

Å møte seg selv i døra

*En autoetnografisk studie av hvordan en musikkterapistudent har erfart å arbeide i fengsel
- en kilde til forståelse om egen profesjonalitet.*

Oda K. Dahl

Masteroppgave i musikkterapi

Norges musikkhøgskole

Våren 2022

Antall ord: 21 716



**Norges
musikkhøgskole**
Norwegian Academy
of Music

SAMMENDRAG

Denne studien undersøker hvordan en musikkterapistudent erfarer å arbeide med en innsatt i fengsel. I oppgaven vil jeg bruke meg selv som eneste informant ved hjelp av autoetnografisk metode. Dette er en forskningstilnærming hvor forskeren bruker personlige erfaringer til å belyse disse som uttrykk for kultur og kunnskap. Datamaterialet for studien er loggføringer med vekt på refleksivitet fra praksisforløpet som et utgangspunkt for forståelsen av musikkterapi som profesjon. Bakgrunnen for studien er hentet fra en interesse omkring hvordan musikkterapeutens posisjon til å påvirke et musikkterapeutisk forløp. Oppgaven er inspirert av mastergradprogrammet i musikkterapi, hvor det rettes fokus mot refleksivitet hos musikkterapeuten. Resultatene fra denne studien viser erfaringer knyttet til musikkterapeutisk profesjonsforståelse, låtskriving, relasjonelt og musikalsk samarbeid og samspill.

Emneord: musikkterapi, autoetnografi, refleksivitet, intersubjektivitet, låtskriving, refleksivitet, musikalsk samarbeid, samfunnsmusikkterapi, identitet.

ABSTRACT

This study investigates how a music therapy student experiences' working with an inmate. By adopting the autoethnographic method, I will use myself as the only informant. It is a methodology where the researcher uses the experiences from culture, society, and literature knowledge. The data material for the study is based on journal writing, emphasizing on reflexivity. The main aim was inspired by how the music therapist can both, intentionally and unintentionally, influence the whole therapeutic process and vice versa. This study shows that experiences related to collaboration and interaction play an essential part in music therapy. And the findings states that relation and communication are vital in the process of becoming a music therapist.

Keywords: music therapy, reflexivity, autoethnography, musical collaboration, songwriting, intersubjectivity, community music therapy, identity.

FORORD

Dette har vært litt av en opplevelse. Det hele startet for flere år siden da jeg først fikk høre om musikkterapistudiet. Brikkene falt på plass da jeg fikk vite at det fantes et studieprogram som smeltet sammen mine største interessefelt, nemlig musikk, helse og mennesker. Det ville aldri vært mulig å realisere alt som har skjedd disse årene om det ikke hadde vært for et knippe mennesker som jeg både har delt reisen med eller som har støttet meg fra sidelinja.

Takk til medstudenter og lærere ved Norges musikkhøgskole, det har vært gøy og lærerikt å dele disse årene med dere. Takk til alle involverte omkring gjennomføring av min egenpraksis. En ekstra takk til deg som har delt tekster og melodier. Takk til Linda for alle samtaler vi har hatt omkring autoetnografi og denne oppgaven. Tusen takk til masterveileder Gro Trondalen for all veiledning og støtte under dette prosjektet. En stor takk til min praksisveileder og ildsjel Bente Almås for alle tilbakemeldinger og samtaler under denne prosessen.

Det har vært En stor takk til Dan Tore for alt du har lært meg om akademisk skriving og gjennomlesinger i løpet av alle mine studieår. Jeg har lært av den beste. Takk til verdens fineste naboer og venner som har reflektert og diskutert sammen med meg underveis. Den varmeste takk går til min kjæreste familie som alltid er der. Sammen er vi best. Jeg er *så* glad i dere.

Nå kan sommeren bare komme.

Innholdsfortegnelse

1	INNLEDNING	4
1.1	Bakgrunn for valg av tema	4
1.1.1	Hvorfor er temaet viktig i musikkterapeutisk praksis?	4
1.1.2	Hvorfor er temaet viktig for meg?	5
1.2	Praksis under musikkterapistudiet	6
1.2.1	Musikkterapi i fengsel	7
1.2.2	Egenpraksis	7
1.3	Problemstilling	7
1.3.1	Begrepsavklaring	7
1.3.2	Formål	9
1.4	Litteratursøk	9
1.5	Disposisjon av oppgaven	10
2	TEORETISK RAMMEVERK	11
2.1	Musikkterapeutisk profesjonsforståelse	11
2.1.1	Musikkterapeuten – person og fagperson	12
2.1.2	Refleksivitet – betydning i musikkterapi	13
2.1.3	Å forske på seg selv og sine opplevelser fra musikkterapeutisk praksis	13
2.1.4	Rammer og utfordringer i musikkterapeutisk praksis	14
2.1.5	Kongruens og autentisitet	15
2.2	Relasjonens betydning i musikkterapi	15
2.2.1	Den terapeutiske allianse	16
2.2.2	Trygghet og tillit	17
2.2.3	Innstilling for kontakt – terapeutperspektivet	17
2.2.4	Intersubjektivitet	18
2.3	Samfunnmusikkterapi	19
2.3.1	Musikk og identitet – et samfunnsperspektiv	21
2.3.2	Samspill og samarbeid i musikkterapeutisk praksis	21
2.3.3	Musikk som kommunikasjon	22

2.3.4	Musikk som meningsbærende	22
2.3.5	Terapeutisk låtskriving	22
2.4	Oppsummering	23
3	METODE	24
3.1	Vitenskapsteoretisk ståsted	24
3.1.1	Hermeneutikk	24
3.1.2	Sosialkonstruksjonismen	25
3.2	Valg av metode.....	26
3.3	Autoetnografi	27
3.3.1	Erfaringsbasert kunnskap	29
3.3.2	Hvorfor autoetnografi?	29
3.3.3	Autoetnografi på bakgrunn av prosjektet	31
3.4	Datamateriale.....	32
3.5	Valg av analyseprosedyre	33
3.6	Refleksjoner: metode og kritikk	34
3.6.1	Metodiske overveielser	35
3.6.2	Etikk.....	36
3.7	Oppsummering	37
4	RESULTATER.....	38
4.1	Profesjonsforståelse.....	38
4.1.1	Musikkterapeutisk praksis	39
4.1.2	Usikkerhet i praksis	40
4.1.3	På vei mot musikkterapi	41
4.1.4	Respekt og åpenhet	43
4.2	Samarbeid i musikkterapi	43
4.2.1	Samarbeid	43
4.2.2	Samspill	45
4.2.3	Låtskriving.....	46
4.3	Relasjon og kommunikasjon i musikkterapi	48
4.3.1	Relasjon	48

4.3.2	Tillit og trygghet	48
4.3.3	Her og nå	50
4.3.4	Person og fagperson.....	50
4.3.5	Ekthet og autentisitet	51
5	DRØFTING	53
5.1	Oppstart	53
5.2	Musikk som brobygger	53
5.2.1	Låtskriving i praksis	55
5.2.2	Et musikalsk samarbeid	56
5.2.3	Rammer og grenser – på kryss og tvers?	57
5.3	Den relasjonelle musikken	58
5.3.1	Musikkterapeuten som medreisende	59
5.3.2	Et musikalsk møte	60
5.3.3	En fagpersonlig musikkterapeut	62
5.4	Ubehag – en kunnskapskilde	63
5.4.1	Et kritisk blikk på studien og videre forskning.....	63
6	AVSLUTNING	64
6.1	Til ettertanke.....	65
7	LITTERATURLISTE	66

1 Innledning

I denne oppgaven ønsker jeg å se nærmere på egne erfaringer og opplevelser som musikkterapistudent i egenpraksis med en innsatt i fengsel. I studien skal jeg gjennom autoetnografisk metode forsøke å formidle og forstå egne opplevelser og erfaringer fra egenpraksis, samt knytte refleksjoner omkring dette til et utvalg av relevant teori og forskning. Jeg vil i masteroppgaven formidle erfaringer, som har blitt til i møte med andre, sett fra mitt perspektiv. Opplevelsene og erfaringene hadde aldri blitt de sammen foruten de mennesker som har tatt del i denne prosessen, både i og utenfor egenpraksisen.

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Jeg skal i følgende kapittel legge frem bakgrunn for valg av tema i denne studien. Først skal jeg se nærmere på hvorfor temaet er relevant for musikkterapien. Videre vil jeg fortelle om min personlige bakgrunn for valg av tematikk i denne masteroppgaven.

1.1.1 Hvorfor er temaet viktig i musikkterapeutisk praksis?

I boken *Defining Music Therapy* skriver Bruscia (2014) om hvordan refleksivitet i musikkterapi bidrar til å fremme forståelse av eget arbeid og egen profesjonsrolle. Bruscia (2014) påpeker at en refleksiv musikkterapeut er bevisst og evaluerer eget arbeid både før, under og etter et musikkterapeutisk forløp. Det handler blant annet om å være selvbevisst og selvobserverende. På den måten kan musikkterapeutisk praksis hele tiden stå i posisjon til å modifiseres slik at forløp, oppgaver, mål og den terapeutiske relasjonen tilrettelegges etter klientens behov og utgangspunkt best mulig. Bevissthet omkring egen kompetanse er derfor viktig i musikkterapi. I praksis innebærer musikkterapeutiske prosesser blant annet hvordan klienten og musikken inkluderes. Det handler om målsettinger i terapien, metoder og hvilke utfall et musikkterapeutisk forløp kan ha (Bruscia, 2014). Det finnes ulike innganger til refleksivitet. Disse omhandler eksempelvis selvrefleksivitet, rådgivning, veiledning eller observasjon av seg selv og eget arbeid sett fra et metaperspektiv. Sistnevnte kan, slik jeg ser det, falle innunder dette prosjektet. I min praksis har bevissthet omkring egne handlinger og forståelser i møte med den andre stått sentralt.

Innen språkssystemiske tilnæringer har vi Tom Andersen (2005), som hevder at reflekterende prosesser omhandler hva som beskrives og observeres, og hvordan. Dette kan overføres til musikkterapeutisk arbeid, hvor egenvurdering blant annet innebærer observasjon av terapeutrollen, klient eller praksis (Bruscia, 2014). Selv har jeg erfart at loggføring har vært et godt redskap for å oppnå tydeligere forståelse omkring musikkterapeutisk praksis. Gjennom refleksjonsnotat har jeg blitt bevisst på hvordan jeg, både i og utenfor musikken, kan ha en innvirkning på klient og musikkterapi knyttet til praksisen. Samtidig har jeg merket meg at også *jeg* som musikkterapistudent også påvirkes i musikkterapeutisk praksis.

1.1.2 Hvorfor er temaet viktig for meg?

I løpet av masterstudiet i musikkterapi har jeg, som musikkterapistudent, lært at refleksivitet i det musikkterapeutisk yrket er viktig. Jeg har skrevet praksisrapporter, refleksjonsnotat, loggbøker og blitt utfordret til å dele både følelser og tanker i klassen. Det har blitt anbefalt å innta «klientperspektivet», samt være bevisst egen bakgrunn og hvordan det kan påvirke musikkterapien. Det å være en refleksiv musikkterapeut har gjentatte ganger blitt nevnt i ulike undervisningssituasjoner og praksiser. Jeg har derfor blitt oppfordret, som fremtidig musikkterapeut, til å vende blikket innover. Det igjen har ført til at jeg har oppnådd større forståelse for den terapeutiske rollen. Loggføring kan ses som refleksivt verktøy i musikkterapien. Det fremmer nemlig bevissthet og forståelse for eget arbeid. Gjennom disse årene har jeg både lært og tilegnet meg mye kunnskap omkring musikkterapi som profesjon og fagfelt. De musikkterapeutiske verktøyene fra praksis tar jeg nå med meg videre.

Fordi jeg ønsker å være en bevisst musikkterapeut i møte med andre mennesker, fokuserer jeg i oppgaven på mine personlige opplevelser fra praksis. Jeg forstår det som at opplevelsene har dannet grunnlag for de erfaringer jeg skal forsøke å formidle gjennom denne teksten. Disse har hjulpet meg i å oppnå forståelse, og bidratt i min identitetsutvikling både som fagperson og som person. Dette er hva Rogers i samtaleterapien omtaler som «personal becoming» (Lindvang, 2010). I studien vil jeg ta for meg hvordan jeg som musikkterapistudent har erfart å ha praksis med en innsatt i fengsel. Jeg skal se nærmere på musikkterapeutiske møter, samt belyse disse fra et perspektiv som musikkterapistudent.

1.2 Praksis under musikkterapistudiet

I lys av musikkterapiutdanningen står det i studieplanen at «Praksis danner fundament for tilegnelsen av musikkterapeutrollen og er et viktig utgangspunkt for undervisningen i andre emner på studiet» (2021). Dette begrunner hvordan praksis gir mulighet for å øve og prøve seg som musikkterapeut, og samtidig utforske ulike metoder knyttet til fagfeltet. Som en del av en mastergrad i musikkterapi kan praksis være en god arena for egenutvikling, musikkterapeutisk erfaring og egenvurdering. Slike punkter anses som sentrale i musikkterapeutisk arbeid. Tre av læringsmålene ved fullført praksisforløp lyder som følger (Forskrift om studiene ved Norges musikkhøgskole, 2020, §13):

- viser og formidler et reflektert, kritisk og konstruktivt forhold til musikkterapeutrollen og musikkterapeutisk arbeid
- viser selvstendighet i møte med musikkterapeutiske utfordringer og etiske problemstillinger
- kan anvende kunnskap fra praksis til å utvide sitt musikkterapeutiske perspektiv

Slik jeg forstår det skal praksis på den måten være en arena hvor musikkterapistudenter kan utvikle og opparbeide erfaring omkring musikkterapeutisk praksis. Dermed kan erfaringer tenkes å bidra til å bygge bro mellom musikkterapeutisk praksis og teori. Som en del av musikkterapiutdanningen vil jeg gjennom et praksisforløp få muligheten til å innta en selvstendig rolle, hvorav egenvurdering står som et sentralt punkt under hele forløpet. Derfor er mine praksiserfaringer et grunnlag i formidling av et reflektert, kritisk og konstruktivt blikk på musikkterapeutrollen og musikkterapeutisk arbeid.

Hans Petter Solli (2012, s. 35) hevder at et refleksivt perspektiv kan fremme bevisstgjørelse over egen praksis, og derav legge til rette for å invitere klienter inn i musikkterapi som aktive deltakere. En slik bevissthet kan være med på å trygge terapeuten i sin rolle og sette klare rammer, mål og intensjoner for hva det musikkterapeutiske møtet og samarbeidet handler om. På den måten står musikkterapeuten i posisjon til å kunne ta imot de reaksjoner eller følelsesuttrykk som kan oppstå under en musikkterapeutisk seanse. Jeg forstår det derfor slik at for å lykkes i rollen som musikkterapeut, anses egenvurdering som nødvendig. Dermed kan refleksivitet bidra til å utvikle en dypere forståelse for musikkterapeutisk arbeid. Noe som også kommer klientene til gode.

1.2.1 Musikkterapi i fengsel

Musikkterapi i kriminalomsorgen har som mål å bygge bro mellom fengsel og samfunn, samt fremme gode og sosiale opplevelser gjennom musikk (Fuhr, u.å.). Ifølge forskning har musikkterapitilbud i fengsel en rekke positive effekter (Tuastad, 2014). Gjennom låtskriving og samspill kan innsatte i fengsel dermed få mulighet til å utvikle personlige, musikalske og sosiale ressurser. Tuastad (2014, s. 72) hevder at musikalsk samarbeid bidrar til konstruksjon av identitet for innsatte, både individuelt og i fellesskap. Musikk kan derav være et godt verktøy når det angår håndtering av tilværelsen i fengsel, og når det gjelder livet etter soning.

1.2.2 Egenpraksis

I løpet av det siste året av min masterutdanning i musikkterapi har jeg hatt egenpraksis i fengsel med én innsatt. Her har fokuset vært rettet mot låtskriving, musikalsk samspill og samarbeid. Praksisen har blitt veiledet og fulgt opp av en musikkterapeut.

1.3 Problemstilling

Denne studien tar utgangspunkt i mine erfaringer fra egenpraksis, hvor formålet er å rette fokus mot studentperspektivet i musikkterapeutisk arbeid. Forskningsspørsmålet baseres på en interesse om å kombinere masteroppgave og praksis, samt knytte dette til relevant litteratur og forskning. I masteroppgaven ønsker jeg å undersøke hvordan det er å være musikkterapistudent i fengsel, og se ulike erfaringer i tråd med det teoretiske landskapet. Hovedproblemstillingen er som følger:

Hvordan har jeg som musikkterapistudent erfart å arbeide med en innsatt i fengsel?

Problemstillingen utdypes gjennom følgende underspørsmål:

- *Hvordan har jeg som musikkterapistudent erfart samarbeid og samspill i egenpraksis?*

1.3.1 Begrepsavklaring

Refleksjon handler om hvordan man tenker eller handler i praksis, både i øyeblikket og i etterkant (Taylor & White, 2000). I musikkterapeutisk praksis kan dette knyttes til blant annet egenvurdering.

Refleksivitet omhandler, ifølge Stige (2008), evnen til å reflektere omkring egne handlinger og eget ståsted med tanke på sosiale og kulturelle systemer. Refleksivitet innebærer å se noe fra forskjellige perspektiver. I denne studien vil refleksiv loggføring danne grunnmur for hvordan jeg forstår og knytter egne erfaringer opp mot teori og kunnskap.

Klient defineres av (Nilstun, 2021) som en person som ivaretas av en annen. Den som går i musikkterapi kan bli kalt klient, der dette innebærer at vedkommende har behov for hjelp eller støtte til utvikling og endring (Trondalen, 2010). Klienten kan også kalles *elev*, *innsatt*, *medlem*, *pasient* eller *bruker*, for å nevne noen. Dette avhenger som regel av arbeidsplassen musikkterapeuten er en del av. I oppgaven vil *klient* være et gjennomgående begrep som brukes. Dette på bakgrunn av at mye av litteraturen knyttet til oppgaven benytter seg av begrepet, samt at studien sentrerer seg på mitt perspektiv som musikkterapistudent.

Samarbeid blir i denne oppgaven brukt i sammenheng med samfunnsmusikkterapi (Stige & Aarø, 2012), der samarbeid omkring musikalske prosesser står i fokus. I oppgaven vil samarbeid sentreres rundt låtskriving.

Relasjon innebærer i musikkterapien selvopplevelse og samskaping i møte med andre (Trondalen, 2008, s. 31). Ruud (2008) belyser at relasjon i musikkterapi omhandler omsorg for det individuelle, samt innlevelsen i den andre. Der samspill blir til samhandling forstås som et godt utgangspunkt for å skape relasjon i musikkterapeutisk praksis. Dette retter fokus mot en *subjekt-subjekt-posisjon*.

Den musikalske relasjon er sentral i musikkterapien. I tråd med et humanistisk perspektiv skriver Ruud (2008, s. 9) at relasjon i musikkterapi handler om at klient og musikkterapeut møtes i en felles opplevelse av musikk. Utveksling av følelser gjennom musikk skaper utgangspunkt for å utvikle hva Trondalen (2008) beskriver som *et medlevende musikalsk-relasjonelt nærvær*. Det omfatter at musikkterapeuten møter mennesker med omsorg, tid og tillitt. En musikalsk relasjon legger til rette for hva Ruud (2008) omtaler som «symmetrisk samhandling». Musikk kan på den måten tenkes å underbygge dialog og samskaping mellom terapeut og klient.

1.3.2 Formål

Formålet med studien er å belyse musikkterapeutisk praksis fra mitt perspektiv som musikkterapistudent. Målet med studien er ikke å lete etter konklusjoner, men heller å bidra med å øke forståelsen omkring musikkterapeutisk praksis. Jeg ønsker derfor å se nærmere på mine erfaringer i lys av et teoretisk grunnlag. Jeg vil også undersøke hvorvidt min praksis stemmer overens med relevant teori. Som en avgrensning har jeg valgt å kun fokusere på mitt perspektiv på musikkterapeutisk praksis med en innsatt i fengsel.

1.4 Litteratursøk

Gjennom hele prosessen rundt masteroppgaven har jeg kontinuerlig søkt etter litteratur som kan anses som relevant for å kunne besvare problemstillingen best mulig. Jeg har gjort litteratursøk for å finne teori og forskning som kan bidra til å svare på forskningsspørsmålet.

Litteratursøket ble gjennomført med søkeordene: *music therap**, *reflexive**, *relation*, *autoethnography*, *collaboration*, *intersubjectivity*, *profession*, *musical interaction*, *community music therapy* i databasene *Oria*, *NMH-Brage*, *RILM – Abstracts of Music Literature* og *Google Scholar*. Jeg har også gjort de samme søkene med norske ord: *musikkterap**, *intersubjektivitet*, *relasjon*, *autoetnografi*, *refleksjon*, *loggføring*, *refleksivitet*, *musikalsk samarbeid*, *samfunnsmusikkterapi*, *identitet* OG *musikk*. Søkeordene ble benyttet i ulike kombinasjoner både på norsk og engelsk.

Parallelt med litteratursøk har jeg funnet litteratur gjennom referanselister i aktuelle bøker og artikler. En slik metodisk tilnærming kalles snøballmetoden, hvor forskeren bruker en kilde for å finne andre kilder (Greenhalgh & Peacock, 2005). Det er denne søken som danner grunnlaget for teorikapitlet og teoriutviklingen i teksten.

1.5 Disposisjon av oppgaven

Jeg har i forgående kapittel presentert innledning for oppgaven. Her har jeg beskrevet bakgrunn for valg av tema. Jeg har kort skrevet om musikkterapi i fengsel og presentert min egenpraksis. Videre har jeg lagt frem litteratursøk, samt problemstilling og formålet med denne studien.

Jeg skal i følgende kapittel presentere det teoretiske rammeverket.

I kapittel tre vil jeg redegjøre for valg av metode, samt vitenskapsteoretisk og vitenskapsfilosofisk ståsted. Her vil jeg også vise til datamaterialet og analyseprosedyre. Deretter vil jeg se nærmere på etikk, reliabilitet og validitet i lys av studien.

I kapittel fire skal jeg legge frem resultater på bakgrunn av tematisk analyse. Her vil de ulike temaene bli presentert med utgangspunkt i utdrag av egne refleksjonsnotat fra egenpraksis.

I kapittel fem vil jeg drøfte funnene til utvalgt teori, i forsøk på å besvare problemstillingen best mulig.

Til sist vil jeg avslutte med en oppsummering. Her vil jeg se forskningsspørsmålet i lys av funn og teori, samt hvordan studien kan danne grunnlag for videre forskning.

Jeg skal nå presentere oppgavens teoretiske utgangspunkt.

2 Teoretisk rammeverk

I dette kapittelet vil jeg legge frem ulike teoretiske perspektiver som vil danne grunnlag for drøfting av resultatene i denne oppgaven. Her lener jeg meg til ulike teoretikere, hvor flere av temaene som blir beskrevet kan overlappe hverandre. Jeg vil først presentere teori omkring musikkterapeutisk profesjonsforståelse. Videre vil jeg se på teori omkring relasjon og kommunikasjon i terapi, og hvordan dette kan ses som sentralt i musikkterapeutisk praksis. Dette vil knyttes til begrepene intersubjektivitet, tillit, trygghet og den terapeutiske allianse. Deretter vil jeg presentere samfunnsmusikkterapi, samt se dette i tråd med samspill og samarbeid i musikkterapeutisk praksis. Videre vil jeg se nærmere på låtskriving som metodisk tilnærming. Jeg har tatt utgangspunkt i litteratur knyttet til det musikkterapeutiske, psykologiske og sosiologiske landskapet. På bakgrunn en autoetnografisk metode, ønsker jeg å se hvordan mine erfaringer fra praksis stemmer overens med et slikt teoretisk grunnlag.

2.1 Musikkterapeutisk profesjonsforståelse

Even Ruud (2017b) skriver i kronikken *Lik, men unik* om hvordan det er utfordrende å definere og avgrense musikkterapi som fagfelt, fordi det finnes ulike forståelser omkring profesjonen. I et humanistisk perspektiv ser man hvordan norsk musikkterapi omfatter et syn på mennesket som selvbestemmende og autonom, hvor menneskets følelser og tanker står sentralt (Ruud, 2008). Bruscia (2014) påpeker at det er viktig å avklare og avgrense de begreper som brukes i det musikkterapeutiske fagfeltet. På den måten bidrar dette til å informere om hva musikkterapeutisk profesjon handler om. Det vil også hjelpe både musikkterapeuter og utenforstående å forstå hva musikkterapeutisk praksis kan være og innebære. Ifølge Ruud (2017a) har musikkterapeutiske profesjoner særegne og ulik profesjonsforståelse av musikkterapeutisk praksis. Likevel ser man at refleksivitet i musikkterapeutiske praksiser er et gjennomgående tema. På lik linje med andre terapeutiske yrker anses egenvurdering av eget arbeid som viktig, fordi det kan ha stor innvirkning på klienten og terapiforløpet. Det innebærer blant annet en bevissthet omkring bruk av musikkterapeutiske virkemidler og metoder, samt ulike tilnærminger og formål.

Bruscia (2014) beskriver musikkterapi som en vitenskapelig disiplin som omhandler teori, praksis og forskning. Han påpeker at musikkterapeuter arbeider i profesjonen med ulike innfallsvinkler. Hvordan det jobbes musikkterapeutisk vil derfor være avhengig av kontekst. På samme tid vil musikkterapeutens profesjonsforståelse spille en stor rolle. Slik jeg ser det

understreker det viktigheten omkring bevissthet og refleksivitet i musikkterapeutisk praksis. Nettopp fordi ulike innfallsvinklinger bygger oppunder utvikling av mange og til tider veldig ulike forståelser omkring fagfeltet.

Ifølge Bruscias (2014, s. 268-269) definisjon vil musikkterapi som disiplin og profesjon bidra til å utvikle et mangfold av musikkterapeuter. På en side kan dette være fruktbart for musikkterapien, da det fører til at nye forståelser og praksiser trer frem. På en annen side kan det med et slikt utgangspunkt være utfordrende å finne sin posisjon og innfallsvinkel i musikkterapien. Fordi det er så mange forskjellige måter å håndtere profesjonen på, mener jeg det er viktig å være bevisst og selvrefleksiv i møte med praksis og klienter. Ruud (2017b) peker på hvilke kompetanser som en musikkterapeut må beherske. Han viser til at terapeuten bør merke seg det som faktisk viser seg å bidra til endring og utvikling i den musikkterapeutiske praksisen. Her trekkes det frem seks punkter: *musikalsk kompetanse, metodisk kompetanse, kunnskap om målgrupper, relasjons- og kommunikasjonskompetanse, teori og forskning*, og summen av de alle - *den profesjonelle musikkterapeuten*. Av disse vil jeg videre utype sistnevnte.

2.1.1 Musikkterapeuten – person og fagperson

Dileo (2000, s. 27) hevder at kvaliteter og karaktertrekk hos en musikkterapeut står sentralt i musikkterapeutisk arbeid. Her legges det vekt på etiske og moralske prinsipper. Musikkterapeuten skal gjennom musikk forsøke å hjelpe og støtte klienten i størst mulig grad. (Bruscia, 2014). Det innebærer blant annet å være til stede for og med klienten, samt fremme motivasjon ved å eksempelvis dele musikkopplevelser. På den måten kan musikken være bidragsyter når det angår å gi klient en stemme og rom for å bli hørt. Det som kan være med på å fremme egenverdi hos klienten. Bruscia (2014) påpeker at musikkterapeutens evner og muligheter for å hjelpe klienten, baserer seg på terapeutens genuine ønske om å hjelpe. Skau (2017) beskriver at det å være personlig i sin yrkesrolle kan defineres som en *kvalitet* i egen væremåte. På bakgrunn av egne opplevelser fra praksis vil jeg påstå at slike *kvaliteter* krever et solid erfaringsgrunnlag. Det betyr likevel ikke at terapeuten skal være forankret i disse, men se det som en bærebjelke i møte med nye erfaringer. Personlige væremåter kan eksemplifiseres med at terapeuten opplever seg selv og fremstår for andre som et tydelig menneske (Skau, 2017).

2.1.2 Refleksivitet – betydning i musikkterapi

Pedersen (2014) påpeker at fleksibilitet og refleksivitet både i rolleposisjon, i musikk og i samtale er musikkterapeutens hovedverktøy. Mens Tolan (2003) belyser at når noe er nøyaktig symbolisert i vår bevissthet, har vi kjennskap til det. Når vi erfarer noe gjentatte ganger, blir erfaringene integrert i vår struktur av oss selv. Det kan overføres til denne studien, hvor jeg gjennom praksisforløpet blitt kjent med min personlige og profesjonelle rolle i en musikkterapeutisk kontekst. Selvstruktur omfatter blant annet hvordan vi blir bevisst egne erfaringer og opplevelser, altså hvordan vi blir kjent med oss selv (Tolan, 2003). En slik tilnærming vil dermed gjøre terapeuten oppmerksom på seg selv og eget arbeid. Det kan forklares som en måte å bli kjent med hvordan ulike situasjoner, tanker, handlinger og følelser håndteres.

Bruscia (2014) beskriver at refleksivitet i musikkterapi handler om rammer og grenser både overfor klienten og overfor terapeuten. Bevissthet omkring eget arbeid og profesjonsrolle kan styrke et terapiforløp, nettopp fordi musikkterapeuten hele tiden vurderer terapien. Ifølge Skau (2017, s. 169) er bevisstgjøring noe som skjer idet vi legger merke til hva vi gjør og hvordan vi reagerer i ulike situasjoner. Slike perspektiver kan ses i sammenheng med denne studien, da det underbygger en refleksiv holdning fra musikkterapeutens side i møte med andre mennesker.

Som musikkterapeuter inntar vi det Harlene Anderson (2019) omtaler som en *ikke-vitende posisjon*. Det belyser at vi ikke vet før vi har opplevd eller erfart. «Selve måten vi ser på oss selv og mennesker vi arbeider med er avgjørende» forteller Anderson (NAPHA, 2019) i et portrettintervju. Jeg forstår det som at en slik nysgjerrig holdning som musikkterapeut er noe en opparbeider seg over tid og som krever erfaring. Det fremstår som at en *ikke-vitende posisjon* ikke bare en holdning gjeldende overfor klienten, men også overfor seg selv som musikkterapeut. Slik bevissthet kan etterstrebes ved å reflektere over egne erfaringer både alene og sammen med andre. Skaug (2017) omtaler dette som en viktig kompetanse i arbeid med mennesker.

2.1.3 Å forske på seg selv og sine opplevelser fra musikkterapeutisk praksis

O'Callaghan (2005) omtaler praksislogg som en sentral del av musikkterapeutisk arbeid. Dette underbygger refleksivitet og evnen til utvikling gjennom egenvurdering. Hva dette innebærer er av min opplevelse opp til studenten selv å bedømme. Mens Barry og

O’Callaghan (2008) argumenterer for at loggføring av praksisforløp kan bidra til en dypere forståelse av praksisen og musikkterapi. På den måten kan musikkterapeuten stå i posisjon til egenvurdering, og videre se sammenhenger mellom teori og praksis. Slik jeg forstår det handler ikke refleksivitet kun om det rent praktiske, men også de forståelser, reaksjoner, følelser og tanker som opptrer på innsiden hos terapeuten. Imidlertid skriver O’Callaghan (2005) at slike refleksjoner kan føre til økt læring, samt belyse nødvendige prosesser når det angår endring både for terapeuten, klienten og musikkterapien. Videre påpeker hun at loggføring og refleksjoner fra et praksisforløp kan rette fokus mot det som ellers forblir usagt, hvor slik taus kunnskap kan fremme forståelse omkring eget arbeid og egen profesjonsrolle (O’Callaghan, 2005).

2.1.4 Rammer og utfordringer i musikkterapeutisk praksis

«Trust the process» skriver Tolan (2003). Her påpekes det at terapeuter må stole på og stå i terapeutiske prosesser. Dette belyser hvordan endring og utvikling i terapi ikke er noe som skjer momentant, men over tid. En slik tilnærming kan overføres til musikkterapien, for også musikkterapeuter må akseptere og håndtere at terapi omhandler dynamiske prosesser. Jeg forstår det som særlig relevant når man arbeider med noe så personlig og sårbart som det musikk for mange kan være. Det betyr at et terapiforløp både består av utfordrende dager og dager hvor «alt klaffer». *Rammer* innebærer at terapien innehar begrensninger som vi setter for oss selv og for klienten, og som underbygger trygghet og tydelighet i terapien. Her belyser Tolan (2003) at uansett hvor mye man som terapeut ønsker å hjelpe og støtte klienten, må terapien rammes inn og ha sine begrensninger for å ivareta både klient og terapeut. Det kan ses i sammenheng med Bruscia (2014), der han adresserer viktigheten omkring rammer i musikkterapien. Refleksiv loggføring kan derav fungere som verktøy når terapeuten skal finne en balanse mellom identifisering og distansering til klientens verden.

Dileo (2000, s. 124) indikerer at rammer i musikkterapien bidrar til å definere en terapeutisk relasjon mellom klient og terapeut. Dette kan ses som særlig relevant når det gjelder låtskrivingsprosesser, der *både* klient og terapeut inviteres inn til musikalsk samhandling. Når det kommer til musikkens rolle i terapien, skriver Arthur (2018) at den kan ha stor innvirkning på terapiens rammer. Musikken kan vekke til live minner, følelser og opplevelser (Ruud, 2013) som videre kan påvirke klient, musikkterapeut og musikkterapien som helhet.

2.1.5 Kongruens og autentisitet

Tolan (2003, s. 62) beskriver kongruens som terapeutens ekthet og integritet. Kongruens betones som noe som *er*, fremfor noe som *gjøres* (Tolan, 2003). Imidlertid bunner min forståelse av kongruens i musikkterapeutisk praksis både om noe man er og noe man gjør. I samtalerapien hevder Tolán (2003) at dette omhandler åpenhet og fleksibilitet, hvor terapeuten er bevisst seg selv og eget arbeid. Det innebærer blant annet bevissthet omkring indre responser, dømmekraft overfor klienter, samt å akseptere egne tanker, følelser og reaksjoner. Dette betyr likevel ikke at slike indre dialoger nødvendigvis skal kommuniseres til klienten, men at de ikke bør undertrykkes av terapeuten selv. Her trekkes autentisitet frem som et viktig begrep, da dette i kommunikasjon underbygger hvordan terapeuten «eier» eller er ansvarlig for egne følelser og erfaringer (Tolan, 2003, s. 47). Lindvang (2010) påpeker at terapeutens egenskaper og bidrag må være genuine. Det samme gjelder for tilstedeværelse.

Gjennom autentisk kommunikasjon viser terapeuten bevissthet over for klienten, musikkterapien og seg selv. Autentisitet i så måte omfatter derfor ikke kun noe mellom terapeut og klient, men også terapeutens forhold til seg selv mellom det personlige, private og profesjonelle (Tolan, 2003). Dette belyser hva som «hører hjemme» og ikke i terapien. Tolán (2003) påpeker at ekthet og kongruens fra terapeutens side bidrar til å menneskeliggjøre terapeutrollen sett fra et klientperspektiv. Ved at klienten ser ulike sider av terapeuten underbygger tillitt og trygghet, samt kanalisere hvordan følelser og reaksjoner er en del av det å være menneske. På den måten omhandler kongruens i terapien også terapeutens evne til å lytte og ta til seg hvordan andre oppfatter og opplever deg som terapeut.

2.1.5.1 Oppsummering

Jeg har så langt i kapitlet presentert musikkterapeutisk profesjonsforståelse og betydningen av refleksivitet i musikkterapien. Jeg har sett på rammer, kongruens og autentisitet i musikk- og person-sentrert terapi. Videre vil jeg se nærmere på relasjonsaspektet i arbeid med mennesker.

2.2 Relasjonens betydning i musikkterapi

Odd Harald Røkenes og Per-Halvard Hanssen (2012) hevder at relasjon mellom fagperson og klient danner et godt fundament for å nå terapeutiske mål. Videre påpekes det at en god terapeutisk relasjon anses som viktigere enn eksempelvis terapeutiske metoder og teknikker,

da dette kan bidra til trygghet og tillitt i en terapeutisk kontekst. Ifølge forskning er personlige kvaliteter hos terapeuten som eksempelvis empati viktige byggesteiner når det angår relasjon (Aigen, 1993, s. 23). Dette retter fokus mot hvordan *personen* i musikkterapiroller kan ha større betydning for et terapeutisk forløp enn hva metodisk tilnærming og teknikkbruk har. Harlene Anderson (2001) henvender seg til psykologen Carl Rogers når hun belyser hvordan en genuin og noe spontan tilnærming kan være godt utgangspunkt når det angår dannelse av relasjon. På den måten kan terapeuten anses å være en følgesvenn på klientens vei mot endring og utvikling. Dette er hva Carl Rogers (1961) omtaler som person-sentrert terapi, som poengterer hvordan terapi omhandler unike prosesser, da ingen mennesker er identiske. Rogers (1961) skriver at relasjon skapes ut ifra terapeutens aksepterende, lyttende og empatiske forhold til klienten. Mens Bruscia (2014, s. 38) betrakter empati og forståelse hos musikkterapeuten som viktig i musikkterapeutisk praksis. I person-sentrert terapi står den terapeutiske *prosessen* i fokus (Tolan, 2003, s. 155).

Bruscia (2014) understreker at det relasjonelle aspektet kan være avgjørende når det angår endring og utvikling i musikkterapeutisk arbeid. Dette fremhever hvordan en god relasjon mellom terapeut og klient kan skape grunnlag for forandring. Ved at musikkterapeuten er en aktiv medspiller i musikkterapien kan ses å ha stor innvirkning når det angår relasjonsbygging (Pedersen, 2014). I musikkterapi er både terapeuten aktiv og synlig, der vedkommende gjennom musikk må ta hensyn til musikalske ferdigheter, begrensninger, preferanser og følelsesmessig erfaring av den terapeutiske relasjonen (Aigen, 1993). Ansdell (2014) henvender seg til musikkopplevelser som et relasjonelt fenomen, hvor musikk er noe som kan underbygge fellesskap. Samskaping blir til gjennom utveksling av følelser og musikalske gester, skriver Trondalen (2008). I musikkterapien danner dette grunnlag for utvikling av en terapeutisk relasjon mellom klient og terapeut.

2.2.1 Den terapeutiske allianse

Ifølge forskning er arbeidsallianse et aktuelt tema i terapien. Denne innebærer blant annet oppgaver og terapeutiske mål, samt et emosjonelt bånd mellom klient og terapeut (Johns, 2008). Videre trekkes tillitt inn som et sentralt begrep når det angår den terapeutiske alliansen, hvor dette kan ses gjennom at klienten opplever terapeuten som troverdig, håpefull og med bestemt ønske om å ville hjelpe (Johns, 2008). Imidlertid kan det i den terapeutiske alliansen oppstå brudd eller uenighet. Det innebærer at det under terapeutiske prosesser kan oppstå problemer eller utfordringer knyttet til oppgaver, terapiens mål eller båndet mellom terapeut

og klient (Falkum, 2018). For å gjenopprette den terapeutiske alliansen hevder Falkum (2018) at terapeuten står ansvarlig når det gjelder å gi konkrete og direkte tilbakemeldinger til klienten. På den måten vil terapeut og klient i samråd stå i posisjon til å reparere en allianse, da ærlige og hensynsfulle tilbakemeldinger kan bygge oppunder tillitt og trygghet mellom terapeut og klient.

2.2.2 Trygghet og tillit

I en terapeutisk praksis anses trygghet som en viktig brikke når det angår oppnåelse av forandring (Ihlen & Ihlen, 2003). Ifølge forskning ser man hvordan forutsigbarhet i en terapeutisk relasjon spiller en viktig rolle når det kommer til trygghet. Det handler blant annet om at opplevde situasjoner gjentar seg relativt likt, og som videre kan skape utgangspunkt for å dele følelser eller tanker (Ihlen & Ihlen, 2003). Dette er hva Kjersti Johansson (2017) omtaler som *trygghetsskapende gjentakelse*, hvor rutiner og rammer kan bygge oppunder trygghet. En slik trygghet kan utvikles gjennom struktur og kontinuitet, der en terapeutisk ramme trekkes inn som faktor for utvikling av tillit. Ifølge Johns (2008, s. 73) innebærer en terapeutisk ramme betingelser og meninger, samt tydelighet omkring hvilke mål og oppgaver som har sin plass i den terapeutiske prosessen. Her poengteres viktigheten omkring det å skape og tilrettelegge terapien på en måte slik at den terapeutiske rammen blir avklart og forstått av både klient og terapeut.

2.2.3 Innstilling for kontakt – terapeutperspektivet

«Understanding with the head is important, but not as important as understanding with the heart» skriver Rose Cameron (2003, s. 100) når hun setter ord på emosjonell kontakt i terapien. Videre belyses det at terapeuter som er emosjonelt mottakelig og responderende, åpne omkring egne følelser, samt har evnen til å merke seg og være ydmyk overfor klientens følelsesuttrykk, vil nå en dypere terapeutisk kontakt (Cameron, 2003). Dette innebærer blant annet terapeutens mulighet til å føle hva klienten har å si, og ikke bare lytte til ordene som blir sagt. Dette gjenspeiles i musikkterapien, der Trondalen (2007) belyser hvordan musikalske relasjonsopplevelser kan bidra til endring og utvikling. Cameron (2003) påpeker at emosjonell kontakt i terapeutiske yrker krever erfaring, da terapeuten selv må bli kjent med de reaksjoner og følelser som oppstår i og under et terapiforløp. På sikt vil terapeuten gjennom slike erfaringer bli kjent med og lære seg å håndtere emosjonell kontakt og følelser i en terapeutisk prosess, både overfor seg selv og klient(er). Det vil her utvikles en forståelse for hva

emosjonell kontakt innebærer, samt hvordan dette håndteres i en terapeutisk relasjon (Cameron, 2003). Yalom (2001) hevder at transparens hos terapeuten kan være fruktbart når det angår å bygge en terapeutisk relasjon. Her påpekes det likevel at en slik gjennomsiktighet ikke skal stå i sentrum eller i veien for terapien, men at det kan være virkningsfullt når det angår det relasjonelle aspektet (Yalom, 2001).

2.2.4 Intersubjektivitet

Intersubjektivitet omhandler hvordan noe blir til i samspill med andre. Det legges her vekt på hvordan relasjonen i seg selv kan bidra til å skape endring (Hustad, 2018). På den måten kan intersubjektivitet defineres som hva Hustad (2018) omtaler som et opplevelsesfellesskap. Begrepet *intersubjektivitet* omhandler forståelse av den terapeutiske relasjonen mellom mennesker (Trevarthen, 1994). Johns (2008) belyser at et intersubjektivt utviklingsperspektiv på terapi innebærer å se en terapeutisk relasjon som mulighet for utvikling. En slik relasjon blir på den måten rammet inn og anvendt intensjonelt der endringsprosesser står i fokus. Videre påpeker Johns (2008) hvordan en intersubjektiv tilnærming underbygger fellesskap, hvor det er en felles forståelse for hva eksempelvis musikkterapien skal handle om når det angår mål og oppgaver. Førstnevnte omhandler at både terapeut og klient er enige om blant annet målsettinger i terapien, mens sistnevnte omfatter terapeutens evne til å tilpasse oppgavene etter klientens behov (Johns, 2008). På den måten støtter intersubjektivitet oppunder det å styrke klientens deltakelse i den terapeutiske prosessen.

Det å lage musikk er i seg selv en intersubjektiv tilnærming, da dette involverer deling av følelser eller tilstander mellom to individer (Trevarthen & Malloch, 2000). Når det gjelder intersubjektivitet i musikkterapi ses musikalsk engasjement som virkningsfullt, da det legger til rette for kommunikasjon mellom klient og terapeut på et helt annet nivå (Birnbau, 2014). Arthur (2018) beskriver intersubjektivitet i musikkterapien på bakgrunn av et humanistisk perspektiv. Når musikkterapeuten toner seg inn på egne tanker, følelser og erfaringer, vil han eller hun også intone seg etter klientens følelser og tanker. Dette underbygger en gjensidig respekt fra terapeutens side, både overfor klienten, for seg selv og den terapeutiske relasjonen. Dersom musikkterapeuten ikke klarer å identifisere sin emosjonelle tilstand, hevder Arthur (2018, s. 166) at det vil være utfordrende å arbeide intersubjektivt. Det viser til at musikk kan vekke eller fremme følelser som kan oppleves overveldende for terapeuten, og som videre vil kunne påvirke klient og den terapeutiske prosessen som helhet.

Dette belyser hvordan relasjonen mellom klient og terapeut har en merkbar innflytelse på den terapeutiske prosessen (Blackstone, 2006, s. 25). Intersubjektivitet underbygger en følelse av å stå i noe sammen (Schibbye, 1996). Dette innebærer både fysisk tilstedeværelse, samt følelsen av å være sammen (Trondalen, 2019). I musikkterapeutisk praksis handler intersubjektive møter om å dele opplevelser i fellesskap. Her understreker Trondalen (2019) at slike erfaringer aldri vil være identiske for klient og terapeut. I intersubjektive møter vil derfor musikkterapeut vil ha innvirkning på klient, og at klienten vil ha en innvirkning på musikkterapeuten (Birnbaum, 2014). På den måten vil begge parter gå igjennom forandringsprosesser på bakgrunn av erfaringer fra terapien. Her presiseres det at intersubjektivitet i en terapeutisk kontekst handler om relasjonen mellom terapeut og klient. En genuin og god relasjon mellom klient og terapeut kan ifølge Birnbaum (2014) fremme meningsfulle musikalske øyeblikk.

2.2.4.1 Oppsummering

I avsnittene over har jeg lagt frem teori omkring relasjonens betydning i terapi. Her har jeg sett nærmere på relasjonsaspektet på bakgrunn av musikkterapi og samtaleterapi. Jeg har lagt frem ulike teorier omkring intersubjektivitet, trygghet, tillit, samt den terapeutiske alliansen. Vi skal nå se nærmere på samfunnsmusikkterapien.

2.3 Samfunnsmusikkterapi

Blant de mange grener innenfor musikkterapien, finner vi samfunnsmusikkterapien (Stige & Aarø, 2012). Her rettes fokus mot individet som en del av samfunnet, hvor samarbeid og samspill står sentralt. Begrepet *samfunnsmusikkterapi* retter seg i min praksis til musikkens evne til å utvikle helsefremmende relasjoner gjennom samarbeid (Stige, 2011). I samfunnsmusikkterapien blir *samfunn* i samfunnet trukket frem (Ruud, 2018). Stige og Aarø (2012) presenterer akronymet «PREPARE» når de forsøker å definere samfunnsmusikkterapi. Dette er syv kjernepunkter som lyder som følger:

P – Participation: Dette vektlegger hvordan musikk kan føre til inkludering og deltakelse i samfunnet, samt motvirke ekskludering og utenforskap. Gjennom støtte og anerkjennelse vil musikken bygge oppunder identitet og utvikling.

R – Ressursorientering: En slik tilnærming omhandler velferd og likhet, hvor samarbeid

og klientens bidrag står i sentralt (Rolvjord, 2008). En ressurs kan defineres som en ferdighet eller egenskap, som i musikkterapien kan eksemplifiseres som låtskriving eller det å etablere gode relasjoner. På lik linje kan også menneskelige følelser og ønsker ses som gode ferdigheter.

E – Ecology: Det økologiske aspektet omfatter ivaretagelse av sammenhenger og overganger, der endring i samfunnet kan ha innvirkning på individet, og motsatt. På den måten ses individet som en del av noe større og ikke som noe isolert fra verden.

P – Performance: Dette handler om hvordan vi mennesker endrer oss og verden gjennom handling og aktivitet. Her kan framføring ses som noe går utover musikken, men hvordan eksempelvis identitet fremføres, utføres og skapes. Musikken kan her ses å være med på å regulere egen helse. I samfunnsmusikkterapien ses deltakelse og framføring som endringsgrunnlag ved at det legges til rette for å skape eller vekke nye sider ved identitet.

A – Activist: Samfunnsmusikkterapien forsøker aktivt å skape sosial endring i samfunnet, da blant annet sosiale forskjeller her ses som grunnlag for samfunnsmessige utfordringer.

R – Refleksivitet: I samfunnsmusikkterapien vektlegges åpenhet til andre mennesker som et viktig punkt, der ulike meninger er like verdifullt til tross for bakgrunn.

E – Etikkdrevet: Dette omhandler et overordnet ønske om å endre noe til det bedre.

Aigen (2013) skiller mellom terapeuter som bruker musikk, og musikere som bruker terapi. Førstnevnte omhandler behavioristisk, psykodynamisk og nevrologisk musikkterapi, mens Aigen (2013) knytter sistnevnte til samfunnsmusikkterapi, ressursorientert musikkterapi og musikkcentrert musikkterapi. Garred (2008) beskriver skillet mellom musikk *i* eller *som* terapi. Musikk *i* terapi refererer til bruk av musikk innenfor etablerte rammer for praksis, hvor musikken ikke står i hovedfokus. På en annen side anses musikk *som* terapi å omfavne musikkopplevelsen som sentral for terapeutiske prosesser. «I musikk *som* terapi tar musikken plassen så å si, for samtalen» skriver Garred (2000, s. 103). På den måten blir musikken det primære medium for terapien.

2.3.1 Musikk og identitet – et samfunnsperspektiv

Ruud (2013, s. 15) skriver at «identitet er noe vi skaper gjennom de historiene vi forteller om oss selv». Musikk kan på mange måter bidra til å danne et bilde av hvem vi er, hvor vi hører til og kommer fra (Bonde, 2011). Utvikling og utforming av identitet er på den måten en levende og kontinuerlig livsprosess. Møter med nye mennesker, opplevelser og minner kan være eksempel på dette (Ruud, 2013). Når identiteten bekreftes gjennom eller i møte med andre mennesker, kan dette fremme selvoppfattelse og følelsen av «bli seg selv». Musikk kan dermed vekke følelsen av tilhørighet, da den kan bidra til å rette søkelys mot hvordan vi mennesker er deltakere av et samfunn. Som Ruud (2013) belyser blir dermed musikken en identitetsmarkør i møte med andre mennesker. Musikken er derfor en viktig del av hvordan vi ser oss selv som en del av et fellesskap. «Musikken sammenliknes med et speil som reflekterer sterke signaler tilbake til andre sosiale grupper om hvem brukerne av musikken er» skriver Ruud (2013, s. 141). Dette eksemplifiserer hvordan en låt eller en musikksjanger kan bidra til å kommunisere hvem vi er eller hvordan vi ønsker å bli oppfattet av andre.

2.3.2 Samspill og samarbeid i musikkterapeutisk praksis

Musikalsk interaksjon kan ses å skape grunnlag for aktivisering av fellesskap, der emosjoner kan deles via samarbeid og samhandling (Tønsberg & Hauge, 2008). Musikk kan på den måten tenkes å være et symbol på utveksling av informasjon, hvor ulike følelsesuttrykk kan komme syn syn gjennom samspill. I musikkterapien kan samarbeid mellom musikkterapeut og klient ses som en forhandlingsprosess, hvor likeverd, gjensidighet og aktiv deltakelse i beslutningsprosesser står sentralt (Bolger, McFerran & Stige, 2018). Her er både musikkterapeuten og klienten medbestemmende omkring hvilke hensikter terapien skal ha, samt hvilken retning det skal jobbes mot. Dersom musikkterapeuten inntar en rolle som deltakende, vil dette invitere klienter til å delta, noe som igjen legger til rette for samarbeid.

Samspill kan i musikkterapien ses i tråd med en relasjonell prosess, hvor en felles tilstedeværelse står i fokus (Johansson, 2017, s. 17). Et musikalsk samspill kan derav invitere til deling av opplevelser og indre tilstander gjennom non-verbal kommunikasjon (Trondalen, 2004, s. 21). Anderson (2003) belyser at samarbeid i samtaleterapi handler om hvordan mening skapes når mennesker snakker sammen. Slik jeg forstår det kan dette overføres til musikkterapien, der musikalsk samarbeid kan ses som meningsskapende og legge til rette for kommunikasjon mellom klient og terapeut.

2.3.3 Musikk som kommunikasjon

I en musikkterapeutisk kontekst kan kommunikasjon refereres til som formidling av budskap, der språk, symbolikk, tegn, uttrykk og musikalske koder blir delt mellom to eller flere mennesker (Ruud, 1990). Musikalsk kommunikasjon kan derav ses som en viktig del av samarbeid og samspill, der dette danner grunnlag for gjensidig musikalsk mening (Tønberg & Hauge, 2008). Garred (2000) belyser at dialog *gjennom* og *med* musikk, både innebærer forholdet mellom eksempelvis klient og terapeut, men også mellom subjektet og musikken. Dette belyser hvordan musikkterapi underbygger relasjonell dynamikk omkring det musikalske og det mellommenneskelige i en terapeutisk prosess. Gjennom musikalsk dialog og kommunikasjon kan derav musikken skape grunnlag for å utvikle en mellommenneskelig relasjon, da klient og musikkterapeut er sammen i musikken. Bruscia (2014) påpeker at kommunikasjon i musikk kan gi mulighet for å bringe frem noe som kan være vanskelig å dele via samtale og ord. Kommunikasjon i en musikkterapeutisk kontekst kan derav legge til rette for formidling av følelser, ideer og tanker (Bruscia, 2014).

2.3.4 Musikk som meningsbærende

Pavlicevic (1997, s. 22) belyser ulike perspektiver omkring musikk som meningsbærende. Han påpeker også at det er et skille mellom musikken selv som meningsbærer og musikk som referansepunkt til ikke-musikalske opplevelser, og som dermed gjør musikken meningsfull. Sistnevnte eksemplifiserer hvordan vi mennesker kan tillegge musikken mening, hvor musikken knyttes til bestemte situasjoner og hendelser (Pavlicevic, 1997). Dette belyser viktigheten omkring hvordan og hvilke meninger musikkterapeuter tildeler musikken, da dette kan påvirke klient og terapeutiske prosesser. Musikkterapi vil på den måten nærmest alltid være avhengig av kontekst, som innebærer at musikalsk mening oppstår i en spesiell situasjon mellom eksempelvis terapeut og klient (Ruud, 2008). Der musikk kan tenkes å være meningsbærende poengterer Aigen (1993), at det i musikkterapeutisk arbeid kan oppstå utfordringer knyttet til for eksempel hvilke meninger, følelser eller tanker som dukker opp. Dette indikerer at musikkterapeuten har et ansvar når det angår hensyn, håndtering og ivaretagelse av klienten i musikkterapeutisk praksis (Aigen, 1993).

2.3.5 Terapeutisk låtskriving

Baker (2015) hevder at låtskriving i samarbeid mellom klient og musikkterapeut kan være med på å fremme emosjonelle, kognitive og sosiale behov hos klienten. Låtskriving bygger

oppunder kommunikasjon, der klient får mulighet til å sette ord på ulike prosesser knyttet til eget liv og vise andre sider ved egen identitet. Ifølge Baker (2015) kan en slik musikkterapeutisk metode bidra til å fortelle de historier som ikke har blitt fortalt eller som kan være utfordrende å dele via samtale. Dermed kan låtskriving belyse andre perspektiver, hvor klienten blant annet kan se seg selv og egne livshistorier fra en «utenfra-posisjon». Gjennom tekst og melodi kan derav følelser, tanker eller relasjonell tematikk uttrykkes i en egenkomponert låt. På en annen side knyttes låtskriving til identitetsbegrepet, da slik selvuttrykkelse kan formidle eller vekke nye sider ved et menneske. Låtskriving danner ifølge Baker og Wigram (2005) et godt utgangspunkt for relasjonsbygging, der dette blant annet kan fremme samarbeid mellom klient og terapeut. Nolan (1998) belyser at låtskriving involverer og inviterer til interaksjon, hvor musikken blant annet kan utveksle ubevisste prosesser mellom terapeut og klient. En egenkomponert låt er dermed noe mer en *bare* en låt (Aasgaard & Blichfeldt Ærø, 2016, s. 645). «Within the clinical music-making process there lies a unique form of therapy» skriver Nolan (1998). Låtskriving er derfor noe personlig og meningsbærende, der et unikt språk utvikles og deles mellom klient og terapeut.

2.4 Oppsummering

I dette kapitlet har jeg sett nærmere på ulike teorier knyttet til musikkterapeutisk profesjonsforståelse, samfunnsmusikkterapi, identitetsbegrepet og refleksivitet, og relasjonens betydning i musikkterapi og person-sentrert terapi. Sistnevnte har underoverskrifter som intersubjektivitet, trygghet og tillit, samt terapeutens innstilling for kontakt. Jeg vil i det følgende kapitlet introdusere valg av metode og vitenskapsteoretisk ståsted i lys av studien.

3 Metode

Jeg vil i dette kapittelet presentere metode og metodikk. I metodedelen vil jeg legge frem autoetnografi som metodisk tilnærming, samt begrunne hvorfor dette går godt sammen med studiens forskningsspørsmål. Videre vil jeg se nærmere på innsamling av datamaterialet, som i denne studien vil baseres ut ifra refleksjonsnotat og loggføringer fra egenpraksis. Derav vil jeg presentere fremgangsmåte for analysen, og hvordan datamaterialet er håndtert på bakgrunn av slik prosedyre. Jeg skal nå se nærmere på oppgavens vitenskapsteoretiske ståsted i lys av problemstillingen *Hvordan har jeg som musikkterapistudent erfart å arbeide med en innsatt i fengsel?*

3.1 Vitenskapsteoretisk ståsted

Metodologi omhandler en sammenheng mellom ontologi og epistemologi (Karlsson et al., 2021, s. 33). Ontologi tar for seg hva et fenomen er, mens epistemologi handler om hvordan vi kan få kunnskap om fenomenet (Karlsson et al., 2021). I denne oppgaven innebærer det en forståelse om mennesket og verden, samt hvordan vi eksisterer i den. Hvordan vi ser verden og mennesker henger dermed sammen med hva vi tenker kunnskap er, hvor den kommer fra, hvordan den blir til og deretter videreutvikles. Vårt syn på mennesker og verden kan på bakgrunn av slik tilnærming til kunnskap ses å henge sammen med hva vi tenker og hvorfor vi tenker som vi gjør (Karlsson et al., 2021). Jeg skal nå se nærmere på det vitenskapsfilosofiske aspektet.

3.1.1 Hermeneutikk

Dette prosjektet springer ut ifra et ønske om å oppnå innsikt og forståelse omkring musikkterapeutisk praksis og profesjonsforståelse. Med utgangspunkt i egne opplevelser og erfaringer har jeg som forsker derfor valgt en hermeneutisk tilnærming. Sett fra et vitenskapsfilosofisk ståsted vil hermeneutikken ta utgangspunkt i at antakelser om et fenomen vil ligge til grunn for hvordan kunnskap kommer til syne i en forskningsprosess.

Hermeneutikken vektlegger hvordan det ikke finnes en egentlig sannhet, og at fenomener kan tolkes på flere nivåer (Thagaard, 2018, s. 37). I en hermeneutisk tilnærming til kunnskap kan dermed mening kun forstås på bakgrunn av den sammenhengen vi studerer eller er en del av (Loewy & Paulander, 2016, s. 468). Eksempelvis vil forståelse omkring et annet menneske eller situasjon dannes på bakgrunn av hva som allerede har blitt forstått fra før. Dette er hva Gadamer kaller for *den hermeneutiske spiral* (Andersen, 2005). Det viser til hvordan våre

erfaringer henger sammen med vår forforståelse (Alvesson & Sköldberg, 2017). Svartdal (2020) definerer *fordom* som noe som har med holdninger å gjøre, der manglende kunnskap overfor personer, grupper, ideer eller objekter har en innvirkning på hvordan noe forstås. Dermed kan gjenkjennelse av situasjon eller menneske være med på å påvirke hvordan vi tilegner oss ny kunnskap. Her ser man hvordan møte med nye erfaringer kan bidra til å nyansere hva som tidligere har blitt erfart.

Som følge av oppgavens vitenskapsfilosofiske posisjon kan autoetnografisk metode ses i henhold til dette. Med utgangspunkt i *den hermeneutiske spiral* kan opplevelser og erfaringer fra min praksis ikke ses som generaliserbar kunnskap, men heller et bidrag til å belyse en liten del av et større felt. Det påpeker hvordan ideer som oppstår gjennom tolkning alltid vil hentes fra tidligere tolkninger (Thagaard, 2018). Jeg har benyttet meg av en induktiv forståelsesmodell i denne studien, som vektlegger hvordan empiri har dannet grunnlag for valg av teori i oppgaven (Alvesson & Sköldberg, 2017). Hvordan en forsker argumenterer for sin fortolkning vil derfor kun oppleves som meningsfullt dersom det er sammenheng mellom fenomen og kontekst. Her rettes fokus mot hvordan mennesker interagerer med verden, samt hvordan vi tilegner oss nye former for kunnskap gjennom samspill med andre, det samfunn og den kultur vi er en del av. Det fører videre til sosialkonstruksjonismen.

3.1.2 Sosialkonstruksjonismen

Sosialkonstruksjonismen kan i denne oppgaven forstås som en grunnleggende måte å forstå mennesket på, samt hva som oppfattes som virkelighet (Gergen, 2015). Det bygger videre på hvordan forståelse og tilnærming baseres ut ifra grunnleggende antagelser (Karlsson et al., 2021, s. 22). Hvordan kunnskap forstås vil påvirke hvordan vi tenker og går frem i en forskningsprosess. Sett i sammenheng med et slikt utgangspunkt kan oppgavens vitenskapsteoretiske tilnærming anses som sosialkonstruksjonistisk. Kunnskap er dermed noe som blir til gjennom sosial interaksjon mellom mennesker (Gergen, 2015). Virkelighet konstrueres på den måten i møte mellom mennesker, noe som videre kan betraktes som kunnskap. Dette omhandler at vår forståelse av verden er noe som er formet av og gjennom opplevelser, situasjoner og kommunikasjon med andre. Det belyses også i transaksjonsmodellen, som tar for seg hvordan mennesker påvirkes og utvikles på bakgrunn de systemer vi er del av, både bevisst og ubevisst. *Makrosystemet* blir i transaksjonsmodellen omtalt å favne samfunnsmessige og kulturelle normer og verdisystemer, samt hvordan dette kan ha innvirkning på de andre systemene et menneske er deltaker av (Kvelling, 2012).

Eksempelvis vil jeg som musikkterapistudent i en forskningsprosess indirekte eller direkte blir påvirket av ulike systemer. Som deltaker av samfunn og kultur vil derav min interaksjon med vitenskap, kunnskap og mennesker tenkes å påvirke de erfaringer som trer frem i denne studien. På den måten er ikke erfaring noe som utvikles isolert, og bør derav betraktes som del av en helhet.

Berger og Luckmann (2000) hevder at det er vi mennesker som konstruerer samfunnet, der vi også blir til eller skapes gjennom det samfunn vi er en del av. Det blir særlig tydelig i dette prosjektet. Videre påpekes det at det ikke finnes noen objektiv virkelighet, men at virkelighet dannes mellom mennesker og omverden. Eksempelvis ser en hvordan erfaringer og opplevelser fra min egenpraksis ikke kan si noe om hvordan verden egentlig er, men stå i posisjon til å danne et subjektivt bilde eller en fremstilling av hvordan noe *kan* være. Dermed kan personlige erfaringer, forståelser eller opplevelser tenkes å springe ut ifra en forståelse fra kultur og historie. Sosialkonstruksjonismen forstår virkelighet som sosialt konstruert og utviklet på bakgrunn av språklige og kulturelle faktorer (Gergen & Gergen, 2005). Det belyser hvordan individet selv og den sosiale verden dannes på bakgrunn av språk, samt menneskers relasjoner til hverandre og samfunnet. En slik tankegang kan ifølge min forståelse knyttes til autoetnografisk metodologi og sosialkonstruksjonismen, da disse omhandler hvordan, hva og hvor vi mennesker utvikles eller utformes til å bli til den vi er. Kulturelle og samfunnsmessige holdninger og ideologier kan ses i tråd med utvikling av kunnskap, hvor dette tar oss videre til metodevalg.

3.2 Valg av metode

Wheeler (2005) skriver at den kvalitative forskningstradisjonen har som mål å søke etter forståelse for hvordan mennesker både finner mening og konstruerer egen virkelighet. Bakgrunn for valg av metode i denne studien bunner i en interesse i å forstå og utforske egne opplevelser fra egenpraksis. Med et slikt utgangspunkt ønsker jeg å videreformidle, belyse og reflektere over egne erfaringer i løpet av et musikkterapeutisk praksisforløp med en innsatt i fengsel. For å besvare oppgavens problemstilling best mulig har jeg valgt å anvende autoetnografi som kvalitativ metode. Autoetnografi anses som hensiktsmessig da det i oppgaven rettes fokus mot egne opplevelser, refleksjoner og erfaringer. Dette henger godt sammen med hvordan det i kvalitativ forskning undersøkes fenomener som finner sted i naturlige situasjoner (Wheeler, 2016, s. 131). Da det er et omfattende prosjekt å ta for seg

eksempelvis bruker- eller klientperspektiv i denne studien, har jeg valgt å kun ta utgangspunkt i forskerperspektivet. Vi skal nå se nærmere på autoetnografi.

3.3 Autoetnografi

Autoetnografi er en vitenskapsteoretisk, metodisk og praktisk tilnærming innenfor kvalitativ forskning (Karlsson et al., 2021). Metoden springer ut ifra autobiografi og etnografi, hvor førstnevnte tar utgangspunkt i opplevelsen, mens sistnevnte tar for seg det kulturelle aspektet (Ellis et al., 2011). Begrepet kan deles opp i tre kategorier, der *auto* tar for seg den personlige opplevelsen, *etno* står for kultur/menneske og *grafi* omhandler den vitenskapelige prosessen (Baarts, 2010). En slik metode forstår forskerens erfaringer som en sentral kilde til kunnskap (Karlsson et al., 2021). Autoetnografi er grovt sett delt inn i to kategorier, evokativ og analytisk autoetnografi. Førstnevnte prioriterer biografiske opplevelser og formidler disse gjennom historiefortelling. Her er det liten vekt på teoretisk analyse. Sistnevnte, analytisk autoetnografi, ligger tett opp mot tradisjonell etnografi, hvor det er eksplisitt fokus mot analyse og teori. Jeg velger å plassere denne studien et sted midten av disse. Prosjektet lener seg likevel mer mot den analytiske tilnærmingen i autoetnografi, hvor det teoretiske grunnlaget står i fokus parallelt med mine refleksjoner. Dette eksemplifiserer at det i autoetnografien tillates å vektlegge det kunstneriske og personlige, men også det analytiske og vitenskapelige i en akademisk tekst.

Et av formålene ved autoetnografi er å gi leseren innsikt i forskerens erfaringer (Hunt, 2016). Det som ofte havner i skyggen av akademisk og evidensbasert kunnskap (Karlsson et al., 2021). Autoetnografien plasseres under kritiske tilnærminger i kvalitativ forskning, der fortolkning av et fenomen står sentralt (Wheeler, 2016, s. 133). I dette prosjektet vil slike fenomener blant annet være interaksjon, erfaring og nedskrevne logger. På den måten anerkjenner autoetnografien mine opplevelser som et sosialt fenomen, noe som også kan ses i tråd med sosialkonstruksjonismen (Burr, 2003). Edwards (2021) hevder at autoetnografisk forskningstilnærming søker å utdype forståelsen av kultur og mellommenneskelig dynamikk. Dette handler om flere, og nokså komplekse, dimensjoner (Edwards, 2021). Eksempelvis kan samfunn og kultur komme til uttrykk gjennom mine personlige erfaringer og forståelser. Det kan ses i sammenheng med *den hermeneutiske spiral*, da det nærmest er uunngåelig å møte teori eller praksis uavhengig av forforståelse eller en fortolkende posisjon (Thagaard, 2018).

Ellis (2004) hevder at autoetnografisk forskningstilnærming søker å beskrive og systematisk analysere personlige opplevelser for å utvikle forståelse og ny kunnskap. Det viser til hvordan forskeren undersøker seg selv i forhold til en kontekst (Ellis, 2004). Forskerens stemme vil derfor komme til uttrykk som deltaker av samfunn, kultur og historie. Dette stemmer godt overens med samfunnsmusikkterapien, hvor deltakelse står sentralt (Stige & Aarø, 2012). Bochner (2017, s. 76) hevder at fordi mennesker er relasjonelle vesener vil også personlige historier fra et selv dannes ut ifra de relasjoner vi har til andre. Det kan ses i tråd med Ruud (2013) som påpeker at identitet dannes i møte med andre.

Hvordan vi tenker om kunnskap og kunnskapsutvikling er sentralt i autoetnografien. En vesentlig målsetting i autoetnografien er å utfordre forståelser av kunnskap eller ulikepraksiser. Det omfavner kunnskapsutvikling som noe som trer utover tradisjonelle evidensbaserte rammer innenfor akademia (Karlsson et al., 2021). I en forskningsprosess kan derfor autoetnografi vektlegge forskerens eget bidrag til samspill i en musikkterapeutisk kontekst. De subjektive fortellinger og erfaringer som bæres med inn i musikkterapeutiske møter, kan være med på å utforske et kulturelt fenomen fra et annet ståsted. Her menes det blant annet at autoetnografisk metode kan belyse at samfunn og kultur kommer til uttrykk gjennom forskerens subjektive historier (Adams et al., 2015). På den måten kan forskning ses fra et annet perspektiv. Eksempelvis har jeg i studien valgt å behandle egne logger fremfor å gjøre en kvalitativ intervjuundersøkelse av den andre (Kvale & Brinkmann, 2015). Jeg forstår det som at loggføring kan bidra til å fremme bevisstgjørelse hos musikkterapeuten. Delvin (2018, s. 243) påpeker at dialog med seg selv i fortid, nåtid og under en refleksjonsseanse er viktig i terapeutiske yrker. På bakgrunn av autoetnografi vil derfor erfaringer ses som nyttig både for meg som musikkterapistudent, men også for musikkterapi som fagfelt.

Forståelsen omkring kunnskapsutvikling og forskerrollen handler om hvordan vi forstår kunnskap, hvor den kommer fra og hvilke funksjoner den skal ha (Karlsson et al., 2021). Det underbygger hvordan vi gjennom interaksjon med andre på ulike arenaer hele tiden har med oss tidligere erfaringer og oppfatninger av verden. Andersen (2005, s. 132) beskriver dette som en slags forutinntatthet. Han mener at forutinntatthet har stor innvirkning på hva eller hvordan vi beskriver, oppfatter eller opplever mennesker eller situasjoner. Eksempelvis vil de erfaringer som kommer til syne i denne studien baseres ut ifra min forforståelse. Kunnskap står derav i skyggen av ny kunnskap, hvor menneskers grunnleggende antakelser og vaner ses som byggesteiner idet vi opplever og erfarer noe nytt (Karlsson et al., 2021).

3.3.1 Erfaringsbasert kunnskap

Autoetnografisk metode bygger oppunder subjektive beskrivelser fra et forskerperspektiv (Karlsson et al., 2021). Gjennom formidling av opplevelser og erfaringer i det sosiale rom kan det skapes og videreutvikles ny mening og kunnskap. På den måten kan mine erfaringer fra praksis bidra til å bygge bro mellom teori og praksis, hvor videre slike subjektive erfaringer kan føre til økt innsikt og forståelse omkring et fenomen (Karlsson et al., 2021, s. 42).

Erfaring defineres som en fellesbetegnelse for hvordan mennesker tilegner seg informasjon gjennom handling og sansing (Holmen, 2021). Erfaringsbasert kunnskap innebærer å få kjennskap til, lære å kjenne, samt utforske og undersøke et fenomen (Karlsson et al., 2021). Eksempelvis kan det handle om hvordan det er å være mennesket i livet, samt kunnskap om de situasjoner, kontekster eller prosesser en person befinner seg i. I denne studien forstår jeg det som at opplevelse som reflekteres over blir til erfaring. Anderson (2001) påpeker at virkelighet og kunnskap kun baseres ut fra hvordan *jeg* opplever og oppfatter verden i *dette* øyeblikket. Her kan blant annet integrering av forskerstemmen i autoetnografisk metode utvikle ny kunnskap og belyse eventuelle brudd i forskning. På den måten kan nye forskningsspørsmål finne sted som igjen kan bidra til ny forståelse og kunnskapsutvikling.

3.3.2 Hvorfor autoetnografi?

Autoetnografi som metode kan utfordre, bidra til eller utvide forskning og teori som allerede eksisterer (Karlsson et al., 2021, s. 27). Sett fra et vitenskapsfilosofisk ståsted kan en slik tilnærming til kunnskap ses i tråd med *den hermeneutiske spiral* (Anderson, 2005).

Læringsmålene for praksis ved musikkterapiutdanningen påpeker at studenten *viser og formidler et reflektert, kritisk og konstruktivt forhold til musikkterapeutrollen og musikkterapeutisk arbeid og kan anvende kunnskap fra praksis til å utvide sitt musikkterapeutiske perspektiv* (Forskrift om studiene ved Norges musikkhøgskole, 2020, §13). Slik jeg forstår det vil denne studien derav bidra til å formilde mine opplevelser som musikkterapistudent i praksis, og samtidig se disse i tråd med læringsmålene. Videre kan dette bidra til å danne et bilde over hva og hvordan en musikkterapeutisk praksis *kan* være.

Autoetnografien retter fokus mot de historier som ellers ikke blir fortalt (Ellis, 2004). Videre kan dette bidra til å utvikle en mer nyansert kunnskap. I stede for å være uanfektete analytikere av fakta, skriver Aigen (2015, s. 12), at forskere er lidenskapelige talsmenn for

spesielle teorier. Det påpeker hvordan forskning i stor grad påvirkes av forskeren på en eller annen måte. Slik jeg forstår Aigen (2015) vil derfor forskerens forpliktelse til teori sterkt påvirke hvordan fakta tolkes. På en annen side kan autoetnografi som metode bidra til å viderefremme bevissthet omkring roller, rammer og relasjon i musikkterapeutisk praksis (Bruscia, 2014). Autoetnografi kan forstås å benytte subjektive erfaringer til å analysere og belyse sosiale, kulturelle og historiske forhold (Karlsson et al., 2021). På den måten blir forskerstemmen en kanal for å belyse samfunnsmessige og kulturelle temaer (Stige & Ledger, 2016, s. 409). Det kan ses som parallell til begrepene *internalisering*, *eksternalisering* og *objektivering*.

Ifølge Berger og Luckmann (2000) blir individet til i møte med samfunn, og samfunn blir til igjennom individet. Samfunnet er på den måten i kontinuerlig endring, fordi vi mennesker overfører, forandrer og tillegger oss kunnskap gjennom interaksjon. Det handler om hvordan virkelighet skapes av mennesker. Jeg forstår erfaring og opplevelse som tett knyttet opp til en slik forståelse. Som en videreføring av Berger og Luckmanns (2000) teori vil derfor de erfaringer som trer frem i løpet av min praksis anses å utformes på bakgrunn av noe som allerede er *internalisert* via kultur, historie og samfunn. Kunnskap blir på den måten noe som er forankret i oss, og vil dermed være med på å påvirke hvordan og hva vi opplever og erfarer. *Objektivering* er, ifølge Berger og Luckmann (2000), når det menneskeskapte fremstår som objektivt eksisterende. Det kan ses i tråd med autoetnografi og refleksivitet, da forskeren gjennom subjektive erfaringer står i posisjon til å utfordre det allerede eksisterende (Hunt, 2016). Her kan autoetnografisk metode bidra til å fornye, utfordre og utvikle *legitimert* kunnskap eller virkelighet. *Legitimering* kan forstås som en forklaring eller rettferdiggjøring av den objektive virkeligheten (Berger & Luckmann, 2000).

Autoetnografi som metode kan underbygge endring av mening, forståelse og innhold (Karlsson et al., 2021). Samtidig kan metoden være vanskelig å definere, fordi det finnes ulike former, anvendelser og tilnærminger av den (Shaw, 2019). Et felles kjennetegn for autoetnografi kan likevel tenkes å sentrere seg rundt personlige erfaringer og se disse i lys av kulturelle betydninger. I musikkterapien vil en slik metodisk tilnærming anses som verdifull, da musikkterapeuter som regel befinner seg i sosiale og kulturelle kontekster (Stige, 2005). På den måten kan en autoetnografisk studie være med på å skape en dypere forståelse omkring profesjonsrolle, praksis og metodisk tilnærming i musikkterapien.

3.3.3 Autoetnografi på bakgrunn av prosjektet

Ellis (2004) bemerker hvordan forskning gjennom autoetnografisk tilnærming søker å beskrive og systematisk analysere personlige opplevelser for å utvikle forståelse og ny kunnskap. Dette underbygger at forskeren undersøker seg selv i forhold til en situasjon (Ellis, 2004). Barry og O'Callaghan (2008) påpeker at refleksivitet hos musikkterapeuten er viktig i klinisk arbeid. Gjennom autoetnografisk metode kan derav refleksiv loggføring tenkes å tilegne det musikkterapeutiske fagfelt ny kunnskap ved at jeg som musikkterapistudent viderefremmer mine erfaringer. På den måten vil mine erfaringer omkring musikkterapeutisk praksis være et resultat av hvordan samfunn, historie og kultur kommer til uttrykk gjennom meg som musikkterapistudent. Ellis (2004) hevder at autoetnografien både er konstruert og konstruerende.

Autoetnografi som forskningsmetode gir mulighet for å forstå og formidle erfaringer innenfor kontekstuelle og kulturelle rammer (Karlsson et al., 2021). Som en del av musikkterapeutisk virke kan det tenkes å være både nødvendig og interessant å forstå de erfaringer og opplevelser som trer frem hos forskeren selv gjennom et praksisforløp. Ifølge Kvale og Brinkmann (2015) forventes det at forskeren redegjør for egen forforståelse, samt hvordan forskerens deltakelse har betydning for forskningsresultatet. Til tross for at studien kun baseres ut fra hvordan *jeg* som musikkterapistudent opplever og oppfatter noe under praksis i en gitt kontekst, kan det likevel slike erfaringer si noe om hvordan det er å være i musikkterapeutisk praksis. I autoetnografien vurderes forskningskvaliteten ut ifra forskerens refleksivitet og åpenhet (Ellis, 2004). Dette eksemplifiserer hvordan leseren må oppleve teksten som troverdig eller kjenne seg igjen i det som blir formidlet. Edwards (2015) skriver at autoetnografi som metodisk tilnærming i musikkterapi kan bidra til å se egen praksis på nye måter. Videre kan metoden bidra til å belyse eventuelle forskjeller og likheter mellom teori og praksis, og hvordan dette kommer til uttrykk gjennom min forskerstemme (Karlsson et al., 2021).

Ruud (2013) skriver om hvordan musikk er knyttet til identitetsbegrepet. Mens Bonde (2011) påpeker hvordan musikk kan vekke følelser og stemninger. Som student, nyutdannet eller kanskje til og med som den mest erfarne, anser jeg det som viktig å hele tiden være bevisst omkring egen profesjonsrolle og arbeid. Slik jeg forstår det er dette en kontinuerlig prosess, der man som musikkterapeut bør være bevisst når man jobber med mennesker. Her rettes det fokus mot refleksivitet, som anses å være et viktig element i terapeutiske yrker (Andersen,

2005). Slik jeg forstår det underbygger egne erfaringer og opplevelser en bevisstgjørelse som videre kan bidra til å forstå praksis på bakgrunn av kunnskap. I tråd med *den hermeneutiske spiral* kan eksempelvis forforståelse og fordommer komme til uttrykk gjennom autoetnografisk metode. Her kan autoetnografi bidra til å se musikkterapien fra mitt perspektiv som musikkterapistudent.

I tråd med metodevalg i denne studien kan dette knyttes til hvordan mennesker formes på bakgrunn av kultur og samfunn. Musikkterapeutens erfaringer anses å være grunnleggende når det angår vurdering, behandling og evaluering av en gitt situasjon (Trondalen & Bonde, 2012, s. 41). Trondalen (2007) retter i sin tekst et blikk mot gyldne øyeblikk i musikkterapeutisk teori og praksis, samt hvilke meninger musikken kan ha og dens effekt. En intramusikalsk relasjon bygger oppunder samspill og samhandling mellom klient, musikk og terapeut, som bidrar til å rette et fokus mot viktigheten omkring kommunikasjon i musikkterapi (Bonde, 2014). På den måten kan autoetnografi være videreformidle musikkterapeutisk praksis og se forskning fra et annet perspektiv.

3.4 Datamateriale

Datamaterialet for oppgaven består av personlige erfaringer og musikalske møter nedtegnet gjennom loggføring fra praksis. Her vil det legges vekt på refleksivitet hos meg som musikkterapeut, som videre vil knyttes til relevant teori og litteratur. Grunnlaget for oppgavens empiri tar derfor utgangspunkt i egne refleksjonsnotat og personlige logger fra egenpraksis. Til tross for at det i denne studien tar utgangspunkt i mine erfaringer som musikkterapistudent, kan dette tenkes å ha overføringsverdi når det angår musikkterapeutisk praksis og kunnskap. Dette kan ses som en måte å kanalisere musikkterapeutens profesjonsrolle fra et av flere perspektiv. Musikk er for flere mennesker noe personlig, hvor en sang anses å være meningsbærende og være tilknyttet opplevelser og erfaringer (Tuastad & O'Grady, 2013, s. 225). Bruscia (2005) belyser at refleksjon eller egenobservasjon fra forskeren selv kan danne grunnlag for datamateriale i en forskningsprosess. Som en motsetning til å undersøke forskerperspektivet isolert, ønsker jeg å se nærmere på forskeren i et samspill opp mot et bestemt miljø.

I tråd med DeNora (2016) kan tanken om at musikk alltid er noe mer enn bare musikk være med på å underbygge mine forskningsprosesser, da menneskers opplevelser som bærere,

brukere eller mottakere av den er helt individuelle (DeNora, 2016). Videre belyses det i hennes tekst at det som skjer i mennesker blir i ulike situasjoner preget av tidligere erfaringer og livshistorier (DeNora, 2016). Dette er noe av det som kan komme til uttrykk ved å anvende en autoetnografisk metode i denne studien. Gjennom autoetnografisk tilnærming kan mine erfaringer si noe om hvordan det er å være musikkterapeut uten å påberope meg ansvar for at dette er generaliserbare påstander eller kunnskap. De subjektive fortellinger og historier som kan komme til syne gjennom autoetografien kan være med på å belyse ulike konsekvenser og fortelle noe om hvilken nytte den har (Villje, 2018). Autoetnografi er en utforskning av egne forståelser og kan bidra til å fortelle de historier som ikke blir fortalt, og dermed utvide og muliggjøre framtidige forskningsspørsmål. Det vil videre presenteres prosedyre for analyse av datamaterialet, samt hvordan dette er håndtert.

3.5 Valg av analyseprosedyre

De refleksive loggføringene fra min egen praksis har blitt analysert gjennom Braun og Clarke (2006) sin sekstrinns-modell for tematisk analyse. Punktene har blitt oversatt til norsk av Helga Eggebø (2019). Dette underbygger en sirkulær forskningsprosess, hvor forskeren beveger seg mellom disse trinnene. Jeg vil under presentere modellen i henhold til egne prosedyrevalg:

1) Bli kjent med loggene

Trinn en av analysen handlet om å bli kjent med datamaterialet og lese igjennom de refleksive loggene flere ganger. Videre noterte jeg de idéer som oppsto underveis og som virket interessante. På bakgrunn av at jeg både har skrevet ned og analysert egne logger var det noe utfordrende å lese dette med «blanke» øyne. Her forsøkte jeg så godt det lot seg gjøre, å ikke tematisere eller kategorisere de tanker som dukket opp.

2) De første kodene

Etter flere gjennomlesninger markerte jeg det jeg mente skilte seg ut. Jeg skrev ut loggene på papir og brukte ulike fargekoding for å få en oversikt over hva som kunne være interessant å analysere videre. Også her forsøkte jeg å ikke fokusere på tematikk. Denne delen av prosedyren var noe krevende da det var mange ulike koder som kom til syne, hvor dette belyser hvordan datamaterialet mitt både er omfavnende og variert.

3) På leting etter tema

Dette steget omhandler å se etter temaer. Her gikk jeg gjennom de tingene som stakk seg ut og som kunne være relevant for oppgavens problemstilling. Videre samlet jeg kodene, samt datamateriale under ulike aktuelle temaer.

4) Gjennomgang av tema

I denne delen forsøkte jeg å skape et overblikk over temaene, samt om disse kan ses i tråd med de fargekodene jeg har samlet inn. Her gikk jeg nøye gjennom utvalgt sitater fra loggene for å videre se om disse passet til de temaer og undertemaer jeg hadde endt opp med. Dette trinnet omhandler å få en tydeligere oversikt over tematikken og ulike kategorier som kunne være med på å svare på problemstillingen.

5) Navngi temaene

Dette punktet omfatter å sette navn på de ulike temaene. Denne prosessen tok mye tid, og jeg gikk gjennom trinn 3, 4 og 5 flere ganger før jeg til slutt satt igjen med de endelige temaene for oppgaven. Etter nøyaktig og kritisk gjennomgang av de ulike temaene har jeg endt opp med to hovedtemaer *Profesjonsforståelse, samarbeid i musikkterapi og relasjon og kommunikasjon i musikkterapi*

6) Siste steg

I lys av Braun og Clarke (2006) består siste del av å skrive rapporten basert på de ulike funnene og temaene trer frem gjennom tematisk analyse. I dette tilfellet vil en slik rapport være min masteroppgave, der jeg vil presentere resultatene og drøfte disse senere i oppgaven.

3.6 Refleksjoner: metode og kritikk

På bakgrunn av en hermeneutisk innfallsvinkel er jeg som forsker bevisst omkring bruk av egne erfaringer i oppgaven. Som allerede nevnt kan refleksjonsnotat og loggføring underbygge innsikt omkring eget arbeid. Slike prosesser kan ses som metode for å skape en dypere forståelse for musikkterapeutisk praksis. Når det angår bruk av loggføringer som datamateriale i oppgaven, vil dette tolkes på grunnlag av noe som allerede er fortolket. Til tross for at autoetnografisk perspektiv tar utgangspunkt i forskerens erfaringer som resultat av kultur og historie, kan metoden kritiseres for å ikke danne sikker kunnskap. Likevel kan en

slik tilnærming generere i erfaringer som kan vekke nye forståelser omkring et fenomen (Ellis, 2004). Dette kan ses som en avgrensning av oppgavens omfang og funn. Valg av metode kan ses å avgrense oppgaven, da jeg kun tar utgangspunkt i forskerperspektivet.

På bakgrunn av at mennesker og samfunn er i stadig endring, er det derav utfordrende å avdekke noe bestemt i en forskningsprosess. Hvordan og hva mennesker erfarer og opplever kan betraktes som et resultat av kultur og sosiale strukturer. Med et slikt teoretisk bakteppe kan dermed autoetnografisk metode anses å betrakte subjektive erfaringer og opplevelser, hvor disse kan tenkes å være en del av en større helhet. Likevel kan dette kritiseres, da kun et perspektiv av et større felt blir belyst. På bakgrunn av denne oppgaven kan erfaring ikke betraktes som noe isolert, men som noe som har blitt og blir utviklet gjennom tid og sted. Videre kan erfaringer ses å bidra til å belyse et kulturelt eller samfunnsmessig perspektiv, og derav utvikle ny kunnskap og forståelse. Som en motsetning til dette kan autoetnografi som metode inneha svakheter når det angår objektive funn, da datamaterialet både har blitt skrevet og analysert av meg. Jeg vil i oppgaven behandle loggene under ett. Det betyr at referanse med nummer eller bokstav ikke vil bli lagt frem. Dette er et bevisst valg med tanke på å unngå direkte eller indirekte mulighet for gjenkjenning knyttet til de ulike dagene i praksis, og dermed indirekte til den innsatte.

3.6.1 Metodiske overveielser

Autoetnografi kan i lys av denne oppgaven anses som en studie som ser forskeren i en større sammenheng. På den måten er ikke målet i en autoetnografisk studie å fremme generaliserbar kunnskap, men å utfordre pragmatiske holdninger som eksempelvis skillet mellom forsker og forskningsobjekt (Sælør, Klevan & Sundet, 2021). Når det angår generaliserbarhet, validitet og reliabilitet påpeker Ellis og Adams (2014) at dette kan betraktes på andre måter i autoetnografien. Eksempelvis kan validitet i en autoetnografisk studie basere seg på leserens troverdighet overfor det som blir presentert. Reliabilitet i kvalitativ forskning styrkes ved at studien gjøres transparent (Thagaard, 2018). Det betyr at det under en forskningsprosess redegjøres for valg og refleksjoner. Dette belyser hvordan denne studien ikke etterstreber målet om generaliserbar kunnskap, men ønsket om å presentere troverdige erfaringer fra egenpraksis. Det påpeker hvordan etterprøvbarehet i denne studien ikke vil være relevant på lik linje med andre studier innen tradisjonell forskning. Videre kan tekstens evne til å treffe leseren bygge oppunder generaliserbarhet, da vedkommende kan kjenne seg igjen i det som blir skrevet om. Dersom slike kriterier oppfylles, kan en autoetnografisk studie anses som

legitim. Det kan ses i lys av Berger og Luckmanns (2000) teori omkring legitimering, da dette underbygger forklaring og rettferdiggjøring av en objektiv virkelighet. Dersom leseren kan relatere seg til, føler gjenkjennelse eller troverdighet overfor hva som blir presentert, kan dette eksemplifisere hvordan leser og tekst har en felles forståelse.

3.6.2 Etikk

Jeg har i denne studien valgt å ta utgangspunkt i loggføring som datamaterialet for oppgaven. Dette belyser hvordan jeg som praksisstudent er i forgrunnen, hvorav den innsatte er i bakgrunnen. Det har vært et uttalt ønske å ha en etisk refleksivitet i møte med praksisklienten (den innsatte). Refleksiv handling er i lys av denne studien tett knyttet til etikk, da slik eksponering kan forstås som en sårbar situasjon. Egen refleksivitet kan indirekte ses å gi føringer til klienten i praksis. Villje (2018) påpeker at autoetnografi i seg selv er en etisk praksis. Mens Dileo (2000) hevder at etiske problemstillinger i kvalitativ forskning eksempelvis omhandler skillet mellom rollen som musikkterapeut og forsker. Jeg har forholdt meg til etiske forskningsnormer, hvor jeg i oppgaven vil være tro til meg selv, opplevelsen, og de den berører (Ellis, 2004).

Når det angår personvern, vil det i denne studien kun tas utgangspunkt i mine erfaringer. Jeg har hatt telefonisk kontakt med Norges samfunnsvitenskapelige datatjeneste (NSD, 24. januar 2022) og ble informert om at prosjektet ikke var meldepliktig, da jeg *kun* skal skrive om og benytte meg av egne opplevelser som en del av en forskningsprosess. Til tross for at studien ikke er meldepliktig vil jeg likevel belyse at etiske problemstillinger blir tatt hensyn til. Dette på bakgrunn av at jeg skriver om egne erfaringer knyttet til en bestemt kontekst. Jeg vil med dette spesifisere at loggføringen fokuserer på refleksivitet, altså tanker omkring mitt arbeid og min praksis, hvor jeg ser noe fra mitt perspektiv som musikkterapistudent.

Tolich (2010, s. 1608) stiller seg kritisk til det etiske aspektet omkring autoetnografi og skriver følgende «The self might be the focus of research, but the self is porous, leaking to the other without due ethical consideration». Dette belyser blant annet hvordan en autoetnografisk studie i dette tilfellet kan ha innvirkning på eller påvirke egenpraksis og mitt musikkterapeutiske arbeid som student. Hva som beskrives og hvordan det formidles vil i denne teksten være nøye gjennomarbeidet. Da jeg i prosjektet undersøker egne erfaringer i en egenpraksis vil likevel prinsipper omkring taushetsplikt, anonymitet og konfidensialitet være gjeldende. Det har blitt tydeliggjort i kontrakt mellom Norges musikkhøgskole og fengslet.

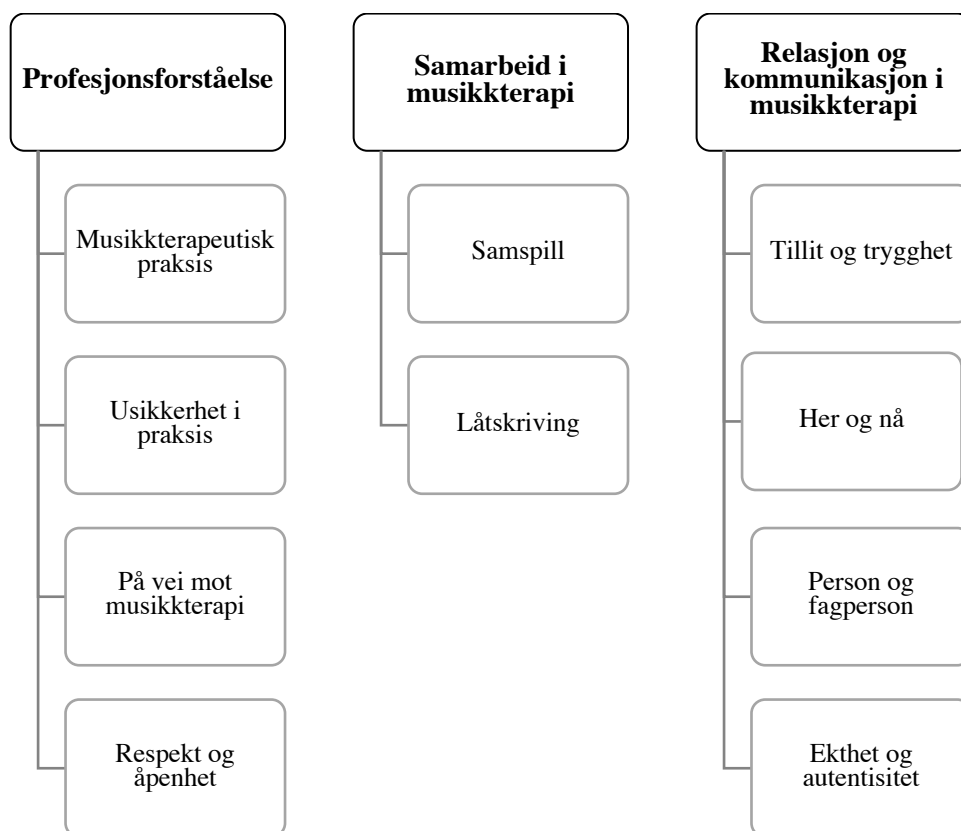
Jeg ønsker likevel å presisere at jeg ikke vil behandle direkte eller indirekte personopplysninger. I tillegg vil jeg bemerke at den innsatte, kontaktperson og veileder i min praksisplass har blitt informert om og samtykker til denne studien.

3.7 Oppsummering

Det har i foregående kapittel blitt redegjort for bakgrunn og valg av metode, samt hvorfor og hvordan autoetnografi går godt sammen med oppgavens forskningsspørsmål. Jeg har lagt frem analyseprosedyre og begrunnet innsamling av datamaterialet. Videre vil det rettes fokus mot resultatkapittel hvor jeg skal presentere funnene fra den tematiske analysen.

4 Resultater

Som tidligere nevnt har jeg gjort en tematisk analyse av loggene. Disse har blitt skrevet underveis og i forbindelse med praksisforløpet, og kan derfor ikke alltid knyttes direkte til en spesifisert dato. Der imot er de knyttet til temaene som ble tydelig gjennom analysen. Jeg ønsker også å presisere at noen av utdragene sier noe om prosessen som helhet og ikke enkelthendelser. Fjernet materiale markeres med (...). Under følger utdrag som knyttes til hovedtemaene: *Profesjonsforståelse, samarbeid i musikkterapi, og relasjon og kommunikasjon i musikkterapi.*



4.1 Profesjonsforståelse

Hvordan man forstår musikkterapi-profesjon som yrke og praksis er noe som gjenspeiler seg i loggene. Undertemaer som *Musikkterapeutisk praksis, usikkerhet i praksis, på vei mot musikkterapi og respekt og åpenhet* vil bli presentert under denne overskriften.

4.1.1 Musikkterapeutisk praksis

Loggene viser til refleksjoner rundt hva musikkterapeutisk praksis omhandler.

I dette utdraget reflekteres det over hvordan man skal møte musikkterapeutisk praksis uten tilstrekkelig erfaring:

Der står jeg. En forsiktig og uerfaren musikkterapistudent som skal ha egenpraksis alene for første gang. I fengsel. Om jeg var usikker? Ja. Om jeg var spent? Ja. Jeg gikk mange runder med meg selv før jeg bestemte meg for å gjennomføre denne praksisen. Mest fordi jeg ikke visste om jeg hadde god nok eller tilstrekkelig kompetanse. Erfaring hadde jeg i hvert fall lite av. Usikker var jeg på hvordan jeg ville håndtere å faktisk hjelpe et annet menneske, parallelt med å skulle møte meg selv (i døra) både som profesjonsutøver og som person. Også var det fordommene da. Heldigvis for min del, var musikken fordomsfri. Tvert imot fortalte den historier som utfordret min forforståelse. Var det kanskje ikke oss og dem likevel?

En annen gang reflekteres det over når man egentlig er kvalifisert nok:

Jeg tenker at man blir ikke terapeut når man er ferdig utdanna, man blir det gjennom livet – gjennom erfaringer. Det er en kunst altså – hvordan er man terapeutmenneske?

Her forstås samarbeid som en viktig del av musikkterapeutisk praksis:

Jeg tror musikkterapi, som mange andre terapiformer, handler om samarbeid.

Samtidig viser dette til en bevissthet knyttet til hva musikkterapeutisk praksis angår:

(...) hadde vi ikke jobbet med musikk tenker jeg dette ville vært langt utenfor mine evner og kompetanseområder.

Her reflekteres det videre over kompetanser innenfor musikkterapeutisk praksis:

(...) all teori jeg har lest om ulike terapiformer. Hvor viktig det er å evne å sette seg inn i hvordan den andre har det eller det å klare å se noe fra omtrentlig samme perspektiv. Det er for meg nærmest umulig i denne konteksten. Og det skriver jeg med ydmykhet. Jeg har ingen anelse og vil aldri klare å sette meg inn i dette på den måten. (...) hadde vi ikke jobbet med musikkterapi tenker jeg dette ville vært langt utenfor mine evner og kompetanseområde.

Identitetsbegrepet trer frem i forståelsen av musikkterapi i egenpraksis:

Jeg lærer mye i denne prosessen. Både om musikk, om terapi og om meg selv. En eneste stor dannelsesreise.

Dette påpeker at musikkterapeutisk kompetanse blir opparbeidet gjennom erfaring:

Man kan i alle fall ikke lese seg opp til å bli musikkterapeut, det er noe som må gjøres og som er en levende, kontinuerlig prosess.

4.1.2 Usikkerhet i praksis

Her viser utdragene hvordan usikkerhet i praksis kan prege meg og musikkterapien.

Usikkerheten har vært en sentral følelse i meg som musikkterapistudent, men har også utviklet seg over tid:

Tanken på å ikke helt vite hva jeg går til gjør meg usikker. Ulike spørsmål står i en endeløs kø og akkurat nå kjennes det ut som jeg ikke har svar på noen av dem.

(...) det var som at det gikk opp for meg at jeg var i fengsel – på en helt annen måte enn tidligere. En klaustrofobisk følelse. Det gjorde meg nervøs og usikker.

Jeg tror jeg vil bytte ut ordet «usikker» med «ikke-vitende». Det er jeg jo i aller høyeste grad i denne konteksten. Egentlig er man det i et hvert møte med mennesker.

Videre påpekes usikkerhet omkring balansegangen mellom person og fagperson:

Jeg er ofte redd for å trække feil, for å utsette meg selv eller den andre for noe jeg ikke klarer å reparere igjen. Usikker omkring det å være for personlig eller for upersonlig. Jeg forstår ikke helt hvorfor. Det er jo bare å være et medmenneske?

Usikkerheten ble håndtert på en annen måte etter hvert som jeg fikk mer erfaring:

Usikkerheten melder seg fortsatt, men ikke like ofte. Jeg håndterer den på en annen måte. Det er som at jeg snakker med den og sier «Der er du igjen. Jeg ser deg, men vi må nesten snakkes senere». Det hjelper, uansett hvor sprøtt det høres ut.

Jeg har stått så mye i usikkerhet at jeg har lært meg å håndtere den. På den måten er jeg mer til stede og gjør det jeg faktisk er her for å gjøre. Nå har jeg plass til musikkterapi.

Og så om hvordan usikkerhet kan stå i veien for musikkterapien:

Det er menneskelig å være nervøs når man går nye og ukjente opplevelser i møte. Jeg vet jo det. Noe annet ville vært unaturlig.

Her kommer usikkerhet omkring profesjonsrolle og eget arbeid til syne:

Denne usikkerheten romsterer i tankene mine, jeg tror ikke jeg kan nok om musikkterapi og jeg merker at det påvirker meg.

Her reflekteres det over usikkerhet som noe menneskelig:

Og jeg tror at det er fint at dette (usikkerheten) får skinne igjennom «musikkterapidrakta» – om den finnes i det hele tatt.

Usikkerheten viste seg fra en annen side i dette utdraget:

Det var som at jeg latet som. Jeg skjøv det under teppet som ikke var der og spurte om hvilken sang vi skulle fortsette med.

4.1.3 På vei mot musikkterapi

Under min praksis erfarte jeg hvordan det å bli musikkterapeut er en dynamisk prosess.

Å finne seg til rette i musikkterapeutisk profesjon blir her eksemplifisert som en prosess:

Jeg tenker på musikkterapeutisk praksis. Enkelte ganger må man bare stoppe opp og stå i det. Det er på veien man lærer. Det har jeg nå fått erfare opp til flere ganger.

Her ser man hvordan det å bli musikkterapeut er en prosess som skjer over tid:

Forventningene til meg selv som musikkterapeut står på rekke og rad. Samtidig forsøker jeg å minne meg selv på å tilføye student bak dette ordet. Jeg er jo tross alt en musikkterapistudent som befinner seg i helt nye læringsprosesser. Tankene spinner mellom alt jeg må huske og alt jeg (ikke) kan. Hva jeg kan eller skal forvente meg i denne praksisen forsøker jeg å møte med åpenhet. Nettopp fordi jeg ikke vet hva jeg kan forvente meg.

Det utspiller seg også i dette sitatet:

Det jeg prøver å skrive er at, tross for at jeg ikke vet med sikkerhet hvordan jeg vil reagere eller håndtere noe, så er jeg tryggere.

Videre sammenligner jeg det å bli musikkterapeut som en fysisk krevende tur:

Det er som å gå Kilimanjaro. Man vet ikke helt hva man går til i forkant. Så begynner turen. Man går et stykke, stopper opp for å slå leir og for å akklimatisere før man fortsetter videre – på vei mot toppen. Noen dager treffer høydesjuken deg såpass at det virker umulig å i det hele tatt gjennomføre. Mens andre dager akklimatiseres kroppen, og det hele blir en god opplevelse. Jeg tror det i en viss grad kan overføres til det å bli musikkterapeut. Noen ganger kan det være hendig med en pustepause for å hente seg inn igjen.

Egenvurdering har bidratt til ny forståelse:

Jeg har blitt god på akklimatisering syns jeg. Jeg håndterer det å ikke vite på en helt annen måte nå enn før.

Også her sier jeg noe om veien mot musikkterapi:

Jeg har blitt tydeligere overfor meg selv, og da gjelder kanskje det også overfor musikkterapien og den andre? Nå vet jeg hvordan jeg kan utøve musikkterapi, og hva som går utover mine kompetanser.

Det ukjente kan likevel være krevende fordi man ikke har nok erfaring:

Jeg kan mye om musikk og har lært mye om musikkterapi. Likevel er det første gang jeg skal ta i bruk dette i en slik kontekst.

Jeg kjenner det er ganske slitsomt hvis det er sånn her det er å være musikkterapeut. For det er liksom ikke bare noen humper i veien. Hver gang jeg tenker at jeg er på god vei, så er det som om jeg må gå ti skritt tilbake.

Jeg har gjennom ulike praksiser følt på å ikke strekke til, ikke være god nok og ikke mestre noe jeg absolutt føler jeg bør mestre.

Likevel kommer dette til syne hvor jeg ser at jeg har lært så mye:

Denne praksisen har lært meg så mye på så mange ulike plan. (...) om hvordan *jeg* er musikkterapeut. Jeg har et håp om at det ikke bare er jeg som sitter igjen med nyttige, gode og viktige erfaringer.

4.1.4 Respekt og åpenhet

Respekt og åpenhet anses som avgjørende i møte med mennesker i musikkterapi.

Her ser man hvordan musikkterapeutens holdning kan virke inn på musikkterapien:

Jeg anser både respekt og åpenhet som viktig i enhver terapeutisk kontekst på bakgrunn av at man aldri med sikkerhet kan vite hva man har i møte. Det handler om respekt for andre mennesker.

Respekt overfor mennesker og musikalske prosesser kommer til uttrykk i dette sitatet:

For min del handler det om respekt og om det å være ydmyk. Man vet aldri hvordan eller hva musikken treffer i oss.

4.2 Samarbeid i musikkterapi

Samarbeid i musikkterapi er noe som har vært et gjentakende tema i refleksjonsnotatene. Her vil følgende undertemaer bli presenter som *samarbeid*, *samspill* og *låtskriving*.

4.2.1 Samarbeid

I loggene fremstår samarbeid som en viktig del av musikkterapeutisk praksis.

I dette sitatet belyses hvordan tankerekker kan forstyrre musikkterapeutens opplevelse av samarbeidet:

Dagen begynte bra, vi spilte gjennom noen låter, snakket litt og var i en god driv. Helt til en tanke plutselig dukket opp og avbryter min tilstedeværelse i rommet. «Hvor er musikkterapien?», «modig», «fengsel», «rammer» «innsatt», «pass på», «risiko», «er dette musikkterapi?». Der sto de, som blinkende advarsler i tankerekkene mine. De skapte et brudd og forstyrret prosessen som en helhet.

Her poengteres det at samarbeid i musikkterapi kan defineres ulikt ut ifra praksisplass:

(...) selvsagt er det avhengig av blant annet kontekst, prosess og arbeidsplass, men likevel tenker jeg at musikalsk formidling handler om en form for tilstedeværelse, samt det å tørre å gi av seg selv.

Det musikalske samarbeidet fremmer fellesskap:

For meg virker som at musikken i seg selv skaper grobunn når det gjelder samarbeid og samspill, da dette fremmer en følelse av fellesskap hvor vi jobber sammen mot et felles mål.

Likevel kommer dette til syne:

Verdiene mine og moralen min var, og er fortsatt, i en evig diskusjon. Jeg er jo her for å drive musikkterapi, ikke for å argumentere for rett og galt ut ifra mine personlige (og samfunnets?) synspunkter. Det er likevel vanskelig å la være. Og dét er også hardt å innrømme. Jeg må nok bare akseptere det. Likevel lener jeg meg på musikken. Er det noe jeg kan, så er det i alle fall det. Og det er det vi skal drive med, vi skal lage musikk. Og vi skal lage musikken i samarbeid.

Her belyses det hvordan terapeuten også kan påvirkes i et samarbeid:

I dette rommet er musikken så sårbar. Den er håpefull og håpløs på samme tid. Jeg er usikker på hvordan jeg skal holde den.

Et ønske om at samarbeid kan utgjøre en forskjell:

(...) at jeg oppriktig ønsker at dette samarbeidet kan utgjøre en forskjell på en eller annen måte. Jeg håper det.

I en annen anledning ser jeg hva et musikalsk samarbeid kan legge til rette for:

Gjennom toner, harmonier og rytmer inviteres vi inn i et musikalsk møterom der vi kommuniserer med hverandre og hvor musikken blir som et felles språk.

Dette felles språket eksemplifiseres gjennom det musikalske samarbeidet:

Vi er i dialog gjennom musikken. Vi snakker musikk.

Og at musikk kan fremme ulike sider ved terapeuten:

Jeg har kommet frem til at jeg i dette samarbeidet er musikkterapeut, men også musiker.

Her belyses det at musikk kan legge til rette for et gjensidig samarbeid mellom to parter:

Melodiene både harmoniserer og dissonerer, og det gjør ingenting. Jeg tenker på dissonansene. De tar jeg imot på en helt annen måte nå enn før. Det er en del av et samarbeid – et samspill. (...) På den måten går vi denne veien og denne prosessen sammen.

Og at man gjennom samarbeid møtes i et felles rom:

Musikken blir som et møterom eller en arena, hvor vi samarbeider og sammen jobber mot et felles mål.

Et musikalsk samarbeid bidrar til å vise nye sider ved mennesker og fremmer fellesskap:

Musikken fikk meg til å se mer enn de merkelapper som samfunnet (inkludert meg selv) har prentet fast. Musikken er nøytral. Den har rom for oss alle. Den er – uskyldig? Den retter fokus mot noe mer enn institusjon, identitetsmarkører eller mine forforståelser. Det musikalske samarbeidet har vist meg at det finnes noe mer ved et menneske. Det finnes også en person og et liv med historier som går utover de begrepene jeg var inne på tidligere. Musikken ble for min del som en inngangsport som utfordret mine fordommer og forforståelse. Er ikke det rart? To mennesker som kommer fra så ulike samfunnslag, med så utrolig forskjellige liv og så kontrastfylte livshistorier. Også har vi enda noe til felles? Det vi har til felles er en interesse for musikk og låtskriving. Mulig jeg har vært noe snever i tankegangen tidligere. Så der satt vi plutselig, ikke som et jeg og du – men som et vi.

I utdraget påpekes det hvordan avslutning er en viktig del et musikkterapeutisk forløp:

Hvilke konsekvenser kan et slikt samarbeid ha? Jeg mener, en dag er den siste.

4.2.2 Samspill

Samspill blir i loggene beskrevet som nødvendig i musikkterapeutisk praksis.

Dette belyser hvordan musikken kan påvirkes av terapeuten:

(...) jeg tenker mye over hvordan man som musikkterapeut kan være med på å påvirke musikken. Samspillet i musikken er jo så viktig.

Og at et samspill i musikkterapi handler om det musikalske og det relasjonelle:

Nå er jeg på en god vei. Det vil si vi er på en god vei. Musikkterapi handler jo om et samspill, både musikalsk og relasjonelt.

Enkelte ganger kan samspillet forstyrres:

Det var som om at noe sto i veien for samspillet. Var det jeg som skapte denne stemningen? Eller var det bare noe i meg som gjorde at det bare ikke funka akkurat da.

Samspill kan også ses som:

En god musikalsk dialog, samspillet altså, tenker jeg kan sammenlignes med en god dialog i samtaleterapi.

Hvor det også kan bidra til endring:

Det er som om at musikken bidrar til å utjevne det store skillet mellom meg som musikkterapeut og den innsatte. Nå er vi begge musikere.

Her ser man at tilstedeværelse i musikken kan føre til økt samspill:

Når man spiller musikk må man være i det, man må være til stede. Dette omhandler respekt både for den andre og for meg selv som musikkterapeut. For dersom man ikke samspiller, kan man like godt la være.

Musikken kan skape grunnlag for at terapeut og klient står sammen i terapien:

(...) jeg tenker på det å synge tosten. Det er som at vi sammen bærer melodien fremover.

4.2.3 Låtskriving

I loggene fremstår låtskriving som en inngang til samarbeid og fellesskap.

Låtskriving kan bidra til å endre synspunkter:

Enkelte ganger er det som om at jeg ikke tenker like mye på at jeg befinner meg i et fengsel. Vi er bare to mennesker som samarbeider om låtskriving.

Her betraktes låtskriving som en viktig prosess i musikkterapeutisk praksis:

Vi har jobbet med låtskriving. Vi har laget melodier og tekster. Vi har sunget og vi har spilt. Vi har drevet med musikk. Vi har samarbeidet. Hva jeg forsøker å si er at fordommene mine har blitt satt på prøve. De er der fortsatt, men gjennom et musikalsk samarbeid er det ikke like mye oss og dem.

Som setter søkelys mot noe mer:

Det er som at låtskrivingen retter fokuset mot noe annet. Det er det jeg er her for å gjøre, det vi skal gjøre.

Noe som fremmer fellesskap:

(...) på en annen side blir vel låtskriving noe felles. Noe begge parter engasjerer seg i.

Noe begge parter jobber for sammen:

Låtskrivingen blir som et felles møtepunkt, hvor vi går sammen mot et felles mål.

Låtskriving kan knyttes til identitetsbegrepet:

Det er som at musikken blir et musikalsk møtepunkt. I dette rommet er vi begge musikere som samarbeider i låtskrivingsprosesser. Musikken gjør at mitt syn endres, og det tror jeg har mye å si for terapiforløpet.

Låtskriving kan fremme utvikling, som kan knyttes til identitetsbegrepet:

Synet mitt har endret seg. Nå sitter jeg her med en låtskriver, en musiker.

Låtskriving kan også ses som læringsprosesser:

Jeg lærer mye av den andre, både om musikk og om låtskriving (...).

4.3 Relasjon og kommunikasjon i musikkterapi

Betydningen av relasjon og kommunikasjon i musikkterapi har vært et sentralt tema under analyseprosedyren, der undertemaene er *relasjon, tillit og trygghet, her og nå, personlig og profesjonell* og *ekthet*.

4.3.1 Relasjon

En musikalsk-terapeutisk relasjon blir i loggene beskrevet som viktig i musikkterapeutisk praksis.

Et av utdragene beskriver det personlige aspektet rundt musikkterapi:

Plutselig begynner jeg å tenke på dette skillet mellom profesjonell og personlig. Selv om jeg ikke har sagt noe eller delt noe gjennom samtale, så deler jeg likevel noe som for meg er svært personlig – nemlig musikken.

Hvordan skape en terapeutisk relasjon i en gitt kontekst:

Jeg kan mye om musikk og om musikkterapi, men dette blir første gang jeg skal ta i bruk dette i en slik kontekst. Jeg tenker spesielt på relasjon- og kommunikasjonsfaget. Jeg lurer på hvordan dette fungerer i praksis, hvordan skaper man en relasjon mellom meg som musikkterapistudent og den andre som innsatt?

Dette utdraget beskriver den terapeutiske relasjonen i musikkterapeutisk praksis som en balansegang mellom fagperson og person:

Jeg tror at min bakgrunn som musiker trer frem i dette terapeutiske møtet. Kanskje det har gjort det lettere å etablere en relasjon i denne konteksten? Fordi en slik tilnærming retter seg mot meg som musiker og musikkterapeut, fremfor bare å være musikkterapeut? Jeg synes det har vært utfordrende å finne balansen mellom det å være for distansert og det å gå for nært. Altså, balansen mellom fagperson og person. I starten var jeg bare distansert, men musikken inviterte meg til å gå nærmere. Ikke bare musikken påvirket mine refleksjoner omkring relasjonsaspektet, men også samtaler med mennesker innenfor det musikkterapeutiske fagfeltet.

4.3.2 Tillit og trygghet

I loggene trekkes tillit og trygghet frem som viktig faktor det musikalske i samarbeidet.

Her belyses det at tydelighet bygger tillit:

Musikken terapeuten kommer med burde være ekte og troverdig. På den måten kan det skapes et tillitsbånd mellom klient og musikkterapeut som jeg tenker er nødvendig i et terapeutisk forløp.

Og det viser også tillit sett i sammenheng med samarbeid:

På skolen og andre steder har jeg hørt mye om at det er viktig at klientene har tillit til oss som musikkterapeuter. Men hva med musikkterapeuten? Burde ikke jeg også ha tillit til den eller de andre? Er ikke det minst like viktig? Er det ikke nettopp da det oppstår et autentisk samarbeid mellom to parter? Dersom vi har tillit og føler trygghet i den terapeutiske prosessen og relasjonen vil vel dette bidra til at den andre også føler seg trygg til å dele av seg selv? I musikkterapeutisk samarbeide ser jeg tillit som noe som rommer likeverd og ansvar. Det rommer ekthet. En tro på samarbeidet, og på at vi som musikkterapeuter har tiltro til den andre i den musikkterapeutiske prosessen. Jeg tenker at dersom jeg som musikkterapeut og den andre føler tillit i et musikalsk samarbeid, vil dette bygge oppunder trygghet og gjensidighet i terapien.

Det kan også ses i dette utdraget:

Det er som at når jeg som musikkterapistudent deler av meg selv musikalsk, bidrar dette til å bygge tillit og trygghet. Musikken blir tatt på alvor av både den andre og av meg.

Trygghet kan eksemplifiseres ved at:

Jeg tenker at det kan bety at man må gi av seg selv, tørre å dele eller det vil si – tørre å være menneske OG musikkterapeut. Da tør kanskje den andre også å dele. Ikke bare til deg som terapeut, men først og fremst til seg selv, egne følelser og egen livshistorie.

Også her kommer dette til syne:

Jeg klarte ikke å plassere hvorfor jeg skapte denne avstanden. Hva var det som gjorde at jeg distanserte meg? Fordi jeg følte at jeg måtte ha en konkret forklaring på hvorfor og hva som skjedde lot jeg heller være å si noe som helst. Men bør man si noe om det? Kan man ikke heller erkjenne stemningen og si noe om det. Det vil si, kan ikke jeg si noe om at jeg merker at det er noe i rommet som jeg ikke får taket på uten å måtte

komme med en hel avhandling. Jeg tenker det skaper trygghet. En pause eller litt frisk luft ville kanskje hjulpet. Da vet jeg det til neste gang.

4.3.3 Her og nå

Under min praksis ble jeg oppmerksom på min tilstedeværelse og evnen til å være «her og nå».

Tilstedeværelse blir trukket frem som viktig:

Det er som om jeg bare var en gjenstand i rommet på lik linje med hylla inntil veggen der. I stillhet kan man også føle tilstedeværelse. Man behøver ikke snakke for å komme på bølgelengde. Kommunikasjon er ikke samtalens domene, det er på mange måter tilstedeværelse. Og musikken trenger tilstedeværelse.

Musikken fremmer følelsen av her og nå:

Akkurat nå er vi her – vi er i musikken sammen.

Her poengteres tilstedeværelse på en annen måte:

Videre tenker jeg at bevissthet omkring fravær fra her og nå også handler om tilstedeværelse, å være i kontakt med seg selv. Litt sånn «nå vet jeg at jeg ramlet ut» eller «jeg merker at jeg distanserer meg nå» - men hvorfor? Det handler om bevissthet. På den måten var jeg kanskje ikke like fraværende likevel?

Dette kan også ses her:

Det kan ses som en form for tilstedeværelse å også være til stede når man føler på fravær av følelsen av her og nå.

4.3.4 Person og fagperson

I loggene rettes det fokus mot terapeutens balansegang mellom person og fagperson.

Utdraget belyser skillet mellom det personlige og det profesjonelle i musikkterapi:

Idet jeg sitter der kjenner jeg på at dette er personlig. Kanskje til og med for personlig? Melodiene, tekstene, samspillet. Hvordan er det mulig at det ikke blir nært? Musikk

handler jo om meninger, tanker og følelser, og det gjør tekstformidling også. Der ligger det mening. Personlige historier som fortelles gjennom personlige melodier.

Her påpekes det at musikken fremmer noe personlig:

Jeg tenker man i musikkterapeutisk kontekst bør formidle og bedrive musikk med nettopp ekthet og troverdighet, og da må man vel tørre å være litt personlig?

Her reflekteres det over terapeutens innstilling for kontakt i terapien:

Noen ganger er vi på samme frekvens, mens andre ganger er vi ikke. Og det er vel helt naturlig. Jeg tror man må tåle å stå i nærhet og likeså tåle å stå i distansen. På den måten finner jeg ut av hva som for meg er for nært eller for distansert.

Der ser man også her:

Jeg kjente på fraværet. Ikke bare i musikken, men i relasjonen, i rommet, men først og fremst i meg. Jeg var fraværende. Jeg distanserte meg, og jeg skapte en avstand. Sett fra min side opplevdes det som at dette preget samspillet. Det ble som et brudd. En mur bygget av meg og som sto i veien for å gå videre. Spesielt kunne dette høres i musikken. Det forstyrret det musikalske samarbeidet.

4.3.5 Ekthet og autenticitet

Autenticitet og ekthet anses som viktig i musikalske møter.

Ekthet i musikkterapi kommer her til syne:

For min del er det viktig å ikke late som. Heller si det som det er. Tørre å være usikker og nervøs? Men det er lettere sagt enn gjort.

Et autentisk engasjement kan ses i forbindelse med dette:

Dersom jeg som musikkterapeutstudent bare delvis investerer eller engasjerer meg i en musikalsk-terapeutisk prosess kan dette bidra til å skape usikkerhet omkring interesse, tilstedeværelse eller engasjement for de toner, tekster, harmonier eller rytmer en klient velger å dele.

Et autentisk samarbeid kan knyttes til identitetsbegrepet ved at:

Noen ganger kjennes det nesten ut som at vi er to mennesker som spiller musikk.

Ekthet kan også ses som utfordrende da:

Det er som at jeg som musikkterapeut skal være eller fremstå som urokkelig, og samtidig forvente at en andre ikke skal være det. Er det sånn? Skal den andre stå der ute på vannet, på tynn is, mens jeg som terapeut skal stå «trygt» på lang og se på. Og forsøke å guide vedkommende i havn.

5 Drøfting

I resultatkapitlet viser funnene til forståelse knyttet til musikkterapeutisk praksis, usikkerhet omkring kompetanse, samt viktigheten av respekt og åpenhet i møte med praksis. Det viser til muligheter og utfordringer omkring samarbeid og samspill i musikkterapi. Funnene forteller om hvordan musikkterapistudentens opplevelse av låtskriving og samspill kan knyttes til relasjon- og kommunikasjonsaspektet i terapi. Her trekkes trygghet, tillit og autenticitet frem som viktig i musikkterapeutisk praksis, samt balansegangen mellom det personlige og profesjonelle. Videre viser funnene til hvordan musikkterapeutisk samarbeid kan bygge oppunder et «her og nå»-perspektiv. I lys av problemstillingen *Hvordan har jeg som musikkterapistudent erfart å arbeide med en innsatt i fengsel?* skal jeg nå drøfte dette opp mot utvalgt teori.

I drøftingen vil jeg legge frem tre hovedtemaer:

- *Musikk som brobygger*
- *Den relasjonelle musikken*
- *Ubehag – en kunnskapskilde*

5.1 Oppstart

Jeg tenker tilbake: *Jeg husker første praksisdag. Jeg sto foran de høye gjerdene og hadde mange tanker på en gang. Eller var det fordommene som tenkte for meg? Ikke at jeg skal gå noe særlig inn på det, men bare ordet «fengsel» vekker jo en del tanker. Der inne sitter de. Og her ute er jeg, som en del av et vi – et fellesskap. Det er oss, og det er dem. Jeg kjenner det er vanskelig å innrømme. Jeg ønsker jo ikke å være sånn. Jeg liker å tro – og ikke minst fremstå som at jeg er en som skiller menneske og handling. Men, nei da! Idet jeg står der på vei til å bli låst inn i fengselet så er det nok fordommene som råder.*

5.2 Musikk som brobygger

Stige og Aarø (2012) hevder at samfunnsmusikkterapien ser individet som en del av samfunnet. Til tross for at det nå kan virke selvmotsigende med tanke på refleksjonen over, kan en slik tilnærming ses i tråd med min egenpraksis. Det vil si, samfunnsmusikkterapien fant sted *underveis* av praksisforløpet. I samfunnsmusikkterapien står samarbeid og samspill sentralt (Stige, 2011). Dette utspiller seg også tydelig i oppgavens funn, hvor samarbeid omkring låtskriving har dannet grunnlag for musikkterapien. I akronymet «PREPARE» trer

det frem syv kjernepunkter: *Participation, Ressursorientering, Ecology, Performance, Activist, Refleksivitet og Etikk*. I det økologiske aspektet (E) ses individet som en del av noe større og som deltaker av samfunnet. Videre i akronymet under *performance* påpekes det at vi mennesker endrer oss gjennom handling og aktivitet, samt at dette igjen, under punktet *activist*, kan endre samfunn og individ på et større plan (Stige & Aarø, 2012). I dette prosjektet kan dermed *jeg* tenkes å representere et samfunn, og *den andre* et annet. Slik jeg forstår det, vil derfor denne oppgaven betone et musikkterapeutisk klient-terapeut-forløp, men samtidig bidra til å bygge bro mellom ulike samfunn. Det kommer også til syne i resultatene, der musikalsk samarbeid bidrar til å utjevne forskjeller. Sett fra et humanistisk perspektiv kan samarbeid i låtskrivingsprosesser fremme likeverd og tilhørighet (Jacobsen & Bonde, 2014). Derfor vil musikkterapeutens syn på mennesket som likeverdig være avgjørende når det gjelder å bygge bro mellom ulike samfunn. Mens Stige (2011) understreker samarbeid som sentralt i samfunnsmusikkterapien, viser funnene at låtskriving kan underbygge følelsen av fellesskap, fordi det gjennom samarbeid jobbes mot et felles mål.

I samfunnsmusikkterapien vektlegges *refleksivitet* som et viktig punkt, der åpenhet til andre mennesker er sentralt (Stige & Aarø, 2012). Dermed vil en aktivt-deltakende musikkterapeut invitere klienten til deltakelse (Bolger, McFerran & Stige, 2018). Likevel fremstår det i funnene at slik åpenhet og deltakelse krever erfaringsgrunnlag. Dersom musikkterapeuten ikke har nok erfaring, kan det ifølge Tolan (2003) kanalisere en ikke-autentisk tilnærming. På bakgrunn av metodevalg i denne oppgaven kan mine refleksjoner, tanker og meninger om det å ha praksis i fengsel, ses som noe konstruert ut fra samfunn og kultur.

Der funnene viser til at låtskriving kan bygge oppunder identitetsbegrepet, hevder Ruud (2013) at mennesker «blir seg selv» når identiteten bekreftes gjennom eller i møte med andre. Dermed kan musikalsk samarbeid ses som brobygger mellom fengsel og samfunn, fordi låtskriving kan bli et felles møtepunkt mellom deltakere fra ulike samfunnslag. Funnene påpeker at musikken og det musikalske samarbeidet bidrar til å rette fokus mot andre sider ved et menneskes identitet. Dersom vi nå skal ta utgangspunkt i Ruuds (2013) teori blir klientens identitet bekreftet ved at jeg som musikkterapistudent, i/gjennom dette samarbeidet, betrakter den andre som låtskriver eller musiker fremfor innsatt.

Funnene viser til hvordan min rolle som musikkterapistudent og musiker trer frem i egenpraksisen. Samtidig plasserer Aigen (2013) musikere som bruker terapi innenfor

samfunnsmusikkterapien, noe som også stemmer med resultatene. Imidlertid belyser Pavlicevic (1997) musikk som meningsbærende, mens Bonde (2011) understreker at musikk kan fortelle om hvem vi er, hvor vi hører til og kommer fra. Dermed vil en tilnærming fra musikkterapeutens side være viktig i møte med mennesker, fordi en aldri kan vite hvordan eller hva musikken treffer. Rogers (1961) poengterer at terapi omhandler unike prosesser, fordi ingen mennesker er identiske. Dermed anses åpenhet og respekt som avgjørende i musikkterapi. Her presiserer Aigen (1993) at musikkterapeuten står ansvarlig når det gjelder hensyn, håndtering og ivaretagelse av klienten. Det er hva Johns (2008) omtaler som den terapeutiske allianse, som handler om oppgaver og mål for terapien. Så hvordan kan musikk være med på å bryte ned fordommer og fremme nye perspektiver?

5.2.1 Låtskriving i praksis

Låtskriving som musikkterapeutisk metode kan invitere til samarbeid mellom klient og terapeut (Baker, 2015). Baker (2015) vektlegger hvordan låtskriving kan fremme emosjonelle, kognitive og sosiale behov hos klienten. Dersom vi ser tilbake til funnene ser man hvordan låtskrivingsprosesser også kan ha en innvirkning på musikkterapeuten. På den måten blir låtskriving noe felles, der terapeut og klient møtes gjennom gjensidig samarbeid. Der det i funnene understekes viktigheten omkring terapeutens bevissthet og refleksivitet, hevder Tolan (2003) at kongruens er noe som *er* og ikke noe som *gjøres*. Min forståelse av kongruens i musikkterapeutisk praksis er både å *være* og å *gjøre*, fordi låtskriving og musikalsk samarbeid ikke blir ekte uten at musikkterapeuten er autentisk. Imidlertid viser funnene at musikkterapeuten kan forstyrres av omgivelser eller usikkerhet. Dermed kan musikkterapeutens fravær av «her og nå» spille inn på hva Lindvang (2010) omtaler som genuin tilnærming.

Baker (2015) hevder at låtskriving kan fremme sosiale og emosjonelle behov for klienten, mens funnene viser at etablering av tillit og trygghet kan være avgjørende for samarbeidet. Derimot peker funnene på at jeg som musikkterapeut forstyrres av usikkerhet eller av omgivelsene, der dette påvirker min fremtoning og mulighet for samarbeid. Det fremstår som at en slik tilnærming fra musikkterapeutens side kan stå i veien for hva Rolvsjord (2008) omtaler for ressursorientering, der samarbeid og klientens bidrag står sentralt. Samtidig påpeker Tolan (2003) at terapeutens åpenhet og fleksibilitet kan være fruktbart for terapien. Å være personlig i sin yrkesrolle er hva Skau (2017) omtaler som *kvaliteter*. Likevel antyder funnene at dette er noe som opparbeides over tid. Ihlen og Ihlen (2003) poengterer viktigheten

omkring trygghet i musikkterapien, mens funnene viser at en autentisk og åpen tilnærming i musikkterapeutisk samarbeid krever erfaringsgrunnlag fra terapeutens side.

I musikkterapien kan samarbeid rundt låtskriving betraktes som en forhandlingsprosess (Boger, McFerran & Stige, 2018). Arthur (2018) mener at musikkens rolle i terapien kan ha innvirkning på rammene. I funnene påpekes det at det i praksisen settes fokus på samarbeid omkring musikkterapeutisk låtskriving.

5.2.2 Et musikalsk samarbeid

I resultatene kommer usikkerhet omkring egne kompetanser, manglende erfaring og forforståelse til syne. Sett fra et sosialkonstruksjonistisk ståsted ser man hvordan slik usikkerhet kan ses på bakgrunn av kulturelle og samfunnsmessige forståelser (Gergen, 2015). Dermed kan humanismens syn på mennesket som handlende og meningssøkende (Trondalen, 2008) stå i konflikt med min forutinntatthet (Andersen, 2005). Freeman (2018) påpeker at autoetnografi kan utfordre sosiokulturelle stigmaer, samt fremme nytteverdi omkring refleksivitet i musikkterapi. På den måten ser man hvordan meninger og tanker ikke ensrettet kommer fra meg isolert, men forståelser som har blitt til gjennom interaksjon med andre mennesker og omverden. Dermed kan dette påvirke meg og mitt arbeid som musikkterapistudent.

Funnene viser til at musikalsk samarbeid bygger oppunder låtskriving som et felles møtepunkt. Som en parallell til samfunnsmusikkterapien vil slik tilnærming bidra til å se mennesket som en del av samfunnet, der både musikkterapeut og klient illustreres som musikere eller låtskrivere. Tønsberg og Hauge (2008) skriver at musikalsk interaksjon kan danne grunnlag for aktivisering av fellesskap. Dermed kan følelser og tanker deles gjennom samarbeid og samhandling. Ser man tilbake til resultatene kan det fremstå som utfordrende, da slik forhandlingsprosess krever tilstedeværelse av begge parter (Johansson, 2017).

I samfunnsmusikkterapien er likeverd, gjensidighet og aktiv deltakelse grunnleggende (Bolger, McFerran & Stige, 2018). Anderson (2003) påpeker at mening skapes gjennom samarbeid, noe som også kommer til syne i sosialkonstruksjonistisk tankesett. Terapeutens personlige tanker og forforståelse kan ses som pakket inn i vedkommende sin samfunnskonstellasjon. Her viser funnene at et musikalsk samarbeid kan forstyrres av terapeutens indre diskurser. Det påpeker at vi aldri kun er oss selv isolert fra og ribbet for

fordommer, tanker eller følelser. Slike utsagn kan ses i tråd med Berger og Luckmanns (2000) teori, der det hevdes at vi mennesker blir til og utvikles gjennom de samfunn vi befinner oss i eller er del av. Ruud (2017) belyser hvordan musikkterapien kan være noe problematisk å definere, samt at det finnes en rekke ulike innfallsvinkler. Hvordan musikkterapeutisk praksis forstås vil derfor avhenge av både musikkterapeut og hvilken kontekst vedkommende jobber i. Ser man tilbake til funnene kommer dette til syne, der erfaring trekkes frem som nødvendig når det angår profesjonsforståelse. Ulike tradisjoner lener seg mot at det å være terapeut krever trening, samt være bevissthet omkring seg selv i møte med andre mennesker.

Ut ifra autoetnografisk metode kan dermed underbevisstheten ses som prosesser som har blitt til gjennom mitt møte med samfunn, kunnskap og kultur. Til tross for at jeg i teorien har tatt utgangspunkt i ulike tradisjoner innenfor terapifeltet, kan disse ses i tråd med hvordan min forforståelse trer frem i møte med en innsatt i fengsel (Anderson, 2005). Jeg forstår det som at det ubevisste ligger der som noe sosialt konstruert, hvor jeg utfordrer dette gjennom refleksjon. Gjennom egenvurdering blir dermed min profesjonsforståelse tydeliggjort (Ruud, 2017). Hva som befinner seg i underbevisstheten kan være mangt, men ulike reaksjoner og opplevelser i terapeuten kan, slik jeg forstår det, være nært knyttet til situasjoner som har blitt til i møte med samfunn og kultur. Det understreker hvordan en *ikke-vitende posisjon* (Anderson, 2003) krever erfaring, da terapeuten må være åpen for å ta imot det som måtte tre frem i et musikkterapeutisk forløp (Pedersen, 2014). Dermed viser funnene at opparbeidelse av erfaring omkring musikkterapeutisk praksis vil bidra til å skille mellom det personlige og det profesjonelle, som videre retter fokus mot individet og ressurser (Rolvsgjord, 2008). Over tid fremstår derav min forståelse og tilnærming til samfunnsmusikkterapi som mer autentisk. Det igjen vil vektlegge musikkterapiens formål, som ifølge Bruscia (2014) innebærer å støtte og hjelpe klienten. Dermed kan musikkterapien omhandle det Lindvang (2010) omtaler som en genuin tilnærming.

5.2.3 Rammer og grenser – på kryss og tvers?

Aigen (2013) skiller mellom terapeuter som bruker musikk, og musikere som bruker terapi. I funnene kommer begge perspektiver til syne, og at det kan være en krevende posisjon å stå i med manglende erfaringsgrunnlag som musikkterapeut. I tråd med samfunnsmusikkterapeutisk tenkning vil dermed det musikalske samarbeidet i dette prosjektet underbygge min rolle som musiker. På en annen side kan låtskriving ses i sammenheng med en psykodynamisk tilnærming, da det retter seg mot underbevisstheten. Dette kan forstås som

en balansegang mellom det personlige og det profesjonelle. Dersom musikeren ikke er seg bevisst, vil dette by på utfordringer da rammene gjennom slik tilnærming kan oppleves noe flytende. Sett fra et annet perspektiv kan, terapeuter som bruker musikk, rette fokus bort fra det relasjonelle og medmenneskelige i en musikkterapeutisk opplevelse. Slik jeg forstår det vil dermed musikk bli et verktøy for terapeuten, noe som igjen kan sette samspillet til side. Her argumenterer Røkenes og Hanssen (2012) for at relasjon mellom fagperson og klient er viktigere enn terapeutens metoder og teknikker. Imidlertid kan musikeren (person) underbygge en trygg relasjon, mens terapeuten (fagperson) kan plassere musikkterapien innenfor satte rammer. Det forstås her som at en tilnærming som både person og fagperson kan utgjøre en god musikkterapeut. Likevel ser man hvordan dette kan utfordre rammene for musikkterapien, da en musikerposisjon kan oppleves annerledes enn en terapeutposisjon.

I funnene ser man hvordan min rolle som musiker og musikkterapeut kommer til syne. Slik jeg forstår det kan en bevissthet omkring slik tilnærming ses som det Skau (2017) omtaler som *en personlig yrkesrolle*. Dermed kan refleksivitet og betraktes som en kvalitet i musikkterapien, hvor Bruscia (2014) hevder at dette fremmer forståelse omkring eget arbeid. Dersom terapeuten er seg bevisst omkring ulike utfall, muligheter og konsekvenser, vil dermed musikerposisjonen være under vurdering i en gitt kontekst. På den måten viser funnene til hvordan jeg som musikkterapistudent er bevisst omkring musikkterapiens rammer, samt skillet mellom terapeut og klient (Bruscia, 2014). Under punktet *participation* i definisjonen av samfunnsmusikkterapi, skriver Stige og Aarø (2012) at musikalsk samarbeid kan føre til inkludering og samarbeid. Dermed vil bevissthet rundt eget arbeid i praksis sette fokus på samfunnsmusikkterapiens kjernepunkter og formål, hvor individet står i sentralt.

5.3 Den relasjonelle musikken

Samspill beskrives av Johansson (2017) som en relasjonell prosess. Et musikalsk samarbeid inviterer til deling av opplevelser gjennom non-verbal kommunikasjon (Trondalen, 2005), og Nolan (1998) påpeker at låtskriving kan ses som en unik form for terapi. Funnene viser at låtskriving er et slikt samarbeid som underbygger felles kommunikasjonsform mellom klient og terapeut. På den måten kan musikk ses som meningsskapende, noe som igjen kan knyttes til identitetsbegrepet (Ruud, 2013). Det betyr at musikalsk samarbeid kan, ifølge Baker og Wigram (2005), danne et godt utgangspunkt for det relasjonelle i musikkterapien. I tillegg viser funnene at låtskriving i musikkterapeutisk praksis kan by på utfordringer, der

eksempelvis både terapeut og klient inntar posisjon som låtskriver og musiker. Imidlertid viser i funnene at musikkterapeuten må være bevisst hvilke muligheter og konsekvenser som kan fremkomme i et slikt samarbeid. På den måten ivaretas musikkterapien og terapeuten, men først og fremst klienten. Refleksiv loggføring kan på den måten ses som et godt og nyttig verktøy for musikkterapeuter (Bruscia, 2014).

I tilfeller der musikkterapeuten identifiserer seg for mye med klienten kan det by på utfordringer både for klient og terapiforløp (Bruscia, 2014). Mens Yalom (2001) hevder at dersom terapeuten deler av seg selv vil dette legge til rette for at klienten føler seg trygg til å dele. Siden musikken vekker følelser og reaksjoner (Sloboda, 1993, s. 3) og knyttes til opplevelser (Ruud, 2013), kan det være utfordrende for terapeuten å forbli objektiv og distansert i en terapeutisk prosess (Yalom & Leszcz, 2005). Det understreker viktigheten av refleksivitet og bevissthet fra musikkterapeutens side. Funnene viser hvordan samspill og samarbeid i musikkterapeutisk praksis kan bidra til inkludering og deltakelse (Stige & Aarø, 2012). «When it comes to the human condition, there is no “us and them”. We are all fellow travelers or fellow sufferers facing the same existential threats» skriver Yalom og Leszcz (2005, s. 511).

Aigen (1993) hevder av personlige kvaliteter som empati er nødvendig når det gjelder relasjonsbygging. Ifølge Bruscia (2014) omhandler empati musikkterapeutens evne til å identifisere seg med og å forstå klientens opplevelser. Det handler blant annet om at terapeuten gjenkjenner de samme emosjonene, ser noe fra samme perspektiv og tenker de liknende tanker som klienten. Empati kan forstås som å gå i andres sko. Derimot kan det være vanskelig å sette seg inn i hvordan den andre opplever noe. Imidlertid kan musikk i særlig grad gjenspeile det Trondalen (2008) omtaler som *et medlevende musikalsk-relasjonelt nærvær*. Musikalsk samspill legger til rette for at klient og terapeut lever i musikken sammen og på den måten blir «en» i opplevelsen (Brusica, 2014, s. 78). Men kan man som terapeut emosjonelt investere seg i et annet menneskes liv og samtidig opprettholde relasjonen med seg selv?

5.3.1 Musikkterapeuten som medreisende

Anderson (2001) belyser i sin tekst hvordan person-sentrert terapi tar utgangspunkt i klienten selv og dennes ekspertise, fremfor problemer. I musikkterapien kan dette forstås som ressursorientert tilnærming (Rolvsjord, 2008). Ser man tilbake til funnene kan låtskriving ses

som ressurs og fungere som *trygghetsskapende gjentakelse* (Johansson, 2017). Som en sentral del av det musikkterapeutiske forløpet kan dermed låtskriving fremme struktur og rutiner, noe som kan bygge trygghet mellom klient og terapeut. Johns (2008) hevder at det er viktig å tilrettelegge musikkterapien slik at den terapeutiske rammen blir avklart og forstått av begge parter. I person-sentrert terapi retter Tolan (2003) fokus mot *prosessen*. Det kan ses i tråd med arbeidsalliansen i terapien, som innebærer oppgaver, terapeutiske mål og relasjon (Johns, 2008). For å oppnå endring og utvikling i musikkterapeutisk arbeid, hevder Bruscia (2014) at relasjonen mellom klient og terapeut er avgjørende. Funnene viser at et musikalsk samarbeid kan danne utgangspunkt for en terapeutisk relasjon. Sett i sammenheng med hva Pedersen (2014) skriver om relasjonsbygging kan jeg som musikkterapistudent anses å være en aktiv medspiller når det angår låtskriving. Dette kan ifølge Ihlen og Ihlen (2003) bidra til trygghet og tillit mellom terapeut og klient, siden det samarbeides mot et felles mål.

Relasjon og kommunikasjon går hånd i hånd ifølge Anderson (2003). Hun beskriver relasjon som tilstedeværelse av to eller flere mennesker i et rom, og at dette er noe som blir til gjennom samhandling. Anderson (2003) på sin side, påpeker at kommunikasjon handler å snakke *med*, fremfor å snakke til. Sett fra et musikkterapeutisk perspektiv vil et musikalsk samarbeid være et godt utgangspunkt for å snakke med, både i, om og utenfor musikken.

Funnene viser at det musikalske samarbeidet fremmer dialog *gjennom* og *med* musikk. Her det det interessant å henvise til Garreds (2008) beskrivelse av musikk *som* terapi, hvor musikkopplevelsen står i sentrum. Det betyr at musikken mer eller mindre overtar for samtalen, og musikken blir på den måten den primære agenten for terapien. En slik musikalsk samtale kan derav skape grunnlag for å utvikle en mellommenneskelig relasjon, hvor klient og terapeut er i musikken sammen (Bruscia, 2014). I tillegg viser funnene at loggføring, med vekt på bevissthet, kan føre til økt læring for, og vurdering av, musikkterapien (O'Callaghan, 2005). Refleksivitet blir dermed viktig, nærmere bestemt evnen til å reflektere over eget ståsted på bakgrunn av sosiale og kulturelle systemer (Stige, 2008). Nettopp dette poengteres også synlig i funnene, der *noe* nettopp ses fra ulike perspektiver.

5.3.2 Et musikalsk møte

På den ene siden kan det hevdes at en ydmyk, mottakelig og responderende terapeut vil oppnå en dypere terapeutisk kontakt med klienten (Cameron, 2003). På en annen side viser funnene at dette kan være krevende når terapeuten ikke har nok erfaring. Til tross for at terapeutens

tilstedeværelse overfor klienten står sentralt i terapien, viser funnene at jeg som nokså uerfaren musikkterapistudent kan forstyrres av for eksempel usikkerhet. Dette kan igjen ha innvirkning på terapiforløpet og klient. Yalom (2001) hevder at en transparens tilnærming fra terapeuten kan gi muligheter for å bygge en relasjon i terapien, mens Ansdell (2014) hevder at musikkterapi underbygger fellesskap. I motsetning til teorien, forteller funnene blant annet at manglende tilstedeværelse i musikken fra terapeutens side kan stå i veien for musikkterapien. Det kan ses som kontrast til hva Johansson (2017) skriver om felles tilstedeværelse for klient og terapeut. Det kan eksemplifiseres som et brudd eller uenighet i den terapeutiske alliansen (Falkum, 2018).

Tolan (2003) hevder at endring i terapeutiske prosesser er noe som skjer over tid. Til tross for at Tolan setter fokus på klientperspektivet, kan funnene i denne studien underbygge at dette også kan være tilfelle for meg som musikkterapistudent. Følgelig må man, skriver Tolan (2003), akseptere og håndtere terapiforløp som dynamiske prosesser.

En musikalsk relasjon defineres som en felles musikalske opplevelser (Ruud, 2008). På den måten blir samskapingen til gjennom utveksling av følelser og musikalske uttrykk (Trondalen, 2008). Funnene viser hvordan musikalsk samhandling står i fokus, der musikken ses som felles opplevelse mellom terapeut og klient. Videre synliggjør resultatene at samarbeid omkring musikk stiller spørsmål omkring personlige og profesjonelle sider ved musikkterapeuten. Dette kan ses i tråd med hva Hustad (2018) omtaler som *intersubjektivitet*. En slik tilnærming omhandler følelsen av *å stå i noe sammen* (Schibby, 1996). Det å lage musikk er i seg selv en intersubjektiv handling, skriver Trevarthen og Malloch (2000). Også Birnbaum (2014) vektlegger musikalsk engasjement som betydningsfullt i musikkterapien. Til sammenligning kan dette ses som parallell til hva Rogers (1961) omtaler som person-sentrert terapi. Slik jeg forstår det kan musikkterapeuten ses som en følgesvenn på klientens vei mot terapeutisk endring (Rogers, 1961). En slik tilnærming krever bevissthet fra musikkterapeutens side, noe også funnene viser. Et musikalsk samarbeid kan prege musikkterapeuten på ulike måter, noe som igjen kan påvirke klienten og terapien som helhet. Arthur (2018) hevder at en intersubjektiv tilnærming i musikkterapien krever erfaring.

Funnene viser hvordan musikken underbygger en følelse av *her og nå*. Der Bruscia (2014) omtaler empati som *å gå i andres sko*, skriver Trondalen (2019) at musikalske opplevelser aldri kan fremtre eller oppleves som identiske for klient og terapeut. Det understreker at

musikkterapeut verken er i stand til eller behøver å se noe fra klientens perspektiv. Likevel kan en *subjekt-subjekt-posisjon* fremme følelsen av å være *her og nå* sammen. Dette finner gjenklang hos Birnbaum (2014) som skriver at musikkterapeut, gjennom en intersubjektiv tilnærming, vil ha innvirkning på klient, og motsatt. Dette synliggjør viktigheten av respekt, bevissthet og åpenhet i et musikkterapeutisk forløp.

5.3.3 En fagpersonlig musikkterapeut

Ut ifra et pedagogisk perspektiv skriver Torkildsen (2008, s. 9) om balansegangen mellom det faglige og det personlige i læreren. Hun påpeker personlige erfaringer og kvaliteter hos læreren som person kan støtte oppunder det faglige. Det er hva fagpersonlig utvikling omhandler. Dette omfatter blant annet hvordan kjennskap til fag og person, og hvordan disse står gjensidig forhold og påvirkning til hverandre. Slik jeg forstår det kan dette overføres til musikkterapien. Aigen (1993) hevder at personlige kvaliteter hos musikkterapeuten på mange måter kan ses å spille en rolle i musikkterapeutisk kontekst. På bakgrunn av dette anses refleksivitet og bevissthet som viktig i arbeid med mennesker, fordi musikkterapeuten som person og fagperson kan påvirke musikkterapien. Dersom formålet er endring og utvikling hos klienter, bør derfor musikkterapeuten finne balansegang mellom det profesjonelle og personlige.

I tråd med funnene i oppgaven ser man hvordan erfaring er et viktig grunnlag i å finne seg til rette i en profesjon. Dette kan ses som parallell til fagpersonlig utvikling, hvor det fokuseres på utvikling som noe som angår både personen og fagpersonen. Sett fra et teoretisk perspektiv kan refleksjonsnotat og egenvurdering bidra til dette, da terapeuten blir bevisst omkring eget arbeid og eget selv i en terapeutisk kontekst. I musikkterapeutisk praksis kan musikken anses å favne både det faget og personen, da musikk på mange måter kan være noe personlig – også for musikkterapeuten. Dette kan ses som parallell til det Tolan (2003) omtaler som selvstruktur. I tråd med funnene ser man hvordan kjennskap til egen usikkerhet eller arbeid kan utvikles over tid. En slik bevissthet kan, følge Dileo (2000), ses som en viktig egenskap hos musikkterapeuten. Funnene viser til at terapeuten fremstår som noe mer menneskelig dersom personlige kvaliteter trer frem i terapiforløpet. Likevel skal ikke disse oppta for stor plass, da det retter fokus bort fra terapien og klienten.

5.4 Ubehag – en kunnskapskilde

Anderson (2019) hevder at vi ikke kan vite før vi har opplevd og erfart. På bakgrunn av mine funn kan det forstås som gjeldende både for klient, men også terapeut. En ikke-vitende posisjon kan ses i tråd med den humanistiske tradisjon, hvor mennesket står i fokus. Som Ansdell (2003) understreker er musikkterapi noe som skapes av musikkterapeuten. Det påpeker utfordringer omkring definering av musikkterapeuten og musikkterapien i ulike praksiser. Likevel hevder Tolan (2003) at når vi erfarer noe gjentatte ganger vil erfaringene bli integrert i vår struktur av oss selv. Det kan overføres til musikkterapi og min egenpraksis, hvor fleksibilitet og refleksivitet over tid har dannet grunnlag for mitt kjennskap til musikkterapien, praksisen og meg selv som musikkterapistudent. Her ser man at identitetsbegrepet trekkes inn, hvor jeg gjennom erfaringer fra praksis har blitt kjent med meg selv som person og fagperson i gitte omgivelser. På den måten har jeg funnet balansegangen mellom det å være musiker og musikkterapeut.

Gjennom refleksiv loggføring og gjentagende erfaringer har bevissthet omkring profesjon, praksis og tilnærming blitt etablert innenfor en musikkterapeutisk ramme. Likevel forteller resultatene at integrering av erfaringer kan være en utfordrende prosess, hvor musikkterapeuten må tåle å stå i en *ikke-vitende* posisjon (Anderson, 2019). Funnene påpeker at refleksivitet bidrar til å styrke det å ikke vite. Slik jeg forstår det vil en i musikkterapeutisk arbeid aldri vite med sikkerhet hvilke reaksjoner som trer frem i terapeuten, i klienten og i samspillet mellom disse. På den måten er bevissthet et viktig verktøy for musikkterapeuten, da det fremmer muligheten for å aktivt hjelpe og være der for den andre. I funnene ser en hvordan prosess og profesjonsutvikling kommer til syne gjennom erfaring. Her rettes et positivt blikk på ubehag og ulike problemstillinger musikkterapeuter står overfor, der disse kan underbygge ny kunnskap og bidra til nye forståelser.

5.4.1 Et kritisk blikk på studien og videre forskning

Studien har kun tatt utgangspunkt i mitt perspektiv som musikkterapistudent i praksis. Det bemerker hvordan funnene ville sett annerledes ut dersom jeg eksempelvis hadde intervjuet andre musikkterapistudenter omkring refleksivitet i musikkterapien. Mitt praksisforløp er også preget av pandemi, som videre kan ha hatt en innvirkning eller vært med på å prege en usikkerhet som jeg har hatt med meg inn i praksisforløpet.

Når det angår videre forskning kan et lignende prosjekt utføres ved å intervju flere musikkterapeuter og se nærmere på deres syn på refleksivitet i møte med mennesker i praksis. Videre kan funnene diskuteres opp mot læringsmålene om står i studieplanen.

6 Avslutning

I denne studien har jeg gjennom autoetnografisk metode og refleksiv loggføring forsøkt å formidle praksiserfaringer fra et perspektiv som musikkterapistudent. Jeg vil nå presentere en oppsummering som svarer til hovedproblemstillingen: *Hvordan har jeg som musikkterapistudent erfart å arbeide med en innsatt i fengsel?* Og følgende underproblemstillinger: *Hvordan har jeg som musikkterapistudent erfart samarbeid og samspill i egenpraksis?*

Det fremstår i funnene som at *låtskriving* har bygget oppunder *samarbeid* og *samspill* i egenpraksisen. Utdrag fra loggene viser til at slik metodisk tilnærming kan fremme følelsen av *her og nå*, der terapeut og klient i samarbeid jobber mot et felles mål. Imidlertid viser funnene at samspill og låtskriving i musikkterapeutisk praksis kan underbygge rollen som musikkterapeut og som musiker.

Studien viser til at *tilstedeværelse* i musikalsk samarbeid og samspill er viktig i musikkterapeutisk praksis. Dette kan fremme *trygghet* og *tillit* i musikkterapeutiske møter. Gjennom loggføring og egenvurdering kan musikkterapeuten på den måten tilrettelegge musikkterapiens *oppgaver* og *terapeutiske mål* best mulig.

Der et teoretisk grunnlag understreker terapeutens *personlige kvaliteter* som viktig, peker funnene mot at musikkterapeutiske *egenskaper* krever erfaring over tid. Samtidig viser funnene at en *intersubjektiv posisjon* i musikkterapeutisk praksis kan bidra til å rette fokus mot samarbeid og samspill i musikkterapien. Låtskriving som musikkterapeutisk metode kan fremme følelsen av å *stå i noe sammen*. Musikkterapi kan underbygge fellesskap, hvor *identitet* bekreftes gjennom *deltakelse* i et musikalsk samarbeid.

Refleksiv loggføring har fremmet bevissthet omkring hvordan min praksis og profesjonsforståelse kan ses i sammenheng med et teoretisk grunnlag. På en annen side viser funnene at blant annet forforståelse og omgivelser kan påvirke musikkterapeuten og videre

musikkterapien. Når det gjelder overføringsverdi, vil denne studiens fokus på refleksivitet i møte med praksis ses som fruktbar både for andre praksiser og musikkterapeuter. Til tross for at erfaringene presentert i denne teksten er basert ut ifra mine opplevelser, vil likevel balansegangen mellom personlig og profesjonell være like aktuelt i andre felt innenfor musikkterapien fordi man aldri er enten eller fullt og helt. Omgivelser og møter med mennesker i ulike situasjoner kan tenkes å påvirke musikkterapeuten på flere plan, både personlig og profesjonelt. Bevissthet omkring eget yrke og egen rolle vil derfor ikke bare gagne musikkterapeuten eller fagfeltet, men først og fremst menneskene vi møter.

6.1 Til ettertanke

Hvis jeg nå skal se tilbake til et av læringsmålene på studieplanen: *Studenten viser og formidler et reflektert, kritisk og konstruktivt forhold til musikkterapeutrollen og musikkterapeutisk arbeid* (Forskrift om studiene ved Norges musikkhøgskole, 2020, §13), ser jeg har dette krever erfaringsgrunnlag. Sett fra mitt perspektiv vil også læringsmålene være gjeldende for alle musikkterapeuter, både under og etter musikkterapiutdanningen. På bakgrunn av profesjonsforståelse i musikkterapi ser jeg at slike kompetanser krever trening og erfaring. Samtidig anser jeg det som svært nødvendig å reflektere over erfaringene sammen med noen. Med tanke på taushetserklæring og personvern byr dette som regel på utfordringer. Dette poengterer viktigheten omkring bevissthet og refleksivitet hos musikkterapeuter, både for å ivareta klienten, men også musikkterapeuten. Dersom terapeuten ikke kjenner til egne begrensinger, rammer, skillet mellom det profesjonelle og det personlige kan dette i verste fall få problematiske følger. Jeg foreslår følgende hjelperegler: Tenk alltid over valgene du tar og hvorfor. Tenk over hvordan du tenker, samt hvilke følelser og reaksjoner som oppstår og hvorfor. Still deg selv spørsmål og aldri slutt å være nysgjerrig. Jeg tror at det gjennom slik nysgjerrighet finnes svar – ikke de med to streker under, som er uforanderlige og urokkelige, men svar som bringer frem nye spørsmål og holder nysgjerrigheten i live.

7 Litteraturliste

- Aasgaard, T. & Blichfeldt Ærø, S. C. (2016). *Songwriting Techniques In Music Therapy Practice* (644-668). In J. Edwards (Red.), *The Oxford Handbook Of Music Therapy*. United Kingdom: Oxford University Press.
- Adams, T., E., Holman Jones S., Ellis, C., (2015). *Autoethnography*. Oxford: Oxford university press
- Aigen, K. (1993). The Music Therapist as Qualitative Researcher. *Music Therapy*, 12 (1) 16-39. New York: New York University,
- Aigen, K. (2013). *The Study of Music Therapy. Current issues and concepts*. New York: Routledge.
- Aigen, K. (2015). A Critique of Evidence-Based Practice in Music Therapy. *Music Therapy Perspectives*, 33(1), 12-24. New York: New York University.
<https://doi.org/10.1093/mtp/miv013>
- Alvesson, M. & Sköldberg, K. (2017). *Tolkning och reflektion. Vetenskapsfilosofi og kvalitativ metod*. Lund: Studentlitteratur AB
- Andersen, T. (2005). *Reflekterende processer. Samtaler og samtaler om samtalerne*. Gylling: Psykologisk forlag.
- Anderson, H. (2001). *Postmodern collaborative and person-centered therapies: what would Carl Rogers say?* *Journal of Family Therapy*. 23. 339-360.
<https://doi.org/10.1111/1467-6427.00189>
- Anderson, H. (2003). *Samtale, sprog og terapi. Et postmoderne perspektiv*. Gyldendal
- Ansdell, G. (2003). *The Stories We Tell. Some Meta-theoretical Reflections on Music Therapy*. *Nordig Journal of Music Therapy*, 12(2), 152-159.
<https://doi.org/10.1080/08098130309478085>
- Ansdell, G. (2014). *How music helps. In therapy and everyday life*. Farnam: Routledge.
- Arthur, H. M. (2018). A Humanistic Perspective on Intersubjectivity in Music Psychotherapy. *Music Therapy Perspectives*, 36(2), 161-167.
<https://doi.org/10.1093/mtp/miy017>
- Arthur, M. H. (2018). A Humanistic Perspective on Intersubjectivity in Music Psychotherapy. *Music Therapy Perspectives*, 36(2), 161-167. <https://doi.org/10.1093/mtp/miy017>
- Baarts, C. (2010). *Autoetnografi*. I T. Thangaard, & S. Brinkmann, *Kvalitative metoder: En grunnbok* (1. utg.) (153-163). København: Hanz Reitzels Forlag.

- Baker, F. (2015). *Therapeutic Songwriting. Developments in Theory, Methods, and Practice*. London: Palgrave Macmillan.
- Baker, F. & Wigram, T. (2005). *Songwriting: Methods, Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Barry, P. & O'Callaghan, C. (2008). *Reflexive Journal Writing. Nordic Journal of Music Therapy*, (55-66), 17(1). <https://doi.org/10.1080/08098130809478196>
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (2000). *Den samfunnsskapte virkelighet*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Blackstone, J. (2006). Intersubjectivity and nonduality in the psychotherapeutic relationship. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 38 (1).
- Bochner, A. P. (2017). Heart of the matter: A mini-manifesto for autoethnography. *International Review of Qualitative Research*, 10(1), 67-80. <https://doi.org/10.1525/irqr.2017.10.1.67>
- Bolger, L., McFerran K. S. & Stige, B. (2018). Hanging Out and Buying in: Rethinking Relationship Building to Avoid Tokenism When Striving for Collaboration in Music Therapy. *Music Therapy Perspectives* (257-266), 36.
- Bonde, L. O. (2011). *Musik og menneske. Introduktion til musikpsykologi*. Fredriksberg: Samfundslitteratur.
- Bonde, L. O. (2014). *Musikterapi. Teori, Uddannelse, Praksis, Forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark*. Århus: Forklaget Klim.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77-101.
- Bruscia, K. E. (2005). *First-Person research*. In B. L. Wheeler, *Music therapy research* (379-391). University Park: Barcelona Publishers.
- Bruscia, K. E. (2014). *Defining Music Therapy*. (3. utg.). Dallas: Barcelona Publishers.
- Burr, V. (2003). *Social Constructionism*. Hove: Routledge.
- Cameron, R. (2003). *Psychological Contact – Emotional and Subtle Contact* in J. Tolan *Skills in Person-centred Counselling & Psychotherapy*. London: SAGE Publications Ltd.
- DeNora, Tia (2016). *Music Asylums: Wellbeing Through Music In Everyday Life*. New York: Routledge.
- Devlin, K. (2018). *How do I see you, and what does that mean for us? An autoethnographic study*. *Music Therapy Perspectives*, 36(2), 234–242. Annapolis: Music Therapy Services, MD. <https://doi.org/10.1093/mtp/miy005>

- Dileo, C. (2000). *Ethical Thinking in Music Therapy*. Cherry Hill: Jeffrey Books.
- Edwards, J. (2015). Getting messy: Playing, and engaging the creative, within research inquiry. *Journal of Music Therapy*. 52(4). 437-440.
<https://doi.org/10.1093/jmt/thv015>
- Edwards, J. (2021). *Ethical Autoethnography: Is it Possible?* Research Article.
<https://doi.org/10.1177/1609406921995306>
- Eggebø, H. (2019, 18. juni). *Tematisk analyse – metodeartikkelen som løyser alt*.
<http://helgaeggebo.no/tematisk-analyse-metodeartikkelen-som-loyser-alt/>
- Ellis, C. (2004). *The Ethnographic I – A Methodological Novel about Autoethnography*. Walnut Creek AltaMira Press.
- Ellis, C., & Adams, T. E. (2014). The purposes, practices, and principles of autoethnographic research. In P. Leavy (Ed.), *The Oxford handbook of qualitative research* (254–276). Oxford University Press.
- Ellis, C., Adams, T. E., & Bochner, A. P. (2011). *Autoethnography: An Overview*. Forum Qualitative Sozialforschung. Forum: Qualitative Social Research.
<http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/1589/3095>
- Falkum, E. (2018). *Den terapeutiske alliansen*. Tidsskriftet. Den Norske Legeforening.
 doi: 10.4045/tidsskr.18.0331
- Forskrift om studiene ved Norges musikkhøgskole. (2020). Forskrift om studiene ved Norges musikkhøgskole (FOR-2020-06-11-1472). Lovdata. Hentet fra
<https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2005-12-16-1559>
- Freeman, D. (2018). *Use of reflexive thinking in music therapy to understand the therapeutic process; moments of clarity, self-criticism: an autoethnography*. 13 (1). Barcelona Publishers.
- Fuhr, Gisle. (u.å.). *Musikkterapi i kriminalomsorgen*. Norsk forening for musikkterapi. Hentet fra <https://www.musikkterapi.no/arbeidsfelt/kriminalomsorg>
- Garred, R. (2008). *Et dialogisk perspektiv på musikk som terapi*. I G. Trondalen & E. Ruud (Red.), *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med norsk musikkterapi*. (99-109). Oslo: NMH-publikasjoner, 2008: 3, Skriftserie fra Senter for musikk og helse, (1).
- Gergen, K. J. & Gergen, M. (2005). *Sosial konstruksjon – ind i samralen* (1.utg.). Viborg: Dansk Psykologisk forlag.
- Gergen, K. J. (2015). *An Invitation to Social Construction*. (3. utg.). London: Sage Publications Ltd.

- Greenhalgh, T. & Peacock, R. (2005). Information in practice. *Effectiveness and efficiency of search methods in systematic reviews of complex evidence: audit of primary sources*. British Medical Journal 1064-1065 (331).
<https://doi.org/10.1136/bmj.38636.593461.68>
- Holmen, H., A. (2021, 23. mars). *Erfaring i Store norske leksikon*. Hentet fra
<https://snl.no/erfaring>
- Hunt, A. M. (2016). *First-person Research* In B. L. Wheeler & K. Murphy *Music Therapy Research* (3. Ed.) (453-467). Dallas: Barcelona Publishers.
- Hustad, G. S. (2018, 4. januar). Det blir til mellom oss. Tidsskrift for Norsk Psykologforening.
<https://psykologtidsskriftet.no/fra-praksis/2018/01/det-blir-til-mellom-oss>
- Ihlen, B. M. & Ihlen, H. (2003). *På seg selv kjenner man ingen andre. Om kommunikasjon og teambygging*. Oslo: Cappelen Damm.
- Jacobsen, S. L. & Bonde, L. O. (2014). *Musikterapeutiske metoder* i L. O. Bonde (red.) *Musikterapi. Teori, Uddannelse, Praksis, Forskning. En handbog om musikterapi i Danmark*. Århus: Forlaget Klim.
- Johansson, K. (2017). *Gjentakelse i musikkterapi. En kvalitativ instrumentell multiappel casestudie* (Doktorgradsavhandling) Norges musikkhøgskole..
<http://hdl.handle.net/11250/2465699>
- 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*. Oslo: Unipub AS.
- Karlsson, B., Klevan, T., Soggiu, A-S., Sælør, K. T. & Villje, L. (2021). *Hva er autoetnografi?* Oslo: Cappelen Damm.
- Krogvig Karlsen, R. (2019, 17. juni). *Møte med Harlene Anderson – en ledestjerne for dialog*. Portrettintervju. Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid. Hentet fra
https://napha.no/anderson_dialogiske_praksiser
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det Kvalitative Forskningsintervju*. Gyldendal Norsk Oslo: Forlag AS.
- Kvello, Ø. (2012). *Oppvekstmiljø og sosialisering*. Oslo: Gyldendal akademisk
- Loewy, J. & Paulander, A. S. (2016). *Hermeneutic Inquiry* In B. L. Wheeler & K. Murphy *Music Therapy Research* (3. Ed.) (468-476). Dallas: Barcelona Publishers.
- Lindvang, C. (2010). *A Fields of Resonant Learning. Self-experiential Training and the Development of Music Therapeutic Competencies*. Department of Communication./

- (Doktorgradsavhandling) Aalborg University.
\\ID.AAU.DK\Users\dorthe\Documents\dorthe-ekstra\VBN\phd\6465_dissertation_c_lindvang
- Nolan, P. (1998). *Countertransference in Clinical Song-Writing*. In K. E. Bruscia (Ed.), *The Dynamics of Music Psychotherapy*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Norges musikkhøgskole. (2021, 11. september). *Praksis*.
<https://nmh.no/studiehandboker/startkull-2021/emner/praksis-2>
- Palvlicevic, M. (1997). *Music Therapy in Context. Music, Meaning and Relationship*. United Kingdom: Jessica Kingsley Publishers.
- Pedersen, I. N. (2014). *Analytiske og psykodynamiske teorier*. L. O. Bonde (Red.), *Musikterapi. Teori. Uddannelse. Praksis. Forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (102-118). Århus: Forlaget Klim.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a Person – A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Rolvjord, R. (2008). *En ressursorientert musikkterapi*. I G. Trondalen & E. Ruud (Red.), *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med norsk musikkterapi*. (123 – 138) 3, Skriftserie fra Senter for musikk og helse. Oslo: NMH-publikasjoner.
- 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, & E. Ruud, *Perspektiver på musikk og helse - 30 år med norsk musikkterapi* (5-28). Oslo: NMH Publikasjoner.
- Ruud, E. (2017a). *Handlemuligheter og musikalsk aktørskap. Om å avgrense musikkterapi fra musikkpedagogikk*. I G. Johansen *Utdanningsforskning i musikk – didaktiske, sosiologiske og filosofiske perspektiver* (203-212). Oslo: Norges musikkhøgskole.
- Ruud, E. (2017b). *Lik – men unik*. Norsk Forening For Musikkterapi. Hentet fra <https://www.musikkterapi.no/nyheter/kronikk-lik-men-unik>
- Ruud, E. (2018, 21. mars). *Samfunnsmusikkterapi i Store Norske Leksikon*. Hentet fra <https://snl.no/samfunnsmusikkterapi>
- Ruud, E. (2013). *Musikk og Identitet*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Røkenes, O. H. & Hanssen, P., H. (2015). *Bære eller bryte. Kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker*. (3. utg.). Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke.
- Schibbye, A. L. L. (1996). *Anerkjennelse: En terapeutisk intervensjon?* *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, (530-537), 22 (6).

- Skau, G. M. (2017). *Gode fagfolk vokser. Personlig kompetanse i arbeid med mennesker*. (5.utg.). Oslo: Cappelen Damm AS.
- Sloboda, John. (1999). *Music: Where Cognition and Emotion Meet*. Article in *The Psychologist*. 12(9), 460-455.
DOI:[10.1093/acprof:oso/9780198530121.003.0019](https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198530121.003.0019)
- Solli, H. P. (2012). *Med pasienten i førerretet - Recovery-perspektivets implikasjoner for musikkterapi i psykisk helsearbeid*. *Musikkterapi i psykiatrien online*. 7 (2).
<https://doi.org/10.5278/ojs.mipo.v7i2.114>
- Stige, B. (2011). *Elaborations towards A Notion Of Community Music Therapy*. Gilsum: Barcelona Publishers.
<https://web.p.ebscohost.com/ehost/ebookviewer/ebook/ZTAwMHh3d19fNTAzMjg4X19BTg2?sid=abe4547f-6ed7-4c14-82c7-e7e386e4b4ff@redis&vid=0&format=EB&rid=1>
- Stige, B. (2005). *Ethnography and ethnographically informed research*. In B. L. Wheeler (Ed.), *Music therapy research* (2. utg.), (392-403). Gilsum: Barcelona Publishers.
- Stige, B. & Aarø, L. E. (2012). *Invitation to Community Music Therapy*. New York: Routledge.
- Stige, B. & Ledger, A. (2016). *Ethnographic Research* In B. L. Wheeler & K. Murphy *Music Therapy Research* (3. Ed.) (408-420). Dallas: Barcelona Publishers.
- Svartdal, F. (2020, 14. april). *Fordom. Psykologi i Store norske leksikon*. Hentet fra https://snl.no/fordom_-_psykologi
- Sælør, K. T., Klevan, T. & Sundet, R. (2021). *Ensretting, standardisering og kunnskapsbasert praksis – autoetnografi som motstand?* Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/2021/ensretting-standardisering-og-kunnskapsbasert-praksis--autoetnografi-som-motstand/>
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse – en innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Taylor, C. & White, S. (2000). *Practising reflexivity in health and welfare – making knowledge*. Buckingham: Open University Press.
- Thornquist, E. (2014). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag* (5.oppl.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Tjora, A. (2020, 3. desember). *Sosialkonstruktivisme i Store Norske leksikon*. Hentet fra <https://snl.no/sosialkonstruktivisme>

- Tolan, J. (2003). *Skills in Person-centred Counselling & Psychotherapy*. London: Sage Publications Ltd.
- Tolich, M. (2010). A critique of current practice: Ten foundational guidelines for autoethnographers. *Qualitative Health Research*, 20, 1599-1610.
<https://doi.org/10.1177/1609406921995306>
- Torkildsen, A. R. (2008). *Lærerens utvikling*. (Masteroppgave) Universitetet i Oslo.
<http://urn.nb.no/URN:NBN:no-19889>
- Trevarthen, C. (2002). *Origins of musical identity: evidence from infancy for musical social awareness* in MacDonald, R. A. R., Hargreaves, D. J. & Miell, D. (Ed.), *Musical identities*. Oxford: Oxford University Press.
- Trevarthen, C. & Malloch, S. N. (2000). *The Dance of Wellbeing: Defining the Musical Therapeutic Effect*. *Nordisk Tidsskrift for Musikkterapi*, 9(2), (3-17)
<https://doi.org/10.1080/08098130009477996>
- Trondalen, G. (2004). *Klingende relasjoner: en musikkterapistudie av «signifikante øyeblikk» i musikalsk samspill med unge mennesker med anoreksi* (Doktorgradsavhandling) Oslo: Norges musikkhøgskole. <http://hdl.handle.net/11250/172430>
- Trondalen, G. (2007). *A Moment Is A Moment Is A Moment. Om gylne øyeblikk i musikkterapeutisk teori og praksis*. 574-593, 28. Psyke & Logos.
- Trondalen, G. (2008). *Musikkterapi: et relasjonelt perspektiv*. I G. Trondalen & E. Ruud (Red.), *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med norsk musikkterapi*. (85-97). NMH-publikasjoner, 2008: 3, Skriftserie fra Senter for musikk og helse, (1).
- Trondalen, G. (2010). Fløyta og jeg: The Bonny Method of Guided Imagery and Music (GIM) med en ung mann. *Voices: A World Forum for Music Therapy*, 10(3).
<https://voices.no/index.php/voices/article/view/1880/1645>
- Trondalen, G. & Bonde, L. O. (2012). *Music Therapy: Models and Interventions* in R. Macdonald, G. Kreutz & L. Mitchell. Oxford: Oxford University Press.
- Trondalen, G. (2019). *Musical Intersubjectivity*. *The Arts in Psychotherapy*. 65.
<https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.101589>
- Tuastad, L. (2014). *Innanfor og utanfor: Rockens rolle innan kriminalomsorg og ettervern*. (Doktorgradsavhandling) Bergen: Universitetet i Bergen.
<https://hdl.handle.net/1956/8829>
- Tuastad, L. & O'Grady, L. (2013). *Music therapy inside and outside prison – A freedom practice?*, *Nordic Journal of Music Therapy*, 22:3, 210-232,
<https://doi.org/10.1080/08098131.2012.752760>

- Tønsberg, G. E. & Hauge, T. S. (2008). *Musikalsk improvisasjon, samspill, kommunikasjon og språk*. I G. Trondalen & E. Ruud (Red.), *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med norsk musikkterapi*. (s. 85-97). NMH-publikasjoner, 2008: 3, Skriftserie fra Senter for musikk og helse, (1.)
- Villje, Linda (2018). *Hele veien dit – og tilbake igjen? En autoetnofrafisk studie om hvordan en barnevernsarbeider forstår egen profesjonalitet og kunnskap som kilder til makt* (Masteroppgave) VID vitenskapelige høyskole. <http://hdl.handle.net/11250/2569811>
- Wheeler, B. L. (2005). *Overview of Music Therapy Research* in B. L. Wheeler, Music Therapy Research (3-19). Gilsum: Barcelona Publishers
- Wheeler, B. L. (2016). *Principles Of Interpretivist Research* In B. L. Wheeler & K. Murphy *Music Therapy Research* (3. Ed.) (132-141). Dallas: Barcelona Publishers.
- Yalom, I. D. & Leszcz, M. (2005). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. (5. utg.) New York: Basic Books.
- Yalom, I., D. (2001). *The gift of therapy. Reflections on being a therapist*. London: Judy Piatkus Publishers Ltd.

Om Master i musikkterapi

Musikkterapistudiet fokuserer på ferdigheter i kommunikasjon og sosialt samspill. Sentralt i studiet står musikkens evne til å fremme uttrykksevne og opplevelse av mening, mestring og livssammenheng.

Studiet har en kombinasjon av det praktiske og det teoretiske, med emner som improvisasjon, relasjonskunnskap, vitenskapsteori og forskningsmetode.

Musikalsk improvisasjon står sentralt, siden dette er et viktig redskap for å komme i kontakt med – og utvikle relasjonelle og kommunikative ferdigheter.

På Musikkhøgskolen er musikkterapi et sterkt fagmiljø som omfatter Senter for forskning i musikk og helse (CREMAH).

Om Norges musikkhøgskole

Norges musikkhøgskole er en kunstfaglig og vitenskapelig høgskole med landets største fagmiljø i musikk.

Vi utdanner musikere, komponister, dirigenter, pianostemmere, musikkteknologer, musikkvitere, musikkpedagoger og musikkterapeuter på bachelor-, master- og doktorgradsnivå.

834 studenter og om lag 350 ansatte arbeider innenfor en stor vifte av sjangere, med tyngdepunkt i klassisk, samtidsmusikk, jazz og folkemusikk.

På NMH kan studentene ta bachelor, master og doktorgrad i musikk – både utøvende og teoretiske emner. I tillegg tilbyr vi ettårsemner og videreutdanning fra 15 til 60 studiepoeng for dem som trenger faglig påfyll.