



MŰVÉSZETI KAR

**Személyiség- és készségfejlesztés zenével
a Kokas-pedagógia tükrében**

Süttő Ildikó

Magánének tanári szakirány
OMA

Szakdolgozat

Témavezető:

Erdő-Schaffer Rita

Farnadi Tamara

Győr, 2019

Köszönetnyilvánítás

Szeretnék köszönetet mondani mindazoknak a tanároknak, barátoknak, ismerősöknek, akik az elmúlt 5 év alatt segítségemre voltak. Köszönöm családomnak, férjemnek, hogy tudásra törekvő egyetemi éveim alatt minden vonatkozásban támogatott, mellettem állt.

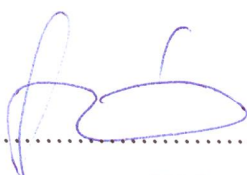
Köszönettel tartozom Dr. Deszpot Gabriellának és Dr. Antal-Lundström Ilonának, akik készségesen segítették diplomamunkám megírását a témámmal kapcsolatos irodalmak ajánlásával.

Köszönöm témavezetőmnek, Erdő-Schaffer Ritának, hogy figyelemmel kísérte és segítette a dolgozatom megírását.

Végül, de nem utolsó sorban hálával tartozom külső konzulensemnek Farnadi Tamarának, aki a rengeteg elfoglaltsága ellenére odaadóan részt vett a munkám Kokas - pedagógiával kapcsolatos részének koordinálásában.

HALLGATÓI NYILATKOZAT

Alulírott *Süttő Ildikó* (NEPTUN kód: *CN7K1E*) *Zenetanár - magánének tanár* szakos hallgató kijelentem, hogy jelen, *Személyiség- és készségfejlesztés zenével a Kokas-pedagógia tükrében* című szakdolgozat/diplomamunka kidolgozása a saját munkám, abban csak a megjelölt forrásokat és a megjelölt mértékben használtam fel, az idézés szabályainak megfelelően, a hivatkozások pontos megjelölésével.



.....
aláírás

Dátum: *Győr, 2019. 04. 29.*.....

Tartalom

Bevezetés	3
I. Személyiségfejlesztés	4
I.1 A személyiség fogalma.....	4
I.2 A személyiség komponensei, „összetevői”: öröklött tulajdonságok és a környezet hatása	4
Szocializáció fogalma és szinterei	5
I.3 Személyiségfejlesztés	7
I.3.1 A személyiségfejlesztés célja	8
II. Készségfejlődés.....	10
II.1 A készség fogalma	10
II.2 A készséggel rokonságban álló szavak definiálása: ismeret, jártasság, képesség	10
II.4 A hét alapkészség	11
II.6 Készségfejlesztés.....	13
III. Készség- és személyiségfejlesztés zenével.....	15
III.1 Zene és az emberiség	15
III. 2 Zenei nevelés	16
Kilenc hónappal az anya születése előtt....	17
III.3 A személyiség fejlesztése zenével	18
III.3.1 A zene és az adaptivitás	18
III.3.2 Zenével a kreativitás felé	19
III.3.3 Zenével a pozitív egyéni értékrend felé	20
III.4 A zene készségfejlesztő hatása	21
Zene hatása a 7 alapkészségre	25
IV. A Kokas-pedagógia	27
IV. 1. Kokas Kláráról.....	27
IV.2 Kokas Klára filozófiája és zene-pedagógiája	31
IV.3 A Kokas-foglalkozás menete.....	33
Köszöntő éneklés, névéneklés	34
Lecsendesítés	35
Szabad mozgás a zenére	36

Ábrázolás, Képi megjelenítés	39
Elbúcsúzás	40
Interjúk jelentősége	40
IV. Személyiség-, és készségfejlesztés Kokas-pedagógiával	41
IV.1 A személyiség fejlesztése Kokas-módszerrel	41
Kokas-módszer és az adaptivitás	41
Kokas-módszerrel a kreativitás felé.....	41
Kokas-módszerrel a pozitív egyéni értékrend felé	43
IV.2 A Kokas-módszer készségfejlesztő hatása	44
Dalba foglalt éneklés és szabadon költött névéneklés	44
Szabad mozgások énekre, illetve zenére.....	44
Lecsendesítés	45
Zenehallgatás	45
Narratív felidézés, elmesélés	45
Képi ábrázolás.....	46
V. Interjú Farnadi Tamarával, a győri Bartók Béla Ének-zenei Általános Iskola Artisjus díjas énektanárával, Kokas-pedagógusával	48
Összegzés	55
Irodalom.....	57
Felhasznált folyóiratok	59
Internetes források	61
Ábrajegyzék	62
Melléklet	63

Bevezetés

A zene személyiség- és készségfejlesztő hatása mindig is az érdeklődésem középpontjában állt. Ez a tudásvágy, kislányom megszületése után erősödött meg bennem. Ekkor ismerkedtem meg a Kokas-pedagógiával. A Kokas-képzésen tanultaknak, hallottaknak és látottaknak köszönhetően egy teljesen új szemléletmód nyílt meg előttem, mint leendő zenepedagógus előtt.

Az, hogy hogyan is támogatja ez a komplex művészet pedagógiai foglalkozás az egyén személyiség- és készségfejlesztését, különböző szakirodalmak által igyekszem dolgozatomban alátámasztani.

Célom volt, hogy egy átfogó összképet adjak a zenével - *azon belül is a Kokas-pedagógiával* - történő személyiség és készségfejlesztésről.

A zene személyiség- és készségfejlesztő hatása évezredek óta köztudott. Viszont arra, hogy konkrétan mik azok az elemei, melyek a személyiséget és mik azok, amik az egyes készségeket fejlesztik, nem találtam összefoglaló munkát.

Dolgozatomban először magáról a személyiség- és készség fogalmáról és annak fejlődéséről és fejlesztéséről írok. Az általam átolvasott tanulmányok segítségével kifejtem, hogy milyen hatással van a zene az emberre és ez hogy segíthet az előző fejezetekben leírt személyiség-, és készség (azon belül is a hét alapkészség) fejlődésében, fejlesztésében. Ezekben a fejezetekben tudatosan igyekeztem elkerülni a Kokas-pedagógiával kapcsolatos irodalmakat Ennek oka, hogy más tudományos kutatások alapján is alá szeretném támasztani a Kokas Klára által kidolgozott foglalkozás hatékonyságát.

Szakedolgozatomban befejező részében az eddig leírtak tükrében mutatom be, hogy a Kokas-pedagógia segítségével, hogyan fejlődik az egyén személyisége és hét alapkészsége. Ennél a fejezetnél a felhasznált irodalmakon és a továbbképzésen tanultakon túl segítségemre volt egy több évtizedes tapasztalatokkal rendelkező Kokas-pedagógus, Farnadi Tamara is, aki tudásával és tapasztalataival gazdagította a munkámat.

I. Személyiségfejlesztés

I.1 A személyiség fogalma

Mielőtt magáról a személyiségfejlődésről írok, fontosnak tartom kifejezni, mit is jelent maga a személyiség kifejezés.

Ez a kérdés, már az ókortól foglalkoztatta a tudósokat, filozófusokat és gondolkodókat. Amilyen összetett egy ember személyisége, olyan komplex magának a szónak az értelmezése. Napjainkban körülbelül 40, többé-kevésbé tudományos személyiségelmélet létezik.¹ Ezek közül általában Allport definícióját szokták idézni: „A személyiség azon pszichofizikai rendszerek dinamikus szerveződése az egyénen belül, amelyek meghatározzák jellemző viselkedését és gondolkodását.”²

Nagy József az alábbiakat írja a személyiségről:

„A személyiség az ember bioszociális komponensrendszere.(...) A funkcióit szolgáló működése, viselkedése a komponensek által valósul, miközben a komponensek módosulhatnak, új komponensek keletkezhetnek, maga a személyiség is fejlődhet.”³

Ahogy a definíciókból is kivehető, személyiség csak emberre értelmezett, viszont fontos tisztázni, hogy az ember és a személyiség nem azonos. Általában a legtöbb személyiségelmélet a személyiség egyik sajátosságának az önazonosság tudatát tekinti. Mivel ez 2-3 éves kor körül kezd kialakulni, csak innentől beszélhetünk személyiségről.⁴

I.2 A személyiség komponensei, „összetevői”: öröklött tulajdonságok és a környezet hatása

A személyiségünk az öröklött és tanult tulajdonságainkból tevődik össze. Ez a születésünk pillanatától kezdve életünk végéig, a szocializáció folyamatában a megélt élményeink során állandóan fejlődik és alakul. Minden ember egyedi, saját mintázatú

¹ Dr. Barta T. - W. Barna E. *Személyiség, kommunikáció, etika.* (Budapest: Szókratész Külgazdasági Akadémia, 2005)

² G. W. Allport. *A személyiség alakulása.* (Budapest: Kairosz, 1997) 39.

³ Nagy József. *XXI. század és nevelés.* (Budapest: Osiris 2000)27-28.

⁴ Nagy József. *XXI. század és nevelés.* (Budapest: Osiris 2000)

személyiséggel rendelkeznek. Már világrajövetelünkkel rendelkező bizonyos örökletes (genetikai) tulajdonságokkal, melyek egész életünkben kihatással lesznek ránk. Fontos leszögezni, hogy a tudomány kimondja, egyetlen tulajdonság sem kizárólag öröklött, viszont olyan sincs, ami csak környezeti eredetű volna. A gének hatását nagyon nehéz különválasztani a környezet hatásától. Az eredmények azt mutatják, hogy az öröklődésnek inkább a személyiség „nyersanyagának” kialakításában van nagy szerepe. Allport szerint ezek a „nyersanyagok”; a fizikum, a vérmérséklet, illetve az intelligencia, melyekből nevelés és tapasztalatok hatására kifejlődik a teljes, érett személyiség.⁵

A személyiség fejlődését tehát három tényező befolyásolja: öröklődés, környezet és nevelés. Az ember aktív befogadója a környezet személyiségformáló hatásainak. A belső feltételek és a külső ingerek kölcsönösen hatnak egymásra és összműködésük hozza létre a lelki folyamatokat, illetve az egyén személyiségtulajdonságait.⁶

Szocializáció fogalma és színterei

Szocializáció fogalma

Velünk született adottságaink kimunkálása társas feltételekhez kötött, ehhez pedig emberi együttélésre, vagyis szocializációra van szükség.

A szocializáció „[...]a társas-társadalmi érintkezések egész életen át tartó folyamata, amely révén az egyén bevezetődik egy adott társadalomba, miközben kialakítja személyes identitását.”⁷

Ennek során humanizálódunk: megtanulunk emberi módon élni és viselkedni. Gyakorlatilag a szocializáció lélektani szempontból a személyiségfejlődés társadalmi vetülete.⁸

A gyerekkorban végbemenő szocializáció a társadalom által tudatosan tervezett és szervezett. Ezt az eljárást nevelési folyamatnak hívják, mely a személyiségformálás legnagyobb eszköze.

A társas kapcsolatok hatásai meghatározóak a személyiség biológiai, pszichés és szociális szintjeire egyaránt. A társaknak jelentős szerepe van az ember fejlődésében. Ennek hiánya, - főként a fejlődés korai szakaszában- visszafordíthatatlan következményekkel járhat: Azok a gyerekek, akik születésük után nem sokkal

⁵ G. W. Allport. *A személyiség alakulása.* (Budapest: Kairosz, 1997)

⁶ Dr. Nádassy Lászlóné Karres Magdolna. *Az intenzív zenei nevelés hatása a gyermek személyiségének fejlődésére.* (Szeged: Kézirat. SZTE BTK Neveléstudományi Tanszék, 1981,- doktori értekezés)

⁷ N. Kollár K., Szabó É. (Szerk.). *Pszichológia pedagógusoknak.* (Budapest: Osiris, 2004)

⁸ Bagdy Emőke. *A személyiség titkai. Család, nevelés, önértékelés.* (Budapest: Helikon, 2014)

elszakadtak az emberek világától és állatokkal vagy teljes izolációban nőttek föl, majd később visszakerültek a civilizációba, nem tudtak beilleszkedni a társadalomba (összesen 36 ilyen esetről tudunk). Szókincsük nehezen fejleszthető (a 6,5 éves koráig állatok között élő Kamala, mindössze 110 szót volt képes megtanulni, míg a 12 éves koráig vadon élő aveironi ember már egyáltalán nem volt nevelhető). Magatartásuk csekély mértékben formálható, szocializációjukra való törekvések pedig eredménytelenek. Ebből következik, hogy egy kihagyott fejlődési szakaszt bepótolni nagyon nehezen vagy - ilyen korai időszak kihagyása esetén - egyáltalán nem lehet.⁹

Szocializáció színterei

Az előző példa jól szemlélteti, hogy mekkora jelentősége van mind személyiség-, mind pedig készségfejlődés terén a korai fejlődésnek. Ennek színtere az *elsődleges szocializációs közeg* mely nem más, mint a társadalom legkisebb egységét képző család. „A család egészsége a felnövő gyerek lelki egészségének döntő tényezője.”¹⁰ Itt kezdődik a „személyes én” kibontakozása.

A családon belül is fontos kiemelni az anya-gyerek kapcsolatot, hiszen ez jelenti a személyiség testi-lelkifejlődésének megalapozását, illetve ez az első szociális kontaktust. A csecsemő az anya által közvetített tapasztalatok és benyomások alapján ismeri meg a világot. Ekkor alakul ki a személyiségünk egyik alapköve az *éntudat*, más néven *önélmélés*.¹¹

A gyerek közösségbe, intézménybe kerülésével, megjelenik a *másodlagos szocializációs közeg*. Ide tartozik minden egyéb szocializációs impulzus, mely új ismeretekkel és tapasztalatokkal gazdagítja az embert és annak személyiségét. Míg egy családba választásunktól függetlenül beleszületünk, addig a másodlagos szocializáció helyszíneit mi választhatjuk, alakíthatjuk. A család mellett megjelenik és egyre nagyobb szerepet kap a kortárs csoportok jelentősége.¹²

⁹ Bagdy Emőke. *A személyiség titkai. Család, nevelés, önértékelés.* (Budapest: Helikon, 2014)

¹⁰ Bagdy Emőke. *A személyiség titkai. Család, nevelés, önértékelés.* (Budapest: Helikon, 2014) 44.

¹¹ Bagdy Emőke. *A személyiség titkai. Család, nevelés, önértékelés.* (Budapest: Helikon, 2014)

¹² N. Kollár K., Szabó É. (Szerk.). *Pszichológia pedagógusoknak.* (Budapest: Osiris, 2004)

I.3 Személyiségfejllesztés

A nevelés egyik kulcsfeladata a személyiségfejlődés segítése. Az, hogy mit is jelent pontosan a személyiségfejlődés, számtalan gondolkodó kutatta. Az általuk létrejött elméletek alapján két nagy vonulatot különböztetünk meg. Az egyik a **szakaszos személyiségfejlődés**, melynek fontosabb képviselői közé tartozik többek között Freud, Piaget, és Erikson. Az elméleteik lényege, hogy életkori szakaszokra bontja le a személyiség fejlődését (1. ábra).

Életkor (év)	Köznapi elnevezés	Piaget	Freud	Erikson
0–1	Csecsemőkor	Szenzomotoros intelligencia	Orális szakasz	Alapvető bizalom vs. bizalmatlanság
1–2	Kisgyerekkor	Műveletek előtti kor	Anális szakasz	Autonómia vs. szégyen és kétség
2–3				
3–6	Óvodáskor		Fallikus szakasz	Kezdeményezés vs. büntudat
6–12	Kisiskoláskor	Konkrét műveletek kora	Latencia kora	Teljesítmény vs. kisebbségérzet
12–19	Serdülőkor	Formális műveletek kora	Genitális szakasz	Identitás vs. szerepzavar
19–35	Fiatal felnőttkor			Belsőérettség vs. elszigetelődés
35–60	Középső felnőttkor			Alkotóképesség vs. megmerevedés
60 felett	Késő felnőttkor			Értelmezés vs. kétségbeesés

1. ábra - A fejlődés életkori szakaszokra való bontása

/Forrás: N. Kollár K., Szabó É. (Szerk.): Pszichológia pedagógusoknak c. könyve/

Napjaink kutatásai megkérdőjelezzik ezt a szakaszolást és a folyamatos fejlődést preferálják.

A különböző fejlettségi szintek életkori szakaszolása azért problémás, mert az azonos életkorú személyek fejlettsége nagyon eltérő lehet. Például: intellektuális fejlődésben 6 év körüli gyerekeknél az egyéni különbségek elérhetik akár az 5 évet is, kora ifjúkorban

pedig ez a szakadék a 8-10 évet is jelenthet¹³. Gyakorlatilag a szakaszon kívüliek többen vannak, mint a besorolhatók. Ennek köszönhető, hogy ma már a fejlődéskutatás területén a **folyamatos fejlődés elmélete** kezd általánossá válni. Természetesen itt is kitüntetett szerepet kap a gyerekkor, mint a személyiségformálás meghatározó időszaka¹⁴, viszont szemben a szakaszos elméletekkel, nem tekinti sorsdöntőnek. Hangoztatják, hogy a személyiségfejlődés nem zárul le a serdülőkorral, hanem egész életen át tart a szociális közegtől és a lehetőségektől függően. E szemléletmód szerint a személyiség egy hierarchikus szintekkel jellemezhető feltételrendszer, ahol a felsőbb szintek magukba foglalják az alsóbb szinteket, mindeközben az alsóbb szintek relatív önállósága megmarad. A személyiség működése ezeknek a szinteknek a kölcsönhatásával, hatékony együttműködésével valósul meg. A pedagógia feladata személyiségfejlesztés szempontjából az, hogy az alsóbb szintek megerősítésével a hierarchia felsőbb szintjeinek kiépülését elősegítse.¹⁵

I.3.1 A személyiségfejlesztés célja

Arra, hogy mi is a személyiségfejlesztés célja és funkciója a személyiségelméletek azt a választ adják, hogy egyre adaptívabbá, kreatívabbá, kompetensebbé és életképesebbé kellene, hogy váljunk.¹⁶

Alkalmazkodás jelentősége

Az adaptív szó, alkalmazkodást jelent. Jelentősége napjainkban egyre jobban növekszik, hiszen manapság a globalizációnak köszönhetően, az egyén fejlődéséhez gyakorlatilag elengedhetetlen a rugalmasság és az új helyzetekhez, környezethez való alkalmazkodás.

Kreativitás jelentősége

A kreativitás a XXI. század egyik kedvelt, sokszor alkalmazott kifejezése. Míg korábban elsősorban tudósokra, felfedezőkre, zeneszerzőkre és más olyan személyekre használták ezt a fogalmat, akik valami új, formabontót alkottak, ma már tudjuk, hogy a kreativitás mindenkinben benne van bizonyos fokig és mindenkinben fejleszthető. A

¹³ Egy 6 éves gyerek értelmileg lehet, akár egy 8 éves gyerek szintjén, de olyan is előfordul, hogy csak egy 3 éves kisgyerek értelmi intelligenciájával rendelkezik.

¹⁴ Az ember személyisége az első tíz évben fejlődik a leghatékonyabban.

¹⁵ Nagy József. *XXI. század és nevelés*. (Budapest: Osiris 2000)

¹⁶ Nagy József. *XXI. század és nevelés*. (Budapest: Osiris 2000)

személyiségfejlődés egyik elengedhetetlen elemét képezi. Egyfajta gyűjtőfogalom, mely több pozitív személyiségi jegyet foglal magába (pl.: ingerérzékenység, a flow-élmény¹⁷ meg tapasztalásának képessége, érzelmi stabilitás, szorgalom, kitartás, jó önbizalom, kíváncsiság, nyitottság, jó problémamegoldó készség, kötetlenség tudat, önálló gondolkodás, fizikai és mentális aktivitás).

Pozitív egyéni értékrend kialakulásának fontossága

A nevelés egyik alapvető célja a pozitív egyéni értékrend kialakulásának, megőrzésének, megszilárdulásának, pozitív irányú változásának elősegítése. A pozitív értékrend nem egyéni megítélés eredménye, nem azon múlik, hogy az egyén eldönti, mi a jó s mi a rossz és annak megfelelően jót cselekszik.

Az értékrenden belül beszélhetünk szociális-, illetve perszonális értékrendről.

A szociális értékrend szempontjából valaki lehet proszociális, vagy antiszociális. A pozitív szociális értékrend a proszociális értékrend. Egy proszociális személyiség a másik ember, a másik csoport, a másik társadalom az emberi faj létérdekeit figyelembe veszi, szükség szerint azt szolgálja, segítő magatartás, cselekvés, illetve az erre készítő egyéni motívumrendszer jellemzi.

A perszonális értékrend szerint valaki lehet önpusztító és hátrányos, vagy előnyös és önfejlesztő. A pozitív perszonális értékrend (előnyös, önfejlesztő), az egyén túlélését, életminőségének javítását szolgálja.¹⁸

¹⁷ *flow-élmény*: A kifejezés Csíkszentmihályi Mihály pszichológus nevéhez fűződik. Azt jelenti, hogy valaki képes teljesen elmerülni abban amit éppen csinál, ez örömmel tölti el.

¹⁸ Nagy József. *XXI. század és nevelés*. (Budapest: Osiris 2000)

II. Készségfejlődés

II.1 A készség fogalma

Készségnek nevezzük, amikor egy adott tevékenység automatizálódik, a tudat közvetlen ellenőrzése nélkül funkcionál.¹⁹

Egy készség megszerzéséhez szükséges az adott készség szabályainak ismerete, illetve azok rendszeres, sokszori alkalmazása (pl: éneklési készség: énekes esetén, éneklés közben a hangképzés, mélylégzés automatizálódik).

II.2 A készséggel rokonságban álló szavak definiálása: ismeret, jártasság, képesség

A készség szó definiálása során sokszor kerül bizonyos fogalomzavarokkal szembe az ember. Számtalanszor tapasztalható, hogy egyes szerzők szinonimaként használják, főként a képesség és a készség kifejezést. Az ismeret, jártasság, készség, adottság, illetve képesség egymásra épülő, egymással szoros kapcsolatban álló fogalmak, így fontos letisztázni, hogy pontosan mit takarnak az egyes kifejezések és azok milyen kapcsolatban állnak egymással.

Ismeret

Tanulás segítségével a valóságról megszerzett tények, információk, ismeretek összessége, melyet a tanuló képes magában felidézni, elmondani.

Például: Évszámok, fogalmak, adatok, szabályok ismerete.

Jártasság

Egy adott feladatsor (algoritmus) megoldása során felmerülő problémát vagy hiányosságot a meglévő ismereteink alapján képesek vagyunk áthidalni, megoldani (pl.: ha valaki klarinétozik, hamarabb megtanul szaxofonozni, hiszen **jártas** a nádas hangszerek megszólaltatásában).

¹⁹ <https://www.hrportal.hu/hr/szemelyugyi-fogalomzavar-20080111.html> 2019.03.15.

Adottság

Olyan öröklött vagy veleszületett sajátosság, mely a természetes fejlődés, a nevelői hatások és a gyakorlás által képességgé válhat (pl.: valaki szép, erőteljes hanggal születik, az nem jelenti azt, hogy operaénekes lesz, még számtalan más adottság, jártasság és készség szükséges, hogy képességgé váljon).

Képesség

„Valamely cselekvésre, teljesítményre való alkalmasság, illetve ennek mértéke; tehetség. Minőségét, fokát részben az emberrel veleszületett adottságok, hajlamok, részben a környezeti hatások együttesének befolyására szerzett tapasztalatok (ismeretek, készségek) határozzák meg. (...)”²⁰ Vannak általános- (pl.: intelligencia, tudás), illetve különleges képességek (pl: zenei képesség, kézügyesség).

II.4 A hét alapkészség

Az eredményes iskolakezdéshez 7 kritikus alapkészségnek kell meglennie. Ezek a következők: írásmozgás-koordináció, beszédhanghallás, relációszókincs, elemi számolási készség, tapasztalati következtetés, tapasztalati összefüggés-megértés, szocialitás. A 7 alapkészségek a Nagy, Vidákovich, Józsa és Fazekasné 2004: *Az elemi alapkészségek fejlődése 4-8 éves életkorban* című könyv alapján a következőképpen írhatóak körbe:

Írásmozgás-koordináció:

Ez az egyik leglassabban fejlődő készség. A készség elsajátításának vannak bizonyos előfeltételei. Megfelelő fejlettségi szinten kell, hogy legyen a pontos észlelés, a szem-kéz koordináció és a finommozgások.

Fejlesztésében segít minden olyan játékos tevékenység, amely az ujjak, a kéz kismértékű mozgásával valósulhat meg. Ez az érési folyamat általában az első 5-8 év alatt valósul meg.

²⁰ Zakárné Horváth Ida. *Készségek, képességek, kompetenciák fejlesztése*. (Budapest: MODINFO Kft, 2003) 10.

Beszédhallás:

A beszédhanghallás egy spontán fejlődő készség. Fogalma alatt egyrésről a beszédhangok tulajdonságainak felismerését, megkülönböztetését, másrésről a hangsorrend mennyiségi és orientációs megítélését értik. Ennek alapfeltétele a hallás.

A készség a beszédértésben, az olvasott szöveg tartalmának értésében, helyesírásban és nyelvek tanulásában is szerepet játszik.

Fejlesztésével orvosolhatóak a beszédhibák, az olvasási nehézségek, illetve javul a helyesírás.

Relációszőkincs

Minden nyelv alapját a relációszőkincs képezi, mely néhány száz relációszőt foglal magába. Olyan szavak, melyeket mindennap használunk. Mennyiséget, helyet és helyzetet, időbeli relációkat, viszonyokat fejez ki. Reláció szavak pl.: alá, fölé, mellé, benne, több, kevesebb, délelőtt, délután, este, rövidebb, hosszabb, idős, fiatal. Általában a gyerekek nagy része ezeket elsajátítja, mire iskolába megy. E nélkül nem vagy csak nehezen érti meg, hogy mit mond a pedagógus vagy a társai.

Elemi számolási készség

Kutatók szerint ez a legkönnyebben fejleszthető készség. Kialakulásának 4 feltétele van:

- a százas számkörbeli számlálás növekvő és csökkenő sorrendben
- manipulatív műveletek végrehajtása húszas számkörben
- számkép felismerés
- százas számkörben való számolvasás

Tapasztalati következtetés

A készség kialakulásához szükséges a kijelentés²¹- és predikátumlogika²² alapvető deduktív sémáinak használata.

²¹ A *kijelentéslogika* csak olyan következtetési sémákat vizsgál, amelyekben egyszerű állítások, illetve ezekből alkotott összetett állítások szerepelnek.

²² A *predikátumlogika* lehetővé teszi, hogy a logikai elemzés mélyebbre hatoljon, az állítások belső szerkezetét is feltárja, és ezeket a részleteket is figyelembe vegye a következtetések logikai vizsgálata során

A tapasztalati következtetés esetében a műveletvégzés kizárólag a gyermek személyes tapasztalataira és a mindennapi szituációk nyelvhasználatára épít. Ha ez a készség nem elég fejlett, akadályozza őt a hallott és olvasott szöveg megértésében.

Tapasztalati összefüggés-megértés

Ez egy komplex készség. Az összefüggések feltétellel, annak velejárójával és a közöttük lévő viszonyal jellemezhetőek. Fontos, hogy megvan az adott összefüggés tartalmára és működésére vonatkozó tudás.

Szocialitás

„A szocialitás Nagy József (2002) értelmezésében a személyiség szociális értékrendje²³, szociális kompetenciája (szociális motívum-, készség-, képesség- és ismeretrendszer), valamint szociális aktivitása (szociális magatartása, viselkedése).”²⁴

A szocialitás tehát nem csak a személyiség fejlődés szerves része, hanem részét képezi a 7 alapkészségnek is.

II.6 Készségfejlesztés

„A készségfejlesztés valamely képességterületre irányuló fejlesztő hatású tevékenységfolyamat, ami magában foglalja a folyamat tervezését és irányítását, a hozzá kapcsolódó tevékenységek tudatos egymásra építését is.”²⁵

A készségfejlesztés célja, hogy az egyénben kialakuljanak azok az alap-, illetve speciális készségek, melyek birtokában el tudja végezni a hozzá tartozó tevékenységet. Ezt a célt csak akkor érhetjük el, ha két fontos dolgot figyelembe veszünk. Az egyik, hogy az adott feladatok feleljenek meg a célcsoport életkori sajátosságainak, hiszen az egyén más-más tevékenységre képes az egyes életkori szakaszokban. Ha a gyerek nem a fejlettségi szintjének megfelelő elvárással szembesül, akkor mind a tanulás, mind pedig a tanítási folyamat sikertelen lesz.

A másik fontos feltétel, ami a sikeres készségfejlesztéshez szükséges, az a megfelelő, fokozatos, egymásra épülő hierarchikus építkezés: Alul helyezkedik el az ismeretek

²³ Erről Bővebben az I.4.1-es fejezetben olvasható

²⁴ Zsolnai Anikó. „A szocialitás fejlesztése 4–8 éves korban.” In: *Új Pedagógiai Szemle* 2006/6

²⁵ Dr. Makádi Mariann. *Kompetenciafejlesztő földrajztanítás. Összefoglaló szak módszertani tanulmány.* (Budapest: Eötvös Loránd Tudományegyetem TTK FFI Földrajztudományi Központ, 2015) 6–10.

szintje, ezt követi a jártasság szintje, azt pedig a készség szintje. A magasabb szint feltételezi az alatta levő birtoklását.²⁶

Az egyén tehát csak akkor képes elsajátítani bizonyos ismereteket, készségeket, ha megérett rá, viszont ezt az érési folyamatot egy jó szülő, jó pedagógus képes serkenteni. Ha fejleszteni akarjuk a gyerek készségeit, segíteni akarjuk fejlődését, fontos, hogy arról a szintről kell elindulnunk, ahol a gyermek éppen tart, sőt Vigotszkij szerint a környezet akkor a legtámogatóbb, ha egy lépéssel a gyerek fejlettségi szintje alatt jár (ezt hívják a *legközelebbi fejlődési zónának*).²⁷

Ehhez az kell, hogy tisztában legyünk, hogy milyen meglévő ismeretekkel rendelkezik a növendék. Ezt követően történik az esetleges problémák, hiányosságok feltárása. Nekünk, pedagógusoknak az a feladatunk, hogy tudatosítsuk diákjainkban a meglévő erősségeket és gyengeségeik megoldására, kiküszöbölésére segítséget nyújtsunk. Erre a segítségnyújtásra különböző stratégia terveket kell biztosítani, figyelembe véve a gyerek adottságait és a saját pedagógiai tapasztalatainkat.

²⁶ Dr. Makádi Mariann. *Kompetenciafejlesztő földrajztanítás. Összefoglaló szak módszertani tanulmány.* (Budapest: Eötvös Loránd Tudományegyetem TTK FFI Földrajztudományi Központ, 2015)

²⁷ Bagdy Emőke. *A személyiség titkai. Család, nevelés, önértékelés.* (Budapest: Helikon, 2014)

III. Készség- és személyiségfejlesztés zenével

Az elmúlt évtizedekben egyre jobban az érdeklődés középpontjába került, hogy a zenetanulás milyen hatással van az egyén személyiségére- és kognitív képességeire. Számptalan hazai és nemzetközi kutatás született ebben a témában mind a pedagógia, mind a fejlődéslélektan, mind pedig az agykutatás területén.²⁸

III.1 Zene és az emberiség

A zene az emberiség történetének kezdetétől fontos szerepet töltött be. A hallás, illetve hangadási képesség a túlélés egyik fontos alapfeltétele volt az ősembereknek. Ezek segítségével sikerült kikerülni a veszélyeket, illetve lehetőség nyílt egymással kapcsolatot teremteni.²⁹

Mivel anatómiai és fiziológiai szempontból könnyebb hangmagasságot artikulálni, mint mással- és magánhangzókat képezni, feltehetően az ősemberek kommunikációja inkább éneklésre, mint beszédre emlékeztetett (Ezt az utat járja be a csecsemők beszédfejlődése is. Először, csak dallamszerű hangokat formálnak, melyből hónapok alatt fokozatosan kialakul a beszéd.). Ezt a feltevést erősíti az a tény, hogy az előemberek mimikai izmai nem voltak elég fejlettek.³⁰ Ennek alapján a beszéd kialakulását körülbelül 80 000 évvel ezelőtre teszik, míg az énekét 500 000 évre datálják. Ezek után joggal tehető fel a kérdés, hogy miért van ennyi „botfülű? Ennek nagyon egyszerű oka van: míg a beszéd fejlődést a családok jelentős hányada fontosnak tartja, a zenével, énekléssel nincs így. Ha az ember nem kapja meg a kezdetektől a zenei nevelést, annak alapészségei nem fejlődnek.³¹

Az első emberi közösségekben a zene volt az az eszköz, mely segítségével megőrizték és továbbadták a hagyományokat, szokásokat. Az első fuvola megközelítőleg 35 000 éves, melynek nem csak a megszólaltatása, hanem elkészítése is mutatja az emberi tudat fejlődését. A legfrissebb kutatások azt mondják, hogy az

²⁸ Maczák Ibolya. „Neuromuzikológia. Tudományosan a zenéről.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 32-34.

²⁹ Antal-Lundström Ilona. *A zene ajándéka*. (Budapest: IE Vismusik HB, 2011)

³⁰ Maczák Ibolya. „Neuromuzikológia. Tudományosan a zenéről.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 32-34.

³¹ Marton Árpád. „Zenei készségfejlesztés kisgyermekkorban.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 36-37

esztétikai tevékenységeknek köszönhetően az emberi agy egyre fejlettebbé vált.³² Ezt támasztja alá D. Hodger agykutató is, aki azt mondja, hogy a zene jóval komplexebb módon szervezi az agyműködését, mint eddig gondoltuk. A zenei folyamatok olyan modulokat aktivizálnak, melyek mind két agyi féltekén használatosak. Ez arra enged következtetni, hogy a zenei gyakorlatok fontos szerepet játszanak az agy biológiai alakításában. Az így bekövetkezett agyi változások hatással vannak a génekre is, melyek nemzedékről-nemzedékre továbböröklődnek.³³

III. 2 Zenei nevelés

Az előző fejezetben leírtak alapján elmondhatjuk, hogy a zenének, illetve a más esztétikai jellegű tevékenységeknek (képző- iparművészet, tánc) meghatározó szerepe volt és van az egyén és a társadalom tudatának, személyiségének formálásában, fejlesztésében.³⁴

A zene nevelő, fejlesztő hatását már a korai kultúrákban is felismerték. „*Emberi kultúránk gerince a jellem. A zene a jellem virágzása.*”³⁵ (Konfucius).

Platón „*Az állam*” című munkájában is felhívja a figyelmet a zene művelésének jelentőségére. „*Azért a legfontosabb a zenei nevelés, mivel a ritmus és összhang merül alá leginkább a lélek mélyébe, és a legerősebben ragadja meg azt, szépalakúságot támasztva benne; ez teszi a lelket szépalakúvá, feltéve ha valaki helyesen nevelődik. Ám ha nem, az ellenkezőjévé.*”³⁶

Platón gondolatai Kodályt is megragadták, aki az ókori görög kultúrát tartotta követő példának. Erről a Visszatekintés című munkájában a következőt olvashatjuk: „*Eddig a görög nevelés érte el legjobban a test és lélek harmonikus kiművelését. Benne a zene központi helyet foglalt el. Mostanában nagy sikerrel próbálják világszerte utánozni a görög nevelés testi részét. De ha teljes embert akarunk, a lelki rész sem maradhat el, s abban a zene ma még meg se közelíti a görög világban volt jelentőségét.*”³⁷

³² Antal-Lundström Ilona. *A zene ajándéka*. (Budapest: IE Vismusik HB, 2011)

³³ Antal-Lundström Ilona. „A kiválóság titka. Esztétikai alapú pedagógia.” In: *Új Pedagógiai Szemle*, 2008/11-12.sz., 67-91.

³⁴ Antal-Lundström Ilona. *A zene ajándéka*. (Budapest: IE Vismusik HB, 2011)

³⁵ Antal Antal-Lundström Ilona. *A zene ajándéka*. (Budapest: IE Vismusik HB, 2011) 44.

³⁶ Maczák Ibolya. „Mindennapos Örömforrás.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 30-31.

³⁷ Kodály Zoltán. *Visszatekintés I. Összegyűjtött írások, beszédek, nyilatkozatok*. (Budapest: Zeneműkiadó Vállalat 1964) 306.

Az előbb olvasottakból látható, hogy a zene készség- és személyiségfejlesztő hatása évezredek óta köztudott. Viszont fontos kiemelni, hogy a fejlesztés csak akkor lesz tartósan eredményes, ha aktív, hosszú távú (minimum 2-3 év) és folyamatos, pedagógus által gondosan felépített zene művelés mellett történik.

Az aktív zenélés alatt nem feltétlenül a hangszeres játékot értik. Aktív zenélés az éneklés, a ritmusjátékok, körjátékok, tánc és zene közbeni szabad mozgás is. A passzív zenehallgatás, sokakat közönyössé tesz, ezért fontos, hogy a gyerekek aktívan vegyenek részt a muzsikálásban.³⁸

Az énekkel, zenével, mozgással történő tevékenységek érzelmekkel serkentik az agy működését. A zene általi ingerhatások változatossága és az érzelemtelítettség együtt teremti meg a *transzferhatás*³⁹ élettani alapját.⁴⁰

Kilenc hónappal az anya születése előtt....

1948-ban Párizsban Kodály Zoltán a következőket nyilatkozta egy gyermeknap konferencián: *„Arra a kérdésre, hogy mikor kezdődjék a gyermek zenei nevelése, azt találtam felelni: kilenc hónappal a születése előtt. Első percben tréfára vették, de később igazat adtak. Az anya nemcsak testét adja gyermekének, lelkét is a magából építi fel, még tovább mennék: nem is a gyermek: az anya születése előtt kilenc hónappal kezdődik a gyermek zenei nevelése”*⁴¹.

Kodály gondolatát ma már számtalan tudományos ténnyel alá lehet támasztani: A zenei nevelést a gyermek, illetve az anya születése előtt 9 hónappal kell elkezdni, mert a korai zenei nevelés és fejlesztés által bekövetkezett pozitív agyi változásokat az utód már örökölheti szüleitől, felmenőitől.⁴²

A születés előtti kilenc hónap is meghatározó, hiszen már méhen belül a magzat hallja az őt körülvevő hangokat, az anyja szívverését, beszédét, énekét. Körülbelül a 24. terhességi héttől a zene és más zajok hatására szívritmus-változással, pislogással reagál a baba. Ezek születésük után emlékké válnak, mely emlékek a zenei neveléssel felidézhetők és fejleszthetők tovább.

³⁸ Marton Árpád. „Zenei készségfejlesztés kisgyermekkorban.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 36-37.

³⁹ *Transzferhatás*: A megszerzett tudás más helyzetben, más környezetben való alkalmazása.

⁴⁰ Kokas Klára. *Képességfejlesztés zenei neveléssel*. (Budapest: Zeneműkiadó, 1972)

⁴¹ Gállné Gróh Ilona. „Zenei nevelés az óvodáskor előtt. „Ringató”kisgyermekkor zenei nevelés a kodályi elvek alapján” In: *Parlando* 2008/3.

⁴² Antal-Lundström Ilona. „A kiválóság titka. Esztétikai alapú pedagógia.” In: *Új Pedagógiai Szemle*, 2008/11-12.sz., 67-91.

Fontos leszögezni, hogy bár egész életünkben képesek vagyunk fejlődni, a kutatások azt támasztják alá, hogy a gyerekeknél a zene segítségével 7 éves kor előtt lehet elérni a leghatékonyabb szellemi- és lelki fejlődést. Az agy hallási rendszere már 3 éves korra kifejlett. A hallás finomítása és az agy fejlődése az első 7 életévünkben a leghatékonyabb. Ez alapján a zene kulcsszerepet tud betölteni a korai fejlesztésben. Ez nem azt jelenti, hogy a 7 éves kor utáni a zenével való fejlesztés hatástalan, csak azt, hogy a későbbi fejlesztések nem mutatnak olyan magas eredményeket, mint a korai fejlesztése.⁴³ Magának a zenei készségeknek a kialakulása és fejlesztése is az előbb említett időszakban a leghatékonyabb.

III.3 A személyiség fejlesztése zenével

A zenei nevelés az egész személyiséget formálja. A zenei és a többi esztétikai jellegű tevékenység képes megváltoztatni az ember viselkedését és gondolkodását. Személyiségfejlesztő hatása kézzelfogható.

Kodály azt mondja, hogy a muzsika nélkülözhetetlen a személyiségfejlődéshez, az ember kiteljesedéséhez. A zenének, a mindennapos éneklésnek fontos pszichológiai és szociokulturális hatása van. Hazánkban 1960-70 között végzett pszichológiai hatásvizsgálatok, - melyek Kokas Klára, Pléh Csaba és Bárkóczi Ilona nevéhez fűződnek- egyöntetűen bebizonyították, hogy a Kodály elv szerinti mindennapos zeneoktatás és nevelés fejleszti a kreativitást és jó hatással van a növekvő nemzedékre.⁴⁴ Ezért a zene nem cél, hanem eszköz, amit mindenki számára elérhetővé kell tenni.⁴⁵

III.3.1 A zene és az adaptivitás

Az elsősorban társakkal való együttzenélés segíti az egyén alkalmazkodó képességének kialakulását, fejlődését. Például: Egy kórusban, vagy zenekarban elengedhetetlen a többi taghoz való alkalmazkodás (pl.: hangerőben, tempóban, próbákban stb.).

A különféle stílusú, műfajú és nemzetiségű zenéknek a megismerése, elfogadása és megszeretése is adaptívabbá teszi az embert.

⁴³ Antal-Lundström Ilona. „A zene mindenkié- de hogyan tegyük azzá? Kodály-születésnap megemlékezés 2014 decemberében” In: *Parlando*, 2014/6.sz.

⁴⁴ Marton Árpád. „Zenei készségfejlesztés kisgyermekkorban.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 36-37.

⁴⁵ Stöckert-Kozák Annamária. „Legyen a zene mindenkié!- Bemutatkozik a Kodály Zoltán Magyar Kórusiskola és a Bartók Béla Zeneművészeti Szakközépiskola.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 24-30.

A zene által kialakulhat és fejlődhet az egyén adaptivitása, ezzel tovább növelve az esélyünket arra, hogy egy folyamatosan változó környezetben sikeresek, eredményesek tudjunk maradni.

III.3.2 Zenével a kreativitás felé

A kreativitás egy gyűjtőfogalom, személyiségjegyek összessége. A zene által a kreatív elmében megtalálható személyiségjegyek többsége fejleszthető, indukálható.⁴⁶ A *kreatív* elmére jellemző *személyiségjegyek*⁴⁷ közül csak néhányat emelnék ki, amelyekre az aktív zenélés különösen nagy hatással bírhat.

A zene, legyen szó éneklésről, hangszer játékról, táncról, szabad mozgásról, vagy akár passzív zenehallgatásról, ingereket vált ki az emberből. Halljuk, látjuk, érzéseket hoz ki belőlünk, hatással van ránk. Ha mindennapi életünk részévé válik az értékes zene, az kialakítja, fejleszti az *ingerérzékenységet*. A zenélés érzékenyebbé tesz, segít az emóciók megélésében, hordozásában. Megtapasztalhatjuk általa a *flow-élményét*.

A zene képes csökkenteni az agressziót, a stresszt, *érzelmileg stabillá* tesz. Segíti a *szorgalom, kitartás és a jó önbizalom* erényének megszerzését is (például, ha van egy mű, amit nagyon szeretne valaki megtanulni, viszont még nincs meg a megfelelő technikai tudása, motiválhatja arra, hogy szorgalmasan, kitartóan gyakoroljon az álma megvalósítása érdekében. Önbizalmat ad, hogy képes és megtudja csinálni).

Képes *kiszakítani a komfortzónából* (pl.: fellépések által), *kíváncsivá és nyitottá* tesz (pl.: megtetszik egy kortárs mű, ezáltal érdeklődést mutat más modern zene megismerésére). Fejleszti a *problémamegoldó készséget* (pl.: Egy mű eltáncolása közben kiesik a következő koreográfiai mozdulat, nem blokkol le az előadó, hanem azt mással helyettesíti). Fejlődhet a *kötetlenség tudat* és az *önálló gondolkodás* (pl.: improvizáció által). Erősödik az egyén *fizikai és mentális aktivitása* (pl.: *tánc*: mozgás+koreográfia, vagy *éneklés, hangszerjáték*: mélylégzés, állóképesség + koncentráció a helyes technika használatára, a mű pontos felidézésére).

Az előbb felsorolt példák - melyeket még oldalakon keresztül lehetne folytatni - jól tükrözik, hogy az aktív zenélés milyen sokrétűen hat művelőjére. Egy eszköz lehet

⁴⁶ Fodor László. „A kreatív személyiség.” In: *Magiszter*, 2007/2., 16-26.

⁴⁷ Dr. Fodor László *Magiszter* című folyóiratban megjelent cikkében, mintegy negyven tulajdonságot hoz fel példaként a kreatív személyiség kapcsán. Ezek szinte mindegyike elérhető a zene által.

arra, hogy általa kreatívabbá váljon az ember, ezzel pedig a személyisége gazdagodjon, fejlődjön.

III.3.3 Zenével a pozitív egyéni értékrend felé

A zene és más művészeti ágak művelése és megélése gazdagítja az egyén személyiségét. *Segíti az egyéni értékrend pozitív irányú változását.* Ezzel Kodály is tisztában volt, így fontosnak tartotta, hogy értékes műveket kapjanak a gyerekek, hiszen a jó zenének erkölcsi mondanivalója van.⁴⁸ Értékes zene művelésével a személyes (perszonális) értékrend is pozitív irányba tolódik. A zene képes az ember lelkét megnyugtatni, feszültségeit feloldani, motiválni.

A zenei nevelés csökkenti az agressziót, empátiára, mások elfogadására nevel. Kodály 1927-ben járt Angliában, ahol ráeszmélt arra, hogy a kóruséneklésnek mekkora közösségfejlesztő hatása van. Összeköti és lebontja a korlátokat különböző társadalmi-anyagi és műveltségi szintű emberek között. Megtanulunk általa koncentrálni, együttműködni és figyelni a másokra.⁴⁹

Egy közösségben proszociális, aktívan zenélő személy le tud mondani arról, hogy ő legyen a középpontban, képes akár idegenekkel, akár idegen népcsoportokkal is együttműködni, megtanul a másokra figyelni. Nem törekszik mások elnyomására. Egy antiszociális személy képtelen lenne zenekarban vagy kórusban együtt zenélni.

Mivel minden kisgyerek eredendően az antiszociális viselkedést preferálja, az aktív zenélés alkalmas eszköz lehet arra, hogy a proszociális viselkedés irányába terelje őket.

A zene által lehetőség nyílik más népek, kultúrák megismerésére. Ezzel nyitottabbá, elfogadóbbá válhat az ember.

A fenti példák alapján láthatjuk, hogy az aktív zenei élmények alkalmasak a személyiség fejlesztésére. Általa adaptívabbá, kreatívabbá, életképesebbé válhat az egyén. Segít a pozitív egyéni értékrend kialakításában, megőrzésében, pozitív irányú változásában. Ezáltal képes az ember a személyiség felsőbb szintjeire lépni, fejlődni. Ebből következik, hogy a zenei nevelésnek fontos és kiemelkedő feladata a személyiség

⁴⁸ Stöckert-Kozák Annamária. „Legyen a zene mindenkié!- Bemutatkozik a Kodály Zoltán Magyar Kórusiskola és a Bartók Béla Zeneművészeti Szakközépiskola.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 24-30.

⁴⁹ Maczák Ibolya. „Mindennapos Örömforrás.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 30-31.

fejlesztésére való törekvés. Mivel az ember személyisége az első évtizedben fejlődik a leghatékonyabban, különös hangsúlyt kell a korai zenei fejlesztésre fektetni.

III.4 A zene készségfejlesztő hatása

Az aktív zenélés kétszer akkora agyi aktivitást produkál, mint a beszéd. Egy hangszerkíséretes ének szinte az egész agykérget működésbe hozza. A modern technológiáknak köszönhetően azt is sikerült bebizonyítani, hogy az ún. *corpus callosum*⁵⁰ azoknál a zenészeknél, akiknek a zenei fejlesztése már a gyermekkor korai szakaszában elkezdődött, jóval fejlettebb az átlagemberénél. Ez azt jelenti, hogy sokkal könnyebb az egyes agyféltekék által irányított készségek között az átjárhatóság (pl.: beszéd-érzelmi intelligencia).⁵¹

Az agykutatáson belül megjelent egy új tudományág, mely kifejezetten a zene agyra gyakorolt hatásával foglalkozik, ez a **neuromuziológia**. Hazánkban még kevésbé működik önálló tudományként, viszont főként a nyugati országokban számos elismert kutató tevékenykedik ezen a területen. Magyarországon Papp István nevét emelném ki. Az ő nevéhez fűződik a következő gondolat:

*„Az éneklésnek és a beszédnek igen sok közös komponense van, ám a beszéddel foglalkozó agyterületet jóval könnyebb lokalizálni, az ének (és a zene) ugyanis jóval több területet mozgat meg. Amikor éneklünk, akkor a beszédközpontok mellett számos más agyi terület is működésbe lép. Ezen nem is csodálkozhatunk, hiszen az ének (és a zene) sokkal több érzelmi töltést vonz magával, s ezeket ugyancsak az agyunk segítségével dolgozzuk fel.”*⁵² Ez a magyarázat arra is, hogy miért van az, hogy egyes afáziások, akik nem tudnak egy mondatot sem elmondani, képesek lehetnek énekelni.⁵³

Korábban úgy tartották, hogy a muzikalitás a jobb agyfélteke képessége. Ma már képesek a tudósok az agy aktivitását mérni, így tudjuk, hogy a hangmagasság, hangszín és harmóniák érzékelését a jobb agyfélteke; a ritmikusságot, az időérzékelést a bal agyfélteke vezérli. Altenmüller (nemzetközileg elismert német zene fiziológus) és munkatársainak kutatásai azt bizonyítják, hogy a zenének nincs az agyban kifejezetten

⁵⁰ *corpus callosum*: A két agyféltekét összekötő idegrostköteg

⁵¹ Marton Árpád. „Zenei készségfejlesztés kisgyermekkorban.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 36-37.

⁵² Maczák Ibolya. „Neuromuzikológia. Tudományosan a zenéről.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 32-34.

⁵³ Maczák Ibolya. „Neuromuzikológia. Tudományosan a zenéről.” In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 32-34.

központja, területe a zenei neveléssel folyamatosan nő.⁵⁴ D. Hodger agykutató szerint ezek a tények alátámasztják, hogy a zenei aktivitás fontos a tanulási képességek serkentésében és az agy biológiai alakításában.⁵⁵

Számos nemzetközi és hazai kutatás fényt derített arra, hogy hosszútávon alkalmazott zenepedagógiai program képes megváltoztatni az agy működését és fejleszti a gyerekek különböző kompetenciáit. Az is bebizonyosodott, hogy minél fiatalabb korban kezdik el a vizsgált alany zenei nevelését, annál magasabb szintet lehet vele elérni.

A zenélés fejlesztő hatással van a tanulási képességekre és számtalan készség kialakulását, fejlesztését segíti elő.

Az, hogy az egyes agyi modulok miként aktivizálódnak zenélés közben, Antal-Lundström Ilona 2008-ban⁵⁶ megjelent cikkében, egy hangszeren játszó gyerek belső folyamatainak részletezésével mutatta be:

1. érzékszervek, percepció⁵⁷: hallás, auditív, vizuális, ütemes és mozgásos gyakorlás;
2. kognitív, szimbolikus transzferálás, a zenei kódrendszer átalakítása cselekvéssé, a partitúra lejátszása a kottaolvasás megértésével és hanggá formálásával;
3. tervezés a hosszú távú és kitartó cselekvés végrehajtására;
4. mozgásos, motorikus aktivitások, részben kis/finom mozgás, valamint izomkoordináció az egész testben;
5. érzelmi, motivációs differenciáltság;
6. tanulási folyamat, a zenei szöveg elsajátítása;
7. az emlékezet kapacitásának növekedése a gyakorlással;
8. reflektáló, kritikus, önkritikus gondolkodás a saját zenélési eredmény értékelésével.

⁵⁴ Palatin Krisztina. „Az aktív zenélés helyzete és szerepe a művészeti nevelésben. Napjaink kihívásaira és megoldási lehetőségeire fókuszálva.” In: *Parlando*, 2008/1

⁵⁵ Antal-Lundström Ilona. „A kiválóság titka. Esztétikai alapú pedagógia.” In: *Új Pedagógiai Szemle*, 2008/11-12.sz., 67-91.

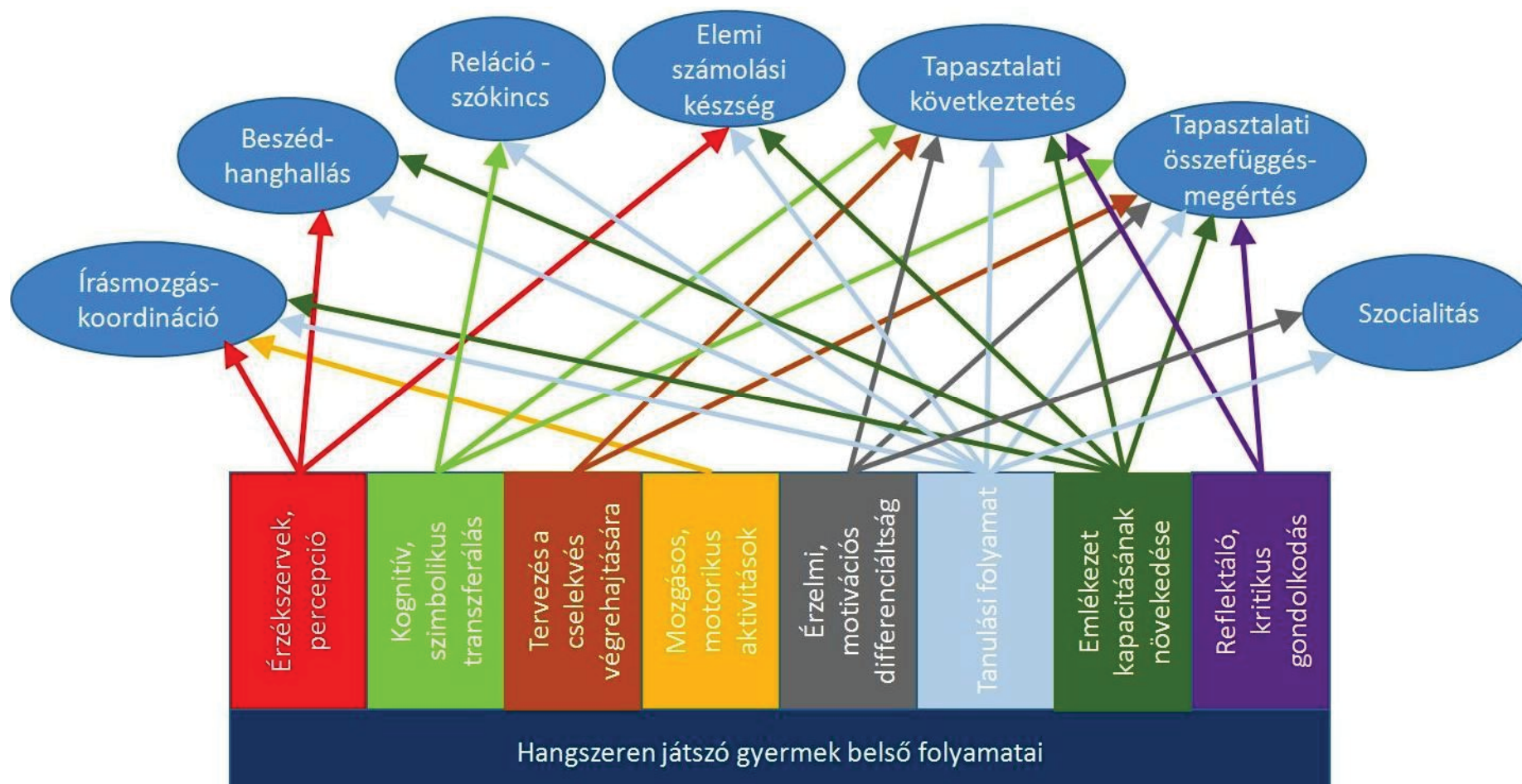
⁵⁶ Antal-Lundström Ilona. „A kiválóság titka. Esztétikai alapú pedagógia.” In: *Új Pedagógiai Szemle*, 2008/11-12.sz., 86.

⁵⁷ Percepció=észlelés

Ezek a különböző résztevékenységek valóságos helyzetben legalább másodpercenként folyamatosan ismétlődnek.⁵⁸

Az előbb felsorolt 8 belső folyamatot összevettem a II. fejezetben kidolgozott 7 alapkészséggel. Kíváncsi voltam arra, hogy melyek azok a készségek, melyek hangszerjáték által fejlődnek. Ennek szemléltetésére készítettem el a 2. ábrát.

⁵⁸ Antal-Lundström Ilona. „A kiválóság titka. Esztétikai alapú pedagógia.” In: *Új Pedagógiai Szemle*, 2008/11-12.sz., 67-91.



2. ábra - Hangszeren játszó gyerek egyes belső folyamatai, mely alapkészségekre lehetnek fejlesztő hatással

/Saját készítésű ábra/

A **2. ábrán** azt igyekeztem szemléltetni, hogy hangszeres játék közben az összes alapkészség fejlődik annak ellenére, hogy itt csak a belső folyamatok voltak figyelembe véve.

Zene hatása a 7 alapkésztségre

Írásmozgás-koordináció

Az írásmozgás-koordinációt leginkább a hangszerjáték és a kottaírás fejleszti.

Beszédhanghallás

A beszédhanghallást bármilyen aktív zenei tevékenység (hangszerjáték, ének, tánc) fejleszti. Kiemelném ezek közül is az éneket, ahol nem csak a dallam tulajdonságait kell felismerni és megjegyezni, hanem a szövegét is.

Reláció szókinccs

A reláció szókinccset fejleszti az éneklés, ahol a dallam szövegének megtanulásával, azok megbeszélésével újabb szavakat sajátít el a gyerek. A kottaolvasás szintén javítja a készséget, hiszen megtanulják vele a zene tulajdonságait (hangmagasság: magasabb-mélyebb hang; kottaérték: hosszabb-rövidebb; dinamika; halkabb-hangosabb; tempó / karakter: gyorsabb-lassabb)

Elemi számolási készség

Az aktív zenebefogadás fejleszti a ritmusérzéklet. Mind a táncban, mind az éneklésben és a hangszerjátékban elengedhetetlen a számolás (mikor kell belépni, hány lépésből áll egy koreográfiai elem, meddig tart egy adott hang stb.). A kottaolvasáson belül a kottaértékek, az ütemmutató, mind hatással van az adott készségre.

Tapasztalati következtetés, Tapasztalati összefüggés megértés

Mivel az aktív zenére történő tevékenység komplex cselekvést, odafigyelést igényel, a tapasztalati következtetés, illetve tapasztalati összefüggés megértését egyértelműen serkenti. A végtelen példalehetőség közül csak egy-egy példát írnék le:

- A kezdő klarinétos növendék rájön, hogy ha az ajkával erősebben rászorít a fúvókára, magasabb lesz az adott hang. (***Tapasztalati következtetés***)

- A növendék tudja, hogy ha rászorít a fúvókára, akkor magasabbra intonál, ebből kikövetkezteti, hogy ha gyengébben szorítja, akkor alacsonyabb lesz az adott hang. (*Tapasztalati összefüggés megértés*)

Szocialitás

Az aktív, elsősorban társas zenei tevékenység növeli az egyén szocialitását. Tánckarnál, kórusnál, zenekarnál nagyon fontos a tagok közötti összhang. A közös siker érdekében figyelni kell a másik emberre, emberekre, szólamra, hogy tökéletes legyen a harmónia. A zene által kiváltott érzelmek szintén segítik a készség fejlődését. Ez utóbbi feltevésemet e a „Zene kognitív transzferhatásai” című előadáson - *MTA-LFZE Aktív Zenetanulás Kutatócsoportja 2019.03.21-én tartott Budapesten a BMC Magyar Zenei Információs Központ és Könyvtárban* - erősítettem meg. Dr. Honbolygó Ferenc⁵⁹ azt mondta, hogy az aktív zenélés közben fellépő számtalan érzelmi hatásnak köszönhetően, gyakorlatilag társas kapcsolatoktól függetlenül is fejlődik az egyén szocialitása.

⁵⁹ **Dr. Hobolygó Ferenc:** Kognitív pszichológus, az MTA Természettudományi Kutatóközpontjában tudományos főmunkatárs, ELTE Pedagógia és Pszichológia Karán egyetemi adjunktus. Kutatási területe: hallásészlelés, beszéd, nyelv és zene agyi háttere, valamint ezek fejlődése, fejlődési zavarainak tanulmányozása

IV. A Kokas-pedagógia

„Láttam, milyen erőt ad bátorítatlan, elnyomott gyerekeknek, hogy alkotó ötleteikre figyelünk. Láttam, milyen egyensúlyt teremt az egyéni vélemények tisztelete a megnyilvánulások szabadságában. Láttam, milyen személyiség kibontakozást tapasztalhatunk bajba jutott gyerekek között, akik először élhették át tulajdonságaik megbecsülését, egyáltalán: a felfedezését.”⁶⁰ (Kokas Klára)

Két évvel ezelőtt az internetet böngészve rátaláltam egy videóra, aminek a címe: „A Zene felemeli a kezeimet”. Ez a film Kokas Kláráról, az ő elveiről, módszeréről szól. Annyira megragadott karizmatikus személyisége, az, amilyen szeretettel, szenvedéllyel beszél a gyerekekről és a zenéről, hogy elkezdtem komolyabban érdeklődni módszere iránt. Így jutottam el a „Kokas Klára akkreditált zenei képességfejlesztő tanfolyamra”, ahol Demel Eszter és Garamszegi Valéria mentorálása alatt 2018. novemberében Kokas pedagógus lettem.

Az itt tanultak és látottak alapján bátran kimerem mondani, hogy a Kokas-módszer hosszú távú alkalmazása személyiség-, illetve készségfejlesztő hatással bír. Az, hogy miért és hogyan, arra a következő fejezetekben kívánok választ adni, Kokas Klára munkásságát, illetve módszerének bemutatását követően.

IV. 1. Kokas Kláráról

Kokas Klára, zenepedagógus, pszichológus, kutató, író, a magyar kreatív zenepedagógia meghatározó képviselője, az aktív gyermekközpontú zenetanulás megteremtője.⁶¹

1929-ben született Szanyban egy zeneszerető család gyermekeként. Első zongora leckéit anyjától vette⁶². Édesapja aki amellet, hogy a helyi templom kántora volt, csatlakozva Kodály és Bartók tanítványaihoz, népdalokat, táncokat szokásokat gyűjtött.

⁶⁰ https://kokas.hu/media/KOKAS-KODEX_vegl.pdf 2019.03.30.

⁶¹ https://kodaly.hu/data/articles/107/1073/article-107347/GereneKitti_Dg_Debreceni_kivonat.pdf 2019.03.30.

⁶² Kokas Klára. *Öröm, bűvös égi szikra. Multimédiás DVD-ROM tanításaimról.* (Agape Zene - Életöröm Alapítvány által kiadott DVD-ROM, 2007)

Kokas Klára zenetanári és karvezetői diplomáját 1950-ben szerezte a budapesti Liszt Ferenc Zeneakadémián.

Legmeghatározóbb tanára Kodály Zoltán volt. Az ő elveit vette alapul fiatal tanárként és ő volt az, aki támogatta és ösztönözte kutatásaiban és hivatásában⁶³.

Így emlékezett rá : „*A Tanár úr halkán beszélt, nem is emelvénnyről. A lehető legközelebbi ülésre ültem, ott kuporogtam és minden hangját beittam, a bőrömmel is. Nem arra emlékszem, amit tanított, hanem amit bennem keltett. Felkeltette a lelkem titkait, megéreztem őt, és érteni kezdtem magamat.*”⁶⁴

1954-65 között Szombathelyen kórust vezetett általános- és középiskolában, illetve tanítóképző főiskolán. Kodály megbízásából ő tartotta a mindennapi énekórákat a helyi Hámán Kató Utcai Ének- Zene Tagozatos Iskolában. Itt kezdte el alkalmazni azokat a gyakorlatokat, melyek akkor egészen újszerűnek hatottak, és kipróbálásukra mentora, Kodály Zoltán is buzdította. Később egész pedagógiáját ezekre a tapasztalataira építette.

A mindennapos zenetanításnak néhány éven belül meglett az eredménye: „*Az ott tanítók és a tanulók szülői felfedezték, hogy a mindennapos énekórától a tanulók egyéb képességei is javultak, pl. a matematikában, az anyanyelvi helyesírásban. Jobb lett a tanulási kedvük, önállóbbakká, öntudatosabbakká váltak.*”⁶⁵

Ennek öröme vizsgálatokat kezdett a zenei nevelés transzferhatásairól. Összehasonlította a mindennapos ének-zenei oktatásban résztvevő tanulók teljesítményeit a kontrollosztályéval. Az eredmények jelentős különbséget mutattak a



3. ábra - Kokas Klára (1929-2010)

/Forrás: Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra c. könyve/*

⁶³ Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra.* (Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996)

⁶⁴ Kokas Klára. *Öröm, bűvös égi szikra. Multimédiás DVD-ROM tanításaimról.* (Agape Zene - Életöröm Alapítvány által kiadott DVD-ROM, 2007) az idézett szöveg a Magamról magamnak című fejezetben olvasható

⁶⁵ Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra.* (Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996)11.

zenei osztály javára. Ezt a kutatás bemutatására került az 1964-es budapesti- és az 1966-os amerikai ISME⁶⁶ - konferencián.

„Számomra a legnevezetesebb előadás a Kokas Kláráé volt, aki párhuzamos csoportok megfigyelése alapján, kísérletekkel bebizonyította, hogy a zenélő, éneklő gyerekek már az óvodában is sokkal jobban fejlődnek testileg is, szellemileg is, mint a nem éneklők, vagy keveset éneklők. Ez is rendkívül fölkelte a külföldiek figyelmét; nagyon ajánlották másoknak is, maguknak is az ilyen kísérletek alapos folytatását. Ez volna az egyetlen eszköz, amivel több teret lehetne biztosítani az általános iskolákban a zenének. A zenét nem értő, zenegyűlölő pedagógusok zárt sorait csak azzal lehetne áttörni, ha bebizonyítanánk, hogy nem zenét terjesztünk, vagy nem csak a zene kedvéért erőltetjük, hogy több zene legyen a népiskolákban, hanem az egész ember fejlődését javítjuk ezzel.”⁶⁷ (Kodály Zoltán)

1965-70 között terápiás foglalkozásokat indított szülőktől elhagyott gyerekek számára Budapesten. A mindennapos zenei nevelésnek itt is meg lett az eredménye. Az alacsony szociális közegből álló osztály a harmadik évre túlszárnyalta a magasabb szociális környezetből való kontrollosztályt. Itt ébredt rá arra, hogy a zene és a szabad mozgás nemcsak felszabadító, de gyógyító erejű is.⁶⁸

Doktori címét pszichológia, pedagógia szakon szerezte az Eötvös Lóránd Tudományegyetemen (1970). Disszertációja a zenei nevelés hatásairól szól, melyet 1972-ben *Képességfejlesztés zenei neveléssel*⁶⁹ címen könyvként is kiadtak.

1970-73 az első amerikai Kodály Intézet kutatási programjának vezetője (Boston, Mass. USA). Az USA-ban lehetősége nyílt különféle környezetből származó gyerekek oktatására, új tanítási formák megismerésére, illetve a korszerű pszichológia felfedezésére.⁷⁰

Az itt töltött évek élményét, tapasztalatait Az *„Amerikában tanítottam”*⁷¹ című könyvében örökíti meg.

1973-89 A Kodály Zoltán Zenepedagógiai Intézet docense Kecskeméten. Ezzel egy időben komplex esztétikai nevelési kísérletet vezetett a Magyar Tudományos Akadémia által szervezett iskolareform-kísérletben (1973-1988).

⁶⁶ ISME=International Society of Music Education

⁶⁷ Kodály Zoltán: *Visszatekintés III.* (Budapest: Zeneműkiadó, 1989) ISME Budapesti konferenciájáról. Nyilatkozat

⁶⁸ Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra.*(Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996)

⁶⁹ Kokas Klára. *Képességfejlesztés zenei neveléssel.* (Budapest: Zeneműkiadó, 1972)

⁷⁰ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet.* (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992)

⁷¹ Kokas Klára: *Amerikában tanítottam.* (Szombathely: B.K.L. Kiadó és Reklám Kft., 1978)

1990-ben alapította a ma is működő Agape Zene- Életöröm Alapítványt. Missziójuk Kokas Klára szellemi örökségének megőrzése, továbbadása és tudományos feldolgozása.

Élete végéig tanított. 1990-1996 terápiás foglalkozást indít Budapesten vak gyerekeknek. 1999-től egészen haláláig (2010) személyesen tartott akkreditált kurzust számtalan érdeklődő óvónő, tanító, zenetanár, zenész, gyógypedagógus és nevelő részére.

Úgy, mint Kodály Zoltán, ő is hangoztatta, hogy a zenei nevelést nem lehet elég korán elkezdni. 2003-ban várandós kismamák és kisgyerekes családok számára indított foglalkozás-sorozatot. 2006-ban pedig rendhagyó múzeumpedagógiai kísérletbe kezdett.

Négy magyar, egy nemzetközi, valamint egy görög kitüntetést kapott a zenei nevelésben és terápiáiban elért eredményeiért. Szenvedélyes természetvédő volt. Sokszor tartotta foglalkozásait a szabad ég alatt.

Európa összes országán kívül Ausztráliában, Kanadában és az USA-ban négy idegen nyelven tartott előadásokat, bemutatókat és kurzusokat.

Négy könyve⁷², közel száz publikációja és számtalan filmje és bemutató videója jelent meg.

2010-ben halt meg az egyesült államokbeli Arlingtonban.⁷³

⁷² Könyvei:

1. Kokas Klára. *Képességfejlesztés zenei neveléssel*. (Budapest: Zeneműkiadó, 1972)
2. Kokas Klára: *Amerikában tanítottam*. (Szombathely: B.K.L. Kiadó és Reklám Kft., 1978)
3. Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.)
4. Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra*. (Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996)

⁷³ Kokas Klára. *Öröm, bűvös égi szikra. Multimédiás DVD-ROM tanításaimról*. (Agape Zene - Életöröm Alapítvány által kiadott DVD-ROM, 2007)

IV.2 Kokas Klára filozófiája és zene-pedagógiája

A Kokas-módszer egy ének-zenei alapú komplex művészetpedagógiai foglalkozás. A Kokas Klára általa kifejlesztett metódus nincs korhoz kötve. Ő elsősorban gyerek csoportokat vezetett (csoportok mindegyike mindig egy-egy virágnevet kap), de óráinak gyakori résztvevői voltak a szülők is.

A Kokas-módszer olyan csoportos foglalkozás, ahol a pedagógus feladata, hogy mindenkire egyéni figyelmet szenteljen, akinek nehezebb napja van, azt észrevegye, annak segítsen. *„Noha csoporttal dolgozunk, sok gyerekkel, mégis mindig egyénekben gondolkodom.”*⁷⁴

Szemben a mai teljesítményorientált oktatási rendszerünkkel, a Kokas - módszer egy folyamat orientált pedagógiai irányzat. Itt nem az eredmény, hanem az út, a megélt élmények a meghatározóak. Itt nincsenek szigorú elvárások. Nincs olyan, hogy valaki jobb a másiknál.

*„...az én terápiám nem azonos a szakmai értelmezésűvel, amelyben – ahogy a krétai zeneterápiái konferencián megfogalmazták – adva van a beteg, akit a terapeuta kezel, adott fázisokban, orvosi kontroll mellett, diagnózis alapján. „Csoportjaimban ép, egészséges gyerekekkel dolgozom, ép szülőkkel és ép tanítókkal, de befogadunk sérülteket is, mert szükségünk van egymásra. Ha elbúsulunk, ha megfáradunk, ha széthullajtjuk az életkedvünket, a reményünket, akkor egymást részesítjük terápiában.”*⁷⁵

A módszer célja a személyiségek kibontakoztatása a zene segítségével. Ez egy hosszú, több éves folyamat. Szükség van a tanár türelmére, empátiájára. Arra, hogy próbáljon a gyerekek szemével látni.

Kokas Klára válogatás nélkül vett fel gyerekeket csoportjaiba, és soha senkit nem küldött el. Azok, akik éveken keresztül aktív résztvevői voltak, merőben különböznek egymástól, viszont egy közös bennük: mindannyian életvidámak, empatikusak és amit csinálnak, szenvedéllyel csinálják.

A zenei nevelés kezdetekor nem célja a közvetlen zenei ismeretek oktatása, hanem érzelmileg és élményszerűen alapozza meg a zenebefogadást.

Kokas Klára évek, évtizedek hosszú kísérletezése, kutatása alatt felismerte, hogy a zene mély befogadása gyerekek esetén mozgás és az alkotó cselekvés által indítható el

⁷⁴ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 35.

⁷⁵ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 59.

igazán. A zene aktív megéléséhez, a gyerekek életkori sajátosságaiból fakadó mozgás energiát használja fel.⁷⁶

A Kokas-pedagógia Kodály elveire épül, annak egyfajta kibontása, továbbgondolása. Az egyik fontos alappillére: zenét zenével kell tanítani. „*Csakis művészi érték való a gyerekeknek*”⁷⁷. A zene nem szórakozás, hanem a lélek mindennapi tápláléka.

Másik elv, hogy a zenei anyanyelvet tanítsuk az anyanyelvvel egy időben, hiszen „*A zenei anyanyelv szorosan kapcsolódik az anyanyelvhez ritmusában, hangsúlyaiban, logikájában, szerkezetében, képalkotásában.*”⁷⁸ A gyermekdalaink, népdalaik hangsúlya megegyezik a magyar nyelv hangsúlyaival, segítve a beszéd kialakulását és a helyes kiejtést.⁷⁹ A tanítás egyik legfőbb eszköze az éneklés, hiszen a gyerek számára a zenemű azért lesz valóságos, mert saját éneklésével élte át. A Kokas-foglalkozás elengedhetetlen része a magyar népdalok, gyermekdalok közös, variáló éneklése, a körjátékok, gyerekjátékok egyéni adaptációja.⁸⁰

A közös játék és éneklés tovább folytatódik a zenei részlet aktív, kreatív, szabad mozgással összekapcsolt befogadásával, mely történhet egyénileg, vagy csoportosan egyaránt. Az itt született mozgáskompozíciók, érzések, a történetek elmesélésével szóban, majd különféle ábrázolás által vizuálisan is felelevenednek.

⁷⁶ <https://kokas.hu/media/Deszpot.tan.pdf> 2019.03.30.

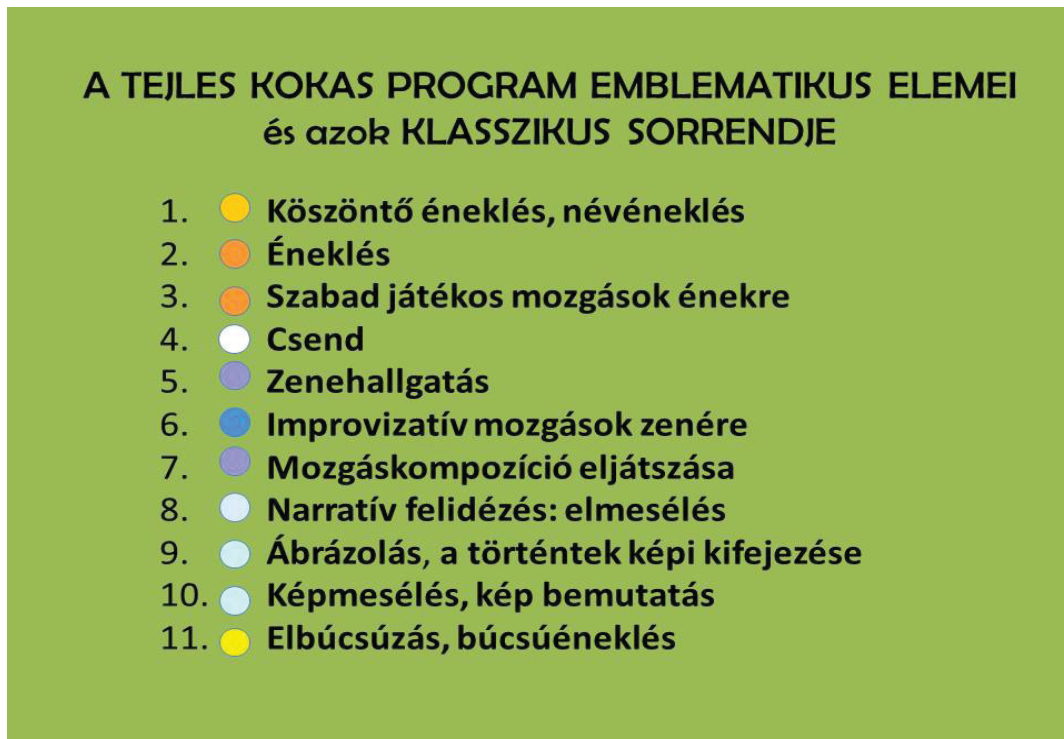
⁷⁷ Kodály Zoltán. *Visszatekintés I. Összegyűjtött írások, beszédek, nyilatkozatok.* (Budapest: Zeneműkiadó Vállalat 1964) 41, 105, 156.

⁷⁸ Kokas Kokas Klára. *Képességfejlesztés zenei neveléssel.* (Budapest: Zeneműkiadó, 1972) 10.

⁷⁹ Forrai Katalin. *Ének a bölcsődében.* (Budapest: Móra Könyvkiadó, 2016) 19-20.

⁸⁰ <https://kokas.hu/media/Deszpot.tan.pdf> 2019.03.30.

IV.3 A Kokas-foglalkozás menete



4. ábra - A Kokas-módszer menete

/Dr. Deszpot Gabriella ábrája/

A Kokas foglalkozás bevezető énekkel kezdődik. A lecsendesedés után fontos, hogy teljes figyelemben tudják a foglalkozáson résztvevők végighallgatni a kiválasztott zenei részletet. A zenére előbb szabad mozgással, majd vizuális ábrázolással reagálnak. Az óra csúcspontját a katarzis élmény jelenti. 2 katarzis élmény lehetséges, az egyiket a tánccal, a másikat a képzőművészeti alkotással lehet elérni.

Köszöntő éneklés, névéneklés

„Hiszek abban, hogy valamennyiünket nevén szólítanak földre érkezésünk - nem megszületésünk, hanem fogantatásunk- pillanatában,„⁸¹ (Kokas Klára)

A foglalkozás akkor kezdődik, amikor felcsendül a bevezető dal, amellyel a résztvevők egymásköré gyűlnek. A rávezető éneklés átfordul névéneklésbe, ahol mindenkinek a neve el fog hangzani. Ezt én a Kokas-foglalkozás „nyitányának” neveztem el. Nyitány, mert a foglalkozás elején helyezkedik el. Nyitány, mert nem csak fizikailag, de lelkiileg, szellemileg is ezzel érkezik meg és hangolódik rá a foglalkozásra a résztvevő. Nyitány, mert sok olyan elemet tartalmaz, mely később bontakozik majd ki igazán (pl.: csoportos foglalkozás, de az egyéni van a hangsúly; dramatizálás; átváltozás; kapcsolatteremtés)

Miért fontos a névéneklés? Mi a célja?

A névéneklés segíti önmagunk és adottságaink elfogadását, a görcsök feloldását, ezáltal segítve a pozitív én kép kialakulását: „A nevem a magam dallamán, a magam hangján zengő névjegy, bemutatkozom, íme, én már vagyok, és így hívnak. Akik megismétlik körülöttem, azok elfogadnak, dallamostul, nevestül.”⁸²

A pozitív énkép, illetve az, hogy itt nincs büntetés és megszégyenítés, kialakul egy fesztelen, szabad légkör. A névénekléssel megkezdődik a kapcsolatfelvétel egymással, a társ/társak kiválasztása, illetve kapnak egy motivációs alapot egy új népdal megtanulására.

A névéneklésnek két típusa jelenhet meg a foglalkozáson. Az egyik a *dalba foglalt éneklés*. A Kokas pedagógus, olyan népdallal, gyerekdallal készül a foglalkozásra, melynek szövege variálható. A dallal lehetőség van a játékra (tempó váltás, mozgás, hangsúllyal, hangerővel játék stb.)

Példa dalba foglalt névénekléshez :

Hej, a sá - lyi pi - a - con, pi - a - con,
Al - mát á - rul egy asz - szony, egy asz - szony.

Jaj, de ál - dott egy asz - szony, egy asz - szony,
Ha - tot ad egy ga - ra - son, ga - ra - son.

⁸¹ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 29.

⁸² Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 29.

1. A dal átköltése:

- *alma* helyett valami más (pl: biciklit, körtét, szeretetet, időt stb..)
- *egy asszony* helyére **név**
- *áldott* helyett valami más
- mennyiség is változhat

2. Hogyan lehet a fenti dallal játszani?

A számtalan kreatív lehetőség közül csak néhányat sorolnék fel:

- Mozdulattal játszani (pl: ha biciklit vesz valaki, eljátszani, hogy biciklizünk / egymás nonverbális köszöntése / a dallamív lerajzolása a kezünkkel stb.)
- Hangerővel játszani (pl: két oszlopba állni, egyik oszlop a hangos, másik a halk oszlop, elkezdi az egyik, majd miután a foglalkozás vezetője jelez, folytatja a másik oszlop)
- ritmus játék (mérő tapsolása, dobolása csettintése stb., / az éneklés helyett a ritmust ütjük)

A névéneklés másik típusa a *szabadon költött névéneklés*. Mindenki egyéni dallamba foglalja a nevét. Az improvizált dallam közben verbálisan, és/vagy nonverbálisan köszöntik egymást a résztvevők.

Mire az összes jelenlévőt beleénekeltek, kialakul egy szabad, bizalmi légkör, átadva ezzel teljes valójukat az önfeledt éneklésnek. Egymást inspirálják a dalok átlényegítő játékára, dramatizált improvizációira. Ilyenkor jön a dalok szabad mozgásos feldolgozása, ahol egy-egy instrukció segítségével elindul a képzeletbeli átváltozás.⁸³

Lecsendesítés

A foglalkozás elején létrejövő pozitívan telített érzelmi állapotot egy lenyugvás, csend követi, melyet a fokozatosan elhalkuló ének készít elő. Ezalatt egymáshoz közel ülve vagy fekvé helyezkednek el a gyerekek. Amikor a csend a „tetőpontjára” ér, akkor kezdődik a zenerészlet első közös meghallgatása.⁸⁴

⁸³ Deszpot Gabriella: *Elvek, személyiség és módszertan szerepe a Kokas-pedagógiában*. (Budapest: Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem, 2014)

⁸⁴ Deszpot Gabriella: *Elvek, személyiség és módszertan szerepe a Kokas-pedagógiában*. (Budapest: Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem, 2014)

„A tanulás csak akkor igazán eredményes, ha a test és a lélek pihen. Zaklatott, feszült állapotban nagy erőfeszítések is csak törmelékeredményeket hoznak. Ezért zenebefogadásunk előkészületéhez a pihenőt mindig megtervezem. A zenefigyelem első fogódzói a kezdőhang és a befejezés; egyik a várakozásé, másik a megpihenésé. E kettő között feszül a selyemszál, a zenéhez kapcsolódó, a zenével előhívott mozdulat, a kompozíció.”⁸⁵ (Kokas Klára)

Szabad mozgás a zenére

A foglalkozás egy zenemű részlet meghallgatásával folytatódik, mely többször szólal meg egymás után. Eközben a csoport tagjai csendben elmerülnek a hanganyagban és annak ihletésére mozdulatokat improvizálnak. Az őszinte, szabad mozdulatok segítik a zene mély átélését. Ezt a folyamatot „átváltásnak” hívják. A mozdulat lehetőség, nem kötelező, hiszen tökéletes mozdulatlanságban belülről is lehet táncolni, írja Kokas Klára „A Zene felemeli a kezeimet” című művében.

Az „átváltás” általában egy-egy történetet szül, amelyben a résztvevők egymásért és együtt cselekednek, de számtalan egyéni történet is születik. A jelenetek kidolgozásához körülbelül ötszöri - tizenkétszeri lejátszás szükséges.

„A jeleneteket a zene hívja elő és a képzelet. A mozdulatokból szőtt mesét átváltásnak nevezzük. Az átváltás olykor történetes, azaz szavakkal is elmondható (utólag, mert a jelenet a zenével alakul), olykor tánc, amelyhez nincs történet. Akár történetes, akár szavakba nem foglalt tánc, a kommunikációs eszközei nonverbálisak, hiszen szavakat zene közben sem használhatnak. Nem is szoktak, régi gyerekeink még ajakmozgással sem. A témájukat megbeszélhetik a zene előtt és után, de ezek inkább vázlatos egyezségek. Az átváltást a jelenetükben alakítják, a zenével.”⁸⁶ (Kokas Klára)

A végén, akik szeretnék külön bemutathatják produkciójukat a többieknek (Szólók). A bemutatók után elmesélik szavakkal is a „műalkotásukat”. Ezek az interjúk monológ vagy párbeszéd formájában valósulnak meg.

Milyen zenére történik az átváltás?

Kokas Klára tanítása során élő- és felvételekről szóló zenével egyaránt dolgozott. Számtalan neves zenész jött el önkéntesen, szeretetből a foglalkozásokra muzsikálni.

⁸⁵ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 16.

⁸⁶ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 23.

Kokas Klára általa összegyűjtött darabok csaknem fele idegen népek népzeneje. „*A páros lüktetés alaplépéseit az óvodában tanítják. A hangszeres magyar tánczene ugyanezeket a sztereotip lépéseket hívta elő.*”⁸⁷ Ezért olyan zenét kellett keresni, ami ettől messze áll. Példaként sorolja fel az *Öröm, bűvös égi szikra* című könyvében Afrika, India, vagy Kelet-Ázsia távoli szigeteinek zenéjét. Minél szokatlanabb, idegenebb, különlegesebb, annál jobb. Fontos, hogy a pedagógus kerülje el a mindennapjaink szokásos zenevilágát: a páros vagy hármas lüktetést. Az idegen népek zenéjével nemcsak a szabad mozgást érte el Kokas Klára, hanem segített a gyerekeknek abban is, hogy nyitottabbak legyenek más személyekkel, kultúrákkal, kifejezőmódokkal szemben.

A zeneválogatásuk másik részét a leírt kompozíciók alkotják a kora reneszánsztól egészen a kortárs zenéig. Olyan kompozíciók, amik alkalmasak a gyerekek mozgulataihoz.

Fontos, hogy kiválasztott darabok ne legyenek túl hosszúak: kezdőknek 20 mp-1,5 perc, haladóknak a 2-3 perc ajánlott. Az a mű, amit alkalmasnak talál a Kokas-pedagógus a foglalkozásokra, de az ajánlottnál hosszabb, meg kell kurtítani egy olyan ponton, ami nem ront a darab értékén. Ez egy nagyon felelősségteljes, nehéz munka.

Itt nincsen tanterv, nincsen megadva, hogy melyik zenét hányadik órára kell vinni. Fontos, hogy a tanár felismerje tanítványai igényét, érezze azt, hogy mivel tud nekik segíteni, mivel tudja őket kibontakoztatni.

„*Tanításomban nem rendezem egymásra a darabokat a ritmuselemeik, a dallamfordulataik és az elméleti ismeretek alapján. Szabadon rendelkezem a darabokkal a hangulatuk, a képzelet- vagy figyelemfejlesztő adottságaik szerint. Nem lépcsőzetesen haladunk, inkább intuícióból, amelyet a gyerekek preferenciája vagy eredményei befolyásolnak. Fokozatos fejlődést várok és serkentek a figyelmükben és önálló ötleteikben. Ha szétszórtak, akkor sűrű figyelemre, összeszedettségre nevelőzenét keresek. Ha képzeletük akadozik, és silány ötletekkel untatnak, képzeletserkentő darabot keresek. Például izgalmas marokkóit, mert az távoli és idegen. Vagy fürgén pergő Chopin-etűdöt, vízesésnek.*”⁸⁸

A Kokas-pedagógus választhat egyfelől a már meglévő zenei gyűjteményből, de ajánlott a friss saját zenei válogatása. Ehhez viszont nem csak zenei felkészültség, de türelem és pontosság is szükséges.

⁸⁷ Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra*. (Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996) 42.

⁸⁸ Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra*. (Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996) 40.

„Csak az ihletett, értékes, számomra is fontos darabokat vettem a programomba. Először a mozdulatok felszabadítására, a képzelet fejlesztésére valókat kerestem. Tempó- vagy dinamikai ellentétek, a feltűnő változások segítik a kicsiket. Ahogy növekednek, mind érzékenyebbé válnak finom változásokra, árnyalatokra.(...) Óráink zene-előkészülete soklépcsős művelet. Az elibém hozott darabokat egy ideig napi érlelésben hallgatom.”⁸⁹

Kokas Klára hosszú éveken keresztül jegyzetet is írt az adott darabokhoz (ezt „elemzésnek” nevezte⁹⁰), melyek hasznos eligazításként szolgálhatnak munkatársainak, kurzusai résztvevőinek.⁹¹

Fontos, hogy a névéneklő dal, illetve a csend után következő zenei részlet valamilyen módon kötődjön egymáshoz. Ez történhet asszociáció-, (pl.: Nekem a Bizet: Arles-i lány 2. szvit 4. tétel (farandole) részletéről a piaci sokadalom jutott eszembe, ezt összekötöm a Hej a sályi piacon kezdetű népdallal), vagy zenei összefüggés által. Ez utóbbival kapcsolatos példákat, *Farnadi Tamara* - a győri Bartók Béla ének-zenei Általános Iskola énektanára - előadásából gyűjtöttem:

- Névéneklés egy levegővel és a Bach prelúdiumok összekapcsolása
 - Bach prelúdiumait egy „lélegzetvétellel” írta meg. Jellemző rájuk a megállás nélküli folyamatos inspiráció. Érdekes a névéneklő dallal azt játszani, hogy egy levegővel kell elénekelni. Ezzel kapcsolja össze a népdalt és a műdalt.
- 2X2 ütemes gyerek dalok és a Beethoven zongora művek összekapcsolása
 - Beethoven zongoraműveinek nagy részénél 2X2 ütemes tagolást figyelhetünk meg (hangsúlytól hangsúlyig). Ezt hívjuk motívumoknak. Egy ilyen mű elé ajánlott gyerekdalt vinni, hiszen azok is 2X2 ütemesek
- Klasszikusokhoz például
 - a klasszikus zenére jellemző, hogy a karakterek gazdagon váltogatják egymást. Az ezt megelőző névéneklős dallal különböző karakteres játékok segítségével vezethetjük be a szabad mozgás zenéjét (piano-forte, legato-staccato stb.)

⁸⁹ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet.* (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 37.

⁹⁰ Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet.* (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 37.

⁹¹ Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra.* (Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996) 39-42.

- Barokk concerto- hoz
 - A concertóban hangszerek, vagy hangszer csoportok válaszolhatnak egymásnak. Ehhez kitűnően illenek a kérdezős-válaszoló gyermekdalok.
- Parlando - Rubato és a romantika összekapcsolása
 - A szenvedélyes romantikus zenével összekapcsolhatóak a parlando rubato stílusú népdalaink. Parlando esetén mindig az adott lelkiállapot, érzelmi világ befolyásolja, hogy hogyan énekelik el az adott dalt.
- Változó ütem mutató és Bartók bolgár ritmusának⁹² összekapcsolása
 - A balkáni népzene „sánta”, asszimetrikus ritmusú. Ezt a váltakozó ütemmutatójú dalokkal lehet bevezetni. Ezeket a dalokat tapssal, csettintéssel lehet játékosabbá tenni.

Az előzőek csupán néhányak abból a számtalan lehetőségből, ahogy össze lehet párosítani egy kreatív dalosjátékot az azt követő zenei részlettel. Viszont jól tükrözi, hogy egy Kokas pedagógusnak komoly zenei tudással, előtörténettel kell rendelkeznie ahhoz, hogy fel tudjon készülni egy-egy foglalkozásra. Tisztában kell lennie az egyes zenetörténeti korszakok egyedi vonásaival, a zeneszerzők egy-egy stílusbeli sajátos jellegzetességével. A választás nem spontán, hanem tudatosan történik tudva azt, hogy az adott csoport hol tart, mik az igényeik és mi az adott foglalkozással a pedagógus célja.

Ábrázolás, Képi megjelenítés

A gyerekek képzeletük által született dramatizálása után következik a zene által keltett képek ábrázolása. Rajzolnak, mintáznak, különböző képzőművészeti technikákkal dolgoznak ugyanarra a zenei részletre. Ilyenkor a zenei-mozgás élményeit jelenítik meg vizuálisan, vagy újra alkotják az egész benyomást, ami eddig bennük és velük történt. Az ábrázolás lehet: asszociációs és/vagy figuratív Eszköz: festék, szén, grafit, ceruza stb.. (a kéz meghosszabbítása)

Nem az eredmény, hanem a folyamat a lényeg: nincs rossz, hibás munka. Viszont fő az őszinteség a pedagógus oldaláról: csak dicsérni, de nem elvtelenül!

Ezek után újra interjú következik, ahol szavakkal beszélnek az alkotásukról.

⁹² **Bolgár ritmus** esetében egy ütemen belül is „sánta ritmus”. Ennek az asszimetrikus ritmusnak az alapértékei 2:3, illetve 3:2 viszonyban vannak egymással. Ezekből az alapegységekből két vagy három tagú egységek formálódnak. Ezekből az egységekből jön létre az ütem.

Miért fontos, hogy képi ábrázolás is legyen?

A művészetet komplexitásában lehet leginkább átadni: a zenét képzőművészettel, képzőművészetet zenével lehet megszerettetni. A vizualitás és a zene kiegészíti egymást. A komplexitás előnye, hogy az aki például nem szeret táncolni, lehet, hogy a vizualításban könnyebben meg tud nyílni.

Elbúcsúzás

A foglalkozás vége a búcsúéneklés. Ez általában a résztvevők által kért kedvenc énekekből, illetve lecsengő, lenyugtató népdalokból áll.

A zárást egy közösen elfújtt gyertyaláng jelképezi.⁹³

Interjúk jelentősége

A narratív felidézés, a szóló táncok, illetve a képzőművészeti alkotások megszületése után történik. Ez történhet monológ, vagy párbeszéd formájában. Itt nagyon fontosak a Kokas-pedagógus befolyásolás-mentes kérdései. Ezek az élménybeszámolók a zenei cselekvést, az itt átélt érzéseket tartalmazzák, melyek a legegyszerűbb formáktól egészen a transzcendens síkig is elmenő történetek lehetnek. A szóbeli megnyilvánulások azért fontosak, mert sok olyan dologra is fény derülhet, amit a pedagógus, esetleg a szabad mozgásukban nem vett észre. *(1. melléklet)*

⁹³ Deszpót Gabriella: *Elvek, személyiség és módszertan szerepe a Kokas-pedagógiában.* (Budapest: Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem, 2014)

IV. Személyiség-, és készségfejlesztés Kokas-pedagógiával

Korábban leírtam, mi is a személyiség-, illetve a készségfejlesztés célja, feladata és ebben hogyan segíthet a zene. Ennek köszönhetően könnyebb rávilágítani arra, hogy az előzőek tükrében a Kokas-pedagógia mind az egyén személyiségére, mind pedig az egyes készségeire pozitív hatást gyakorol. Már a pedagógiai metódus bemutatása alatt is számos párhuzamot lehetett észrevenni a foglalkozás és annak fejlesztő hatásai között.

A következő fejezetben ezt a párhuzamot igyekszem összefoglalni, bebizonyítva azt, hogy a Kokas pedagógia hosszú távú alkalmazása jelentős eredményeket mutathat személyiség-, és készségfejlesztés terén.

IV.1 A személyiség fejlesztése Kokas-módszerrel

Kokas-módszer és az adaptivitás

Kokas Klára egyik fő eszménye közé tartozik a másik ember elfogadása. A csoportos énekléssel, egymás köszöntésével, a közös táncsal segíti a pedagógia, hogy könnyebben elfogadjuk önmagunkat és társainkat. Ezt a Kokas-pedagógus tudatosan fejlesztheti, különböző instrukciókkal (pl.: köszöntenek mindenkit egy kedves nonverbális gesztussal).

A színes zenei válogatásnak köszönhetően a gyerekek nyitottabbá válnak a különféle stílusú, műfajú és nemzetiségű zenék iránt.

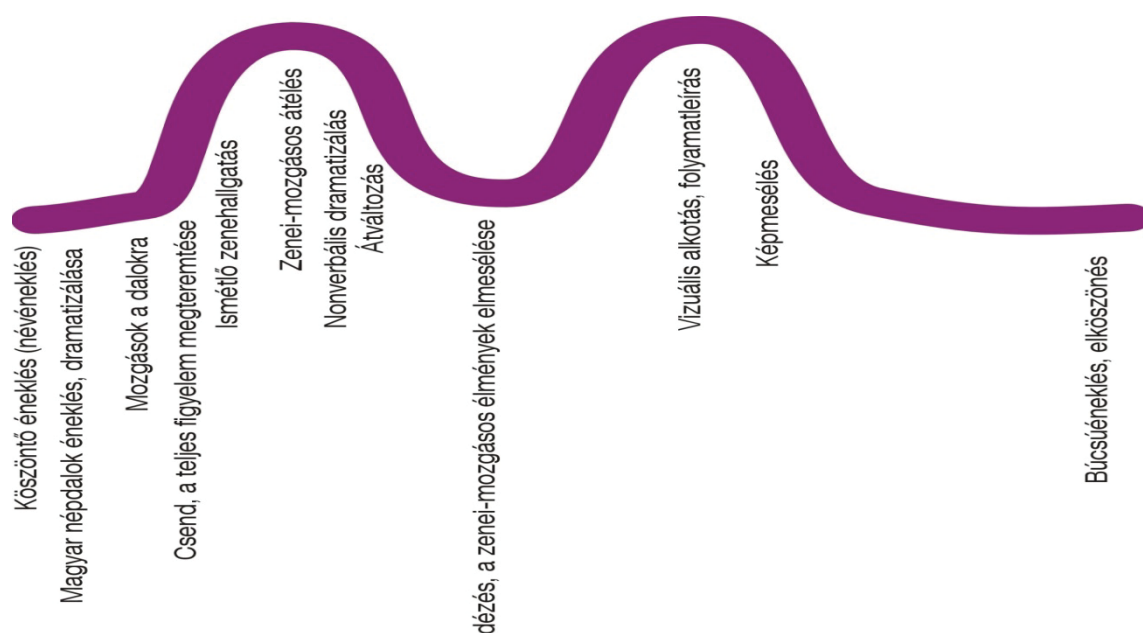
A szólók, illetve az interjúk alatt a foglalkozás résztvevői, teljes figyelmükkel tisztelik meg az éppen akkor középpontban lévő társaikat. Az egymás iránti türelem és tisztelet szintén növeli az egyén adaptivitását.

Kokas-módszerrel a kreativitás felé

A Kokas-módszer szinte összes eleme növeli az egyén kreativitását. A dalba foglalt éneklés és a névéneklés, a zenére való szabad mozgás és ábrázolás, fejleszti az egyén *kötetlenség tudatát*, illetve az *önálló gondolkodását*, melyek az interjúk által tovább javulhatnak. Annak köszönhetően, hogy aktívan történik a zenebefogadás, kialakul és állandóan fejlődik az *ingerérzékenység*. Az újabb dalok és művek

segítségével kinyílik egy láthatatlan kapu a zene világába, mely *kíváncsivá, nyitottá* teszi a gyerekeket újabb énekek, darabok megismerésére, elsajátítására.

Az improvizatív éneklés, a kötetlen mozgás és alkotás, segíti a résztvevőket *kiszakítani a komfortzónájukból*. A foglalkozások által erősödik az egyén fizikai és mentális aktivitása (szabad tánc, mozgás, átköltöni egy dal szövegét, saját dallam improvizálása, egyéni mozgássor, történet kitalálása stb.). A Kokas-foglalkozás rendszeres, hosszú távú látogatásával sikerül a résztvevőknek *a flow-élményt* is megtapasztalni, egy foglalkozáson belül, akár kétszer is. Egyszer tánc-, másodszor pedig a képi ábrázolás közben. (5.ábra)



5. ábra - Kokas foglalkozás tevékenységi görbéje

/Pállay József rajza/

A Kokas pedagógia fontos alapelve, hogy mindenki egyformán értékes. Itt nincs rossz előadás, vagy alkotás, a pedagógus a gyerekek munkájából csak a pozitív elemeket emeli ki. Ennek köszönhetően a Kokasos csoportok tagjai *érzelmileg stabilá válnak*, megtanulják elfogadni önmagukat és társaikat. Kialakul bennük a *jó önbizalom*.

Kokas-módszerrel a pozitív egyéni értékrend felé

A III.3.3-as fejezetben részletesen kifejtettem, hogy az egyes művészeti ágak művelése és megélése gazdagítja a személyiséget és segíti az egyéni értékrend pozitív irányú változását. A Kokas pedagógiában jelen van az aktív éneklés, a zenére történő aktív, szabad mozgás és a képi ábrázolás egyaránt. Komplexitásának köszönhetően, ha valaki valamelyik részben nem szeret részt venni, akkor, még mindig ott van más, amiben kibontakozhat (pl.: nem szeret megmozdulni, táncolni, de szeret rajzolni).

Kokas Klára Kodály elveire építette módszerét. Többször kiemeli írásaiban, hogy csak és kizárólag értékes zenével ajándékozta meg a foglalkozás résztvevőit. A gyerekdalaink, népdalaink szerves részét képezik a nemzeti öntudatunknak és ezáltal az énképnek is. Ennek következtében értékük nem megkérdőjelezhető. A klasszikus-, illetve más népek zenéje utat nyitnak más értékes kultúrák megismeréséhez. A szabad mozgás, a képi ábrázolás képes az ember lelkét megnyugtatni, csökkenti az agressziót, oldja a feszültséget és motivál. A csoportos éneklés, tánc megtanítja a gyerekeket a másik elfogadására, összeköt, elmélyít kapcsolatokat. Képesé válnak együttműködni másokkal (pl.: a közös mozgás, éneklés által). Tánc közben nem zavarják egymást, figyelnek a másokra. Amikor valaki/valakik szólózik/szólóznak, a többi figyeli őt/őket, ezzel képesek lemondani arról, hogy saját maguk legyenek a központban. Megtanulják az önfegyelmet.

Egy Kokasos csoporton belül mindenki figyel a másokra. Nem bántják, hanem segítik egymást. Ha valakinek rossz kedve van, azt észre veszik, odamennek és megvigasztalják.

A fentiek alapján egyértelmű, hogy a foglalkozás elősegíti a proszociális értékrend kialakulását.

A pozitív perszonális, azaz az önfejlesztő, előnyös értékrend kialakítása szintén erősödik a mások általi elfogadás és a pedagógus pozitív értékelése következtében.

A Kokas-módszer egyik fő célja, a Kodály koncepcióhoz hasonlóan, hogy zenei neveléssel részt vállaljon a teljes személyiségfejlődésben.⁹⁴ A többszörösen aktív zenebefogadással, képes a személyiség legmélyebb rétegeit megérinteni. A Kokas-foglalkozások alatt, a személyiség fejlődés mind három alappillérje - adaptivitás, kreativitás, pozitív egyéni értékrend- egyaránt fejlődik.

⁹⁴ Kokas Klára. *Képességfejlesztés zenei neveléssel*. (Budapest: Zeneműkiadó, 1972)

IV.2 A Kokas-módszer készségfejlesztő hatása

A Kokas-módszer aktív zenei tevékenység, mely a zenei készségeken túl számos egyéb készségre is hat. Ezek közül, a korábbi fejezetekben már említett 7 alapkészséget fogom megvizsgálni. A saját készítésű táblázatomban (6. ábra) azt szemléltetem, hogy a foglalkozás egyes elemei, melyik alapkészséget fejleszthetik. A következőkben ezt fogom részletesebben taglalni.

Dalba foglalt éneklés és szabadon költött névéneklés

A gyerekeknek a dal megtanulásával, megjegyzésével fejlődik a *beszédhanghallásuk*, egyrészt a dallam, másrészt pedig a szöveg elsajátításával. Az énekléssel az esetleges beszédhibák is javulhatnak. A szabadon költött dallam, mellyel eléneklik saját nevüket a résztvevők, szintén fejleszti az említett alapkészséget.

A dal szövege bővítheti a gyerekek szókincsét, ezzel együtt a *reláció szókincsét* is. Ez utóbbit különböző játékok is fejlesztik (pl.: a dal hangerejével való játék (hangosabban-halkabban), a dal tempójával való játék (gyorsabban-lassabban) stb.) A ritmus gyakorlatok segítségével közvetett módon az elemi számolási készségek is javulhatnak. A dal szövegének átköltése, a pedagógus által vezetett improvizatív játék, a módszer elemeinek és sorrendjének, illetve az íratlan „szabályoknak” az ismerete (pl.: nem zavarjuk a másikat, a dal lehalkulása után a csend következik, ha szól a zene nem beszélünk stb.) a *tapasztalati következtetés* és a *tapasztalati összefüggés-megértés* készségére gyakorolnak pozitív hatást. Azzal, hogy egy csoportos foglalkozásról van szó, és a résztvevők közvetlen kontaktusban vannak egymással (egymást a nevükön éneklik, megérintik, nonverbálisan gesztust tesznek a másik felé stb.) a *szocialitás* is fejlődik.

Szabad mozgások énekre, illetve zenére

Ahogy korábban részletesebben kifejtettem, az éneklést szabad mozgásos játék teszi színesebbé. Ez, illetve a zenére történő kötetlen „tánc” fejleszti a kifejező mozgást, a nagymozgást, de pozitív hatással van a finommotorikára is (első sorban taktilis élmények által), ezzel közvetett módon segíti az *írásmozgás-koordinációt*.

Az énekre, zenére történő mozgás közben figyelnek egymásra a „kokasosok”, együtt működnek a másikkal (*szocialitás*)

A *teljes figyelem* képességének elsajátításával képesek elmélyülve figyelni a zenére, ezzel kialakítani egy egyéni, vagy csoportos koreográfiát. Tudják, mikor jön a zenei váltás, vagy a műnek a vége. Ezek mind fejlesztik a *tapasztalati következtetés*, illetve a *tapasztalati összefüggés-megértés* készségét. Hosszútávon tudattalanul is megérik a zene ritmusát, lüktetését, mely az *elemi számolási készség*re lehet jótékony hatással.

Lecsendesítés

Napjainkban szinte ismeretlen a csend fogalma. Az állandó zaj folyamatosan körbevesz minket. Ehhez szoktunk hozzá, így a csend sokszor talán bánthatja is a fület. Késztetést érez rá az ember, hogy megtörje. A csend elérése talán az egyik legnehezebb dolog. Nagy önuralomra és tiszteletre van szükség, hogy ez megszülessen. A foglalkozáson résztvevők tudják, hogy az énekelt dal lehalkulását csend követi, a csendet pedig a zenei részlet. Azzal is tisztában vannak, hogy ez a rövid idő teremti meg önmaguk és társaik számára a ráhangolódást a zenére történő szabad mozgásra. A csend ezek alapján három alapkészségre, a *tapasztalati következtetésre*, *tapasztalati összefüggés-megértésre*, illetve a *szocialitásra* gyakorol pozitív hatást.

Zenehallgatás

A zenehallgatás a csend után következik. A csend rávezeti a résztvevőket a teljes figyelemre, ami elengedhetetlen az elmélyült zenehallgatáshoz. A teljes koncentráció érzelmeket szabadít fel, mely még társak nélkül is hatással van a *szocialitásra*. A zene elmélyült hallgatása finomítja a gyerekek hallását és ezzel a *beszédhallás*át is. Fejlődik a zenei memória, a ritmusérzék, mely a szabad mozgás, illetve a képi megjelenítések által további készségekre fog pozitívan hatni.

Narratív felidézés, elmesélés

Az interjúk által 4 alapkészség fejlődik. A *beszédhallás*, hiszen azzal, hogy elmesélik a táncolt, vagy rajzolt élményt, fejlődik a kommunikációs képességük. Az interjút vezető pedagógus kérdéseivel segíti a gyerekeket, mellyel a *reláció szókincsük* is bővül. A *tapasztalati következtetés*, illetve a *tapasztalati összefüggés-megértés* is javulhat a kommunikáció és a segítő kérdések által.

Képi ábrázolás

A képi ábrázolás zene hallgatás közben történik. Mivel ez is aktív zenebefogadásnak tekinthető, hat a *beszédhallásra*, *szocialitásra*, a *tapasztalati következtetésre* és a *tapasztalati összefüggés-megértésre*. A foglalkozás ezen része segíti leginkább a finommotoros mozgást, ezzel pedig az *írásmozgás-koordináció* fejlődését.

A hét alapkészség A Kokas- foglalkozás menete	Írásmozgás- koordináció	Beszédhanghallás	Relációsóköincs	Elemi számolási készség	Tapasztalati következtetés	Tapasztalati összefüggés-megértés	Szocialitás
Dalba foglalt éneklés		X	X	X	X	X	X
Szabadon költött névéneklés		X			X	X	X
Szabad játékos mozgások énekre	X	X	X	X	X	X	X
Csend					X	X	X
Zenehallgatás		X		X	X	X	X
Improvizatív mozgások zenére	X	X		X	X	X	X
Mozgáskompozíció eljátszása	X	X		X	X	X	X
Narratív felidézés elbeszélés		X	X		X	X	X
Ábrázlás, a történetek képi kifejezése	X	X		X	X	X	
Képmesélés, kép bemutatása		X	X		X	X	X
Elbúcsúzás, búcsúéneklés		X	X	X	X	X	X

V. Interjú Farnadi Tamarával, a győri Bartók Béla Ének-zenei Általános Iskola Artisjus díjas énektanárával, Kokas-pedagógusával⁹⁵

A Kokas-pedagógiát két éven keresztül tanultam egy akkreditált kurzus keretein belül. Számos könyvet, tanulmányt, filmet és cikket olvastam a témával kapcsolatban. Ennek ellenére úgy gondolom, hogy hitelesen csak egy olyan ember tud a hatásairól beszélni, aki évek óta ebben él és dolgozik.

Farnadi Tamara egy évvel ezelőtt tartott előadást az egyik továbbképzésünkön. Ekkor ismerkedtem meg vele. A Kokas-pedagógus képesítem megszerzése után, készségesen felajánlotta segítségét szakdolgozatom Kokas-pedagógiáról szóló rész megírásának koordinálásával kapcsolatban. Lehetőséget nyújtott arra is, hogy látogassam óráit. Úgy gondolom, hogy évtizedes tapasztalatainak, magas szintű zenei- és pedagógiai képesítésének köszönhetően a vele készített interjú hiteles, teljes képet tud adni a Kokas-pedagógia szellemiségéről, hatásáról és jelentőségéről.

1. Mesélj egy kicsit magadról. Mióta tanítasz? Mikor kezdtél el a Bartók Béla Ének-zenei Általános Iskolában tanítani? Hol és mikor ismerkedtél meg a Kokas - pedagógiával?

Két felnőtt korú gyermek édesanyja vagyok. A győri Richter János Zeneművészeti Szakközépiskola, Általános Iskola, Alapfokú Művészetoktatási Intézmény és Kollégium tanára vagyok, ahol annak idején érettségiztem szolfézs és zongora szakon. A Zeneakadémián szereztem diplomát iskolai énektanár és karvezető szakon, utána visszajöhöttem a konziba és a Bartók Béla Ének-zenei Általános



7. ábra. - Farnadi Tamara

/forrás: Farnadi Tamara/

⁹⁵ Az interjú, illetve a fénykép szakdolgozatba kerülésével és megjelenésével kapcsolatos beleegyező nyilatkozat a mellékletben megtalálható.

Iskolába tanítani. Jelenleg ének-zenét tanítok alsó tagozaton, két iskolai kórust vezetek és zeneovit tartok leendő elsősöknek. Iskolánk emelt szintű ének-zenei általános iskola. Az alsósoknak heti négy énekórájuk és két kóruspróbájuk van.

Egy énektanárnak „paradicsomi állapot” olyan helyen tanítani, ahol a tantárgyak közül az ének-zene a legfontosabb. Olyannyira megszerettem ezt a helyet, hogy a gyermekeim is itt tanultak 8 éven át. Az évek alatt egyre inkább az alsós osztályokba kerültem, éreztem, mennyire vonz ez a korosztály, mennyi érdekes kihívást ad, mennyi szeretet áramlik a gyerekekből, mennyi őszinte rácsodálkozás, megnyilatkozás. Úgy éreztem, otthon vagyok náluk.

2002-ben Sári László Kreatív Zenei Gyakorlatok című továbbképzése indította el bennem a változás és megújulás iránti vágyat. Így nem véletlen, hogy hamarosan rátalálhattam első mesteremre: Kokas Klárára, akinek továbbképzéseire kezdtem járni.

Addig is kutattam azokat a módszereket, melyek a nehezebben kezelhető gyerekekhez könnyebben odavezettek, a problémás helyzeteket segítették megoldani. Illetve mindig is érdekelt, hogy milyen új dolgok születnek, amik színesítheti a tanításomat. Mindig szeretek tanulni, és ha látok valami újdonságot, megnézem, nálam működhetne-e. Ha igen, megtanulom. Amikor a Klári nénivel első alkalommal találkoztam, szíven ütött; én ilyen gyönyörűséget még soha nem tapasztaltam: zenével ennyire össze lehet forrni, eggyé lehet válni. A másik legfontosabb, amit megtapasztaltam, az a fajta figyelem, amivel Klári néni fordult a többi pedagógus felé, és a többi tanítványa, gyerekei felé. Ez a teljes figyelem: minden zsigérével rád figyel és bármit elmondhatsz neki, ott van veled abban a pillanatban. Én ezt a figyelmet soha nem tapasztaltam még, és rögtön tudtam, hogy ez az, amire egész életemben vártam. Ekkortól fordult át bennem minden, az életem is fokozatosan megváltozott. Tulajdonképpen, én magam változtam meg. Egy lökést adott, egy kinyírást. Klári nénitől hazaérve rögtön elkezdett hiányozni az egész közeg, ahová nála tartozhattam. Mentem vissza a második alkalomra és mondta a Klári néni: „Tudtam, hogy jössz Tamara, te ide tartozol!” Akkor éreztem, hogy kinyírt az egész lényem. Elindult a zene, felemeltem a kezem és éreztem, hogy lélegzem, éreztem a testemet. Fantasztikus érzés volt, és tudtam, hogy ezt a gyerekeknek is érezni kell, hogy itt kezdődik a zene. A zene nem csak kottaírás és kottaolvasás, az egy bal agyféltekés megtanulandó dolog. Ám az, hogy a művészetben a gyermek által is megtapasztalható a katarzis, az élmény, az érzékenység, a sírás, a nevetés, ezt nem tapasztaltam sehol. Már másnap, ahogy

beléptem az osztályba tudtam, hogy most elkezdem ezt a szemléletet beépíteni a tanításomba.

2. A Kokas-pedagógia hogyan jelent meg a tanításodban?

Egész tanításomat áthatja. Évről évre lépésenként haladtam a módszerben, figyeltem a gyerekek reakcióját. Évek alatt csiszolódott bennem a Kokas-pedagógia, míg pár éve megszületett az énekóráimon az ún. dinamikus énekzene-tanulás, mely már egy szak módszertani fejlesztés modellje is egyben.

3. Miben más egy általad vezetett „Kokasos óra” egy általad vezetett „általános ének órához” képest?

A képzelettel, a fantáziával játszunk. Kreativitás, élmény, öröm, teljes figyelem és csend: ezek a legfontosabb szavaim. A mozgás, a tánc mindennapjaink része. Énekelve meséljük el lelkünk titkait. Belebújunk a zenékbe, a dalokba és megfürdünk benne. Átmossuk magunkat a hangok rezgésével, felfrissülünk, megújulunk nap mint nap. Én magam is. Ez éltet, ad erőt a hétköznapiakban.

4. Hogyan tudod megoldani azt, hogy egy 1,5 órás foglalkozás beleférjen 45 percbe?

Nem fér bele egy énekórába. De kettőbe, háromba már igen. Vannak kreatív dalos-játékos óráim, ahol mozgásos zenebefogadás nincs, de zenei hallás és írásfejlesztés, kottaolvasás annál több. És van zenemozgásos óráim, ahol a zenebefogadás az óra legnagyobb része. Így a Kokas-pedagógia összes eleme általában két-három énekóra alatt teljesül.

5. Miért jobb így tanítani? Mi az a plusz, amit egy „Kokasos-diák” kap egy „nem Kokasos diákkal” szemben?

Engem feltölt, újabb ötletekre sarkall, közelebb hoz a tanítványaimhoz, közelebb hoz a zeneművekhez, dalokhoz. Nyitottá, kíváncsivá tesz. De ugyanezt teszi a gyermekekkel is, áthatja őket ez a szellemiség

6. Te vezeted az iskola Kicsinyek Kórusát. Tudod alkalmazni a Kokas szellemiséget a kóruspróbák folyamán? Ha igen, hogyan?

2000-től vezetem a Bartók Kicsinyek Kórusának, ami nagyon sok örömet és szakmai kihívást jelent nekem. Ide a 3. és 4. osztályosok járnak, heti 2-szer 45 perces próbákkal. Évente 3 fellépésünk van, műsorainkat minden évben más-más téma köré fűzöm (Tavaszi, Altatók, Tánc stb.), sok mozgással, játékkal fűszerezve, ami motivációt és inspirációt ad a kórustagoknak és nekem is. Hangszerek, gyermeki ötletek színesítik műsorainkat, fellépéseink nekünk is élmények, nem csak a közönségnek. A Kokas szellemiség áthatja kórusmunkámat is.

7. Vannak esetleg olyan visszajelzések kollegáktól, amik azt mutatják, hogy akár magatartásukban, akár szorgalmukban, jellemükben, tanulmányaikban pozitív irányú változás figyelhető meg a gyerekeknél?

Igen, a közösségben való megnyilvánulásukban pozitív változásokról számolnak be. Az, hogy a tanulmányukban, jellemükben tapasztalt fejlődés a Kokas-pedagógiának köszönhető-e, ezt nem bizonyíthatjuk, csak több éves kutatással.

8. Tapasztalataid alapján van-e olyan készség, alapkészség, amit a Kokas-óra látványosan fejleszt?

Kokas Klára egész életművét a Kodálytól kapott szellemi iránytű alapján határozta meg és módszereivel a teljes embernevelést, mint komplex személyiségfejlesztést valósította meg, amely megegyezik a Kodály-koncepció lényegével.

A Kokas-módszer természetesen fejleszti a zenei képességek jó részét (pl. éneklési, hallási, ritmikai képességek, tempóérzet, formaérzék, hangszínhallás, többszólamú hallás, zenei memória, énektechnika), de ugyanilyen hangsúllyal fordít figyelmet az ún. nem-zenei képességek (pl. képzelet, testtudatosság, empátia, társas együttműködés, kreativitás, fogalomalkotás) megjelenésére, fejlesztésére. A zenei képességek és a nem-zenei képességek egymást segítve, kart-karba öltve hozzák létre a személyiség harmonikus kibontakozását, amelyben az ének és a zene szervesen épülhet be a gyermek átfogó képességfejlődésébe a mozgás kiemelt szerepének is köszönhetően.

9. Mi a meglátásod, mik azok a személyiségjegyek, amiket a Kokas-pedagógia a legjobban fejleszt?

Érzékenység, empátia, kreativitás, kíváncsiság, nyitottság, őszinteség, határozottság, önfelvállalás

10. Folyik ezzel kapcsolatban (Kokas pedagógia hatása a készségekre, személyiségjegyekre) valamilyen kutatás?

Igen, egy szakmódszertani kutatás folyik a Magyar Tudományos Akadémia keretein belül. A pályázati anyag az alábbi linken elérhető: <https://mta.hu/tantargy-pedagogiai-kutatasi-program/mta-lfze-aktiv-zenetanulas-kutatocsoport-107087> 2019.04.20.

11. Nagyvonalakban le tudnád írni, hogy miről szól ez a kutatás?

A 2016 és 2020 közötti időszakban a Magyar Tudományos Akadémia Szakmódszertani pályázatának köszönhetően, két új szemléletű zenetanulási modell kialakítására került sor az „Aktív zenetanulás énekléssel és mozgással – módszerek és hatásvizsgálatuk” (SZ-009/2016.) kutatás keretében. A projektre szerveződött interdiszciplináris kutatócsoport alapfeladata az újszerű, a mozgást az énekléshez és a zenehallgatáshoz kreatívan és szervesen kapcsoló zenepedagógiai modellek módszertani kifejlesztése volt és ezzel párhuzamosan hatásvizsgálatok végzése is.

Az innováció 2. modellje a „Kreatív zenebefogadás szabad mozgással. A Kokas-módszer adaptációja a megújuló ének-zenetanításban” címmel indult. A kutatócsoport tagjai már az első évben szükségesnek tartották, hogy egy rövidebb kifejezéssel nevesítsék az új aktív zenepedagógiai modellek egyikét, amely a *dinamikus énekzenetanulás* modell elnevezést kapta.

A dinamikus jelző több tulajdonságot is takar. Egyrészt azt jelenti, hogy változtatja a hagyományos énekzene-tanítás módszereit a Kokas Klára szemléletén alapuló pedagógiai megoldásokkal a tanév egészének ütemezését nézve a tanmenetben. Másrészt magát a Kokas-módszert is adaptívan alkalmazza általános iskolai keretek között is kivitelezhető óraszervezési lehetőségekre, továbbá az érvényes alaptantervvel is egyeztetve.

A módszertani innováció, a koherens kidolgozás több vonalon futott a pályázati szakaszban. Egy részt adaptálnia kellett a Kokas-módszert, sőt a Kokas-pedagógiát a köznevelési keretrendszerbe, annak tantárgyai közül (jelen esetben) az ének-zene

tantárgyba továbbá ezt más zenepedagógusoknak és tanítóknak is követhetővé kellett tennie pontos leírással, szemléltetéssel, mint egy módszertani útmutatással. Másrészt illeszteni kellett a megszokott, sztenderd ének-zenetanítást a Kokas-zenepedagógiával az érvényes NAT, ill. Kerettanterv(ek) fényében. Példákat kellett mutatni arra, hogy mi az, amit meg kell tartani az elmúlt 50 év tradícióiból, megszokásaiból és mi az, amit a 21. században másra kell cserélni vagy átalakítani.

A dinamikus énekzene-tanulás modell módszertani innováció bázis iskolája a győri Bartók Béla Ének - zenei Általános Iskola volt. Ebben az intézményben a Kokas-módszer beillesztése tantárgyi keretbe és a megszokott ének-zene órákba nem új keletű, mivel 2005 óta rendszeresen alkalmazom a Kokas-elemeket énekóráin az alsó tagozatban, valamint annak előkészítőjeként óvodásoknál.

Szaktanársági fejlesztésünk keretében ez a modell az élményközpontú testi tanulás, az élményalapú mozgás bekapcsolását vezeti be az énekzene-tanításba. Ez voltaképpen Kokas Klára pedagógiájának beillesztését jelenti az általános iskolai énekzene-órák módszertanába, a Kodály-koncepció szokásosan értelmezett kereteibe foglalt zenei írás-olvasástanítás formáinak megtartása mellett.

A kérdés azonban az, hogy ez az integrált kreatív zenepedagógia, hogyan adható át a zenepedagógusok számára, mint tantárgy-pedagógia.

E kiadvány szerzői arra tesznek kísérletet, hogy egy tanári kézikönyv és fontos függelékai segítségével bevezessék az ének-zenét tanítókat a dinamikus énekzene-tanulás rejtelseibe.

12. Rengeteg dolgot csinálsz! Csak az előbb említett kutatás teljes embert kívánó feladat. A tanításról és a családról nem is beszélve. Amit eddig elértél és amin jelenleg is dolgozol, elismerésre méltó. Van olyan dolog/dolgok amit ezeken túl még elszeretnék érni Kokas- pedagógusként?

Úgy érzem, eljutottam abba a korba, amikor már az a feladatom, hogy az évek során megszerzett tudásomat és tapasztalataimat továbbadjam az utódoknak.

Eddigi tanításaimban a gyerekek voltak központban. Most már az a vágyam, hogy minél több felnőttnek is segíthessek: nagy álmom, hogy ha ez a kutatás véget ér, akkor ténylegesen a pedagógusképzést segíthessük a dinamikus ének-zene tanulás modellel, mely a Kokas pedagógiának egy 45 percre adaptált módszere. Ezzel egy lehetőséget adnánk a kollégáknak arra, hogy a Kokas foglalkozás esszenciáját háromnegyedórába is beletehessék.

A távoli cél, hogy ezt a munkát kiadványokkal, videókkal, tanmenetekkel, óravázlatokkal segítsük és bekerülhessünk a közoktatásba, bekerülhessünk a pedagógusképzésbe. Azt is szeretném, ha nem csak énektanárokhoz jutna el ez a fajta énektanítás, hanem a hagyományos iskolákban tanítók mindennapjaiba is. Oda, ahol hetente mindössze csak egy, maximum két énekóra van. Számukra, akik alsóban, szinte az összes tantárgyat tanítják, ez a dinamikus énekzene-tanulás kinyithatná, színesebbé, kreatívabbá tenné a délelőtti órát, átszöné a hétköznapiakat. Ezzel teljesülhetne a mindennapos ének-zene, a mindennapos éneklés is, ami rajtam kívül még sok-sok kolléga vágya.

Ám úgy gondolom, leendő tanítóinknak kevés lenne a Kokas-pedagógia elsajátításához egy egyéves kurzus. Milyen szép lenne, ha a pedagógusképzés első évében már szakosodhatnának, és a tanulmányaik végén Kokas-pedagógiából diplomázhatnának. Ők lennének a Kokas-tanítók. Fantasztikus lenne...

*Ez egy nagyon szép cél. Kívánom neked, hogy sikerüljön beteljesíteni ezt az álmodat is!
Kedves Tamara, köszönöm szépen, hogy időt és energiát szántál rám kérdéseim részletes megválaszolásával!*

Összegzés

A zenének, - illetve más esztétikai jellegű tevékenységeknek - meghatározó szerepe volt és van az egyén és a társadalom tudatának és személyiségének formálásában, fejlesztésében.

A személyiségfejlesztés az egyén adaptívabbá, kreatívabbá és életképesebbé tételét tűzi ki célul, melynek egy hatékony eszközeként szolgálhat az aktív zenélés.

Rengeteg hazai és nemzetközi kutatás támasztja alá, hogy a hosszútávon alkalmazott zenepedagógiai programok pozitív hatással vannak az egyén kompetenciáira is. Számítalan készség és képesség kialakulását és fejlődését segítheti elő. Ezek közül is fontos kiemelni az iskolakezdéshez elengedhetetlen hét alapkészséget (írásmozgás-koordináció, beszédhallás, relációszókincs, elemi számolási készség, tapasztalati következtetés, tapasztalati összefüggés-megértés, szocialitás) melyek mindegyike fejleszthető aktív zenélés segítségével.

Kokas Klára a XX. század második felének egyik meghatározó, nemzetközileg is elismert zenepedagógusa. Aktív, odaadó munkásságának köszönhetően alakult ki egyéni látásmódja és pedagógiája. A Kodály elveire épülő összetett művészeti foglalkozás segíti az egyén személyiségének formálását, kibontakozását. A közös énekléssel, idegen népek zenéjének megismerésével, a másik elfogadásával adaptívabbá-, a zenei, mozgásbeli improvizációkkal, történetek létrehozásával, illetve a képzőművészeti tevékenységekkel kreatívabbá-, az előbbieknél köszönhetően, pedig életképesebbé válnak a „kokasos” növendékek.

A Kokas-foglalkozás komplexitásának köszönhetően (aktív éneklés, zenére történő szabad mozgás, interjúk, zenére történő képzőművészeti alkotás) akár közvetlenül (pl.: éneklés-beszédhallás), akár közvetetten (pl.: ritmus gyakorlatok-elemi számolási készség), de az összes alapkészség kialakulásában és fejlődésében részt vállal.

Szakdolgozatom megírása során sikerült egy mélyebb, átfogó tudást elsajátítanom a zene és a Kokas-pedagógia személyiség- és készségfejlesztő hatásáról. Az egyre fejlődő tudománynak, az agykutatásnak, a folyamatosan megjelenő újabbnál újabb tanulmányoknak, illetve annak köszönhetően, hogy a dolgozatom egy hatalmas témát ölel fel, munkám csak egy átfogó képet ad arról, hogy mire képes az aktív zenélés a készség és a személyiségfejlesztés terén.

Célul tűztem ki, hogy a jövőben, ha már megfelelő tapasztalattal rendelkezem, a diplomamunkámból kiindulóan egy önálló kutatást és egy részletesebb munkát hozzak létre.

Irodalom

1. Antal-Lundström Ilona. *A zene ajándéka*. (Budapest: IE Vismusik HB, 2011)
2. Bagdy Emőke. *A személyiség titkai. Család, nevelés, önértékelés*. (Budapest: Helikon, 2014)
3. Deszpot Gabriella: *Elvek, személyiség és módszertan szerepe a Kokas-pedagógiában*. (Budapest: Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem, 2014)
(Megtalálható:<http://www.kokas.hu/index.php/2-uncategorised/44-deszpot-gabriella-elvek-szemelyiseg-es-modszertan-szerepe-a-kokas-pedagogiaban> 2019.03.29.)
4. Dr. Barta T, - W. Barna E. *Személyiség, kommunikáció, etika*. (Budapest: Szókratész Külgazdasági Akadémia, 2005)
5. Dr. Budai Béla. *A személyiségfejlődés és a nevelés szociálpszichológiája*. (Budapest: Tankönyvkiadó, 1988)
6. Dr. Makádi Mariann. *Kompetenciafejlesztő földrajztanítás. Összefoglaló szakmódszertani tanulmány*. (Budapest: Eötvös Loránd Tudományegyetem TTK FFI Földrajztudományi Központ, 2015) 6-10. (Megtalálható: http://geogo.elte.hu/images/downloads/3_Kepzeshez_kapcsolodo_anyagok/3.2_Szakmodszertani_felkeszules_segedanyagai/kompetenciafejleszto_foldrajztanitas/Kompetenciafejleszto_foldrajztanitas.pdf 2019.03.29.)
7. Dr. Nádassy Lászlóné Karres Magdolna. *Az intenzív zenei nevelés hatása a gyermek személyiségének fejlődésére*. (Szeged: Kézirat. SZTE BTK Neveléstudományi Tanszék, 1981,- doktori értekezés) (Megtalálható: http://doktori.bibl.u-szeged.hu/3642/1/1981_karres_magdolna.pdf 2019.03.29.)
8. Forrai Katalin. *Ének a bölcsödében*. (Budapest: Móra Könyvkiadó, 2016) 19-20.
9. G. W. Allport. *A személyiség alakulása*. (Budapest: Kairosz, 1997)
10. Kodály Zoltán. *Visszatekintés I. Összegyűjtött írások, beszédek, nyilatkozatok*. (Budapest: Zeneműkiadó Vállalat 1964) 41, 105, 156.
11. Kodály Zoltán: *Visszatekintés III*. (Budapest: Zeneműkiadó, 1989)
12. Kokas Klára: *Amerikában tanítottam*. (Szombathely: B.K.L. Kiadó és Reklám Kft., 1978)
13. Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.)

14. Kokas Klára. *Képességfejlesztés zenei neveléssel.* (Budapest: Zeneműkiadó, 1972)
15. Kokas Klára. *Öröm, bűvös égi szikra. Multimédiás DVD-ROM tanításaimról.* (Agape Zene - Életöröm Alapítvány által kiadott DVD-ROM, 2007)
16. Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra.*(Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996)
17. Kokas Klára: *Amerikában tanítottam.* (Szombathely: B.K.L. Kiadó és Reklám Kft., Szombathely, 1978)
18. N. Kollár K., Szabó É. (Szerk.). *Pszichológia pedagógusoknak.* (Budapest: Osiris, 2004)
19. Nagy József. *XXI. század és nevelés.* (Budapest: Osiris 2000) 27-61.
20. Nagy, Vidákovich, Józsa és Fazekasné. *Az elemi alapkészségek fejlődése 4-8 éves életkorban Az eredményes iskolakezdés kritikus alapkészségeinek országos helyzetképe és pedagógiai tanulságok.*(Szeged: Mozaik Kiadó, 2004)
21. Szőkéné Halász Éva. *Pszichológia és pedagógiai ismeretek.* (Budapest: Raoul Wallenberg Humán Szakképző Iskola és Gimnázium, 2010)
22. Zakárné Horváth Ida. *Készségek, képességek, kompetenciák fejlesztése.* (Budapest: MODINFO Kft, 2003)6-11.
(Megtalálható:http://www.knok.adatpark.hu/letoltesek/dokumentumok/Modinfo_Keszsegek_kepessegek_kompetenciak_fejlesztese.pdf 2019.03.29.)

Felhasznált folyóiratok

1. Antal-Lundström Ilona. „A kiválóság titka. Esztétikai alapú pedagógia." In: *Új Pedagógiai Szemle*, 2008/11-12.sz., 67-91.
2. Antal-Lundström Ilona. „A zene mindenkié- de hogyan tegyük azzá? Kodály-születésnap megemlékezés 2014 decemberében" In: *Parlando*, 2014/6.sz. (Megtalálható: <https://www.parlando.hu/2014/2014-6/Antal-Lundstrom.pdf> 2019.03.29.)
3. Dobi Ildikó. „A MÁV Szimfonikus Zenekar 2016/2017-es évadja és zenepedagógiai tevékenysége." In: *Parlando*, 2016/4. (Megtalálható: <http://www.parlando.hu/2016/2016-4/MAVSzimfonikus.htm> 2019.03.29.)
4. Dr. Deszpot Gabriella. „Zenei átváltozás. Kokas Klára komplex művészeti programja, mint pedagógia és terápia." In: *Parlando*, 2009/6 (Megtalálható: <http://www.parlando.hu/2009-6-02-03-Kokas-Klara-1.htm> 2019.03.29.)
5. Farnadi Tamara. „Hagyomány és megújulás az alsó tagozatos énektanításban. Betekintés a kerettantervekbe" In: *Parlando*, 2014/4 (Megtalálható: <http://www.parlando.hu/2014/2014-4/2014-4-02-Farnadi.htm> 2019.03.29.)
6. Farnadi Tamara. „Zenében lelt öröm." In: *Parlando*, 2012/3 (Megtalálható: <http://www.parlando.hu/2012/2012-3/FarnadiTamara.htm> 2019.03.29.)
7. Fodor László. „A kreatív személyiség." In: *Magiszter*, 2007/2., 16-26.
8. Gállné Gróh Ilona. „Zenei nevelés az óvodáskor előtt. „Ringató”kisgyermekkor zenei nevelés a kodályi elvek alapján" In: *Parlando* 2008/3. (Megtalálható: <http://parlando.hu/Ringato-Gallne20083.htm> 2019.03.29.)
9. Maczák Ibolya. „Mindennapos Örömforrás." In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 30-31.
10. Maczák Ibolya. „Neuromuzikológia. Tudományosan a zenéről." In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 32-34.
11. Marton Árpád. „Zenei készségfejlesztés kisgyermekkorban." In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 36-37.
12. Palatin Krisztina. „Az aktív zenélés helyzete és szerepe a művészeti nevelésben. Napjaink kihívásaira és megoldási lehetőségeire fókuszálva." In: *Parlando*,

2008/1 (Megtalálható: http://www.parlando.hu/2018/2018-1/Palatin_Krisztina.htm#_ftn2 2019.03.29.)

13. Stöckert-Kozák Annamária. „Legyen a zene mindenkié!- Bemutakozik a Kodály Zoltán Magyar Kórusiskola és a Bartók Béla Zeneművészeti Szakközépiskola." In: *Új Köznevelés*, 72. évf., 2016/4. sz., 24-30.
14. Zsolnai Anikó. „A szocialitás fejlesztése 4–8 éves korban." In: *Új Pedagógiai Szemle* 2006/6 (Megtalálható: <http://folyoiratok.ofi.hu/uj-pedagogiai-szemle/a-szocialitas-fejlesztese-4-8-eves-korban> 2019.03.29.)

Internetes források

3. <https://www.hrportal.hu/hr/szemelyugyi-fogalomzavar-20080111.html>
2019.03.15.
4. http://www.mfpi.hu/data/cms94762/kompetencia_ea.pdf 2019.03.16.
5. <http://fejlesztok.hu/modszerek/90-szenzomotoros-fejlesztos?showall=&start=1>
2019.03.16.
6. http://goliat.eik.bme.hu/~molnargy/Didaktika_1_EA_vazlat.pdf 2019.03.16.
7. http://adattar.vmmi.org/cikkek/2653/letunk_1983.06_09_sandor_geza.pdf
2019.03.17.
8. http://szolnokiovodak.hu/pdfs/Irasmozgas-koordinacio_fejlesztese-tovabbkepzesre.pdf 2019.03.17.
9. http://janus.ttk.pte.hu/tamop/tananyagok/tukacs_ink_int/docbook/index.html
2019.03.17.
10. <http://www.edu.u-szeged.hu/difer/?pid=keszsegek> 2019.03.17.
11. https://www.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011-0001-526_margitay_az_erveles/ch06.html 2019.03.17.
12. https://www.tankonyvtar.hu/hu/tartalom/tamop425/2011-0001-526_margitay_az_erveles/ch08.html 2019.03.17.
13. <https://naturagyoma.webnode.hu/l/szavak-amelyekre-szuksegunk-van/>
2019.03.17.
14. https://kodaly.hu/data/articles/107/1073/article-107347/GereneKitti_Dg_Debreceni_kivonat.pdf 2019.03.24.
15. <https://kokas.hu/media/Deszpot.tan.pdf> 2019.03.24.
16. <http://www.parlando.hu/2009-6-02-03-Kokas-Klara-1.htm> 2019.03.24.
17. <https://kokas.hu/deszpot-gabriella-elvek-szemelyiseg-es-modszertan-szerepe-a-kokas-pedagogiaban/> 2019.03.24.
18. <https://kokas.hu/media/Farnadi.pdf> 2019.03.24.
19. https://kokas.hu/media/KOKAS-KODEX_vegl.pdf 2019.03.30.
20. https://kodaly.hu/data/articles/107/1073/article-107347/GereneKitti_Dg_Debreceni_kivonat.pdf 2019.03.30.
21. http://zti.hu/sipos_gyujtesek/pdf/130.pdf 2019.04.20.

Ábrajegyzék

- 1. ábra.** A fejlődés életkori szakaszokra való bontása / N. Kollár K., Szabó É. (Szerk.). *Pszichológia pedagógusoknak.* (Budapest: Osiris, 2004) /
- 2. ábra.** Hangszeren játszó gyerek egyes belső folyamatai, mely alapkészségekre lehetnek fejlesztő hatással / Saját készítésű ábra /
- 3. ábra.** Kokas Klára (1929-2010) /Kokas Klára. *Öröm, Bűvös égi szikra.*(Budapest: Akkord Zenei Kiadó Kft., 1996) /
- 4. ábra.** A Kokas-módszer menete / Dr. Deszpot Gabriella: *Elvek, személyiség és módszertan szerepe a Kokas-pedagógiában.* (Budapest: Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem, 2014) /
- 5. ábra.** Kokas foglalkozás tevékenységi görbéje /Pállay József előadásának anyagából/
- 6. ábra.** Kokas-foglalkozás egyes elemei, mely alapkészségek fejlesztésében segíthetnek /Saját készítésű ábra/
- 7. ábra.** Farnadi Tamara /Portréfotó Farnadi Tamara fényképeiből/

Melléklet

1. melléklet: Példa egy interjúra/óramondásra

Szivárványból lett a nevünk¹

1988. január 21. Rezedák
Steve Reich: Zene 18 hangszerre

Bori, Orsi, Rozi kilencévesek.

Rozi: Három vízcsepp voltunk. Egy vízcseppből születünk. Vízitündérek lettünk, és nagyon sokat táncoltunk, mert szerettünk táncolni. Minden vízitündér száz évet él fiatalon, és aztán szivárvány válik belőle.

Orsi: Nemcsak ugráltunk, hanem a hasunkkal is táncoltunk, meg mindenünkkel, belül is.

Kokas Klára: *Mi történt veletek?*

Bori: Mikor leéltük a száz évünket, szivárványok lettünk.

Orsi: A végén úgy omlottunk össze, hogy a szivárványból lett a nevünk.

Kokas Klára: *Hogyan?*

Orsi: Összeomlott a szivárvány, és kék betű volt az első, sárga a második, így.

Kokas Klára: *Ott is maradt az égen?*

Rozi: Csak míg a nap lement Akkor a csillagok mögé bújtak.

¹ Az óramondás szövege megtalálható: Kokas Klára. *A zene felemeli a kezeimet*. (Budapest: Akadémia Kiadó, 1992.) 38.

**2. melléklet: Hozzájárulási nyilatkozat interjú, illetve fénykép
szakdolgozatban való megjelenéséhez**

Alulírott Farnadi Tamara..... (anya neve: Visegrádi Katalin
születési hely, Tata idő: 1968.04.30.) hozzájárulok ahhoz, hogy
Süttő Ildikó..... (anya neve: Rabó Ildikó....., születési
hely, Esztergom..... idő: 1990.05.16.)
Személyiség- és készségfejlesztés zenevel a Kodály-pedagógia tükrében
..... témájú szakdolgozatában
megjelenhessen a velem készült interjú, illetve a rólam készült fénykép.

Farnadi Tamara.....

hozzájáruló aláírása

Győr, 2019. 04.29......