

Musikkterapi innenfor en familierapeutisk ramme

Trine Torbergsen

Jeg vil med følgende fortellinger vise noen eksempler fra min praksis som musikkterapeut innenfor familierapien. Jeg jobber på en familieenhet, der vi får henvist familier med ulike typer samspillproblemer. Disse problemene kan være såpass omfattende at det er behov for at det jobbes med alle ledd, det vil si med hele familien. Den dominerende behandlingssideologien handler om ”å få tak i barnets opplevelse av seg selv i familien, samt hjelpe foreldrene til å bli gode utviklingsstøtter for sine barn”. Jeg vil kort si noe om arbeidsrammene, samt musikkterapiens plass innenfor dette, for så å komme tilbake til eksempler som viser hvordan musikkterapi kan benyttes som en del av denne familierapien.

Familieenheten- og musikkterapeutens arbeidsramme

På familieenheten er det ansatt ni behandlere med ulik faglig bakgrunn (tre familierapeuter, en overlege/barnepsykiater, fire psykologer og en musikkterapeut), samt tre lærere som ivaretar barnas skoletilbud under behandlingsoppholdet. To familier blir parallelt ”lagt inn” over en periode av fire uker, og bor da i hver sin enebolig tilhørende familieenheten. Til hver familie er det knyttet opp et behandlingsteam på fire behandlere som i denne perioden jobber med den enkelte familie. Behandlingstilbudet er grovt sett delt inn i foreldersamtaler, familiesamtaler og musikkterapi. Innenfor dette arbeidet bruker vi ”reflekterende team” (Andersen 1987, 1991), som betyr at de i teamet som ikke er ansvarlig for samtalen, følger denne bak et enveisspeil. Hensikten med dette er å komme inn på slutten av samtalen og gi sine refleksjoner, nye tanker og innspill, i forholdt til den gitte samtalen.

Familiene vi har inne sliter med ulike typer problematikk, som for eksempel angst, vold, spiseforstyrrelser, skolevegring, manglende grensesetting, rusmisbruk, osv. I hvor stor grad barna selv er i stand til å prate om denne tematikken, er varierende. På familieenheten er det derfor viktig å ta i bruk andre uttrykksformer, i tillegg til det verbale. Eksempler på dette er dukketeater, terapeutisk tegning og rollespill/dramatisering. Musikkterapi blir i denne sammenhengen brukt som en av disse al-

ternative uttrykksformene, det vil si som en annen måte å tilnærme seg familiens problematikk på, enn den verbale.

Jeg vil i det følgende ta for meg fem ulike eksempler fra min praksis, for å vise hvordan musikkterapi kan benyttes innenfor en familieterapeutisk ramme. Eksempelene er hentet fra fem ulike familier med forskjellige samspillsproblemer. Dette fører igjen til at den musikkterapeutiske tilnærmingen nødvendigvis blir forskjellig. Musikkterapitilbudet må sees i forhold til hva som er hensiktsmessig for den enkelte familie, da sett i relasjon til familiens problemer, samt i lys av ulike målsettinger med behandlingsoppholdet. Eksempelene vil i denne rekkefølgen handle om:

”Smule loving”. Musikk som ”døråpner” for videre samtaler. Et ”musikalsk møte” mellom far og datter. Med musikk eksempel.

En musikalsk livsfortelling. En alvorlig syk far bruker musikk som en måte å konstruere sin livsfortelling på.

Musikk som avslapning. Musikkterapi og anoreksi.

Sinnatrollet. Sang brukt i forhold til eksternalisering.

”Ja, nå snakker vi”. Ei jente med pusteproblematikk, og hvordan en musikkterapeutisk tilnærming kan redusere ’angsten for å miste pusten’.

Innenfor disse eksemplene vil det variere i hvor stor grad jeg går i dybden av de problemene familiene arbeider med. Min intensjon er ikke å vise problemet i sin ”helhet”, men å ta med det som er nødvendig for å belyse den musikkterapeutiske tilnærmingen. Det vil si at dette bare er en ”bit” av en behandling, som kun sammen med familie- og foreldersamtalene ville gitt et mer helhetlig perspektiv på behandlingstilbudet.

Da jeg fikk forespørsel om å skrive ned disse fortellingene, dvelte jeg en stund ved kun å ta for meg ett av disse eksemplene. Fordelen med dette ville vært at jeg da kunne hatt en større mulighet til å knytte dette opp mot ulike teorier, samt drøftinger av disse. Jeg har heller valgt å ta for meg flere eksempler, ut fra en tanke om at jeg ønsker å vise bredden av hvordan musikkterapi kan brukes innenfor familieterapien. Framstillingen er derfor ment som et innblikk i en praktisk hverdag, samt tanker rundt denne, fremfor at det er tenkt som et kapittel med teoretisk tyngde.

”Smule loving”

Familien består av mor, far og datter (16 år).

Jenta har anoreksi, noe som det har vært jobbet med før innleggelse hos oss. Hun er kommet langt i forhold til sin spiseforstyrrelse, men henviser mener at det er ”et eller annet” de ikke får tak i, noe som dreier seg om forholdet mellom far og datter. Dette ”noe” nekter jenta å prate om hva er. Fordi henviser mener at dette kan ha betydning i forhold til å kunne forstå jentas anoreksiproblematikk, blir familien henvist til oss. Henvisningsgrunn gjelder derfor ikke selve spiseforstyrrelsen, men å finne ut av hva denne samspillproblematikken handler om.

I de første timene hos oss gir jenta klart uttrykk for at dette er noe hun ikke vil snakke om. Hver gang dette blir tematisert prøver hun å flytte fokus over på noe annet. Mor har en mellomposisjon i dette. Hun er jentas ”fortrolige”, men er også bundet av sitt taushetsløfte om ikke å si noe. I timene oppfordrer hun stadig datteren til å kommunisere med far, uten å få noe gehør for dette. Far gir også uttrykk for at han ønsker å komme i dialog med datter, og at han vil gjøre det som skal til for at forholdet skal forbedres. Kommunikasjonen er likevel låst.

Både far og datter har et nært forhold til musikk. Far har drevet aktivt med musikk, og datteren er veldig glad i å synge. Jenta går med på å lage en sang, med utgangspunkt i det hun opplever som vanskelig. Hun gir også uttrykk for at far ikke får være til stede når hun prater om dette. Dette løses med å tenke formen ”duett”, to sider av samme problem, belyst fra hvert sitt ståsted. Således jobber jeg i utgangspunktet med dem hver for seg, først med det jenta har å si, for så å høre far sin stemme inn i dette.

Jentas historie handler om en far som har ”ryddemani” og er ”overpertentlig”. Hun opplever at han stiller altfor høye krav i forhold til hvordan ting skal se ut, og hvordan ting skal utføres. Han gjør stort sett alt hjemme, og er i forkant av alt og alle når det gjelder hvordan ting skal være. Hans effektivitet i dette blir illustrert med at han, samtidig som han prater i telefonen, går rundt og plukker opp smuler fra gulvet. Etter hvert kommer det frem flere ulike historier rundt dette, og hva det gjør med hennes opplevelse av seg selv. Hun gir uttrykk for at hun blir stresset og nervøs, samt får en følelse av å ikke strekke til.

Jeg tenker at dette kanskje ikke er en uvanlig problematikk blant tenåringer og foreldre. Samtidig er det en ekstremitet i dette, som går utover det vi i teamet oppfatter som ”vanlige” krav og forventninger. Sett i lys av jentas spiseforstyrrelse kan det også tenkes at dette innehar en helt annen dimensjon enn det ellers ville hatt.

Etter alenesamtaler med jenta og far, setter jeg dette sammen til en sang. De har ennå ikke pratet sammen rundt tematikken, og jeg vet at deres første møte i forhold til dette vil være nettopp i denne sangen. Følgende to ting blir derfor viktig for meg i utarbeidelsen av sangen: 1) Jeg ønsker å bruke deres ord og historier, men på en litt humoristisk måte. Dette for å avdramatisere innholdet og dermed ufarliggjøre for videre samtale. 2) Det er allerede gitt at det blir duett, men jeg ønsker å finne frem til en melodi som begge har et forhold til på tvers av alder. ”Summer loving” fra *Grease* blir løsningen. Far har spilt denne selv i bandsammenheng, og datteren har også et forhold til denne sangen. At det er siste familie før sommerferien, gjør den til et enda mer naturlig valg. Fordi fars smulehistorier etter hvert ble noe som familien sammen kunne le av, har jeg her valgt å kalle sangen for ”Smule loving”.

Smule loving

Duett av far og datter. Musikk eksempelp
(Mel. Summer loving fra Grease)

For lyd eksempelp:

Se hjemmesidene til Senter for musikk og helse, under Skriftserie, antologi 2:
www.nmh.no/Senter_for_musikk_og_helse/skriftserie

<p>Datter: Kjenner en – kanskje han bør... Far: ...komme i litt bedre humør. Datter: Av og til blir det litt rot. Far: Liker ei søppel og skrot.</p> <p>Datter: Plukker smuler i telefon... Far: ...ligger der kun til irritasjon. Datter: Vel, ja vel, ja vel, ja... Mor:... ÅH!</p> <p>Datter: Smuler her, smuler der... Far: ...er det rart man blir trett? Smuler her, smuler der... Datter: ...han må snart være mett! Far: A-ha, a-ha...</p> <p>Datter: Min mascara tørket jeg fort... Far: ...på mitt håndkle – gikk ikke bort. Pass på ullteppet, det er jo hvitt! Datter: Slapp nå av, det teppet er mitt!</p> <p>Far: Badet vårt fylles av klær... Datter :...må du absolutt trække inn der? Far: Vel, ja vel, ja vel, ja... Mor:... ÅH! Far: Skal jeg dusje en kveld, ja da er det ren flaks om jeg ei sitter fast i litt hårge-lédax!</p> <p>Far/Datter: A-ha, a-ha...yeah</p> <p>Far: Uti gangen – tjue par sko. Datter: Hva gjør det? Trenger de jo! Far: Vasker bilen blir helt perfekt og litt støvsuging det har jeg rekt.</p>	<p>Datter: Spiser over tallerken min nå. Far: ”Sjekk, nå søler du”! Må passe på! Yeah, yeah, yeah! Datter: Søler her, søler der... Far: ...se hvor smulene strøs! Datter: Søler her, søler der... Far: ...er en smule nervøs!</p> <p>Begge: Shu-baba- shu-baba...yeah.</p> <p>Datter: Av og til mister vi no’ ... Far: ...en mobil – av og til to. Datter: Glemmer ting, er litt distré. Far: Mamma leser – tåler godt det.</p> <p>Datter: Mye slekt, er ingen spøk... Far: ...det bør ryddes når vi får besøk. Yeah, yeah, yeah. Datter: Rydde her, rydde der det kan ei være sunt. Far: Rydde her, rydde der rydde alt året rundt!</p> <p>Far: Denne tiden er nå forbi. Datter: Har blitt bedre, det er fordi du har lyttet – hørt hva vi sa. Far: Ønsker jo at dette blir bra.</p> <p>Far: Snakk til meg – så jeg forstår Så vi – åh – bedre sammen står. Begge: Tell me more, tell me more.</p>
--	---

Kommentar

I etterkant av sangen ble det ikke behov for så mange samtaler rundt temaet. Problematikken var ”løftet opp”, og familien kunne både le av innholdet i sangen, samt tidligere historier knyttet til denne. Mye skyldtes dette en endring av fars holdning under oppholdet. Han viste at han skjønnte hva dette handlet om, og foretok flere konkrete forandringer i forhold til dette, noe også datteren merket. Da jeg flere måneder senere var innom familien for å hente en kopi av CD-en, registrerte jeg til min ”terapeutiske glede” at det virket litt rotete utenfor huset. En skitten bil og uklippet plen ble for meg tegn på en god forandring. Idet far lukker opp kommenterer han de samme tingene, og sier indirekte at ”dette går bra”. Videre forteller han at familien av og til henter frem CD-en, lytter til den og ”snufser litt sammen”. For meg blir dette en bekreftelse på hvordan musikk kan ramme inn et innhold, som man igjen kan hente frem etter behov.

En musikalsk livsfortelling

Familien består av mor, far, datter (10 år) og sønn (8 år).

Far er alvorlig syk og har dårlig prognose. Han har i perioder vært sterkt redusert. Fars sykdom fører til sorg og bekymring innad i familien. De har søkt opphold på familieenheten for å få hjelp til å bearbeide den vanskelige situasjonen som familien nå er oppe i. På møtet med familien belyser mor og far flere ting de har behov for å jobbe med. Ett av deres ønsker er at familien kan oppleve noe positivt sammen. Far sier at den siste tiden har vært så preget av hans sykdomsbilde, at det derfor ikke har vært mye rom for denne type opplevelser. Familien gir uttrykk for at de er glad i musikk, og at musikk har hatt, og har ennå, en sentral plass i deres liv. Alle i familien spiller instrument, far behersker flere. Far og mor har funnet en felles musikalsk plattform etter at han ble syk, og spiller noe sammen, også sammen med barna. I tillegg til dette har far spilt i band sammen med noen kamerater over flere år.

Familien er klar over at familieenheten har musikkterapeut, og har derfor tatt med forsterker, ulike gitarer og andre instrumenter. Ved ankomst rigger de dette opp i huset hvor de skal bo under oppholdet. Videre gir de uttrykk for at de ønsker hjelp av meg, for at de som familie kan gjøre noe musikalsk sammen. Således blir målet for mine timer å tilrettelegge for et musikalsk prosjekt og en positiv samhandlingssituasjon for familien.

I oppstart av timene kommer det frem at far har et ønske om å få spilt inn en CD. Han ser for seg en kombinasjon av sanger som har hatt betydning for ham i årenes løp. Han vil både ha med sanger som har hatt betydning for ham selv, samt sanger han har spilt og sunget sammen med mor, barna og bandkameratene. Den øvrige familie synes dette er en god ide. Jeg søker om penger til denne type opptaksutstyr, og får innvilget dette. Far og jeg handler dette inn, og plasserer utstyret i huset sammen med de øvrige instrumentene. Far gir uttrykk for at ”dette er som julaften”. Han sier han har ønsket seg denne type utstyr, men har ikke sett seg råd til å kjøpe det på grunn av hans diagnose. Han setter seg inn i hvordan det virker, og sier at han synes det er så artig at han sitter med det ”halve natten”. Han føyer spøkende til: ”Hadde det ikke vært for alle samtalene vi må stille på i løpet av dagen, hadde jeg gjerne sittet hele”. Han prater også om hvordan dette har vært med på å gi ham noe av ”gnisten tilbake”. Han forteller blant annet at han er finmotorisk redusert i fingrene i forbindelse med sykdommen. Dette skaper problemer når han tar gitargrep, spesielt ved hurtige skift. Far gir uttrykk for at han nå ønsker å trene dette opp, innenfor det gitte tak satt av sykdommen, slik at fingrene fungerer best mulig når han skal spille musikk.

I løpet av oppholdet jobber familien med å spille inn denne CD'en. Far kontakter sine tidligere bandkamerater, som også kommer innom for å bidra. Far, og den øvrige familien, gir uttrykk for at dette har vært en viktig opplevelse for dem som familie. I tillegg har fars glede og engasjement i dette hatt en positiv effekt på den øvrige familien.

Jeg tolker denne fortellingen dithen at fars intensjoner med å spille inn denne CD'en handler om flere ting. Som allerede nevnt er det ene å skape en positiv opplevelse for familien. Videre hevder Ruud (1997) at musikk kan være et uttrykk for identitet og tilhørighet, og viser hvordan musikk kan være et viktig element når folk skal konstruere sine livsfortellinger. Far har i sitt arbeid med denne CD'en samlet noen av de sangene som har hatt en betydning for han i løpet av hans liv. Dette både i forhold til ham selv, og i sin relasjon til andre. Innenfor narrativ familierapi blir det lagt vekt på å belyse de historiene man har med seg fra tidligere, som igjen har vært med på å forme ens liv (White & Epston 1990). Alle sangene som far har samlet vil på sin måte være bærere av ulike historier fra forskjellige perioder i hans liv. Kanskje er nettopp dette et eksempel på hvordan man ved bruk av musikk, også kan konstruere en type livsfortelling.

Musikk som avslapning

Familien består av mor, far og datter (15 år).

Jenta lider av anoreksi. Hennes spiseforstyrrelse, samt mye konflikter i familien, er grunnen til at det er søkt opphold hos oss. Jenta fungerer veldig dårlig, og har liten kapasitet til å utføre ulike funksjoner. En av de situasjonene som skaper mest krangel innad i familien er måltidene. Målet med oppholdet blir først og fremst å veilede foreldrene i forhold til ernæring, rutiner i matsituasjoner og betydningen av at de er enige og står samlet i disse situasjonene. Dette taes hånd om innenfor forelder- og familiesamtalene.

Jenta gir uttrykk for at den mest utfordrende tiden for henne er halvtimen etter måltidene. Hun har i denne perioden en sterk indre uro, som handler om matinntaket og ønsket om å kvitte seg med dette. Dette er spesielt vanskelig etter middagsmåltidene. Hun går med på å prøve ut hvordan det vil være å bruke musikk og avslapning i denne perioden. Jenta og jeg finner frem til rolige sanger som hun kan tenke seg å bruke i denne sammenhengen. Disse lastes inn på mp3-spilleren hennes. I tillegg viser jeg henne noen enkle avspenningsøvelser (som å ”puste med magen”, osv.). Under oppholdet hos oss blir vi enige om at hun skal legge seg en halvtimes tid etter middagsmåltidene. Hun skal da høre på musikken, og bruke avspennings-teknikkene for bedre å kunne slappe av. Dette gjør hun, og hun gir etter hvert uttrykk for at hun på denne måten klarer å redusere den uroen som hun ellers føler i disse situasjonene. Vi prater om at det vil være hensiktsmessig for henne å fortsette med dette når hun kommer hjem. Bruk av høretelefoner vil også kunne være med på å stenge ute et vanligvis høyt støynivå fra mor og far, i situasjoner hvor hun selv har behov for å slappe av.

Sinnatrollet

Innenfor den narrative familieterapien er det vanlig å jobbe eksteraliserende i forhold til ulike problem. Kort sagt betyr dette at man i den terapeutiske tilnærmingen skiller problemet fra personen. Du *er* altså ikke problemet, men fokus er på hva dette problemet gjør med deg (White 1989/1997). Epston, Freedman & Lobovits (1997) fremhever betydningen av å jobbe eksteraliserende i forhold til barn, og viser en rekke eksempler på hvordan man på en ”leken måte” kan tilnærme seg et seriøst problem. Jeg vil med den følgende familien vise hvordan dette kan foregå i praksis.

Familien består av mor, far og to sønner (5 og 8 år).

Henvisningsgrunn er fars sinne. Han blir lett og fort sint, og i disse situasjonene har han problemer med å roe seg. Hans skriking, truing og kranglete atferd fører til at også mor blir sint. Mors respons virker igjen forsterkende på konfliktnivået. Det har kommet bekymringer fra skolen og barnehagen i forhold til at guttene til tider viser en utagerende atferd.

Innenfor foreldersamtalene jobbes det med tematikken kun i forhold til foreldrene. På familiesamtalene og i musikkterapien er imidlertid barna med, og utfordringen blir da å tilnærme seg problematikken på en måte som barna forstår, og som er hensiktsmessig for dem. I denne tilnærmingen bestemmer vi oss for å jobbe eksterernaliserende. Dette betyr at vi ikke prater om at det er ”pappa som er en sinna mann”, men velger å prate om sinne som et problem som av og til opptrer i familien. Dette gir guttene en mulighet til å prate rundt temaet, uten at dette blir personifisert. Vi innfører begrepet ”Sinnatrollet”, og jobber parallelt med dette i familie- og musikkterapien. I familiesamtalene tegner de dette ”Sinnatrollet”, da som utgangspunkt for videre samtaler. I musikkterapien blir vi enige om å lage en sang om dette, noe begge guttene har lyst til. De har imidlertid to krav i forhold til denne sangen. Den må være på en Sabeltannmelodi, og ha ordet Sabeltann i seg. Begge guttene lærer seg sangen, og opptrer med denne på avslutningen av oppholdet. Da med ”Sinnatroll-tegningene” som kulisser.

Den følgende sangen blir derfor et eksempel på en eksternering av problemet ”sinne”:

Sinnatrollet

(mel. Sjørøverne kommer/Vi seilte fra Karibien)

Det finnes mange troll og et har sinna-ansikt på.

Og når vi møter Sinnatrollet vil vi snu og gå.

Trollet Sabeltann, var en sinna mann.

Nå vil han være rolig, og gjør så godt han kan.

Hiv og hoi – slutt å bråke nå

så kan vi ha det rolig de neste hundre år

så kan vi ha det rolig de neste hundre år.

*Når Sinnatrollet kommer har han mammatrollet med
og av og til så krangler de, for de er vant til det.
Trollet Sabeltann, var en sinna mann.
Nå vil han ikke krangle og gjør så godt han kan.*

*Hiv og hoi – slutt å krangle nå
så kan vi ha det rolig de neste hundre år
så kan vi ha det rolig de neste hundre år.*

*Når Sinnatrollet skriker så blir barna veldig redd
for de har ikke gjort no' galt i det som nå har skjedd.
Trollet Sabeltann, var en sinna mann.
Nå vil han ikke skrike og gjør så godt han kan.*

*Hiv og hoi – slutt å skrike nå
så kan vi ha det rolig de neste hundre år
så kan vi ha det rolig de neste hundre år.*

”Ja, nå snakker vi”

Familien består av mor, far og to døtre (5 og 11 år).

Familien er henvist til oss på grunn av den eldste datterens angstproblematikk. I følge henne selv har hun pusteproblemer som oppstod i forbindelse med en legeundersøkelse for 5 måneder siden. Som en del av undersøkelsen ble det stukket en slange ned gjennom halsen hennes. Dette beskriver hun på følgende måte: ”De glemte å sette bedøvelse på meg og det gjorde vondt. De stakk hull i spiserøret og luftrøret mitt, og jeg fikk ikke puste. De stjal pusten min.” I enkelte situasjoner føler hun at pusten ”låser seg fast” øverst i brystkassen og ”snører seg sammen”, slik at hun føler seg kvalt. Hun er redd for å besvime eller dø av dette. Denne angsten har ført til problemer i forhold til skolesituasjonen, og hun nekter å delta på ulike aktiviteter med familien. Dette har satt en del begrensninger i forhold til familiens sosiale liv, og ført til utvikling av et negativt samspillmønster mellom familiemedlemmene.

I musikkterapitimene har vi først og fremst fokus på pusteproblematikken. Ulike pusteøvelser og blåseinstrumenter blir tatt i bruk, med tanke på å øke pustekontroll og utvide hennes pusteolum. Jeg viser henne også teknikker som går ut på å ”sende pusten ned i magen”, når hun får en følelse av at denne snører seg sammen i brystkassen hennes (Rørbech 1997). Dette fordi det vil kunne gi henne følelse av økt pustekontroll, og gjennom å puste med magen vil hun kunne redusere noe av det fysiske ubehaget i situasjonen. Bruk av slike teknikker vil etter hvert kunne gi en mestringsopplevelse i forhold til at ”jeg kontrollerer pusten min” og ikke omvendt, og dermed være med på å redusere noe av hennes angstproblematikk.

I oppstarten er jenta veldig opptatt av om jeg anser dette som dødelig. Jeg avkrefter dette og forklarer henne hvordan pusten, på samme måte som kondisjon, lar seg trene opp. For å gjøre dette målbart, tar vi tiden på hvor lenge hun klarer å holde en tone. Ved første måling holder hun tonen i 18 sekunder, og jeg gir henne tilbakemelding på at hun har ”pust nok i massevis”. Vi lager en konkurranse ut av det, og blir enige om at hver gang vi treffes skal vi ta tiden for å se om hun klarer å slå rekorden sin. Hun gir tilbakemelding om at hun synes dette er artig, og er flink til å trene på øvelsene mellom timene. Etter hvert gir hun uttrykk for at hun i større grad klarer å kontrollere pusten sin. Hun har i situasjoner, hvor hun har vært engstelig og kjent pusteproblemene komme, klart å stoppe symptomene på et tidligere tidspunkt. Dette ved å puste rolig, plassere pusten ”i magen”, før den har ”låst seg sammen” i brystkassen hennes. I løpet av oppholdet øker hun varigheten på tonen til 24 sekunder, noe hun er stolt over. Vi prater om at det må masse pust til for å kunne holde en tone i 24 sekunder. Vi blir enige om at følelsen hennes av å ha lite pust, ikke stemte overens med hvor mye hun egentlig hadde.

Parallelt med vår jobbing har familien i de andre timene blant annet jobbet med det negative samspillmønsteret som er oppstått i familien. Her har de laget en tegning som inneholder hva som er positivt innenfor familien, og hva de ønsker å gjøre mer av. Jenta lager en sang med utgangspunkt i dette innholdet. Hun er opptatt av at sangen er ”helt sann” og at den bare handler om deres familie. Hun kaller sangen for ”Ja, nå snakker vi”. Familien lager en liten konsert for oss i teamet hvor de fremfører denne.

Etterord

Jeg har nå, gjennom fem ulike eksempler, prøvd å vise hvordan musikkterapi kan benyttes innenfor familieterapien. For meg har det vært viktig å belyse en spennvidde

i dette. Jeg ønsket å få frem ulikhetene i familiene og i deres problematikk. I tillegg til dette ønsket jeg å vise hvor variert den musikkterapeutiske tilnærmingen i forhold til de ulike familiene nødvendigvis må bli.

Det er mange likhetstrekk mellom familie- og musikkterapien. Innenfor begge fagfeltene er for eksempel det å ”uttrykke seg” sentralt. Jeg ser også at musikkterapien har mye å bidra med innenfor familierapien. Jeg håper derfor at dette kapittelet kan være en inspirasjon for andre musikkterapeuter, slik at det etter hvert kommer flere til innenfor dette feltet.

Litteratur

- Andersen, T. (1987). The reflecting team: Dialogue and metadialogue in clinical work. *Family Process*, 26, 415-426.
- Andersen, T. (1991). *The reflecting team: Dialogues and dialogues about dialogues*. New York: Norton.
- Epston, D., Freeman, J. & Lobovits, D. (1997) *Playful approaches to serious problems*. New York: Norton.
- Ruud, E. (1997). *Musikk og identitet*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Rørbech, L. (1994). *Stemmebrugs lære*. København: C.A. Reitzels Forlag A/S.
- White, M. (1989/1997). The externalizing of the problem and reauthoring of lives and relationships. *Dulwich Center Newsletter*, 3,20. Reprinted in M. White & D. Epston, *Retracing the past: Selected papers and collected papers revisited*. Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications.
- White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: Norton.