

SZABADI MAGDOLNA

tanár

SZTE JGYPK Gyakorló Általános Iskola
és Alapfokú Művészeti Oktatási Intézmény
Szeged

Zeneterápiás attitűd bevezetése zongoratanári munkámba

Fiatal zongoratanár-kamaraművész vagyok. Zenész családban születtem, így kisgyermekkoromtól fogva a muzsika búvkörében élek. Folyamatosan megélem azt, hogy a művészet lelket formáló hatása olyan erőforrás, amely záloga lehet egy harmónikus személyiségnek. Számomra meghatározó volt a családi légkör ereje, melyben kialakultak elveim, biztonságérzetem a világgal szemben. Az alkotás közös otthoni élménye indított a zenészi hivatás felé.

Mikor megkaptam eredeti diplomámat, azonnal megfogalmazódott bennem a vágy, hogyan lehetne még másformában is a zene szeretetét és elsősorban hatását átadni. Hiszen átélni és átadni ezt a tudást volt első mesterem tanácsa, ahogy pályámra engedett.

Zeneterápia és pedagógia kapcsolatáról

Nagyon nehéz feladat elé áll az a szakember, aki a fentebb említetteket élesen el akarja különíteni, hiszen mindkettő zenei közegben, zenei eszközökkel, aspektusokkal végzett kreatív alkotó folyamat.

A legszembetűnőbb különbség a tudományok közti besorolásban található. Míg a zeneterápia a leíró, descriptív ágak közé sorolandó, addig a pedagógiát a normaképző tudományágak közt találjuk.

A cél-keret-feltételrendszer súlyozásában állítható fel a határ.

Míg a nevelés-oktatás lényege a kötelező részvétel, megszabottan hosszú a folyamat és ismeretek nyújtása-számonkérése a cél, valamint nagy részű a motiváció egy anyagresz elsajátítására, addig a terápiában önkéntes a részvétel, nem teljesítménycentrikus, nem kritizál, illetve a folyamat egyénre szabottan változó. A motiváció más színezetet kap, egész személyiséget átfogó, és a cél elsődlegesen a *gyógyulás*, de legalábbis az önkifejezés, énkép fejlesztése, nem pedig egy ismeretanyag tökéletes elsajátítása.

Megjegyzendő: Egy zenedarab tanulásán keresztül is fejlődik a kreatív önkifejezés, és önismeretre ad alkalmat.

A zenei hangok kreatív felhasználásával kialakított nonverbális kommunikáció elengedhetetlen alapeleme a zenetanításnak. Kiváltképpen akkor, ha érzetek és érzékletek megformálásának fogjuk fel feladatunkat.

A kreativitás, a latin *creare* szóból származik, melynek jelentése: teremteni, alkotni! Egy olyan dinamikus processzus, mely önmagát kibontakoztatja, és benne rejlik egyszerre az eredete és célja.

Jelensége ráirányítja a figyelmet a konstruktívizmusra mint helyzetet alakító cselekvési készenlétre.

A motivációban maga a tevékenység, az aktivitási folyamat a megerősítés. Feltétele egy biztonságos légkör, melyben a növendék mer, úgymond „érthetetlen”, kérdésekkel teli lenni, mert bízik abban, hogy egyediségét elfogadják. Valamint a kíváncsiság és nyitottság. Keltsük fel a feladat adta izgalmat. A kreatív válasz akkor lesz „jó”, ha új, jelentős, a problémára adekvát, valamint bővíti a tapasztalatokat és a tudást. Fontos, hogy a motivációt, ne a kellemetlen célok elkerüléseként, hanem a kívánatos célok megközelítéseként értékeljük.

A pedagógus kiművelt improvizációs képességével saját, azaz személyes nyelvén tudja megszólítani a növendékét. Hiszen minden diák egyszeri és megismételhetetlen individuum, tehát a hozzájuk vezető út is individuális, azaz személyes. A közösen végzett zenei történet, feszültségmentesebb légkört kialakítva pozitív irányba tereli a verbális kommunikációt is.

Ahogy a gyermek alkot, azaz kreál, úgy játszva tanul. Fejlődéslélektanban ismert az a tapasztalat, hogy ha a gyermek játszik, akkor gyarapodik, változik is.

Gyarapodáson azt a folyamatot értem, melyen minden ember szakadatlanul átmegy élet-eseményei során azért, hogy megtalálja az egyensúlyt önmaga és a világ, a szubjektum és objektum között.

Mivel teória és praxis szorosan összetartozik, oscillálva követik egymást, úgy gondolom, egyaránt fontos, hogy a zeneórán a verbális és gyakorlati kapcsolatunk a diákkal, arányban, folyamatos váltakozásban legyen.

Né felejtjük el, hogy az ember nem „csupán” homo sapiens, hanem homo ludens is, azaz játzó ember, így elengedhetetlenül nagy szerepe van a játékosságnak egy kreatív zenei órán. Ez a képesség ősi, archaikus része minden személyiségnek ugyanúgy, mint pl. a mozgás is. Mindez segíti a tanár–diák közti kötődést, mely előhívja a biztonságérzetet a diákban, tanárban egyaránt. Kreativitás kell ahhoz, hogy ne csak megtervezzünk egy feladatsort, hanem hogy értékelni is tudjuk. Az önkontroll képességének fejlesztése pedig feladata mindennemű órának. Ha az intelligencia egy adottság a problémák egyetlen úton való megoldására, amit konvergens gondolkodásnak hívunk, akkor a kreativitás az a képesség, amellyel egy problémát sokoldalúan, váratlan ötletekkel oldunk meg. Ez pedig a divergens gondolkodás. Az intelligencia a tanultak alkalmazását teszi lehetővé különböző helyzetekben.

A kreativitás nem elégszik meg a tudás alkalmazásával. A kreativitás aktualizálás, a potenciális lehetőségek helyzetnek megfelelő megvalósítása.

Egy kreatív *személyiség* aspektusai:

- *szenzibilitás*: érzékenység, fogékonyság, melyen a tanár hallóképességének, érzelmi skálájának széles spektrumát (külső és belső ingerekre adott reakcióképességét) értjük;
- *flexibilitás*: a gondolkodás hajlékonysága, vagyis az a képesség, hogy több, különböző megoldás érdekében szempontot váltsunk (asszociációink ne csupán egy irányba tartsanak);
- *originalitás*: ha ezt a jelzőt a kreativitás fogalmának zeneterápiás határain belül akarjuk megvizsgálni, akkor a személyiséget értjük ezen, egy emberi lényt, aki hajlandó saját egyéniségével eredetiségének hangot adni;
- *spontaneitás*: a kommunikációk (verbális, non verbális) folyamában létrejövő reakcióképesség a fenti aspektusok figyelembevételével;
- *elaboráció*: melyen azt a mechanizmust értjük, hogy a feszültség feldolgozása egy művészeti alkotás létrehozásában, folyamatában történik.

A reaktivitás *szintjei* (Irving Taylor szerint):

- *expresszív szint*: spontaneitás, szabadság, amikor, a gyermeket nem gátolja, hogy nem veszik komolyan alkotását vagy bírálják;
- *produktív szint*: a technikai képzettség szintje, itt a realitással méri össze a produktumát a gyermek;
- *felfedezői szint*: a saját készségeivel operál a gyermek, új, eddig nem ismert kapcsolatokat hoz létre, régebbi dolgokat értékel új szempontok alapján;
- *újító (innovative) szint*: egy kérdéskör alapelveinek, összefüggéseinek megértése, vizsgálata, ezen az úton lehetséges eljutni a változásokhoz, mely újítást eredményez;

– *legmagasabb, vagy emergetive szint*: konzekvenciák átstrukturálódásáról van szó. A tapasztalatgyűjtés, szintetizálás képességei meghaladják az átlagot, az eddig elhangzott szintek értelmi és érzelmi lehetőségeit. Ezt hívjuk zsenialitásnak. Pl.: Bach, Mozart...

Brewsster Ghiselin szintjei:

Minden kreatív produktum szellemi értéknövekedés, ami által szélesedik az esztétikai és intellektuális életér. Minél gazdagabb a szellemi erők strukturálódása, annál emelkedettebb szintű a kreatív tevékenység.

Így *Ghiselin* két szintet különít el, az *elsődlegest és másodlagost*.

Az elsődleges egyfajta új belátás, a másodlagos pedig a korábban felismertek bővítése.

A kreatív magatartás *feltételeit* Carl Rogers a külvilággal szembeni nyitottságban, a szubjektív értékmérceben, valamint abban látja, hogy az egyén rendelkezik azon képességgel, melyben gondolatokkal, folyamatokkal és elemekkel játszik. A nyitottságot a védekezés ellenében látja. A lehető legtöbb információt anélkül gyűjtjük össze, hogy előre megszabott korlátokat állítanánk.

A belső értékmérő, mintegy fundamentum áll, belülről indul ki a megítélés, de nem lehet figyelmen kívül hagyni a külvilág kritikáját sem. Az önmegvalósításhoz szükséges felállítani saját értékszinteket. Mindehhez két feltétel szükséges, a biztonság és szabadság.

Az előadásomban demonstrátorommal *Kurtág György: Gyengéd ökölvívó* című darabjának játékos gyakorlását mutattuk be. A darab címe is kifejezi, hogy az emberben feszülő ellentéteket milyen híven kifejezi egy alkotás. A hagyományos kottaírástól és zongoratechnikai elemektől mentes darab, ragyogó táptalaja a kreativitás fejlesztésének.

A gyakorlás formái:

– ritmikai elemek kopogása, tapsolása zongorafedélen, combon, tenyérrel.

– hangerő-(dinamikai) jelzések szóban való kifejezése (sutogástól-kiáltásig), mozgással kísérve (guggolástól-felnyújtózásig), ugyanez a billentyűzetet bejárva (kontra oktávttól a négyvonalasig), tenyérrel megszólaltatva a hangokat;

– kar megfelelő használatának beállítása állva, majd széken ülve befelé vitt, váltott „hul-lámzó” mozgással.

A következő eredményeket nyugtázhattuk a gyakorlat folyamán:

A ritmikai elemek precíz begyakorlásával, az ütemsúlyok megfelelő helyre kerültek, és megcsillant a darab karaktere.

A dinamikai jelzések különféle helyzetben, más és más érzéklettel való gyakorlásának eredményeképpen a sokszínű, figyelemfelkeltő hangzás teljesebb akusztikai élményt nyújtott.

A kar és csukló lazító gyakorlatai oldották a felsőtest merev tartását, és szabad teret engedtek a mozgásnak, a karsúly használatának.

A lazító, sokoldalú gyakorlatokkal oldottabb lett test és lélek egyaránt. Megszületett a biztonságérzet a humorral és az eredmény sikerének megtapasztalásával. Verbalizálhatóvá és láthatóvá váltak a következő tartalmak: az önbecsülés növekedése és a kreatív önkifejezés.