

SOSYAL HİZMETTE SANATIN KULLANIMI VE MÜZİK TERAPİSİ

Mustafa Emin AKÇİN* ve Oğuzhan ZENGİN**

Öz

Sanat, üstüne sayısız tanımlar yapılabilen herkese özünde farklı anlamlar ifade eden bir kavramdır. Temel olarak sanat iyi ve güzeli yaratma, iyi ve güzeli amaçlama olarak anlaşılabilmektedir. Sanat terapisi de sanatın bu yaratıcı sürecinden beslenerek insanların içsel dünyalarının dışavurumunu sağlar. Sanatsal faaliyetlerin bu yönüyle birçok terapi edici özelliği vardır. Sanat terapisinin farklı türlerinden biri de müzik ile terapi yöntemidir. Müzik terapisi bireylerin veya grupların bilişsel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanması için müziğin kullanılmasıdır. Müzikle tedavi ve müziğin sosyal hayattaki yeri ilk insanlar tarafından fark edilmiş ve günümüze kadar birçok dönemde kullanılmıştır. İnsan refahı merkezli bir disiplin olan sosyal hizmet de uygulamalarında zaman zaman müzik terapisini kullanmaktadır. Bu çalışma müzik terapisinin gelişimi ve sosyal hizmette kullanımı üzerine odaklanmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sanat terapisi, Müzik terapisi, Sosyal hizmet.

USE OF ART IN SOCIAL WORK AND MUSIC THERAPY

Abstract

Art is a concept that essentially means different meanings to everyone on whom numerous definitions can be made. Basically, art can be understood as creating the good and the beautiful, and aiming the good and the beautiful. Art therapy provides the expression of people's inner worlds by feeding on this creative process of art. Artistic activities have many therapeutic properties in this aspect. One of the different types of art therapy is music therapy. Music therapy is the use of music to address the cognitive, emotional, and social needs of a group or individual. Music therapy and the place of music in social life were noticed by the first people and have been used in many periods until today. Social work, which is a discipline centered on human well-being, also uses music therapy from time to time. This study focuses on the development of music therapy and its use in social work.

Key Words: Art therapy, Music therapy, Social work.

1. Giriş

Sanat denildiğinde neredeyse herkesin zihninde birtakım uğraşlar, olgular şekillenir. Belki ilk olarak aklımıza güzel bir tablo ya da ellerindeki enstrümanları ustaca çalan bir müzik grubu veya hafızamızdan silinmeyen bir tiyatro sahnesi gelebilir. Herkes sanatı bilir veya tanımlayabilir ya da öyle olduğunu düşünür. Sanat insanla birlikte var olmasından mıdır bilinmez insanoğluluyla hep iç içe olmuş, her zihinde o zihne özel kendine bir yer edinmiştir. O yüzden sanatı tanımlamak veya anlatmak hem oldukça kolay hem de zordur. Sanatın sanat ehilleri tarafından birçok farklı tanımlanmış birçok farklı şekilde anlaşılabilmeye çalışılmıştır. Öznel olarak sanatı biraz ifade etmeye çalışırsak eğer, sanat ve sanatsallığın etkisi uçsuz bucaksız bir deniz, sonsuz bir galaksi, tüm bunları içinde barındıran evren ya da bir diğer ifadeyle doğa olarak tanımlanabilir. Hatta doğanın kendisi, bir yansıması gibidir. Doğanın insanoğlu üzerindeki gücünü günlük yaşantımızda belki hissedemeyiz, hatta insanoğlunun doğaya üstünlük kurduğunu düşünebiliriz. Fakat doğa, evren her nasıl adlandırırsak adlandıralım, insanların yaşamı üzerindeki gücünü yeri geldiğinde bir doğal afet ile, yeri geldiğinde sadece mikroskopla görülebilen küçük bir canlının yaratabileceği bir salgın ile insan yaşamlarında yaptığı ani ve köklü değişimlerle gösterebilmektedir. Aslında sanatta böyledir. İnsan yaşamında son derece etkilidir. İlk olarak daha konuşma dili ve yazı dili ortaya çıkmamışken, duvara çizilen resimlerle; doğası gereği sosyalleşme ve iletişime ihtiyaç duyan insanoğlunun, bu gereksinime cevap vererek insan yaşamı üzerindeki önemini ve etkililiğini göstermiştir. Sanatın insanın ruhsal ve olgusal dünyasındaki etkisi bu ve bunun gibi birçok örnekle örneklendirilebilir. Sanatın insan yaşamındaki etkisi bu kadar fazla iken, insanı ve insan yaşamını temel almış, insanoğlunun yaşamının bir bütünüyle iyileştirme çabasında olan sosyal hizmet mesleğinin ve sosyal hizmet biliminin de sanattan ve sanatla terapiden yararlanmasının sosyal hizmet literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada sosyal hizmetin insanın var olduğu her alanda, dezavantaj yaratan her duruma ve sisteme karşı, insan yaşamı lehine verdiği savaşta, söz konusu insanın yaşamına dokunmak olduğunda etkili bir silah olan sanatın kullanımı üzerinde durulacaktır.

*Yüksek Lisans Öğrencisi, Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, mstfkcnn@gmail.com, ORCID: 0000-0002-7750-3138

**Doç. Dr. Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, oguzhazengin@karabuk.edu.tr, ORCID: 0000-0002-2682-0870
Bu Yayına Atıfta Bulunmak İçin: Akçin, M. E. ve Zengin, O. (2021). Sosyal Hizmette Sanatın Kullanımı ve Müzik Terapisi. *Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (UNIKA Toplum ve Bilim) Dergisi*, 1(1), 38-47.

Bu çalışmanın konusunu sanat terapisi ve sanat terapisinin alt dallarından biri olan müzik terapisi ve sosyal hizmet alanlarındaki uygulanabilirliği oluşturmaktadır. Terapi süreçlerinde sanatın kullanımı ilkel kabilelerin var oluşundan günümüze kadar bazı tedavi yöntemlerinde her ne kadar bugünkü adıyla olmasa da kullanılmış ve bugünlere kadar gelmiştir. Sanat terapisinin farklı türleri, farklı disiplinler tarafından kullanılmaktadır. Bu çalışma sanat terapisinin müzik terapi türünün sosyal hizmet alanında kullanılabilirliği üzerine yoğunlaşmaktadır.

2. Sanat ve Sanat Terapisi

Ahlak ile sanatı birbirinden ayrı düşünmeyen Aristoteles, sanatı bir arınma olarak görmektedir. Sanat ve ahlak ilerleyen yıllarda iki ayrı kavram olarak ayrılrsa da insana özgü olmak noktasında birbirleriyle büyük ölçüde benzerlik göstermektedirler. İnsan yaşamına dair, insana ait her şey sanatın ortaya çıkış serüveninde kendini gösterir. Sanatı ortaya koyan sanatçının kendisi, yani insanken, ondan etkilenen ve ondan anlamlar çıkaran yine insandır. Süje ve obje kaynaşmasının bu denli içe içe olduğu başka bir ilişki bulmak neredeyse imkansızdır. Sanat insanın içinden bir parça, insandan doğan ve tekrar ona dönen, sıradanlığın sıra dışı olmaya başlaması sürecidir. Sanat dünyaya dokunmanın bir tecrübesi, yaratmanın, üretmenin verdiği hazı hissetmenin bir yoludur. Sanat ortaya koyulurken kişiye kendi varlığını hissettirmenin en bilindik yoludur (Filiz, 2016:170-174). İlk insanlardan günümüze sanat, insanların kendilerini ifade etmekte kullandıkları bir araç olmuştur. İlkel sembollerle başlayan bu serüven zamanla edebiyata, resme, tiyatroya, sinemaya, mimariye ve daha nice sine dönüşerek günümüze gelmiştir (Acar ve Düzakın, 2017:7). Sanat insan doğasına aitliğinin, hissettirdiklerinin sınırsızlığı gibi, sanatın kendisini anlamının, anlatmanın, hatta ve hatta icra etmeninde sınırı yoktur (Yurtsever ve Çakır, 2012:158). Sanat öznel bir kavram olmasından dolayı hakkında saatlerce konuşabilir, sayfalarca yazdırabilir. Ancak insan yaşamının bütününe olan dokunuşları, insanoğlunun ruhsal dünyasına olan teması ve insan yaşamına yaptığı etkilerle evrensel bir geçerliliği vardır. Sanat bu yönüyle insanoğlunun uzun yıllardan beri tedavi süreçlerinde kullandığı köklerini insanlık tarihinin derinlerinden alan bir yöntemdir.

Tedavi yöntemi olarak sanatın ilk örneklerini mağara duvarlarına çizilen resimlerle örneklendirebiliriz. Ancak profesyonel olarak ruh sağlığı alanında yeni bir yöntem olduğu söylenebilir (Filiz, 2016:174). Sanat terapisi kavramı ilk kez sanatçı Adrian Hill tarafından 1942'de tüberküloz hastalarıyla gerçekleştirdiği çalışmayı adlandırmak amacıyla kullanılmıştır. 1940'lı yıllarda bilim dünyasında keşfedilmeye başlayan sanat terapisinin profesyonelleşmeye başlaması ise 1960'lı yılları bulmuştur (Demir, 2017:577). Sanat terapisi yaratıcılığın insanlar üzerinde iyileştirici etkisinin olduğu inancı üzerine temellenmiş, genel olarak psikolojik içgörü sağlama ve duygusal olarak olgunluğa erişmede bir araç olarak kullanılmıştır (Spaniol, 2001:221-231).

Sanat terapisi, sanatsal faaliyette aktif olarak bulunan, yaratma süreci içerisinde özne konumunda olan bireyin, uygulamalı psikolojik teori ve terapötik ilişki içinde deneyimleri aracılığıyla, mikro, makro ve mezzo düzeylerde insan yaşamını güçlendiren bütünleştirici ruhsal sağlık ve insani hizmetlerdir. Alanında yetkinliği olan bir uzman tarafından sunulan sanat terapisi, bireysel sorunların tedavi sürecinde etkili olduğu kadar, gruplarla ve toplumsal olarak gerçekleştirilen terapi süreçlerinde de etkilidir. Sanat terapisi, benlik saygısının ve kişilerin kendilerine olan farkındalığının artırılmasında, sosyal ve duygusal anlamda esnekliğin kazanılmasında, toplumsal ve ekolojik değişimi ilerletmek için kullanılır. Sanat terapistleri, her yaş grubundan insanla çalışmalar yapabilen, geniş bir müdahale yelpazesi bulunan klinisyenlerdir. Belirli standartlar çerçevesinde geliştirilen eğitimleri, onları her ortamda her kültürden insanlarla çalışabilecek yetkinliğe eriştirir. Bireylerin kişiliklerine ve dünya görüşlerine saygı duyan ve onları onurlandıran sanat terapistleri, tıbbi, zihinsel veya kişisel sorunlarına meydan okumak isteyen insanlara yardımcı olarak onların yaratıcılığına ve manevi tatminlerine katkı sağlar. Sanat terapistleri farklı ortamlarda çiftler, aileler ve gruplarla çalışabilir. Örnek olarak hastaneler, okullar, özel uygulama merkezler, psikiyatrik ve rehabilitasyon tesisleri, kriz merkezleri, adli kurumlar gibi

çalışma ortamları verilebilir (American Art Therapy Association, 2009). Günümüzde sanat terapisinin kullanım alanlarından bahsetmek gerekirse, madde bağımlılıkları, cezaevleri, kronik rahatsızlıkların rehabilitasyon merkezleri, mesleki gelişim programları ve çocuk gelişim kurumları verilebilir. Ülkemizde psikiyatri kliniklerinde kullanımıyla beraber, son yıllarda popülaritesi artmış ve üzerinde durulmaya daha çok başlanmışsa da disiplin olarak eğitiminin verildiği kurumların yaygın olmayışı, bu alandaki yetişmiş uygulayıcıları sınırlandırmakta ve terapinin kullanım alanın yaygınlaşmasını zorlaştırmaktadır (Coşkun, 2018:95).

Sanat terapisinin kullandığı yöntem ve araçlar oldukça çeşitlidir. Sanatla terapide müzikten, dramadan, oyundan, danstan, film ve belgesellerden, resimden, ebrudan oldukça faydalanılabilir. Resim, müzik, ebru gibi atölye çalışmaları kişilerin yaratıcılıklarını ortaya çıkartıp ego doyumlarını tatmin etmekle kalmaz aynı zamanda sosyal işlevselliklerini de artırır. Sanat duyguların insanların içsel ve kapalı dünyalarından, dışsal dünyaya adımını attığı bir kapıdır. Duygunun dışavurumunu sağlayan en basit yoldur. Sanat terapisi; görsel sanatları ve yaratıcı süreçleri psikoterapiyle birleştirerek psikososyal sağlığı geliştirmeyi amaçlar (Göktepe, 2015:12-25). Sanat terapisinin kullandığı birçok sanat dalından belki de en önemlilerinden biri de müzik terapisi. Müzik ve müziğin gücü insanların yüzyıllardır farkına oldukları ve birçok alanda kullandıkları bir sanat dalıdır.

3. Müzik Terapisinin Tarihsel Gelişimi

Yapılan bilimsel araştırmalar ışığında ruh halinin ve zihinsel durumların, fiziksel sağlığımızı ve bedenimizi direkt olarak etkilediği çoğunluk tarafından kabul edilmektedir. Olumlu düşüncelerin ve psikolojik iyi halin gücü göz ardı edilemeyecek bir olgudur (Emoto, 2005:11). Bilimsel dünyanın bu farkındalığa erişmesiyle olaylara bakış açıları değişmiş ve problemlere aranan çözüm yolları çeşitlenmiştir. İnsanın ruhsal dünyasına ve psikolojik süreçlerine olan ilginin artması, sağlıklı olma halinin yalnızca fiziksel anlamda değil, biyopsikososyal yönden bir bütün olarak ele alınması, bütün bilimsel dallarda konuyla ilgili olan çalışmaları artırmıştır. İnsan doğasına olan uyumu, tarihsel süreç açısından ilk insanlardan günümüze kadar var olması nedeniyle sanat ve sanat terapisi bu ilgiden payını almış ve insanların ruhsal dünyalarına dokunabilme amacıyla konuşulmaya, geliştirilmeye ve kullanılmaya başlanmıştır. Bunlardan biri ve belki de en önemlilerinden bir tanesi müzik terapisi. TDK'ye göre müzik "Birtakım duygu ve düşünceleri belli kurallar çerçevesinde uyumlu seslerle anlatma sanatı, musiki" olarak tanımlanmaktadır. Müzik; ders çalışırken, spor yaparken, araba kullanırken, bazen üzüldüğümüzde bazen sevindiğimizde, pazarlama stratejilerinde, siyaset ve yönetim alanlarında yani hayatımızın her anında karşımıza çıkabilmektedir. Her duygu durumuna, her alana uyum sağlayan müzik (ritim, ezgi veya sesler), aslında her bireyin kendi terapisti olduğu ve kendini sağaltma yöntemi olarak kullandığı bir terapi yöntemidir. Bu açıdan baktığımızda, müziğin insan doğasıyla olan bu iç içe geçmiş hali, söz konusu insanın ve insanın içsel dünyası olan bütün alanlarda yararlanması gereken önemli terapi yöntemlerinden biri olduğu görülmektedir.

Müzik terapisi; birey, grup, aile ve toplulukların fiziksel, sosyal, iletişimsel, tinsel, entelektüel ve psikolojik iyiliklerini geliştirmeyi amaçlayan tıbbi, eğitimsel ve günlük ortamlarda bir müdahale yöntemi olarak müziğin ve öğelerinin profesyonel olarak kullanımınıdır (World Federation of Music Therapy, 2021). Amerikan Müzik Terapisi Birliğine (2021) göre müzik terapisi, bireylerin fiziksel, duygusal, bilişsel ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için müziğin terapötik bir ilişki içinde kullanıldığı yerleşik bir sağlık mesleğidir. Her danışanın güçlü yanlarını ve ihtiyaçlarını değerlendirdikten sonra, şarkı söyleme, ritim ve/veya müzik dinlemeyi içeren belirtilen tedaviyi sağlar. Terapötik bağlamda müzikal katılım yoluyla, danışanların yetenekleri güçlendirilir ve yaşamlarının diğer alanlarına aktarılır. Müzik terapisi ayrıca kendilerini kelimelerle ifade etmekte zorlanan kişilere yardımcı olabilecek iletişim yolları sağlar. Müzik terapisindeki araştırmalar, genel fiziksel rehabilitasyon ve hareketi kolaylaştırma, insanların tedavilerine katılma motivasyonlarını artırma, danışanlar ve aileleri için duygusal destek sağlama ve duyguların ifade edilmesi için bir

çıkış sağlama gibi birçok alanda etkinliğini desteklemektedir. Bu noktadan hareketle müzik terapisi, onaylanmış bir müzik terapi programını tamamlamış, yetkin bir profesyonel tarafından terapötik bir ilişki içinde kişiselleştirilmiş hedeflere ulaşmak için müzik müdahalelerinin klinik ve kanıta dayalı kullanımınıdır (American Music Therapy Association, 2021).

Müziğin insanların psikolojik durumları üzerindeki etkisi hemen hemen herkes tarafından kabul edilmişken, birçok bilimsel araştırma bu etkinin diğer canlı türlerinde de etkili olduğunu söylemektedir. Bu etkiden dolayı diğer canlı türlerinde bilhassa hayvanlarda daha iyi verim almak amacıyla kullanılabilir. Yani müzik bu yönüyle sadece insanlarda değil tüm canlı türlerinde etkili olmaktadır (Greene, 2006:3 akt: Sezer, 2011:147). Müziğin yarattığı bireysel etkilerin yanı sıra gruplara, topluluklara ve kitlelere yön verebilen bir boyutu vardır. Özellikle duyguların daha yoğun hissedilmesinde etkili olduğu için, medeniyetlerin dini duygularının yoğunlaşmasında, hastalıkların tedavilerinde yaygın bir yöntem olarak kullanılmıştır (Somakçı, 2003:131). Müziğin tedavi yöntemlerinde kullanılması tıp tarihi kadar eskidir. Çünkü insanların söz konusu sağlık olunca tedavi süreçlerinde her yöntemi denemişler ve çeşitli tedavi yöntemlerini bir arada kullanmışlardır. Homera ameliyatları esnasında müzikten faydalanmış ve sakinleştirici etkilerini göstermiştir. Platon ise insan ruhuna kolayca nüfuz eden müziğin rahatlık verdiğini ve hoşgörülü olmayı sağladığını söylemiştir. Aesculape de sağırlığın tedavisi ile yaptığı çalışmalarda trampet kullanarak müzikten yararlanmış (Kızılırmak, 2014: 54). Çin'in önemli filozoflarından olan Konfüçyüs da uygulamaları esnasında müziğe yer vermiş ve tedavi amacıyla kullanmıştır (Karahan, 2006:10).

Müzik terapisinin ilk olarak İbrani kaynaklarında rastlanmaktadır. Hz. Davud'un Zebur'da bulunan sureleri musiki eşliğinde okuması terapinin müzikle uygulanmasının ilk örnekleri olarak düşünülmektedir (Güler, 2016:3). Türk tarihine ise Türklerin anavatanı olan Orta Asya'da kopuz tedavi edici, kötü ruhları uzaklaştıran çalgı olarak kullanılmıştır. Türklerin sosyal yaşamında etkisi büyük olan Şamanların davulları hasta tedavisinde, dini törenlerde, şöenlerde kullandıkları bilinmektedir (Somakçı, 2013:133). Türklerin Orta Asya'da hali hazırda var olan müzik ve müzikle uygulanan terapiye olan ilgileri İslamiyet ile tanışmalarının ardından da devam etmiştir. Mısırda kurulan ilk Müslüman Türk devletlerinden biri olan Tolunoğulları Bimâristân adı verilen hastanelerin ilk örneklerini açmışlardır. Bu hastanelerde müzikle tedavi yöntemlerine rastlamak mümkündür. Selçuklular da aynı şekilde açtıkları Şifahane ve Bimâristânlarda müzikle tedavi uygulaması gerçekleştiren bölümler oluşturmuşlardır. Bu müzikle tedavi uygulamalarından yararlanan hastanenin Anadolu'daki ilk örneği ise Kayseri'de bulunan Gevher Nesibe Hatun Şifahanesidir (Güler, 2016:4). Türklerin Orta Asya'dan alışık oldukları müzikle tedavi yöntemleri, İslamiyet'i kabul etmeleriyle beraber varlığını sürdürmüş ve İslam dünyasının bilim insanları ve filozofların katkılarıyla daha da gelişerek devam etmiştir.

“Doktorların Sultanı” “Büyük Üstad” gibi anılan İslam dünyasının en önemli alimlerinden olan İbn-i Sina; Farabi'nin eserlerinden etkilendiğini belirterek en iyi tedavi yöntemlerinin hastaların ruhsal boyutlarının güçlendirilerek, en iyi musikileri dinleterek ve sevdikleriyle bir araya getirilerek uygulanabileceğini söylemiştir. İbn-i Sina'nın bu sözleriyle, yüzyıllar önce sağlığa getirdiği bütüncül bakış açısı ve müziğin terapi yöntemlerinde ne kadar değerli olduğu anlaşılmaktadır. Ek olarak İslam tarihinde tasavvufla ilgilenenler müzikle uğraşmışlar ve sinir hastalıklarının tedavisinde müzikle tedavi yöntemlerinin kullanıldığından bahsetmişlerdir. Osmanlı Devleti'nde de musikin ve müziğin çeşitli yöntemlerle kullanıldığına rastlanmaktadır. Enderun hastanesinde çocukların müzik kullanılarak tedavi edildiği bilinmektedir (Somakçı, 2003:134-137). Bu ve bunun gibi birçok örneğe Osmanlılarda, ilk Türk-İslam devletlerinde ve Orta Asya'da rastlamak mümkündür. Türk tarihi sanatın ve müziğin gücünü erken yıllarda kavramış, yaşamlarının birçok bölümünde müzikten ve müziğin unsurlarından yararlanmışlardır. Dünyanın ilk askeri bandosu olarak bilinen Mehteran savaş arenasında askerlere motivasyon kazandırarak dünya genelinde askeri bandoların gelişimine önyak olmuştur.

Müzik terapisinin Avrupa'daki tarihsel serüvenine baktığımızda ise, Hristiyanlığın yayılışından Rönesans'a kadarki süreçte oldukça az sayıda müzikle terapi örneğine rastlanmaktadır. Orta çağda Avrupa'da skolastik düşüncenin de etkisiyle müzik din dışı olarak görülmüş fakat kendisi de bir müzisyen olan Protestanlığın kurucusu bir din adamı Luther'in de etkisiyle müzik dini törenlere dahi girmeye başlamıştır. Böylelikle müziğin insanlara yönelik sağaltıcı etkisinin temelleri atılmış ve hem okullarda hem de hastanelerde müzikle terapi seansları düzenlenmeye başlamıştır. Özellikle çocuk hastalarda kayda değer başarılar elde edilmiştir. Londra merkezli bir müzikle yardım birimi oluşturulmuş ve telefonun yardımıyla büyük hastanelerin bazı koşullarına müzik ulaştırılmaya çalışılmıştır. Bu dönemde özellikle müziğin ilaç kadar etkili olabileceği hastalıklar arasında nevrozlar gösterilmiştir. Birçok akıl hastanesinde hastalara aktif ve pasif müzik terapi seansları düzenlenmiş hastalardan korolar oluşturulmuştur. Zaman içinde müzik hem fiziksel rahatsızlıklar hem de psikolojik sorunlar için kullanılmaya başlamış ve etkililiği test edilip sorgulanmaya başlamıştır (Çoban, 2005:39-41).

Modern anlamda müzik terapisinin ABD'de birinci dünya savaşı boyunca başladığı bilinmektedir. Bu süreçte müzik, savaşta yaralananların psikolojilerine pozitif yönlü bir ivme kazandırmak, savaş sonrası oluşan travmaların yaralarını sarmak amacıyla kullanılmış ve savaşta yaralanan bireyler bazen aktif bazen pasif olarak müzik aktivitelerine katılmışlardır. Sonuç olarak birçok doktor ve hemşire tedavi sürecinde müziğin kullanılmasının hem fiziksel hem de psikolojik olarak olumlu geri dönüşleri olduğunu gözlemlemiştir. Bu tecrübelerinde etkisiyle birçok kolej ve üniversite akademik anlamda müzik terapisinin nasıl kullanılması gerektiği üzerine çalışmalar yapılmaya başlamıştır. Savaşın travmasını yaşayan, duyma ve görme yetisi kaybolan, akli dengesinde bozukluk olan ve psikolojik anlamda yardıma ihtiyacı olan dezavantajlı bireyler üzerine çalışmalar yoğunlaşmıştır. Bu çalışmalar ABD'de Ulusal Müzik Terapi Birliği adında bir birliğin ortaya çıkmasını sağlamıştır (Ak, 2006:225).

1985 yılında İtalya'da kurulan Dünya Müzik Terapisi Federasyonu (The World Federation of Music Therapy) müzik terapisinde araştırma, uygulama, eğitim ve profesyonel standartlar oluşturma adına önemli çalışmalara sahiptir (The World Federation of Music Therapy, 2021).

Ülkemizde ise müzikle terapiyle ilgili kurulan ilk kurum TÛMATA'dır. 1976 yılında Rahmi Oruç Güvenç tarafından kurulmuştur. TÛMATA Türk musikinin tarihini, gelişimini ve tedavi yöntemi olarak etkililiğini araştırmak amacıyla faaliyetlerini sürdürmüştür. TÛMATA'nın genel faaliyet konuları arasında Türk musikisinin günümüze ulaşmış repertuarı, dansları ve dekorları, sosyoloji ve kültürel kaynakları, modern tıpta uygulanabilecek müzik terapi malzemeleri bulunmaktadır (Kayım, 2017:49). 2013 yılında ise müzik terapisinin çeşitli yöntemlerini uygulamalar üzerinde geliştirmek üzere Üsküdar Üniversitesinde kurulan Müzik Terapi Uygulama ve Araştırma Merkezi (MÛTEM) uygulayacağı müzikle terapi için bireylerin beynindeki elektriksel aktiviteyi ölçerek beyin haritalarını belirleyip, beynin elektriksel frekansına uygun ritimli müzikler belirlemek üzere çalışmalar yapmış ve kişiye özel en uygun müzikle terapi uygulamaları gerçekleştirmeyi hedefleyen çalışmalar yapmıştır (Uçaner ve Jelen, 2015:39). Ayrıca 2014 yılında Sağlık Bakanlığı tarafından Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliğini yayınlanmış, sonrasında ise Bakanlığa bağlı olarak Geleneksel, Tamamlayıcı ve Fonksiyonel Tıp Uygulamaları Dairesi Başkanlığı kurulmuştur. Bu kuruluş bünyesinde müzik terapinin de dahil olduğu tamamlayıcı tıp uygulamaları için eğitimler verilmekte ve yasal olarak yetkinliği olan sertifikalar verilebilmektedir. Bu gelişmeler Sağlık Bakanlığının tamamlayıcı tıp uygulamalarını resmi olarak kabul ettiğini göstermekte (Çavlu, 2019:65-66) ve ülkemizde müzik terapi uygulamalarının yasal bir dayanak oluşturarak yapılacak çalışmalar için bir umut vadetmektedir.

4. Müzik Terapisi Yöntemleri

İnsan üzerine mucizevi bir etkisi olan müzik terapisi kapsamında her bireye uygulanabilen standart bir terapi modeli yoktur. Müzik terapisi yöntemleri genel olarak aktif ve pasif yöntemler olarak ikiye ayrılabilir. Pasif yöntem kısaca kişiye müzik dinletilmesi ya da konser verilmesi olarak

ifade edilir. Ancak bu yöntem de dahi, danışanın müzik deneyimlerini, geçmişte beğenmiş olduğu müzikleri, psikososyal sorun ve gereksinimlerini ifade etmesi sağlanarak katılımı söz konusudur. Aktif müzik terapi yaklaşımı ise danışanın terapist ile terapi sürecine katılımı söz konusudur. Bu yaklaşımda danışan terapistin gözetiminde herhangi bir enstrüman kullanarak müzik üretme, müzikli eylemlere katılma, gibi yaratıcı süreçlerde bulunur. Aynı zamanda danışan seansları terapist ile değerlendirir ve analiz eder. Özetle baktığımızda müzik terapistlerinin danışanlarına uyguladığı bir model değil danışanla ortak bir şekilde yürüttüğü bir terapi modelidir (Torun, 2017). Ülkemizde uygulanan müzik terapilerinin içeriğine ve kullanılan müzik türlerine bakacak olursak Can ve Yılmaz'ın 2019'da gerçekleştirdiği "Türkiye'de Müzik Terapi Uygulamalarında Kullanılan Müzikler" adlı çalışmanın bulgularına bakılabilir. Araştırma bulguları incelendiğinde Türkiye'de uygulanan müzik terapilerinde genel olarak makam müziklerinin kullanıldığı, seans süresinin en fazla bir saat olarak belirlendiği, aktif ve pasif müzik terapilerinin birlikte kullanıldığı görülmüştür. Yine çalışmaya göre uzman görüşlerinden yararlanılmış ve müzik seçiminin bazen terapist tarafından bazen danışan tarafından belirlendiği belirtilmiştir.

5. Sosyal Hizmet ve Müzik Terapisi

Sosyal hizmet, en yalın ifadeyle; bireylerin, grupların, ailelerin, toplumların iyi olması adına çalışan bir disiplin ve meslektir. Sosyal hizmetin uygulamalı bir meslek oluşu, çalışma alanlarının ve danışanlarının oldukça çeşitli olması, sosyal sistemlerle çalışması ve sosyal sistemlerin sürekli değişim içinde bir yapıya sahip olması, sosyal hizmetin dinamik ve kendini yenileyen bir meslek olmasını gerekli kılmıştır. Eklektik bilgi temeline ve bütüncül bir bakış açısına sahip olan sosyal hizmet disiplini, geneli bakış açısına sahiptir ve bireyi çevresi içinde ele almaktadır. Sosyal hizmetin bu yönü, sanat terapisi ve diğer mesleki disiplinlerden yararlanmasını kolaylaştırabilir. Aynı zamanda sosyal hizmet disiplin ve mesleği danışanın kendi kaderini tayin hakkına özen gösteren bir paradigmaya sahiptir. Bu yönüyle de yaratıcı bir süreç olan ve danışanın kendi iç dünyası hakkında içgörü kazanmasını amaçlayan sanat terapisi teknikleriyle benzerlik göstermektedir.

Sanat terapisi tekniklerinden biri olan müziğin sosyal hizmet uygulamalarında kullanılması sosyal hizmet mesleğinin çağdaş değerleri ve güçlü yönler perspektifiyle uyum sağlayarak (Tyson, 2014:2) danışanların iş birliğine katılım oranlarını artırabilir. Sosyal hizmet uzmanlarının sanatsal duyarlılığa, sanatsal alanların ve sanat terapisinin bilgisine sahip olmaları danışanlarına verdikleri hizmetlerin kalitesini artırmada yardımcı olabilir (Hasgül, 2020:1319). Sanat terapi yöntemlerinden biri olan müzik terapisi sosyal hizmet alanında kullanılabilirliği yüksek bir terapi yöntemidir. Ancak müzik terapisini profesyonel şekilde uygulayabilmek için belirli eğitimlerinin alınması ve bu alanda uzman olunması gerekmektedir. Torun (2017), danışanın talepleri ve gereksinimleri doğrultusunda belirlenecek olan müzik terapisi uygulamalarının, gerekli eğitimleri alarak alanda uzmanlaşmış ve yasal olarak terapi uygulama yetkisi bulunan bir müzik terapisti tarafından, kanıta dayalı ve terapötik etkileşim içinde uygulanması gerektiğini belirtmiştir. Bu bağlamda sosyal hizmet alanında müzik terapisinin kullanılabilirliği üzerine yoğunlaşan çalışmamızı ele alırken konuyu iki boyutta incelemenin yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Birinci boyut müzik terapisinin uygulanabileceği bir alanda çalışan sosyal hizmet uygulayıcısının gerekli müzik terapisi eğitimi almış olarak varsaymak, ikinci boyut ise: sosyal hizmet öğrencilerinin, sosyal hizmet eğitimcilerinin ve sosyal hizmet alanında aktif olarak çalışanların, bu eğitimi almadan sanat ve müzik terapisinden nasıl yararlanabileceği üzerinde durarak olacaktır.

Müzik terapisinin dezavantajlı ve incinebilir gruplar üzerindeki uygulanabilirliği yüksektir. Sosyal hizmet mesleğinin de sosyal adaleti sağlamaya dayanan temel amacında öncelikli hedefi dezavantajlı gruplardır. Bu yönüyle müzik terapisi ve sosyal hizmetin paralel bir çalışma alanı olduğu açıktır. Yukarıda bahsettiğimiz birinci boyut açısından ele alıp, sosyal hizmet uzmanının müzik terapisi uygulama yetkinliğinin olduğunu varsayalım. Torun'a (2017) göre ilaç kullanımının olmaması, müzik terapisinin kullanım riskinin olmamasını sağlar. Yine de madde bağımlılığı

bulunan, belirli bir ruhsal bozukluğu olan veya işitme güçlüğü çeken kişilerde kullanımında dikkat edilmesi gerekir. Bu açıdan baktığımızda sosyal hizmet alanında kullanılmasını engel teşkil eden bir durum yoktur. Tabii ki sosyal hizmet uzmanlarının çalıştığı kurumlar ve çalışma alanlarının önemli olduğu ve terapiye uygun olması gerekmektedir. Daha çok klinik ortamlarda çalışan sosyal hizmet uzmanlarının müzik terapisinden yararlanabileceği düşünülmektedir. Örnek olarak kemoterapi servisi bulunan bir hastanede çalışan sosyal hizmet uzmanı kemoterapi servisinde hekimlerle ortak bir çalışma yürüterek müzik terapisinden yararlanabilir. Kemoterapi tedavisi gören hastaların kemoterapi esnasında kendi rızaları alınarak belirli dinletiler yapılabilir. Bir diğer husus danışanların öncelikle gereksinim duydukları müdahale modelinin ne olduğudur. Yoksulluk alanında çalışan bir sosyal hizmet uzmanının, uygulamalarının yanında veya onun yerine müzik terapisi uygulaması anlamsız olacaktır.

Yukarıda birinci boyut olarak nitelendirdiğimiz çerçeveden konuya devam edecek olursak, Kolburan ve Sezince'nin (2018) "3-6 yaş arası 87 katılımcı ile müzik ve dans eğitiminin çocuklar üzerindeki etkileri" adlı çocukları üzerine yapılan çalışmada çocuklarda yaş gruplarına göre düzenlenen müzik ve dans terapilerinin çocukların psikolojik ve fiziksel gelişimlerine olumlu yönde katkı yaptığı görülmüştür. Yine çocuklarla yapılan bir diğer çalışma Berhem'in (2008) Filistinli çocuklar ile yaptığı çalışmadır. Çalışmada Berhem müzik terapisini kullanarak çocukların içsel dünyalarında var olan duygularıyla nasıl başettiklerini, başetme stratejilerini geliştirmeyi ve ailelerin çocukların duygusal ihtiyaçlarını karşılama durumlarına odaklanmıştır. 20 çocukla 5 hafta boyunca yürütülen çalışmada çocuklar için duyguların ifade edilmesini artırmak ve kolaylaştırmak amacıyla müzik terapisi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda müziğin çocukların mevcut duygu durumlarını olumlu yönde artırdığı ve duyguları ifade etmede kolaylaştırıcı etki yarattığı düşünülmüştür.

Müzik terapisi alanında yetkinlik sahibi kişilerin yaptığı çalışmalara örnek bir diğer çalışma Kızılırmak'ın (2014) aktardığı New York'ta sosyal hizmet uzmanı olarak görev yapan, aynı zamanda klasik müzik alanında eğitimi olan bir müzisyen olan Linda Rodgers ameliyat esnasında kişilerin tepkilerini araştırırken, hastaların bilinçleri kapalı olduğunda bile duymaya devam ettiklerini gösteren birçok veri elde etmiştir. Kulağımız ve beynimizin ses ile ilgili bölümünün anesteziyen etkilenmediği gösteren çalışmalar ile ameliyat esnasında, öncesinde ve sonrasında müzik ve müzik terapisinin etkili olduğunu ortaya koymuştur.

Sosyal hizmet uzmanları müzik terapisi yetkinliğine sahip olsun ya da olmasın müzik terapisi yöntemlerine dair sahip olduğu farkındalık çalışma alanlarında müzik terapisinin kullanımını artırabilir ve sosyal hizmet uzmanları bu yöntemin kullanımını teşvik edici roller üstelenebilir. Bu yüzden müzik terapisinin sosyal hizmetin etkin olduğu sahalarda kullanılabilirliğini tartışmak için sosyal hizmet uzmanlarının mesleki çalışma alanlarına doğrudan ya da dolaylı olarak katıldığı alanlarda yapılan bazı çalışmalardan da bahsetmenin makalenin amacına fayda sağlayabileceği düşünülmektedir.

Bir huzurevinde gerçekleştirilen çalışmada, yaşlılara uyumadan önce dinletilen müziğin çalışmaya katılan yaşlıların uyku kalitesinde olumlu etkiler gösterdiği görülmüştür (Altan Sarıkaya & Oğuz, 2016). Huzurevinde kalan yaşlı bireyler üzerine yapılan bir diğer çalışma Kurt'un (2014) gerçekleştirdiği müzik terapisinin yaşlıların yalnızlık hissi üzerine etkisini ölçmek amacıyla yaptığı araştırmadır. 38 yaşlı birey ile gerçekleştirilen çalışmada yaşlı bireylere uygulanan terapinin yalnızlık hislerini azaltmada yardımcı olduğu sonucuna varılmıştır. Fındıklıoğlu (2015) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada müzik terapisinin şizofreni hastalarının ruhsal durumları üzerine etkileri test edilmiştir. Buselik makamındaki eserlerin dinletildiği hastaların uyku kalitesinde artış ve yorgunluk hislerinde azalma olduğu görülmüştür. Bu noktadan hareketle ruhsal engeli olan (şizofreni, psikoz vb.) bireyleri kabul edebilen bir engelli bakım merkezinde görevli sosyal hizmet uzmanının müzik ve müziğin gücünden yararlanmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Bakım merkezinin sakinleri ile aktif olarak müziğin kullanımı için bir müzik grubu oluşturup, grupla

birlikte çalışmalar yapması bile, bakım merkezlerinde her gün monoton bir yaşama maruz kalan bireylere günlük yaşantılarında farklı uğraşları deneyimlemenin huzurunu tattırabilir. Aynı zamanda onların kurum yaşamına uyumunu ve kuruma olan aidiyet duygularını geliştirip; yaratıcılığın, onaylamanın ve beğenilmenin hazzını onlara yaşatıp kendilerini değerli hissetmelerini sağlayabilir.

Müzik terapisinin etkililiğinin kanıtlanması için yapılan diğer çalışmalara baktığımızda; Sacks (1992) tarafından yapılan çalışmada müzik terapisinin parkinsonlu bireylerin tedaviye uyum süreçlerinde yardımcı olduğunu, Wrangsiö (1995) müzik terapisinin depresyon tanısı almış bireylerin tedavisinde etkili olduğunu gösteren çalışmalar yapmıştır (Akt. Bostancıoğlu & Kahraman, 2017:153-154). Müzik terapisinin etkinliğinin gösterimi üzerine yapılan bu çalışmalar terapinin kullanım alanlarını da artırmıştır., başlarda psikiyatri kliniklerinde kullanılan (çocuk, genç ve yetişkin psikiyatri) müzik terapi, son yıllarda hastanelerde yoğun bakım, pediatri, onkoloji, geriatri, nöroloji servislerinde; yurtlarda (çocuk esirgeme, kadın ve mülteci yurdu), Darülaceze ve cezaevlerinde kullanılmaya başlamıştır (Orlowski, Can, Bağcı, 2010-2019:268-267).

Grupla gerçekleştirilen sanat terapisinin oldukça iyi sonuçlar verdiği bilinmektedir (Sayar, 2005:127). Sosyal hizmet uzmanları sıklıkla grup düzeyinde çalışmalar yürütmektedirler. Müzik terapisi alanında uzman sosyal hizmet uzmanları grupla çalışmanın verimini artırmak, grubun sosyal işlevselliğini üst düzeye çıkarmak için müzikten yararlanabilir. Daha somut ifade edebilmek için bu grubun aile veya bir çift olduğunu varsayalım. Ailelerle ya da çiftlerle yürütülebilecek aktif katılımlı bir müzik terapisi bireyler arası iletişimi güçlendirerek, şaşırtıcı derecede iyi geri dönüşlere neden olabilir ve diğer sorunların da kendiliğinden çözülmesini sağlayabilir.

Günümüzde sosyal hizmet uzmanlarının çoğunun müzik terapisi konusunda yetkinliğinin veya sertifikasının olmadığını göz önüne alındığında, kısa vadede bu boyutta önerilen müzik terapisi ve sosyal hizmet uygulamaları iş birliklerinin daha faydalı olacağı düşünülmektedir. Bu boyutta öncelikle sosyal hizmetin makro düzey uygulamaları göze çarpmaktadır. Sosyal hizmet makro boyutuyla toplumla, topluluklarla çalışmakta, politikalar üretici ve uygulayıcı roller almaktadır. Bir politika üretici ya da politika üretim organlarında söz sahibi bir sosyal hizmet uzmanının sanatsal duyarlılığının olması ve sosyal politikalarda bunun iletişim aracı olarak kullanılması önemlidir. Sanatsız veya sanata uzak bir toplum, bir devlet düşünülemez. Gerek sosyal hizmet eğitimleri özelinde gerekse devletlerin eğitim politikalarında sanat ve sanatsal faaliyetlere daha fazla eğilmesi gelecek nesillerde kendini olumlu geri dönüşlerle gösterebilir. Ayrıca sosyal hizmet politikalarına da sanatsal duyarlılıkla yaklaşılması sosyal hizmet çalışmalarının verimini artıracaktır.

Müzik terapisinde profesyonel olarak yetkinliği olmayan bir sosyal hizmet uzmanı gerçekleştirdiği her uygulamada yardımcı unsur olarak müzikten ve müzik terapisinden faydalanabilir. Yine somut olarak örneklendirmeye çalışırsak eğer: bir cezaevi sosyal hizmet uzmanını düşündüğümüzde, cezaevindeki danışanlarla gerçekleştirmiş olduğu her görüşmede müzikten ve müziğin terapi gücünden bahsederek, bir müzik terapisi gerçekleştirmese bile danışanlarını müzikle ilgilenmeleri sağlanabilir. Bu şekilde danışanların kendi terapilerini kendileri sağlamaları ve kendi terapisti olmalarına destek verebilir. Yukarıda verdiğimiz bakım merkezi örneği bu boyutta düşünülebilir. Bakım merkezinde bakım hizmeti alan bireylerin müzikle ilgilenmelerini sağlamak için müzik terapi yetkinliğinin zorunlu olmayacağı düşünülmektedir. Bu ve bunun gibi örnekler çeşitlidir ve çoğaltılabilir.

Kısacası sosyal hizmet gibi birçok alanda insan refahı için mücadele veren bir mesleğin, sanattan, sanat terapisinden ve özellikle her alana kolaylıkla uyum sağlayabilen müzik terapisinden yararlanmaması düşünülemez.

Sonuç ve Öneriler

Müzik terapisinin sosyal hizmet uzmanları tarafından sosyal hizmet mesleğinin farklı alanlarında kullanımının daha da ötesinde, müzik terapisinin genel olarak Türkiye’de yaygın olarak

kullanılmaması, müzik terapisi alanındaki sertifika veren ve uzmanlaşmayı sağlayan kuruluşların sayısının azlığı, sosyal hizmet ve sanat terapisini uygulamalarının araştırılması ve geliştirilmesi konusunda büyük bir eksiklik ortaya çıkarmaktadır. Aynı zamanda ülkemizde sosyal hizmet lisans eğitiminin verildiği kurumların birçoğunda müfredatta sanat ve sanat terapi çeşitlerinin bulunmaması sosyal hizmet çalışma alanlarında sanat terapisinden yararlanan çalışmaların sınırlı sayıda kalmasına neden olmuştur.

Tarihsel kökleri çok eskilere dayanan müzik terapisinin, tüm alanlarda, özellikle psikiyatri, psikoloji ve sosyal hizmet gibi psikososyal hizmetler sunan alanlarda yaygınlaştırılması, araştırmalar yapılması ve gerekli eğitimsel içeriklerin geliştirilmesi gerekmektedir.

Sanatsız ve sanattan uzak bir sosyal hizmet disiplini ve mesleği düşünülmemelidir. Gerek sosyal hizmet alanında söz sahibi eğitimciler gerekse alandaki uygulayıcılar sanat terapilerine ilgilerini yoğunlaştırılmadığıdır. Sanat terapilerinin en etkili olanlarından biri olan müzik terapisi sosyal hizmet uygulamalarına gerek bir müdahale yöntemi gerekse yardımcı bir unsur olarak fayda sağlayacaktır. Sosyal hizmet uzmanları birçok farklı alanda birçok farklı bireyle karşılaşabilmektedir. Bu çeşitliliğe etkili modeller sunulması için sosyal hizmetin evrenselliğini kanıtlamış, yediden yetmiş herkesi etkileyebilen müziği kullanması uygulamaların verimliliğini üst noktalara taşıyacaktır.

Kaynakça

- Acar S. Ş. & Düzakın C. S. (2017). *Sanatla Terapi ve Yaratıcılık Bir Eğitim Modeli Olabilir mi?* (1. Baskı). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Ak, A. Ş. (2006). *Müzikle Tedavi – Avrupa ve Türk-İslam Medeniyetinde*. İstanbul: Ötüken Neşriyat Yayınları.
- Altan Sarıkaya, N., & Oğuz, S. (2016). Effect of Passive Music Therapy on Sleep Quality in Elderly Nursing Home Residents. *Journal of Psychiatric Nursing*, 7(2), 55-60.
- American Art Therapy Association (2009). *About Art Therapy*, American Art Therapy Association. <https://arttherapy.org/about-art-therapy/> Erişim tarihi 12.04.2020.
- American Music Therapy Association. (2021). *What is Music Therapy?*. <https://www.musictherapy.org/about/musictherapy/> Erişim tarihi 12.05.2021.
- Berhrens, G. (2008). *Understanding The Emotional Coping Needs Of Palestinian Children Through Music Therapy*. XII Congreso Mundial de Musicoterapia, 22-26 July 2008, Argentina.
- Bostancıoğlu, B., & Kahraman, M. E. (2017). *Sanat Terapisi Yönteminin ve Tekniklerinin Sağlık-İyileştirme Gücü Üzerindeki Etkisi*. *Beykoz Akademi Dergisi*, 5(2), 150-162.
- Çavlu, D., (2019). *İstanbul'da Yasal Yetkinliği Olan Müzik Terapi Kurum ve Kuruluşlarının İncelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Teknik Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çoban, A. (2005). *Müzik Terapi: Ruh Sağlığı İçin Müzikle Tedavi*. İstanbul: Timas Yayınları.
- Demir, V. & Yıldırım, B. (2017). *Sanatla Terapi Programının Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Depresyon, Anksiyete ve Stres Belirti Düzeylerine Etkililiği*. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), 311-344.
- Emoto, M. (2005). *Suyun Gizli Mesajı*. İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Filiz, Ş. (2016). *Sanat Terapisinin Felsefi Boyutları*. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6(1), 169-183.
- Coşkun B, (2018). *Bir Bilimsel Disiplin Olarak Sanat Terapisi*. *The Journal of Turkish Family Physician*, 9(3), 93-96.
- Göktepe, K. A. (2015). *Sanat Terapi*. İstanbul: Nesil Yayınevi.
- Güler, K. (2016). *Germiyan Şiirinde Müzik ve Terapi*. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Akademik Müzik Araştırmaları Dergisi*, 2(4), 27 – 42.

- Hasgöl, E. (2020). Sosyal Hizmet Eğitiminde Sanat, Sanat Terapisi ve Sanat Eğitiminin Önemi. Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi, 55(2), 1318-1329.
- Karahan, S. (2006). Tarihsel Süreç İçerisinde Türklerde Müzikle Terapi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karamızrak, N. (2014). Ses ve Müziğin Organları İyileştirici Etkisi. Koşuyolu Kalp Dergisi, 17(1), 54-57.
- Kayım, G. (2017). Dünya'da Müzik Terapi Tarihi ve Eğitimi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kolburan, Ş. (2018). 3-6 Yaş Çocuklarla Müzik ve Dans Eğitiminin Motivasyonel Fiziksel ve Psikolojik Gelişim Açısından İncelenmesi. Aydın İnsan ve Toplum Dergisi, 4(1), 13-22.
- Kurt, D. (2014). Müzik Terapinin Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Yalnızlık Hissi Üzerine Etkisi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Orlowski, D. D., Can, Ü. K., & Bağcı, H. (2021). Almanya'da Müzik Terapi Alanında Gerçekleştirilen Bilimsel Yayınların İncelenmesi (2010-2019). Motif Akademi Halkbilimi Dergisi, 14(33), 266-286.
- Sezer, B., Sezer, Ö. & Toprak, D. (2015). Müzikoterapi Hakkında Ne Biliyoruz?. Konuralp Tıp Dergisi, 7(3), 167-171.
- Spaniol, S. (2001). Art and Mental Illness: Where is the Link?. The Arts in Psychotherapy, 28(4), 221-231.
- Somakcı, P. (2003). Türklerde Müzikle Tedavi. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1(15), 131-140.
- Fındıkoğlu, S. (2015). Şizofrenik Hastalarda Müzik Terapinin Ruhsal Durum Üzerine Etkileri. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Torun Ş. (2017). Müzik Terapi Uygulaması Hakkında. <https://getatportal.saglik.gov.tr/TR,24681/muzikterapi-uygulamasi-hakkinda-bilgilendirme.html> Erişim Tarihi: 18.04.2020.
- Tyson, E. H. (2004). Rap Music in Social Work Practice With African-American and Latino Youth: A Conceptual Model With Practical Applications. Journal of Human Behavior in the Social Environment, 8(4), 1-21.
- Uçaner, B., & Jelen, B. (2015). Müzik Terapi Uygulamaları ve Bazı Ülkelerdeki Eğitimi. Folklor/Edebiyat, 21(81), 35-46.
- Yılmaz, B., & Can, Ü. K. (2019). Türkiye'de Müzik Terapi Uygulamalarında Kullanılan Müzikler. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 13(19), 592-620.
- World Federation of Music Therapy (2021). What is Music Therapy?. <https://wfmt.info/wfmt-new-home/about-wfmt/> Erişim Tarihi: 21.05.2021.
- Yurtsever, B., & Çakır, G. (2012). An Assessment for Interdisciplinary Education Model Implementation of Basic Design Education in Architecture. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 51, 157-161.