

## Érzelmi nevelés zenével és játékkal

Magyarország zenei nagyhatalom – mondja a világ rólunk, és mondjuk mi, magyarok, a világnak. Ki ne hallott volna bizonyos műveltségi szint fölött – különösen tudományos körökben – Kodály Zoltán munkásságáról és Bartók Béla művészetéről, bárhol nyugaton, vagy épp a Távol-Keleten? Világhírű zeneművészeink, akik – koruknál fogva – többnyire már a kodályi nevelési elvek mentén szocializálódtak, tovább erősítik ezt a képet a közgondolkodásban, nekünk, itthon, azonban nincs sok okunk az öröme. Szemlesütve számolhatunk be arról, hogy Kodály és Bartók országában mindösszesen heti egy énekóra jut a felcseperedő gyermekek zenei nevelésére. Noha a zenei „elitképzés” változatlanul jól működik a művészeti szakközépiskolákban és a felsőoktatásban, a kérdés mégiscsak az: vajon kinek fognak játszani a jövő muzsikusai a tátongó hangversenytermekben?

Valami nagyon elromlott. Pedig a 21. század értékválságos világában van számunkra egy biztos pont, egy igazi hungarikum, amelyet nagy becsben tarthatnánk, és megfogadhatnánk minden szavát: ez a Kodály-koncepció.

Idézzük fel Kodály zenei nevelési eszméit:

- A zene emberformáló erő: kihat az egész személyiségre.
- Az értékes zene fogékonnyá tesz a szépség befogadására, formálja az ízlést és a magatartást.
- Csak művészi értékű zene (ez a mérce) lehet a zenei nevelés alapja.
- „Legyen a zene mindenkié!” – azaz nagy tömegeknek kell zenei műveltséget adni.
- A zenei nevelést születéstől kell kezdeni.
- A zenei nevelésnek – minden nép esetén – a nép hagyományából kell kiindulnia (a nyelv és dallam egysége).
- A magyar népdal révén ismerjük meg zenei anyanyelvünket.
- A kis zenei formákon keresztül juthatunk el a világirodalom remekeihez.
- Az éneklés az aktív zenélés legtermészetesebb módja.
- A zene legyen közösségi élmény (l. kórusmozgalom).
- A zenei elemeket közvetlen, élő zenével kell megtanulni.

- Minden gyermek fejleszthető.
- A zenei műveltség akadályozója a zenei analfabetizmus (el kell sajátítani az iskolában a zenei írás-olvasást és a relatív szolmizációt).

A magyar zenepedagógia atyjától, Kodály Zoltántól származnak az alábbi gondolatok is: „A zene lelki táplálék és semmi mással nem pótolható. Aki nem él vele: lelki vérszegénységben él és hal. Teljes lelki élet zene nélkül nincs. Van-  
nak a léleknek régiói, melyekbe csak a zene világít be.” (Kodály 1964, 156)

Időtálló gondolat! A léleknek a zene ugyanúgy nélkülözhetetlen, mint a testnek a levegő: erőt, támaszt és boldogságot ad a mindennapokban és az ünnepeken, gyermeknek, felnőttnek egyaránt. Mindazok, akik értik és élvezik a jó zenét, és életük természetes részévé teszik azt, minden bizonnyal gazdagabb életet élnek, mint azok, akik e téren igénytelenek.

Fel kell nevelni a zeneértők generációit – szép, jó, értékes zenei anyaggal, jó módszerrel, elkötelezetten, és ami nagyon fontos: szívvel-lélekkel. A zenei nevelés ugyanis nemcsak a zeneművészet malmára hajtja a vizet, hanem nyitottá teszi az embert más művészetek befogadására is, egyúttal igényességre és életszeretetre nevel.

Mikortól érdemes foglalkozni a kisgyermek zenei fejlesztésével? „Arra a kérdésre, hogy mikor kezdődjék a gyermek zenei nevelése, azt találtam felelni: kilenc hónappal születése előtt. Első percben tréfára vették, de később igazat adtak. Az anya nemcsak testét adja gyermekének, lelkét is a magából építi fel. Ha az anya alkoholista, ez rányomja bélyegét a gyermekre. Ha pedig zenei alkoholista – így nevezném, aki csak rossz, selejtes zenével él –, okvetlenül meglátszik a gyermekén. Ezért ma még tovább mennék: nem is a gyermek: az anya születése előtt kilenc hónappal kezdődik a gyermek zenei nevelése.” (Kodály 1964, 246) Ezt a könnyeden induló, mégis rendkívül mély tartalmat hordozó gondolatfüzért, amely a kisgyermek zenei nevelésével foglalkozó pedagógusok vezérfonalává vált, Kodály osztotta meg hallgatóságával 1948-ban Párizsban, egy művészeti neveléssel foglalkozó gyermeknap konferencián.

A fentiek értelmében tehát nemcsak minél korábban el kell kezdeni egy gyermek zenei nevelését, de már az édesanyját is képezni kell. Kodály – az anya-gyermek kötődést kutató vizsgálatokat jóval megelőzően – feltehetően arra gondolt, hogy az édesanyjának hinnie kell az énekszó, az érintés és a ritmikus mozgás erejében, gyermeke egészséges lelki és mentális fejlődése szempontjából. A régiségben, amikor tudás, ismeret, információ, szokás, rítus magától értetődően hagyományozódott át apáról fiúra, anyáról leányra, öregről fiatalra az egyes közösségekben, a zenei anyanyelv is *köznyelv* volt. A szokásdalok, népdalok, gyermekjátékdalok hangkészlete, felépítése, ritmikája, a játékok

módja és minden egyéb jellemzője automatikusan a felcseperedő gyermek sajátjává vált: az elsajátítás természetes és magától értetődő volt, nem pedig művi – mint manapság. A családokban, faluközösségekben akkoriban még megvolt – *élő volt* – az emberi élet fordulóihoz kapcsolódó szöveges és zenei kincstár, amelyből az alkalmaknak megfelelően lehetett – és tudtak is! – válogatni a játszó vagy ünneplő események és a mindennapok során felnőttek, gyermekek egyaránt.

Ma már ez nincs így. Az édesanyákat meg kell tanítani a dúdolókra, altatókra, ringatókra, höcögtetőkre, ölbeli játékokra és a gyermekeknek énekelhető népi és komponált gyermekdalokra, hiszen elmúlt az a világ, amikor generációk éltek együtt, áthagyományozva minden maradandót, fontosat, értékállót az utódokra. A mai fiatal szülőket, de talán már az ő szüleiket sem vették öلبe anyáik, nagyanyáik (idejekorán bölcsődébe kerültek a kommunizmus és a szocializmus évtizedeiben); nincsenek saját élményeik, emlékeik, és a régi, óvodáskori dalaikra is alig-alig emlékeznek már – ráadásul a legtöbbször semmiféle példát nem látnak maguk előtt a tágabb családban a gyermekekkel való illetően foglalkozásra.

Az emberi kötődéssel (*attachment*) foglalkozó empirikus pszichológiai kutatások az elmúlt évtizedekben sorra bizonyítják be azt a józan feltételezést, amely szerint az érintés, ölelés, kézben-öلبen tartás, ringatás, dúdolás, éneklés és a ritmikussal kísért ölbeli játék az anya-gyermek (apa-gyermek, nagyszülő-gyermek, gondozó-gyermek, óvónő-gyermek) kapcsolatára (vö. Atkins, Bowlby és Ainsworth megfigyelései, Zsolnai 2001) egyértelműen kedvező hatással van. Az újszülött ösztönös viselkedési mintái – úgymint a kapaszkodási reflex, a szopás, az ölelés – megfelelő inger hatására az anya-gyermek kötődés kialakulását eredményezik. Márpedig biztonságos, szeretetteljes légkör híján sérül a felcseperedő gyermek lelki és mentális teljessége (előfordul, hogy a fizikai is). „A biztonságot közvetítő anyai magatartás az egyik legfontosabb alapja a gyermeki személyiség fejlődésének” (Zsolnai 2001, 39).

Hogyan lehet elősegíteni a gyermek érzelmi kompetenciájának egészséges fejlődését? Látszólag egyszerűen: szeretni kell, és fel kell hívni az édesanyák figyelmét az érintés és a testi kontaktus fontosságára, mint az egyik nagyon fontos *szeretetnyelvre*. Nagy segítséget nyújt ehhez az ölbeli játékok gazdag tárháza, amely nemzedékek próbáját kiállva, még ma is a szülők rendelkezésére áll közös játék, öröm céljára.

Az *ölbeli játék* elnevezés Kiss Árontól származik, akinek a kisgyermekkorai zenei nevelés szakirodalmának egyik alapműve, a Magyar gyermekjáték-gyűjtemény (1891) köszönhető.

Az egyszerű mozgással kísért ölbeli játékok mindig kétszemélyesek: szülő (gondozó) és gyermek bensőséges kapcsolatát építik. E tárgykörbe tartoznak a lovagoltatók, hintáztatók, sétáltatók, altatók, simogatók, tenyeresdik, csiklandozók, egyéb kéz-, kar-, lábjátékok). Az ölbeli játék miniatűr dráma: kezdete, fokozódó feszültsége és katarzisa van. Ezek a mondókás-énekes játékok a művészi nevelés csírái.

Az érzelmi és szociális kompetencia fejlődésén kívül a mozgás- és beszédképesség-fejlődésre is komoly hatással vannak a mondókák és az ölbeli játékok. Köztudott, hogy a gyermek utánzással tanul. Az a kisgyermek, akivel otthon sokat mondókáznak, akit ölebe vesznek, akivel mozgásos játékokat játszanak, nemcsak hogy megtanulja a „repertoárt”, de szebben, tisztábban – és korábban is – beszél. Önkéntelenül is megtanul szótagolni, ezáltal az írás-olvasás elsajátításához nélkülözhetetlen képességekre tesz szert – méghozzá játékosan, örömmel! Az ilyen gyermek érzi a lüktetést, érzi a hangsúlyokat, érzi a metrumot, a zenei motívumokat, gondolatokat, kérdéseket-válaszokat. Mozgása összerendezetté válik, egyensúlyérzéke, ritmusérzéke fejlődik, akárcsak a fantáziája, koncentrációja és memóriája. Csépe Valéria kutatóprofesszor írja: „A zene azonban nem csupán egyfajta agyfényesítő. Erőteljesen hat az érzelmekre, a mozgásfejlődésre, az ének mintegy húzza a nyelvi fejlődést. Az együtténeklés, az énekkel, mozgással kísért ringatók, döcögtetők az anya-gyermek kapcsolatnak is legalább olyan jót tesznek, mint a közös játék, s az esti mese.” (Csépe 2010)

Noha Kodály figyelme erőteljesen a gyermekek felé fordult, pontos ajánlásokat főleg az óvodai zenei nevelés előmozdításához adott (amelyekért persze soha nem tudunk elég hálásak lenni!). Tanítványa, Forrai Katalin ugyan kidolgozta a bölcsődei ének-zene módszertant is az óvodai mellett, de a szülők, a családok – úgy tűnik – valahogy mégis árván maradtak e kérdésben. Pedig a gyermek a családban kapja meg az első zenei impulzusokat, ezért okvetlenül fontos, hogy ezek az alapok jók legyenek, hogy legyen majd mire építkezni a gyermekekévé során.

- A kisgyermekkorai zenei nevelés céljai óvodáskor előtt:
- Felkelteni a gyermek zenei érdeklődését.
- Érzékeny, figyelmessé, fogékonyra tenni a környezet hangjai iránt.
- Az énekléssel és az énekes-játékkal (itt: ölbeli játék) érzelmileg gazdagítani.
- Spontán hangadásra és ritmikus mozgásra serkenteni.
- Felébreszteni az utánzási kedvét.

A korai zenetanulással kapcsolatos fenti kodályi konferenciaidézet egyik lehetséges értelmezése az, hogy kiemeli a szülő szerepének fontosságát a zenei nevelésben, de kifejezi az általános értelemben vett zenekultúra hatását is, amelynek kialakítása nemzedékek felelőssége (Turmezeyné, Balogh 2009).

Mit tegyenek a felelősségteljes szülők, akik felismerik a zenei nevelés fontosságát? Mit játsszanak, mit mondogassanak, mit énekeljenek kisgyermeküknek?

- 1) Keressenek kisgyermekes családoknak szóló zenés foglalkozást a környezetükben, és rendszeresen vegyenek részt azokon.
- 2) Szerezzenek be mondókás és daloskönyveket, amelyekből felidézhetik a régmúlt emlékeit, egyúttal új zenei gyöngyszemekkel gazdagodhatnak.
- 3) Játsszanak, játsszanak, játsszanak! Az önfeledt együtténeklés, együttjátszás örömenél nagyobb ajándékot nem kaphat a gyermek, de a szülő sem!

Azok a kisgyermek, akik az „anyatejjel együtt” szívják magukba azt a zenei táplálékot, amelyet a jó szándékú szüleiktől és a felkészült kisgyermekgondozóktól kapnak, „felszántott lélekkel” és nyitott füllel lépnek majd óvodába. Az óvodai nevelés pedig, amely ha valóban a jelenleg érvényben lévő normák szerint valósul meg, stabil alapot ad az általános iskolai ének-zenei tanulmányokhoz és általában véve a kognitív fejlődéshez (vö. transzferhatások, Barkóczi, Pléh 1978), továbbá a zeneiskolai szolfézs- és hangszer tanuláshoz.

Nem lesz minden felcseperedő gyermekből művész, de nem is kell, hogy az legyen. Válgják viszont kíváncsi, befogadó zenehallgatóvá, hangverseny- és operalátogatóvá, és felnőttként ne váltsan automatikusan sávot a rádióján, ha véletlenül komolyzenei adóra téved.

Szülő, nagyszülő és pedagógus együttes felelőssége, hogy a világ minden rezdülésére nyitott, tökéletes gyermekből tökéletes felnőttet neveljen. A zene a legnagyobb segítő társ e nemes küldetésben.

### Felhasznált irodalom

- Barkóczi Ilona – Pléh Csaba: *Kodály zenei nevelési módszerének pszichológiai hatásvizsgálata*. 1978, Kecskemét, Kodály Zoltán Zenepedagógiai Intézet.
- Csépe Valéria: *Az agyfénysítő zene*. Mindennapi Pszichológia, 2010.02.14.
- Forrai Katalin: *Ének a bölcsődében*. 1986, Budapest, Zeneműkiadó.

Kodály Zoltán: *Visszatekintés I.* Szerk. Bónis Ferenc, 1964, Budapest, Zeneműkiadó.

Szőnyi Erzsébet: *Kodály Zoltán nevelési eszméi.* 1984, Budapest, Tankönyvkiadó.

Turmezeyné Heller Erika – Balogh László: *Zenei tehetséggondozás és képességfejlesztés.* 2009, Nitra, Kocka Kör Tehetséggondozó Kulturális Egyesület és Faculty of Central European Studies, Constantine the Philosopher University in Nitra.

Zsolnai Anikó: *Kötődés és nevelés.* 2001, Budapest, Eötvös József Könyvkiadó.