

Szent Erzsébet Otthon, Ipolytölgyes

„Legyen a zene tényleg mindenkié” Nádizumzum – egy halmozottan sérültekből álló zenekar születése*

TISZAI LUCA
tizsail@freemail.hu

A Nádizumzum zenekar 2007-ben alakult Ipolytölgyesen, a 150 férőhelyes Római Katolikus Egyházi Szeretetszolgálat Szent Erzsébet Otthonában.

A zeneoktatás „akadálymentesítésének” története

A kultúrtechnikák elsajátításában gyengébben teljesítő gyermekek általában hátrányban vannak a hagyományos zeneiskolai oktatásban is, elsősorban azért, mert a zeneiskola az ötvonalas kottarendszer ismeretére (vagy annak gyors elsajátítására) alapoz. Értelmileg akadályozott gyermekek számára a leggyakrabban ez megoldhatatlan nehézséget jelent. Ezért sokáig azt gondolták, hogy sohasem lesznek képesek hangszeren játszani. Ezt az elméletet az a néhány elszigetelt példa sem tudta megdönteni, amikor lelkes zenészek mégis vették a bátorságot, hogy értelmileg akadályozott fiatalokkal megosszák a hangszerjáték örömét. Ők voltak a kivételek.

Az ULWILLA módszer

Az elszórt előzmények után végül egy német gyógypedagógus-zenepedagógus vette a bátorságot, hogy megoldja a problémát. Ez óriási áttörés volt a zenetanítás akadálymentesítésében.

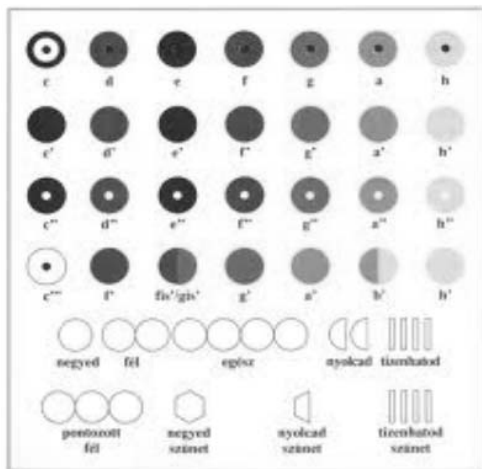
Heinrich Ullrich felismerései a következők (ULLRICH–VETŐ 1996): Az értelmi fogyatékos gyermekeket sem szabad kizárni a zenei nevelésből, mert ugyan fogyatékoságuk sok mindenben akadályozza őket, valamint a velük való foglalkozás speciális felkészülést

* Az előadás elnyerte az Országos Tudományos Diákköri Tanács TDK Prezentációs Díját, így a szerző az MTA-n is előadást tarthatott, ahol neki ítelték a humán tudományok fődíját.

igényel, de a tapasztalatok alapján állítható, hogy ők is alkalmasak a zene élvezésére, sőt a hangszeres tudás elsajátítására is.

A hagyományos kottarendszerünk a különböző hangokat öt vonalra és négy vonalközbe rendezi, és ennek megértését a pótvonalak, keresztek, b-k és feloldójelek nehezítik.

Gondot okoz az is, hogy a különböző ritmusértékek jelei csak kevés eltérést mutatnak, s mindezek miatt az iskolás gyermekeknek is csak kis százalékba tanul meg kottát olvasni (általában azok, akik különórák keretében éveken át hangszer- és szolfézszt tanulnak).



Heinrich Ullrich kidolgozott egy olyan kottarendszert és a hozzá tartozó hangszercsaládot, amely nem igényel komplex gondolkodásmódot, a kotta megtanulását, sőt még a színek neveinek ismeretét sem, csak a színek azonosítását. A különböző hangokat más-más színnel jelöli és ezek a színek a hangszeren is megjelennek. Ezzel oldotta meg az értelmi fogyatékos személyek zenetanulásának eddig áthidalhatatlannak tűnő nehézségét.

A „színeskotta rendszerben” nincs szükség öt vonalra, mert a hangok magasságát színek jelzik. Ahogy emelkednek a hangok, úgy világosodnak a színek. (A félhangot egyszerűen az a két szín jelöli, amelyek között a hang van. Például a fisz félig piros, félig zöld.)

Oktávonként a színek azonosak, de a mélyebb regiszterben minden hang közepén egy fekete kör, a magasabban pedig fehér színű kör jelzi az adott hang magasságát. (Három oktávnál nagyobb hangterjedelemre pedig általában nincs szükség.)

A ritmus áttekinthetése is egyszerű: A negyed egy egész kör, a fél két egymásba kapcsolódó karika, az egész négy körből áll, a nyolcad pedig egy félkör. A szünetet egy szintelen hatszög jelöli. A további ritmusértékek jelölése is az alábbi módon történik. Az ütemvonalakat hangsúlyjelekkel helyettesítik a hangsúlyos hang fölé helyezve.

A hangszereket Heinrich Ullrich hosszú évek kísérletezésével fejlesztette ki, és maga építette meg. Mindig ügyelt arra, hogy nagyon egyszerűek, áttekinthetőek, meleg, barátságos eszközök legyenek, lehetőleg fából, legömbölyített, kerekded formákkal. A hangjuk, zengésük azonban szép és élvezetes legyen.

A fűvös hangszereket egészen egyszerű megfújni, sípokból állnak, amelyekből a hangszer tetszés szerinti sorrendben állítható össze annak megfelelően, amit a gyerek játszani akar. Az egyes hangokat színes bütykök jelzik. *A búros hangszerek* pengetéséhez optimális a hűrtávolság és a húrokat szintén a hangokat jelölő színekkel látták el. *Kísérő hangszerek* az akkordcitera és az akkordlantai. Ezeket komplett dūr, illetve az utóbbin dūr és moll akkordok vannak, amelyeket szintén az adott szín jelöl. *Az ütőhangszerek* közül xilofonokat metalofonokat használ, amelynek kezdő változatai szintén hangonként szétszedhetőek.

A leírt módszerrel és eszközökkel az értelmi fogyatékos személyek is képesek dekodolni a kottát és ténylegesen zenélni.

Ezt a módszert Vető Anna gyógypedagógus 1991-ben adaptálta magyar viszonyokra és ezzel megkezdődött az értelmileg sérült gyermekek módszeres hangszeres zeneoktatása (VETŐ 1991).

A módszer ma Magyarországon széles körben ismert, több zenekar, intézmény használja. Az akkor indult zenekar – ma Parafónia néven – országsszerte vállal fellépéseket a Művészetek Palotájától Kapolcsig, több CD-jük jelent meg, sőt több nemzetközi turnéjuk is volt.

A módszert számos gyógypedagógiai intézményben, sőt kisgyermekek zenei nevelésében is használják. Magam 5 évig tanítottam a módszert adaptáló „A zene mindenkié” egyesületben.

Súlyosan-halmazottan sérült személyek zenei nevelésének lehetőségei

Ha súlyosan-halmazottan sérült személyekkel bármiféle csoportos foglalkozást kell tartani, akkor sokak számára a legkézenfekvőbb a zene. Ennek legegyszerűbb formája a zene hallgatása, befogadása. Nem szerencsés szó a „passzív” zenehallgatás, hiszen a zene érzelmeket, reakciókat vált ki, közösséget teremt, így inkább receptívnek nevezném (GROCKE–WIRGAM 2007).

Az alábbiakban néhány módszert szeretnék bemutatni, amit már évek óta használok az ipolytölgyesi Szent Erzsébet Otthon súlyosan-halmazottan sérült felnőtt lakóinál.

A Kokas-módszer

Több mint 10 éve alkalmazom a legkülönbözőbb csoportokkal Kokas Klára módszerét a zenehallgatásra (KOKAS 1992). Ipolytölgyesen néhány elemet elhagytam a klasszikus formából. Egy rövid, általában két perces komolyzenei darabot hallgatunk meg egymás után sokszor, akár 40-60 percen át. Az ismétlődő rövid dallam lassan ismerőssé válik, és nagyon világosan felismerhetők a csoport tagjain a bevonódás jelei, megváltozik a mimikájuk, gyakran kisimulnak a vonásaik, mosolyognak, és a zene ütemére mozognak. Ez a mozgás egyeseknél hasonlít a Kokas Klára által megfigyelt táncokhoz, másoknál inkább repetitív mozgások, amelyeket a bevonódás más jelei egyértelműen megkülönböztetnek a kifejezéstelen jaktálástól, így én ezeket a mozgásokat egyaránt táncnak definiálok. Az ismétlődő zene által létrehozott biztonságos közegen kívül a zene minősége is fontos, néhány éves munka után tudom, hogy ki szereti Bartók zenéjét, ki kedveli a rézfúvósokat, ki az emberi énekhangot.

Instrumentális élőzene

A másik tipikus foglalkozás az élőzene hallgatása. A közös éneklés-zenélés során gitárral kísérem az általuk is ismert (vagy többszöri hallgatásra megismert) énekeket, megzenésített verseket. Aki képes rá, és szeretné, különböző ritmushangszerekkel, vagy énekléssel kapcsolódik be.

Bazális stimuláció

A bazális stimuláció (FRÖLICH 1996) is kihasználja a zene által használt rezgések jótékony hatását. Legegyszerűbb húros hangszerekkel gyakorolni: a hangszerrel való fizikai kontaktus biztosítja a vibráció közvetlen megtapasztalását. (A zenei hullámok mindannyiunkra hatnak, egy hangversenyen, egy templomi orgona mélyebb regisztereinek megszólalásakor mi is átérezzük, a könnyűzenei rendezvények hangerejénél pedig már számottevő részévé válik az összbenyomásnak.)

A Nádizumzum zenekar születése

Az első zenekarosok

A közös zenei tevékenységek során számos zenei érdeklődéssel, sőt tehetséggel megáldott lakót ismertem meg, akik közül a legtöbben zenehallgatás közben a ritmussal összhangban valamiféle sztereotíp mozdulatot ismételtek. Felmerült bennem a kérdés, hogyan lehet ezeket a mozdulatokat értelmessé tenni, hogyan lehet valami funkciót találni ezek számára, ily módon a közös hangszeres zenélés örömeit is megtapasztaltatni velük. Számukra gyakran a színezetetés is komoly gondot okoz, így az ULWILLA módszerhez képest is további egyszerűsítésre volt szükség.

Egy közös zenélés során egészen véletlenül derült ki a szólistánk, Andrea tehetsége. Mozdulatlanul, kifejezéstelen arccal ült, mikor a többiekkel zenéltünk. Amikor befejeztük, átadtam neki a xilofont. Felvette az ütőt, és eljátszotta a dallamot, amit majdnem egy órája hallott tőlem. Kiderült, hogy gyermekkorában tanult zenélni, nagyon sok dallam maradt meg az emlékezetében, és újakat is szívesen megtanul. A közös éneklések során felfigyeltem Renátára, aki hosszan képes volt ritmushangszerrel pontosan kísérni az énekeket. Andrea képes transzponálni, vagyis a megismert dallamot más kezdőhangról eljátszani, így népdalokat kezdtünk tanulni, amit kezdetben én kísértem citerán.

Később átadtam a C-re hangolt citerát Renátának, aminek nagyon megszerette a hangját, szívesen pengetett mérőt Andrea játékához.

Kriszta, aki kerekesszékekben ült és súlyos mozgáskoordinációs nehézségekkel küzdött, rövidesen a tudtunkra adta, hogy szeretne csatlakozni. Hosszas kísérletezés után kiderült, hogy végtagjai közül a jobb lába mozgását tudja a leginkább irányítani. Számára egy nagydobot találtam, amit a földre tettünk, hogy rúgással szólaltassa meg. Kezdetben kövekkel megtámasztottam, de így is gyakran elmozdult a helyéről. Később az egyik kollegám szerkesztett egy tartozékot, amivel a kerekesszékhez tudtuk rögzíteni.

Néhány hónap után felmerült a gondolat, hogy bővíthetnénk a zenekar létszámát.

A zenekari tagság feltétele: a zenei tehetség

Felmerül a kérdés, hogy jelen esetben beszélhetünk-e zenei tehetségről. A tehetségnek számos definíciója létezik. Tehetségen általában egy veleszületett, majd gyakorlás által kibontakozó képességet értünk (SZABÓ 2007), köznapi nyelven akkor mondjuk valakiről, hogy tehetséges, ha valamiben átlagon felüli teljesítményt nyújt. Ha *átlagnak* a súlyosan-halmozottan sérült személyek zenei teljesítményét veszem, akkor igenis zenei tehetségeket kerestem az otthonban.

A zenei tehetség nagyon összetett, és a zenetanulás *nem* alapvetően fontos feltétele a zenei tehetség megnyilvánulásának. Zenei képességekkel valamilyen szinten minden gyerek rendelkezik, a zenére való fogékonyság valamilyen formában mindannyiunkra jellemző. A zene a többi művészetekhez képest kevésbé függ az általános szellemi fejlődéstől, a kiemelkedő zenei képességek nem szükségszerűen járnak magas általános intelligenciával. A korrelációs vizsgálatok pozitív, de alacsony kapcsolatot mutatnak (GYARMATI 2002).

„Zenei tehetség, mint olyan »általában« nem létezik, csak a maga egyediségében lehetséges, mint különös, sajátos, egyszeri; nem egy séma másolataként jöhet létre, hanem megteremt a maga formáját, kifejezőmódját, megnyilvánulását, megalkotja saját magát... Amikor zenei érzékről beszélünk, nem tudunk egységes képet alkotni, mert különböző szinteken különböző zenei érzéket érthetünk. A hallgató, a zenész és a komponista más-más képességekkel rendelkezik. A zenei tehetség meghatározható az egyén kapacitásaként, mint az egyén potenciálja arra, hogy a zenét érzelmileg és szellemileg átélje, hogy zenét improvizáljon, komponáljon, vagy előadjon saját énekhangján vagy egy hangszeren.” (SZABÓ 2007: 9, 16)

Meghatározó tapasztalatom volt a zenei tehetséggel kapcsolatban, amikor értelmileg akadályozott felnőtteket tanítottam zenélni a már bemutatott ULWILA módszerrel. Volt egy középkorú férfi a csoportban, aki hamisan énekelt, ritmust nem tudott visszatapsolni, és a színeskotta használatát sem sikerült elsajátítania. Elkönnyeltem, hogy nem fogok vele sokra jutni. Egy foglalkozás után bekapcsolva hagytam az orgonát, s nem-sokára azt hallottam, hogy valaki egy bonyolult darabot játszik. Benyitottam, keresve azt a kollegát, aki feltételezésem szerint hosszú éveig tanult orgonálni, de legnagyobb meglepetésemre az általam tökéletes antitalentumnak kategorizált férfi ült az orgonánál, és spontán módon improvizált. Mikor meglátott, felnézett, és mosolyogva felvilágosított: „Csajkovszkij”. (A darab világosan improvizáció volt.) Ekkor kezdtem el azon gondolkodni, hogy nagyon sematikus elképzeléseim vannak a zeneoktatásról.

A fenti eset másik tanulsága, hogy a felnőtteknél a zenetanulás során nem tudjuk az ép fejlődésmenetet követni. A kutatások szerint normál esetben zenén érzék szenzitív periódusa kilencéves kor körül zárul, tehát eddig az életkorig kell a gyerek zenei képességét megalapozni. Felnőtteknél viszont az illető már meglévő erősségeire építve kell megtalálni számára a zenében való kibontakozás testhezálló formáját. Ezt én ugyanúgy zenei tehetségnek és tehetséggondozásnak nevezem, mint a hagyományos formát.

A zenekarosok kiválasztásánál egyetlen szempontot tartottam fontosnak, hogy az illető valami látható jelét adja annak, hogy örömet leli a zenélésben. Közös éneklés vagy zenélés közben figyeltem a résztvevőket, és mindazokkal elkezdtem dolgozni, akiken az érdeklődés bármilyen jelét felfedeztem.

Zenészé válni

Isaac Sternnek tulajdonítják azt a mondást, hogy *azokból lesz muzsikuss, akik meg tudják szeretni a zenét* (GYARMATI 2002). Szeretem ezt a megközelítést, hiszen a zenélés minden szinten befektetett munkát, erőfeszítést feltételez. Súlyosan halmozottan sérült személyek esetén pedig semmilyen külső kényszerítő erő nincs a kezünkben, az egyetlen módszerünk a pozitív motiváció lehet. Volt olyan zenész az együttesnek, akinél elvben minden adott volt a zenekari tagsághoz. A Kokas-foglalkozáson aktívan részt vesz, világosan kifejezi, hogy nem mindegy milyen zene szól: a trombita a kedvenc hangszer, a

és leginkább a gyors barokk tételeket kedveli. Kiváló ritmusérzékkel rendelkezik. Korlátozott lehetőségei ellenére világosan képes utánozni számára érdekes hangzásokat, néha még fütyülni is szokott. Mikor felvettem a zenekarba, a hangszerek érdekelték, szívesen próbálgatta őket, többféle hangszert képes volt megszólaltatni, és szemmel láthatóan élvezte az új hangzásokat. Néhány percig szívesen zenélt. A többiekkel ellentétben viszont a zenélés nem vált számára hosszútávon is élménnyé. Sokkal jobban frusztrálták a körülmények (nem állhat fel, nem mehet el, folytatnia kell a játékot, alkalmazkodnia kell a többiekhez stb.), mint amennyire motiválta a közös zenélés öröme. Mivel sokkal több adottsága volt a zenéléshez, mint a többieknek, több mint egy évig próbálkoztam segíteni őt abban, hogy beilleszkedjen a zenekarba. Mikor már a néhány perces zenélés örömét sem láttam az arcán, rájöttem, hogy azért nem fog menni, mert ez a feltétel nem teljesült, nem szerette meg a zenélést.

A többieknek is nagyon komoly nehézségeket kellett legyőzniük: pl. egy évek, évtizedek óta begyakorolt, már-már addikcióvá vált autostimuláció biztonságát kell elhagyni a zenélés örömeért. Ez nagyon nagy kihívás, csak akkor sikerülhet, ha a zenélés önmagában is élvezetes, úgynevezett autotelikus (önmagában is jutalomértékű) élménnyé válik számukra.

Zenészsé, ugyanúgy, mint a zeneiskolás gyerekek, a legkülönbözőbb utakon válnak. Van, akit a meghatódott szülő biztatása, van, akit a kimozdulás, közös fellépések kalandja, van, akit a siker motivál. Egyik tagunk, aki (bár nem mozgássérült) nagyon szeret kerekesszékekben ülni, ebben a „kiváltságos” helyzetben teljesít jobban. A zavaró tényezők is különbözőek: néha a másik zenész személye kelt szorongást vagy agressziót, ami más ülésrenddel megoldódik. Van, akit az idegenek megjelenése és figyelme motivál (hogy megmutathatja, mit tud), de ha magunk vagyunk, akkor teljesít a legjobban, ha háttal ül a zenekar tagjainak, többieket csak hallja, de nem látja. Ilyenkor a sok zavaró inger eltűnik, és figyelme újra és újra visszatér a zenéhez. Végeredményben viszont a zene szeretete tartja meg a zenészt a zenekarban, hiszen minden más újdonság elmúlik.

Hangszert a mozdulathoz, ne mozdulatot a hangszerhez

Elkezdtem olyan hangszereket keresni, amelyek megszólaltatásának módja hasonlít egyik-másik sztereotíp mozdulatsorhoz, és figyeltem, hogy valamelyik felkelti-e az érdeklődésüket. Figyeltem, vajon felfedezik-e a hangszerek megszólaltatása feletti örömet, és a kapcsolatot a cselekvésük és a megszólaló hang között. Volt, aki inkább befogadónak bizonyult: a zenehallgatás jelentette számára az örömet, és nem a hangszer megszólaltatása. Volt, akinek tetszett a hangszer megszólaltatása, de egy-két megszólaltatott hang után elvesztette érdeklődését a tevékenység iránt.

A későbbi zenekarosok viszont hosszabban játszottak a hangszerrel, különböző hangzásokat próbáltak ki, vagy más és más hangszerek kipróbálásában is örömeiket lelték. Többen tettek valami kezdetleges kísérletet a közös zenélésre: a hallott zene tempójához próbálták igazítani a maguk játékát.

Miután ráéreztek a hangszerek pengetésére vagy az ütő használatára, arra kellett rávenni őket, hogy a leendő zenész kitaratóan ismétlje az adott mozdulatot. Ehhez mindenkinek meg kellett találni a megfelelő nagyságú, méretű, alakú hangszert. Az ütőink különböző nagyságúak és keménységűek, alkalmazkodva a játékos mozdulatainak lendületesebb, vagy finomabb voltaához. Az egyik zenészünk az ütőt a fejénél szereti

megfogni, így az ő hangszerében a legfontosabb a nyelének minősége. A pengetőink is különböznek, általában nagyok és van egy könnyebben megfogható szivacsos vagy műanyag fogantyújuk.

Nem könnyű a leendő zenészek meglévő mozdulataihoz megtalálni a megfelelő hangszert, nem is megy mindig elsőre. Ez sok kísérletezést jelent: mert nem elég, hogy képes legyen megszólaltatni, fontos, hogy megszeresse. Ez gyakran új hangszer kitalálását jelenti, amit sokáig kell tökéletesíteni, majd kiderül, hogy az adott lakónak mégsem tetszik. Ilyenkor eltesszük, és előfordul, hogy hosszabb idő elteltével tetszik meg egy régi vagy egy új zenésznek.

Csak ritmushangszerekkel?

A zenekar bővítése során felmerült a kérdés, hogy vajon csak ritmushangszereket tudunk-e használni, hiszen (Andreán kívül) egyikőjük sem volt képes dallamjáték elsajátítására. Olyan hangszert kellett kitalálni, amin gyakorlatilag nem lehet az aktuális dallamhoz nem illő kísérőhangot játszani.

Az ötletet a citera adta. A citerának van néhány húrja, amin a dallamot játszunk, a többi csak üresen szól, bármilyen dallamot játszik a citerás, ezek a hurok mindig ugyanazt a hangot adják, alapot és kvintet. Ezeket vendéghúroknak hívják.

Tehát van egy hangszerünk, amelyen minden népdalt el lehet játszani úgy, hogy ez a két hang mindig jól szól hozzá. Tehát kis túlzással elmondhatjuk, hogy nem a hangszer alkalmazkodott a dallamhoz, mint a klasszikus zenében általában szokás, hanem a dallam a hangszer adottságaihoz. Ezzel a kéthangos kísérettel egyébként találkozunk a népzeneben, dudabasszusnak hívják. A dudán és a citerán kívül több népi hangszer is működik ezen az elven, például az ütőgardon vagy a tekerőlant. (A jelenség más népek zenéjében, sőt a klasszikus zenében is előfordul, tehát a módszer adaptálható.)

Tehát dallamjátékra alkalmatlan, de különböző oktávokon ezt az alaphangot és kvintet tartalmazó „akadálymentes” hangszereket csináltunk.

Az akadálymentesítés egyik sokat hangoztatott előnye, hogy mindenki profitál belőle, vagyis nemcsak az erre rászorulóknak, hanem mindenkinek könnyebbség, ha egyértelműbbek a jelzések, kevesebb fizikai akadályba ütközünk, vagy egyszerűbb mondatokban fogalmaznak. Érdekes tapasztalatom, hogy a zenekari próbára ellátogató vendégeink nagy örömmel próbálgatták a hangszereinket. Ki abban lelte örömét, hogy be tud kapcsolódni hangszeres előképzettség nélkül is a közös zenélésbe, ki újabb és újabb, szokatlan hangzásokat próbált ki az ismert népdalokhoz. A játék ezen örömét sokakon láttam, függetlenül kortól, zenei előképzettségtől vagy értelmi képességektől.

Nézzünk néhány gyakorlati példát a hangszerek átalakítására:

A *húros hangszerekkel* volt a legkisebb nehézségünk, hiszen csak áthangoltam őket. Különböző méretű gitárjaink vannak, a hangzás változatossága érdekében különböző (műanyag, illetve fém) húrokkal, és egy kifejezetten nekünk készített fogólap nélküli citeránk. Az egyik zenekarosunk a húrok ütögetését kedvelte, ő jelenleg egy kemény fémhúrokkal ellátott hangszeren játszik, amit az ő erős ütési szólaltatnak meg a legjobban. Ez a hangszer leginkább a cimbalom tanuló változatához, a kiscimbalomhoz hasonlít.

Az *ütőhangszerek* több átalakítást kívántak. Az metalofonról levettem a szükségtelen hangokat, és az így keletkezett lyukak nem zavarták a játékost. A faxilofont a faműhelyben reszelővel kellett áthangolni. Zsuzsi nagyon finom mozdulataihoz a kalimba

(magyarul ujjongora) illet, de ennek is át kellett hangolni a fémlapocskáit. (Egy csavarhúzó segítségével a rögzítési pontjukat kellett megváltoztatni.)

A *fúvósok* közül (szintén c és g hangokra hangolt) sípjaink vannak. Ezt a zenekarosok szívesen kipróbálják, de igazán a szájharmonikát kezelik. A szájharmonika apró nyelveit (úgy nevezett lamelláit) valamennyire lehet házilag hangolni. Másik megoldás, hogy áthangolás helyett egyszerűen leragasztjuk a nem alapot vagy kvintet játszó lamellákat, így előállítható a dudabasszust játszó hangszer.

A *mirlitronok* családjába tartozik a zenekar nevét adó nádizumzum. Ez olyan hangszer, amibe csak bele kell énekelni, az énekhangot torzítja.

Az egyéni zenéléstől a közös hangzásig

A cél, hogy egyszerre zenéljenek. Ehhez azt kell elérnem, hogy a hallott zene felkeltse az érdeklődésüket, és arra mozogjanak. Ha már ez megvan, akkor egyszerre is fognak zenélni (hiszen évekig tanulja egy zenész vagy egy táncos, hogy másképp mozogjon a teste és a keze). Néhányan már kezdettől figyelnek a másik játékára, és ahhoz alkalmazkodnak, van, aki az én mozgásomra figyel. Ha néhányan már együtt játszanak, akkor egyre többeket magával ragad a hallott zene, és kilépve a maguk világából, ahol fizikailag egy térben, de egyedül zenéltek, bekapcsolódnak a közös zenélésbe. Ez nem mindig sikerül, hiszen az egymásra való odafigyelés egészen új tanulnivaló számukra.

Néhány éve tízen játsszunk a zenekarban, én magam citerán erősítem a dallamot. A próbákon gyakran megjelennek mások is, akik énekhangjukkal vagy ritmushangszerrel csatlakoznak hozzánk egy-egy próba erejéig. Repertoárunkat jelenleg több mint 70 népdal alkotja. A népzene azért is fontos számunkra, mert a népdalokat a legtöbb lakónk ismeri, tudja énekelni, vagy felismeri, és a közönségünk is tudja velünk énekelni. Olyan zenét játszunk tehát, ami kötődik hozzánk, a kultúránkhöz.

A zenekar működésének 4. évében kezdtek a zenekarosok egymás hangszere iránt érdeklődni, s míg a sajátjukat igyekeztek megvédeni a társak kíváncsiságától, a másikat szívesen kipróbálták. Az összetűzések elkerülése végett új hangszereket is felkínáltam a zenészeknek, van, aki több hangszerrel játszik, ha lankad a figyelme, a hangszerváltás tudja segíteni a koncentrációban.

Miben változott, fejlődött a zenekar az elmúlt 5 év során?

Azokkal a lakókkal kezdtük a közös zenélést, akiknek más feladata addig nem volt.

A közös zenélés során tanulták meg, hogy a zenélés nemcsak addig tart, amíg megszólaltatom a hangszert, hanem feladattá is vált. Kezdetben néhány percig voltak képesek figyelni, másfél év múlva pedig már egyórás koncertet adtunk. Kezdetben nehézséget okozott, hogy ha elkalandozott is a figyelmük, ők maguk a helyükön maradjanak. Gyakori nehézség, hogy ha bármilyen igényük van, azt azonnal jelzik, de 3 év után sokkal ritkábbá váltak ezek a jelzések, mint kezdetben, s egyre inkább képesek elfogadni, hogy ezekkel csak a zenekari próba után foglalkozhatunk.

Gyakran a maguk alkotta fantáziavilágban élnek, egy-egy sztereotip mozdulatot ismételnék, ami biztonságot ad számukra, így nehéz ebből kimozdítani őket. A közös zenélés során törekszünk arra, hogy figyeljünk egymásra, a zenére, így automatikus sztereotípiáinkból újra és újra kénytelenek kilépni, és egy újfajta kapcsolatba kerülni az őket körülvevő realitással.

Minden zenekaros tudja, melyik az ő hangszere, és igen zokon veszik, ha valaki más próbál rajta játszani. Kezdetben Renáta az én citerámon játszott, de néhány perc múlva meguntta és eldobta a pengetőt. Ha erre nem reagáltam, eldobta a citerámat is. Később kapott egy személyesen számára készített citerát. Mondtam neki, hogy ez csak az övé, senki más nem használhatja, de ha eldobja, nem kapom el. Soha többé nem dobta el.

Az együttzenélés során egészen újfajta kapcsolatokat tapasztalnak meg. Meg kellett tanulni, hogy a vezető figyelme megoszlik közöttük. Kezdetben ezt nagyon nehéz volt elfogadni, volt, aki ilyenkor sírni kezdett és gyakorlatilag néhány perc munka után végigsírta a próbát. Azóta elkezdték keresni a kapcsolatot egymással, ki szóban, ki mozdulatban reagál a másik viselkedésére. A sok közös élmény hatására lassan kezd kialakulni a csoporttudat, ha valaki hiányzik a próbáról, már feltűnik a társaknak is. Több zenekaros, aki eddig nem kereste a kapcsolatot a társaival, a dolgozók figyelmének magára vonása helyett a társakkal kezdeményez interakciót. Mióta elkezdtünk zenélni két zenekarosunk is meghalt. Új tagok csatlakoztak, új hangszerekkel, új szokásokkal, ez minden alkalommal új kihívásokat és új lehetőségeket jelent.

A fellépések alkalmával megtapasztalják az elismerést, a sikert, mások feléjük irányuló figyelmét, szeretetét. Több szülőtől hallottam, hogy először tapasztalhatta meg, hogy büszke lehet a gyermekére. Sokan nem kis áldozat árán jönnek el a koncertjeinkre, képeket, videókat készítenek, és küldik őket az ismerősöknek. Amikor koncerteken, rendezvényeken zenélünk, egészen új tapasztalatokkal gazdagodhatnak. A kimozdulás, az utazás is élmény, és mivel általában náluk kevésbé sérült személyek között mozgunk ilyenkor, ez a környezet is inspirálóan hat rájuk. Gyakran olyan képességeikre derül fény egy-egy utazás alkalmából, amit otthoni környezetben sosem tapasztalunk. Többször tartottunk táncházat: a zenekar játéka rá táncoltak a résztvevők, ez különösen nagy örömet okozott a zenészeknek, megtapasztalták, hogy képesek adni.

A zene másokkal való találkozási lehetőség. A koncertjeink után sokszor odajönnek hozzánk, beszélgetnek velünk, gratulálnak. A közös zenélés kapcsolatokat hoz létre, nagyon sokakat segít ahhoz, hogy mások átlépjék a korlátokat, és kapcsolatba kerüljenek velünk. A leginkább annak szoktam örülni, ha valaki a koncert végén odajön hozzánk, és nem „lehajol” a sérült emberekhez, hanem gratulál a zenészeknek.

Irodalom

- BALOGH S.–BOLYA M. (2008): *Magyar citerazene: tananyag, példatár és adattár az alap-, közép- és felsőfokú tanulmányokhoz*. Flaccus Kiadó, Budapest.
- DESZPOT G. (2009): Zenei átváltozás. Kokas Klára komplex művészeti programja mint pedagógia és terápia. *Parlando*, 51, 6, 5–11.
- FRÖLICH A. (1996): Fejlődésdiagnosztika, Bazális stimuláció a gyakorlatban. In MÁRKUS E. (szerk.): *Halmazottan sérült, súlyosan mozgáskorlátozott gyermekek nevelése, fejlesztése*. Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola, Budapest. 227–322.
- GROCKE, D.–WIGRAM, T. (2007): *Receptive methods in musictherapy*. Jessica Kingsly Publishers, London.
- GYARMATHY É. (2002): A Zenei tehetség. *Új Pedagógiai Szemle*, 52, 7–8, 236–244.
- HEGYI I. (2004): A népzene szerepe az értékörzésben. *Parlando*, 46, 5, 13–18.
- KIS JENŐNÉ (KENESEI É.) (1994): *Alternatív lehetőségek a zenepedagógiában*. Tárogató, Budapest.
- KOKAS K. (1997): *A művészet tanítása – a tanítás művészete*. Agape Alapítvány, Budapest.
- KOKAS K. (1998): *Öröm, büvös égi szikra*. Akkord Kiadó, Budapest.
- KOKAS K. (1992): *A zene felemeli kezeimet*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

- KÖVICS Á. (1997): *A hangszeres zenélés mint közösségi tevékenység az értelmileg akadályozottak nevelésében*. Szakdolgozat. Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola, Budapest.
- MANDEL R. (1980): *Hangszerbarkácsoló*. Zeneműkiadó, Budapest.
- MANDEL R. (1985): *Hangszerész mesterség. Magyar népi zeneszerszámok készítése*. Múzsák, Budapest.
- Michels, U. (szerk.) (1994): *Zene (SH Atlasz)*. Springer Hungarica, Budapest.
- PÁSZTOR Zs. (2003): Az egészségből a részekhez Kezdeti tapasztalatok a zenei mozgásrögtönzések elemzéséről. *Parlando*, 45, 4, 2–7.
- RÓZSA LÁSZLÓNÉ (SZABÓ D.) (2007): *A zenei tehetőség fejlődését és kibontakozását befolyásoló tényezők vizsgálata*. Doktori disszertáció. Debreceni Egyetem Interdiszciplináris Bölcsészettudományok Doktori Iskola, Debrecen.
- TISZAI L. (2004): *Az Ulwilla-módszer*. Szakdolgozat. Berzsényi Dániel Tanárképző Főiskola, Énekzene szak, Szombathely.
- ULLRICH H.–VETŐ A. (1996): *ULWILA színeskotta. Tanári kézikönyv zeneoktatáshoz*. Down Alapítvány, Budapest.
- VETŐ A. (1993): *Középsúlyos értelmi fogyatékosok zenei nevelése és terápiája egy német módszer alapján*. Szakdolgozat. Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola, Budapest.



Több mint négyszáz látássérült hallgatja a Lapról hangra portált

Több mint négyszáz látássérült hallgatja a Lapról hangra portált, amelyen a vak és gyengénlátó emberek önkéntesek tolmácsolásában hallgathatnak meg és tölthetnek le újságcikkeket.

Az Informatika a látássérültekért Alapítvány kezdeményezésének célja, hogy önkéntes felolvasók segítségével az interneten keresztül meghallgathatóvá és letölthetővé tegye a kizárólag nyomtatásban megjelent újságcikkeket a Magyarországon élő több mint 100 ezer látássérült ember számára.

A www.laprolhangra.hu oldalnak jelenleg több mint 400 látássérült hallgatója és mintegy 600 önkéntes felolvasója van. A weboldal egyfajta „hangos újság”, amely kiváló lehetőséget kínál a beszélgetésre, vitatkozásra az egyes cikkekről – közölte az alapítvány az MTI-vel.

A Lapról hangra működtetőinek célja, hogy folyamatosan bővítsék az oldal kínálatát, fejlesszék a portál szolgáltatásait. A 13600-as Adhat vonal hívása után a 29-es kód megadásával a segíteni szándékozók 250 forinttal támogathatják az alapítvány kezdeményezését.

Forrás: MTI