

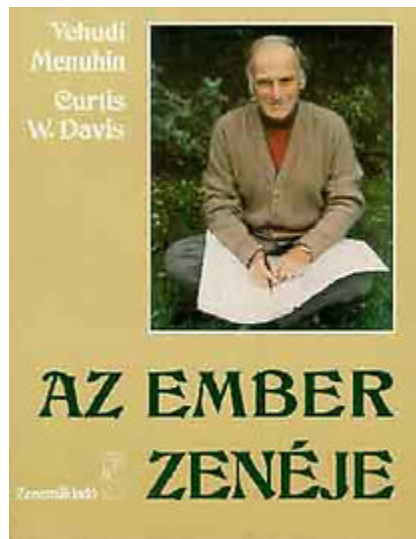
SZIKLAI ANETT GABRIELLA*

ZENEPSZICHOLÓGIA

A zene lélektani hatásmechanizmusa

A zene ősbibb, mint a nyelv, vagy bármelyik művészeti ág. Az emberi hangból született és abból az elengedhetetlen szükségből, hogy kapcsolatba kerüljünk embertársainkkal.

„Tulajdonképpen a zene az ember, sokkal jellemzőbb rá a szavaknál, hiszen a



szavak konkrét jelentést hordozó elvont szimbólumok. A zene érzelmeink mélyebb rétegeire hat, mint a legtöbb szó, és arra kényszerít, hogy egész lényünkkel reagáljunk rá.” Yehudi Menuhin és Curtis W. Davis (1981).

Régészeti bizonyítékok utalnak rá, hogy az ősember már jóval az utolsó jégkorszak előtt használt csontokat, dobokat, sípokat. Célja sokféle lehetett: vallásiak, rítusok, ünnepek és a kommunikáció más formái is. Minden általunk ismert kultúra kiterjedt módon felhasználja a zenét, mert a hangok bizonyos fület gyönyörködtető elrendezése jobbá teheti az életünket. Így tehát van tánczene, van zene: esküvőre, temetésre, vallásos és hazafias alkalmakra. Fontos

szerepe, hogy a hallgatók figyelmét a kívánatos lelkiállapotnak megfelelő mintába rendezze.

„A zeneművészet a valóságot a hallgatóság egyszerű közegében, erre a célra kiválasztott és kialakított hangokkal, eszközökkel, módszerekkel és technikákkal visszatükröző művészeti ág. A kettős visszatükrözéssel dolgozó művészetek közé tartozik, a valóság hatására az ember belsejében létrejövő érzelmi tükörképeket transzformálja, tükrözi újra zeneileg megformált hangok segítségével.” Csibra István és Szerdahelyi István (1977).

Kierkegaard szerint a legelvontabb eszme, az érzéki zsenialitás, ami egyedül a zene által ábrázolható – idézi Németh Lajos (1970).

„A zene rendezett audiális információ, amely segít rendszert teremteni a hozzáforduló elmében, csökkenti a pszichikai entrópia, vagyis a tudatzavar mértékét, ami akkor jelenik meg, ha a rendezetlen információ ellentétbe kerül a céljainkkal. A zenehallgatás elhessegeti az unalmat és a szorongást, és ha komolyan odafigyelünk rá, áramlat-élményt is előidézhet.” Csíkszentmihályi Mihály (1991).

Minden hang, minden zaj, minden hangzás csak az időben keletkezhet, és csak ott mehet végbe. Ellentétben pl. egy képpel, amelyet megtekintünk, és engedjük, hogy hatással legyen ránk, a zene kizárólag a keletkezés folyamata révén tárulhat fel előttünk, és ebben a folyamatban egyúttal fel is oldja az időt. Ez a feloldó erő éppúgy hatással van az emberre, mint ahogy egy ritmus is rendszert teremthet a benne uralkodó káoszban. A zene segít, hogy elhatároljuk magunkat másoktól, amikor erre szükség van, de segít abban is, hogy átlépjük határainkat, és ez által megtapasztaljuk mások közelségét.

Nem a zene hallásától, hanem hallgatásától lesz életünk jobb. A zenehallgatás kezdetben *érzékszervi* élmény. Ebben a fázisban az ember a hangoknak azon tulajdonságaira reagál, amelyek kellemes, idegrendszerébe genetikusan kódolt

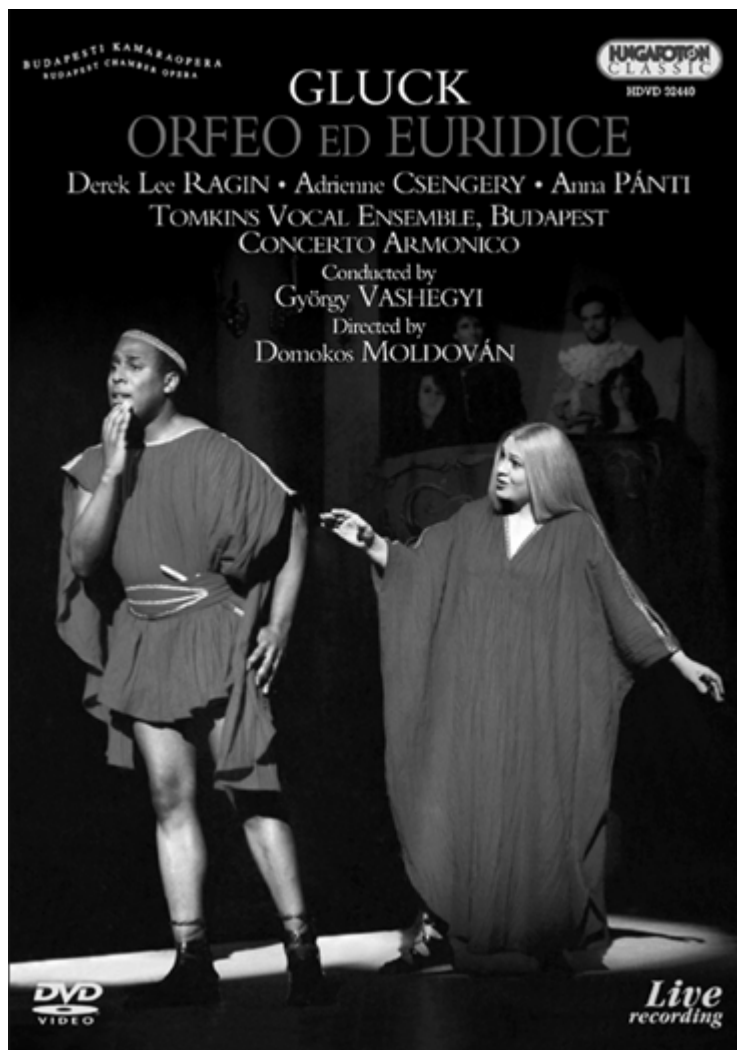
fizikai reakciókat váltanak ki. A lassú tempó a nyugalom és a méltóság érzését kelti, a ritmus annál izgatóbb minél sűrűbb, zsúfoltabb a hangsúlyok egymásutánja és minél bonyolultabbak az időbeli viszonyok. Mindannyian fogékonyak vagyunk bizonyos akkordokra, a fuvola zokogása, a kürt harsogása úgy tűnik, általános vonzerővel rendelkezik. Különösen a dobok ritmusára, a basszusra vagyunk érzékenyek. /Ez az a ritmus, amelyen a rockzene alapszik, és amely valószínűleg édesanyánk méhen belül hallgatott szívverésére emlékeztet bennünket/ - Csíkszentmihályi Mihály (1991).

A zenei élmény következő szintje a hallgatás *analóg* módja. Ebben az állapotban megtanulunk a hangminták alapján érzéseket és képeket előhívni magunkból.

A panaszos szaxofonszólót hallgatva olyan, mintha a préri felett gyülekező viharfelhőket bámulnánk lenyűgözve. A populáris dalok persze a végsőkig kiaknázzák az analóg hallgatásmódot azzal, hogy a dalszövegekkel rávezetik a hallgatót arra, hogy milyen hangulatot vagy történetet jelenít meg a zene.

A zenehallgatás legkomplexebb módja az *analitikus* mód. A figyelem a zene strukturális elemeire irányul az érzékekre vonatkozó benyomások vagy az elbeszélő jelleg helyett. Zenehallgatási készségünk ezen a ponton magában foglalja azt a képességet, hogy felismerjük a zenemű belső rendjét és azt, milyen eszközökkel éri el a szerző a harmóniát. Ide tartozik az előadásmód és a hangzás kritikai érzékelése is, hogy össze tudjuk hasonlítani a zeneművet ugyanannak a zeneszerzőnek a korábbi vagy a későbbi műveivel, vagy más zeneszerzőkével, akik ugyanabban az időszakban alkottak, valamint össze tudjuk hasonlítani a zenekart vagy a karmestert saját korábbi vagy későbbi előadásával vagy mások interpretációival. Ahogy valaki kifejleszti az analitikus zenehallgatási készséget, ezzel egyenesen arányosan nőnek lehetőségei a muzsika élvezetére.

Apolló szelídítő ereje lantjátékában rejlett, Pán extázisba hozta hallgatóit a sípjával, Orfeusz, pedig a halálnak is megállt parancsolt a zenéjével. Ezek a



legendák mind arról szólnak, hogy kapcsolat áll fenn a hangok harmóniába rendezésének képessége és a társadalmi rend általánosabb, elvontabb harmóniája, vagyis a civilizáció között. Platón, aki tisztában volt ezzel a kapcsolattal, úgy gondolta, a gyerekeket legelőször zenére kell tanítani, miközben a kellemes ritmusokra és harmóniákra figyelnek, egész tudatuk rendezetté válik. Ha valaki megtanulja, hogyan kell harmonikus hangokat létrehozni, az nemcsak örömmel tölti el, de, mint bármilyen másik összetett készség elsajátítása, az Énjét is erősíti.

„A zene... hangos érzés... az egyes érzésének, amennyiben általánossá akar lenni, általános formát ad, tehát a hangok szervezése alapján ember szervezése.”
Bertolt Brecht (1970).

A tudományos kutatásokat megelőzve a szépirodalmi szerzők sokat tettek hozzá a művészet hatáslélektani elemzéséhez. Tolsztoj a Kreutzer szonáta című



művében lenyűgöző módon ír a mesélő szájába adva a gondolatokat: „Szörnyű dolog az a szonáta. Épp az a rész. Általában szörnyű dolog a muzsika. Mi is ez? Nem értem. Mi a zene? Mit csinál? Miért csinálja, amit csinál? Azt mondják a zene lelket emelően hat – számárság, nem igaz. Hat, rettenetesen hat magamról mondhatom, de egyáltalán nem lelket emelően. Nem hat sem lelket emelően, sem a lelket lealacsonyítón, hanem a lelket fölzaklatva. Hogy is mondjam? A zene arra ösztönöz, hogy elfeledkezzem magamról, a valódi állapotomról valami más állapotba visz át, nem a magaméba. A zene hatása alatt úgy rémlik, azt érzem, amit voltaképp nem érzek, megértem, amit nem értek, meg bírom tenni, amit nem bírok...”.

A zene egy csapásra közvetlenül visz át abba a lelkiállapotba, amelyben az volt, aki a zenét írta. Lélekben összeolvadok vele, és vele együtt kerülök egyik állapotból a másikba, de hogy ezt mért teszem, nem tudom.

„A muzsikában akár csak a többi művészetben a »hatás« mindig a szerint változik, hogy milyen azoknak a temperamentuma, akikre hat. Egyeseket csodálatos módon felpezsdít, mások számára azonban szerencsétlenné tevő, nyomasztó teherré válik. Honegger (1965).

A zene hatásmechanizmusát értelmi és érzelmi összetevőkre tagolhatjuk. Az előbbi a felismerés, a szimbolikus cselekvés és a közlés mozzanatában, az utóbbi az érzelmek és a zene dimenziórendszerében, közvetlen idegrendszeri hatásában és a katarzisan jelölhető meg. Katarzisz csak akkor jön létre, ha a pusztán egyéni elkülöníthetetlenül összeolvad a társadalmival.

Amikor a zene hatásáról, a zene által keltett elragadtatás, katarzisz természetéről, a hallás fiziológiai és pszichológiai folyamatáról, a valóság jelenségeinek a zene útján való felismeréséről beszélünk, voltaképpen a zenei műélvezés lélektanáról is szólnunk. Itt inkább csak az a fontos már a számunkra, hogy a műélvezés katarziszának megkülönböztető jegyeit még egyszer kiemeljük.

Vitányi Iván szerint a művészet befogadásának folyamatában – a mű váltja ki a katarzist -, de a katartikus felismerés mégsem pusztán rá vonatkozik, hanem az életre. Nem a műalkotás nagyságát és szépségét ismerjük csak fel, hanem a mű közvetítésével az élet valamely jelenségének lényegét és igazságát is. A műalkotás folyamatában az igazságnak ebből a tartalmából születik a forma, a műélvezésben ebből a formából a tartalom.

A befogadás mélysége és teljessége attól függ, hogy ez a felismerés milyen mélyen hatol bele a valóság lényegébe. Minden vásár kettőn áll: az eladón és a vevőn.

Kettőn áll a műélvezés is, azon, hogy mit „ad el” a művész, és mit „vesz meg” a műélvező. A kettő nem mindig ugyanaz. Az, hogy a mű befogadója mit ért meg a műből, az nemcsak a mű következménye, hanem a befogadó ízlésétől, személyes képességeitől, műveltségétől és pillanatnyi „ihletétől”, hangoltságától is függ. (Aminek részleges vizsgálata a művészetszociológiára tartozik).

A folyamat pszichológiai és szociológiai szintje sajátosan függ itt össze. Sok



vizsgálat bizonyítja (pl.: Gyulai Elemérnek – A zene hatásában – publikáltfelmérése), hogy szociológiai szempontból nézve különböző ízlésű rétegek ugyanazt a pszichológiai élményt keresik más és más műfajban. A könnyűzene hívei ugyanúgy az egyensúlyt, a szépben való gyönyörűséget, és a saját legjobbnak tartott érzelmeik kifejezését találják meg a maguk műfajában, mint a komolyzene hívei az övékében. Sokszor ugyanaz a szándék vezeti el az

egyik embert az önfeladott magyar nótázáshoz, mint a másikat Mozart vagy Beethoven művéig.

A hatás, a műalkotás befogadásának (Lukács György kifejezésével) „utánja” mégsem mindig ugyanez. Különbözővé teszi először is maga a mű, amely minden esetben a maga meghatározott módján elégíti ki a felmerülő igényeket. Ami azonban arra is utal, hogy itt az igényeknek pusztán a kerete azonos vagy hasonló, tartalma egészen különböző lehet.

Hogyan történik a zenemű befogadása, milyen lelki folyamatok játszódnak le zenehallgatás közben, hogyan bontakozik ki a katarzis élménye?

Ahogy a zene megírása vagy előadása sem egyazon szintű elragadtatás elejétől végig, ugyanúgy a zenehallgatás „görbéje” is hullámvonal, a nagy csúcspontokat, a felismerés nagy pillanatait a szétszórtabb figyelem, kevésbé felfokozott, koncentrált lelkiállapot pillanatai váltják fel.

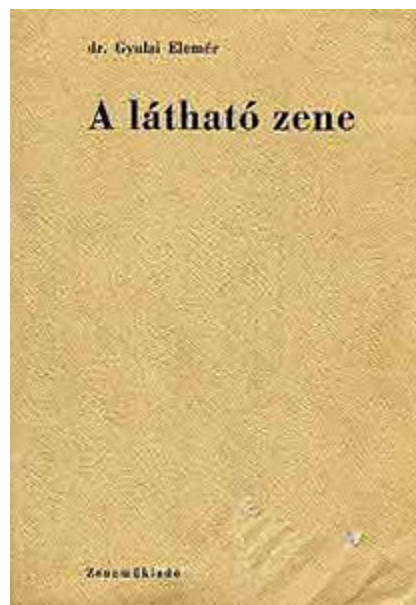
Az ember lelki működése mindig többszólamú, méghozzá olyanformán, hogy a szólamok többnyire nem is csendülnek össze egyetlen szimfóniává. Mint ahogy egyszerre több zeneművet hallanánk, és a hangok zűrzavaraiban csak figyelmünk összpontosításával tudnánk egyiket vagy másikat huzamosabb ideig követni.

Érzékszerveinkkel felfogjuk környezetünk és saját testünk állapotát és mozgásait, egy részüket tudatossá is tesszük, ezenközben egyszerre több gondolatsoron haladunk végig. Nemcsak azon, amin éppen „gondolkozunk”, a fő „szólam” mellett a legkülönbözőbb asszociációk, emlékképek, az aktuális helyzetre vonatkozó reflexiók merülnek fel bennünk, és ráadásul érzelmek törnek fel, vágyak sarkallnak, sejtések villannak át, akaratok bontakoznak ki fejünkben. A zenehallgatás némiképp leszűkíti a tevékenységeknek ezt a széles spektrumát. Ha figyelmünk intenzíven fordul a zene felé, akkor először is mintegy zárójelbe tesszük az érzékszerveink útján kapható információk nagy

részét. Másodlagossá válik még a látás, a környezet is, most minden érzékszerv fölött a hallás uralkodik. Csökken a készenléti állapot, mozgáslehetőségeinket is tudatosan korlátozzuk.

Ez a sajátos nyugalmi állapot teret szabadít fel a tudat működése számára. Működése most egyrészt szabadabb, másrészt kötöttebb lesz a megszokottnál. Szabadabb abban az értelemben, hogy mivel a külvilággal való közvetlen kontaktus lazább, a képzelet most bátrabban csaponghat. De ugyanakkor mégis kötöttebb, mert az előbbi heterofóniából most egy szólam emelkedik ki a többiek fölé: a zenéé, a többi „szólamnak” hozzá kell igazodnia. Gondolkozhatunk ugyan akármiről egy zenemű hallgatása közben, de ha a zenére alaposan odafigyelünk, gondolataink valamilyen módon mégis követik a zenét.

Gyulai Elemér 1936-38-ig folytatta zenepszichológiai kísérleteit, amelyeknek



során hallgatóinak zeneműveket mutatott be. Feljegyezte asszociációikat, érzelmi állapotuk változását. Volt, hogy a kísérleti személyek hangulata megváltozott, javulás, kiegyenlítődé – közömbösülés, rosszabbodás következett be. Megállapította, hogy a dúr hangnemben írt darabok nagyobb százalékban

okoztak javulást és kisebb százalékban rosszabbodást, mint a moll hangnemben írottak. Hasonló összefüggés alakult ki a tempó vizsgálatában. A gyors tételek nagyobb mértékben eredményeztek javulást, mint a lassúak. Végül érdekes volt az elemzés, amellyel a különböző korok zenéjét vizsgálta az érzelmi hatás szempontjából. Kiderült, hogy minél közelebb haladunk a mához, annál erőteljesebb a hatás, méghozzá javító, és deprimáló tendenciával egyaránt.

Meg is lehet fordítani a vizsgálat elvét. Nemcsak a zene hat az ember érzelmi állapotára, hanem pillanatnyi lelkiállapotunk is megszabja azt, hogy milyen zene befogadására vagyunk képesek.



A Holocaust áldozatául esett magyar zeneszerzők között Gyulai Elemér művei

Gyulai Elemér képi asszociációkat is vizsgált. A legelső kérdés, ami ennek kapcsán felmerül a projekció és introjekció viszonya. Az első esetben saját érzelmeinket éljük át a zenében, a második esetben, a zenében kifejezett érzelmeket vesszük át.

Kovács Sándor szerint éppen az adja a zenehallgatás sajátos érzelmi feszültségét, hogy a saját világunk és a mű világa, még általánosabban: saját partikuláris egyéni világunk és a műben megtestesülő általános emberi világ állandó kölcsönhatásban van egymással.

A katarzis éppen az a tevékenység, amelyben az egyes ember felismeri, hogy legegyénibb vonásaiban is mennyire a társadalomhoz tartozik. Ezt a folyamatot olykor az én – érzés és az én – képzelet szembeállításával igyekeznek megvilágítani, az én – érzet a műélvezésben is érintetlen, de más én – képzeteket élünk át és – tegyük hozzá – fogunk össze „mi képzetekké”.

A zenei élmény az ember első élménye. Az alábbiakban Hans-Helmut Decker-Voigt (2004) alapján foglalom össze a magzati korban szerzett hatások későbbi jelentőségét. Időben ez jóval előbbre tehető, mint ahogy az élet nehézségei ránk zúdulnak. Minden későbbi zenei élmény visszavisz minket abba a világba, abba a hangokkal teli ősbárángba, az anyaméhbe, ahol a világról még csak hangok útján, biztos távolból szereztünk tudomást.

Ha a zenével kerülünk kapcsolatba, az egyszersmind azt is jelenti, hogy újra és újra találkozunk a nővel, az anyával, mint első zenei nevelővel, és szembesülünk azzal a hatással, amelyet ránk gyakorol – legyen az jó és segítő, vagy épp megterhelő és megbetegítő. A zene újra aktiválja ezt a távolságot, és azt a melegséget és közelséget. Érzéseink, gondolkodásunk és cselekedeteink például egész életünk során szorosan összefüggnek mindazzal, amit az anyaméhben érzekeltünk. Az első akusztikus táplálék a magzat számára az anya szívhangja, a szívverés ritmusa.

Az anyaméh „muzsikája” ismerős, biztonságot adó környezet. A zene az egyik legalapvetőbb, létfontosságú és a fejlődéshez nélkülözhetetlen táplálék.

Mindenfajta zene, függetlenül a kortól és a kultúrától, amelyben született őt alkotórészből épül fel: ritmus, dinamika, hangzás, dallam és forma.

A *ritmus* az idő tagolása. Segítséget nyújt a rendszerezéshez és ez által az ember rend iránti igényének kielégítéséhez. A ritmus két komponense a metrikus lüktetés és a folyamatos mozgás, amely az alkotóerőt képviseli. Az emberi életre vonatkoztatva az előbbi az emberi élet fix pontjainak, utóbbi, pedig az emberi szabadságnak felel meg.

Gertrud Katja Loos zene és mozgásterapeuta ennek megfelelően úgy értelmezi a ritmust, mint a rend keretei között megnyilvánuló szabadságot. A két pólus között megtalált egyensúlyt nevezi pszichés egészségnek.

Valamennyien a nappalok és éjjelek, a közelség és távolság, a munka és a szabadidő, a szeretet és a gyűlölet, az adás és az elfogadás, a befogadás és a kreatív alkotás ritmusában élünk. Ezen belül azonban mindenkinek saját életritmusa van. A várandósság alatt az anya szívritmusa készíti fel a magzatot az élet ritmusára. Az anyaméhben a gyermeket olyan ritmus veszi körül, amelynek létrehozásában neki tevélegesen nem kell részt vennie. Az anya szívverése tulajdonképpen egy hallható védőburok, amely biztonságot ad. A legtöbb ember szereti az egyértelmű ritmusokat, és amikor ilyet hall, tudattalanul visszaemlékszik életének erre a korai, az anyaméh biztonságában eltöltött időszakára. A techno, a kemény rock és a heavy metal, amelyet a fiatal generációk ma olyan szívesen hallgatnak, talán azért is nyerhetett teret korunkban, mert a mesterséges, szintetikus ritmus kifejezi a mai fiatalok vágyakozását a világos struktúrák, a biztos tájékozódási pontok iránt.

A *dinamika* görögül (dynamos: erő) elválaszthatatlanul összekapcsolódik a ritmussal. Az összefüggés a következőt jelenti. A gyermek nemcsak benne él és fejlődik az anya állandóan változó szívritmusában, hanem a gyorsuló, illetve lassuló szívveréssel egyidejűleg a halk és hangos, a magas és mély hangok egész skáláját is megtapasztalja. Az anya szívhangja nemcsak ritmusból áll, hanem mindazon építőelemekből is, amelyből minden zene a világon. Ha az anya sétál, szalad, pihen, félálomban van, a méhében fejlődő gyermek ennek megfelelően

megtapasztalja a gyors és a lassú tempót, és vele együtt a hangos és halk hangokat, amelyek vagy nyugalmat, vagy annak ellenkezőjét sugározzák.

A hangerőhöz kapcsolódó magas és mély hangok, megtapasztalása segíti később a gyermeket a dallamok megértésében. A méhben fejlődő gyermek elsősorban hallásán keresztül érzékeli - bár még biztos távolságból – a világot.

A szívesen hallgatott vagy épp elutasított zene dinamikája mindig összefügg saját életerőnkkel. A zenei dinamika tulajdonképp a saját tükörképünk. Előfordul, hogy valaki a zenét olyan dinamikával játssza, amely számára az életben, párkapcsolatában, munkájában hiányzik. Vagy épp olyannal, amely megfelel pillanatnyi lelkiállapotának.

A hangzást és a dallamot szintén már az anyaméhben megtapasztalja a gyermek, mivel magában a szívverésben, de azon kívül is számtalan különböző frekvencia, akkord és együtthangzás is hallható. Az édesanya csontjai, ízületei és emésztőszervei különös koncertet adnak. Az anya éneke, dúdolása szó szerint felejthetetlen marad a gyermek számára.

A magzat ugyanis nemcsak hallja, hanem el is raktározza magában az anya hangját, hogy azután a születést követően újra felismerje azt, akár ezer közül is.

A zenei hangzás egy ember számára egész élete folyamán a közelség, az intimitás, az odaadás és az egybeolvadás érzését adhatja, de előfordul, hogy nem így történik. Például a zeneterápiában, mikor a kapcsolati problémák sokszor éppen az együtthangzásokon keresztül válnak egyértelművé.

A zeneterápia a non-verbális pszichoterápiás eljárások közé sorolható gyógyító eljárás, melyet kétféle módon alkalmaznak. A zenével kapcsolatos tapasztalatunk lehet *receptív*, amikor a hallgatott zene ránk gyakorolt hatását éljük át, vagy *aktív*, amikor az általunk játszott (de másvalaki által komponált) zene hatását éljük át (pl.: zeneoktatás, színpadi előadás során). A zenét azonban

úgy is átélhetjük aktívan, mint saját személyiségünk kifejeződését. Amikor a zeneterápia során improvizálunk, pontosan ez történik. Lényege, az alkotó fantázia és az alkotó tevékenység ösztönzése, a belső világ kifejezésre juttatása.

A zenei *forma* az a keret, amelyben a zene többi alkotóeleme: ritmus, dinamika, hangzás és dallam megnyilvánul. Az anyaméhben fejlődő gyermek számtalan zenei formát megtapasztal. Vannak köztük nagy formák, például ha az anya táncol, forog, nevet és közben másokkal együtt hangosan énekel. Vagy, ha épp kiabál, lábával toppant, sikít és közben egész teste a lehető legnagyobb hangerővel, fortissimo muzsikál, súlyos sforzatók és erős hangsúlyok kíséretében. Az édesanya öröme vagy haragja egyaránt megnyilvánulhat hangosan. Mégis, már a magzat is felismeri, hogy a hangerő szeretetteljes-e vagy sem. Vannak a zenében kisebb formák, pl. a gyermekdalok egyszerű dallamvezetése, de léteznek olyan nagy formák is, mint az oratóriumok vagy szimfóniák, amelyek nemcsak jó benyomást tehetnek ránk, hanem nyomaszthatnak is. Az, hogy az ember melyik zenei formát kedveli különösen, és melyiket utasítja el, az illető személyiségétől is függ. Pszichológiai megközelítésben az anya által pozitívnak minősített zene a testérzet és a pozitív pszichés- emocionális reakció következtében a gyermekre is pozitív hatással lesz.

A születés élménye, amelyet a pszichoanalízis lelki megrázkódtatásként tart számon, életre szóló vágyat ébreszt az emberben, hogy visszatérjen a születés előtti időbe.

A zene, pedig hozzájárul ehhez a visszavágyódáshoz.

Felhasznált irodalom:

Bertolt Brecht (1970): Irodalomról és művészetről. Budapest, Kossuth Kiadó.

- Brown, Norman O. (1959): Művészet és Erősz. In: Bókay Antal és Erős Ferenc (1998): Pszichoanalízis és irodalomtudomány. Budapest, Filum Kiadó.
- Buda Béla (1978): Az empátia- a beleélés lélektana. Budapest, Gondolat Kiadó.
- Csibra István és Szerdahelyi István (szerk.) (1977): Esztétikai ABC. Kossuth Könyvkiadó.
- Csíkszentmihályi Mihály (1997): Flow. Az áramlat. A tökéletes élmény pszichológiája. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- Gyulai Elemér (1968): A látható zene. Budapest, Zeneműkiadó.
- Halász László (1967): Adalékok a műértékelő tevékenység pszichológiai vizsgálatához. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- Halász László (1972): A művészetpszichológia. /Tanulmánykötet/ Pedagógiai - pszichológiai közlemények.
- Halász László (1973): Művészetpszichológia. Budapest, Gondolat Könyvkiadó.
- Halász László (2002): A freudi művészetpszichológia – Freud, az író. Budapest, Gondolat Kiadói Kör.
- Hans-Helmut Decker-Voigt (2004): Zenével az életbe. Budapest, Medicina Könyvkiadó Rt.
- Kenedi János (1977) válogatta és jegyzetekkel látta el: A film és a többi művészet. Budapest, Gondolat Kiadó.
- László János (1998): Megértés és élvezet. A műbefogadás információfeldolgozási szempontú megközelítése. In: László János: Szerep, forgatókönyv, narratívum. Scientia Humana.
- Mátrai László (1973): Élmény és mű. Budapest, Gondolat Kiadó.
- Menuhin, Yehudi és Curtis W. Davis (1981): Az ember zenéje. Budapest, Zeneműkiadó.
- Mérei Ferenc (1985): Lélektani napló I. Budapest, Művelődéskutató Intézet.
- Németh Lajos (1970): A művészet sorsfordulója. Budapest, Gondolat Kiadó.
- Theodor W. Adorno (1998): A művészet és a művészetek. Helikon Kiadó.
- Tolsztoj, Lev (1964): Kreutzer szonáta. Budapest, Szépirodalmi Könyvkiadó.

Vigotszkij, Lev (1968): Művészetpszichológia. Budapest, Kossuth Könyvkiadó.

Vitányi Iván (1969): A zene lélektana. Budapest, Gondolat Kiadó.

Zofia Lissa (1978): A filmzene esztétikája. Budapest, Kiadó a Magyar Filmtudományi Intézet.

* A szerző a Pécsi Tudományegyetem Pszichológia Doktori Iskola
Szociálpszichológia Program hallgatója. Témavezető tanára: Prof. László János.