

### 36. OTDK

A Lüscher-féle színpreferencia eljárással vizsgált érzelmi szféra változásának mérése a táncosok körében improvizáció használata mellett

*absztrakt*

Kelemen Annabella, Horváth Milla, Vécsey Boglárka

A tánc pozitív hatásairól meglehetősen sok szakirodalom fellelhető, azonban ezek legtöbbször az önbevallásos, kérdőíves módszereket alkalmazza, hogy feltárja ezeket a hatásokat. Jelen munkában célunk az volt, hogy ezeket a faktorokat azonosítani és feltérképezni tudjuk egy projektív teszt segítségével is, amelynek kivitelezéséhez a Lüscher-féle színpreferencia tesztet alkalmaztuk. Vizsgálatunkban, melynek során 4 alkalommal történt mérés (előmérés, improvizáció előtt, után történő mérés és utómérés), 42 hobbi szintű táncos lány vett részt. Ezen alkalmak során 30 perces táncos improvizációt végeztek, amelynek rövid- és hosszútávú hatásait vizsgáltuk dolgozatunkban. A Lüscher-féle színpreferencia teszt 8 színsoron-, szürke színsoron- és IDOP-szlopon mért pszichovegetatív index (P.I., P.I.SZ, P.I.oszlop) és alapszínhárítás (AH) és a színek helyválasztási preferenciáját (H.P.) mutatóját alkalmazva vizsgáltuk meg a mintánkat. Eredményeink alátámasztják az előzetesen megállapított hipotézisünket, miszerint a 8 színsoron mért pszichovegetatív index mutatója a tánc improvizáció hatására szignifikánsan csökkenni fog ( $p = 0.034$ ), valamint, hogy az értékek az előzetesen meghatározott (Dr. Rókusfalvy és mtsai., 1971) optimumhoz ( $VI.O. = 1.00$ ) közelebb kerülnek ennek a folyamatnak alkalmazása mellett ( $M_{P.I.impro\_előtt} = 1,40$   $M_{P.I.impro\_után} = 0,80$ ). A színek helyválasztási preferenciájának vizsgálata során bár nem szignifikáns, de jelentős elmozdulásokat tapasztaltunk mind az improvizációs alkalmak előtt és után mért, mind pedig a legelső és legutolsó adatfelvétel eredményei között a kék, a sárga, a szürke és a barna színek esetében. Az eredmények értelmezése alapján megállapítottuk, hogy a tánc improvizáció rövid-, és hosszútávon egyaránt rendelkezik a lelki egészségre és az érzelmi szféra javulására utaló hatásokkal. Dolgozatunk eredményeinek Horváth és Vécsey (2023) kutatásából nyert megállapításokkal történő összehasonlítása során - amely bár statisztikai méréseket nem tartalmaz, informatív következtetésekkel szolgálhat a jövőre nézve - megállapítottuk, hogy a Lüscher-teszt, mint projektív teszt és az önbevallásos, kérdőíves módszerek használhatóak egymás kiegészítőjeként ugyanannak a változónak mérésére.

Kulcsszavak: tánc improvizáció, Lüscher-teszt, lelki egészség, pszichovegetatív index, affektivitás, projektív eljárás