

Árkosi Julianna:

BETEKINTÉS KOKAS KLÁRA KOMPLEX MŰVÉSZETPEDAGÓGIAI MÓDSZERÉBE – AVAGY MIÉRT LETTEM KOKAS OKTATÓ?²

„Zenéből fényeket látni és láttatni” – ezt az elnevezést viselte a Kokas Klára Agape Zene-Életöröm Alapítvány szervezésében megrendezett Kokas Klára komplex művészetpedagógiáját oktatni vágyókat felkészítő haladó képzés, melyet 2024-ben volt szerencsém sikeresen elvégezni, az előző évben megrendezett kezdő képzés méltó folytatásaként.

Kokas Klára munkásságát, annak fényét és csodáját, lehetőségeit és óriási embert (gyermeket és pedagógust) formáló erejét ismerve, nagy örömmel jelentkeztem, nagy lelkesedéssel vittem véghez, nagy büszkeséggel fejeztem be és mély alázattal alkalmazom ezt a sokrétű, megtartó-megújító pedagógiát.

Jelen írásban szeretnék rávilágítani, betekintést adni ebbe a biztonságos, védett, elfogadó és fejlesztő világba, amelyet volt szerencsém megismertem. Remélem, hogy több olvasó érdeklődését felkelti a módszer, és gyarapodni fog a kokasi szemléletet képviselők, illetve a Kokas pedagógusok tábora.

Kokas Klára (1929–2010) Kodály-tanítvány, karvezető, zongorista, zenepedagógus, pszichológus 1929-ben született Szanyban, Magyarországon. Tanulmányait a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetemen végezte. Kodály mély hatással volt pedagógiai nézeteire, és munkásságában központi szerepet kapott a Kodály-módszer alkalmazása és továbbfejlesztése.

Szombathelyen általános iskolában, majd a Tanítóképző Intézetben, később a Münnich Ferenc Nevelőotthonban tanított. 1970-től 1973-ig az első amerikai Kodály Intézet munkatársa volt Bostonban. 1973-tól a kecskeméti Kodály Zoltán Zenepedagógiai Intézet főiskolai docense. 1990-től az AGAPE Zene-Életöröm Alapítvány vezetője. Európa, Amerika és Ausztrália számos helyére hívták meg vendégprofesszornak. Nyolcvanadik életévében, családja körében hunyt el az egyesült államokbeli Arlington városban.

A Kokas-módszer kialakulása a zenei nevelés transzferhatásainak vizsgálatával kezdődik, ezt követi a zenei nevelésen alapuló képességfejlesztés gyakorlati és elméleti vizsgálata, melyeket maga Kokas Klára és kutató társai eszközölnek. Kodály Zoltán lelkes tanítványaként Kokas Klára is vallja, hogy a legemberibb és leghatékonyabb zenei nevelés az éneklésen keresztül valósítható meg, hiszen ez egy komplex, teljes embert igénybe vevő folyamat. Éppen ezért pedagógiájának egyik fontos eszköze az ének, mert „...az éneklés vezet a legközvetlenebbül a zene átéléséhez, megértéséhez. Az éneklés teljes élményt ad, az egész test részt vesz benne. Fiziológiai szempontból is sajátos hatást gyakorol a szervezetre a légzés és a belső rezonanciák folytán” (Kokas, 1977).

Az 1960-as évektől kezdve Kokas Klára saját pedagógiai módszerét dolgozza ki. Munkája az éneklést, zenehallgatást, a mozgást, a kreatív önkifejezést és az érzelmi fejlesztést integrálta. Módszerével, a zene és mozgás együttes, komplex erőforrásával a személyiség harmonikus kibontását kívánja segíteni. Az érzelmi tartalmakkal és testi tapasztalatokkal is átszőtt aktív zenebefogadáshoz a szabad mozgást kapcsolja be a zenei nevelésbe, ezáltal válik a zene befogadása érzelmi, ugyanakkor értelmi képességek fejlesztésére alkalmas drámai közeggé: a zene hatására, ennek befogadására spontán történetek, cselekvéssorok, „átváltozások” születnek, melyek a gyermekek és a zene érzelmi-értelmi kapcsolatának mozgásos nonverbális megnyilvánulásai (Deszpot, 2009).

„Az értékes zenéhez szabadon improvizált mozgások, megjelenítések, ábrázolások és konstruálások alkalmasnak bizonyultak időleges vagy hosszán tartó belső feszültségek megszüntetésére is, mert a zenével felszínre hozott görcsös szorongásokat a kötetlen, szabad mozdulatok öröme kataritikus kibomlással, megkönnyebbüléssel feloldhatta. Foglalkozásaink megtervezéséhez tartozott a zenei, tartalmi, tárgyi

² <https://doi.org/10.17048/Tanulasestarsadalom.2025.2>

előkészületeken kívül a csoportok légkörének »megkomponálása« egymáshoz tartozásból, illetve kölcsönös tiszteletből. Megújuló örömmel tapasztaltuk, hogy a zene megközelítésének és befogadásának e módja nemcsak az önkifejezésnek nyitott utat, hanem a közösségi kapcsolatokat is igazgatta, támogatta.” (Kokas, 1986).

A Kokas pedagógus, a foglalkozásvezető facilitálja a zenei szituáció-teremtő légkört (Deszpot, 2009), miközben alapvető célkitűzéseket valósít meg. Ezek a célkitűzések a Kokas komplex művészetpedagógia alapelveinek kell megfeleljenek és a következők:

- teljes figyelemmel fordul a gyermek felé;
- kizárólag értékes zenei anyagot használ fel (klasszikus zene és autentikus népzene) kiváló előadásmódban;
- bizalmi légkört alakít ki, mely előítéletmentes és pozitív megerősítést ad a zenei felfedezőknél;
- megalapozza az egymás iránti elfogadást, tiszteletet, mely erősíti a biztonságérzetet, épp úgy, mint a tisztázott szabályok, illetve a visszatérő foglalkozás-elemek;
- segíti az egyén és a csoport sajátos, spontán művészeti megnyilvánulásait.

A Kokas foglalkozások általában csoportos foglalkozások, ám ez egyáltalán nem jelent akadályt a résztvevők egyéni megnyilvánulásainak, zene-megélésének a megvalósulásában. „Minden gyermek egyéni különlegesség, sajátos világ, amely jellegzetes törvényekkel, értelmi – érzelmi apparátussal, reakciórendszerrel, igényekkel és kifejezési kapacitással rendelkezik” (Kokas, 1984). A gyermekek teljes bekapcsolódását, beépülését a csoportba a foglalkozás eleji névéneklés is segíti, valamint a foglalkozásvezető teljes és szüntelen figyelme. A dalosjáték közös zenei és mozgásos élménye teljesen egybekovácsolja a sok (több) egyént, megismerve, elfogadva, megvalósítva, tiszteletben tartva az egyéni képzeletet és lehetőségeket. Az elcsendesedés előkészíti a zenebefogadást, melyet egyén és csoport akkor képes megélni, ha a csendet is együtt találják meg. „A Kodály-módszer alkalmazásának alapvető követelménye a zenei képzés összpontosított figyelme, tehát a hangzás megfigyeléséhez és az énekléshez egyaránt elengedhetetlen indítás: a csönd” (Kokas, 1976).

Megfelelő előkészítés után a foglalkozás vezetője felkínálja a zenét megfigyelésre, megélésre, befogadásra. A felkínált zenerészlet rövid, általában klasszikus zenei anyag, tökéletes zenei és technikai minőségben, melyet a foglalkozáson résztvevők többször is meghallgatnak. A foglalkozásvezető diszkrét utalásokat, segítséget ad abban, hogy az egyre mélyebben megtapasztalendő zene spontán, természetes és egyéni módon mozdulatokban leképeződhessen. A gyermekek spontán mozgásos megnyilvánulásaikba természetes módon és szavak használata nélkül tudják belevinni az érzéseiket, vágyaikat, ezzel magukról és a többi résztvevőről is fontos és pontos képet kapnak. Az előbbieken említett feltétlen bizalom ahhoz szükséges, hogy a feltárló érzések és éppen megmutató, eddig ismeretlen jellemvonások takaratlanul is megérző közegre találjanak. Kokas Klára így ír erről: „Mozdulataim is a mesetőről fakadnak; nem kell, nem is lehet mozdulatokat tanulnom, vagy tanítanom. Vannak zenedarabok, melyek előszólítják őket. Amikor megmozdulok – így magamtól, irányítás, terv, koreográfia nélkül, a zenére is másképp figyelek: mélyből, tudatalattiból, a lényem lényegéből, egy teljességhez illeszkedve, mellé suhanva, ahogy a levegő mozdul nagy csend után a mozdulatlan tenger felett. Gondolom, ilyenféleképp fogadhatják be gyermekeim is a zenét, amit kiválasztok számukra, hiszen már azért választom, mert élményben találkoztam vele. Sosem választok tánctanítások zenejegyzékeiből, és kerülöm a képzeletbe beletenyerelő programzenét is” (Kokas, 2000a).

Ebben a csodálatos zenebefogadó élményben a gyerekek nemcsak önmagukat, de egymást is felfedezik, megismerik, és még valamit, amiben oly ritkán van részü(n)k: a foglalkozásvezető teljes és osztatlan figyelmét (Kokas, 1992).

A zenebefogadás és a spontán mozgásos megnyilvánulások tetőpontja a szóló, amikor egy vagy több kiválasztott személy feltárja érzéseit a társainak. Reprodukálva, bemutatva zenei élményeit, társaik teljes figyelmével és megbecsülésével körülvéve, újra átélheti a zene katartikus erejében született mozdulat-élményeit. Mivel a Kokas pedagógia nem kerüli, hanem bátorítja az érintést, a kapcsolódást, de kerüli a

hangos beszédet és helyet ad a csendnek, a szólóját bemutató személyt érintéssel, simogatással jutalmazza meg társai.

A Kokas foglalkozás zenefigyelemre való kiélezett érzékenysége képes megkettőzni a katarzis élményt, hiszen a zenebefogadás egy újabb kreatív vizuális lehetőséggel gazdagodik. Ugyanazt a reprezentatív zeneművet újra és újra meghallgatva, azt minden apró részletében megfigyelve, testi mozdulatokkal megélve és kifejezve, a zene befogadásának második csúcspontja a vizuális ábrázolás. Itt a zenét hallgatva nem agyagoznak vagy festenek a gyerekek, itt zenét festenek és érzéseket. Függetlenül attól, hogy a második befogadási élmény ideje alatt figuratív vagy nonfiguratív alkotások születnek, a figyelem központjában ezúttal is a zene van, mely most a kezeiket változtatja át egyszerűen bármivé, hiszen a kezeik a zenei képzelet ecsetévé válnak.

A kétféle zenebefogadás élmény szorosan összefügg egymással, hiszen a zenére történő nagymozgás fejleszti és előkészíti a vizuális ábrázoláshoz szükséges finom mozdulatokat, a szem-kéz koordinációt, megalapozva egy másfajta önkifejezés lehetőségét. Deszpot Gabriella így ír a Kokas pedagógia komplexitásáról: „A Kokas Klára által megvalósított komplex művészeti nevelés alapjában véve a zenére épül, de a mozgásban talál rá a kifejezési, önkifejezési eszközökre. A zene és a vizualitás összetartozása egyrészt a tánc látványában, az ily módon objektivált szerkezeti formában, másrészt a síkra történő, absztrahált leképezésben, vagy a redukált térben (kicsinyített plasztikában) és egyeseknél belső képekben jelenik meg (Deszpot, 2009).

„Amikor tanítok, ünnepeket teremtek. Aprócska ünnepeket, hisz nincs minden nap karácsony, és névnap is csak egy az esztendőben. De a születés már sűrű ünnep: én, te, ő más napokra emlékezhetünk és megint más órákban születik a párdúc, az elefánt, a mókus, a rigó, a pacsirta, a darázs, a hangya, az ürge, a giliszta, a vadliba, a sas, hogy csak néhányat említsek az átváltozásainkból. A megszületés ünnep, a foganás perce is az, a test foganásáé éppúgy, mint a gondolaté, a képzeleté. Átváltozom, tehát ünnepelek. És ünnepelek, mert alkotok” (Kokas, 2002) – így szól Kokas Klára zeneipedagógusi hitvallása, mely minden pedagógusnak erőt adó ars poetica. Habár ő nem vezethetett bennünket végig személyesen a képzés nem éppen mindig egyenes, de igen szerteágazó és gazdag látvány-és érzélemvilágot bejáró ösvényein, szellemisége velünk volt, velünk van, átjárt bennünket, mélyre beásta magát a lelkünkbe, hogy sokáig erősítsen utunkon. Őszinte pedagógiája személyesen is megérintett, újra és újra megérint. Záródolgozatomban meg is fogalmaztam, hogy a gyakorlati és elméleti ismeretek mellett mit kaptam még a képzéstől: a Kokas pedagógia öröm-pedagógia, az egyéni kifejezés szabadságának, az ép és sérült gyermekek közös zene-megélésének, az érintésnek, a gyermekek egymás iránti tiszteletének a színtere. A kokas pedagógia öröm-kapocs, az ének kapcsolatteremtő ereje mutatkozik itt meg, mely összekapcsol gyermeket a gyermekkel, gyermeket a pedagógussal.

Megerősítés nekem a kokasi közösség, a képzés, a képzők és a csoporttársak, hiszen ott, velük megismertem és elfogadtam egy olyan fajta zenei, egyéni és szakmai érzékenységet, amelyet csak a Kokas foglalkozások tudnak felszínre hozni, valamint a Kokas életmű megismerése, Kokas Klára írásai és filmjei tudtak megérinteni velem. Ezzel igyekszem gazdagítani az énekes vagy hangszeres zene terápiás alkalmazásának a lehetőségeit.

Záróakkorként néhány kokasi gondolatot osztok meg a tisztelt olvasóval. Mindhárom gondolat a Hamburgban megrendezett nyolcadik zeneterápiai világkongresszus margójára született (Kokas, 1996):

„Terápiát ezerféleképp művelhetünk. A gyógyítás szent, zenével még szentebb.”

„A zene: gyógyítás. Ha tanítom, akkor is. Ha eladom, akkor is. Ha leírom, akkor is. Elindít valami felé, ami a jobbik énem, a legjobbjik.”

„Terápiát az tud jól művelni, aki saját lelkében harmóniát talál.”

Ezért lettem Kokas oktató.

Irodalom:

- Deszpot, G. (2009). Zenei Átváltozás. Kokas Klára komplex művészeti programja, mint pedagógia és terápia. In: *Parlando* (2009). 51. évfolyam. 6. szám, 5-11.
- Kokas, K. (1976). Beszámoló egy komplex esztétikai nevelési kísérletről. Kodály Szeminárium, Kecskemét
- Kokas, K. (1977). A Kodály-módszerről. In: Barkócz Ilona–Pléh Csaba (1977: Kodály nevelési módszeré pszichológiai hatásvizsgálata. Kodály Zoltán Zenepedagógia Intézet, Kecskemét
- Kokas, K. (1984). A gyermekek zene-befogadása és önkifejezése különböző művészetformákban. Kodály-i segítség a problematikus gyereke nevelésében. Kodály Intézet, Kecskemét
- Kokas, K. (1986). Néhány tapasztalat a zenei mozgások és megjelenítések köré épülő foglalkozások hatásáról I. In: Kodály Intézet Évkönyve III. Kecskemét (99-101)
- Kokas, K. (1992). Félfigyelemből teljes figyelembe. In *A zene felemeli a kezzeimet*. Akadémiai Kiadó
- Kokas, K. (1996). Szivárvány úton. Terápia zenével. In: *Parlando* (1997). 39. évfolyam. 3-4.szám, 39-43.
- Kokas, K. (2000). Gyerekekkel Kodály nyomában. In Kokas, K.; Lájerné, V.; Furka, B.; Kocsis, M. (2007, szerk.): Öröm, bűvös égi szikra. Multimédiás DVD-ROM tanításaimról. dr. Kokas Klára magánkiadása Budapest. Gyűjtemény, Írásaim fejezet
- Kokas, K. (2002). A deszka galaktikája. *Parlando*, XLIV. évf. 5. szám 2-8