

Zeneterápia az óvodában

Sándor-Schmidt Barbara

Óvodapedagógus

PTE-BTK Neveléstudományi MA szak

A zene

A zene az emberiség közös nyelve. Zenélünk, mikor beszélünk, hiszen hangszalagjainkon, a levegővel „játszunk”; mikor mozgunk, mozdulataink ritmusa; mikor lélegzünk; vagy ahogyan létezőnk, életünk ötödik hetétől mikor szívünk először megdobban, és ritmusa végig kíséri bennünket az utolsó dobbanásig. Ez az, ami megnyugtatja a gyermeket, amikor fél, vagy segíti álomba ringatni, mikor az elalvás olyan nehéznek tűnik. Zenél a testünk, mi is zenélünk. A zenében mindannyian egyformák, egyenlők vagyunk.

Zene az óvodában

Hazánkban az óvodai zenei nevelés, a nemzetközileg is méltán elismert Kodály – koncepció alapszik a mai napig. A zene erejét, sokan sokféleképpen megfogalmazták már, és egy fontos kérdésben eddig mindenki egyet értett, abban, hogy a zene nagy erővel hat a gyermekek fejlődő személyiségére. Az óvodai zenei nevelés célja, a zene általános megszerettetése, annak befogadására való képesség megalapozása, kialakítása, a zenei anyanyelv ápolása. Feladata, a személyiség fejlesztése a zene eszközeivel. A gyermekek eltérő ütemű fejlődése, a világ változása és a módszertani sokszínűség azonban állandó kihívások elé állítja az óvodapedagógusokat. Egy hasonló természetű dilemmából született a zeneterápia elemeinek óvodai alkalmazási lehetőségének gondolata, illetve kutatása.

Jelen tanulmányban kísérletet teszek arra, hogy bemutassam milyen zeneterápiás elemeket magában foglaló módszerek, eljárások találhatók a mai magyar óvodai nevelési intézményekben. Ezek, hogyan alkalmazhatóak a gyermekek képességeinek mozgósításában. Igyekszem rávilágítani, hogy milyen módszertani lehetőségek rejlenek a zeneterápiában melyek segítségével a gyermekek felkészíthetők a társas életre, egymás elfogadására, a zene igazi élvezetére és szeretetére, az integrált és inkluzív nevelés elősegítésére.

„Zenével a zavarok ellen” (Malina, 2000)¹

A zene egyik „eszköze” a zeneterápia, a zeneterápia eszköze pedig a zene. A zene mely közvetlenül érintkezik a pszichológiával és pedagógiával is. A zeneterápia alkalmazási területei kiterjednek a magatartászavarral küzdő, szellemileg visszamaradott, enyhe vagy középsúlyos szellemi fogyatékos felnőtt és gyermek betegek, az autisták, Down-szindrómások és születési károsodást szenvedettek, neurotikusok, kábítószerfüggők, pszichoszomatikus problémákkal küzdők, testi fogyatékosok, beszédhibások, beszédképtelenek, valamint halláskárosodottak körére. A zenei hatás, az általános tanulásméleti modellben magatartásváltozást eredményez, tehát elősegíti a kívánt magatartásformák elérését, amely az óvodai nevelés egy alapvető célja is. Az antropológia, mint elsődleges pedagógiai indíttatású elmélet, (Steiner, 1894) a zeneterápiát is elsősorban a gyermekek nevelésében és gyógyításában használja fel. (Malina, 2000) Talán ez az első pont ahol a zeneterápia, az óvodai nevelés összeér, találkozik.

¹ Malina János (2000) *Zenével a zavarok ellen*. Ponticulus Hungaricus XI. évf. 6. szám

Zeneterápia és zenei nevelés

A két területen megfogalmazott célokban találhatunk azonosságokat: a fejlesztés, a prevenció, a szocializáció elősegítése és a kreativitás mozgósítása körében. Ha az óvodai nevelésről van szó természetesen az összes fogalom ismerősen cseng, hiszen minden témát érint az óvodai nevelés is. A pedagógia és a terápia szó eredeti jelentése közötti hasonlóság szintén figyelemre méltó, hiszen mindkét szó eredeti jelentése „óvni, védeni, szolgálni”². A zeneterápiás foglalkozás kimenetele függ a tér (hely) intimitásától, óvó, védelmező szerepétől, vagyis a terápiás légkörtől; az óvodai nevelés alapelveként fogalmazza meg, hogy a gyermekek részére biztosítani kell a szeretetteljes, derűs légkört. A terápia továbbá nagy hangsúlyt fektet a játékra, a játékban megnyilvánuló érzelmi kifejezésformákra, amely alapvető tevékenységi forma ként jelenik meg az óvodai nevelésben. További számos ponton bizonyítható, hogy a feltételek, lehetőségek adottak, sőt sok esetben egyeznek a terápiás, zeneterápiás tevékenységek feltételeivel.

Kokas, Orff, Ulwila

Kokas Klára kutatásaival, valamint komplex – esztétikai programjával kivívta a hazai és nemzetközi szakmai elismerést. A Zene-Mozgás-Kép (zelet) egy olyan zeneterápiás módszer, amely a személyiség megismerését, kibontakoztatását, megerősítését szolgálja a zene és a tánc segítségével. A szabad improvizáció zenében, mozgásban, rajzban, ábrázolásban, mind – mind elősegíti az átélés örömet, a képzelet szárnyalását.

Zene és mozgás, játékosság és kreativitás jellemzi a Carl Orff által kidolgozott módszert. Elsősorban nem a zene elméletének oktatására helyezte a hangsúlyt, hanem inkább az ének a játék, a gyermekek testünkön való zenei játékára, a zene élvezetére, szeretetere inspirál, amely már fiatal korban megalapozza a gyermekekben a zene iránti elkötelezettséget. Pedagógiai téren alkotott módszere a Schulwerk. Carl Orff leánya Gertrud Orff nevéhez fűződik az úgynevezett multi-szenzoros terápia. A terápiát nagy sikerrel alkalmazzák a veleszületett rendellenességekkel küzdők, valamint a fogyatékossgal rendelkezők esetében. Az elmélet vallja, hogy a zenének minden érzékszervre egységesen kell hatnia. A lehető legtöbb módon kell a zenét közvetíteni és befogadni. Az éneklés, a zenélés, az improvizáció kombinációja egységesen alkotja a módszer sikerességét. Gertrud Orff már a 70-es években bebizonyította kutatásaival, hogy a halmozottan fogyatékos illetve autisztikus tünetekkel rendelkező gyermekek is fejleszthetők a zene erejével.

Kezdetben a pedagógus társadalom és a szakirodalom is azt a határozott álláspontot képviselte, amely szerint az értelmileg sérült gyermekek hangszeres zenei nevelése szinte kivitelezhetetlen, ezért nem fektettek nagy hangsúlyt a módszer kidolgozására, mígnem Heinrich Ullrich német gyógypedagógus és zenepedagógus ki nem dolgozott egy speciális módszert, az Ulwila – módszert. A módszer magában foglal egy sajátos kottarendszert, valamint egy teljesen egyedülálló hangszercsaládot. A pedagógus úgy vélte, hogy az értelmileg sérült embereket sem szabad kizárni a hangszeres zenélés örömeiből és a zenei nevelésből sem.

Kutatás

Kutatásom során két hazai óvodai intézménybe látogattam el, egy speciális, valamint egy inkluzív nevelést folytató intézménybe. Az első óvodában az Ulwila- színekottás módszerrel, a másik óvodában a Hang-Érint-Ő zeneterápia alapú játékos fejlesztéssel ismerkedtem meg. Az

² Lindenbergerné Kardos Erzsébet szerk. (2005) Zeneterápia Szöveggyűjtemény. Pécs, Kulcs a Muzsikához Kiadó

első óvodában – speciális csoport lévén – 8 fő, 3-6-7 éves vegyes életkorú csoportos gyermeket figyeltem meg. A másik óvodában 21 középső csoportos, 4-5 éves gyermekek tevékenységeibe tekinthettem be. A két óvodai intézményen kívül ellátogattam egy magánfoglalkozásra, ahol egy Kokas - foglalkozást vizsgáltam, illetve a Budapest Korai Fejlesztő Központban alkalmam adódott egy személyes mélyinterjút készíteni a Hang-Érint-Ő módszer megalkotójával, az intézmény zeneterapeutájával. A vizsgálat során az óvodai intézményekben közel azonos pedagógiai helyzeteket figyeltem meg. A tapasztalataimról naplót vezettem. Az óvónőkkel egy-egy nyitott kérdőívet készítettem, amelyben arra kerestem a választ, hogy az intézményeknek melyek a főbb zenei nevelési célkitűzései, továbbá a gyermekek viselkedéséről, a zenei tevékenységek formáiról, a zenei nevelést illető tervekről, az általuk alkalmazott módszerek lehetőségeiről, illetve a pedagógusok véleményeiről. A Kokas – foglalkozáson szintén megfigyelést végeztem, valamint egy kérdőív segítségével igyekeztem válaszokat találni, a foglalkozás hatékonyságát, előnyeit tekintve, valamint a módszer elemeinek alkalmazási lehetőségeit igyekeztem feltárni. A Budapesti Korai Fejlesztőben a mélyinterjú kérdéseim a zeneterápiában alkalmazott módszereket, elemeket, valamint a zeneterápiában rejlő lehetőségeket érintették, valamint arra voltam kíváncsi, hogy a zeneterápia alkalmazható-e óvodáskorú gyermekek képességeinek, készségeinek mozgósításában. A kapott vizsgálati eredményeket összevetve egyezéseket kerestem a módszerekben rejlő lehetőségekben.

Gondolatok az érintett módszerekben rejlő lehetőségek integrálásáról

A kutatási eredmények adatai, valamint a szerzett tapasztalatok alátámasztották, a feltételezésemet, hogy léteznek olyan zeneterápiás módszerek, melyek nagy sikerrel alkalmazhatók az óvodáskorú gyermekek sokoldalú komplex fejlesztésében; valamint, hogy ezek beépíthetők az óvodai nevelés mindennapi tevékenységeibe. Az ilyen módon fejlesztett gyermekek elfogadóbbá, befogadóbbá, toleránsabbá válnának különleges bánásmódú, különleges nevelési igényű társaikkal szemben, amely az integrált, inkluzív nevelés sikerességét eredményezheti. Továbbá, hogy a zeneterápiás szemléletmóddal fejlesztett gyermekek személyisége, önkifejező képessége, önértékelése, önbizalma jobban fejlődik, amely az óvodai nevelés képességfejlesztésével összhangban egy egészségesen fejlődő személyiséget eredményez. Napjainkban még nagyobb szükség van a „terápiás szemléletmód” alkalmazására, mert a mai kor gyermekeinek egyre több problémával, nehézséggel kell szembenéznük, amely komoly következménnyel járhatnak, ha személyiségük nem fejlődik megfelelően. Annak a lehetősége, hogy a gyermekek egyforma eséllyel, sikerélménnyel gazdagodhatnak, minden esetben pozitívan hat a közösségre, lehetőséget biztosít egymás megismerésére és elfogadására. A különböző játékok során a gyermekek saját bőrükön tapasztalhatják meg, hogy mit érez, gondol, hogyan „él” sérült társuk, ami a tolerancia megerősödését segíti elő, nem csak a társaikkal, hanem minden emberrel szembe, akivel életük során találkoznak. Megtanulják kezelni ezeket a helyzeteket, a segítségnyújtás módjait. A zeneterápia használatával nem csak a gyermekek fejlődnek, hanem a pedagógusok személyisége is. Nem csak a gyermekek találkoznak ezekkel a problémákkal, hanem az őket nevelők is. Nekik is szükségük van az önértékelésük, önbecsülésük helyes megítélésére és habár nem ez volt a kutatásom fő kérdése, de mindenképpen figyelemre méltó eredmény, hogy az általam megkérdezett pedagógusok egybehangzó véleménye az volt, hogy bizony rájuk is visszahat a zeneterápia áldásos hatása, a tevékenység végzése során.

Életképek a kutatásról

