

Tom Næss og Even Ruud (red.)

# Musikkterapi i praksis



**Norges  
musikkhøgskole**  
Norwegian Academy  
of Music

**CREMAH**  
Senter for forskning  
i musikk og helse

# Musikkterapi i praksis

[interaktiv pdf med lyd- og videoreferanser]

Tom Næss og Even Ruud (red.)

NMH-publikasjoner 2017:1

Denne utgivelsen foreligger også som trykt bok.

Utgitt av Senter for forskning i musikk og helse (CREMAH)  
NMH-publikasjoner 2017:1

Forsidefoto: Even Ruud

© Norges musikkhøgskole og forfatterne  
ISBN 978-82-7853-221-8 (trykt versjon)  
ISBN 978-82-7853-222-5 (interaktiv pdf)

Norges musikkhøgskole  
Postboks 5190 Majorstua  
0302 OSLO

Tel.: +47 23 36 70 00  
E-post: [post@nmh.no](mailto:post@nmh.no)  
[nmh.no](http://nmh.no)

Sats og trykk: 07 Media, Oslo, 2017

# Innhold

Lyd og video	5
Forord	6
«Kan kråka komme?» <i>Marte Lie Noer</i>	8
Den røde bussen <i>Greta Aagre</i>	14
Vanjas sang <i>Bente Mari Mortensen og Venja Ruud Nilsen</i>	19
Lek og samhandling med et barn med autisme <i>Lena Brennskag Nettum</i>	25
En etterlengtet klem – men kun fredager... <i>Sigurd Bentsen</i>	32
Å være, sammen <i>Anne Torø Eggen</i>	39
Vinger mot frihet <i>Marit Elfström Larsen</i>	45
Musikkterapi som nærmiljøtiltak <i>Viggo Krüger</i>	47
The Bad Dream. Om låtskriving i computerstudio <i>Ian Kolstad</i>	55
«Eg har så vondt i dag, eg orkar ingenting!» <i>Solgunn E. Knardal</i>	63
Musikkterapi ved Huntingtons sykdom <i>Sunniva Ulstein Kayser</i>	67
Tre fortellinger <i>Jens Petter Grønnesby</i>	77
«A child is born» <i>Rita Strand Frisk</i>	83

Frå gymsal til Garage <i>Øystein Lydvo</i>	90
Musikkterapi med kroppens egne instrumenter <i>Sissel Holten</i>	107
Å synge er å være! <i>Kari Aftret</i>	119
Å gripe det ubegripelige <i>Kari Aftret</i>	121
Pauline spiller blues <i>Jarle Obrestad</i>	125
Therese – en videofortelling <i>Tom Næss</i>	131
Forfatterne og redaktørene	161

## Lyd og video

Noen av artiklene er ledsaget av lydeksempler eller video. Disse kan man få tilgang til på Internett. Lydeksempler er lagt inn i Soundcloud, mens videoer er å finne på Vimeo.

### **Følgende artikler har lydeksempler på Soundcloud:**

Bente Mari Mortensen og Venja Ruud Nilsen: [Vanjas sang](#)

Sigurd Bentsen: [En etterlengtet klem – men kun fredager...](#)

Viggo Krüger: [Musikkterapi som nærmiljøtiltak](#)

Ian Kolstad: [The Bad Dream. Om låtskriving i computerstudio](#)

Sunniva Kayser: [Musikkterapi ved Huntingtons sykdom](#)

Øystein Lydvo: [Frå gymsal til Garage](#)

På Soundcloud finnes lydeksemplene på spillelisten *Næss og Ruud: Musikkterapi i praksis*:

### **Følgende artikler har videoeksempler på Vimeo:**

Jens Petter Grønnesby: [Tre fortellinger](#)

Jarle Obrestad: [Pauline spiller blues](#)

Tom Næss: [Therese – en videofortelling](#)

Videoene er samlet i albumet *Næss og Ruud: Musikkterapi i praksis*:

## Forord

Senter for forskning i musikk og helse ved Norges musikkhøgskole har som oppgave å formidle kunnskap om musikkterapi, initiere forskningsprosjekter og med dette utvikle nye praksisarenaer for musikkterapeutene. Da Tom Næss henvendte seg til senteret med ideen om å lage en antologi med fortellinger fra musikkterapeutenes arbeidshverdag, så vi straks behovet for en slik utgivelse. Det er fortsatt mange som etterspør kunnskap om hva musikkterapeutene faktisk gjør i praksis, hvor de arbeider og hvem som mottar tjenester fra musikkterapeuter.

Den beste måten å formidle musikkterapi på, er gjennom levende bilder, lyd og musikkseksempler, og ved å overvære hvordan en musikkterapeut arbeider. Dessverre er ikke dette alltid mulig. Både av praktiske grunner og noen ganger av hensyn til behandlingsrutiner og konfidensialitet. Med denne samlingen av fortellinger fra musikkterapeutenes daglige arbeid har vi forsøkt å gi et levende bilde av hvordan musikkterapeutene arbeider. Vi har oppfordret til å skrive fortellende og gi skildringer av avgjørende møter med mennesker: barn, unge og voksne som bruker musikk i møte med en musikkterapeut. Noen har skrevet kort og poetisk om avgjørende øyeblikk og meningsfulle opplevelser. Andre har valgt å skildre lengre terapeutiske forløp. Og vi har fått tillatelser til å gjengi musikkseksempler og vise videoer fra musikkterapeuter i arbeid.

For hva er vel egentlig musikkterapi? Et spørsmål som dukker opp på nytt og på nytt og som best lar seg besvare ved å vise til eksempler. For musikkterapi er blitt et fag, en profesjon og et mangfoldig praksisfelt som ikke så lett kan beskrives i noen generelle vendinger. I denne samlingen vil vi møte musikkterapeuter som arbeider med barn på sykehus og i palliativ omsorg. Vi får små glimt fra musikkterapeuter som arbeider i spesialpedagogiske sammenhenger. Vi får innsikt i et langvarig arbeid med en person utsatt for alvorlige trafikkskader, og vi kan lese om hvordan musikkterapeuten møter mennesker med autisme eller med alvorlige og sammensatte psykiske og fysiske funksjonshemninger. Vi møter musikkterapeuten i arbeid med innsatte i fengsel, eller med sårbar ungdom som trenger musikalsk omsorg og redskaper til å leve et normalt liv. Vi skal også se hvordan musikkterapeuten arbeider med barn og unge voksne som i tilknytning til institusjoner for psykisk helsevern får utvikle musikalske interesser og ta opp igjen tråden fra tidligere aktivitet som bandmusikere. Vi kan også lese om at musikken kan være en viktig støtte når fysisk sykdom og svekket hukommelse rammer den eldre.

De musikkterapeutiske metodene og redskapene er mangfoldige. For mange er lyd og bevegelser et utgangspunkt for kontakt og kommunikasjon. Andre arbeider med å skrive sanger og sette melodier til brukernes innspill. Ofte er musikalsk improvisasjon en inngang til å skape relasjoner mellom medspillerne. Ny teknologi tas i bruk, enten det er ved opptak av musikk eller ved å gi muligheter for å lære seg musikkproduksjon. Og ikke minst står samspillet i grupper sentralt. Samspill i band er for mange en vei til fellesskap, til å nå ut i samfunnet, få ny tro på egen mestring og skape seg et sosialt nettverk.

I alle disse musikalske møtene handler det om å anerkjenne alle musikalske bidrag som kommer fra klienter, brukere, elever eller de som deltar i musikkterapien. Musikkterapeutene bygger på de ressursene som finnes hos deltakerne. Musikken skaper grobunn for deltakelse, anerkjennelse,

mestring og opplevelse av å bli møtt og bekreftet gjennom musikken. Slike musikalske møter kan skape grobunn for vekst og utvikling, for å nærme seg andre, finne broer inn i en større verden og et omgivende samfunn.

Vi vil med dette takke alle bidragsytere for at de ville dele opplevelser og erfaringer fra sitt arbeid. Samtidig vil vi takke deltakerne fra musikkterapien eller deres pårørende for tillatelse til å gjengi viktige øyeblikk fra meningsfulle møter med musikk. Redaktørene retter også en takk til Lillian Teige og Karette Stensæth som bidro med korrekturlesning og Ellinor Rose Berg som la ned et omfattende arbeid med redigering av videoeksemplere. Takk også til Anders Eggen som har bidratt med gode råd om elektronisk publisering og nettløsninger for lyd og bilde.

På vegne av Senter for forskning i musikk og helse

Even Ruud



## «Kan kråka komme?»

Marte Lie Noer

### Musikkterapi i møte med livstruende sykdom og palliativ omsorg

Emma er 2 år første gang hun kommer inn på Barne- og ungdomsavdelingen med mor og far. Hun har store briller av blåmerker rundt øyene på grunn av en svulst i magen. Emma er i dårlig allmentilstand. I løpet av første uken går hun gjennom flere utredninger, operasjon og oppstart av cellegiftkur. Det lages en plan for mange cellegiftkurer framover i tid. Emma skal inn til 5 dagers behandlingsopphold.

Overgangen fra livet hjemme til livet på sykehuset er stor. Det er mange nye og fremmede mennesker å forholde seg til. Til alle døgnets tider har familien personale rundt seg. Storesøster Ida, hun er igjen hjemme hos bestemor.

*Emma er fra før av sjenert. Nå slutter hun å bruke stemmen sin helt. Etter en uke på sykehuset deltar hun i en musikkstund. På armen til mor i familieorkesteret spiller hun maracas bak mitt trekkspill. Senere viser jeg henne min magiske gitar. Jeg forteller henne at gitaren er en ønskebrønn med sanger. Vi kikker sammen med mor ned i klangkassen. Jeg vender øret ned mot gitaren og nynner stille. Jeg hører en sang jeg kan fra før. Vi smiler. Så er det Emma sin tur til å lete etter sang. Jeg spør og mamma gjentar: Hvilken sang? Da hører vi stemmen til Emma for første gang siden operasjonen: «Bæ, bæ lille lam». Vi synger og svinger i takt. Mor gynger Emma i armene sine i speil med meg og gitaren. Ingen sang er mer trygg og kjent fra før. Sammen med mor og musikken har Emma og jeg oppdaget og startet kontakten vår. Vi er allerede mer trygge og kjente med hverandre, alle tre.*

*Så møter Emma og mor hånddukka Kråka. Kråka er morsom og ertete og kan fortelle hvor hun har vært i natt og hva hun har tatt med seg. Emma gir Kråka et stort smil og snur seg mot mor. Begge ser forventningsfulle ut. Kråka lurert nemlig på hvor hun skal fly neste natt. Kanskje de vet om et sted? Emma hvisker til mamma som videreformidler nytt reisemål for Kråka. Kråka skal fly hjem til bestemor, erte og dunke på ruta til storesøster som sover der!*

## En felles følelsesreise

Det musikalske samspillet i triangelen mor, Emma og meg har startet en kontakt hvor Emmas øyne og deltagelse forteller om allerede tillit. Emma og mor har sunget sammen før, hjemme. Når det gjenoppdages og gjenkjennes med meg og musikken, bidrar det inn i hva som skjer mellom oss, her og nå. Vi kommer inn i en lyttende og utvekslende rytme. Fra vi sammen kikker ned i ønskebrønngitaren til vi gyngende synger Emmas iboende «Bæ, bæ lille lam», har vi vært på en felles følelsesreise (Stern, 2004). Vi har gått noen «relasjonelle skritt», slik Stern beskriver de små nå-bevegelser i samspill. Det kjennes i meg som vi har delt mange øyeblikk underveis. Etterpå opplever jeg at vi er sammen på en litt ny måte. Emmas blikk hviler på meg, og kroppen hennes lener seg helt avslappet inntil mor. Mor og jeg gjentar spontant hverandres små verbale og nonverbale kommentarer. Det skjer av seg selv.

Så kommer Kråka. Jeg forstår Kråka som bindeleddet her og nå, det som gjør det mulig for Emma å være i følelsen av savn og samtidig tilhørighet med storesøster. I dialogen med Kråka får Emma delt opplevelsen med mor. Samspillet skjer i et metaforisk uttrykk, i fantasien, tilrettelagt og introdusert av meg gjennom Kråkas karakter og virksomhet. Emma begynner selv å bruke metaforen, som vi så kan bygge videre på (Øvreeide, 2000). Hun får fortalt hva som er av eksistensiell verdi; tapet av storesøster her og nå. Kråka gjør det mulig å være sammen med storesøster i fantasien.

## Trygghet og trøst

*Mor og far er alltid sammen med Emma når de treffer Kråka, meg og musikken. Sammen blir de kjent med Kråkas personlighet. Kråka går typisk brått ut med eksplisitte sterke følelser; sint, trøtt, lei seg, redd eller lite samarbeidsvillig. Hver gang vekker vi henne, Emma og jeg med tre kølleslag på den blå boksen hvor Kråka bor. Tre felles kølleslag, felles puls, felles intensitet. Øynene til Emma er vidåpne av spenning, og hun tar foreldrene med seg i smil og nærmest skvetter av fryd idet Kråka dukker opp. Hva som videre skjer kan bevege seg fra felles stemning, musikklek eller måter å være sammen med Kråka på. Emma er med og bestemmer. Kråkas humør og oppdagelser påvirkes av samspillet; meg og familien.*

*Emma har alltid med seg Blåsa, kosedyret sitt. Snart får Blåsa sin egen sang. Versene blir til etter hvor Blåsa er og hvordan Emma leker med henne. Sangen improviserer jeg fram med ukuleleakkompagnement i kontakten med Emma. «Blåsa, Blåsa, Blåsa e hos Emma». Noen ganger gjemmer Blåsa seg. Noen ganger er hun bare sur og vil ingenting. Andre dager er Blåsa lei seg og trenger ekstra trøst og kos. Og hjemme har storesøster sitt kosedyr; Rosa. Hun får egne vers i Blåsasangen.*

Gjennom musikk og kontakt med Blåsa og Kråka kan Emma selv vise noe av hva hun selv trenger og gjøre det mulig for familien å møte henne med nysgjerrighet og omsorg for de to fantasivennene. Andre ganger er det mor eller far som henter dem inn for å dele det de kjenner på. Musikken og fantasivennene kan formidle følelser barnet eller foreldrene bærer på og gjør det mulig å trøste, hjelpe og være sammen om følelser uten å bli overveldet, men som i stedet kan vekke undring, håp og trygghet, løsningsorientering eller aksept for det som er (Yalom, 2003).

Melodien i Blåsasangen er enkel med gjentagende motiver, gyngende rytmisk og kan oppleves som lett i stemningsleie. Teksten er repeterende og beskrivende for hva som skjer og hva Emma tar initiativ til. Gyngende rytme kan vekke erfaringen av trygghet og trøst etter å ha blitt beroliget i sang og vugging. *Melodien må være som et rekkverk, så jeg ikke faller utfor*, fortalte en gang en annen pasient meg. Jeg forsøker å ramme Blåsasangen inn i en åpen og enkel melodi så innhold som ensomhet eller angsten for å bli borte kan våges å lekes inn og kjennes på.

Sammen med mor i musikklekene kommer smil og deltakelse gjennom rytmisk spill og bevegelser. Dette illustrerer hvordan jeg med musikk og hånddukken; Kråka som mellomliggende objekt tilrettelegger for et skapende mellomrom, et potensial for å lete etter mening gjennom kreativ-symbolsk-aktivitet. Det meningsskapende skjer i det å lytte til seg selv og la forestillingsevnen få rom til å utfolde seg i fantasi og musikk. Winnicott beskriver det som oppstår av lek og metaforer som muligheter for å uttrykke og integrere motsetningsfylte opplevelser (Winnicott i Johns, 2008). Jeg forstår det som en triangulering hvor noe og noen bringes inn i samspillet (Øvreeide, 2000). Jenta og familien får muligheter til å eksternalisere, kommunisere, leke og være sammen om det som betyr noe og det de kjenner på.

*Under stamcellebehandling og isolatperiodene får familien også musikk og kråkebesøk utenfor vinduet. Hver dag sender Emma Kråka ut på nye oppdrag, og Kråka tar alltid noe med seg tilbake. Selv Emmas stumme, såre og vonde hals motiverer for stemmelyd når Kråka spør hvor Emma vil hun skal reise eller hva hun skal hente; snø, bak huset hjemme. Slik forbinder Emma og familien sin verden hjemme og verden der ute med verden på isolatet i her og nå-øyeblikk.*

*Emma og foreldrene oppdager sine omgivelser i musiske samspill og lydleker. Slagene på vinduet, sengestolpen eller vannglasset med en trommekølle får sin rytme og klang. Å riste og røre på medisinsk utstyr får sin musiske historie i Trond Viggo Torgersens sang: «Det var en gang». Far er oppfinnsom og finner mange morsomme lydkilder i rommet. Emma velger seg ulike detaljer som klinger inn i samspillet der og da. Etter «Det var en gang» ser hun opp på veggklokka med et lurt smil: «I morgen skal jeg spille på klokka.»*

Personalet og familien forteller at Emma samarbeider mer ivrig under morgenstellet når musikk- og kråkebesøket nærmer seg, uansett helsetilstand. Musikklek gir henne muligheter for å strukturere tiden og erfare en dagsrytme. Det skaper positive forventninger. Foreldrene blir kjent med og redefinerer rommet gjennom musikklek. Med strenge hygieniske krav er lydkilder i rommet like viktige å leke og skape musikk gjennom som mine medbrakte instrumenter. Like viktig som de opplever noe sammen med Kråka og musikken på besøk, er hvordan det vitaliserer og utvider repertoaret i samspillet mellom dem alene. Foreldrene forteller om nye sanger, samtaler og lek på andre tider av døgnet. Både Emma og foreldrene får nye ideer.

*Etter isolatperiodene etterspør Emma å reise dit hun selv har sendt Kråka. Familien kjører heis, reiser på busstur. Emma leter i kjøkkenskuffen hos bestemor der også Kråka hadde vært. Når de kommer hjem til jul setter de ut mandelpudding fordi de vet at Kråka kommer på nattbesøk.*

## Eksistensielt-, relasjons- og familieorientert

Når et barn kommer til avdelingen, er det barnet som et medlem i familien som kommer. Familien blir mitt arbeidsfelt. Intensjonen er å bringe det inn i samspillet som kan styrke familiens resiliens og skape et kreativt rom dem imellom. Jeg forstår relasjonen til de nærmeste som det mest avgjørende for barnets opplevelse av hva som skjer, tilfriskning og ivaretagelse.

En familie i krise kan få nye muligheter for å utvikle noe sammen med meg og musikken. Mitt bidrag er å skape unike øyeblikk hvor familien kan møtes i samhandling, følelser, bilder eller ord for det som er av betydning for hver enkelt. Dette skjer gjennom barnets språk.

## Et musisk og metaforisk språk

Jeg inviterer til et musisk og metaforisk språk. Å være i lek, fantasi og magi er like naturlig tilstede som annen konkret virkelighet for barnet. Det kan skape en nødvendig avstand til barnets liv, samtidig med paralleller til barnets livsverden hvor temaene får være i fred for de voksnes verbale tolkinger. Barnet kan behøve mellomrommet for å komme med sitt, og en felles undring skjer i samme språk.

Barnet kan eksternalisere sine spørsmål gjennom musisk samvær eller i samtale med sine fantasivenner og familien. Barnet kan erfare å føre en indre dialog med seg selv i dialog med fantasivennen. Barnet kan bli en som forstår, trøster og hjelper fantasivennen og da seg selv. Fantasivennen kan formidle og speile følelser som barnet bærer. Søsken og de voksne kan erfare det samme. Når Emma utvikler Kråkas reisevirksomhet og finner sanger og andre løsninger som hjelper Kråka, forstår jeg det slik Øvreeide beskriver. Det kan fange og møte Emmas indre emosjonelle tilstand og behov. En lyttende og turtakende rytme i samspillet i et metaforisk uttrykk kan gjøre barnet mer aktiv med sitt eget. Barnet begynner å bruke metaforen. Den voksne kan speile og utvikle den metaforiske virksomheten videre (Øvreeide, 2006).

## Sårbarhet ved livstruende sykdom hos barn og deres familie

Familier som får barn med livstruende sykdom vil være sårbare på mange eksistensielle nivå, hver og en, relasjonene imellom og familien som helhet. Det emosjonelle og kommunikative feltet blir utsatt for uforutsigbarhet, utrygghet, angst og smerte i sykdomsprosessen. I en slik krise kan familiens evne til å ivareta hverandre aktiveres, men også stoppe opp eller passiviseres.

Barnet eller den voksne kan bli alene med følelser og tanker og behov og kjenne seg ensom. De er samtidig sårbare for å bli mer isolert som familie. Under sykehusoppholdene er de i fremmede omgivelser og ikke hjemme hos seg selv, hvor daglige rytmer og erfaringer familiemedlemmene imellom har utviklet seg. Bevegelsesradius og funksjonsnedsettelse «vingeklipper» ikke bare barnet. Familien som helhet mister sine tidligere spillerom og sammenhenger for egne initiativ. Både hjemme og på sykehuset kan familien oppleve å miste kontakt med sitt sosiale nettverk. Og gjennom pasientrollen er barnet og familien i stor grad mottagende. Helsepersonell og det medisinske er de aktive hjelperne. På isolat som ved stamcellebehandling, er det medisinske intensivt og barnet

tilsvarende defensivt utsatt. Barnet er i stor grad overlatt til andre enn seg selv, samtidig som det står midt i erfaringen av liv og død.

Fortellingene om når Emma og familien får besøk fra «yttersida» av Kråka og musikk, beskriver øyeblikk som vitaliserte og utvidet repertoaret av hvordan være sammen i glede og lek. Litt mer i kontakt, litt mindre isolert «på innersiden». Jeg tror det samtidig beskriver betydningen av å være aktiv og initiativrik i en situasjon de har lite kontroll over.

## Kulturkafe som musikk- og miljøterapi

Hver fredag arrangerer leketerapeutene og jeg kafe som et møtepunkt med vafler, musikk og samvær på tvers av roller og alder. Doktor møter bestefar, og søster møter sykehuspresten. Jeg har som musikkterapeut ansvar for å samle miljøet gjennom musikken. Det beveger seg mellom taffelmusikk, små konserter og allsanger, sang- og bevegelsesleker, små spontane framføringer av pasienter, personalet og meg. Fredagsstundene bygger relasjon og møtet mellom barn, familie og personale. Stine Blichfeldt Ærø og Trygve Aasgaard har tidligere sammenliknet en sykehusavdeling med et lokalsamfunn. Miljøet har et nettverk av relasjoner og virksomheter. Slik kan samfunnsmusikkterapien trekkes inn som perspektiv på hvordan det ukentlige møtepunktet i musikk også beveger og påvirker samspillene ellers (Stige i Ærø & Aasgaard, 2011).

## Palliativ omsorg og sorgarbeid

*De siste dagene i Emmas liv, i korte våkenhetstider, vil Emma ha besøk av Kråka og Marte Musikk. Blåsasanger får nye her og nå-vers som inkluderer alle kjære tilstede. Far gråter stille og storesøster smiler under sangene. De er nær Emma og Blåsa og kommuniserer med Kråka og meg. Gråt og smil er som betydningen av å dele øyeblikk i sangene. Følelsene og nærværet dem imellom får god plass akkompagnert av mange vers og improvisert, vuggende gitarspill. Og Kråka blir sendt til New York hvor søster og Emma har gode minner fra behandlingsopphold der.*

*Siste gang Kråka reiser for Emmas ønske, drar de hjem til markblomstene bak dukkehuset hjemme. Dagen etter står det markblomster på nattbordet hennes. Far ser at Emma ser.*

Emma dør på sykehuset. Hun blir nesten fem år, og tre av dem har hun i stor grad tilbragt på sykehus med familien. Personalet har vært tett på dem dag og natt helt til det siste. Avdelingen gir familien mulighet til en minnestund i sykehusets kapell. Sykehuspresten kjenner familien fra Kulturkafeen. Familien ønsker musikken med. Når jeg som musikkterapeut gir musikk inn i minnestunden og tilrettelegger for en ramme for sorgbearbeidelse, er det med repertoaret fra Emmas sanger, familiens musikkstunder og Kulturkafeen. Både familien og personalet møtes og minnes i Emmas musikk.

*Etterpå spør mor: Kan Kråka komme i begravelsen? Der synger jeg Emma sine sanger og Kråka forteller sine historier fra sykehuset.*

## Avslutning: Emma og familiens musiske samvær

I møte med Emma og hennes familie fikk jeg anledning til å oppdage betydningen av et musisk mellomrom når livet står på spill. Når Emma dør, følger musikken med inn i sorgen og gleden i å minnes. Musikk og fantasi ga spillerom for familiens opplevelser av å være sammen i her og nå-øyeblikk og gjennom nesten tre år under cellegiftkurene, stamcellebehandling på isolat, dårlige dager hjemme, under palliativ omsorg fram til de siste dagene og med familien i begravelsen. Familien formidlet et samvær av eksistensiell betydning. Jeg opplever som Kråka, meg selv og i musikken at vi delte øyeblikk av eksistensiell verdi.

## Litteratur

- Binder, P.-E. (2011). *Et oppmerksomt liv – om relasjon, kropp og nærvær i eksistensens psykologi*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Johns, U. T. (2008). Å bruke tiden – hva betyr egentlig det? Tid og relasjon – et intersubjektivt perspektiv. I G. Trondalen & E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 67-83. NMH-publikasjoner 2008:3. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Johns, U. T. (2012). Vitalitetsformer i musikk. I G. Trondalen & K. Stensæth (red.) *Barn, musikk og helse*, s. 29-43. NMH-publikasjoner 2012:3. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Ruud, E. (1997). *Musikk og identitet*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Stern, D. N. (2000). *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*. NY: Basic Books.
- Stern, D. N. (2004). *The present moment in psychotherapy and everyday life*. NY: Norton.
- Stige, B. (2006). Musikk og helse i lokalsamfunnet. I T. Aasgaard (red.) *Musikk og helse*, s. 201-220, Oslo: Cappelen akademisk.
- The Royal Norwegian Ministry of Health and Care Services (2000). *Forskrift om barns opphold i helseinstitusjon*. Oslo: LD.
- Yalom, I. D. (2003). *The gift of therapy. Reflections on being a therapist*. NY: Harper Collins.
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock.
- Ærø, S. C. B. & Aasgaard, T. (2011). Musikkterapeutens arbeidsoppgaver på en sykehusavdeling for barn: Helsefremmende arbeid for både pasient og miljø. I K. Stensæth & L. O. Bonde (red.) *Musikk, helse, identitet*, s. 141-160. NMH-publikasjoner 2011:3. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Øvreeide, H. (2000). *Samtaler med barn. Metodiske samtaler med barn i vanskelige situasjoner*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.
- Aasgaard, T. (1998). Musikk-miljøterapi: Uvanlig? Interessant? Uutforsket! *Nordic Journal of Music Therapy* 7, 168-171.
- Aasgaard, T. (2006). Musikk i arbeid med barn på sykehus. I T. Aasgaard (red.) *Musikk og helse*, s. 75-106. Oslo: Cappelen akademisk.

## Den røde bussen

Greta Aagre

*«Boh!» sier du og drar meg i armen. Du vil ha meg bort til skapet der det er plassert flere små lekekoffert, fingerdukker og kosedyr på toppen. Du peker opp på den lille prikkete kofferten. «Boh,» sier du igjen. Jeg tar kofferten ned. Den er tom. «Boh,» sier du på nytt. Jeg forstår ikke hva du mener, hva er det du vil ha? Du er nå på vei til å klatre opp på skapet selv, så jeg setter frem en krakk til deg. Blikket ditt søker overalt på toppen av skapet. Du løfter på gjenstander, men du finner ikke det du leter etter, og det er tydelig at det er noe helt spesielt. Vi leter videre. Vi åpner koffertene og skap, og jeg kommer med flere forslag, men det er ikke noe av det du vil ha. Nå snur du deg rundt og går beslutsomt bort til den voksne som er med fra barnehagen. Du tar tak i de små kommunikasjonskortene, små bilder, som hun har hengende i bukselinningen. Du blar deg ivrig frem til bildet av en rød buss, et visuelt symbol som blir benyttet når de skal forberede deg på reisen til og fra musikkterapien, eller andre steder. Du peker på bildet og sier «Boh!». Det er jo buss du mener! Vil du gå fra musikken? Nei, da pleier du å si «buh-buh» og gå mot døren. Det er noe annet du vil. Nå husker jeg det! En gang, for flere måneder siden, hadde vi en liten rød leddbuss oppi akkurat denne rødprykkete kofferten. Du virket ikke særlig interessert i bussen den gangen, men nå er den viktig. Jeg finner frem bussen, legger den i den prikkete kofferten og overrekker den til deg. Du tar ivrig imot. Det var den du ville ha!*

### Kommunikasjon og interaksjon

I løpet av de 20 årene jeg har vært ansatt som musikkterapeut på Pedagogisk fagsenter, har jeg fått oppleve mange sterke og betydningsfulle øyeblikk med barn. Noen møter sitter mer i enn andre, og møtet med Alexander, som jeg innledet denne historien med, er et av dem. Jeg mener historien illustrerer godt hvordan det er mulig å komme barn som kan være vanskelige å forstå, vanskelige å komme i kontakt med, i møte. Den viser en av mange innfallsvinkler og tilnæringsmåter i min musikkterapi praksis.

Alexander er 4 år og 9 måneder, og han går i en av bydelens barnehager. Han er et flerspråklig barn, med et annet morsmål enn norsk. Han er født i Norge, men foreldrene hans er fra et land i Øst-Europa. Alexander har fått diagnosen autisme, og han har omfattende interaksjons- og kommunikasjonsvansker. Han har ikke utviklet et verbalt språk. Han kan uttale noen få ord, spesielt i trenings-situasjoner, men å overføre dem til naturlige situasjoner er vanskelig for ham. Han benytter ofte lydene «a-a-a», «i-i-i», «e-e-e», «bah», «boh», «dah» og «meh». Han forteller hva han vil ved for eksempel å peke eller håndlede. Han er fysisk aktiv og han liker å hoppe.

Alexander har fått et spesialpedagogisk vedtak på 17 timer pr. uke, og det ukentlige musikkterapi-tilbudet er en del av dette vedtaket. Musikkterapi-målene er godt integrert i den spesialpedagogiske planen som er utarbeidet for ham. Planen bygger på anbefalte mål og tiltak, beskrevet i den sakkyn-dige vurderingen fra pedagogisk-psykologisk tjeneste. Et av hovedmålene er å styrke grunnleggende samspills- og kommunikasjonsferdigheter. Delmål i forbindelse med dette er at Alexander skal utvikle:

- forståelse for betydning av eget initiativ
- felles oppmerksomhet mot objekter
- gjensidig oppmerksomhet ansikt til ansikt
- styrking av imitasjon (lyder, ord og bevegelse)
- turtaking

Turtaking i denne forbindelse vil være å delta i samspill der han og samspillspartneren kommer med initiativ annenhver gang, for eksempel lage lyder annenhver gang, gi ifra seg / ta imot leker, spille annenhver gang på instrumenter, m.m.

## Barnet viser vei

Min arbeidsplass er Fagsenteret i bydel Gamle Oslo. Her er jeg ansatt som musikkterapeut i full stilling. Fagsenterets tjenester er rettet mot barn og unge 0 – 18 år med nedsatt funksjonsevne. Fagsenteret er inndelt i forskjellige team, og min stilling er tilknyttet teamet Pedagogisk fagsenter, som gir spesialpedagogisk hjelp, støtte og tilrettelegging til barn med nedsatt funksjonsevne, i alderen 0 – 6 år. Pedagogisk fagsenter består, i tillegg til musikkterapeut, av teamleder, logoped, fagkonsulenter, spesialpedagoger og støttepedagoger. Musikkterapi-tilbudet på Pedagogisk fagsenter gis individuelt og i gruppe, bygget opp rundt det barnet som har nedsatt funksjonsevne.

I den musikkterapeutiske settingen ønsket jeg å bistå Alexander i å nå utviklingsmålene gjennom først og fremst å møte ham der han er, og ta utgangspunkt i hans bevisste, men også ubevisste initiativ og bidrag. Jeg ville la ham vise vei. Dette er noe vi i nettverket for musikkterapeuter ved forskjellige fagsentre i Oslo kommune har drøftet mye: hvordan barnet kan vise vei. Nettverket, som har eksistert i over 20 år nå, har vært viktig for vår faglige identitet og utvikling som musikkterapeuter. Her har vi hatt supervisjon, gruppeveiledninger, gjennomgått case studies, delt praksishistorier, hatt mange faglige diskurser og drøftet utfordringer vi har stått overfor i hverdagen. Tre av oss har også skrevet en artikkel om temaet i tidsskriftet *Musikkterapi*.<sup>1</sup>

## Samspillstemaer

Ved å ta utgangspunkt i Alexanders uttrykksformer og initiativ ønsket jeg at vi sammen skulle bygge små forutsigbare samspillstemaer som vi kunne benytte i interaksjonen mellom oss. Gradvis kunne samspillstemaene danne et felles repertoar, et knippe av samspillsaktiviteter som Alexander kunne gjenkjenne og delta i. Jeg ønsket også at han gjennom samspillserfaringene og interaksjonene skulle få et indre bilde, en indre historie av hvordan jeg var å være sammen med. En historie han kanskje kunne ta med seg videre i samspill med andre, utenfor musikkrommet. Dette indre bildet kan

1 Lena B. Nettum, Mette Thiedemann og Greta Aagre, Barnet viser vei, *Musikkterapi* nr. 2, 2011.



samsvare med det spedbarnsforsker og interaksjonsteoretiker Daniel Stern (1991) har beskrevet som «representasjoner av interaksjoner som er generalisert» (RIG).

I timene med Alexander opplevde jeg etter hvert at det var vanskelig å finne måter jeg kunne samspille med ham på. Det som fanget hans oppmerksomhet, interesse, initiativ og deltakelse i én time, kunne virke helt likegyldig for ham i neste. Utviklingen ble ikke helt slik jeg hadde forestilt meg. Han virket trygg og glad når han kom til timene, men jeg strevde med å bygge gjenkjennbare samspillstemaer sammen med ham. En dag fant vi en ny vei, og den røde bussen ble i dobbel forstand et kommunikasjonsmiddel. Han hadde på dette tidspunktet hatt et individuelt musikkterapi tilbud i nesten to semestre.

*Han tok bussen ut av kofferten, satte seg ned på gulvet og begynte å kjøre den frem og tilbake på en stor tungetromme jeg har stående inntil veggen. Han satt med ryggen til rommet, og han var også vendt bort fra meg. Bevegelsene hans kom raskt inn i et repeterende og litt stivt mønster. Det virket som om han var i sin egen verden, som om han ikke ensset meg i det hele tatt. Han beveget bussen frem og tilbake, frem og tilbake, alene. Kanskje også fornøyd med å være alene, i sine egne bevegelser.*

*Jeg tenkte: «Hvordan føles det å kjøre bussen frem og tilbake på denne måten? Jeg har lyst til å gjøre det samme som deg. Jeg vil være her med deg, anerkjenne deg, og vise aksept for det du holder på med. Kanskje kan jeg på denne måten bli noe bedre kjent med deg?»*

Jeg ønsket ikke å intervenere, kreve kontakt eller tvinge frem interaksjon, men heller å bli med i de samme bevegelsene, i den samme rytmen. Jeg ønsket å justere meg etter hans affekt- og vitalitetsuttrykk. Dette er det Daniel Stern har omtalt som speiling. Han definerer speiling som noe som ligger nær affektiv inntoning. Speiling kan forstås som en utvikling av imitasjon til et tema med synkron variasjon. Slik begrepet er brukt klinisk, viser det mer til en formidling av følelser (fra mor til barn) enn til en gjengivelse (Stern i Johnsen, Sundet og Torsteinsson, 2000). Den anerkjente, svenske kliniske terapeuten og barnepsykologen Margareta Brodén kaller denne speilingen for den første broen til empati.<sup>2</sup>

*Så jeg satte meg ned og forsøkte å tone meg inn. Jeg tok et lite, blått tog og begynte å bevege det på samme måte som Alexander, frem og tilbake, frem og tilbake, som i en slags parallell lek. Jeg fulgte og spilte ham mens jeg forsøkte å kjenne etter hvordan det følt. Jeg var oppmerksom på hans kroppsholdning, bevegelser og pust, og jeg speilet dem. Jeg verken krevde eller forventet noen blikkontakt. Han vendte heller ikke blikket i min retning. Det virket som han var opptatt av sine egne bevegelser, og jeg konsentrerte meg om mine. Det følt fint å sitte der ved siden av ham, begge opptatt av hver våre aktiviteter. Etter en stund valgte jeg å underbygge bevegelsene med lyder. «Brn-n-n-n, brn-n-n-n,» rytmisk og lavmælt. Jeg ønsket å ramme inn og kanskje hjelpe til med å gi bevegelsene en betydning. Kanskje han oppdaget at det han gjorde påvirket meg? Kunne det etter hvert motivere ham til å ville delta i videre samspill med meg? Han så fortsatt ikke på meg, men etter en stund merket jeg at han var mer oppmerksom på at jeg var der ved siden av ham.*

*Jeg tenkte: «Hvordan oppleves det å kjøre toget opp og ned på veggen?» Jeg forsøkte. Jeg kjørte toget opp og ned, fortsatt i Alexanders rytme. Det må ha vært en god idé, for han begynte umiddelbart å gjøre det samme. Jeg hadde invitert til en liten variasjon, som likevel holdt seg innenfor samme tema, og han ble med. Vi fortsatte i samme bevegelser og rytme, opp og ned,*

<sup>2</sup> Foredrag, 22.04.2010.

*opp og ned. Etter en stund våget jeg å foreta et temaskifte. Jeg flyttet meg til xylofonen som sto på gulvet ved siden av Alexander. Jeg lot toget hoppe nedover staven på xylofonen. Det ble en fin og artig lyd. Alexander så bort på meg og deretter på xylofonen. Han kom resolutt bort og satte seg ned ved siden av meg og begynte å gjøre det samme som meg. Han imiterte hva jeg gjorde!*

*Noen ganger dyttet han meg bort, for vi satt veldig nær hverandre. Kanskje han opplevde at jeg noen ganger kom for nær ham. Forskjellen nå var også at vi måtte ta hver vår tur. I begynnelsen tok jeg min tur i hans naturlige pauser, men etter en stund gjorde han plass til meg. Han ventet på meg, og jeg ventet på ham. Vi rettet begge vår oppmerksomhet mot bussen og toget, og jeg registrerte at vi delte et felles fokus. Han smilte, og med ett reiste han seg opp og hoppet opp og ned som han ofte gjør når han er glad. Han lo! Han så på meg, og vi hadde blikkontakt. Han satte seg igjen og leken fortsatte, om og om igjen. Vi var sammen om dette, en interaksjon fant sted.*

*En stund senere gikk jeg til trommesettet på den andre siden av rommet. Trommesettet står foran et speil. Jeg satte meg på en stol og lot toget rutsje ned fra cymbalen som sto der, og falle i gulvet. «Bang!» Alexander kom bort med en gang. Nå hadde vi et nytt samspill. Jeg underbygget bevegelsene med stemmen min. Jeg gjorde glissando oppover når kjøretøyet kjørte opp, og det motsatte når den skled ned og krasjet i gulvet. Alexander tok etter toget mitt. «Vil du ha tog?» spurte jeg. «Toh,» sa han. Vi byttet leker, og byttet dem så frem og tilbake mens leken fortsatte.*

*Da tok jeg sjansen og inviterte ham til trommesettet: «Vil du komme og spille trommer med meg? Kom!» Og han kom! Han satte seg på en liten trommestol foran meg. Blikkene våre møttes gjennom speilet, og vi begynte å spille trommer med hver vår trommestikke. Jeg sang og spilte i hans rytme, og vi gikk inn i en lang og flott musikkimprovisasjon. Vi hadde felles oppmerksomhet, ansikt til ansikt, gjennom speilet. Han la seg bakover i fanget mitt. Vi hadde en fin stund sammen, et betydningsfullt øyeblikk.*

## Veien videre

I ettertid har Alexander vist gradvis større interesse for å spille på trommesettet. Han sitter alene bak trommene, mens jeg underbygger og akkompagnerer ham på piano. I musikkterapeutiske improvisasjoner har han oppdaget hvordan han kan påvirke samspillet med stopp/start, dynamikk- og tempoforandringer. Alexander mestrer også å imitere lyder i mikrofonen og å delta i turtaking på entonehorn. Han er mer utholdende i forskjellige aktiviteter, selv om dette kan variere noe ut fra dagsformen hans.

Den røde bussen har fortsatt en viktig funksjon i musikkterapien. Den, og også toget, er tilbakevendende leke- og samspillsobjekter. De fungerer noen ganger som gjennomgangstema i timene, andre ganger som en oppvarming i begynnelsen, eller som en overgang fra et musikalsk samspill til et annet. Vi har også funnet nye måter å leke med bussen og toget på. De kjører oppover gitarhalsen, nedover tangentene på pianoet, kjøretøyene er involvert i trafikkulykker med Postmann Pat som offer, for å nevne noe. Ofte begynner leken som parallelle bevegelser der jeg speiler ham, andre ganger er det mer gjensidig samhandling fra starten av, men nesten alltid utvikler handlingene seg til et gjensidig samspill med felles oppmerksomhet.

Det jeg mener er det viktigste i denne historien, er hvordan vi beveget oss fra noe tilsynelatende isolert – et barn i sin egen verden – gjennom speiling og parallelt samspill, videre til turtaking, delt oppmerksomhet mot bussen, toget og musikkinstrumentene (ytre objekt), til felles oppmerksomhet og gjensidig interaksjon (ansikt til ansikt). Vi endte opp i et flott samspill på trommesettet, og dette var viktig i seg selv, spesielt fordi jeg som musikkterapeut enda tydeligere kunne underbygge barnets musikalske og kommunikative uttrykk og initiativ. Musikken er jo også en egen dimensjon i det hele. Men det mest betydningsfulle øyeblikket var da vi oppdaget en måte å samhandle på gjennom en rød buss.

## Litteratur

- Brodén, M. (2010). Behandlingsarbeid i nyfødtp perioden og det første leveåret. Oslo: Foredrag 22.04.10.
- Johnsen, A., Sundet, R. & Torsteinsson, V. W. (2000). *Samspill og selvopplevelse*. Oslo: Tano Aschehoug.
- Nettum, L. B., Thiedemann, M. & Aagre, G. (2011). Barnet viser vei. *Musikkterapi*, 2, 6-14.
- Stern, D. (1991). *Barnets interpersonelle univers*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Stern, D. (2004). *The present moment in psychotherapy and everyday life*. New York: W.W. Norton & Company.

## Vanjas sang

*Bente Mari Mortensen og Venja Ruud Nilsen*

### Vanjas sang

Vanja, Vanja, vi savner deg – du fikk oss til å smile.  
Vanja, Vanja, vi savner deg – Smilet, når vi hadde en dårlig dag.  
Vanja, vi tenker mye på deg – Det er trist når du er borte fra oss.  
Vanja, Vanja, vi savner deg – Nå er du en engel med saxofonen på en sky.

Vanja smilte som en sol – og alle ble så glad og smilte med.  
Men smilet gikk brått bort da du avsluttet livet og som ble for kort.  
Smilet fra deg glemmer jeg aldri, men nå er du borte – Hvil i fred – min venn.

Vanja, Vanja, vi savner deg – du hviler på en sky.  
Vanja, Vanja, vi savner deg – Verden er ikke likedan uten deg.  
Vanja, vi tenker mye på deg – Det er trist når du er borte fra oss.  
Vanja, Vanja, vi savner deg – Nå er du en engel med saxofonen på en sky.

Jeg husker julebordet 2013 – da jeg bakte julekaker til deg.  
Du begynte å gråte – du sa til meg den kvelden: «Du er så snill med meg».  
Jeg fikk en klem, du blunket lurt – det bærer jeg med meg i dag – i dag.

Vanja, Vanja, vi savner deg – du var en god venn.  
Vanja, Vanja, vi savner deg – Livet ditt var ikke lett, du reiste, det ble nok.  
Vanja, vi tenker mye på deg – Det er trist når du er borte fra oss.  
Vanja, Vanja, vi savner deg – Nå er du en engel med saxofonen på en sky.

Lydsporet til *Vanjas sang* er å finne på Soundcloud:

Historien bak denne sangen startet for snart 25 år siden og den utvikler seg fremdeles videre, selv om den kvinnen som er opphavet til historien døde for litt over ett år siden. Historien handler om den kvinnen som ble utgangspunktet for det etter hvert landsomfattende musikktilbudet «Musikk i fengsel og frihet».

Vanja var en kvinne som sonet mange år på Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt, og hun døde i november 2015. Mange av hennes spillevenninner ble veldig lei seg da hun døde, og en av disse kvinnene laget en «sørgetekst» som har blitt til en «savnesang» som vi tar med som et

lytteeeksempel i denne historien. Sangen er også med på en CD vi har laget som markerer at Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt har hatt musikktilbud i 25 år – *Toner fra en Celle*. Denne CD'n består av 10 sjølskrevne låter.

## Første møte og oppstart

8. mars 1991 hadde Venja Ruud Nilsen en spillejobb med bandet *Gaya* på Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt, Norges høysikkerhetsfengsel for kvinner. Venja hadde lenge ønsket å jobbe med musikkterapi, band og kvinner, og i løpet av konserten ble det klart at det var her arbeidet skulle starte. I pausen snakket Venja med noen av de innsatte kvinnene, og spurte om de ville spille selv. Mange svarte at det ville de gjerne. Så startet arbeidet med å kjøpe musikkutstyr, finne lønnsmidler og planlegge hvordan et slikt tilbud kunne være inne i fengslet.<sup>3</sup> På den tiden var det helt uvanlig at noen kom inn og hadde slike tilbud ved soningssteder. For å gjøre en lang historie kort startet musikkundervisningen samme høst, to kvelder i uka: Pianotimer og gitargruppe. Med trommesett og bassanlegg som lokkemat til bandspilling ble tilbudet gitt til alle som ville lære å spille piano eller gitar. Og det var det mange som hadde lyst til, så det var ventelister.

Det var i første timen Venja møtte Vanja – som fikk denne sangen tilegnet seg etter at hun døde tjuefem år senere. Åpningsreplikkene står det respekt av: «Goddag æ heter Vanja, og æ sitter for drap!» Venja prøvde å svare like tøft: «Goddag, jeg heter Venja og jeg skal lære deg å spille gitar!»

Vanja ble med på gitar. Selv om hun hadde mange fingre som ikke fungerte fordi hun hadde kuttet seg, og blitt dårlig sydd sammen igjen. Her startet et langt vennskap, mange flotte musikkstunder og deling av mye levd liv. Da Vanja skulle løslates noen år senere, ble det klart at hun ikke hadde tenkt å slutte å spille. Dette ble utgangspunktet for neste trinn i prosjektet «Musikk i fengsel og frihet – trinn 2»: Spill etter løslatelse med samme person som jobbet inne (Nilsen, 2007: 59).

Vi startet med en finger på basshalsen, etter hvert noen grep på gitaren, så congas/trommer, og til slutt fant hun instrumentet sitt – saksofon – med god hjelp fra Bente Mari Mortensen, som nå har undervist på Bredtveit fengsel i 16 år. Vi jobber tett sammen i Grønland voksenopplæring (GVO), som er skoleavdelingen ved Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt, Oslo fengsel og Avdeling Sentrum. Avdeling Sentrum er et skoletilbud etter løslatelsen, ute i samfunnet. Musikktilbudet ved Bredtveit fengsel ble et skoletilbud i år 2000.

Vanja fortsatte å stille opp på spilling ute, år etter år, til tross for at hun bodde utenfor Oslo, og til tross for at hun hadde lite penger og at det ikke gikk så veldig bra. I møte med Vanja var hennes livsstil mange ganger en utfordring, da hun som regel gikk på tvers av hva vi oppfattet som sunt eller fornuftig. Vanja fikk et sted å opptre og delta i samfunnet. Denne plassen var mer positiv enn den hun hadde før når hun *bare* var kriminell. I musikkaktiviteten fikk hun venner med samme interesse som seg selv. I musikkrommet viste hun trygghet og hun fikk lede an. Hun hadde stor musikalitet og ble anerkjent i gruppa for den. Musikken ble en tydelig identitetsmarkør, og en viktig side av hennes personlighet fikk utvikle seg gjennom musikkaktiviteten.

Vi opplevde at Vanja gikk fra å være panserkropp til skjør kvinne, fra hun begynte å øve på gitaren for 20 år siden til de siste 5 årene med følsomt og ofte rått spill på saksofonen. Vi opplevde etter

<sup>3</sup> Direktøren hadde ikke noen penger han kunne bruke som lønnsmidler til et musikktilbud, men heldigvis så daværende fritidsleder Bente Hagesæther Scheel verdien av et slikt tilbud.

hvert såre låter fra en innestengt skadet jente som formidlet sine innerste følelser via saksofonen. Musikken ble «en kanal inn» og «en ventil» ut (Mortensen, 2006: 32).

Ruud har beskrevet musikkens betydning i forhold til helse og livskvalitet og hevder at musikken kan skape vitalitet (Ruud, 2002). Dette opplevde vi hos Vanja. Vanja var lekende og improviserende, og hun fant nydelige toner på eget vis. Hun ville ikke lære på tradisjonell måte, og saksofongrepene var mange ganger uforståelige for oss. Hun hadde også dysleksi, så vi jobbet oss frem til hvordan hun best kunne forholde seg til et ark med tekst og akkorder. Svart skrift og røde markeringer av akkordene ble eksempel på notasjon som fungerte. Veien fram mot at Vanja skulle klare å forholde seg til notasjon på ark var lang. Arbeidet fram til «ark som fungerer» var i denne historien knyttet til sterke følelsesbindinger og dårlige opplevelser fra tidlig skolegang. Vanja har vist oss at arbeid over tid har stor betydning i et levd liv. Det å by på seg selv, tørre å gå inn i nære relasjoner, har betydning for livskvalitet og det å kunne være tilstede i verden. Gjennom musikken kunne Vanja delta og være med i «vår» verden, gjennom musikken kunne vi samhandle og være tilstede og være en del av hverandres liv.

## Relasjonskompetanse

Relasjonskompetanse forutsetter at en møter mennesker som selvstendig handlende individ og viser respekt for den andres integritet og rett til selvbestemmelse. I løpet av alle disse årene gjennomgikk Vanja personlige, mellommenneskelige og musikalske prosesser. Hennes fokus i musikkaktiviteten kunne variere, men var stabil over tid. Hun var tydelig på hva hun ville jobbe med og var vanskelig å lede over i noe nytt. Vi gikk trygt «ved siden av» og fulgte med i hennes vandring. I musikkundervisning og musikkterapeutisk aktivitet og samhandling kan det ofte være vanskelig å gå sakte nok fram. I samspillet med Vanja opplevde vi dette som lettere sammenliknet med andre, da hun ofte hadde perioder med sykdom og tungt rusmisbruk. Vi forventet ikke stor framgang, men var fornøyd med små skritt og hennes blotte deltakelse.

Odd Harald Røkenes og Per Halvard Hanssen skriver i boka *Bære eller bryte* (2002) om kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker. Relasjonskompetanse dreier seg om «å forstå og å samhandle med de menneskene vi møter i yrkessammenheng på en god og hensiktsmessig måte». Dette innebærer kommunikasjon på en måte som gir mening, som ivaretar hensikten med samhandlingen og som ikke krenker den andre parten. I samspillet med våre deltakere er det i all hovedsak deltakernes behov og ønsker for timen som er i fokus. Det er de som skal velge låter og ha målsettinger for timen. I møte med Vanja ble vi i større grad bevisst vår egen relasjonskompetanse. Veien fra kontakt via etablering av relasjon, det å stå i relasjonen over tid og vedlikeholde relasjonen. I dette arbeidet har relasjonskondisen vært utfordrende for oss som ledere av samspillsgruppa. Det har vært styrkende og nærende å være to for å klare dette. Det å være kultursensitiv, ha selvinnsikt nok, være empatisk nok og tolke ulike situasjoner godt nok, er krevende.

Gjennom dette arbeidet har vi erfart, som forsker Nora Gotaas fant, at tilbudet er en delløsning med gode helhetskonsekvenser (Gotaas, 2006). Mortensen og Ruud Nilsen beskriver tilbudet som et musikktilbud som kan inngå innenfor rammene av samfunnsmusikkterapien (Mortensen, 2006; Nilsen, 2007).

I vår jobb møter vi damer som ikke er vant til å sette ord på følelser. Kanskje har de ofte ruset seg og ikke merket gode og vonde følelser før de plutselig sitter nyktre (uten rusmidler i kroppen) på en celle. Da kan det bli veldig voldsomt når følelsene «strømmer» på. Vi samtaler mye, og øver oss på å

sette ord på hva vi føler og tenker. Vi oppfordrer den enkelte til å skrive ned tanker som kommer når man er alene i fengselscella. Det ble derfor ekstra meningsfylt å lage en sang sammen om at vi savnet noen. Det blir også en veldig fin bearbeiding av dette savnet når vi arrangerer og synger denne sangen. Under øvelsene kan det ofte komme opp temaer om at noen blir foretrukket og får spesialbehandling. Vi opplever at noen kan bli sjalu og føle at de blir urettferdig behandlet, til tross for at de egentlig vet at det går litt i perioder og på omgang angående hvem som trenger litt ekstra omsorg og forståelse.

Når vi spiller sangen om Vanja på øvingene kan deltakerne reagere ulikt på teksten. Vi diskuterer og snakker om hvilket forhold alle hadde til Vanja. Vi kommer lett opp i en diskusjon som handler om å respektere hverandre og hverandres følelser. Reaksjonene i gruppa forteller oss at ingen med sikkerhet kan vite hva andre føler bedre enn den det gjelder.

## Sangskrivingsprosessen

Handlingsrekkene rundt sangproduksjon er individuelle og i stor grad unike. Noen fellestrekk er det allikevel. På Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt jobber vi med både ord og musikk i vekselvirkning med hverandre. Vanjas sang ble til gjennom at tekstskaperen hadde med seg et tettskrevet A4 ark, hvor hun beskrev sitt savn, og hvor hun refererte til viktige hendelser i Vanjas og hennes liv i regi av spilletilbudet. Gjennom å lese teksten kunne vi raskt finne noen sentrale opplevelser som var ekstra viktige for deltakerne å formidle. Dette var blant annet setninger som: *«Jeg husker julebordet 2013, jeg bakte julekaker til deg, jeg fikk en klem, du begynte å gråte.»*

Dette betydde mye for deltakeren. Det å bli verdsatt, det å gi og ta imot en bekreftende klem, det å kjenne på at en kan være snill og hjelpsom, er følelser som mange i fengsel beskriver som et savn og en stor opplevelse å få oppleve. Mange er *«fanget»* i rollen som kriminell, slem, ubrukelig, farlig og unyttig. Det å kunne finne og oppleve episoder hvor en er snill, blir satt pris på, gjør noe som oppfattes som bra, blir viktig å kjenne på, beskrive og formidle både for seg selv og andre. Sangen blir gjennom å skrive den, komponere den, framføre den, og snakke om den igjen og igjen en viktig markør av gode egenskaper. Sangen forsterker flere gode sider av deltakerne. De blir til noen som kan skape og samarbeide, til en som kan sette ord på følelser, en som kan være snill (formidlet gjennom teksten), en som kan være empatisk, en som kan! Vi tror at relasjonelle situasjoner noen ganger oppleves som eksistensielle. I dette eksemplet festet opplevelsen av julebord – kaker – tårer, seg i minnet som en positiv opplevelse. Det å skrive en sang om situasjonen etterpå forsterker muligheten for at dette blir et livsvarig minne som også etter Vanjas død vil prege denne relasjonen (Spurkeland, 2013: 171).

Mestringsopplevelser gjennom å skape, representerer en verden av vekst, et sted å utvikle seg. Her støtter vi oss til veiledningsteori hvor vi legger til rette for at eleven starter en prosess hvor bearbeiding av egne erfaringer inngår, og hvor vi tenker at refleksjon rundt egen tekst vil virke klargjørende (Tveiten, 2010: 23). Når teksten er bearbeidet, markert og sentrert rundt et budskap, kommer vi ofte med et forslag til melodi. Denne bearbeides gjennom prøving og feiling, gjennom å veksle mellom ord og musikk. *Er det fint sånn? Er det pent å gå opp der? Ta en pause? Skal vi ha med et break?* Dette er spørsmål som driver sangen framover til et sluttprodukt.

Vi opplever at når deltakerne forteller eller lager en tekst, er dette et godt utgangspunkt for en samtale. Gjennom sangskrivningen setter eleven ord på opplevelser og følelser. Sangen i seg selv fører

til en musikalsk bearbeiding og refleksjon. Boka *Den vet best hvor skoen trykker* beskriver på en fin måte empowerment-tenkningen som er en viktig grunnpilar i vårt arbeid (Tveiten, 2008).

## Avslutning

Bruk av fortellinger som utgangspunkt for sangskrivning fungerer godt gjennom at teksten først blir jobbet med muntlig, så skriftlig i en tolkningsprosess med bearbeiding, prøving og testing. Sangtekst muliggjør refleksjon både for eleven og for oss som lærere. Dette på en annen måte enn muntlig arbeid. Vi opplever at sangskrivning som metode, det å ta utgangspunkt i deltakernes fortelling, har vært en god arena for utvikling og vekst. Det å kombinere «en til en» arbeid, og arbeid i gruppe, opplever vi som positivt og at det gir det sosiokulturelle perspektivet kraft og spillerom. Det å skrive og spille sammen med og for et publikum, opplevde vi virket positivt på Vanja. For henne muliggjorde dette samhandling og interaksjon der det tidligere ikke var mulig med dialog og samhandling. Vi opplever at deltakerne i musikkaktiviteten får et mer fullverdig liv, og at deltagerne får tilbake en positiv plass i samfunnet.

Vi er stolte av arbeidet vårt, og betydningen av vårt arbeid viser seg ved at liknende musikktilbud dukker opp i andre institusjoner og soningssteder. I dag er det mange flere som ser verdien av å opprette musikktilbud ved rus/psykiatri/fengselsinstitusjoner enn det var for 25 år siden. Våre erfaringer viser også at:

- Samspill gir økt sosial kompetanse.
- Deltakelse i samspill muliggjør utvikling på det personlige, mellommenneskelige og musikalske plan.
- Musikktilbudet ved Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt/Grønland voksenopplæring kan være en start på å organisere livet sitt og få selvtillit til å gå i gang med nye oppgaver.
- Kunnskap gir identitet og deltakelse i musikkaktivitet blir en god identitetsmarkør.
- Musikkaktivitet muliggjør handling og deltakelse.
- Deltakelse i samspillgrupper bidrar til å skape nettverk og relasjoner mellom deltakerne og tilhørere.
- Musikk kan gi utløp for følelser.
- **Musikk gir glede i en vanskelig hverdag.**

Låta *Vanjas sang* starter som en fortelling, et tettskrevet A4 ark med setninger om forfatterens opplevelser og tanker rundt en medmusikant som hadde gått bort. Hun fortalte og satte ord på opplevelser og erfaringer. Dette ga samspillsgruppa – de ulike deltakerne og lederne – mulighet til kommentere og se ulike perspektiver i teksten. Vi erfarte at låta stimulerte til flere fortellinger, til diskusjoner og til uenighet. Fortellingen/det skriftlige materialet/det som ble den ferdige sangen beskriver relasjonelle og følelsesmessige forhold som lever videre. Fortellingen stimulerer oss til nye fortellinger, til diskusjoner og refleksjon. Fortellingene minner oss om episoder som har vært, og den knytter fortid og framtid sammen. Sangen griper den følelsesmessige dimensjonen på en annen måte enn rein tekst. Sangen er en del av platen *Toner fra en celle*. I møte med sangen kan publikum legge sin egen historie i teksten.

Det å være tekstforfatter oppleves positivt hos de fleste. Gjennom prosessen som gjennomgås fra ide til produkt ser vi at deltakerne vokser og lærer mange nye ting. Statusen i bandet heves, synet på seg selv endres positivt og handlemulighetene utvides.



Vi ser at møtet med Vanja for 25 år siden har preget vårt arbeid på mange plan og i mange år. Hennes historie har berørt oss og lært oss mye. Hun var åpen, varm og sårbar. Til tross for sine store problemer klarte hun å se noe positivt i de fleste situasjoner. Hun var ekstremt løsningsorientert og flink til å se andre.

Fortellingen om Vanja er personlig og vår, en relasjon som for oss har vært bærende for energien i arbeidet vårt. Musikktilbudet var et ankerfeste for Vanja i hennes liv. Gjennom sangen «Vanjas sang» får minner og historier et liv videre.

## Litteratur

- Gotaas, N. (2006). *Rocka stabilitet – En evaluering av prosjektet «Musikk i fengsel og frihet – et tilbud for kvinner i Oslo»*. NIBR – Norsk Institutt for by- og regionsforskning. NIBR-rapport 2006:8.
- Mortensen, B. M. (2006). *Fra fengsel til storsamfunn med musikk som ledsager – en undersøkelse blant kvinnelige innsatte ved Bredtveit fengsel, forvarings- og sikringsanstalt om betydningen av deltagelse i musikktilbudet «Musikk i fengsel og frihet»*. Masteroppgave i musikkterapi. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Nilsen, V. R. (2007). *Musikk i fengsel og frihet – et samfunnsmusikkterapeutisk tilbud*. Hovedfagsoppgave i musikkterapi. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Ruud, E. (2002). *Varme øyeblikk. Om musikk, helse og livskvalitet*. Oslo: Unipub
- Røkenes, O. H. og Hanssen, P.-H. (2002). *Bære eller bryte. Kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Spurkeland, J. (2013). *Relasjonsledelse*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Tveiten, S. (2008). *Den vet best hvor skoen trykker*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Tveiten, S. (2010). *Veiledning – mer enn ord*. Bergen: Fagbokforlaget.

[www.musikkifengselogfrihet.no](http://www.musikkifengselogfrihet.no)

# Lek og samhandling med et barn med autisme

Lena Brennskag Nettum

Oscar var to og et halvt år og gikk i barnehage. Han ble beskrevet som en glad og fornøyd gutt, aktiv og nysgjerrig, men som i liten grad var i samspill med de andre barna. Han var vandrende og søkende, med lite blikkontakt og uten funksjonelt språk. Han ble ofte sint og frustrert. Han tok lite initiativ til kontakt med andre barn, og barnehagelærerne reagerte på lite parallelllek. Der de andre barna var opptatt av hverandre, imiterte hverandres lek eller ønsket å leke med den samme gjenstanden, var Oscar ofte for seg selv der han utforsket leker på egenhånd og på egne måter. Han så derimot ut til å kose seg på fanget til de voksne han var trygg på. Oscar brukte mye tid på å løpe frem og tilbake på avdelingen, eller snurre rundt i ring. Han mistet fort fokus på det han holdt på med. Han hadde også sine favorittleker som han gjerne gikk og holdt på, for eksempel biler eller duplo-klosser. Det måtte være to identiske, og han brukte mye krefter på å passe på disse, holde de mot hverandre, sammenlikne dem, studere dem. Det hindret ham i lek og deltakelse i andre aktiviteter. Det var også svært vanskelig for ham om de ble tatt fra ham. Foreldrene til Oscar var bekymret for språkutviklingen hans. Barnehagen så konturene av stereotyp atferd, flyktig kontakt og store raseriutbrudd. Barnet fikk etter hvert vedtak om spesialpedagogisk hjelp, han fikk støttepedagog noen timer om dagen, barnehagen fikk veiledning og hjelpetiltak ble satt i gang.

## Første møte

Personalet i barnehagen opplevde det vanskelig å finne hensiktsmessige måter å være sammen med Oscar på. Det var utfordrende å finne aktiviteter som fenget ham og å finne leker de kunne være sammen om. Det ble også beskrevet at han likte musikk, at han gjerne danset og snurret fornøyd rundt til musikken. Vi hadde god erfaring med at musikkterapi kan være et godt tilbud der vi strever med å finne gode aktiviteter som fenger barnet til deltakelse og samhandling. Oscar fikk tilbud om musikkterapi ukentlig på musikkterapirommet på fagsenteret sammen med støttepedagog. Her er utdrag fra logg etter første time:

*Oscar kommer inn i rommet, og går rett til djemben. Han spiller, ser på meg, venter på svar? Deretter hyppige skifter i aktivitet, han drar støttepedagog Mona mot døra hver gang han blir lei. En gang løfter han gitaren fra gulvet og gir til meg. En invitasjon? Han spiller med fingrene BAK strengene. Jeg forsøker å imitere. Jeg opplever at han er tilstede i samspillet, at han er utforskende på instrumentene. Vi spiller regnstav, og han lager en «harkelyd» med stemmen. Jeg svarer på denne lyden. Jeg teller til tre før jeg snur regnstaven på nytt. Han blir med på denne handlingsrekken, følger bevegelsene, ler og lager lyd med stemmen. Han vil stadig ut av døra, men blir lett hentet inn igjen ved skifte av aktivitet. Jeg opplever en del fokus mot det vi gjør, kanskje ikke så mye mot meg som person.*

## Samspill og relasjon

Som musikkterapeut er jeg opptatt av å speile barnet, å tone meg inn på ham og delta i hans aktiviteter (Nettum, Thiedemann & Aagre, 2011). Jeg var nysgjerrig på hvem han var, hva han likte å gjøre, hvilke uttrykk han hadde og hva han mestret. Jeg fulgte ham rundt i rommet, hele tiden på let etter kontaktpunkter. Når han strøk fingrene over gitarstrengene, gjorde jeg det samme. Noen ganger la jeg på en lyd med stemmen, sang en tone. Om han så i min retning, forsøkte jeg å møte blikket hans. Når han gikk videre til trommene, fulgte jeg etter, imiterte ham da han skrapte på trommene, møtte blikket hans igjen. Da han snudde ryggen til meg, ventet jeg til han var klar igjen. Jeg forsøkte å speile stemningen han uttrykte, svare på lydene, matche bevegelsene. Jeg overdrev mine responser og fulgte ham i alt han gjorde. Jeg ville at han skulle oppdage meg, jeg ville formidle at jeg ønsket å være sammen med ham. Oscar viste meg hvem han var. Jeg fikk kjenne på kroppen hva han gjorde, ved at jeg gjorde det samme. Min nære tilstedeværelse ga meg også mulighet til å observere ham tett på. Jeg så at han kommuniserte, og ønsket å bygge videre på hans egne kommunikasjonssignaler.

Jeg knytter arbeidet mitt opp til teorier om spedbarnsutvikling og relasjonell utvikling. For flere tiår siden beskrev Colwyn Trevarthen spedbarnets samspill med nærperson (mor), og brukte musikaliske termer i disse beskrivelsene. Også i senere år har sammenhengen mellom musikalitet og mellommenneskelig samhandling blitt belyst. (Malloch & Trevarthen, 2010). Donald Winnicott (Winnicott, 2003) beskriver hvordan barnet utvikler seg i samspill med omgivelsene, at støttende voksne hjelper barnet å realisere sitt potensial. Han legger også vekt på lekens betydning i samspillet og utviklingen. Daniel Stern (Stern 1991, 2007; Johns & Svendsen, 2012) skriver om spedbarnets utvikling av selvet i et relasjonelt perspektiv. Ettersom mennesket utvikler seg i samspill med andre, vil selvutvikling og relasjonsutvikling være to sider av samme sak. Sterns modell for beskrivelse av selvutvikling blir dermed et viktig verktøy for meg i forhold til hvordan jeg skal arbeide med barnets utvikling. Områdene for selvfornekkelse sier noe om hva jeg kan forvente i samspillet, og hvor jeg må bidra for å hjelpe barnet videre. Det er viktig for meg å finne barnets iboende evne til sosial interaksjon, også der disse er svake eller annerledes.

## Teori og målsetting

Det er viktig å se disse teoriene i sammenheng med barnets faktiske alder. Jeg kan ikke umiddelbart finne likhetstrekk mellom et spedbarns uttrykk og en treåring med spesielle behov. Likevel gir det meg en forståelse for hvordan jeg skal se barnet, og hvordan jeg kan møte barnet i sin utvikling. Teoriene hjelper meg å danne et grunnlag for målsetting og arbeid videre. Vi vet at mennesker utvikler seg i samspill med andre. Hvordan skal vi da hjelpe barn som ikke naturlig søker denne kontakten, som ikke naturlig imiterer og følger hva andre gjør? Hvordan kan vi møte et barn affektivt som ikke leser våre gjensvar på samme måte som andre barn?

I min musikkterapeutiske praksis har jeg alltid noen overordnede målsettinger:

*I musikkterapien er det et overordnet mål at det arbeides for barnets personlige vekst og utvikling. Det skal skapes en trygg arena der barnet får utvikle seg gjennom musikalisk og sosialt samspill. Barnet skal oppleve musikkterapien verdifull gjennom medbestemmelse, glede- og mestningsfølelse i aktivitetene, og ved trygghet i situasjonen. Tilbudet tilrettelegges på barnas premisser. Barnas ressurser og interesser, barnas eget initiativ, ligger hele tiden til grunn for arbeidet.*

Mine møter med Oscar handlet også om disse målsettingene. Ved å være sammen med barnet i de naturlige her-og-nå-situasjonene som oppstår, finner vi rom for utvikling (Stern, 2007). Jeg har et ønske om at barnet skal kjenne at det selv kan påvirke samhandlingen, at det deltar på egne premisser. Når det er aktivt deltakende og vi tør å vente på barnets oppdagelse av seg selv i samspillet, opplever jeg at den indre motivasjonen øker. Denne indre motivasjonen kan bli en viktig drivkraft videre.

Jeg må også ha kunnskap om barns språkutvikling. Særlig er jeg opptatt av det som skjer i språket før verbalspråket oppstår. Mange av barna jeg jobber med befinner seg her, også Oscar. Vi ser at den førspråklige kommunikasjonen inneholder mange musikalske elementer som kan la seg overføre til musikkterapeutisk improvisasjon.

## Et gryende selv

Jeg observerte Oscars bevegelser rundt i rommet, fra det ene til det andre, flyktig i kontakten. Jeg mente det kunne minne om et spedbarns fornemmelse av et gryende selv, jf. Daniel Sterns selvutviklingsmodell (Stern 1991; Johns & Svendsen 2012). Det gryende selv handler om organisering av kroppslige sanseopplevelser via interaksjon med omsorgsgiver og helhetssansing. Han viste også tegn på kjerneselv, som Stern beskriver at vokser frem ved tre måneders alder. Han kunne være bevisst seg selv i sammenheng med omgivelsene og oss som samspillspartnere. Han kunne delta i en-til-en-samspill med enkle dialoger der jeg imiterte ham, overdrev mine responser og fanget opp hans signaler.

*Oscar ligger på ryggen på gulvet med fingrene i munnen. I sin egen verden? Jeg tar tak i føttene hans, løfter dem opp, bøyer meg over ham. Han ser i min retning. Jeg lener meg over ham med føttene hans mot magen min, bøyer bena hans, lager forventningslyd: Ååååå .... Det jeg håper på, skjer: Han strekker bena ut, «sender meg» oppover, jeg hopper høyt, overdriver, sier Oiiii! Vi har blikkontakt, et smil? Vi gjør dette mange ganger.*

Noen ganger, og stadig oftere videre ut i forløpet, så jeg konturene av et subjektivt selv. Vi kunne veksle på innspill og svar i ulike intensiteter, og jeg opplevde intersubjektivitet. Jeg opplevde at vi delte intensjon, felles fokus og følelser i samspillet. Jeg tenker at barnet har nådd langt i sin relasjonelle utvikling når jeg definerer ham mot et subjektivt selv. Ved å se barnet i lys av denne modellen, fikk jeg en bedre forståelse for den relasjonelle utviklingen som fant sted hos Oscar.

Jeg fortsatte å følge Oscar rundt i rommet de neste gangene. Jeg hadde observert flere førspråklige ferdigheter vi kunne spille videre på, da vi utforsket og lekte med blikk, gester, lyder, felles fokus, handlingsrekker, pauser. Ganske tidlig viste han også tegn til å ville ha med støttepedagogen inn i samspillet. I begynnelsen var han innom henne på sine vandringer, som en trygg nærpersion. Vi så at om han likte et instrument svært godt, ga han det til henne. Det var som om han ønsket at hun skulle passe på det. En periode befant hun seg ofte sittende med djembe, gitar, rytmeegg og spillekøller i fanget. Jeg brukte tid på å få ham til å forstå at jeg ikke ønsket å ta fra ham tingene, men å være sammen med ham om dem.

## Utredning og diagnose

Etter de tre første møtene våre dro barnet på to ukers utredning, testing og intensiv opplæring. I løpet av oppholdet beskrives det at han søkte lite blikkontakt, og at han viste lite interesse for å imitere både lyd, ord og bevegelser i trenings situasjoner. Jeg kjente igjen beskrivelsen. De så at barnet ikke pekte og dermed ikke rettet andres fokus mot sitt eget, men at han kunne håndlede nærpersoner mot det han ønsket. Han tok kontroll over gjenstander og brukte dem på spesielle måter. Han motsatte seg å variere bruken av gjenstandene. Jeg tenker at dette samsvarer med beskrivelsen fra barnehagen, der han for eksempel holdt fast i to duploklosser for å sammenlikne og parallellkjøre dem. Det lages et treningsopplegg som skal hjelpe barnet å lære ulike ferdigheter. Etter oppholdet fikk Oscar også diagnosen barneautisme. Det bekreftet hva vi hadde sett at han strevet med.

Oscar kom tilbake og virket sliten og kanskje litt stressa. Det hadde vært intensive uker. Jeg valgte å møte ham som jeg hadde møtt ham tidligere. Vi hadde startet en relasjon jeg gjerne ville at skulle utvikle seg videre. De små øyeblikkene av kontakt, kommunikasjonen og erfaringene vi hadde sammen, måtte få lov å utvikle seg videre.

Om jeg hadde satt ham på en stol og fortalt ham hva han skulle gjøre, eller tenkt at jeg skulle hjelpe ham inn i musikalske aktiviteter, ville han blitt sint og frustrert. Om jeg satte meg ved piano eller gitaren for å følge ham med musikken slik vi kan gjøre i musikkterapien, ville han blitt urolig og ikke forstått hva som skjedde. Jeg mente han var en gutt som trengte å bevege seg rundt i rommet og ta inn verden litt etter litt på sin måte. Han tok litt på instrumenter eller andre ting han måtte finne på sin vei i forbifarten. Han var innom oss i kontakt, før han vandret videre. Jeg måtte fysisk følge barnet og være tett på. Jeg beveget meg sammen med ham, krøp under matta med ham, hoppet langs pianoet, hang på tromma, lå på gulvet, klatret på benken, banket på vinduet.

*Oscar krabber under gymmatta på gulvet. Jeg kryper etter. Han ligger helt stille med ryggen mot meg, puster dypt. Jeg kjenner hvor rolig det er å ligge under der. At pustelyden høres annerledes ut. Lyd og lys utenfor «hulen» blir dempet, utestengt. Jeg forsøker å skrape på matta, det blir en hul lyd. Han møter ikke dette. Etter en stund krabber han ut og jeg følger etter. (...) Han krabber under matta igjen. Jeg foreslår at Mona kan krype inn sammen med ham, så hun også kan kjenne hvordan det er. De forsvinner inn i den blå hulen ...*

Jeg gjenkjente beskrivelsen fra utredningen og diagnostiseringen av barnet. Likevel var det få av loggbeskrivelsene fra timene våre som understreker dette. Diagnosen sier oss at han strever med sosial interaksjon, kommunikasjon og stereotyp atferd. Vi fokuserte på relasjonen og samhandlingen, på magiske øyeblikk som oppsto der og da, på her-og-nå-situasjonen og dens egenverdi (Stern, 2007). Vi tenkte at all utvikling springer ut fra dette. Støttepedagog Mona gjorde det samme i barnehagen; det var denne samspillsformen som fungerte med Oscar. Vi møtte ham som han var, og gikk videre sammen med ham derfra, vi improviserte og lekte med endringer hele tiden. De to like duploklossene som av og til var med inn i timen, fikk liten plass i alt vi holdt på med, og de var sjelden til hinder. Den flyktige kontakten ble en del av hvordan vi var sammen, og hans ønske om gjentakelser ble møtt uten rigiditet.

## Begynnende dialog

Vi opplevde små endringer hos Oscar; litt mer utholdenhet i aktivitetene, noen flere lyder i kontakten. Hjemme var Oscar glad i å se på barne-tv. Vi gjenkjente noen av lydene fra favorittserien hans. Vi imiterte lydene og de ble et «språk» vi snakket med ham. Kunne det minne om en dialog? I hans bevegelser rundt i rommet begynte vi å se tegn til at han var innom oss for kontakt, ikke bare for å samle instrumenter eller fordi vi skulle hjelpe ham med å få tak i noe.

*Han finner det gjennomsiktige teppet i kurven i hylla, tar det fram og ser på det. Jeg tar det fra ham med et lurt smil og legger det over hodet mitt. Jeg røsker det fort bort igjen før jeg mister oppmerksomheten hans, og roper "BØ!". Han ser på meg, smiler? Jeg gjentar. Gjør det samme igjen og igjen. Oscar smiler og ser på meg. Han holder fokus, tar seg noen runder rundt i rommet, men er tilstede i det jeg gjør, følger med, smiler, ser på meg. Etter mange gjentakelser tar jeg teppet over hans hode, drar det vekk igjen med det sammen brølet. Så min tur, så hans tur. Blikkontakt og god latter. Samspill. Intersubjektivitet?*

Oscar viftet med armene slik han gjør når han er begeistret, og han lo da vi lekte denne nye leken. Ikke den usikre latteren som vi tolker som «nå vet jeg ikke helt hva som skjer og hva som forventes av meg». Dette var en ekte latter, latteren fra magen. Vi hadde utviklet noe nytt vi kunne gjøre sammen. Leken gjentok seg fra gang til gang, og jeg var mitt ansvar bevisst for å føre den videre og være i utvikling. Jeg brølte på ulike måter, med ulik intensitet, tonehøyde, lengde, og etter hvert erstattet jeg lydene med andre lyder. Slik kunne jeg unngå en fastlåst rigiditet som vi kan møte hos barn med autisme, selv om vi gjentok og gjentok. Oscar fant stadig tilbake til denne leken: Han fant frem teppet, ga det til meg. Etter hvert begynte han også å instruere meg hvordan jeg skulle si "BØ!". Han lo fornøyd om jeg greide det riktig. Leken var helt og holdent på hans premisser. Jeg deltok med å styre teppet, laget pauser og lyder. Han viste tydelig om jeg gikk for langt, så jeg kunne justere meg tilbake til ham. Etter hvert inviterte han også Mona, støttepedagogen som var tilstede i alle timene, inn i leken. Han ga henne teppet, hun skulle delta. Vi fikk en vekslings mellom tre personer i stedet for to; en stor endring. En dyade er liten og oversiktlig, «du og jeg, jeg og du». Tre personer er plutselig en gruppe.

Dette minner om en klassisk borte-tittei-lek man gjør med små barn. Samtidig måtte leken inneholde noen elementer som passet for Oscar og hans alder: Det kraftige brølet og det spennende teppet ble en utvidelse av leken. Monas deltakelse var et stort skritt, og det var han som inviterte henne inn. Vi så det som en stor bragd at han så tydelig initierte kontakt.

Ukene gikk, og vi observerte at han kom tilbake til de samme stedene i rommet, der vi gjorde noe tilnærmet likt. Vi begynte å lage oss et repertoar sammen, en samling ulike «leker» vi pleide å gjøre. Det var mange gjentakelser, både innad i timen og fra gang til gang, men det utviklet seg sjelden til en rigiditet av den grunn. Stadige utvidelser av repertoaret, små endringer for eksempel i tempo, plassering i rommet, tonehøyde og innføring av nye elementer gjorde repertoaret dynamisk og levende.

## Musiske møter

Jeg ønsker å dele denne historien av flere grunner. Jeg ønsker å synliggjøre mitt arbeidsfelt i spesialpedagogikkens verden, i arbeid med de minste barna. Jeg er en del av det spesialpedagogiske vedtaket (etter §19a i Barnehageloven) og bidrar inn i arbeidet for å fremme utvikling hos barnet. Men som musikkterapeut driver jeg ikke spesialpedagogikk med musikk, men jeg er musikkterapeut i møte med barn med ulike utfordringer. Jeg jobber improvisatorisk i musiske møter med små mennesker. Jeg er opptatt av at nærheten og tilstedeværelsen med barnet også er bokstavelig og fysisk. Den tradisjonelle musikkoppfatningen kan noen ganger være til hinder i våre samspillsformer. En tradisjonell improvisasjonsbasert musikkterapisseting der barnet spiller tromme og jeg møter barnets spilling i improvisasjon på piano, kan fort bli for snever for de små barna jeg treffer. Kanskje den også blir for snever for meg? Jeg må legge vekk den voksenstyrte agendaen og hengi meg fullt og helt til barnet og det han bringer inn i samhandlingen. Jeg må bruke rytme, bevegelse, stemme og stillhet, og mye kropp. Jeg må leke at duploklosser er biler som kjører på tromma for å vise anerkjennelse for hans væremåte, før vi kan gå videre. Jeg må hoppe høyt i lufta når Oscar beveger føttene for å få kontakt og holde fokus. Jeg må brøle høyt under teppet for å vekke hans oppmerksomhet og lokke frem smilet i dialogen. Jeg må krabbe under matta for å kjenne hvordan det er å være Oscar akkurat i dag.

Oscar er et barn som har satt sterke spor. Han var svært flyktig og unnvikende i kontakten, men også utagerende og sint med mye frustrasjon. Han var veldig fysisk, både i kos og sinne. Han kunne roe seg når vi holdt ham hardt inntil oss, vugget frem og tilbake og pustet rolig. Vi fikk kontakt i voldsomme overdrivelser; hopping og brøling. Det var med å skape en nær relasjon. Vi følte at vi jobbet hardt, men også at vi nådde frem. Vi hadde glede av de stadige små fremskrittene vi så hele veien – det ekstra blikket, det lure smilet, den nye lyden, øyeblikkene med intersubjektivitet, en time uten sinne og frustrasjon. Han utvidet stadig lydene sine, og etter hvert ble lydene ord og innlærte setninger. Det var ofte setninger fra barne-tv uten særlig mening i situasjonen, men med tiden så vi at setningene fikk innhold. Uttrykk som «Å nei, jeg falt ned!», som han tidligere kunne gå rundt og si, kom når han faktisk falt, eller lot som han falt. Etter hvert fikk han også egne ord, han kunne sette ord på noen behov, han kunne svare på enkle spørsmål slik at han opplevde større grad av autonomi.

I dag er Oscar snart skolebarn. Han lærer mye på «jobberommet» i barnehagen; læringsstrategier og språk. Men han deltar også i lek med andre barn. Han oppsøker de andre barna, benevner flere av dem ved navn, og liker godt å gjøre det samme som de andre. Særlig liker han å løpe etter, eller sammen med, de andre store guttene. Han kjører også lekebiler på gulvet sammen med dem. I musikkterapien liker han fremdeles at vi gjør det samme fra gang til gang. Jeg innfører de små endringene. Vi snakker sammen om hva vi skal gjøre. Om han har en vanskelig dag, kan jeg ta ham på fanget og senke kravene for timen. Om han er i godt humør og klar for utfordringer har jeg nå innført noen krav jeg tenker passer for en stor Oscar: Vi sitter på stolen når vi synger «hallo og ha det», og vi fullfører det vi har begynt på. Jeg kan utfordre hans behov for kontroll ved å strekke ut tiden litt i det vi gjør, ved å bestemme noen av aktivitetsrekkefølgene. Han trenger å øve seg litt på dette nå. Vi er ikke alltid enige, men vi leker, musiserer og har det gøy sammen!

*Skal vi synge «ha det bra», Lena?*

- *(Ier, da vi så vidt har begynt timen) Nei, ikke nå. Vi kan synge «ha det bra» etterpå! Først kan vi synge Mikkell Rev? (som vi sang så mange ganger og så fint forrige gang).*
- *Neida!*
- *Neivel? Hva vil du vi skal gjøre da?*

- *Kan du blåse store såpebobler, Lena?*
- *OK. (Han elsker å blåse såpebobler, og vi lager rare lyder når vi sprekker de største boblene. Vi ler og leker sammen lenge. Mona følger med fra sidelinja.)*
- *Hva vil du synge nå da, Oscar?*
- *«Ha det bra»? (han smiler lurt)*
- *(jeg smiler tilbake) Nei, vi kan vel ta en sang til først?*
- *Javel, reven ... (Vi synger Mikkel Rev, alle tre vers, mens vi deler blick, smil, oppmerksomhet og opplevelse.)*
- *Så er det endelig tid for den mest kjente sangen, den vi alltid synger, uansett: Vi avslutter med våre faste to vers av Ha det bra, jeg får en lett klem og et «Ha det, Lena», før Oscar går ut av døra sammen med Mona for å leke «Lynet McQueen» med kompisene.*

## Litteratur

- Johns, U. T. og Svendsen, B. (2012). Utviklingsrettet intersubjektiv terapi med barn. I I. Egebjerg (red.) *Utviklingsrettet intersubjektiv psykoterapi med barn og unge*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Malloch, S. og Trevarthen, C. (2010). *Communicative musicality. Exploring the basis of human companionship*. Oxford: Oxford University Press.
- Nettun, L. B., Thiedemann, M. og Aagre, G. (2011). Barnet viser vei. *Musikkterapi* 2, 6-14.
- Stern, D. (1991). *Barnets interpersonelle univers*. København: Hans Reitzels forlag.
- Stern, D. (2007). *Her og nå. Øyeblikkets betydning i psykoterapien*. Oslo: Abstrakt.
- Winnicott, D. W. (2003). *Leg og virkelighet*. København: Hans Reitzels forlag.



## En etterlengtet klem – men kun fredager...

*Sigurd Bentsen*

Jeg hadde noen få timer med Bjarne det andre året han gikk i videregående skole, i en klasse for funksjonshemmede elever. Han var rammet av cerebral parese, hadde store lammelser, også i kjevepartiet, slik at det var vanskelig å forstå hva han sa. Mange ga opp å forstå hans utydelige tale, og han kunne ofte bli sittende for seg selv, tilsynelatende lyttende til de andre, medelever, lærere og lærerassistenter. På grunn av cerebral parese kunne han heller ikke gå, men satt i rullestol hele dagen. Å sitte i rullestol, og samtidig ha dårlig evne til å gjøre seg forstått, førte til at han havnet litt på siden i ulike skolesituasjoner, selv om de andre elevene også var funksjonshemmede, bare på mindre synlige måter.

### **Rolltalk**

Selv om Bjarne var mindre aktiv enn de andre fire han gikk i klasse med, la jeg merke til at han hadde bedre allmennkunnskaper enn dem. Han var orientert i nyhetsbildet, kjente navn på statsminister og statsråder. Jeg ble tidlig interessert i hans kommunikasjonshjelpemiddel, en computer med talefunksjon festet til rullestolen, en *rolltalk*. Her hadde han lagret sanger av Ole Ivars og andre artister, fortellinger om seg selv og klassen, quizoppgaver og vitser egnet for ulike sosiale formål. Det var bare en hake ved oppsettet. Det var tilpasset ungdomsskolen han hadde forlatt. Timeplan og bilder av medelever var gjennom et helt år ikke oppdatert for hans aktuelle skolehverdag.

Siden jeg tidligere hadde jobbet med lignende utstyr, så jeg straks at det var behov for oppdateringer, og tenkte jeg kunne bidra. Men kollegene var lite begeistret for ideen. En liste med forslag til forbedringer fikk lunken mottagelse. Det var ingen selvfølge at hjelpemiddelet han hadde med fra annen skole, skulle benyttes i undervisning på denne skolen. En uttalt grunn for ikke å ha fokus på hjelpemiddelet var at eleven med økt bruk kunne risikere å bli avhengig av det. Det kunne selvfølgelig være grunner for også å se hvordan eleven klarte seg uten hjelpemiddelet, at han med kroppsspråk kanskje kunne bli flinkere til å gjøre seg forstått, selv med dårlig munnmotorikk. Men hovedinntrykket var at ekstraarbeid med å sette seg inn i rolltalkens funksjoner, i tillegg ekstraarbeidet det medførte å oppdatere den, var man ikke klar for.

Jeg valgte til slutt å foreta oppdateringer uten å involvere så mange andre enn foreldrene. Heldigvis hadde jeg støtte og gode faglige drøftelser med hjelpemiddelsentral og leverandør av utstyret.

## En ny rolle

Gjennom et par norsktimer i uken fikk jeg anledning til å være alene med Bjarne, bli kjent med ham gjennom norskoppgaver, men like mye gjennom å bistå i utforming av datasider, med ord, lyder, innhold som var aktuelt å benytte i ulike skolesituasjoner gjennom uken. Men det gikk tregt å få annet undervisningspersonale med på å integrere rolltalkaktiviteter i undervisningen. Dette skyldtes også at noen lærere ble svært flinke til å tolke hans utydelige tale i gjentakende hverdags-situasjoner, og de mente han kunne klare seg godt uten hjelpemiddelet.

I timene med norsk og rolltalk merket jeg at jeg etter hvert ble like opptatt av elevsituasjonen som det faglige på timeplanen. Hvordan hadde han det egentlig på skolen? Var organiseringen godt nok tilpasset både læring og sosiale behov? Avdelingen for funksjonshemmede besto av ca. 20 elever, og like mange lærere og assistenter fordelt på fire klasser. Inntrykket var at Bjarne hadde god oversikt, at han visste godt hvem som kunne hjelpe ham på for ham gode og mindre gode måter.

Som enetimelærer med bakgrunn i musikkterapi og talemaskinen rolltalk ble jeg opptatt av hva Bjarne var engasjert i, hvilke uttrykksbehov han hadde, hvordan jeg kunne bidra til at han var mest mulig aktiv. Etter hvert fikk enetimene en struktur der vi a) forberedte stoff til fellestimer med de andre elevene i liten eller stor gruppe, b) organiserte mapper og sider på rolltalken, c) svarte på og skrev nye eposter, og d) skrev tekster for ulike formål.

Til musikktime ble det skrevet en del tekster, som alle sang med i, eller som ble fremført av en sanger. På grunn av cerebral paresen var det vanskelig for Bjarne å synge og spille med de andre. Men han fikk en viktig funksjon med å telle opp. Vi la inn filer med syntetisk stemme i rolltalken, hvor klikking i ulike felter på skjermen startet opptelling i to-, tre- eller firetakt, i raske og langsomme rytmer. På den måten ble Bjarne «uunnværlig» i starten av viktige aktiviteter i musikkrommet. Ingen andre kunne telle opp slik, det var bare han som hadde utstyr for det.

I samfunnsfag og norsk fant vi tekster på nettet som ble fordelt i ulike mapper på rolltalk. Vi klippet ut noen gode setninger vi kunne få lest opp med syntetisk tale i klassen. Vi organiserte også musikk-sider, slik at han kunne spille av musikk for seg selv og andre i friminuttene. På den måten kunne andre også få litt glede av rolltalken.

I epostarbeidet hjalp jeg ham ofte med å få skrevet, det kunne være tekniske spørsmål til leverandør av hjelpemiddelet, eller hilsener til ulike kontaktpersoner. Han hadde en skannefunksjon på skjerm-tastaturet, som fungerte slik at han måtte gå gjennom hele alfabetet for å velge en bokstav. Selv om programmet også foreslo ferdige ord utfra ett bokstavtrykk, gikk det seint å få skrevet alt selv. Jeg skrev som regel siste del av meldingene for ham, for å spare tid. Men Bjarne bestemte stort sett selv innholdet.

Epostskrivningen var en innfallsvinkel til å lære om viktige personer i hans nettverk, noe familie, og ganske mange helsearbeidere som hadde hjulpet ham ved avlastningstilbud og ulike ferie/fritids-tilbud. Med begrenset mulighet for å treffes i naturlige omgivelser var epost og SMS nyttige hjelpe-midler for å vedlikeholde en viss kontakt.

## Sangskrivning

En annen innfallsvinkel til det sosiale nettverket fikk jeg gjennom arbeid med sanger og tekster. Gitaren var alltid med i enetimene med Eskil, vi sang Prøysens sanger om året, og andre populære sanger. En dag spurte han om vi ikke kunne lage en sang til en av hans damebekjentskaper. Dette var begynnelsen på en rekke dedikasjoner preget av varme hilsener, også litt pubertet, forelskelse, drømmer og lengsler.

Etter hvert ble det skrevet andre tekster, meningsytringer om små og store hendelser i skolehverdagen, eller dramatiske fantasihistorier. Her er et lite utvalg av sangene. Den første til en praksisstudent.

Bakgrunn: Avdelingen hadde hvert år besøk av praksisstudenter fra bachelorstudiet i spesialpedagogikk. Det var berikende både for studentene og elevene. Studentene var interesserte i å lære om elevenes skoledag og om deres utfordringer og aktiviteter. Elevene på sin side syntes det var hyggelig med besøk av noen som brydde seg om dem, fulgte dem gjennom skoledagen og som tok seg tid til en prat. For Bjarne var det ekstra hyggelig med studenten Kristina, som ga ham og de andre et ekstra minne, da hun og de to andre studentene siste dag hadde med kake til elevene.

Bjarnes bidrag til avskjeden var en selvlaget sang. Da vi hadde bursdagsfeiringer, eller andre påskudd for å kose oss med et kakestykke senere den våren, ble kakefestsangen brukt som allsang. Og jeg husker Bjarne var i kjempehumør hver gang vi sang den, hans sang. Han synger selv med i bakgrunnen på lydsporet.

## Kakefestsangen

Det var torsdag med kake og fest. Hun het Kristina og hadde vært vår gjest. Etter to uker måtte hun dra. Hennes praksis tok slutt neste dag. Det var en time med data og musikk – vi var sammen Håkon, Linda og meg. Så kom Kristina med sanger og spill. Det var en time jeg ikke glemme vil. Men studenter kommer og går, det skjer det samme hver eneste vår. Det var to uker i mars med Kristina. Da hadde jeg det veldig bra. Det er noe jeg husker aller best, nesten som en storartet fest.

Tenk da timen var over, jeg skulle ut, fikk jeg klem av Kristina til slutt.

Lydsporet til *Kakefestsangen* er å finne på Soundcloud:

Utarbeidelsen fulgte stort sett samme skjema som de andre sangene. Det begynte med at Bjarne noen dager i forveien sa han hadde en ny sang. Han fortalte i korte setninger hva han ville ha med i sangen. Jeg skrev ned, strøk noen ord, la til nye, hjalp ham å få sagt det han hadde på hjertet. «Kvalitetskontrollen» besto i at Bjarne godkjente verselinjene. Ofte kunne jeg la meg friste til å legge inn egne ord og linjer som jeg syntes passet til historien, som jeg trodde gjorde den litt bedre. Det fungerte bra noen ganger, men ofte ble disse verselinjene strøket, fordi de ikke stemte med Bjarnes ide. Det endelige resultat måtte være en tekst som uttrykte det han ville si.

Melodien til sangene våre var gjerne valgt ut av Bjarne. Men noen ganger hadde vi ingen melodi, og vi lagde en melodi vi syntes passet. Til tema klemming hadde Bjarne forslag til melodi før teksten var påbegynt. Slik husker jeg det i hvert fall. Men jeg husker bedre at det den våren var stor irritasjon i personalgruppen over at enkelte elever, enten de var kjærester eller ikke, gikk for langt i å vise at de likte hverandre. Det var også de som mente litt uskyldig klemming måtte være tillatt.

Det som gjorde sterkest inntrykk på Bjarne var at det lærerstyrte elevrådet en dag besluttet at klemmingen måtte begrenses mye. Etterlengtede klemmer som gjorde skoledagen hyggelig var plutselig forbudt, og det ble innført regler som tillot klemming kun på fredager. Vi lagde fire sanger om klemming. Her er teksten til nummer to.

### **Sangen om klemming (Melodi: Den første løvetann)**

En gang så var det fritt, vi kunne spørre om en klem.  
Og alle og en hver som ville klemme fikk en klem.  
Men det var før og ikke nå, det er jeg lei meg for.  
At det som var så koselig er strengt forbudt i år.

Det hender at jeg får så lyst, å spørre om en klem.  
Hvis jeg har vært litt grei og ønsker kos før jeg går hjem.  
Da ser jeg på det blide fjes og ordet mitt er klart.  
At jeg skal spørre om en klem, det er helt åpenbart.

Men det er ikke bare lett å si det der jeg vil.  
For noen har bestemt at vi skal slutte og ti' still'.  
På møtet var det noen som fikk nok av klem og kos.  
Bestemte at en vennlighet kan gis med ord og ros.

Men klemmepolitiet ville også vise vei.  
En dag i uken kan gå an, ja fredagen er grei.  
Da får vi lov å klemme, det vi ikke fikk gjort før.  
Men klemmedamen min har fri på fredag, åh jeg dør.

Det var morsomt å arbeide med Bjarne, også fordi han hadde en befriende selvironi. Kanskje bidro sangskrivningen til at han kunne se sin situasjon litt mer utenfra, og kanskje skifte perspektiv.

En type tekster handlet om kvinner han hadde møtt. Til tross for liten bevegelsesfrihet og hjelpebehov, hadde han en fordel, han ble kjent med mange «flotte damer» i hjelpeapparatet. Kristina traff han under et ferieopphold.

## Kristinas sang

Du er pen det synes nå jeg  
og jeg håper du holder på meg  
I badebassenget der vi ses  
med to fine blide fjes  
Nå er sommeren kommet her, og vi kan endelig lufte våre tær,  
eller reise ut i en båt, med tube bak så flott  
Du er Kristina den peneste jeg vet, og jeg har lengtet så mye etter deg.  
Snart så møtes vi igjen, du er best på denne jord.

En kan se tilbake på smil og god stemning som preget skoletimen etter hvert som teksten tok form. Det var spennende å få dikt med, bidra til at en god følelse fikk et uttrykk, en sang om hengivenhet, eller var det kjærlighet?

Man kan selvfølgelig innvende at så mye opptatthet av det uoppnåelige kanskje er en usunn tankeflukt. Jeg husker en elev i en annen klasse, han hadde Downs syndrom, var flink til å bevege seg med mikrofon og lage show når han sang. Men den positive responsen han fikk med sangen sin gjorde at han ble besatt av å delta i Idol. Vi måtte forklare ham om og om igjen at han ikke hadde noe i den konkurransen å gjøre. Bjarnes tilnærming til Idol hadde et tilsynelatende mer håndterbart fokus. Han var betatt av en dommer. Det var året Bertine Zetlitz satt i dommerpanelet, og han måtte lage sang om henne.

## Bjarnes idolsang (Melodi: Kanskje kommer kongen)

Kanskje skal jeg komme til Idol en vakker dag.  
Jeg vil ikke stå på scenen, heller delta i dommerlag.

For Gunnar og Hans Erik de gjør en kjempejobb,  
men dommerine Bertine er aller best for meg.

Har en drøm om å bli med deg, og dra på sjøen med båt.  
Med *Hver gang vi møtes*-gjengen blir det sikkert en veldig bra låt.

Kanskje skal jeg komme til Idol en vakker dag.  
Jeg vil ikke stå på scenen, heller delta i dommerlag.

På den ene siden uskyldig moro, en lek med ord og toner for å plassere drømmer og lengsler. På den andre siden er det lett å forstå motforestillinger noen kunne ha til at en elev fikk uttrykke sine følelser på den måten. I neste sang handler det om forelskelse i en lærer. Jeg kan ikke huske det ble kritisert at jeg gikk for langt i å bidra til at eleven fikk gjøre «tilnærmelser» på denne måten. Men jeg hadde godt samarbeid med vedkommende lærer, og fikk hennes tillatelse til å skrive tekst om henne. Hun var raus som stilte opp, slik at vi fikk sunget den ferdige sangen direkte til henne, det viktigste øyeblikket for eleven.

## Bjarnes sang til en lærer (Melodi: Hun er forelska i lærer'n)

Synnøve du er så pen og nett,  
Den beste læreren rett og slett,  
Jeg liker godt å ha engelsktime med deg.

Når du gir meg en klem da får,  
Jeg noe å huske til neste år,  
Det er noe hyggelig jeg kan tenke på.

Du er den beste lærer'n, Åh åh åh,  
Den beste lærer'n, Åh åh åh, Den beste lærer'n for meg i år.

Det er onsdag og spising er forbi,  
er på C-klasserom med datavri,  
Vi har samfunnsfag og supernytt.  
Og så går vi på bibliotek, der er det mye fint å se,  
Det beste er når Synnøve leser høyt for meg.

Du er den beste lærer'n, Åh åh åh,  
Den beste lærer'n, Åh åh åh, Den beste lærer'n for meg i år.

Det kom flere lignende sanger, små dedikasjoner til en lærer, gode hjelpere, en gang til en jente i klassen. Foruten sangene var det populært å skrive korte dramatiske historier, omtalt som film-manus. En historie handlet om et postran, en annen om mobbing. Jeg fikk aldri inntrykk av at Bjarne ble mobbet på skolen. Men han hadde klare forestillinger om hvordan mobbesituasjoner kunne oppstå, og det ble skrevet en historie om det. Vi fikk de andre elevene til å være med å dramatisere den i en musikktime.

## Grand Finale

Jeg har tidligere beskrevet talemaskinen rolltalk, at den kunne ha flere funksjoner. Det må ha vært et av høydepunktene for Bjarne da han ved hjelp av rolltalken fikk en viktig rolle i en elevforestilling. Vi hadde en lokal variant av Melodi Grand Prix – presentasjon av kjente og mindre kjente vinnere gjennom mange år. Det var sommeravslutning med besøk av foreldre og andre. Elevene sang *La det svinge*, *Optimist*, *Voi voi* og noen mindre kjente norske grand prixmelodier. Bjarnes oppgave var å rope ut tittel på sangene, som det siste ord i konferansierens presentasjon. Hennes introduksjon til sangnumrene var skrevet og øvd inn sammen med Eskil, slik at han kunne trykke på knappen i det viktige sekund. De andre elevene gjorde en strålende innsats, men innimellom var det noen som, til tross for iherdig øving, sang delvis med ryggen til publikum, ikke klarte å holde mikrofonen rett, eller gjorde forskjellige små feil. Men Bjarnes annonsering av sangene var presis hver gang. Han fungerte som en ekstra konferansier med en litt mørkere stemme, ved siden av en ung og pen kvinnelig lærer.

## Avslutning

Det viktigste i arbeidet med musikk- og rolltalkaktiviteter var å gi Bjarne en deltagelsesmulighet. Han fikk en mer aktiv rolle i klassen enn jeg tror han ville hatt uten fokus på det som boblet og rørte seg i ham. Både underveis og i ettertid lurte spørsmålet: Gikk vi for langt? På bakgrunn av skrevne og uskrevne regler i skolesamfunnet ville det ikke vært overraskende om noen hadde kritisert en lærers dveling ved en elevs opptatthet av voksne kvinner utenfor hans naturlig sosiale miljø, eller tidsbruken på tankeflukt fremfor jobbing med andre skolefag.

Fikk fantasiene for stor plass? Ble jeg som lærer så revet med på grunn av kontaktpunktet musikk at andre oppgaver ble oversett? Det var ikke så stor interesse i kollegiet underveis for det metodiske arbeidet med rolltalk og tekster. Jeg tror noen var uenig i fokuset jeg hadde, men ikke ønsket å ytre seg. De forskjellige klemmesangene var jo en latterliggjøring av klemmeforbudet disse lærerne hadde innført. Men jeg opplevde også en anerkjennelse ved at eleven fikk større plass i klassefelleskapet, ved å delta med quizoppgaver, ulike tekster og sanger. Det viktigste for egen del var å se elevens engasjement, hans initiativ til å ville kommunisere gjennom sine tekster. De to hyggelige sommeravslutningene, den ene med grand prixannonsering og den andre hvor han sang sammen med flere sin egen sang om skoletiden, ser jeg tilbake på som slutten på en god reise hvor Bjarne mer og mer fikk delta i skolesamfunnet med sin stemme.

# Å være, sammen

Anne Torø Eggen

## Tre fortellinger om musikkterapi med elever med multifunksjonshemming

### Langt inne i drømmeland

*Osman og jeg har time sammen, slik vi har hatt mange ganger. Osman sover, slik han har gjort mange ganger før. Jeg har lagt ham på en stor klangkasse, med en pute under hodet. Jeg begynner å slå an våre vante toner, legger på min egen stemme etter hvert, rolig, i takt med Osmans pust. Det er det jeg kan se at han gjør akkurat nå, ved siden av at han sover. Han smiler i søvne. Jeg starter å synge: «Osman og Anne har time i dag, Osman og Anne har time.» Osman slår opp øynene og beina begynner å gå, samtidig som han stemmer i med sine egne, helt unike lyder: NNNG NNNG NNNG! Jeg henger meg på og NNNG'er sammen med ham.*

### Jeg er sint!

*Kari blir kjørt inn til timen vår, hun er skikkelig sint! Høye klagelyder kommer ut av munnen, og hun biter seg i hånden. Vi setter i gang med «lydsangen» vår, der jeg komper oss på piano. Kari og jeg bytter på å lage lyder og vokalisere sammen. Kari klager stadig høylydt, og jeg skjønner at det ikke er tid for noen nedregulering av stemning, snarere tvert imot! Jeg roper tilbake til Kari og spiller høye, voldsomme akkorder på pianoet. Hun blir først litt stille, så klikker hun ivrig. Det er hennes måte å si «ja, jeg vil mer»! på. Jeg roper høyt igjen, og Kari klikker. Jeg spiller ut Karis raseri, både på piano og med min stemme, og hun klikker og klikker. 30 minutter senere triller hun fornøyd ut av time. Jeg sitter igjen, temmelig utslitt etter å ha uttrykt hennes raseri hele den siste halvtimen...*



## Å være, sammen

*Å, så fjern Erik virker i dag, og langt inni seg selv. Jeg lurer på hva det er han opplever akkurat nå? Ingen av de aktivitetene han vanligvis er glad i å gjøre, har gjort særlig inntrykk i dag. Jeg løfter opp hele Erik og setter meg på pøllehuska med Erik på fanget. Jeg vet at han kan kjenne meg bak ryggen sin, og den ørlille bevegelsen i pølla kjenner han kanskje også? Jeg tenker at nå vil jeg ikke plage ham. Vi kan bare sitte her litt, sammen, uten at det skjer så altfor mye. Etter en liten stund kommer et lite smil og en lys, liten lyd, timens første!*

## Multifunksjonshemning

Osman, Kari og Erik har gått og går i en M-gruppe i Osloskolen på en 1-7 skole, der jeg jobber som musikkterapeut. Alle tre befinner seg i kategorien multifunksjonshemning. Turid Horgen skriver at multifunksjonshemning medfører ofte mange diagnoser på en gang, samt en stor, kognitiv svikt. Det innebærer betydelige problemer med å oppfatte og forstå det som skjer i omverdenen. Oftest kommer dette i kombinasjon med bevegelses-, syns- og hørselshemning. Skadene virker sammen, forsterker hverandre og skaper store kommunikasjonsvansker og problemer med livsutfoldelse og læring. Utviklingsmessig er de på et tidlig trinn. De vil alltid trenge hjelp til alle dagliglivets aktiviteter (Horgen, 2010: 7).

Alle våre elever har et musikkterapitilbud fra 1-7 klasse. Om timene er individuelle, eller i små grupper (to–tre elever) avhenger av hva de har størst utbytte av, og at vi ikke alltid har en til en dekning. Men de tre elevene jeg har hentet fortellinger fra innledningsvis, har alle to–tre individuelle timer i musikkterapi hver uke. Osman og jeg hadde opp til fire timer i uka gjennom flere år, fordi det var i disse timene han var mest våken og viste størst glede og engasjement.

## Musikkterapi – improvisasjon og gjentakelse

For meg som musikkterapeut i møte med Osman, Kari og Erik blir det viktig å se etter hva de gjør og uttrykker, i gester, mimikk og faktisk gjerning, som høye lyder eller dyp søvn. Hva av dette kan jeg ta tak i når vi er sammen? Hvordan kan jeg sørge for at vi begge skal få mulighet til å delta i et felles samspill og samhandling? Hva er meningsfullt, og for hvem?

Min tilnærming er i utgangspunktet improvisatorisk, basert på det jeg kan se at elevene uttrykker, men etter hvert som vi blir kjent med hverandre, kan det utvikle seg meloditemaer og rytmiske temaer. Jeg kombinerer ofte sang/stemme, rytme og bevegelse, sikkert fordi dette føles naturlig for meg, og fordi jeg ser at dette vekker elevenes oppmerksomhet. Mine elever blir mest oppmerkssomme og konsentrerte når det vi gjør sammen sentrerer seg rundt deres kropp, og det de selv har mulighet for å kunne uttrykke. Gjenkjennelse og gjentakelse over tid er viktige forutsetninger for å lykkes i å etablere en kontakt som kan oppleves trygg og oversiktlig for eleven.

Min ramme i individualtimene består ofte i å forflytte eleven rundt i rommet og ha ulike «poster» som gir mulighet for ulike fysiske, sansemessige og taktile erfaringer for ham/henne. Eksempler på «poster» kan være: Trampoline, pøllehuske, klangkasse (også kalt Schlitstrommel eller Schlagwerk Log Drum), saccosekk, matte. Hver post gir rom for ulike aktiviteter og nye erfaringer, og innebærer

også en bekreftelse av tidligere erfaringer for elevene, fordi de gjentas over tid. Det er ikke et mål at vi skal komme oss igjennom alle postene i løpet av den tiden vi er sammen, men at det skal fungere som et «mulighetsrom» for både eleven og meg til å oppleve og skape noe sammen.<sup>4</sup> Hvor får vi best kontakt i dag?

Som den voksne fagpersonen med mange tanker og ideer i hodet og etter hvert en solid mengde verktøy i kassa, møter jeg stadig på en grunnleggende utfordring: Hvordan unngå å gjøre for mye når den jeg gjør det for har så små og utydelige signaler og få handlemuligheter? Med utgangspunkt i de innledende små fortellingene vil jeg prøve å beskrive hva som gjorde at jeg følte at vi lyktes med å etablere en kontakt der elevene er viktige bidragsytere.

## For å forstå den andre, må man forstå seg selv

Osman og jeg har hatt 3-4 timer individuell musikkterapi i uka siden han startet i første klasse. Denne lille fortellingen er fra det siste året han gikk hos oss. Vi har sakte men sikkert bygd opp vår relasjon. Utgangspunktet mitt har alltid vært det samme: Hvor er Osman i dag? Er han veldig trøtt? Er han veldig aktiv, og på en måte som gjør det vanskelig å få kontakt med ham? Krøller han seg sammen som en liten ball på fanget mitt og gløtter opp på meg? Smiler han og kommer med godlyder? Er han alvorlig og fjern? Hvordan viser jeg Osman at jeg prøver å forstå ham, at jeg liker å være sammen med ham? For en stor del handler vår relasjonsbygging om at jeg prøver å stille meg inn på og møte hans behov. Jeg viser med gester, lyder og mimikk at jeg ser ham. Til gjengjeld, viser Osman meg at han blir glad og aktiv når jeg kommer bort til ham.

Han begynner raskt med lyder, ler hjertelig når jeg kiler ham, våkner når jeg snakker med ham og tar på ham. Jeg tenker at vi har begge mye kunnskap om hverandres måte å være på, og jeg er ganske sikker på at vi begge har forventninger til samværet vårt, at vi har laget oss en slags felles kontrakt for samværet.

Osman sover mye i perioder, på grunn av stor epileptisk aktivitet. Til tross for det, har jeg for det meste opplevd at han våkner når vi starter timen vår. Jeg har blitt godt vant med at de første slagene på klangkassa, og det at jeg starter opp med å synge til ham, er nok til å vekke ham opp fra en tilsynelatende dyp søvn. I det siste har Osman sovet ekstra mye, og det er ikke lenger nok å bare starte timen, slik jeg er vant til. Dette oppleves frustrerende for meg! Jeg har ofte med meg studenter, og føler sterkt på at jeg må jo ha noe å vise fram! Det var en student som ga meg nøkkelen til å gjennomføre en time der Osman sov tungt hele tiden: «Hvorfor ikke improvisere rundt pusten hans?» Jo, det var jo klart!

Osman sov og jeg tonet meg inn på pusten hans. Både studentene og jeg holdt pusten etter hvert (bokstavelig talt!), så spennende ble det å observere at Osman sin pust ble mer tydelig og avslappet i takt med rolige slag på klangkassen, og min egen pust som innrettet seg mer og mer etter hans pust. Alle var enige om at det hadde vært en flott stund!

I timene etterpå tror jeg at jeg klarte å akseptere og respektere at Osman hadde behov for mye søvn i akkurat denne perioden, med det resultat at han plutselig slo øynene opp med et stort smil og var klar for alt det vi pleide å gjøre, slik det kommer fram i den lille fortellingen. Jeg er ganske sikker på at min bekreftelse gjennom å improvisere rundt Osmans pust, var en medvirkende årsak til at han var klar for samspill og moro etterpå. Ikke minst tror jeg at dette var med på å opprettholde

<sup>4</sup> Begrepet «mulighetsrom» stammer fra Albert Pessos begrep «possibility sphere» (se Røkenes og Hansen, 2012).

kontrakten mellom oss. «Anne maser ikke med meg når jeg sover, hun viser at hun ser meg, og da er jeg klar for å være sammen med Anne når *jeg* er klar for det.»

Jeg var inne på en dårlig vei før improvisasjonen som dreide seg om Osmans pust: Jeg ville tvinge ham til å våkne, for «det virker jo alltid når jeg gjør dette sammen med deg, Osman!» Forutsetningen for å kunne fortsette vår gode relasjon, var at jeg viste at jeg aksepterte og anerkjente Osmans behov for søvn og søkte å finne han der. Dette er på papiret en selvfølge, men neimen ikke alltid like lett å etterleve i praktisk gjerning!

## Jeg er sint!

*Om å se og uttrykke seg selv gjennom den andre.*<sup>5</sup>

Kari og jeg har også hatt mange timer sammen gjennom 7 år. Denne lille fortellingen er hentet fra det siste året Kari gikk hos oss. Kari har mange lyder som hun elsker å eksperimentere med, en rammesang rundt det å leke med lyder utgjør derfor en stor og viktig del av våre stunder sammen. Rammesangen er viktig for Kari, hun er oppriktig glad i musikk og liker klanger og melodier, noe hun viser gjennom å bli helt stille og kikke bort på pianoet, og ved å klikke for å få meg til å fortsette hvis jeg stopper å spille.

Kari er også vant til å bli møtt på sine følelsesuttrykk ved at jeg toner meg inn på hennes lyder, noe som krever at jeg også klarer å speile hennes tidvis heftige temperament på denne måten. Et av mine mål er jo å møte eleven der han/hun er på en måte som de kan forstå. Kari har derfor en tydelig forventning om å bli møtt gjennom syv års erfaring med å være en del av vår relasjon.

Kari blir trillet inn, og hun er svært sint, hun uttrykker dette ved å komme med høye, klagende lyder og å bite seg selv i hånden, hun kaster på hodet og spenner seg i kroppen. Her kan jeg velge to tilnæringsmåter: Enten tone meg inn med hovedtanken om å roe henne ned, eller ved å faktisk speile hennes sinne med alt jeg har tilgang til: Lyder, gester, ansiktsuttrykk og piano. Kari var ikke interessert i å bli roet ned, hun ville fortelle meg hvor sint hun var! Det var veldig interessant å observere hvor ivrig Kari var, hvor oppmerksom hun ble, ja til og med tilløp til smil kunne jeg skimte mens jeg øste ut sinneuttrykk gjennom tretti minutter. Etter timen triller Kari fornøyd ut, sinnet er som blåst bort. Tilbake sitter en ganske utslitt, men også fornøyd musikkterapeut.

Speiling av den andre er en nyttig og viktig tilnæringsmåte når man jobber med elever uten talespråk. Ved å speile Karis følelser, viser jeg henne at jeg ser henne og forstår henne. Her er det viktig å tenke på at jeg ikke skal bli Kari, jeg skal vise henne at jeg forstår henne og tilby henne å få uttrykt, i dette tilfellet, sitt sinne uten ord. Vi har nærmest en samtale om det å være sint og at dette er lov uten å bruke ord. Jeg tenker at dette er viktig for Karis mentale utvikling, og at hun opplever å bli tatt på alvor.

<sup>5</sup> Røkenes & Hansen, 2012: 49.

## Om å være – sammen

Får æ holde dæ i handa  
holde fast ei lita stund  
slippe taket i alt anna  
og bare holde uten grunn  
*Kjerstin Aune*

Erik og jeg har ikke hatt individualtimer sammen siden første klasse, men vi har vært sammen i mange andre settinger gjennom skoledagen og kjenner hverandre relativt godt. De tre siste årene har vi hatt to individualtimer sammen hver uke. Erik uttrykker vanligvis både forventning og glede gjennom smil og lyder, og han elsker bevegelse og rare lyder, men akkurat denne dagen er han veldig fjern og langt inne i seg selv.

Jeg er litt redd for å bryte rutinen vår med å bevege oss fra sted til sted i rommet, så jeg prøver litt forsiktig å introdusere ham for de ulike stedene, uten synderlig resultat, jeg føler nærmest litt på at jeg plager ham med det jeg også gjenkjenner som mitt eget behov for at det skal skje noe.

Vi ender opp på pølla, en stor huske som er festet i taket, der vi begge har god plass til å sitte. Jeg setter meg på pølla med Erik foran meg og forholder meg helt rolig. Jeg puster i takt med Erik og jeg prøver å rense alle egne forventninger ut av hodet. Holder det ikke å bare være, sammen? Jo, det ser ut til at Erik er enig, et lite smil kommer til syne, og en bitte liten lys lyd slipper ut av munnen hans, dagens første.

Temaet for dette møtet er kanskje først og fremst anerkjennelse. For å ta opp tråden fra eksemplet med Osman, der jeg ikke klarte å vekke ham før jeg faktisk klarte å anerkjenne hans behov for å sove: Veien inn til Erik denne dagen var nettopp å våge å anerkjenne ham og kanskje også selve situasjonen: Dette var ikke dagen for liv og lek, men for kun å være sammen. Det hender at kloke ord fra min gamle praksislærer Sissel Bakken dukker opp i hodet mitt: «*Ta nå den utfordringen det er å bedrive ingenting for en stund!*» (Bakken, 1998: 23).

Dette blir litt i overført betydning, siden jeg jo faktisk har Erik på fanget, finner en god stilling for ham slik at han kan slappe av, finne en god stilling for meg selv, så jeg kan slappe av og fokusere på ham. Men alt i alt er det tilstedeværelsen, og å legge til rette for kun å være sammen her og nå som er fokuset i denne lille fortellingen. Det er når jeg først klarer å *legge til side mine egne prosjekter for å se barnets* (Horgen, 2010: 14), at Erik får anledning til å delta på sin måte, slik han orker akkurat da.

## Avslutning

Hensikten med å beskrive disse tre situasjonene er å illustrere viktigheten av å forsøke å nullstille seg i møte med det enkelte barn, gang på gang, selv etter flere år sammen, med daglige møter. Jeg har som målsetting i mitt arbeid å bevare åpenhet og nysgjerrighet, helt til jeg går av med pensjon! Jeg har også som målsetting at barna skal få styrket sin selvbevissthet, at de skal oppleve seg selv som viktige bidragsyttere hver gang vi er sammen i time.

I dette arbeidet er improvisasjon, gjentakelser og rammeaktiviteter viktige metodiske og terapeutiske arbeidsredskaper, og en forutsetning for å lykkes med å skape en samhandling som oppleves meningsfull for begge parter.

## Litteratur

- Bakken, S. (1998). *Når gleden er målet. Musikk, lek og samhandling med barn og voksne*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Horgen, T. (2010). Å sette seg selv i spill: Om ansvar, moral, etikk og utfordringer i møtet med barn med multifunksjonshemming. I K. Stenseth, A. T. Eggen og R. S. Frisk (red.): *Musikk, helse, multifunksjonshemming*, s. 5-22. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 3. Oslo: Norges musikkhøgskole
- Røkenes, O. H. og Hanssen, P. H. (2012). *Bære eller breste. Kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker*. Bergen: Fagbokforlaget

# Vinger mot frihet

Marit Elfström Larsen

*Minnet som gjorde at jeg ville fortelle om Henrik, var da jeg fant Astrid Lindgrens sang «Lofferen» fra filmen «Rasmus på loffen». Teksten her handler om å vandre ut i verden og legge vanskelige saker bak seg. Refrenget er slik: «Han vil bli fri, sånn som fuglen, fri sånn som fuglen, og da er det som noen roper: «Kom!» i hans galne loffereblod....»*

*Henrik ble interessert fra første stund. Han stoppet opp og lyttet. Dette ble sangen han siden kom tilbake til og spurte etter i nesten alle musikktime. Hans begrensede språk gjorde at han sa de samme ordene hver gang han ønsket sangen: «Se på loffe gå de veie». (Teksten begynner: «Se på lofferen, som går der på veien»).*

*Sangen traff ham «midt i magen». Foruten at det er en flott melodi, tror jeg at teksten var det viktigste for ham. I hans sterkt skjematisk hverdag må han ha hatt et ønske om å kunne være som andre barn, kunne bevege seg fritt og leke med andre. Sangen ga ham kanskje den følelsen. Kanskje sangen ble de vingene mot frihet, som han bevisst eller ubevisst ønsket. Det var også lite av hans ofte uønskede adferd i mine timer. Han var nesten alltid forholdsvis rolig og oppmerksom i musikktime.*

Henrik kom til vår skole da han var tolv år. Han hadde autismediagnose og atferdsvansker. Ved skolestart viste han alvorlig sinne mot seg selv og andre. Som syvåring ble han testet, og man registrerte at Henrik hadde trekk som var typiske for barn med autisme. Han var ved vår skole i to og et halvt år før han ble overført til en annen skole med internat. Henrik hadde ikke funksjonelt verbalt språk. Stemmen hans var lys, og han snakket bare i enstavelsesord og med få ord om gangen. I mitt arbeid med ham la jeg derfor blant annet vekt på å bruke sang for at han kunne øke ordforrådet sitt, og om mulig, få et bedre fungerende språk. Jeg ville derfor finne sanger som kunne bli viktige for ham, sanger med tekster som kunne uttrykke hans frustrasjoner, sinne, følelse av avmakt, ønsker og glede.

I begynnelsen av hans skoletid hos oss var musikktime (2x30 min/uke) inne på hans eget klasserom. Det var ingen andre elever i hans klasserom. Vi sang sanger som han kjente fra før: *Hjulene på bussen; Tre små kinesere; Jeg blir så glad, når jeg ser deg; Du har to øyne....* Men også noen nye: *Hysj!, Kjenn på din rygg nå, Nå skal vi spille på tromme...*

De siste ukene i det første høstsemesteret spilte Henrik trommesett inne på musikkrommet. I trommetimene var han mer aktiv enn i sangtime, og han hadde god rytme/takt, når han spilte. Da vi begynte å spille trommesett taklet han dette veldig bra, og han syntes det var gøy å spille trommer. Etter en tid med trommespill måtte vi dessverre slutte med dette, fordi Henrik viste endret atferd. Han opptrådte mer truende i time. Derfor bestemte vi at det skulle være to lærere/voksne sammen med ham i time.

Musikktimene ble etter dette holdt i klasserommet, der vi satt på samme sted i hver time. Han satt skjermet i et hjørne, den andre voksne satt ved siden av ham et stykke fra ham. Jeg satt rett overfor ham på litt avstand. Han ble alltid nøye forberedt i overgangene fra en time til en annen. Dagtavle var en del av dette systemet.

Jeg fant sanger som kunne gi ham noe: trøst, nye interesser, å kjenne igjen følelser han bar på, nye ord, nye kommunikasjonsmåter og ny kunnskap. Alt i alt: Gi Henrik noe han kunne tenkes ha bruk for i livet. Vi så at han kunne få et begrenset og utfordrende liv. Mennesker som skulle være sammen med ham måtte også skjerme seg selv, og derfor måtte det være mange som kom inn i hans liv, tett innpå ham.

Jeg presenterte sanger med tekster om det han var interessert i: insekter, maur og andre små kryp. *Hysj!* er en slik sang, fordi den handler om maur i en hage. Dette syntes å være interessant for Henrik. Noen ord lengre ut i teksten ble stadig viktigere for ham: «Jeg er et menneske og jeg er snill». De ordene sang han ofte med i.

Med det som utgangspunkt lette jeg videre etter sanger som kunne «treffe» ham og hans situasjon, slik vi så den. Han hadde alltid to voksne rundt seg, fordi hans atferd var uforutsigbar og truende for ham selv, andre elever og andre voksne. Hans hverdag var preget av konflikter, utagering og frustrasjon. Det ble mange rapporter om «bruk av tvang», det vil si at man måtte holde ham fast, slik at han kunne roe seg. Det ligger også flere rapporter ved «voldsutøvelse» i hans mappe.

Sangen om *Lofferen* ble et vendepunkt for musikktimene. Musikktimene roet ham ned. Han hadde lettere for å konsentrere seg her enn i andre timer. Musikktimene ble positive for ham. Selv om det ofte var vanskelig å avslutte noe for å begynne med noe annet, ble overganger til musikktimene noen av de letteste overgangene.

## Avslutning

Etter mange år som musikk lærer for barn med lærevansker og andre utfordringer er Henrik en av de elevene som stadig dukker opp i mine minner. Det jeg lærte, eller kanskje hadde tro på fra begynnelsen av, er at valg av «materiale», sanger, tekster, rytmekategorier kan være det som setter i gang en prosess hos eleven og i relasjonen mellom oss. I relasjonsbygging kan det ta mange år for å finne den rette «nøkkelen». Nøkkelen kan være å lytte på glissando på en gitar, sopranstemme i en operarie, fløytemusikk, urytmiske «bråket» trommeslag eller en tekst som «treffer».

# Musikkterapi som nærmiljøtiltak

Viggo Krüger

## En casefortelling med inspirasjon fra Trieste-modellen

Riders on the storm  
Riders on the storm  
Into this house we're born  
Into this world we're thrown  
Like a dog without a bone  
An actor out alone  
Riders on the storm

*Jim Morrison*

*Hun har gruet seg i mange dager for å gå på musikkøvingen som de ansatte har snakket så fint om. Selv om hun vokste opp med musikk i ungdommen og elsker band som The Doors og The Cure, har hun aldri selv spilt musikk. Kanskje bortsett fra noen få ganger på skolens musikkrom, dirigert av en utålmodig musikk lærer som hadde som plan å lære alle elevene å spille gitar. De klamme hendene hennes blir enda klammere når hun tar musikkterapeuten som møter henne i hånden. Hun får akkurat stotret frem navnet sitt før hun kjenner at hun egentlig ikke vil være her. Hun vil mest av alt hjem til boligen sin, hjem til den trygge kroken foran TV og musikkkanlegg, kroken hvor hun har tilbrakt mange timer med filmer og musikk. Hun trives ikke så godt sammen med andre mennesker, i hvert fall ikke fremmede mennesker. Miljøterapeuten som følger henne lover å bli med inn på musikkrommet, og det er for henne en trygghet. Hun ville aldri turt å gjøre dette på egenhånd. Musikkterapeuten som møter henne spør om hun liker musikk og om hun har spilt instrumenter før. Akkurat da er det godt å kunne si at hun liker The Doors og spesielt sangen «Riders on the storm». Den sangen liker musikkterapeuten også.*

## Trieste-modellen

I denne teksten vil jeg fortelle historien om en bruker av musikkterapi, heretter kalt Elisabeth. Fortellingen om Elisabeth, som for øvrig er satt sammen av ulike caseforløp for å sikre anonymitet, retter blikket mot forløpet av musikkterapien som en blanding av ressurs-, problem- og konfliktorienterte faktorer. Utviklingen forstås som en autentisk lærings- og utviklingsprosess, der både Elisabeth og musikkterapeuten kontinuerlig blir satt på prøve for å løse utfordringer som oppstår. Jeg knytter historien om Elisabeth opp til det som her vil bli kalt Trieste-modellen innen behandling av psykisk helse (Basaglia, Lovell & Scheper-Hughes, 1987). Trieste-modellen er etter manges mening et viktig supplement til en moderne



sykehusvirkelighet, spesielt etter at sykehusreformen fra 2002 ble innført (Ot.prp. nr. 66, 2000-2001).<sup>6</sup> Som en konsekvens av moderne helsepolitikk mener mange at vi her til lands har fått et faglig perspektivskifte fra behandlingsfokus til økonomisk effektivitet. Vi står i fare for at pasienten blir en «vare» med diagnosen som prislapp. Ordet «biomasse» har dukket opp for å beskrive omfanget av pasienter som står på venteliste, og sykehus kalles foretak i tråd med idealer hentet fra New Public Management (NPM).

Utgangspunktet for Trieste-modellen var den formen for praksis som ble drevet av leger og sykepleiere i området i og rundt den nord-italienske byen Trieste. Målet for denne praksisen var ikke først og fremst relatert til det å fjerne symptom, men til å gi pasienter sosial og yrkesrettet ferdighetstrening og unngå unødvendig, marginaliserende og stigmatiserende sosial kontroll (Lovell & Scheper-Hughes, 1986). Utgangspunktet for den hjelpen fagpersonene ga til sine pasienter var knyttet til tiltak rettet mot det å fungere i lokalmiljøet sammen med naboer, venner og familie. Som et alternativ til legemiddelstyrt behandling, ville en lære pasientene å kommunisere sine behov, lære å ta omsyn til andre, og ikke minst lære seg et yrke. Gjennom kommunalt drevne bedrifter kunne pasienter ta på seg større eller mindre oppdrag der de lærte å samarbeide med kolleger (eksempler på oppdrag kunne være vasking, matlaging eller opplæring av andre). Når behandlingen var over, kunne pasienten fortsette i arbeidet, eller søke seg videre til andre stillinger. Behandlingen inneholdt også samtalerapi og kognitiv terapi som skulle fungere som supplement til den samfunnsorienterte tilnærmingen (Basaglia, Lovell & Scheper-Hughes, 1987).

Et viktig utgangspunkt for Trieste-modellen er at sykdom ikke er et individuelt anliggende, men kan forstås som utfordringer individet har med å mestre sine sosiale og fysiske omgivelser. Behandling av pasienter handler om å bearbeide omgivelsene slik at den enkelte lettere kan fungere i samfunnet, samtidig som det gis individuell hjelp til å forstå seg selv i forhold til omgivelsene (Mezzina & Vidoni, 1995). Pasienter inviteres til aktivt å ta del i problemløsnings situasjoner der forhold til for eksempel egen familie bearbeides. I den grad pasienten har mangelfulle relasjoner prøver en å skape nye relasjoner gjennom for eksempel jobblignende situasjoner. Det kan være aktuelt å bruke pasientens nærmiljø som arena for å styrke relasjoner. Det er også aktuelt å prøve å påvirke maktrelasjoner i samfunnet slik at holdninger og verdier knyttet til psykisk helse diskuteres og settes på prøve. Et mål kan være å bruke lokalpolitikk til å endre måten kulturmidler eller kulturarenaer brukes i et nærmiljø.

Inspirert av Trieste-modellen beskriver jeg videre praksisforløpet som ble påbegynt innledningsvis. I tilfellet med Elisabeth ser vi hvordan musikkterapi kan fungere som en form for brobyggende virksomhet der individuelle hensyn kombineres med samfunnsrettede arbeidsformer.

## Kreativitet og mestring

*Elisabeth bor i en bolig for voksne med behov for tilrettelagte bo- og omsorgstjenester. Boligen hun bor i er etablert og drives i nært samarbeid med helse- og sosialtjenesten i kommunen. Boligen er organisert som botilbud for personer med sammensatte bistandsbehov. Tilbudet er gitt til mennesker som har vært innlagt i institusjoner under psykisk helsevern. Felles for brukerne er at de over mange år har hatt livsproblemer som medfører vansker med å klare seg selv. Tiltakene Elisabeth mottar er utformet for å tilby medikamentell oppfølging, opplæring av dagliglivsferdigheter, etablering av hensiktsmessige døgnstrukturer og etablering av meningsfull fritid. Beboere som Elisabeth faller utenfor det ordinære arbeidslivets krav og forventninger, og derfor handler behandlingen om å finne tilbud om arbeid under særlig oppfølging. Boligene er av ulike størrelser og kan romme en eller flere beboere.*

6 Sykehusreformen ble innført fra 1 januar 2002 og innebar at eierskapet for alle offentlige sykehus, psykiatriske institusjoner, ambulansetjenester, rusomsorg under spesialisthelsetjenesten m.m. ble overført fra fylkeskommunene til staten.

*Elisabeth har flere utfordringer i livet. Hennes hverdag er preget av isolasjon og ensomhet, og hun har få fritidsaktiviteter. Som et ledd i målsetningen om å styrke Elisabeths fritidsbehov deltar hun en musikkgruppe en gang i uken. Tilbudet er organisert som tiltak i lokaler tilknyttet et offentlig kulturhus i en av landets kommuner. Musikkterapitilbudet består i å motta tilbud om samtale og opplæring på instrumenter. Tilbudet gis både som individuelt tilrettelagte timer og gruppetimer der andre brukere deltar. Gjennom sin deltakelse i gruppen lærer Elisabeth å bli trygg på andre, og hun får tro på seg selv som kompetent utøver av et instrument, nærmere bestemt gitar. Gjennom en periode på ett år lærer Elisabeth seg å spille flere sanger som hun kan opptre med. Hun spiller sanger som «Like a rolling stone» med Bob Dylan og «Riders on the Storm» med The Doors. Dette er sanger hun har hatt et fortrolig forhold til da hun var ungdom og som minner henne om tiden da hun vokste opp i en draabantby. Gjennom å spille og lære seg å spille sangene har hun sammen med musikkterapeuten og de andre bandmedlemmene hatt mange gode samtaler, der ulike aspekter ved oppvekst, identitet, forhold til familie og samfunn har vært løftet frem og snakket om. Sangene har på mange måter fungert som omdreiningspunkt for livsfortellinger, fortellinger som ellers ikke ville blitt fortalt hvis ikke musikken hadde vært der.*

### **Eksempler på sanger laget i musikkverksted**

Tekstene som er gjengitt nedenfor kan stå som eksempler på resultatet etter en arbeidsprosess der barn og unge tilknyttet et musikkverksted samarbeider med musikkterapeut og tekstforfatter for å lage tekst og musikk. Tekstene er skrevet av barn og unge som på en eller annen måte har barnevernserfaringer. I samtale med tekstforfatter Morten Lorentzen forteller ungdommene om tema som handler om flytting (*Transitt*) og selvstendigjøring (*Hjelp*). Sammen med musikkterapeuten gis tekstene form av sanger som fremføres på en scene der voksne, miljøterapeuter, familie og venner er publikum. Dermed etableres det en arena for at ungdommenes erfaringer blir omgjort til et budskap flere kan ta del i og forstå. Tidligere medlemmer fra Kom Nærmere synger på sangene *Hjelp* og *Transitt*.

## Transitt

Kor skal eg hen?  
Kor kom eg fra?  
Kor lenge kan eg bli?  
Når må eg dra?

Eg blir en stund  
Så må eg gå  
Det er derfor eg alltid  
beholder jakka på

Eg e i transit  
Mellom til og fra  
Eg e i transit  
Alltid klar til å dra  
Å begynne på  
Veien hjem  
Når finner eg den?

Knytter ikke vennskap  
Setter ikke rot  
Det har livet lært meg  
Fra alt som eg forlot

Binder meg aldri  
For tett eller for nært  
Best for alle parter  
At ingenting blir for kjært

Bare på besøk  
Bare på besøk  
En gjest som kom og ble helt til tilliten røk  
Bare på besøk  
Bare på besøk  
Alle er vel egentlig bare på besøk!

Lydsporet til *Transitt* er å finne på Soundcloud:

## Hjelp

Den store friheten  
kommer og tar meg nå  
Ingen som krever meg  
Ingen å kjefte på

Og kun meg sjøl  
e det eg har å høre på  
Det e fint lite, det  
eg har å stole på

Hjelp  
Når ingen bryr seg lenger  
Når eg har ansvar for mine penger  
og må vekke meg sjøl

Hjelp  
Kordan skal eg klare  
og stadig ikkje tråkke i baret  
og fyre alt vekk på øl

Går det an å bytte dårlige venner  
Bort i en god kamerat  
Går det an å ønske seg  
barndomstiden om igjen, om igjen, om igjen, om igjen

Den store friheten  
kommer og tar meg nå  
Ingen som krever meg  
Ingen å kjefte på

Lydsporet til *Hjelp* er å finne på Soundcloud:

## Rammer for tillit og trygghet

En viktig forutsetning for at Elisabeth skal lykkes i det å bli integrert i sitt lokalmiljø er at hun opplever grunnleggende tillit og trygghet. Hun trenger å oppleve å bli anerkjent og møtt med en form for dialog som ivaretar hennes individuelle behov. Veien frem til det å være en aktiv og kreativt skapende person i møte med sitt lokalmiljø kan starte med å bli møtt på en god og tilpasset måte. Det er med andre ord viktig å se nærmere på *det relasjonelle*. Ser vi tilbake på Trieste-modellen, er det særlig to faktorer som virker. Den ene handler om nettverk, og den andre handler om relasjon. Sannsynligvis virker disse to faktorene sammen.

En sentral person innen Trieste-modellen, Franco Basaglia, var opptatt av å arbeide med holdninger hos behandlere. Han understreket at helsepersonellet burde gå sammen, *shouldering the burden*, med pasientene (Basaglia, Lovell & Scheper-Hughes, 1987). Å gå sammen med pasienten innebærer å bry seg om og være villig til å gi av sin tid og sine krefter for å hjelpe pasienten. Enkelte aktører innen Trieste-modellen gikk så langt som til å si at om nødvendig, måtte en være villig til å gi av sin fritid for å hjelpe, slik en hjelper en god venn.

Betydningen av relasjon slik den er beskrevet gjennom Trieste-modellen kan sees i sammenheng med betydningen av å fremheve «det subjektive» og det «intersubjektive». Å betone det subjektive og intersubjektive aspektet handler om å legge vekt på det som er viktig for den enkelte der og da. Å åpne opp for det subjektive innebærer å legge til rette for pasientens meninger og verdier, drømmer og individuelle mål. I fortellingen om Elisabeth så vi hvordan det å arbeide med hennes musikk, 60-talls musikken, var viktig for henne. Sangene til Bob Dylan og The Doors åpnet opp muligheter der hun kunne fylle på med egen fortelling om oppvekst, identitet, drømmer og tanker om fremtiden. Gjennom musikken ble det skapt anledninger til å bearbeide det som hadde skjedd og å gå videre med nye fortellinger. Musikkterapeuten som var med henne kunne bruke egne musikalske ressurser til å støtte henne i arbeidet. Gjennom å dele musikalske erfaringer stod Elisabeth og musikkterapeuten «skulder ved skulder» og støttet hverandre i prosessen.

## Anerkjennelse og egne ressurser

*Elisabeth blir tryggere på seg selv, og hun spiller snart sammen med andre deltakere. Hun blir del av et fellesskap som sammen setter mål om å lage musikk, opptre og lage konserter. Etter hvert som Elisabeth deltar i samspill med andre blir det lettere for henne å opptre i sosiale sammenhenger, for eksempel når hun opptre på scener foran et utvalgt publikum. Gruppen hun spiller i deltar på flere arrangement i nærmiljøet der hun bor. Gjennom å delta på arrangementer får hun kontakt med kulturarbeidere og andre musikere. Hun kommer i kontakt med et kulturliv som hun ikke visste om for bare noen få år siden. Elisabeth blir invitert til å delta på konserter i alt fra den lokale kirken til konferanser der tema knyttet til psykisk helse og rus blir debattert. Etter hvert opplever Elisabeth seg som en samfunnsborger som andre mennesker i lokalmiljøet kjenner, og som de forventer noe av. Dette gjør at hun føler seg stolt og nyttig. Elisabeth lærer å sette ord på egne følelser, og anerkjenner sine følelser gjennom det å skrive sanger. I sangene formidler hun opplevelser hentet fra sitt hverdagsliv. Sangene fremføres på scener foran et publikum som anerkjenner det som formidles. Gjennom kreative arbeidsprosesser lærer Elisabeth å bruke det lokale lydstudioet i nærmiljøets kulturhus. Hun blir god til å bruke teknologien, og etter hvert kan hun ta på seg oppdrag som tekniker for andre. På denne måten skaffer Elisabeth seg jobberfaring som kan bli nyttig for henne ved senere anledninger. De jobblignende arbeidssituasjonene musikkbruken tilbyr, gir henne tro på at hun selv en dag kan ta på seg arbeid på lik linje med andre mennesker.*

## Nettverk og deltakelsesmuligheter

I den grad det foreligger tilstrekkelig grad av tillit og trygghet kan brukeren ta i bruk sine nettverk i hjelpearbeidet. Sosiale nettverk, slik det er forstått i lys av Trieste-modellen er noe som blir til gjennom praksis, det vil si gjennom menneskers aktive og engasjerte deltakelse i ulike virksomheter (Papeschi, 1985; Scheper-Hughes & Lovell, 1986). Det er når individet går ut av sitt hjem og ut i

lokalmiljøet at mulighetene for sosiale nettverk oppstår. Elisabeth brukte musikken til å utvide sitt sosiale nettverk slik at hverdagen ble mindre isolert og mer aktiv. Det å være i en arbeidslignende situasjon gir håp om at det er bruk for en i samfunnet, noe som er en avgjørende faktor i Trieste-modellen.

I fortellingen om Elisabeth blir musikken en ressurs hun kan anvende for å utvikle sine nettverk og deltagelsesmuligheter, og hun kan skape seg en tilhørighet til et fellesskap der det foreligger forventninger om oppmøte og deltakelse. Nettverket er noe hun kan bruke, foruten noe som kan tilpasses hennes tilværelse, slik eksempelet med kulturhuset og lydstudioet viste. I følge Trieste-modellen bruker en nettverket både til å støtte og hjelpe pasienten, og til å endre aspekter ved nettverket slik at det kan bedre tilpasses den enkelte. Det handler med andre ord om en gjensidig påvirkende prosess der individet tilpasser seg, samtidig som nettverket bearbeides til å tilpasse seg individet.

På den måten det ble illustrert i arbeidet med Elisabeth ble nettverket i hennes lokalmiljø anvendt for å etablere relasjoner til viktige støttepersoner. På den ene siden tok man i bruk det som allerede var der, og på den andre siden prøvde en å endre på de strukturer som var tilgjengelige slik at de på en bedre måte passet behovet til Elisabeth. Et eksempel er bruken av lydstudioet. Fordi lydstudioet kun var tilgjengelig på ettermiddager ble personen som var ansvarlig for utleie spurt om det var mulig å leie ut studioet også på dagtid. Grunnen til dette var at Elisabeth i starten var engstelig for å treffe på mange mennesker. Ved at lydstudioet ble gjort tilgjengelig for henne på dagtid, kunne hun over en lengre periode prøve ut studioet uten at det var mange andre mennesker tilstede. Dette bidro til at hun ble trygg i situasjonen og senere kunne arbeide der for å hjelpe andre. Nettverket ble altså endret og tilpasset Elisabeth slik at hun bedre kunne ta dette i bruk. Deltakelsen ble med andre ord tilpasset slik at listen for deltakelsen ikke ble lagt for høyt.

## **Arena for møteplass og evaluering**

Musikkbruk, slik den er beskrevet i praksisfortellingen, kan bidra til nye oppfatninger enn de som ellers er vanlige overfor mennesker som bor på institusjon. Musikken kan sånn sett fungere som ressurs for å skape en møteplass der brukere, pårørende og fagpersoner kan forhandle om hvilke historier som skal være «sanne». Mennesker som bor på institusjoner som ivaretar psykisk helse og omsorg, trenger arenaer der de kan være noe annet enn pasienter og brukere. Fortellingen som formidles når brukere behersker et instrument eller synger på en konsert, blir viktige supplement til journalføring og epikriser.

Elisabeth viser viktige sider ved seg selv når hun fremfører sanger hun er glad i og er opptatt av. Vi kan anerkjenne hennes bidrag som betydningsfulle når hennes situasjon skal evalueres. Tar vi i bruk musikk i kontekst av omsorgsinstitusjonen, tar vi også i bruk et verdifullt verktøy som kan gi brukere og pasienter muligheter til å fremstå som «hele mennesker». Det vil si mennesker som i tillegg til å ha en sykdom eller har et omsorgsbehov, også har kompetanser og ferdigheter. Det er behov for arenaer der den som trenger det mest kan få hjelp til å utrykke seg og dermed videreformidle et viktig budskap. Sykehus og institusjoner er ikke fabrikker som produserer omsorg, slik biler blir fremstilt på et samlebånd. Som et viktig alternativ til industrimetaphoren på psykisk helse og omsorgsarbeid, kan historien om Elisabeth lære oss at det først og fremst er gjennom fortellinger, musikk, møter og dialog at omsorg skapes og ivaretas. For at et klamt håndtrykk skal bli til et fast og tørt håndtrykk, trenger et menneske å bli møtt, hørt på og ledet videre i sammenhenger som er viktige og relevante for den det gjelder. På samme måte, hvis blikket til en person skal møtes i den

tro at det ikke er farlig å være sammen med andre mennesker, trenger den enkelte å bli møtt tilstrekkelig mange ganger til at blikket endelig fester seg.

## Avsluttende tanker

Elisabeth har mottatt musikkterapi i mange år. Hun bor fortsatt i omsorgsboligen, og det kommer hun antagelig til å gjøre i uoverskuelig fremtid. Slik er det for mange mennesker. Det at et menneske er avhengig av hjelp i svært lang tid er en utfordring, ikke bare for det enkelte individ, men også for pårørende og samfunnet for øvrig. Det at det er utfordrende å skape en så god omsorgssituasjon som mulig, gjør at det offentlige trenger gode løsninger som kan vare.

Musikkterapi er en tilnærming som gjør det mulig å hjelpe personer over lang tid. Det er mulig å skape variasjon gjennom mange forskjellige arbeidsformer, og ikke minst spille på variasjoner av sosiale nettverk og deltakelsesmuligheter. Fordi musikkterapi inneholder mulighetene til å improvisere, egner tilnærmingen seg til å skape et rikere og mer variert liv når hjelp til omsorg og psykisk helse skal styrkes på en kvalitativt bedre måte.

Historien om Elisabeth har lært oss at det er viktig å se på omsorgsarbeid og psykisk helsearbeid som en form for «kunstarbeid» der «det hele mennesket» er ivaretatt. Dette som kontrast til det å se behandling som en form for vareproduksjon med krav til systeminntjening. I virkelighetens verden trenger vi naturligvis å ta begge hensyn, i et «både og» perspektiv. Sett fra det enkelte individs perspektiv kan det imidlertid være lettere å se på seg selv som en del av et miljø der ens egne handlinger gjør en forskjell, og ikke bare er til besvær for andre.

## Litteratur

- Basaglia, F., Lovell, A. og Scheper-Hughes, N. (1987). *Psychiatry inside out: selected writings of Franco Basaglia*. New York: Columbia University Press.
- Lovell, A. M. A. og Scheper-Hughes, N. (1986). Deinstitutionalization and psychiatric expertise: Reflections on dangerousness, deviancy, and madness in Italy and the United States. *International Journal of Law and Psychiatry*, 9(3), 361-381.
- Mezzina, R. og Vidoni, D. (1995). Beyond the mental hospital: Crisis intervention and continuity of care in Trieste. A four year follow-up study in a community mental health centre. *International Journal of Social Psychiatry*, 41(1), 1-20.
- Ot.prp. nr. 66 (2000-2001). *Lov om helseforetak*. Oslo: Regjeringen.
- Papeschi, R. M. B. (1985). The denial of the institution: A critical review of Franco Basaglia's writings. *The British Journal of Psychiatry*, 146(3), 247-254.
- Scheper-Hughes, N. og Lovell, A.-M. A. (1986). Breaking the circuit of social control: Lessons in public psychiatry from Italy and Franco Basaglia. *Social Science & Medicine*, 23(2), 159-178.

## The Bad Dream. Om låtskriving i computerstudio

Ian Kolstad

*Selv om det var første timen var det liten tvil om at Guro hadde forberedt seg på at vi skulle spille inn en av hennes egne sanger. Og selv om situasjonen bar preg av en «bli kjent»-stemning, tok Guro utfordringen da jeg spurte om hun ville presentere en sang for meg. Så sang hun til sitt eget gitarakkompagnement:*

*Have you dreamt that you had wings, and could fly to where angels sing.  
Have you, at night, sit on the ground, and watched the sun going down?*

*Etter en kort samtale om sangen gikk vi i gang med innspillingen. Jeg forklarte hvordan de ulike skjermbildene var inndelt, og hvordan lyden fra instrumentene blir lest av computeren. Guro virket noe nervøs, og samtalen bestod for det meste i at hun besvarte mine spørsmål med korte tilbakemeldinger. På henvendelsene mine om hun ville kontrollere computeren under innspillingen, uttrykte hun at det var greit at jeg gjorde det. Vi ble derfor enige om at jeg skulle ha ansvar for innspillingsdelen i startfasen. Denne arbeidsfordelingen forble slik de to påfølgende timene.*

*Guro var likevel ledende i utformingen av timenes forløp. Allerede i første timen etablerte hun en røykepause som delte våre to klokketimer på midten. Vi etablerte også et ritual, på en direkte forespørsel fra Guro, hvor vi på slutten av timen forlot computerstudioet og gikk inn til trommerommet og spilte sammen på hvert vårt trommesett.*

*Den andre sangen Guro ville spille inn, presenterte hun for meg i begynnelsen av den tredje timen. Teksten var emosjonelt sterk og skrevet i første person entall, der denne personen henvender seg til en annen person. Refrenget går slik: «Little Girl I love you so. Little Girl I can't let you go.» Vi var enige om at denne sangen ville kle et litt rocket lydbilde. Jeg foreslo at vi skulle begynne produksjonen med å programmere en trommeloop. I det jeg skulle begynne å programmere, snur jeg meg til Guro og sier: «Nei, hva er det jeg driver med. Dette trenger jo ikke jeg å gjøre. Vil du programmere?» Guro trakk stolen sin opp ved siden av min, uten noen form for nøling. Vi snakket oss igjennom de ulike funksjonene ved programmet trinn for trinn, og Guro ble nå den som betjente tastaturet. Dette var første gang Guro gjennomførte et arbeid på computeren som var relatert til produksjon av musikk. Fra og med denne timen ble min rolle i innspillingssituasjoner hovedsakelig veiledende. Før vi avsluttet hadde vi, i tillegg til trommelooopen, også spilt inn trommer og bass. Vi gjorde en avtale om at jeg skulle undersøke muligheten for å få til en innspilling av akustiske trommer for å gi sangen «det lille ekstra».*



## Musikkproduksjon som musikkterapi

Guro og jeg møttes til musikkterapi i drøye to og et halvt år. Dette er fortellingen om Guro og hennes bruk av computerstudio som verktøy i sin egen sangskrivning. Den handler om egenutvikling og styrking av kompetanse i musikkteknologi som byggestein for et mer tydelig selvbylde, og i trygge omgivelser få utvikle og tydeliggjøre sin egen stemme i sin historie gjennom egenkomponert musikk.

Guro er under omsorg av barnevernet. Hun bor på institusjon som er tilrettelagt og eksklusiv for unge kvinner. Alle beboerne har svært komplekse livssituasjoner. Guro har en historikk med omfattende selvskading og sliter med angst.

Et computerstudio kan benyttes som verktøy i et terapeutisk arbeid, som støtte i låtskriving. *Computerstudio* blir i denne sammenheng benyttet som betegnelse på sammensetningen av komponenter benyttet for opptak og bearbeiding av lyd. I dagligtalen kjenner vi begrepet «hjemmestudio», som favner om det samme. I denne anledning benytter jeg computer for å generere sambruk av musikkteknologiske verktøy som kan benyttes i et oppsett for både OSX (Macintosh) og Windows/Linux (PC) eller tilsvarende operativsystem. Et typisk computerstudio består av en datamaskin, programvare, lydkort, mikrofon, ledninger samt annet instrumentarie. Programvaren som ble benyttet var Pro Tools LE (PT), bransjestandard for musikkeditering, og Reason Adapted (RA), benyttet til trommeprogrammering.

Timene hadde vi i kulturskolen sine lokaler. Her disponerte vi to rom. Et samspillsrom fullt utrustet med bandinstrumenter og computerstudio. Det andre rommet var et velutstyrt slagverkrom. Rammen for hvert møte var to klokketimer. Fast på timeplanen møttes vi en gang i uken, men på ulike punkter i prosessen trefftes vi opp til tre ganger i uken.

### «Little girl»

I den fjerde timen skjedde det noe uventet. Guro bad om en toalettpause, men stakk så av og kom ikke tilbake til timen. Denne episoden gav meg en ubehagelig følelse av usikkerhet som fulgte samværet vårt de neste timene. En konkret konsekvens av Guros adferd denne dagen var at hun, som til den aller første timen, igjen ble fulgt av en ledsager.

*Det kjentes litt ubehagelig å treffes igjen den påfølgende timen, som om vi på en måte måtte starte på nytt. Samtidig ga det at vi hadde den innspilte musikken å falle tilbake på, meg en følelse av et felles holdepunkt som stod uberørt av forrige ukes episode. Det at vi kunne åpne vårt felles prosjekt i Pro Tools og fortsette der vi slapp, gav en trygghet. Vi var fremdeles «samstemte» i musikken.*

*Timene som fulgte ble mer og mer produktive. Guro tilegnet seg raskt kompetanse i computerstudioet og ble sakte men sikkert mer selvstendig i bruken av computeren. Vi la ned mye arbeid i sangen «Little Girl», og vi ble enige om at det hadde passet med trommer til denne sangen. Vi valgte i samråd å benytte oss av min veileders kompetanse som trommeslager, og når han kom på praksisbesøk ville vi gjøre et trommeopptak til sangen.*

I see you cry inside. I see it in your eyes.  
And I know you have been told many lies.  
And I wish I could take away your fear.

And you must know I will always be here.  
Little girl I love you so. Little girl I can't let you go.

Dagen for trommeopptaket var Guro og jeg godt forberedt. Vi hadde på forhånd gått igjennom innspillingsprosedyren og fordelt roller og ansvar. Guro fungerte som produsent og tekniker, og jeg som hennes assistent. Hun tok kontroll over situasjonen og ledet innspillingen slik at hun fikk et godt trommespor til sangen sin.

*«Jeg hører etter og tar til meg det du sier», sier Guro. Vi hadde jobbet med en og samme sang over tre timer. Hun gjorde det meste av innspillingen selv, kun med muntlig veiledning i bruk av computeren. Hun var svært dedikert i arbeidet med denne sangen, og resultatet Guro oppnådde sto i samsvar med innsatsen.*

Guro viser en ny kvalitet i formidlingen av tekst og melodi denne gangen. Sangen er skrevet til en spesiell person i hennes liv, og hun er bestemt på å gjøre produksjonen ferdig til jul. Jeg opplevde i denne perioden at Guro mer og mer brukte seg selv som referanse for å få musikken sin til å låte slik hun ville at den skulle. Hun jobbet målrettet og fullførte hver enkelt av de ulike delene en sanginnspilling består av. Hun klarte å fullføre målet sitt innenfor den tidsrammen hun hadde satt, og vennen fikk Guros personlige sanghilsen på CD som presang under treet.

Take a look in the mirror then you will see.  
That you are as beautiful as a person can be.

## «Whiskey Lullaby»

*Guro hadde nå bestemt at vi skulle gjøre opptak av en coverlåt. Sangen het «Whiskey Lullaby», og jeg ble overrasket da det viste seg å være en countryballade, en sjanger hun ikke hadde vist noen særlig interesse for tidligere. Dette skulle være en duett, og jeg ble invitert til å synge sammen med henne. Hun tok selv rollen som produsent og instruerte meg hvordan hun ville ha det. Guro satt ved computeren mens jeg trakterte instrumentene. Det var bare når hun selv sang at jeg satt ved computeren. Gjennom hele innspillingsprosessen fungerte samarbeidet godt. Guro jobbet tålmodig gjennom hvert spor til hun var fornøyd. Hun gav meg også ros for stemmen min da vi lyttet til det ferdige resultatet.*

*Som så mange ganger tidligere brukte vi iTunes for å spille musikkseksempler for hverandre. Slik ble det enklere å forstå hva den andre prøvde å forklare når vi skulle sette sammen vårt lydbilde. Det nye denne gangen var at samtalen vår ikke dreide seg om sound, men tekst. Guro hadde tatt med seg et eldre opptak hun hadde av en av sine sanger. Hun ville spille denne inn på nytt, med mer trøkk og større instrumentering. Vi gikk til teksten hennes for å finne uttrykket hun ville formidle. Slik kom vi til å snakke om hvordan Guro presenterte sine metaforer i sine tekster. Vi lyttet til andre artister og resonnerte høyt om på hvilken måte noen av disse skrev om seg selv og sine erfaringer. Vi lyttet til de innspillingene vi hadde gjort og sammenlignet litt. Vi bet oss merke i at noen låtskrivere bruker personlig jeg-form i motsetning til Guros tekstmateriale, som frem til da i stor grad hadde benyttet jeg som forteller i tekster skrevet til andre. At en tekst er skrevet til noen (eller som om til noen), og ikke til seg selv, var en form Guro hadde opplevd som naturlig*

## «If this is life, what is hell then?»

Gjennom de månedene Guro hadde timer hos meg utviklet vi en god samhandling. Stadig opplevde jeg at Guro viste initiativ og vilje når vi jobbet med sangene hennes. Hun skrev stadig nye ting og prøvde sine musiske ideer ut på computeren. Jeg ble allikevel litt overrasket da Guro sa: «*Skal jeg spille sangen for deg nå?*» «*Ja takk, veldig gjerne*», sa jeg. Guro åpnet permen sin og begynte å spille:

### The bad dream

Once I ran away all of my misery. I never looked back. I just ran.  
I cut myself and bleed out all my misery. I cut till I don't feel a thing, I bleed...  
I sleep away all of my misery. I sleep. I will wake up. This is a dream.  
**If this is life, what is hell then?**  
**If this is life, what is hell then?**  
I sleep away all of my misery. I sleep. I will wake up. This is a dream.  
This is a dream.  
This is a dream.  
This is a dream.

Lydsporet til *The Bad Dream* er å finne på Soundcloud:

*Det stod ikke noe tittel på tekstarket hun viser meg. Etter å ha lest teksten spør jeg derfor om hun har tenkt på en tittel. Det har hun ikke. Jeg sa at slik jeg forsto det, handlet det om en drøm, en metafor, men en drøm. «Ja», sa hun, «det er liksom en drøm, det jeg lever, som om det var en drøm, men det er livet mitt og jeg venter på å våkne.» Vi ble enige om at hun kunne titulere sangen: «The Bad Dream».*

*Guro forklarte meg at hun visste hvordan hun ville at denne sangen skulle høres ut. «OK, vil du produsere alt selv?», spurte jeg. Hun svarte ikke, men satte seg direkte bort til computeren. Da Guro sa seg ferdig med sangen, hadde hun spilt inn to gitarer, et piano, en bass og programmert en trommeloop. Hun mikset også en versjon av sangen som en avslutning på denne timen, som hun tok med seg hjem på CD.*

### Guro og arbeidet hennes

Arbeidet som gjøres i et computerstudio krever teknisk innsikt og forståelse. Det er et utfordrende arbeid med tanke på at målet er å komme nærmest mulig den til hver tid klingende lyden når vi tar opp fysiske lydtkilder. I det hele er det en kompleks kontekst som forutsetter kompetanse på ulike nivå. Å tilegne seg denne kompetansen krever tid og dedikasjon. I tiden etter *The Bad Dream* ble låtskriving, bearbeidelsen av disse og kompetanseveksten i computerstudio tydeligere parallelle prosesser. Guro leste aldri en bok om studioteknikk eller mikrofonplassering. De nødvendige kunnskapene kom på plass etter hvert som hennes musiske materiale krevde det. Arbeidet med sangene

under hvert møte ga også en stadig repetisjon av prosedyrene og falt derfor naturlig på plass. Hun la samtidig ned mye tid i å videreutvikle sine ferdigheter på ulike instrumenter. Fokuset hennes lå på gitar, trommer og vokal. Egenkomponerte sanger ble presentert jevnlig. Vi arbeidet med flere sanger om hverandre avhengig av hennes dagsform. Røykepausene ble færre og en lettere sinnsstemning preget timene.

I denne perioden omdefineres også strukturen i timen. Aktiviteten blir todelt. En del hvor vi arbeidet i computerstudio og låtene. En hvor vi spilte sammen. Andres sanger ble arrangert og utforsket i «levende live».

«Live»-spillingen gjør noe med fokuset når vi arbeider i computerstudio. Akkurat som om at den fysiske delen av musiseringen assisterer henne inn i arbeidsmodus. Øktene med editering av PT-filer og arbeid i de innspilte prosjektene blir stadig lengre, og øret for detaljer stadig mer nyansert. Ideene for hver låt blir også tydeligere. Det blir tydelig for meg at Guro har fått en forståelse av arbeidsmengden som må legges inn mellom ide og produkt. Med dette blir arbeidsprosessene tydeligere, og hun legger strategier for å nå målene sine.

Tekstene hun nå presenterer har også hyppigere fokus på livets gode sider: «Eg e lei av å skrive depressive sanger om meg selv», sier hun under en av tekstbearbeidingsøktene våre. Vi arbeider mye med å tydeliggjøre hva det er hun vil få frem i tekstene. Hvordan ulike setninger og ord kan bli oppfattet, og om dette er slik hun ønsker å bli oppfattet. Et eksempel på en ny og annerledes måte å skrive tekst på finnes i låta *My Elegy*.

Lydsporet til *My Elegy* er å finne på Soundcloud:

## My Elegy

I'm like wrong, and you say come here.  
I think no, but feel ok.  
I try to step into the light.  
You are strong, I'm tired.  
I think I have to sit down for a while.  
Don't want to smile.  
My body is slow. I can't walk now.  
Your teeth don't show,  
I want you to go ...and.  
Lock the door.  
I don't want to be alone no more.  
I put on some more clothes.  
I think I stay at home.  
I turn off my phone.  
You make me dinner, and your teeth are there again.  
Are you fine?  
No I'm not.  
Don't talk to me fucking slut.  
Shoes on, Play my favourite song.  
**Goodbye every one. This is my elegy, my weeping song.**

**Goodbye bye everyone, this is my elegy.**

I walk as Fast as I can.  
The road goes strait to Lonely land.  
I hold all the people I know in my hand.  
I don't want them so I throw them into the ocean.  
They all get wet.  
You say I am a good girl, and I must take care.  
Problem is that I don't give a damn.  
Come listen to me, go away.  
I turn off the light.  
I can't take the fight its all in my head, and it all goes strait into the wall. Again and again and again  
and again...  
Its funny, 'cous I don't feel pain.  
your head comes in the door. Says I cant do that no more.  
You sit next to me and try to hold my hand.  
I look at you with my angry face.  
«Go and find someone else to embrace!»

Guro skriver og øver mye mellom hver time. I timen tar hun over mer og mer av arbeidet i computerstudioet selv. Snarveiene i programmene og forståelsen av grensesnittet er på plass. Hun arbeider målbevisst og i etapper: Legger komp en dag. Tar med hjem. Forbereder neste instrument, spiller inn i timen, tar med hjem og forbereder neste trinn. Det er kun i sluttmiksen av sangene jeg sitter ved tastaturet. Stemmen hennes er mer tilstede når hun synger. Volum og kontroll av stemmen øker. Guro opplever at hun har evnen til å arbeide dedikert med prosjektene sine over tid. Musikkterapien og prosjektene hun arbeider med her skaper kontinuitet og stabilitet i hverdagen.

**Eget studio**

Guro investerer nå i eget computerstudio. Her arbeider hun med hyppig frekvens og kommer stadig med demoer av nye sanger til timene. En milepæl settes kun to uker etter innkjøpet. Da kommer Guro med sin første egenproduserte låt. Gjort uten hjelp helt fra demo til produkt.

Fra midten av det aktuelle semesteret skiftet fokuset hennes over på liveframføring. Vi arbeidet med å lage «backingtracks». Oppå dette kompet spilte jeg gitar og hun sang. «Live»-settet besto av hennes originalmateriale pluss et par coverlåter. Alt med egenprogrammert akkompagnement. Eksempler på sanger som ble omgjort og reprodusert for liveframføring er *Lykkelig* og *Emo*.

Lydsporene til og *Emo* og *Lykkelig* er å finne på Soundcloud:

**EMO (med selvironi)**

Where has all the happiness gone, and whats the meaning of life.  
Why can't I feel pleasure, my only friend is my knife.  
I hate my parents, they don't understand the pain.  
The only thing I want for Christmas is to be hit by a train.

I am an EMO  
When I walk I look down on my shoes.  
I always cry, and I just wanna die – and I hate everything about you!  
I am an EMO, the raisor show you how bad I feel.  
I am so blue, and I am badder than you.  
Am I the only one here who is real??

I will Cry...

Somewhere, after midnight, I always walk alone.  
Crawling into my big black hole, I own the darkness trown.  
I use a lot of makeup and my hair is my life.  
My and my friends always plan to kill ourself with a knife..

**Lykkelig (med glimt i øye)**

Eg får ikkje meg meg ka som skjer,  
eg høre ikkje på nyheter eller ser på «tittboksen»  
eg har slått fast at eg aldri komme te å bli voksen.

Ikkje faen om eg ska gå der som alle andre folk går  
Eg vett ka eg vil  
ska gjer det alle andre kjedelige folk ikkje får te!

Eg sitte å tenke på tankane mine eg ikkje kan forstå  
Di e mine og komme aldri i verden te å bli dine.

Usosiale. Ambivalent. Full i piercing, uten talent.  
Høre du meg:  
Eg e mer unik og mye merkeligare enn deg.

I tiden før vi avslutter våre møter øver vi mye sammen, og Guro synger mye. Hun gjør også et samarbeid med en gruppe dansere i kulturskolen. Her skriver hun musikk til et nummer i en forestilling. For første gang er vi delaktige i et prosjekt utenfor musikkterapirommet. Guro forholder seg til danseelevne og danselæreren og planlegger musikken med dem på et møte. Prosjektet blir avsluttet med en scenisk fremsyning. Musikkterapiene får en naturlig avslutning med at Guro skal skrives ut av barnevernet og flytte.

## Musikkterapi og computerstudio

Computerstudio som verktøy i musikkterapi tilbyr mange arbeidsmetoder. I min erfaring ligger den største verdien i det felles fokuspunktet det gir deltakerne i prosjektet. Delarbeidene som gjøres i løpet av en produksjon forblir slik de ble laget, til de settes sammen med neste delarbeid. Dette tilbyr igjen nye muligheter og fokusområder. Potensialet blir veldig konkret i møte med tekstarbeid og arbeid med vokal. Vedkommende får her møte sin egen stemme og fortelling. Slik blir han/hun utfordret til refleksivitet om hvordan historien til slutt blir oppfattet. Denne spesifikke delen av prosessen tilbyr også *tid* til å være i sin egen historie, *tid* til å kjenne på sin historie som en fortelling som skal deles med andre, og *tid* til å tilvenne seg tanken på dette. I kunsten utvikler og bevisstgjør kunstneren sine egne metaforer. Jeg finner også at dette valget ligger i et kreativt arbeid med computerstudio som verktøy.

## Et apropos...

Anno 2016 er computeren allemannseie. Elever i alle klassetrinn blir opplært i verktøyet hvor lekser gjøres og informasjon hentes via blant annet internett. Dette kommer i tillegg til «skjermtiden» som brukes på smarttelefoner, nettbrett og TV. Jeg ønsker derfor å oppfordre til en ryddig og god dialog om hvorfor den enkelte skal engasjeres nettopp i computerstudio, og hvorfor dette må sees i lys av den helhetlige (terapi-)prosessen.

## Litteratur

- Garred, R. (2002). The Ontology of Music in Music Therapy – A Dialogical View. I C. Kenny og B. Stige (red.) *Contemporary Voices in Music Therapy*, (s. 35-45). Oslo: Unipub forlag.
- Kolstad, I.-K. (2008). *Spin the black circle*. Masteroppgave, Griegakademiet, Universitetet i Bergen, Bergen.
- Krüger, V. (2000). The use of information technology in music therapy: Behavioural problems in contemporary schools. *Nordic Journal of Music Therapy*, 9(2), 77-83.
- Krüger, V. (2006). Om Techne og Teknologi i musikkterapi – en kommentar. *Musikkterapi* nr. 3, 20-23.
- Krüger, V. (2012). *Musikk – fortelling – fellesskap. En kvalitativ undersøkelse av ungdommers perspektiver på deltakelse i samfunnsmusikkterapeutisk praksis i barnevernsarbeid*. Avhandling for graden ph.d., Griegakademiet, Universitetet i Bergen, Bergen.
- Krüger, V. og Strandbu, A. (2015). *Musikk, ungdom, deltakelse – musikk i forebyggende arbeid*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Ruud, E. (2005). *Lydlandskap. Om bruk og misbruk av musikk*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Ruud, E. (1997). *Musikk og identitet*. Oslo: Universitetsforlaget.

## «Eg har så vondt i dag, eg orkar ingenting!»

*Solgunn E. Knardal*

Britt på 70 har nettopp vorte innlagt på alderspsykiatrisk avdeling. Ho har KOLS, ein mild kognitiv svikt – i tillegg til angst og depresjon. Ein anar også konturane av ei medikamentavhengighet. Ho er lidande, og heimetilværet har gått over stokk og stein, både i høve til kosthald, sosial omgang med både vener og familie, og ikkje minst eigenomsorg. Ho stumpa røyken i fjor, på grunn av KOLS, men har erstatta denne med eit omfattande medikamentforbruk.

Britt snakkar tungt og pustar dårleg – ho er livredd for å overanstrenge seg. Sjekkar surstoffkolben mange gonger i timen. På eit nivå ser ho sjølv at dette ikkje kan gå i lengden, og går difor med på å bli lagt inn til eit utrednings- og behandlingsopphald.

På avdelinga vert det sett mål for opphaldet saman med Britt, og ho får eit tverrfagleg og heilskapleg tilbod som skal fylgje henne gjennom kognitiv utredning, ADL-vurdering, medikamentavvenning og behandling av angst og depresjon. Ein skal også jobbe framover, med tanke på livet i etterkant av sjukehusinnleggjinga.

### **Musikkminne**

På avdelinga der Britt bur er det to faste musikkterapigrupper i veka, i tillegg til individuelle samtaler. Første mål er å få Britt til å nærme seg gruppetilbodet. Når musikkterapeuten bankar på døra, er beskjeden klar: «Eg har så vondt i dag! Eg orkar rett og slett ingenting.» Musikkterapeuten spør om å få kome inn, med forsikring om at Britt kan bli liggande i senga. Då er det greitt. Ein startar då på ei førstesamtale om hennar musikalske livshistorie, og ser ei vitalisering berre ved at ho fortel. Ho fortel om mor som ikkje song i det heile, og Britt vert overraska over kor sterkt dette berører henne. Ho fortel vidare om at ho sjølv har sunge mykje med og til sine barn, så dei ikkje skal sitje med saknet ho har. Ho fortel om kyrkjekoret ho var med i som tenåring, og når ho sneik seg ut frå kjellaren for å gå på dans. Om då han høge mørke baud henne opp, han som vart mannen hennar.

Ho fortel vidare om eit godt liv, om konsertar og dansetrinn på kjøkgolvet, med ein skjelmisk latter. Ho flyttar seg frå senga til stolen for å demonstrere dansetrinn. Ho ler. Ho seier at praten og forteljinga gjer godt. Ho fortel også om stilla då mannen døde, kor musikken og latteren forsvann. Britt tek imot invitasjon til neste musikkterapigruppe under føresetnad at ho får sitje nærmast utgangsdøra slik at ho kan gå dersom ho vert veldig sliten eller vert overvelda av angst.

Forteljingane til Britt er vitale, fortel om levd liv, relasjonar og emosjonar. Desse vert ein viktig reiskap i prosessen hennar under innleggjinga. Også med tanke på å legge føringar for vegen hennar



vidare. Ho vert då sterkt oppmoda til å fylgje musikkterapigruppene to gonger i veka. Ein ser det som essensielt at ho får gode sosiale og relasjonelle erfaringar gjennom denne – og såleis vert motivert til å auke si sosiale deltaking. Ein etterstrebar å auke handlemulighetene til Britt, og å motivere henne til å benytte seg av desse. Britt får også individuell musikkterapi to gonger i veka, der ein reint teknisk jobbar med pust og stemme – og brukar musikken i hennar historie som eit grunnlag for både arbeid og samtale.

## Individuell musikkterapi

Dei individuelle musikkterapitimane føregår på rommet til Britt. Tidspunktet vert sett i vaktskiftet på sjukehuset, då dette er ein periode der ein ser at angstberedskapen hennar aukar. Frå å bu heime og vere totalt avvisande til å ta imot hjelp, slår no panikken inn med tanken på at personalet er mindre tilgjengelege i 30 minutt. I forkant av timane har Britt to oppgåver ho skal gjere for å førebu seg: Å hente ein stol på badet og setje den på golvet slik at ho skal sitje godt medan ho gjer øvingar – og å henge ein lapp på døra som informerer om at ho er oppteken. Eit mål som vert sentralt generelt, er at ho sjølv tek ansvar for eiga betring, ikkje vert sitjande og vente på at nokon skal gjere noko for henne. Ein har eit ressursorientert perspektiv, og tenker jobbinga som samspel og gjensidig læring, i staden for at det vert ein intervensjon der musikkterapeuten er tenesteytar (Rolvsjord, 2010).

Vi utforskar gjennom øvingar pusten og dei kroppslege grensene for denne. Her må ho sjølv ta ansvar både i høve til å sjølv formidle korleis pusten kjennes, og ta imot utfordringa om å teste egne grenser innan ei trygg ramme. Sidan det å jobbe utan påkøbla surstoff (sjølv sagt klarert med lege at det er forsvarleg) er vanskelig for henne i seg sjølv, jobbar vi i korte økter, og ho får mykje oppmuntring og tilbakemeldingar på kvart lite framskritt.

Vi har også ei økt med stemmebruk og stemmetrening. Ho tykkjer sjølv at stemma er så ru og raspete, og har eit stort ynskje om å kunne syngje for barnebarna utan å skremme dei, som ho seier sjølv. Her jobbar vi med konkrete songar – godnattsongar og andre songar ho har med seg i si forteljing, det ho sjølv song til sine born – og det bestemora song dei gongane ho overnatta hjå henne. Historiene fortel ho kvar gong før vi startar øvingane, og ho sit med eit fredeleg ansiktsuttrykk og eit varmt blick medan vi jobbar – strofe for strofe, først berre melodi, så legg vi på meir tekst. «Blåmann, blåmann, bukken min....»

## Eigen innsats

Å setje konkrete mål kan vere med på å gje god meistring og umiddelbar belønning. Ein morgon bankar ho på kontoret mitt, og vil gjerne fortelje. Ho fortel om barnebarnet på to år som var på besøk dagen før. Han var skeptisk til surstoffapparatet, men ho hadde teke av slangane, og han hadde gått med på å sitje i fanget hennar. Ho hadde sunge guten i søvn, og har tårer i augene når ho fortel om tyngda av og tryggleiken i den sovande barnekroppen – og er svært motivert til å halde fram jobbinga. Ho seier ho veit at KOLS er ein sjukdom som ikkje blir betre, men at ho no merkar effekten av at ho gjer ein innsats for eige velvære og fungering sjølv. Ho held fram med individuell musikkterapi to gonger i veka medan innleggjinga varer. Sidan ho har ein mild kognitiv svikt, er det utfordrande for henne å integrere gode vanar og ny innlæring. Eg lagar difor eit skjema med pusteøvingar som ho skal gjere sjølv to gonger kvar dag. Vi avtaler kvar ho skal henge dei opp, slik at ho ser dei lett, der vil

det også stå tidspunkta for øving. Dette skal ho henge opp saman med ergoterapeuten når ho er på ein treningspermisjon heim.

## Samver gjennom musikk

Britt er også med på musikkterapigruppene på avdelinga. Slik det er både for henne og mange av hennar medpasientar, aukar oppmøtet og innsatsen proporsjonalt med gode opplevingar av effekten av eigeninnsats. Programmet i gruppene er difor oppsett med ei fast ramme for programmet, men betoninga på dei ulike delane – i tillegg til musikken som vert brukt, varierer utifrå kven som er deltakarar, kva ressursar og utfordringar den enkelte har å jobbe utifrå. Eit overordna mål for arbeid i desse gruppene, er at pasientane skal ha gode sosiale og relasjonelle opplevingar. Ein ynskjer at dei skal ha ei oppleving av at det lønner seg – og at det er vits i å oppsøkje samver med andre menneske.

Isolasjon er ei vanleg problemstilling for denne pasientgruppa. Det vert ofte gjeve uttrykk for redsel for angstanfall, gråteutbrudd, å ikkje klare å henge på i samtalen, å seie noko dumt – eller reint praktisk at det er for langt å gå til toalett om ein plutselig skulle måtte. Difor vert det gjort mykje forarbeid berre med tanke på oppmøte, særskilt når pasientane er i starten av innleggjinga. Vi sørger også for at det alltid er med avdelingspersonale i gruppene. Dette som ei tryggleik for pasientane, men også for at dei skal kjenne prosessane til den enkelte pasient heilskapleg.

Britt kjem også til gruppene – i starten etter å ha vorte invitert dagen før, ved frukost, og ved at eg har banka på døra med invitasjon like før gruppa startar. Utover perioden passar Britt tida sjølv, og sit klar i stova og ventar når eg kjem. Ho veit kva ho kan forvente – og er trygg på nytteverdien av deltakinga. Frå å sitje ved ytterdøra med kroppen halvvegs på veg ut, plasserer ho seg etter nokre veker i ein stressless midt i rommet, og har gjerne eit forslag klart til kva song vi skal starte med. Britt vert då med på songen, og eg passar på å legge den i eit komfortabelt leie for hennar stemme, for å auke hennar meistringsoppleving.

Første post på programmet er puste- og avspenningsøvingar. Britt tek etterkvart del i desse, og frå å ikkje ta del og berre observere, førebur ho seg etterkvart ved å ta av surstoffslangen og setje seg i ei god stilling for å gje seg sjølv best mogelege betingelsar. Vi held fram med fysiske øvingar til rytmisk musikk.

Britt går gjennom perioden frå å bruke mange ord på å fortelje kvifor ho ikkje bør gjere nettopp dette, til å prøve ut og utforske eigne grenser – og fortel at «det er så greit med denne trimmen, for jeg vet at jeg er ferdig når sangen er ferdig. Da får jeg en liten pause». Både personalet og eg ser at ho ved å tørre å bevege seg får auka fleksibilitet og beveggar seg tryggare i korridorane i avdelinga. Ho utfører fleire oppgåver sjølvstendig og ber mindre om hjelp. Siste del av gruppa syng vi saman. Her går Britt ifrå å halde songheftet i fanget og sjå ut vindaugget, til å aktivt ynskje songar – og gjerne kome med ei bestilling dagen før. Ho deler også sine opplevingar rundt den aktuelle songen – og er med på å halde samtalen i rommet i gong. Britt er generelt lettare i humøret og lettare i steget. Prosessen med å venne seg av med medikamenter har vore tøff, men ho har klart det. Ho har brukt treningspermisjonane til å prøve ut dagsenter – og ikkje minst invitert familie og vener på besøk for å reetablere kontakten.

## Eit heilskapleg behandlingstilbod

Britt er klar til utskriving. Ho formidlar å ha ei auka livskvalitet. Ho er avvent med unautsynte medikamentar, og ho har ein plan for dagane sine. Ho har takka ja til plass på dagsenter to dagar i veka. Ho har meldt seg inn i seniorkoret i bydelen, og ho er i ferd med å betre relasjonane til menneske rundt seg. Ho aksepterer sjukdomen sin, og kjenner på at ho kan handtere den betre, at ho har fleire meistringsreiskap i lomma. For å sikre at dei gode prosessane varer, får Britt tilbod om samtalegruppe i regi av sjukehuset sin poliklinikk ein gong i veka, i tillegg til at ho får oppfølging heime av psykiatrisk sjukepleiar. Aktivitetane hennar vert slått opp på ein plan på veggen, slik at heimesjukepleien kan hjelpe henne med å minne på og førebu seg.

I Britt si sak vert musikkterapi sentralt som ein del av eit heilskapleg behandlingstilbod, som er med på å skape endring på sikt. Ved å gjenfinne musikkminne fekk ho bearbeida sorg, gjenfinne relasjonar, og finne motivasjon og glede i eit sosialt fellesskap. Ein fekk også nytte minnearbeidet til å skape trygghet og ro rundt pustevøingar som igjen gav henne auka meistring.

## Litteratur

Rolvsjord, R. (2010). *Resource-oriented music therapy in mental health care*. Gilsum, NH.: Barcelona Publishers.

## Musikkterapi ved Huntingtons sykdom

Sunniva Ulstein Kayser

*Første møtet med «Kim» foregår på avdelingskontoret hvor vi har tilgang til PC og internett. Før timen har jeg fått vite at Kim har en interesse for rapmusikk, og vi bruker største delen av timen på å se på og snakke omkring rapvideoer på YouTube. Kim søker selv opp videoer og manøvrerer seg frem på PC. Kim har god kontroll på dette, selv om latenstiden er merkbar. Han «rapper» med, dog med noe lav og monoton stemme og uklar uttale. Tempoet i sangene er relativt høyt, så jeg foreslår vi kan forsøke å synge en sang sammen. Dette for å kartlegge om levende musikk som tilpasses mer til Kims eget tempo kan fremme en bedre uttale. Vi synger en sang som Kim har ytret ønske om å høre, og han synger da aktivt med på store deler av teksten og har en langt bedre uttale. Kim forteller om sin interesse for rap, og at han har rappet i fem-seks år. På spørsmål om han har skrevet egne rapper svarer han nei. Han forteller imidlertid at han har spilt trommer i band på ungdomsskolen og deltatt på Ungdommens kulturmønstring i 10. klasse. Med utgangspunkt i opplysninger om at Kim liker å skrive, oppfordrer jeg ham til å forsøke å skrive ned ideer og eventuelt formulere en egen raptekst på sin egen PC. Kim virker motivert til dette og vil forsøke å jobbe med dette til neste gang. Jeg rapporterer og informerer personalet om dette, og de tar videre ansvar for å oppfordre Kim til å skrive. Neste dag henvender Kim seg til meg og forteller at han har begynt å skrive på rapteksten.*

Jeg vil i dette kapittelet fortelle om den individuelle musikkterapiprosessen med en utredningspasient ved en nevropsykiatrisk avdeling. Denne vignetten beskriver mitt første møte med «Kim» (anonymisert navn), og oppstarten på den individuelle musikkterapiprosessen som hadde en varighet på cirka to måneder frem til Kim ble utskrevet. I tillegg til individuell musikkterapi to-tre ganger i uken, deltok også Kim i musikkterapi grupper sammen med de andre Huntington-pasientene på avdelingen. I motsetning til de andre pasientene som har fast plass på avdelingen, var Kim her på et såkalt utredningsopphold. Denne utredningsplassen er den eneste av sitt slag i Norge på spesialisthelsenivå, og tilbyr gratis opphold i 6-8 uker hvor et tverrfaglig behandlingsteam gir utredning i forhold til ADL-funksjon, ergoterapi, atferdsproblematikk, ernærings situasjon, søvnproblematikk, kognitiv fungering, medikamentgjennomgang, somatisk undersøkelse og psykisk helsetilstand. Kim skulle med andre ord tilbake til sin hjemkommune med en tverrfaglig rapport fra lege, sykepleier, psykolog, ergoterapeut og musikkterapeut i kofferten. I denne rapporten ble både kartlegging av hans funksjoner, sykdomstilstand, interesser og anbefalinger for videre behandlingsforløp beskrevet.

Kim var på det tidspunktet jeg møtte han en 31 år gammel mann som hadde levd med diagnosen «Huntingtons sykdom» siden 2008. Sykdommen hadde han arvet fra sin mor. Både i forkant og etter diagnostisering slet Kim med depresjon og rusproblematikk. Han ble rusfri i 2011, men hadde fortsatt perioder hvor han følte seg deprimert og angstfull, mye på grunn av frykt for sykdommens utvikling. Han hadde også episoder med suicidal adferd. I rapporten fra institusjonen ble det

beskrevet et behov for meningsfulle aktiviteter som kunne ta vekk noe av tankekjøret og fokuset rundt sykdommen, og interesse for rapmusikk ble nevnt. Han pleide da å høre på rapmusikk via YouTube og rappe til sangene. I rapporten kom det også frem at Kim likte å skrive, og at han jobbet med en fortelling om sitt eget liv.

Jeg vil i dette kapittelet beskrive den musikkterapeutiske prosessen, da med hovedvekt på den individuelle oppfølgingen, fra Kim kom til avdelingen og frem til han reiste hjem. Teksten vil bli illustrert med vignetter fra logg og rapporttekster som ble gjort underveis. For å sette casebeskrivelsen inn i en klinisk kontekst, vil jeg først beskrive i korte trekk hva Huntingtons sykdom er. Beskrivelsen av Huntingtons sykdom er hentet fra heftet «Huntingtons sykdom» utgitt av Senter for Sjeldne Diagnoser (2011).

## Hva er Huntingtons sykdom?

Huntingtons sykdom (heretter beskrevet som HS) er en arvelig, gradvis fremskridende hjernesykdom som skyldes en feil (mutasjon) i et gen som sitter på kromosom 4. Det finnes til dags dato ingen helbredende behandling av sykdommen. Det er 50 % arvelighet, og sykdommen nedarves fra den forelder som er bærer av genet. Sykdommen angriper sentrale deler av hjernen som basalgangliene og prefrontal korteks. Sykdommen påvirker tenkning, følelser og motorikk. Det er vanlig å dele symptomene inn i 3 faktorer; motorisk, kognitiv og psykiske symptomer. Dersom mor eller far har HS, kan barnet velge å ta en pre-symptomatisk test etter fylte 18 år. Selve sykdommen rammer som regel i voksen alder og symptomene starter vanligvis når man er 30-55 år. Enkelte får symptomer før de er 30 år, og bryter sykdommen ut før fylte 20 år kalles den «juvenil HS». Sykdommen utvikler seg gradvis over 15-25 år, og inndeles vanligvis i 5 sykdomsfaser; tidlig fase, tidlig midtfase, sen midtfase, tidlig senfase og avansert senfase. Foruten den pre-symptomatiske testen, stilles diagnosen etter hvert som symptomene blir fremtredende. HS er en klinisk diagnose og baseres på en leges vurdering av pasientenes symptomer, funn ved nevrologisk undersøkelse og svar på gentest.

HS kan utarte seg forskjellig fra person til person og symptomene fremtrer ulikt hos den enkelte. Det som først legges merke til er ofte milde adferds- og personlighetsendringer som glemskhet, irritabilitet og redusert konsentrasjonsevne. Rykninger eller urolige bevegelser i ansikt, hender/fingrer eller føttene kan også være tidlige symptomer. Mange venter lenge fra de første symptomene dukker opp til de oppsøker lege og får sykdommen diagnostisert. Et stort flertall av de med HS mener selv at sykdommen startet med ufrivillige bevegelser, mens pårørende og miljøet rundt merket som regel atferdsendringene før bevegelsesforstyrrelsene ble synlige.

HS rammer som tidligere nevnt motorisk funksjon. Personen får ufrivillige bevegelser i ulike grad, også kalt «chorea» i armer, ben og ansikt, samt upresise frivillige bevegelser som gir redusert funksjon i hender, samt redusert koordinasjon i gange og dårligere balanse. Språkevnen blir også gradvis svekket, og det kan etter hvert være svært vanskelig å forstå hva personen sier.

På det kognitive planet gir sykdommen seg utslag i langsommere tenkning, økt latenstid, behov for faste rutiner og vansker med å fokusere på mer enn en ting av gangen. Ordforrådet reduseres, og det blir vanskelig å finne riktig ord. Evnen til å tenke abstrakt blir kraftig redusert, og personen trenger ofte å se hendelser og situasjoner avbildet for å gjenkjenne dem. Å sette seg inn i andre sine følelser og tolke sosiale situasjoner blir også vanskeligere etter hvert som sykdommen trer frem. Å ikke lenger kunne vente er et vanlig adferdstrekk.

Mennesker rammet av HS vil ofte være preget av en psykisk ustabilitet som kan gi utslag i depresjon, personlighetsendring, angst og uro. Apati, irritabilitet, sinneutbrudd og sosial tilbaketrekning er også vanlig.

## Historien om Kim – «Bad Boy»

*Kim har i løpet av tre dager skrevet en raptekst på cirka fem vers om egne livsopplevelser. Rappen har fått navnet «Bad boy». Vi bruker timen til å sette opp teksten i verslinjer, og Kim er aktivt med på dette. Han manøvrerer seg selv frem på PC, kopierer, klipper og limer, samt flytter om på setninger. Kim snakker fortsatt med lav og monoton stemme og har vansker med å få flyt i teksten. Han får i oppgave å lese teksten høyt for seg selv og for personale, for å bli trygg på teksten, samt for å øke stemmevolumet og gjøre teksten mer dynamisk. Personalet øver med pasienten daglig, og han blir mer og mer trygg på teksten og viser den stadig frem i stuen til begeistring for personale og medpasienter.*

Det viser seg at oppfordringen om å skrive rap faller i god jord hos Kim. Han finner både motivasjon og glede i å utforme tekstene. Tekstene brukes også av personale som en inngangsport for samtale, både om hans tidligere livserfaringer, interesser, tanker og følelser. At Kim velger å vise frem teksten på avdelingen, kan vitne om at han kjenner på en følelse av stolthet gjennom at produktet fremmer anerkjennelse for hans identitet. Dette er aspekt som kan være viktig for å motarbeide hans stadig tilbakevendende nedstemthet, hans angst for at sykdommen overtar hans personlighet, og et behov for å få tankene over på andre ting enn sykdommen, som beskrevet i hans innkomstrapport. Etter denne timen utformer jeg følgende målsetting i rapporten: «Psykisk: fokus på ressurser og interesse. Vise respekt for dette og oppfordre pasienten til å anvende sin kunnskap og interesse for rap til å skape et eget produkt. Sette fokus på intakte ressurser kontra degenererende evner (med tanke på pasientens egne utsagn om at han bare tenker på sykdommen).»

I tillegg til å jobbe med psykiske aspekter, brukes også rapproduksjonen til å jobbe med motoriske og kognitive aspekter. Jeg utformer følgende målsetninger i hans journal: «Kognitivt: opprettholdelse av verbalspråk gjennom bruk av rap, både egen tekst og innspilte rapper fra YouTube. Trene på uttale, samt klang, dynamikk og volum i stemme, stimulere til å bruke språket kreativt for å ivareta ordforråd. Gi pasienten oppgaver på data som skriving, klipping, kopiere og lim, opprette dokumenter og redigere tekst som krever flere handlinger og tankeprosesser samtidig. Motorisk: Bruk av digitalt trommesett hvor pasienten må anvende håndflate, samt armene for å lage lyd på de ulike tastene. Både bevegelse og koordinasjon er involvert her».

*I musikkterapitimen i dag øver vi spesifikt på melodien på refrenget både i forhold til tonehøyde og dynamikk. Jeg utfordrer Kim til å synge refrenget så høyt han kan, og han får da trening i forhold til stemmevolum og klang (jf. hans monotone og lave stemmevolum i verbal tale). Uttalen til Kim blir merkbart bedre når han synger og rapper, dette påpekes også av andre i personalgruppen (muntlig og i rapport).*

*Med bakgrunn i at Kim har spilt trommer tidligere, har jeg i dag tatt med en Roland digital trommePad. Kim utforsker instrumentet lenge med begge hendene, og vi improviserer på den sammen med forskjellige lyder. Kim smiler og ler og er tydelig engasjert. Han får også forsøke å rappe oppå en ferdiglaget beat.*

*Jeg skal nå på ferie i 3 uker, og Kim får i oppgave å fortsette å øve på rappen samt lage en liten presentasjon av seg selv til huskonserten som planlegges en måned frem i tid.*

## «Marianne»

*Jeg er tilbake fra ferie, og personalet forteller at Kim på egen hånd har skrevet 3 nye rapper i løpet av denne tiden. Han har vært svært ivrig og stadig vist personalet hva han jobber med. En av rappene har han skrevet til datteren sin. Denne har han skrevet på engelsk, et språk han tydelig er komfortabel med, både muntlig og skriftlig. I denne teksten tar han oppgjør med sin fortid og beklager til datteren for de tingene som har vært vanskelige. Kim forteller at han ønsker et melodisk tema også på denne. Når jeg spør om han har noen ideer om melodi, begynner han å nynne med en klar og melodisk stemme. I etterkant forteller han at han har laget denne melodien selv. Når jeg bemerker hans klare sangstemme, forteller Kim at han har sunget i kor som liten. Kim synger inn melodien på lydopptaker på mobiltelefonen sin, og vi avtaler å øve inn melodien på piano dagen etter. Mens jeg har vært på ferie, har Kim også vært ute og handlet inn diverse sceneantrekkeffekter som han skal anvende på den forestående huskonserten. Dette er ut fra eget ønske. Han observeres stadig med effektene på seg.*

## Marianne

My daughter I love u so much  
I will protect u from all dangers in the world  
You're my precious diamond  
We use to play with each other  
2 one of us got tired and that's me.

My whole world spins around u my little princess.  
I will die for u Marianne.  
2 keep u safe my little tinker bell.  
U bright up my sad life.  
When u come in the door u see me standing there  
U run in my arms and gives me a kiss  
That feeling can't be explained.

Daddy loves u so much, daddy loves u so much,  
daddy loves u so much, daddy loves u so much

Your mum was amazing, but we got divorced  
She's my biggest sorrow in the world.  
But daddy was hustling and made mummy sad.  
Daddy was a playboy and made mummy very sad.  
Daddy cheated on mummy, something daddy regrets.  
But daddy was crazy that time and made a lot of people suffer.

She loves ice like me and looks like a princess.

She fulfill my life and got me 2 stop hustling and 2 stop with drugs.  
U and me princess for a lifetime  
Daddy loves u over the moon

My feelings for you can't be explained  
How much I love u, Marianne  
And how I worship u  
My little princess  
U are my sunshine in my sad life

Daddy loves u so much, daddy loves u so much,  
daddy loves u so much, daddy loves u so much

Lydsporet til *Marianne* er å finne på Soundcloud:

Det faktum at Kim går rundt med sceneantrekkeffekter opplever jeg og flere av personale som et tegn på at rapproduksjonen hjelper ham med å holde fast ved sin egen identitet og personlighet. Samtidig bruker han tekstene for å bearbeide og sette ord på en del av de vanskelige aspektene som hans tidligere livstil og personlighet førte med seg. Dette ser ut til å bidra positivt i forhold til hans psykiske tilstand. Han smiler stadig mer, han deltar i det sosiale fellesskapet, og hans tidligere selvdestruktive tilstand, med innslag av suicidal adferd er ikke tilstedeværende under hans opphold her.

I denne sammenheng er det imidlertid viktig å fremheve at musikkterapi er ett av flere tiltak som fremmer denne bedringen. Personalet på avdelingen har svært god erfaring og kunnskap med HS-sykdom og bruker denne kunnskapen i sin daglige samhandling med Kim, og gjennom det tverrfaglige samarbeidet tilrettelegges det for gode miljøtiltak og aktiviteter.

## Huskonsert

*Kim har helt siden oppstart av musikkterapiforløpet kommet med ønske om å fremføre rappene han har laget for pasienter og personale. I samarbeid med avdelingen arrangerer vi derfor en huskonsert med personale og medpasienter til stede. To medpasienter fremfører også. Kim gjennomfører svært godt, han synger og rapper med tydeligere uttale og har lært seg teksten på den første sangen helt utenat. Fremføringen blir filmet på Kims mobiltelefon etter eget ønske. Han er tydelig stolt av dette og legger videoene ut på Facebook, hvor han får god feedback fra venner og bekjente.*

*En uke etter får Kim spille inn rappen til datteren i et studio som ligger i nærområdet. I forkant får studioteknikeren tilsendt melodi og tekst og komponerer ut fra dette et arrangement innen hip-hop-sjangeren. På innspillingsdagen starter vi med lytting av arrangementet, og Kim viser tydelig begeistring for dette. Tidlig i prosessen blir det tydelig at timing og rytmikk blir en utfordring, så vi bestemmer oss for å spille inn vokalen i korte sekvenser. Vi deler opp versene i en strofe av gangen, og spiller inn enkelte ord ved behov. Refrenget spilles inn som en duett med musikkterapeut. Sangen blir mikset og brent på CD, og Kim får ved utreise med seg eksemplarer som han kan gi både til datteren, familie og venner.*



Huskonserten og studioinnspillingen ble på mange måter avslutningen for Kims opphold på nevropsykiatrisk avdeling. Han har gjennom oppholdet vært gjennom en prosess som forhåpentligvis vil gjøre ham bedre rustet til å møte de utfordringene sykdommen fortsatt vil føre med seg. Håpet er at de erfaringene han gjorde her vil kunne bli en viktig påminner for ham selv, og de rundt ham, om hvem han er. Det vil være viktig i hans videre behandling å finne tiltak og strategier som ivaretar dette, og forhåpentligvis kan raptekstene og innspillingen være ett av tiltakene.

Kim brukte oppholdet til å hoppe bukk over mange av de hindringene som HS sykdommen bringer med seg. Han lærte seg blant annet raptekstene helt utenat. Dette kan for en pasient med HS kan være særs krevende, da den kognitive svikten sykdommen bringer med seg ofte gjør det vanskelig å huske og gjengi ny informasjon. Han utfordret seg selv på å gjøre ulike skapende prosesser samtidig; han laget melodi, tekst og skrev disse ned på PC. Han jobbet med å få sterkere stemme og en tydeligere uttale. Til tross for at han lever med en degenerativ sykdom, opplevde han en bedring. Om ikke permanent, så som en påminner for ham selv og de rundt ham om at man aldri må gi opp i å ivareta de funksjonene og ressursene som hver person med HS innehar.

Personalet på institusjonen i hans hjemkommune forstod viktigheten av å la Kim få fortsette med å skrive raptekster, og de har lagt til rette gjennom sine ressurser for at Kim kan fortsette å lage og fremføre sine tekster. Like før jul fikk jeg denne mailen fra Kim:

*Hei sunniva. takk for at du fikk meg t å begynne å skrive. jeg sender med en julrapp som kommer t bli sunget i generasjoner.. jeg vil igjen takke for et kjempebra opphold.  
Julhilsner fra Kim*

## rap jul

Jeg elske jul. å gi gave t dattera mi som blir kjempeglå. vi elske julefølelsan. vi elske julehistorian å spise god mat. å vi elsker å få gaver. vi elske å se på tv om rudof.

ref kom jul du store vi elske jula

så elske vi julelys, julemusikk, ribba, familien våres, gå i pysjen, alle er glade, at vi trives, god mat å drikke å gi gave t værandre. vi elske å se på tegnefilm å julekalendera. å få julekalender. hele jula e magisk for de små å stor

ref kom jul du store vi elske jula.

så elske vi å familie-tid, gi gaver t ungene våres, god mat, stemningen, julemiddag, mandarin, jule-nisse, fargen rød, snø, pinnekjøtt, ribbe, pakker, lukten av grantre å nyvaska hus, fre å ro å være sammen å kunne være lammi værandre. Stillheta, gleden, forventinga,

så elske vi å gå i kirka på julaften, å få julestrømpe, å sette opp adventslys å se på askepott på julaften og se på hovmesteren på lillejuledag

ref kom jul du store vi elske jula

## Det flerdimensjonale perspektivet

Hva vil jeg så frem til med å fortelle denne casen? Først og fremst ønsker jeg å fortelle om de muligheter som ligger i musikkterapi med HS pasienter. Basert på egne kliniske erfaringer og tidligere forskning viser det seg nemlig å være et potensiale for bruk av musikkterapi i møte med denne

pasientgruppen. I 2015 gjorde Bruggen van-Rufi & Roos et litteratursøk for å se nærmere på effekten av musikkterapi for pasienter med HS. Mange av de artiklene de presenterer, viser til funn som gir samklang med erfaringene fra arbeidet med Kim. Blant annet viser tre ulike studier hvordan musikkterapeutisk oppfølging, da henholdsvis melodisk taleterapi, Rytmask Auditiv Stimuli og improvisasjon, kan stimulere og ivareta taleevne, både ekspressiv tale og taleflyt (Grocke-Erdonmez, 1976; Thaut et al., 1999), samt øke kommunikasjon og samhandling med omgivelsene (Davis & Magee, 2001).

Hos Kim erfarte jeg og de andre på avdelingen også en positiv endring under hans opphold på Huntington-avdelingen. Dette har enkelte forskningsprosjekter også vist tendenser til (Hoskyns, 1982; Rainey Perry, 1983). Rainey Perry (1983) ga over en periode på åtte måneder tilbud om musikkterapigruppe for 6-8 deltakere. I gruppen erfarte Rainey Perry at pasientene både viste evne til å opprettholde og forbedre sin evne til deltakelse, kommunikasjon, konsentrasjon, hukommelse, avspenning, bevegelse, selvtillit, selvuttrykk og sosial interaksjon. Som beskrevet hos Kim, ble han mer og mer delaktig i interaksjon med personale og medpasienter, han virket til å få en forbedret selvtillit gjennom sine handlinger, og episodene med suicidal adferd og depresjon var så å si fraværende.

Hvorvidt dokumenterte kliniske erfaringer og forskningsresultat har påvirket hvordan mennesker som arbeider med HS oppfatter mulighetene som ligger i musikkterapi, er uvisst. Imidlertid viser to kvalitative studier til at pasienter med HS oftest ble henvist til musikkterapi på grunn av behov for å uttrykke seg emosjonelt, samt opprettholdelse av kommunikative evner og sosiale relasjoner (Daveson, 2007; Bruggen van-Rufi, 2010). Til orientering planlegger Bruggen van-Rufi en større RCT studie omkring effekten av musikkterapi på HS pasienter, da med hovedvekt på helserelatert livskvalitet (Bruggen van-Rufi & Roos, 2012).

Selv om studiene som omtales har blitt gjennomført med få deltakere, peker de mot en mulig positiv effekt av musikkterapi, da spesielt mulighetene for økt sosial interaksjon og kommunikasjon med omgivelsene, noe som igjen kan øke anerkjennelse og identitetsfølelse hos pasienten. Dette er funn som gir gjenklang også i forhold til den musikkterapeutiske prosessen med Kim. Gjennom Kim sin rapproduksjon jobbet vi med psykiske aspekter som bearbeiding av følelser, opplevelser og erfaringer. Vi jobbet også med bevisstgjøring av egen identitet og synliggjøring av hans ressurser som kunne bidra til å motvirke nedstemthet og depressive symptomer.

På det kognitive planet jobbet vi med å fremkalle minner og tankeprosesser. Kim ble utfordret til å utføre flere handlinger samtidig. Gjennom å skrive raptekster jobbet han både med ordforråd, grammatikk og ordflyt, tre aspekter som svekkes etter hvert som HS-sykdommen trer frem. Motorisk ble Kim utfordret til å spille på trommepad og piano, samt manøvrere seg frem på PC, noe som setter krav til finmotorikk og koordinasjon.

Kjernen i min tekst er å formidle at man gjennom musikkterapeutisk arbeid ser ut til å imøtekomme den flerdimensjonale sykdomsproblematikken som HS bringer med seg, og samtidig jobbe på flere nivå. Dette har jeg sett flere eksempler på, også i møte med andre pasienter med HS. Å jobbe flerdimensjonalt i møte med pasienter med HS, ser ut til å være en viktig nøkkel for å skape en god musikkterapeutisk prosess som kan integreres inn i den overordnede behandlingen av pasienten. Silke Jochims hevder at man i møte med mennesker med nevrologiske sykdommer må være fleksibel nok til å bytte mellom hva hun benevner som «opplevelsesorienterte» og «treningsorienterte» tilnærminger. Dette er særs viktig for å imøtekomme og jobbe med pasientens endrede behov og øke deres livskvalitet (Jochims, 2004). Denne fleksible tilnærmingen kan også relateres til

ressursorientert musikkterapi, hvor viktigheten av å finne en balanse mellom å arbeide med ressurser og symptomer understrekes (Rolvjord, 2008). I det musikkterapeutiske arbeidet jobbet Kim og jeg med hans ressurser gjennom å fremdyrke hans interesse for og kunnskap om rapmusikk, samt hans evne til å skrive tekster. Samtidig kunne ikke de symptomene som HS-sykdommen brakte med seg, neglisjeres. Det ble viktig å finne en måte å jobbe med bevaring av hans intakte ressurser på tross av sykdomsutviklingen. Som musikkterapeut måtte jeg dermed adressere hans symptomer og bruke tilrettelagte øvelser som både tok hensyn til, men samtidig utfordret, sykdomsutviklingen. Kim kunne dermed oppleve å få bruke sin interesse og samtidig motvirke noen av de problemene sykdommen brakte med seg.

Det viktigste aspektet i denne historien er imidlertid hvordan Kim aktivt brukte rap-produksjonen til å gjenvinne noe av sin identitet. Det er ikke uvanlig at personer som får en kronisk, degenerativ sykdom slik som HS, går inn i en prosess hvor «sykerollen» tilslutt tar over for din personlighet og undertrykker dine personlighetstrekk. Denne prosessen beskrives blant annet av Talcot Parson i hans modell «the sick role» (Parson, 1951 i Lewis & Lubkin, 2002). Her beskrives en prosess hvor personen tilpasser seg «sykerollen» på en slik måte at det blir hans nye identitet som undertrykker alle andre personlige trekk og ressurser. Personen bruker sykdommen for å trekke seg tilbake fra det sosiale liv. Dette kan lede til en svært negativ utvikling, hvor sykerollen blir en trussel for identiteten og selvbildet til en person. Som Wormnes og Manger (2005: 90) hevder: «I det lange løp er disse rollene nedbrytende. Vi blir pasifiserte og unngår utfordringer som styrker vår opplevelse av mestring».

Etter hvert som årene går forsvinner minnene om personens ressurser og personlighet for ham selv og omgivelsene. Personen begynner da å akseptere at han er «bare en pasient» som er avhengig av andre. Som beskrevet i innkomstrapporten til Kim opplevde han at sykdommen stadig tok mer og mer over i hans liv, og han opplevde både angst og nedstemthet som følge av dette. Det ble som tidligere nevnt beskrevet et ensidig tankekjør rundt hva sykdommen ville bringe med seg, og dette ble oppfattet som en sterk trussel mot Kim sin livskvalitet. Dette hadde gjort ham deprimert, nedstemt, hadde ført til rusproblemer og til tider suicidal adferd. Det ble derfor viktig å finne aktiviteter hvor Kim kunne bli påminnet om sin identitet, sine ressurser og skape opplevelser av mestring for å «avdekke» hvem han var bak sin HS-diagnose. Samtidig måtte man, som nevnt ovenfor, ta hensyn til hans sykdomsutvikling og tilrettelegge for mestring på tross av de funksjonstapene han opplevde. På avdelingen viste han etter hvert flere og flere tegn på hvem han var og sanket anerkjennelse blant personale og medpasienter.

En sterk relasjon mellom musikk og identitet er vist til både innenfor musikkterapidisiplinen (eksempelvis Ruud, 1997, 1998), i sosiologi (DeNora, 2000) og i personlighets- og sosialpsykologi (Rentfrow & McDonald, 2010). Som Ruud (1998: 62) hevder:

*Music empowers us: it gives us a psychological and cultural platform from which to make our own decisions on matters concerning our lives. When we are engaged in music, we feel we are «somebody».*

Gjennom sin rapproduksjon tror jeg at Kim følte at han var «noen», en noen som ikke nødvendigvis var knyttet opp mot å ha Huntingtons sykdom. Ved å få bekreftelse og anerkjennelse fra personalet, og å kunne fremføre og dokumentere sin rapproduksjon, er mitt håp at Kim opplevde en aksept for sin egen identitet. Som musikkterapeut opplevde jeg det som min oppgave å bygge opp under den interessen Kim allerede hadde for rapmusikk og la ham ta styringen i produksjonen. Dette gir gjenhør i forhold til den ressursorienterte musikkterapi modellen hvor det å være sensitiv og

anerkjenne hvordan klienten bruker musikk, ikke bare i terapi, men også i deres eget liv, understrekes. Dette er, i følge Rolvsjord (2008), en måte musikkterapeuten anerkjenner klientens egen kompetanse. I forhold til Kim, vil jeg jeg tørre å hevde at det var han som hadde størst kunnskap og kompetanse omkring rapmusikk av alle som jobbet på denne nevropsykiatriske avdelingen.

## Litteratur

- Bruggen, van-Rufi, M. (2010). *Multi-and interdisciplinary collaboration between the music therapist and other professionals in Huntington's patient care*. Unpublished Master Thesis, Zuyd University, Heerlen, The Netherlands.
- Bruggen, van-Rufi, M. og Ross, R. (2012). Music therapy as a method to improve the quality of life of patients with Huntington's Disease: preliminary findings. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*. No. 83. Nedlastet fra: [http://jnnp.bmj.com/content/83/Suppl\\_1/A60.3](http://jnnp.bmj.com/content/83/Suppl_1/A60.3), 26.02.15
- Bruggen, van-Rufi, M. og Roos, R. (2015). The effect of music therapy for patients with Huntington's disease: A systematic literature review. *Journal of Literature and Art Studies*, 5(1), 30-40.
- Davis, G. og Magee, W. (2001). Clinical improvisation within neurological disease: Exploring the effect of structured clinical improvisation on the expressive and interactive responses of patient with Huntington's disease. *British Journal of Music Therapy*, 15(2), 51-60.
- Daveson, B. (2007). Findings of an audit of music therapy referrals in a specialist in-patient setting for 16 patients with advancing Huntington's disease. *Australian Journal of Music Therapy*, No. 8, 2-19.
- Davis, G. og Magee, W. (2001). Clinical improvisation within neurological disease: Exploring the effect of structured clinical improvisation on the expressive and interactive responses of patient with Huntington's disease. *British Journal of Music Therapy*, 15(2), 51-60.
- DeNora, T. (2000). *Music in Everyday Life*. New York: Cambridge University Press.
- Grocke- Endormez, D. (1976). *The effect of music therapy in the treatment of Huntington's chorea patients*. Proceedings of the 2nd National Conference of the Australian Music Therapy Association Incorporated, Melbourne, 58-64
- Hoskyns, S. (1982). Striking the right chord. *Nursing Mirror* no. 2, 14-17.
- Jochims, S. (2004). Music therapy in the area of conflict between functional and psychoterapeutic approach within the field of neurology/neurorehabilitation. *Nordic Journal of Music Therapy*, 13(2), 161-169.
- Lewis, P. R. og Lubkin, I. M. (2002). Illness Roles. I I. M. Lubkin og P. D. Larsen (red.) *Chronic illness impact and interventions. 5th edition*. Subury, Massachusetts: Jones and Barlett Publishers.
- Magee, W. (1995a). Case studies in Huntington's disease: Music Therapy assessment and treatment in the early to advanced stages. *British Journal of Music Therapy*, 9(2), 13-19.
- Magee, W. (1995b). Music Therapy as part of assessment and treatment for people living with Huntington's disease. I C. Lee (red.) *Proceedings of the International Conference Music Therapy in Palliative Care*. Oxford: Sobell Publications.
- Rainey, Perry, M. (1983). Music Therapy in the care of Huntington's disease patients. *The Australian Music Therapy Association Bulletin*, 6(4), 2-11
- Rentfrow, P. og McDonald, A. (2010). Preference, personality and emotion. I P. N. Juslin og J. A. Sloboda (red.) *Handbook of music and emotion. Theory, research, applications*. Oxford: Oxford University Press.
- Rolvsjord, R. (2008). En ressursorientert musikkterapi. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 123-137. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.

Ruud, E. (1997). *Musikk og identitet*. Oslo: Universitetsforlaget.

Ruud, E. (1998). *Music therapy: Improvisation, communication and culture*. Gilsum NH: Barcelona Publishers.

Senter for Sjeldne Diagnoser (2011). *Huntingtons sykdom*. Oslo: Oslo Universitetssykehus.

Thaut, M. H., Miltner, R., Lange, H. W., Hurt, C. P. og Hoemberg, V. (1999). Velocity modulation and rhythmic synchronization of gait in Huntington's disease. *Movement Disorders*, 14(5), 808-819.

Wormnes, B. og Manger, T. (2005). *Motivasjon og mestring. Veier til effektiv bruk av egne ressurser*. Bergen: Fagbokforlaget.

# Tre fortellinger

*Jens Petter Grønnesby*

## Solveigs sang

Våren 2005 kommer en sykepleier bort til meg og forteller at det er kommet inn ei jente som «trenger en sang». Jeg blir vist inn på et rom hvor det ligger ei seks år gammel jente. Hun har kommet inn fordi hun er dehydrert og har en dårlig allmenntilstand. Hun gir meg verdens herligste smil da jeg spør om hun vil ha en sang. Hun vil høre «Se min kjole», sier moren. «Og den skal være gul som solen, og at Solveig er min venn», fortsetter hun. Jeg og mor synger mange sanger sammen for Solveig.

Etter nærmere undersøkelser viser det seg at Solveig har en ikke-opererbar hjernesvulst. Et sjokk, verden faller sammen, og det viser seg at jenta og denne familien finner meg som et menneske de knytter seg til. Solveig har gjennom denne våren mistet mange funksjoner. Hun greier ikke å gå lenger, hun greier ikke å tygge, og hun har også mistet taleevnen.

Rektor ved skoleavdelinga på sykehuset planlegger sammen med foreldrene en mulig skolestart for Solveig. På sykehuset. Det blir tydeligere at hun som lenge hadde gledet seg til å begynne på skolen, aldri kommer til å oppleve å starte på sin egen hjemmeskole, som ligger rett over gata der de bor.

Rektor ved skoleavdelingen henvender seg til meg. Flere langtidspasienter har fått tilbud om å lage sin egen sang sammen med meg. Helt fra scratch, fra et blankt ark, via et studio og så til et trykkeri, hvor de får være med å bestemme layout og hvordan det ferdige produktet skal se ut. «Denne jenta og hennes familie trenger oss, Jens Petter. Kan du ikke lage en sang med henne, et CD-prosjekt?»

Utfordringen er at Solveig ikke har talespråk lenger, stemme, og dermed store vansker med å gjøre seg forstått. Vi drøfter dette sammen med moren. Mor foreslår at hun kan være Solveig sin «hjelper» og «fortellerstemme». Og at en eller to av hennes beste venninner fra barnehagen, som Solveig egentlig skulle ha begynt i klasse med, kan syngje.

Da skolen starter i august, er ikke Solveig på skolen der hun ble skrevet inn, men på sykehuset. Vi gjør umiddelbart en avtale med mor om at jeg kommer hjem til dem hver fredag. To elever fra klassen hennes kommer også hjem til dem samtidig med meg. Mor har på forhånd funnet frem bilder som hun og Solveig har blitt enige om skal danne ramme og innhold til teksten. Sangen skal handle om å begynne på skolen. Det skal være en «frisk» og glad sang. Mor har funnet frem en tegning fra da Solveig var på innskriving på skolen. Det er en tegning hvor hun har tegnet seg selv som prinsesse. Og så har de hver enkelt satt sitt eget «håndavtrykk» på tegningen. Og hun har på seg et rosa skjørt med hjerter på.

I løpet av tre fredager er sangen ferdig. Fredagen etter øver vi inn sangen med solistene, Aurora og Anette. I tillegg er jeg innom klassen hennes og øver inn sangen med dem. I slutten av september er Solveig og hele klassen i studio for å spille inn sangen. Det er den eneste gangen Solveig er sammen med klassen sin. En måned senere synger hele klassen, jeg og solister sangen i Solveig sin begravelse. Hele klassen synger på refrenget.

Etter begravelsen kommer mor bort til meg og sier: «Det du gjorde for datteren vår var fantastisk. Det gjør det faktisk enklere å leve med tapet av vår prinsesse.» Jeg tror det er det fineste komplimentet jeg har fått noen gang.

Mor synes det er flott at jeg forteller om jenta deres. Hun vil gjerne at jeg forteller om jenta de fikk ha så altfor kort tid. Og historien viser hvordan det å skrive en sang kan være en fantastisk tilnærming i situasjoner hvor mennesker sårt trenger «noe å holde tak i» når alt raser rundt dem. Samtidig viser historien hvordan denne sangen knyttet an til klassen hennes. De andre elevene fikk lov til å være med å vise den jenta som skulle ha gått i klassen deres at hun var en del av dem. De har et minne om ei jente som skulle vært deres klassekamerat i mange år. Mor og far kommenterte at det var flott at de andre elevene stilte opp og sang for henne i begravelsen.

## Skolen min og din

På vei til skolen første gang  
i rosa skjørt med hjerta på  
hand i hand med mamma  
og i hodet der hørt æ en sang.  
Den sangen handla om å gru sæ  
den handla om å vær liten  
den handla om å bli stor  
den handla om skolen æ går på  
og om plassen der æ bor

Gi mæ en N for nærhet  
Gi mæ en Y for yr og gal  
Gi mæ en B for bolle  
Gi mæ en O for oss  
Gi mæ en R for rim  
Gi mæ en G for glede  
Nyborg det er skolen min og skolen din

På vei fra skolen første gang  
i rosa skjørt med hjerta på  
hand i hand med dæ  
og i hodet der hørt æ en sang.  
Den sangen handla om oss to  
den handla om og vær venna  
den handla om å bry sæ  
den handla om å vær sammen  
om å vær snill og god

Video til *Skolen din og min* er å finne på Vimeo:



Det er Solveig som har laget tegningen som går igjen på bildene i videoen.

### «Gi mæ sjansen om og om igjen»

Å skrive sanger til det enkelte barn gir muligheter for å sette tekst og musikk til opplevelser og erfaringer som det ikke alltid er så lett å uttrykke. Dette viser fortellingen om Arne.

Arne slet mye med sinne. Han var preget av frustrasjon, og utagerte gjerne både i forhold til ting og mennesker rundt seg. Han var imidlertid en kunnskapsrik gutt. Han hadde for eksempel mye detaljkunnskap om blant annet Andre verdenskrig, men han slet med impuls kontroll, samt å ha kontakt med og kontroll over egne følelser. Han hadde hørt mange av mine sanger, og det var en gutt jeg hadde en god relasjon til. Vi hadde tidligere jobbet mye sammen før vi begynte å lage sanger.

Da jeg visste at han opplevde direkte spørsmål om følelser og hvordan han selv opplevde verden som truende, diskuterte vi hvordan vi skulle gripe det an. Denne fasen, mens arket er uten ett ord, før noe er skapt, er en svært viktig fase. For med en gang du har begynt, er retningen satt, noe er bestemt som påvirker det som kommer.

Jeg startet derfor med å be han vise meg musikk som han likte på YouTube. Han viste meg blant annet Greenday, en versjon der sangen var teksten. Vi scrollet oss nedover, fant tekstlinjer vi syntes var kule, og skrev dem ned – på engelsk. Etterpå satte vi oss til å oversette og gjendikte disse strofene til norsk. Etter hvert begynte vi å dikte videre på disse tekstbrokkene.

Det å «finne en planke», i betydningen finne noe å satse på, er viktig. Her må man bruke tid. Før man begynner med selve sangskrivningen må man ha et utgangspunkt. Et slags overblikk. En vag følelse over at dette kan bli til noe. Man kan for eksempel ha en tittel, en strofe, eller et eller annet man føler har et potensial.



Refrengene på sangen har vi diktet i sin helhet selv. Og rundt sytti prosent av versene er fullstendig våre. Og det er vel sånn Bob Dylan også forteller om sin skrivekunst. Han «låner» eller «stjeler» fra andre han synes har laget bra ting. Og så dikter han videre med egne ord og sin egen fortellerstemme. Sånn sett skriver vi oss godt inn i en låtskrivertradisjon med dette arbeidet.

Andre vers ble et speilbilde av første vers. Det som i første vers heter:

«Ingen skjønne ka som skjer, glasset e fullt men du ber om mer», ble i andre vers til:

«Alle skjønne ka som skjer, glasset e tomt, du ber ikke om mer.»

Det er litt dunkelt, litt poetisk, noe antydende. Og som jeg synes passet godt i denne sammenhengen. Man skal jo ikke avsløre for mye. Arne skulle ikke utlevere seg mer enn han selv ønsket. Vi kan likevel, også han selv, se i ettertid at sangen handler mye om ham. Men som jeg har fortalt ham – den handler også om meg. Om alle. Alle er sårbare. Alle strever. Med et eller annet. Stort og smått.

Og det er et poeng å snakke om dette etter at sangen er skrevet. Vi kunne ikke snakket om det på forhånd. Det ville ikke fungert. Fordi han ville avvist en personlig og følelsesmessig tilnærming. Vi har fremført denne sangen «live» på skolen ved flere anledninger. Og han har vært tydelig stolt, selv om han har sagt at det har kostet ham. Når vi har fremført låta, har han sunget første vers. Jeg har sunget andre vers, og så har vi sunget refrengene sammen.

Ingen skjønne ka som skjer, glasset e fullt,  
 men du ber om mer  
 pulsen e høy, du ser opp, ikke ned  
 kordan kan hjemme bli der hjertet ditt er  
 du kjæm imot mæ, si at du e klar  
 æ har ingen spørsmål, æ bare leite etter svar  
 selv universet utvide sæ  
 etter big bang stilne det, bli tomt  
 men aldri kjedelig  
 æ går i bane, men ingenting vare evig

Livet e kort, men veien e lang  
 når lyset bli borte, og gråten en sang  
 æ ramle kanskje, og såre dæ min venn  
 men gi mæ sjansen om og om igjen  
 Alle skjønne ka som skjer  
 glasset e tomt, du ber ikke om mer  
 pulsen e høy, du ser opp, ikke ned  
 kordan kan hjemmet bli der hjertet ditt e  
 æ kjæm imot dæ si at æ e klar  
 du har ingen spørsmål, du bare leite etter svar  
 selv universet utvide sæ  
 etter big bang stilne det, bli tomt  
 men aldri kjedelig  
 æ går i bane, men ingenting vare evig

Livet e kort, men veien e lang  
 når lyset bli bort, og gråten en sang  
 æ ramle kanskje, og såre dæ min venn  
 men gi mæ sjansen om og om igjen

Den slutten, gi meg sjansen om og om igjen, det var det han egentlig ba om, men det ble for farlig å snakke om. Men å si det i en «kunstnerisk kontekst» muliggjør det. For da er det ikke «ren virkelighet». Det er noe man selv kan betrakte fra utsiden.

## Jularbos brurvals

*Jeg inviterte en gang i uka til «musikalsk samvær» på seksjon for lindrende behandling. Vi var til sammen tolv mennesker samlet. Hvem som er pasient, hvem som er pårørende, og hvem som er ansatt, var jeg ikke helt klar over. Jeg starter med en sang av Halvdan Sivertsen. Ingen respons. Fortsetter med en annen. Fortsatt ingen respons. Ingen responderer på mitt spørsmål om noen har noen sangønsker. Etter å ha spilt piano, gitar og sunget uten noe synlig respons, sier jeg. «Tror jeg tar frem toraderen, jeg.» En mann som har sittet helt passiv, med armene inne i genseren, så armene i genseren har vært helt tomme, sier. «Nå spilte du Jularbo. Du spilte Carl Jularbos brurvals. Og da kan jeg fortelle dere det. At jeg spilte i mange år i orkesteret til Carl Jularbo.» Resten av det musikalske samværet gikk med til at han fortalte oss om sitt liv som musiker, og at han ved flere anledninger hadde vært hjemme hos Jularbo. Mannen fikk fargen tilbake i ansiktet. Alle vi som satt der så plutselig for oss en helt annen mann. Flere som var tilstede var selv folkemusikere og opptatt av trekkspill, så det var stor interesse for hans historie.*

Historien har sin bakgrunn i at jeg for noen år siden ble jeg invitert som musikkterapeut til å bidra til et bedre helhetlig tilbud til voksne pasienter ved Kreftbygget i Trondheim. Dette var et lavterskeltilbud som ble veldig populært. Jeg kom sammen med en aromaterapeut, en billed- og håndverkskunstner, og en prosjektleder som koordinerte og administrerte når og hvor vi skulle være, og som solgte oss inn på avdelingene.

Etter denne timen med *Jularbos brurvals* fikk jeg senere høre at han hadde fått tilsendt kassetter med opptak som han hadde deltatt på. Og folk på avdelingen fikk plutselig et annet syn på denne mannen.

Dette var for sykehuset tydelig presentert som et tilbud som skulle ivareta hele menneskets behov. Men det var ingen «alternativ behandling». Heller ingen målsetting om lindring av spesielle symptomer. Vår prosjektleder brukte begreper som «bedret livskvalitet».

Dette sykehuset hadde ofte skuespillere på besøk. De kunne for eksempel lese fra Tarjei Vesaas. Eller de fikk besøk av Arve Tellefsen som sammen en pianist kom og underholdt en gang i året. Dette var kjempefine tilbud. Men jeg hadde andre tanker enn bare underholdning. Gjerne det, men også noe mer.

## Et minnearbeid

Mange minner dukker opp når man synger, lytter eller spiller musikk. Minnene musikken frembringer kan være en kilde til livskraft. Med en hverdag preget av vond og for mange livstruende sykdom, kan musikalsk aktivitet bli en form for normalopplevelse og en kilde til glede, spenning og avspenning.

Musikk har en enestående evne til å utløse assosiasjoner og følelser. Mange som har jobbet med alvorlig syke har erfart at de har et sterkt behov for gode og sterke estetiske uttrykk og inntrykk. Kanskje man vil «suge inn» livet mens man enda har det? Mange minner dukker opp, og det å arbeide med minner kan sees på som del av et større tilbakeblikk på livet. Det kan forstås som menneskers behov for å oppleve mening og helhet i et levd liv. Å fokusere på minner kan minne en selv om hvem en er, hvem man har vært, viktige personer og hendelser. Hva er min opprinnelse, hvor kommer jeg fra, og kan minnene mine også være med på å fremme en akseptering av denne siste livsfasen?

Han som hadde spilt med Jularbo følte kanskje at hans integritet var truet. Han hadde lidd mange tap, tapt helse, selvhjelpenhet, men også tapt sosial status. Det å bli minnet på sin tidligere tilværelse som spillemann på høyt nivå, og at andre får ta del i dette, ble for ham en viktig opplevelse. Han framsto plutselig for alle tilstedeværende som noe mye mer enn bare en alvorlig syk og svekket mann.

Det å arbeide med minner innenfor terapi er ikke spesielt for musikkterapi. Flere faggrupper jobber med reminisens, men innenfor reminisensterapi blir ikke minnene alltid forsøkt bearbeidet eller analysert, men møtt med empati. Man kan på den måten anerkjenne en persons følelser, og gjennom en empatisk innlevelse bekrefte at følelsen er sann.

Gjennom musikk inviteres pasientene til å delta med sine opplevelser og erfaringer. Her kan de ta i bruk sine friske sider, fortelle om seg selv, oppleve å kommunisere sine følelser i samhandling med andre.

## «A child is born»

Rita Strand Frisk

*Knut sitter bakoverlent på stolen med den afrikanske tromma foran seg. Armene henger rett ned, og han smiler og ser på meg. «Var det gøy?», spør jeg. Han nikker, opprettholder blikkontakt, og svarer «Ja!» – «Vil du spille mer?», spør jeg. Han ser seg rundt i rommet, vrir på stolen. Bak stolen står skarptromma og et cymbal. Han snur seg tilbake, ser på meg, og jeg spør: «Vil du spille på tromme og cymbal?» «Ja!», svarer han og reiser seg opp og går mot instrumentene. Sammen rigger vi det til. Skarptromma på høyre side og cymbalen på venstre side. Jeg tilbyr ham ulike trommestikker, og han tar en filtklubbe til skarptromma og en visp til cymbalen.*

*Han setter i gang å spille umiddelbart. En jevn rolig rytme på skarptromma. Jeg setter meg ved pianoet og spiller en C-dur akkord i bassen i samme tempo som ham. I samme tempo improviserer jeg videre i en C-dur skala som etter hvert blir et akkompagnement til hans rytmiske spill på skarptromma, og til en improvisert melodi hvor jeg traller. Etter hvert øker Knut tempoet, samspillet blir mer intenst og jeg begynner å synge: «Ja, du og jeg kan spille og synge sammen, hør så fint vi spiller sammen.»*

*Idet jeg har sunget sangen ferdig, smiler han og fortsetter å spille, nå skiftevis på tromme og cymbal. Så endrer musikken seg rytmisk, og Knut begynner å spille i tre-takt med betoningen på tromma (tung) og de lette slagene på cymbalen (lett, lett). Jeg svarer med å endre harmoniene, men i samme rytme som Knut. Gradvis spiller jeg meg inn i melodien «A child is born» av Thad Jones. Da skifter Knut til å bare spille på cymbalen, og det musikalske uttrykket blir mykere. Han ser på meg og smiler. Han opprettholder det første slaget i takten tungt og de andre slagene lette. Vi spiller sammen i en myk valsetakt og melodien spilles om igjen flere ganger.*

*Da vi skal spille den for fjerde gang, skifter Knut rytmekompet ved å krysse armene slik at han spiller første slaget i takten med filtklubba på cymbalen, og de andre to slagene i takten med vispen på skarptromma. Knut ser på meg og smiler, og vi fortsetter å spille melodien to ganger til i hans rytmeakkompagnement. Jeg tar initiativ til å avslutte ved å sakke på tempo de fire siste taktene i låta. Knut følger umiddelbart i samme tempo og så er musiseringen over. Han ser på meg og smiler. «Så flott!», sier jeg. «Ja!», svarer han.*

Denne fortellingen er et fortettet utdrag av en lengre improvisasjon med en elleve år gammel gutt med lettere psykisk utviklingshemming. Knut var integrert i normalskolen, men hadde vansker med å følge ordinær undervisning. Han var meget glad i musikk og fikk derfor mye ekstra undervisning av musikkpedagogen på skolen. Hun var en faglig sterk og dyktig lærer som gjorde mange «riktige» ting sammen med Knut. Det de lyktes best med var å lage sanger med egne tekster og melodier. Knut

var positiv og aktiv i arbeidet med disse. Sammen fremførte de sangene på skoleavslutninger, noe som ble positivt mottatt av elevene og lærerne ved skolen.

Knuts drøm var å spille slagverk, og i musikktimene foretrakk han å spille på tromme og cymbal. Musikkpedagogen tilrettela også for dette, men når de spilte sammen fikk de utfordringer med felles puls eller rytme. Hun forsøkte å forklare og vise ham på pedagogisk vis hvordan spille riktige rytmer og ulike taktarter på instrumentene. Men dessverre endte disse situasjonene som regel i frustrasjon, og Knut løp som oftest ut av musikkrommet.

Skolen og pedagogisk psykologisk tjeneste (PPT) trengte generell bistand til pedagogisk tilrettelegging for Knut og henvendte seg til kompetansesenteret der jeg var ansatt. Jeg ble involvert i saken da musikkpedagogens ønsket hjelp til musikkundervisningen med Knut.

Jeg startet rådgivningsarbeidet med å sette meg godt inn i Knuts kognitive, motoriske og sosiale forutsetninger. Dernest observerte jeg en musikktime på skolen. På denne bakgrunnen ble musikkpedagogen og jeg enige om en musikkterapeutisk utredning i musikkrommet på kompetansesenteret. Formålet med utredningen var å finne ut hvordan best tilrettelegge musikkopplæringa på tromme og cymbal for å unngå frustrasjoner.

Musikkrommet på kompetansesenteret var godt innredet med spennende instrumenter av god kvalitet, og ga gode opplevelse av mestring når de ble spilt på. Jeg inviterte Knut til å utforske ett og ett instrument før vi startet med improvisert samspill på noen av instrumentene. Vi startet med spaltetromma (et akustisk treinstrument stemt i en pentaton skala) og etter hvert på afrikanske trommer.

Knut startet med å spille med en filtkølle, og jeg registrerte umiddelbart at han hadde en stødig grunnrytme. Han begynte å spille på bare en tone, litt forsiktig og tilbakeholdent, til etter hvert å øke med flere toner. Gradvis ble han friere i kropp og bevegelser. Jeg vekslet med å imitere Knut og å spille egne ting i samme rytme som ham. Vi utvidet med at han fikk to filtkøller til å spille alene på spaltetromma. Jeg skiftet til å spille afrikansk tromme, mens han spilte på spaltetromma. Deretter spilte vi på hver våre afrikanske trommer. Improvisasjonene våre ble mer og mer kreative. Gjennomgående vekslet jeg med å imitere hans spill og utfordre ham i tempo (fort, langsomt, retardering) og med ulike rytmemønstre.

Etter fullført trommeimprovisasjon var det tid til å gå videre i utforskningen av nye instrumenter. Slik oppsto situasjonen i narrativet innledningsvis. Musikkterapiutredningen varte i drøye førtifem minutter. Musikkpedagogens umiddelbare tilbakemelding var først til Knut. Hun gikk bort til han, holdt han i hendene, og sa: «Så flink du er til å spille. Du kan jo spille i tre fjerdedels takt. Så uttryktfullt! Ja, nå ble jeg imponert!» Og til meg sa hun: «Du snakket lite og musikken ble til med utgangspunkt i Knuts initiativ på instrumentene. Han er jo så rytmisk, noe du tok utgangspunkt i. Uten å si et ord. Så enkelt. Du fulgte ham tett på hele tiden. Han bare strålte helt til slutt, og tretakten mestret han uten at du behøvde å vise og forklare. Han hadde den jo i seg.»

På bakgrunn av hennes tilbakemelding stilte jeg følgende spørsmål: «Er det noe av det vi gjorde som du kan gjøre sammen med Knut?» Til det var svaret et momentant: «Ja! Det er det!»

## Musikkterapeutisk utredning og modellering

Beskrivelsen fra utredningen viser hvordan jeg som musikkterapeut i rollen som rådgiver inspirerte musikkpedagogen. Veiledningsmetoden jeg anvendte var modellveiledning, en direkte rådgivningsform som hadde to hensikter (Frisk, 2008; Sæther, 2008; Vogt, 2016). For det første ønsket musikkpedagogen å observere meg i aktivitet, da hun hadde kjennskap til musikkterapi og var spent på hvordan jeg ville tilrettelegge en musikktime med Knut. For det andre ønsket jeg å utrede Knuts musikkkompetanse og motoriske forutsetninger for å spille på trommer. Et delmål her var nettopp å påvirke musikkpedagogen til å se, reflektere over og forstå musikalske ressurser og uttrykk hos eleven sin (Sæther, 2008). Med dette som bakteppe, etablerte jeg en musikalsk relasjon og kommunikasjon, der verbal kommunikasjon var minimal, og Knuts aktivitet på instrumentene var det primære. Dette i kontrast til hva jeg hadde observert i musikkundervisningen med Knut, der det var mange ord og forklaringer som resulterte i lite musikkutøvelse og gjensidig frustrasjon.

Derfor startet jeg vårt musikalske samspill med å observere og lytte til Knuts utøvelse på instrumentene før jeg intervenerte. I begynnelsen litt forsiktig og tilbakeholdt. Etter hvert startet jeg å imiterte hans spill, noe som gradvis utviklet seg til en rytmisk dialog – en nødvendig tilnærming for vårt videre musikalske forløp. Slik tok jeg også hensyn til Knuts kognitive og motoriske forutsetninger som tilsa at kompliserte teoretiske taktartsforklaringer med en påfølgende korrekt rytmisk utøvelse var umulig. Men det betydde ikke at Knut ikke kunne spille rytmisk på tromme og cymbal. Snarere tvert imot viste det seg at han hadde en velutviklet grunnrytme og stor iver etter å uttrykke seg på instrumentene. Derfor trengte jeg aldri å oppfordre ham til å spille. Han bare satte i gang. Uansett hva jeg gjorde av rytmiske forseringer eller synkoper, valg av harmonier og melodiske improvisasjoner eller andre musikalske utfordringer, opprettholdt Knut en stødig rytme. Han viste etter hvert å være musikalsk sensitiv i sin tilstedeværelse slik jeg beskriver samspillet vårt i narrativet.

Etter mine gjentatte imitasjoner av hans aktivitet på instrumentene, løftet han innimellom blikket, så på meg og smilte. En ansikt til ansikt kontakt eller nonverbal kommunikasjon, som om han ville si: «Kult! Dette er kult!» Med andre ord et uttrykk for mestringsopplevelser og glede. Å observere og prøve å forstå (tolke) den andres kroppslige responser og uttrykk i musikkterapeutisk improvisasjon, var her like nødvendig som å lytte til det improvisatoriske forløpet (Johansson, 2010).

Knut endret sitt kroppsuttrykk underveis fra å være litt «holdt» i kroppen og med litt stive (arm) bevegelser, til å være totalt kroppslig avspent og helt uanstrengt. Mestringsopplevelsene gjorde han trygg, og han spilte ut sine musikalske ideer ved å gradvis ta initiativ til rytmiske variasjoner og nye rytmemønstre – en kreativ prosess i vårt samspill. Her resulterte det i en tre-takt som inspirerte meg til å spille melodien *A child is born*. En tradisjonell jazzmelodi som jeg på forhånd ikke hadde planlagt. Et høydepunkt i vår musisering der jeg opplevde et likeverdige møte i musikken. Å spille i valsetakt viste seg å ikke være noe problem for Knut. Det også kom helt naturlig, der han varierte måter å spille på, spesielt der han trakterte stikkene ved å krysse armene og spilte skiftevis med filtkølla på cymbalet og vispen på skarpromma.

Det som her er sentralt, er at jeg ikke presset Knut inn i vårt musikalske forløp. Sammen skapte vi vår egen musikalske vei med rom for gjensidig fri utfoldelse. Improvisasjonen ble mulighetens rom der tiden ble styrt av oss, og ikke vi av den. Eller som Ruud (2013: 42) formulerer det: «... improvisasjonens vesen, den prosessaktige kreativitet, som samtidig som den utvikler seg i tid, kobler mennesker sammen i en felles situasjon».

Johns (2008) skriver om å bruke tid i terapi:

*Tid kan se ut som et selvtuttrykk for opplevelsen av å kunne utforske og påvirke hendelse og bli forstått. Svaret på hva som da er tilstrekkelig tid er da ikke nødvendigvis mye kronostid, men å skape et tilstrekkelig ramme for å erfare felles opplevelsestid. Å bruke tiden kan da forstås som kvalitative opplevelser av å være i relasjon (2008: 81).*

Improvisasjonen koblet oss sammen og ble en ramme for gode opplevelser av samspillet, som ledet til en gjensidig anerkjennelse av hverandre. Om *anerkjennelsens rolle* skriver Trondalen (2008: 39) at den: «... først og fremst dreier seg om å styrke selvet i en relasjon (det relasjonelle selv), med tanke på økt evne til selvavgrensning og autonomi.» Selvavgrensning og autonomi var overordnet i den musikkterapeutiske utredningen, det fremmet det rytmiske og musikalske samspillet og nye kreative ideer eller handlemuligheter oppsto (Ruud, 2015).

Musikkpedagogen observerte disse. Hun så verdien av å imitere, improvisere og skape tid og rom for det autonome og selvavgrensende framfor å forklare eller illustrere. Dette bekreftet hun da hun spontant etter improvisasjonen trakk fram alt som gikk bra, og måten jeg var sammen med Knut på. Slik mener jeg modellveiledningen ledet til modellering og inspirasjon til å videreføre og videreutvikle noe av det hun hadde observert. Vogt (2016: 95) skriver om modellering, og viser til at den også er omtalt som imitasjonslæring, observasjonslæring og vikarierende læring. Disse spiller en stor rolle for tilegnelse av en rekke praktiske og sosiale ferdigheter. For det er nettopp de (musikal-ske)sosiale ferdighetene som her er i fokus. I følge Vogt er dette en atferdsteoretisk rådgivning som innebærer at: «... rådgiveren hjelper rådsøkeren til å gjennomføre *egne* planer som kan forsterke ønsket adferd og redusere uønsket (ibid: 89)».

Musikkpedagogens plan var å få hjelp til egen undervisning, og hun var derfor klar over at hun måtte endre sin musikkpedagogiske tilnærming. Det mener jeg skjer allerede i hennes respons, der hun trekker frem at jeg snakket lite, og at musikken ble til med utgangspunkt i Knuts initiativ på instrumentene. I sine beskrivelser ligger det en indirekte korrigerende av seg selv og i tråd med det Vogt beskriver som «å forsterke ønsket adferd og korrigerende uønsket». En slik selvkorrigerende kan i denne casen beskrives som et gyllent øyeblikk av oppnåelse i rådgivningen, da korrigeringen eller endringene skjer som et resultat av hva hun har opplevd og ikke utfra ulike forklaringer eller forslag fra meg. Jeg stilte bare det ene spørsmålet: «*Er det noe av det vi gjorde som du kan gjøre sammen med Knut?*» Hun svarte bare ja, og delte ikke med meg da hva hun kunne gjøre videre.

## Ny musikkpedagogisk praksis

Som tidligere nevnt var rådsøker en dyktig musikk lærer og utøver på sitt hovedinstrument, elektrisk gitar. I tillegg hadde hun i observasjonsrollen fått ny kunnskap om Knuts rytmiske kompetanse, eller som hun selv formulerte det: «*Han hadde den jo i seg!*» Med andre ord, nå trengte hun ikke lenger å undervise ham i å spille ulike rytmer og taktarter. Denne oppdagelsen fikk stor betydning og positive konsekvenser for hennes videre undervisningspraksis.

Jeg fulgte musikkpedagogens videre arbeid i et halvt års tid. Hennes nye pedagogiske tilnærming ga Knut mer frihet og muligheter til å påvirke innholdet i musikktimene, og ga ham nye erfaringer og nye mestringsopplevelser. Et godt eksempel på det ser jeg i videoopptaket jeg tok av den siste musikktimen jeg observerte i dette rådgivningsopdraget:

*Knut sitter bak skarptromma og cymbalet. En medelev sitter på hans venstre side med bassgitar. På bassgitaristens venstre side står en medelev med en mikrofon i hånden, solisten. Ingen ting skjer, og det er helt stille. Etter noen sekunder kommer musikkpedagogen og en lærer inn i musikkrommet. Musikkpedagogen setter seg bak Knut og bassisten, men mellom dem, slik at hun kan se dem begge. Så rigger hun seg til med elgitaren og gjør seg klar til å spille. Læreren går direkte til pianoet. Gitarene stemmes og pianisten avtaler med den lille besetningen gangen i sangen de skal spille. Så starter pianisten å spille introen til «Nikita» av Elton John. Det blir litt prøving og feiling, før pianisten teller bestemt opp: 3 - 4 og på slaget er de i gang.*

*Knut sitter avslappet med armene, venstre arm hviler på venstre lår, hendene er krysset og han har en visp i hver hånd. Han spiller med stødig rytme og med et mykt uttrykk. Han flytter blikket fra å se på instrumentene sine til å se på de andre, og smiler. Det er også rigget opp en mikrofon foran Knut. Når refrenget synges, hører vi Knut synge med en klar og ren stemme, og med velartikulert tekstuttale. Sangen synges på engelsk. Musikkpedagogen synger sammen med ham samtidig med at overkroppene deres gynger fra side til side; synkront og rytmisk.*

*I det solisten synger neste vers, stopper Knut å synge, men opprettholder en god rytmisk energi på skarptromma og cymbalet. Han ser oppmerksomt på de andre og overkroppen begynner igjen å gynges lett fra side til side, mens blikket hans fester seg på solisten som fortsatt synger på annet vers. Så igjen refrenget, og Knut og musikkpedagogen synger med. Musikkpedagogen er nå mer tilbaketrukket, idet Knut gynger mer markert fra side til side. Mot slutten av refrenget lener Knut seg nærmere mikrofonen som står foran ham, og igjen høres stemmen hans med en velartikulert tekst. Sangen går mot slutten, pianisten sakter tempoet, de andre gjør det samme og alle avslutter samtidig. Knut smiler.*

Her har det skjedd en tydelig utvikling hos Knut. Han koordinerer motorisk aktivitet på instrumentene og myke gyngende bevegelser med overkroppen med vokal deltagelse, samtidig som han er oppmerksom overfor de andre i ensemblet. Å spille slagverk var hans drøm, og den ble kanskje innfridd som «trommisen» i dette lille ensemblet. Det er slående hvor avslappet og fri han fremstår, og han viser en stålkontroll på det han gjør. Han spiller uanstrengt på skarptromma og cymbalet, og like uanstrengt synger han med i refrenget mens overkroppen gynger fra side til side, samtidig med at han opprettholder den stødige rytmen på instrumentene. I tillegg flytter han oppmerksomheten fra sin egen musikkutøvelse på instrumentene til å rette blikket mot de andre, en sosial deltagelse og med et overskudd der han klarer både å se og høre de andres musikkutøvelse.

Det som overrasket meg var hans vokale deltagelse, hans klokkeklare stemme. Knut snublet aldri i teksten og sang på engelsk med tydelig formidling. Han var aldri i tvil om når han skulle synge med i refrenget, og hver gang startet han samtidig med solisten.

Oppsummert viser Knut her, fra begynnelse til slutt, en musikalsk og sosial tilstedeværelse og glede i musiseringen. Sangen de spilte, *Nikita* av Elton John, var på dette tidspunktet en av hans favoritter. Å spille musikk som han likte godt kan ha påvirket hans motivasjon og deltagelse i musikken, og derigjennom bidratt til at fremføringen ble så vellykket.

## Rådgivning

Vogt skriver at i direkte rådgivning bør man være seg bevisst ikke å betrakte den unge kun i lys av sine problemer og diagnoser, og ikke ha for lave forventninger til måloppnåelse:



*En må betrakte den unge som en unik person, og som for alle andre være spesielt opptatt av å avdekke og utnytte ressurser og muligheter. Når nederlagsopplevelser og medfølgende angst, frustrasjon, motivasjonssvikt og tendenser til depresjon er utpreget, er det desto viktigere å fokusere på talent, spesielle interesser og annet potensial for vekst (Vogt 2016: 256).*

Denne casens utgangspunkt var frustrasjon og opplevelse av nederlag, både hos Knut og musikkpedagogen. En gjensidig fortvilelse, da Knut løp vekk fra undervisningssituasjonen da han ikke forsto eller fikk til å gjøre det musikkpedagogen viste eller forklarte. Utover det var musikkpedagogen dyktig til å utnytte Knuts ressurser og muligheter. Da klarte hun også å ta hensyn til hans kognitive, motoriske og sosiale forutsetninger.

Vogts fokus er i tråd med musikkterapeutisk teori og praksis, og den musikkterapeutiske utredningen var i tråd med Ruuds formulering: «For musikkterapeuten ligger utfordringen i å være lydhør over for hva som kommer av musikk og lyder fra den andre – plukke opp, følge, støtte, bevare, utvikle, kontrastere og utfordre, svare på og imitere» (Ruud, 2013: 41–42).

Med en slik klinisk tilnærming ivaretok jeg Knuts forutsetninger, og resultatet ble fokus på hans rytmiske talent og musikalitet. Musikkpedagogen spilte videre på dette talentet, noe som resulterte i at han fikk rollen som «trommisen» i et lite ensemble. Det var dette han nå likte aller best. Vogt (2016) skriver at rådgivning primært er å gi hjelp til selvhjelp, noe jeg mener denne casen er et godt eksempel på.

Rådgivning i arbeidsfeltet har mange kjennetegn. Vogt (2016) redegjør for disse og skriver at rådgivning arter seg forskjellig, fordi den blir brukt innenfor mange yrker og profesjoner. Kjennetegnene han beskriver passer best innen sosialpedagogisk-, spesialpedagogisk- og pedagogisk psykologisk rådgivning. Kjennetegnene han redegjør for tror han kan: «... ivareta mangfoldet av arbeidsoppgaver og samtidig være egnet til å profilere et arbeidsfelt som et helhetlig område, som skiller seg fra både terapi og undervisning» (ibid.: 33).

Min tilnærming som rådgiver i denne casen hevder jeg er i dette skjæringspunktet mellom terapi og undervisning. En relasjon der jeg på den ene siden gjør en musikkterapeutisk improvisasjon for å utrede kompetanse, talent og muligheter, og på den andre siden håper å inspirere til nye musikkpedagogiske handlemuligheter. I begge relasjonene presser jeg ikke noe fram, men overlater til de andre gjennom den dynamiske relasjonen å gjøre hverandre gode. Dette skjer når jeg lar Knut vise vei, og jeg, etter vår improvisasjon, stiller musikkpedagogen et enkelt spørsmål der svaret begrenser seg til et ja. Noe som resulterte i nye handlemuligheter tilbake i musikkrommet der denne casen hadde sin begynnelse.

Vogt skriver om multiteoretiske tilnærminger i sin bok om *Rådgivning i barnehage og skole*. Her viser han blant annet til at prinsipper som salutogenese og empowerment:

*... har inspirert til søken etter effektive metoder i en rådgivningsprosess som legger vekt på å oppdage og utnytte styrke, mestring og vekstmuligheter. Den humanistiske grunnholdningen kombineres med teknikker og ferdigheter fra kognitiv atferdsteori, som skal sikre en helhetlig prosess frem mot konkrete forbedringer for rådsøker (ibid: 180).*

Jeg er ikke så glad i ord som metode og teknikker, slik Vogt trekker frem her. For meg er det statiske og mekaniske begreper, og det motsatte av improvisasjon. Improvisasjon er i sin natur, slik jeg forstår det og anvender den selv, dynamisk og bevegelig og kan i stor grad ivareta prinsipper som salutogenese og empowerment. Jeg har her forsøkt å vise hvordan improvisasjon er en effektiv

tilnærmingsform i rådgivning. Jeg har i presentasjonen av fortellingen vist hvordan musikkterapeutene legger vekt på å oppdage og utnytte styrker, gi mestringsopplevelser og vekstmuligheter med fokus på en helhetlig prosess for å fremme konkrete forbedringer for dem som søker råd. Her ble dette vist med en case fra den pedagogiske arenaen, noe som imidlertid er overførbart til andre institusjoner og arenaer.

Etter nærmere førti år i arbeid med musikkterapi, ser jeg et stort behov for musikkterapeuter i dagens samfunn. Utfordringene våre er politiske, for vi trenger flere studieplasser og stillinger for å kunne nå ut til flere. I mellomtiden trøster vi oss med at vi vet at det gjør en stor forskjell der det ansettes en musikkterapeut. Dette fordi musikkterapeutene ivaretar arbeid med både følelser, tanker og adferd.

## Litteratur

- Frisk, R. S. (2008). Musikkterapeutisk rådgivning i et statlig kompetansesenter. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 301-317. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Johns, U. (2008). «Å bruke tiden – hva betyr egentlig det?» Tid og relasjon – et intersubjektivt perspektiv. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 67-85. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Johansson, K. (2010). Kroppslig samspill i musikkterapi. I K. Stensæth, A. T. Eggen og R. S. Frisk (red.) *Musikk, helse og multifunksjonshemming*, s. 23-39. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 3. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Ruud, E. (2013). *Musikk og identitet*. 2. utgave. Oslo: Universitetsforlaget.
- Ruud, E. (2015/1997). Nye handlemuligheter. I E. Ruud: *Fra musikkterapi til musikk og helse. Artikler 1973-2014. Bind 1*. Senter for musikk og helse. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Sæther, R. (2008). Musikkterapeuten som veileder for annet fagpersonell. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 317-329. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Trondalen, G. (2008). Musikkterapi – et relasjonelt perspektiv. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse 30 år med norsk musikkterapi*, s. 29-49. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Vogt, A. (2016). *Rådgivning i skole og barnehage. Mange muligheter for hjelp til barn og unge*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

## Frå gymsal til Garage

Øystein Lydvo

### Samfunnsmusikkterapi på DPS

*Det er ein varm sommardag på Vestlandet. Funny Hearts skal spele på ein festival utanfor Bergen. Som bassist og sjåfør er eg på veg for å plukke opp resten av bandet. Tom, trommisen i Funny Hearts, står utanfor nærbutikken sin som avtalt. Han bur ikkje så langt frå spelestaden, heimbygda til gitaristen. Då Tom set seg inn i bilen seier han at han som vanleg er nervøs, men at det skal gå bra i dag også, slik det alltid har gjort. Me brukar litt tid på å finne fram til Erik, vokalist, gitarist og låtskrivar i Funny Hearts. Han har nyleg kjøpt seg leilegheit, og inviterer oss opp for å sjå. Erik er tydeleg stolt over å ha fått sitt eige. Han syner oss rundt i leilegheita og fortel om terrasseplanar utanfor huset. Han gledar seg til å spele på heimebane, og stemninga er god då me trillar inn på festivalområdet.*

*Lydprøven er forseinka, slik den gjerne brukar å vere, og me får tilbod om å vente på den lokale kafeen rett over gata. Der får me velje oss det me vil frå menyen, på arrangøren si rekning. Fleire kjende av Erik kjem bort til bordet vårt og seier at dei gledar seg til å høyre det nye bandet hans.*

*Etter lydprøven er det ei god stund til me skal «gå på», då fleire band står på plakaten. Me tek ei runde i gata, for å sjå om det er noko av interesse på marknaden. Erik og Tom kjøper cd'ar og musikk-dvd'ar, medan eg finn nokre gamle LP-plater. Det er framleis litt tid før konserten, så me tek ein utekaffi i det fine veret, ser på platene me har kjøpt og diskuterer musikk. Her er alt frå country og western til breakbeat og stoner rock. Me lærer alltid noko nytt av kvarandre i slike samtalar, då alle er lidenskapeleg interessert i musikk.*

*Konserten går fint, og me får selt nokre plater som me har trykt opp sjølve. Etterpå blir me ståande og prate med nokre slektningar av Erik som er glade for å sjå han på scena igjen. Me takkar lydteknikaren for jobben, pakkar i bilen og køyrer heimover. Erik og Tom seier at dei har hatt ein fin dag, men at dei og er slitne. Erik vil slappe av heime i leilegheita i kveld, medan Tom skal grille med familien. I bilen attende tenkjer eg at eg har hatt ein triveleg dag med «bandet mitt». Det er slik det kjennest; «nok ein vellukka spelejobb med Funny Hearts». Men det eg skal gjere før eg reiser heim, gjer det til ein spelejobb litt utanom det vanlege: Eg skal innom jobben og bytte ut tenestebilen med privatbil, eg skal skrive avspaseringstimar, og eg skal journalføre spelejobben i pasientjournalane.*

## No more sad times

Stone, Cold Rock'n Roll Life  
Evil Dark Sunlight  
So Free and Undefined  
No More Sad Times, That's Why

Dette er historia om bandet Funny Hearts, som var eit musikkterapitilbod på eit distriktspsykiatrisk senter (DPS) i tre år. Det som skil Funny Hearts frå andre musikkterapiband eg har jobba med i psykisk helsevern, er at pasientane etter ei tid ynskte å ta steget ut for å spele på vanlege konsertscener – heretter kalla for «regulære spelejobbar». Dei hadde også ein draum om å gje ut plate. Med desse målsetjingane i sikte, var det naturleg å setje i gong samfunnsmusikkterapiprojektet Funny Hearts. I denne forteljinga får du følgje Funny Hearts frå fyrste øving inne på DPS, til konsertar, plateinnspeling og avslutning av prosjektet. Eg ynskjer å fokusere på tilfriskinga pasientane hadde i musikkterapien, samt utfordringar med det å jobbe med samfunnsmusikkterapi på DPS-nivå. Band- og pasientnamn er anonymisert.

## Eit lågterskeltilbod

I same tidsrom fekk eg tilvising til musikkterapi frå behandlarane til to polikliniske pasientar. Behandlarane til desse to pasientane, som i båe tilfelle var psykologar, var på dette tidspunkt ikkje klar over tilvisinga til den andre, og pasientane hadde enno ikkje møtt kvarandre. Ingen av pasientane hadde tidlegare gått i musikkterapi, men dei hadde gått i samtaleterapi og fått medisinsk behandling.

Erik, som var i midten av 30-åra, hadde på denne tida lite sjukdomsinnsikt og ynskte i liten grad å ha kontakt med psykisk helsevern. Han møtte sjeldan til avtale, og budde heime hjå foreldra sine. Livet hans var prega av rus, familiekonfliktar og sosial tilbaketrekking. Han hadde vore aktiv som musikal tidlegare, men i mindre grad etter at han fekk psykosesymptom. Han fekk seinare diagnosen paranoid schizofreni. Behandlarane til Erik var klar over at han hadde ei sterk musikkinteresse, og han blei tilvist musikkterapi. Men Erik, som i utgangspunktet var negativ til behandling, var forståeleg nok skeptisk til musikkterapi. Han hadde derimot sagt seg villig til å helse på musikkterapeuten. Eg vart invitert inn i ein av samtaletimane, for å fortelje om musikkterapi.

Noko av det fyrste Erik sa til meg då eg kom inn var at han ikkje var interessert i å byrja i musikkterapi. Han ville likevel høyre på kva eg hadde å seie. I eit forsøk på å «ufarleggjera» terapiomgrepet, fokuserte eg på arbeidsmetodane, og la hovudvekt på arbeidsmetoden som eg rekna med appellerte aller mest til Erik: Å spele i band. Vidare ynskte eg å formidle musikkterapi som eit lågterskeltilbod, og spurte difor om han hadde lyst til å bli med å «jamme» etter samtalen. Erik var «spelesugen», hadde lyst til å byrja å spele i band igjen, og takka umiddelbart ja til ein uforpliktande jam på musikkrommet.

*Me sette oss ned med kvar vår kassegitar og noteboka «Rock og Ballader». Som musikkterapeut fokuserte eg i dette fyrste møtet på å finne balanse mellom å leie og å følgje. Var Erik trygg nok til å ta initiativ i samspelet? I kor stor grad hadde han behov for rettleiing og igongsetjing frå meg? Eg hadde lagt merke til at han kunne framstå som litt utflytande i samtale.*

*Ville dette også bli ei utfordring i det musikalske samspelet? Dette var tankar som streifa meg før me landa på «The River» frå noteboka. Eg oppdaga fort at Erik var ein røynd og trygg muskar bak gitaren. Han var tydeleg og fokusert, tok initiativ, tilpassa seg mine initiativ, og det tok ikkje mange minutt før me hadde fått i gong eit likeverdige samspel. Det fyrste møtet vart vellukka, og Erik var allereie klar for å setje opp ein ny avtale neste veke.*

## Eit ufarleg rom

Tom, som var i midten av 20-åra, hadde i slutten av tenåra søkt hjelp hjå fastlege grunna etevegring, angst, depressivitet og sosial tilbaketrekking. Han hadde hatt tendensar til psykose, men dei psykiske plagene hans var no i hovudsak knytt til generalisert angst. Tom budde også heime hjå foreldra sine. Musikkterapidebuten til Tom og Erik har mange fellestrekk. Tom var i utgangspunktet skeptisk til musikkterapi, men hadde sagt seg villig til å helse på musikkterapeuten. Han hadde studert på universitetet, og var fyrst og fremst interessert i musikkterapi som fag. I dette tilfellet vart eg også invitert inn i timen til behandlar, for å informere om musikkterapitilbodet.

Eg brukte stort sett same tilnærming som med Erik, med eit unnatak. Eg opplevde Tom som meir prega av angst enn Erik, og rekna difor med at eit forslag som ville innebære at han skulle prestere noko kom til å bli avvist. Eg spurte difor om han kunne tenkje seg å sjå musikkrommet, utan å forplikte seg til noko som helst. Dette tilbodet oppfatta Tom som så pass ufarleg at han kom ned på kontoret mitt etter samtalen. Me tok fyrst ein kaffi på aktivitetsrommet og prata om musikk. Tom fortalte at han hadde el-slagverk heime, og at han hadde ei særleg interesse for breakbeat. Han øvde mykje på eiga hand, men hadde lita banderfaring.

*Då Tom kom inn på musikkrommet og fekk auge på slagverket, lyste han opp. Eg spurte om han ville prøve trommene. Han let seg ikkje be to gongar. Tom sette seg bak trommene og fikla litt med trommestikkene. Han virka nervøs og usikker, og eg forventa at dette kom til å gjenspegle seg i tromminga. Brått byrja Tom å spele med eit slikt volum og ein slik autoritet at eg nesten kvapp til. Grooven var funky og gav meg assosiasjonar til James Brown. Eg treiv bassen og byrja å spele med. Her var akkurat nok luft i grooven til at eg kunne fylle inn med 16-delsdamping utan at det vart travelt. Tom var stødig og det var lett å hengje seg på. Bass og trommer smelta saman i ein improvisert jam som varte i fleire minutt – Tom med sine breakbeatreferansar og eg med mine funkreferansar. Eg skjøna fort at Tom hadde øvd mykje, for handverket hans var på eit høgt nivå. Eg erfarte at han stort sett hadde spelt aleine, då kommunikasjonen i samspelet var svært begrensa. Tom såg mest ned når han spelte, og det var vanskeleg å få augekontakt. Men han verka trygg bak trommene, og var mykje mindre prega av angst under og etter samspelet. Ny avtale vart sett opp veka etter.*

Det som var avgjerande for at Erik og Tom skulle takke ja til tilbod om musikkterapi, var at behandlarane deira hadde tru på at dei kunne dra nytte av musikkterapi, trass i motvilje frå pasientane si side, og at eg som musikkterapeut prøvde så godt eg kunne å leggje til rette for at det fyrste møtet vart vellukka.

## Ressursfokus

Det vesentlige ved lykken er ikke rikdom og nytelse,  
men aktivitet, den frie utfoldelsen av evner,  
samt vennskap med gode mennesker.

*Aristoteles*

Arbeidet mitt er i hovudsak tufta på ressursorientert musikkterapi (Rolvsjord, 2007). Det at ressursar er tilgjengelege når ein er sjuk er eit gjennomgåande samtaletema med pasientane. Det å styrke dei friske sidene blir då ein viktig del av behandlinga. Ressurs- og interessefokus har etterkvart fått meir fotfeste i behandling ved DPS-et eg jobbar på. Ved å bruke eit salutogenetisk perspektiv i møte med pasientane, vert det lagt til rette for at pasientane i større grad får bruke interessene og ressursane sine (Antonovsky, 2012). I Helsedirektoratet sine nasjonale faglige retningslinjer for utgreiing, behandling og oppfølging av psykoselidingar er musikkterapi særleg tilrådd for å redusere negative symptom (Helsedirektoratet, 2013). Negative symptom kan mellom anna vere tiltaksløyse og sosial tilbaketrekking. I løpet av tida eg har jobba som musikkterapeut ved DPS har eg erfart at gjentekne opplevingar av glede, begeistring og interesse er noko av det som kan auke motivasjonen til pasientane. Psykologen Barbara Fredrickson har lansert ein eigen teori om dei positive kjenslene sin funksjon, «The Broaden and Build Theory» (Fredrickson, 2001). Ho meiner at kjensler som begeistring, glede og interesse har ein dobbel funksjon gjennom å utvide merksemda vår, gjere oss nyfikne på det ukjente og drive oss framover. Individ utviklar positive kjensler for kvarandre og tek vare på kvarandre. Kjensler som begeistring og interesse gjev oss difor både energi og retning, og kan virke som «relasjonelt lim» i sosiale settingar (Røysamb, 2013). Går me tilbake til 1950-talet, ser me at fokus på interesser og fellesskap var viktig i behandling av psykiske plager allereie då. I boka *Levet livet riktig* kan me i kapittelet «Nervene» lese at sunn rekreasjon er viktig for å skaffe god balanse i nervesystemet. «Den beste form for rekreasjon får man når man er to eller tre sammen, slik at det blir felles glede. Det må være behagelig og interessant for å gi det best mulige resultat» (Abrahamsen, 1957).

## Praksisfellesskapet

Praksisfellesskap er grupper av mennesker som deler en bekymring eller et felles engasjement for noe de arbeider med – og slik lærer de av hverandre hvordan de stadig kan gjøre det bedre fordi de samhandler regelmessig.

Lave og Wenger, 1991, sitert i Rundberg 2009

Det har vore naturleg for meg å bruke bandsamspel som arbeidsform. I tillegg til at det er ei arbeidsform eg trivast med, har eg erfart at praksisfellesskapet veks naturleg fram i eit band. Eit band er nesten som eit miniatyrsamfunn, og ein naturleg arena for sosial trening. I eit band kan ein oppleve noko så sjeldan som ei positiv kjensle av å tilpasse seg andre (Ruud, 1990). Det relasjonelle limet kan då vere å jobbe mot eit felles mål, som å øve inn repertoar til konsertframføring eller studioinnspeling. Som musikkterapeut er eg forankra i den humanistiske tradisjonen. Eg har tru på at det er gjennom likeverdige relasjonar og «flat bandstruktur» at ein som musikkterapeut i størst grad legg til rette for relasjonell kompetanseheving hjå gruppedeltakarane.

For å etablere praksisfellesskapet tenkjer eg at det kan vere eit føremon at musikkterapeuten er «bandmedlem», heretter kalla «utøvande musikkterapeut». Ein vil då i størst mogleg grad leggje til rette for likeverdig pasient-terapeut relasjon. Eg brukar sjeldan samtale som planlagt aktivitet i bandgrupper, då eg ynskjer at pasientane skal oppleve det friske som ligg i det å delta på ei vanleg bandøving. I staden avtalar eg evaluering med kvar enkelt gruppedeltakar nokre gongar i året, der me snakkar om progresjon i høve til personlege mål. Ei av styrkane til musikkterapi er dei såkalla «side-ved-side samtalane», det å kommunisere gjennom samhandling og felles aktivitet (Boine, 2005; Krüger & Strandbu, 2015). I desse uformelle samtalane kan musikkterapeuten i nokre tilfelle få betre emosjonell tilgong enn samtaleterapeuten. Det er difor svært viktig å følgje opp verbale initiativ frå pasienten. Recovery, der ein ser på pasienten som ein aktiv deltakar i behandlinga i staden for ein passiv mottakar, er sentralt i arbeidet mitt (Solli, 2014). Recovery-perspektivet fekk allereie på 1990-talet fotfeste ved DPS-et eg jobbar, og har etter kvart blitt godt integrert i fagmiljøet der. Vel vitande om at pasientomgrepet er noko omstridt i recoverytradisjonen, brukar eg omgrepet i denne forteljinga, då eg ynskjer å bruke terminologien i psykisk helsevern.

## Den fyrste avtalen

Veka etter det fyrste møtet møtte Erik og Tom til sin fyrste individuelle time i musikkterapi. Erik hadde skrive ein ny låt til timen, og han starta med å presentere denne for meg:

*Gitarlyden var «crunchy» med ei aning «vreng». Riffet var fengjande, og komplisert. Akkurat i det eg byrja å «knekke koden» på den instrumentale introen kom eit tonalt rykk, og eg vart kasta inn i fyrste vers utan førevarsel. Ei lita bru kunne ha vore til hjelp, gjort det enklare og meir føreseieleg, men kanskje også kjedelegare? Den røffe introen skapte forventningar til «rocka» vokal, men i staden kom ei vakker falsettstemme som skapte spanande kontrastar til riffet. Melodifraseringa virka gjennomtenkt, med utsøkt toneval. Eg hadde problem med å hengje med på bassen, og etter fyrste gjennomkøyring måtte eg be om å få sjå på besifringa Erik hadde notert på tekstarket sitt. Han hadde ikkje notert basstonane, som sjeldan var grunntonen, så i staden måtte Erik syne meg kva han spelte, og me prøvde oss fram med ulike bassgongar. Der eg var i tvil, kom Erik med oppmuntrande forslag, og han rosa bassgongane som fall i smak. Han stod fram som som ein støttande og tolmodig instruktør i denne prosessen.*

Komposisjonane til Erik var vanskelege å sjangerdefinere. Sjølv hadde eg få musikalske referanserammer. For å klare å spele desse kompliserte låtane saman, var me avhengige av å få i gong eit godt samarbeid. At eg som musikkterapeut var audmjuk og sa at dette treng eg hjelp til å øve inn, kunne opplevast som ei tillitserklæring til Erik. Han synte omsorg overfor meg som musikkterapeut, og han fekk erfare at musikalske og menneskelege evner kom til nytte (Rolvjord, 2015). Når terapeut og pasient kan veksle mellom å vere «lærer og elev», kan ein få i gong ein gruppedynamikk som inviterer til likeverdige relasjonar. Saman la Erik og eg grunnlaget til eit fruktbart og langvarig praksisfellesskap i denne timen.

## Det uformelle rommet

*Tom: – Eg har så mykje angst i dag at eg var usikker på om eg klarte å kome. Har du ein kopp te?  
Tek ikkje sjansen på kaffi i dag. (Koplar telefonen til anlegget og set på musikk.)  
Musikkterapeut (MT): – Veldig bra at du kom likevel. Er det noko spesielt som plagar deg i dag?  
(Set på vasskokar.)  
Tom: – Nei, berre, masse tankar... Og så prøver eg å trappe ned på medisiner.  
MT: – I samråd med behandlar?  
Tom: – Jada, skal til behandlar etterpå... No må eg berre høyre litt på musikk, drikke te og samle meg.  
MT: – Ja, det brukar vel å gå betre når du kjem i gong med spelinga?  
Tom: – Ja, eg skal nok klare å spele av meg angsten i dag også. (Smiler.) Når kjem Erik?  
MT: – Han ringte og sa han kom kvart på. Kva høyre du på? (Skjenkar i te.)  
Tom: – «Music for airports». Virkar alltid roande på meg. Klassikar! Ambient er eigentleg bakgrunnsmusikk. Det var det Brian Eno oppdaga då han vart sengeliggjande etter ei bilulykke på 70-talet og... (Samtalen held fram om musikk.)*

På DPS-et har me eit aktivitetsrom som er tilknytta musikkrommet. Rommet fungerer som ein møtestad for musikkterapibrukarane på huset. Der møtast ein gjerne for prat og kaffi ein halvtimes tid før musikkterapitimen. Sidan kontoret mitt er i same fløy, tek eg i mot pasientane når dei kjem, og det står då nytrakta kaffi på TV-kanna. Sjølv deltek eg på delar av eller heile denne «kaffipraten», alt etter kor travelt eg har det. I tillegg til at dette er ein måte å førebu seg til timen på, opplever eg at pasientane kan gje god emosjonell kontakt i desse uformelle samtalane, og at det kan kome fram informasjon som er relevant for behandlinga. I episoden som er skildra innleiingsvis, fekk eg vite at Tom var i ferd med å trappe ned på medisiner, og kunne ta hensyn til det i timen. Dette er informasjon eg kunne gått glipp av dersom me hadde gått rett inn på musikkrommet.

Når eg ikkje er til stades, men sit på kontoret mitt med open dør, har eg inntrykk av at pasientane kan gje betre emosjonell kontakt seg i mellom. Det er difor viktig å leggje til rette for samver både med og utan terapeut. Ein skal ikkje undervurdere ein slik uformell møteplass, og det kan reknast som ein del av behandlinga. Erik og Tom har brukt å møtast 30 minutt før øving, og eg er ikkje i tvil om at det har vore ei viktig investering i praksisfellesskapet til Funny Hearts. For Tom sin del har det vore viktig å bruke denne halvtimen til å «tone seg inn på øvinga». Som me ser i skildringa kan han vere prega av angst og tankekøyr når han kjem til avtale, og har då behov for å dele vanskelege tankar og kjensler før me går inn på musikkrommet. I det «uformelle rommet» kan han leggje bort det som er vanskeleg, noko som kan føre til auka fokus og meistring under øvinga. I den nemnde skildringa trekte eg meg tilbake på kontoret for å fullføre journalnotat frå føregåande time, og etter ei stund dukka Erik opp. Pasientane synte fyrst omsorg for kvarandre, gjennom å spørje korleis den andre hadde det. Gradvis vart samtalen pensla over på musikk, og fokus vart flytta i frå problem og bekymringar til ressursar og interesser. Når det var tid for musikkterapi var Tom og Erik i «spelemodus».



## Individuelle målsetjingar

Når jeg kjører på med vokalen til det nesten feeder inne på det lille betongrommet, er jeg en badass rockevokalist uten hemninger. Musikken er mer terapeutisk enn en psykologtime.

Stig Mass Andersen *Bipolar Superstar*

Funny Hearts hadde sidan oppstart fast øvingstid ein klokke time i veka. I tillegg hadde Erik 45 minuttar med individuell musikkterapi det fyrste året, etter ynskje frå han sjølv og døgnavdelinga han då budde på. Både i dei individuelle timane og i gruppetimane jobba me med å arrangere og å øve inn Erik sine låtar. Eg brukar som regel ikkje å setje opp individuelle målsetjingar før det har gått ei tid, med mindre det ligg føringar i tilvisinga frå behandlar. Det er fyrst etter at eg har sett pasientane i interaksjon over tid at eg har grunnlag for å setje opp individuelle målsetjingar. Kollektive målsetjingar for Funny Hearts var tydeleg i frå fyrste øving: Arrangere og øve inn Erik sine komposisjonar til framføring og innspeling. Veka etter at Erik og Tom hadde hatt sin fyrste individuelle avtale, var dei allereie klare for si fyrste bandøving.

*Erik er oppglødd når han kjem på aktivitetsrommet i dag: Han har skrive ein ny låt! Når me kjem inn på musikkrommet presenterer han låten for Tom og meg. Me likar låten og gjev gode tilbakemeldingar til Erik. Det blir ein gjennomgang med kun gitar og bass fyrst, slik at eg kan lære meg akkordane. Etterpå forklarar Erik kva «groove» han har tenkt seg, og Tom spelar med. – Kva med å doble tempoet på refrenget, spør Tom, etter fyrste gjennomkøyring. – Nei, det passar ikkje, svarar Erik. – Ok, svarar Tom. – Det kunne jo kanskje vore ein fin variasjon i låten, skyt musikkterapeuten inn. – Trur ikkje det, svarar Erik, og me øver inn låten slik Erik føreslår.*

Som me ser i denne skildringa, så framstår Erik som rigid og Tom som konfliktsky. På dette tidspunktet kjende eg ikkje pasientane godt nok til å utfordre dei ytterlegare. Nokre av målsetjingane til Erik var å trene på å bli meir lydhøyr i samarbeidet, og å vere villig til å prøve ut andre sine innspel til arrangement, sjølv om det måtte avvike i frå slik han hadde tenkt det opprinneleg. Tom sette seg mellom anna som mål å våge å stå for meiningane sine og å våge å vere usamd.

Tom og Erik tok tak i målsetjingane sine, og etter nokre månader med målretta trening kunne skildringa sjå slik ut:

*Tom: – Kva med å doble tempoet på refrenget?*

*Erik: – Nja, trur du det?*

*Tom: – Kan me ikkje gjere eit forsøk då?*

*Erik: – Ok, me gjer eit forsøk!*

Dersom eit samarbeid skal fungere over tid bør alle sine interesser bli ivaretatt. Kvar bandmedlem må få kjenne på tilhøyre, meining og verdsetjing (Økland, 2013). Me var no komne dit at det var bandet sitt felles mål om å skape god musikk som låg til grunn for om forslag til arrangement vart tatt i bruk eller ikkje. Frå døgnavdelinga til Erik kom det etterkvart tilbakemeldingar om at han var meir aktiv i fellesmiljøet enn før, og at han viste større vilje til samarbeid. I samtale med meg sa han at han var blitt meir venleg innstilt til folk rundt seg. Han var også blitt mindre utflytande i samtale, noko han fekk trent på i samtalar om arrangement på øvingsrommet. Gjennom å setje ord på «gangen i låtane», lærte han seg å bli meir adekvat i samtale.

I tillegg til å tåle usemje var ei av målsetjingane til Tom grensesetjing. Han opplevde sjølv at han vart flinkare til å seie nei til vener og familie når han kjente at det var nødvendig, og behandlarane på poliklinikken gav tilbakemelding på at han framstod som meir sjølvstendig og med meir autonomi i samtalan. Han meistra også betre sosial angst, gjennom eksponeringstrening i samband med bandøving og framføring.

## Samfunnsmusikkterapi

Etter eit års tid spelte Funny Hearts på konserten *Psykisk kan du være sjøl*. Det som var spesielt denne gongen var at konserten skulle finne stad på Garage, ei av dei mest legendariske rockescenene i Bergen. Funny Hearts hadde spelt fleire interne konsertar i gymsalen på DPS-et samt på skular og institusjonar, men aldri «ute på by'n». Å arrangere konsertar med fokus på musikkterapi og psykisk helse inne på institusjonar, kan for nokre av artistane opplevast som stigmatiserande. Det kan og bidra til å skape parallellsamfunn. Dette var erfaringar eg hadde gjort meg som konsertarrangør i psykisk helsevern gjennom mange år. Med *Psykisk kan du være sjøl* hadde eg og kollegaene mine på DPS-et som mål å bidra til å endre haldningar til psykisk sjukdom i samfunnet. Artistane var ei samansetjing av profesjonelle og amatørmusikarar med erfaring frå psykisk helsefeltet. Leiinga ved DPS-et var svært engasjerte i arrangementet, og sørja for at NRK TV dokumenterte den historiske hendinga. Konserten var ein stor suksess, og gav meirsmak for Funny Hearts. Då me skulle setje opp felles målsetjingar for neste halvår, var Tom og Erik klare i sin tale: Dei ville ha fleire regulære spelejobbar, og dei ville spele inn plate.

I artikkelen *Samfunnsmusikkterapi – mellom kvardag og klinikk*, freistar Brynjulf Stige (2008) å definere samfunnsmusikkterapi på tre nivå: som praksisfelt, fagområde og yrkesspesialitet. Til prosjektskilringa prøvde eg å skrive om definisjonen til ein kortare og meir «folkeleg» versjon. Eg landa på følgjande nedkok: «*Samfunnsmusikkterapi har som mål å styrke sosialt nettverk gjennom kulturell deltaking i samfunnet*». Erik og Tom hadde eit ynskje om å halde fram med musikk på eiga hand etter musikkterapien, og å gje dei høve til å knyte kontaktar i det lokale musikkmiljøet kunne vere eit ledd i dette arbeidet. Å styrke det sosiale nettverket deira gjennom kulturell deltaking i samfunnet kunne gje dei nye handlemoglegheiter som menneske, og eg fann også Even Ruud sin definisjon av musikkterapi som svært relevant i høve prosjektet: «*Musikkterapi er bruk av musikk til å gi mennesker nye handlemuligheter*» (Ruud, 1990). For å kunne kalle prosjektet for samfunnsmusikkterapi var det viktig å bevisstgjere seg forskjellen på framføringsbasert musikkterapi og samfunnsmusikkterapi. Ikkje all framføringsbasert musikkterapi er nødvendigvis samfunnsmusikkterapi. Eit systemisk perspektiv med fokus på integrering og samfunnsdeltaking bør kjenneteikne samfunnsmusikkterapi (Ruud, 2008).

I Helsedirektoratet sine retningslinjer om psykoselidingar (2013) heiter det at musikkterapi er særleg effektivt for å redusere negative symptom. Funny Hearts hadde nådd mange individuelle og kollektive mål i løpet av halvanna år. Eit funksjonelt praksisfellesskap var etablert, bandet hadde gjort mange interne konsertar og gjort innspeling i amatørstudio. Nye målsetjingar kunne vere viktig for å oppretthalde motivasjon og dempe negative symptom. Samfunnsmusikkterapiprosjektet Funny Hearts kunne difor vere eit ledd i implementering av retningslinjer. Det at eg hadde ei fagleg grunngjeving i botnen, gjorde det lettare for meg å gjennomføre prosjektet med tanke på tidsbruk og motivasjon.

## Presse

Når terapeut og pasient går ut av musikkrommet og inn i det offentlege rom dukkar det opp nye utfordringar (Stige, 2008). I samfunnsmusikkterapi må ein gjerne forhalde seg til pressa i større grad enn elles, og den fyrste utfordringa for Funny Hearts starta med presseskriv. Korleis skulle bandet profilerast? Som eit musikkterapiband eller som eit regulært band? Både Erik og Tom meinte at publikum uansett ville få kjennskap til «kor dei kom frå», og tykte det var greitt at bandet var relatert til musikkterapi i psykisk helsevern. Erik kunne gjerne «stå fram» med fullt namn både på seg sjølv og DPS, medan Tom ville avgrense informasjon med fornamn og «psykisk helsevern». Her var det viktig å ivareta pasientane sitt ynskje om anonymitet. Med utgangspunkt i den humanistiske tradisjonen forfatta me saman følgjande presseskriv:

«I Funny Hearts sitt unike univers av pop, funk, jazz og psychedelia spelar det lita rolle kven som er terapeut og kven som er pasient. Musikarane fann kvarandre gjennom musikkterapi i psykisk helsevern og har eit felles mål: Å lage god musikk saman, og å spele den for deg! Bandet deltok på den banebrytande recoverykonserten *Psykisk kan du være sjøl* på Garage, der profesjonelle musikarar, amatørmusikarar, musikkterapeutar og brukarar av musikkterapi delte scene. Den norske rock- og popscena vil kan hende sjå meir til artistar med erfaring frå musikkterapi i framtida.»

Funny Hearts var klare for å ta steget ut i det offentlege rom, og eg kunne byrja å booke spelejobbar og søkje om stønad til plateinnspeling.

Den fyrste regulære spelejobben til Funny Hearts var ein splittkonsert med eit musikkterapiband frå kriminalomsorga på Garage. For å trekkje publikum og å skape blest om musikkterapi, prøvde eg og musikkterapeuten i det andre bandet å få mediaomtale om konserten på førehand. Me visste av erfaring at det var lurt å ha klar ein representant frå kvart band som ville stille til intervju. Dette brukar å vere eit ynskje frå journalisten, då brukarstemma styrkar saka.

Erik sa umiddelbart ja til å stille opp i media. På førehand hadde me ein grundig samtale om kva det kunne innebere å «stå fram», kva han ynskte å formidle og kva han ikkje ville ha på trykk. I tillegg fekk me sjølvstilt sitatsjekk før avisa gjekk i trykken. Det vart gode førehandsomtalar om bae banda i to ulike regionsaviser. Erik valde å vere open om lidinga si, paranoid schizofreni, og fortalde til journalisten at musikkterapi hadde blitt «redninga» for han. Han fekk gode tilbakemeldingar frå familie og venner, og har i ettertid vore nøgd med at han stod fram.

## Å velje sitt publikum

Du stolte stjerne! Hvor var din lykke hvis du ikke hadde dem du lyser for?

*Friedrich Nietzsche*

I tillegg til oppslaga i regionsavisene, laga eit anerkjent musikktidsskrift sak med overskrifta: «Verdsnyheit i Bergen i kveld: To rockeband med røter i musikkterapi går på scena på legendariske Garage!» Arrangementet var presentert som ein banebrytande musikkterapikonsert, og førehand-somtalanene trekte publikum. I tillegg til det andre bandet sin allereie etablerte fanskare, kom det mange musikkterapeutar og musikkterapistudentar, og konserten vart omtalt i tidsskriftet *Musikkterapi*. Splittkonserten vart ein suksess, og Funny Hearts feira med å gå ut og ete pizza på

Torgalmenningen. Middag vart det også då me spelte på Cafe Opera, men her var det kun arrangøren som visste at bandet kom frå psykisk helsevern:

*Både Erik og Tom var nøgde med lydsjekken, og no skulle me kose oss med middag på Cafe Opera. Funny Hearts var hovudgjest på torsdagsjammen, og skulle spele ein halvtimes konsert før jamsession. – Lite folk enno, seier Erik, men dei er vel på plass til halv elleve. – Ja, det får me verkeleg håpe, svarar Tom. – Konserten er godt annonsert, prøver eg å trøyse, og hentar tre koppar kaffi. Ein time seinare blir me introdusert på scena og Tom tel til fire. Han er nervøs, men ikkje så nervøs som han brukar å vere, for her er nesten ikkje publikum. Me har alle ei lita von om at dei kjem «sigande» før me er ferdige, men etter siste låt er det stort sett dei tilsette og nokre etegjestar som klappar. Me droppar ekstranummeret og pakk saman på rekordtid. – Eg trur eg blir med på jammen, seier Erik. – Eg må rekkje siste bussen heim, seier Tom utommodig. Eg har lova berehjelp til busshaldeplassen og blir med Tom. – Konserten gjekk bra, seier eg prøvande i det me ruslar gatelangs. – Jaddå, spelinga gjekk bra, men det var lite folk. – Det er ei fin sommarnatt i juni, halvårsprosjektet er nesten ferdig, og det blir ikkje sagt så mykje meir før me når busshaldeplassen. På neste øving spør eg Erik korleis jammen var. – Kjempegøy!, svarar han, og fortel at han spelte både trommer og gitar, og knytte nye kontaktar.*

Konserten på Cafe Opera fekk meg til å tenkje at kanskje er ikkje konsertframføringa det viktigaste i samfunnsmusikkterapi, men vel så mykje møtene backstage og dei musikalske møta ein kan få til på ein jam session. Alan Turry (2005) skriv i artikkelen sin, *Music Psychotherapy and Community Music Therapy: Questions and Considerations*, at det i konsertframføringar med pasientar er svært viktig å velje sitt publikum. Cafe Opera er ein møteplass for musikarar i Bergen, og mange brukar å gå dit etter at dei sjølv har hatt konsert. Erik kunne fortelje at det kom masse folk rundt midnatt den kvelden me hadde spelt. Kanskje hadde eg som musikkterapeut gjort for lite undersøkingar på førehand? Tom og eg gjekk glipp av eit viktig element i samfunnsmusikkterapi denne kvelden – jam session!

Artikkelen til Turry gav meg fleire tankevekkjarar når det gjeld framføring, mellom anna at suksess bør målast etter kva effekt konserten har på terapiforløpet og ikkje etter korleis den blir mottatt av publikum. Å spele for nesten tomme hus er noko dei aller fleste musikarar må gjennom, og det er trass alt betre enn å spele for eit uinteressert publikum. I samtale om konserten veka etter kunne Tom fortelje at han hadde hatt ein fin kveld. Han var nøgd med sine eigne prestasjonar, og trass i lite folk kunne han ta med seg nok ei meistringsoppleving på veg til neste konsert.

## Halvårsevaluering

Funny Hearts hadde i løpet av eit halvt år gjort åtte regulære konsertar, medvirka på ei samleplate for artistar med psykiske helseplager og delteke på lanseringa av denne. I løpet av dette halve året hadde det også skjedd viktige personlege endringar for båe to. Erik hadde byrja i fleirfamiliegruppe på DPS, blitt utskriven frå døgnavdeling, kjøpt seg leilegheit og skulle ta til på skule til hausten. Tom hadde byrja å spele i fleire band, han hadde booka ein av spelejobbane våre og byrja å sjå seg om etter eige husvere. Tom og Erik hadde også byrja å treffast på fritida for å spele saman, og dei hadde vore i heimstudioet til ein kompis av Erik og spelt inn to låtar. Det sosiale nettverket deira hadde byrja å vekse, og dei hadde blitt meir aktive. Effekten av samfunnsmusikkterapi byrja å bli synleg, og me vurderte å avslutte prosjektet her. Me fann tre gode grunnar til å forlengje prosjektet med eit halvt år: 1) Dei individuelle målsetjingane om å styrke det sosiale nettverket til Erik og Tom var

berre delvis innfridd, 2) Funny Hearts hadde fått tilbod om fleire spelejobbar til hausten, 3) Bandet hadde fått avslag på samtlege søknadar om midlar til plateinnspeling, og ynskte å jobbe vidare for å nå dette målet.

## Plateinnspeling

*– Eg latar som om eg sit og ser utover Manhattan og skal spele på ein jazzklubb i New York. Erik sit på takterrassen på Hotell Ørnen og ser tilfreds utover «Bergen by night». Funny Hearts har ete ein betre middag på restauranten i toppetasjen på hotellet, på arrangøren si rekning, og sit no og ventar på beskjed om konsertstart.*

Funny Hearts vart etterkvart eit kjent namn i Helse Vest. Arrangørar av konferansar og seminar byrja no å booke bandet til musikkinnslag, der dei tidlegare hadde brukt profesjonelle musistarar. Dei kjende til samfunnsmusikkterapiprojektet, og sørga for godt honorar, slik at bandet kunne tjene inn midlar til plateinnspeling. Under konserten på Hotell Ørnen fekk Funny Hearts, i tillegg til honorar frå Helse Vest, overrekk ein gåvesjekk frå Fagforbundet, til stor applaus frå publikum. Bandet byrja på denne tida å få smigrande introduksjonar på scena, og det kom fleire og fleire gode tilbakemelding frå publikum etter konsertane. Tilbakemeldingane gjekk gjerne ut på at Funny Hearts no framstod som eit profesjonelt band. Dette gjorde noko med sjølvtiliten til musistarane. Erik kunne gjerne sjå for seg Manhattan.

Funny Hearts hadde no tent inn ein del pengar til plateinnspeling, men mangla framleis litt til å finansiere tre dagar i studio. Eg sende ein intern søknad til leiinga ved DPS-et, og dei ville hjelpe oss med det resterande beløpet. Samtidig vart ein tidlegare søknad om *Tilskot til lokal kulturaktivitet* innvilga, og midlane kunne dekkje mastring av plata. Prosjektet vart no forlenga endå eit halvt år for å gjennomføre plateinnspelninga.

Valet fall på Duper Studio i Bergen, då eg som musistar hadde god erfaring med produsent Yngve Sætre. Studioinnspeling kan vere ei påkjenning for dei fleste, og eg tenkte at Yngve kunne gjere Erik og Tom rammene dei trong for å kjenne seg trygge i studio. Tom var den av oss med minst studioerfaring, og han var temmeleg nervøs på førehand. For å tryggje han, avtalte me å besøkje studio saman eit par veker før innspeling. Då han under besøket fortalde Yngve kor nervøs han var, svara den røynde produsenten med å minne Tom på kvifor han byrja med musikk: For å ha det gøy! Dette var noko heile bandet tok med seg inn i studio, og vart nærmast brukt som eit mantra for å «roe nervane» under innspelninga. Yngve produserte bandet slik han brukar å gjere, og kom med ris og ros, for å skape eit best mogleg produkt i samarbeid med Funny Hearts.

Ofte er det prosessen som står i sentrum i den tradisjonelle musikkterapien og ikkje sjølve produktet. I studiosamanheng er det derimot naturleg og viktig å vise omverda kva ein kan. Musikkterapeuten har då ansvar for at produktet som skal presenterast i det offentlege rom blir godt motteke. Ein kan då seie at ei større grad av produktorientering er nødvendig i samfunnsmusikkterapi, for å sikre pasienten si meistringskjensle. Samtidig er produktet alltid resultatet av ein prosess. I Duper Studio kom Yngve med forslag til endring av arrangement, og gjennom lynarrangering vaks det musikalske produktet fram til å bli eit tilfredstillande prosessprodukt (Stige, 1995).

Dersom ein skulle fokusere mindre på produktet når eit musikkterapiband går i studio, kan ein risikere at effekten av samfunnsmusikkterapi blir redusert. Denne tankegangen samsvarar ikkje med det Even Ruud skriv om kriterie som må vere til stades i samfunnsmusikkterapi: «Aktiviteten må

være tenkt slik at deltakerne blir sett på en spesiell måte av omgivelsene, og at dette fører til at de blir knyttet til sitt nærmiljø, eller at nærmiljøet endres for å ta imot deltakerne» (Ruud, 2008). Dersom nærmiljøet skal endrast for å ta i mot deltakarane, vil ein, slik eg ser det, ikkje benytte seg av eksisterande tilbod i samfunnet (Tuastad, 2014). Erik og Tom hadde no fått erfare at dei meistrar å gjere innspelning i eit profesjonelt lydstudio, utan at det vart teke særskilde omsyn. Dersom nærmiljøet skulle endrast for å ta i mot dei, ville ein teke i frå dei denne meistringsopplevinga.

## Oppfølging

Musikken er livsviktig. For å si det enda klarere så er det den jeg puster gjennom. Gitaren er min nærmeste venn, alt annet er jeg i ferd med å miste kontrollen over. Men når jeg snakker med gitaren min, svarer han med de tonene jeg trenger for å overleve.

Stig Mass Andersen *Bipolar Superstar*

Avslutning kan vere eit vanskeleg tema for pasientane. Det er difor viktig å vere tydeleg frå starten av på at musikkterapi inne på DPS er eit tidsavgrensa behandlingstilbod. Dette kan gjere avslutninga meir skånsom. Å gje tydelege rammer er ein måte å syne omsorg på, og bidreg til at pasientane kjenner seg tryggare. Nokre vil ha behov for oppfølging etter at musikkterapien er avslutta. Det er då viktig at musikkterapeuten har oversikt over kva som finst av aktivitetstilbod for menneske med psykiske helseplager.

For pasientane som var ferdigbehandla hjå meg var det få eller ingen tilrettelagde musikktilbod å gå til. Dette førte gjerne til at dei søkte seg tilbake til musikkterapi, sjølv om mange ville hatt betre nytte av eit oppfølgingstilbod utanfor DPS-et. I nokre tilfelle kunne også mangel på aktivitetar føre til oppblussing av negative symptom og i verste fall reinleggjing. I løpet av prosjektperioden til Funny Hearts var eg med på å starte opp eit musikkoppfølgingstilbod for menneske med psykisk lidning. Tilbodet vart strategisk lokalisert på eit aktivitetshus i nærleiken av DPS-et. Ein musikkterapeut vart tilsatt i ei 50 % prosjektstilling, finansiert av samhandlingsmidlar frå Helse Vest med mål om kommunal overtaking. Tilbodet var tufta på tretrinnsmodellen frå prosjektet Musikk i Fengsel og Frihet (MIFF), som inneheld komponentane inne, ute og egedrive (Tuastad & Finsås, 2008). Konvertert til psykisk helse ser modellen slik ut:

*Trinn 1: Musikkterapitilbod inne på DPS*

*Trinn 2: Musikkterapitilbod ute på aktivitetshus*

*Trinn 3: Musikk som egedriven aktivitet i lokalsamfunnet*

Overgangen til trinn 2 kan vere sårbar, så det å halde fram med individuell musikkterapi ein periode etter at trinn 1 er avslutta kan ha noko for seg. Ein kan då fokusere på å oppretthalde sjølvtilliten og i nokre tilfelle bidra til å knyte sentrale kontaktar (Turry, 2005). Steget frå trinn 2 til trinn 3 kan opplevast som stort og uoverkomeleg for mange, og tretrinnsmodellen kan i nokre tilfelle vere for grov. Veggen frå trinn 2 til trinn 3 kan då delast opp med tre undertrinn: Aktivitet assistert av musikkterapeut, aktivitet assistert av brukarstyrt musikkontakt og til slutt brukarstyrte musikkaktivitetar assistert av brukarane sjølve. Gjennom dei ulike undertrinna vil ein gradvis gå mot deltaking i det regulære kulturliv (Tuastad, 2016).

## Å løyse opp eit band

Avslutning kan vere vanskeleg også for musikkterapeuten, og spesielt for ein utøvande musikkterapeut i eit samfunnsmusikkterapiband. Praksisfellesskapet knyter sterke band, og gruppa fungerer på mange måtar som eit vanleg band. Så kvifor må musikkterapeuten trekkje seg ut av bandet? Eller: Må musikkterapeuten slutte? Det finst døme på band der musikkterapeuten held fram på fritida, etter at behandlinga er avslutta, men eg kjenner ikkje til tilfelle innan psykisk helsevern. Som utøvande musikkterapeut i Funny Hearts fekk eg, som skildra innleiingsvis, kjenne på utfordringar med det å ha fleire roller i bandet. Musikkterapeut, bassist, impresario, manager og kompis. Når det vart «mange hattar å velje mellom» var det klargjerande for meg å vite at Funny Hearts var eit musikkterapitilbod og spelejobbane ein del av behandlinga.

Funny Hearts vart etterkvart eit kjent namn innan psykisk helsevern, og det var stort sett i samband med psykisk helse at bandet fekk tilbod om spelejobbar. Dersom eg hadde halde fram i bandet er sjansane store for at bandet alltid ville blitt relatert til psykisk helse. Gjennom å gå ut av bandet kunne eg gje Tom og Erik høve til å etablere seg som musikarar utanfor psykisk helsemiljøet, dersom dei ville det – anten saman eller kvar for seg. Sett på spissen, så kan det at musikkterapeuten held fram som bandmedlem i eit band på DPS-nivå bremse effekten av samfunnsmusikkterapi.

Eit alternativ kan det sjølvstøtt vere å finne ein erstattar for musikkterapeuten, og halde liv i bandet med ny besetning. Bandet vil då mest sannsynleg vere relatert til psykisk helse ei tid framover. I Bergen kommune sin plan for psykisk helse (2016) står det følgjande:

*Mennesker med psykiske lidelser har samme behov for tilgang til kultur- og fritidsopplevelser som alle andre. For å oppnå dette trenger mange en særlig tilrettelegging. Mange ønsker også kontakt med andre psykisk syke for å kunne søke støtte og treffe noen som har lignende erfaringer som dem selv. Derfor trengs det både tilbud som gir muligheter for kreativ utfoldelse i trygge tilrettelagte miljøer, og ordninger som gir reell tilgang til hele det rike tilbudet innen kultur og fritid som finnes i Bergen.*

Om eit musikkterapiband skal oppløysast eller ikkje etter at behandlinga er ferdig, er ei avgjersle dei gjenverande bandmedlemane må ta, gjerne med rettleiing av musikkterapeuten. Eit sentralt spørsmål er om pasientane ynskjer å bli musikalsk aktive innanfor eller utanfor psykisk helsemiljøet, eller baa to. Tom hadde frå starten av sett på Funny Hearts som eit reint musikkterapitilbod, og det var naturleg for han å avslutte bandet samtidig med terapien. Erik kunne tenkje seg å halde fram med Funny Hearts etter endt musikkterapi, men respekterte Tom sitt ynskje om å leggje bandet bak seg på trinn 1. At bandet kom til å bli oppløyst hadde me snakka om allereie fyrste året, så baa to var budde på bruddet.

## Verdas dyraste helsekort

Etter tre år med musikkterapi, halvparten av tida med samfunnsmusikkterapi, var tilfriskinga blitt endå synlegare: Baa to hadde det siste året trappa ned på medisinar og poliklinisk kontakt. Tom hadde flytta frå barndomsheimen og endeleg kjøpt seg leilegheit. Han hadde også investert i sitt fyrste trommesett, med tanke på å halde fram med musikk på eiga hand etter musikkterapien. I tillegg til å spele trommer i andre musikkterapiband, hadde han starta musikalsk samarbeid med

ein kompis, der målet var å lage ein radiohit. Erik hadde bestått fleire eksamenar på Sonans, han rusa seg mindre enn før og hadde kjøpt seg skuter for å bli meir mobil og aktiv. Den siste tida hadde han tatt opp igjen kontakten med gamle bandkompisar, og ein dag kom han med ei gledeleg nyheit: Gamlebandet hans skulle gjenforeinast til platelansering. Dei vart oppløyst då Erik vart sjuk, men hadde gjort ein del innspelningar som ikkje var gjevne ut. No skulle desse innspelningane lanserast på vinyl! Ein kunne på sett og vis seie at «ringen var slutta».

For Funny Hearts vart betalte spelejobbar fleire, og til slutt hadde me nok midlar til å setje i gong cd-produksjon. Lanseringskonsertane, som skulle bli avslutninga for bandet, kunne då planleggjast. Men kvifor gje ut plate, når den ikkje skal generere spelejobbar og platesal av noko omfang? Og kvifor cd-plate, i desse digitale tider?

I musikkterapi kan ein gjerne sjå på ei cd-plate som eit handfast bevis på ressursar. Nokon kallar cd for «verdastyraste visittkort». Kall det gjerne for «verdastyraste helsekort» i musikkterapisammenheng. I tillegg til at plata vil vere eit fysisk ressursbevis for Tom og Erik, vil dei ha eit «elektronisk helsekort» tilgjengeleg gjennom digital distribusjon. Innspelningane kan dei bruke for å knyte kontaktar i musikkmiljøet, dersom dei ynskjer å etablere seg i nye band. Her ser me at plateutgjeving kan ha ein langtidseffekt og vere ein viktig reiskap i overgangen mellom trinn 2 og 3.

Albumet til Funny Hearts fekk gode plateomtalar og vart i media omtalt som Erik sitt «comeback». Han heldt fram med individuell musikkterapi ei tid, for å få hjelp til å etablere seg på trinn 3. Eit av musikkterapibanda til Tom byrja å øve på aktivitetshuset, assistert av musikkterapistudent ei periode, før det vart brukarstyrt. Tom «lånte» vokalistar frå eit band i oppfølgjingstilbodet til «radiohitprosjektet» sitt, og me ser med det at brukarar også kan pendle mellom dei ulike nivåa i tretrinnsmodellen. I denne overgangsfasa byrja me å leggje til rette for at han kunne gå inn som instruktør og assistent i oppfølgjingstilbodet, der målet var å tilsetje han som medarbeidar med brukarerfaring (MB) i musikkterapi.

## Konklusjon

I løpet av tre år med musikkterapi fekk både Erik og Tom betre kontakt med ressursane og dei friske sidene sine. Dei fekk ikkje berre betre sjukdomsinnsikt, men også betre ressursinnsikt. Negative symptom vart betydeleg redusert, det sosiale nettverket styrka, dei vart meir aktive, fekk betre livskvalitet og meistra sjukdommen betre. Både to meinte at musikkterapi var den viktigaste behandlinga for dei på DPS. Eg tenkjer at det er kombinasjonen av dei ulike tilboda dei fekk som gav dei ei betre psykisk helse: Sosionom, psykolog, psykiater, musikkterapeut, fysioterapeut, og ikkje minst miljøpersonale, bidrog alle til tilfrisking. Men når det gjeld ressursorientering og reduksjon av negative symptom, tenkjer eg at musikkterapeuten har ei unik rolle i psykisk helsevern. Den aller største jobben gjorde likevel Erik og Tom med sin eigen innsats. Dei møtte til samtlege avtaler trass i varierende dagsform, og dei parerte med mot og styrke der sjukdomen utfordra dei. Som musikkterapeut la eg til rette for at dei kunne oppdage og ta i bruk ressursane sine som eit ledd i sjølvhjelp og tilfrisking.

Hovudmålsetjinga til prosjektet var å styrke det sosiale nettverket til Tom og Erik gjennom kulturell deltaking i samfunnet. Nettverket vart stort sett utvida med kontaktar frå psykisk helsemiljøet eller tidlegare kjenningar. Dersom dei skulle ha knytta kontaktar i nye miljø, burde me i prosjektet fokusert meir på den kulturelle deltakinga «ute i samfunnet». Me kunne i større grad ha nytta oss av dei ulike jam session-tilboda i Bergen, for å knyte kontaktar i byen sitt musikkmiljø. I løpet av prosjektperioden vart jammen på Garage, Madam Felle og Kvarteret lagt ned, noko som gjorde det



vanskelegare å benytte seg av slike tilbod. Prosjektperioden strekte seg over nesten to år og gav Tom og Erik god konserterfaring. Dei fekk betre sjølvtilitt på scena, og den relasjonelle kompetansen vart heva. I tillegg fekk dei studioerfaring, impresarioerfaring og eit innblikk i arrangørrolla. Desse erfaringane gav dei nye handlemoglegheiter, som dei kunne ta med seg vidare når dei skulle halde fram med musikk på trinn 3. Me kan konkludere med at prosjektet gav deltakarane større sosialt nettverk, men at den kulturelle deltakinga i samfunnet kunne vore større.

Til vidare diskusjon kan ein spørje seg kor mykje tid musikkterapeutar på DPS-nivå skal bruke på slike prosjekt? I kor stor grad kan ein drive med samfunnsmusikkterapi når det er ventelister på klinisk musikkterapi? Eg hadde høve til å føre avspaseringstimar, slik at prosjektet i minst mogleg grad skulle gå utover den daglege drifta på DPS-et. Utan denne fleksibiliteten, ville det vore vanskeleg å forsvare tidsbruken.

I stillingsinstruksen min heiter det at musikkterapeuten skal «utøve musikkterapi med innlagte pasientar med psykoseproblematikk og andre alvorlege lidingar». Det står ingenting om kvar musikkterapien skal utøvast. Likevel tenkjer eg det er meir naturleg at slike prosjekt ligg i oppfølgingstilbod på trinn 2, der ein skal orientere seg meir ut mot samfunnet. Av mangel på oppfølgingstilbod, vil det kan hende likevel tvinge seg fram behov for samfunnsmusikkterapi på distriktpsikiatriske sentre ei tid framover. Funny Hearts er nok ikkje det einaste musikkterapibandet i psykisk helsevern som ynskjer å ta steget frå «gymsal til Garage».

*- Det er rart å vere tilbake, seier Erik, og tek seg ein sup kaffi. Møterommet til Tidleg Oppdaging av Psykose (TOPS) fungerer i kveld som backstage for Funny Hearts. Sandviken sykehus feirar 125 år med stor utandørskonsert på parkeringsplassen. Det er tinga grillmat til 600 personar. Funny Hearts skal varme opp for coverbandet Dark side of the Wall, som skal framføre musikk frå Pink Floyd sin klassikar «The Wall». «Dette er et verk som både konkret og metafysisk hører hjemme hos oss i psykisk helsevern!», seier klinikkdirektøren og ynskjer velkommen til historisk konsert. Medan direktøren, ordføraren og andre sentrale personar held tale er scena pryda med eit stort ljusbilete av plateomslaget «No more sad times». Debutalbumet og svanesongen til Funny Hearts blir lansert i samband med jubileumsarrangementet på Sandviken sykehus. Det var her Tom og Erik fyrst vart innlagt då dei vart sjuke, og i kveld deler dei for fyrste gong sine erfaringar frå dette opphaldet med meg. – Det var jo mykje fokus på sjukdom, seier Tom. Mykje sjukdom overalt. Eg hadde aldri trudd at eg skulle komme tilbake her for å ha lanseringskonsert. Det er eigentleg «helt sykt!», seier han og kvesser stikkene. – Eller «helt friskt», kommenterer Erik, og stemmer gitaren. Målretta forlet dei møtelokalet til TOPS og går mot scena. Det er ikkje mange skritt, men berre Erik og Tom veit kor mykje arbeid som ligg bak denne symbolske handlinga. Skritta frå Tidleg Oppdaging av Psykose til den store utescena blir sjarmøretappen på ei lang reise. Dei går på scena for å vise kva dei kan, for å vise at Funny Hearts verken konkret eller metafysisk hører heime i psykisk helsevern lenger. Når dei forlet Sandviken sykehus denne gongen, har Tom og Erik med seg ein svanesong, eit debutalbum, eit ressursbevis – ein song for livet.*

## No more sad times

I never meant to hurt you  
I never meant to make you cry  
It wasn't me who disturbed you  
It was just a matter of mine

I could always curse you  
To feel a better how  
I could sometimes love you  
I just let on by

Chorus:  
Stone, Cold Rock'n Roll Life  
Evil Dark Sunlight  
So Free and Undefined  
No More Sad Times That's Why

Lydsporet til *No more sad times* er å finne på Soundcloud:

## Litteratur

- Abrahamsen, K. (1957). Nervene. Sykdommer i nervesystemet tar opp til 75 prosent av legens tid. *I Lev livet riktig. Utdrag av artikler i «Sunnhetsbladet»*. Oslo: Norsk Bokforlag.
- Andersen Mass, S. (2015). *Bipolar Superstar*. Oslo: Tigerforlaget.
- Antonovsky, A. (2012). *Helsens mysterium. Den salutogene modellen*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Bergen kommune (2016). *Gode liv i et inkluderende samfunn*. Plan for psykisk helse 2016-2020.
- Boine, E. M. (2005). *Fra far til sønn – kjønnsperspektiv og sosial kompetanse i samisk sammenheng*. Hovedoppgave i sosialt arbeid. Institutt for helsevitenskap, NTNU, Trondheim.
- Finsås R. R. og Tuastad L. (2008). *Jeg fremfører, altså er jeg. En studie av deltakernes opplevelser i to rockeband tilknyttet musikktilbudet «Musikk i fengsel og frihet»*. Masteroppgave ved Griegakademiet, Institutt for musikk, Universitetet i Bergen, Bergen.
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden and build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218-226.
- Helsedirektoratet (2013). *Nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging av personer med psykoselidelser*.
- Krüger V. og Strandbu, A. (2015). *Musikk, ungdom, deltakelse – musikk i forebyggende arbeid*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Lave, J. og Wenger, E. (1991). *Situated Learning: Legitimate Peripheral Participation*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rock og Ballader* (2007). Norsk Noteservice AS.
- Rolvjord, R. (2005). «Blackbirds singing»: *Explorations of resource-oriented music therapy*. Avhandling for graden ph.d. Institutt for kommunikasjon og psykologi, Universitetet i Aalborg, Aalborg.
- Rolvjord, R. (2015). What clients do to make music therapy work: A qualitative multiple case study in adult mental health care. *Nordic Journal of Music Therapy*, 24(4), 296-321.

- Rundberg, M. (2009). Wengers praksisfellesskap. *Bedre Skole* 3/2009, s. 54.
- Ruud, E. (1990). *Musikk som kommunikasjon og samhandling. Teoretiske perspektiv på musikkterapien*. Oslo: Solum.
- Ruud, E. (2008). Et humanistisk perspektiv på norsk musikkterapi. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 5-28. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Røysamb, E. (2013). *Bli lykkeligere: Enkle øvelser for et bedre liv*. Oslo: Kagge.
- Solli, H. P. (2014). *The groove of recovery. A qualitative study of how people diagnosed with psychosis experience music therapy*. Avhandling for graden ph.d. Universitetet i Bergen, Bergen.
- Stige, B. (1995). *Samspel og relasjon*. Oslo: Samlaget.
- Stige, B. (2008). Samfunnsmusikkterapi – mellom kvardag og klinikk. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 139-160. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Tuastad, L. (2014). *Innanfor og utanfor. Rockens rolle innan kriminalomsorg og ettervern*. Avhandling for graden ph.d., Universitetet i Bergen, Bergen.
- Tuastad, L. (2016). *Utan Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet*. Prosjektskisse og søknad til Extrastiftelsen formidla av Rådet for psykisk helse.
- Turley, A. (2005). Music Psychotherapy and Community Music Therapy: Questions and Considerations. *Voices* 1.
- Økland, S. (2013). *Tenk som en rockestjerne!* Horten: Publicom.

# Musikkterapi med kroppens egne instrumenter

Sissel Holten

## Det første møtet med Peder

*Jeg kommer til avdelingen og ser Peder gå hvileløst rundt i stuen mens han plystrer en strofe igjen og igjen. Samtidig dunker han seg på håndbaken med to fingre i et raskt tempo. Blikket hans viser ingen tilstedeværelse, verken utsyn eller innsyn. Jeg går bort til ham og tar ham forsiktig i albuen. Peder blir med meg med en gang. Jeg fører ham mot gangen og arbeidsrommet mitt. For å finne ut om han forstår hva jeg sier, ber jeg ham gå til den andre enden av rommet og bort til stolen som står der. Han begynner å gå, men i en helt annen retning. Jeg peker på stolen og gjentar beskjeden. Da går han nølende mot det andre hjørnet av rommet. Jeg setter to lenestoler overfor hverandre og plasserer ham i den ene av dem. Han setter seg ned mens han hele tiden dunker seg på håndbaken. Jeg setter meg rett overfor ham så knærne våre møtes. Han dunker seg på håndbaken og ser tomt ut i rommet på høyre side av mitt ansikt.*

*Musikkterapeuten i meg løfter hendene opp i samme høyde som hans, og jeg begynner å dunke meg på håndbaken i det samme tempo og med den samme intensitet som han har. Etter noen sekunder stopper han brått og holder fingrene stille rett over håndbaken. Hjertet mitt formelig hopper i brystet og hårene på armene reiser seg. Jeg stopper så samtidig jeg kan og holder mine hender og fingre rolig i samme posisjon som han. Så begynner han å dunke seg på håndbaken igjen, og jeg følger hans bevegelser. Han vender hodet og flytter blikket til den andre siden av ansiktet mitt og fortsetter å dunke seg på håndbaken. Jeg følger ham ved å vende hodet mitt og holde hendene i samme høyde som ham og dunke meg på håndbaken i hans tempo. Etter knappe 20 sekunder legger han rolig hendene ned i fanget og lar dem ligge der. Jeg gjør det samme. Det har ikke vært en lyd i disse sekundene og nå stopper også all bevegelse i noen sekunder. Så vender han hodet igjen og flytter blikket. Jeg gjør det samme. Dette gjentar seg i et rolig tempo noen ganger og plutselig setter han øynene rett inn i mine. Jeg smiler forbauset til ham, og han trekker blikket raskt vekk. Så sitter han urørlig med blikket ut i rommet forbi mitt høyre kinn. Slik sitter vi i underkant av ett minutt, som oppleves som en evighet for meg med mitt dunkende hjerte. Brått setter han blikket i meg igjen, bøyer seg frem, tar hånden min og løfter den til nakken sin. Jeg stryker ham i nakken mens han sitter fremoverbøyd og tar i mot. Så tar han plutselig hånden min i et fast grep, reiser seg og drar meg med ut av rommet. Da han kommer til stuen slipper han meg, går bort til vinduet og stiller seg opp som om han ser på utsikten. Hendene hans henger ned langs siden. Vi så aldri at han dunket seg på håndbaken igjen.*

## Peder

Peder er 43 år med diagnosen infantil autisme og er innlagt på Statens Senter for Epilepsi der jeg jobbet for mange år siden. Han er helt uten talespråk og blikkontakt. Han vandret rolig rundt i avdelingen med blikket fokusert på intet, innover eller utover? Noen ganger plystret han en strofe. Den samme strofen dukket ofte opp, uten noen foranledning så vidt jeg kunne forstå. Peder dunket seg selv nesten ustoppelig med peke- og langfinger på venstre håndbak. Der hadde han fått en stor kul som ikke så ut til å plage ham. Dette var det Peder gjorde når han ikke spiste, gikk på toalettet eller sov. Han spiste for øvrig rolig og pent med kniv og gaffel og drakk forsiktig av glass og kopp.

Peder var kommet til oss for medisintredning. Han hadde hatt store epileptiske anfall som liten, hadde gått på epilepsimedisin siden da og ikke hatt epileptisk anfall siden barneårene. Foreldrene ønsket å prøve om det lot seg gjøre å fjerne medisinen. Den ble fjernet da han kom til vår avdeling. Grunnet hans autisme var det vanskelig å fastslå om den atypiske måten hans å være på var forårsaket av epileptisk aktivitet eller av autisme.

Under epilepsianfall forsvinner den normale evnen til kontakt med andre og handlingene blir ufrivillige. Derfor er det enkelt å observere hva som er frivillig normal aktivitet og ufrivillig epileptisk aktivitet hos dem som har en naturlig relasjon til sine omgivelser. Hos personer med autisme derimot, som ikke kommuniserer naturlig med omgivelsene og som har en atypisk måte å være på, kan det være vanskelig å skille mellom hva som skyldes epilepsi og hva som skyldes autisme.

Mine kollegaer og jeg skulle prøve å finne ut av dette. Selv møtte jeg Peder daglig og tok ham med til mitt arbeidsrom. En kollega var sammen med oss hver gang for å filme samværet, for vi ønsket å bruke filmene som verktøy til å analysere atferden hans i refleksjonen sammen med teamet vi samarbeidet med.

Teamet vårt bestod av en psykiatrisk sykepleier, en vernepleier, en nevrolog, en barnevernspedagog, en psykolog, en ergoterapeut, en sosionom og meg. Vi samarbeidet svært godt, og det opplevdes trygt for meg å ha denne brede, faglige kunnskapen i ryggen. Vi hadde ulike tilnærminger til problemstillingen alt ut fra hvilken utdanning og bakgrunn vi hadde. Som musikkterapeut og audiopedagog hadde jeg gjort meg erfaringer som jeg kunne høste av. Det var innen musikkterapeutisk arbeid med multifunksjonshemmede, arbeid med barn med autisme i barnepsykiatrien og undervisning av hørselshemmede barn og unge. Teamet mitt så på filmen sammen, og vi drøftet hva som hendte.

### Filmanalyse 1

Vi så at han

- forsto at han skulle gå et sted, men ikke hvor han skulle gå
- faktisk satte seg ned på stolen da han ble ledet dit
- ble sittende rolig på stolen
- plutselig så meg i øynene to ganger
- tok meg i hånden, reiste seg og tok meg med seg ut med bestemte, raske skritt

Vi så også at jeg

- prøvde å følge hans bevegelser
- at jeg satt litt høyere enn ham
- satt nær ham
- hadde knærne mine utenfor hans

## Refleksjon og veien videre.

Etter dette første møtet var jeg svært forundret. Jeg hadde ikke helt oppfattet hva som skjedde i løpet av de tre minuttene vi satt der sammen. Så jeg gikk med min undring til verket for å prøve å finne svaret ved å se på filmen. Etter å ha sett på filmen sammen med kollegaene mine hadde jeg ingen svar, men filmen skapte ideer hos oss til hvordan jeg skulle fortsette møtene med Peder.

Vi bestemte at jeg skulle sitte på samme måte som ved første møte, rett overfor ham som før, men at min stol skulle stå litt lenger fra hans stol, slik at jeg ikke låste knærne hans. Vi ville også at stolen skulle være i samme høyde som hans, slik at vi satt rett overfor hverandre.

## Det andre møtet med Peder

*Etter lunsj samme dag kommer jeg tilbake til avdelingen. Peder står foran vinduet med hendene langs siden, og jeg går bort til ham. Han fornemmer at jeg er der, snur seg med ansiktet i min retning, men uten å feste blikket på meg. Jeg tar ham forsiktig på armen og sier at vi skal til rommet. Han går veldig raskt foran meg og rett inn til rommet vi bruker. Jeg hadde satt to like høye stoler overfor hverandre. Peder går direkte til stolen han satt i tidligere på dagen og setter seg ned. Jeg setter meg overfor ham med knærne i samme høyde som hans og med litt avstand fra hans. Han trekker seg lenger ut på stolen og lener seg nærmere meg. I rasende fart tar han initiativ til å gjøre mange bevegelser, og han gjentar flere av de samme bevegelsene vi gjorde tidligere på dagen. Så tar han hånden min og formelig trekker meg med seg ut av døren. Der slipper han meg og går inn på stuen til de andre.*

## Filmanalyse 2

Vi så at han

- visste hvor vi skulle gå
- ønsket å gå til rommet vi hadde vært tidligere på dagen
- ønsket å sette seg ned på den samme stolen han satt i sist gang
- flyttet seg på stolen for å komme nærmere meg og mine hender
- husket alle bevegelsene vi hadde gjort sammen tidligere på dagen
- gjorde de samme bevegelsene i et forrykende tempo
- gjorde noen nye bevegelser
- tok meg i hånden, reiste seg og tok meg med seg ut på gangen med bestemte, raske skritt
- slapp hånden min i gangen

Vi så også at jeg

- satt i samme høyde som ham
- prøvde å følge hans bevegelser så godt jeg kunne i det raske tempoet han hadde
- satt litt lenger fra ham enn tidligere på dagen
- vi hadde knærne mot hverandre og med litt avstand

## Refleksjon og veien videre.

Min opplevelse etter det andre møtet med Peder var blandet. Jeg opplevde spenning samtidig som en utrygghet var dukket opp i meg. Jeg opplevde en enorm kraft og intensitet i bevegelsene til Peder og i blikket hans. Denne intensiteten tror jeg gjorde meg usikker på fortsettelsen. Var han var aggressiv eller var han ivrig? Jeg var usikker på om Peder følte seg presset og på utrygg grunn. Bevegelsene

hans var så utrolig raske, og han virket så intens. Det at han ville gå ut igjen så raskt, tolket jeg der og da som uvilje hos ham til å være på rommet sammen med meg.

Vi drøftet veien videre og bestemte oss for å ringe foreldrene hans for å få dem til avdelingen. Vi ønsket at de skulle se filmene og si hva de tenkte om hans måte å være på sammen med meg. Vi ville også foreslå at foreldrene ble med inn i rommet sammen med Peder og meg når vi skulle filme igjen. Jeg lurte jo på om jeg trådte ham for nære. Dette trengte jeg å drøfte med foreldrene som kjente Peder best av alle.

Da de kom til avdelingen kunne de fortelle at da Peder var liten hadde de vært i kontakt med spesialister både i Oslo og i København. Han fikk diagnosen infantil autisme allerede tidlig på 50-tallet, som 3-åring. Han hadde ikke utviklet språk og søkte heller ikke blikkontakt. Foreldrene fikk se filmene fra de to møtene Peder og jeg hadde hatt og ble veldig overrasket over aktiviteten han viste og initiativene han kom med. De kunne ikke si om han virket aggressiv, men var enig i at han var veldig intens. Sammen ble vi enige om at de skulle være med til rommet og sitte på stoler ved veggen ved siden av kamera. Vi hentet Peder inn.

### Det tredje møtet med Peder

*Jeg kommer inn på avdelingen, og Peder står ved vinduene med hendene hengende ned langs siden. Han snur seg og kommer rett mot meg, går forbi meg og inn i gangen som fører til rommet vi bruker. Da han kommer inn i rommet går han bort til foreldrene og stiller seg ved siden av moren, som reiser seg og stryker ham over kinnet. Så går Peder raskt bort til stolen han bruker og setter seg. Jeg setter meg rett overfor ham på samme måte som før. Han trekker seg lenger ut på stolen og legger den høyre foten på sitt venstre kne, med det høyre kneet pekende rett ut til høyre. I et om mulig enda raskere tempo går han gjennom alle håndbevegelsene vi har gjort før, og noen flere. Jeg følger ham så godt jeg kan og plutselig reiser han seg og hopper trampende bortover gulvet. Jeg reiser meg også, men følger ikke med ut på gulvet. Jeg ber ham om å komme å sette seg på stolen igjen. Han slipper armene ned langs siden, får et utrolig trist uttrykk i ansiktet og tramper hardt med bena når han går ut av rommet. Jeg står ved stolene med halvåpen munn og ser etter ham.*

### Filmanalyse 3

Vi så at han

- gikk velvillig til rommet vi brukte
- kjente foreldrene igjen da de var i rommet og gikk bort til dem
- lot seg stryke over kinnet av moren
- ønsket å sette seg ned på den samme stolen han satt i sist gang
- liksom nonchalant slang den ene foten på det andre kneet
- flyttet seg på stolen for å komme nærmere meg og mine hender
- gjentok alle bevegelsene vi hadde gjort sammen tidligere på dagen
- gjorde de samme bevegelsene i et forrykende tempo
- gjorde noen nye bevegelser også
- reiste seg og hoppet hardt ute på gulvet
- stoppet all bevegelse og slapp hendene ned langs siden
- så fryktelig trist ut der han sto alene
- gikk trampende ut av rommet

Vi så også at jeg

- satte meg rett overfor han
- prøvde å følge hans bevegelser så godt jeg kunne i det raske tempoet han hadde
- reiste meg når han reiste seg
- ikke fulgte med ham ut på gulvet
- stoppet imitasjon og ba ham sette seg på stolen igjen
- sto som forstenet med åpen munn, da han hoppet opp og ned
- ble stående slik og fulgte ham med øynene da han formelig trampet ut av rommet

### Refleksjon og veien videre

Jeg var veldig redd etter dette tredje møtet. Jeg var redd for at jeg hadde presset ham alt for hardt. Jeg var redd for at han var blitt så provosert at han var i ferd med å angripe meg da han forsvant ut.

Jeg sto som forstenet og så fra moren til faren som så veldig forundret ut. De kunne fortelle at de aldri hadde sett ham slik og mente at han var sterkt berørt, men de opplevde ikke at han var aggressiv.

Etter å ha sett på filmen sammen bestemte vi at jeg skulle fortsette å ta Peder med inn på rommet og at møtene skulle filmes. Jeg ønsket å ta med ulike instrumenter inn som jeg kunne bruke sammen med Peder. Jeg bestemte meg for ikke å imitere bevegelsene hans i redsel for å provosere ham.

## Det fjerde møtet med Peder

*Det er med bankende hjerte jeg kommer inn på avdelingen dagen etter. Før jeg hadde lukket døren til stuen så er Peder på vei inn mot rommet vi bruker. Jeg småløper etter ham. Stolene står plassert annerledes enn de pleier, langs med veggen. Jeg tar ham forsiktig i armen og fører ham til en av stolene og setter meg ned ved siden av ham. Jeg har med en tamburin som jeg slår forsiktig på mens jeg nynner svakt. Han skyver rolig tamburinen vekk fra seg samtidig som han snur ansiktet vekk fra tamburinen. Jeg venter litt i taushet og prøver med forsiktige slag på tamburinen igjen. Da og uten forvarsel tramper Peder begge bena hardt i gulvet samtidig som han bestemt og med raske skritt forsvinner ut av rommet.*

### Filmanalyse 4

Vi så at han

- gikk foran meg til rommet vi brukte i det øyeblikket jeg kom inn i avdelingen
- lot seg føre til en av stolene langs veggen
- skjøv tamburinen rolig fra seg da jeg spilte på den foran ham
- reiste seg mens han trampet med bena i gulvet og gikk ut av rommet da jeg spilte på tamburinen en gang til

Vi så også at jeg

- ikke behøvde å ta på ham for å få ham med fra stuen
- småløp etter ham i gangen
- satte meg ved siden av ham
- holdt en tamburin
- spilte på tamburinen to ganger
- fulgte etter ham da han gikk ut



## Refleksjon og veien videre

Redselen for at jeg hadde tråkket over hans grenser i de tidligere møtene satt fortsatt igjen i meg, men nå dukket den positive undringen sakte men sikkert opp i meg igjen. Hva kunne det være som gjorde at han absolutt ikke ønsket å ha tamburinen der? Hva er det han forteller med de harde tram-pene og den protesterende gangen han har hver gang han går ut? Hva kunne filmen fortelle denne gangen i refleksjonens lys?

Etter å ha sett filmen bestemte vi at jeg skulle hente ham og ta ham med inn på rommet igjen den samme dagen, men droppe å ta med instrumenter. Jeg skulle bare være tilstede sammen med ham i rommet uten agenda og se hva som skjer.

## Det femte møtet med Peder

*Da jeg kommer inn på stuen står Peder vendt mot vinduet med begge armene hengende rett ned. Da jeg tar på armen hans, snur han seg rolig og går mot gangen og rommet vi bruker. Han går foran meg, og han går rolig. Da han kommer inn, stiller han seg midt på gulvet med den ene håndbaken under den andre armens albue mens den andre knyttede hånden støtter mot haken. Uten å tenke stiller jeg meg ved siden av ham og inntar samme stilling. Da vi står slik, tar han hånden ut fra haken og vifter litt med fingrene foran ansiktet sitt. Jeg nøler litt, men gjør det samme i hans tempo. Så bytter han armenes posisjon, og jeg gjør det samme. Dette gjentar seg tre – fire ganger.*

*Plutselig tar han hånden min og plasserer meg på en stol og setter seg selv ved siden av meg. Jeg har et skjerf som jeg intuitivt bare legger på fanget hans, bare for å gjøre noe, tror jeg... Han legger det tilbake på mitt fang, tar hånden min og legger den bak på nakken sin. Jeg stryker ham over nakken samtidig som jeg nynner. Han sitter helt rolig og ser utover i det som ser ut som intet. I løpet av et tiendedels sekund endrer uttrykket hans seg til det vi kan definere som et ekte smil. Det kommer samtidig som han vender seg mot meg. Han ser forbi meg, men fortsetter å smile. Han sitter rolig og lar seg stryke på ryggen og smiler. Jeg legger hendene i fanget, og vi sitter rolig ved siden av hverandre uten at noe annet skjer enn at vi sitter ved siden av hverandre. Jeg reiser meg etter en stund. Han reiser seg også og går ved siden av meg rolig ut av rommet, mens jeg har hånden min på hans rygg.*

## Filmanalyse 5

Vi så at han

- stod med ansiktet mot vinduet da jeg kom inn på stuen
- han gikk rolig mot gangen da jeg rørte armen hans og rett til rommet vi brukte
- han stilte seg midt i rommet med den ene hånden under haken og den andre hånden støttet albuen
- førte hånden fra haken til foran ansiktet og viftet med fingrene
- byttet positur
- tok hånden min og førte meg til en stol
- satte seg ved siden av meg
- la skjerfet mitt tilbake i mitt fang
- førte hånden min til nakken sin
- smilte da jeg strøk ham over nakke og rygg

- satt rolig og smilte etter at jeg sluttet å stryke ham på nakke og rygg
- reiste seg når jeg gjorde det
- gikk rolig ved siden av meg ut av rommet
- lot meg få ha hånden min på hans rygg

Vi så også at jeg

- kom inn i stuen og berørte armen hans
- gikk bak ham inn i rommet
- stilte meg ved siden av ham
- speilet hans positur
- fulgte fingerbevegelsene hans
- byttet positur da han gjorde det
- lot ham føre meg til en av stolene i rommet
- la skjerfet mitt i hans fang
- lot ham ta hånden min og legge den på hans nakke
- strøk ham på nakke og rygg
- sluttet å stryke ham
- satt rolig ved siden av ham
- reiste meg og la hånden på hans rygg og gikk ved siden av ham ut av rommet.

### Refleksjon og veien videre

Jeg opplevde et gjennombrudd i kontakten med Peder i dette møtet og var overveldet og rørt. Han skulle reise hjem samme dag. På utskrivingsmøtet så vi på den siste filmen sammen med foreldrene. De ble sterkt berørt over å se at han virket så tilstedeværende, og at han smilte. Vi så på filmen at han helt tydelig delte en erfaring med meg gjennom den rolige imitasjonen. Det så ut som han fikk stadfestet den gjensidige forståelsen da vi sto der og jeg begynte å følge ham igjen. Dermed kunne vi gå videre i kontakten. Utviklingstrinnet etter imitasjon er turtaking. Da jeg la skjerfet mitt i hans fang først, så la han det tilbake i mitt fang, enten fordi han ikke ville ha det der, eller fordi han fulgte meg og gjorde det samme som meg. Min tur og din tur. Den neste turen, eller det neste initiativet han tok var å legge min hånd på sin nakke. Da ble det min tur, og jeg begynte å stryke ham i nakken. Han fulgte opp med at smilet hans spredte seg over ansiktet som om han var svært fornøyd.

Moren gråt da hun så dette. Jeg tenkte at det ikke var meg, men moren som skulle vært der da han kom med sitt første smil. Det snakket vi om, og hun sa at hun ville ta med seg denne nye forståelsen og prøve å observere hva han var opptatt av og følge ham. Hun ønsket å komme i kontakt med sønnen sin og håpet sterkt på å komme igjennom. Vi drøftet også muligheten av å informere boligen han bodde i og tilby veiledning, slik at de kunne få muligheten til fortsatt å gi ham opplevelsen av å bli sett og bekreftet.

### Teoretisk refleksjon

Mange spørsmål rundt Peders endring i måte å være på dukket opp i refleksjonens lys, da han var reist fra avdelingen. Hva er det som kan være årsaken til at Peder la fra seg de repeterende, dunkende bevegelsene som han gjorde med hendene? Hva er det som førte til at han sakte men sikkert vendte ansiktet mer og mer mot mitt? Hva er det som fikk ham til å ta initiativ til kontakt ved å gripe hånden min og føre den til sin nakke for så å la seg bli strøket i nakken igjen? Hva er det som gjorde

at han trampet i gulvet og forsvant ut av rommet flere ganger? Hva er det som gjør at ansiktet hans brøt ut i et smil som om han trivdes med å bli strøket på ryggen?

## Musikkterapi

I starten av 1970-tallet var jeg så heldig å være student av musikkterapeutene Paul Nordoff og Clive Robbins. Vi lærte å bruke vår egen improviserte musikk til å bekrefte barnets uttrykk gjennom bruk av instrumenter og sang. Barna vi arbeidet med i studietiden hadde kommunikasjonsvansker og ulike sansetap grunnet hjerneskader. Sansetap var ingen hindring for Nordoff og Robbins. Deres ledetråd var at alle har sin tone, sin rytme og sitt tempo. Ved å finne disse og ved å følge barnets uttrykk så ville kontakt oppstå, lærte vi.

Dette er den viktigste lærdommen jeg har fått gjennom hele min studietid! Gjentatte ganger i mitt musikkterapeutiske arbeide har jeg også erfart at dette stemmer. På en autoritær, men humoristisk læringsarena, lærte jeg av Paul Nordoff at jeg ikke ville komme et eneste steg videre med mine «pasienter», som vi kalte det på den tiden, hvis jeg hadde min egen agenda der jeg bestemte hva pasienten skulle gjøre. Jeg fikk klar beskjed om at min oppgave som musikkterapeut var å lytte og fange opp de initiativene som den andre kom med, og følge alle uttrykk, lyder, tempo, rytme og intensitet med stemme og instrument.

*Watch the child. Improvise your music in the pitch, tempo, rhythm and intensity of the child. Stop and listen, wait for the child's response. Never, ever cover the child's impulse, but answer in the child's mood. You must be ready to meet whatever comes. (Nordoff, 1974)*

Dette var viktig læring for meg og har gitt meg sterke opplevelser av samspill med «pasientene» i ettertid. På 70-tallet arbeidet jeg som musikkterapeut med barn med autisme. Instrumentene barna fikk var tromme, symbol og klangstaver. Selv brukte jeg stemme og piano og ga trommestikkene til barnet. Hvis ikke barnet begynte å tromme av seg selv, førte jeg armen til barnet forsiktig frem til trommen. Hvis barnet begynte å slå, imiterte jeg rytme og tempo med akkorder og melodilinjer på pianoet. Ofte nynnet jeg samtidig og noen melodier brukte jeg tekst til. Fantastiske samspillssekvenser oppsto innimellom, og de kunne vare i flere minutter. Jeg opplevde det som magisk og fortalte kolleger om det som skjedde. På den tiden brukte jeg båndopptaker og tapet musikken som jeg improviserte og det samspillet som oppsto. På den måten kunne jeg få skrevet musikken ned og bruke den ved det neste møte med barnet. Håpet var at barnet kjente musikken igjen og kunne gjenoppleve den gode stemningen vi hadde forrige gang vi var sammen. Disse opptakene spilte jeg av for kollegene mine, slik at de fikk høre at barna faktisk spilte sammen med meg.

Etter hvert oppsto det et dilemma i meg. Sjefpsykologen på den avdelingen jeg arbeidet i, mente at musikkterapi var verdiløst, fordi det som skjedde i musikkrommet ikke hadde overføringsverdi til hverdagen. Hun kalte det en happening i musikkrommet og mente det ikke var tilstrekkelig som terapi. Jeg ble svar skyldig og mistet motet i forhold til å arbeide musikkterapeutisk med barn som hadde autisme eller manglet kommunikasjonsferdigheter av andre årsaker.

Mange år etter dukket Peder opp på avdelingen, og vi hadde hatt det første møtet som er beskrevet ovenfor. Da kunne jeg se på filmen at jeg arbeidet som musikkterapeut, men uten instrumenter. Jeg fulgte kunnskapen Paul Nordoff hadde gitt meg og imiterte alle initiativer og alle uttrykk han kom med, inntil han grep hånden min og la den på nakken sin. Deretter lot han meg komme med initiativene og en form for turtaking oppsto. Han hadde fått sin første lekekamerat.

## Søren Kierkegaard

I 1988 kom jeg over den danske filosofen Søren Kierkegaard sitt utsagn:

*At man, naar det i Sandhed skal lykkes En at føre et Menneske hen til et bestemt Sted, først og fremmest maa passe paa at finde ham der, hvor han er, og begynde der. Dette er Hemmeligheden i al Hjælpekunst.*

*Søren Kierkegaard*

Dette ga gjenklang for meg. Det er akkurat det samme Paul hadde fortalt meg 15 år tidligere og vist meg i praksis. Det er jo det vi gjør innen musikkterapien når vi følger barnet og setter musikk til barnets lyder og bevegelser i deres rytme og tempo.

## Barns utvikling

Gjennom min utdanning som lektor i spesialpedagogikk har jeg lært mye om barnets utvikling gjennom forelesninger og faglitteratur. Jeg lærte raskt at hvis utvikling skal settes i gang så må barnet ha opplevelsen av å bli sett og bekreftet. I et normalt samspill skjer bekræftelsen av spedbarnet ved at vi bruker vår medfødte evne til komme i kontakt med barnet gjennom å imitere barnets uttrykk. Helt uten at vi tenker på det, møter vi spedbarnets smil ved å smile tilbake. Vi gurgler de samme lydene som spedbarnet har og følger spedbarnets blikk samtidig som vi setter ord på det vi tror barnet er opptatt av (Smith og Ulvund, 1999)

Et barn med autisme har annerledes sosiale signaler enn normalt fungerende barn. Det fører til at vår medfødte, ubevisste evne til å imitere barnet ikke settes i gang i samspillet med autistiske barn. Det er fordi deres signaler er så annerledes enn det som det normalt utviklede barnet har. Det autistiske barnets signaler er helt ukjente for oss og vanskelig å fange opp og følge. Det resulterer i at et barn med autisme ikke opplever seg sett, forstått og bekreftet ut fra den de er, med de lyder og bevegelser de har, fordi de blir ikke fanget opp og imitert.

## Marte Meo-metoden

Peder kom til avdelingen i 1992, og han var årsaken til at jeg oppsøkte Marte Meo-metoden. Metoden hadde akkurat det jeg hadde trengt for å kunne analysere samspillsfilmene med Peder. Det tok et år etter at Peder var utskrevet før jeg startet med opplæringen innen Marte Meo-metoden. Det tok flere år før analysen av filmene med Peder ga meg forståelsen av hva som faktisk kan ha skjedd i samspillet med Peder. Jeg har brukt Marte Meo-metoden i alt relasjonsarbeide jeg har gjort siden 1993.

Marte Meo-metodens teoretiske ståsted ligger i forskning som er gjort om barnets utvikling. Metodens egenart ligger i opphavskvinnen Maria Aarts sin geniale forståelse og formidling av hvordan filmer av samspill kan analyseres. Analysen foregår hele tiden med utgangspunkt i det som er positivt i samspillet, det som fungerer godt. Det kan høres vanskelig ut, men det trenede øye ser at det alltid er noe i samspillet som er mer positivt og bedre enn det dårligste (Aarts, 2000).

Marte Meo-metodens filmanalyseteknikk fører fokuset over på alle de mikroskopiske elementene i måten vår å samspille på, og som ikke fanges opp i handlingens øyeblikk. På tross av de mikroskopiske bevegelsene en ansiktsmuskel kan ha, kan den ha stor betydning for hvordan du blir oppfattet

av den andre når dere snakker sammen. Gjennom pausebilder og sakte film brukes filmen som forstørrelsesglass på virkeligheten, slik at det mikroskopiske i samspillet kan gjøres synlig for den voksne på filmen. Gjennom det positive fokuset blir vi hjulpet til å endre kurs i måten vår å kommunisere på, slik at kommunikasjonen kan støtte den positive utviklingen. Etter hvert blir det tydelig hvordan det positive i samspillet fortrenger det negative.

Grunnprinsippene i Marte Meo-metoden står fast og kan i korte trekk beskrives som

- Observer barnets initiativ
- Bekreft initiativet
- Utvid barnets forståelse med utgangspunkt i barnets eget initiativ

Gjennom bruk av video lærer vi å analysere samspillet mellom voksen og barn ut ifra disse grunnprinsippene med utgangspunkt i det beste som skjer i kommunikasjonen. De samme prinsippene lærer vi å bruke når vi skal veilede den voksne. Vi ser på det positive i samspillet når vi ser på filmen. Vi veileder foreldre, helsearbeidere eller pedagoger, kort sagt personer som skal føre en annen fra et sted til et annet (jf. Kierkegaard).

Marte Meo-veilederen er lært opp i å bruke filmen i veiledningen av den voksne ved å

- observere og lytte til den voksnes utsagn i veiledningen
- bekrefte utsagnet
- komme med ny informasjon med utgangspunkt i dette utsagnet.

Ved hjelp av metoden læres vi opp i å føre barnet videre. Det gjøres ved at den voksne på filmen, for eksempel barnets far, blir kjent med barnets initiativer gjennom å se på filmene sammen med veilederen. Deretter lærer den voksne hvordan initiativene til barnet kan bekreftes. Og til slutt for å føre barnet videre, så lærer den voksne hvordan han kan utvide initiativet til barnet og støtte barnet slik at det naturlig når sitt neste trinn.

Marte Meo-veilederen tar utgangspunkt i den voksne sitt refleksjonsnivå. Det gjøres ved å lytte til hva som blir sagt og stille spørsmål om det den voksne har fokus på når han ser barnet på filmen. På den måten kan han oppleve seg sett, bekreftet og forstått. Ved avslutningen av veiledningen får den voksne et tips som kan hjelpe ham til å være mer utviklingsstøttende for barnet. Paul Nordoff sitt utsagn, som vi så ovenfor, ligger også nær opp til grunnprinsippene til Marte Meo-metoden.

## Speilnevroner

I 1996 oppdaget italienske forskere de fantastiske speilnevronene hos mennesker. Tidligere forskning hadde oppdaget speilnevronene hos apene, men at disse også ble funnet i den menneskelige hjerne, var banebrytende. Speilnevronene finnes i hjernen og kan kalles for våre eneste sosiale nevroner. En årsak til at vi kan leve oss inn i andre menneskers følelser og vise empati ligger i speilnevronene. De finnes i genene våre og gjør oss i stand til å knytte kontakter. Ved å skanne hjernen oppdaget forskerne at når vi så en annen bevege seg på en spesiell måte, så oppførte hjernen vår seg som det var vi som beveget oss på samme måte selv. Årsaken til det ligger i speilnevronene. På en måte lager vi en indre kopi av det mennesket vi ser på. Senere forskning har vist at speilnevronene også tennes når vi leser bøker eller ser på filmer. En forutsetning for at speilnevronene skal fyres opp, er at det som den andre gjør, oppleves som meningsfullt. Hvis handlingen virker meningsløs, viser skanningen av hjernen at speilnevronene holder seg i ro. For at speilnevronene skal settes i

bevegelse, må også den handlingen som den andre gjør være innenfor det funksjonsnivået man befinner seg på, slik at handlingen kan gjenkjennes (Iacoboni, 2008).

Gjennom speilnevronene er vi gitt en medfødt evne til å utvikle oss gjennom å observere andre og speile de handlingene vi forstår. Vår empati utvikles gjennom speilnevronene. Vår empatiske evne gjør oss i stand til å speile den nyfødte slik at vi vekker spedbarnets interesse for nærpersionene i omgivelsene. Det skjer ved at vi naturlig begynner å speile spedbarnet. Den sosiale utviklingen til det normalt fungerende spedbarnet starter ved at det blir speilet. Gjennom å ha oppmerksomheten vår på spedbarnet, følger vi naturlig barnets tempo, lyder og bevegelser. På den måten opplever barnet seg sett og forstått og dermed verdifull. Opplevelsen av verdi er grunnlaget for sosial kompetanse, som igjen fører til at man trer inn i fellesskapet og forhindrer ensomhet.

Peder som har diagnosen infantil autisme, var ikke blitt speilet fordi hans uttrykk var så ukjent for omgivelsene. En teori kan være at et barn med autisme som ikke blir speilet stopper opp i sin sosiale utvikling, nettopp fordi det ikke opplever seg sett og bekreftet med de uttrykkene det har som det barnet det er.

Kierkegaard, gjennom formidling av sin filosofi, Paul Nordoff gjennom sin formidling av musikkterapi og Maria Aarts gjennom sin formidling av Marte Meo-metoden, har alle sett det forskerne fant i speilnevronene på slutten av 1990-årene:

*Vi er avhengig av å bli speilet for at utviklingen vår skal komme i gang.*

Oppdagelsen av speilnevronene som er beskrevet i Iacobonis bok er banebrytende i forståelsen av vår sosialisering og utvikling av empati. Denne nye forståelsen kan forklare suksessen til musikkterapeuten som får et gjennombrudd i kontakten med den kontaktsvake pasienten ved hjelp av improvisasjon som følger pasienten. Musikkterapeuten speiler barnet. Dette kan også forklare Marte Meo-terapeutens vellykkede veiledninger, der barnet etterhvert blir møtt av voksne som har lært å bli utviklingsstøttende i sin kommunikasjon. Marte Meo-terapeuten speiler den voksne i veiledningen, som så lærer seg å speile barnet i Marte Meo-veiledningen.

## Refleksjoner i ettertid

Mangel på speilnevroner er blitt nevnt som en underliggende nevrologisk årsak til autisme. Da jeg satte meg ned med Peder og imiterte alt han gjorde i hans tempo og med hans intensitet, kan årsaken til at han responderte så spontant, være nettopp det at han ble imitert. Han kan ha opplevd seg sett og bekreftet ut fra det utviklingsstadiet han befant seg på. Da trengte han ikke lenger å «rope i skogen uten å få svar». Da kunne han slutte med den kontinuerlige dunkingen på hånden og bevege seg videre i livet og komme med nye innspill. Analyse av filmer fra mellommenneskelig samspill er en kunnskap man ikke har uten å ha lært det og trent på det. Alle de mikroskopiske øyeblikkene som kan ha ført til at Peder endret måten sin å være på, var umulig for meg å fange opp og forstå i situasjonen. Det måtte analyseres og reflekteres over.

I ettertid har jeg også fått hjelp av spesialpsykolog Anne Nafstad på Skådalen kompetansesenter. Hun arbeider med døvblindfødte og bruker film for lettere å kunne analysere ukjent atferd. Bruk av film på denne måten åpnet en helt ny verden for meg. Siden har jeg spesialisert meg på mikroanalyse av samspillsfilmer på grunnlag av Marte Meo-metodens analyseverktøy. Dette har gitt meg forståelse nok til bedre å kunne forstå hva som skjedde i samspillet mitt med Peder.

## Hvordan gikk det videre med Peder?

Moren til Peder forsto og brukte ideen om å fange opp hans initiativ, bekrefte det og utvide initiativet fra der han befant seg. Hun besøkte ham flere ganger i uken, men mente at det ikke var tilstrekkelig for Peder. Hun ønsket at han daglig skulle få opplevelsen av å bli sett og bekreftet. De ansatte ved boligen han bodde i ønsket veiledning og fikk det så langt vi kunne gi det innenfor våre rammer. Deretter samarbeidet de videre med moren.

Peder hadde fått hendene fri fra dunkingen og begynte å arbeide i en vernet bedrift. Der sorterte han små plastdeler. Dette arbeidet utførte han systematisk og godt. Hvordan Peders liv har fortsatt, det vet jeg ikke.

## Etterord

Jeg står i dyp takknemlighet til Peder. Han har vært den største drivkraften i meg til å søke forståelse for hva som fører til positiv mellommenneskelig kommunikasjon. Peder viste meg at jeg kunne bruke min musikkterapeutiske kunnskap uten instrumenter og oppnå de samme resultatene. Musikkterapi har overføringsverdi til hverdagen. Peder bekreftet også den forståelsen jeg hadde fått gjennom Søren Kierkegaards utsagn. Peder er årsaken til at jeg fikk en dypere forståelse for ikke-verbal kommunikasjon gjennom filmanalysen, refleksjonen og samtalene med Anne Nafstad. Han er også årsaken til at jeg bestemte meg for å lære meg å bruke Marte Meo-metoden i arbeidet mitt. Og da jeg lærte om speilnevroner, forsto jeg hva som kan være en årsak til at Peder endret væremåte da han ble speilet av meg.

## Litteratur

- Iacoboni, M. (2008). *Mirroring people. The new science of how we connect with others*. New York: Picador.
- Kierkegaard, S. (1848/1859). *Synspunktet for min Forfatter-Virksomhed. En ligefrem Meddelelse, Rapport til Historien*.
- Nordoff, P. (1974). Forelesninger, veiledninger og samtaler, Bærum og London.
- Nafstad, A. (1992). Forutsetninger for omverdensforståelse. I K. Jacobsen (red.) *Forutsetninger for kommunikasjon med døv-blindfødte*. Nordisk Vejleder nr. 15, Dronninglund: Forlaget Nord-press.
- Smith, L. og Ulvund, S. E. (1999). *Spedbarnsalderen*. Oslo: Gyldendal.
- Aarts, M. (2000). *Marte meo: Basic manual*. Harderwijk: Aarts Productions.

## Å synge er å være!

Kari Aftret

Det er vår. Sola skinner, og minner fra en solfylt maidaag for noen år siden kommer til meg: Jeg er på besøk hos svigerfar på sykehjemmet. Han og jeg har alltid vært gode venner. Vi har hatt mye fint sammen, men på sykehjemmet går praten ofte litt tregt. Det er ikke her han har lyst til å være. Gjennom musikk og sang kan vi fremdeles dele gode stunder, slik vi alltid har gjort. Jeg triller svigerfar inn i spisesalen der pianoet står. Finner ei sangbok og blar i den. Han foreslår noen av sine gamle, gode sanger, og snart er vi igang. Pianospill spres til andre på huset. Beboere med rullatorer og rullestoler triller inn i rommet der musikken lever. Snart kommer også personalet med dem som trenger hjelp til forflytning. Det som skulle være en uformell og privat syngestund for svigerfar og meg, blir med ett til en sangstund for hele avdelingen. Jeg tar utfordringen på strak arm og finner fram noen vårsanger jeg tror alle kjenner. *Alle fugler, Lille måltrost og Jeg gikk en tur på stien*. Det er da det skjer: Midt i refrenget til *Jeg gikk en tur på stien*, løfter en av damene i rullestol hodet og synger med: *ko-ko, ko-ko*. Etter at sangen er ferdig sier hun: *Nå vil jeg spille òg!*

Personalet tror nesten ikke det de hører. Denne damen snakker jo ikke. De har aldri hørt en lyd fra henne. Hun sitter stum i rullestolen sin og ser tomt på dem som går forbi. Dag ut og dag inn. Det er et lite under som skjer i spisesalen på sykehjemmet denne dagen, og selv om overraskelsen utløste en spontan latter hos personalet, ble vi også minnet om hva som kan bo i enkeltmennesker bare de får mulighet til å vise det. Sangen aktiverte noe hos henne og gav henne lyst til å musisere mer! Opplevelsen var sammenlignbar med historien om de tungt medisinererte pasientene i filmen *Oppvåkningen* med Robert de Niro og Robin Williams.

Jeg har jobbet som musikkterapeut i over tretti år og vet etter hvert mye om musikkens ulike virkninger og betydning. Kolleger har delt sine historier, og bekrefter at vår opplevelse på sykehjemmet ikke er enestående. Etter min mening burde musikkterapi være en mer u diskutabel behandlingsform innen eldreomsorgen. Musikkterapi som fag er opptatt av å fokusere på ressurser og muligheter i stedet for sykdom og begrensninger. Tone Sæther Kvammes doktoravhandling *Musikk med demensrammede som har symptomer på depresjon og angst* dokumenterer reduksjon av symptomer på angst og økt livskvalitet etter fem uker med musikkterapi.

Det er egentlig enkelt: Sang og musikk når ofte inn til oss på helt andre måter enn når vi snakker sammen. Musikk kan aktivere gamle minner, gi rom for ulike følelser og skape mulighet for deltakelse, glede og fellesskap mellom mennesker.

Også Henrik Ibsen var opptatt av dette da han skrev: *Sangen er vår felles sfære, det å synge er å være!*



## Litteratur

Kvamme, T. S. (2013). *Glimt av glede. Musikterapi med demensrammede som har symptomer på depresjon og angst*. Avhandling for graden ph.d., NMH-publikasjoner 2013:7. Oslo: Norges musikkhøgskole.

## Å gripe det ubegripelige

*Kari Aftret*

Skinn på meg sol  
Skinn på min arm  
Skinn på min hånd,  
Sol gjør meg varm.  
Skinn på meg sol  
Skinn i denne stund,  
Skinn på mitt øye,  
mitt kinn og min munn.

*Anne Lise Gjerdrum*

Elevene våre setter spor. Dype spor. Thea er en av dem. Jeg minnes henne i takknemlighet. Jeg lærte mye av henne. Hun viste meg hva musikk kunne bety; humoren i de små tingene, kraften i å uttrykke seg med lyd og gjennom kropp og instrumenter, gleden over samspill og fellesskap, ritualer og gjenkjenning. Smilet hennes. Latteren, men også alvor og fortvilelsen når kroppen streiket, når kreftene manglet, når trøttheten overmannet.

Thea ble bare 9 år. Jeg ble kjent med henne da hun som baby deltok på Musikk i livets begynnelse på helsestasjonen. Hun var minst i en søskenflokk på tre. Frisk og fin. Dette var noen måneder før foreldrene begynte å ane at noe ikke stemte. Utviklingen fulgte ikke riktig skjema. Ting hun hadde lært ble borte igjen. Hun ble ett år, og omfattende utredning ble igangsatt. Hva var dette? Fantest det et navn, en diagnose?

Etter lange og utmattende undersøkelser ble diagnosen satt. Thea hadde en nevrologisk, progresierende sykdom der lærte ferdigheter svekkes, og levealderen er antatt kort.

Bunnløs sorg. Hvordan kan foreldre håndtere vissheten om at barnet ditt kommer til å dø? Hvordan make to forholde seg til kort levetid og usikkerhet om hvordan det levde livet blir med alle plagene som følger med?

## En dag skal vi dø

En dag skal vi dø. Alla andra dagar ska vi leva.

*P.O. Enquist*

Hvordan leve når du vet at du snart skal dø? Det eneste som er sikkert i livet er at vi alle skal dø en gang. En gang betyr for de aller fleste av oss «når vi blir gamle». Det er langt fram. Ikke noe å forberede seg på i ung alder.

Sikkert er det at når en diagnose med usikre framtidsutsikter settes, blir alle nærpersionene satt i en slags alarmberedskap. Alltid. Hele døgnet. Vi fikk inntrykk av at Thea kunne dø når som helst. Ville det skje når hun var 4 år, 5 år, 6 år? Imens levde hun livet sitt. Intense dager, glade dager, strevsomme dager. Slik vi alle lever livene våre og forholder oss til det som kommer.

Med en usikkerhet, og samtidig en visshet om at livet til Thea ville bli kortvarig, ønsket vi som var rundt å gi henne så gode dager som mulig. Foreldrene ville det beste og det meste. Likevel var det vanskelig å forholde seg til her og nå uten å bekymre seg for morgendagen. Når jeg som musikkterapeut kunne fortelle glimt fra musikktimen og en strålende opplagt Thea, forstod jeg at mor ikke klarte å glede seg fullt ut. Det var alltid verre dager som ventet.

## Felles glede i musikken

I de årene Thea levde deltok hun i et ukentlig musikktilbud i kommunen. Dit kom hun gledesstrålende sammen med sin assistent hver uke. I starten ble hun båret inn fra bilen, etter hvert krøp hun, og under over alle under; hun lærte å gå da hun var noen år gammel. Balanseproblemer var det, men tål og vilje var så absolutt tilstede, og Thea var aldri den som gav opp. Hun trente med fysioterapeut og på skolen med assistenten sin. Hjemme hadde hun søsken hun kunne bryne seg på, og foreldre som stod på. Thea ble 5 år, 6 år, 7 år, 8 år. Hun begynte på skolen, hun fikk venner og lærte stadig noe nytt. Thea var et muntrasjonsråd som hadde omsorg for andre. I musikkgruppa var hun et selvsagt midtpunkt og den som passet på at alle hadde det bra. Hun elsket slapstick-humor, og lo så godt av morsomhetene at det smittet over på oss alle. Thea kunne sangene og musikkprogrammet ut og inn. Hun brukte av det lille overskuddet hun hadde, og gav oss glede og energi i tusenfold tilbake.

## Heng november opp på snoren

Thea var 9 år. Skoleåret hadde startet bra, og i høstferien hadde hun vært på en herlig sydenferie med familien. Utover høsten registrerte vi likevel at formen hennes var merkbart dårligere, at lungeproblemene økte, og at hun var svært sårbar for infeksjoner. Uroen for Theas helse lå alltid i bakhodet. Hvor lenge kunne hun holde seg i gang?

Det var torsdag morgen, og jeg stod klar til å ta imot de seks barna i musikkgruppa. Like før timen startet ringte telefonen. Beskjeden var uventet, men likevel ventet. Nå hadde det skjedd. Thea var død. Hun hadde sovnet inn samme morgen.

Midt i dødsbudskapet ventet en musikkgruppe med forventningsfulle barn og voksne på å starte dagen. Jeg som musikkterapeut og leder måtte ta ansvar for hvordan vi skulle takle den triste nyheten, og jeg var nødt til å være profesjonell og improvisere slik at dagen ble så god som mulig for gruppa. Vi sang *Nå vil vi si velkommen* som vanlig, og etterpå fulgte *Trøstevise i november* slik vi hadde sunget i november året før, og året før der igjen. En vakker sang av Ebba Munk og Pia Rang, med dypt livsfilosofisk innhold.

Etterpå måtte jeg gi rom for å fortelle om Thea og at hun var død. Hvor mye barna forstod er vanskelig å vite. Dette var barn med ulike funksjonshemminger, noen med svært omfattende utviklingshemninger og lite verbalspråk. Likevel var stemningen preget av et alvor jeg sjelden har opplevd med barna. Jeg hadde på følelsen at de forstod at Thea var død og at hun ikke kom til musikkgruppa mer. Våre felles sanger trøstet og ga rom for sorgen vi ikke kunne uttrykke med ord.

Senere på dagen deltok jeg på samling på Theas skole. Jeg fortalte klassen hennes litt om hvordan jeg kjente henne, og hva hun gjorde de dagene hun var på musikkgruppa hos meg. Som en siste hilsen fra Thea til klassekameratene hennes avsluttet vi med *Nå må du og jeg si ha det bra*, av Tom Næss. Igjen følte jeg at musikken kunne uttrykke det det var vanskelig å finne ord for. Gjennom denne sangen som Thea var glad i, kunne vi sammen sørge og føle nærværet med henne. En fin opplevelse.

Samme dag ble vi voksne som hadde hatt Thea på skolen invitert hjem til familien. Det var som om foreldrene hadde forberedt seg på denne dagen. De hadde tenkt gjennom hvordan de ønsket det skulle være, og hva de som familie hadde behov for. Det ble ei fin stund. Vi fikk tatt farvel med ei nydelig jente som lå i senga si og så ut som hun sov. Et fredfylt bilde. Vi ville minnes Thea med glede.

## Minnestund og ritualer

Torsdagen etter forberedte jeg minnestund for Thea i musikkgruppa. Vi inviterte foreldrene med, og noen kom for å være sammen med ungene sine denne dagen. Et bilde av Thea, rosa roser og levende lys møtte alle som kom inn i rommet. Stemningen var rolig og høytidsstemt. Vi innledet med den samme velkommensangen som vi pleide. Dette for å opprettholde ritualene slik at tryggheten til ungene var ivaretatt. Etterpå snakket jeg litt om Thea før jeg tok med meg bildet, lyset og rosene og gikk rundt til hver enkelt av barna. Brukte god tid og sa omtrent dette:

*Thea er død. Til minne om Thea. Vi vil savne Thea.*

Alle fikk tid til å se på bildet, det levende lyset, og lukte på rosene. Tanken min var å skape rom for å ta i bruk flere sanser, også syn og lukt. Det kjentes viktig å lage en stemning som bekreftet sorgen og tapet av Thea, en stemning vi kunne være sammen i, og som også kunne bidra til å gripe det ubegripelige for alle barna. Vi kan ikke vite hva de forstod og hva de fikk med seg, men vi kunne i alle fall gi en mulighet til å forstå at Thea var død. Stemningen ble understøttet med utvalgte sanger som Thea var glad i og som passet i minnestunden.

Minnestunden var også en måte å komme sammen på for alle oss voksne som hadde et forhold til Thea og familien, gi rom for sorgen og gråten, og samtidig minnes de gode øyeblikkene. Thea betydde mye for så mange. På tross av sitt korte liv rakk hun å sette varige spor.

## Theas sanger

Thea ble begravd fra en fullsatt kirke der mange barn var til stede. Å se ei lita barnekiste er sterkt, og å skulle ta inn over seg sorgen over å miste et lite barn er på mange måter uhåndterlig.

Familien hadde spurt meg om å spille sangene fra musikkgruppa i kirka, før begravelsen tok til. Jeg var glad for muligheten. Det føltes både riktig og viktig, og selv om jeg var emosjonelt preget, var det

godt å spille alle barnesangene en siste gang for Thea og familien hennes. Andre som deltok i begravelsen bekreftet følelsen.

Siden har jeg bidratt på samme måte i en annen barnebegravelse for en elev jeg har hatt i musikkterapi. Sanger og musikk elevene våre har hatt et forhold til, har skapt gode minner og bekreftelser på musikkens betydning i ritualer og livshendelser. Barnas sanger har gitt trøst i sorgen.

## Å gripe det ubegripelige

Hvordan forklarer vi det som skjer for våre alvorlig utviklingshemmede elever? Hvordan gir vi muligheten til å forstå? Musikkgruppa ble annerledes etter at Thea døde. Vi måtte reorganisere oss på et vis, selv om ungene i gruppa antakelig aldri tenkte sånn om det. Det er det vi voksne som gjør. Likevel var det noe som manglet uten at barna kunne si eller forstå hva det var.

Jeg lærte mye om musikkens uvurderlige plass i ritualer da Thea døde, og jeg gjorde meg også mange tanker om hvor viktig det er å romme alle typer sorg, også for mennesker som ikke greier å uttrykke seg selv. Det handler om å skape muligheter for å sørge.

I musikken er vi på mange måter like. I minnetalen til Thea skrev jeg:

*Det blir stille og rart i musikkgruppa nå.*

*Thea kommer ikke mer.*

*Musikken ble språket vi alle var like i – i den kunne vi uttrykke oss uten ord.*

*Sangen og musikken knyttet oss sammen, ga glede, fellesskap, energi og vitalitet.*

*Thea var som en strålende SOL for oss alle.*

## Pauline spiller blues

Jarle Obrestad

### Musikterapi som pedagogisk metode i skolen

*Pauline spiller blues. Straks vi er i gang gjenkjenner hun den musikalske introen og begynner å spille på markeringer og pauser på slutten av denne. Hun ser opp med en gang vi starter og lytter oppmerksomt til musikken. Hun er rett på etter første riff og fortsetter å spille konsekvent på tromma etter de korte melodiske riffene som etterfølges av pauser. Men så virker det som om oppmerksomheten er et annet sted, eller at hun bare lytter. Jeg gjentar riffet etterfulgt av pause, og så er hun med i samspillet igjen med et slag på tromma. Det er også en rundgang i musikken – en annen variant enn introen. Hun lytter og blir litt usikker, men så dukker introen opp igjen og Pauline er klar til ny oppstart. Hun svarer momentant etter ny melodisk strofe, som i form er lik bluesen som jeg spilte rett før. Pauline er konsekvent og spiller etter de korte melodiske riffene her som om hun hadde gjort det før. Hun ser opp på meg og det går litt tid ... Jeg kommer med en antydning, et lite hint med en forsiktig tone, og hun viser et lite smil og kommer inn med spill på bodhrantromma igjen. Etter siste slag lytter Pauline til de siste trillene på pianoet.*

Video til *Pauline spiller blues* er å finne på Vimeo



Pauline er 8 år og har musikkterapi som pedagogisk tilbud ved en skole med spesialavdeling for særskilt tilrettelagt opplæring. Pauline har Fox G1 syndrom, som har noen fellestrekk med Retts syndrom. Syndromet er genetisk betinget og virker inn på hjernens utvikling. Det kan være store variasjoner med hensyn til funksjonshemming, og syndromet er ikke progredierende. Pauline har ikke verbalt språk, men hun har enkelte lyder. Når det gjelder mobilitet og forflytning kan Pauline gå noen få skritt alene, men hun bruker for det meste å holde i hånden til en voksen. Ved forflytning over større avstander bruker hun rullestol. Pauline har bodd i barnebolig siden 2012, og har hatt et musikkterapeutisk tilbud ved skolen siden 2013, da hun begynte på skolen.

Denne fortellingen er fra skoleåret 2015/16 og handler om bruken av musikkterapi som pedagogisk metode i skolen. Musikkterapi som pedagogisk metode skal da oppfylle det overordnede generelle målet for all opplæring: Opplæringens mål er «å utvide barn og unges evner til erkjennelse og opplevelse, til innlevelse, utfoldelse og deltagelse» (KUF:1993:2).

## Mål og rammer

Rammene for Paulines undervisningstilbud har bestått av et individuelt tilbud pluss fire gruppetimer i dans, fysmus (kombinasjonsprogram av fysioterapi og musikkterapi), lytting og en gruppetime i musikk i uka. Målet for timene har vært å bli trygg og mer fortrolig med nye lyder og musikkinstrumenter, delta aktivt i samspill, mestre oppmerksom lytting og uttrykke seg gjennom muskalsk kommunikasjon. Videre gjennom dette å oppleve muskalsk mestring og glede. Øvrige mål har vært økt motorisk kontroll, bedret oppmerksomhet og konsentrasjon, samt videreutvikling av grunnleggende kommunikasjonsferdigheter.

I et utdrag fra pedagogisk rapport 2013/14 heter det: «Pauline var i oppstarten av musikktimene engstelig for musikkrommet med de musikkinstrumenter og lyder som var der inne. Musikkterapeuten jobbet i starten med Pauline inne på gruppe 3 med speiling, kontakt og å knytte sammenheng mellom lydkilder/instrumenter og bevegelse. Etterhvert kunne aktivitet gradvis overføres til musikkrommet med enetimer, og dette gikk etterhvert bedre.»

Videre står det i evalueringen fra skoleåret 2014-2015: «Etter en fin utvikling i høst, kom en periode i vinter hvor hun reagerte plutselig og voldsomt på lyd, og vi måtte starte 'fra begynnelsen' igjen med korte timer, hvor hun satt på gulvet sammen med en ledsager, og jeg bare sang uten akkompagnement. Vi sang rolige sanger som Pauline likte godt. Hun hadde en pause fra gruppetimene i denne perioden. Det gikk imidlertid ikke så lang tid før Pauline ble mer tolerant overfor lyder, og igjen kunne være med i gruppetimer. Etter dette har hun hatt en fin utvikling. I enetimene spiller hun både ulike typer trommer, tamburin, raslenøtt og piano. Målsetninger: 1. Øke deltakelse i spill over lengre tid. 2. Øke deltakelse med stemmen. Imitere. Ta tur. Begge disse målene har rom for utvikling.»

## Improvisert samspill

Jeg overtok timene med Pauline høsten 2015. Som musikkterapeut er jeg utdannet innen en faglig tradisjon som baserte seg på Nordoff og Robbins sin improvisatoriske metode *Creative music therapy* (1977) og Tom Næss sin variant av denne (1989). Parallelt er jeg som musiker inspirert av improvisatorisk musikk som blues og jazz, samt påvirket av folkemusikk, populærmusikk og viser.

Med dette caset ønsker jeg å vise hvordan improvisatorisk musikkterapi kan fungere som pedagogisk metode for elever med særskilt tilrettelagt opplæring i skolen. Ettersom lytting, musisering og komponering blir beskrevet som tre likeverdige sider ved musikk som fag i skolen i *Kunnskapsløftet*, baserer jeg meg på dette også som musikkterapeut:

*Musisering:* Improvisasjon kan legges til rette slik at eleven kan delta uavhengig av egne forutsetninger. Gjennom den spontane musiseringa her og nå, skapes grunnlaget for at møter kan oppstå. Alt det eleven foretar seg av lyder, bevegelser eller ytringer blir fanget opp og blir en del av musikken.

*Komponering:* I det improviserte samspillet inviterer musikkterapeuten til en tilegnelse av felles koder med hensyn til å forstå og skape musikalske uttrykk på. Dette kan innebære en spontan utføring av musikalsk komponering. Som musikkspåklig uttrykk kan dette være med å bidra til utvikling av grunnleggende kommunikasjonsferdigheter.

*Lytting:* Glede ved musikkopplevelse er basert på oppmerksom lytting. Gjennom improvisasjon intensiveres et fokus på lyttingen i seg selv som nødvendig forutsetning for felles deltagelse i et stadig skiftende musikalsk samspill. Pauline lytter for eksempel etter hvordan elementer i musikken henger sammen når hun skal spille. I tillegg velges sanger fra barnesangtradisjonen og populære nåtidige sanger som en del av skolens kulturformidling.

Musikkterapi som metode i skolen blir også brukt ved fagene kroppsøving med dans og meningsfull bevegelse til musikk, gjerne i samarbeid med fysioterapeut, såkalt «fysmus». Dette er som nevnt også en del av Pauline sitt tilbud.

## Tilnærming og tilrettelegging

Høsten 2015 overtok jeg Pauline i individuelle timer i musikk. Det viste seg tidlig at Pauline reagerte med å ta hendene opp mot ørene som om hun ville beskytte seg mot uforutsett eller høy lyd. Det samme kunne skje når hun ble introdusert for nye instrumenter og lyder i musikkrommet. Dette forekom også i sosiale situasjoner der Pauline var forhindret fra å se hvem, hva og hvor lyden kom fra. Det å orientere seg i forhold til lyd kan ofte være vanskelig for funksjonshemmede. Når Pauline sitter fast i rullestolen, er hun forhindret fra å snu seg og lokalisere lydilden. Å spille instrumenter var i utgangspunktet noe nytt og utrygt for Pauline. Kunne musikken da være en hjelp til å overvinne hindringer som står i veien for økt handleutfoldelse (Ruud 1990)?

I musikktime ble det viktig å tilrettelegge slik at Pauline kunne få positive mestringsopplevelser og knytte mening til lyd. Sammenhengen mellom lydkilde og opphavet til lyden blir tydeliggjort når en selv er aktør og samspillpartner i felles musisering i musikktime. Slik kan lyd bli musikk og ikke opplevd som støy. I min tilnærming brukte jeg lytting for at eleven skulle føle seg trygg og fri fra forventninger om å prestere. For hva må til for å kalle noe musikk? I følge Swanwick (1988) må det 1) foreligge et utvalg av lyder, 2) en organisering av lyd over tid, samt 3) en intensjon om å lage musikk, foruten at den som lytter må ha en intensjon om å oppfatte dette som musikk.

Jeg legger musikktime opp på følgende måte:

1. Først introduserer jeg noe musikk for Pauline. Jeg velger sanger som jeg tror hun kan ha et forhold til og supplerer med andre sanger som hun kan gjøre seg kjent med. Når sangene repeteres, vil Pauline gjenkjenne disse og lære seg sangens form.



2. Jeg introduserer noen instrumenter som jeg tror Pauline raskt kan mestre. I neste omgang introduserer jeg sanger som egner seg å spille til. Når Pauline viser at hun vil delta i samspillet, lager jeg rom for dette ved å stoppe opp og ikke fortsette før hun kommer med sin respons. Når Pauline viser respons ved å delta, er jeg der momentant og underbygger hennes spill. På denne måten får Pauline anledning til å aktualisere seg selv.
3. Jeg tror at Pauline vil kunne mestre kodefortrolighet tilstrekkelig til at hun kan delta i samspill, det vil si i felles musisering. Metoden jeg bruker skal gi Pauline rom for å skape musikk og føle seg fri til å velge instrument, og hvordan og hvor mye hun vil spille på det. Dette skal gi en følelse av frihet og herredømme over egen situasjon, samt trygghet, mestring og autonomi.
4. Tilrettelegge på en måte som kan bidra til mestringsopplevelser som i neste omgang vil påvirke Pauline sin læring og videre utvikling av et positivt selvbilde.

I denne tilnærmingen hvor jeg jobber alene, og ikke har med meg co-terapeut som kan holde opp instrumentene, benytter jeg et oppsett av stativer som gjør instrumentene lett tilgjengelige for eleven. Disse stativene gjør også at instrumentene blir stabile og stødige.

## Noen eksempler

Pauline hører hvordan ting henger sammen når hun skal spille til. Læring skjer gjennom aktiv deltagelse, lytting, gjenkjenning ved utforsking, lek og utprøving. Oppmerksomheten blir rettet mot kontakt og samspill ved å spille etter tur, spille på bestemte steder i musikken, som her etter en melodisk frase etterfulgt av pause.

## Haren uti gresset og Hei diddli

*Pauline har ikke noe forhold til hi-hat og stjernerdyss og kan i denne sangen velge å utforske instrumentene i eget tempo, uten at dette er koblet til musikalsk kontakt og samspill.*

*Bodhranromma er derimot kjent når hun mot slutten av den andre sangen kommer inn med markante slag på tromma. Pauline er litt urolig, hun gynger fra side til side. Oppmerksomheten er skiftende, og hun tar seg opp til ørene innimellom. Spiller tilsynelatende vilkårlig. Litt utprøvende og søkende rettet mot instrumentet hi-hat og stjernerdyss og må bortom tangentene til pianoet som hun kjenner fra før.*

Hvorfor flere instrumenter på en gang? På samme måten som barn tilegner seg erfaringer gjennom lek og utforsking er det min hensikt at Pauline her skal kunne nærme seg instrumentene stjernerdyss og hi-hat ut fra egne premisser. I tillegg har hun bodhranromma i midten som Pauline er kjent med fra før.

Oppmerksomhet finner vi der Pauline retter blikket, og blikket er skiftende eller søkende. Ser ut til at hun lytter aktivt til musikken, men at denne danner en bakgrunn for hennes utforsking av musikkinstrumentene. Hun er aktiv og utforskende og prøver ut de instrumentene som er innenfor rekkevidde. På slutten av den andre sangen *Hei diddli*, viser Pauline at hun forstår koden for samspillet med å spille på bodhran der hvor jeg etablerer pauser.

## Trolldans av Ludwig Schytte

*Denne sangen har blitt brukt i dansetimen, men er ukjent for Pauline i denne settingen, som er enetimen i musikk. Etter intro med dominant septim til a-moll, spiller jeg den første melodiske frasen og stopper opp for vente på respons fra Pauline. Hun virker litt usikker og jeg prøver en gang til. Da er hun der med et tydelig slag på tromma. Pauline bekrefter så at hun har forstått gangen i samspillet ved å spille videre med flere slag på de stedene i musikken hvor det legges opp til spill med tydelige pauser. I en periode slår hun flere slag. Her er hun litt lur i blikket, hun smiler og venter litt før hun kommer med et lite diskre slag på tromma. Hun har nå kontroll. Etter et skifte i musikken (mellompartiet) gynger Pauline på stolen som om hun danser. Hun kommer også inn med et slag på eneren i takten. Pauline lytter og er noe avventende som om hun tenker «skal jeg gjør noe her eller ikke»? Hun kan også være kjapp i reaksjonen og spiller kontant og tydelig. I finalen spiller hun til alle markeringer i samsvar med musikken.*

## Oppsummering og konklusjon

I et utdrag av evalueringen fra musikkterapeuten for skoleåret 2015-2016 heter det:

«Pauline har knekt «koden» for samspill og viser at hun kan spille på bestemte steder i musikken der det etableres pauser. Pauline viser i stadig større grad at hun kan ta i bruk det lærte når hun spiller til nye ukjente sanger. Hun kan delta spontant i samhandling med flere samtidige instrumenter. Pauline tar initiativ, gir respons og påvirker samspillet, og hun er nysgjerrig på sammenhengen mellom egne utspill/initiativ og musikkterapeuten sine svar i musikken. Noen ganger blir Pauline så inspirert at hun reiser seg fra stolen, blir stående og danser til musikken samtidig med at hun støtter seg og spiller på tromma. Slik viser Pauline økte utfoldelses- og handlemuligheter med økt motorisk kontroll, engasjement og mestring i musikktime. Pauline viser god konsentrasjon ved at hun er aktivt deltagende i musikkaktivitet fra timens begynnelse til slutt. Pauline smiler og klapper i hendene etter å ha spilt/deltatt som solist i gruppetimene på skolen. Pauline innehar nå ferdigheter som gjør at hun kan innta og fylle en plass i trommegruppa fra høsten 2016.»

Pauline viser en utvikling fra det å beskytte seg mot inntrykk og holde seg for ørene, til å delta aktivt med å spille på bodhranromme, hi-hat og stjernedryss i samspill med musikkterapeuten. Jeg ser at Pauline nå bruker hørselen på en annen måte enn før. Vi kan anta at Pauline har blitt mer tolerant overfor lyder, også utenfor musikkrommet. Jeg ser ellers at Pauline uttrykker glede gjennom smil, og at hun begynner å danse til musikken i enetimer når hun sitter på stolen og spiller.

## Litteratur

Kirke-, utdannings- og forskningsdepartementet. (1993). *Generell del av læreplanen*. Oslo: Kirke-, utdannings- og forskningsdepartementet.

Nordoff, P. og Robbins, C. (1977). *Creative Music Therapy: Individualized treatment for the handicapped child*. New York: The John Day Company.

Næss, T. (1989). *Lyd og vekst: Innføring i metoden terapeutisk improvisasjon*. Nesodden: Musikkpedagogisk forlag.

Ruud, E. (1990). *Musikk som kommunikasjon og samhandling. Teoretiske perspektiv på musikkterapien*. Oslo: Solum.

Swanwick, K. (1988). *Music, mind and education*. London: Routledge.

## Therese – en videofortelling

Tom Næss

*I dag er en dag mange lenge ikke trodde ville komme. Min elskede søster Therese fyller førti år. Gratulerer så mye med dagen, kjære søster! Nå er du førr! Ditt humør er smittende. Din livsglede inspirerer. Ditt mot og din styrke imponerer. Du stoppet aldri å kjempe selv om ulykken for 14 år siden tok så mye. Den tok i årevis all din førlighet. Den tok ordene dine. Den tok lenge tilsynelatende all din kontakt med omverdenen. Men den kunne ikke ta din livsgnist, viljestyrke og inderlige kjærlighet til dem som står deg nær. Mot alle odds har du kjempet deg gjennom en kamp så krevende som få kan forestille seg, til dit du er i dag, hvor vi deler opplevelser, tantebarnas oppvekst, latter og musikk. Vi har mistet, men vi har også fått. Vi har fått det å spille musikk sammen! En gyllen time når jeg klarer å få blitt med. Jeg er inderlig glad i deg og umåtelig stolt av deg <3*

Denne meldingen sto å lese på Thereses Facebookside i april 2016. Det er moren til Therese som administrerer denne siden for henne. Sammen med brorens hilsen lå også en lenke til YouTube – der Therese spiller solo på apparatet Soundbeam mellom sangversene som broren synger. I videoen som følger denne videofortellingen har vi laget en kortere versjon, se det første Vimeo-sporet nedenfor.

NB! Legg merke til den røde sensoren som står foran Therese. Dette er en bevegelsessensor som registrerer Therese sine hodebevegelser og omsetter disse via et Soundbeam-apparat og en synthesizer til toner. Hun spiller altså ved hjelp av hode- og nakkebevegelser. En grundig forklaring og demonstrasjon finner du under kapitlene: Hva er Soundbeam? og Viktig demonstrasjon av Soundbeam-apparatet på side 142.



## Etikk og tillatelser

Alt materiale som er brukt her er godkjent av Thereses foreldre, Edel og Olav. De er genuint interessert i at dette materialet skal bli spredt for å vise at musikkterapi kan være en anvendelig behandling for personer med store hjerneskader. Therese har tidligere vært med i en dokumentar laget av TV2 i 2004, for å belyse hennes håpløse situasjon der hun ble reddet tilbake til et liv uten aktivitet og mening. Foreldrene håper at andre, både pasienter og ikke minst deres pårørende, kan finne håp i at det finnes behandlingsmetoder som fokuserer på de ressursene som finnes hos den som er rammet. Og at disse ressursene kan brukes i kommunikasjon, samhandling og kontakt med andre mennesker, og derved gi disse klientene en plass innenfor en sosial og samfunnsøkonomisk ramme. De mener at musikkterapien har vært unik for å fremme dette.

Therese, som har god språkforståelse og nå kan uttrykke hva hun liker og ikke liker, er selv gang på gang spurt om hun vil at video og materiale om henne skal legges ut på Facebook, YouTube og offentliggjøres på annen måte. I et nylig videoopptak smiler og viser hun som vanlig stor begeistring for dette.



### **Hvordan bruke materialet i denne videofortellingen?**

Materialet i denne fortellingen gir innblikk i musikkterapeutiske arbeidsmetoder og viser et musikkterapiopplegg hovedsakelig i kronologisk rekkefølge over en 8-årsperiode. Materialet har en slags bibliotekform. Det vil si at etter du har lest innledningen(e), kan du velge hvilke kapitler du vil gå inn i. Du kan velge bare å lese dette skriftlige materialet og lage deg et bilde av hva som har foregått. Du kan også gå til Vimeo og se på de filmklippene du ønsker å se, i den lengden du selv ønsker. Filmklippene viser hva tekstene forsøker å beskrive. Det er ikke nødvendig at du ser alt. Hvis du velger en snarvei, kan du se på noen av de første og noen av de siste klippene.

### **En alvorlig trafikkulykke**

Dette er fortellingen om en ung kvinne som i en alder av 26 år ble meget hardt skadd i en trafikkulykke i 2002, og som resulterte i at hun lå i koma i tre år. Før den tid hadde hun vært meget aktiv og sporty. Hun elsket å være ute i naturen sommer som vinter, både til lands og til vanns. Vi kan se henne som en smilende svømmer og som en tindebestiger på de høyeste fjelltopper.



## En elsket tante

Therese var utdannet barnevernspedagog og hadde stor omsorg for barn. Hun var en elsket tante for tantebarna. Blant annet for Marius som var med henne på denne skjebnesvangre bilturen i ålesunds-traktene, da det gikk så forferdelig galt. Marius var bare 9 år og klarte ikke å fortelle om de skjebnesvangre minuttene. Ikke før han hadde juletentamen. Da skrev han:

*Jeg våknet i et hvitt rom, helt alene i en seng. Jeg kunne se tante. Jeg satt i en bil. Jeg kunne se det som hadde skjedd en gang til: «Å shit», skrek tante, verdens beste tante, med høy og tydelig stemme som gjentok seg flere ganger som et ekko inni hodet mitt.*

*Lyden frøs seg kaldt gjennom kroppen min, og jeg skjønnte at det var noe galt. Jeg kjente et sug i magen og merket at bilen begynte å rotere på den såpeglatte veien som var dekket av is. Jeg sperret opp øynene og så bort på tante. Hun så livredd ut! Jeg kunne se de salte, gjennomsiktige tårene renne ned i pannen på henne mens hun svingte desperat på rattet for å få bilen i rett fil. Jeg så en gråsvart minibuss komme imot oss i vinduet ved siden av hodet hennes. Det varte i en evighet. Det var som å se det i en sakte film. Jeg viste ikke hva, eller om jeg skulle gjøre noe. Sakte men sikkert så jeg minibussen komme mot oss. Og jeg fikk ikke presset ut et ord. Jeg bare satt der stiv av skrekk. Så smalt det. Det ble mørkt. Helt svart. Hvor er jeg nå, tenkte jeg. Er det nå jeg skal dø? Skal jeg dø nå i en alder av 9 år?*

*Hva vil skje med tante nå? Vil hun dø? Vil hun sitte i rullestol? Vil hun kunne snakke? Vil tante – verdens beste tante – og jeg stå like nære hverandre, og gjøre det samme som vi gjorde før? var noen av tankene jeg tenkte på da den ulende firkantede sykebilen braste igjennom Ålesund by på vei til sykehuset.*

## De vanskelige minuttene, dagene, ukene og årene

På sykehuset var det en kamp mellom liv og død. Mor forteller: «Det gikk fra minutt til minutt faktisk om hun kom til å leve videre. Det var en utrolig kamp. Og vi sto liksom samlet da, søsken og far og jeg rundt henne.» Far forteller: «Vi gikk der hver eneste dag og flere ganger om dagen og besøkte henne, og håpet at hun skulle åpne øynene. Og det gjorde hun til slutt. Men vi fikk aldri kontakt.» Videoklippet viser bilde av Therese på sykehuset, der hun holdes kunstig i live.



På et tidspunkt anbefaler legene å slutte å holde henne kunstig i live. Moren nektet å godta dette. Therese ble så omsider reddet tilbake til livet. Far forteller videre: «Men ca 8 uker etter ulykken, da Therese hadde kommet hjem til Oslo, fant helsevesenet ut at det ikke var hensiktsmessig å rehabilitere henne. Hun var rett og slett ikke frisk nok til å få behandling.»

Therese ble plassert på et eldresenter med diagnosen «Vegetativ koma». Foreldrene var i sjokk over at hun ikke fikk noen behandling – bare oppbevaring. Der ble Therese liggende i nesten 3 år! Moren opplevde å ha sin egen mor, Thereses bestemor, på 91 år i en etasje og sin datter på 29 år i etasjen over, på samme sykehjem. Far forteller videre: «Hun er ikke blitt gitt noen muligheter utover det at de klarte å berge henne ut av respiratoren. Men de berget henne til en tilværelse som er helt meningsløs.»

Foreldrene går i gang med en kamp om å få andre tilbud til Therese. Hun får korte opphold på Sunnaas sykehus, men mer som en kartleggingsperiode og mindre som en behandling. Foreldrene blir så fortvilet over den manglende behandlingen at de kontakter TV 2 og Dokument 2 som tar tak i saken. De lager en film om Therese og hennes situasjon som blir vist på TV 2 i 2004, to år etter ulykken. Filmen heter: *Reddet til en langsom død*. I filmen ble lederen av arbeidet med hodeskader på Norges største rehabiliteringssykehus, Sunnaas, intervjuet og spurt om hva slags tilbud man har til disse veldig hardt rammede pasientene i Norge i dag? Han svarer: «I dag så har man ikke noe spesielt tilbud til dem.»



TV 2 lager en oppfølger til denne filmen som heter *Den lange søvnen*. Foreldrene har i løpet av disse tre årene Therese lå i koma fått vite om et sted i Danmark, Hammel Neurocenter, som hadde meget gode erfaringer med å behandle komapasierter. Etter en lang og forgjeves kamp for å få norske helsemyndigheter til å sende Therese dit, velger de til slutt selv å finansiere ambulansedy og et 6 ukers behandlingsopphold for Therese der. Sjansene for at behandlingen skal gi store resultater er svekket. Dette fordi, som de uttaler på Hammel; hjernens evne til å erstatte ødelagte baner er størst de første månedene etter en ulykke.

Ikke desto mindre tar de Therese i intensiv behandling fra morgen til kveld i disse 6 ukene. Det handler mye om å få henne opp i stående posisjon og sette i gang bevegelser i kroppens lemmer. Hun blir konstant tiltalt og stimulert på mange sosiale måter. Og de første sporene til at hun kommer ut av koma, er at sykepleierne oppdager at hun bevisst hjelper til med hode- og nakkebevegelser når de skal ha på henne blusen. Da jubler de resten av dagen!

Da moren (som er der under hele oppholdet) leser opp et gratulasjonskort hvor det står *Kjære Therese. Gratulerer så mye med dagen*, viser Therese et lite smil! (april 2005) Moren setter enormt pris på at det er små responser å spore hos Therese og uttaler: «Det er deilig! Det har blitt liv på en måte.» Legen på Hammel uttaler: «En viktig ting er jo også at det ikke kun er pasienten vi hjelper. Det er også de pårørende.» Dette skal vise seg å bli essensielt for hvordan det kommende musikkterapitilbudet utvikler seg.

Etter oppholdet blir Therese sendt hjem med et forslag til program et helt år framover. Men håpet om at Therese skal bli fulgt opp med behandling blir knust etter kun 14 dagers observasjon på Sunnaas. Da blir hun sendt hjem igjen uten noen form for behandlingsplan. Mor uttaler: «Når sykebilen kjørte fra Sunnaas, var jeg så knust at jeg følte: Der røk Therese sin sjanse!»<sup>7</sup>

Etter at dette programmet blir vist på TV, blir Therese etter foreldrenes lange kamp omsider flyttet fra sykehjemmet for eldre til et bokollektiv. En fysioterapeut, Karina, som har sett programmet, tilbyr seg å følge opp med lignende program som ble utført på Hammel, og Therese viser gradvis noe framgang med dette opplegget. Men den store hjerneskaden har resultert i en stor multifunksjonshemming: Hun er fremdeles lam og har kroniske spasmer i mesteparten av kroppen. Hun er fremdeles nesten helt blind, har ikke språk og hun må mates gjennom sonde. Moren forteller at hun var meget svakt fungerende i denne tiden, og hvis hun kunne løfte hodet mer enn tre ganger, var dette det meste av hva hun kunne mestre.

7 Dokument 2/TV2: *Reddet til en langsom død* (2004), *Den lange søvnen* (2005).

## Musikkterapi settes i gang høsten 2008

Therese har meget aktive og støttende foreldre som alltid har vist en ustyrlig vilje og et ubøyeleg pågangsmot for å lete etter tilbud som kan gi Therese best mulig livskvalitet. På Åsen Voksenopplæringscenter (nå Oslo Voksenopplærings Nydalen) har det siden oppstarten av senteret vært musikkterapi tilbud. Therese blir her tilbudt musikkterapi med en time pr. uke. Hun får sin første musikkterapitime 9. september 2008.

Musikkterapeuten arbeider innenfor det salutogene perspektivet, det vil si å forsøke å ta tak i det friske hos klienten i motsetning til patogenisk perspektiv, der fokuset er på det syke (Antonovsky, 2012). Norske musikkterapeuter arbeider således ressursorientert og forsøker hele tiden å lete etter ressurser som man kan utnytte i en eller annen form for musikalsk kommunikasjon og samhandling. Vi skal her se at såkalt *terapeutisk improvisasjon* blir tatt i bruk som en hovedmetode. Den innebærer at alle klientens egenskaper, stemninger og ulike responser kan brukes. Disse får sentral anvendelse i improvisasjonen. Det er i utgangspunktet klientens initiativ som former behandlingsforløpet. Pauser som i musikkforløpet gir rom for klientens initiativ og respons er derfor et sentralt element.<sup>8</sup>

### De første møtene

Therese blir alltid fulgt av sin mor, Edel, og en assistent fra boligen som i dette tilfelle filmer. Uten musikk ser vi at det er lite mimikk, uttrykk og initiativ. Vi hører også en vokallyd som muligens uttrykker utålmodighet eller mishag.



Jeg improviserer en velkomstsang og synger «Velkommen til Therese». Hun responderer på dette med et smil. Sannsynligvis fordi navnet hennes blir sunget. Jeg legger vekt på å improvisere musikk som kan virke avslappende og lite påtrengende. Når jeg lager en pause i ordet «Vel--- kommen», for å se om hun kan fylle ut ordet, klarer hun ikke det, men smiler og lager lyder når jeg utfyller dette for

<sup>8</sup> Se nærmere om metode i Næss (1989) og Nordoff og Robbins (2007).

hende. Det samme skjer når jeg bare delvis synger navnet hennes: «The—rese.» Dette viser at Therese er i besittelse av auditiv oppmerksomhet og en foreløpig ukjent grad av språkforståelse, men ikke ekspressivt språk. Moren holder en mikrofon foran munnen hennes i tilfelle Therese skulle produsere egne (språk)lyder.



Videopptak og observasjon av de første timene i musikkterapi viser at det, i tillegg til en potensiell språkforståelse, er to ressursområder det er verdt å bygge videre på. Det er *stemme og bevegelse*.

### **Kartlegging av bevegelsespotensial brukt til spill**

Therese har noen bevegelser i høyre arm og hånd. Disse bevegelsene forsøker jeg å se om kan gjøres viljestyrt for å spille på en synthesizer (synt). Hun har store problemer med å få til det, men hun har glede av at moren ved håndledning hjelper henne å spille. Hun viser også at hun kan produsere noen toner selv. Men hun blir fort utålmodig når hun har så store vansker med å utføre de nødvendige bevegelsene, og da kommer mishagslyder. For å anerkjenne hennes kjempende forsøk, improviserer jeg en sang med tekst om at det er hardt arbeid å spille synt. Hun virker som hun setter pris på forståelse for vanskene. Når hun får det til, med eller uten hjelp, kommer smilet.



### Stimulering av stemmeressurs

Som vi kan høre fra forrige videoklipp, har Therese noen stemmeressurser. Hun produserer vokallyder stort sett i to situasjoner: Den ene er mishagsytringer i forbindelse med at hun ikke liker noe, kjeder seg eller blir utålmodig. Den andre situasjonen er når hun gleder seg over noe, smiler og/eller ler. Opptak fra tredje time viser at hun er veldig responsiv til *glissandotoner* på piano. Når jeg spiller det, smiler og ler hun samtidig som hun lager lyder. Disse vokallydene kan man se på som en ressurs å arbeide videre med. Moren holder en mikrofon foran munnen hennes for å forsterke og gi henne en større opplevelse av at det er hun som produserer disse lydene. Jeg forsøker også å imitere disse lydene for å skape en situasjon med vekselsang. Vokalresponsene hennes settes inn i en musikk-dialogisk ramme med et enkelt akkordskjema. Dette virker det som hun setter pris på.





## Terapeutiske funksjoner ved å få utløp for stemmelyder

Noen av stemmelydene til Therese kan virke som de gir uttrykk for frustrasjon. Det er ikke rart i hennes situasjon å være frustrert. Det kan være godt å få en ramme rundt dette som hjelper til med å få ut slike frustrasjonslyder. Jeg improviserer derfor en enkel sang som gir rom for Therese sine lyder. Moren holder mikrofonen foran munnen hennes slik at lydene blir forsterket. Therese går intenst inn i aktiviteten og kommer med til dels store stemmeutbrudd flere ganger etter at jeg har sunget: «Therese, hun kan synge i dag.» Etter disse øktene smiler hun som om hun er glad og tilfreds.

Jeg hadde en diskusjon med moren etter denne timen, og hun mente at det kan være godt for Therese å uttrykke seg gjennom lyder og få ut frustrasjonslyder. Det er vanskelig å gjette hva budskapet og innholdet i lydene kan være. Men så lenge hun tydelig viser at hun har hatt glede av denne aktiviteten, var vi enige om at det var bra for Therese. Hun smiler stort med fornøyde lyder når hun får ros for så aktiv bruk av stemmen.



## Håndledd og bruk av arm

På grunn av store spasmer i armene generelt, og i den aktuelle høyre hånds underarm, står håndledet til Therese for det meste i 90 grader eller i en enda skarpere vinkel. Erfaring viser dessverre at slike spasmer kan være progressive, det vil si at de kan bli sterkere etter hvert. I begynnelsen kunne hun synes det var moro å få hjelp av andre til å spille på synt. I neste eksempel er det broren som assisterer Therese med å spille på synt på refrenget. Vi sporer en viss ambivalens hos Therese når broren må hjelpe så mye at han styrer fingeren hennes, men hun smiler når hun blir stående på siste tone selvstendig – og får applaus. Moren og assistenten synger: «Love me tender. Love me sweet, never let me go. You have made my life complete and I love you so». Og moren uttrykker at det var *veldig* morsomt å se og høre Therese og broren sammen.



Vi har sett at det ikke er lett for Therese å musisere selvstendig på en synt eller andre instrumenter som krevde bruk av armer og hender. Det var også ofte forbundet med frustrasjon for Therese at hendene ikke ville utføre det som kunne være ønskelig. Det var derfor kjærkomment da vi oppdaget at vi kunne utnytte en annen ressurs hos Therese.

### **Hode-/nakkebevegelser**

Vi hadde lenge observert at Therese hadde bevegelser i hode og nakke. Jeg hadde ideer om hvordan vi kunne utnytte dette. En ide var å bruke en slags hodebøyle med en pekepinne festet til denne i pannen. Jeg hadde tidligere hatt erfaring med at bevegelseshemmede hadde klart å utføre aktiviteter med denne. Moren var ikke begeistret for denne hodebøyle, for den minnet om hodereimer fra den første tiden på sykehus etter ulykken. Vi tok derfor i bruk et elektronisk hjelpemiddel som heter Soundbeam.

## Hva er Soundbeam?

Soundbeam er et elektronisk apparat som består av en sensor som registrerer bevegelse. Bevegelsessensoren kan minne om en ryggesensor på en bil. Når du er langt fra, piper den med en bestemt lyd. Og når du nærmer deg et objekt, forandrer lyden seg proporsjonalt med hvor mye nærmere du kommer objektet. Sensoren på en Soundbeam er koblet til en omformer som igjen sender signaler til en synthesizer der man kan ha nærmest ubegrensede muligheter til et stort utvalg av lyder. Ved å bevege en kroppsdel mot eller ifra denne sensoren, kan man spille ulike tone-rekker, for eksempel en vanlig skala, en heltoneskala, eller en pentaton skala. Da vi i 2009 introduserte dette apparatet for Therese, åpnet det seg muligheter for at hun kunne musisere ved hjelp av sine egne hodebevegelser.

### Viktig demonstrasjon av Soundbeam-apparatet

For fullt ut å forstå hvordan dette Soundbeam-apparatet virker, og hvordan Therese kan produsere lyder ved å bruke hodebevegelser, er det svært nyttig å se denne videodemonstrasjon. I videoen blir det demonstrert hvordan bevegelser foran denne røde sensoren, som ser ut som en trakt eller en mikrofon, kan omsette disse bevegelsene til toner.



### Therese begynner å improvisere med Soundbeam

Vi ser her hvordan Soundbeam-sensoren må stå i riktig avstand til Thereses hode. Når Therese tar hodet fram og tilbake, omsettes disse bevegelsene til toner. Jeg forsøker å fange opp og imitere de tonene hun lager, flette dem inn i en improvisasjon på piano, og ut fra dette forme en sang der Therese lager melodilinjen. Jeg synger «Therese kan spille med hodet sitt. Det er så bra. Det er så bra!» Therese virker svært konsentrert og observant på hva som skjer når hun beveger hodet og lager lyd. Når frasen er avsluttet, klapper mor og roper «Kjempebra!» Therese smiler.





### Familien blir mer involvert

Moren og en assistent fra boligen følger som alltid Therese til hver musikktime. I tillegg har broren, Jan-Espen, begynt å dukke mer opp på disse timene. Therese likte godt sangen *Love me tender*. Broren holder en mikrofon foran munnen hennes for å la henne bidra til sangen. Deretter overtar han med flott sang, til Thereses store fornøyelse.



Broren hjelper Therese med å spille *Ha det bra*-sangen på synthesizeren. Og moren hjelper ham ved å holde opp et ark med bokstavnoter (keyboardet er også merket med tonenavn). Det er en viss ambivalens med å få såpass mye hjelp og hånd- og fingerledelse, men Therese smiler fornøyd når sangen er ferdig. Klippet viser at disse musikkaktivitetene bokstavelig talt bringer Therese og familiemedlemmene nært sammen.





### Far begynner å komme med på timene

Far innrømmer at han «har vært skeptisk til dette musikkterapi-opplegget.» Men etter å ha hørt at Therese deltar med mestring og glede, kommer også han på besøk. I det følgende kan vi se en av de første gangene han er med på musikktimen. Far har tidligere sunget i mannskor og er en habil sanger. Her synger både far, sønn og datter. Therese deltar med en slags latter-smile-sang. Dessverre skygger mikrofonen for en del av ansiktsuttrykket. Men vi kan høre at hun deltar med glede.



Moren, broren og faren har begynt å komme fast med på musikktimene. Vi ser et klipp hvor de alle hjelper til med å tilpasse synten på fanget til Therese. Hun spiller først refrenget på *Love me tender* ved hjelp av håndledning fra broren. Deretter begynner hun selvstendig å lage toner med synten. Jeg improviserer over de tonene hun treffer. Det går lenge mellom hver tone, men *det er viktig at*

terapeuten legger inn såpass god tid i slike tilfeller og at ingen intervensjoner for henne. Therese smiler lykkelig når hun behersker det litt *selvstendig*.



### Hvilke teknikker ligger i det musikkterapeutiske arbeidet?

«Teknikk» er et kaldt ord. Man må alltid ha med hjertet når man bruker ulike teknikker. Å arbeide med et *varmt hjerte* er kanskje den viktigste «teknikken». Mange av teknikkene hører hjemme under betegnelsen *empati* (Bruscia, 1987). *Imitasjon* handler om å fange opp musikalske elementer fra klienten og sende mer eller mindre like element tilbake. Teknikken er grunnleggende i kommunikasjon mor/far-barnrelasjon helt fra fødselen av. Barnet og den voksne imiterer hverandres initiativ og gester. Ofte kan både barnet og den voksne inntone seg på måter som har mye til felles med musikkalsk kommunikasjon (Malloch & Trevarthen 2009; Stern, 2004).

Bruk av *pauser er særdeles viktig* i denne type musikkterapeutisk improvisasjon. I pausene som terapeuten lager i det musikalske forløpet, kan klienten komme inn med sine bidrag og responser. Pauser bakt inn i musikken kan være effektivt responsframkallende.

Jeg bruker også en *synkroniseringsteknikk* som går ut på at jeg synger det samme som Therese, samtidig (Næss, 1989). Jeg bruker ofte også samme dynamikk som henne. Når hun synger sterkt, så synger jeg sterkt. Når hun synger med noe som kan ligne frustrasjon, gjør jeg det samme. Tanken er prinsippet om å *anerkjenne* hennes uttrykk (Næss & Ruud, 2003).

*Anerkjennelse* er sentralt i terapeutisk virksomhet og ligger som et fundament for den musikkterapien vi praktiserer (Trondalen, 2016). Mesteparten av det improvisatoriske arbeidet er av anerkjennende karakter. Jeg tar også i bruk en *overdrivelsesteknikk* der jeg selv synger enda sterkere enn Therese. Hun viser at hun setter pris på denne måten å kommunisere på, i og med at hun smiler etter hver gang vi gjør dette. Hennes egne vokale prestasjoner blir også forsterket ved hjelp av mikrofonen som broren holder. Jeg avslutter denne seansen med en slags fanfareliknende oppadgående sang: «Ja Therese kan synges i dag!» – som uttrykker begeistring og feiring av Thereses vokale bidrag! Dette frambringer et enormt smil hos Therese. Clive Robbins, en av de viktigste grunnleggerne av

moderne musikkterapi, var opptatt av at livet og medmennesker skulle feires (Nordoff & Robbins, 2007; Næss, 2012). Han sa i et av sine foredrag: «You have *to celebrate* the client!» Måten jeg synger på her, kan godt formidle begeistring og feiring, noe dette klippet er et godt eksempel på.



### Musikalsk inkorporering

En måte å ivareta Thereses initiativ på er å flette dem inn i improvisasjonen. Dette er en god måte å skape en musikalsk samhandling der hennes produksjon av toner blir det som former det musikalske forløpet. I neste eksempel spiller Therese på Soundbeam. Den røde sensoren står på et stativ og ser ut som en trakt. Man ser den rett over min høyre hånd i bildet. Når Therese beveger på hodet, produserer hun toner. De tonene plukker jeg opp og legger inn i en improvisasjon som blir til et stykke musikk med tema produsert av Therese. Moren og assistenten fra boligen er publikum, og synes dette blir fin musikk. De klapper og Therese smiler fornøyd!





## Kodefortrolighet

Therese spiller på Soundbeam. (Sensoren synes ikke på filmklippet). Når hun lager et lite tema av tonene D E F, forsterker jeg dette tema med å gå opp i registeret på pianoet og spille dette tema i parallelle intervaller med stor styrke. Hun smiler hver gang jeg gjør dette, og hun utløser disse tonene gang på gang ved hjelp av hodebevegelser. Hun gjenkjenner sannsynligvis denne lille musikalske koden, blir fortrolig med den og vi gjentar den sammen, noe hun har stor glede av. Som musikkterapeuter kan vi bruke musikalske koder fra klientens liv utenfor musikkrommet, men vi kan også skape musikalske koder i musikkrommet (Næss, 1989).



## Spill på Soundbeam blir hovedfokus for Therese framover

Det viser seg at spill med hendene blir slitsomt og frustrerende for Therese og blir derfor lagt til side i lengre perioder. Dette også fordi spill med hode- og nakkebevegelser på Soundbeam blir mer og mer lystbetont for henne. I dette eksemplet ser vi at hun virker bevisst på å bli stående på enkelte toner. Når jeg gjør det samme, venter på hennes initiativ og synkroniserer min improvisasjon til hennes toner, smiler hun lurt.



### Vokale initiativ. Pauser som responsframkaller

Når vi synger *Velkommensangen*, venter jeg at Therese skal svare med stemmen sin på enkelte steder i sangen. Sangen slutter med teksten «Vi skal ha det litt gøy». Jeg synger «Vi skal ha det litt....», legger inn en *pause* og venter på hennes respons. Både melodisk, harmonisk og språklig ligger det nå en uforløst spenning som Therese kan oppløse ved å komme inn med sin vokalrespons. Noe hun også gjør mer og mer. Hun smiler veldig på disse spenningsstedene. Det er tydelig at hun liker disse utfordringene hvor hun kan komme med sitt bidrag, som faktisk blir viktig for å fullføre sangen!



## Allsang har blitt en del av timene

Det begynte med at jeg spurte moren om hun kunne huske om Therese likte spesielle sanger før ulykken. Da kom det forslag om ulike sanger. Etter hvert kom det også forslag til sanger som familien kunne og likte. På denne måten fikk vi et sangrepertoar. Det ble laget et *sanghefte* til alle deltakerne. Et hefte som stadig har blitt større. Familiemedlemmene, assistentene fra boligen, musikkterapeutstuderenter, slekt og venner og andre som kommer på timene hennes, blir med i denne allsangen. Vi kan se et klipp der en tidligere rektor, far, en assistent og musikkterapeutstudent på cello er med i allsangen. Det blir mer og mer vanlig at Therese har soloimprovisasjoner på Soundbeam mellom versene i allsangen. Therese smiler under hele soloen sin og supplerer med vokalresponser.



## Språkforståelse og selvbestemmelse

Det er viktig at Therese opplever mest mulig medbestemmelse i eget liv. I musikkterapifaget snakker vi om *empowerment*, noe som blant annet handler om å legge opp til selvbestemmelse i eget liv, myndiggjøring og mobilisering av egne krefter (Rolvsvjord, 2008). Så ofte som mulig spør jeg Therese hva det er *hun* vil i musikkterapitimen. Vi (alle som har med Therese å gjøre) har forsøkt å finne signaler for ja og nei. Vi har landet på at når hun smiler og gjerne lager en lyd, så betyr det *ja*. Når hun er alvorlig, bøyer hodet ned og ikke lager lyd, betyr det som regel *nei*.

Therese bekrefter at hun liker å spille Soundbeam og både hun og vi som deltar får ros for spillingen av Ebba, vår tidligere rektor. Jeg spør Therese om hun vil spille på Soundbeam bare sammen med musikkterapeutstudent Elisabeth på cello. Hun smiler og signaliserer ja. Dette klippet viser også at hun både har god språkforståelse og sans for humor. Elisabeth spør om de skal lage en dameduo, som jeg sier de kan kalle DD. Da gliser Therese høyløst og viser tydelig at dette er både humoristisk og lystbetont.





#### Dameduoen DD improviserer videre

Therese og Elisabeth improviserer på henholdsvis Soundbeam (SB) og cello. SB er koblet til en syntetisizer som har innstillingen «engelsk horn». Dette smelter godt sammen med cellospillet. Therese ser ut som om hun nyter dette samspillet. Hun bruker hodebevegelsene meget aktivt fram og tilbake og lager melodier. Elisabeth fletter dette inn i en slags polyfon melodiutveksling. På enkelte steder stopper Therese hodebevegelsene og blir da stående på samme tonen. Elisabeth gjør det samme på sin cello, og Therese virker som om hun lytter og nyter denne synkrone fermaten de lager sammen. Når hun fortsetter å bevege hodet og produsere melodier, er det med et stort smil. Når Therese lager små melodiske tema som Elisabeth plukker opp og gjentar, kommer det også smil fra Therese. På slutten av klippet ser vi at hun både smiler og kommer med begeistringslyd.



## Improvisasjonen og sang

Selv om Therese har vist engasjement og tilfredshet i denne duoimprovisasjonen, virker det ikke som hun har noe imot at jeg forsterker dette ved å komme inn på piano og lager en trio. Jeg forsøker å flette tonene som kommer fram hos Therese og Elisabeth inn i en akkordprogresjon og improvisere fram en sang: «Therese kan, Therese kan, Therese kan spille». Therese deltar med stort engasjement og mye smil. Hun merker etter hvert at improvisasjonen er ved en ende, og kommer med et sukk som vi tar som signal for å slutte improvisasjonen.

Det er ingen tvil om at Therese har hatt glede av denne lange improvisasjonsøkten. Det mangler heller ikke på positive kommentarer fra tilhørerne og oss deltakere. Ebba utbryter: «Dette var nydelig! Dette var aldeles nydelig!» Elisabeth: «Det kommer sånn ekstra flotte smil når hun hører (igjen) melodien. Det gjør det, Therese?» Jeg: «Ja, det er jo det fineste av alt det, når du kommer med de flotte smilene dine, Therese. Tror ikke det er noe tvil om at du liker dette her.» Ebba: «Nei det er det ikke. Det er ikke noe annet Therese er så glad for som dette her. Det er derfor det er så hyggelig å være med deg også, vet du (henvendt til Therese), for å se at du har det så innmari bra – og få lov til å høre på all den fine musikken!» Therese smiler ustoppelig og kommer med begeistringslyder mens dette blir sagt.



## Fra individualterapi til familierapi. Familiens tilbakemeldinger

Familiemedlemmene kommer oftere og oftere til timen. De er nå nærmest fast inventar i en enetime som har utviklet seg til å bli en familiesamling som familien betrakter som terapi for alle.

Broren uttaler: «Musikkterapien er jo ofte et vendepunkt på dager som kanskje begynner litt vanskelig når hun er trøtt og ikke med og sånn. Så kommer hun ut av musikkterapien og har virkelig fått løftet dagen sin. Det må jeg si at jeg har fått kjent på sjøl mange ganger. Hvis jeg har en trå tirsdag, så hjelper det veldig å komme hit!... For meg er det som jeg får tilbake søstera mi tre kvarter i uka. Vi gjør noe sammen. Vi skaper musikk sammen, og det er enda litt bedre fordi det er noe vi ikke har gjort før. En utrolig meningsfull måte å være sammen på!»



Far henger seg på og forteller om utfordringene: «Og så blir vi utfordret med å stå med en mikrofon i hånda, noe som jeg aldri har gjort tidligere. Og det gjør man jo bare for at man tror at hun vil ha litt glede av det.» Broren følger opp dette med å fortelle hvordan utfordringene har brakt *ham* videre: «Det har jo brakt meg til andre arenaer. Jeg sang jo ikke aktivt på noen som helst måte før dette her. Så det var via musikkterapien at jeg ble vokalist i dette bandet på jobben og en dag sto og spilte (sang) på Parkteatret Scene med et rockeband i ryggen.» Jeg spør: «Men karrieren begynte altså hos Therese?» Broren: «Ja, det var noen på jobben som hadde fått med seg at jeg pleide å snike meg unna i lunsjen for å bli med på musikkterapien.»

Moren forteller om en gjensidig stolthet i forholdet Therese og broren: «Det er en stolthet, tror jeg. Fordi Jan-Espen, spesielt, synes jeg er veldig flink til å vise at han er veldig stolt av Therese der hun spiller. At han synes det er vakkert. Han kommenterer det, han står ofte og klapper og stryker på skulderen og nikker anerkjennende. Når han begynner å synge, så ser hun sånn opp (demonstrerer med beundrende blikk) ...veldig... for meg er det så rørende ... Jeg elsker det!»



### Samsang, blues, groove og solospill

Therese liker at vi drar i gang et oppløftende groovy spill. Soundbeam-apparatet kan stilles inn slik at sensoren oversetter bevegelsene til ulike skalatyper. I det neste eksemplet er den innstilt på en pentaton skala som fungerer godt som en bluesskala. En tolv tacters blues gir en fin struktur for improvisasjoner. Det er ekstra stas når jeg kun markerer første slaget i takten med en akkord på pianoet mens Therese får spille solo helt alene over flere takter. Det gledelige forsterkes med at alle som er tilstede klapper på 2-er og 4-er i takten. Dette kan oppleves både som forsterkning av en rytmisk groove og som applaus. Therese smiler og ler mens hun utfører disse soloene med denne groovy musikken. Vi synger alle med på refrenget: «Therese kan spille en blues.»



### Sosiale relasjoner, glede, energi og bro mellom musikkrommet og boligen

Det er alltid en assistent fra boligen med på timene. I tillegg er det venner av familien og andre som kommer og ser og hører på. Den andre broren, Roger, har også begynt å komme med og bidrar med sin friske form for humor. Foreldrene og brødrene til Therese er stolte av hva hun får til på disse musikkterapitimene og inviterer derfor stadig nye og gamle venner og kjente. Therese elsker å få besøk. Jo flere desto bedre. Når vi forteller at rommet er nesten fullt, så smiler hun bredt. Hun er også veldig fornøyd med at det gjøres opptak av henne og at noen av dem er lagt ut på YouTube. Det hender at assistentene tar opp video av musikkterapitimene på hennes iPad og spiller av i boligen. Selv om hun bare har en veldig liten synsrest på venstre øye, har hun stor glede av å få avspilt og høre på disse opptakene i boligen, gjerne sammen med familien sin. Mor sier: «Det gir i hvert fall en fantastisk ... ja det å være sammen i musikken, det gir hele familien veldig mye energi. Glede! – og energi! Og så bruker vi det resten av uken. Jeg gjør det i hvert fall. For vi spiller det hjemme hos Therese, opptak fra musikkterapien. Og det slår alltid an! ..... Så det gir egentlig glede hele uken! Men høydepunktet er jo selvfølgelig når vi er samlet.»



### Mestring og tilhørighet

Therese og familien har optrådt på mange av skolens tilstelninger, til og med på Riksteatrets scene sammen med rockegruppa *RagnaRock*. Det virker som hun får en økende og tilfreds bevissthet om egen mestring. Det hun bidrar med og applausen hun får i disse situasjonene blir viktig. Mor sier: «... også mestring, ikke sant! Følelsen av å mestre og bidra! Og så har jo dette utviklet seg til at hun kan bidra i sammen med andre! Da er hun en del av noe! Det er jo bare så utrolig viktig!»

Musikk er ikke minst viktig fordi den skaper tilhørighet, fellesskap og tilknytning til andre mennesker, grupper og kulturer. Musikalske fellesskap kan skape grobunn for omtanke for andre mennesker og gjensidig anerkjennelse (Ruud, 2016). Det er nettopp det som skjer i disse timene.

Therese, familiemedlemmene og boligpersonalet (i dette tilfelle Charlotte) som følger, viser hverandre omtanke og gjensidig anerkjennelse i musikkterapitimene. Far og bror utvikler seg mer og mer som habile sangere. Og Therese setter stor pris på at de synger sammen med henne der hun har elegante soloer mellom versene. Hun responderer også enormt positivt med smil og latter når jeg sier at dette videoopptaket blir så bra at det må ut på YouTube. Her hører vi far synge *Summertime* med Therese som solist på Soundbeam.



### Inspirerende relasjoner

Familien har gitt uttrykk for at musikktimeene har ført dem sammen, med Therese som et gledesstrålende midtpunkt. Det har etablert seg et slags familiekor der allsang og solosang med hele familien, venner og assistenter fra boligen har blitt en del av programmet i musikktimeen. Og det blir stadig flere opptredener i kantina på skolen. Familien har stor glede av dette. Og det har fått en slags boomerangeffekt. Familiens deltakelse har skapt en inspirerende og fruktbar grobunn for Therese, slik at hun blir styrket i å utvikle livsutfoldende handlemuligheter. Vi ser mer og mer at dette genererer flere menneskelige relasjoner og ringvirkninger for det sosiale livet rundt henne, noe som ikke er uvanlig i musikkterapeutisk praksis (Næss & Ruud, 2007).

Musikkterapistudent Beate sier dette om å få delta sammen med Therese og familien: «Jeg synes at det første møte var veldig sterkt. Hun (Therese) satt litt sånn (henger med hodet). Da Tom spilte bare én akkord våknet hun til og lagde lyder og smilte. Det var tydelig for meg at hun visste hva som kom nå, og at det var noe hun likte svært godt. Det var veldig fint å se! En annen ting jeg har opplevd i de timeene, er hvor fint samhold dere har med Therese. Når jeg har sett far stå å synge ved siden av henne, sett at hun har smilt, og det kommer en liten tåre, og sett den kontakten som dere har, da tenker jeg at det må være utrolig fint å få oppleve dette sammen. Og det har jeg selv fått oppleve også, når jeg har sunget sammen med henne.»





Det neste videoklippet viser denne nære musiseringen mellom Therese og far som Beate fortalte om i klippet ovenfor og som hun selv deltar i her:



### Humor – en rød tråd i musikkterapitimene til Therese

Både i omgangstonen mellom deltakerne i musikkgruppa og i sangutvalget har alle satt pris på at humor har fått stor plass. Therese selv viser at hun setter pris på all slags humor, ikke minst galgenhumor. Når hun blir kjørt inn i rommet i rullestol for å bli plassert inn i gruppa, og moren spør om hun ikke skal sitte på fanget til Tom i dag, så skratter hun. Broren, Jan-Espen, har mye gjennom disse musikkterapitimene utviklet seg til å bli en habil sanger og entertainer. I neste videoeksempel synger han Lillebjørn Nilsens *Se alltid lyst på livet* i en slags parodi på Jan Eggum.

Musikkterapistudent Tone, som skriver masteroppgave om familieperspektivet vedrørende Thereses musikkterapi, er med på fiolin. Jan-Espen skaper mye humor med denne sangen. Familien, boligpersonale og ikke minst Therese smiler og storkoser seg med det galgenhumoristiske refrenget: «Og med hue under armen og armen i bind, vender jeg livet det annet kind, og legger tippelappen inn hver onsdag».



### Deltakelse i stedet for begravelse

«Når jeg ser Therese blomstre i musikktimene, får jeg ofte bekreftelse på at valget jeg tok, ved å nekte legene å la Therese dø, var det riktige valget.» Dette er sitat fra moren som nektet å godta legenes anbefaling om å la Therese få dø etter trafikkulykken i 2002. Hun og familien kjempet videre for Therese, til tross for at hun lå i koma i tre år. Det var i begynnelsen ingen tilbud som var relevante for henne. Da hun begynte i musikkterapi i 2008, fulgte moren henne til hver eneste time. Noe både hun og faren gjør den dag i dag, i 2016. I et nylig intervju uttaler hun: «... og det har vi jo sagt i fellesskap: Å gud, så glade vi er når vi ser henne i situasjonen nå, for at dette ble som det ble. At livet ble tatt hånd om.»

Therese ble reddet til livet og har etter hvert fått et liv med stor grad av deltakelse og livskvalitet. I neste eksempel synger broren Erik Byes sang *Vår beste dag*, som slutter siste verset med teksten «Dagen i morgen skal bli vår beste dag». Vi gjentar denne siste frasen tre ganger, og vi ser at Therese smiler mer og mer for hver gang vi gjentar den.



Broren sniker seg ofte inn på timen i sine lunsjpauser på tirsdager, og han har på mange måter utviklet seg som habil sanger på disse timene. Han utfordrer seg selv (og meg) med stadig mer avanserte sanger der Therese spiller Soundbeam mellom versene. Vi har opptrådt ved flere anledninger, og sanger som *He ain't heavy, he's my brother* (Hollies) og *She* (C. Aznavour / H. Kretzmer) rører publikum til tårer.

Moren har fortalt at da Therese var på det dårligste etter ulykken, hadde hun alliert seg med en sanger som skulle synge sangen *She* i Thereses begravelse. Her får vi i stedet høre broren synge denne sangen sammen med en høyst levende, musiserende og smilende Therese som solist på Soundbeam.





## Epilog

Fra å være gitt opp av leger som mente det var best at Therese skulle få dø, til å opptre og musisere sammen med familiemedlemmer er det en lang vei. Musikkterapien har hatt en stor betydning på denne veien. Men dette hadde ikke vært mulig uten den enorme innsatsen som familien kjempende har gjennomført i alle år. De har kjempet for at Therese skulle få et verdig liv. De har kjempet for at hun skulle få andre tilbud enn oppbevaring. Hun har i økende grad fått flere tilbud ved Oslo Voksenopplæring Nydalen, der dyktige spesialpedagoger styrker henne i hennes utvikling. Foreldrene har også kjempet for at Therese har fått sin egen bolig. Her lever hun med dyktige assistenter som tar henne med på konserter og friluftaktiviteter, og deler hverdagen med henne, i tillegg til den omfattende kontakten hun har med familie og venner. Therese elsker å høre at hun legges ut på YouTube og Facebook. På sosiale media ser vi at Therese er meget sosial med sine smittende smil og sin livsglade utstråling sammen med forskjellige mennesker i mange ulike situasjoner. Når jeg ser all den livsutfoldelsen og alle hennes smil, er det to ord som trer fram: Livskvalitet og glede! Og jeg føler meg utrolig takknemlig for å ha fått lov til å ta del i disse gledelige musiske og magiske øyeblikkene og denne spennende utviklingen sammen med Therese og familien i musikkterapitimene. Familien selv summerer opp disse timene slik bror Jan-Espen uttaler:

*«Det har forandret livet mye for Therese – og for familien, faktisk. Det er den mest presise oppsummeringen! Fylt minnet opp, fylt det med en fantastisk arena å være sammen på – å skape musikk sammen. Som sagt føler jeg det så sterkt at jeg får tilbake den gamle søstera mi i den timen. Jeg husker jeg skrev ned noen ord da hun lå på sykehuset og livet fortsatt hang i en veldig tynn tråd. Dagene gikk jo da ut på at vi skulle sitte å vente på at hun skulle våkne – før en dag de kom inn og sa at hun kommer ikke til å våkne noe mer enn det – dette er den Therese dere får tilbake. Og de strofene som var i slutten av det verset var:*

*For om du bare våkner selv med en annens blick,  
Skal jeg savne den jeg mistet og elske den jeg fikk.*

*(og han fortsetter)*

*og musikkterapien er en enorm katalysator i hele det å elske den man fikk.*





## Litteratur

- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (2012). *Helsens mysterium. Den salutogene modellen*. Oslo: Gyldendal.
- Bruscia, K. E. (1987). *Improvisational models of music therapy*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas Publisher.
- Malloch, S. og Trevarthen, C. (red.) 2009. *Communicative musicality. Exploring the basis of human companionship*. Oxford: Oxford University Press.
- Nordoff, P. og Robbins, C. (2007). *Creative music therapy. A guide to fostering clinical musicianship*. Gilsum, N.H.: Barcelona Publisher.
- Næss, T. (1989). *Lyd og Vekst*. Nesodden: Musikkpedagogisk Forlag.
- Næss, T. (2012). Clive's First and Last Trip to Norway – and Something Between and After. *Voices*, Vol 12. No 2. <https://voices.no/index.php/voices/article/view/663/555>
- Næss, T. og Ruud, E. (2003). Fra terapeutisk improvisasjon til samfunnsmusikkterapi. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og Helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 465-480. Skrifter fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Næss, T. og Ruud, E. (2007). Audible gestures. From clinical improvisation to community music therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*, 16(2).
- Rolvjord, R. (2008). En ressursorientert musikkterapi. I G. Trondalen og E. Ruud (red.) *Perspektiver på musikk og helse. 30 år med norsk musikkterapi*, s. 123-137. Skrifter fra Senter for musikk og helse, vol. 1. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Ruud, E. (2016). *Musikkvitenskap*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Stern, D. (2004). *The present moment in psychotherapy and everyday life*. New York: W.W. Norton & Company.
- Trondalen, G. (2016). Musikkterapi som anerkjennelse. En mor-barn gruppe innenfor rammen av barnevernet. I K. Stensæth, V. Krüger og S. Fuglestad (red.) *I transitt – mellom til og fra*, s. 107-125. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 9. Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Les mer om musikkterapi med komapasienter og pasienter med store hjerneskader: Gilbertson, S. (1999). *Music therapy in neurosurgical rehabilitation*. I T. Wigram og J. De Backer (red.) *Clinical applications of music therapy in developmental disability, paediatrics and neurology*, s. 224-245. London: Jessica Kingsley Publishers.

## Forfatterne og redaktørene

**Kari Aftret** er for tiden avdelingsleder på Trintom Pluss, en tilrettelagt avdeling ved Trintom skole i Gran kommune. Hun er utdannet musikkterapeut fra Østlandets Musikkonservatorium i 1984 og har hovedfag i musikkterapi fra Norges musikkhøgskole i 2005. Hun har musikkterapeutisk praksis fra spesialskoler, kulturskoler, barnehager, helsestasjon, hospice, og frivillig kulturliv, i tillegg til 20 års erfaring som PP-rådgiver.

**Sigurd Bentsen** arbeider som spesialpedagog ved Drømtorp videregående skole i Ski. Han har ledet fritidstilbud i musikk for psykisk utviklingshemmede og autister, i regi av Østfold musikkråd og autismeforeningen i Oslo. Han har jobbet som lærer og musikkterapeut innen voksenopplæring, spesialundervisning og grunnskole. Bentsen er utdannet musikkterapeut i Oslo 1980, med hovedfag i musikkterapi fra 1998.

**Anne Torø Eggen** har jobbet som musikkterapeut siden 1993 i M-gruppa på Rosenholm skole med elever med moderat til alvorlig psykisk utviklingshemming. Hun har en mastergrad i musikkterapi fra Norges musikkhøgskole i 2006. Hun har vært medredaktør for antologien *Musikk, helse, multifunksjonshemming*. Hun er også mangeårig praksislærer i musikkterapi ved Norges musikkhøgskole.

**Rita Strand Frisk** er utdannet faglærer i musikk 1973, instrumentalpedagog 1978 og musikkterapeut 1980 ved Østlandets Musikkonservatorium. Hun har hovedfag i musikkterapi fra UiO i 1997. I tillegg har hun videreutdanning i Integrativ terapi. Hun har lang erfaring som musikkterapeut ved spesialskoler og barnehager, veileder og rådgiver i spesialpedagogisk fagteam i Oslo og har jobbet som rådgiver i Statped. Frisk har vært ansatt som universitetslektor ved Norges musikkhøgskole siden 2001. Hun underviser her ved musikkterapistudiene i tillegg til å være praksiskoordinator, veileder og studiekontakt.

**Jens Petter Grønnesby** er utdannet musikkterapeut fra Østlandets Musikkonservatorium etter universitetsstudier i musikk og pedagogikk. Han har jobbet i 6 år som musikkterapeut ved St. Olavs Hospital i Trondheim, på barne- og ungdomsklinikken og i 10 år ved Dalgård skole- og ressurscenter. Han jobber for tiden ved Kolstad skole utenfor Trondheim. Han har i hele perioden vært utøvende musiker i mange ulike sammenhenger, og er for tiden musiker i en playbackgruppe som heter Teater Momentum.

**Sissel Holten** er musikkterapeut utdannet hos Paul Nordoff og Clive Robbins innen Advanced Music Therapy i London 1974. Hun har arbeidet som musikkterapeut i 5 år på Barnepsykiatrisk avdeling Ullevål Sykehus, med barn med autisme og ulike typer multifunksjonshemninger. Som utdannet audiopedagog har hun arbeidet med musikkteori, stemmebruk og taletrening med døve og sterkt tunghørte ved hjelp av musikkterapeutiske verktøy. Holten er lektor i spesialpedagogikk og har også brukt musikkterapeutisk tilnærming i arbeidet med voksne med multifunksjonshemninger og med voksne med autisme. Hun har videre arbeidet som rådgiver og leder i Statped. Hun arbeider nå med lederutvikling innen skole og barnehage.

**Ian Kolstad** er utdannet med master i musikkterapi fra Universitetet i Bergen. Han har arbeidet i Stord kulturskule, med hovedfokus barnevern. Hovedinstrumentet i hans kliniske arbeid er computerstudioet, integrert med akustiske instrumenter. Kolstad er også en aktiv publisert komponist, produsent og utøvende musiker og har blant annet fire utgivelser med det alternative poporkesteret Goldlog.

**Solgunn E. Knardal** er barnevernspedagog og har musikkterapiutdanning frå Sandane 1998, i tillegg til hovudfag i musikkterapi frå Norges musikkhøgskole 2007. Ho har arbeidd som musikkterapeut i kulturskule, rehabiliteringsteam, fylkessenter og sjukeheim. Knardal er mangeårig praksislærer for musikkterapistudentar. Ho jobbar no som musikkterapeut på NKS Olaviken Alderspsykiatriske Sykehus, både med direkte pasientarbeid og som kurshaldar og rettleiar for helsefagleg personale. Ho er også engasjert i oppbygging og gjennomføring av prosjekt og tiltak for menneske med demens saman med Nasjonalforeningen for folkehelse.

**Sunniva Ulstein Kayser** er utdannet musikkterapeut fra Universitetet i Bergen. Siden hun fullførte studiene i 2011, har hun hovedsakelig jobbet innenfor eldreomsorgen, henholdsvis Aleris Omsorg avd. Søreide sykehjem og Fjell sjukeheim. Sommeren 2011 var hun også student ved Louis Armstrong Center for Music and Medicine ved Beth Israel Hospital i New York. Siden april 2015 har hun arbeidet på Nevropsykiatrisk avdeling Huntington ved NKS Olaviken Alderspsykiatriske sykehus.

**Viggo Krüger** arbeider som musikkterapeut med barnevern og skole som felt. Han arbeider også som førsteamanuensis II ved Griegakademiet ved Universitetet i Bergen. Siden 2003 har han ledet kulturlaget Kom Nærmere som tilrettelegger aktiviteter for ungdom med barnevernserfaring. Han har også bakgrunn som gitarist i det spillemannprisvinnende bergensbandet Pogo Pops. Krüger er formann i Norsk forening for musikkterapi.

**Marit Elfström Larsen** er utdannet rytmikkpedagog (etter Émile Jacques-Dalcrozes teori og metode: La Méthode Rythmique) fra Malmö musikhögskola 1975. Hun har arbeidet med musikkgrupper for skolebarn på de laveste klassetrinnene og med førskolebarn og barn med store og sammensatte lærevesker. Hun har også hovedfag i musikkpedagogikk ved Norges musikkhøgskole. Marit Larsen har oversatt og redigert lese- og skriveinnlæringsverket *Bokstaver, musikk og bevegelse* fra dansk og skrevet en oppfølger, *Ene mene ... kling klang*, sammen med Kirsten Arnesen. I forbindelse med utgivelsen av *Bokstaver, musikk og bevegelse* og Reform -97, har hun holdt kurs over det ganske land i løpet av flere år.

**Øystein Lydvo** har faglærerutdanning i rytmisk musikk frå Agder musikkonservatorium og vidareutdanning i musikkterapi frå Norges musikkhøgskole, Studiesenter Sandane. Har jobba som musikkterapeut på mellom anna Nordvoll skole og Autismesenter i Oslo, og i Senter for Musikkterapi ved Bergen kulturskole. Erfaring som faglærer i musikk frå vidaregåande skule, folkehøgskule og musikkterapiutdanninga, samt fartstid som bassist i mellom anna spillemannominerte Good Time Charlie. Jobbar no som musikkterapeut på et Distiktspsykiatrisk Senter (DPS) og som timelærer og praksislærer på masterstudiet i musikkterapi ved Griegakademiet, Universitetet i Bergen. Lydvo er for tida leiar i arbeidsgruppa for psykisk helse vaksne i kunnskapsklynga Polyfon.

**Bente Mari Mortensen** er musikkterapeut, musiker, veileder og spesialpedagog med erfaring som kursholder innenfor Musikk i livets begynnelse, rockemetodikk og samspill. Mortensen underviser barn, ungdom og voksne, og har siden midten av 90-tallet vært engasjert i prosjektet Musikk i fengsel og frihet. Mortensen har spilt i ulike band og bandsammensetninger. I dag er Engla og Banditta hovedbandet, og saksofon, perkusjon og sang er hovedinstrument. Mortensen har sammen med Venja Ruud Nilsen arbeidet ved Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt, under Oslo kommune og Grønland voksenopplæring, siden begynnelsen av 2000-tallet. Feministisk arbeid har vært og er en viktig grunnpilar i arbeidet.

**Lena Brennskag Nettum** er utdannet førskolelærer og musikkterapeut fra Sandane i 2001. Hun har vært ansatt i stilling som musikkterapeut ved et pedagogisk fagsenter i Oslo kommune siden 2002. Hun arbeider her med enetimer og grupper med barn i barnehagealder med ulike spesielle behov, blant annet spesialpedagogiske vedtak, språkutfordringer, samt andre tilretteleggingsbehov. Nettum deltar i nettverksgruppe med musikkterapeuter ved andre fagsentra i samme kommune. Hun har holdt en rekke kurs og foredrag med fokus på den relasjonelle tilnærmingen. Hun jobber også som praksislærer på masterstudiet i musikkterapi ved Norges musikkhøgskole.

**Venja Ruud Nilsen** er musikkterapeut og musiker. Hun jobber på to voksenopplæringssteder. Hun initierte og var leder for det landsomfattende musikktilbudet Musikk i fengsel og frihet som startet for 25 år siden, og som har opprettet musikktilbud ved ca. 25 soningssteder i landet. Hun er kursholder i Rockemetodikk og har undervist på Norges musikkhøgskole. Hun er også bassist i to band – Engla og Banditta og Halvsøstra, i tillegg til at hun leder et band for løslatte kvinner – Venjas Harem – sammen med musikkterapeut Bente Mari Mortensen.

**Marte Lie Noer** er utdannet faglærer i musikk og musikkterapeut. Hun er Fellow of AMI med videreutdanning i musikkpsykoterapimetoden: *Bonny Method of Guided Imagery and Music* (BMGIM). Marte Lie Noer har over 20 års praksis som musikkterapeut i arbeid med barn og unge innen pediatri- og psykiatrifeltet.

**Tom Næss** har arbeidet med musikkterapi siden begynnelsen av 1970-årene. Han er utdannet musikkpedagog ved Norges musikkhøgskole og musikkterapeut ved Nordoff/Robbins Center i London og ved Østlandets Musikkonservatorium i Oslo. Han var sammen med Even Ruud og Unni Johns med på å starte musikkterapiutdannelsen ved Østlandets Musikkonservatorium i 1978. Han har i alle år undervist ved denne utdannelsen, nå ved Norges musikkhøgskole der han er førstemanuensis og praksislærer. Tom Næss har praktisert musikkterapi ved Emma Hjorts Hjem for psykisk utviklingshemmede, Statens senter for barne- og ungdomspsykiatri, psykiatrisk avdeling ved Ullevål sykehus og Oslo Voksenopplæring Nydalen. Han har gitt ut en rekke metodikk- og sangbøker.

**Jarle Obrestad** ble utdannet musikkterapeut ved Østlandets Musikkonservatorium i 1989. Videre har han praktisk-pedagogisk utdanning ved lærerhøgskolen i Stavanger, 1991. Han har videre godkjent faglærerkompetanse i musikk. Jarle Obrestad har lang erfaring med bruk av musikkterapi som pedagogisk metode i skolen. Fra 1990 til 1999 var han ansatt i Hå kommune knyttet til voksenopplæring og spesialundervisning. Fra 1999 og frem til 2016 arbeidet han som musikkterapeut/lærer ved Madlamark skole som gir særskilt tilrettelagt opplæring til barn og unge fra 1. til 10. klasse. Fra august 2016 begynte han i ny stilling som gitar, bandlærer og musikkterapeut i Hå kommune.

**Even Ruud** er utdannet klaverpedagog, musikkterapeut og psykolog, og har doktorgrad innen musikkvitenskap. Han har vært professor ved Institutt for musikkvitenskap ved Universitetet i Oslo og er nå professor II ved Norges musikkhøgskole og der knyttet til Senter for forskning i musikk og helse. Ruud har skrevet en rekke bøker innen feltene musikkpedagogikk og musikkterapi, samt innenfor musikk, medier og kulturforståelse. Bøkene hans er oversatt til en rekke språk.

**Greta Aagre** er musikkterapeut ved et pedagogisk fagsenter i Oslo kommune. Hun gir tilbud til barn med ulike spesielle behov, i alderen 0-6 år. Hun var ferdig musikkterapeut i 1994 og har over 20 års erfaring som musikkterapeut i spesialpedagogisk felt 0-6 år. Hun er også barnehagelærer og har i tillegg en årsenhet i musikk. Hun har holdt en rekke kurs og foredrag med fokus på tidlig relasjon og samspill. Hun deltar i nettverksgrupper med musikkterapeuter fra andre fagsentre i samme kommune. Aagre er praksislærer ved mastergradstudiet i musikkterapi ved Norges musikkhøgskole.

## Musikkterapi i praksis

I denne samlingen av fortellinger fra musikkterapeuters praksishverdag får du spennende innsyn i betydningsfulle øyeblikk og meningsfylte musikalske opplevelser med barn, unge og voksne. Via lenker til lyd og video gir boken deg levende illustrasjoner av musikkterapien. Du kan blant annet lytte til musikk laget av mennesker med alvorlige og sammensatte psykiske og fysiske funksjonshemninger. I en videofortelling får du både innsikt og innsyn i et langvarig musikkterapeutisk arbeid med en person utsatt for alvorlige trafikkskader.

I boka møter vi musikkterapeuter i arbeid med barn på sykehus i palliativ omsorg og i spesialpedagogiske sammenhenger. Boka forteller om musikkterapeuters arbeid med innsatte i fengsel og med sårbar ungdom som får musikalsk omsorg og redskaper til å skape et bedre liv. Du kan for eksempel lese om hvordan barn og unge voksne i tilknytning til institusjoner for psykisk helsevern får utvikle musikalske interesser og ta opp igjen tidligere aktivitet som bandmusikere gjennom musikkterapi. Boka beskriver dessuten at musikken kan tilbys som en støtte for mange mennesker, ikke minst når fysisk sykdom og svekket hukommelse rammer den eldre.

Senter for forskning i musikk og helse (CREMAH) utgir antologier i en vitenskapelig skriftserie, men også frittstående utgivelser som denne boken om praksisfortellinger. Publikasjoner fra CREMAH er ledd i senterets målsetning om å utvikle og formidle ny kunnskap, forståelse, evidens og kritisk refleksjon om musikk som helseressurs for mennesker og samfunn.