel szemben ma a fejlődésbeli különbségeket hangsúlyozzuk, és kiemelt jelentőséget tulajdonítunk a környezet felelősségének (Márkus 2005). Talán úgy tudnánk a legjobban érzékeltetni, hogy képzeljenek el egy embert, aki kerekesszékes, minimálisan mozgatja a végtagjait és nem beszél. Mivel ebben a helyzetben kevésbé vagyunk felkészülve a kapcsolatfelvétel módjaira, általában ezek az emberek kirekesztette válnak, mert hiányoznak a bennük lévő (pozitív) cselekvési minták, szocializációs tradíciók, forgatókönyvek, hogy mint kellene tennem, hogyan kellene viselkednem (Kurzban & Leary 2001).

Extrém módon eltérő fejlődés esetén károsodhatnak a testi struktúrák, például gyakran megfigyelhetők az arc elváltozásai, az atipikus testi struktúrák, szokatlan testarányok, társuló betegségek. Súlyos és halmozott fogyatékosokról akkor beszélünk, amikor a kommunikáció, a beszéd, a mozgás, az értelem, az érzékelés- észlelés minimálisan két területén zavar mutatható ki, tehát a hiány szem-

betűnő, például az egyén nem tud járni, beszélni vagy nem lát, esetleg még autista is. Amikor létrejön a találkozás, a kapcsolatot általában áthatja a sajnálat, személyközi kapcsolatokban inkább segítőként tudunk kapcsolódni, mint egyenrangú emberként. Így az aszimmetria válik jellemzővé, úgy tekintünk rájuk, mint rászoruló félre (Márkus 2005, Tiszai, 2018). Gyógypedagógusként felmerül bennünk a kérdés, hogy mit tehetünk, hogyan segíthetjük az embereket hozzá, hogy ne csak a fogyatékoságot, az eltérést, hanem az embert is lássák.

Kutatások azt mutatják, hogy a személyes találkozás önmagában nem oldja föl az ellentéteket, szükség van arra, hogy egy olyan helyzetben találkozzanak a résztvevők, ahol „egyenlő a státuszuk, az interakciók kooperatív jellegűek, valamilyen közös céljuk van, és ez intézményes támogatást nyer, tehát rendszer szinten érték, a saját csoport tekintélyei részéről” (Balázs 2010 19.o).

#### **Nonverbális művészetek: új erőter teremtése**

A művészet segíthet ezt az új erőteret megteremtteni. A nonverbális művészeti módszerek a segítőt kimozdítják a megszokott sémáikból és ezt a belső bizonytalanságot kihasználva elindulhatunk az egyenrangúbb interakciók felé. Ebben az új helyzetben kialakul a figyelem, az érzékenység egymásra, és egy közös alkotás születésére (Ruud 2008, Steele 2016).

Az ipolytölgyesi Szent Erzsébet Otthon lakóiból alakult Nádizumzum zenekarral 2007 óta dolgozunk közösségi zeneterápiás módszerekkel. Ezeknek a módszereknek az a lényege, hogy súlyosan és halmozottan fogyatékos zenészek együtt zenélnek másokkal, akár profi zenészekkel, akár amatőrökkel. A fellépések, koncertek, flashmobok arról adnak tanúbizonyságot, hogy halmozottan sérült és profi zenészek jól érzik magukat közösen, és minőségi alkotást képesek létrehozni. A professzionális zenészek egyben értékhordozók is (Jampell 2011, Stige & Aarø 2012). Érdeemes megfontolni Balázs szavait az értékkerentésről: „A fogyatékos emberek másokhoz viszonyított rosszabb esélyeit okozó tényezők tehát nemcsak a fogyatékossgot jelentő funkcionális hiányosságokból, az őket kedvezőtlenül érintő tárgyi környezetből következnek, hanem az értékerőtér, az értékmező kedvezőtlen állapotából is.” (Balázs, 2010, 9. o.). Az, hogy pl. a Magyar Állami Operaház művészei 2015-ben, a Kodály Zoltán Magyar Kórusiskola diákjai pedig 2017-ben flashmobot készítettek velünk, a társfellépők részéről egy komoly állásfoglalás a zenekar értéke mellett.

Az alkotás újjáteremti az értékmezőt: akit a társadalom eddig rászorulóként definiált, egyszerre értékkerentővé válik. Az előadás és az arra való készület egy összetett közösségi hálót hoz létre, a fellépők szorosabb kapcsolatba kerülnek egymással, a közönség színvonalas zenei produkciót hall, és a produkcióban résztvevő segítők (pl. operatőr, hangosításért, színpadképért felelős szakemberek) is pozitív mintát kapnak az együttműködésről. Ők azok, akik más helyzetben nehezen tudnának találkozási pontot találni halmozottan sérült személyekkel- de ebben az esetben zenészekkel dolgoznak (mint máskor a napi munkájuk során). Ha megfelelő a segítők attitűdje, ezek a helyzetek minden magyarázat nélkül erőteljesen szemléletformáló hatásúak (Ansdell, 2014).

Workshopok vagy többé-kevésbé megtervezett közös örömmzenélések esetén a halmozottan sérült

személyek egy összeszokott együttese fogadja be a zeneileg sokkal kevésbé összeszokott közönséget. Ez is egy olyan szimbolikus értékű együttlét, amely felülírja azt a sztereotípiát, hogy súlyosan és halmozottan fogyatékos emberek pusztán a társadalom jótékonykodásának passzív befogadói. Az együtt zenélés mindkét formájának az a lényege, hogy a résztvevők megtapasztalják az örömet, jól érzik magukat a közös zenélés, közös alkotás során, összemosolyogjanak és közösséget alkossanak.

A közös „örömmzene” a fordított integráció modellje, a zenekar, mint zenélő közeg válik a befogadóvá. Tudatosan keressük a lehetőséget olyan projektek megvalósítására, mint más zenekarokkal, énekkarokkal való fellépés, inkluzív nyári tábor és koncert, ahol a személyek és a közösségek megerősítése, a kapcsolatépítés a cél, illetve a társadalom felé közvetíteni tudjuk az esélyegyenlőséget, az egyenlő bánásmódot (Kuppers 2004, Ruud 2008, 2010, Tiszai 2016, 2020).

A Nádizumzum zenekarral folyamatosan feszegetjük a határokat: kezdetben felnőtt művészetterápiás szakembereknek csináltunk workshopokat, felléptünk felnőttekkel, majd kamaszokkal 2020 augusztusában egyhetes inkluzív népzenei tábort szerveztünk a makói Signum Kéttannyelvű Egyházi Általános Iskola nagyrészt alsó tagozatos diákjaival (Tiszai, 2021).

#### **Segített vizuális alkotás - a segítők iskolája**

Sokaknak súlyosan-halmozottan sérült személyekkel találkozni kihívás, hiszen nem működnek minden esetben a megszokott kommunikációs mintáink. Nem beszélő személyt kérdezek és nem válaszol, vagy én nem tudom értelmezni a jeleket. A művészet, a vizuális kifejezés lehet közös nyelv a befogadók között. A rajzórákhoz általában azt társítjuk, hogy tartani kell a vonalhatárt, egyenletesen színezni, időre befejezni a képet.

Jellemző, hogy a súlyosan-halmozottan sérült személy nem sémákban fog alkotni, „kisvirágot”,

„házikót” vagy „napocskát”, hanem nonfiguratív elemeket, amely a segítőtől is másfajta, elvontabb gondolkodást kíván, megfigyelést, összehangolódást a fogyatékos személy sajátosságaival. Eközben saját magunkat is jobban, illetve máshogy ismerjük meg, találjuk meg magunkhoz is az utat. A segített vizuális alkotás vonatkozásában olyan szemlélettel és gyakorlattal találkozunk a segítő, melynek célja a saját vizuális kifejezőmód keresése, és megtalálása. Pont ez adja a kihívás a kaland részét, hiszen van, aki nem beszél, vagy nem fog eszközt, vagy nem hagyományosan fog eszközt, és akkor a segítőnek kell megoldási módokat keresni. Például volt olyan eset, amikor festékes szivacs dobálásával alakították a képet. Ilyen kevésbé hagyományos technikát a modern művészet is használ.

Arra is rá kell venni a segítő résztvevőket, hogy ne a fogyatékos személy helyett alkossanak, hanem segítsék őt az önkifejezésben, a továbblépésben. Kezdeményezzen, tartsa tiszteletben az alkotó választását, majd bíztassa, hogy az alkotó is kezdeményezze a kommunikációt, az ő döntése legyen az az eszközválasztás, jelezze a váltásra való igényét (pl. új szín használatát, lapjának elfordítását, vagy a mű befejezését). Újszerű foglalkozásnál új normák lépnek életbe. Jól előkészített terepen, megfelelő foglalkozásvezetéssel nyitottá válhat a segítő a megismerésre, az alkotás és az alkotás folyamata közbeni kalandok vállalására. Ez a folyamatos belső nyitás tudja a vállalkozót jó segítővé nevelni, a figyelem, és az érzékenység egy nem megszokottan reagáló személy felé, új módon kell alkalmazkodnia egy másik gondolkodási, tapasztalati és cselekvési rendszerben működő foglalkozás során. Ezen rendszer forrása pedig a terápiás szemlélet. A segített vizuális alkotás művészetalapú módszer, amelyben több pedagógiai-segítői célrendszer működik egymás mellett, ahol eszköz és végpont is a művészet, viszont a szándékosan kitűzött célok mellett számos egyéb transzferhatás is tapasztalható.

A súlyosan-halmazottan fogyatékos célcsoportnál mindig előtérbe kerül az életminőség javítása

minden területen és szinten. A személyiségfejlődést sokoldalúan támogatja az önkifejezés megtapasztalása, hogy változást tud létrehozni környezetében, hogy tőle is függenek dolgok, hogy választhat, és döntésének hatása lesz az alakuló műre, és a segítő személyre is. A keretek tartásának és a rugalmas alkalmazkodásnak nincsenek kőbe véssett szabályai, az ideális arányokat a segítő is lassan, folyamatosan tanulja meg. Fontos, hogy van a foglalkozásnak kerete, vannak társas szabályok, de jelen van a személyesség is: az alkotás eszközei, menete illeszkednek az alkotó sajátosságaihoz.

Fontos, hogy nem a személy helyett alkotunk, a közös lét során fókuszba kerül a kölcsönös kíváncsiság, a motiválás a megoldásra, a gondolkodásra, a fantázia kifejezésére, amely egész személyiségünkre, érzelmeinkre, tapasztalatainkra kihatva, mélyebb rétegekben képes változást előidézni az attitűdben. Ezt az élményt segítőként nemcsak passzívan megtapasztaljuk, hanem egyből „helyzetbe kerülve” éljük át, értjük meg és fejlődünk.

Azért fejlődünk akár már egy alkalom után is segítőként, mert bár minden foglalkozásnak van pedagógiai szempontból meghatározott célja, eszközei, technikája, de ezek a szemléletből adódóan rugalmasan alakíthatók, és a tudatos feladathelyzetek szakmai-tapasztalati „hozamát” nagyban fölülmúlják a spontán kialakuló szituációk, amely a megmérettetés lehetőségét adja. Ezekben a helyzetekben a segítő tettekrezsége, kreativitása, pedagógiai alázata, egyéb készségei meg tudnak mutatkozni.

A védett, előkészített kereteken belüli napi többszöri reflexió pedig segít tudatosítani, mi történetet, hogyan viselkedett a segített alkotó, a segítő mit érzett, mit válaszolt, kívülről hogyan látták a folyamatot a facilitátorok, és legközelebb milyen terveket tud megfogalmazni, amellyel a foglalkozásra megy. Tehát a helyzet egyéni és társas visszajelzéssel kiegészítve magában rejtje a fejlődést, amelynek értékét a segített személyek reakciójából, viselkedéséből, hozzánk való viszonyulásából tud-

juk lemérni a legközelebbi alkalmon. Ugyanakkor azt is ki kell használni, hogy az alkotás nem csak előre meghatározott „osztálytermi” keretek között történik, hanem improvizálhatunk egy kirándulás során, vagy parkban sétáláskor is: levelekből, botokból, kövekből közösen készíthetünk egy landart jellegű szabad alkotást, vagy a kútból vizet húzva a mozgás ritmusát jeleníthetjük meg vizuálisan a sárban, homokban a testünkkel, vagy fényképezhetünk érdekes árnyékokat különböző természeti felületeken: betonon, fűben, ház falán.

Amit a segítők, jelen esetben a hallgatók, saját-élményű tapasztalat által tanulhattak, és egyéni szakterületükre adaptálva vihetik tovább - bár a gyakorlati terepmunka során valószínűleg kevésbé realizálták - az az ismeretek problémalapú szerzése és a probléma feldolgoztatása, ezen keresztül a pszichés funkciók fejlesztése, mint a figyelem, az emlékezet, a kogníció, vagy a fantázia. Illetve egyéb területek, mint a szociális kompetencia, vagy a nonverbális kommunikációs készségek gyakorlata, repertoár bővítése, megfelelő visszajelzéssel az önelfogadás segítése, a változó környezethez való alkalmazkodás, végső soron a társadalmi beilleszkedés facilitálása.

### **Kalandterápia - egy pilot projekt tapasztalatai**

A kalandterápiás elemek bevonásának ötlete egy 2021 november és 2022 március között az Erasmus+ Adventure Europe E+Ifjúság kalandterápiás képzésen született meg. A képzés vezetői azt a feladatot adták, hogy a résztvevők dolgozzanak ki saját projektet, és ehhez szupervíziót biztosítottak számunkra. Először új projekteken gondolkodtunk, azután a szupervízorokkal egyeztetve arra jutottunk, hogy súlyosan-halmazottan sérült személyekkel való kirándulásaink önmagukban is lefednek sok elemet a kalandterápiás eszköztárból.

A szakirodalomban több definíciója van a kalandterápiának, ebben a cikkben tágabb összefüggésben

használjuk. Hasonlóan a közösségi zeneterápiához, itt is a terápia tágabb értelmezését használjuk, nem egy megbetegedés célzott kezelését, hanem a tevékenység személyiségformáló, egészségmegőrző, preventív funkcióját értjük terápia alatt. A kalandterápiás eszköztár alatt azokat a csoportos aktív tanulási folyamatokat értjük, amelyek célja a változás. Ezen folyamatok egy professzionális módon megteremtett ellenőrzött keretrendszerben zajlanak, amelynek jellemzője a facilitátor támogató, bátorító jelenléte, amely amellet, hogy kereteket szab, helyzeteket, megoldandó kihívásokat készít elő, a résztvevőknek és a csoportfolyamatoknak tágas teret biztosít (Bandoroff & Neues 2004, Ringer 1994).

A Szegedi Tudományegyetem hallgatói 2016 óta járnak Ipolytölgyesre. A hallgatói látogatásoknak mindig része a kimozdulás, amikor egy hallgató és egy nem beszélő fogyatékos személy közösen elmegy kirándulni. A hallgatók reflexiókat szoktak írni ezekről a kirándulásokról, és a reflexiókat olvasva kiderül, hogy egy-egy egyszerűnek látszó helyzet, például kerekesszékkal felmenni a mozgólépcsőn, összehangolódni azzal, akivel kezdetben nem találtak hangot, önmagában kaland és nagyon gyakran hatalmas élmény. Így tehát abban kértük a szupervízorok segítségét, hogy ne új projektet építsünk fel, hanem a kipróbált, jól ismert elemeket próbáljuk meg a kalandterápia eszköztárával gazdagítani. A kirándulások tehát kibővültek néhány elemmel, például a teljes csapatnak az volt a feladata, hogy útközben a lehető legtöbb mosolyról készítsen fényképet. A szupervízorainktól tanultunk néhány új szempontot, például azt, hogy rengeteg helyzetkomikum, érdekesség áll elő ezeken a kirándulásokon, és ezeket aktívan és tudatosan figyeljük meg, ismerjük fel a lehetőségeket, vagyis maradjunk érzékenyek és építsük be őket a kalandba. A kalandterápia fontos része, hogy a résztvevők együtt, egy csapatként oldják meg a feladatokat. Míg korábban a párosok voltak egymásra utalva, kezdtünk olyan feladatokat is kitalálni, me-

lyek a teljes csapatot összekovácsolják. A művészeti projektekhez hasonlóan itt sem csak egy megoldás van, szabad kísérletezni, újat tanulni, és lehet, hogy a halmozottan sérült tag fogja megtalálni a problémára a megoldást. A kalandok során sokat nevetünk, a csapattagok kinyílnak, egészen új oldalakról ismerjük meg egymást, igaz ez a csapat minden tagjára. Vezetőként figyelniük kell arra, hogy biztonságos mezsgyében tartsuk a kalandot, akkor, amikor mi sem tudnánk megoldani a helyzetet, inkább forduljunk vissza. Egészen addig, amíg mi biztonságban érezzük magunkat és a csapatot, bármilyen ötlet megvalósítható. Az is fontos, hogy ne vezetőként, hanem csapattagként legyünk jelen, hogy a résztvevők ne tőlünk várják a megoldásokat.

### Egyetemi kurzus

Egy a szerzők által vezetett, a trénerek szupervízióval kísért szabadon választható kurzus keretében az Apor Vilmos Katolikus Főiskola hallgatói tapasztalhatták meg az új kezdeményezést, amely két hétvégén valósult meg. Első alkalommal a hallgatók maguk váltak a kaland részévé, Ipolytólgyesen, terepen ízelítőt kaptak a közös zenélésből, vizuális alkotásból, és kalandterápiás elemekkel tarkított kirándulásból, melynek jelen esetben egyik állomása a Zene Háza volt. A kalandok végét szakmai reflexió zárta, amelynek feladata volt, hogyan tudják, tudnánk az élményt facilitátorként továbbadni.

Az első alkalomról egy résztvevői reflexió:

*Azért jelentkeztem erre a szabadon választható tárgyra, mert felkeltette az érdeklődésem. Ezt megelőzően nem jártam ilyen intézményben, nem találkoztam súlyosan és halmozottan sérült emberekkel, pedig gyógypedagógus vagyok, csak más szakirányon. Az érdeklődés, és a kíváncsiság hajtott. A leírt módszer újszerűsége, hogy olyan ismereteket szerezhettek, amit akár máshol is tudok hasznosítani.*

*Az első találkozás és alkalom előtt a kezdeti bizonytanság vett erőt rajtam, nem teljesen értettem, hogy miért ragaszkodnak a szervezők annyira bizonyos dolgokhoz (két alkalom, ott alvás, kötött időtartam, feladat kitalálása, bevonás). Leírva, elmondva, a körülményeket nem ismerve, értetetlen volt számomra. Aztán megérkeztem, s egy egész más világba csöppentem. Kicsit tartottam tőle, mint minden ismeretlentől tart az ember, de kíváncsisággal és lelkesen vártam, és próbáltam minél jobban bevonódni, a részese lenni, minél több mindent megtapasztalni. Az ottlét alatt értettem meg a kurzus lényegét. A kirándulás alkalmával olyan társam volt, akivel, ha kicsit lassabban is, de együtt tudtunk haladni. Számomra nagy „bős” volt mindaz, akik kerekesszékes útitársainkat kísérték. Előtte még sohasem szembesültem azzal, hogyan lehet így közlekedni. Ezt nem mertem vállalni, s nagyon örültem Zsuzsinak, akivel nagyon jól egymásra hangolódtunk. Sajnos a szóbeli kommunikáció az ő esetében nem működött, ezért az egyéb jelzéseiből próbáltam megfigyelni, mi tetszik neki, mi nem. Az úton próbáltam mutatni, mesélni neki a körülöttünk lévő látványokról, ahogy együtt haladtunk. Szerintem nagyon élvezte az utazást. A kiállításon a halkabb zenéket kedvelte, például a gregorián zenét, Liszt Ferenc zongoraművét. Ezeken a helyeken töltöttük el a legtöbb időt, nagyon megnyugtató volt. A hangosabb, harsányabb zenéktől menekültünk, és a vizuális ingerek sem kötötték le, hiába próbáltam felhívni rá a figyelmét. A mozi viszont szintén nagyon tetszett neki. Ez a kiállítás számomra is nagy élmény volt, s érdekes volt megtapasztalni, hogy a fogyatékos-sággal élő embereknek is tetszhet, érdekelheti őket, és főleg élvezni is tudják. S azt is tudják, mi jó nekik, mi tetszik nekik. Van önálló gondolatuk, akaratuk, vágyaik, ami sajnos intézményi keretben, a szabályok között nem mindig nyilvánulhat meg.*

*Amíg nem vesz részt az ember ilyen élményben, addig nem tudja, milyen segítségre van szükségük a fogyatékos-sággal élő embereknek. Eddig magam sem tudtam hogyan viszonyuljak hozzájuk, de ez a kaland segített az önmagam érzékenyítésében. Sokat adott abban, hogy miként tekintsek rájuk, magamra, más emberekre. Amikor csapatostul közlekedtünk, vagy a játszótéren játszottunk a hangszereken, sokféle viselkedéssel találkoztam. Volt, aki inkább*

*arrébb húzódtott, volt, aki átengedte a helyét, aki segített, s főleg gyerekek, akik együtt zenéltek velünk. A vasárnapi művészeti foglalkozás is nagy élmény volt számomra: jó érzés volt alkotás közben látni a lakókat, hogy ki mit jelenít meg, döntések elé állítani őket, s látni, hogy mindenki a maga belső világából mit mutat meg.*

A második alkalom lefolyása teljesen a résztvevőkön múlik, hiszen segítségünkkel a tapasztalatok alapján kalandokat szerveztek. Feladatuk volt, hogy szólítsanak meg az ismerőseik közül új résztvevőket, és a megismert súlyosan-halmazottan fogyatékos személyekkel pozitív élményeket szerezzenek kirándulásaik során. Míg alapvetően arra gondoltunk, hogy a résztvevők évfolyamtársakat, barátokat fognak bevonni (mint ez gyakran spontán módon is megtörtént már korábban), az egyik résztvevő az édesanyját hívta. Ez a megoldás egy új célcsoportot állított a fókuszba, ami azért volt különösen érdekes, mert az idősebb korosztály gyakran látogat az intézményünkbe, de a leggyakrabban a találkozás a jótékonykodás és sajnálat szintjén marad, nem volt tapasztalatunk abban, hogy idősebb korosztályt vonjunk be a gyakran fizikai kihívást is jelentő kalandokba. Olyannyira, hogy jelezték, a nyáron visszajönnének, és újabb résztvevőket vonnának be.

*Sokat gondolkodtam, hogy kiket lehetne bevonni a második alkalomra. Több ismerősimet megkérdeztem, volt, akit nagyon érdekelt volna, de nem volt jó az időpont, vagy dolgozott, vagy a családja miatt túl hosszú lett volna a három nap. Így végül anyukám és a barátnője jött velem. Mindketten nyugdíjasok. Azonkívül, hogy úgy gondoltam, ráérnek, azért is esett a választásom rájuk, mert nagyon nyitottak az új dolgokra, nem ijednek meg a nehézségektől, s jól megértik egymást.*

*A második alkalom több szempontból volt nehéz számomra. Be kellett vonni valakiket, akikben bízam, de mégis ott motoszkált bennem, hogy mit tegyek, hogy jól érezzék magukat, egy csapat tagjának érezzék magukat. Valamint a program kérdése is érdekes volt. Több hely is*

*eszembe jutott, de rossz volt a bizonytalanság a közlekedési nehézségek és az anyagi keret miatt. De végül úgy gondolom, jó választás volt a visegrádi palota megtekintése. Ugyan a kerekesszékekkel nem tudunk mindenhova eljutni, de mindannyiunk számára nagy élmény volt. Teljes mértékben a komfortzónámon kívül kerültem, de nagyon érdekes és tanulságos tapasztalat volt. Nagyon örültem a facilitátorok jelenlétének, mert nagyon sokat tanultam tőlük, nagyon jó volt, hogy bizonytalanságaimban mindig segítettek.*

*A nagymarosi vasútállomásról való lejutás (kerekesszékekkel egy hosszú lépcsősoron) örök emlék lesz. Több alkalommal, de ott főleg kiderült, hogy mennyire nem vagyunk tekintettel a máshogyan közlekedőkre, mennyire nem működik még az akadálymentesítés, mert tényleg nehézséget jelent bizonyos helyek megközelítése, illetve elhagyása, ami két lábon nem okoz gondot, de néhány kerékkel már igen.*

*A zenekari próba és a sok közös séta a lakókkal élvezetes volt, s legutoljára embert próbáló, de mindenből tanulhatunk. Találkoztam szomorú és bántó dolgokkal is, amit jó lenne, ha meg lehetne változtatni. Utólag is jó érzés fog el, ha a kirándulásokon készült képeket nézegetem. Jó volt ez a feladat. És első alkalommal a lakók érzékenységének megállapítása is érdekes kihívás volt. Micsoda különbségek vannak közöttük, nem lehet őket egyformán kezelni, igenis figyelembe kell venni az ő igényeiket is, még akkor is, ha nem tudják kifejezni magukat a megszokott módon.*

*Azt gondoltam először, hogy a három nap, s főleg a kétszer három nap, nagyon hosszú lesz, de a sok program, az élmények, a pozitív légkör, a lakók jólelkősége, a facilitátorok elhivatottsága és kedvessége miatt hamar eltelt az idő. Nagyon köszönöm az élményt, a sok tapasztalatot, hogy megismerhettem egy számomra ismeretlen világot, s egy teljesen új nézőpontot.*

A beszámoló (melyből itt csak egy rövidebb szakaszt közöltünk) néhány fontos dologra hívta fel a figyelmünket. Úgy gondoljuk, hogy egy ilyen jellegű kaland komoly elköteleződést, és nagy bizalmat kíván az oktatók/ facilitátorok felé. Megtapasztaltuk, hogy kezdetben a jelentkezők megpróbálták kedvezményeket kiharcolni: legyen csak egy alkalom és beadandó, stb. Úgy tűnt, hogy a résztvevők-

nek egy kurzus teljesítéséhez képest aránytalanul nagy és ismeretlen kihívásra kell ígert mondani, ami szűrőként is működik, ha ragaszkodunk a keretekhez, valószínűleg csak kellő motivációval rendelkező érdeklődők válnak résztvevővé, ami kulcsfontosságú lehet a program sikerességéhez.

A facilitátorok modellként szolgálnak, így kiemelten fontos szerepük van a tanulási folyamat során: az egyik a személyes példa- sok helyzetben adnak modellt a megoldáshoz. Az is fontos szempont, hogy tudják élvezni az adódó kihívások megoldását, kellő biztonságot sugározzanak a kiválasztott kaland során. A másik a biztonságot adó támogatás: nem adnak kérést tanácsot, nem ők hozzák a döntéseket, de lehet hozzájuk fordulni: szakmai támogatást, háttérrel biztosítanak a teljes folyamat során.

Az egyik résztvevő reflexiója alapján az idősebb korosztály bevonása is jól sikerült. Ennek kulcsa már nemcsak a facilitátorok munkája, hanem a személyes kapcsolat azzal, akinek szavára belevágtak a kalandba.

*Megkérdeztem néhány nyugdíjas ismerősömet lenne-e kedvük segíteni. Talán anyák napja miatt, de közülük is csak egyikük vállalta. Így én 68, barátom 67 évesen nekivágtunk az akkor még ismeretlen kalandnak.*

*Szombaton nagyobb, egész napos kirándulásra mentünk Visegrádra két tolószékes és két jární tudó gondozottal tömegközlekedési eszközökkel. Ez a nap igazi kihívás volt. Nagy tapasztalási lehetőség volt számomra. Egyfelől az otthon lakóinak megismerése másképp és a külvilág reakcióinak megélése a csapatunkra. A járművekre való fel és leszállást többnyire segítették az emberek, együttérzőek voltak (busz, vonat, komp).*

*A vonaton az utasok felé nyúló Dani mellett megugrottak az emberek, megijedtek, mit is akar. Kicsit viccesnek találtam mikor már a harmadik ember ugrott egyet, pedig ezelőtt én is biztos így reagáltam volna. A facilitátor instrukciói, példamutatása minden téren inspiráló volt.*

*Vasárnap délelőtt sok turnusban mentünk sétálni, újabb ellátottakat ismerhettünk meg. Néhány ismertető mondat, jellemük, kedvenc viselkedési formáik ismertetése segített abban, hogy figyelmesebben tudjak közeledni feléjük.*

*Harmadik napra nagyon elfáradtam fizikailag, de lelkileg sokat töltekeztem. Megtanultam elfogadni és nem sajnálattal nézni ezeket az embereket. Láttam hogyan örülnek és ezt hogyan tudják megélni, kifejezni. Nem csak sajnálatra méltó többszörösen betegek voltak a számomra, hanem egy nagy család részei.*

*A Kisberceg és a róka megszelídítését éltem meg. Minél jobban megismertem őket, tudom a nevüket, már nem idegenek, szerethető ismerősök lettek.*

## Irodalom

- Ansdell, G (2014.) *How Music Helps in Music Therapy and Everyday Life*. Farnham: Ashgate
- Balázs, J (2010) Értékrend, egyenlőtlen esélyek és a befogadás esélyei. *Kultúra és közösség* 1. 14. (3.). 5-10.
- Bandoroff, S., & Newes, S.L. (2006). *Coming of Age: The Evolving Field of Adventure Therapy*. Association for Experiential Education,
- Jampel, P. (2011). Performance in Music Therapy: Experiences in Five Dimensions. *Voices: A World Forum For Music Therapy*, 11(1). Doi [10.15845/voices.v11i1.275](https://doi.org/10.15845/voices.v11i1.275)
- Kuppers, P. (2004). *Disability and Contemporary Performance: Bodies on Edge*. New York: Routledge.
- Kurzban, R. és Leary, M. R. (2001) Evolutionary Origins of Stigmatization: The Functions of Social Exclusion. *Psychological Bulletin* 127 (2), 187-208. Doi [10.1037/0033-2909.127.2.187](https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.2.187)
- Márkus, E. (2005) Súlyosan-halmozottan fogyatékos gyermekek nevelésének elméleti és gyakorlati problémái. Doktori értekezés. Eötvös Loránd Tudományegyetem, Neveléstudományi Doktori.