

## **Kor-társ órák = a T-Art Alapítvány kortárs művészetközvetítő projektje iskolák és óvodák számára Tenk Dóra vezetésével**



**Bemutakozás:** Tenk Dóra, a T-Art Alapítvány kurátora, az alapító lánya, művelődésszervező, kulturális menedzser, gyermek és ifjúsági coach, kommunikációs tréner, művészeti mentor, foglalkozásvezető és pedagógus asszisztens. A 33 éve működő T-Art Alapítvány szakmai munkájában 18 éve vállalom aktívan szerepet. Az adminisztrációs munka mellett a programszervezői és művészetközvetítői feladatok tartoznak hozzám. Alapítványunk kiemelt célja a kortárs művészek támogatása és a kortárs művészet népszerűsítése, a művek befogadásának támogatása tárlatvezetésekkel, foglalkozásokkal, szakmai beszélgetésekkel és kiadványokkal. Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának működési támogatására és a Városi Civil Alap idejű pályázatára küldtük be eddig a projektet.

**Projekt előzményei:** 2020-ban a szakmai fókuszcímbe a művészet általi önismeret került. Az általam tartott tárlatvezetésekbe és foglalkozásokba egyre többször építettem be a coaching eszköztárát. Felismertem, hogy jó kérdésekkel és rávezető mondatokkal a nézőket hatékonyabban tudom segíteni a művek befogadásában, miközben önismereti élményekhez is jutnak. Amikor nyilvánvalóvá vált, hogy a kortárs művészet, mint tananyag, kiszorul az iskolákból, egyértelmű lett számomra,

hogy “házhoz” kell vinni a foglalkozásokat. Szerencsés együttállás volt, hogy három gyermekemnek és a III. kerületi jelenlétemnek köszönhetően több iskolában ismertek már és szívesen fogadták a projektet, illetve Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata is meglátta benne a hiánypótló kezdeményezést és anyagilag támogatta, így azt ingyenessé tudtuk tenni. A mai kamasz, fiatal felnőtt korosztály komoly önismereti és kapcsolati nehézségekkel küzd, így ez is adott további indokot a Kor-társ órák elindításához. A foglalkozások megtervezésében Kárpáti Andrea: Bevezetés a vizuális kommunikáció tanításába, Antalfai Márta: Alkotás és kibontakozás című könyve, illetve az Indigo Coaching Art coaching szakmai anyaga, illetve Tóth Boglárka Hangtáljoga és hangtálrelaxáció gyerekeknek módszertani füzetete segített.

**A projektől:** Az önkormányzati támogatásnak köszönhetően a foglalkozásokat 2022-2023-ban már 10 iskolába és a III. kerületi napközis táborba, összesen 20 alkalommal tudtuk eljuttatni. Idén felmerült, hogy az óvodákban is próbáljuk ki a módszert. Így már 4 óvodai csoportban jártunk és még 6 felkérés vár. Nagy örömünkre az óvodai foglalkozás bebizonyította, hogy a kortárs művészettel nem lehet elég korán megismerkedni. Igaz számukra az önismereti élmény még csak érzékenyítést jelent az önelfogadás, önszeretet, empátia, a másik elfogadása és az érzelmeik kifejezése terén. Éppen ezért érezzük úgy, hogy a projektünk a pályázat tematikájába, a “gondoskodás”-ba beleillik. Társadalmunk messze került attól, hogy kell gondoskodni egymásról. Önismereti szakemberként tapasztalom, hogy ahogy távolodunk a természettől, a természetes működésünktől, annál kevésbé tudjuk már, hogy kell gondoskodni magunkról. Vissza kell integrálni az embereket az offline világba, meg kell tanítani lelassulni és kikapcsolni. A kortárs művészet tükröt tart az embernek. Számos olyan témát vet fel, ami önismereti szempontból is fontos, érzelmeiket indít be, beszélgetéseket kezdeményez, közelebb visz magunkhoz és egymáshoz.



**A módszerről:** a foglalkozások az iskolai és óvodai termekben zajlanak és általában 1-1,5 órát vesznek igénybe. Kezdetben kortárs reprodukciókat mutatok a gyerekeknek, melyek kapcsán beszélgetni kezdünk. A 20-40 perces (korosztálytól függ) beszélgetés során bepillantást kapnak a műelemzés alapjaiba, korosztálytól függően művészettörténeti és művészetelméleti ismeretekbe, szintanba és a különféle képzőművészeti technikákba. Bízatom őket a saját véleményük, nézőpontjuk elmondására, érzelmeik kifejezésére, egymás meghallgatására, elfogadásra és nyitottságra. Legtöbbször önismerettel kapcsolatos kérdéseket is teszek fel, egy-két eszközt is bemutatok (például a stresszkezelési eszköztárból). Mivel művész családban nőttem fel, sok személyes élményem van a művészekről, ezekről is sokszor mesélek a gyerekeknek. A beszélgetést mindig alkotás követi. A festéstől a porpasztellen át, kollázs-montázs készítésig, nagyon sokféle technikát viszek a gyerekeknek, de főként olyanokat, amik iskolai keretek közt nehezen elérhetőek, megvalósíthatóak. Az alkotás végén a munkákból egy rögtönzött kiállítás készül. Megtapasztalják, hogy lehet a másik és a saját alkotásunkhoz könnyen kapcsolódni és arról beszélni. Az óvodások esetében a foglalkozás ugyanúgy kortárs reprodukciók megtekintésével és arról beszélgetéssel kezdődik, majd egy rövid mesével átszőtt, jóga elemekből álló mozgássor következik. A foglalkozásokra magammal viszem a hangtálimat, amik egyszerre több érzékszervre is hatnak és összetett élményt adnak. A hangjuk nagyon megnyugtató, izgalmas megérinteni őket, rezegnek és minket is átrezegtetnek. Ha vizet teszünk bele, akkor víz-mandalák jelennek meg, amivel a hangrezgések láthatóvá válnak. A hangtálakkal ismerkedés után alkotás következik. Az alkotás után itt sem maradhat el a kiállítás, és egymás művének megtekintése.



**Eredmények:** a foglalkozások művészeti, kulturális és önismereti élményt adnak. Az ön-gondoskodás és az empátia képessége mellett fejlesztik a kreativitást, ezáltal a problémagoldó képességet. Segítenek gondolataink és érzéseink kifejezésére, nyitottságra, meghallgatásra, elfogadásra és együttműködésre tanítanak. Komplex művészeti ismerterjesztést jelentettek, művészettörténeti, műelemzési, szintannal kapcsolatos és képzőművészeti technikai ismereteket adnak át, közben pedig kulturális értékeket közvetítenek. A gyerekek egyszerre befogadók és alkotók. Észrevétlenül jutnak sikerélményhez és kapnak pozitív benyomást az alkotásról, mint lehetséges önkifejezési módról.



**Tervek:** a foglalkozásokat szeretnénk a továbbiakban is folytatni és tervezzük azokat a III. kerületen kívüli intézményekre is kiterjeszteni. Egyenlőre óvodákban és jellemzően általános iskolákban dolgoztunk, de fontosnak érezzük, hogy minél több középiskolába és akár egyetemre is eljussunk. A programok minimális költségvetéssel is megvalósíthatóak.

Budapest, 2023. október 08.