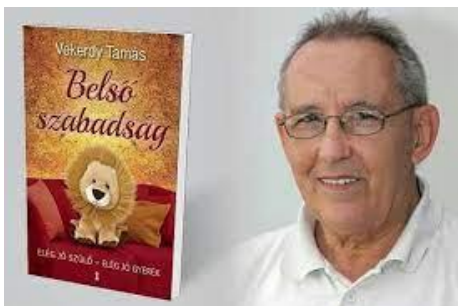


AZ ASSZERTÍV KOMMUNIKÁCIÓ SZEREPE A ZENEPEDAGÓGIÁBAN

Az agresszió megelőzése a zenei neveléssel

„Egyetlen valódi luxus adatik
meg az életünkben, a boldog
emberi kapcsolatok.”

Antoine de Saint Exupery



Vekerdy Tamás (1935 – 2019) pszichológus, író

Pillanatkép a 21. századból

Délután négy óra. A gyerekek kis csoportokban jönnek az iskolából. Kezükben okostelefon. Az okostelefonból irdatlan metálzene szól. Ebben a műfajban is van igazi klasszikus, de ez nem az. Egymáshoz intézett szövegükben is van vulgáris szóhasználat, ez az általános eldurvulás megnyilvánul ebben is. A gyerekek sokszor mondták, hogy az iskolában a tanárok sem tudják fegyelmezni az osztályt, a szünetekben verekednek a fiúk. A lányok inkább gúnyolják egymást. Sokkal több az agresszió a világban, a felnőttek világában pláne. Elég egy híradót megnézni a háborútól kezdve a családon belüli erőszakig, az iskolai verekedésekig, amelyet a közösségi oldalakra is feltesznek. Napi szinten találkozunk az erőszak és az agresszivitás különböző formáival. Mit tehetünk azért, hogy ez másként legyen? Mit tehet egy pedagógus azért, hogy ez másként legyen? Képes még a zene, a művészet rendezni ezt a felgyorsult, agresszív világot? Ha az okait megnézzük, milyen tényezők vezettek ehhez a válsághoz, akkor az derül ki, hogy a nevelés, a zenei nevelés nagyon is hatékony eszköz lehet a válság rendezésében.

¹ Tanulmányok: Liszt Ferenc Zeneművészeti Főiskola, Miskolc (1995) zenetanár, zongora; Eötvös Lóránd Tudományegyetem, PPK (2005) pedagógus szakvizsga, zenei munkaképesség-gondozás; Miskolci Egyetem, BBZI (2015) zongoratanár mesterfokozat 1992-től 2021-ig a kazincbarcikai Kodály Zoltán AMI tanára. Jelenleg a hátrányos helyzetű gyerekeket segíti a zenével Kazincbarcikán.

A gyermekkori agresszivitás különböző okai

Miközben a világ felgyorsult, látszólag tele van történésekkel, az ember és a gyerekek aktivitása nincs a megfelelő mederbe terelve. [1] Nem mozgunk eleget, ezért a le nem vezetett energia agresszióban vagy depresszióban nyilvánul meg. Az orvosi „nagykönyvek” szerint a gyerekeknek négy-öt órát kellene minden nap a szabadban tölteniük ahhoz, hogy az idegrendszerük megfelelően fejlődjön [2]. Jóval több mozgásra és szabad levegőre van szükségük, mint amennyire a mostani körülmények szerint lehetőségük van. A zenepedagógus, hogyha zenei munkaképesség-gondozást is tanult, kikérdezi a gyermeket a napirendjéről, és egyénre kidolgozva össze tudja állítani a mozgásedzést és a szabad levegőzést is.



A kevés szabadidőt is TV nézéssel vagy az Internet használatával töltik a gyerekek. Ez a lelki feldolgozó tevékenységet is blokkolja. [1] A szociális élet jelentős része a digitális térben zajlik, az igazi szociális tanulás ezáltal kevésbé tud megvalósulni. Cyber-világban élünk, vagyis a mai gyerekek inkább az Internet világában. Sokkal inkább, mint a valóságban. Egyszer-egyszer megnéztem ezt az internetes világot. Egy simítás az okostelefonon és ott is lehet bárki. Ebből a világból hiányzik a személyesség. Meglehetősen távol áll a valóságtól, miközben valódi személyek posztolnak, gyűjtik a „lájkot”. Ebből következik, hogy a mai gyerekek értékrendje egészen más, mint a tíz évvel ezelőttieké. Vadabbak, fegyelmezetlenekek is, vagyis inkább nehezen fegyelmezhetőek. Ez a korlátlan Internet-használat élettani hatása. Egyvalamiben azonban megegyeznek a tíz évvel ezelőtti gyerekek magatartásával: A bizalomra bizalommal reagálnak. Az agressziót, a vadságot meg lehet szelídíteni, a megfelelő kommunikációval motivációvá, kreativitássá átformálni. Ezért van szükség az órákon a beszélgetésekre, sokkal inkább, mint tíz évvel ezelőtt. Másik részről azért is,

mert a gyerekek már több időt töltenek az iskolában, mint otthon. Van olyan gyerek, akinek öt perc beszélgetés is elég, és kezdődhet az óra, vagy az óra közben vet fel egy olyan témát, amit érdemes megbeszélni –és fontos is. Más gyerekeknek több idő kell. Érdemes a gyereket olyan tevékenységben motiválni, ami közelebb hozza a való élethez. A gyerekek példaképeket keresnek maguknak, az Interneten követik őket. Ez egyfajta menekülés is. A valódi társas kapcsolatokban nincs meg az a megértés, amire szükségük lenne. Ettől motiválatlanok sokszor még a jó körülmények között élő gyerekek is. A digitális technika jelentősen javíthatja az életünket, ha ésszel használjuk. Azokban az iskolákban, ahol a beszélgetéseknek, a személyes törődésnek fontos szerepet tulajdonítottak, nagyon jók lettek a tanulmányi eredmények, ezzel együtt javult a gyerekek magatartása, motiváltak lettek [1]. Már egy kisebb csoportos órán is lehetőség van erre, de az egyéni órán különösen. A családokban nincs idő az olyan tevékenységekre, közös programokra, amiben a gyerek úgy érzi, hogy törődnek vele. Ha a személyes törődés nincsen meg, akkor az érzelmi biztonság sincs. Az a gyerek nem tud játszani sem, aki nem érzi biztonságban magát. Ezért fontos a beszélgetések szerepe.

Nem csak a külső tényezők tudnak agressziót kiváltani. A kutatások szerint vannak domináns alkatú gyerekek [1]. Belőlük általában domináns felnőttek lesznek. Vezéregyéniségeknek is szokták nevezni, mert ezek a gyerekek mindig a középpontban szeretnek lenni. Ők mondják meg a többi gyereknek, hogy mit játsszanak. A pedagógus nagyon sokat tehet azért, hogy az ilyen gyerekek ne terrorizálják a többieket. Ezek a gyerekek jó atmoszférában és jó kapcsolati rendszerben építeni tuják a közösséget, ha a pedagógus megtanítja rá őket. Agressziót vált ki, ha a szociális életben a kommunikáció nem megfelelő. Ha a gyerek azt érzi, hogy a másik megérti, akkor nem lesz agresszív. Ha a pedagógus ezt az érzelmi biztonságot meg tudja adni, a gyerek motivált lesz.

Más országokban pl. Angliában, Németországban a vendégmunkások és más migránsok hátrányos helyzetű gyerekeinek az iskoláiban derült ki, hogy ezeknek a gyerekeknek aszociális viselkedése „megjavul”, ha a tanárok érzelmileg foglalkoznak velük [1]. Azáltal, hogy lehetővé teszik azokat a beszélgetéseket, amelyben megértik őket, és megoldást találnak a problémáikra. Winkler Márta reformiskolájában is beszélgetéssel kezdték a napot, azután kezdődtek az órák, mert a nevelés megelőzi az oktatást. A 60-as években az általános iskolában még volt beszélgetés óra

Kitekintés: kommunikáció és nevelés a pszichológiai gyakorlatban

Dr. Thomas Gordon a humanisztikus pszichológia klasszikusa pszichoterápiát tanult a University of Chicago-n, és öt évig dolgozott az Egyetem Tanácsadói Központjában. Ezután magánrendelőt nyitott Kaliforniában. Azt tapasztalta, hogy a legtöbb felnőtt, akit kezelt nem volt pszichikailag beteg. Nem volt neurotikus, klinikai depressziós. Elsősorban a családtagjaikkal való életproblémák, kapcsolati problémák okozták az állapotukat. Amikor a szülőknek voltak gondjaik a gyerekeikkel, biztosak voltak abban, hogy a gyermeküket kell kezelni, ezért elhozták hozzá terápiára. A gyermekek azonban egészségesek voltak, semmi jel nem mutatott klasszikus értelemben vett érzelmi zavarokra. Nyíltan beszéltek a családi problémákról és arról, hogy általában nem hallgatják meg, nem értik meg őket. A beszélgetésekre a legtöbbjük vissza akart jönni, mert végre valaki meghallgatta és megértette őket. Dr. Gordon ezután átváltott a gyógyításról a megelőzésre. Megtervezett egy Szülői Eredményesség Tanfolyamot (Parent Effectiveness Training (P.E.T.)), amit 17 szülőnek tartott meg. Ezt azután több kommunikációs tanfolyam követte. Életműve egyedülálló a modern kapcsolati készségek és nevelési gyakorlat terén. [3]

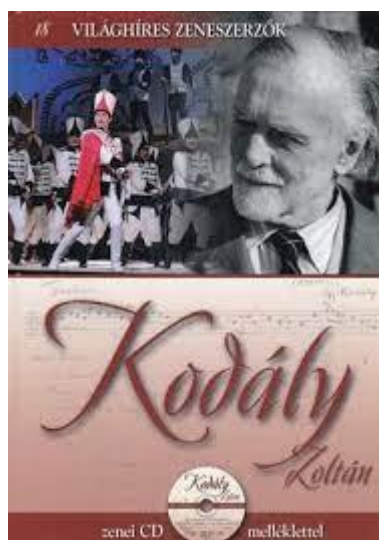


A kommunikáció, annak minősége kihat az emberi kapcsolatokra, az egyéni élet minőségére, ezáltal a társadalmi rendszerre. A társadalom rendezettsége a mikrotársadalom rendezettségétől függ. A rendbe hozott kapcsolatok megújítják az emberek testi és érzelmi állapotát. Ezért van jelentősége a nevelésben. Az egészséges érzelmi élet, és az életre, társas életre való képesség összefügg. A lelki problémákról csak akkor veszünk tudomást, ha már a testi- és az értelmi viselkedési problémákban is megnyilvánulnak. Az érzelmek egyrészt a külvilághoz való alkalmazkodásunkat egészítik ki az önmagunk belső világához való alkalmazkodással is [2]. Belső egyensúlyt teremtenek, önkifejtésünk energiáját adják. Ez a motiváció

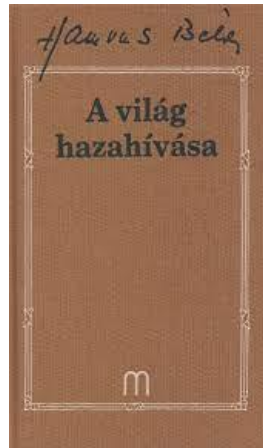
A zenei nevelés válságrendező szerepe

Mai világunkban az érzelmi élet elsivárosodását tapasztaljuk meg – a zene pedig az érzelmi élet kiművelésének eszköze. Kreativitás és kommunikáció egyszerre. A művészetek, a kreativitás oldják az agressziót, és tapasztalatból tudjuk, hogy sikerrel. „Az ember a játék magas fokán, a művészetben és a tudományban olyan problémákkal játszik saját élvezetétől hajtva, amelyeket a valóságban nem tud megoldani. De olyan dolgokat tanul játék közben, amelyekkel a valóságos problémákat meg tudja oldani.” [2]

A művészettel nagyon is sokat tehetünk azért, hogy a világban kevesebb legyen az agresszió, mert a művészet kommunikáció. A művészetek nyelvén ki tudjuk fejezni az érzéseinket, és azt, ahogy a világot látjuk. Az agresszió ellenszere a személyesség, a kreativitás és a kommunikáció. Ezt a zenei nevelésben nagyon jól meg lehet valósítani, mert a művészet, ezáltal a zene is kreativitás, önkifejezés és kommunikáció.



Kodály Zoltán a jó zenész ismérveit négy pontban foglalta össze: Kiművelt hallás, kiművelt értelem, kiművelt szív, kiművelt kéz. [4] A kiművelt szív – az érzelmi intelligencia. A zene is úgy tudja kezelni ezt a válságot, ha az oktatás nem korlátozódik arra, hogy „milyen anyagot tanítsunk, milyen módszerrel”, hanem a miért és a hogyan is fontos szerepet kap a nevelésben. A pedagógiában időről időre új problémák merülnek fel, ezért szükségesek a reformok. A legnagyobb probléma nem az általános műveltség hiánya, többek között az általános zenei műveltség hiánya, hanem a jó szociális légkör hiánya az oktatási intézményekben.



Ha a növendéknek problémája van önmagával, a kortárs csoporttal vagy a családjával, nem tud figyelni és nem motivált, de ha órá figyelünk, akkor motivált lesz. A növendékeimmel való beszélgetésekből az derült ki, hogy a problémáikat senkinek nem tudják elmondani. Ezek az iskolával, a családdal, kortárs csoporttal való kommunikációs és önértékelési problémák, amelyek az utóbbi években egyre gyakoribbá váltak. Az egyéni órákon jó lehetőség van a személyes beszélgetésekre. Tapasztalatom szerint ez az idő megtérül, mert növeli a tanulás hatékonyságát. Az egyéni beszélgetéseket követően a gyerekek jobban tudnak figyelni, és motiváltabbak lesznek. A nevelésen múlik, hogy egy domináns gyerekből zsarnok, vagy humánus vezető lesz, aki valóban képes motiválni és vezetni a rábízott embereket. A nevelésen múlik, hogy egy kutató biológiai fegyverekre, vagy életek megmentésére használja a tudását és tehetségét. [5] Ezért nem mindegy, hogy a pedagógus a viselkedésével, példamutatásával, kommunikációjával milyen értékrendet közvetít a gyermek felé.

Felhasznált irodalom:

- [1] Vekerdy Tamás, Belső szabadság – Elég jó szülő – elég jó gyerek, Kulcslyuk Kiadó Kft, (2017) ISBN: 9786155281280
- [2] Vekerdy Tamás: Kicsikről nagyoknak – A kisgyerekkor – Park Kiadó, Budapest, (2013) ISBN: 978-693- 355-058-8
- [3] Noel Burch – Dr. Thomas Gordon, Emberi kapcsolatok, Gordon Kiadó Magyarország Kft. (2021) ISBN: 9789639766105
- [4] Szirányi János: Kodály Zoltán, Kossuth Kiadó, Budapest, (2011) ISBN: 978-963-096-625-2
- [5] Hamvas Béla: A világ hazahívása. MEDIO Kiadó, (2020) A nevelés a béke szolgálatában ISBN 978-963-9240-85-8