

"Félfigyelemből a teljes figyelembe" - Kokas Klára zenéből indított módszere a személyiség harmonikus fejlesztésére I. - kezdő tanfolyam

A fent említett címet viseli az a 30 órás képzés, melyen az EFOP-3.1.6-16-2017-00043 azonosítószámú „Te is közénk tartozol!” pályázatunk keretében vehettünk részt és az első 10 óráján vagyunk túl. Az első alkalmat márciusban tartották, a következő sajnos eltolódott a veszélyhelyzet miatt.

A kurzus elején körben ülve bemutatkozott mindenki, elmondta honnan jött, mivel foglalkozik, és miért választotta ezt a képzést.

Az első előadáson Kokas Klára életművét, munkásságát ismerhettük meg, majd zenepedagógiája alapjait is elsajátíthattuk. Ezt azok az oktatók adták át számunkra, akiket Kokas Klára tanított.

A nap ezt követő részében a sajátélményt mozgással élhettünk át. Énekes improvizációkban, körjátékokban és mozgásimprovizációkban vettünk részt. A délután folyamán érkezett hozzánk egy tanár úr, aki kicsi korától kezdve a Klári néni tanítványa volt. Ő is elmesélte élményeit, majd zenére vizuális kifejezés történt. Ennek során a Kokas-pedagógia vizuális részével ismerkedtünk meg. Mindenkinek le kellett festenie a zenét, amit hallgattunk.

A kurzus második napján kizárólag sajátélmény foglalkozás volt. Különböző zenékre kellett kifejezni magunkat mozgással, dramatizálással, szavak nélkül. Rengeteg énekes feladatot hajtottunk végre. Voltak egyéni, páros és csoportos feladatok is.

Nagy élmény volt számomra látni és átélni azt, hogy aki itt részt vett, ki tudta fejezni a vágyait, gondolatait, érzéseit mozgással. Érdekes volt az is, hogy önkéntelenül is át tudta venni az ember a másik ember érzéseit, mozdulataival képes volt követni a másikat. Különleges volt még az is, hogy egy zenére szinte mindenki mást tudott elképzelni, más dolgok jártak a gondolataiban.

A foglalkozás végén nyugalmat, felüdülést lehetett érezni, mely egy időre lelki megtisztulást nyújtott, és erőt adott.

Nagyon várjuk a tanfolyam folytatását.

Dömök-Széll Márta
pedagógus

