

Brummogda, „maciterápia”

Interjú Horváth Annamária művészetterapeutával.

Téma: a pécsi „Brummogda” és Ani művészetterápiás munkássága

Horváth Annamária Brummogda, pécsi Irgalmas Kórház
Kiss Virág EKE BMK VMI; ELTE BGGYK ÁLTGYPI

Absztrakt

Az interjú Horváth Annamária (Ani) művészetterapeuta szakmai munkásságáról készült, különös tekintettel a Brummogdára, mely egy terápiás macivarró műhely Pécsen, szó esik emellett a krónikus betegosztályon és a Hospice-ban végzett művészetterápiás munkáról is. Ani különös szakmai utat járt be, eredetileg Hollandiában tanulta a művészetterápia alapjait, de elvégezte a pécsi művészetterápiás képzést is sok más mellett. Pécsen a város szívében van a Brummogda, ahol gyerekek és felnőttek számára biztosít a terápiás fókuszú tevékenység mellett esetenként szabadidős tevékenységet is, emellett dolgozik klinikai környezetben is. A kliensek életproblémáikban kapnak tőle segítséget, támogatást a művészeti eszközök közvetítésével, ami lehet akár egy kisgyerek sötétségtől való féltelme, de az élettől búcsúzó krónikus beteg nyomhagyó gesztusa is a világban.

2021. jan 9. Messenger-interjú. Rövidített és szerkesztett változat

K.V: Beszélgetésünk témája a Brummogda és a művészetterápiás tevékenységed. Bemutatnád először a Brummogdát?

H.A: A Brummogda elsősorban gyermek- és embervégaszatoló hely, egy menedékhely, ahova be lehet térni, mert lokációját tekintve nagyon forgalmas helyen van a városban, ahol békeidőben nagyon sok ember jön-megy és egyszerűen csak úgy spontán is rátalálnak az emberek. Úgy kezdődött ennek a helynek a története, hogy amikor



bejártam, mert negyedállásom volt a gyerekklinika, akkor nem esett jól megtapasztalni, hogy a gyerekek nem szívesen jöttek a rideg klinikai szobába, kötelező volt az uniformis, a fehér köpeny... Vágytam egy olyan helyre, ahová csak úgy bejöhetnek, akár ne is derüljön az ki, hogy ők azért jönnek, mert valamilyen megoldandó problémájuk van. Hozzám elsősorban félelmekkel, szorongásokkal, viselkedés-tanulási zavarokkal fordulnak.

Régóta alkalmaztam a klinikai munkám során, és eredményes is volt, egy integratív babaterápia nevű foglalkozássorozatot. Ez egy rongybaba közös elkészítésével indul. Általában egy, időnként két alkalommal készült el ez az egyszerű rongybabácska. Ez nagyon jó lehetőség volt arra, hogy egyrészt a kezünk között az élettelen puha anyagból teremtsédjön egy antro-

pomorf alakzat, egy kis jelképes, emberszerű tárgy. Ez tanúja volt az első beszélgetéskezdeményeknek, ami aztán folytatódott. Előfordult, hogy még alakítottunk a babán később valamilyen formában, vagy másféle haját kapott. vagy kapott egy parókát. Mivel ezek a folyamatok elsősorban a gyerekonkológián történtek, fontos volt, úgyhogy nagy jelentőségük volt ezeknek a mozzanatoknak. Akár az, hogy kinövesztettük a haját, illetve, hogy nem probléma, ha átmenetileg nincs haja. Különleges szerepe volt ezeknek a kis babáknak. Tanúk voltak, vigasztaló szerepük is volt a rengeteg fájdalmas történés során.

A fiúk többsége nem akart babát készíteni, viszont benne voltak mindenféle mozzanatában ezeknek a foglalkozásoknak. Mindig nyitott voltam arra, mit szeretett volna a kisgyerekek, úgyhogy született ott

kutya, macska, zsiráf, amit akartak. El lehet képzelni, hogy milyenek voltak ezek az állatok, ezek az ember-szerű kis megfogalmazott lények, mert rendszerint ott nem is használhattunk mást, mint steril anyagot, és kintről nem vihettem be semmit, így a „levitézlett” lepedőkből, törölközőkből, műtősapkákból (készültek), amit a nővérek éppen találtak és úgy gondolták, hogy tudnak nélkülözni. Volt ott kék, zöld lila színű, mindenféle. Egyszer csak a legtöbb kisfiú, aztán a lányok is felbátorodtak, hogy inkább varrjunk macikat, ne babákat. Nem voltam túlságosan gyakorlott maci varrásban akkor még. Ez nagyon régen volt, harmincvalahány éve. Akkor elkezdtem tökéletesedni maciban, főleg az izgatott, és akkor egyre tökéletesebb macikat tudtunk együtt készíteni. mert nagyon jó szabásmintákat kreáltam.

Amikor ez a lehetőség megnyílt a Brummogda jelenlegi helyén, kitaláltam, hogy legyen Brummogda, hogy nevében is rögtön jelezze, hogy hova érkeztünk. Akkor a macikat, az addig összegyűlt kis maci társaságot beköltöztettem. Jelenleg már nagyon sok maci van itt, pedig nem vagyok maci gyűjtő, amit nehéz elhinni... egyébként. Pontosabban néha rám talál egy-egy karakter, egy-egy arc. Egyre több maci került a Brummogdába. Terápiás műhelynek gondoltam, terveztem az ottlétet, aztán eszembe jutott, hogy kibővítem macikészítő



foglalkozásokkal a tevékenységek körét. Mivel ez egy nagyon drága bérlemény, a rendszeres bevétel könnyebbé tette a fenntartását. Elkezdtem azt a lehetőséget felkínálni, hogy aki oda spontán betér, varrhasson macit, ha kedve tartja, illetve, hogy azért térjen be, hogy macit varrjon.

Van egy csomó különleges, karakteres maci, egy külön polcon, amikkel gyakran játszunk „színházat”, a gyermekpszichodráma-módszert alkalmazva. Gyakran megtörténik, hogy teljesen spontán elkezdi játszani a kisgyerek a talált macikkal, és már ezen a módon is feltárodnak azok a gondok, amikkel érkezett. Vagy lehet, hogy csak bekukkantott egy kisgyerek, és játék közben derül

ki, hogy a macik tudnak segíteni az aktuális gondján. Ha nem az én segítségével, hiszen ismerem a kompetencia-határait, és be is tartom, akkor delegálom megfelelő szakemberhez.

Mi történik még a Brummogdában? Képzőművészetterápia, leggyakrabban rajzolunk, festünk, de mindig az adott helyzet hozza azt a technikát, módot, amit használunk a kis kliensekkel. Gyakran maguktól rajzolják le családjukat. Szívesen használok textilt a közös alkotáshoz. Metamorphoses alkotó-fejlesztő meseterapeuta is vagyok, ezt a módszert is remekül be tudom illeszteni az általam használt módszerek, művészetterápiák közé. Leggyakrabban azzal kezdődik nálam egy beszélgetés, hogy rajzolunk együtt. A legkiválóbb eszközöket és anyagokat használom, gyermek kezébe nem adok hitvány dolgokat. Mivel a textiltől alkotás az egyik specialitásom, szeretik a gyerekek a finom, szép anyagokat, fonalakat, van, hogy így jutunk el a maci készítéshez.

K.V: Elsősorban egyéni terápiákkal foglalkozol, vagy csinálsz csoportterápiát is?

H.A: Elsősorban egyéni, egyrészt a helynek a mérete, kuckós szelleme is ezt sugallja, bár, hat ember is le tud itt ülni, ha szükség van rá.





Csoportos foglalkozást is szoktam tartani, akkor kivonulok a macikkal, például egy napközis csoporthoz, hogy ha most így konkrétan gondolok néhány eseményre. Volt, hogy múzeumpedagógus hívott meg egy csoportjához, mert amikor elkezdett velük dolgozni, észrevett két-három gyereket, akiknek szükségük lett volna másfajta, nagyobb figyelemre. Kialakult egy remek munkakapcsolat, néha együtt csináltunk csoportot a Vasarely Múzeumban

K.V.: Tudnál példákat mondani, hogy egy macivarrással mi minden irányba lehet elindulni, milyen szimbolikával lehet dolgozni?

A legegyszerűbb esetektől elkezdve megrázó, nagyon „analitikus” szituációk, spontán megtörténnek. Évekig dolgoztam egy kislánnyal, 5 éve láttam őt utoljára. Előtte majdnem 3 éven keresztül szinte minden pénteken ott volt a kisgyerek. Vele például egyszerűen, nem is tudom már hogyan, de nagyon hamar rátaláltunk arra, hogy ő eljátszotta a macikkal a napját, az érzelmeit, gondolatait. Ez a gyerek pont nem szerette a macikat, sőt annyira nem, hogy azt mondta, utálja a macikat. Nem estem ettől kétségbe, kiderült, hogy ő a bocikat szereti, beszereztem hát bocikat is. Egyszer csak már 16 bocim volt. Elkezdett játszani velük, mintha bábok lennének. Nem irányítottam kezdetben még kérdésekkel sem,

hanem csak úgy történtek a dolgok. Egyszer elkezdtünk játszani, és azt veszem észre, akkor már 4 bocim volt, meg az övé volt az ötödik, hogy a családját jelenítette meg. Más gyermekeknél, gyakran volt az a tapasztalatom, hogy a jószágost, a védelmezőt gyakran macinak ábrázolta a gyermek. A bocis kislány viszont a rossz szerepeket osztotta rájuk, akiket vagy nem szeretett, vagy nagyon rossz dolgokat csinált vele, azok szerepét kapták meg a macik. Előfordult az, hogy csak kitalált történetben, például takarítónő volt a maci. Nagyon aranyos sztorik voltak különben, mackó a postás... megtudtam, hogy félt a postástól, vagy az egyik dadustól... vagy medve volt az anyai nagypapa meg nagymama. Kiderült, később, amikor már tudatosan irányítottam, ezekből a játékokból, hogy nagyon súlyosan bántalmazták őt a nagyszülők, az ő anyai nagyszülei.

K. V. Meséltél tömőanyagos történetet is, hogy a töméshez is kapcsolódott jelentés.

H. A. Igen. Például volt egy aranyos testvérpár. Rettentően félt a sötétben a kislány, és úgy oldottuk meg

ezt, hogy Árpika bátorságot tömött a maciba. Ahogyan tömte a macit, beszélünk arról, hogy ez a maci abban is fog segíteni neki ezentúl, hogy ha fél, akkor csak kérje meg, hogy bátorítsa őt, hogy bátor tudjon lenni. Ezt spontán oldotta meg, hogy „akkor tömünk bele bátorságot”, és akkor tömünk bele bátorságot. Ez a kislány háromszor is visszajött, hogy még tömjünk bele. Fel kellett bontani a nyakát sajnos a macinak, de megállapodtunk, hogy ez nem fáj neki, mert tudja, hogy azért történik, mert bátorságra van szüksége a gazdájának. Egyre bátrabb lett Árpika, és már csak egy gyenge lámpafényre volt szükség, az előszobában, ami nem zavarja az alvásba őket. Harmadszori újra töltéskor lett elég bátorság. Aztán lassan megtanulta a bátorító mackó segítségével, hogy ne féljen. Ehhez tündér kis nővérkéje is segítségére volt. Fantasztikus édesek voltak, amikor hozták vissza a macit. A kislány csak egy panda macit varrt magának és amikor másodjára jöttek vissza a bátorság pótlásért, akkor egy társacsakát, egy kisebb pandát varrt, nem akarta, hogy egyedül legyen a macija.



Egyebet is szoktunk bele tölteni, hogy ha kiderül, hogy mi az, amiben hiány van. Aki például magatartászavarral jön, és ez megoldható, feloldható (nem biológiai eredetű a probléma. K.V.), akkor nagyon jól lehet ezzel a módszerrel azt elérni, hogy a feltárás után a jól irányított beszélgetés folyamán utána megerősödünk ezekkel a beletöltött jótulajdonságokkal. Például segítségül lehet hívni a macit, hogy ha véletlenül elkezdek rosszkodni, és akkor a maci segít, tehát emlékezteti őt arra, amikről akkor beszélgettünk, amikor tömtük bele a tömést. Ez egy kis idézőjelben „mágikus része” az ottlétnek, beválik a legtöbb esetben.

Aztán van más is, nem meghívott terápiás történés, hanem „valahogy jön”...

Ez például egy olyan történet, ez „csak történt”. Jött egy nő egy másik városból, akit véletlenül ismertem is korábban, és elkezdett varrni egy macit. Adtam a kezébe egy anyagot, tetszett neki és elkezdte csinálni. Majdnem készen volt, amikor félretolta. Kérdezte, hogy nincs-e valami eper színű vérszínű, vörös piros plüssöm. Volt, mert a művészeti gimiben voltam iskolapszichológus, velük is varrogattunk (ott el lehet képzelni, hogy miket műveltek, mennyire újra-gondolták a macikot). Volt/van sokféle macianyagom. Elkezdett varrni egy vérvörös macikot nagyon szélesebben, türkiz színű orrocskával, majd varrt neki egy mellényt, mert fázott, miközben egyébként már igen jó



idő volt, de mégis, mert szerinte nagyon fázott a vérszínű macik. Aztán pár nap múlva újra eljött és mondta, hogy ahogy zötykölődött vele a busz hazafele, akkor jött rá, hogy ez mi volt tulajdonképpen. Arra jött rá, hogy nem olyan sokkal azelőtt, hogy Pécsre jött, akkor tudta meg, hogy neki volt egy ikertestvére, aki halva született, és ezt előle eltitkolták, tehát nem tudott erről, sose beszéltek róla, viszont volt neki egy rettenetes heves reakciókkal járó allergiás asztmája, és borzalmasan beteg tudott lenni benne. De a félálomszerű hazazötyögésben a buszon rájött, hogy hoppá, arra gondolt, hogy ő megvarrta az ikertesóját. S hogy mi legyen ezzel a macival? Csütörtökön eljött, hozta a macit. Sosem szoktam tanácsot adni, beszélgettünk, majd maga úgy döntött, hogy eltemeti a macit. Fotók maradtak róla. Ami nagyon érdekes, Tímeával való találkozásakor tavasz volt és ősszel nem jött elő az allergiája. Ez egy meglepő, különös történés volt ott, én csak megfigyelő voltam, talán a helyszelleme hozta létre...

Nekem ez is egy csodálatos igazolása annak, hogy ez nem egy készítés, nem egy gyártás, nem egy barkácsolás, hanem teremtmény valami az Istenáldotta pillanatokban.

K. V.: *Hogy lettél művészetterapeuta?*

H. A.: Érdekes, szép története az életemnek. 1981-től 1985-ig Hollandiában, Amszterdamban tanultam. Nálunk nem volt ilyen szak, azóta sincs, pedagógiai pszichológia, és lehetőség volt 4. szemesztertől felvenni még egy szakot. Amikor oda jártam, akkor jött egy másik lehetőség is, Németországban, Integratív Babaterápia kurzusra, angol nyelven. Nem volt annak idején ez gyakori lehetőség, hiszen ez bőven a rendszerváltás előtt volt. A Szüleim és egy Professzor, akik eddig is támogatták ottani tanulmányaimat, befizetett engem erre a következő tanévben, illetve plusz felajánlotta nekem azt, hogy művészetterápia képzésen is részt vehessek a Vrije Egyetemen. Én ott végeztem, de itthon ennek nem volt megfelelője, így az ún. ekvivalencia vizsgát, eljárást nem lehetett lefolytatni. Nem ismerték, mi a művészetterapeuta, csak nagyon kevesen. Nem zavart ez engem különösebben, de az ott elsajátított dolgokat, meg a közben utána olvasott dolgokat elkezdtem használni, meg a babaterápiát, ami átlényegült maciterápiává. Jártam mindenféle terápiás képzésre is itthon, és akkor, amikor először megindult Pécsen a művészetterápia képzés, akkor jelentkeztem. Ugyanúgy elmentem



felvételizni, mint más. Többször voltam Heidelbergben is, hiszen ott régi hagyománya van a művészetterápia beépítésének a gyógyító folyamatokba. Pécsen is volt egy remek időszak az 1950-es években a dr. Reiter Kamilló professzor úr idejében, Jakab Irén munkássága is itt alapozódott meg. Egy csodás gyűjtemény egy része ma is nagy kincse a Pszichiátria Klinikának. Mivel saját életemben mindig nagyon hasznos volt számomra a művészeti tevékenység saját kríziseimben, az „öngyógyulás” meggyőzött arról, hogy ez az én utam.

K.V.: Kórházban is dolgoztál művészetterápiával. Arról mondasz pár szót.

H. A.: Öt éven keresztül az Irgalmas Kórház négy osztályán dolgoztam. Ott csoportban foglalkoztam azokkal a betegekkel, akik mobilizálhatóak voltak, beleértve a hospice osztályon fekvőket is. Azok a legemlékezetesebb élményeim onnan, amikor néhány hospice be-

teget is be tudtam vonni a délutáni csoportmunkák.

Az volt a mottóm, hogy „ha az életet nem lehet meghosszabbítani, akkor ki kell szélesíteni”.

Gyönyörű élmények voltak, akkor volt egy ulmi projekt, amibe, amibe bármilyen kis energiabefektetéssel, csekély fizikai aktivitással be lehetett kapcsolódni. Ulmban kezdeményezték. A Duna eredetétől, ahogyan folyik a Duna egész a Fekete tengerig, ahány kilométer, annyi kilométer horgolt láncfonalat gyűjtöttek össze a különböző országokból. Volt egy felhívás, és ezeket a gombolyagokat, ami már meghorgolt gombolyag volt, kellett kijuttatni Ulmba. Az volt a terv és meg is valósították, hogy részleteket horgolnak, hogy egy-egy takarónyi legyen, de azt is aztán utána összevarrták, és beterítették vele Ulm főterét. Később pedig hajléktalanok kapták meg ezeket a meleg takarókat. Fantasztikus együttlétek voltak. Egy férfi vak betegünk, ő

nem horgolótűvel, hanem kézzel csinálta, nagyon lelkesek voltak a hospice kliensek is, és ez végtelenül nagy boldogságot okozott az egész társaságnak. Rendszeres, heti kétszeri alkalommal készítettük, amit alig vártak. Minden fájdalom elmúlt ekkor, pedig volt nekik bőven. Az, hogy az egész alkotásban az övé is benne van, az valahogy a személynek a kiterjesztését is jelentette. Ez megfogalmazódott, ha már el kell búcsúzni ettől az élettől, nyomunk marad... Nyilván minden beteg tisztában van ezzel, aki ott van, hogy ez az utolsó hely az életében.

Aztán volt olyan közös alkotás is, mert előfordult olyan, szerettek volna öltögetni, úgyhogy patchworkot készítettünk. Éppen volt a hospice-ban olyan néni kettő is, aki varrónő volt. Mondtam, hogy elég csak fércöltéssel... nahát aztán olyan gyönyörűen megvarrták, hogy az elmondhatatlan. Akkor abból csináltunk egy olyan művet, hogy mindenki írt rá valamit. Vagy ő írt rá, vagy a nevét, vagy diktált valamit, amit ráírtam. Maradandó nagyon szép kis emlék, azóta is a Hospice Osztály falát díszíti.

Volt, hogy betegágyhoz is mentem, hallotta a betegtárstól, hogy varrtuk „azt a szívet”, akkor elmentem az hozzá, így ő is varrt egy szívet az én segítségemmel, de nagyon boldoggá tette, hogy benne van ő is ebben a közös munkában, Nagyon különleges lelkület, egy közös lélekjelenlét alakult ki.

K. V.: Közös lélekjelenlét. Végszónak is nagyon jó...

