

## **ABSZTRAKT**

### **Művészetterápia: A képzőművészeti foglalkozások terápiás lehetőségei**

**Horváth-Szücs Krisztina**

Tanító, Tanító alapképzési szak, levelező munkarend

Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem

Kaposvári Campus, Neveléstudományi Intézet

Belső témavezető: Farkas Beáta

Szakedolgozatom címe „A képzőművészeti foglalkozások terápiás lehetőségei”. Szakedolgozatom elkészítésével célom, hogy közelebbről megismerjem és megtapasztaljam, hogy a művészetterápiás módszerek, a képzőművészeti foglalkozások hogyan járulhatnak hozzá a gyermekek lelki és mentális állapotának megsegítéséhez és különböző kompetenciákban való fejlesztéséhez. Dolgozatommal szeretném felhívni a figyelmet arra, hogy miként alkalmazható a módszer a személyiség- mind a készségfejlesztés területein, szorongás csökkentésére (Günay et al., 2022), segítheti az önértékelést (Argyle és Bolton, 2005; Franklin, 1999) és erősítheti a társas kapcsolatokat (Çalik & Doğan, 2025).

Kutatásommal a következő kérdések megválaszolását tűztem ki célul:

1. Milyen módon segíti a képzőművészeti terápia az alsó tagozatos gyermekek érzelmi, szociális és kognitív fejlődését?
2. Milyen módszereket alkalmaznak a művészetterapeuták és pedagógusok?
3. Hogyan vihetők be ezek az eszközök a mindennapi pedagógiai gyakorlatba?

Dolgozatom első részének megírása során megismertem a művészetterápia és a művészettel nevelés elméleti háttérét, történetét és helyét a mai magyarországi és nemzetközi gyakorlatban. Megismertem számos olyan kutatási eredményt, ami azt igazolta, hogy a művészeti foglalkozások pozitív hatással lehetnek a gyerekek fejlődésére, lelki állapotára és társas kapcsolataira. Például az érzelmek felismerésének képességére, az érzelmi intelligencia mértékére és az empátiára is (Coşkun és munkatársai, 2019).

Mindezek után elegendő háttértudással és ismeretekkel tudtam interjút készíteni öt olyan szakemberrel, aki jelenleg a közoktatásban vagy annak peremén gyermekkel foglalkozik és vezet művészeti-művészetterápiás foglalkozásokat számukra. A megkérdezett szakemberek véleménye alapján is elmondható, hogy a művészetterápiás foglalkozásokon való részvétel jó hatással lehet a tanulók szorongása és a megélt stressz ellen, pozitív hatással lehet a közösség társas kapcsolataira és a kirekesztettség érzésének csökkentése ellen. Emellett fejlesztheti az önismeretet és az érzelmi intelligenciát, továbbá lehetőséget adhat a tanulók ismereteinek

bővítésére, vagy akár pozitívan ellensúlyozhatja a digitális média és túlzott eszközhasználat negatív hatásait. Az interjúk alapján a művészetterápia segíthet a tanulóknak a verbálisan nehezen kifejezhető érzelmeik levetésére, egyfajta megnyugtató kikapcsolódási lehetőség is a tevékenységekkel zsúfolt napjukban, és akár a sikerélmény és az önértékelés fejlődésének jó eszköze lehet. A pedagógusok szerint a tanórai keretekbe azonban nehezen lenne beilleszthető, egyrészt az idői keretek, másrészt a fellépő szerepkonfliktusok miatt, továbbá véleményük szerint a fegyelem és rend fenntartása is nehezebb lenne ilyenkor. A finanszírozás kérdése mellett alapvető fontosságú aggály részükről a rendelkezésre álló idő, helyszín és a pedagógusok kapacitásának, illetve a tanulók túlterheltségének figyelembevétele. Tekintve, hogy az egyik kutatási kérdésem pontosan arra irányult, hogy miként lennének bevezethetőek a művészetterápiás eszközök a mindennapi pedagógiai gyakorlatba a közoktatás területén, igyekeztem kontextusba ágyazottan megvizsgálni a problémakört. Mindennek feltátásához az interjúk alapján mikrokörnyezeti elemzést (SWOT analízis) és makro-környezeti elemzést is végeztem (PESTEL analízis alapján). Az elemzések is megmutatták számomra, hogy bár a művészeti foglalkozások pozitív hatása szemmel látható, a közoktatási gyakorlatba való bevezetése rengeteg tényezőtől függ és sok helyen sajnos akadályokba ütközhet.

Számomra nagyon fontos tapasztalat volt a harmadikos osztály számára egy olyan foglalkozás megtartása, melyet a Katarzis Komplex Művészetterápia módszere alapján terveztem meg. Az óra témája az évszakok köré épült, különös hangsúlyt fektetve a tavasz vizuális és érzelmi megidézésére, valamint a szabad alkotásra, amely a diákok fantáziájának és kreativitásának fejlesztését célozta. Az óra célja a művészetterápiás elemek beépítése volt a vizuális nevelés tanórába. Az általam tartott foglalkozás tapasztalatai alapján bennem több módon is megerősítést nyert, hogy mennyire hasznos lenne a művészeti terápiás foglalkozások bevezetése a közoktatási gyakorlatba. Azonban ennek megvalósulásához fontos lenne, hogy a szakemberek kidolgozzanak olyan oktatásmódszertani terveket és ötleteket, ami a közoktatásba beültethető. A szakdolgozatom és a szakemberekkel felvett interjúk elkészítése rengeteg olyan tapasztalatot és ismeretet adott számomra, amit biztosan tudok majd hasznosítani a későbbi munkám során. Mind a megkérdezett pedagógusok által elmondottak, mind az áttekintett elméleti ismeretek megerősítettek abban, hogy a későbbiek során még jobban megismerjem és elsajátítsam a művészetterápiás technikákat, hogy a munkámban vizuális nevelés kultúra szakos tanítóként, valamilyen formában be tudjam építeni a tevékenységeimbe.