

Az olvasástámogató és biblioterápiás kezdeményezések szerepe a büntetés-végrehajtási intézetekben külföldön és hazánkban¹

The Role of Reading Initiatives and Bibliotherapy in Prisons Abroad and in Hungary

MIKLÓSI Márta² 

Bevezetés: A büntetés-végrehajtási intézetekben megvalósuló olvasástámogató és biblioterápiás kezdeményezések hatásai szerteágazók, ezek a pozitív hatások közvetett módon akár hozzájárulhatnak a fogvatartottak társadalomba való visszailleszkedéséhez is.

Célkitűzés: Tanulmányomban a börtönben működő olvasástámogató programok és biblioterápiai csoportok vizsgálatát tűztem ki célul, amelyek a fogvatartottak készségeinek fejlesztése, szorongásának csökkentése és számos egyéb pozitív hatás következtében hozzájárulhatnak ahhoz, hogy könnyebben átvészeljék a börtönben töltött időszakot, emellett formálódjon személyiségük is. A biblioterápia börtönben betöltött szerepének bemutatása mellett konkrét példákon keresztül kitérek arra, milyen kezdeményezések jelennek meg világszerte, illetve hazánkban ezen a területen.

Módszer: A téma alapos megismeréséhez felkutattam a büntetés-végrehajtási intézetekben megvalósuló olvasástámogató és biblioterápiás kezdeményezésekre vonatkozó hazai és nemzetközi tudományos szakirodalmat, főleg a téma pszichológiai és kriminológiai vetületét vizsgálva.

Következtetések: A tanulmány legfőbb értéke a téma szakirodalmi hátterének feldolgozása mellett annak bemutatása, milyen pozitív hatásai vannak az olvasástámogató és biblioterápiás foglalkozásoknak a börtönben. A zárkából való kiszabadulás, szociális kapcsolatok létesítése mellett ezen programok

¹ A tanulmány a Bolyai János Kutatási Ösztöndíj (azonosítószám: BO/00099/24/2) támogatásával készült.

² Adjunktus, Debreceni Egyetem BTK Nevelés- és Művelődéstudományi Intézet Művelődéstudományi és Humán Tanulmányok Tanszék, e-mail: miklosimarta@unideb.hu

hatására jellemzően javul a fogvatartottak általános hangulata, csökken a szorongásuk szintje, fejlődik a kommunikációs és az érzelm kifejező készségük is.

Kulcsszavak: biblioterápia, olvasás, fogvatartottak, reintegráció

Introduction: The effects of reading support and bibliotherapy initiatives in prisons are wide-ranging, and these positive effects may even indirectly contribute to the reintegration of prisoners into society.

Aim: The aim of this study is to investigate reading support programmes and bibliotherapy groups in prisons that can help prisoners to overcome their time in prison and to develop their personalities through improving their skills, reducing their anxiety and a number of other positive effects. The role of bibliotherapy in prisons will be discussed, with specific examples of initiatives that have been taken in this field both in the world and in our country.

Method: In order to gain a thorough understanding of the topic, I have searched the national and international academic literature on reading support and bibliotherapy initiatives in prisons, mainly examining the psychological and criminological aspects of the topic.

Conclusions: The main value of the study, besides the literature on the subject, is to show the positive effects of reading support and bibliotherapy in prisons. As well as helping prisoners to get out of the cells and establish social contacts, these programmes typically improve their general mood, reduce their anxiety levels and improve their communication and emotional expression skills.

Keywords: bibliotherapy, reading, prisoners, reintegration

Bevezetés

A szabadságvesztés-büntetés büntetés-végrehajtási intézetben (börtön) történő letöltése egész életet megváltoztató esemény a fogvatartott számára. A reintegráció elősegítéséhez kulcsfontosságú, hogy a fogvatartottak megtanulják feldolgozni a bűncselekmény elkövetéséhez, a büntetés letöltéséhez, a szabadság elvesztéséhez kapcsolódó élményeket. Ez a terápia biblioterápia formájában is nyújtható, amely zárt intézetekben, különösen börtönben lévő személyek esetén rendkívül jól működik.

Az irodalmi művek azáltal, hogy a befogadás során „csatornákat tudnak megnyitni”, elősegíthetik a terápiás folyamat sikerességét, hozzájárulhatnak a személyiség formáláshoz, és segítséget nyújthatnak a kommunikáció folyamatában is (GÁLÓSI 2020: 31).

Tanulmányomban a börtönkönyvtárakban működő csoportok, megvalósuló kezdeményezések, aktivitások vizsgálatát tűztem ki célul, amelyek a fogvatartottak készségeinek fejlesztése, szorongásának csökkentése és számos egyéb pozitív hatás következtében hozzájárulhatnak ahhoz, hogy könnyebben átvészeljék a börtönben töltött időszakot, emellett formálódjon személyiségük is. Írásomban az alábbi kutatási kérdésekre keresem a választ: Miért fontos a biblioterápia a börtönben? Milyen pozitív hatásai lehetnek

a fogvatartottakra nézve az irodalomterápiás foglalkozásoknak? Milyen kezdeményezések, jó gyakorlatok jelentek meg világszerte ezen a területen? Mi jellemzi a magyarországi börtönök irodalomterápiás foglalkozások tekintetében? Tanulmányomban ezen kérdések vizsgálatát tűztem ki célul a nemzetközi és a magyarországi szakirodalom feldolgozásával.

A biblioterápia fogalma, pozitív hatásai

A biblioterápia mint kifejezés a görög *biblion* (könyv) és a *therapeia* (gyógyítás) szóból származik, ezzel utalva a könyvek gyógyító erejére (BARTOS 1989; GÁLOSI 2020). A *Dictionary for Library and Information Science* meghatározása szerint az olvasás, a könyvek elősegíthetik, hogy a fogvatartott érzelmi problémákból, vagy akár mentális betegségekből is felépülhessen (REITZ 2019). A biblioterápiának két típusa különíthető el, a klinikai és a fejlesztő biblioterápia. A klinikai biblioterápiai foglalkozások vezetője általában valamilyen orvosi végzettséggel rendelkező szakember, például pszichológus vagy pszichiáter (GULYÁS 2014). A fejlesztő biblioterápia vezetője általában könyvtáros vagy tanár, sikeresen alkalmazható könyvtárakban, iskolában, vagy akár börtönökben is (GULYÁS 2014). Rubin a börtönkönyvtárak céljáról szóló elméletében (1973) arra a következtetésre jut, hogy a biblioterápia talán a könyvtár legnagyobb hozzájárulása a fogvatartottak rehabilitációjához.

Gálosi megfogalmazásában az irodalomterápia „szövegek felhasználásával történő személyiségfejlesztést, továbbá számos pszichés problémához társuló terápiát jelent” (GÁLOSI 2020: 34). Tanításhoz, problémamegoldáshoz már az ókorban is használtak történeteket, az elbeszélésekkel való gyógyítás szinte egyidős az emberiséggel. A terápia során maga az irodalmi mű, például egy vers, egy regényrészlet, egy novella készlet elgondolkodásra a fogvatartottakat, ezáltal önreflexióra, önismeretük fejlesztésére, társaikkal való közös gondolkodásra, közös munkára ösztönzi őket (GÁLOSI 2020).

A biblioterápia, azaz az olvasás és az irodalom terápiás beavatkozásként való alkalmazása jelentős szerepet játszik a börtönökben, különösen a mentális egészséggel kapcsolatos problémák kezelésében és a társadalmi visszailleszkedés elősegítésében.

A fogvatartottak biblioterápiás csoportfoglalkozásokra számos okból jelentkezhetnek, a börtönben töltött idejük hasznossá tétele mellett egyéb motiváció is állhat a jelentkezések mögött: a praktikus kikapcsolódás mellett a zárka elhagyása, a többi fogvatartott megismerése, sőt a férfi csoportok esetében a női csoportvezetők iránti érdeklődés is megjelenhet motivációként (KISS 2022).

A biblioterápiás foglalkozások során a résztvevők védett környezetben, mégpedig fantáziájukban próbálhatnak ki különböző problémamegoldó stratégiákat a történetekben való elmélyülés eszközével. A biblioterápiás foglalkozások célja annak elősegítése, hogy a jövőben ne indulati alapon, érzelmeik mentén döntsenek, hanem törekedjenek arra, hogy tudatosabban dolgozzanak a megoldáson (GÁLOSI 2020).

Az önismeret segíthet a fogvatartottnak abban, hogy megkérdőjelezzék és akár meg is változtassák értékrendjüket, meggyőződésüket és viselkedésüket. Az olvasásra és írásra fókuszáló kezdeményezések, közös aktivitások bármely életkorú egyének számára előnyösek azért, hogy növelik önbecsülésüket, önismeretüket, toleranciaszintjüket,

gondolatok és érzések megvitatására vonatkozó képességüket. A programokon részt vevő személyek nyitottabbak, könnyebben megértik mások eltérő nézőpontját, a biblioterápiás foglalkozások hatására javul a megküzdési és problémamegoldó képességük, és ezáltal személyiségük is fejlődik a börtönkörnyezetben, mivel erőteljes személyiségfejlődési folyamaton mennek keresztül (EMASEALU 2019; KROLAK 2019; LIU et al. 2009).

A fikció segítségével a fogvatartottak megérthetik és feldolgozhatják saját cselekedeteiket, felismerhetik azt, milyen fájdalmat okoztak másoknak a bűncselekmények elkövetésével, ezáltal erősödik empátiás képességük. Az irodalmi szövegek közös feldolgozása segíti a bűnhődés átélését, az elkövetők pedig a szövegen keresztül kifejezhetik érzéseiket, oldhatják a belső feszültséget, és fejleszthetik kommunikációs készségeiket (KISS 2022; WAXLER–TROUNSTINE 1999). Mindezek segítik őket abban, hogy könnyebben túléljék a börtönben töltött időt, szabadulásuk után újra be tudjanak illeszkedni a társadalomba, újra családjuk részévé válhassanak, és ne kövessenek el ismét bűncselekményt (SCHUTT–DENG–STOEHR 2013; TROUNSTINE–WAXLER 2006). A csoportos biblioterápiában a fogvatartottak a közös megbeszélések során elfogadóbbakká válnak egymással szemben, ezzel is növelve egymás iránti toleranciájukat, így nagyobb eséllyel válik elkerülhetővé az, hogy további fájdalmat okozzanak egymásnak, ami a szociális jóllét egyik vetületeként is felfogható (BILLINGTON 2011; KISS 2022).

Billington és Robinson (2013) tanulmányában a börtönbeli biblioterápia vonatkozásában a jóllét négy típusát különítik el. A jóllét egyik típusa a szociális jóllét, amely a mások nézőpontja iránti elfogadás mellett az elmagányosodott személyek bevonódását jelenti. Az érzelmi/pszichológiai jóllét az önkifejezés fejlődésére és a kikapcsolódásra utal (REZSŐFI 2018). A harmadik típus az oktatási jóllét, amely „hajlandóság a »nehéz« könyvekkel végzett munkára, önkéntesség és motiváció a tevékenység kapcsán, különböző műveltségű személyek bevonódása” (REZSŐFI 2018: 71). A szervezeti jóllét a fogvatartottakkal dolgozó személyzet pozitív csatlódásaként fogalmazható meg, amikor a résztvevők elvárásaikhoz képest motiváltabbak, nagyobb hajlandóságot mutatnak a komolyabb olvasmányok irányába (ROBINSON–BILLINGTON 2013; REZSŐFI 2018).

A biblioterápiás kezdeményezések az olvasás népszerűsítése mellett hozzájárulnak az anyanyelv és a műveltség fejlesztéséhez, az esztétikai érzék gyarapításához, valamint a hiányos műveltség kiegészítéséhez is, így az élethosszig tartó tanulás (*lifelong learning*) meghatározó elemeként is értelmezhetők (BÉRES – CSORBA–SIMON 2013). A női fogvatartottakkal végzett biblioterápiás foglalkozások célja lehet továbbá a női életút kérdéseinek feldolgozása, a női krízishelyzetek kezelése, családos fogvatartottak esetén az apa-gyermek vagy anya-gyermek viszony elmélyítése (BILLINGTON–LONGDEN–ROBINSON 2016; ROBINSON–BILLINGTON 2013). A fogvatartottak a biblioterápiás foglalkozásokon egy-egy mű elolvasása után megtanulhatnak véleményt alkotni, érzéseket megfogalmazni, önmagukra reflektálni. Ugyanakkor nem hagyhatjuk figyelmen kívül azt a tényt sem, hogy a fogvatartottak esetében egyik elsődleges cél a reintegráció támogatása, amelynek egyik eszköze lehet a proszocializáció kialakítása. Ebben a folyamatban a biblioterápia úgy nyújt támaszt, hogy a fogvatartott a feldolgozott irodalmi szöveg megismerésével olvasóként lehetőséget kap arra, hogy problémáit más szemszögből lássa, emellett „lehetővé teszi, hogy következmények nélkül átgondolhasson különféle megoldásokat, megismerjen más értékeket és életutakat, ez pedig motorja lehet a személyiség és az életút pozitív irányú

változásának” (BÉRES – CSORBA-SIMON 2013: 252). Ennek következtében a fogvatartottak „proszociálisabbá válhat a világképe, továbbá az ember-, élet- és értékszemlélete”, színesebben látja a világot, és jobban bele tud helyezkedni akár a másik személy helyzetébe is (BÉRES – CSORBA-SIMON 2013: 252).

Pszichológiai szempontból sem elhanyagolható a biblioterápia hatása. Pardini és munkatársainak kutatása (2014) a biblioterápia hatását vizsgálta a fogvatartottak depressziós tüneteinek enyhítésében. Megállapították, hogy a kognitív biblioterápiás programok jelentős javulást mutattak ki a depressziós pontszámokban, a terápiában részt vevők mintegy felénél szignifikáns változásokat értek el. Ezek a hatások idővel megmaradtak, ami azt jelzi, hogy a biblioterápia hosszú távú mentális egészségügyi előnyökkel járhat (PARDINI et al. 2014).

Biblioterápiás és olvasástámogató kezdeményezések világszerte

A börtönkönyvtár ideális esetben szolgáltatások széles választékát nyújtja, így a fogvatartottak oktatási, informálódási és szabadidős igényeinek kielégítésére törekszik. A nyomtatott és digitális anyagokhoz, olvasnivalókhoz való egyszerű hozzáférés biztosítása mellett a börtönkönyvtárak számos egyéb szolgáltatást is nyújtanak, mint például olvasóköri és könyvklubok működtetése, biblioterápiás és kreatívírási-foglalkozások, vitakörök, írólátogatások és színházi műhelyek szervezése (KROLAK 2019). Világszerte számos példa mutatja, hogy rengeteg innovatív módja van a börtönkönyvtárban rendelkezésre álló lehetőségek, könyvtári állomány és könyvtári tér optimális kihasználásának. A börtönkönyvtárak által kínált lehetőségek gyakran egyszerűen a személyzet nyitottságától és képzelőerejétől függenek. Igen gyakran még maguk a fogvatartottak is kezdeményezőket mutatnak, és különböző műveltségi programokat szerveznek, vagy a börtönökből kívülről érkező szervezetek, önkéntesek nyújtanak ebben segítséget számukra (KROLAK 2019).

Biblioterápiás és olvasástámogató kezdeményezések Európán kívül

Afrikában számos kezdeményezés mögött a brit African Prisons Project elnevezésű jótékonyági szervezet (APP) áll. Ez a szervezet 2007-ben jött létre azzal a céllal, hogy fejlessze a fogvatartottak és a börtönszemélyzet készségeit, képességeit, támogatva őket abban, hogy megértsék a rájuk vonatkozó jogszabályokat, és tisztában legyenek a jogaikkal (African Prisons Project 2018). Az APP cél elérése érdekében végzett munkájának egyik eszköze a börtönök könyvtári létesítményeinek fejlesztése és megerősítése. A Book Aid International, egy brit könyvadományozással és könyvtárfejlesztéssel foglalkozó jótékonyági szervezet vadonatúj könyvek adományozásával támogatja a szervezet munkáját az APP által Ugandában és Kenyában működtetett 14 börtönkönyvtárban. Ezek a könyvtárak többet nyújtanak könyvek kölcsönzésénél, olvasástámogató programokat szerveznek a fogvatartottak számára. Az olvasás örömeinek és fontosságának támogatása érdekében az ugandai Luzira Upper Prison könyvtára például egy könyvklubnak ad otthont, amelyet az APP személyzetével együtt az egyik fogvatartott vezet. Hétfő reggelente

a fogvatartottak összegyűlnek, hogy megbeszéljék a legfrissebb olvasmányokat. Az ülés lehetőséget nyújt a gyengébb képességű fogvatartottak számára is olvasási készségük fejlesztésére azáltal, hogy együtt olvasnak társaikkal (Book Aid International 2016). Világszerte jellemző, hogy a fogvatartottak számára a könyvek nemcsak menekülési lehetőséget nyújtanak, hanem kaput jelentenek a továbbtanuláshoz. A Luzirában például a könyvklub résztvevői közül többen is arról számoltak be, hogy hogy az olvasás iránti új szeretetük az oktatás felé terelte őket, hogy befejezzék a gyermekkorukban félbemaradt iskolai tanulmányaikat (Book Aid International 2016).

Egy másik ugandai kezdeményezés szintén a Luzira börtönben a Pen Uganda nevű szervezethez kötődik. A kreatív írói projekt eredményeként 2018-ban megjelent egy 150 oldalas könyv, amelynek címe: *As I Stood Dead Before the World: Creative Writing from Luzira Prison*. A könyv három részre tagolódik: versekre, novellákra és drámákra. A Luzira börtön mintegy 25 elítélte – férfiak és nők egyaránt – 32 verssel, kilenc novellával és nyolc rövid drámával járult hozzá a kötethez (KAHYANA–KISIKI–LAMWAKA 2018; MUSINGUZI 2020).

Az APP által vezetett projekttel érintett másik afrikai országban, Kenyában, Nairóbi-ban működő Lang'ata női börtön könyvtára több mint 600 női fogvatartott és gyermekeik, valamint a börtönszemélyzet és családtagjaik számára biztosítja, hogy hozzáférjenek a megfelelő, gyermekeknek és felnőtteknek szóló oktatási anyagokhoz, emellett programokat is szervez a fogvatartottaknak (African Prisons Project 2018). Az egyik ilyen kulturális program, a kreatív íróműhely résztvevője így számolt be a Lang'ata Börtönben szerzett tapasztalatairól: „Nem akarok beszélni arról, ami akkor történt, az csak egy pillanat volt, amiben nem ismerek magamra. A máról és a holnapról akarok beszélni. Szeretnék írni lenni, nem csupán egy fogvatartott, akit csak az elkövetett bűncselekménye alapján ítélnék, bélyegeznek meg” (BOWDEN 2018). A kreatív íróműhely vezetője erről ezt írta: „Az osztály bólogatott, és némán egyetértettünk abban, hogy az írás a börtön rácsain túlra is vezethet. És a véres pillanatokon túl, amelyek miatt ezek a nők börtönbe kerültek, látom szelídségüket. Az együttérzésüket és türelmüket, ahogy meghallgatják egymást, a legnehezebb helyzetekben is.” (BOWDEN 2018; OGEMBO 2019).

A börtönkönyvtári tevékenység az algériai börtönökben intézetről intézetre változik, a fogvatartottak eltérő lehetőségekkel, programokkal találkozhatnak. Ezekben az intézetekben a könyvtárosok versenyeket és rendezvényeket szerveztek, ezzel téve vonzóbbá a börtönkönyvtár látogatását. A versenyben való részvételhez szükséges információk a börtönkönyvtárban fellelhető könyvekben voltak elrejtve, emellett feladat volt a könyvek tartalmának összefoglalása – amely tevékenység elősegíti a kreatív írást, valamint a szövegértést –, vitákon és beszélgetéseken való részvétel, helyi és nemzetközi ünnepek szervezése, mint például az április 16-i tudás napja; költészet, kreatív művészetek, vallás és irodalom témakörében tartott műhelyfoglalkozások; írók, professzorok és tudósok előadásai. Ezzel kapcsolatosan tájékoztató plakátok készültek, amellyel meghívták a fogvatartottakat a könyvtárba, és felhívták a figyelmüket arra, hogy vegyenek részt a könyvtár rendezvényein és tevékenységein, sőt a börtönrádiót is felhasználták a könyvtárlátogatás népszerűsítésére (SHEBAHI 2017).

A kreatív írás terápiás lehetőségeket is rejt magában, és hozzájárul a fogvatartottak rehabilitációjához is. A Free Minds Book Club and Writing Workshop, amelyet 2002-ben

alapítottak Washingtonban, kéthavonta kínál könyvklubbeszélgetéseket, kreatívírás-gyakorlatokat és költészeti műhelyeket fiatalok számára. A programba való belépéskor a fiataloknak mindössze 5%-a mondta, hogy olvasott, vagy élvezte az olvasást, és mindössze 10%-uk írt korábban verset. A programban való részvétel után 75%-uk vallotta magát aktív olvasónak, 90%-uk írónak. 2015-ben a résztvevők visszaesési aránya 10% volt, szemben az országos rátával, amely 70 és 90% közé tehető (HANEMANN–KROLAK 2017).

Az Európán kívüli gyakorlatok után a következő fejezetben néhány pozitív példát villantunk fel európai börtönök biblioterápiai kezdeményezései közül, a teljességre törekvés nélkül.

Biblioterápiás és olvasástámogató kezdeményezések Európában

Angliában számos programmal, kezdeményezéssel találkozunk, amellyel megpróbálják könnyebben átvészeltethetővé tenni a börtönben töltött időszakot, legyen szó közös olvasásról, informális olvasástámogató csoportról vagy gyerekeiknek felolvasó fogvatartottakról. A liverpooli börtönben a The Reader elnevezésű civil szervezet vezetésével harmincöt fogvatartott nő vett részt az *Olvasd el!* (Get into reading) kezdeményezésben, amely projekt az irodalom (versek, szépirodalom, színdarabok, novellák) börtönközösségekben történő közös olvasásának terápiás hatásait vizsgálta. A program középpontjában a közös olvasás áll, a fogvatartottak és a velük együtt olvasó munkatársak konkrét példáin és vallomásain keresztül mutatja be, hogy egy ilyen program hogyan járulhat hozzá a fogvatartottak mentális jóllétének javulásához (BILLINGTON 2011).

Egy másik brit szervezet, a Prison Reading Groups olvasócsoportok terjedését patronálja a börtönökben, támogatást és finanszírozást nyújtva azoknak, akik olvasócsoportokat működtetnek. A projekt 1999-ben indult, és jelenleg több mint 40 csoport működik országszerte több mint 35 börtönben. A csoportok informálisan jönnek létre, és olvasásra ösztönzik a fogvatartottakat. A tagok szabadon választják meg, hogy mit olvasnak, és a könyveket elolvasás után továbbadják más fogvatartottaknak. A szervezet író-olvasó találkozókat, családi napokat is rendez a börtönben, emellett könyveket biztosít a fogvatartott szüleiért meglátogató gyermekek számára (Prison Reading Groups [é. n.]).

A Storybook Dads jótékonyági szervezet kezdeményezése 107 börtönben érhető el, és évente 5000 és 6000 közötti mesét rögzítenek a fogvatartottak a gyerekeik számára, akik szabadságvesztés-büntetésüket töltő szüleiktől megkapják a hangfelvételt és a mesekönyvet is. Ma már ez a kezdeményezés a női börtönökben is elérhető, így az anyák is olvashatnak fel mesét a gyerekeiknek (Storybook Dads [é. n.]).

A brit kezdeményezés hatására számos más európai börtönben is találkozhatunk gyermekeik számára mesét felolvasó és hangfelvételt készítő elítéltekkel, mint például Horvátországban. Az olvasás és írástudás ösztönzését, kutatását és népszerűsítését célul kitűző Horvát Olvasószövetség (Croatian Reading Association, CroRA) nonprofit szervezet a Parent in Action (RODA) egyesülettel partnerségben részt vett a három legnagyobb horvát büntetés-végrehajtási intézetben, Požega, Glina és Lepoglava börtönökben fogva tartott szülők, kifejezetten apák számára szervezett olvasási programban.

Az Olvasási program³ megvalósítása hozzájárult a társadalmi tudatosság növeléséhez azon gyermekek problémáival, szükségleteivel és jogaival kapcsolatban, akiknek szülei börtönben vannak, valamint felhívta a figyelmet a családok támogatásának szükségességére (BERAK–ČUNOVIĆ 2017). Más horvátországi börtönökben is találkozhatunk irodalmi tevékenység és kreatív írás támogatásával, működnek itt olyan további workshopok, amelyek segítik a fogvatartottakat publikálásban vagy börtönűjság szerkesztésében (ŠIMUNIC et al. 2016).

Hasonló kezdeményezéssel találkozhatunk Bulgáriában is, ahol a börtönkönyvtárak adnak otthont hat bolgár börtönűjság szerkesztőségének. Az egyik börtönben a szerkesztőség öt fogvatartottból és tíz állandó munkatársból, tudósítóból áll, akik rendszeresen találkoznak a börtön könyvtárában a havonta megjelenő börtönűjságjukkal kapcsolatos megbeszélésen (TSVETKOVA–ADREKOVA 2016). A börtönűjságok kiadása mellett lehetőség van irodalmi kiadványok, fogvatartottak műveinek, például verseinek vagy novelláinak megjelentetésére is, emellett a kiemelkedő teljesítményt nyújtó fogvatartottak elismerésben is részesülnek. Szintén a bolgár börtönkönyvtárakban valósul meg a Nagy Olvasás projekt, amely során 14 fogvatartott rendszeresen összegyűlik a könyvtárban, mindegyikük bemutat egy-egy bolgár irodalmi művet, majd megvitatják, elemzik, feldolgozzák, átbeszélnek és a többi résztvevővel közösen előadják. A projekt a különböző börtönök közötti verseny formájában élesedik, a győztes könyveket kap jutalomként. Ez a kezdeményezés, amellett, hogy táplálja az irodalom iránti örömet és megszeretteti az olvasást, támogatja a csapatépítést és a kommunikációt (TSVETKOVA–ADREKOVA 2016). A bolgár börtönkönyvtárak számos más tevékenységet is nyújtanak az olvasás és írás kultúrájának támogatására és a könyvtárhasználat ösztönzésére, valamint a könyvtári állomány gyarapítására, frissítésére. Ez utóbbi tevékenység különösen figyelemre méltó, mivel a börtönkönyvtárak állománya igen gyakran elavult, így emiatt a fogvatartottak számára is kevésbé vonzó. A könyvtári programok között megtalálhatók irodalmi és költészeti körök, könyvvitaklubok, kreatívírás-műhelyek, aktív olvasóklubok; nyilvános felolvasóestek; szórakoztató versenyek, például kvízversenyek, vetélkedők, amelyeket a könyvtárban szerveznek, és amelyeken a könyvtári anyagokat kell felhasználni a versenyhez. Emellett workshopokat, előadásokat, beszélgetéseket szerveznek neves bolgár és külföldi írók, költők, tudósok munkásságához kapcsolódóan. A bolgár költészet ünneplésére meghívják a nemzeti költészet legjobb szavalót, hogy a színpadon mutassák be tudásukat. Felolvasómaratonokat szerveznek, valamint nemzeti és nemzetközi ünnepek (például a könyv világnapja), évfordulók, nemzetközi és bolgár költők születésének és halálának évfordulója kapcsán különböző programokat kínálnak (TSVETKOVA–ADREKOVA 2016).

Franciaországban a börtönökben kulturális programok szervezésére 1999 után nyílt meg a lehetőség, amikor a Büntetés-végrehajtási és Próbára Bocsátási Szolgálat (Service pénitentiaire d'insertion et de probation, SPIP) elnevezésű szervezet létrejött. Annak érdekében, hogy a börtönkönyvtárak a fogvatartottak minél szélesebb körben megismerjék,

³ A fogvatartott apák hangosan olvastak fel mesét, mintha közvetlenül a gyermeküknek olvasnák, a börtön alkalmazottai pedig segítettek nekik a hangfelvétel rögzítésében. A hangfelvételt a könyvvel együtt ezután elküldték a gyermeknek. Ez nagyon ösztönző módja az apjukkal való esetlegesen terhelt kapcsolat megerősítésének, különösen a kisgyermekek esetében.

a SPIP olvasással, irodalommal, könyvekkel kapcsolatos projektek kidolgozását kezdeményezte, közösségi rendezvények szervezőivel, könyvtárakkal és kulturális egyesületekkel működött együtt. A kulturális események köré is terveztek tevékenységeket országos szinten a Kulturális Minisztérium kezdeményezésével, mint például az olvasás ünnepe (Lire en fête), a költők tavasza (Le printemps des poètes) és a francia nyelv hete (La semaine de la langue française) rendezvényekhez kapcsolódóan (CRAMARD 2011). A rendszeres műhelymunkákat általában önkéntesek vezetik, akik írástudást és az irodalmi programokat népszerűsítő és támogató szervezeteknél tevékenykednek. Ilyen programok például az írástudatlan vagy aluliskolázott fogvatartottak íráskészségének fejlesztésére irányuló műhelyfoglalkozások; családos fogvatartottak számára szervezett mesemondó műhelyek vagy olvasóműhelyek, ahol a résztvevők a hangos felolvasást gyakorolják. Érdekes kezdeményezés azon olvasócsoporthoz kapcsolódóan, akár egy-egy szerzői látogatással is színesítve a programot, például 1995 óta önkéntesek olvasócsoporthoz tartozókat működtetnek a Debütáló regények Chambéry fesztiváljához (Festival du premier roman de Chambéry) kapcsolódóan⁴ (BELET–PUJOL 2008; CRAMARD 2011; GUIDEZ 2002).

Portugáliában az Olvasás határok nélkül programot 1998 óta fejleszt a Portugál Büntetés-végrehajtási Szervezet (Directorate General for Reintegration and Prison Services, DGRSP) a városi közkönyvtárakkal együttműködésben. Ez az együttműködés számos kezdeményezést támogat a fogvatartottak számára, így többek között könyvek felajánlását a börtönkönyvtáraknak, helyi figyelemfelkeltő akciók szervezését, szerzőkkel való folyamatos kapcsolattartást, író-olvasó találkozókat, olvasási és kreatív írási versenyeket. A kezdeményezés hatására már 24 olyan közkönyvtár működik Portugáliában, amely együttműködik a régiójában található börtönökkel (DORES–PONTES–LOUREIRO 2013; EIRAS 2022).

Biblioterápiás és olvasástámogató kezdeményezések Magyarországon

Magyarországon elszórtan, sporadikus jelleggel találkozunk biblioterápiás foglalkozásokkal, jellemzően egy-egy börtönben a börtönpszichológus, civil szervezetek munkatársai vagy önkéntesek által; ezek közül négy gyakorlatot emelünk ki.

Gálosi Natália biblioterápián alapuló csoportfoglalkozásokat tartott a Békés Megyei Büntetés-végrehajtási Intézetben 2019-ben. A kezdeményezés hat fogvatartott részvételével valósult meg, minden alkalommal egy-egy novellát elemezve. A csoportba kerülés egyik feltétele az egyéni motiváció volt, emellett a csoportfoglalkozásokat tartó pszichológus előszűrővel biztosította az intellektuális készségek homogén eloszlását a csoporttagok között (GÁLOSI 2020: 35). A foglalkozások célja a komplex személyiségfejlesztés mellett az önismeret mélyítése volt, a novellák feldolgozásában kulcsfontosságú szerepet kapott

⁴ Ebben a programban a fogvatartottak is beletartoznak abba a 3000 fős csoportba, amely csoport tagjai a fesztivál ideje alatt debütáló regényeket olvasnak fel egy év alatt, majd szavaznak a szerzőkről, hogy kik jönnek el, és találkoznak az olvasókkal a fesztiválon. Egy vagy két ilyen szerzői találkozót büntetés-végrehajtási intézetben szerveznek meg, így ezeken a programokon a fogvatartottak is részt vehetnek (CRAMARD 2011: 555).

az egyéni élmények kifejezése, megfogalmazása is. Igazolódtott a kutató hipotézise, amely szerint a közös munka eredményeként javult a programban részt vevők általános hangulata, csökkent a szorongás szintje, emellett fejlődött érzelmkifejező és kommunikációs készségük is (GÁLOSI 2020: 38).

Csorba-Simon Eszter 2012 és 2020 között tartott biblioterápiás foglalkozásokat fiatalokú fogvatartottaknak, illetve előzetesben lévő felnőt és férfi fogvatartottaknak, a kezdeményezés célja az elfogadás, a türelem, az önismeret és az olvasási, valamint szövegértési készségek fejlesztése volt. A Baranya Megyei Büntetés-végrehajtási Intézetben női fogvatartottak részére tartott foglalkozások tapasztalatait szerzőtársával, Béres Judittal 2015-ben egy tanulmányban foglalta össze (BÉRES – CSORBA-SIMON 2015). A foglalkozások során szerzett meglátások szerint a fogvatartottak énképe gyakran nem reális, nehézséget okoz számukra a véleményalkotás, az érzések megfogalmazása, valamint az önmagukra történő reflektálás (BÉRES – CSORBA-SIMON 2015). Hasonló foglalkozásokat tartott Csorba-Simon Eszter fiatalokúak számára is, véleménye szerint náluk a feldolgozásra szánt szöveg kiválasztásakor különösen körültekintően kell eljárni, ugyanis esetükben gyakrabban előfordul elakadás a szövegértés hiánya miatt. Ebben a csoportban jellemző volt továbbá impulzivitás és figyelemzavar is, a fegyelmezésre, a kommunikációs keretek betartására a csoportvezetőnek nagy hangsúlyt kellett fektetnie. Erre jó módszernek bizonyult olyan terápiás elemek alkalmazása, amelyek másféle figyelemre vonatkoznak, aktívabb, cselekvésre koncentráló részvételt várnak el (például dramatizálás), illetve sokkal inkább a csoporttagok saját érdeklődési területén belül található (például könnyűzenei zeneszámok és szövegek) (BÉRES – CSORBA-SIMON 2013).

A Heves Megyei Büntetés-végrehajtási Intézetben 2010-ben indult a Storybook Dads nevű, Nagy-Britanniából származó program alapján egy kezdeményezés, *Meseterápia* címmel Luzsi Margó és Boldizsár Ildikó vezetésével, amely a büntetésüket töltő női fogvatartottak és gyerekeik reintegrációját, valamint a családi kapcsolatokat, kapcsolódásokat újjáépítését szolgálja. Célja kettős, egyrészt érzelmi támogatást nyújtott a börtönbe került szülők gyerekeinek, másrészt az elítéltek olvasási képességeinek fejlesztését, az oktatásban való részvételre motiválását célozta meg. A kezdeményezés keretein belül a börtönbe került anyák meseterápiás foglalkozásokon vehettek részt, majd hanganyagot küldhettek a gyermekeiknek ajándékba (Heves Megyei Büntetés-végrehajtási Intézet 2018; SZÁVAI 2017).

A Veszprém Megyei Büntetés-végrehajtási Intézetben Kovács Zsuzsa pszichológus vezetésével egzisztenciális pszichoterápiára épülő biblioterápiás csoportfoglalkozásokat szerveztek heti rendszerességgel, Yalom négy végső aggodalma mentén, amelyek a halál, a szabadság, az elszigeteltség és az értelemnélküliség (YALOM 2017). Az érdeklődő fogvatartottak nyitott csoporton vehettek részt (5–12 fő férfi fogvatartott), volt olyan résztvevő, aki éveken át aktív részese volt a csoport munkájának. A pszichológus meglátásai szerint ebben a közegben a szorongás hatványozottan megfigyelhető, ugyanakkor a csoportban részt vevő fogvatartottak egzisztenciális helyzetük átgondolása révén közelebb kerülhetnek ahhoz, hogy nagyobb felelősséggel és több odafigyeléssel tudjanak részt venni saját életükben (KOVÁCS 2011; YALOM 2017).

Összegzés

A börtönkönyvtár szolgáltatásainak fogvatartottak számára való biztosítása erőteljes élményt jelenthet a büntetésüket töltő fogvatartottaknak, az olvasás messzemenő és tartós hatásai megkérdőjelezhetetlenek. Az olvasási programok szellemi ösztönzést nyújtanak, és javítják az olvasási készségeket, amelyek kulcsfontosságúak a társadalomba való vissza-illeszkedés szempontjából a börtönbüntetés után. A börtönkönyvtárak ablakot nyitnak a világra (LJØDAL 2009). A börtönön kívüli szervezetekkel való szoros együttműködéssel megvalósuló kezdeményezések hidat képeznek a kultúra felé, olyan eseményeket biztosítanak a fogvatartottak számára a börtönben, amelyek átvitt értelemben a börtön falain kívülre juttatják őket. A fogvatartottak is megérdemlik ugyanazokat a könyvtári szolgáltatásokat, olvasásterápiai foglalkozásokat – természetesen a biztonsági szempontokat figyelembe véve –, amelyek minden állampolgár számára elérhetők, hiszen nem minden joguktól, „csak” a szabadságuktól vannak megfosztva.

A tanulmányban igyekeztem a világ minden tájáról egyedi kezdeményezéseket összegyűjteni. A bemutatott esetek jól mutatják, hogy a fogvatartottaknak szervezett különböző olvasásterápiái, kulturális jellegű, műveltségi tevékenységek biztosítása hozzájárulhat ahhoz, hogy elviselhetőbb legyen a szabadságvesztés-büntetés letöltése számukra a felmerülő nehézségek, nem elegendő anyagi források ellenére is.

A programokban való részvétel népszerűsége töretlen, a fogvatartottak a biztonsági szempontokat is figyelembe véve önként jelentkezhetnek, de mindig hatalmas érdeklődés övezi ezeket a kezdeményezéseket. A zárkából való kiszabadulás, szociális kapcsolatok létesítése mellett ezen programok hatására jellemzően javul a fogvatartottak általános hangulata, csökken a szorongásuk szintje, és fejlődik a kommunikációs és az érzelemki-fejező készségük is. Osztjuk REZSÖFI (2018) véleményét, amelyben összefoglalta, miért is sajátos a szövegekkel végzett terápiás munka. Az irodalomterápiás foglalkozások alkalmával van egy kapaszkodója a csoporttagoknak és a csoportvezetőnek, egy jól megválasztott szöveg képes arra, hogy kihangosítsa az élményeket, megéléseket, azok mélyére hatoljon. Ezt a folyamatot általában olyan érzések kísérik, mint „megdöbbenés, ismerősség-érzés és rácsodálkozás”, mindez megtorpanásra késztet minket, hogy alaposabban megvizsgáljuk, mi az, amivel szemben állunk (REZSÖFI 2018: 87). Az a tény, hogy „egy kívülálló, egy csoporttól független személy (például író, költő) valami olyat mutat meg, amihez minden fogvatartottnak köze van, előhossa az egyetemesség érzését, azt a biztonságérzetet, hogy az emberi lét problémái mindenkit érintenek” (REZSÖFI 2018: 87).

Egy elkötelezett börtönkönyvtári személyzet a fogvatartottak számára sikeres programokat tud szervezni, sőt, akár érdeklődési körükhöz és igényeikhez is tudja igazítani azokat. Mindenképpen hasznos innovatív tapasztalatokat, kreatív megoldásokat összegyűjteni, mert ezek a kezdeményezések akár más országok számára is mintául szolgálhatnak.

A börtönkönyvtárak programok szervezésére vonatkozó tapasztalatai jól mutatják, hogy milyen szerteágazó lehetőségeket kínálnak ezek az alkalmak az oktatáshoz, információhoz, kikapcsolódáshoz való hozzáférés biztosításában, a fogvatartottak műveltségi szintjének javításában, illetve lelki fejlődésük támogatásában, legyen szó akár irodalom témakörében tartott műhelyfoglalkozásról, kreatívírás-tanfolyamról, börtönújság szerkesztéséről, író-olvasó találkozóról vagy felolvasómaratonról.

Felhasznált irodalom

- African Prisons Project (2018): *African Prisons Project: Our work*. Online: <https://africanprisons.org/our-work/>
- BARTOS Éva (1989): *Olvasókönyv a biblioterápiáról*. Budapest: Országos Széchényi Könyvtár Könyvtárutómányi és Módszertani Központ.
- BELET, Delphine – PUJOL, Monique (2008): Les bibliothèques en prison. *Bulletin des Bibliothèques de France*, 48(5), 40–44. Online: <https://bbf.enssib.fr/consulter/bbf-2008-05-0040-009>
- BERAK, SNJEŽANA – ČUNOVIĆ, Kristina (2017): *Croatian Prison Reading Program for Detainees and Their Children*. SisterLibraries. Online: <https://www.naplesisterlibraries.org/croatian-prison-reading-program-for-detainees-and-their-children/>
- BÉRES Judit – CSORBA-SIMON Eszter (2013): Fejlesztő biblioterápia fiatalokú fogvatartottakkal. *Könyvtári Figyelő*, 23(2), 251–258. Online: http://epa.oszk.hu/00100/00143/00087/pdf/EPA00143_konyvtari_figyelo_2013_2.pdf
- BÉRES Judit – CSORBA-SIMON Eszter (2015): Biblioterápia nőknek. *Könyvtári Figyelő*, 25(2), 178–195. Online: https://www.epa.oszk.hu/00100/00143/00093/pdf/EPA00143_konyvtari_figyelo_2015_2.pdf
- BILLINGTON, Josie (2011): 'Reading for Life': Prison Reading Groups in Practice and Theory. *Critical Survey*, 23(3), 67–85. Online: <https://doi.org/10.3167/cs.2011.230306>
- BILLINGTON, Josie – LONGDEN, Eleanor – ROBINSON, Jude (2016): A Literature-Based Intervention for Women Prisoners: Preliminary Findings. *International Journal of Prisoner Health*, 12(4), 230–243. Online: <https://doi.org/10.1108/IJPH-09-2015-0031>
- Book Aid International (2023): *Book Clubs Changing Lives in Luzira Upper Prison*. Online: <https://docs-lib.org/doc/3033707/book-aid-international-changing-lives-through-reading>
- BOWDEN, Tilda (2018): The Tyger Women of Langata Women's Maximum-Security Prison, Kenya. *Lucy Writers Platform*, 2018. december 19. Online: <https://lucywritersplatform.com/2018/12/09/the-tyger-women-of-langata-womens-maximum-security-prison-kenya/>
- CRAMARD, Odile (2011): The Long Development of Prison Libraries in France. In LEHMANN, Vibeke (szerk.): *Library Trends*. University of Illinois, 544–562. Online: <https://doi.org/10.1353/lib.2011.0007>
- DORES, António Pedro – PONTES, Nuno – LOUREIRO, Ricardo (2013): *Prison Conditions in Portugal*. *European Prison Observatory. Detention Conditions in the European Union*. Rome: Antigone. Online: <https://www.prisonobservatory.org/upload/PrisonconditioninPortugal.pdf>
- EIRAS, Bruno Duarte (2022): A Window Into the World: Libraries and Librarians in Prisons. *Naple*, 2022. október 10. Online: <https://naple.eu/a-window-into-the-world-libraries-and-librarians-in-prisons/>
- EMASEALU, Helen Uzozi (2019): Attitude of Inmates Towards the Prison Library: A Predictor of Psychological Wellbeing. *Brazilian Journal of Information Science*, 13(2), 78–91. Online: <https://doi.org/10.36311/1981-1640.2019.v13n2.08.p78>
- GÁLÓSI Natália (2020): Irodalomterápián alapuló csoportfoglalkozás a Békés Megyei Büntetés-végrehajtási Intézetben. *Börtönügyi Szemle*, 30(2), 31–39. Online: <https://bv.gov.hu/sites/default/files/B%C3%B6rt%C3%B6n%C3%BCgyi%20Szemle%202020-2.pdf>
- GUIDEZ, Joëlle (2002): Les bibliothèques en milieu pénitentiaire. *Bulletin des Bibliothèques de France*, 47(5), 74–78. Online: <https://bbf.enssib.fr/consulter/11-guidez.pdf>
- GULYÁS Enikő (2014): A biblioterápia és a konstruktivizmus kapcsolata. *Iskolakultúra*, 24(9), 43–49. Online: https://real.mtak.hu/56089/1/EPA00011_iskolakultura_2014_09_043-049.pdf

- HANEMANN, Ulrike – KROLAK, Lisa (2017): *Fostering a Culture of Reading and Writing: Examples of Dynamic Literate Environments*. [H. n.]: UNESCO Institute for Lifelong Learning.
- Heves Megyei Büntetés-Végrehajtási Intézet (2023): *Meseprogram*. Online: <http://bv.gov.hu/eger-meseprogram>
- KAHYANA, Danson – KISIKI, Bob G. – LAMWAKA, Beatrice szerk. (2018): *As I Stood Dead Before the World. Creative Writing from Luzira Prison*. Kampala: Pen Uganda.
- KISS Anna (2022): Biblioterápia a büntetés-végrehajtási intézményekben. *Ügyészek Lapja*, 28(1–2), 25–32. Online: <https://ugyeszeklapja.hu/?p=4024>
- KOVÁCS Zsuzsanna (2011): *Egyszintenciális szemléletű irodalomterápia fogvatartottakkal*. Online: <http://www.irodalomterapia.hu/publikaciok/yalom.pdf>
- KROLAK, Lisa (2019): *Books Beyond Bars. The Transformative Potential of Prison Libraries*. UNESCO Institute for Lifelong Learning.
- LIU, Emily Tung-Hsueh et al. (2009): Exploring the Efficacy of Cognitive Bibliotherapy and a Potential Mechanism of Change in the Treatment of Depressive Symptoms Among the Chinese: A Randomized Controlled Trial. *Cognitive Therapy and Research*, 33(5), 449–461. Online: <https://doi.org/10.1007/s10608-008-9228-4>
- LJØDAL, Hilde Kristin (2009): Norway Prison Libraries – A Contribution to Punishment That Works? *Scan Dinavian Library Quarterly*, 42(2).
- MUSINGUZI, Bamuturaki (2020): Luzira: Freeing Minds through Poetry and Stories. *The East African*, 2020. július 6. Online: <https://www.theeastafrican.co.ke/tea/magazine/luzira-freeing-minds-through-poetry-and-stories-1424170>
- OGEEMBO, Walter (2019): *Female Recidivism and Prison Rehabilitation: The Case of Lang'Ata Women Maximum Security Prison*. University of Nairobi. Online: http://erepository.uonbi.ac.ke/bitstream/handle/11295/108814/Ogembo_Female%20Recidivism%20And%20Prison%20Rehabilitation.pdf
- PARDINI, Jamie et al. (2014): Efficacy and Process of Cognitive Bibliotherapy for the Treatment of Depression in Jail and Prison Inmates. *Psychological Services*, 11(2), 141–152. Online: <https://doi.org/10.1037/a0033378>
- Prison Reading Groups [é. n.]: *Promoting Reading and Reading Groups in Prisons*. Online: <http://prison-readinggroups.org.uk>
- REITZ, J. M. (2023): *Bibliotherapy*. ODLIS Online Dictionary for Library and Information Science. Online: <https://www.abc-clio.com>
- REZSŐFI Johanna (2018): Biblioterápia felnőtt férfi elítéltekkel. *Börtönügyi Szemle*, 37(2), 67–88.
- ROBINSON, Jude – BILLINGTON, Josie (2022): *An Evaluation of a Pilot Study of a Literature-Based Intervention with Women in Prison*. Centre for Research into Reading, Literature and Society, University of Liverpool. Online: <https://www.liverpool.ac.uk/media/livacuk/iphs/FullPrisonReportJBMarch52013,.pdf>
- RUBIN, Rhea Joyce (1973): US Prison Library Services and Their Theoretical Bases. *Occasional Papers, University of Illinois Graduate School of Library Science*, 110, 1–22. Online: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED088439.pdf>
- SCHUTT, Russell K. – DENG, Xiaogang – TAYLOR Stoehr (2013): Using Bibliotherapy to Enhance Probation and Reduce Recidivism. *Journal of Offender Rehabilitation*, 52(3), 181–197. Online: <https://doi.org/10.1080/10509674.2012.751952>
- SHEBAHI, Mehdi (2017): *The Reality of Prison Libraries in Algeria and Their Agreement With IFLA Guidelines: Empirical Study of Four Libraries in Educational Reform Organisations*. Noor Publishing.
- Storybook Dads [é. n.]: Online: <https://www.storybookdads.org.uk/our-story>

- ŠIMUNIC, Zrinka et al. (2016): Library Services for Incarcerated Persons: A Survey of Recent Trends and Challenges in Prison Libraries in Croatia. *Journal of Librarianship and Information Science*, 48(1), 72–89. Online: <https://doi.org/10.1177/0961000614538481>
- SZÁVAI Ilona szerk. (2017): *A mese hídszerepe*. Budapest: Pont.
- TROUNSTINE, Jean – WAXLER, Robert P. (2006): *Finding a Voice: The Practice of Changing Lives Through Literature*. Michigan: University of Michigan Press. Online: <https://doi.org/10.3998/mpub.94354>
- TSVETKOVA, Milena – ANDREKOVA, Sashka (2016): The Right to Read Behind Bars: Access to Books and Libraries in the Prisons in Bulgaria. *Russian Journal of Sociology*, 4(2), 62–73. Online: <https://doi.org/10.13187/rjs.2016.4.62>
- WAXLER, Robert P. – TROUNSTINE, Jean R. (1999): Finding a Voice. In WAXLER, Robert P. – TROUNSTINE, Jean R. (szerk.): *Changing Lives through Literature*. [H. n.]: University of Notre Dame Press, 1–26.
- YALOM, Irvin D. (2017): *Egzisztenciális pszichoterápia*. Budapest: Park.