



## Könyvismertetés

Szabadi Magdolna Anna (2024). *Zenélni, de másként – Zeneterápiás eszközök fejlesztő hatása a pedagógusjelöltek eredményes viselkedésére*. Budapest, Eötvös Kiadó, p. 138, ISBN 978-963-489-750-7, <https://doi.org/10.218862/Zenelni/2024/7507>

B. Zsoffay Klára<sup>1</sup>

„A könyv a zeneterápia módszertanából kiindulva – a szocioemocionális fejlesztés, a kognitív idegtudomány és a zenepedagógia elméleti keretén keresztül – kíván gyakorlati ötleteket nyújtani pedagógusjelölteknek, végzett pedagógusoknak viselkedésük rugalmas alakításához. Továbbá egy fejlesztő program rövid példájával betekintést adunk egy kísérlet feltételeinek kidolgozásába, levezetésébe, és eredményei által a hatékonyság vizsgálatába.

A sajátélményben megtapasztalható zeneterápiás gyakorlatok a szakmódszertani paletta bővítésén túl, segítik a pedagógust személyes és szakmai integritásának megőrzésében. A zeneterápia eszközei bárki számára elérhetőek, azaz megszólaltatásukhoz nem szükséges zenei szaktudás, használatuk élvezetes, és az idegi hálózatok szintjén is ugyanúgy kimutatható a hatásuk muzikális és nem muzikális egyéneknél egyaránt.”

Foglalja össze Szabadi Magdolna a könyv tartalmi tudnivalóját ismertetőjében.

A társadalomban tapasztalható kapcsolati hálók meggyengülése, védő szerepük csökkenése egyre inkább előhívja azt az igényt, hogy érzelmileg telítettek legyenek és ezáltal eredményessé váljanak emberi és szakmai kapcsolataink, viszonylataink. Bizonyított, hogy érzelmi készségeink (érzelemkifejezés, felismerés és szabályozás) meghatározó szerepet töltenek be szociális interakcióink kimenetelében. A tanári pályán ugyancsak hangsúlyos, hogy a viselkedésünket meghatározó ezen készségeink, képességeink jól működjenek és lehetőség legyen a folyamatos fejlesztésükre. Ez segíti a pedagógust ahhoz, hogy növendékeit magabiztosan, széles háttértudással legyen képes irányítani. A mai iskolai keret, oktatási struktúra azonban hiányosságokkal terhelt e téren. Nehéz olyan programokat találni, amely a már meglévő problémák, készséghiányok mérséklése helyett a prevencióra fókuszálnak. Még inkább hangsúlyos lenne, ha a fejlesztő technikákat a pedagógus már képzése során sajátélményben megtapasztalná és elsajátítaná. Pláne, ha olyan módszerek és eszközök szerepelnének a programokban, amelyeknek alkalmazása örömet jelent és nem kötődik szakmai professzi-

<sup>1</sup> ELTE Tanító- és Óvóképző Kar Természettudományi Tanszék; [zsoffay.klara@tok.elte.hu](mailto:zsoffay.klara@tok.elte.hu); 

óhoz, így biztonságérzetet ad. A zene ez irányú felhasználása pedig pont ilyen, biztonságos talajt nyújtva felhevíti, majd le is csendesíti érzéseinket, emlékeinket, kinek-kinek tűréshatárán belül. Ezáltal a pedagógus személyes és szakmai integritása megerősödik, és bővül a szakmódszertani palettája. A gyermekeknek pedig hatékonyan tud segíteni a felmerülő emberi és tudásbeli problémáikban, azokra játékos, kreatív és alternatív megoldásmódokat kínálva. Éppen ezért lenne hangsúlyos olyan módszerek, eszközök és technikák szerepeltetése a pedagógusképzés során, mellyel a készségfejlesztésen túl a későbbi kiégés megelőzhető, továbbá a feszültségcsökkentés és problémamegoldás folyamatai „begyakorolhatóak”. Zeneterápiás irányú csoportok oktatási intézmények falai között történő működtetésével olyan közösségek hozhatóak létre, mellyel a fentiek megvalósíthatóak. E hiánypótlásra mutat példát a könyv.

A munka Szabadi (2021) zeneterápiás módszereket és kísérleteket bemutató összegzésének folytatása. Egy szakmai felkészültségről árulkodó gyakorlati módszertani kötet.

Az első oldalakon szubjektív hangvételű előszót olvashatunk, ahol szerző bemutatja a könyv keletkezésének körülményeit, célját és tartalmi sajátosságait. Ezt követően egy bevezető részt találunk, melyben Szabadi Magdolna mottóját és a zeneterápiáról alkotott saját definícióját, a zeneterápia hatótényezőit olvashatjuk kimondottan a társas viselkedésre vonatkozóan.

A 11. oldalon kezdődik az elméleti háttér felvezetése, mely a viselkedésünk sikerességét meghatározó készségeket és egyéb pszichikus komponenseket, valamint a zeneterápiás fejlesztésben megjelenő zenei elemeket sorakoztatja fel irodalmi előzményekkel alátámasztva. A következő fejezet az érzelmek szerepét tárgyalja a kapcsolataink működtetésében, majd a vonatkozó szociáliskompetencia-modellek összehasonlítása következik. A szerző összeveti a szociális, kognitív és érzelmi orientáltságú szociális kompetencia rendszereket, kiemelve közös és különböző pontjaikat. Továbbiakban a szociális kompetencia érzelmi oldalának fejlődése, azt befolyásoló faktorok kerülnek ismertetésre. A fejlődési állomásokat gyakorlati példákon keresztül értheti meg az olvasó. Majd kutatómódszertani rész következik, ahol a főbb mérési eljárások, technikák sorakoznak fel. Ezután pedig a professzionálisan képzett zenész számára leginkább érdekfeszítő részek állnak: a zene szerepe a zeneterápiás tréningek során, a zeneterápia alapvető módszerei és technikái, a zeneterápia neurológiai vizsgálatának példái, a zene terápiai felhasználása szemben a pedagógiai gyakorlattal, valamint az új zenei módszerek.

A következő nagy egysége a könyvnek a zeneterápia gyakorlatának szemzőgéből tárgyalja az adaptív, eredményes viselkedés modelljeit, ezen túl a kreativitás és a zenei percepció szerepét a viselkedésalakításban. Úttörő jellegű a zeneesztétikai szempontok (mint a zenei aktivitás, intenzitás, preferencia) szerepeltetése, értelmezése a zeneterápia gyakorlatán belül. Ezt követi egy kutatómódszertani rész, egy fejlesztő kísérlet bemutatásán (tervezés, levezetés, mérés, eredmények értelmezése) keresztül. Figyelemre méltó az, hogy a használt mérőeszközök között találunk egy érzelmkifejezést vizsgáló nemzetközi tesztet, melynek hazai adaptálását is megismerheti olvasó. Ezen kívül képet

kap Szabadi (2021) korábbi mérőeszközeinek (Affektív Szociális Kompetencia Teszt, Zeneterápiás Zenei Viszony Kérdőív) digitalizálásáról is.

Végül a legterjedelmesebb része a könyvnek taglal alapelveket egy foglalkozásterv készítéséhez, majd bőséggel bemutat zeneterápiás gyakorlatokat, egy tervezetet, és széles tárházú játékgyűjteményt. Mind a zeneterapeuták, mind pedig a zenepedagógusok számára használható példákat tartalmazó módszertani kollekció. Egyaránt használható a fejlesztés és az oktatás nevelés folyamatában is. A gyakorlatok kimondottan az érzelmi készségek fejlesztésére irányulnak, viselkedésünk rugalmas alakításáért. A zeneszerszámok a gyakorlatok eszközrendszerét biztosítják, egy új kommunikációs csatornát nyitnak, mely köré a játékok utáni beszélgetések szervezhetőek. Ez utóbbi adja a terápiás folyamat kulcspontját.

A könyv felépítése strukturált, logikus, jól követhető. Az egyes tartalmi elemek (társas viselkedés, szociális kompetencia rendszere, fejlődése, mérés és értékelés, zenei és érzelmi készségek, terápia és pedagógia kapcsolata, zenei elemek idegrendszeri feloldozása) szervesen összekapcsolódnak, érthetően követik egymást. A témában tartalmi eligazodás, támpontot adnak az érdeklődőknek. A stílusa világos, közérthető nem szakmabelinek és szakmabelinek egyaránt. Játék és módszertani gyűjteményként alkalmazható. A játékgyűjteményben a szerző közli a gyakorlatok eszközrendszerét, a játékmodot, instrukciókat a levezetésükhöz és felhívja a figyelmet az esetleges problémákra, terápiás veszélyekre megoldásmódot kínálva rájuk.

Személyesen a pedagógusképzésben hosszú évtized óta dolgozom, ahol kitűnik számomra, hogy rendkívül hangsúlyos lenne a pedagógusjelöltek megsegítése viselkedésük rugalmas alakításában. Biológia szakosként az egészségnevelés felé orientálódom, viszont a mozgásterápiás ismereteim, tapasztalataim mellett szívesen fordulok a zenei elemek felé is. Véleményemben minél több szenzoros inger, fejlesztő hatás éri a pedagógusjelölteket, annál szélesebb tárház áll rendelkezésükre mentális egészségük fenntartására, és annál teljesebb személyiséggel fordulhatnak a gyermekek nevelése felé.

Szabadi Magdolna számára személyes élményei hajtóerőt nyújtottak a kísérletek tervezéséhez és a könyv megalkotásához.

## Irodalom

- Szabadi, M. (2021). *A szociális kompetencia fejlesztésének lehetősége zeneterápiás eszközökkel a tanító- és tanárképzésben*. ELTE Tanító- és Óvóképző Kar.
- Szabadi, M. (2024). *Zenélni, de másként. Zeneterápiás eszközök fejlesztő hatása a pedagógusjelöltek eredményes viselkedésére*. Eötvös Kiadó. <https://doi.org/10.21862/Zenelni/2024/7507>
- B. Zsoffay, K. (2024). Könyvismertetés: Szabadi Magdolna (2021). A szociális kompetencia fejlesztésének lehetősége zeneterápiás eszközökkel a tanító- és tanárképzésben. *Gyermeknevelés Tudományos Folyóirat*, 12(3), 276–278. <https://doi.org/10.31074/gyntf.2024.3.276.278>