
Beogradska defektološka škola –
Belgrade School of Special Education
and Rehabilitation
Vol. 27, No. 2 (2021), str. 85-107

UDK 343.85(497.6)
364-786(497.6)
Stručni rad – Professional Article
Primljen – Received: 9.4.2021.
Prihvaćen – Accepted: 19.11.2021.

Komunikološke dimenzije zvuka u tretmanu zatvorenika

Damir NADAREVIĆ*

Kazнено-popravni zavod poluotvorenog tipa, Bihać, Bosna i Hercegovina

Za stvaranje prijatnog i stimulativnog okruženja u kojem se odvijaju tretmanske aktivnosti važni su i zvukovi koje zatvorenici čuju. Buka ne smije biti jedini zvuk koji ih okružuje jer ona ne ometa samo trenutno komunikaciju nego dovodi i do ozbiljnih poremećaja ponašanja, pa i oboljenja. Pored toga, i muzika koja potvrđuje pripadnost devijantnoj zatvoreničkoj subkulturi mora se kontrolisati. Odgoj za muziku mora biti dio preodgoja zatvorenika. Kod zatvorenika se mora razvijati osjećaj za lijepo, ukazivati na prave vrijednosti pa shodno tome moraju imati muzičku edukaciju kojom će moći razlikovati umjetnost od kiča. Odabirom odgovarajućih zvukova se može manipulirati i komunikacijskom i radnom klimom u zatvoru. Muzika i zvuci mogu smanjiti napetosti i ublažiti negativne efekte totalnih institucija kakva je zatvor. U ovom radu ćemo pokušati prikazati šta razumijemo pod pojmovima zvuk i zvučna vibracija, kako oni utječu na zatvorenike, na njihovo fizičko ali i psihičko stanje te, u konačnici, na komunikaciju, odnosno kako možemo upotrebom zvučne vibracije utjecati na raspoloženje i ponašanje zatvorenika. Posebna pažnja će biti posvećena utjecaju buke i ometajućih zvukova na zatvorenike, ali i zvukovima koji mogu pomoći u tretmanu zatvorenika, zvučnoj terapiji.

Ključne riječi: zvuk, muzika, zatvorenik, resocijalizacija

* Damir Nadarević, damir.nadarevic2@gmail.com

Uvod

Zvuk je prva stvar s kojom se srećemo na početku svakoga dana. Dio je našega okruženja tako da ga vrlo često nismo ni svjesni. Zvuk čujemo kada komuniciramo, govorimo, slušamo muziku, on je nosač informacija u obliku znakova upozorenja, npr. zvuk budilnika, telefona, automobilske sirene, sirene za uzbunu.

Zvuk registruje dio mozga zadužen za emocije i čulne doživljaje prije nego oni dođu do centara upravnog dijela mozga odgovornih za razum i inteligenciju. Nešto slično kao i kod mirisa. Osoba koja čuje zvuk je izložena utjecaju emocija čak i kada to ne želi. Nerijetko, kada slušamo muziku samo u instrumentalu ili pjesmu na jeziku koji ne razumijemo, koža nam se naježi, raspoloženje nam se promijeni, promijeni se puls, otkucaji srca itd. Dakle, informaciju nije „preradio“, veliki mozak a ona je ipak utjecala na cijelo tijelo. Ova činjenica se iskorištava u reklamama ili drugim oblicima propagande. Bojni poklič je praćen domoljubnim pjesmama. Muzika nas vodi u borbu. Krećemo intuitivno. Kaže se „muzika diže moral“. Cilj muzike je da aktivnosti koje prati postanu emocionalna a ne logična akcija. Ovu činjenicu iskorištavaju i njome manipulišu i terapeuti i marketinški stručnjaci, ali i pedagozi i psiholozi. U radu pokušavamo utvrditi stvarne učinke muzike na čovjeka proizlazeći iz fizičkih svojstava zvuka i potrebe organizma po usaglašavanju vibracija sa okolinom, emocionalne, kognitivne i biheviorističke reakcije čovjeka na zvuk i muziku, ali i njen utjecaj na komunikaciju te rehabilitaciju.

Zvukovi, također, često ugrožavaju i uznemiravaju čovjeka. S obzirom da mnoge događaje prate zvukovi njihovim generisanjem stvara se buka koja je nepoželjna i neprijatna za čovjeka. Doživljaj buke je individualan. Za nekoga muzika može biti umjetnički doživljaj dok je za drugoga to nešto vrlo iritirajuće, posebno ako je glasna i ako se javlja u vrijeme spavanja ili aktivnosti koje zahtijevaju visoku koncentraciju. Također, i ocjena jačine zvuka je individualna te ovisi od mjesta i vremena. Škripa dasaka na podu u podne se neće ni primijetiti, međutim u večernjim satima može biti itekako iritantna. Zatvorenički kreveti su najčešće željezni i stavljani jedan na drugoga, „na sprat“. Njihovo škripanje prilikom okretanja zatvorenika u krevetu će proći neprimijećeno u toku dana, navečer može biti ozbiljan uzročnik konflikata, ne samo zatvorenika koji spavaju jedan ispod drugoga, nego i svih drugih zatvorenika koji imaju problema sa spavanjem. S obzirom na činjenicu da je

u jednoj sobi smješteno više zatvorenika, hrkanje, škriganje zubima, puštanje vjetrova, kašljanje i sl., za vrijeme spavanja, može biti razlog konflikata i izolacije osobe koja proizvodi takvu buku.

Želimo li razumjeti snagu zvuka i njegov utjecaj na čovjeka, moramo ukazati na njegovu ulogu u stvaranju psihičke i fizičke ravnoteže neophodne za nesmetano odvijanje svih životnih procesa. Ravnoteža je posebno značajna u zatvorskom okruženju, gdje su inicijatori njenog narušavanja gotovo neograničeni. Pokušaćemo utvrditi šta to zaista smeta zatvorenicima i kako stvoriti zvučnu „zavjesu“ za tretmanske aktivnosti u zatvoru. U radu smo metodom eksplikativne analize detaljnije proučili predmet istraživanja, doprinijeli njegovom objašnjenju i utvrđivanju postojanja veza između zvuka i komunikacije, te resocijalizacije zatvorenika. Etnografska metoda kvalitativnog promatranja omogućila nam je „uranjanje“ u fenomenološku kompleksnost zatvoreničke zajednice i odnosa unutar nje, kvalitetnije opažanje zajednice, veza, korelacija i uzroka pojava. Autor u svojstvu istraživača kao perifernog člana (*peripheral-member-research*) dolazi u blisku interakciju sa zatvorenicima, bez sudjelovanja u aktivnostima koje su bit skupnog pripadništva. Takav „status“ mu omogućava nepristranost, ali i daje mogućnost višestruke interpretacije stvarnosti te uočavanja širine i kompleksnosti utjecaja različitih „vanjskih“ faktora na odnose u zatvoru; u konkretnom slučaju, utjecaju zvuka i muzike.

*Utjecaj zvuka na čovjeka**

Značajna karakteristika zvuka je rezonanca. U našem tijelu je svaka ćelija zvučni rezonator koji se odaziva na zvuk izvan tijela iz okoline. Neki autori (na primer, Andrews, 2004) tvrde da se svaki organ, kao grupa ćelija sa sličnom vibracijom, odaziva na određene vibracije iz okoline, te da se na zvučne vibracije odazivaju i tjelesni sistemi te emocionalna, mentalna i duhovna stanja svijesti. Ljudsko tijelo razumije kao bioelektrični sistem na kojega možemo utjecati pomoću rezonancije nekoga zvuka koji pustimo. Ovaj autor smatra da je čovjekovo tijelo sposobno rezonirati ili usuglasiti

* Zvuk je mehaničko titranje čestica medija kojim se širi. Zvuk ne putuje samo po zraku. U vodi putuje brže i s većom silom nego kroz zrak. Sjetimo se djetinjstva kada smo se šalili s prijateljima koji su zaronili na način da smo udarali kamen o kamen proizvodeći na taj način nekoliko puta jači i iritantniji zvuk nego što bi on bio da smo to radili izvan vode. Ukoliko znamo činjenicu da 75 procenata ljudskog tijela čini voda, možemo pretpostaviti kakav utjecaj zvuk ima na čovjekov organizam.

se s bilo kojom zvučnom vibracijom, pozitivnom ili negativnom. Zato treba biti pažljiv na zvukove u našoj okolini jer rezonanca može imati blagotvoran ili štetan učinak (Andrews, 2004). Autor ide dalje i tvrdi da naš mozak vibrira i proizvodi elektromagnetne frekvencije koje se kao i kod zvuka mjere hercima te smatra da zvukom kao izvorom energije možemo utjecati i na elektromagnetno polje čovjeka. Pojednostavljeno, mijenjanjem frekvencija zvuka, odnosno vibriranja energije može se utjecati na čovjeka, na njegov mozak i stanje svijesti. Različita stanja svijesti mogu dovesti do poboljšanja kreativnosti, raspoloženja, emocionalnog stanja i slično, ali i do uznemirenosti, agresije, euforije. Imali smo priliku vidjeti da ljudi različito reaguju na različitim okolnostima. Jedni su neuobičajeno smireni iako je oko njih pravi kaos, dok drugi u toj situaciji vrlo burno reaguju. Razlike u reakcijama su posljedica utjecaja moždanih valova u datom trenutku. Neurofiziološka istraživanja su pokazala da muzika može aktivirati centre u mozgu koji regulišu raspoloženje, socijalne spretnosti, razvoj motivacije, svijest o kulturi, estetici i samodisciplini (Jensen, 2000).

Pogledajmo konkretno kako različiti zvučni talasi utječu na raspoloženje i psihičke sposobnosti čovjeka (Hrovatin et al., 2017; Puhalović, 2007):

1. *Gama talasi* – su u rasponu od 30 do 44 Hz. Frekvencija od 40 Hz omogućava da se čovjek prisjeti zaboravljenih stvari, a sve frekvencije iznad 30 Hz su idealne za razmišljanje, integriranje misli, procesuiranje informacija. Međutim predugačak period izloženosti gama talasima vodi u stres.
2. *Beta talasi* – imaju frekvenciju od 12 Hz do 30 Hz. Karakteristična je za „brze“ aktivnosti. Kod osoba koje drže govor ili predavanje ili pak sudjeluju u nekoj raspravi mozak emitira beta talase. To je stanje u kojem se nalazi mozak kada imamo otvorene oči, kada smo budni i kada slušamo, razmišljamo i rješavamo analitičke probleme, odlučujemo, procesuiramo informacije itd. Također, kao kod gama talasa, predugo izlaganje beta talasima dovodi do stresa. Ovu frekvenciju možemo koristiti da nas malo „podigne“ kada smo potišteni.
3. *Alfa talasi* – imaju frekvenciju od 8 Hz do 12 Hz. Ovo je stanje kada imamo osjećaj opuštenosti i smirenosti i pogodno je za obavljanje svih poslova. Alfa stanje je povezano s otvorenosću i kreativnošću, vidimo svijet pozitivno i smireni smo. Najznačajnije je pri učenju i korištenju naučenih informacija pri radu. Alfa stanje se može potaknuti kada zatvorimo oči i duboko dišemo. U vrijeme kada smo bili

djeca roditelji su nam govorili kada smo uznemireni da, udahnemo i brojimo do 10, da bi se smirili, time bi mozak doveli u stanje alfa. Frekvencije od 10 Hz utječu na pojačano lučenje serotonina i podizanje raspoloženja. Muziku te frekvencije možemo dugo slušati jer nas opušta a i dalje smo vrlo aktivni. Obično nismo ni svjesni te muzike, međutim na nas djeluje stimulativno.

4. *Teta talasi* – imaju frekvenciju od 4 Hz do 8 Hz. Teta talasi omogućavaju „laganu“ moždanu aktivnost. Utječu na kreativnost, intuiciju, sanjarenje i fantaziranje, uspomene, emocije i osjećaje. U stanje teta moždane aktivnosti se dovodimo za vrijeme meditacije, joge i spavanja. Neravnoteža theta talasa ukazuje na bolest i stres. Kod osobe koja prilegne da odmori poslije posla mozak se dovodi u teta stanje. Često se dešava da nas monotoni poslovi znaju iz beta aktivnosti prebaciti u teta. Iz osobnog iskustva autora je da je za vrijeme trčanja dobio najbolje ideje za rješenje nekoga do tada teškog rješivog problema. Razlog tome je što se za vrijeme trčanja dovodimo u stanje „mentalne relaksacije kada mozak emitira alfa talase, a prelaskom u theta fazu dolazi do stvaranja ideja. U takvom stanju rad koji obavljamo zapravo vršimo automatski i mentalno se odvajamo od posla što dovodi do stvaranja slobodnog toka ideja“. U opsegu teta stanja mozga na frekvenciji od 6,3 Hz potiče se učenje i povećava zadržavanje sjećanja.
5. *Delta frekvencija* – je ispod 4 Hz i pojavljuje se u dubokom snu. U delta stanju kao da lebdimo, smanjena je svijest o vanjskom svijetu. U tom stanju imamo pristup informacijama u našoj podsvijesti. Frekvencija nikada ne pada do nule jer to predstavlja moždanu smrt. Delta talasi relaksiraju. „Kada se spremamo na spavanje dok čitamo knjigu mozak nam se vjerojatno nalazi u donjoj granici bete međutim kako polako tonemo u san naš mozak počinje emitirati alfa valove, zatim teta i kad zaspemo delta valove“ (Puhalović, 2007, str. 4).

Dakle, vanjskim zvukovima određene frekvencije utječemo na mozak (koji se usklađuje s tim zvukom) i dovodimo ga u željeno stanje. Zvuk djeluje na nas na četiri načina: fiziološki, psihološki, kognitivno i spoznajno (Hrovatin et al., 2017).

Glas čovjeka također može utjecati na ponašanje čovjeka*. Piskutavi, histerični glasovi su iritantni. Na drugoj strani topli, duboki glas nam daje pouzdanje i ukazuje na vjerodostojnost i psihičku stabilnost. Ljudi u nekim dijelovima svijeta vjeruju u ljekovita svojstva čovjekovog glasa. Poznati su nam primjeri šamana koji mantrama istjeruju zle duhove ili ljudi koji čitanjem dijelova Kur'ana „istjeravaju džine iz ljudi“, te dovođenja u ekstazu vjernika s oltara nekih crkava. Mudri je Salomon rekao: „Riječ izgovorena u pravo vrijeme zlatna je jabuka u srebrnoj čaši“. Raspored samoglasnika i suglasnika u riječi može utjecati na ravnotežu čovjeka. Dobro to znaju ljudi koji se bave marketingom kada prave reklame**.

Ritam, melodija i harmonija su temeljne komponente zvuka koji ima terapeutsku funkciju (Andrews, 2004). Ritmom muzike možemo utjecati na emocije i umna stanja, s harmonijom na deprimiranost itd. Ritam je sastavni dio čovjekovog organizma – otkucaji srca, puls, cirkulacija, disanje su ritmični i naš život zavisi od te ritmičnosti. Zvukovi koje slušamo mogu mijenjati, narušiti ili uskladiti tu ritmičnost. Pomoću zvuka možemo manipulirati čovjekom i njegovim stanjem. Istraživanje o zvuku i „moći muzike“ je, za potrebe britanskog društva za zaštitu prava glazbenika *Performing Right Society* provela autorica Sju Halam (Sue Hallam) iz Instituta za obrazovanje Londonskog sveučilišta. Rezultati istraživanja su objavljeni u istoimenoj brošuri (Ferić Jančić, 2003). U nastavku ćemo se upoznati sa spoznajama do kojih je došla autorica i konkretnim utjecajima muzike na čovjeka.

Moć muzike

Različiti nosači zvuka su po industrijskoj revoluciji postali masovna sredstva komuniciranja gdje pojam masovnosti ne proizlazi samo iz njihove namjene većem broju ljudi (iako je i to), nego iz činjenice široke dostupnosti

* Boja glasa (pored intenziteta i visine) je važan komunikacijski faktor. Ukazuje na spol, dob, raspoloženje, osjećaje, zdravlje, Boja glasa ovisi o organskim osobinama čovjeka, o stečenim anatomsko-fiziološkim karakteristikama, ali i od kulturnog okruženja. Dublji glas je posljedica lučenja više testosterona (hormonalne promjene su posljedica i mijenjanja glasa u pubertetu) što je opet povezano s muževnošću, većom mišićnom masom, snagom. Takvi muškarci su ženama privlačniji jer su im evolucijski, mogli pružiti zaštitu, snagu, skrb. Na drugoj strani muškarcima su privlačnije žene višeg glasa jer ih muškarci doživljavaju sitnijim, uskog struka i širokih bokova (Bauer, 2018).

** Sjećam se reklame za neki deterđent u kojoj žena viče na supruga Eeeemiiiiiee. S razlogom je izabrano ime sa većim brojem samoglasnika jer njihov izgovor naglašava emocionalno stanje žene.

i masovnog korištenja. Svako domaćinstvo ima nekoliko uređaja koji prenose zvuk. Masovnost medija pojeftinjuje sadržaje a time i omasovljava konzumente. U kvantitetu se vrlo često gubi kvalitet* (ne nužno, međutim, u muzici se to dogodilo). Muzika postaje nešto uobičajeno, nešto na šta se ne obraća pažnja. Postala je dio svakodnevice, kao nešto što se podrazmijeva da nas prati u gotovo svim našim aktivnostima. Međutim, muzika nije samo zvučna kulisa, nešto što dopunjava opći dojam o ambijentu, nego puno više od toga. „Na individualnoj razini ona je moćna jer može izazvati višestruke reakcije – psihološke, reakcije pokreta, promjene raspoloženja, emocionalne, kognitivne (spoznajne) i biheviorističke (na razini ponašanja)” (Ferić Jančić, 2003, str. 2). Muzika nas smiruje, međutim i potiče na borbu (primjer ratnih bubnjeva, domoljubnih pjesama i slično). smanjuje dosadu i zabavlja. Stvara osjećaj ugone ali i tuge i sjete**. Djeluje terapijski. Muzikom se potrošači potiču na kupnju, uspavljuje beba, pjeva djevojci ispod prozora, muzičku „pratnju” imaju gotovo sve ceremonije: sahrana, rođenje, vjenčanje, odlazak u vojsku, podjela diploma, sportska takmičenja itd. Himnu države slušamo s rukom na srcu, gestom koja pokazuje duboku domoljubnost itd. Muzika određuje kulturnu, subkulturnu, generacijsku, socijalnu, geografsku, etničku, pa i političku pripadnost. Haus i reyv muzika se povezuju s ekstazijem, rokenrol i hevi metal s agresivnošću, klasična muzika sa smirenošću a turbo-folk s primitivizmom, ali i sve češće s nasilničkim ponašanjem, tučom i pucnjavom. Dakle, muzika ukazuje na neke osobine ličnosti čovjeka (ne ulazimo u raspravu da li je od osobina ličnosti ovisno koja se muzika sluša ili vrsta muzike utječe na izgradnju ličnosti).

Polazimo sa stanovišta da se muzikom može utjecati na ponašanje, psihičko stanje i komunikaciju zatvorenika. Pogledajmo egzaktne podatke o utjecaju muzike na čovjeka do kojih je došla Sju Halam (Sue Hallam) u svome istraživanju (Ferić Jančić, 2003):

* Zbog navedenoga korištenje medija u zatvoru potrebno je ograničiti na razvijanje temeljnih (apolonskih) vrijednosti (poštenost, dobrotu, razumijevanje s partnerom, marljivost, djecu, prava, istinu (Musek, 2000: 29). Tačnije, na sadržaje koji će razvijati kognitivne sposobnosti, profesionalne kompetencije, moralne i nadograđujuće vrijednosti i koji će objektivno (istinito) informirati. „Pored toga, dugoročnije posmatrano, osuđene osobe se moraju medijski opismenjivati, planski, kontinuirano i stručno ih obučiti za recepciju i percepciju medijskih sadržaja, te osposobiti za kritičku dekonstrukciju mas-medijskih poruka” (Nadarević, 2017, str. 68).

** U skladu s navedenim moramo znati da, utjecaj muzike prevazilazi i kulturološke specifičnosti. U svim kulturama, pa i u zatvoreničkoj subkulturama, lagana muzika dovede čovjeka do tužnoga raspoloženja. Ta reakcija razumljiva jer kada smo tužni emitujemo tihe zvukove. Na drugoj strani kada smo napeti i ljuti, glasne žice se zategnu i zvukovi su ojačani.

1. *Fiziološke funkcije* – Temeljeći svoje spoznaje na nizu istraživanja provedenih u svijetu o utjecaju muzike na različite fiziološke aktivnosti – otkucaje srca, osjetljivost kože, ritam disanja, krvni tlak, napetost mišića, reakcije u motorici i položaju tijela, temperaturi prstiju i perifernih dijelova kože, volumenu krvi i grčanju želudca itd. došlo se do spoznanja da muzika utječe na fiziološko uzbuđivanje u očekivanom smjeru, t.j. uzbuđljiva muzika povećava uzbuđenje a lagana djeluje suprotno. U istraživanu provedenom u Velikoj Britaniji, jedna autorica (Ann Savan) je dokazala da su djeca, inače problematičnog ponašanja, bila mirnija i više koncentrirana na zadatak prilikom slušanja Mocartove muzike. Broj otkucaja srca, krvnog tlaka i temperature su smanjeni. Pretpostavlja da je do toga došlo zbog povećanja proizvodnje endorfina u mozgu koji je snizio krvni tlak. Pored toga smanjena je količina kortikosteroida i adrenalina čime je usporen metabolizam. Dakle, muzika utječe na biofiziološke mehanizme u organizmu (Ferić Jančić, 2003, str. 8) koje za posljedicu imaju promjene i u ponašanju. Odgovarajućim ritmom u muzici uvodimo tijelo u mirnije i dublje disanje što ima umirujući učinak na tijelo. Obrnuto kod brzoga ritma počinje i brzo disanje (Menen, 2002). Muzika utječe na hipotalamo-hipofiznu osu i preko nje na otpuštanje hormona i kortizona. Pod utjecajem muzike se povećava izlučivanje ženskih spolnih hormona iz jajnika koji štite ženu od djelovanja stresnih hormona (Nelson et al., 2008). Pri slušanju muzike povećana aktivnost hipofize neposredno utječe na djelovanje ostalih žlijezda i to na štitnu žlijezdu, nadbubrežnu žlijezdu te spolne žlijezde, a svi ti hormoni utječu na živčani sistem i krvotok*. U zatvoru često vidimo zatvorenika sa slušalicama u ušima kako ubrzano hoda po dvorištu. Sluša muziku koju je sam odabrao (ili neko njemu drag), „isključuje” se iz sredine u kojoj se nalazi, muzika ga potiče na tjelesnu aktivnost i fizički se umara kako bi mogao lakše zaspati. Dakle, muziku koriste za relaksaciju i „samoizolaciju” iz sredine u kojoj ne žele biti.

2. *Motoričke radnje* – Često nas muzika „ponese” i kada čujemo taktove neke pjesme zaplešemo. Prilikom treninga često slušamo muziku. Na nekim maratonima i ultra maratonima je zabranjeno slušati muziku jer se smatra stimulansom. Istraživanja su pokazala da se slušanjem umirujuće muzike može smanjiti napetost mišića.

3. *Raspoloženje, uzbuđenje i osjećaji* – Polagana i tiha muzika može utjecati na smirivanje dok stimulativna muzika ima obrnuti učinak. Muzičke

* Studija na Univerzitetu Mčigen iz 1993. je pokazala, da 15-minutna izloženost muzici u pravilu povišuje nivo interlevkina 1, što je pokazatelj poboljšanog djelovanja imunološkog sistema (Menen, 2002).

oznake dura i mola upravo ukazuju na radost ili tugu. Često smo imali osjećaj da nam se naježi koža, da osjećamo trnce niz leđa, steže nas u grlu, na rubu smo plača ili zaplačemo kada čujemo neku pjesmu. Dakle, muzika pridonosi promjeni raspoloženja i povećava uzbuđenje i pažnju (Ferić Jančić, 2003). Utjecaj muzike na čovjekove emocije je dobro poznat i često se koristi u filmskoj industriji. Različitom muzičkom podlogom filmski scena stvori se osjećaj mira, napetosti, uzbuđenja ili romanse. Uspavanke su oduvijek korištene za umirenje i uljuljavanje djece prije spavanja. Muzikom se također neverbalno izražavaju osjećaji čime postaje korisno terapijsko oruđe u nekim okolnostima. Reakcija na muziku je vrlo često ovisna od spola, starosti, pripadnosti nekoj društvenoj grupi i slično. Prilikom dolaska zatvorenika u zatvor oduzimaju im se svi „nosači zvuka“ dok se ne provjeri da li mogu snimati zvuk. Zatvorenici se poslije toga obraćaju molbom da im vrate uređaje za slušanje muzike ističući da ih muzika smiruje, da ne žele „slušati svakakve priče“, da žele imati mir.

4. *Ponašanje* – Muzika utječe na ponašanje i kada smo toga svjesni i kada nismo. Ekstreman primjer nesvjesnog utjecaja muzike na čovjeka je padanje u trans derviša uz zvuke kudum bubnja. Inače primijećeno je da bubnjanje u ritmu osam do 13 udaraca u sekundi u raznim kulturama može izazvati netipično ponašanje (Ferić Jančić, 2003). Pored toga, muzika koja nam se ne sviđa, koju nismo sami odabrali može biti iritantna, može utjecati na naše ponašanje i osjećaje. Dok muzika koja se nekome sviđa može ga „naći i pogoditi“, pa lomi čaše, dolazi u stanje slično ekstazi, samopovrjeđuje se i sl. U nekim kafanama u kojima se sluša narodna muzika još uvijek se može naći na zidu uokvirena tablica s molbom vlasnika „Mole se gosti da ne lome inventar“, upravo zbog pjesama koje u kombinaciji s konzumiranjem alkohola smanjuju inhibitorne mehanizme ali i djeluju terapijski kao odgovor na nagomilane frustracije, kao katarza. Naša emocionalna reakcija će biti uvjetovana prijatnim ili neprijatnim sjećanjem koje se s tom muzikom povezuje. Zbog toga naizgled beznačajna pjesma može rezultirati izljevom burnih emocija. Utjecaj muzike na ponašanje posebno je značajan u zatvoru, gdje okolina nudi malo informacija i svaki poticaj ima višestruko značenje. Muzika može podsjetiti na lijepe trenutke s porodicom, na suprugu i djecu, ali i na razuzdano ponašanje za vrijeme njihovih noćnih izlazaka i sl. Sve to može potaknuti vrlo emotivne reakcije koje će biti dobar pokazatelj i ličnosti zatvorenika i dati informacije bitne za planiranje i realizaciju tretmana. Pri tome moramo paziti na slijedeće:

- *Veselje/žalost* – doživljaj muzike je subjektivan i ovisan od toga kako se osjećamo u određenom trenutku. Slušanje neke tužne pjesme ne

mora nas ražalostiti. Poznato je rezignirano i sjetno stanje koje ne mora ukazivati na depresiju, nego čak stvara prijatni osjećaj.

- *Visina tona* – niži tonovi čine nas potištenima, a viši tonovi razdražanima. Visoki tonovi violine nam daju poticaj, srednji tonovi akustične gitare nas umiruju.
- *Jačina zvuka* utječe na naš emocionalni doživljaj muzike. Tiši zvuk djeluje opuštajuće, glasniji poticajno. Isto tako poželjno je da u prostoru ne vlada potpuna tišina. Umjerena „buka“ zahtijeva da se naš mozak „bori“ za obradu podataka i tjera ga na kreativnost. Međutim, velika buka slabi mogućnost kreativnog mišljenja jer smo preopterećeni dok se mozak bori za učinkovitu obradu podataka. „Utvrđili su također da sportaši postižu bolje rezultate kada slušaju muziku jer muzika „preglasa krike u mozgu“ da smo umorni i da nam je potrebna pomoć“ (Hrovatin et al., 2017, str. 37). Dakle, muzika može „zavarati“ procjenu naših mogućnosti, pomjeriti granice i potaknuti na bolje rezultate kako u fizičkim tako i u intelektualnim aktivnostima.
- *Predvidivost zvuka* – predvidivi zvukovi djeluju umirujuće, dok nepredvidi energizirajući, ometaju rad i koncentraciju jer stalno isčekujemo šta je slijedeće.
- *Ljudski i mehanički zvukovi* – muzika „uživo“ ima na nas veći emocionalni utjecaj od neke mehaničke muzike ili muzike koju slušamo na nekom nosaču zvuka. Reakcije su jače ako muziku stvara čovjek nego ako je stvorena mehanički.
- *Izbor muzike i osobne karakteristike* – „Istraživanjem na Harriot-watt University su utvrdili da na temelju 10 omiljenih skladbi slušalaca s priličnom sigurnošću možemo utvrditi njegove lične karakteristike“ (Hrovatin et al., 2017, str. 37). Međutim, navedeno istraživanje ipak ne daje odgovor na pitanje da li je muzika uzrok ili posljedica određenog ponašanja ili karakteristika. Odnosno, da li različiti tipovi ličnosti slušaju tačno određenu muziku, ili se zbog slušanja određene muzike izgrađuje određeni „tip“ ličnosti. Kada uđemo u prostor u kojem se čuje muzika koju ne preferiramo najčešće ne izlazimo iz toga prostora nego je „trpimo“, kada smo u društvu koje sluša određenu muziku rijetko ćemo se isključiti iz toga društva jer ne slušamo tu muziku, dapače ići ćemo čak i s njima na koncerte ukoliko nas pozovu, zbog druženja. Poznate su vrlo introvertne osobe koje se na zvuke hevi metala, pankaa i sl. poprilično razuzdaju,

pristojni poslovni ljudi razbijaju čaše uz pjesme turbo-folka jer ih „pjesma pogodi“ ili agresivci postaju emotivci i plaču na neki „sentiš“. Dakle, skloniji smo razmišljanju da muzika može dovesti do promjena trenutno, na određenom mjestu i u određeno vrijeme. Za strukturalne promjene ličnosti potrebno je mnogo više, potrebno je raditi na odgoju za muziku.

5. *Intelektualna stimulacija* – Prema nekim istraživanjima ljudi koji sviraju neki instrument imaju manje problema s rješavanjem kompliciranih matematičkih zadataka*. „U istraživanjima je ustanovljeno da klasična muzika poboljšava mentalnu pažnju u poređenju s tišinom gdje su bili postignuti slabiji rezultati. Međutim, ukoliko moramo obavljati mentalni posao opterećava nas muzika koja ima riječi u jeziku koji razumijemo“ (Hrovatin et al., 2017, str. 35)**. Razmišljamo o sadržaju muzike i time odvrćamo pažnju od naših aktivnosti.

U vezi s ovim je tzv. „Mocart efekt“. Pretpostavilo se da se slušanjem kompozicija Wolfganga Amadeusa Mocarta može poboljšati memorija i povećati koeficijent inteligencije. Studija provedena 1993. godine na Univerzitetu Kalifornija od strane skupine studenata pokazala je da oni koji slušaju Mocarta, posjeduju veću vještinu prostornog rezoniranja (Bedić, 2016). Eksperiment se provodio na grupi od 36 studenata koji su poslije deset minutnog slušanja Mozartove muzike konkretno Sonate za dva klavira u D-duru „K.448“ rješavali IQ testove. „Retest je pokazao porast inteligencije za osam do devet jedinica. Ovaj efekat trajao je 10-15 minuta i zasnivao se na porastu tzv. *spacijalno-temporalnog rasuđivanja* koje se najviše koristi u matematici i prirodnim naukama, a predstavlja i važan dio vještine kod hirurga,

* „Istraživanja električne aktivnosti mozga pokazala su da raspored tzv. tonotopične mape (putanje u mozgu koje učestvuju u određivanju tona odsviranog na klaviru) u slušnoj zoni moždane kore umnogome liče na klavijaturu, sa jednakim razmacima između oktava. *Ove mape su za oko 25% veće tj. razvijenije kod ljudi koji se bave muzikom!*“ (Efekti muzike, 2010).

** Platon daje posebne veliki značaj muzici u odgoju (čuvara države). „Ako se, dakle, neko suviše predaje muzici, onda pušta da ona kroz njegove uši, kao kroz lijevak, ulijeva u dušu glasove frule i puni je onim sladunjavim, blagim i sentimentalnim melodijama i onda cijeli život provede pjevajući i oduševljavajući se pjesmom; on će, doduše, ako je sklon odvažnosti u prvi mah omekšati svoju volju kao što se omekšava gvožđe i načiniće nešto korisno od onoga što je bilo neupotrebljivo i kruto. Ali, ako produži da svoju volju neprestano ovako omekšava, onda će se ona rastopiti i razliti, on će je, najzad, sasvim ugušiti, svojoj duši, tako reći, odrezati mišiće, a od sebe načiniti „mlitavog borca“ (Platon, 2002, prev.: XVIII). Upravo ovakav Platonov stav uveliko koincidira sa svrhom izvršenja krivičnih sankcija. Kod zatvorenika treba razvijati inhibitorne mehanizme, da svoju „sirovu“ snagu i nagone nauče kontrolirati i usmjeravati ka društveno prihvatljivim rješenjima problemskih situacija.

pilota, arhitekata, umjetnika i inženjera, kao sposobnost „viđenja” i manipulisanja predmetima u trodimenzionalnoj ravni”. Međutim, iako dobro pripremljen i objašnjen putem matematičkih formula, kasnije se pokazalo da je utjecaj Mocartove muzike precijenjen*. Odnosno da pozitivan utjecaj muzike na kognitivne sposobnosti ne treba pripisivati samo Mocartovoj muzici, nego muzici koja nam se sviđa, bez obzira na autora i žanr (Bedić, 2016).

Terapeutska uloga muzike

Terapeutska uloga zvuka proizlazi iz ranije spominjanog usklađivanja vibracija tijela s vibracijama zvuka iz okoline. Princip usklađivanja frekvencija je još 1656. godine otkrio nizozemski znanstvenik Kristijan Hajgens (Christiaan Huygens). Naime, utvrdio je da kada satove s neusklađenim njihanjem klatna objesimo na jedan zid „nakon nekog vremena svi će satovi biti usklađeni na istu frekvenciju i to tako da čak ni mehaničkom intervencijom ne bi postigli bolju usklađenost” (Puhalović, 2017, str. 12). Slična stvar se dešava i sa čovjekovim mozgom. Dakle, pomoću zvuka je moguće postići harmoniju naših moždanih talasa, doći u stanje alpha, čak i theta, opustiti se i postići unutarnji mir. U zatvorskoj okolini, gdje je vrijeme kazna dovođenje u stanje „bezvremenosti”, nesvjesnosti vremena i prostora je želja svakoga zatvorenika (iz ovih razloga pojačano koriste i psihofarmatike). Upravo muzika im može pomoći da se dovedu u to stanje. Na tržištu postoje brojni programi i audio cd-i sa već snimljenim zvukovima koji putem stereo slušalica proizvode binauralni zvuk u našem mozgu „stvarajući tako sinhronicitet između naših moždanih polutki omogućavajući tako da se naš mentalni kapacitet kreativnije oslobodi” (Puhalović, 2007, str. 9)**. Postoje i uređaji koji relaksiraju muzikom uz biofeedback***. Naime posebnim uređajem se uz pomoć EEG-a snimaju moždani talasi neke osobe koji se prerađuju

* Istraživanja provedena na djeci starosti do devet mjeseci su potvrdila da izloženost muzičkim ritmovima poboljšava sposobnost raspoznavanja ritmičkih modela u govoru. Djeca pomoću muzike prije progovore a time muzika ima i utjecaja na kognitivni razvoj (Bedić, 2016).

** „Sličan se efekt može postići i na drugačije načine. Primjerice kroz povijest starije civilizacije su to radile bubnjevima koje su koristile u posebno dizajniranim akustičnim prostorima (primjerice Stonehenge). Binauralna relaksacija dakle spada u područje relaksacije mozga uz pomoć muzike (Brainwave music entrainment)” (Puhalović, 2007, str. 9).

*** *Biofeedback* se zasniva na vještini čovjeka da svojevolumno kontroliše autonomne funkcije svoga tijela, npr. disanje, broj otkucaja srca, krvni tlak itd. Ranije se smatralo da se na te stvari ne može utjecati, međutim to su demantirale osobe koje se bave jogom (Puhalović, 2007, str.10).

(posebnim algoritmima) u muziku namijenjenu samo toj osobi. Takva muzika joj pruža relaksirajući doživljaj, riječ je o „*Brain music therapy*“. Dakle, prilikom korištenja muzike u terapijske svrhe ne radi se samo o pukom slušanju različitih kompozicija nego postoji izgrađen instrumentarij kojim se nastoje postići tačno određeni efekti. Pri tome se ne isključuje da muzika namijenjena „širokim masama“ može imati utjecaj na njih. Međutim, ovdje govorimo o tačno „doziranoj“ i kontroliranoj terapiji muzikom i zvukom.

Profesorica Sju Halam (Sue Hallam) (Ferić Jančić, 2003, 14-19) na temelju provedenih istraživanja daje pregled korištenja muzike u medicini. S obzirom da su bolnice totalne ustanove ove spoznaje mogu biti korisne i za korištenje muzike u zatvorskom okruženju. Pogledajmo rezultate do kojih je došla autorica:

1. *prevencija i obrazovanje* – akcije koje prati muzika, promocije i sl. lakše „uđu u uho“, npr. ljudi su lakše pamtili tehnike oživljavanja uz muziku, hip-hop muzika je pomogla kod promoviranja programa o HIV/AIDSu itd.

2. *smanjenje tjeskobe, opuštanje i izazivanje osjećaja ugođe* – u čekaonicama prije operacija, na liječenju kemoterapijom i sl. Pridonosi fiziološkoj opuštenosti i smanjenju straha. Kod kiropraktičkih intervencija primijetna je veća opuštenost mišića, kod smanjivanja straha pacijenata i djece pri zubarskim zahvatima, te kod najtežih oboljenja povećana je motiviranost za liječenje itd. Pojedini autori (Knight & Rickard, 2001, prema Hrovatin et al., 2017) su mjerili subjektivne i fiziološke parametre stresa na način da su učesnike ispostavili kognitivnim i emocionalnim stresorima. Utvrdili su da je prisustvo muzike značajno smanjilo subjektivni doživljaj tjeskobe, snižavalo sistolički krvni tlak i brzinu kucanja srca. „Muzika može potaknuti lučenje endofrina koji utječu na prijatan osjećaj (dopamin – hormon sreće). Anesteziolozi tvrde da nivo stresnih hormona u krvi bitno spada kod onih koji slušaju opuštajuću muziku“ (Hrovatin et al. 2017, str. 35). Također postoje tehnike koje sinhroniziraju otkucaje srca i muzičkog ritma u terapiji ljudi koji boluju od raka kako bi ih se opustilo i pomoglo im zaspati.

3. *smanjenje osjećaja boli u medicini* – primjenjiv je kod pacijenata u zubarstvu i zdravstvu. „Ispitivanje provedeno u Njemačkoj na 90.000 pacijenata tijekom 20 godina, pokazalo je da muzika ima pozitivan učinak. Bilo da je liječenje bilo kratkotrajno, npr. punktiranje leđne moždine, ili dugotrajno, npr. produženi rad tijekom više od 24 sata, pokazale su se značajne razlike u smanjenju stresa i tjeskobe između skupina koje su slušale muziku i onih koje nisu“ (Ferić Jančić, 2003, str. 15). Muzički program doprinio je

i smanjenju korištenje lijekova i smanjenju vremena oporavka bolesnika. Problem povećane upotrebe lijekova i to prvenstveno psihofarmatika u zatvoru je evidentan stoga korištenju muzike s ciljem njihovog smanjenja ali i stvaranja prijatnog okruženja treba posvetiti posebnu pažnju.

4. *muzika i imunosni sistem* – slušanje muzike može potaknuti biohemijske promjene u tijelu koje se tiču endorfina (tzv. „prirodna droga“ ili „hormon sreće“, smanjuje potištenost, depresiju, anksioznost i bol), kortizola (luči se u nadbubrežnim žlijezdama kao odgovor na stres i pokreće organizam na aktivnost), ACTH-a (adrenokortikotropski hormon), interleukina-1 i imunoglobulina u izlučevinama (antitijelo odgovorno za kasni serumski imunitet) (Ferić Jančić, 2003). Hormoni su hemijske tvari važne za regulaciju raznih fiziološki procesa poput metabolizma, rasta, razvoja, imuniteta a djeluju i na raspoloženje i stres. Poseban efekt se postiže ako se muzika sluša uživo.*

5. *muzika i rehabilitacija* – koristi se, uz fizičku terapiju, za pomoć djeци s progresivnim živčano-mišićnim poremećajima, za oslobađanje pokreta pacijenata s Parkinsonovom bolešću i kod poteškoća u hodanju. Značajna je uloga muzike i kod pomjeranja granica boli kod sportskih ozljeda i uopšte kod bavljenja sportom a time i pri fizikalnoj rehabilitaciji.

6. *muzika i starenje* – istraživanja pokazuju da muzika može biti korisna u ublažavanju nekih simptoma Alchajmerove bolesti. Kod osoba koje su bolovale od demencije sviranje umirujuće muzike rezultira manjim brojem incidenata. Liječenje muzikom također povećava društvenost kod starijih mentalno oboljelih pacijenata, poboljšava vještine pridržavanja predmeta, autobiografsko i opće paćenje.

7. *muzika i umiranje* – muzika može terapeutski djelovati i kod osoba u žalost, ali i onih koji umiru.

8. *muzika i mentalno zdravlje* – muzikom se smanjivalo nasilje u jednoj psihijatrijskoj bolnici u SADu. Muzika je korištena i u smanjivanju nekih negativnih pojava šizofrenije, zatim u ublažavanju simptoma poremećaja u

* U jednom istraživanju su pomoću EEG-a posmatrali onkološke bolesnike za vrijeme kemoterapije. Podijelili su ih u dvije skupine. Jedna skupina u kojoj je bilo 20 bolesnika je slušala muziku koja je izvođena monokordom. U skupini koja je slušala muziku su utvrdili bitno smanjenje aktivnosti alfa valova (8-13 Hz) što znači da je skupina preuzela osobine duboko opuštenog odnosno meditativnoga stanja (Lee et al., 2012). Pored toga, utvrdili su i učinke muzike kod osoba koje su preboljele moždani udar, koji su se ogledali u poboljšanju kognitivne funkcije. Zatim, kod ljudi sa slabijim vidom muzika je utjecala na poboljšanje oštine vida. Svakodnevno slušanje muzike poboljšalo je slušno i govorno sjećanje, pažnju i raspoloženje. U ranoj fazi moždanih oštećenja slušanje muzike pozitivno utječe na promjene u strukturi sivih ćelija (Särkämö & Soto, 2012).

jelu (anoreksija i bulimija). Također, muzika uz tehnike opuštanja koristila se i za ublažavanje depresije kod starijih osoba (Ferić Jančić, 2003). Prema definiciji, muzička terapija temelji na korištenju terapijske muzike koja djeluje na fizičke, psihičke, kognitivne, bihevioralne i socijalne funkcije ljudskog bića (Bonde & Wigram, 2002).

Dakle, muzička terapija je način liječenja osoba s psihosocijalnim, afektivnim, kognitivnim i komunikacijskim problemima (Degmečić & sar., 2005). Navedeni poremećaji su vrlo česti i u zatvoreničkoj populaciji. Poremećaji se ogledaju u obliku anksioznosti i posttraumatskih stresnih smetnji, depresija. Imajući u vidu posljedice koje boravak u zatvoru ostavlja na zatvorenike i ranije spomenutu terapijsku ulogu muzike jasno je da se mora pažljivo ciljano i svrshodno birati i koristiti muzika u tretmanu zatvorenika.

Na drugoj strani je buka kao zvuk koji otežava komunikaciju i nepovoljno djeluje na čovjeka. Buka može uzrokovati i brojna oštećenja organizma počev od organa sluha, povećanog rizika nastanka akutnih kardiovaskularnih problema, smanjenja tolerancije, povišenog praga reagiranja te porasta anksioznosti, agresivnosti i neprijateljskog ponašanja (Linšak, 2017). Pored toga „buka ometa odvijanje ljudskih aktivnosti, sporazumijevanje govorom, učenje, praćenje radijskog i televizijskog programa, koncentraciju i druge mentalne aktivnosti, odmor, san. Izaziva neraspoloženje, razdražljivost, nemir, smetnje mentalnog zdravlja i ponašanja, umor i nesanicu. Za dobar san bilo bi poželjno da buka ne prelazi 30 dB, a pojedinačni zvučni podražaji 45 dB” (Linšak, 2017). Većina negativnih učinaka buke je kratkotrajna i prestaju kada organizam joj više nije izložen. Međutim, dugotrajna izloženost može uzrokovati i kronične bolesti – nesanicu, povišen krvni tlak, seksualnu disfunkciju, tjeskobu i depresiju. Iritantni zvuci – žamor, zveckanje ključeva, metalno posuđe u kuhinji, lupanje metalnih vrata predstavljaju još jedan faktor koji nepovoljno utječe na zatvorenike i treba se uzeti u obzir u komunikaciji s njima.

Muzika kao komunikacija

Svoje misli i osjećaje ponekad teško iskazujemo riječima. Muzika nam omogućava da se izrazimo, bilo da je sviramo ili samo slušamo. Vidjeli smo da muzika utječe na opuštanje, stimulira koncentraciju. Muzika je medij preko kojega ljudi osjete ljekovite vibracije. Zvučne vibracije djeluju na

čovjekovo tijelo na fizičkom nivou, a još izraženije na emocionalno-mentalnom nivou. Ritam muzike utječe na ritmičnost različitih procesa u organizmu, na psihičko stanje čovjeka ali i na njegovu komunikaciju. Muzika se u komunikaciji koristila još u pradavna vremena. Šamani su muzikom pokušavali uspostaviti kontakt s duhovnim svijetom, vračevi su ritmičkim zvukovima prizivali kišu, sunce, ili radili druge vradžbine. Komuniciralo se bubnjevima. Poruka se prenosila ranije dogovorenim zvučnim signalima. Također, bubnjevi ili crkvena zvona su obavještavala o opasnostima, ali i pozivali na molitvu. U bubanj se udaralo kada se htjelo pozvati mještane da čuju neki proglas, novost.

U savremenom dobu komunikacija muzikom se pokazala izuzetno dobra kod osoba kod kojih tzv. klasična komunikacija nije dala rezultate – autistična djeca, osobe s duševnim problemima, osobe s emocionalnim ili zdravstvenim problemima (depresivne osobe, one koje su imale moždani udar) (Mihelač, 2009). Muzika aktivira unutarnju snagu, uspostavlja psihičku ravnotežu i poboljšava komunikaciju. Zbog toga je efikasna u liječenju osoba s psihosocijalnim, kognitivnim, afektivnim i komunikacijskim problemima. Muzikom se može manipulirati u komunikaciji. Može utjecati na stvaranje određenog raspoloženja, izazvati uzbuđenje, opuštanje, svladati emocije, stimulirati koncentraciju i slično.

Muzika je umjetnost, međutim i važan identifikacijski faktor. Odatle proizlazi i njenja uloga u interakciji pojedinca s okolinom. Često je i socijalizacijski agens. Služi za zauzimanje mjesta u mikrozajednici, društvu. Potreba po pripadnosti nekada ide i u krajnost tako da muzika postaje osnovni koncept po kojem funkcionira određena zajednica, temelj njenoga identitet. Javljaju se subkulture koje zanemaruju ljepotu muzike uopšte i daju joj drugi značaj. Ograničili su se na slušanje samo vlastite muzike, naglašavaju njenu vrijednost uz istovremeno omalovažavane drugih muzičkih pravaca (autor ih, aludirajući na stanje u državi, zove „muzički nacionalisti“).

Osobe koje slušaju određenu vrstu muzike često su i stigmatizirani tako se smatra da:

- Rokeri – predstavljaju buntovnike, flegmatični su, ponekad i ekscentrici. Uživaju alkoholna pića, najčešće pivo i obično su članovi i neke motorističke grupe.
- Punkeri – odstupaju od okoline po svome izgledu. Pocijepane farmerke, frizure irokeze, skloni su krađi, koriste alkohol, lake i teške droge.

- Metalci – poznati po svojim crnim majicama i hlačama, dugoj kosi. Žene imaju velike količine crnog sjenila oko očiju, crni ruž i oskudnu odjeću. Vole nositi različite metalne ukrase, križeve, lubanje, mačeve, lance, sotonističke znakove i nacistička obilježja. Piju pivo, manje koriste droge. Dije se u pravce: death metal, heavy metal i power metal.
- Hip-hoperi, reperi – muzički pravac nastao od soula i bluesa. Muzika im se sastoji od brzog govorenja teksta uz muzičku podlogu. Tekstovi im obično sadrže društvenu kritiku, međutim u zadnje vrijeme su komercijalizirani i tekstovi više nemaju smisla. Obleče se u široku odjeću, hlače i trenerke, vole nakit, predimenzioniran. Koriste marihuanu.
- Šminkeri – nastali 70 tih godina prošlog stoljeća. Poznati po šarenoj trendovskoj odjeći, Nike, Adidas i sl. Slušaju sve, komercijalizirani pop, domaću muziku, techno, disco. Također slušaju i narodnjake. Koriste velike količine alkohola, ovisno kojoj muzici preferiraju, međutim popularni su i drugi stimulansi, lake i teške droge (Glazba i subkulture, 2004).

U zatvoru srećemo sve vrste muzičkih subkultura. Muzika u zatvoru, a vjerovatno i u društvu, sve više gubi svoju platonovsku odgojnu ulogu i postaje sredstvo društvene promocije i identifikacije*. Birn (Byrne, 2014, str. 294) kaže „neka nas muzika može učiniti „boljom“ osobom, a druge vrste muzike mogu čak biti štetne – odnosno nisu oplemenjujuće u moralnom smislu“. Danas muziku koristimo da bi manipulirali svojim raspoloženjem, izazivanjem uzbuđenja i raznih osjećaja i stvorili okruženje koje može

* U antičkoj Grčkoj Platon kada govori o odgoju kaže: „Nije li muzika, Glaukone, osnova vaspitanja zato što ritam i harmonija najdublje prodiru u unutrašnjost duše i najviše je obuzimaju, unoseći u nju plemenitost i otmenost, ali samo kada je muzičko obrazovanje dobro vođeno, jer u protivnom neće imati takve efekte? A ovo opet zbog toga što će mladi čovjek, koji je u muzici valjano obrazovan, moći najlakše da zapazi sve ono što je nepotpuno i nesavršeno u djelima prirode i radinosti. Takav će čovjek imati najživlji osjećaj nepotpunosti tih djela i opravdano će biti njima nezadovoljan, dok će se, naprotiv, pohvalno postavljati prema lijepim djelima, nalaziće u njima zadovoljstvo, ugrađivaće ih u svoju dušu kao njenu najbolju hranu, pa će tako postati ujedno lijep i dobar. S druge strane, on će opravdano prezirati stvari koje su ružne, mrziće ih još kao dijete i prije no što bude sposoban da to samom sebi razjasni, a kad i to postigne, radovaće se svojoj sličnosti s lijepim djelima koju je valjanim muzičkim vaspitanjem u najvećoj mjeri postigao“ (Platon, 2002, prev.: 401, e – 402, 1).

Zanimljiv je Platonov stav o utjecaju muzike u odgoju čovjeka i tjera nas da se zamislimo koliko je aktuelan i danas, odnosno nisu li vrijednosti koje Platon navodi upravo ciljevi i penološkog tretmana.

snažno utjecati na način na koji ljudi osjećaju i ponašaju se. U komunikologiji (ali i psihologiji i menadžmentu) posebno mjesto zauzima „zloupotreba“ subliminalnih poruka. Subliminalna percepcija znači da je moguće utjecati na ljudske misli, osjećaje i ponašanje kroz razne podražaje bez svjesnog znanja osobe na koju se utječe. Muzika u kojoj imamo subliminalne poruke se pokazala kao važan medij utjecaja. U zatvoru subliminalne poruke imaju poseban značaj u preodgoju zatvorenika.

Zašto narodnjaci „pogađaju” zatvorenike?

Poznato je da se mišljenje o nekome se stvara na temelju toga šta sluša i to ima direktan utjecaj na odnos okoline prema tim osobama. Imidž je važan u zatvorskoj populaciji. Slušanje određene muzike odnosno deklarisanje sebe kao fana određenog muzičkog pravca, grupe, pjevača ili pjevačice često je u funkciji stvaranja željenih pozicija u zatvoru. Ono što poklamira turbo-folk muzički izražaj, je trenutno, „poželjni” imidž zatvorenika.

Dakle, zašto narodnjaci „pogađaju” zatvorenike?

- Pjesme su jednostavne, najčešće samo varijacija na temu neke ranije popularne pjesme;
- Sadržaj muzike je „životni”, svakodnevan, „ona ili on se vole, srce ih boli, tijelo gori ...”;
- Primamljiv marketing – visokokvalitetni video spotovi, seksipilne žene i muškarci oskudno odjeveni, skupi automobili, kvalitetna pića, nerijetko i droga;
- Stalno „podgrijavanje situacije” na sceni i izvan scene – tračevi, spletki, rijaliti šou koji stalno drže pozornost publike;
- Identifikacija sa sadržajem i izvođačem je jednostavna jer izvođači nisu umjetnici i za to što rade im nije potreban talent;
- Turbo-folk potiče konzumerizam. Upravo je pitanje konzumerizma posebno problematično kod počinioca krivičnih djela, jer proizlazi iz pogrešno postavljenih vrijednosti i navika. Simulakrumi predstavljani u medijima udaljavaju zatvorenike od stvarnosti, daju im lažne slike o životu kojem teže da ga dostignu na lagan način, činjenjem krivičnih djela. Teškim radom se niko nije obogatio, život je kratak da se ne bi u njemu uživalo, nisi *cool* ili *in* ako nisi pod utjecajem opijata, ako ne pušiš, piješ i sl. Vrline koje se cijene su bogatstvo,

ljepota i glamur. Silikoni, plastične operacije na tijelu, tetovaže, pirsing, „kvalitetna“ droga, velike količine alkohola, brendirana odjeća i sl. su vrijednosti koje su „ulaznica“ u svijet „slavnih“, u in društvo, među kulere. Sve se mora dobiti brzo i odmah. Mediji koriste slabosti društva i nude kompenzaciju s kojom se gledalac identificira i, barem nakratko i prividno, bude dio nekoga „boljega“ svijeta. Sve ovo nudi turbo-folk i njegove „zvijezde“. Međutim, to su i „okidači“ koji lako iniciraju činjenje krivičnih djela kod osoba koje, više-manje, imaju pretenzije razvijanja tih sklonosti (mladi, socijalno ugrožene grupe ili pojedinci, bivši i sadašnji kriminalci, emotivno i kognitivno nezrele osobe, narkomani, alkoholičari ...).

- Turbo-folk zvijezde su „instant“ idoli. U eri turbo-folka, perlona i silikona, svi možemo biti *mačo* i *sexi*. Svi možemo biti zvijezde, lijepo izgledati, biti Apoloni (na steroidima), biti poznati, pa makar to trajalo vrlo kratko. Kulturu jednoga društva određuje njena umjetnost. Muzika Mocarta, Baha, Štrausa, slike Mikelandela, Van Goga, knjige Tolstoja, Dostojevskoga i drugih klasika nam i danas oduzimaju dah. Koliko ćemo dugo slušati pjesme turbo-folk „umjetnika“, koji trenutno u ekstazu dovode desetine hiljada „partijanera“, koliko će „sjati“ sadašnje zvijezde? Teško je to odrediti. Ovisiće prije svega od vrijednosti na kojima će temeljiti društvo u budućnosti. Međutim, trenutno je, sve pobrojano, ono što se cijeni u zatvoru i što u toj subkulturi ima „vrijednost“.

Zatvorenici, zbog niza subjektivnih (intelektualni deficiti, manjak profesionalnih kompetencija, socijalne devijacije i patologije, često manjak finansijskih sredstava...) i objektivnih faktora (izoliranost, stigmatizacija, marginalizacija...) izlaz iz svoje situacije vide upravo u „instant idolima“, po principu: kada su oni uspjeli zašto ne bismo i mi? Pored toga, potvrdu da su na „pravom putu“ dobijaju od medija. Međutim, promoviranje turbo-folka u zatvoru, kao muzike koja olakšava frustracije zatvorenika, ravno je teoriji da porno sadržaji smanjuju hereroseksualne deprivacije. Takav odnos prema muzici, njenoj vrijednosti i odgojnoj ulozi je neprihvatljiv i vulgaran. Oba sadržaja pridonose razvoju agresivnosti i iskrivljene realnosti, hiperrealnosti.

Zaključak

Utjecaj zvukova i muzike na zatvorenike na njihovo ponašanje i komunikaciju se ne smije zanemariti. Zvukovi su dio okruženja u kojem se odvijaju tretmanske aktivnosti i ono mora biti stimulativno i prijatno. Osjetljivost na buku je u zatvoru povećana jer ona ne ometa samo trenutnu komunikaciju nego usljed stalne izloženosti dovodi i do fizičkih i psihičkih oboljenja. Muzika koja potiče nasilje, konzumerizam, korištenje alkohola i droga, pripadnost devijantnoj subkulturi ne može biti dio svakodnevice zatvorenika. Barem ne dok izdržavaju kaznu. Resocijalizacija i preodgoj zatvorenika moraju uključiti razvoj osjećaja za lijepo, ukazivanje na prave vrijednosti pa skladno tome i muzičku edukaciju kojom će zatvorenici moći razlikovati umjetnost od kiča. Odgoj za muziku (pojam je širi od muzičkog odgoja) mora biti dio preodgoja zatvorenika. Međutim, nametanje muzičkih sadržaja, bez prethodnog muzičkog odgoja i obrazovanja, će razviti animozitet prema njima, jer će određene zvukove i muziku poistovijetiti sa zatvorom. Imaće ih za „zatvorsku muziku“. Zbog toga i „muzičke zavjese“ moraju biti svrsishodno osmišljene, postepeno i pažljivo korištene. Muzika i zvuci nesumnjivo mogu smanjiti napetosti i ublažiti negativne efekte totalnih institucija kakva je zatvor, međutim u njenom odabiru mora se imati u vidu specifičnosti „publike“ i njihove navike, obrazovanje, predrasude i sl. Snobovski odabir muzike (i muzičkih pravaca) će samo produbiti jaz između uposlenika i zatvorenika. Lijepo je slušati Mocarta i Baha, ali za njih treba intelektualne zrelosti, sposobnosti empatije, znanja i drugo.

U vrijeme izvođenja pojedinih specijalnih tretmanskih aktivnosti prihvatljivo je prostor „oplemeniti“ terapeutskim zvucima koji će stvoriti atmosferu koju želimo postići (radnu, opuštenu i slično). Posebnu pažnju je potrebno posvetiti diskretnoj manipulaciji zvukom (stvaranje alfa, teta, delta stanja), te subliminalnim porukama u sadržaju muzike.

Dakle, muzika u zatvoru je dobrodošla i korisna. Međutim, ne treba biti odabrana po preferencama uposlenika, nego struka mora napraviti plan i program muzičkih aktivnosti u zatvoru. Zanimljiv bi bio interdisciplinarni rad psihologa i muzikologa na ovu temu.

Literatura

- Andrews, T. (2004). *Kako zdravimo z zvokom*. Ara založba d.o.o.
- Bauer, V. (2018). Glas i seksualnost: što znamo, a što osjećamo. *Javno zdravlje*. Preuzeto s: <http://javno-zdravlje.hr/glas-i-seksualnost-sto-znamo-a-sto-osjecamo/>, pristupljeno 25.12.2018.
- Bedić, L. (2016). Postoji li i što je Mozart efekt? *Muzika*. Hr. Preuzeto s <https://www.muzika.hr/postoji-li-i-sto-je-mozart-efekt/>, pristupljeno 03.12.2018.
- Bonde, L. O., & Wigram, T. (2002). *A comprehensive guide to music therapy: Theory, clinical practice, research and training*. Jessica Kingsley Publishers.
- Byrne, D. (2014). *Sve o glazbi*. Planetopija.
- Degmečić, D., Požgain, I., & Filaković, P. (2005). Music as Therapy. *International Review of the Aesthetics and Sociology of Music*, 36(2), 287–300.
- Ferić Jančić, M. (2003). *Moć glazbe*. Hrvatsko društvo skladatelja Služba zaštite autorskih muzičkih prava (HDS ZAMP).
- Glazba i subkulture (2004). *Revolucija mladih*. Preuzeto s: <https://blog.dnevnik.hr/revolucijamladih/2004/09/63839/glazbaisubkulture.html?page=blog&id=63839&subpage=0&subdomain=revolucijamladih>, pristupljeno 28.12.2018.
- Hrovatin, J., Kryžanowski, Š., & Perše, M. (2017). *Vpliv vonja, zvoka in nadčutnih zaznav na človeka*. Fakulteta za dizajn.
- Jensen, E. (2000). Music with the brain in mind. The Brain Store.
- Lee, E. J., Bhattacharya, J., Sohn, C., & Verres, R. (2012). Monochord sounds and progressive muscle relaxation anxiety and improve relaxation during chemotherapy: A pilot EEG study. *Complement Therapy Medicine*, 20(6), 409–416.
- Linšak, Ž. (2017). *Buka iz zdravlje. Vibracije čvrstih i plinovitih molekula*. Preuzeto s <http://www.zjzpgz.hr/nzl/68/buka.htm>, pristupljeno 26.12.2018.
- Menen, R. (2002). The miracle of music therapy. Pustak mahal.
- Mihelač, L. (2009). Komunikacija s glasbo. GZS, Center za poslovno usposabljanje.
- Musek, J. (2000). *Nova psihološka teorija vrednot*. Inštitut za psihologijo osebnosti.

- Nadarević, D. (2017). Medijska prezentacija realnosti kao faktor resocijalizacije osuđenih lica u kazneno-popravnim ustanovama. U N. Macanović (Ur.). *Zbornik radova s međunarodne naučne konferencije „Nauka i društvo“* (str. 52-71). Centar modernih znanja.
- Nelson, A., Hartl, W., Jauch, K. W., Fricchione, G. L., Benson, H., Warshaw, A. L., & Conrad, C. (2008). The impact of music on hypermetabolism in critical illness. *Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care*, 11(6), 790-794.
- Platon (prev. 2002). *Država, peto izdanje*, (A. Vilhar & B. Pavlović, prev.). Beogradski izdavačko-grafički zavod.
- Puhalović, M. (2007). *Brainwave relasacija korisnika*. Sveučilište u Zagrebu – Fakultet elektrotehnike i računarstva.
- Särkämö, T., & Soto, D. (2012). Music listening after stroke: beneficial effects and potential neural mechanisms. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1252(1), 266-281.
- Soars, B. (2009). Driving the sales through shoppers' sense of sound, sight, smell and touch. *International Journal of Retail & Distribution Management*, 37(3), 286–298.

COMMUNICOLOGICAL DIMENSIONS OF SOUND IN THE TREATMENT OF PRISONERS

Damir Nadarević

Semi-open Penitentiary Institution, Bihać, Bosnia & Herzegovina

Abstract

In the process of creating a pleasant and stimulating prison environment in which treatment activities take place it is the sounds that prisoners hear that are also important. Noise should not be the only sound that surrounds them because it not only interferes with immediate communication but also leads to serious behavioural disorders and even sickness. In addition, music that affirms affiliation with a deviant prison subculture must also be controlled. Music education must be part of prisoners' re-education. Prisoners must develop a sense for beauty, be pointed towards the right values and, accordingly, must have musical education that will enable them to distinguish art from kitsch. By selecting the appropriate sounds, both the communication and work climate in the prison can be manipulated. Music and sounds can reduce tensions and

mitigate the negative effects of total institutions such as a prison. In this paper we will try to show what we mean by sound and sound vibration, how they affect prisoners, their physical and mental condition and ultimately communication, or how we can use sound vibration to influence the mood and behaviour of prisoners. Special attention will be paid to the impact of noise and disrupting sounds on prisoners, but also to sounds that can help in the treatment of prisoners, sound therapy.

Key words: sound, music, prisoner, resocialisation