

## Zeneterápia – mindenkinek

*Fontos és hiánypótló szöveggyűjtemény jelent meg a TSF Pedagógiai Főiskolai Kara oktatójának, Lindenbergné Kardos Erzsébet főiskolai docensnek a szerkesztésében. Mint minden művészetterápia, a zeneterápia is a művészi alkotás gyógyító, személyiségfejlesztő és gazdagító hatását alkalmazza az emberi minőség megőrzésére és kiterjesztésére.*

**A** hogy az előszóban olvashatjuk, az „érzelmi intelligencia (...) csak szépséggel, katartikus művészi élménnyel, egyetemes és autentikus értékek közvetítésével, (...) önmegvalósító életfelfogással őrizhető meg”, amelyet többek közt a zene is közvetít és hatásában hordoz. A szerkesztő az 1960-as évektől napjainkig megjelent művekből válogat, illetve folyóiratok cikkeiből közöl írásokat.

A szerzők a művészetterápiák elhivatott kutatói és művelői (Bagdy Emőke, Gyulai Elemér, Hadházi Judit, Hász Erzsébet, Király József, Konta Ildikó, Kovács Olga, Kimmo Lehtonen, Lindenbergné Kardos Erzsébet, Attila Missura, Nagy Ilona, Pap János, Stachó László, Szabó Julianna, Urbánné Varga Katalin, Vas József). Írásaik a zene- és más művészetterápiák számos területét érintik a pszichológiai, a pedagógiai, a társadalmi és az egészségügyi alkalmazástól egészen az esztétikai befogadás folyamatáig.

A zeneterápia a zenei nevelés pszichológiai alapokon nyugvó folytatása – írja Urbánné Varga Katalin. Szerepét a megelőzésben, a gyógyításban és a rehabilitációban jelöli meg. Több tanulmány az elméleti kérdésektől a gyakorlati alkalmazásig követi a zeneterápia útját. Szerzőik kiemelik a fizikai, emocionális, mentális, szociális és kognitív területeken kifejített hatását és alkalmazásának terápiás szituációban megvalósuló intenzitását; az intrapszichés és interperszonális integráció elősegítését.

Bagdy Emőke a zeneterápia funkcionális rendszerét elemzi: a receptív (hallgatva befogadó); a kommunikatív (a felszabadító); a reaktív (a hatás-reakció feldolgozó); az induktív (feszültségszabályozó) és aktív (felhasználó) területek szerint.

Konta Ildikó a zeneterápiás keretben megvalósuló szociális készségfejlesztéssel foglalkozik: az ismerkedési, a kapcsolatteremtő, a lazító, az önkifejezést segítő, a feszültségoldó játékok; a gesztusjátékok és különböző tevékenységformák számbavételével, melyek kreativitást, fantáziát, együttműködést, toleranciát fejlesztő szereppel bírnak.

Hász Erzsébet írásai a művészetterápiáknak a felsőoktatási szakmai képzésbe történő beillesztésével foglalkoznak, ugyanis interdiszciplináris jellegük több tudományterülethez is kötődik. A kérdés az – írja –, hogy „ki, mikor, hol, milyen feltételek mellett végezhet zeneterápiás, táncterápiás, biblioterápiás stb. tevékenységet”. E tekintetben sokszínű és heterogén a nemzetközi gyakorlat; s még nálunk sem valósult meg igazán a művészetterápiák integrálása a felsőoktatásba.

A folyóiratokból közölt válogatások friss és aktuális információkkal látják el az olvasót többek közt az Elixír, a Természetgyógyász Magazin, a Családi Lap 2002–2005 között megjelent számaiból (például *Zenével az emberért, Fájdalom ellen a zene, Az elfogadás művészete, Nagy segítség kicsiknek, Életünk szimfóniája, Gyógyító hangok, A zene okossá tesz* stb.).

A szöveggyűjtemény belső szerkezetét többféle rendezőelv formálja. Az első írás (Király József) a zene hatalmáról, lélektanáról szólva valójában a zene általános jellemzését nyújtja. Ezután azon rész kérdések kifejtése következik, melyek a zene kapcsolatait: zene és vizualitás, zene és mozgás, zene és pedagógia összefüggéseit (Gyulai Elemér, Bagdy Emőke, Konta Ildikó, Hadházi Judit) mutatják meg. A továbbiakban a zeneterápia gyakorlati kér-

dései kerülnek előtérbe, a funkciótól a módszerig, a metodológiai megvalósításig (Kovács Olga, Nagy Ilona, Vas József, Urbánné Varga Katalin, Konta Ildikó). A további írások az ember holisztikus szemléletére, a harmonikus lét és a lét harmonikus kezelésére hívják fel a figyelmet (Bagdy Emőke, Pap János). A válogatást egy zeneértéssel foglalkozó, jellegét tekintve újra összegző típusú írás zárja, mely arra keresi a választ, hogy vajon hányféleképpen érthetjük és szerethetjük a zenét (Stachó László).

A szöveggyűjtemény utolsó, melléklet jellegű ajánlásában nem mellékesen, hanem külön figyelmet érdemlő tematikus szerkesztésben megjelenő zeneművek sorakoznak, melyek szorongást, depressziót oldó, energetizáló, meditatív zenehallgatásra ösztönözhetnek többek közt. E gyűjteményhez zeneterápiás hangtárat készítenek közreadni a kiadó.

A zeneterápia szükségessége és fontossága vitathatatlan; a modern oktatás és nevelés sem nélkülözheti. A szerkesztő a *Zeneterápiát* mindazoknak ajánlja, akik „hivatásukat, munkájukat, saját életkörülményeiket és önmagukat eredményessé, kiegyensúlyozottá és felszabadulttá kívánják tenni”. Bízunk abban, hogy „a művészetek újra elfoglalhatják méltó helyüket a személységgazdagításában, a fogantatástól az elmúlásig, a bölcsőtől a sírig”.

Lindenbergné Kardos Erzsébet (szerk. 2005): *Zeneterápia. Szöveggyűjtemény*. Válogatott írások a művészetterápia köréből, a tudomány és a média világából. Kulcs a Muzsikához Kiadó, Pécs.

### *Virágné Horváth Erzsébet*

Szarvas, Tessedik Sámuel Főiskola, Pedagógiai Kar, Magyar Nyelvi és Irodalmi Tanszék



*Az Akadémiai Kiadó könyveiből*