

Az egyetemi hallgatói én COVID-19 pandémia idején A művészetterápiás önismereti csoportmódszer egyetemi kurzus keretében megvalósítható elemei

LIPS ADRIÁN

A művészetterápia

A művészetterápia a pedagógia, az orvostudomány és a pszichiátria elméleti és módszertani megfontolásainak egybeolvadásából jött létre a huszadik század elején. Kezdetben Franz Cižek (1865–1946) osztrák művészettanár az 1900-as évek elején segítette és támogatta a tanulók szabad önkifejezését, ő használta először a gyermekművészet (*child art*) kifejezést. A gyermekek műveiből 1908-ban kiállítást rendezett, amelyet Londonban is bemutattak 1934 és 1935 között.¹ A művészetterápia másik forrása a pszichiátria. Hans Prinzhorn (1886–1933) *Artistry of the Mentally Ill* című könyvét 1922-ben adta ki. Ez a mű inspirálta Erich [később Eric] Guttmannt (1896–1948), Wilhelm Mayer-Grosst (1889–1961) és Francis Reitmant (1905–1955), hogy elmeógyógyintézetben kezelt betegek képeit gyűjtsék össze további vizsgálódás érdekében. 1946-ban alkalmaztak először egészségügyi intézményben dolgozó művészt – Edward Adamsont (1911–1996) – az angliai Netherne kórházban. Módszerének alapja a kezelés alatt álló páciensek alkotófolyamatban – festés, rajzolás – történő segítése volt, mindenféle befolyásolás nélkül, gondosan elkerülve a résztvevők által elkészített műalkotások megérintését.^{2,3,4}

¹ Tessa Dalley (ed.): *Art as Therapy. An Introduction to the Use of Art as a Therapeutic Technique*. London: Tavistock Publications, 1984; David Edwards: *Art Therapy*. London – Thousand Oaks – New Delhi: Sage Publications, 2004, 35–36.

² Dalley: *Art as Therapy*; Edwards: *Art Therapy*, 26–27.

³ Freud 1911-ben *Formulations on the Two Principles of Mental Functioning* című tanulmányában írt a művész és az alkotófolyamat kapcsolatáról: szerinte a neurotikus tünetek a vágyak és a valóság konfliktusából származnak. Álláspontja szerint az álmokhoz hasonlóan a művészet is a tudattalanhoz kötődik, így egy alkotás elvezethet alkotója valódi vágyaihoz, azok forrásához. Ennek ellenére elsősorban a beszédközpontú terápiát tartotta célravezetőnek. Sigmund Freud: „Formulations on the Two Principles of Mental Functioning.” James Strachey (ed.): *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. London: Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis, 1975 [1911], 218–226; Edwards: *Art Therapy*, 28–29.

⁴ A művészetterápia saját élményközpontú megközelítéséhez hozzájárult Jung azon vizsgálata, amelynek során saját álmait és fantáziáit leírta, majd le is rajzolta. Az írásokat és az alkotásokat összegyűjtő művet ma *Red Book*ként ismerjük. Első összefüggő kiadására 2009-ben, részletekkel kibővítve 2012-ben került sor. Carl Gustav Jung: *The Red Book: Liber Novus*. New York – London: W. W. Norton & Company, 2012 [2009]; Edwards: *Art Therapy*, 30–32.

A művészetterápia kifejezés eredete oda nyúlik vissza, hogy Adrian Keith Graham Hill (1895–1977) brit művész a művészetet kikapcsolódásra használta, miközben TBC-vel kezelték 1938-ban. Ezt követően orvosai megkérték, hogy saját módszerével segítsen másokon is: különösen a második világháborúból visszatérő katonákon. A segítségnyújtás során rájött, hogy a „művészi munka” a résztvevőknek többet jelentett, mint egyszerű időtöltést: tevékenységének hála sokan kigyógyultak lelki betegségeikből. A művészetterápia (*art therapy*) fogalmat 1942-ben alkotta meg, részleteiben pedig az *Art Versus Illness: A Story of Art Therapy* című írásában publikálta, 1945-ben.⁵

A művészetterápiás módszertanban az *alkotófolyamat* mellett fontos szerepet játszik a művészetterapeuta és az egyén, illetve a művészetterápiás csoportvezető és a csoport résztvevői közötti *kommunikáció*. Ehhez a művészetterápiás csoportvezető részéről elengedhetetlen kompetencia az empátiás készség megléte és a gyakorlatban való alkalmazása. Buda Béla szerint az empátiát a szakmában dolgozók gyakran összekeverik az egyszerű megértés fogalmával: „Az empátiás megértő [ebben az esetben a művészetterapeuta] nem kívülről szemléli a másik embert, hanem megpróbálja magában felidézni annak érzelmi állapotát, késztetéseit, céljait és attitűdjeit.”⁶

A másikkal való azonosulás azonban csak a *kommunikációs folyamat* kezdetét jelenti, az érzelmi megismerés után a művészetterápiás csoportvezető átengedi a kliens vizsgálatával kapcsolatos érzeteit személyiségének kognitív rendszerén. Ezzel megfogalmazhatóvá válik számára a kliens állapota, de a valós visszajelzéshez az azonosulásból ki kell lépnie, így csak azután lesz képes verbalizálni azt, amit a kezelt személyből megértett.⁷ Ez a szemlélet meglehetősen összecseng Carl Rogers⁸ felfogásával, amely az empátiát, a feltétel nélküli elfogadást és a megértett érzetek visszacsatolását fontos elemeknek tartja a terápiás munkában. A kliens empátiával való megközelítése során sokkal árnyaltabb módon lehet áttekinteni személyiségének szerkezetét, valamint kezelése sokkal ellenőrizhetőbb, nyomon követhetőbb lesz. A művészetterápia elméleti és módszertani alapjait legjobban Carolyn Refsnes Kniazzeh foglalja össze:

A dinamikus orientációjú [képző]művészet-terápia leglényegesebb vonatkozása a szabad művészi önkifejezés. A művészetterapeuta szerepe és módszerei a művészetben rejlő egyéni kifejezés fejlesztésére és ennek terápiás előnyre váltására lettek kialakítva. E cél eléréséhez a művészi folyamatban eleve adott építő tapasztalatot, valamint az alkotásra készítető verbális és nonverbális kommunikációt használják fel.⁹

⁵ Adrian K. G. Hill: *Art Versus Illness: A Story of Art Therapy*. London: G. Allen and Unwin, 1945; Edwards: *Art Therapy*, 1-2.

⁶ Buda Béla: *Pszichoterápia*. Budapest: Akadémiai Kiadó, 2004, 223.

⁷ Uo.

⁸ Carl Rogers: „The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change.” *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 44 (3), 2007 [1957], 240–248.

⁹ Carolyn Refsnes Kniazzeh: „Képzőművészet-terápia.” Farkas András, szerk.: *Vizuális művészetek pszichológiája II. Szöveggyűjtemény*. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó Rt., 1997, 345.

A művészetterápiás önismereti csoportmódszer

A művészetterápián belül a művészetterápiás önismereti csoportmódszer gyökerei a pszichoterápiás csoport elméleti és módszertani alapvetéseire vezethetők vissza:

Az önismereti csoport olyan szociálpszichológiai értelemben vett (általában 8–16 főből álló) kiscsoport, amelynek legáltalánosabban megfogalmazható célja: a csoporttagok énképének ellenőrzése, módosítása, javítása, s ezen keresztül személyiségük, önmaguk és környezetük számára kedvező irányú fejlesztése a csoportban megélt tapasztalataik segítségével.¹⁰

Így a művészetterápiás önismereti csoportmódszernek *nem célja a résztvevők részére történő tanácsadás – a folyamat és azon belül minden egyes gyakorlat alkotásközpontú, saját élmény megszerzésén alapul.* Alkotás közben a csoportrésztvevők olyan érzéseket, élményeket és problémákat is verbalizálhatnak, amelyeket kizárólag beszédközpontú eljárás során nem feltétlenül lennének képesek megfogalmazni. A résztvevőknek lehetőségük nyílik az alkotásukra és az alkotófolyamatban szerzett saját élményükre egymástól és a művészetterápiás csoportvezetőtől visszajelzést kapniuk. A művészetterápiás önismereti csoportmódszer másik fontos eleme az, hogy a *csoportfolyamat során megfogalmazott érzésekkel csoportvezetőként és résztvevőként sem vitatkozunk.* A csoport indulásakor – a keretek és a normák megalkotásakor – erre a csoportvezetőnek fel kell hívnia a figyelmet. Amennyiben az adott érzés verbalizálása az alkotófolyamat, illetve a közös megbeszélés során nem egyértelmű, lehetőség van egymás értő figyelemmel való megkérdezésére.

A művészetterápiás önismereti csoportmódszer egyetemi kurzus során megvalósítható elemei

Minden korábbi kutatásomat, csoportrésztvevőként és csoportvezetőként szerzett saját élményemet¹¹ a Magyar Művészet- és Szocioterápiás Közösségépítő Egyesület – a

¹⁰ „Az »önismereti csoport« elnevezés sajátosan hazai termék, *gyakorlati célja az egészségügyi ágazatban működő, gyógyító jellegű, pszichoterápiás csoportoktól való elhatárolás.* [!] A külföldi szakirodalom vagy specifikus elnevezést (személyiségfejlesztő, maratoni csoport, T-csoport, OD-csoport) használ vagy az »encounter (találkozási) csoport« elnevezéssel foglal össze minden olyan csoporttevékenységet, amelyet mi az »önismereti« jelzővel szoktunk ellátni.” Rudas János, szerk.: *Önismereti csoportok.* Budapest: Animula Kiadó, 2001, 5.

¹¹ A Vadaskert Alapítványban felvett tesztek eredményeit (lásd Lips Adrián: *Művészetterápia a csoportban: Résztvevő megfigyelés a Vadaskert Alapítvány Napraforgó csoportjában.* Szakdolgozat. Budapest: Károli Gáspár Református Egyetem, 2012), tapasztalatait felhasználtam a későbbiekben általam szervezett művészetterápiás önismereti workshopokon is: 2017. február 28.: *Művészetterápiás önismereti csoport doktoranduszok részére*, a Doktoranduszok Országos Szövetsége Kommunikáció- és Médiatudományi Osztály alelnökeként, Corvinus Egyetem TK; 2017. október 24.: *Alkosd meg önmagad – Zenés önarcképfestés*, Tréninghét, Károli Gáspár Református Egyetem BTK; 2018. március 27.: *Art Therapy Workshop For University Students*, a Doktoranduszok Országos Szövetsége Kommunikáció- és Médiatudományi Osztály elnökeként, Károli Gáspár Református Egyetem BTK, angol nyelven; 2018. április 4.: *Alkosd meg önmagad – Zenés önarcképfestés*, Tréninghét, Károli Gáspár Református Egyetem BTK, magyar nyelven; 2018. április 28.: *Alkosd meg önmagad!* I. Doktorandusz Lelki Egészségvédelmi Nap, Doktoranduszok Országos Szövetsége

továbbiakban MMSZKE¹² – hároméves, szocioterapeuta, művészetterápiás csoportvezetői-közösségépítő felnőttképzésén elsajátított elméleti és módszertani tapasztalatok foglalták összefüggő keretbe. A felnőttképzés teljesítésének része volt a kurzustematika összeállítása: ezt a harmadik tanévben a művészetterápiás csoportvezetővel – Nagy-György Attilával – és a csoport résztvevőivel – hallgatótársaimmal – közösen is megvitattuk.

A kurzus – amely az egyetem hallgatói számára elérhető, szabadon választható szeminárium – kialakításánál fontosnak tartottam, hogy a csoportfolyamat során a résztvevők megismerjék egyetemi hallgatói énjüket, és lehetőségük legyen múlt-jelen-jövő vonatkozásában elhelyezni azt. A tervezés során külön gyakorlatokat állítottam össze az egyéni és a közösségi alkotómunka megtapasztalására. A művészetterápiás önismereti csoportmódszer egyetemi kurzus során történő megvalósítása több szakmai megfontolást is felvet:

1. Csoportvezetőként megfelelő módon kell koordinálni az oktatói és csoportvezetői szerepeket és az azokhoz tartozó kommunikációs folyamatokat. A művészetterápiás önismereti csoportfolyamatban minden esetben segítem a csoportrésztvevők megélését azzal, hogy a résztvevőket tájékoztatva átlépek csoportvezető szerepből oktatói szerepbe, és elmagyarázom az esetlegesen felmerülő szituáció legfontosabb elméleti és módszertani olvasatait (generációra szabottan ezeket a megjegyzéseket minden esetben *#backstory*-ként vezetem elő).

2. Csoportvezetőként és -résztvevőként is külön figyelmet kell szentelni az időkeretek betartásának. Egy szeminárium maximális időtartama 90 perc. Az egyetemi kurzust érintő alkalom kezdése és lezárása bevett gyakorlat, de a művészetterápiás önismereti csoportmódszer alkalmi esetében mindig rendelkezésre kell állnia egy nyitó megbeszélőkörnek, egy alkotófolyamatnak vagy alkotást megbeszélő folyamatnak és egy záró megbeszélőkörnek (ezek iránya: a racionális felől közelítünk a szubjektív felé, amit szintén egy racionális megfontolás zár le).

A művészetterápiás önismereti csoportfolyamatot egyetemi kurzuskeretbe illesztettem be, amelynek során az első két alkalom elméleti és módszertani megközelítéssel segíti a hallgatók későbbi boldogulását, az utolsó alkalom pedig a művészetterápiás önismereti csoportfolyamat lezárása után hozza racionális szintre a kurzus során megélt tapasztalásaikat:

Kommunikáció- és Médiatudományi Osztály elnökeként, Károli Gáspár Református Egyetem BTK; 2019. augusztus 17.: *DOSZFESZT Alkotóműhely*, DOSZFESZT, I. Doktorandusz Fesztivál, Doktoranduszok Országos Szövetsége, Keszthely.

¹² A Magyar Művészet- és Szocioterápiás Közösségépítő Egyesület (Hungarian Art- and Socio-therapy Community-building Association) 2003-ban alakult meg. Az egyesület szocioterapeuta csoportvezetői katasztert vezet, amely tanúsítja, ki szerzett az Egyesület standardjainak megfelelő képzésben szocioterápiás és művészetterápiás csoportok vezetésére jogosultságot. A szocioterapeuta, művészetterápiás csoportvezetői-közösségépítő felnőttképzésről bővebben: MMSZKE felnőttképzési tájékoztató: mmszke.hu/muveszetterapia/tajekoztato, 2021.

A kurzus órái:	Téma:
1.	A művészetterápia elméleti és módszertani megközelítése I.
2.	A művészetterápia elméleti és módszertani megközelítése II.
3.	Gyakorlat I. – Ami a leginkább foglalkoztat az egyetemi hallgatói én vonatkozásában ¹³
4.	Gyakorlat II. – Életút-térkép I.: Az egyetemi hallgatói én
5.	Gyakorlat II. – Életút-térkép II.: Az egyetemi hallgatói én
6.	Gyakorlat III. – Önarcképfestés I.: Az egyetemi hallgatói én
7.	Gyakorlat III. – Önarcképfestés II.: Az egyetemi hallgatói én
8.	Gyakorlat III. – Önarcképfestés III.: Az egyetemi hallgatói én
9.	Gyakorlat III. – Önarcképfestés IV.: Az egyetemi hallgatói én
10.	Gyakorlat IV. – Zeneterápiás és biblioterápiás gyakorlat: Az egyetemi hallgatói együttműködés
11.	Gyakorlat V. – Közös KREatív rajzkészítés, zárás, a szemináriumi dolgozat leadásának határideje
12.	Prezentációk, értékelés

1. táblázat Bevezetés a művészetterápiás önismereti csoport elméleti és módszertani alapjaiba, tematika (Lips 2019)

Az első kurzus 2019 tavaszán (létszám: 12 fő: 2 férfi, 10 nő); a második kurzus a 2020 tavaszán (létszám utólagos tárgyfelvételi kérelmekkel együtt: 17 fő: 3 férfi, 14 nő); a harmadik pedig 2021 tavaszán (létszám: 9 fő: 1 férfi, 8 nő) indult el. Utóbbi kettő oktatását és tematikáját érintette a COVID-19 pandémia, amelynek folyamán az egyetemi kurzusok távoktatás formájában kerülnek átszervezésre és lebonyolításra. A tematika részleges átalakításánál figyelembe vettem a tárgy keretében kötelezően teljesítendő feltételeket. Felismertem, hogy a hallgatók nagy valószínűséggel a kötelező és szabadon választható tárgyaik esetében is több otthoni – távmunkában elvégzendő – feladatot kaphatnak a megszokottnál. Ezért igyekeztem úgy átalakítani a távoktatás folyamatát, hogy a művészetterápiás önismereti csoportfolyamat és az egyetemi kurzus keretein belül is hatékonyan tudjunk együtt dolgozni.

Az egyetemi hallgatói én COVID-19 pandémia idején

A COVID-19 pandémia hatását illetően a vírushelyzet által érintett két félév gyakorlati tapasztalatait ismertetem. Mindkét kurzus során felmerült a hiányzó hallgatók pótlási kötelessége. Az adott foglalkozásról hiányzók egy, a csoport összes résztvevőjéhez szóló plusz

¹³ Az „egyetemi hallgatói én” keretbe tartozhat minden olyan, az egyetemmel kapcsolatos hallgatói megélés, saját élmény, amelyet a résztvevő a csoportban szívesen megoszt. Ez minden egyes résztvevő esetében más és más lehet, hiszen a résztvevők különböző motivációkkal érkeznek a csoportba, részvételük az alkotófolyamatok segítségével elmélyíthető, segíthető. A résztvevőknek lehetőségük nyílik egyetemi létüket az életútjuk, az önértékelésük, önismeretük és a hallgatói együttműködés kontextusában megvizsgálni.

feladatot kaptak. Németh László, az MMSZKE elnöke megfogalmazott az egyesület Facebook-csoportjában és weboldalán egy állásfoglalást annak érdekében, hogy segítse a gyakorlatokat tartó művészetterápiás csoportvezetőket a COVID-19 pandémia kezelésében.¹⁴ Ez adta számomra az ötletet, hogy a csoportfolyamat során lehetőséget nyújtsak az egyetemi hallgatói ént – és minden mást (ami a csoport keretében megvitatható) – érintő, a COVID-19 pandémiával kapcsolatos érzések, élmények közös megbeszélésére. A résztvevőket arra kértem, számoljanak be arról, általánosságban hogyan érzik magukat a COVID-19 pandémia időszakában. Emellett kíváncsi voltam arra is, hogy a saját szakjukon hogyan működik a távoktatás, hogyan birkóznak meg a távoktatás és távmunka kapcsán felmerült saját tapasztalataikkal:

2019/2020. II. (tavaszi) félév hallgatói visszajelzések	2020/2021. II. (tavaszi) félév hallgatói visszajelzések
<p>Nehéz volt az átállás, kicsit kómába estem. Nem vettem részt a korábbi órákon, mert elaludtam.</p> <p>Kicsi a lakás, nehéz elvonulni.</p> <p>Fontos a folyamatos nyomon követés. A koronavírus-helyzet napról napra változik, ez nehézséget okoz az időkeretek tartásában.</p> <p>Tízszer annyi beadandó van, több távmunkát várnak el.</p> <p>Olyan, mint a vizsgaidőszak.</p> <p>Köszönöm, hogy megmentetted ezt a kurzust. Nem kapok sok feladatot.</p> <p>Nem érzem azt, hogy pihenhetek. Egybefolyik minden.</p> <p>A határidők nyomasztanak. Megállok egy ponton, és nem tudom, hogyan menjek tovább. Egy műhelymunka befejezéséhez statisztikai kérdésekben lenne segítségre szükségem.</p> <p>Az elején nehéz volt, de most már könnyebb.</p>	<p>Mivel a pszichológia szakosoknak a Bécsi útra kell kijárni, így örültem, hogy nem veszi el az időm a sok utazás.</p> <p>Nagyon örülnék, ha következő félévben is lenne lehetőség online is bejelentkezni bizonyos órákra.</p> <p>Másrészt viszont nagyon hiányoztak a személyes kontaktusok, hogy nem tudtam olyan jól megismerni a többiekkel.</p> <p>Nagyon fáj a szívem azért, mert nem tapasztalhattam meg úgy igazán, hogy milyen az egyetemista élet, és milyen az, amikor élőben hallgatód az előadásokat, és közvetlen kapcsolatban állsz a tanáraiddal. Őszintén nekem ez volt eddig a legnehezebb félévem. Sokkal többet követeltek tőlünk, mint a korábbi félévekben, és emiatt nagyon nehéz volt mindentől jól teljesíteni.</p> <p>Nagyon hiányoztak a személyes kontaktusok, és hogy kimozduljak. Valahogy nagyon demotivált lettem a tanulásban is, még többet halogattam a teendőimet, mint általában.</p> <p>Őszintén, nekem sokkal jobb volt a távoktatás és a vizsgaidőszak is. Mivel elég messze lakom az egyetemtől, rengeteg időt spórolt meg, hogy otthonról voltak az órák, illetve a lyukasórák jelenléte sem volt zavaró.</p>

2. táblázat A távoktatással kapcsolatos hallgatói visszajelzések

¹⁴ „Bizonyára a ti csoportjaitokban is megjelent témaként a koronavírus. Reagálni kell rá csoportvezetőként. A világban zajló fertőzések, óvintézkedések, karanténok nem fogják elkerülni Magyarországot se. Ezért át kell gondolni, hogy a csoportokban hogyan és milyen szabályok szerint kezeljük a helyzetet. [...] Csoportvezetőként fontos, hogy fenntartsuk a csoport kereteit, terét, ameddig lehet – karantén esetén nem beleegyezés kérdése, hanem hatósági intézkedés alapján tilthatják meg a csoport találkozásait. Az MMSZKE csoportjai a civil társadalom részei, feladatunk közvetlen segítséget adni a csoporttagjainknak ennek a lélektani helyzetnek a kezelésében, megértésében.” Németh László: *Koronavírus kezelése a csoportokban*. Interneten: mmszke.hu/kozlemeny/korona-virus-kezelese-csoportokban, 2020.

A megbeszélés során a hallgatók a COVID-19 pandémia által generált saját érzéseiket, élményeiket osztották meg. Az egyetemi hallgatói énjük (és minden más) megélése a COVID-19 pandémia idején egyénenként eltérő volt.

Az alkotófolyamatok és a képelemzések egy részét online formában valósítottuk meg, amelyhez segítségül minden egyes gyakorlathoz egy képelemző Excel-táblát készítettem a hallgatók részére:



3. táblázat Az életút-térkép gyakorlat képelemző Excel-táblázata, az alkotás létrehozója: 24 éves férfi

A képek távmunkában történő, Excel-táblás elemzése nem okozott gondot a hallgatóknak. Néhány alkalommal merült fel olyan probléma, hogy amit valaki telefonos hozzáférésről feltöltött, az a számítógépen később nem látszott. Megeshet továbbá, hogy valaki felülír egy más által kezelt cellát: ez egy alkalommal történt meg, de a Google Drive biztonsági mentéséből visszakereshetőek voltak az adatok. A házi feladatban megoldott képelemzéseket a kurzusalkalmak során, egy-egy megbeszélőkörben közösen megvitattuk. A 2020 tavaszán megtartott kurzus kapcsán (8+1 alkalom volt online, a félév során az elmaradt Tréninghét miatt 13 alkalom megtartására nyílt lehetőség), az alkotások megbeszélésekor több résztvevőnél is felmerült a COVID-19 pandémia előtt megalkotott életút-térképe és a COVID-19 pandémia alatt érzékelt életút-térképe közötti viszonyítás igénye. Néhányan (3–5 fő) máshogy alkotnák meg a jelenlegi térképüket, sokan a korábban biztosabb, deklarálatosabb jövőképüket bizonytalanabbra rajzolnák meg. Az alkotásra későbbi időpontban történő rátekintéskor egyébként COVID-19 pandémia nélkül is felmerülhet az esetleges módosítás, másként történő megvalósítás igénye. Az online átálláskor többen is aggódtak a kurzus folytatásának körülményeit illetően. A 2021 tavaszán megtartott kurzus kapcsán (12 alkalom volt online) az alkotófolyamatok többnyire online, illetve házi feladattal kapcsolatos előkészületek formájában valósultak meg. Ebben a csoportban is felmerült a résztvevőkben az a kérdés, hogy vajon a COVID-19 pandémia hatásai nélkül is hasonló alkotást készítettek volna-e, vagy mást helyeztek volna-e az egyetemi hallgatói érdeklődésük középpontjába.

Emellett megosztották, hogy fontos lenne számukra a személyes kontaktus, hiszen a teljes folyamat online formában valósult meg. Mindkét csoportfolyamat és kurzus lezárásakor a résztvevők kiemelték a csoportalkalmak heti rendszerességének igényét és hasznosságát.

Konklúzió

Jelen kutatás kvalitatív esettanulmány, amelynek minden állítása a COVID-19 pandémiára történő reflexió keretében értelmezendő. Vizsgálatom elsődleges eredményeképpen úgy vélem, hogy a művészetterápiás önismereti csoportmódszer egyetemi kurzuson belül megvalósítható, de az implementáció során kiemelt figyelmet kell fordítani az ideális résztvevői összlétszámra és az időkeretek betartására. Csoportvezetőként megfelelő módon kell koordinálni az oktatói és csoportvezetői szerepeket és az azokhoz tartozó kommunikációs folyamatokat. A művészetterápiás önismereti csoportfolyamatban minden esetben segíteni kell a résztvevők megélését azzal, hogy érzékeltessük a különbséget – és ugyanúgy az átjárási lehetőségeket is – a csoportvezetői és az oktatói szerep között. Mivel a kurzus a művészetterápiás önismereti csoportmódszer elméleti és módszertani olvasataiba ad bevezetést, ezért elengedhetetlen, hogy a csoportvezetőként megfogalmazott visszajelzéseket az oktatói szerepbe átlépve elméleti és módszertani keretben helyezzem el. Munkám során – mivel nem volt céloom végleges érvényű, általános megállapítások megfogalmazása – nem dolgoztam reprezentatív mintával. A COVID-19 pandémia következtében az egyetemi kurzusalkalmak egy része vagy teljes egésze online formában valósult meg, a csoportalkalmakon való jelenléte egyéni- és csoportos távmunkában elvégzett feladatok egészítették ki. A hallgatók egyetemi hallgatói énjének megélése COVID-19 pandémia idején egyéneként eltérő, belső motivációjuk segítése kiemelt figyelmet igényel.