

Musikkterapi som hjelp til selvhjelp i kontekst av barnevernsarbeid

Viggo Krüger

*Gi en mann en fisk og han har mat for en dag.
Lær en mann å fiske og han har mat for resten av livet.*

Kinesisk ordtak

Anne sitter rundt et bord sammen med seks andre ungdommer som er i alderen 14-20 år. Dette er ungdommer som bor på barnevernsinstitusjon og som går til ukentlige musikkterapiavtaler i regi av barnevernet. Noen av dem er født i Norge mens andre har andre nasjonaliteter – noen kommer fra hjem hvor det har vært vanskelig å finne roen – andre kommer fra krigsherjede land. Felles for dem er at de bærer på opplevelser som er vanskelig å holde på uten hjelp.

Ungdommene forteller om seg selv og sine omgivelser til hverandre og de deler livserfaringer og hendelser. Bakgrunnen for gruppesamtalen er at de er blitt invitert til å lage en revy hvor drama og musikk skal utgjøre mediene for historiefortellingen. Noen har skrevet popsanger, andre har laget hip hop tekster. Gjennom disse mediene skal de unge vise, demonstrere, kommunisere og fortelle hva de selv synes er viktig og har betydning i sine liv.

Rundt bordet sitter også to voksne. Den ene er musikkterapeut med musikerbakgrunn og den andre er dramainstruktør med bakgrunn som lærer og skribent. De forteller at det er satt av økonomiske midler til prosjektet, men at det ikke er bestemt hva det skal handle om. De inviterer så ungdommene til å snakke om mulige ideer til oppsetning. Det innledende spørsmålet lyder slik: Hva vil dere at revyen skal inneholde?

Etter at ordet er sluppet løs, bryter det ut en heftig diskusjon mellom ungdommene og de voksne. Det blir avbrytelser og kraftige utbrudd. Det gjøres få eller ingen forsøk på styre samtalen. Noen bryter ut og sier at de er lei av de voksne og at de aldri blir hørt. Det bannes og brukes kraftige uttrykk. Andre sier at det er lite å gjøre på institusjonen og at barnevernet er et forferdelig sted å være. Ingen bryr seg – de som jobber med barnevern gjør dette bare for pengene.

Anne begynner å fortelle om sitt eget privatliv og om hvordan hun er blitt dårlig behandlet på en institusjon hvor hun bodde. Det blir stille rundt bordet – det lyttes og

det vises omsorg. Andre har lignende fortellinger. Det veksles mellom enetaler, samtaler og en kakafoni av stemmer som snakker i munnen på hverandre. Slik veves ulike fortellinger, personlige og kollektive, inn i hverandre. Det er til tider vanskelig å følge en rød tråd. Ungdommene viser empati og forståelse for hverandre ved blikkontakt og kroppsspråk. Toneleie og stemningen i samtalen stiger og senkes i takt med det emosjonelle innholdet i diskusjonen. Først etter en stund går ordskiftet over i en fase der det er mulig å følge et eller flere tema. Etter en time prøver dramainstruktøren å ta ordet. Jeg tror jeg vet hva revyen skal handle om: dere! Det vises tydelig tegn på respons.

Samtalen tar etter dette en retning der det konkretiseres øvingstider og skrivekollokvier. Det jobbes individuelt og i grupper frem mot oppsetning om et halvt år. Arbeidsprosessen bærer preg av at det etableres et arbeidsfelleskap der konkrete målsetninger overstyrer konflikter og vanskelige opplevelser på institusjon eller i familie.

Revyen gjennomføres med barnevernsarbeidere, familiemedlemmer, venner og andre viktige personer tilstede. Noen gråter, andre nikker anerkjennende. Det tas bilder og videoopptak, dokumentasjon er viktig for ettertiden. Anne sier at hun vil at barnebarna skal se hva bestemor gjorde da hun var ung! På bakrommet etter opptreden strømmer det inn mennesker som vil kommentere, applaudere og feire. Det deles ut roser og gaver. Området bak scenen fylles opp av det samme publikummet som nettopp har sett på dem, de vil også være en del av dette. En og annen kjent person fra teatermiljøet er der også. Det summer og humres. Mange er overveldet. Etter endt gjennomføring er det liten tvil å spore: det må lages ny revy, helst allerede neste år.

Innledning

Utgangspunktet for denne artikkelen er erfaringer som stammer fra en gjennomført musikkterapivirksomhet i kontekst av en barnevernsinstitusjon.²⁹ De erfaringene som hovedsakelig skal deles her handler om hvordan unge mennesker kan bruke egne stemmer til å frembringe fortellinger som kan være med å oppdra samfunnet vårt til hva barnevern "egentlig" skal være.

Utfordringen i lys av et slikt perspektiv blir å bidra til å lage arenaer og muligheter der barn og unge kan få artikulert og fremført sine versjoner av virkeligheten uten at de voksnes stemmer blir for dominerende. Det handler om å lytte til det de unge sier på en slik måte at det får betydning for dem og det miljø de tilhører. Et slikt syn er i tråd med FNs barnevernskonvensjon som sier at barn har en lovfestet rett til å bli

29 Artikkelen er skrevet med støtte fra Aleris Ungplan.

hørt og til å være handlende aktører i egne liv (Lov om barnevernstjenester § 6-3, FNs barnekonvensjon §12).

Legger vi dette synet til grunn blir ungdommers kunnskap og kompetanse om egne liv til viktige fortellinger som kan endre samfunnet på et felt hvor holdninger og verdier til tider kan virke fastlåste og institusjonaliserte. Vi trenger med andre ord virkemidler som kan løse opp etablerte synspunkter og maktposisjoner. Ved hjelp av fortellingens egen kraft, som stammer fra levd liv i ulike familiesituasjoner, institusjonsplasseringer og fosterhjem, kan den enkelte ungdom uttrykke og formidle noe som kommer flere til gode. Slik kan ungdommer med samme bakgrunn finne samholdighet og kraft til å peke på og endre forhold som skaper eller opprettholder undertrykking (Follesø 2007). De mange voksenstemmer, det være seg stemmene til advokater, barnevernspedagoger, saksbehandlere eller terapeuter, får slik en berikende og konstruktiv utfordring.

Utfordringer for barnevernet

Ved utgangen av 2007 fikk 42 600 barn eller unge i Norge hjelp fra barnevernet, hvorav 34 900 fikk hjelpetiltak i hjemmet og 7 710 barn ble flyttet ut etter vedtak om omsorgsovertagelse. Dette er en økning på 5,4 prosent i forhold til året før (Statistisk sentralbyrå). Det blir altså stadig flere såkalte barnevernsbarn. I tråd med økningen av barnevernstiltak peker nyere tids barnevernsforskning på behov for stadig mer kompetanse og kunnskap om hjelp og støtte til barn og deres familier (Backe-Hansen & Havik 1997; Nygren 2000; Stjernø 2002; Backe-Hansen 2004; Angel 2005).

Det er lett å peke på problemer når det gjelder barnevernet. De fleste barn og unge som plasseres under offentlig omsorg har erfart sviktende omsorg over tid, de har opplevd sterke traumatiske hendelser og er i en utsatt posisjon for å utvikle traumeresponsjoner (Webb 2005). Barnevernsbarn er også en utsatt del av befolkningen når det gjelder grad av eksponering for overgrep, voldshandlinger og sterke tapsopplevelser (Pine & Cohen 2002). I tillegg viser en rekke andre undersøkelser at barnevernsbarn er overrepresenterte ved ulike former for ubehandlede psykiatriske problemer (Rosenfeld 1997; Nygren 2000; Leslie et. al. 2003). En ny studie fra NIBR viser også at barnevernsbarn i større grad enn andre barn tar sitt eget liv, eller dør av ulykker og sykdom (Kristoffersen, 2005). I følge rapporten har barnevernsbarn fire ganger høyere generell dødelighet. 64 % av disse var voldsomme dødsfall (suicid, overdoser, ulykker). Funnene fra undersøkelsen til Lars B. Kristoffersen viser dermed at det er

dramatiske forskjeller i dødelighet mellom barnevernsbarn og andre barn og dette kan være en viktig helseindikator.

Innenfor forskningen er det altså god dokumentasjon på problemer i barnevernet. I tillegg til dette er mediene med på å svartmale situasjonen. Alt for ofte hører vi om ”verstingene” av de institusjonaliserte barnevernsbarna. Dette er som regel historier preget av kriminalitet, mishandling eller rusmisbruk. Når slike historier dukker opp, er det mange som peker på problemene i forhold til det moderne barnevernet, men færre som kommer med gode løsninger. Det blir derfor en utfordring for dem som jobber med barnevern å ikke la seg overvelde av all den negative omtalen og dokumentasjonen, men heller prøve å finne måter å arbeide sammen med de unge og deres familier for å hjelpe dem med å skape seg en konstruktiv fremtid i egne oppvekstmiljø. Dette er i tråd med forskning som peker på betydningen av både å lytte til barn og voksne som brukere, og samtidig ha et kritisk blick på egen praksis (Martinhusen, Omre & Schjeldrup 2005).

Hva er selvhjelp?

En tilnærming som kan være til hjelp i barnevernsarbeid er selvhjelpsideologien. Selvhjelpsarbeid er i stor grad erfaringsbasert og bygger på brukeres egne beskrivelser av hva som virker og ikke virker. Dette er en ideologi som barnevernsbarn selv bruker når de definerer eget arbeid, slik som foreningen *Landsforeningen for barnevernsbarn* legger det frem:

Gjennom all vår aktivitet og virksomhet ønsker vi å gi barnevernsbarn en stemme som blir hørt i mange forskjellige sammenhenger. Vi arbeider for å bedre rettigheter for barn og unge under omsorg, samt for å endre stereotype oppfatninger om barnevernet og barnevernsbarn (www.barnevernsbarna.no).

Selvhjelpsbegrepet har i løpet av årene rullet å få en rekke betydninger og bruksområder. På grunn av at en rekke selvhjelpsideologier, med tilhørende selvhjelpshåndbøker har versert i det kommersielle markedet, særlig i USA, har selvhjelpsbegrepet fått en noe utvannet betydning. Velmenende selvhjelpsmanualer der hensikten er å sette den enkelte i stand til å mestre sitt eget liv i forhold til problemer som røyking, vektøkning eller skjønnhet, har ført til at mange ikke tar selvhjelpsbegrepet alvorlig lenger.

Selvhjelp er imidlertid et fenomen som har eksistert lenge i sosialdemokratiske samfunn. I Norge ble anonyme alkoholikere (AA) etablert allerede i 1935. AA regnes som den første selvhjelpsgruppen i Norge og er basert på at medlemmene, som delte

felles problem, skulle hjelpe hverandre gjennom samtale og gjensidig omsorg. Etter dette har en rekke selvhjelpsgrupper etablert seg og både forskning og erfaringsbasert kunnskap viser at selvhjelp og selvhjelpslignende arbeid kan ha betydning for den enkeltes livskvalitet (Thuen & Carlsen 1998).

I Norge finnes det i dag selvhjelpsarbeid innenfor en rekke områder eller problemfelt. Det kan være snakk om pasientgrupper, pårørende, brukergrupper eller grupper med mennesker som rammes av livsproblemer som alkoholproblemer, angst, depresjon, sorg og samlivsbrudd. Slikt arbeid er gjerne organisert innenfor ulike organisasjoner som for eksempel *Norsk Handicapforbund* eller *Angstringen*. I Stortingsmelding nr. 16 2002/2003 trekkes Angstringens arbeid fram som et eksempel for å synliggjøre selvhjelpsarbeidet:

Selvhjelp er å ta tak i egne muligheter, finne fram til egne ressurser, ta ansvar for livet sitt og selv styre det i den retning en ønsker. Selvhjelp er å sette i gang en prosess, fra passiv mottaker til aktiv deltaker i eget liv (Angstringen 2009).

Viktige aspekter ved selvhjelpsforståelsen er altså at erfart kunnskap kan bli til nyttig fremgangsmåter i fremtidige problemløsningssituasjoner. Ved at et menneske tar utgangspunkt i egne erfaringer kan den enkelte oppleve seg selv som kompetent på eget liv i samspill med sine omgivelser og i interaksjon med andre. Generelt i selvhjelpsarbeid er man kritisk til å bruke profesjonelle terapeuter eller andre ”eksperter”. Utgangspunktet er at de som har problemer på ulike måter er de som er best skikket til å hjelpe seg selv og andre med lignende problemer. Et slikt perspektiv reiser en del spørsmål til dem som vil prøve å hjelpe andre mennesker, enten gjennom frivillig eller profesjonelt arbeid.

På bakgrunn av at selvhjelpsbegrepet kan inneha såpass mange bruksområder og funksjoner, blir det viktig å klargjøre for hver enkelt brukssituasjon hva begrepet skal bety. På denne måten kan brukere av ordet inngå i faglige diskusjoner og synliggjøre innhold og kvaliteter ved egen virksomhet.

Det finnes mange måter å kategorisere selvhjelp på. I litteraturen om selvhjelp går det et skille mellom selvorganisert, igangsatt og forsterket selvhjelp (Høgsbro 1992). Den selvorganiserte selvhjelpen er enten grupper som har oppstått spontant eller som er organisert av selvhjelpsorganisasjoner. Igangsatt selvhjelp er etablert av personer som ikke selv har det samme problem. Med forsterket selvhjelp refererer en til selvhjelpsgrupper som ledes av profesjonelle eller personer som har fått ekstern veiledning i det å lede grupper av denne type. Slik hjelp kan dreie seg om enten økonomisk, organisatorisk eller idealistisk hjelp til selvhjelp.

Selvhjelpsarbeid kan også deles inn i forhold til tre ulike nivåer, fra et individuelt – til gruppe og samfunnsnivå (Lundemark, Brok & Mathiasen 2000). Musikkterapi

på individuelt nivå kan handle om å hjelpe mennesker å uttrykke seg og reflektere over egen situasjon. Det kan handle om å sette ord på noe som individet allerede har i seg som kroppslige erfaringer som gjennom å reflektere over egen praksis kan bli gjort eksplisitt. Slik kan refleksjonen gjort alene eller sammen med terapeuten gjøre at personen kan ta vare på og nyttiggjøre seg av egne og andres erfaringer. Slik blir opplevde erfaringer omgjort til et eget, indre språk som brukes til å forstå og tre inn i nye situasjoner. Andre former for hjelp på individuelt nivå kan handle om å drive kunstnerisk arbeid, som å skrive sanger eller tekster. Slike ferdigheter kan brukes i nye situasjoner der personen opptrer i gruppe i samarbeid med andre.

På et gruppenivå handler selvhjelp om å oppnå mål gjennom felles handling. Slike mål oppnås gjennom at deltagere gjør erfaringer sammen med likesinnede. I musikkterapi kan dette handle om å lage praksiser der slike prosesser kan foregå. Musikk- og teaterverksted er slike praksiser der ungdommer kan lage kulturarrangement, dra på turne, spille inn plate eller lage husband på institusjon.

Selvhjelp kan også forstås fra et samfunnsnivå. Dette handler om at mennesker og grupper er del av et større lokalsamfunn eller en samfunnsstruktur. I samspill med slike strukturer har det enkelte individ eller gruppe potensialer til endring og vekst, og det er i dette samspillet at den enkelte forventer innflytelse. I forhold til et slikt perspektiv handler det om å skape rom for at marginaliserte stemmer skal bli hørt i det offentlige rom. Musikkterapeutens rolle i dette kan handle om å søke offentlig støtte, bidra til å organisere drift av aktivitet, lage forening, drive politisk innflytelse, påvirke lover, delta ved høringer, media eller opptre på konferanser der politikere deltar.

Musikkterapi som selvhjelp kan sees i sammenheng med en ressursorientert samfunnstilnærming til musikkterapi (Ruud 1997, 1998; Stige 2003; Rolvsjord 2007). Dette fordi den ressursorienterte samfunnsmusikkterapien tilbyr en måte å teoretisk forstå hvordan musikkterapeutens praksis kan foregå der folk befinner seg, enten i eller i nærheten av i sine naturlige miljøer. Innenfor denne flerperspektivistiske tilnærmingen er man ikke nødvendigvis opptatt av diagnoser eller tradisjonelle terapeutrelasjoner. Det er heller samspillet mellom deltagere som utfolder seg gjennom praksiser som er avgjørende. Man kan på bakgrunn av dette tenke seg at musikkterapi fungerer langs to akser i forhold til selvhjelpsarbeid, fra selvorganisert til forsterket og fra individuell til gruppenivå.

Musikk og teater i kontekst av barnevernet

I dette arbeidet bidrar jeg med å gi et omsorgstilbud for institusjonaliserte barn og unge. Musikkterapien fungerer her som et supplement til miljøterapi, og inngår i institusjonens behandlingstilbud for barn og unge. Institusjonen jeg arbeider i henvender seg til mennesker som trenger hjelp med sin livssituasjon. Dette kan være barn og ungdom i alderen mellom 14-20 år som er under omsorg av barnevernet, og som kan ha problemer knyttet til rus, psykiatri eller kriminalitet. Flere av ungdommene har i tillegg status som enslige mindreårige, det vil si en person under 18 år som kommer alene til Norge og ber om beskyttelse og som ikke har foreldre eller andre med foreldreansvar. Behandling og veiledning skjer innenfor rammen av familien, i bofelleskap, i familiehjem og næromsorgstiltak.

I de fem årene jeg har arbeidet ved institusjonen har jeg i samarbeid med institusjonens fagteam, som også består av psykologer, barnevernspedagoger, sosionomer og vernepleiere, bidratt til å tilrettelegge, organisere og gjennomføre et musikkverksted og et teaterverksted.

Barn og unge som kommer til verkstedene blir tilbudt deltagelse i diverse aktiviteter, slik som å spille instrumenter, syngende, skrive sanger, spille teater eller opptre. Instruktørene ved verkstedet har utdanning og trening i både terapeutisk samtale, opplæring og improvisasjon.

Deltagelse på musikk/teaterverkstedet inkluderer aktiviteter som rommer de første forsiktede forsøk på å spille et instrument til rituelle handlinger knyttet til konserter eller kulturelle arrangement. Det handler derfor om å tilrettelegge for at handlinger gjennomført innenfor musikkterapitimene skal kunne føre til nye handlinger knyttet til gruppeaktiviteter, gjerne med publikum til stede.

Hensikten med dette er å tilrettelegge for kulturell aktivitet der barnet eller den unge kan inviteres som deltager og historieforteller i samarbeid med jevnaldrende og/eller sammen med voksne. Sentralt i denne satsningen er et ønske om å hjelpe ungdom med å oppleve mestring og tilhørighet, først som veiledet deltagelse, deretter i mer selvstendig aktivitet sammen med venner og familiemedlemmer. Aktivitetene som finner sted foregår hovedsakelig på fritid. Det foreligger også samarbeid med kulturelle institusjoner og skole. Gjennom samarbeidet legges det vekt på kontakt og samspill med familie og omsorgspersoner. I arbeidet knyttes det kontakt med profesjonelle musikere og kunstnere. Grunnen til dette er å sikre det kunstneriske innholdet samt gi ungdommene motivasjon til å lykkes i egen innsats.

Musikk/teaterprosjektet er todelt på den måten at det er to ulike praksiser som virker i et interaksjonsforhold til hverandre. Den ene praksisen, som er et musikk-

verksted, gir ukentlige individuelle tilbud som instrumentalopplæring, samtale og sangskrivning. Musikkverkstedet fungerer dermed som et opplærings- og terapitilbud med vekt på veiledet deltagelse med og stor grad av voksenkontakt. Den andre er et teaterverksted som tilbyr ukentlige møter mellom ungdommer som er i eller har bakgrunn fra barnevernet. Teaterverkstedet er organisert som en selvhjelpsgruppe hvor ungdommene har større eller mindre grad av ansvar for gjennomføring og drift. Deltagelse i den ene praksisen kan føre til deltagelse i den andre. Deltagelse i de ulike praksisene kan også medføre samarbeid med andre institusjonelle virksomheter som skole eller kulturskole.

I teatergruppen, hvor jeg arbeider sammen med en profesjonell tekstforfatter og to teaterinstruktører, er det anledning til å presentere og fremføre arbeid som er gjort i de individuelle timene. Gjennom arbeidet med teaterverkstedet arbeides det også sammen med andre profesjonelle kunstnere, både musikere og teaterfaglige. Samarbeidet med profesjonelle kunstnere muliggjør en kobling mellom estetiske uttrykk som musikk og tekst på et høyt faglig nivå. Hensikten med en slik tilnærming er at ungdommene sammen med kunstnere skal få ta del i de kunstneriske prosesser og slik få anledning til å bli del av en arbeidsprosess i et praksisfellesskap.

Etableringen av et slikt arbeidssfellesskap kan sees i sammenheng med et sosiokulturelt perspektiv på hvordan mennesker lærer gjennom å mestre sammenhenger mellom ulike praksisfellesskap der fysiske og abstrakte verktøy utvikles og brukes (Cole 1996; Säljö 2001; Wenger 1998). Innenfor teorien om læring som deltagelse i praksisfellesskap utvikles barn og voksnes lærings- og sosiale ferdigheter i en gjensidig utviklingsprosess mediert av symbolske og materielle redskap. Dette danner grunnlag for utvikling og avansering av personlige og kollektive språkferdigheter.

Bruk og fremstilling av kunstneriske produkter som sangtekster, sketsjer og ferdige revyer blir i praksisfellesskapet til gode læringsaktiviteter hvor den enkelte ungdom blir stilt til ansvar for arbeidsinnsats og oppmøte. Selv har jeg mange ganger opplevd hvordan en slik arbeidsetikk har hatt en positiv innvirkning på en ungdoms livssituasjon, også når det gjelder andre sider ved dennes tilværelse. Man kan jo tenke seg selv hvordan det ville føles hvis ingen krevde noe av oss, eller at vi ikke ble stilt til ansvar for våre handlinger. Det ville for de fleste av oss være en uutholdelig tanke.

Det blir derfor viktig at den enkelte ungdom blir ansvarliggjort slik at han eller hun leverer sitt bidrag til fellesskapet og blir innlemmet som et medlem i gruppen. Vi ser klare fordeler med å etablere en slik arbeidsetikk – en etikk som til nå har ført til framføring av tilsammen fire revyer hvor deltagerne har fått anledning til å delta i hele arbeidsprosessen fra begynnelse til slutt.

Organiseringen av de to praksisfellesskapene i sammenheng muliggjør en sammenkobling mellom ungdommenes tilegnelse av personlige og sosiale ferdigheter på tvers av de to handlekontekstene. Motivasjon for deltagelse i aktivitet innenfor en handlekontekst kan slik overføres til deltagelse i aktivitet i en annen. Dette kan utnyttes for å gi dem som deltar på individuell basis mulighet til å oppleve mestring i overganger mellom ulike praksisfellesskap. Slik blir spennet mellom individuelle erfaringer og kollektive opplevelser utgangspunktet for terapeutiske målsetninger og personlige og sosiale opplevelser. I dette spennet ligger potensial for endring av selvopplevelse og utvikling av ferdigheter og sosial kompetanse. Musikk og fortelling gir dermed rammer for en praksis der barn og unge samarbeider med voksne for å skape kulturelle uttrykk som sanger og tekster. Gjennom dette samarbeidet har musikken og teatret vært virkemidler for å frigjøre ressurser som har flyttet grensene for deltagernes individuelle muligheter ut i det sosiale miljø. Et slikt perspektiv bygger på antagelser om at musikk og fortelling er ressurser som hjelper mennesker til å oppnå ulike mål i samarbeid og på tvers av ulike handlekontekster.

Fra sangskrivning til fremføring av et budskap

Tilbake til historien om Anne kan vi se hvordan deltagelse i musikkverksted og teaterverksted har ført til endring av hennes livssituasjon og syn på eget selvbylde. I løpet av en periode på fire år har Anne deltatt i ulike musikkterapiprojekter. Gjennom disse aktivitetene er Anne blitt tilknyttet et musikkverksted der hun har fått opplæring på instrumenter og fått hjelp til å skrive sanger og opptre på huskonsert. I løpet av denne tiden har Anne også blitt medlem av en teatergruppe sammen med andre ungdommer hvor fremføring av revy på offentlig arrangement har vært sentralt. Gjennom dette arbeidet har Anne deltatt aktivt med organiseringen av revyene. Hun har blitt med i et styre som driver revygruppen og har deltatt på flere arrangementer der gruppen har opptrådt offentlig.

Gjennom årene med musikkterapideltagelse har Anne også opplevd å flytte fra en barnevernsinstitusjon og etablert seg på egenhånd i egen leilighet. Hun har altså deltatt i musikkterapi i en overgangsfase som mange ungdommer beskriver som vanskelig, det å flytte ut etter endt omsorgstilbud. I samtale med Anne forteller hun om hvordan hun gjennom sitt barnevernsopphold opplevde det å miste selvstendigheten når hun ble institusjonsplassert i barnevernet og om hvordan hun ikke fikk være alene – de voksne passet på henne hele tiden. I en slik tilværelse var det vanskelig å uttrykke egne følelser og tanker. Hun beskriver dette som å bli behandlet som en som ikke kan

ta vare på seg selv, som å bli fratatt tøyene for sitt eget liv. For Anne har dette i ettertid satt seg som en ekkel følelse av avmakt.

I samtale med Anne forteller hun om mangel på kontroll og påvirkning på eget liv og et ønske om å kunne uttrykke seg slik at andre forstår. Anne forteller videre at da hun fikk tilbud om musikkaktiviteter, fikk hun også et tilbud om spillerom. Dette ga henne mulighet til å uttrykke seg emosjonelt og tankemessig. Slik ble aktiviteter som gitarspilling, sangskrivning, synging, sangskrivning og deltagelse på konserter gode muligheter for å få mer tid på egen hånd, og en form for hjelp der Anne kunne regulere avstand til de voksne og signalisere at hun var opptatt med en egen aktivitet. Dette kunne resultere i at når de voksne så at Anne spilte på gitaren, ble de ikke lenger like pågående overfor henne. Hun fikk være mer i fred når de så at hun drev på med noe. Dette var aktiviteter Anne hadde ønsket å drive med siden hun var barn.

Anne forteller videre at hun lærte stadig mer på musikktimene, noe som gjorde at hun fikk økt selvtillitt, hun ble rett og slett stolt av seg selv, særlig når hun fikk positiv tilbakemelding fra de voksne. Selvfølelsen hennes ble spesielt god da hun begynte med sangskrivning, en aktivitet hun beskriver som et viktig steg på veien videre i livet hennes. Dette fordi sangskrivning hjalp henne til å reflektere over selve livet når hun hadde det vanskelig.

Anne forteller også om hvordan hun har brukt tekster fra kjente artister for å sette seg selv i perspektiv. Hun henviser til tekststrofer av artister som *Nirvana*, *Cranberries* og *The Clash* for å demonstrere dette. Hun sier at når hun har spilt sanger av disse artistene på CD eller spilt dem selv på gitar, har hun følt trøst og opplevd mening. Bruk av tekster med aggressivt innhold, blant annet om selvskading og selvmordforsøk har hjulpet henne å bearbeide negative opplevelser.

For Anne ble musikktimene en form for pusterom fra institusjonsoppholdet som til tider kunne være ganske tøft. Da hun begynte på musikkverkstedet var det viktig for henne å lære de sangene hun kunne kjenne seg igjen i. Dette bidro til å øke mestingsfølelsen og til å bearbeide følelser. Dette bidro også til at hun etter hvert torde å synge selv og opptre sammen med andre ungdommer på konsert. Det var også viktig for henne å kunne vise overfor andre at hun kunne spille.

På musikkverkstedet møtte hun også utfordringer. Hun hadde ikke trodd at hun skulle tørre å synge, noe hun etter hvert gjorde mer av. Hun beskriver det å synge som et vendepunkt for henne. Hun sier at hun ikke følte seg presset til å gjøre dette, men at hun etter hvert tenkte at hun måtte ta seg sammen fordi det var en forventning om at hun skulle gjøre det.

Anne forteller videre at sanger har hjulpet henne et steg videre på veien når ting har vært vanskelig. Det er spesielt en sang som har betydd mye for henne, sangen

Smells like teen spirit. Dette er en sang som har gjort at hun har turt å opptre foran de andre ungdommene. Hun forteller at hun har skrevet egne sanger, men foreløpig er det ingen andre enn musikkterapeuten som har fått høre dem, dette fordi hun har vært redd for kritikk.

For Anne har både sangskrivningen og syngingen vært terapeutisk – en form for selvhjelp. Særlig legger hun vekt på hvordan sangskrivningen har bidratt til at hun har kunnet reflektere over selve livet og at hun på denne måten har kunnet sette ting i sammenheng. Dette har gjort at hun har kommet videre i livet i kritiske faser. Arbeidet med musikken har også gjort at hun tåler mer kritikk på andre områder.

I teatergruppen har hun kunnet være med å skrive sanger som har hatt et budskap om det å være barnevernsbarn. Det er spesielt en sang som betydd mye for henne. Det er en sang som beskriver hvordan det er å være aleine og føle seg ensom - om det å ikke føle seg tilstrekkelig nok. Dette er en sang som minner henne om det vanskelige barnevernet og om et problematisk institusjonsopphold.

Annes bruk av musikk og fortelling har på denne måten vært med å åpne opp for at andre mennesker skal kunne ta del i hennes fortellinger. Ved hjelp av de kunstneriske mediene har hun kunnet synliggjøre kvaliteten på relasjoner til sine familiemedlemmer og til personer fra barnevernssystemet, relasjoner hun ellers ikke ville ha fått anledning til å sin noe om, i hvertfall ikke på samme måte.

Selvhjelp som etablering av mulighetsrom

Sett i lys av egen praksis kan det argumenteres for at selvhjelp er en aktiv prosess der mennesker får kraft til å påvirke egne liv gjennom deltagelse i praksiser sammen med andre. Dette er en prosess som handler om å styrke både den enkeltes muligheter og tilhørende sosiale miljø. En slik dobbelthet, der individet får kraft og styrke gjennom deltagelse i ulike fellesskap, kan i lys av virksomhetsteori settes i sammenheng med det Bourdieu kaller menneskets mulighetsrom. I følge Bourdieu eksisterer individuelle og personlige muligheter i gjensidig samspill med den sosiale kontekstens begrensninger og muligheter. Til sammen utgjør disse begrensningene og mulighetene menneskets *mulighetsrom* (Bourdieu 1977). I menneskets mulighetsrom forenes den enkeltes mot og vilje med omgivelsenes påvirkningskraft og det er her selvhjelp finnes som en reell mulighet til å realisere eller begrense individuell eller kollektiv handlekraft.

Ifølge virksomhetsteorien bruker mennesker strukturerende ressurser for å handle innenfor de ulike nivåene. Strukturerende ressurser er knyttet til strategier

mennesker bruker for å oppfatte hvilken situasjon de er i og på hvilken måte de avgjør hva som er mulig eller ikke mulig å gjøre. Å kunne handle innenfor rammen for et virksomhetssystem innebærer at en er kjent med og kan bruke de strukturerende ressursene som er relevante og produktive for spesifikke formål (Säljö 2001). Strukturerende ressurser handler om hvordan mennesker bruker erfaringer fra velkjente virksomheter i nye sammenhenger for å løse problemer eller oppnå fordeler. I et gjensidig samspill mellom mennesker og omgivelser bygges ideer og distinksjoner inn i artefakter, slik at disse fungerer som ressurser i ulike sosiale praksiser. Strukturerende ressurser finnes dermed innenfor diskurser og i fysiske redskaper.

De strukturerende ressursene kommer via kroppslig forankrede erfaringer. Dette er ressurser som er dannet og ”lagret” via opplevelser og erfaringer om hvordan og hvilken handling som passer best i en gitt kontekst. Mennesker benytter seg av slike ressurser for å bedømme hvilken situasjon de er i og for å ta sine handlevalg. Dette er dermed en vesentlig del av den kunnskap vi innehar og tilegner oss gjennom å delta i ulike praksiser. Musikk kan være en form for strukturerende ressurs ved at den hjelper oss å gjøre avgjørende trekk i vår praksis og å handle i overenstemmelse med disse. At musikk er en strukturerende ressurs betyr at den hjelper oss å gjennomføre handlinger vi ellers ikke ville ha klart på egen hånd, og at kvaliteten eller utstrekningen på de handlinger vi gjør enten blir bedre eller mer omfattende. Slik bidrar musikken til at vi kan fullføre handlinger og bygge relasjoner til mennesker og miljøer vi ellers ikke ville klart. Selvhjelp kan slik handle om å bidra til å etablere praksiser der mennesker får anledning og myndighet til å utvikle strukturerende ressurser som de kan bruke til å endre egne liv i samspill med sine omgivelser. Et slikt syn er basert på et perspektiv om at alle mennesker har en iboende trang til å engasjere seg i egen livssituasjon og at gjennom å øve opp spontanitet og fantasi kan man frigjøre egne ressurser og flytte grensene for egne livsmuligheter ut i det sosiale miljø (Røine 1992).

Avslutning

Historien om Anne kan lære oss noe om hvordan unge mennesker som er under omsorg av barnevernet kan hjelpe seg selv i samarbeid med voksne og med andre barn og unge som har en tilnærmet lik livssituasjon. Ved å ta del i aktiviteter der erfaringer deles og meninger utveksles kan de unge lære av hverandre og være medskapere av strukturerende ressurser som bidrar til at det oppstår gode opplærings- og oppdragelsessituasjoner, situasjoner som ellers altfor ofte utelukkende overlates til de voksne innenfor barnevernsarbeidet.

Målsetning med musikkterapi, slik den har vært beskrevet med utgangspunkt i casefortellingen, blir å tilrettelegge for at brukere selv skal få mulighet til å definere hvilke aktiviteter de skal delta i og med hvilket innhold de skal ha. Meningen med en slik tilnærming er å legge rammer for at den enkelte skal få mulighet til påvirkning av egen livssituasjon. En slik tankemåte, der store deler av ansvaret tillegges brukeren, kan settes i sammenheng med teori om selvhjelp.

Begrepet om selvhjelp, slik det er beskrevet her, bygger på prinsippet om gjensidig hjelp og vektlegger deltakernes egenbaserte erfaringer og kunnskaper. Dette er en arbeidsmetode hvor den enkelte motiveres til ta i bruk egne ressurser for å sette seg selv i stand til å håndtere de problemer som en utsettes for. For den som skal hjelpe gjelder det å stille opp med de fysiske og menneskelige virkemidlene som er tilgjengelig slik at den enkelte kan utvikle strukturerende ressurser til å mestre fremtidige situasjoner.

I kontekst av barnevernet kan musikkterapi være en virksomhet der barn og unge kan utvikle ferdigheter slik at de kan mestre egne liv og bedre bli hørt og forstått av dem som driver med barnevernsarbeid. Musikkterapi kan da være en hjelp som gjør at den unge kan få anledning til å utvikle tro på seg selv med bakgrunn i etablert tillitt til voksne som er deltagende i felles aktivitet.

Dette kan være viktige elementer i en bærende og ansvarsfull tilnærming til barnevernsarbeid hvor utsatte og marginaliserte mennesker er brukere og hvor behovet for gode og virkningsfulle tilnærminger er sårt etterspurte. I lys av et slikt perspektiv handler det ikke bare om å *skipe* den enkelte ut til en selvstendig tilværelse i etterkant av barnevernsoppholdet, men like mye om å bidra til å etablere virksomheter som kan virke videre i det enkelte individ, som nedfelte kroppslige erfaringer som stammer fra erfaringer gjort i fellesskap med andre.

Litteratur:

- Angel, B. Ø. (2005). Aggression Replacement Training (*ART*), *Norges barnevern*, nr. 4.
- Andersen L., M., Nørhund Brok, P. & Mathiasen, H. (2000): *Empowerment på dansk*. Frederikshavn: Dafolo forlag.
- Angstringen (2009). Om selvhjelp, hentet pr 10.01.2009 fra: <http://www.angstringen.no/les-mer/om-selvhjelp/baerebjelkene-selvhjelpsarbeidet-i-angstringen>

- Askheim O. & Starrin B. (red.) (2007). *Empowerment i teori og praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Backe-Hansen, E. & Havik, T. (1997) (red.) *Barnevern på barns premisser*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Backe-Hansen, E. (2004). *God nok omsorg*. Oslo: Kommuneforlaget.
Barnevernsbarna. Hentet pr 15.06.2009 fra www.barnevernsbarna.no
- Bourdieu, P. (1977). *Outline of a Theory of Practice*. Cambridge University Press, Cambridge:
- Cole, M. (1996). *Cultural Psychology*. London: Harvard University press.
- FNs konvensjon om barnets rettigheter forkortet utgave. Hentet pr 15.06.09 fra http://www.regjeringen.no/nb/dep/bld/dok/veiledninger_brosjyrer/2000/barnekonvensjonen-kortversjon-norsk.html?id=87582
- Follesø, B. (2007). Ungdom som medvirkere – offer eller ressurs? I: Askheim & Starrin (red.): *Empowerment i teori og praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Havik, T., Larsen, M. Y., Nordstoga, S. & Veland, J. (2004). *Barnevernet: forutsetninger og gjennomføring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Høgsbro, K. (1992). *Sociale problemer og selvorganisert selvhjelp i Danmark*. Fredriksberg: Samfundslitteratur.
- Kristoffersen, L. B. (2005). *Barnevernbarnas helse. Uførhet og dødelighet i perioden 1990-2002*. NIBR-rapport 2005:12
- Leslie, L.K., Hurlburt, M.S., Landsverk, J., Rolls, J.A., Wood, P.A. & Kelleher, K.J. (2003). Comprehensive assessments for children entering foster care: A national perspective. *Pediatrics*, 112, 134-142.
- Nasjonal plan for selvhjelp*, Sosial- og helsedirektoratet, 10/2004.
- Martinhusen, E., More, C., & Schjeldrup, L. (2005). *Nye metoder i barnevernet*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Nygren, P. (2000). *I krysningsfeltet mellom barnevern og barne-ungdomspsykiatri. Bruker- og tjenesteundersøkelse av barn og unge i Oslos fylkeskommunale barnevern og barne- og ungdomspsykiatri 1999. Dobbeltklientprosjektet – Delrapport I*. Oslo: Barne- og familieetaten, Oslo kommune.
- Pine, D.S. & Cohen, J. A. (2002). Trauma in children and adolescents: Risk and treatment of psychiatric sequelae. *Biological Psychiatry*, 51, 519-531.
- Renblad, K. (2003). *Empowerment. A Question about Democracy and Ethics in Everyday Life*. Stockholm: Institute of Education Press.
- Rolvsvjord, R. (2005). Therapy as Empowerment: Clinical and Political Implications of Empowerment Philosophy in Mental Health Practises of Music Therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*, 13 (2).

- Rolvsvjord, R. (2007). *“Blackbirds Singing”*: Explorations of Resource-oriented Music Therapy in Mental Health Care. Dissertation for Doctoral Degree, University of Aalborg.
- Rosenfeld, A. (1997). Foster Care. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 36, 448-457.
- Ruud, E. (1997). *Musikk og identitet*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Ruud, E. (1998). *Music therapy: Improvisation, communication and culture*. Gilsum, NH : Barcelona Publishers.
- Røine, E. (1992). *Psykodrama*. Oslo: Artemis forlag.
- Statistisk sentralbyrå: <http://www.ssb.no/barnevern/>
- Stige, B. (2003). *Elaborations toward a Notion of Community Music Therapy*, Dissertation for the Degree of Dr. art, Faculty of Arts, Department of Music and Theatre, University of Oslo.
- Stjernø, S. (2002). Barnevernsforskning, veien fremover. *Norges Barnevern*, 1 (79).
- Säljö, R. (2001). *Læring i praksis- et sosiokulturelt perspektiv*. Oslo: Cappelen Akademisk.
- Thuen, F. & Carlsen, B. (1998). Selvhjelpsgrupper. Hva kjennetegner dem, og hvorfor har de vokst frem? *Tidsskrift for samfunnsforskning*, 98/1, 28-48.
- Webb, N. (red.) (2005). *Working with Traumatized Youth in Child Welfare*. New York: Guilford Publications.
- Wenger, E. (1998) *Communities of Practice: Learning, Meaning, and Identity*, Cambridge:Cambridge University Press.