

# Glazba kao terapijsko sredstvo

Dora Gazibara, Ilija Živković



*Psihološki potencijal glazbe ima višestruk utjecaj na poticaj emocija i humanijeg ponašanja u suvremenom društvu, izloženu stresnim situacijama. Ovaj rad pokušava dati sažet prikaz glazbe kao univerzalne vrijednosti i sastavnice osobnog i kulturnog identiteta. U radu se u kratkim crtama daje prikaz psihološkog i medicinskog utjecaja glazbe na čovjeka te glazbe kao terapijskog sredstva, poznata pod nazivom muzikoterapija. Rad nudi povijesni prikaz korištenja glazbe u terapijske svrhe u svijetu i kod nas, uključujući i ulogu glazbene terapije u psihijatriji.*

**Glavne riječi:** glazba, terapijski učinak glazbe, psihološki utjecaj, muzikoterapija

Suvremeno liječenje širi tendenciju holističkog pristupa bolesnicima te se u svrhu otkrivanja i razvijanja kreativnosti i životnih potencijala sve češće povezuju znanost i umjetnost. U tom kontekstu mnogi znanstvenici ističu psihološki potencijal glazbe, kao sredstva koje višestruko potiče emocije i ljudske reakcije (Treščec, 1975). U današnje vrijeme, u kojem su poljuljani koncepti individualnosti, samopoštovanja i samonadzora, u društvu koje je sklono (auto)destrukciji, javljaju se novi poremećaji i bolesti, kojima se moderna medicina treba približiti u otkrivanju i liječenju novim metodama (Campbell, 2005). Jedna od metoda koja se sve više koristi metoda je terapije glazbom.

## Glazba kao životni potencijal

Glazba je svugdje oko nas, utkana u društvenu osnovu naših života. U staroj Grčkoj koristili su ju kao odgojno sredstvo i vjerovali da može pozitivno utjecati na čovjeka. Glazba je univerzalna vrijednost i neizostavan dio svih kultura, bez obzira na razvijenost ili zemljopisni položaj, te nositelj brojnih kulturnih, povijesnih i etnoloških značenja. Pripadnicima jedne kulture teško je razumjeti glazbu drugih kultura jer je način njezina izražavanja drugačiji. No ponekad nas upravo ta raznolikost privlači i spaja. Glazba je sredstvo izražavanja, jezik koji dopire do ljudi svih dobnih i obrazovnih skupina, rasa i konfesija. Ljudi koji vole i razumiju glazbu brojčano

nadmašuju ljude koji govore engleski, mandarinski, ruski i sve druge jezike zajedno (Campbell, 2005). Pogotovo je pjevanje svojstveno svim društvima i najčešće je sredstvo izražavanja u folkloru, u riznici narodnih predaja, bajki, mitova, legendi i bilježenja važnih događaja. Folklorna glazba sredstvo je za očuvanje kulturnog i nacionalnog identiteta, koji se u globalizaciji polako ali sustavno gubi.

Ritam, puls i melodija kao temeljni elementi glazbe dio su svakog od nas: oblikuju naše disanje, otkucaje srca, govor, smijeh ili plač. Osjećanje i prihvaćanje glazbe svojstveno je svakom čovjeku, unatoč oštećenjima ili bolestima, te nije ovisno o inteligenciji, talentu ili glazbenom obrazovanju.

Djeca s teškoćama u razvoju također prolaze svoj glazbeni razvoj kao i zdrava djeca.

Od svih umjetnosti glazba je djetetu najranije dostupna, čak prije njegova rođenja, jer je osjetilo sluha, za razliku od ostalih osjetila potpuno razvijeno. Glazba utječe na cjelokupan razvoj djeteta (tjelesni, intelektualni i emocionalni) te na sve faze razvoja, što ističu mnogi pedagozi, lingvisti i psiholozi (Campbell, 2005).

Glazba je integrirana u naš svakodnevni život, slušamo ju kad smo sami ili u društvu, tužni ili sretni, u svakodnevnim ili svečanim situacijama. Neki uz nju lakše i brže uče, neki lakše rade, neki se odmaraju, bez glazbe gotovo da nema slavlja i provoda. Dostupnost glazbe danas je veća nego ikad prije, a za rasprostranjenost je zaslužan napredak tehnologije snimanja zvuka. Rezultat toga je jedna od najjačih industrija današnjice – glazbena industrija. U SAD-u i Velikoj Britaniji glazba je među »ekonomskim gigantima« koji donose najveću zaradu. Koliko je glazba sveprisutna, govore podaci Američkoga medicinskog društva (*American Medical Association*) iz 1989. godine, da učenik srednje škole u Americi tjedno čuje u prosjeku 30 sati pop glazbe (koja je tada bila najpopularnija). Godine 1993. 98.5 % adolescenata slušalo je glazbu, od kojih 70 % za vrijeme učenja ([www.zamp.hr/moc/ljudi.htm](http://www.zamp.hr/moc/ljudi.htm)). Činjenica je da je glazba danas prisutna na načine na koje je to prije stotinjak godina bilo nezamislivo.

### Poticanje komunikacije i kreativnosti

Glazba neposredno utječe na čovjeka, potičući tjelesno izražavanje i stimulirajući njegove intelektualne, integrativne, senzorne, motorne i ve-

getativne funkcije. Upravo to se nastoji iskoristiti u medicinskoj terapiji glazbom. Unatoč mnogim nesuglasicama oko stvarnog djelovanja glazbe na čovjekovo zdravlje, neke činjenice teško je ignorirati. Posebno važnu ulogu glazba ima u prenatalnom i postnatalnom razvoju, jer je čovjek u tom razdoblju života najpodložniji utjecajima i oblikovanju, a sve učinjeno ili neučinjeno ostavlja trajne posljedice na dijete (Mrđen, 2002). Prevladava mišljenje da stimulacije putem glazbe, pokreta i drugih umjetnosti izravno utječu na inteligenciju djeteta. Stoga psiholozi izlazeći sa sedam vrsta inteli-

**Muzikoterapija je utemeljena zdravstvena djelatnost koja koristi glazbu i glazbeno povezane strategije u postizanju specifičnih neglazbenih ciljeva na području fizičkih, psiholoških i socijalnih potreba unutar terapijskog procesa.**

gencije među njih uključuju i glazbenu inteligenciju (Živković, 2008).

Bugarski psiholog Georgi Lozanov osmislio je najtemeljitiji oblik primjene glazbe u svrhu bržeg učenja, na temelju svojih istraživanja sugestije, mentalnih predodžbi i opuštanja. Ustanovio je, između ostaloga, da doba dana i položaj tijela utječu na djelovanje glazbe te da učenju najviše pogoduje glazba u izvedbi gudača, bogata alikvotnim tonovima i u tempu od otprilike šezdeset otkucaja u minuti (Campbell, 2005). U suradnji s pedagogom Alekom Novakovim osmislio je metodu raščlanjivanja informacija u »odsječke« podataka u trajanju od četiri sekunde, čije bi izgovaranje uz pozadinsku instrumentalnu gudačku glazbu poboljšavalo opće pamćenje i ubrzalo učenje.

Glazba djeluje na individualnoj razini, ali može djelovati i na kolektivnu svijest. Toga su bili svjesni mnogi svjetski moćnici kad su nadzirali i zabranjivali slušanje glazbe koju su

smatrali mogućom opasnošću za svoju vlast. U nacističkoj Njemačkoj za javne se skupove pomno odabirala glazba koja će u narodu pobuditi patriotizam, u bivšem SSSR-u zabranjivana je glazba Dmitrija Šostakoviča, zapadnjačka glazba bila je zabranjena u Kini za vrijeme Kulturne revolucije, jer je proglašena dekadentnom, u Južnoj Africi rušili su centre afričke glazbe za vrijeme vladavine bijelaca, u Iranu su postojale stroge restrikcije za određene vrste glazbe za vrijeme vladavine ajatolaha Homeinija ([www.zamp.hr/moc/snaga.htm](http://www.zamp.hr/moc/snaga.htm)). I u Hrvatskoj su, u vrijeme komunizma, bili zabranjivani određeni izvođači i njihovi albumi.

Stvarna djelovanja glazbe na čovjeka manifestiraju se promjenom električne aktivnosti mozga, krvnoga tlaka, pulsa, protoka krvi, galvanskog otpora kože, disanja i mišićnog tonusa i sva su mjerljiva i znanstveno dokaziva (Rojko, 2004). Glazba potiče socijalnu komunikaciju i kreativnost.

### Širok spektar reakcija na skladbe

Charnetski i Brennan (1997.) u knjizi *Ugodite svom imunitetu: kako vam zadovoljstvo može ojačati imunitet i produljiti život*, iznose rezultate svojeg istraživanja o uzrokovanju lučenja određenih biokemijskih spojeva u tijelu čovjeka tijekom slušanja glazbe. Za tu prigodu skladana je klavirska kompozicija temeljena na Bachovim koralima u trajanju od 30 minuta. Skupina od 25-ero ljudi slušala je kompoziciju u C-duru, 29-ero ljudi je slušalo istu kompoziciju, ali u c-molu, i 23-je ljudi je sjedilo 30 minuta u tišini. Svaki ispitanik je prije i poslije sama ispitivanja dao uzorak sline, koja je kasnijom analizom pokazala da je sjedenje u tišini i slušanje kompozicije u molu ostavilo stanje nepromijenjenim, dok



je slušanje kompozicije u duru znatno povećalo vrijednosti imunoglobina A (IgA) u slini ispitanika, jednog od najvažnijih kemijskih spojeva u imunološkom sustavu. Identičan postupak ponovljen je s drugom skupinom ispitanika, koje je dalo potpuno iste rezultate. Provodili su i daljnja istraživanja o utjecaju slušanja raznih vrsta glazbe, zvukova i tišine na imunitet ispitanika, kojima su dokazali da boravak u tišini ne mijenja stanje imunološkog sustava, slušanje neusklađene buke šteti imunitetu, a slušanje glazbe (u ovom slučaju *mekog roka* i *laganog džez*) ima pozitivan utjecaj, koji ovisi o tome koliko se komu sviđa glazba koju sluša. Pri ispitivanju slina jedan sat i tri sata nakon slušanja pokazalo se da je skupini ispitanika koji su sjedili u tišini razina IgA pala daleko ispod prosjeka, a ispitanicima koji su slušali glazbu zadržali su razinu IgA koja je zabilježena na početku ispitivanja. Kate Hevner i Aleksander Capurso

napravili su opsežno istraživanje o povezivanju značajki određenih skladbi s ljudskim emocijama i raspoloženjima na način da je 134 visokoškolskih nastavnika izabiralo skladbe koje su u njima pobudile sljedeća raspoloženja: sretno, veselo, radosno, poticajno, trijumfalno; uzbuđujuće, nemirno, iritirajuće; nostalgично, sentimentalno,

**Osjećanje i prihvaćanje glazbe svojstveno je svakomu čovjeku, unatoč oštećenjima ili bolestima, te nije ovisno o inteligenciji, talentu ili glazbenom obrazovanju. Neki uz nju lakše i brže uče, neki lakše rade, neki se odmaraju, bez glazbe gotovo da nema slavlja i provoda.**

smirujuće, meditativno, opuštajuće; skrušeno, pobožno, žalosno, melankolično, bolno, depresivno, usamljeničko; sablasno, sudbonosno, groteskno. Upotrijebili su velik broj skladbi, a 105 najčešće odabiranih procjenjivalo je zatim 1 075 studenata neglazbenika. Ispitanici su imali pred sobom listu sa sedam gore navedenih kategorija i svakoj su skladbi morali pripisati ka-

tegoriju koja im se činila najprimjerenijom. Od 105 odslušanih skladbi, za njih 61-u podudarnost je bila veća od 50 %. Kod nekih skladbi reakcija je bila bitno usklađena, npr. *Sousin Stars* and *Stripes Forever March* 93 % ispitanika stavilo je u prvu kategoriju. Kao rezultat tog istraživanja nastale su tzv. Capursove liste, koje su neki psiholozi prepoznali kao odličan predložak za glazbenu terapijsku praksu.

Činjenica je da ljudi često na određene skladbe reagiraju stereotipno te se skladbe u duru smatraju vedrima, u molu tužnima, glazba ostanatnog i punktiranog ritma smatra se trijumfalnom i svečanom, atonalne skladbe često su označene kao depresivne i frustrirajuće i sl., ali to su samo tendencije, a ne univerzalne reakcije. To dokazuju brojni primjeri, npr. Mozartova *Alla turca* skladana je u molu, ali nije prepoznata ni kao tužna niti kao lirska. Također Händelov *Largo iz Xerxesa* u duru ispitanici su

najčešće prepoznali kao molski. Zaključak je da se glazbu ne može prepisivati na recept jer je individualni doživljaj, ipak, najvažniji. Spektar obilježja svake skladbe izuzetno je širok, kao i spektar mogućih reakcija na nju.

### **Najuspješnije sredstvo protiv stresa**

Terapija je općenito usustavljen način, postupak ili metoda liječenja. Postoje simptomatska terapija (lijevakovima i/ili postupcima uklanjaju se, tj. ublažavaju simptomi i znakovi bolesti) te kauzalna terapija (otklanja se uzrok bolesti).

**Iako glazba ima blagotvorno djelovanje, sama ne djeluje terapijski, već je samo »alat« u liječenju glazbom, u kojoj je metoda osnova terapijskog procesa. koristi se u Tako se glazba koristi u širokom spektru oboljenja od psihoza, neuroza, shizofrenije, epilepsije, alkoholizma, narkomanije.**

Definicija muzikoterapije postavljena na Međunarodnom simpoziju 1982. godine u SAD-u kaže da je muzikoterapija utemeljena zdravstvena djelatnost koja koristi glazbu i glazbeno povezane strategije u postizanju specifičnih neglazbenih ciljeva na području fizičkih, psiholoških i socijalnih potreba unutar terapijskog procesa (Bevanda, 2008). Ona olakšava kreativni proces usmjeren ka cjelokupnoj (psihičkoj, mentalnoj i duhovnoj) osobnosti čovjeka, preko neovisnosti, slobode promjene, prilagodljivosti, ravnoteže i integracije. Interakcijom između terapeuta, klijenta i glazbe inicira se i podržava procese glazbene i neglazbene promjene, koji mogu, ali ne moraju biti opservirani. Muzikoterapeuti vjeruju da takav terapijski pristup daje jedinstven prinos općemu dobru čovjeka, jer je i odgovor svakog pojedinca na glazbu jedinstven.

Pojam medicinske glazbe s terapijskom rezonancijom nastao je tek prije desetak godina. Od tog vremena ne-

prestano se vrše istraživanja u raznim područjima medicine (hormonska istraživanja, ginekološka, pedijatrijska, dermatološka, neurološka), tako da je nedavno na međunarodnoj konferenciji Svjetske zdravstvene organizacije glazba proglašena »najuspješnijim sredstvom protiv stresa«.

Glazba je primjenjiva u dijagnostici, terapiji i preventivi, koristi se u širokom spektru oboljenja od psihoza, neuroza, shizofrenije, epilepsije, alkoholizma, narkomanije, u tretmanu mentalno retardiranih osoba, oboljelih od cerebralne paralize, u rehabilitaciji sluha i govora, u radu sa slijepim osobama,

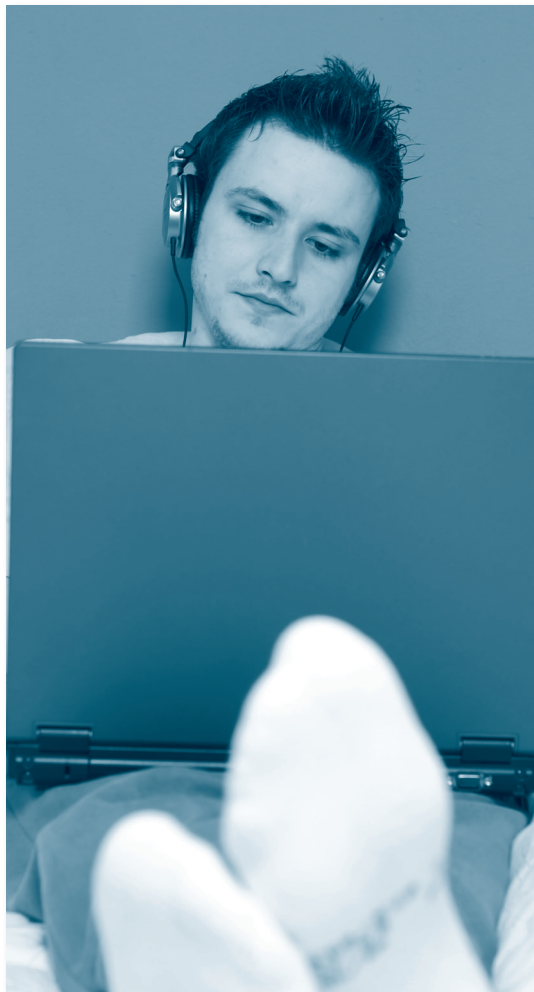
ovisnicima, autističnom djecom, starijim osobama, zatvorenicima, žrtvama nasilja, oboljelima od virusa HIV-a itd.

Terapijske seanse odvijaju se u posebno opremljenom kabinetu, najmanje jednom tjedno, a mogu biti provedene individualno ili u grupama od pet do osam korisnika u trajanju od 45 minuta (iako su moguća skraćivanja ili produljivanja, ovisno o potrebama i stanju korisnika). Pri formiranju terapijskih grupa poželjno je da su korisnici približno iste dobi te sličnih motoričkih i kognitivnih sposobnosti. U slučaju autističnih korisnika i onih oštećena vida ili sluha najčešće je potrebna individualna terapija ili uključivanje u skupinu

korisnika s istim poremećajem. Kod odabira korisnika neophodno je provesti ispitivanje sluha, što omogućuje procjenu perceptivnih, ekspresivnih, kognitivnih i motoričkih sposobnosti korisnika. Nakon oformljivanja grupe nužno je da rad bude kontinuiran tijekom cijele godine.

Neki predstavnici muzikoterapeuta ističu da uobičajeno slušanje glazbe (u slobodno vrijeme), u okviru radno-okupacijske terapije, ambijentalne glazbe u bolnicama, ordinacijama i čekaonicama ili slušanje raznih kompilacija glazbe koje se mogu kupiti u ljekarnama (za ublažavanje bolova, nesanice, depresije, tjeskobe i sl.) ne spada u područje muzikoterapije. Iako glazba ima blagotvorno djelovanje, sama ne djeluje terapijski, već je samo »alat« u liječenju glazbom, u kojoj je metoda osnova terapijskog procesa. Muzikoterapijom se smatra skup teh-





nika koje u dijagnostičke, terapijske i preventivne svrhe koriste zvuk koji može i ne mora biti glazba ([www.muzikoterapija.rs](http://www.muzikoterapija.rs)).

Na internetskoj stranici <[www.thepowerofmusic.co.uk](http://www.thepowerofmusic.co.uk)> izneseno je deset terapijskih svojstava glazbe: glazba plijeni i zadržava pažnju; lako je prilagodljiva, koristi se prema glazbenim sposobnostima osobe; glazbena struktura može se prilagoditi vremenu potrebnom za vježbanje; osigurava ugodan kontekst za različita ponavljanja; osigurava socijalni kontekst – dovodi do sigurnosti, strukturira pozadinu za verbalnu i neverbalnu komunikaciju; učinkovito pomaže pri pamćenju; potiče i ohrabruje različite pokrete i kretnje; potiče na razmišljanje i tako budi sjećanja i različite emocije; čak

i u kombinaciji s tišinom osigurava neverbalnu povratnu informaciju; uspješno je usmjerena ljudima različitih sposobnosti ili obrazovanja i svi mogu sudjelovati u njoj.

### **Bolest – poremećaj harmonije u tijelu**

Muzikoterapija je u znanstvenom i organizacijskom smislu novija struka, iako se već stoljećima proučava njezin utjecaj na čovjeka o čemu postoji mnoštvo pisanih dokaza.

Dokazano je da su pjesma, ples i glasanje prethodili govoru, dakle glazba je bila prvotni način komuniciranja. Najstarije glazbalo, staro od 43 000 do 82 000 godina, pronađeno je u Sloveniji sredinom devedesetih godina prošlog stoljeća.

Postoji legenda o urskoj pjesmi (univerzalnoj abecedi), koja je postojala prije Babilonske kule, a činili su ju nizovi od dva ili tri tona, koja su razumjeli svi stanovnici Zemlje (Campbell, 2005).

U prapovijesti ljudi su koristili glazbu za istjerivanje demona iz tijela. Glazba u sebi nosi energiju pokreta (Šarić, 1998) koja potiče sudionike na postupno ubrzavanje tempa plesa i pjevanja, čime dolaze do ekstaze i oslobođanja od zlih duhova. Pročišćenje uz pomoć glazbe uvjetovalo je vjerovanje u njezinu moć, iako ona nije bila jedini element u obredima ozdravljenja.

Bubnjanjem različitih ritmova uz pjevanje i danas mnoga primitivna plemena pročišćuju svoja tijela i živote. Glazba i ples također se koriste za izazivanje trzajnih pokreta kojima bolesnici doslovno »stresaju« bolest sa sebe (tjelesnu i duševnu).

Zapisi u egipatskim hijeroglifima govore da je pri porodu prisustvovalo deset žena, dvije su pomagale, a osam ih je pjevalo. Egipćani su isti hijeroglif koristili za glazbu i za uživanje

(Mrđen, 2002). U starih Grka glazba je služila kao lijek, pri čemu se djelovanje pripisivalo magičnim efektima. Glazbeno obrazovanje, sviranje i pjevanje, smatrano je najvrednijim obrazovanjem. Pitagora je smatrao da je poremećaj harmonije u tijelu bolest te je vjerovao da glazbom može uspostaviti ravnotežu, jer je glazbu smatrao savršenim izražajem harmonije, osobito kod mentalnih smetnji, gdje su primjenu glazbene terapije smatrali važnijom od medicinskih sredstava. Usporedo s glazbom i ples se je počeo koristiti u terapijske svrhe. Platon je pisao o terapijskom efektu plesa koji se izvodio u kultu Kibebe. Zahtijevao je da se mlade školuje i odgaja u glazbi sve dok njihove duše ne postanu prožete brojem i glazbom. Aristotel je pak, pisao o katarzičkom djelovanju glazbe, smatrajući da ona čisti dušu, odstranjuje štetne efekte i da je nužna za dobar odgoj. Postoji mit o Asklepiju, koji je liječio ljekovitim biljem, nožem i pjevanjem, a gluhoću liječio zvukovima trublje.

Konfucije (554. – 479. pr. Kr.), kineski filozof i socijalni reformator, napisao je *Traktat o glazbi*, koji neki smatraju temeljem muzikoterapije (Breitenfeld, Majsec Vrbanić, 2008.): »Kada se dodirnu osjećanja, ona se izražavaju zvucima, a kada zvuci dobiju određene oblike, imamo glazbu... Zato je glazba ono čime ne vrijedi ni pokušavati da druge prevariš, niti njome čovjek može da se predstavlja drugačijim nego što je...«

### **Entuzijizam glazbenih terapeuta**

U svjetskoj književnosti mnogo puta su opisivana pozitivna djelovanja glazbe: u *Bibliji*, u *Prvoj knjizi o Samu-elu* opisano je kako mladi kralj David svira harfu i time tjera zlog duha što je opsjeo Šaula, kojemu je nakon toga bilo bolje i »zao duh je otišao od njega«. U Homerovoj *Odiseji* Autolik za

vrijeme opsade Troje pjeva magičnu pjesmu da zaustavi krvarenje iz Odi-sejeve rane. Apolon je bio bog liječnika, glazbenika i pjesnika, a njegov sin Eskulap, otac je medicine. Hiron je bio liječnik, svirač na citri i vlasnik glazbene škole te Ahilejev učitelj sviranja.

U 13. stoljeću liječnici primjenjuju liječenje glazbom kod raznih bolesti, s manjim ili većim uspjehom, a u 16. stoljeću terapijsko djelovanje glazbe hvale i promiču Paracelsus i engleski liječnik Thomas Moffet (Priestley, 1975.).

Johann Sebastian Bach (1685. – 1750) skladao je slavne *Goldberg varijacije* na narudžbu grofa Keyserlinga, koji je zaželio slušati glazbu »blaga obilježja i ujednačene temeljne harmonije«, koja bi mu otklonila nesаницe. Djelom i njegovim blagotvornim učinkom bio je oduševljen te je Bacha bogato nagradio (Campbell, 2005.).

Liječnici 18. stoljeća često su pisali o povoljnu djelovanju glazbe na oboljele od kuge, bjesnoće, duševnih i drugih bolesti i o navodnu djelovanju glazbe kod teških groznica, tetanusa i epilepsije, pri kojima niti jedan drugi lijek nije pomagao. Često su trenutna poboljšanja stanja ili subjektivna olakšanja zamjenjivani s izlječenjem. No bilo je i kritičnih liječnika, koji su postavljali racionalne indikacije za uporabu terapije glazbom, uglavnom u slučajevima psihičkih i živčanih smetnji. Tako je Ch. W. Hufeland preporučao glazbu kao lijek protiv razdražljivosti uzrokovane meningitisom, S. A. D. Tissot protiv različitih psihičkih smetnji, osobito hipohondrije, dok je J. P. Franck smatrao glazbu važnim sredstvom u liječenju živčanih i vaskularnih bolesti. Često se u duševnim bolnicama primjenjivala terapija glazbom.

Tek sredinom 20. stoljeća muzikoterapeut postaje zanimanje, premda se u mnogim kulturama muzikoterapija primjenjivala stoljećima prije toga. Ova disciplina u Americi se uvelike

razvila kada su nakon Prvoga i Drugoga svjetskog rata skupine glazbenika (profesionalnih i amatera) obilazili bolnice u kojima su se liječili ranjenici te svirali tisućama vojnika koji su fizički ili psihički patili od ratnih trauma. Pacijenti su reagirali vrlo pozitivno, pa su liječnici odlučili

zaposliti prve glazbene terapeute za rad u bolnici. To su bili ljudi bez formalnoga glazbenoterapijskog obrazovanja, ali puni

entuzijazma i pozitivne energije, koja je postizala dobre radne rezultate. Ubrzo se je pokazalo da bi glazbenici morali proći određenu obuku za rad s pacijentima. Nakon zahtjeva za formiranjem nastavnog plana za školovanje glazbenih terapeuta, 1950. godine utemeljeni su Državna udruga za glazbenu terapiju (*The National Association for Music Therapy*) i prvi sveučilišni program koji obrazuje glazbene terapeute u Sjedinjenim Američkim Državama. Danas više od 70 visokih škola u Americi nudi studij glazbene terapije, a neki i obrazovanje do razine doktora ([www.bsmt.org/a](http://www.bsmt.org/a)).

Diljem svijeta postoje razna udruženja i organizacije muzikoterapeuta, koje promoviraju i štite struku. Njihovi ciljevi su, kako je navedeno na internetskim stranicama Svjetskog saveza muzikoterapije (*World Federation of Music Therapy*) promicanje razmjene informacija o muzikoterapiji, održavanje međunarodnih kongresa, utvrđivanje sličnosti i razlika u teoriji i praksi muzikoterapije diljem svijeta, promicanje međunarodne suradnje raznih udruga mu-

zikoterapeuta, promicanje i izdavanje stručne literature, promicanje svih aspekata istraživanja u muzikoterapiji, uspostavljanje i održavanje smjernica za muzikoterapijsku praksu, obrazovanje i usavršavanje muzikoterapeuta, profesionalnu registraciju i službeno

**Tek sredinom 20. stoljeća muzikoterapeut postaje zanimanje, a danas više od 70 visokih škola u Americi nudi studij glazbene terapije, neki i obrazovanje do razine doktora.**

priznavanje muzikoterapije kao struke gdje to još zakonski nije riješeno.

### **Glazba integrirana u terapijske postupke**

Tijekom povijesti sačuvana su mnoga svjedočenja i dokumenti koji govore o pozitivnome terapijskom djelovanju



glazbe na razne psihosomatske bolesti, emocionalna, senzorna i intelektualna oštećenja i razne fizičke nedostatke. U 19. stoljeću je nekoliko hrvatskih liječnika objavilo radove u kojima se već tada očituje interes za korištenje glazbe u terapijske svrhe. Iako su ti radovi filozofsko-spekulativnog značenja, značajni su za razvoj takva načina razmišljanja na našim prostorima.

Dubrovčanin Jure Baglivija (1668. – 1707.), najpoznatiji svjetski fizičar i profesor anatomije na Rimskom sveučilištu, 1696. godine objavio je djelo *De anatome morsi et effectibus Tarantulae* (Treščec, 1975.), u kojem opisuje epidemiju koja se širila iz grada Taranta na jugu Italije: nakon otrovnog ugriza vučjeg pauka (Hogna Tarantula) kod bolesnika bi se pojavili grčevi, mučnina i vrtoglavica, a simptomi su se ublažavali glazbom, tzv. »tarantelom«, plesom nastalim u Italiji, u gradu Tarantu. Glazba je poticala bolesnike na povećanu mišićnu aktivnost, tj. ples, pri kojem se povećavalo znojenje i vršila detoksikacija.

Julije Bajamonti, rođen 1744. godine, jedan od najsvestranijih i najučinenijih osoba hrvatske povijesti: liječnik, povjesničar medicine, književnik, prevoditelj, lingvist, bibliograf, enciklopedist, etnograf, povjesničar, arheolog, filozof, ekonomist, agronom, meteorolog, fizičar, kemičar, glazbenik, glazbeni teoretičar, skladatelj i poliglot, 1796. godine napisao je članak *Il medico e la musica* (*Liječnik i glazba*) u časopisu *Giornale Enciclopedico d'Italia*, u kojem govori o uskoj povezanosti glazbe i medicine te ukazuje na potrebu humana liječničkog pristupa bolesniku, kao i nadahnuto sti glazbom i umjetnošću. »Poznavati samo jednu stvar, koliko god ju se dobro znalo, odaje siromašan duh, ograničen, servilan; sve uvjeti protivni onima koje mora posjedovati duh liječnika«,

napisao je Bajamonti u svojem članku (Breitenfeld, 2004. a). Makaranin, liječnik Ivan Krstitelj (Giovanni Battista), rođen 1816. godine, u Padovi je 1838. godine doktorirao disertacijom *De musice influxu (in animali oeconomia eiusque) in morbis usu*, u kojoj objašnjava terapijsko djelovanje glazbe na ljudski organizam (Treščec, 1975.).

Rudolf Steiner, filozof, književnik, utemeljitelj antropozofije, sudjelovao je u osmišljavanju načina liječenja poznata pod nazivom euritmija, profinjena oblika obreda koji sjedinjuje pokret, glazbu i poetiku (Campbell, 2005.).

Nije zanemariva uloga narodnih pjesama kao poznata terapijskog sredstva koje ljudi intuitivno koriste u sva-

.....  
**Slušanje glazbe preko dana može biti stimulirajuće, no mora se voditi računa da vrijeme slušanja ne prelazi trećinu našega budnog stanja, jer u suprotnom izaziva umor. Svatko od nas mora istražiti i sam pronalazeći glazbu koja ga uveseljava, opušta, uspavljuje.**

kodnevnim prigodama kao poticajno sredstvo (pjesme uz rad, uspavanke, tužaljke, naricaljke...).

U Zagrebu je 1917. godine osnovan Medicinski fakultet, čime je i znanstveni pristup svim područjima medicine postao pravilo. Razvoj psihijatrije krenuo je u smjeru srednjoeuropskih, kasnije i američkih škola, što je značilo upoznavanje i prihvaćanje novih metoda u liječenju kojima pripada i muzikoterapija.

U psihijatrijskoj bolnici na otoku Ugljanu glazba je integrirana u terapijske postupke od 1958. godine (Treščec, 1975.). Stručni tim čine neuropsihijatar, psiholog, sociolog i radni terapeuti specijalizirani za terapiju glazbom. Ovisno o dobi bolesnika i dijagnozi (psihoze, neuroze) primjenjuju se razni tipovi glazbe (narodna, klasična, zabavna). Način primjene je slušanje glazbe (na

radiju, televiziji, zvučnim snimkama), diskutiranje, pjevanje, ples i sviranje raznih instrumenata.

### **Muzikoterapeuti – u Hrvatskoj nepriznato zanimanje**

U zagrebačkoj psihijatrijskoj bolnici u Vrapču glazba je u terapijskoj praksi prisutna od sama osnutka bolnice 1933. godine. Uključivanjem bolesnika u pjevački zbor, sviranjem na gitari, klaviru ili nekom drugom instrumentu i samim slušanjem glazbe postignuti su vrlo dobri rezultati, što je u velikoj mjeri pridonijelo popularizaciji integriranja glazbenih aktivnosti u terapijske postupke.

Na Odjelu za neurologiju i psihijatriju Kliničke bolnice »Sestre milosrdnice« u Zagrebu glazba je integrirana u terapijske metode već desetljećima. U početku se takva terapija provodila na inicijativu prim. prof. dr. Vladimira Hudolina, koji je terapijsku aktivnost povjerio dr. Darku Breitenfeldu, diplomiranomu solo pjevaču i neuropsihijatru (Treščec, 1975.). Tijekom godina tim liječnika te bolnice stvorio je biblioteku stručne literature, bavio se bogatom publicističkom djelatnošću i uspostavio kontakte s nizom svjetskih muzikoterapijskih stručnjaka i ustanova. S vremenom je terapijski rad temeljen na primjeni glazbe postajao sve bogatiji, raznovrsniji i djelotvorniji. Stručno osoblje Odjela za neurologiju i psihijatriju aktivno sudjeluje na brojnim znanstvenim skupovima u zemlji i inozemstvu tematski vezanim za terapiju glazbom.

Glazbene aktivnosti unutar terapijskih postupaka bile su primjenjivane u nekim psihijatrijskim bolnicama sporadično i neorganizirano te često u diletantskom obliku (Treščec, 1975.). U drugoj polovici 20. stoljeća nastaju prvi organizirani pothvati na tom području. U početku su glazbu u terapiju integri-

rali uglavnom liječnici, poznavatelji i ljubitelji glazbe, često surađujući s profesionalnim glazbenicima. Iz oba profila razvili su se prvi hrvatski autoriteti s područja terapije glazbom: F. Gundrum, J. Budak, V. Hudolin, D. Breitenfeld, F. Licul, R. Sabol, R. Vešligaj i drugi. Primjenom glazbe u terapijske svrhe bave se, osim školovanih profila, kojih je vrlo malo, i priučeni defektozi, pedagozi, psiholozi, medicinsko osoblje i drugi s određenom glazbenom naobrazbom i sklonošću te gotovo uvijek s velikim entuzijazmom. Terapija s glazbenim elementima primjenjivana je i u zdravstvenim ustanovama šireg spektra, u svrhu rekreacije, terapije i radnoga nastavnog programa.

U Hrvatskoj se je područje muzikoterapije razvilo ubrzo nakon što se taj terapijski pristup počeo primjenjivati u Europi. Zahvaljujući modernim socijalno-psihijatrijskim nastojanjima i prisutnosti hrvatskih stručnjaka u srednjoeuropskoj glazbenoj, pedagoškoj i medicinskoj tradiciji omogućeno je uključivanje glazbnoterapijskih elemenata u već postojeće postupke u okviru raznih disciplina u medicinskim i rehabilitacijskim ustanovama. U suradnji s Muzičkom akademijom Sveučilišta u Zagrebu otvoreno je studijsko usmjerenje na području muzikoterapije, četvrto po redosljedu nastajanja te vrste od sadašnjih nekoliko desetaka u Europi. Nastava o glazbi i glazbenim elementima terapijskih postupaka održava se još u Školi za radne terapeute i na Odsjeku za motoričke poremećaje, kronične bolesti i art terapije na Edukacijsko-rehabilitacijskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu, koji je 1993. godine sa suradnicima osnovao Miroslav Prstačić (Breitenfeld, 2002.).

Prvi svjetski kongres o terapiji glazbom organiziran je u Zagrebu 1970. godine. Hrvatska udruga za liječenje glazbom osnovana je 1971. godine i djeluje vrlo uspješno pod ravnanjem



Matza, Prstačića i Breitenfelda te u suradnji s mnogim sveučilišnim institucijama u Hrvatskoj i inozemstvu organizira niz međunarodnih stručno-znanstvenih simpozija i kongresa iz tog područja (Breitenfeld, 2002.). Objavljen je velik broj stručnih članaka, znanstvenih radova, zbornika i publikacija. U Zagrebu je 1997. godine održan simpozij na temu »Art terapija«, u organizaciji Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu i Odjela za muzikoterapiju Sveučilišta Maryville iz Saint Louisa.

Predsjednica Udruge glazbenih terapeuta Slavica Bevanda, muzikoterapeut u Centru za rehabilitaciju »Stančić«, ističe snažnu aktivnost udruge: organizaciju međunarodnih seminara, postavljenje temelja suradnje s milanskom, londonskom (Norddof-Robbins), vošingtonskom i udinskom školom. Suradnja je ostvarena razmjenom iskustava i stručne literature, međusobnim posjetima i posjetima njihovih stručnjaka Hrvatskoj u svrhu nadziranja. Stručnjaci iz milanske škole svako ljeto u kolovozu drže intenzivni seminar za muzikoterapeute. U planu je i osnivanje trogodišnjeg studija za muzikoterapeute i definiranje zakonskih regulativa koje bi štiti-

tile muzikoterapiju kao struku, a koje zasad u Hrvatskoj ne postoje. Slavica Bevanda (2003.) objašnjava zašto se razvoj muzikoterapije u Hrvatskoj odvija usporeno, tvrdeći da većina bolnica ima vrlo loše uvjete rada i smještaja, kao i strukturu stručnog osoblja koje na temelju skromna znanja o glazbi, sviranja nekog instrumenta ili posjedovanja kazetofona sebe naziva terapeutom, a svoj rad muzikoterapijom.

To osoblje raznih struka i profila pruža velik otpor školovanim muzikoterapeutima, smatrajući da oni isti posao dobro rade. Mnogi stručnjaci ne žele prihvatiti muzikoterapiju kao utemeljenu zdravstvenu djelatnost, čime kočje njezin razvoj i ne dopuštaju jednak stručni status. Bevanda također ističe brojne magistarske radnje napisane na raznim fakultetima u Hrvatskoj bez stručne podloge, što bi u Europskoj Uniji bilo nemoguće ako prethodno niste završili studij muzikoterapije. Smatra da daljnji put razvoja muzikoterapije u Hrvatskoj mora biti temeljen na educiranju muzikoterapeuta propisima u Europske Unije, što znači i primjenu svjetski prihvaćenih tehnika, nadgledanje i praćenje rada svih terapeuta, vrednovanje te objavljivanje rezultata u stručnim časopisima. Sve to mora pra-



titi zakonska regulativa, kao i kod svih drugih djelatnosti.

### **Muzikoterapija u službi psihijatrije**

»Za razliku od tradicionalne psihoterapije koja se služi verbalnim metodama i djeluje na intelektualno, racionalno i podsvjesno područje, muzikoterapija više zadire u područje doživljavanja i emocionalne sfere čovjeka te time upotpunjuje i obogaćuje klasične psihoterapijske metode.« (Treščec, 1975.) Postoje ortodoksni psihijatrijski i psihoterapijski pravci, koji teško prihvaćaju sve neverbalne tehnike i tvrde da je muzikoterapija zapravo psihoterapija, što uopće nije točno (Bevanda, 2003.). Prof. Prstačić (2005.) ističe da »je u okviru integrativne znanosti o čovjeku potrebno razvijanje i proučavanje novih komplementarnih i suportivnih pristupa u otkrivanju i podržavanju životnih potencijala«.

U psihijatriji se muzikoterapija koristi u liječenju raznih psihijatrijskih i psihosomatskih poremećaja: fobija i anksioznih poremećaja, depresivnih poremećaja, poremećaja spavanja, opsesivno-kompulzivnih poremećaja, somatoformnih i psihosomatskih poremećaja, konverzivnih i disocijativnih poremećaja, poremećaja osobe i graničnih poremećaja, akutnih i kroničnih psihotičnih poremećaja, kriznih stanja, poremećaja prilagođavanja i posttraumatskih poremećaja, seksualnih poremećaja, demencije i drugih tegoba kod starijih osoba s psihosomatskim poremećajima, svih psihičkih poremećaja kod djece i adolescenata, alkoholizma, narkomanije i drugih poremećaja ovisnosti.

Psihijatrija je medicinsko-psihološka znanstvena disciplina koja se bavi proučavanjem, liječenjem i sprečavanjem psihičkih abnormalnosti i duševnih bolesti te rehabilitacijom i zaštitom duševnog zdravlja. Psihoterapija je metoda liječenja psihičkih poremećaja uobičajena u psihijatrijskoj praksi. Opseg djelovanja je područje psihičkih smetnji i

psihosomatskih tegoba, ali je temeljno područje rada u domeni (psihoneuroza, mada se primjenjuje i u drugim područjima psihičkih poremećaja. Provođi se grupno ili individualno, a u izboru je dubinska (psihanalitička) i površinska psihoterapija. Uspješnost terapije uvelike ovisi o kvaliteti uspostavljenog odnosa između terapeuta i bolesnika. S Freudom je psihoterapija znatno pridonijela liječenju brojnih smetnji, pa je i danas dominantna, a njezine metode su: autogeni trening, persuazija, sugestija, hipnoza, relaksacija, psihoanaliza.

Psihoanaliza, metoda liječenja koju je uveo Sigmund Freud, znanstveni je postupak kojim se istražuje psihičko zbivanje tako da se teorijskim načinom i praktičnim pristupom osvjetljuju radnje, snovi, iskazane misli, predodžbe, asocijacije i ostalo čega pojedinac nije niti svjestan.

Terapijska zajednica je skupina psihijatrijskih bolesnika, liječnika i sveg osoblja u psihijatrijskoj ustanovi u kojoj se provodi liječenje. To je suvremeni način koji za cilj ima postizanje međusobnog odnosa bolesnika i osoblja psihijatrijske jedinice. U suvremenoj psihijatriji socijalna orijentacija sve je prisutnija, a uspješnost ovisi o aktiviranju bolesnika i njegovu što boljem uključivanju u zajedničko provođenje terapijskog programa.

Grupna psihoterapija je metoda psihoterapije gdje se za dva ili više sudionika brine jedan ili više psihoterapeuta. U skupini bolesnika najčešće su istovrsni bolesnici, no moguće je uključiti i one raznovrsnih dijagnoza. Terapija je usmjerena na pojedinca i njegov sustav socijalnih odnosa. Može se podijeliti u pet faza: prvotno stvaranje kontakta, regresija, katarza, uvid i proces socijalnog učenja. Prema usmjerenosti, grupna psihoterapija može biti: aktivna (primjenjuje se kod djece na način da se stvara okolina gdje im se dopušta slobodno izražavanje kroz različite aktivnosti uz promatranje terapeuta) te analitički orijentirana (vodi se i kao

individualna psihoterapija verbalnim i neverbalnim izražavanjem, prijenosom, otporom i interpretacijom snova, u čemu se dijelom ogleda i dinamika grupe, tj. pojedinca u grupi).

### **Glazba poboljšava produktivnost rada**

Slušanje glazbe preko dana može biti stimulirajuće, no mora se voditi računa da vrijeme slušanja ne prelazi trećinu našega budnog stanja, jer u suprotnom izaziva umor. Glazbu je potrebno pažljivo birati s obzirom na to što radimo, jer ukoliko npr. čitamo ili učimo, vokalna glazba će nam odvlačiti pažnju, jer naš mozak nesvjesno sluša tekst pjesme. Posebno je važno da djecu previše ne izlažemo glazbi, uključujući radio i televiziju, jer pretjerano konzumiranje umanjuje značajnost i intenzitet doživljaja.

Mnogi muzikoterapeuti (Bevanda, 2003.) ističu da glazba nema samo zabavno značenje, nego je i moćno sredstvo koje utječe na čovjeka. Stoga često upućuju savjete roditeljima da obrate pozornost na to koju glazbu slušaju njihova djeca jer glazba može utjecati na razvoj osobnosti kod djece a posebno kod adolescenata. Adolescencija je vrijeme kada je slušanje glazbe najintenzivnije i kad glazbeni ukus postaje neodvojiv dio društvenog identiteta kojim se često izražava protivljenje društvenim normama. Najčešće u tinejdžerskoj dobi mladi uzor vide u estradnim zvijezdama, koje često u svojim pjesmama govore o nemoralu, drogi, agresiji i slično te time pozivaju i svoje slušatelje na isto. Preglasna glazba u nama budi agresivnost, pomiče prag čujnosti i nakon dužeg i učestalijeg slušanja uzrokuje oštećenje sluha.

U slučaju nesanicice prije spavanja treba slušati tihi, jednostavnu, instrumentalnu glazbu, sponavljajućim motivima, čija jednoličnost i jednostavnost stvaraju ugodu i smirenje. Takva glazba podsjetit će nas na uspavanke koje su nam pjevane u ranom djetinjstvu i zasigurno će djelovati na nas svjesno ili

podsvjesno. Glazbu treba slušati ciljno. Svatko od nas mora istražiti i sam pronalazeći glazbu koja ga uveseljava, opušta, uspavljuje itd. Primjena muzikoterapije moguća je i kod zdravih osoba, da bi utjecala na intelektualni i tjelesni razvoj, priječila razne bolesti, poboljšala produktivnost i efikasnost rada, razvila kreativnost i duhovnost te psihički profilirala slušatelja i ljubitelja glazbe.

### Zaključak

Muzikoterapija je zdravstvena profesija koja zbog svojih specifičnosti postaje nezamjenjiva u modernom terapijskom postupku liječenja raznih bolesti. Glazba je izvanredno neverbalno sredstvo čije se socijalizirajuće djelovanje na pojedinca i skupinu očituje u izrazito pozitivnom djelovanju na emocionalnu sferu čovjeka i razvoj njegove kreativnosti. Otkrivajući glazbu otkrivamo vlastiti kreativni potencijal, kojim postižemo pozitivne pomake i promjene u životu i ohrabrujemo vlastitu individualnost. Kao relativno novo područje u zdravstvenome, terapijskome, pa i glazbenome smislu predstavlja muzikoterapeute kao cjelovite, obrazovane, empatične, altruističke osobe, sklone pružanju pažnje i pomoći ljudima u cijelosti ih razumijevajući. Baviti se muzikoterapijom kao životnim pozivom znači živjeti glazbu i imati želju njome pomagati drugima. Postoji veza između glazbe i zdravlja, koja nastaje još u majčinoj utrobi, tijekom života jača i budi našu životnu snagu, oplemenjuje nas, razvija kreativnost i neposredno na nas utječe. Glazba je u nama – mi smo glazba.

### LITERATURA:

Antunović, A.: »Glazbene terapijske aktivnosti u rehabilitaciji«, *Idem s vama – časopis Hrvatske udruge za stručnu pomoć djeci s posebnim potrebama*. 2007. godina, br. 6, 4-8. Zagreb, 2007. a  
Bevanda, S.: predavanje o muzikoterapiji održano u Centru za rehabilitaciju »Stančić«, Dugo Selo, 2003.

Bevanda, S. *Plan i program muzikoterapije u radu sa osobama s umjerenom, težom ili teškom retardacijom*, Centar za rehabilitaciju »Stančić«, Dugo Selo, 2008.  
Breitenfeld, D.: »Glazba i medicina«, u *Art and Science in Life Potential Development / Umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala, Proceedings of the International Symposium*, M. Prstačić (ur.), 261 – 263, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Hrvatska udruga za psihosocijalnu onkologiju, Zagreb, 2002.  
Breitenfeld, D.: »Multikulturalna kreativnost i liječenje«, *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, br. 2, 231 – 235, Zagreb, 2004. a  
Breitenfeld, D.: »Dr. Julije Bajamonti – o medicini, rehabilitaciji, glazbi, pjesništvu, kulturi«, u *Art and Science in Life Potential Development II / Umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala II, Proceedings of the 2nd International Symposium*, M. Prstačić (ur.), 163 – 170, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Hrvatska udruga za psihosocijalnu onkologiju, Zagreb, 2004. b  
Breitenfeld, D. – Majsec Vrbanić V.: *Kako pomoći djeci glazbom? Pedomusicoterapia*, Udruga za promicanje različitosti, umjetničkog izražavanja, kreativnosti i edukacije djece i mladeži »Ruke«, Zagreb, 2008.  
Campbell, D.: *Mozart efekt*, Dvostruka duga, Čakovec, 2005.  
Charnetski, C. J. – Brennan, F. X.: *Ugodite svom imunitetu: kako vam zadovoljstvo može ojačati imunitet i produžiti život*, Ostvarenje, Buševac, 2008.  
De la Motte-Haber, H.: *Psihologija glazbe*. Naklada Slap, Jastrebarsko, 1999.  
Lesković, Z. – Pandžić, M. – Plazzeriano, V. – Šipić, I. – Tašev, I. – Udatny, B.: »Glazba liječi duh i tijelo«, *Glas koncila*, katolički tjednik, 2008. godina, br. 33-34, 18 – 19, Zagreb, 2008.  
Licul, F. – Breitenfeld, D. – Novak, Z. – Momčilović, M. – Stojčević- Polovina, M.: »Uloga glazbe u liječenju govornih poremećaja djece«, *Anali Kliničke bolnice »Dr. M. Stojanović«*, 18:113, 113 – 119, Zagreb, 1979.  
Manasteriotti, V.: *Prvi susreti djeteta s muzikom, priručnik za roditelje i sestre odgajateljice u dječjim jaslicama*, Školska knjiga, Zagreb, 1981.

*Medicinski leksikon*, Leksikografski zavod »Miroslav Krleža«, Zagreb, 1992.  
Mrđen, R.: »Glazba kao prenatalna stimulacija razvoja mozga«, *Priroda – mjesečnik za popularizaciju prirodnih znanosti i ekologije Hrvatskog prirodoslovnog društva*, 2002. godina, mjesec siječanj, 29 – 32, Zagreb, 2002.  
Priestley, M.: *Music Therapy in action*, Constable and Company Limited, London, 1975.  
Prstačić, M. – Nikolić, B. – Hojanić, R.: »Motorički poremećaji, kronične bolesti, art terapije i sofrologija«, *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2004. godina, br. 1, 91 – 101, Zagreb, 2004.  
Radovančević, Lj.: »Psihoanalitička autopsija umjetnosti«, *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2005. godina, br. 1, 73 – 79, Zagreb, 2005.  
Rojko, P.: »Glazbeno-teorijska i psihološka uporišta glazboterapije«, u *Art and Science in Life Potential Development II / Umjetnost i znanost u razvoju životnog potencijala II, Proceedings of the 2nd International Symposium*, M. Prstačić (ur.), 123 – 132, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Hrvatska udruga za psihosocijalnu onkologiju, Zagreb, 2004.  
Seashore, C. E.: *Psychology of music*, Dover publications Inc., New York, 1967.  
Starc, B., Čudina-Obradović, M. – Pleša, A. – Profaca, B. – Letica, M.: *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi, priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi*, Golden marketing – Tehnička knjiga, Zagreb, 2004.  
Stojčević-Polovina, M. – Novak, Z. – Licul, F.: *Liječenje glazbom – sastavni dio kompleksnog rehabilitacijskog tretmana djece*. Anali Kliničke bolnice »Dr. M. Stojanović«, 18:169, 169-174. Zagreb, 1979.  
Šarić, V.: *Liječenje glazbom u prostoru i vremenu*. Zlatno zvono d. o. o., Zagreb, 1998.  
Treščec, L.: *Razvoj muzikoterapije u Hrvatskoj, diplomski rad*. Muzička akademija u Zagrebu, Zagreb, 1975.  
Zlatar, J.: *Neki aspekti psihologije glazbe*. Anali Kliničke bolnice »Dr. M. Stojanović«, 18:155, 155 – 159, Zagreb, 1979.  
Živković, I.: *Razvojna psihologija*. (skripta za potrebe studenata katehetike na Katoličkome bogoslovnom fakultetu u Zagrebu), 2008.