

RESONANSBOTTEN SOM METAFOR

Ett försök att betrakta det som händer i ett musikterapeutiskt möte ur ett vetenskapsteoretiskt perspektiv.

Petra Werner

60-poängsuppsats
Musikterapiutbildningen
Kungliga Musikhögskolan
Stockholm 1997

Skrivhandledare:
Ingrid Hammarlund

ABSTRACT

RESONANSBOTTEN SOM METAFOR – Ett försök att betrakta det som händer i ett musikterapeutiskt möte ur ett vetenskapsteoretiskt perspektiv.

60-poängsuppsats av Petra Werner
Musikterapiutbildningen vid Kungliga Musikhögskolan i Stockholm 1997

I uppsatsen görs ett försök att utforska den bank – eller resonansbotten – från vilken musikterapeuten hämtar information i ett musikterapeutiskt möte. Syftet är också att ställa frågor, att försöka problematisera musikterapin som ämne.

Tre huvudfrågor ställs:

1. Vilka dimensioner/ingredienser finns i mötet mellan klient och musikterapeut utöver behandlingsperspektivet?
2. Kan jag hämta begrepp/teorier kring de ovanstående fenomen jag kan urskilja, ur andra områden än det psykologiska som hittills varit musikterapiens teoretiska grund? Isåfall vilka?
3. På vilket sätt kan musikterapi utgöra grunden för forskning?

Uppsatsen är uppbyggd på följande sätt: Efter inledningen följer ett avsnitt om musikterapiens potential i vetenskapliga sammanhang, och ett avsnitt om musikterapeutens identitet. Därefter redogör jag för influenser som jag betraktar som viktiga i sammanhanget, d v s musikterapi ur ett antropologiskt, psykologiskt och ett konstnärligt perspektiv. Så nämner jag några av musikterapiens företrädare i ett personligt urval med utgångspunkt i vilka som är viktiga att känna till för de resonans som jag för. Så följer ett avsnitt om improvisation, och ett avsnitt om musikterapi ur ett andligt perspektiv, där jag också tar upp nutidsmänniskan. Avslutningsvis kommer en sammanfattning. På grund av utrymmesskäl har sammanställningarna blivit starkt summariska, men min ambition är att gå vidare och fördjupa dessa studier inom en snar framtid.

Innehållsförteckning

ABSTRACT	2
INLEDNING.....	6
PERSONLIG BAKGRUND	6
UPPSATSENS BAKGRUND- ETT GRODPERSPEKTIV	7
UPPSATSENS BAKGRUND - ETT METAPERSPEKTIV	7
SYFTE	9
METOD.....	10
DISKUSSION KRING FRAMTIDENS MUSIKTERAPI - VETENSKAPLIGA MÖJLIGHETER.....	11
Att beskriva vad som händer i musikterapi.....	12
Pågående forskning i Sverige	13
Tolkaren som delaktigt element i sin tolkning.....	14
Detta med att avdela	14
Angående ett eget språk	15
Resonansbotten som metafor	16
Vetenskap - apropå dela	16
Vetenskapsteori.....	17
TERAPEUTENS IDENTITET - HÄLSOBEGREPP OCH MÄNNISKOSYN	19
Professionell terapeutisk hållning.....	19
Professionell musikterapeutisk hållning	19
Personlig identitet hos musikterapeuten - människosyn	19
Musikalisk identitet	20
Förhållandet till klienten - klientgrupp.....	21
HÄLSOBEGREPP - MÄNNISKOSYN	22
Hjälpa eller missionera.....	22
Vad möter jag klienten med?	22
Hjälpa klienten till anpassning	23
Några ord om vårdarrollen - frågor som väcks inom mig kring hjälparrollen	23
Vilken är betydelsen av bot?	23
Institutionens forna roll	24
Förändring.....	24
Ångest - smärta	25
Terapeutens självreflexion	26
En analysmodell för terapeutens sätt att förstå klienten.....	27
Några ord om neutralitet	28
MUSIKTERAPI - ANTROPOLOGISKT PERSPEKTIV	29
Shamanens trumresor	29
Ritualen	30
Shamanismen	30
Animism.....	30
Olika perspektiv på shamanens roll.....	31
Musikterapeuten - en nutida shaman?.....	31
Sjukdomsuppfattning.....	31
MUSIKTERAPI UR PSYKOLOGISKT PERSPEKTIV.....	34
PSYKOLOGI I FÖRHÅLLANDE TILL FILOSOFI I KORTHET	34

PSYKOANALYSEN	34
Hypnos	35
Driftläran, drömmen och den fria associationen	35
Målet för analysen	35
Jagpsykologi	35
Teknik	36
En andlig aspekt på psykoanalys	36
DEN ANALYTISKA PSYKOLOGIN	36
Det kollektiva omedvetna	36
Drömsymbolik	37
Ett psykodynamiskt förhållningssätt	37
Metoder	38
Symboldrama	38
Konstnärliga terapiformer, dans- och bildterapi	39
OBJEKTRELATIONSTEORIER	39
Mellanområde	40
Ett eklektiskt förhållningssätt	41
Utvecklingspsykologi, självpsykologi respektive affektteori	41
Metapsykologi	42
HUMANISTISKT ORIENTERADE TERAPIFORMER	43
Kropporienterad psykoterapi	43
Psykodrama	43
Gestalterapi	43
EXISTENTIELL PSYKOLOGI	44
Logoterapi	45
TRANSPERSONELL PSYKOLOGI	45
Human potential movement	46
Psykosyntes	46
NÅGRA AV MUSIKTERAPINS FÖRETRÄDARE	48
RECEPTIV MUSIKTERAPI	48
En humanistisk utgångspunkt	48
GIM	49
EXPRESSIV MUSIKTERAPI	50
Analytisk improvisation	50
Klinisk improvisation	51
Några andra röster om vad som händer i musikterapi	52
MUSIKTERAPI UR ETT KONSTNÄRLIGT PERSPEKTIV	53
Den estetiska dimensionen	53
Musikterapi som uttrycksmodell	53
Andra konstnärliga uttryckssätt	54
Nutidsmänniskans behov av konst	54
Musiken som scen för inre skeenden	55
Konsten som tidsspegel	56
Konsten i förhållande till religionen	56
Behovet av att konstruera en världsordning	56
Nutidsmänniskans behov av metaforiserande och mytologiserande	57
Publiken i förhållande till den nutida konsten	57
Konstnären	57
Nutidsmänniskan och bilden av henne i konsten	57
Musiken som verktyg för klienten	58
Nutidsmänniskans behov av konst	58
IMPROVISATION	59
- RITEN, INTUITIONEN, RESONANSBOTTEN SOM METAFOR	59
Mellanområde	60

<i>Lek</i>	62
<i>Rum</i>	62
<i>Idealisering av musiken som språk?</i>	63
<i>Transformering</i>	63
<i>Intuition</i>	64
<i>Symboler, det rituella och det mytiska</i>	65
<i>Liminal improvisation</i>	66
<i>Apropå jazzimprovisation</i>	66
<i>Andra teorier om improvisation</i>	67
<i>Övergångsriter</i>	68
DET ANDLIGA PERSPEKTIVET PÅ MUSIKTERAPI	69
NUTIDENS NARCISSISTISKA SAMHÄLLE - DET TERAPEUTISKA SAMHÄLLET ELLER FÖRLUSTEN AV MYTERNA - FÖRHÅLLET TILL NEW AGE	69
<i>Kort om nutidsmänniskan utifrån några teoretiker</i>	69
<i>Christopher Lasch</i>	69
<i>Rollo May</i>	70
<i>Heinz Kohut</i>	70
<i>Bo Sigrell</i>	70
<i>Hur ser nutidsmänniskan på sig själv?</i>	70
FÖRLUSTEN AV MYTERNA	70
<i>Terapi istället för en fungerande mytologi</i>	70
<i>Terapi vår tids religion?</i>	71
<i>Terapeuten som predikant</i>	71
NEW AGE - DEN NYA TIDSÅLDERN	72
<i>Vad är New Age?</i>	72
<i>En kort jämförelse mellan New Ageterapi och psykoterapi</i>	73
<i>En tanke om New Age-terapiernas uppkomst</i>	73
<i>Till vad ska människan ha terapi?</i>	73
SAMMANFATTNING	75
<i>Avslutande fråga</i>	76
LITTERATURFÖRTECKNING	77
KÄLLFÖRTECKNING	79

INLEDNING

Personlig bakgrund

Min uppväxt var präglad av min fars musik eftersom han var pianist. Den musikgrupp som han ledde uppehöll sig under långa perioder i mitt barndomshem, där de spelade dygnet runt. De spelade jazz, bebop och experimenterande improvisationer. Radio förekom inte i mitt hem, och jag minns tydligt hur jag i elvaårsåldern för första gången hörde något som hette "Svensktoppen" hos en grannes dotter. Jag trodde det var frågan om ett berg! Dock minns jag att musiken tilltalade mig. Som trettonåring fick jag en transistorradio av min farmor, och blev då bekant med programmet "Tio i Topp" där min barndoms populärmusik spelades. Jag tillbringade mycket tid vid pianot. Min pappa sa att undervisning var förkastlig, det enda rätta var att helt och hållet lära sig allt själv. Således spelade jag in den musik jag själv tyckte om, från transistorradiotill kassettbandspelaren, och tog ut den på gehör. Musiken jag valde var uteslutande klassisk; Mozart, Händel, Haydn, Schumann och Schubert till exempel. Genom koncentrerat arbete hade jag efter några år en imponerande repertoar utan att ha kännedom om vare sig titlar eller upphovsmän.

Utöver detta ambitiösa repeterande, sysslade jag med att teckna och skriva berättelser. Överhuvudtaget dominerade det envisa och oupphörliga producerandet min uppväxt, och till och med mitt lekande bestod av att skriva och spela teaterstycken med mina grannkamrater, företrädesvis på engelska, eftersom de flesta av mina grannar var engelskspråkiga.

Musiken är ett område som för mig har ett djupt samband med allt skapande, även i form av bild, ord, rörelse eller teater. De metaforiserande dimensionerna har inneburit en förutsättning för min överlevnad, delvis beroende på omständigheter som här inte ska utredas närmare.

Dock kan jag nämna att min familj var orolig och splittrad.

Utöver tillgången till ett konstnärligt skapande finns det ett annat område som fångat mig än mer; nämligen allt som rör människan, hennes egenskaper, hennes val, hennes relationer och känslor. Detta har också varit den avgörande orsaken till att jag i förtid avslutat projekt som inbegripit ett konstnärligt producerande på professionell nivå. När jag exempelvis arbetade med teater upptäckte jag att det enda som intresserade mig var improvisationerna. Det faktum att skådespelare vill repetera in pjäser och spela upp för publik försökte jag vifta undan tills det inte längre gick att förena våra önskemål.

Väl uppe i trettioårsåldern accepterade jag slutligen att jag måste skaffa mig åtminstone något hum om musikteori, varför jag genomgick en tvåårig musiklinje på folkhögskola. Där fick jag av en lärare rådet att söka mig till musikterapi, något som jag då inte alls kände till. Att emellertid påbörja studier i musikterapi, att börja arbeta med klienter med skiftande bakgrund, har egentligen för mig framförallt inneburit en bekräftelse på min egen identitet. Samtidigt har jag tvingats acceptera att jag måste revidera min uppfattning om ämnet såväl som om min egen yrkesidentitet nästan dagligen. Eftersom jag har haft klienter med ytterst skiftande bakgrund har jag också konfronterats med musikterapiens alla utkanter. Detta har gjort att jag nu känner ett behov av att försöka utröna vilka ingredienser detta ämne egentligen har, och vilka framtidsutsikter ämnet har ifråga om forskning och vetenskapliga möjligheter. Något som också är betydelsefullt för mitt val av ämne är de stora förändringar som hela tiden äger rum i samhället. Jag vill försöka utröna vilka förväntningar som kan tänkas komma på musikterapi och dess utövare genom att kartlägga influenser på olika nivåer i min samtid. Jag försöker ha dels ett grodperspektiv eftersom det i grunden handlar om min egen erfarenhet som terapeut, och dels ett metaperspektiv eftersom jag vill få en översikt

Uppsatsens bakgrund- ett grodperspektiv

Fördelen med att gå en utbildning är onekligen att man hela tiden befinner sig mitt i ämnet, just där det står i sin utveckling. Som ny i sammanhanget kan man se på de gamla veteranerna med respekt, men också med viss distans. Dessutom har man inte hunnit fångas av ämnets komplexitet, och kan därför unna sig att vara lite beskäftig.

Jag vill försöka belysa musikterapi idag ur min personliga synvinkel. Avsikten är att utifrån min situation som studerande på musikterapiutbildningen, kartlägga vilka influenser jag kan urskilja i musikterapi utifrån den erfarenhet jag fått genom mina studier och min praktik. Om man ställer frågan; vad gör en musikterapeut, så kan svaret i princip bli vad som helst. Bara i min egen avgångsklass finns det alla möjliga inriktningar och metoder representerade. Någon har sagt att det finns lika många musikterapi metoder som det finns terapeuter. Självt skulle jag vilja spetsa till det genom att säga att det finns lika många som det finns klienter.

Jag möter som musikterapeut skilda människooöden som kräver sin helt unika behandling. Det innebär att jag måste ha en ständigt pågående personlighetsutveckling som också handlar om min människosyn, min musikaliska identitet, min uppfattning om nutiden och dess paradigm beträffande vissa grundläggande begrepp som till exempel hälsa. Vidare bör jag ha en kännedom och ett förhållande till de kunskapsområden som musikterapeuter traditionellt använt som grund till sitt arbete.

Utöver denna kännedom tror jag mig kunna finna användbar information i angränsande ämnen där liknande fenomen belyses från andra håll och med andra namn. Detta går jag in på konkret i beskrivningen av uppsatsens syfte.

Eftersom jag personligen betraktar improvisationen som det centrala i den expressiva musikterapi bör jag också ha kännedom om vilka teorier som finns kring improvisation, och vilka begrepp som är viktiga. Här kommer jag att välja några begrepp, av utrymmesskäl. Det är också nödvändigt att veta något om metaforisering, symboliseringsprocesser och kommunikation. Intuition är ett ytterligare begrepp som kan sägas vara centralt för en musikterapeut.

Uppsatsens bakgrund - ett metaperspektiv

Om utbildningen

Musikterapi i Sverige är inte längre helt nytt som ämne eller som behandlingsform. Musikterapi används inom specialpedagogiken, men också inom psykiatrin. Utbildningen på Kungliga Musikhögskolan i Stockholm har funnits under drygt ett decennium, och omständigheterna för elevantagningarna är under ständig förändring. Det är en påbyggnadsutbildning, och från början tog man in personer som var verksamma inom ett yrke där de skulle kunna få användning för musikterapeutisk kompetens, och där de därför också kunde ordna den praktik som utbildningen lägger stor vikt vid. Idag kommer emellertid de studerande från mer skiftande yrkesområden, och måste i allt högre utsträckning ordna praktik själva. Samtidigt pågår andra förändringar i samhället. Det har under några år varit lågkonjunktur och hög arbetslöshet, regeringen har beslutat om stora nedskärningar, framförallt inom områden där musikterapi har haft en plats, nämligen all form av vård och specialpedagogik. Detta berör också indirekt en av de frågor som för yrkesverksamma

musikterapeuter varit viktigast under de senaste åren, nämligen frågan om legitimeringsmöjligheter för musikterapeuter.

Paradoxalt nog mot bakgrund av vår tids avsevärda åtstramningar, finns det ett stort framväxande intresse för musikterapi såväl som terapier som kan gå under benämningen ickeverbala, eller konstnärligt gestaltande. Flera forskningsprojekt har påbörjats och avslutats där läkare och terapeuter med skiftande metoder samarbetat. Dessa omnämns senare i uppsatsen.

När jag har läst om musikterapi - kliniska fallbeskrivningar - har jag ofta reflekterat över tendensen att framställa solskenshistorier. I synnerhet beträffande klientgrupper som inte själva kan uttrycka sig, kan det resultera i att fallbeskrivningarna framstår som spekulationer. Det är svårt att bevisa något medicinskt eller psykologiskt, som är det väntade inom naturvetenskapen, annat än när man utför fysiologiska försök. En tanke är att försöka använda sig av vedertagna regelverk inom humaniora. Det går emellertid inte att förhålla sig till musikterapiforskning på samma sätt som till forskning där man studerar ett objekt, till exempel musikvetenskap. Musikterapi består av musik och terapi, vilket innebär att man måste hitta ett sätt att studera människan, det hon skapar, *och* sambandet däremellan. Utöver detta har ofta musikterapeuten och klienten en önskan om ett resultat som egentligen handlar om något utanför både det skapade och hur det skapades. Kvalitativ forskning avser att försöka ringa in detta genom exempelvis frågeformulär. Det innebär en svårighet genom att forskningen plötsligt handlar om att tolka något istället för att studera det direkt. Det resulterar i en indirekt forskning. Frågan är kanske hur man kan utveckla andra sätt att studera människan utifrån musikterapi som ämne, av oss själva som utövar musikterapi.

Det görs också hela tiden försök att beskriva vad som händer i ett musikterapeutiskt möte. Ambitionerna i denna riktning består hittills främst av artiklar, C-uppsatser och föredrag. Det mesta som har skrivits i övrigt kommer från andra kulturkoncept, som visserligen har många likheter med vår egen, men som samtidigt har stora olikheter. Det är viktigt att den utveckling som påbörjats i Sverige fortsätter så att musikterapin kan ges ett ansikte utifrån en svensk tradition

Man kan utläsa en del konkreta influenser, genom att uppmärksamma vilka av musikterapiens egna förgrundsgestalter som gjorts gällande i vilket land. Det ska emellertid inte ske här. Däremot vill jag försöka ge en översikt av tänkbara influenser generellt. Jag har också två huvudsakliga teman som jag vill försöka fokusera på, nämligen individens behov av en estetisk dimension och längtan efter att metaforisera, samt tanken att musikterapin som ämne skulle kunna utgöra en resonansbotten för studier och iakttagelser av människan, varför uppsatsens syfte också är en ansats till att bidra till inspiration för andra att studera skeenden i musikterapi utifrån nya perspektiv. Musikterapi skulle kunna betraktas som ett ämnesområde som i sitt forskningstillämpande tangerar psykologi, filosofi, estetik, religion, kvantfysik, sociologi och musikvetenskap.

SYFTE

Jag har funnit att mitt sätt att bemöta klienterna skiftar starkt beroende på klientens personliga situation - som är mycket skiftande. Jag vill i denna uppsats försöka utforska den bank - eller resonansbotten - utifrån vilken jag i mina musikterapeutiska möten hämtar information. Syftet är också att problematisera musikterapin som ämne - *att helt enkelt ställa frågor*:

1. Vilka dimensioner/ingredienser finns i mötet mellan klient och musikterapeut utöver behandlingsperspektivet?
2. Kan jag hämta begrepp/teorier kring de ovanstående fenomen jag kan urskilja, ur andra områden än det psykologiska som hittills varit musikterapins teoretiska grund? Isåfall vilka?
3. På vilket sätt kan musikterapi utgöra grunden för forskning?

METOD

Jag har som främsta utgångspunkt min egen erfarenhet som musikerapeut, och förhåller mig till mitt empiriska material och de exempel jag tar upp - hämtat ur mina anteckningar från musikterapisessioner med klienter genom min praktiktid - genom att söka urskilja fenomen som jag försöker formulera med hjälp av litteraturstudium. Dessutom använder jag mig av föreläsningssanteckningar från musikerapeututbildningen samt en intervju med den amerikanska musikerapeuten Lisa Summer.

Uppsatsen är uppbyggd på följande sätt:

Efter inledningen följer ett avsnitt om musikterapiens potential i vetenskapliga sammanhang, och ett avsnitt om musikerapeutens identitet. Därefter redogör jag för influenser som jag betraktar som viktiga i sammanhanget, d v s musikterapi ur ett antropologiskt, psykologiskt och ett konstnärligt perspektiv. Så nämner jag några av musikterapiens företrädare i ett personligt urval med utgångspunkt i vilka som är viktiga att känna till för de resonemang jag för. Så följer ett avsnitt om improvisation, och ett avsnitt om musikterapi ur ett andligt perspektiv, där jag också tar upp nutidsmänniskan. Avslutningsvis kommer en sammanfattning. På grund av utrymmesskäl har sammanställningarna blivit starkt summariska, men min ambition är att gå vidare och fördjupa dessa studier inom en snar framtid.

DISKUSSION KRING FRAMTIDENS MUSIKTERAPI - VETENSKAPLIGA MÖJLIGHETER

Vilken utvecklingspotential har de konstnärligt gestaltande terapierna och i synnerhet musikterapi i vårt samhälle? Kan de bli grunden för vetenskapliga studier?

I musikterapi har man införlivat tänkanden från allehanda psykologiska skolor, och även estetiska referensramar. Småningom tillkommer även att studera musikterapi utifrån religiösa och filosofiska utgångspunkter. Musikantropologin har redan studerat riterna i musiken, och myter i allmänhet är ett populärt diskussionsämne när det gäller nutidsmänniskan. Terapeuter intresserar sig mycket för hur människor idag hanterar sitt behov av myter. Dessutom finns här en historisk tradition i shamanismen, naturläkeriet där läkaren utgjordes av en person som använde bland annat konstnärliga uttrycksmedel (dvs konst, musik, dans, sång) för att nå kommunikation med världar och dimensioner där man tänkte sig finna andar eller döda anförvanter. Jag ställer mig frågan om musikterapeuten - såväl som andra terapeuter inom uttryckandekonstterapi - kan betraktas som en sorts nutidsshaman. Det finns helt klart en kulturanthropologisk förankring i det att man använder konst på ett ritualiserat sätt i avsikt att komma till klarhet med problem av själslig karaktär. Om existentialisterna har rätt i sitt påstående att Gud är död - vem kan då efterträda Honom? Det finns kanske kunskap om människan att hämta som skolmedicinen/psykologin inte riktigt kan närma sig. Den amerikanska GIM-terapeuten Lisa Summer säger att det finns till och med det som inte *kan* på ett tillfredsställande sätt fångas i ord, där orden helt enkelt inte räcker till, utan där ett annat uttryck krävs.¹

Jag tror att en tes kan vara att musikterapi - liksom andra konstnärligt gestaltande terapier - riktar sig till nutidsmänniskan av just dessa anledningar; Hennes förlust av en självklar religiös identitet, i kombination med de eftersatta estetiska, konstnärliga behoven.

Alltid när jag hör slutsatser om nutidsmänniskan och hennes avsaknad av mytologi reflekterar jag över mig själv och min traditionella identitet. Jag är västerländsk, trosfri, religionsfri, eller anhängare av den amerikanska livsstilen, eller anhängare av motståndarna till den på marknaden enda befintliga religionen idag, nämligen just den amerikanska livsstilen. Personligen kan jag tycka att det finns en övertro på betydelsen av återknytandet till myter - Rollo May och Joseph Campbell är några exempel på kunniga teoretiker som starkt åberopar myters betydelse och mer eller mindre förklarar hur världen ser ut idag med utgångspunkten att det är i vår förlust av myterna det går illa. Det ligger trots allt nära till hands att tro att nutidsmänniskan på något sätt ändå bygger sitt liv på någon form av mytologi - frågan är kanske hur den ser ut. Jag tror att det finns ett kollektivt undermedvetet där vi har gemensamma arketyper även vårt moderna samhälle.

Frågan är alltså vad musikterapi och dess utövare har för plats i samhället, och vilka framtidsutsikter man kan skönja. Eftersom det handlar om en yrkesgrupp där personerna har mycket skilda yrkesbakgrund, varefter de gått en vidareutbildning - är frågan om förändringarna i samhällsapparaten (med exempelvis åtstramningar) ofrånkomligen måste

¹ Intervju med Lisa Summer

leda till att musikterapi som ämne måste anstränga sig för att följa dessa. Kanske ska man istället sträva efter att initiera möjligheter för musikterapeuter att studera vidare på nya vetenskapliga plan?

Jag vill ställa frågan om inte ämnet måste fördjupas och breddas, måste ges en klarare identitet om yrkesgruppen ska kunna utforska sin identitet. En sådan utvecklingsväg tror jag är i annalkande. Inspirerad av detta har jag i denna uppsats sökt kartlägga vilka ingredienser som finns i ämnet, vilka historiska influenser som ämnet har tagit upp eller kommit ifrån, samt utmåla en fantasibild kring vilken terapins roll skulle kunna bli i ett framtida samhälle.

Att beskriva vad som händer i musikterapi

En gravt handikappad person kan inte uttrycka eller förklara hur han eller hon upplever att musikterapi har inverkan. Icke desto mindre har många studier bedrivits just inom det området vilket kanske är en paradox. Samtidigt beror det helt enkelt på att det är där som musikterapi givits plats. Emellertid frågar jag mig vad musikterapi egentligen betraktar, vad är musikterapi förutom en behandlingsmodell inom vilken man kan göra kliniska studier? Musikterapi kan, tror jag, bli ett universitetsämne inom vilket man kan bedriva studier som ger ett nytt sken åt människan och hennes fenomen.

När man bedriver studier i musikterapi brukar det i allmänhet handla om att komma fram till vilka effekter det har. Samtidigt innebär det i sig att man utgår ifrån ett hälsobegrepp! En musikterapeut som skriver om sitt fall utgår alltid ifrån en människosyn - han/hon skriver inte i tomma luften. När man ska komma fram till huruvida en metod har effekt så måste man veta vilket paradigman man bekänner sig till - vad innebär en effekt och vad är gott respektive dåligt resultat?

Frågor som kan inställa sig är;

- 1 Hur kan man schematisera och formalisera upptäckter eller slutsatser som är ickeverbala till sin natur?
- 2 Finns det en möjlighet att utveckla forskningsmetoder, handledning av terapeuter och beskrivning som inte är identiska med idag vedertagna metoder?
- 3 Hur ska konst, andlighet och vetenskap, religion kunna mötas?
- 4 Hur kan arketyper i improvisationer uttryckas?

Jag tror att det är viktigt att kunna tala om improvisation utan att fördunkla men samtidigt värna om en människas möjlighet till kontakt med andra medvetandenivåer och det ritualiserade. Det är viktigt att kunna skilja på de olika nivåerna. Annars uppstår en risk att vi förväxlar behoven av att kartlägga metodernas resultat och tillvägagångssätt, med behovet av att bibehålla klientens specifika unika ritual, magi, mystik. Då skapas en onödigt mystifiering. Musikterapi befinner sig i ett paradigmskifte, i en tid då vetenskaper söker expansion, möte med olika tänkesätt som början till ett större tvärvetenskapligt tänkande.

Det pågår just nu en intressant debatt inom de två nybildade nätverken för ickeverbala terapier² kring dels hur vissa terapiformer ska kunna uppnå en legitimitet, detta för att bli

² Här avses Nätverk som bildats av två psykiatrer under de senaste åren. Det ena, initierat av Björn Wrangsjö, vill samla ickeverbala, kreativa terapiformer inom barn- och ungdomspsykiatrin. Det andra, initierat av Dag Körlin, avser att samla alla sorters alternativa terapiformer inom vuxenpsykiatrin. Målsättningen är att både sprida information utåt om dessa metoder, och att utveckla kontakterna inåt.

accepterade inom vårdvärlden och därmed kunna få arbete, och dels den motsatta; nämligen varför överhuvudtaget vara så dogmatiskt kriterifixerad och hålla fast så envist vid den gamla psykodynamiska skolan.

Det intressanta med den debatten är att man kan skönja ett starkt intresse för ett mer eklektiskt synsätt inom terapiformerna. Man vill kunna bemöta en klient helt utifrån individen i kombination med sin egen person. Om stunden och/eller klienten kräver det vill man kunna förhålla sig psykodynamisk, arbeta beteendeariktat, kognitivt, psykoanalytiskt allteftersom behoven växlar. Dessutom vill många utöver kanske använda sig av meditativa tekniker, förändring av medvetandetilstånd och hypnos, och kanske rentav healingtekniker, kristallterapi, aura- och färgterapi, reinkarnationsterapi resp shamanska tekniker. Allt detta skulle kunna få plats inom ramen för en musikterapi - och det är det som är både dess bröd och dess död. Det finns också ett magiskt inslag i musikterapi - som märks delvis genom en allmän attityd som består av lika delar skepsis mot en flummig, odistinkt och ovetenskaplig metod, och hänryckt fascination inför en värld av musikaliskt skapande som man benämner som magiskt, obegripligt och mirakulöst.

Svårigheterna i dessa sammanhang är kanske inte egentligen att finna olika sätt att bemöta klienten - det faller sig måhända till slut på ett eller annat sätt. Istället ligger svårigheten i att utvärdera, dra slutsatser och därigenom lägga grunden för en möjlig forskning. Hur ska man verbalisera, omsätta i ett annat språk de upptäckter man gör på detta område? Den irrationella upplevelsevärldens subjektivitet ska förenas med krav på objektiv granskning, generaliserbar förståelse. Jag har velat väcka frågan inom mig själv kring hur man kan hitta metoder för att utvärdera det som sker i musikterapi? Kan man finna modeller genom att titta på filosofiska, teologiska eller andra forskningsmetoder. Musikterapiens placering beror på vilken bakgrund den som utför den har. Det kan inte ges värde på ett mer officiellt plan åt det som inte är begripligt på detta plan. Läkare och pedagoger har olika bakgrund och därför olika perspektiv. Emellertid är det den medicinska forskningen som dominerar på det globala planet. Dessutom är det avgörande för forskning var musikterapi utförs. Här i Sverige är det dels som sagt i inlärningssammanhang, specialpedagogik och i samband med funktionshinder, inom barn och ungdomspsykiatri samt för vuxna, mentalt handikappade som inte längre hör till institutioner, då dessa lagts ned.

Pågående forskning i Sverige

Forskning i Sverige om musikterapi förekommer i form av vetenskapligt inriktade projekt där konstnärliga terapimetoder utvärderas. Detta har under de närmaste åren skett vid Karolinska Institutet, Stockholms Läns Landsting samt Huddinge sjukhus. På KI utvärderar man användandet av bland annat musikterapi vid behandlingen av långvariga psykosomatiska sjukdomstillstånd. Inom Landstinget utvärderade man användandet av ett flertal konstnärliga terapiformer inom ramen för det numera avslutade Enkosteprojektet inom vuxenpsykiatri. Landstinget bekostar också det utvecklingsprojekt som pågår vid Huddinge sjukhus, Solberga hjärnskadeteam, där man syftar till att dokumentera och utvärdera musikterapi i behandling av traumatisk hjärnskada. Det har 1993 bildats ett Nordiskt Nätverk för musikterapi-forskning med säte i Danmark.³

Den mesta forskning och teoriutveckling som förekommit i sammanhanget har haft sin grund i psykologiska teorier, och därmed i en delvis naturvetenskaplig tradition. Emellertid kan man

³ ”Musikterapi”, artikel av Ingrid Hammarlund i *Insikten* nr 3 1996

ana en antydning till förnyelse, kanske rentav tala om ett annalkande paradigmskifte. Frågan är hur musikterapi ska kunna utvecklas på det sätt som är nödvändigt. Dels som en behandlingsmodell där man har som ambition att ständigt förbättra tillvägagångssätt och tillmötesgående gentemot människor som är i behov av någon sorts vägledning i livet. Dels som område för studier där människan och hennes livsvillkor kan betraktas och formuleras utifrån ett humanistiskt, filosofiskt, fenomenologiskt perspektiv. Alltså musikterapiens potentialer utöver de medicinsk-psykologiska områden där det redan har gjorts landvinningar.

Emellertid utbildas det hela tiden nya musikterapeuter, och musikterapi som ämne kommer att utsättas för ständiga förändringar. Tankegångar från New Age om osynliga energifält, reinkarnation och ljudterapi kommer kanske att göra sig gällande, likaväl som en filosofisk utveckling möjligen är ofrånkomlig. Det finns också en stark kulturanthropologisk tradition inom musikterapi med rötter i shamanism och tankar om musikens läkande krafter. Det är kanske oundvikligt att ett så nytt ämne undergår transformeringar, och samtidigt måste man försöka fånga grundessensen och avgöra vilket som är yttre influenser. Kanske måste man stå ut med att det inte finns en enda säker ingrediens hos en musikterapeut eller en musikterapi? En person kan presentera sig som musikterapeut och det säger oss egentligen ingenting, inte ens oss som själv är musikterapeuter.

Men samtidigt tror jag detta delvis har sin grund i en brist beträffande musikterapeuters egen medvetenhet om sin människosyn. Jag tror att det är nödvändigt att yrkesgruppen och ämnet undergår en långvarig kritisk bedömning - inte för att avgöra vilka som är dess effekter eller är ekonomiskt försvarbart. Istället handlar det om att skapa en hållbar ram för ämnet.

Musikterapeuter kommer i framtiden att göra försök att utgå ifrån andra paradigmer än det medicinsk-psykologiska i sina fallbeskrivningar, uppsatser och artiklar. För att inte detta arbete ska ske i ett tomrum eller betraktas som löst hängande reflektioner utan fast grund, måste ett utvecklingsarbete påbörjas där ämnets beståndsdelar analyseras och placeras, även om dessa ramar sedan kan bli tänjbara.

Varje forskare är ett resultat av sin tid, sin kultur - likaså terapeuten och klienten.

Tolkaren som delaktigt element i sin tolkning

Jag vill fråga mig hur studier kan bedrivas med krav på vetenskaplig bevisföring i ett sammanhang där man ska bevisa något som inte kan bevisas och där allt är spekulationer, i synnerhet beträffande klienters upplevelser av musikterapi. Situationen handlar om att musikterapeuten tolkar sin patient - drar slutsatser utifrån sin personliga världsbild. Detta innebär samtidigt att tolkaren själv i hög grad är en medverkande ingrediens i sitt studium. Det är en intressant synpunkt eftersom det i sammanhang där det diskuteras terapi ofta finns två förhållningsätt: ett där man anser att terapeuten ska vara ett neutralt objekt inför vilken subjektet-patienten kan spela ut sin inre värld. Det andra är ett synsätt där man anser att terapeuten aldrig kan bli annat än medverkande i ett samspel, och där all utveckling sker i ett dialektiskt samspel som inte har någon förutsägbar ordning. Enligt Jung är allt interaktion, det finns alltid ett ofrånkomligt samspel mellan det som studeras och den som studerar.

Detta med att avdela

När jag själv nu vill diskutera helhetsmöjligheten mellan konst, vetenskap och andlighet ställs jag inför att vara tvungen att definiera gränserna. Då infinner sig frågan om det är fruktbart att peka på en gräns när man vill visa på samband mellan psyke, kropp och materia. Jungs "kollektiva omedvetna" - arketyperna, bilderna av detta gemensamma underliggande - kanske bara är ännu ett namn på "Gud". När vi delar upp, avskiljer världen från dess invånare och uppfattar människans existens som bestående av ett medvetet och ett omedvetet skapar vi

kanske en kluven värld. Frågan är varför vi ständigt hamnar i denna obenägenhet att erkänna alltings helhet. Avskiljande och uppdelande är kanske förutsättningen för forskning, för att utskära och infånga en detalj i vilken man därefter kan urskilja och sammanfatta helheten - men är det alltså omöjligt att "se allt"?

Jag tänker att *slumpen* är ett sätt att undvika att se just helheten i allt, ett sätt att undvika konfrontation med den andliga aspekten av existensen, men att ändå inte stänga dörren helt. Att *vara på gränsen* - bedriva forskning på en gräns, hur skulle det kunna se ut? Kanske infångas delvis av synkronicitetsupplevelser hos individer i gränstillstånd. Det rör sig om sådant som kan gå under benämningen det numinösa, det heliga eller det extraordinära. Så kommer man till frågan om det överhuvudtaget finns en gräns eller några skillnader i tillvaron överhuvudtaget, eller om det bara är vår egen konstruktion.

Idag talar man i vetenskapliga sammanhang alltmer om en strävan efter tvärvetenskaplighet och har ibland rentav ambitionen att vara holistisk. Det uppstår svårigheter när även den vetenskapliga världen ger sig ut för att vara helhetstänkande - och samtidigt delar upp allt i två; en tänkt, möjlig värld och en reell. Denna konflikt kanske kan synas i förhållandet mellan den gamla fysiken (där allt är mekaniskt) kontra kvantfysiken där man tänker att allt är i vardande.

Vad blir syntesen?

Angående ett eget språk

David Aldridge resonerar i några artiklar om musikterapeutens identitetssträvanden (the art therapy) och hur en del terapeuter har en psykoterapeutisk bas för sitt arbete och andra en konstnärlig. Han konkretiserar problemet som uppstår när vi ska enas kring ett språk beträffande det som sker i praktiken. Vi har inget språk för vad som sker i musikterapi. Emellertid har vi ett acceptabelt språk för vad som sker rent musikaliskt. Problemet uppstår när vi ska föra över språket från terapins medium till att beskriva processerna i det kliniska förändringsarbetet. Elementen i det terapeutiska språket är lånade från andra områden, men vi bör definiera oss själva genom att kalla våra egna aktiviteter för det som vi anser är lämpligt. Här måste vi inse att det är långt mellan att tala om terapin och det som vi faktiskt gör i terapin. Det är skillnad på att sjunga, måla, spela och på att tala om att sjunga, måla eller spela. Likaväl som det beträffande terapi, är skillnad på att utföra den och att tala om den.

Dels har vi fenomenet som det upplevs. Vi kan se, höra, känna, lukta osv vad som sker i terapin, men den låter sig inte helt bli rapporterad. I modern lingvistik kallas dessa individuella uttryck PAROLE. Vi kan också tala om det som sker i vissa termer som hör hemma i vår speciella konstnärliga disciplin. Inom musiken kan vi analysera rytm, melodi, noter m m, och detta kallas USAGE. När vi ska diskutera vad som händer i musiken med hjälp av psykologiska termer, eller hur relationen är mellan helandet och aktiviteten, då fjärrar vi oss ytterligare från det som sker i LANGUE, dvs det underliggande i språket.⁴

⁴ "Artists or psychotherapists?" artikel av David Aldridge ur *The Arts in Psychotherapy* nr 3 1993

Resonansbotten som metafor

Som ses redan i uppsatsens titel, har jag ett förslag på metafor för det musikterapeutiska mötet, nämligen resonansbotten. Med detta personliga begrepp vill jag påstå att musikterapi består av det konstnärliga uttrycket, d v s musiken och kunskaper om psykologi. Utöver det vill jag genom denna metafor påstå att musikterapi innefattar ytterligare några ingredienser, vilka jag konkretiserar i denna uppsats. Jag ser det som att terapeuten är sin egen resonansbotten i vilken klienten kan både spegla och få ny information och nya vinklar. Att tala om resonansbotten som en metafor är ett försök från min sida att ange på vilket sätt musikterapi som ämne kan spegla många sidor samtidigt.

Kvantfysiken vill införa ett tänkande i vår tid där man måste tränas i ett holistiskt synsätt, och detta intresse kan skönjas på flera håll i samhället, vilket kan betraktas som en önskan att låta de vetenskapliga disciplinerna så småningom mötas.

Vetenskap - apropå dela

Vilket mönster är det som binder samman alla levande varelser? Gregory Bateson menar att vi själva är en andlig process lika väl som naturen uppvisar en typ av andlighet - epistemologi; studiet av hur särskilda organismer tänker, studiet av de nödvändiga gränserna för processerna vid kunskapsinhämtande, tänkande och beslutande. Hur vi kan och vet saker och ting.⁵

Bateson undervisade blivande psykiatrer i gamla idéer om religion och vetenskap, centrala idéer kring utveckling och evolution. Han la fram en död krabba inför en mängd konststuderande med frågan: hur kan ni bevisa att detta är resterna av en gång levande varelse? Detta var frågor rörande den underliggande uppfattningen att det finns en skiljelinje mellan de levande varelsernas värld (där man särskiljer, och där skillnad kan vara en orsak) och det ickelevandes värld av biljardbollar och galaxer (där krafter och sammanstötningar kan vara orsak till händelser) vilket är vad Jung kallade *creatura* och *pleroma*.

Frågan var alltså: vilken är skillnaden mellan *pleromas* fysikaliska värld där krafter och kollisioner kan sägas vara grunden till förklaringar, och *creatura* där ingenting kan förstås förrän skillnader i distinktioner åkallas.

Han beskriver krabban som bestående av liknande relationer mellan delar, en anatomi med upprepningselement och rytm - jämför den med musik, repetitiv med modulationer.

Man kan kalla mönstren inom den individuella varelsen för förbindelser av första ordningen, och mönstren mellan två skilda varelser (tex en krabba och en hummer) för mönster av andra ordningen. Vidare efter att man gjort jämförelser mellan en människa och en häst så jämför man denna jämförelse med jämförelsen mellan humrar och krabbor för att ge förbindelser av tredje ordningen. Det mönster som binder samman är ett metamönster. *Det är ett mönster av mönster*. Det är det mönster som definierar den vittomfattande generaliseringen att det faktiskt är mönster som binder samman!

Bateson menar att anden är tom, den existerar bara i sina idéer, och även dessa är icketing. En spiral är en figur som behåller sin form även när den växer, sina proportioner och dimensioner likaså. En historia, å andra sidan är ett litet komplex av den sorts sammanbundenhet vi kallar relevans. Men vad *är* en historia- vad är det som gör att den kopplar samman alla delar?

⁵ ”Ande och natur” Gregory Bateson 1979. Bateson introducerade det systemteoretiska tänkandet, där man menar att varje individ är en del av ett system som hon med sin närvaro påverkar.

Vetenskapsteori

Vetenskapen grundas liksom konst, religion m m på utgångsantaganden - men vetenskapen har som mål att pröva och revidera de gamla utgångspunkterna och skapa nya. Detta kräver emellertid att man först kan uttala klart sina egna antaganden. Det är också viktigt att känna till de andras, kollegornas, antaganden inom samma område. Och att känna till dessas utgångspunkter.⁶

Denna kunskap ska inte bara röra vetenskapliga utgångsantaganden, utan även sådana antaganden som rör vardagslivet. Torsten Thurén menar att det inte finns någon principiell skillnad mellan vetenskapligt och vardagligt tänkande, vilket Bateson också ger uttryck för. Det är, anser Thurén, en gradskillnad, ingen artskillnad. Thurén säger också i sin inledning att om det är ett riktigt påstående att vetenskapen ständigt går framåt så innebär det att vi aldrig kan veta något säkert. Gårdagens sanningar är dagens osanningar. Han beskriver två sätt att komma ifrån den vetenskapliga paradoxen med huruvida vetenskapen kan söka sanningen om den ständigt ”går framåt”, och det är genom att bli dogmatisk eller relativistisk i sin inställning. Den dogmatiska tror sig ha hittat svaret i en teori, men det finns ändå alltid något som inte stämmer. Här kan också märkas religiösa tendenser. Relativisten plockar samman lite av varje från alla teorier. Thurén efterlyser en mellanväg här.

Positivism och *hermeneutik* är de två huvudsakliga vägarna i vetenskapen, och representerar en naturvetenskaplig respektive en humanistisk tradition. Positivism, kommer som uttryck från August Comte⁷ och syftar på att man ville bygga på positiv, säker kunskap, som motvikt till den tidens metafysiska synsätt. Positivismen var en reaktion mot den romantisk-idealistiska filosofin som dominerade under 1800-talet. Man skulle genom att använda sin iakttagelseförmåga - sinnena - och uträkningsförmåga - logik - destillera fram den kunskap som var helt säker. Utan att låta känslor påverka, eller genom att spekulera fritt, skulle man kritiskt granska alla påståenden. Fakta skulle analyseras logiskt och kvantifieras, dvs behandlas statistiskt så att man kunde dra slutsatser.

Iakttagelser menade man var detsamma som den empiriska kunskap vi får genom våra fem sinnen, och denna kunskap kallas för *induktion*. Logiska kunskaper har att göra med vårt intellekt, vår förmåga att räkna ut och detta kallas för *deduktion*. Vid kvantitativa, induktiva undersökningar bör man se upp med reliabilitet - tillförlitlighet, samt validitet - att vi verkligen undersöker det man vill undersöka. Vid deduktiva undersökningar ska man se upp eftersom det faktum att en slutsats är logisk och giltig inte behöver innebära att den överensstämmer med en verklig sanning.

Hypotetiskt-deduktiv metod innebär att man gissar och sedan prövar om gissningen stämde med verkligheten. Det kan man göra genom falsifiering, dvs testa att göra på ett sätt så att det visar sig att påståendet inte stämde. Därefter kan man upptäcka att en viss orsak verkligen stämde, varpå resultatet blir att hypotesen blir verifierad. Kommer man på en heuristisk - nyskapande - idé så måste den därefter bevisas. Hermeneutisk-humanistiska tolkningsmetoder (introspektion, empati)= tolkning kan användas för att komma på hypoteser, därför har de ett heuristiskt värde (att komma på nya tankar) När det gäller att tolka konstnärlig verksamhet är just en av poängerna att de *är* mångtydiga. Uttalanden om verkligheten kan också vara värderingar, värdeomdömen. Dessa bygger på moral, skönhetsupplevelser, känslor, medan omdömen om verkligheten bygger på iakttagelser av verkligheten som man analyserat. I dessa sammanhang kan ingen någonsin komma med ett uttalande som ”bevis” eller ”sanning”.

⁶ ”Vetenskapsteori för nybörjare” Thorsten Thurén 1991

⁷ Fransk sociolog på 1800-talet

Frågan är vilka förutsättningar det då kan finnas för musikterapi att någonsin inordnas i vetenskapliga sammanhang? En förutsättning är kanske tvärtom att vetenskapen måste förändras?

Här är människosyn och därav följande hälsobegrepp helt avgörande när det gäller strömningar och grundtankar i terapier. Hälsobegreppet är det som ligger till grunden för all vår forskning. Nu krävs det en filosofisk utveckling som komplement till den medicinsk/psykologiska forskningen.

Frågan är vad musikterapi skulle kunna tjäna som, utöver som ren behandlingsmodell? Vilka potentialer finns i ämnet till filosofiska, teologiska, estetiska, idéhistoriska eller hos andra discipliner hemmahörande regelverk? Vilka potentialer finns det till tvärvetenskapligt tänkande?

När det gäller att teoretisera kring musikterapi grundar man sig gärna på sin kliniska erfarenhet och utgår från fallbeskrivningar. Detta är en självklar utgångspunkt, men jag saknar en ansats till studium av situationen från det andra hållet. Det behövs också en granskning av terapeutens roll och identitet. Jag tror att en utveckling mot en ökad vetenskaplig möjlighet skulle gynnas av att man på djupet försökte analysera sin egen terapeutiska identitet. Därför vill jag gärna avsätta ett avsnitt här om detta.

TERAPEUTENS IDENTITET - HÄLSOBEGREPP OCH MÄNNISKOSYN

När jag får frågan; vad är en musikterapeut - eller vad GÖR en sådan - upptäcker jag att det är nästan omöjligt att svara på. Delvis skulle svaret kunna bli; en musikterapeut är en person som med hjälp av musik bedriver någon form av behandlingsarbete. Samtidigt vet varje musikterapeut att det ibland kan förekomma långa perioder helt utan musik med en klient/patient, och då är frågan vad musikterapi innehåller istället.

Svaret skulle också kanske kunna bli att musikterapeuten är sin egen resonansbotten - sitt eget verktyg - dvs utgör en sorts ekoravin i vilken en person kan både spegla och få ny information, nya vinklar. Resonansbotten - är det en lämplig metafor för musikterapi? Är det konstnärliga uttrycket viktigt? Kan musikterapi sägas vara bestående av det konstnärliga uttrycket, musiken samt psykologin? Är psykologiska utgångspunkter självklara då vi ska studera människan i terapiesammanhang? Musikterapeutens yrkesroll har hittills präglats av dess närhet till psykoterapeutens.

Professionell terapeutisk hållning

Författaren och psykoterapeuten Ulla Holm formulerar en professionell hållning i relationen hjälpsökande/hjälpare. Holm menar att kunskapen om psykologiska förhållanden samt självkännedom om de egna behoven och känslorna, de tillfälliga såväl som de konstanta, samt empatin, inkännandet, utgör ingredienser i en terapeuts professionella hållning.⁸

Professionell musikterapeutisk hållning

Var söker en musikterapeut kunskap om människan?

I musikterapiteori, teorier kring den speciella klientens identitet/diagnos, de förklaringsmodeller man valt, kanske psykodynamiska teorier, och därmed vilka man INTE valt. Vilka utvecklingspotentialer utöver ovanstående finns i musikterapeutens yrkesidentitet? Dagens syn på läkande befinner sig i en förändringsfas genom influenser från traditionellt tänkande, och samtidigt längtan efter ett tvärvetenskapligt förhållningssätt. Här finns också en parallell till nutidens förhållande till religion. Utmaningen ligger i att hålla isär de olika delar som finns i musikterapeutens yrkesvardag; konstnärligt uttryck, andlighet, tradition, biologi, medicin och psykologi - och samtidigt utgå ifrån att musikterapi just omfattar allt detta.

Personlig identitet hos musikterapeuten - människosyn

Musikterapeutens identitet kan sägas utgöras av den specifika musikaliska bakgrunden, den kulturellt betingade människosynen och därav följande hälsobegrepp. Hälsobegreppet omfattar också synen på ångest, neuros, trygghet och rädsla. Synen på vad sjukdom är har förändrats genom olika tider och i skilda kulturer, men rester av dessa skilda synsätt kanske dröjer sig kvar. Enligt en primitiv sjukdomsuppfattning kunde sjukdomar orsakas av främmande ämnen såväl som onda krafter men också komma som ett straff.⁹

⁸ ”Empati” Ulla Holm 1994

⁹ Föreläsning på musikterapeututbildningen av psykologen Kristoffer Konarski hösten 1995

Personligen märker jag att det inom mig finns inslag av olika tänkesätt som gör sig gällande på ett undermedvetet plan. Det kan också ibland vara givande att faktiskt fantisera kring en klient utifrån dessa sjukdomsteorier. Musikterapeutens kulturella bakgrund avgör dennes syn på skapande, lek, kommunikation och konst.

Patricia Tudor-Sandahl målar upp några förslag på personlighetstyper hos terapeuterna, och därav följande förhållningssätt. Hon baserar detta på psykoanalytikern Fritz Riemanns fyra grundhållningar, hämtade från neurosteori; den tvångsmässige, den hysterioide, den depressive och den schizoide terapeuten.¹⁰

Om musikterapeuten ska bygga upp en yrkesidentitet - och därmed vara trygg nog att kunna diskutera problem och ha en kritisk inställning - handlar det kanske om att det behövs ett sätt att sammanväva de kunskaper som finns - ha en väl formulerad filosofisk grundsyn?

Musikterapeuten står inför att formulera kriterier för sitt yrkesutövande och vilka metoder som är relevanta.

Teorier är bra att stödja sig på, men människosynen är den vi möter klienten med.

Musikalisk identitet

Musikterapeuter har dessutom helt olika egen musikalisk identitet - något som vissa anser viktigt. Gianluigi di Franco, italiensk musikterapeut och popsångare, betonar vikten av den musikaliska identiteten.¹¹ Han använder sig genomgående av sin röst i improvisationer tillsammans med klienter. Under en föreläsning demonstrerade han sina egna musikaliska rötter genom att spela musikexempel från sin kulturella bakgrund såväl som från sin egen musikaliska produktion. Han beskrev där hur han inspirerats och påverkats av italiensk Bel Cantotradition, italienska folksånger och den populärmusik som hans egen samtid producerar. Den egna musikaliska identiteten präglar den musikterapi man bedriver.

Exempel:

Här vill jag nämna C, pojken med Downs Syndrom, som älskar operetter, musikaler och operor. Han kan i evigheter mumla fram textmassor utan melodi vilket gör det svårt för mig att veta ur vilket musikaliskt verk han sjunger. När det gäller de tre förstnämnda genrererna har min bildning stora brister. Beträffande opera är jag däremot något mer bevandrad. Till slut har jag kommit på att om jag sjunger någon aria ur en opera så kommer garanterat den manliga rollens svar från C. På så vis har jag successivt kunnat härleda vad det är han sjunger, och därför också ackompanjera mer varierat. När han vill sjunga det som jag inte känner till ackompanjerar jag helt fritt på alla möjliga instrument vilket han storstilat accepterar. Då är effekten desto större när jag kan ackompanjera i enlighet med ursprungsmelodin emellanåt.

Exempel 2:

F, en deprimerad flicka i tonåren, fick under några tillfällen för avslappning lyssna till musik som jag själv mindes gjort intryck på mig när jag var i hennes ålder. Detta förhöll hon sig indifferent till. Jag hade bland annat spelat Ravels Bolero. Så en gång tog jag fram ett stycke som jag själv just då var mycket förtjust i, nämligen Schuberts pianotrio opus 100. Plötsligt tog hon starkt intryck och fick lust att berätta saker som tidigare varit svårt för henne. Jag kände det som att jag äntligen verkligen hade givit henne något som betydde något för mig, istället för att spekulera i vad hon skulle vilja höra.

¹⁰ Tudor-Sandahl, Patricia "Det omöjliga yrket" W&W 1990

¹¹ Föreläsning på musikterapiutbildningen våren 1997 av den italienske psykoanalytikern/musikterapeuten Gianluigi diFranco

Jag spelar själv piano, tvärflöjt, trumset och alla möjliga sorters slagverk. Mitt huvudsakliga redskap i musikterapeutiska möten är dels den fria improvisationen, och dels rytm och puls. I och med att dessa områden helt enkelt känns naturliga och hemtama för mig uppstår det sällan svårigheter för klienterna att finna sig tillrätta heller. Även de som alltid fasat för trumspel brukar enligt min erfarenhet ganska fort komma över denna skräck. Det tror jag beror på att just slagverksmusik är en sådan självklart införlivad del av min musikaliska identitet. När klienter vill sjunga till ackompanjemang blir situationen emellertid något mindre smidig eftersom detta med att kompa visor eller att överhuvudtaget spela sånger och visor på piano aldrig varit min starka sida.

Här upplever jag det som intressant att titta närmare på den konstnärliga dimensionen i samspelet, vilket sker senare i uppsatsen.

Exempel:

I början av utbildningen kastade jag mig handlöst ut i praktikerfarenheter varpå jag gjorde otaliga fadäser. Bland annat trodde jag mig utan problem kunna använda GIM-relaterade övningar direkt eftersom jag faktiskt i riklig omfattning hade använt mig av musiklyssning i kombination med scenisk improvisation under min tid i teatersammanhang. Helt oreflekterat bad jag vid ett tillfälle några medelålders damer (anledningen till att de hade samlats är inte av intresse för framställningen) att slappna av till musik som jag hade valt, och därefter att måla det som de hade upplevt. Detta förfarande var jag på ett sätt bekant med sedan min tid i skådespelargrupper, men plötsligt hade jag lämnat min personliga förankring i tillvägagångssättet. Istället ser jag nu i efterhand hur jag egentligen försökte härma det som jag trodde var ett GIM-relaterat sätt att arbeta. Jag hade i min utgångspunkt övergivit min egen övertygelse om innehållet i det jag gjorde, och försökte istället införliva någon annans personliga synsätt i förhållandet till "klienterna".

Resultatet blev att dessa, i det här fallet några medelålders damer, blev oroliga, sårade och lämnade ensamma i sina upplevelser eftersom jag inte alls kunde följa dem.

Vi skildes åt i en stämning av outtalad frustration.

Förhållandet till klienten - klientgrupp

Musikterapeutens roll rymmer många motstridiga ingredienser. Däribland en ständig kamp mot en alltför stor identifiering med klienten, dels en återkommande känsla av att förvandlas till predikant i det att tyckas vilja förmedla något som lösningen på ett problem. Det är en balansgång att ha klart för sig exakt vad klienten själv vill. Är vederbörande en normalneurotisk, någorlunda frisk person ute i samhället, önskar en komplettering till samtalsterapi - och således har kommit på eget initiativ - gäller det att veta skillnaden mellan vad terapeuten tror "hjälp" och vad klienten tycks vilja ha, vad terapeuten respektive klienten uppfattar som dåligt eller bra. Är klienten istället någon som placerats i musikterapi därför att någon annan ansett det vara lämpligt så gäller det dessutom att hålla reda på vad den anhöriga önskar sig i förhållande till vad man som terapeut uppfattar att klienten mår bra av. En parallell här kan man finna i psykologiska teorier kring överförings- respektive motöverföringsfenomen.

Exempel:

En 13-årig flicka med svårbestämd personlighetsstörning, I, sätts i musikterapi därför att hennes föräldrar säger att hon verkar tycka om musik. Under våra möten spelar hon visserligen gärna och mycket, men gör regelbundet häftiga sexuella närmanden mot mig med de mest skilda förevändningar. Efter en tid tycker jag mig urskilja att föräldrarna bekymrat sig kring detta men inte kunnat/vågat säga det i klartext, kanske inte ens till varandra. När flickan

hämtas och föräldrarna frågar mig om hur det varit, stelnar hon alltid till och tycks observera om jag tänker säga något till dem eller inte om hennes närmanden. Efter ytterligare en tid börjar jag undra om det rentav är så att det föreligger någon svårighet i relationen mellan flickan och föräldrarna som har sexuell karaktär.

Jag ställs inför att fatta beslut om huruvida jag ska utgå ifrån att det är bra för flickan att fortsätta i musikterapi oavsett vilka svårigheter de har hemma - eller om jag ska försöka kontakta någon annan instans, eller kanske rekommendera någon annan terapi.

Musikterapin har influenser från många håll, och de nya generationer av musikterapeuter som nu utbildas har andra bakgrunder än vad kanske traditionellt varit fallet.

Musikterapin har funnits som mer eller mindre självklar del i pedagogiska sammanhang respektive inom vård och omsorg, men den tar sig också in i andra sammanhang, med personer som inte finns inom dessa ramar, tex högfungerande "normalneurotiker". Vad bygger man då sina metoder på?

När man har kontakt med klienter som är högfungerande, visar dessa upp en bred problemyta där musikterapeuten ömsom måste vara bevandrad i tänkanden om hur och varför smärtor kan tänkas uppkomma, enligt oss i vår kultur - det kan vara synsätt som inspirerats av reinkarnationsläran, det kan vara synsätt som har en kroppspsykoterapeutisk orientering med bakgrunder i barndomen som man förträngt osv. Vad står en smärta för helt enkelt, och vad gör klienten av den. Hur är min inställning som terapeut till en smärta; är det att den är "fel" ska bort, en anomali? Är det att den är en nödvändig information, till och med en "läxa" eller vad anser jag, vad är mina personliga tankegångar?

Hälsobegrepp - människosyn

Hjälpa eller missionera

Jag begrundar ibland vad jag vill med mitt hjälpande av andra människor. Är det att studera och eventuellt lösa egna problem - åtminstone på vägen? Eller vad är meningen med att hjälpa nån? Undanröja allt mitt eget till förmån för hjälpsökaren?

Vad möter jag klienten med?

Inom musikterapi arbetar jag antingen med klienter som inte själva kan säga vad de tycker om terapins effekter, eller så har jag klienter som kan uttala sig. I det första fallet är det svårt att dra slutsatser som inte har ett visst mått av spekulation i sig. I det andra fallet blir musikterapi mer jämförbart med andra terapiformer som nutidsmänniskan söker sig till, och det gör att en diskussion handlar om vad som egentligen är en människans väg mot mognande i livet och vilka val hon gör på den vägen. Om klientens problematik är på tidig nivå ser jag som terapeut kanske till att terapin sker på samma nivå - och implikationen för musikterapi kan vara att man ser att återerövring av resurser kan ske endast på ett sånt stadium. I förhållande till klienten har jag som terapeut generellt framför mig: problemformulering, diagnos, bedömning huruvida jag ska arbeta stödjande, konfliktorienterande, bearbetande, jagstödande, bekräftande och så vidare. Rör det sig om konfliktbearbetning kanske jag bör inrikta mig på en allians där man tillsammans kan avtäcka en mening. Handlar det om neuroterapi kan tolkningar ske, vilket bör undvikas i fråga om psykoterapi. Mötet kan ske i musiken, men målet, insikten, slutsatsen kanske i ett annat språk, bild, ord? Då är det kanske en förutsättning att jag har viss kännedom om symboler - eftersom det ofta handlar om det när klienten berättar eller gestaltar ytterligare utifrån sitt spelande eller sitt lyssnande. Inte för att terapeuten ska kunna sitta och tolka i ögonblicket, men för att ha en sorts orienteringskarta.

Här kommer betydelsen av myter att spela en stor roll. Kännedom om grekisk eller kristen mytologi blir kanske viktig. Det kan bli relevant att bygga upp ett personligt förhållningssätt kring förändring, ömsesidigt beroende mellan motsatser, teser och antiteser och så vidare.

Hjälpa klienten till anpassning

En av grunderna för musikterapi är psykoanalysen och det psykodynamiska tänkandet inom psykologin. Det innebär att man har en gemensam utgångspunkt i det att man anser att människan har ett omedvetet som hon kan hjälpas att föra upp till en medveten nivå. Detta anses av många i vår tid hjälpa en människa att fungera bättre i samhället. Överhuvudtaget upplever jag att jag som terapeut ständigt konfronteras med frågan varför en klient ska ha den musikterapi jag erbjuder. Inte alltför sällan kommer man till svaret att klienten kan fungera bättre i vårt gemensamma liv. Ibland har jag frågat mig om jag som terapeut endast medverkar i en strävan att få vissa människor mer lika oss andra. I samma sekund hamnar jag inför frågan om vad som är sjukt och friskt, vad som är fel eller rätt. För min egen del har det vid flera tillfällen inträffat att det visar sig att en klients familj har större anpassningsproblem än själva klienten (se exemplet ovan).

Några ord om vårdarrollen - frågor som väcks inom mig kring hjälparollen

Psykisk hälsa kanske kan sägas förutsätta galenskap på samma sätt som ljus förutsätter mörker?¹² Genom att ständigt träffa personer som uppvisar olika tecken på psykisk ohälsa kan terapeuten få sin egen hälsa bekräftad.¹³ Vårdarrollen ger samtidigt möjlighet till ett aktivt förhållningssätt till problem som är oroande för oss alla.¹⁴

Frågan om huruvida jag som terapeut medverkar till att försöka förändra vissa avvikande personer till förmån för oss som är etablerade i samhället väcker följdfrågor: Har vi som människor ett grundläggande behov av "skydd" och således en upplevelse av omvärlden som hotfull? Betyder det att vi själva upplever oss som främmande, hotfulla?

Personligen associerar jag här gärna till boken "Budskap" där aboriginerna hävdar att vi "mutanter" är för jagfixerade, och glömmer att vi och allt annat är delar av detsamma, att även insekter, sand mm utgör delar av oss själva, som ständigt fyller oumbärliga funktioner, även för oss direkt. Att vi koncentrerar oss för mycket på att undvika det som är obehagligt eller hotfullt, och bygger upp hela tillvaron på skydden mot detta - men samtidigt avspjälkar en del av oss själva - Å andra sidan kan man fråga sig: vem ska hjälpa vem - och varför? Vem vet att just ett visst tillvägagångssätt är mer rätt än andra? Hur vet man vad som är sjukt och friskt i alla lägen - och följaktligen när ett botande har skett?

Vilken är betydelsen av bot?

Tänker man att klienten ska "klara sig bättre i livet" men ändå utifrån våra referensramar - hur vi anser är "bättre". Terapeuten tampas alltid med frågan; vad medverkar jag till? Att klienten ska anpassa sig bättre? Har vi inte här återigen ett utslag av vår västerländska benägenhet att dela upp saker och ting, göra tillvaron till ett antingen-eller? Sjukt eller friskt. Rätt eller fel. Handlar terapi om hjälp till anpassning, om att en viss person ska hjälpas till större anpassning för allas bästa, för minsta möjliga friktion. En primalterapeut anser att patienten bör skrika ur sig maximalt av obehagskänslor, leva ut mesta möjliga av inre spänningar för att

¹² Wrangsjö, Björn "Mötas och växa" Natur och Kultur 1990

¹³ Ibid

¹⁴ Ibid

därefter kunna leva mindre blockerad, mindre styrd av till synes irrationella känslor, eventuellt sprungna ur tidigare upplevelser. Man har alltså formulerat en teori och ett förhållningssätt, och därefter skapat en metod enligt vilken människor ska hjälpas att anpassa sig bättre till sin omgivning.

Institutionens forna roll

När autistiska barn eller schizofrena släktingar förr skickades på "hem" så var det - kan man anta - oftast i avsikt att göra situationen mindre pressad för omgivningen. Samtidigt hoppades man säkert att den svårangepassade anhöriga skulle få någon sorts bot för sitt omöjliga beteende, och kanske en dag komma tillbaka som en person som det skulle gå att leva tillsammans med. Samtidigt hade man på institutionerna ofta inställningen att de intagna var sjuka och behövde medicin. Så småningom försökte man införa behandlingar av olika slag när medicinen inte verkade ha effekt. Hela tiden var de som jobbade på dessa institutioner beroende av att orka med själva och dessutom kanske av att beslutsfattare skulle komma på besök och dra slutsatser. Då kan man tänka sig att det blev viktigt att det var lugnt på avdelningen så att de som hade maktbefogenheter skulle få ett positivt intryck och ge fortsatt stöd.¹⁵ Idag har människors synsätt förändrats. Vi har börjat införa nya moment inom vården av dessa människor, nämligen den mänskliga kontakten. Numera erbjuder vi ofta en möjlighet att tala ut, bearbeta det som framstår som svårlöst i tillvaron. Även de som fortfarande inte kan uttrycka sig i ord kan idag få en del andra bemötanden.

Förändring

Anser vi att vissa människor har ett felaktigt beteende och att dessa behöver vägledas till ett bättre liv? Det finns i såfall något djupt stötande i denna inställning som det kanske är nyttigt att regelbundet bekanta sig med på nytt. Det är egentligen inget som säger att vi har rätt, utom de i vår tid rådande värderingarna. Dessa måste vi givetvis ändå låta bli vägledande när vi försöker leva våra liv, vad ska vi annars gå efter?

Vad är det som säger att en klient vill ha en förändring? Vad är det som säger att en förändring alltid är det utvecklande - eller ens att det är utveckling som är önskvärt, nödvändigt

Vi frågar oss: Vad vill klienten?

Milton Erickson föreslår i förordet till boken "Förändring" att en patient inte primärt söker upplysning om det förflutna, utan söker hjälp med det närvarande och framtiden, söker en förändring.¹⁶ I boken - som har en dragning mot kognitiv beteendeterapi - skrivs om förändring av första eller andra ordningen - i vilket det finns drag av meditations/yogateknik, vägar att kringgå problem, blockeringar och lösa ett problem från ett oväntat håll. Boken menar att det är avgörande för vårt existentiella varande huruvida vi uppfattar oss som marionetter i ett spel som vi kallar verklighet, eller som deltagare i ett spel vars regler är "verkliga" enbart i den mån vi har uppfunnit/övertagit dem.

Men dessutom måste terapeuten förhålla sig till hur just den specifika klienten själv kommunicerar i musiken. Om tex musikterapi får rollen av en utlösare, en som ska åstadkomma en känsloutlevelse hos klienten är frågan vilken inställning dels terapeuten själv

¹⁵ Detta stycke baseras på egen erfarenhet genom att min syster placerades på institution 1966.

¹⁶ "Förändring", Watzlawick/Weakland/Fisch 1974

har till det - dels vilken inställning terapeuten generellt har till "katharsis" upplevelser, peak experiences, förlösningar osv. Hur förvaltas dessa upplevelser, hur förankras de, kan klienten göra något med denna upplevelse, eller blir det bara något i nuet som sedan sakta avklingar? Å andra sidan kan terapeutens inställning vara att det alltid är en vinst att känna känslor och ge uttryck för dessa.

En annan inställning kan vara att en sådan effekt inte löser eller åstadkommer någonting som är mödan och pengarna värt? Det är relevant för terapeuten att fråga sig om man tror på just denna effekt hos klienten ifråga; att förlösas och öppnas upp?

Martin Geck har skrivit om improviserad musik i vårdsammanhang i boken "Musikterapi - bot eller bedövning". Han anger tre huvudområden för musikterapi: läkepedagogiken som vill skydda skadade/störda barn från frustration, psykoterapi där musiken avser att medverka till gynnsamt klimat för problembearbetning, samt inom psykiatrin där musiken medverkar till kontakt med patienten.

Geck för en kritisk diskussion kring huruvida musikterapi användning egentligen bara fyller en sublimerande funktion i det att man låter patienter som är inlagda på lång tid få en insikt om sin situation men egentligen ingen möjlighet att göra något åt den. Dessutom är han kritisk till det så kallade Orff-instrumentariet. Det är omöjligt att variera, både ifråga om tonstyrka och tonart. Eftersom man aldrig kan spela fel så kan man heller aldrig spela rätt, menar han.

Improvisation, säger Geck, ska innebära att man gemensamt överlägger hur man med musikens hjälp ska medvetandegöra individuella och kollektiva behov och också utforska möjligheten till kommunikation.¹⁷

Ångest - smärta

Som tidigare nämnts funderar jag på om vår tids synsätt på hälsa/sjukdom kan påverkas och förändras genom de ickeverbala terapimetoderna? Vi har en tendens att se på varje tillstympelse till smärta, svårighet, konflikt, sjukdom eller åkomma som uteslutande hinder. Vad händer om vi tillägnar oss ett förhållningssätt där man inkluderar allt detta i livet, och inte delar av det från livets självklara ingredienslista?

Kirkegaard betraktar ångest som tecknet på att individen inte är i sann överensstämmelse med sig själv. Genom att erkänna sin egen ångest når man fram till medvetandet om sin egen frihet¹⁸.

Vad beträffar hälsobegreppet finns det kanske en poäng i att inte nödvändigtvis utgå ifrån att ångest är något fel, nåt som ska åtgärdas. Ångest kan vara en del av tillvaron, människans existentiella villkor - där terapeuten kan fylla samma funktion som shamanen/medicinn mannen, nämligen en vägledare som är med när man möter, är i och kommer igenom sina egna svårigheter och söker sin egen mening. Alla har vi mer eller mindre svåra erfarenheter - konsten är kanske just att klara ut hur man ska förhålla sig till dessa? När en katastrof har slagit ned i livet kan man aldrig räkna med att saker och ting ska "bli som förr" - dvs i detta finns samtidigt en sorts invävd myt om hur det "var förr" som egentligen sällan stämmer. Detta är kanske längtan efter livmoderns trygghet?

Exempel:

¹⁷ "Musikterapi - bot eller bedövning" Martin Geck

¹⁸ "Begreppet ångest" Sören Kirkegaard 1844

E, en kvinna i medelåldern utan handikapp har under en lång sångimprovisation börjat gråta. Hon drabbas också ibland av kvävningssänsor och får kräkreflexer när hon sjunger. Detta får henne att tänka på sin far som alltid ställt mycket stora krav på henne. När hon sjunger tycker hon att det känns som när hennes pappa förväntade sig prestationer av henne i barndomen, och detta gör henne ångestfylld. På min förfrågan berättar hon att detta är något som alltid funnits i hennes liv, och hon nämner att hon "skulle göra vad som helst" för att slippa känslan. Jag föreslår henne att försöka att bara acceptera denna ångest som en del av hennes liv. Detta föranleder henne att bli mycket upprörd och gång på gång säga; "jag vägrar att acceptera ångest, vägrar!"

Härvid uppfattade jag det som att jag gjorde bäst i att helt enkelt utan kommentar bevittna hennes kamp mot dessa känslor. Detta i hopp om att hon kanske skulle uppleva det som att åtminstone jag som utomstående accepterade hennes ångest.

Rollo May menar att terapin har en tendens att urvattna ångest och de tragiska livsaspekterna. May vill framhäva att existentialismen förnekar det omedvetnas existens. Man vill inom existentialismen inte dela av det man kallar omedvetet. Det betraktas istället som en del av människans vara - som alltså är odelbart. Neurosen skulle kunna ses som en metod för att bevara sitt centrum, sin existens? Det skulle innebära ett sätt att krympa världen för att skydda sitt centrum mot hot. Neurosen är alltså isåfall en anpassning - ett sätt att bevara.¹⁹

Själv har jag funderat på grunden till ångest hos människan som en ursprunglig vaksamhet, rädsla, medvetenhet om ett hot - det finns alltid någon annan som vill ta ens revir. Eller så handlar det om överlevnad, kanske inte en materiell död, men väl en andlig, mental, social?

Terapeutens självreflexion

Terapeutens egen utveckling - vilka krav ställs det på denna? Shamanen som måste dö för att kunna återfödats och därefter hjälpa en annan - vad säger det oss? Att som professionell hjälpare vara tvungen att ständigt ompröva, utbyta och rasera sånt vi byggt upp?

Min egen erfarenhet är att när jag ställs inför en patient med en viss svårighet som jag själv inte riktigt förstår eller har vågar närma mig själv - då måste jag själv göra den resan för att kunna vara till vägledning. Ofta har det hänt mig att en klient, i vilken ålder som helst, med vilken bakgrund som helst, ställer mig inför ett problem som på ett direkt sätt berör en väsentlig punkt i mitt eget förflutna.

Exempel 1:

E, en kvinna i medelåldern som har ett självständigt och ganska ensamt yrke där hon nu ställts inför en manlig auktoritet, en offentlig person, mycket känd, som skulle göra en bedömning beträffande hennes arbete. Han underkänner hennes insats, vilket innebär att hon mister sin position och drabbas av akut kris. Dessförinnan har kvinnan i musikterapi bearbetat sitt förhållande till sin far som under hela hennes liv nekat att ge henne uppskattning eller beröm. Detta berör mig eftersom jag själv haft en svår relation till min far och därigenom svårigheter i förhållande till auktoriteter, i synnerhet manliga sådana. Samtidigt har jag genomgått ett flertal kriser beträffande denna omständighet, vilket gör att jag kan bemöta klientens problem med öppna ögon. Jag har inga stora svårigheter att omsätta det vi pratar om i musik, och vi

¹⁹ "Den omätbara människan" Rollo May 1983

koncentrerar oss framförallt på sång- och röstverksamhet i kombination med rörelse för att möta känslorna direkt, utan vilseledande ord.

Exempel 2:

J, en 25-årig kvinna med depressionsliknande tillstånd under många år, som efter ett års musikterapi plötsligt närmade sig en stark känsla av sorg. Vi hade just gjort en lång övning där hon dansat och sjungit efter en avslappning, för att på hennes egen begäran försöka närma sig en sorts urkvinna i sig själv, i avsikt att forska närmare i varför hennes depression varken någonsin bröt ut eller gick över, utan bara fortsatte i något sorts ingenmansland.

Det som inträffade denna gång var att hon låg ned efter sitt utagerande och plötsligt började gråta. Samtidigt talade hon om sin mor, för första gången i negativa ordalag.

Här framkom det att J kände sig djupt besviken på sin mor som hon uppfattat som kall och distanserad, samtidigt som hon själv identifierat sig mycket med henne och därför hela tiden försökt överse med detta. Nu erkände hon emellertid för första (och därefter enda) gången sin djupa besvikelse och sina starka skuld känslor.

Detta slog an en sträng inom mig och mina egna ouppklarade affärer med min egen mor. Här kände jag dock mycket starkt att jag inte själv hade gjort den resan inom mig som min klient stod inför, och därför inte heller kunde beledsaga henne längre.

Detta möte blev också ett av våra sista - jag kan föreställa mig att hon om inte annat så på ett omedvetet plan, upplevde att hon inte kom längre tillsammans med mig just då.

Huruvida man som terapeut kan arbeta med problem på ett insiktsinriktat sätt om man har olösta problem själv på ett omedvetet plan, är en fråga som tas upp av Björn Wrangsjö.²⁰ Samtidigt citerar Wrangsjö psykoanalytikern Fairbairns i påståendet att det är obegripligt vad som skulle kunna motivera någon att bli terapeut om man inte just har haft egna problem. Wrangsjö exemplifierar med en historia om en terapeut som misslyckats i sina bemötanden av en deprimerad patient. Så småningom får terapeuten tillfälle att i en gestaltdialog i sin handledning ösa ur sig all den ilska och uppgivenhet som vederbörande samlat på sig i förhållande till patienten. Här framkommer terapeutens egna erfarenheter från sin barndom med förhållandet till modern som aldrig kunde göras glad. Detta resulterade i en djup nedstämdhet hos terapeuten, vilket aktualiserades på ett omedvetet plan av patienten.²¹

En analysmodell för terapeutens sätt att förstå klienten

Teorier är enbart ett stöd för terapeuten i samband med att ställas inför en medmänniska. Jag ställer mig frågan om jag arbetar som terapeut med klienter av altruistiska skäl eller av det skälet att jag vill förstå mer av andra, och därmed mer av mig själv? Musikterapeuten Ken Bruscia beskriver fyra olika upplevelsenivåer utifrån vilka mötet med musikterapiklienten kan förstås.²² Dessa är:

Sensorisk upplevelsenivå - vad jag ser ske hos klienten

Affektiv upplevelsenivå - vilka känslor och associationer som väcks i mig

Reflekterande upplevelsenivå - att kognitivt försöka förstå mina egna sensoriska/affektiva reaktioner

Intuitiv upplevelsenivå - ett sätt att försöka integrera alla nivåerna.

²⁰ Wrangsjö, Björn "Mötas och växa"

²¹ Ibid

²² Bruscia, Ken artikel ur "Listening, playing, creating" red Carolyn Kenny

Det handlar alltså om vad som sker i mig, hur klientens reaktioner påverkar mig - samt vad det får för konsekvenser för mitt handlande, och för hur jag förstår det som; förstår jag det som en brist eller som en tillgång.

Några ord om neutralitet

Det handlar också om nutidsmänniskan, hennes benägenhet att söka sig just den väg som är nödvändig för just hennes liv och mål. Musikterapeuten själv tolkar sin patient utifrån sin personliga världsbild, och väver in denna i musikterapi genom sitt medmusicerande. Detta innebär samtidigt att tolkaren själv i hög grad är medverkande i sitt studium. Det är en intressant synpunkt eftersom det i sammanhang där det diskuteras terapi ofta finns två förhållningsätt. Å ena sidan anser man att terapeuten ska vara ett neutralt objekt inför vilken subjektet-patienten kan spela ut sin inre värld. Å andra sidan anser man att terapeuten aldrig kan bli annat än medverkande i ett samspel där all utveckling sker i ett dialektiskt samspel som inte har någon förutsägbar ordning. Martin Buber menade att det är omöjligt att förstå sig själv utan att se delaktigheten i andra själv.

Vi utvecklar egna metoder och absorberar andra - gärna de mest fjärran - kulturers metoder för att bättre kartlägga, förstå och därför utnyttja, inre resurser.

Detta avsnitt blir av naturliga skäl bestående av många frågor. En sak som jag emellertid är säker på är betydelsen av det antropologiska perspektivet för en musikterapeut.

MUSIKTERAPI - ANTROPOLOGISKT PERSPEKTIV

I böcker eller artiklar om musikterapi och dess ursprung kan man ofta läsa att musik använts sedan urminnes tider i alla kulturer för att läka, inspirera eller lindra. Dessutom har musiken spelat en stor roll i egenskap av brobyggare mellan inre och yttre världar.

Shamanens trumresor

Själv har jag alltid fascinerats av de shamanska trumresorna som företagits framförallt av indianska, men även nordiska shamaner. Dessa påminner starkt om GIM-tekniken, och även om symboldrama²³. Shamanen använder sig av trummans spel för att försätta sig i ett tranceliknande tillstånd. Därefter beger han sig på en resa för att besöka antingen över- eller underjorden i avsikt att finna information. Det kan också vara för att hitta ett kraftdjur eller en ouppklarad affär med någon anförvant eller någon andevarelse. Shamanen gör denna resa för någon annan, i avsikt att bota eller hjälpa.²⁴

Musiken ingår som en del i en djupgående psykologisk process, liksom shamanen som utgör bron mellan det inre och det yttre. Här finns det en tydlig parallell till musikterapi.

Exempel:

A, en man i medelåldern med svårigheter att symbolisera, föreslås av mig att under en avspänningsövning föreställa sig innehållet i tre askar. Under tiden spelar jag en långsamt gungande puls med brutna ackord på piano. Min avsikt är att försöka spela ganska färglöst och anonymt för att ge honom stort spelrum. Efteråt berättar han något som han nämnt förut, att han delar upp sig själv i två inre representationer; en grön smådjävul och en ljus kvinnogestalt. Jag har tidigare gjort små försök att integrera den gröne i A:s upplevelser och musicerande vilket alltid har mötts av ett bestämt motstånd. Den gröne ska hållas på mattan, blir A:s reaktion. Under en period har jag tänkt att han kanske skulle vara betjänt av att kunna ta till sig de onda sidorna mer, känna sig mer bekant med dem, så att de bli mindre skrämmande, mer maktlösa. Emellertid har jag börjat tänka om. Det är kanske bättre att A får ha denna onda sida på avstånd, under kontroll.

Min reflektion kring ovanstående erfarenhet är att jag genom kännedom om shamanism kan se på det skedda med andra ögon. Dels kan jag tänka mig A:s figurer som kraftdjur eller hjälpanndar, och dels kan jag se dem som personifierade makter, nästan självständigt existerande gestalter som på ett eller annat sätt påverkar A.

I en nyutkommen roman, ”Budskap från andra sidan” beskrivs en amerikansk kvinnas oväntade bekantskap med en aboriginistam i Australien. Där beskrivs det hur medlemmarna av stammen använder sig av musik för att berätta eller kommentera olika skeenden.²⁵

Psykoterapeuten Bo Wikström berättade under en föreläsning på musikterapiutbildningen om trancedans i Kalahariöknen där man spelade och dansade i samband med ritualer eller jakt. Det handlar om en utvecklingsform på individuell såväl som kollektiv nivå. Ritualen blir

²³ se respektive avsnitt om GIM och symboldrama

²⁴ ”Shamanism”, Neville Drury, England 1989

²⁵ ”Budskap från andra sidan”, Marlo Morgan, USA 1991

delvis med hjälp av musiken ett sätt att skapa en grund där något särskilt, något nytt och kraftfullt, sedan kan ske.²⁶

Ritualen

Denna ritual, detta skapande av en laddad plats, finns närvarande i en musikterapeutisk situation, receptiv såväl som expressiv. Under en GIM-session sysslar man med noggrann förberedelse innan själva resan påbörjas. Klienten får först under ett samtal med terapeuten chans att orientera sig i sitt eget sinnestillstånd. Därefter gör man en avspänningsövning och ger klienten en förutsättning i form av något att visualisera inombords. Först sedan spelas musiken för den blundande klienten.²⁷ Just själva avslappningen kan utgöra det rituella, det som avskärmar vardagen och ger vid handen att något utöver det vanliga ska äga rum. Det är frestande att tänka sig hur man i andra tider suttit samlade kring en eld och kommunicerat genom sång, musik och dans, även om jag samtidigt inser vilken romantiserad bild detta är. Däremot är det lätt att föreställa sig hur man i alla tider använt sig av musik för att fördjupa sig i en problemformulering eller en svårighet för att förstå, hjälpa eller bota. Här finns grunden till allt vad empati och altruism vill säga.

Shamanismen

Shamanismen är en visionär tradition, en metod där man använder förändrade medvetandetillstånd för att kontakta gudar och andevärldar. Shamanen kan likna en läkare såväl som en präst, men det gemensamma är att det har rört sig om en person som kan ställa sig i förbindelse med krafter som människan generellt varit beroende av. Eftersom vädret, klimatet och jakten varit avgörande för människors överlevnad har det varit nödvändigt att skapa relationer till dessa krafter. I grottmålningar har man sett hur utvalda personer haft djurs skepnad och därigenom har man dragit slutsatsen att personen ifråga givits makten att härma djuret och kanske skapa band mellan djuren och människorna.²⁸

Animism

I boken "Budskap" beskrivs noggrant hur de australiensiska urinvånarna kommunicerar med varje livsform. Genom en koncentrerad bön kontaktar de ett djur som kan tänkas vilja ge sig åt dem. Strax dyker detta djur upp, varpå jägaren dödar det och stammen får den näring de behöver för att komplettera den vanliga kosten; rötter, insekter och växter.²⁹ Benägenheten att besjåla allt, även växter, stenar, mat, smycken osv, kallas animism, och ursprunget till detta synsätt ansågs av antropologen Tylor vara upplevelser under drömmen - en erfarenhet som tyder på att människan kan existera oberoende av sin kropp.³⁰ Även Senoijfolket i Malaysia anser att all verklig vägledning i livet sker via drömmar.³¹ Drömmar härstammar dels från hjärnbarken genom kemiska impulser, lagrade minnesbilder från upplevelser. Dels utgör de en källa till information om individuella livsmönster.³²

²⁶ Föreläsning på musikterapiutbildningen av Bo Wikström hösten 1995

²⁷ "Guided imagery and music in the institutional setting", Lisa Summer, USA 1990

²⁸ "Shamanism", Drury

²⁹ "Budskap", Morgan

³⁰ "Shamanism", Drury

³¹ Radioprogram, Ingrid Hammarlund

³² "Shamanism", Drury

Olika perspektiv på shamanens roll

Det magiska och därmed religiösa tänkandet ansågs av Emile Durkheim vara knutet till erfarenheten att klanen, kollektivet, representerade en mer allomfattande verklighet än individen. Inom antropologin finns dessa två synsätt representerade, och avgör hur man studerar shamanismen. Det psykologiska perspektivet avser att betrakta de förändrade medvetandetillstånden, medan de som betonar funktionen hos de sociala rollerna snarare vill analysera shamanens roll i sitt samhälle.³³

Båda perspektiven är intressanta ur en musikterapeutisk synvinkel. Musikterapeuten har funktioner som liknar shamanens såtillvida att vederbörande leder en resa till ett inre landskap. I den musikaliska improvisationen förekommer tillfälliga roller, ljuden kan gestalta varelser, ibland djurliknande. Under en GIM-resa händer det att klienten själv tar sig djurskepnader. Instrument såväl som musik kan ges ett innehåll, en innebörd som behandlar något i klientens (och även terapeutens) inre värld. Exempel på teman för improvisation är enligt antropologen Odd Are Berkaak; den ursprungliga energin, förhållandet till djur och natur och även till döden - ämnen som är centrala för många musikterapeuter. Berkaak har analyserat rockmusik och funnit återkommande teman kring så kallade liminala stadier - övergångsområden i livet. I avsnittet om improvisation nämns Berkaak utförligare.³⁴

Musikterapeuten - en nutida shaman?

Samtidigt är det intressant att betrakta musikterapeuten i sin roll i samhället ur detta perspektiv. Kan man se musikterapeuten som en nutida shaman? En läkare/lekare som måste dö, det vill säga förändras i grunden, och därefter återuppstå för att kunna hjälpa en annan människa. Kanske är det nödvändigt att besöka de mörka rum som klienten själv befinner sig i, för att kunna ge vägledning?

Det shamanska perspektivet - mötet mellan konst och läkekonst - verkar på ett sätt svårt för oss i västerlandet att ta till sig. Vårt tänkande är alltjämt fokuserat på att dela upp och avskilja för att vi ska tycka att vi upptäcker något väsentligt.

Här har vi kanske ett av grundproblemen beträffande möjligheterna att beskriva vad som händer i en musikterapisession. Frågan är hur fruktbart det är att peka på en gräns när man istället vill visa på samband mellan psyke, kropp och materia. Och ändå måste man ju försöka urskilja ingredienserna i det man har för avsikt att analysera. Carolyn Kenny skriver i sin "The mythic artery" apropå vår kulturs obenägenhet att acceptera kunskap om den inte bevisats empiriskt, att människor förr visste mycket utan att de hade observerat det i form av hårddata. Kenny menar att man förr visste saker genom sina drömmar, genom historier från de gamla och genom myter. Myten var en verklighet, ett svar och en bekräftelse på verkligheten.³⁵

Sjukdomsuppfattning

I vår kultur väljer vi fortfarande att framförallt se kropp och själ som skilda åt, och betraktar sjukdomar i dessa båda områden på olika sätt. Samtidigt finns det förmodligen kvar rester av synsätt som härstammar från tidigare epoker, och andra kulturer. Antingen betraktar man sjukdomen eller det onda som orsakat av något yttre, en bakterie eller en olycka, eller så anser

³³ Ibid

³⁴ Artikel av Even Ruud ur "Listening, playing, creating", red Carolyn Kenny, USA 1995.

³⁵ "The mythic artery", Carolyn Kenny USA 1982

man i enlighet med en mer primitiv uppfattning att det är en kraft från en annan dimension som ockuperat själen. Det finns också ett synsätt som innebär att sjukdomen är ett straff, antingen för synder som begåtts, eller för en ouppklarad relation med en död anförvant.³⁶ Min uppfattning är att vi alltså har myter och vårt eget sätt att ritualisera kring dessa myter även om det är mer eller mindre medvetet. Att arbeta musikterapeutiskt kan också utgöra en möjlighet att genom myt och rit bearbeta viktiga frågor. Om Navahoinianens shaman betraktar det som ett tillfrisknande så fort den sjuke förstår och inser orsaken till sin sjukdom, så innebär det inte att en individ i ett västerländskt samhälle genast tillfrisknar så fort det står klart för vederbörande vilken sorts sjukdom det gäller. I botten ligger ett hälsobegrepp, hur man ser på sjukt och friskt, och vilken betydelse man ger sjukdomar eller olyckor. Jag återkommer till hälsobegreppet i avsnittet om terapeutens identitet.

Det kan vara relevant för oss inom västerländsk tradition att lära känna ett synsätt där man inte utgår ifrån att ångest, själslig smärta nödvändigtvis är fel, något som ska åtgärdas. Inte ens en sjukdom behöver ses som ett avvikande från det normala. Ångest kan vara en del av de mänskliga livsvillkoren, där en person med shamanens funktion kan utgöra vägledning för att komma till klarhet om hur man ska leva med ångest eller smärta.

Lisa Summer, GIM-terapeut i USA, menar att shamanen liknar vår tids musiker. Summer betraktar musikern som någon med bristfälliga sociala kunskaper, en person som inte är expert på relationer. Tvärtom är musikern ofta någon som lever vid sidan av kulturen, en outsider. Detta gäller även shamanen. Musikterapeuten har dessutom en önskan att handskas med världens smärta. Här ser Summer en förbindelse med shamanismen.³⁷ Jag har personliga erfarenheter av så kallade trumresor, där en person efter en inledande koncentrationsövning slagit taktfast och hårt på en stor trumma, medan de övriga ligger på golvet och blundar. Utifrån vissa instruktioner, exempelvis att man ska föreställa sig en viss miljö, tar man därefter emot de bilder som uppstår.

Jag har också i vissa fall använt denna teknik med klienter.

Exempel:

B, en trettioårig kvinna, med sociala och vissa emotionella problem som grundar sig på uppväxtvillkoren, har sökt musikterapi för att försöka sortera sina känslor och impulser. Hon är mycket verbal, snabb och pratig, och många gånger en alltför duktig och tillmötesgående patient, för att egentligen kunna få ut något av terapin. Som en hjälpsam assistent utför hon det jag föreslår, och när jag inte föreslår något så vill hon helst ligga ned och göra avslappningsövningar. När jag gjort trumresor med henne har avsikten varit att erbjuda henne ett rum där inte alla hennes invanda metoder för att vara andra till lags står till buds. Att göra GIM-relaterade övningar har visat sig skrämna henne. Vid de tillfällena blir hon försiktig och tveksam, jag får intrycket av att hon säger det som hon tror att jag ska acceptera. Dessutom tycks hon rädd för att jag ska dra några slutsatser av det hon säger. Om det är en alltför övertydlig symbol kommenterar hon det genast med ett ironiskt skratt.

Att däremot låta henne företa inre resor som har en mer mytisk karaktär, där hon ställs inför att ta sig genom en tunnel till underjorden, och fantisera under det att hon själv är tyst men trumman dånar, verkar ge henne en annan förutsättning för fritt skapande. Detta som så uppenbart påminner om sagor, överklighet, och som hon kan göra utan bevakning tycks konstruktivt för henne.

³⁶ Föreläsning av Kristoffer Konarski, musikterapitbildningen hösten 1995

³⁷ Intervju med Lisa Summer i Stockholm, våren 1997

Resorna har resulterat i fantastiska berättelser. Mitt intryck har varit att hon gått hem med dessa mytiska bilder och händelser som ett konkret budskap inifrån sig själv, även om det inte är analyserat. Ibland har hon givit uttryck för att vilja titta närmare på en företeelse, och då har vi försökt använda instrument.

En tänkbar slutsats av detta är att en viss typ av information bara behöver dras upp och läggas fram. Själva det mytologiska innehållet ligger på ett individuellt plan, och berör individen på de punkter som vederbörande är redo att bearbeta. Bilderna utgör en informationsbank som man kan återkomma till. Lisa Summer har uttryckt skillnaden mellan receptiv och expressiv musikterapi genom att ge *musiken* rollen som objekt i det sistnämnda och *bilden* i det förstnämnda. I receptiv musikterapi består relationerna av terapeut - klient - bild, medan det i expressiv musikterapi handlar om relationen terapeut - klient - musik. Förhållandet mellan de tre delarna utgör jordmånen för diskussion, samtal eller analys.³⁸

Varje kultur har sin egen uppfattning om orsak och verkan, kausalitet. Det är ett paradigmsom tycks fungera inom gränserna för ett samhälle. Afrikansk tro på till exempel det onda ögat anses inte bita på en västerlänning, helt enkelt för att vederbörande inte tror på det. Återigen handlar det om ett vedertaget hälsobegrepp. Even Ruud beskriver hur en magisk sjukdomsuppfattning hos de så kallade naturfolken tar sig uttryck i att man betraktar den sjuke som besatt av demoner vilka medicinmannen står i förbindelse med. Att göra någon frisk är ofta hela stammens angelägenhet. Genom att använda musiken i form av handklappningar, sång, rassel- och klanginstrument mm försätter medicinmannen samtliga deltagare i ett förändrat medvetandetillstånd. Musiken utgör en del av en helhet där individer, kläder, rörelser såväl som medicinmannens roll allesammans har lika stor betydelse. Ruud hänvisar också till musikpsykologen L B Meyers utgångspunkt i amerikanska indianers magiska musik. Meyer menar att kraften ligger i själva tron på musikens makt. Han beskriver hur shamaners sångtexter ofta helt enkelt består av upprepanden av hur stor hans egen kraft är, alltså en sorts besvärjelse för den egna styrkan och makten. Musiken är intimt knuten till ritualer, religion och magi.³⁹

³⁸ Ibid

³⁹ ”Musikk som kommunikasjon og samhandling”, Even Ruuds doktorsavhandling, Oslo 1990

MUSIKTERAPI UR PSYKOLOGISKT PERSPEKTIV

Musikterapi har hämtat sin teoribildning till största delen från det psykologiska området, och dessutom från inlärningsteorier, speciellt ifråga om musikterapi inom specialpedagogiken. Det verkar relevant att redogöra för de strömningar som funnits inom de psykologiska teorierna, som har haft inflytande på musikterapi och musikterapeuters sätt att arbeta med klienter. Vissa begrepp och förhållningssätt är ofrånkomliga när man ska beskriva och diskutera musikterapi eftersom många verksamma i området har utgått från den psykologiska begreppsapparaten för att bättre förstå och utvärdera det som sker i musikterapisituationen. Jag kommer att redogöra för de teoretiska riktningar och respektive metoder och terapeutiska tekniker som jag i mitt eget musikterapiarbete finner relevanta.

Psykologi i förhållande till filosofi i korthet

Psykologisk skolbildning är förbunden med filosofiska teorier. Freud var exempelvis påverkad av Hegel som dominerade filosofisk diskussion i Tyskland under 1800-talet. Hegel hade framförallt idéer om historisk utveckling där han menade att varje period har sin egen karaktär som stadium i utvecklingen som sker enligt lagar som i grunden är själsliga. Han ansåg självhävdelser vara grunden för historisk utveckling, och målet för subjektet skulle vara att övervinna alienation, dvs upplevelsen att ställas inför objektet.⁴⁰ I övrigt teoretiserade även filosofer som Schelling, Schopenhauer och Nietzsche kring det omedvetna som dynamisk princip bakom medvetandet. Vetenskapen har under 1800-talet gått från klassificeringstänkande till processtänkande - vid sekelskiftet kom ett nytänkande inom logiken genom Hegel, inom biologin genom Darwin och inom fysiken genom Einstein. Inom utvecklingspsykologin genom Freud och Piaget. Freuds bok "Drömtydning" gav belysning åt de omedvetna konflikternas betydelse i själslivet, och Piaget skapade en teori för intelligensens utveckling 1936. Emellertid skedde samtidigt studier av inlärningsprocesser genom Watson, Skinner och Pavlov från 1930-talet, och under 1950-60-talen kom systemteoretiska perspektiv.⁴¹

Psykoanalysen

Den klassiska psykoanalysen - som utvecklades ur användandet av hypnos under 1800-talet - är grunden till all teoribildning vad gäller psykodynamiskt tänkande.

Musikterapiutbildningen på Musikhögskolan i Stockholm har i sin undervisning som utgångspunkt en psykodynamisk grundsyn. Därför finner jag det relevant att redogöra närmare för utvecklingen i detta sammanhang.

Vidare har psykoanalysen stor betydelse för utvecklingen av vissa terapeutiska metoder, till exempel GIM och symboldrama.

⁴⁰ Stevenson, Leslie "Sju teorier om människans natur" Forum 1974

⁴¹ Havnesköld/Risholm-Mothander "Utvecklingspsykologi"

Hypnos

Bland andra använde sig Wienläkaren Mesmer av hypnos⁴² och den franske neurologen Charcot. Dessa tillsammans med Freuds kollega Breuer hade stor betydelse för Freuds utveckling av den så kallade fria associationen. Sigmund Freud, läkare, forskare och författare av en mängd böcker, reagerade mot hypnosens sätt att använda och manipulera med människor, och utvecklade den metod för diagnosticering och behandling av neuroser som kallas psykoanalys.

Driftläran, drömmen och den fria associationen

Freuds studier resulterade i en syn på människan som styrd av omedvetna drifter av vilka aggressionsdriften och sexualdriften - libido - var starkast. Konflikten mellan dessa omedvetna drifter och de likaså omedvetna försvaren mot drifterna ansåg Freud orsakade psykisk ohälsa.⁴³ Freud talade också exempelvis om drömmarnas manifesta innehåll, dvs förklädnaden, och deras latent innehåll, dvs det sanna innehållet, som uteslutande består av sexuella och incestuösa önskningar som alltså censureras. Den fria associationen kan överlista censorn och ådagalägga drömmens sanna innehåll. Här ska också nämnas de olika nivåer för tankeprocesser som Freud beskrev; primärprocesstänkandet och sekundärprocesstänkandet. Det förra benämner det irrationella inom människans psyke som till exempel drömmar, medan det senare beskriver psykets logiska, ordnade del.⁴⁴

Målet för analysen

En psykoanalytiker strävar efter att medvetandegöra individen om alla dessa förhållanden. Varje drift anses ha en källa och ett objekt, och symptomet på psykisk störning är en kompromiss mellan en omedveten önskan och försvar mot samma önskan. Målet för analysen är att individen ska kunna släppa på försvarerna för att kunna uppleva impulser på ett medvetet plan.⁴⁵ Den teoretiska utgångspunkten är att allt mänskligt beteende har en avsikt som i sin tur har sin grund i drifterna.⁴⁶ Dessutom är människans handlingar resultatet av en kompromiss mellan *detet* (drifter) *jaget*, *överjaget* (samvete) respektive yttervärlden. Tidiga traumatiska upplevelser som förblir omedvetna resulterar i ett *upprepningsvång*, som i sin tur drabbar omgivningen i form av *projiceringar*.⁴⁷ Freud definierade psykisk hälsa som förmågan till kärlek och arbete.

Jagpsykologi

Om Freud introducerade den första vågen av dynamisk utvecklingsteori så initierade hans dotter Anna den andra vågen genom att vidareutveckla kunskapen om jaget.⁴⁸ Man försköt fokus från drifternas betydelse till jagets betydelse. Jagpsykologi är ett samlande begrepp för teorier som kompletterar driftteorin vad beträffar relationen mellan själv och objekt.⁴⁹

⁴² Han kallade det för animal magnetism

⁴³ Davidson, Claes "Psykoanalytisk terapi" 1989

⁴⁴ Freud, Sigmund "Drömtydning" Bonniers pocketupplaga 1958

⁴⁵ Carlberg, Gunnar "Dynamisk utvecklingspsykologi" Natur och Kultur 1989

⁴⁶ Stevenson, Leslie "7 teorier om människans natur" Forum 1974

⁴⁷ Carlberg, Gunnar "Dynamisk utvecklingspsykologi"

⁴⁸ Ibid

⁴⁹ Carlberg, Gunnar "Dynamisk utvecklingspsykologi" Natur & Kultur 1989

Teknik

Psykoanalysens teknik går i stort sett ut på att *analysanden* ligger ned (för att befrämja *regressionen*) och associerar fritt medan analytikern lyssnar och tolkar. Härigenom *överför* analysanden en tidigare relation på analytikern, ett regressivt fenomen med rötter i barndomen. Analysandens *försvarsmekanismer* (exempelvis förnekande, förträngning, intellektualisering) aktiveras genom analytikerns distanserade hållning, det vill säga analysandens rädsla för och motstånd mot obearbetade känslor och minnen.⁵⁰

En andlig aspekt på psykoanalys

Psykoanalysen tillhandahåller ingen livsåskådning eller mening med livet i existentiell eller andlig bemärkelse, något som teoretiker efter Freud reagerat på. Emellertid beskriver Freud de två starkaste drifterna sexualdriften och dödsdriften såsom krafter som skulle kunna sägas ha metafysiska inslag. Eros; livs/sexdriften ser han som en tendens inom människan som vill sammanfoga delar till en helhet. Visserligen menar han inom individen, men teoretiskt skulle det kunna vara en kraft inom individen som vill utöver sina egna gränser och ingå i en enhet. Dödsdriften menar han är människans strävan att återgå till sitt ursprung.⁵¹ Människan består av organisk materia som utvecklats ur oorganisk materia. Alltså skulle det innebära att människan har en längtan ut ur sig själv, sitt fångsel av kött, och blod, och till en sorts evig tillvaro. Samtidigt definierar Freud lust i termer av spänningsreduktion. Upphävandet av alla dynamiska spänningstillstånd är inget annat än döden. På det sättet tycks det som om dödsdriften och livsdriften helt och hållet strävar åt samma håll; den slutliga friden, stillheten.⁵² Flera samtida analytiker och psykologer reagerade på Freuds fixering vid den sexuella energin. Adler, en av Freuds kollegor i Wien, ville hellre betona de sociala instinkterna och en kompensatorisk maktsträvan.⁵³

Carl Gustav Jung utvecklade en egen riktning inom psykologin.

Den analytiska psykologin

Jung samarbetade från början intimt med Freud, men markerade skillnaden mellan deras synsätt genom att etablera den analytiska psykologin. Här betraktas psykisk hälsa som beroende av en fungerande relation mellan det omedvetna och det medvetna, som etableras under individens utveckling. Härav beror också all kreativ verksamhet.

Det kollektiva omedvetna

Jung ersatte Freuds sexualteori med att betona människans ständiga strävan efter andlig utveckling. Freud var fientligt inställd till religion och även filosofi, företeelser han betraktade som ockultism. Jung däremot, ansåg att det i människans undermedvetna fanns spår av primitiva kulturer, ett gemensamt underlag för det mänskliga psyket. Detta kollektiva omedvetna kan betraktas som något liknande det etologer anser att varje djurart har -

⁵⁰ Bering, Elna red, "Vad är psykoanalys - erfarenheter och upplevelser" Rabén & Sjögren 1988

⁵¹ "På liv och död" Ludvig Igra

⁵² Ibid

⁵³ Davidson, Claes "Psykoanalytisk terapi"

nämmligen en utrustning med en beteendepertoar som anpassas för varje situation.⁵⁴ Metapsykologi som begrepp nämndes redan av Freud såsom betecknande psykoanalysens teoretiska sida i förhållande till dess användning som behandlingsmodell.⁵⁵ Jung menade med begreppet metapsykologi sammanfattande teorier om människans psyke, dess struktur och funktion. Man kan som metafor säga att det handlar om själslivets anatomi och fysiologi. Psyket består av *jaget* som ett band av medvetande kring kärnan *självet*. Denna kärna finns i lager av kollektivt medvetet, där det finns arketyper, samt personligt omedvetet, där det finns komplex. De senare är föreställningar med gemensam emotionell laddning och arketyper, såsom arketypiska gestalter, händelser eller objekt, är medfödda gemensamma dominer. Psyket är enligt Jung liksom kroppen ett självreglerande - homeostatiskt - system, som strävar efter ständig balans mellan till exempel *jaget/självet*, *personen/skuggan*, *anima/animus*, *förmimmelser/intuition* osv.⁵⁶

Drömsymbolik

Vad beträffar drömmen ansåg Jung till skillnad från Freud att dess funktion är att kompensera det medvetnas attityder. Det omedvetnas kompensatoriska förmåga att ge upphov till symboler kallade Jung för den transcendentala funktionen. Symboler är förmedlare mellan föreställningarnas inre, subjektiva värld, och den yttre objektiva världen. Fantasin är livets material, genom vilket organismens strävan mot olika mål kan prövas.⁵⁷ Jung ville understryka att mytbildningen, symbolernas förekomst, är levande funktioner i det mänskliga psyket. Symbolerna kan betraktas som ett naturens försök att försona och utjämna motsatser inom psyket. Symbolerna fungerar som omformare i det att de leder från en lägre form till en högre.⁵⁸

Jungiansk psykoanalys använder sig mycket av dröm- och symboltolkning i metoden. Jungs uppmärksammande av symbolers och även myters betydelse har därefter influerat nya riktningar inom psykologin, vilket jag återkommer till. Kunskapen om symboliseringsprocessen är viktig när det gäller utvecklingen av de konstnärliga terapiformerna.

Ett psykodynamiskt förhållningssätt

Psykoanalysen utgör alltså grunden för det psykodynamiska synsätt som genomsyrar de flesta terapeutiska tekniker och teorier som kommit efteråt. Vad beträffar innebörden av ett psykodynamiskt förhållningssätt vill jag särskilt understryka det faktum att man ser terapeuten som ett ofrånkomligen delaktigt element i terapin. Detta är väsentligt i musikterapisammanhang eftersom terapeuten där hela tiden manifesterar sin närvaro tydligare än kanske i någon annan terapiform. Om så terapeuten slår an en enda ton, eller bestämmer sig för att inte slå an just den tonen så tar hon/han hela tiden plats i terapirummet med sin person och sina val.

⁵⁴ Pascal, Eugene "Jung i våra liv"

⁵⁵ Davidson, Claes "Psykoanalytisk terapi"

⁵⁶ Pascal, Eugene "Jung i våra liv"

⁵⁷ Ibid

⁵⁸ Wikström, Owe "Den religiösa människan" Plus Ultra 1996

I psykodynamisk psykoterapi utgår man ifrån tanken att individen påverkas av omedvetna föreställningar, känslor och tidiga, obearbetade, overbaliserade upplevelser av mer eller mindre traumatisk karaktär. Vidare att konflikten och rädslan för konflikten är av grundläggande betydelse i all mänsklig utveckling. Med konflikt menar man motstridiga krafter både inom och utanför människan. Rädslan för att bli medveten om dessa inre och yttre krafter kan ta sig uttryck i motstånd mot utveckling och förändring hos individen. Om individen ger efter för detta motstånd och inte tränger igenom sina obearbetade konflikter kan det i sin tur ge upphov till känslor av tomhet, meningslöshet, som kan resultera i destruktiva livsmönster som går ut över omgivningen.

Med hjälp av psykoterapeuten tänker man sig att individen vägleds till medvetande och bearbetning av detta omedvetna material för att därefter slippa styras av det i lika stor utsträckning i livet.

Metoder

Terapeuten är alltså en vägledare i ett gemensamt utforskande och en interaktion med patienten på dennes väg mot en större självinsikt. Man använder sig av terapeutiska tekniker som tex klarifikation (förtydligande och spegling), konfrontation och tolkning, dvs hjälp för patienten att se vilken roll vederbörande själv spelar i sin problematik, respektive vilka samband det finns med erfarenheter i det förflutna och därefter känslomässig bearbetning av detta. Terapeuten blir ett övergångsobjekt som patienten kan överföra gamla känslor och relationer på.

Exempel 1

En kvinna i trettioårsåldern, B, har vid flera tillfällen talat om hur hon känner sig "beige" ibland. Detta har hon berättat innebär att hon tycker sig sakna känslor och bara uppleva sig som tom. Jag föreslår vid en session att hon ska spela "beige" musik, varpå hon spelar piano en lång stund. Till en början trevande, men efter några minuter mer varierande. När B slutat spela ber jag henne lägga sig ned och lyssna på mitt svar. Jag säger att jag ska försöka spela en "spegel" av hur jag tyckte hennes "beige" musik lät. Efteråt säger hon att hon kunde känna igen sig själv i det jag spelade, men också urskilja annat som hon inte hade tänkt på. Vi diskuterar denna "beiga" känsla och kommer fram till att det uppenbarligen finns många andra färger i denna till synes tomma färg.

Exempel 2

Med en grupp på tjugo vuxna utan speciell diagnos eller problematik, genomförs vid ett tillfälle en övning där en individ får göra en kort soloimprovisation, vilket sedan hela gruppen svarar på. En kvinna gör då några ljud genom att helt enkelt slänga omkring sig några rytminstrument. Gruppen ger ett adekvat svar på detta genom att slänga runt instrument. Efteråt berättar kvinnan att hon plötsligt såg tydligt vad det var hon gjorde, och vad det framkallade hos omgivningen.

Symboldrama

Denna metod utvecklades av Hanscarl Leuner på 1960-talet, och nämndes i avsnittet innan.

Patienten får här föreställa sig ett motiv som vederbörande, medan det inre gestaltandet pågår, förmedlar till terapeuten verbalt. Metoden liknar en styrd dagdröm. Efteråt samtalar man om det som ägt rum i patientens inre, och arbetar också eventuellt med bild.⁵⁹

Konstnärliga terapiformer, dans- och bildterapi

Här använder man sig av bildskapande respektive kroppsrörelser och dans i relation till terapeuten. Metoderna kan kombineras med samtal, men det är inte nödvändigt. Dessa metoder har särskilda fördelar när det gäller att arbeta med individer som av olika anledningar inte har tillgång till ett språk. Här ingår också musikterapi, expressiv såväl som receptiv, men det återkommer jag till i ett särskilt avsnitt.

Objektrelationsteorier

Det har utvecklats många terapimetoder utöver samtalsterapi som har en psykodynamisk utgångspunkt. Det är inte ovanligt att terapeuter i detta sammanhang också har ett objektrelationsteoretiskt perspektiv.

Objektrelationsteorier skiljer sig från jagpsykologin även om de båda härstammar ur Freuds psykoanalytiska teorier. Den psykoanalytiska spädbarnsforskningen har utvecklat två traditioner, där man å ena sidan har den jagpsykologiska inställningen att individen från början befinner sig i ett primärt, narcissistiskt stadium utan något själv och alltså inte har möjlighet att utveckla affekter inåt eller utåt.⁶⁰ I objektrelationsteorierna å andra sidan avskiljer man sig ytterligare från den klassiska driftteorin genom att sätta den tidigaste relationen i livet i fokus. Detta tänkande har utvecklats ur en klinisk erfarenhet att man i arbetet med tidigt störda psykiska strukturer hos individer behövde kompletterande teoriunderlag.⁶¹ Objektrelationsteorier är redan många och skiftande, men har som gemensam utgångspunkt den *preodipala tiden* och hur ett litet barn hanterar sin verklighet, bygger upp en *inre objektvärld*. Synen på drifternas betydelse skiljer de olika teorierna åt, vilket också påverkar det terapeutiska arbetet.

Kort uttryckt menar man att allt mänskligt beteende grundläggs i relationen mellan spädbarnet och modern (=det första objektet). Detta kan tex innebära att när modern kommer för att lugna det skrikande barnet, ge det bröstet, ger hon samtidigt barnet hjälp att bilda en egen inre representation, ett introjekt. Denna inre representation ger så småningom en större förmåga till emotionell *holding*, dvs barnet kan bära sig själv mer. Detta i sin tur är en förform till den inre psykiska struktur som ska utgöra ett stabilt jag. Man betraktar pappan som den som ska föra in hoppet, modet för barnet att senare lämna symbiosen med modern, och bli självständig.⁶²

Två olika perspektiv

Bland några av de analytiker som teoretiserat kring objektrelationer kan nämnas Melanie Klein som intresserade sig för den tidigaste mor/barn-relationen och talade bla om det *goda*

⁵⁹ ”Symboldrama” Hanscarl Leuner

⁶⁰ Tudor-Sandahl, Patricia ”Den fängslade verkligheten” W&W 1995

⁶¹ Igra, Ludvig ”Objektrelationer och psykoterapi” Natur & Kultur 1983

⁶² Ibid

*och det onda bröstet.*⁶³ Kleins perspektiv är det fenomenologiska, dvs hon fördjupar sig i vad hon tror att mor och barn upplever. Hon fokuserar också på förbindelsen mellan en inre och en yttre verklighet.⁶⁴ Här finns det paralleller till det som Winnicott kallade mellanområde (se nedan). Psykoanalytikern Margaret Mahler beskriver separations-individuationsprocessen hos barnet och modern. Hon nämner *illusion* - dvs moderns benägenhet att invagga barnet i en förvissning om att det själv är i stånd att framkalla bröstet vid hunger. När barnet växer och upptäcker sanningen om hur bröstet kommer kan barnet enligt Mahler vilja återskapa den gamla illusionen med ett *magiskt tänkande*.

Mahlers utgångspunkt är till skillnad från Kleins, det mer beteendeorienterade, antropologiska genom att hon studerar uppträdanden och beteenden och drar sina slutsatser utifrån det. Mahler är också känd för sina fasbenämningar i barnets utveckling; autistisk, symbiotisk respektive separations-individuationsfas. Den sistnämnda fasen består i sin tur av differentiering, (barnets psykiska födelse, skiljandet mellan inre och yttre representationer) övningsfasen och närmandekrisen (insikten om att vara skild från modern).⁶⁵

Mellanområde

Den engelske psykiatern D Winnicott koncentrerade sig också på förhållandet mor-barn, och har i samband med utformningen av sin psykoanalytiska objektrelationsteori, formulerat tankar kring *individuationsfasen* som av många musikerterapeuter betraktas som direkt tillämpbara i musikerapisammanhang.

I begreppet *övergångsobjekt* avser han de föremål som för barnet ersätter den förlorade första objektrelationen - modern - exempelvis en nalle. Objektet är inte barnet själv, utan fungerar som en länk mellan yttrevärlden och barnet. Dessa objekt finns i det *övergångsområde/mellanområde* som utgörs av den yttre verkligheten såväl som den inre, och är en länk mellan dessa två (*transitional area*). Denna benämning på den brygga som barnet skapar syftar på användningsområdet att gå från ett stadium till ett annat, något som människan fortsätter att använda hela livet, i sitt kreativa skapande.

Lek

Han beskriver leken som det ursprungliga övergångsområdet där människan tagit upp, bearbetat och internaliserat problem i tillvaron. Som vuxen fortsätter alltså människan att använda sig av övergångsområden i avsikt att bättre hantera livet. Konstnärliga såväl som mellanmänniska områden - att tex samspela musikaliskt, att älska eller att uppleva samhörigheten i idrottssammanhang - kan allesammans utgöra dessa övergångsområden. Enligt Winnicott har övergångsområdet sin grund i det lilla barnets illusion om den förlorade första relationen. Denna illusionsförmåga skapar en korrespondens mellan den inre och den yttre verkligheten. Även moderns joller betraktar Winnicott som ett mellanområde.⁶⁶ Psykoterapi är enligt Winnicott två människors lek. Terapeuten ska hjälpa klienten att finna ett tillstånd där klienten kan leka - ett neutralt övergångsområde, mellanområde, upplevelseområde.⁶⁷

⁶³ Cullberg

⁶⁴ Havnesköld/Mothander "Utvecklingspsykologi"

⁶⁵ Igra, Ludvig "Objektrelationer och psykoterapi"

⁶⁶ "Lek och verklighet" Winnicott

⁶⁷ Detta motsvaras även av konst och religion. Jag återkommer till det i avsnitten om respektive ämnen.

Psykoanalytikern Ludvig Igra beskriver denna internaliseringsprocess som bestående av två delar:

Objektrelaterandet som handlar om individens förhållande till yttre ting/andra varelser, och objektrelationerna, som uttrycker de inre föreställningarna om dessa objekt. Här ses återigen parallellen till en bro mellan världar.

Ett eklektiskt förhållningssätt

Det psykodynamiska tänkandet medger närmandet till ett mer eklektiskt synsätt där en terapeut kan tillämpa ett flertal olika teorier. Igra beskriver samtidigt kritiskt hur utvecklingspsykologiska teorier kan ha karaktären av beställningsjobb i det sammanhang vi för tillfället befinner oss, forskning där vi behöver fördjupa oss. Utvecklingspsykologier menar Igra är en sorts mytologier, en nödvändig del av de förföreställningar vi behöver i det terapeutiska arbetet.⁶⁸

Samtidigt varnar Ludvig Igra för det sätt på vilket ett eklektiskt förhållningssätt får fragmentiserande konsekvenser i det kliniska arbetet. Teoriutvecklingen riskerar också att stagnera om varje svaghet hos en teori helt enkelt byts ut mot en ny, istället för att byggas ut⁶⁹

Utvecklingspsykologi, självpsykologi respektive affektteori

Den fjärde vågen inom dynamisk utvecklingsteori sägs vara självpsykologin, där man betonar en möjlighet till kompensatorisk utveckling i motsats till psykoanalysens determinism.

Denna syn på självet förmåga till empati och att ingå i relationer är av avgörande betydelse i terapi idag.

Utvecklingspsykologi har sin grund i olika teorier om hur människan utvecklas från tidig barndom eller rentav fosterstadiet. Dessa teorier kan man med fördel stödja sig på när man ska bemöta personer som har olika typer av störningar. Att arbeta tillsammans med ett autistiskt barn kan innebära att tydligt se olika utvecklingsfaser som egentligen hör hemma i tidigare åldrar. Genom t ex Daniel Sterns begrepp kan man få hjälp att hitta utgångspunkter när man närmar sig barnet.

Daniel Stern kritiserar den psykoanalytiska skolan som han anser skapar ett artificiellt barn; det kliniska spädbarnet. Istället inför han begreppet *det observerade spädbarnet*. Hans utgångspunkt är att barnet från början har ett själv som under loppet av de första åren genomgår olika faser. Dessa är; *begynnande själv*, *kärnsjälv*, *subjektivt själv*, *verbalt själv* samt *berättande själv*.

Daniel Stern har också influerats mycket av musikestetiska teorier, bland andra Susanne Langer och hennes idéer om den speciella sortens rörelse i musik som har sin motsvarighet i mänskliga känslomässiga rörelser. Beträffande ett barns sinnesförmågor talar Stern om *vitalitetsaffekter* respektive *amodal perception*. Det senare betecknar ett barns tidiga förmåga att översätta information det får från ett sinne till andra, alltså en sorts övergripande intryck från olika sinnesupplevelser. Det förstnämnda beskriver förmågan att organisera upplevelserna, här i form av en sorts höjdpunktsupplevelser, crescendon av känslor. Stern inför även begreppet *affektintoning*, med vilket han avser samspelet mellan mor och barn och deras ömsesidighet i kommunikationen.⁷⁰

⁶⁸ Freud själv menade, enligt Havnesköld/Mothander, att hans driftteori kunde betraktas som vår tids mytologi.

⁶⁹ "På liv och död" Ludvig Igra 1988

⁷⁰ "Spädbarnets interpersonella värld" Daniel Stern

Metapsykologi

Inom psykodynamisk eller objektrelationspsykologisk terapi ser man på existentiella frågor med inställningen att livets mening är att lära sig/våga förhålla sig till konflikter, grundtillståndet i den mänskliga tillvaron. I en ganska nyutkommen bok om utvecklingspsykologi menar författarna⁷¹ att utvecklingspsykologins uppgift är att beskriva barnets kognitiva respektive affektiva utveckling, och i detta sammanhang ansluter sig författarna till vad de kallar en tvärvetenskaplig (i förhållande till en mer isolationistisk) attityd, där man vill låta sig berikas från andra områden, tex filosofi och biologi.

Metapsykologi anknyter till Freuds försök att fastställa principer för psykodynamisk vetenskap som skulle kunna binda samman iakttagelser från olika håll, och samtidigt definiera psykologin utifrån centrala grundteman - det vill säga skapa en modell för tanke-känslolivets utveckling inom en psykodynamisk referensram. Metapsykologi är de allmänna abstrakta principerna, tex drifter, psykiska strukturer och psykisk energi, en modell som har utvecklats mer ur ett behov av teoretisk sammanhållning än ur kliniska iakttagelser - medan *klinisk teori* inom psykoanalys betecknar vad som sker i den specifika relationen mellan terapeut/klient, tex överföring. När man använder sig av dessa båda teorikategorier kan det bli svårt att utläsa begrepp och fenomen som därefter kan bli möjligt att observera i verkligheten. Freud såväl som Mahler, Eriksson och Klein gör sig skyldiga till detta enligt författarna.⁷² Varje utvecklingsteori som baseras på ett psykoanalytiskt perspektiv måste ta ställning till de metapsykologiska aspekterna. Ännu finns inte, enligt Havnesköld/Mothander, en metapsykologi som beaktar både tanke- och känslolivets utveckling.⁷³

Vetenskaperna idag tycks generellt upptagna med att skapa en förståelsemodell som tar hänsyn till relations- processfenomen såväl som statiska enheter. Psykologi, neurologi och kvantfysik (frågor om materiens innersta uppbyggnad) tampas med samma svårigheter. Man tar i ovannämnda bok också upp begreppet tidsanda. Detta beskrivs som något som styr dess samtid i tänkande på ett omedvetet plan. Här finns allt det som samtiden tar för givet, men ibland händer det att något blir ifrågasatt och en helt annan uppfattning kan bli gällande. Detta kan sägas gälla för psykoanalytisk tradition. Dels finns det de som ser konstruktivistisk på psykoanalys - det vill säga ser den som en samtalsmetodikens konststart, med olika berättelsetraditioner, subjektivt konstruerande av livshistorier.⁷⁴ En annan riktning, den empiriska, med bla Robert Emde och Daniel Stern som förgrundsgestalter, vill se psykoanalys som möjlig att pröva i enlighet med naturvetenskapliga principer.⁷⁵

Kanske ställer man sig allt oftare frågan: Hur vet vi det?
Hur tillförlitliga är de observationer som gjorts?

⁷¹ Havnesköld/Mothander

⁷² Havnesköld/Mothander "Utvecklingspsykologi"

⁷³ Ibid

⁷⁴ Ibid

⁷⁵ Ibid

Humanistiskt orienterade terapiformer

Humanismen som riktning inom psykologin återkommer jag till i avsnittet om musikterapi föreläsare. Här nedan följer några av de terapiformer som grundar sig på ett humanistiskt tänkande.

Kroppsorienterad psykoterapi

Kroppspsykoterapi är en verbal terapiform introducerad i Sverige på 1970-talet av George Downing, och finns i flera varianter. Grundsynen är psykodynamisk men man kompletterar samtalet med att söka information i individens kroppsliga rörelsemönster, muskelspänningar respektive andning. Individen ses som ett ansvarstagande subjekt, delaktig i sitt eget öde. Man kombinerar samtalsteknik med aktiva moment, exempelvis stresspositioner⁷⁶ Man har också hämtat idéer från gestaltterapi och psykodrama samt Wilhelm Reichs teorier om kroppen -vegetoterapi. Reich myntade begreppet karaktärspansar - resultatet av tidiga försvarsprocesser. Han menade att det inte är någon idé att analysera omedvetna processer förrän detta pansar brutits igenom.⁷⁷

Psykodrama

- vilket betyder "själ i handling", skapades som metod av J.L. Moreno i Wien. Här vidareutvecklas möjligheten att återgå till gamla obearbetade konflikter, genom att rent konkret på en scen, i form av ett rollspel, återskapa händelserna eller relationerna med hjälp av andra personer i en psykodramagrupp, ledd av en psykodramaregissör. Man gestaltar även känslor eller stämningar med hjälp av varandra, genom att ta den rollen i det gemensamma dramat. Metoden återknyter till det antika grekiska ödesdramat, där en dialog mellan kören och huvudrollen -protagonisten - syftade till en reningsupplevelse - katharsis. Det är mötet, samspelet mellan människor som står i fokus. Målet med psykodrama är att hjälpa klienten att se klarare på sig själv, sin egen och andras roll i händelsen. Man anser att man genom den fysiska gestaltningen kan komma åt tidiga, ordlösa minnen. Man ser på människan som en rollspelande varelse, men också med andliga behov.⁷⁸

Gestaltterapi

- en metod som också har inslag av *existentialism* i sin tyngdpunkt på individens eget ansvar och möjlighet att träffa egna val. Grundaren Fritz Perl gick i psykoanalys hos Karen Horney, (en av Freuds lärjungar)men tyckte att det gick för långsamt. Han ville ha effektivare metoder, och koncentrera sig på mötet mellan två människor. Vidare ville han fokusera på nuet istället för det förflutna., i avsikt att medvetandegöra. Om individen inte är medveten om vad hon gör kan hon inte välja. Istället styrs hon av omedvetna val. Om individen inte har en fullbordad helhetsbild - en gestalt - av ett viss skeende kommer hennes förmåga att reagera på vad som

⁷⁶ Bioenergetic, en teknik utarbetad av Lowen, där man bl a stressar muskler genom att försätta sig i fysiska positioner som kan lösa spänningar eller konfrontera en individs behov av kroppskontroll. Björn Wrangsjö skriver om denna teknik i "Kroppsorienterad psykoterapi" 1987

⁷⁷ "Gestaltterapi på svenska" red Inger Mannerstråle 1995

⁷⁸ "Psykodrama" Adam Blatner 1973

händer i nuet att vara bristande. Istället kommer hon att gå på gång söka upp de livssituationer som påminner om det specifika traumat i historien och söka avsluta det. Här återkommer det Freud kallade *upprepningsvånget*. Perl hade tagit intryck av Morenos psykodrama, vilken han dock tyckte blandade in för många individer samtidigt. Istället utvecklade han en egen teknik, av vilken kan nämnas "Den tomma stolen". Den går ut på att klienten får föreställa sig att en viss person, som är viktig i ett särskilt sammanhang, sitter i en tom stol. Klienten har också möjlighet att själv sätta sig på den stolen och då bli den andra, tänkta personen. Klienten har möjlighet att tala direkt, i presens, vilket man anser medför en ökad möjlighet för upplevelsen att bli bearbetad och avslutad.

Gestaltterapeuten utgår ifrån att individen själv skapar och tolkar världen, och därmed sitt eget öde. Hur hon gör detta avgörs av i vilken utsträckning hon kan tränga igenom sin föreställningsvärld i sin varseblivning av tillvaron. Gamla tolkningar från det förflutna tenderar att styra upplevelserna i nuet. Gestaltterapeuten har till skillnad från terapeuten i tidigare nämnda terapiformer, en aktiv roll i skeendet. Man utgår också ifrån ett polaritetstänkande genom att försöka ta fram gömda motsatssidor hos individen. Man skulle kunna säga att gestaltterapi är en existentiell terapi på fenomenologisk grund.⁷⁹

Alla dessa metoder kan sägas vara i användning inom musikterapi. Att vara medveten om kroppen och dess försvar är viktigt när man står inför att samspela med varandra. Det kan upplevas som hotfullt och på samma gång befriande att till exempel spela trummor.

Exempel 1:

E, en medelålders kvinna hade under flera sessioner ganska rastlöst provat olika instrument. Så vid ett tillfälle hittade hon en gammal trasig metallofon som en gång tillhört min pappa. Denna spelade hon på under tre hela terapisesioner, alltmedan jag i enlighet med hennes bestämda direktiv, fick ackompanjera på en dämpad liten triangel. Detta beskrev hon som en direkt illustration av sin relation till sina föräldrar som barn. Hon själv var den spröda och spruckna metallofonens svaga röst, och nu fick den ändå plats eftersom triangeln var ännu tystare och ändå fanns där närvarande. E beskrev detta som att hon äntligen fick vara precis den hon var och ändå inte behövde vara ensam med det.

Exempel 2:

Inom ramen för handledningen för musikterapeututbildningen har musiken kunnat användas särdeles fördelaktigt när det gällde att gestalta en annan människa i relation till en själv. Vi kunde till exempel på valfritt instrument spela hur vi upplevde klienten när denne var inför sin terapeut. En i handledningsgruppen kunde pröva att spela en av oss andra för att göra tydligt hur vi framstod inför våra klienter.

Existentiell psykologi

Det svåra med det mänskliga livet är friheten att göra vad vi vill med våra liv.
Och ansvaret för att vi gör något med våra liv.

⁷⁹ "Gestaltterapi på svenska"

Existentialismen är en filosofisk riktning som sysslar med tre huvudfrågor; individen, hennes frihet och livets mening. Existentialisten tror på varje individs förmåga att ta ställning till sina egna attityder och värderingar. Den danske författaren Kirkegaard formulerade tre levnadssätt/stadier i livet, mellan vilka människan kunde välja; det estetiska - livsnjutandet med livsledan på lur i bakgrunden, det etiska - pliktuppfyllandet, samt det religiösa - tilliten till Gud⁸⁰.

Den franske författaren Sartre emellertid, förnekade Guds existens. Eftersom Gud är död - det vill säga vi har genomskådat religionen - så måste vi istället på nytt utforma grunden för vår tillvaro, finna dess mening enbart ur mänsklig synpunkt. Ateisten anser, enligt Sartre, att allt är tillåtet, inga värden är givna och det finns heller ingen yttersta mening. Den enda grunden för tillvaron är människans frihet. Ångesten om denna frihet är något vi försöker undvika genom att låtsas att vi inte är fria.⁸¹ Kirkegaards definition på ångest var att den är tecknet på människans känsla av att inte vara i sann överensstämmelse med sig själv. Genom ångesten kan människan nå fram till medvetandet om sin egen frihet.⁸²

Logoterapi

Viktor Frankl, företrädare för den så kallade tredje Wienskolan, menar att Freud och Adler - som anses företrädare för första respektive andra Wienskolan - var reduktionister såtillvida att de såg människan som en maskin, ständigt sysselsatt med att befria sig från sin inre spänning. Frankl menar att människan är en unik varelse som har en förmåga att gå utanför sig själv, som har en vilja till mening i sitt liv. Han talar om "psykologism", dvs benägenheten att se människan som "ingenting annat än" en produkt av arv och miljö.

Frankl, professor i neurologi och psykiatri i Wien, har grundat den så kallade logoterapin där han tar upp människans behov av mening, längtan efter Gud. Denna längtan är omedveten, men styrande. Detta ska ses i relation till Freuds syn på människan med en omedveten lust och Adlers syn som inbegriper människan som en varelse med ett omedvetet maktbegär. Frankl menar att genom oss själva går vägen ut i världen - och det är där som meningen väntar på oss.⁸³

Transpersonell psykologi

Här menar man i en ytterligare förstärkt kritik av Freud att psykoanalysen var begränsad i det att hela dess teoristruktur börjar och slutar med *Oidipuskomplexet*. Det finns ingen utveckling för patienten sedan den slutat sin analys. Lidandet saknar mening. Likaväl som Oidipus efter sin insikt sticker ut sina ögon och blind går i landsflykt, beger sig den vuxna människan ut i världen med blinda fläckar i sitt psyke efter de trauman hon återupplevt i analys.

Man vill hänvisa psykoanalysen till ett gammalt, naturvetenskapligt paradig som är baserat på Newtons och Descartes mekaniska och reduktionistiska tänkesätt. Man tänker sig att man ska kunna hjälpa individen att bli av med de svårigheter som förhindrar andlig växt, genom att integrera förträngda erfarenheter såväl som sätta in det i ett meningsfullt sammanhang.

⁸⁰ "Antingen - eller" Sören Kirkegaard

⁸¹ "Sju teorier om människans natur" Stevenson

⁸² "Begreppet ångest" Sören Kirkegaard

⁸³ "Livet måste ha mening" Viktor Frankl

Företrädare inom denna riktning talar om att man kan få en höjdpunktsliknande upplevelse i tillvaron - påminnande om "Peak experience" i humanistisk psykologi . Detta kan kallas transpersonell upplevelse -det vill säga en upplevelse som inte kan beskrivas i tids-rumsperspektivet. Istället kan man sägas förlora känslan för tid och rum. Samtidigt smalnar man av området för vad som kan benämnas som verkligt, och förklarar allt "annat" som överkligt.⁸⁴

Transpersonella psykoterapimetoder är samtal, hypnos, imagination (- alla sinnen), symbolisering (- alla sinnen), kroppsterapi,(möjligheten att fokusera inåt, behålla en del av jaget, lite trygghet och kontroll kvar, dansterapi, musikterapi och bildterapi.

Kriterier för ett förändrat medvetandetillstånd är: avslappning, koncentration, primärprocesstänkande (magiskt), suggestibilitet (förslag som man accepterar) tona in högra hjärnhalvan - ordning och kaos, motsatserna är i kontakt, ökad sensualitet, gå mellan tillstånd, metaforisk visualisering, upplevelseorientering. Man kan nå helhet genom högenergi, extas eller lågenergi, tystnad, meditation - samma mål. Transpersonell psykologi använder sig av båda sätten.⁸⁵

Human potential movement

Det är också relevant att i sammanhanget nämna författaren Colin Wilson, som anser att det mänskliga medvetandet måste utvecklas om man vill bli en sann människa. Wilson är en av de främsta förespråkarna för rörelsen Human Potential Movement, och fördömer den moderna filosofins pessimism samtidigt som han pekar i en ny riktning. Han anser att människan sitter fast mellan ett apstadium och ett gudastadium. Påverkad av Maslows tankar om den moderna psykologins koncentration på det sjuka i människan, och hur människor ofta berättade om intensiva upplevelser av lycka eller närvaro, formulerade Wilson sin teori om automatismen. Människans benägenhet att låta en inre robot ta över tillvaron, och tanken om en metod som skulle kunna utveckla talanger för att nå bortom nuet.⁸⁶

Psykosyntes

Psykosyntesens grundare, Roberto Assagioli, menade att det inte går att dela upp människan i kropp, psyke och ande - men att människan är en varelse som lever i dessa tre dimensioner. Psykosyntesen använder österländsk filosofi, modern psykologisk vetenskap och andlighet för att hjälpa människor att få alla motstridiga krafter i balans. Assagioli betraktade skönheten, kreativiteten, konsten. kärleken som mänskliga uttryck, värda att studera för sin egen skull.

⁸⁴ Det kanske bara är en fråga om VEM som upplever - hur är det med psykotiska upplevelser? Upplevelsenivåer man talar om är: *Existentiell* - här och nu, *Psykodynamisk* - där och då (minnen som tex via lukter kan komma till oss, om barndomen tex), *Perinatal* - där och då, minnen kring födseln aktiveras, mötet med Den Mörka System. Hades med en glimt av ljus - att hjälpa sig själv att lämna offerrollen. Denna upplevelsenivå kan i motsats till den psykodynamiska upplevelsenivån kallas för rebellens. Vidare talar man om den *Transpersonella* - Bortom tid och rum. Här kan man nämna kausalitetsprincipen, orsak och verkan, hur tiden går. Hur är kausalitet, kan den vara cirkulär, man vet inte vad som är början, man är bara i ett förlopp, får information från obekanta nivåer.

⁸⁵ Föreläsning av Bo Wikström på musikterapiutbildningen hösten 1995

⁸⁶ "Det inre rummet" artikel av Justin Raimondo ur *Kosmiskt & Personligt* nr 1 1995

Här reste han sig i protest mot Freud - som han annars stod nära - vilken betraktade ovanstående som försvarsmekanismer.

Psykosyntesens metoder skiftar, men innehåller meditativa inslag, kreativa, imaginativa tekniker, kropppsykoteraeutiska tekniker och samtal. Assagioli kritiserar psykoanalysen för att ådagalägga komplex och drifter utan att erbjuda en väg framåt, ett sätt att tex omvandla aggressiv energi till kreativitet. Assagioli går ett steg längre än Viktor Frankl genom att beskriva andligheten som en drift, lika stark som tex sexualiteten. Man använder i psykosyntesen alla skiftande tekniker för att möjliggöra erfarenheter av kärlek, skönhet, sinnesupplevelser mm. Tanken är att man först möter sjukdomen, lidandet hos klienten, och respekterar detta. Därefter vill man styra energin tillsammans med tanken till de positiva aspekterna hos klienten.

Psykosyntesen är kritisk mot det sätt på vilket den moderna psykologin lägger tyngdvikten vid den darwinistiska synen på människan; att vi, under ett tunt lager av civilisation är djuriska, egoistiska varelser. Att erkänna skönhetsupplevelsen, att vi själva är sköna, ligger långt bort för oss.

Vidare är psykosyntesens basteknik desidentifikation - vilket innebär att man intalar sig själv att man inte är sina känslor eller är sin kropp osv.⁸⁷

⁸⁷ Artikelserie i Svenska Dagbladet om bl a Psykosyntes

NÅGRA AV MUSIKTERAPINS FÖRETRÄDARE

Den norske musikterapeuten Even Ruud, som numera själv utgör en viktig del av musikterapiens historia och teoribildning, har i sin bok "Vad är musikterapi" gjort en översikt över de främsta namnen i sammanhanget. Den skrevs 1980, alltså för sjutton år sedan. Han beskriver hur man alltmer kommit att skilja på musikterapi använt i specialpedagogik och terapeutisk musikanvändning. Samtidigt understryker han vikten av att musikterapi inte blir en ersättning för ett gemensamt utövande av musik av mer vardaglig karaktär. Han nämner också gamla idéer kring musikens inneboende kraft som har rötter långt bak i vårt kulturmedvetande, men som han anser inte längre är levande på samma sätt. Musikterapi försöker hitta ett eget språk. Even Ruud själv understryker bland annat musikterapi som en möjlighet till rituell behandling av mytiska berättelser som ett sätt att bättre kunna leva med en svår situation.⁸⁸

Even Ruud gjorde sin doktorsavhandling 1990 där han presenterar en tämligen heltäckande bild av musikterapi, särskilt i Norge. Dessutom placerar han in musikterapi i ett musikvetenskapligt sammanhang samt i ett forskningsperspektiv. Han gör också en översikt över musikterapiens arbetsfält och metoder.⁸⁹

Musikterapi kan vara receptiv - dvs bygga på musiklyssning - eller expressiv - dvs använda sig av samspel och improvisation. Musikterapeuter har utarbetat olika metoder för improvisation, ur vilka jag väljer att nämna analytisk respektive klinisk improvisation, eftersom det i dessa finns inslag som jag tror har influerat mig i mina improvisationsmetoder. Dessutom skiljer man mellan en mer kognitivt inriktad musikterapi, funktionsinriktad musikterapi samt musikterapi med psykodynamisk grund.

Den funktionsinriktade musikterapi utelämnar jag helt i min sammanställning eftersom den bygger på teorier som överhuvudtaget inte har relevans för mina egna utgångspunkter.

Receptiv musikterapi

En humanistisk utgångspunkt

Den musikterapihistoria som Even Ruud beskriver har kommit att bli vår vedertagna historia, som hänvisas till i många musikterapiuppsatser. Han låter grunden utgå från den humanistiska riktning inom psykologin som bland andra Abraham Maslow företrädde. Denna riktning hade de positiva värdena i livet som utgångspunkt, såsom exempelvis kärlek, trygghet, lek, kreativitet. Man betraktade höjdpunktsupplevelser - peak experiences - som avgörande i livet, och dessa fann man ofta i musikupplevelser.⁹⁰ Psykiatern Hanscarl Leuner hade i USA, med utgångspunkt från Freuds hypnosanvändning och Jungs aktiva imagination, utvecklat sin symboldramametod under 1960-talet. Där lät han sina patienter efter avslappning föreställa sig olika bilder eller miljöer som man sedan tog upp i samtalet. Under 1970-talet i USA utfördes omtalade experiment med personer med tidigare grava alkoholmissbruk. Dessa fick lyssna på musik under påverkan av LSD, vilket så småningom resulterade i att musikterapeuten Helen Bonny fortsatte försöken men utan LSD. Hon ansåg att själva

⁸⁸ "Vad är musikterapi?" Even Ruud, Oslo 1980

⁸⁹ "Musikk som kommunikasjon og samhandling"

⁹⁰ "Vad är musikterapi?"

musikupplevelsen var tillräcklig för att framkalla den förändring av medvetandetillståndet som var önskad. I kombination med symboldramalikhande tekniker lät hon sina patienter lyssna på musik i avsikt att nå djupare medvetandelager.⁹¹

Helen Bonny hade förutom ovanstående höjdpunktsupplevelse även musikestetisk teori som grund för sina antaganden. Susanne Langer var en av hennes källor, amerikansk femtiotalsfilosof som skrev bland annat "Filosofi i en ny tonart". Helen Bonny tänkte sig att musiken innehöll en särskilt mänsklig rörelse, påminnande om människans känslomässiga uttryckssätt. Hon menade att lyssnaren gavs hjälp att definiera sina egna känslor genom de känslor som musiken uttryckte.⁹²

Susanne Langer diskuterar nutidens konst såsom en meningsfull (meningsbärande?) företeelse snarare än ett tillfredsställande av sinnenas lust. Stor konst är inte nödvändigtvis en omedelbar sinnlig lust eftersom den då borde tilltala vem som helst oavsett bildning. Istället väljer dagens konstnärer att bruka dissonanser, och frågan blir då enligt Susanne Langer vilken sorts mening konsten uttrycker. Psykoanalytisk estetisk teori menar hon snarare utforskar själva skaparimpulsen, inte konsten i sig.⁹³ De humanistiskt orienterade musikterapeuterna, menar Ruud utgår även från individens personlighet, känslomässiga tillstånd och vill också studera musikens roll i ett större perspektiv. Det humanistiska tänkandet har utvecklat vetenskapen från det tidigare strikt naturvetenskapliga.⁹⁴ När det gäller receptiv musikterapi kan man också tillfoga att man där använder bilden som objekt - medan expressiv musikterapi använder musiken som objekt.⁹⁵

GIM

Helen Bonny betraktas som utformaren av en särskild metod inom den receptiva musikterapi, nämligen GIM, Guided Imagery and Music, en metod som idag används bland annat i USA och Sverige. Metoden har också beskrivits utförligt av musikterapeuten Lisa Summer.

Den receptiva musikterapitekniken vidareutvecklades av Christoph Schwabe i Östtyskland. Metoden kunde ha två former; reaktiv, där de starka känslorna gavs utrymme, samt kommunikativ, med syfte att verbalisera upplevelsen.⁹⁶ Schwabe är kanske mest känd för sin syn på musik som reglerande, vilket innebär att hans musikterapi är mer direkt funktionsinriktad. Han använder musiken i början av terapin för att skapa ett stämningsläge hos klienten, eller reglera stämningsförhållandena.⁹⁷

⁹¹ "Guided imagery and music in the institutional setting", Lisa Summer USA 1990

⁹² "Vad är musikterapi"

⁹³ "Filosofi i en ny tonart", Susanne Langer, Stockholm 1958

⁹⁴ "Vad är musikterapi?"

⁹⁵ Intervju med den amerikanska musikterapeuten/GIM-terapeuten Lisa Summer i Stockholm 1996

⁹⁶ Ibid

⁹⁷ Ibid

Expressiv musikterapi

Analytisk improvisation

Even Ruud frågar sig samtidigt om musikterapitekniken kan utvecklas ytterligare, och nämner Mary Priestly i England som ett exempel på en dylik vidareutveckling. Priestly arbetar med analytisk musikterapi, hennes egen metod, där patienten själv spelar tillsammans med terapeuten. I sin bok "Music Therapy in Action" beskriver Priestly dels sin utgångspunkt i Jungiansk och Freudiansk psykoanalys, dels tekniker med kliniska exempel. Hon beskriver olika sätt för grupperapi såväl som individualterapi att använda improvisation utifrån ett analytiskt perspektiv. I sitt sätt att använda sig av symboler, psykodramalikhande metoder och kroppsorienterade tekniker förenar Mary Priestly många traditioner och framstår som en verklig pionjär beträffande musikterapiens potential att se människan utifrån ett tvärvetenskapligt perspektiv. Hon säger också rakt ut att hon finner det omöjligt att arbeta med en klient om hon inte kan hitta något att älska hos vederbörande. Detta kan vara en kontroversiell utgångspunkt för terapeuter som försöker hitta förhållningssätt till sina klienter utan att varken bli för engagerade eller för distanserade.⁹⁸

Even Ruud anser att den sorts improvisation som Priestly initierar med sina patienter kräver en förmåga att formalisera sina uttryck.⁹⁹

Exempel:

Själv har jag upplevt exempel på motsatsen. A, en man i 50-årsåldern med kromosomfel och svårigheter att tänka abstrakt, symbolisera och fantisera, har gått i musikterapi en gång i veckan hos mig under 1 1/2 år. Han har dålig finmotorik och kämpar med sin impuls kontroll. Innan han började i musikterapi hade han aldrig varit i närheten av ett musikinstrument. Vi har framförallt koncentrerat oss på hans möjligheter att visualisera, föreställa sig saker genom aktiv avspänning. De i början svaga bilder som kom fram har vi sedan försökt ge musikalisk gestalt. Först har det handlat om konkreta ting; kyrka - orgel, jultomte - bjällror osv. Så småningom har det vuxit fram några inre gestalter som tycks representera några av hans egenskaper, nämligen en grön "smådjäväl" och en ljus, vacker kvinna. Den senare symboliserar enligt honom själv hans förmåga att fungera i sociala sammanhang. Detta spelar han genom att hamra på pianoklaviaturen medan jag kompar på trumset. Ganska snart har detta hamrande nyanserats, hans högerhand tenderar att klinka mer melodiskt medan hans vänsterhand tycks hålla en puls, om än något föränderlig. Hans förmåga att överföra vad han känner till ett annat medium bedömer jag generellt som sämre än genomsnittet, ändå tycks något hela tiden förändras och utvecklas inom honom parallellt med våra träffar. Den estetiska dimensionen tycks utgöra ett andningshål för honom, trots att han egentligen inte uttrycker något som för mig är begripligt eller tolkningsbart.

Jag kan reflektera en smula över hur Priestly beskriver att en klient improviserar över temat "Sorgsen" medan hon själv improviserar över temat "Glad mor" för att hjälpa en klient att bearbeta ett visst problem.¹⁰⁰ Frågan är vad detta egentligen innebär för någon som inte själv var med under improvisationen. Det kan ha låtit hur som helst, det är mycket svårt att föreställa sig. Hur ska egentligen ett dylikt skeende kunna beskrivas och därmed utvärderas?

⁹⁸ "Music Therapy in action" Mary Priestly, England

⁹⁹ "Vad är musikterapi?"

¹⁰⁰ "Music Therapy..."

Ett annat exempel från Priestlys terapi visar hur svårt det är att dra några egentliga slutsatser av musikterapibeskrivningar, i det att Priestly själv talar om hur det ”kändes”. Hon beskriver hur hon ”känner” att klienten kände något. Detta är något som man som musikterapeut ofta ställs inför; att antingen själv försöka beskriva ett skeende genom att säga att det ”kändes” på ett visst sätt, eller att det i en fallbeskrivning sägs att terapeuten ”kände” att det förhöll sig på ett visst sätt. Vad består denna känsla egentligen i? Samma fråga uppenbarar sig när en musikterapeut säger sig ha följt sin intuition vid ett visst ögonblick. Vad är denna intuition? Från vilken sorts bank hämtar musikterapeuten sin information enligt vilken han/hon sedan fattar beslut och gör olika val beträffande klienten under musikterapisessionen? (Jag återkommer till det i avsnittet om improvisation.) Mary Priestly utgår i sin analytiska musikterapiteori från hypotesen att musik på grund av sin abstrakta natur kan kringgå ego och intellektuell kontroll. Språket kan vara en mask, ett sätt att dölja oss själva - och då kan musiken kanske uttrycka känslor som vi inte ens är klara över att vi har.¹⁰¹

Klinisk improvisation

Den humanistiska psykologin är utgångspunkten även för de engelska musikterapeuterna Paul Nordoff och Clive Robbins, som utvecklade sin kliniska improvisation under 1960-talet i England. Där är det fråga om en sorts musikalisk lekterapi, där två musikterapeuter arbetar sida vid sida. Den ena fungerar som ett hjälpjag för klienten som vägleds att samspela, medan den andra ackompanjerar allt som sker vid pianot.¹⁰²

Under min studietid har jag tillsammans med klassen, fått tillfälle att besöka det center som paret Nordoff-Robbins grundat i London. Mitt intryck var att metoden möjligen standardiserats i lite för hög utsträckning, vilket den personal vi mötte tycktes hålla med om. Centret bestod av en uppsättning liknande rum där utrustningen bestod av en flygel, en virveltrumma och några små blåsinstrument i olika toner som fanns förvarade i ett skåp. Eventuella fönster var täckta och dessutom fanns en stor envägsspegel bakom vilken observatörer kunde sitta. I vart och ett av rummets hörn fanns kameror, som styrdes centralt från ett rigoröst utrustat kamerarum. Personalen verkade emellertid varm och vänlig, och tanken på ett musikterapeutiskt centrum framstod samtidigt som lockande för alla oss besökare.

Min tanke kring ovanstående erfarenhet är att det kanske är svårt för en efterföljare att försöka införliva en företrädares djupt personliga förhållningssätt i en utarbetad metod. Mer om detta i avsnittet om musikterapeutens musikaliska identitet.

Nordoff-Robbins utgångspunkt var som sagt den humanistiska psykologin där man vill se till det friska, positiva hos människan, och inte koncentrera sig på det som eventuellt anses som sjukt, eller bristfälligt. Man vill använda erfarenheten att starka upplevelser av meningsfullhet kan läka och ge kraft.¹⁰³

¹⁰¹ Ibid

¹⁰² ”Vad är musikterapi?”

¹⁰³ Ibid

Några andra röster om vad som händer i musikterapi

Kurt Lindgren ville beskriva samma sak som ett osynligt medium som ger sig tillkänna genom kroppsliga och sinnliga förnimmelser, rörelser. När ljudet/musiken finner resonans i materien, så uppstår rörelser. Det är först i sin förkroppsligade form som musiken konkretiseras. Musik är enligt Kurt Lindgren en potential för att utforska och hantera den dolda verkligheten.¹⁰⁴

Både Priestly och Bonny ansåg att musikens rörelse sammanfaller med våra inre känslomässiga rörelser från barndomen där spänning, rytm, tempo, vibration, resonans mm är element parallella med musikens.¹⁰⁵ Kanske man kan säga att det i det musikaliska språket inte finns någon etablerad kod som i det verbala. Istället måste en ny kod etableras på nytt av varje ny konstellation. Musikterapi kan vara ett sätt att samspela och resonera med det som den andra förmedlar, som en känslomässig resonans i kombination med emotionell kunskap. Kontakten bygger på något som är flyktigt, nämligen musiken, ett redskap som är skapat i stunden. Den expressiva musikterapin är egentligen bestående av ett stort område; det musikaliska samspelet. Att samspel är utvecklande, det vet vi om inte annat så genom spädbarnsforskning. Hela spädbarnets utveckling är avhängigt kontakten och samspelet med dess första vårdare.

¹⁰⁴ Tidskriften Musikterapi nr 3 1989

¹⁰⁵ ”Vad är musikterapi?” Ruud

MUSIKTERAPI UR ETT KONSTNÄRLIGT PERSPEKTIV

Musikterapeuten Lisa Summer menar att om vi levde för evigt skulle konsten inte finnas. Kreativt skapande är en möjlighet för oss att handskas med dödskräcken, att ge uttryck för den.¹⁰⁶

Den estetiska dimensionen, upplevelsedimensionen, hur formen växer fram med innehållet - är det något som kan betraktas som relevant att studera närmare för mig som musikterapeut?

Den estetiska dimensionen

Vad innehåller egentligen den estetiska dimensionen? Det handlar kanske om frågor som alla konstnärligt verksamma sysslar med eftersom det berör fenomenen i skapandet. Man försöker formulera sina inre upplevelser och låta ett själsligt eller känslomässigt innehåll ta gestalt. Dessa försök att bygga broar mellan det inre och det yttre är egentligen just vad musikterapeuter försöker göra, enligt min mening, både i det praktiska arbetet och i utvärderingshänseende.

Musikterapi har hittills hämtat sin begreppsapparat från det psykologiska teoriområdet. Samtidigt handlar det kanske om att man med hjälp av dessa begrepp försöker formulera vissa fenomen som man tycker sig finna i det musikterapeutiska mötet. Min erfarenhet är att det är ingredienserna i mötet mellan terapeut och klient som är intressanta, och att man inom ramen för skilda teoriområden kan finna begrepp som på ett annat sätt omfattar samma skeenden. Musik är ett konstnärligt uttrycksätt, och improvisationen ett samspelssammanhang där de medverkande hela tiden manifesterar sig i ett konstnärligt gestaltande.

Musikterapi som uttrycksmodell

Konstnärliga terapiformer - denna rubrik som sammanfattar dansterapi, bildterapi, musikterapi mm - tillhandahåller egentligen bara olika medel för nutidsmänniskan som hon kan använda för att ytterligare belysa frågeställningar som berör henne. Musikterapi kan ses som en uttrycksmodell där människan kan välja att förhålla sig realistiskt eller surrealistiskt till verkligheten - där hon kan välja dramaturgiskt när hon ska uttrycka sig i musiken; hon kan välja att berätta något från a till ö, hon kan välja att gestalta något som i en spiral där utveckling sker i pulsering parallellt med andra processer osv.¹⁰⁷ Det finns olika fördelar med att komma nära respektive att distansera sig. För en terapeut är det ofta intressant att studera varför en klient använder sig av ett visst instrument eller en viss melodi eller ett visst musikaliskt tema. Inte bara ur psykologisk synvinkel - genom att dra paralleller till exempelvis utvecklingspsykologin - utan även ur estetisk synvinkel genom att analysera det som klienten och eventuellt klient/terapeut åstadkommer i musikalisk och konstnärlig väg

¹⁰⁶ Intervju med Lisa Summer våren 1997

¹⁰⁷ Här finns en parallell till en teori om kvinnlig resp manlig dramaturgi i filmberättande. Ulla Ryum menar att traditionellt manlig film dramaturgi, vilken hon exemplifierar med amerikansk actiongenre, bygger upp sina berättelser med ett anslag, en kulmen och en utlösning, medan kvinnlig dramaturgi, där hon nämner rysk och europeisk film, snarare bygger upp berättelsen i spiralform.

Andra konstnärliga uttryckssätt

Förhållandet till andra konstnärliga terapiformer - främst bild respektive dansterapi - hur ser det ut?

Musikterapi använder både bild och rörelse - men kallar sig ändå inte tex uttryckande konstterapi. Detta är i själva verket namnet på en egen terapiform där man utöver musik- resp bildskapande dessutom använder sagor, myter och diktskrivande. Ändå är gränserna mellan dessa terapiformer flytande - frågan är till vilken nytta de olika formerna ska hållas isär? Kommer det att hålla i längden eller kommer terapiformerna att smälta samman?

Det transcendentala inslaget kan möjligen sägas vara liknande i alla formerna, likaså kan man utgå från att det ofta finns ett psykodynamiskt tänkesätt i grunden - i den mån detta tänkesätt nu kommer att finnas kvar intakt. Även det synsättet är under ständig förändring. Under en diskussion i det nybildade Nätverket för ickeverbala terapiformer i Stockholm¹⁰⁸ hörde jag flera gånger uttalanden om hur psykodynamiska teorier ”förr” sett på saker och ting, och vilka banbrytande förändringar namngivna företrädare givit det psykodynamiska tänkesättet. De olika teoretikerna tas emot och förkastas som modeflugor. Till slut riskerar teorin att få karaktären av en maskin som reservdelar ständigt sätts in i.¹⁰⁹

Nutidsmänniskans behov av konst

Det är rimligt att tro att det finns aspekter i det konstnärliga uttrycket som är mer nödvändiga för människor än vad vi i vår tid överhuvudtaget förstår. Kanske kan man i musik, konst, litteratur mm uttrycka och bearbeta livsviktiga teman på ett sätt som inte går att ”komma åt” exempelvis i samtalsterapi eller medicinering. Jag vill själv föreslå att det handlar om att de estetiska dimensionerna är en nödvändig men i vår tid avlagd del av den mänskliga existensen. Vi kan ha förlorat något avgörande när vi inte längre självklart använder sång, musik, rörelse och bildskapande då vi ska närma oss något väsentligt i våra livssituationer. De andliga och de estetiska behoven samt behoven av att ritualisera, metaforisera kring upplevelser, erfarenheter och känslor som kanske inte kan bearbetas lika förtjänstfullt på andra sätt, riskerar att ha undertryckts.

Men vari består då dessa konstnärliga behov?

Författaren Michael Ende säger att en enda sak är säker beträffande konst och skönhet; nämligen att det rör sig om en helhetsupplevelse. Där finns alltid lika delar huvud, hjärta och sinnen. Han menar att det är när denna helhetskänsla uppstår som vi har att göra med konst. Han menar att dagens konstnärer tror att de som skapade skön, vacker konst hela tiden hade för avsikt att dölja en egentlig sanning. De tror att skönhet är detsamma som ett förskönande. Dagens konstnärer menar han inbillar sig att deras uppgift är att säga sanningen om tillvaron - Ende exemplifierar med följande; ”Fylla en stor sal med sand och plantera sina fotavtryck i sanden eller måla en fettfläck i ena hörnet på en stol.”

Ende säger att han anser konstens uppgift vara att läka, konstnärens att arbeta terapeutiskt. Skönhet är emellertid, säger Ende, inte bara vackert. Där ryms även det storslagna och dissonanser och svarta djup. Också hopplösheten är en del av människans liv. Visar man bara

¹⁰⁸ Här avses alltså ett av de två Nätverk som bildats av två psykiatrer under de senaste åren. Det ena, initerat av Björn Wrangsjö vill samla ickeverbala terapiformer inom barn - och ungdomspsykiatrin, medan det andra, initerat av Dag Körlin, avser att samla alla sorters alternativa terapiformer inom vuxenpsykiatrin.

¹⁰⁹ ”På liv och död” Ludvig Igra

upp en sida så ljuger man, menar Ende. Shakespeare, Dostojevskij och Kafka visste att mörkret spela lika stor roll som ljuset.¹¹⁰

Under en tid läste jag filmvetenskap på universitetet. Då gavs det rikliga tillfällen att analysera och granska vilka element en filmskapare eller TV-producent använde - och vilka syften man haft. Filmen är en betydligt yngre konstform än musiken, men samtidigt består film av bild och ljud, och montage av desamma. Eftersom en musikterapeut inte sällan jobbar med gravt handikappade eller utvecklingsstörda så kan man kanske ibland tendera att bortse från musikens faktiska innehåll. Man kanske istället väljer att se främst till klientens uttryck, till kommunikationen och klientens benägenhet att utvecklas rent mänskligt eller emotionellt. Detta är givetvis viktiga och primära mål, samtidigt som man då lätt glömmer sitt huvudsakliga verktyg - musiken.

Musiken som scen för inre skeenden

Musiken kan ses som teaterplats, ett mellanområde, en motsvarighet till Winnicotts "illusion" där man försöker återskapa ett gammalt band, göra en återanknytning till en gammal tillhörighet, en antydan till identitet. Med den skillnaden att vi vet att det egentligen bara kan skapas nytt.

Det musikaliska scenrummet ger materialet som rymmer inre och yttre faktorer - och fungerar som en spegling av det ursprungliga dramat där fantasi och verklighet strävar efter en orientering, en mening. Klienten väljer själv om han/hon vill tolka verkligheten, skapa sin egen tolkning eller istället försöka avbilda, härma en verklighet som gestaltas musikaliskt.

Exempel 1:

F, en 17-årig flicka med djup depression, som mycket sällan pratar, ber mig varje musikterapisession att spela "Für Elise" av Beethoven. Under tiden sitter hon mycket tätt intill mig, totalt koncentrerad och blundar. Efteråt säger hon; "Tungt!" - som enda kommentar. Efter en tid berättar hon för mig att hon vid dessa tillfällen alltid föreställer sig att det är hon själv som spelar på en svart flygel inför en andäktig publik.

Exempel 2:

G och H, två 17-åriga pojkar med psykoser, som i vanliga fall har stora svårigheter att kommunicera eller ens sitta kvar i rummet längre än några minuter, placeras tillsammans med mig och en assistent vid instrument. G får spela synt vilket han gör genom att rytmiskt trycka ned två toner med ett tersintervall, och därefter flytta fingrarna ett tonsteg nedåt eller uppåt. Detta skapar en transartad, besvärjande stämning. H får mot sin vilja en cello i sina armar och motarbetar detta till en början genom att prata och prata och hålla instrumentet demonstrativt passivt. Vårdaren och jag själv spelar på tonboxar och congas, med små förändringar och under tiden försöker jag svara på H:s oavbrutna haranger. Då och då är jag beredd att ge upp men något får mig att fortsätta...

Så, efter ca 7-8 minuter saktar H av sin monolog, delvis efter att jag antytt något om lyssnandet som viktig del av musikskapande. Han börjar låta stråken glida utefter strängarna och pratet förvandlas till en dikt som han skapar i stunden.

Resultatet av allt detta är att vi till slut för oss själva framför ett timplågt verk där G mässar sitt ackompanjemang, med en blick på sin kompis, medan vederbörande reciterar en

¹¹⁰ Svenska Dagbladet 1 oktober 1985 intervju med författaren Michael Ende

fantasifull dikt om sig själv, avbrutet av korta intermezzon på cello. Efteråt är båda pojkarna påtagligt förändrade. De är tysta, avvaktande och tittar nyfiket och nästan blygt på varandra och oss.

Alltså; terapeuten som konstnär, men också klienten som konstnär.

Konsten som tidsspegel

Författaren Anthony Burgess menar att konsten av idag har förändrat sin roll, liksom gudsbegreppet. Dessa båda utvecklingar går hand i hand eftersom konsten under många århundraden varit förbehållen just Gud, den har gjorts i förhållande till en Gud som man självklart haft en relation till. Nutidens konst tjänar på ett sätt ingen annan än sig själv. Konstnären idag har kanske velat fånga ”verkligheten” - även om den är svår. Likväl går detta aldrig att fånga. I samma stund som man avbildar eller gör en kommentar, illustration om sin verklighet så har man fjärrmat sig helt från den. Man befinner sig omedelbart på distans. Konstnären under 1900-talet har också velat tänja sitt materials gränser. Man har gjort sig en bild. Samtidigt räcker symbolen för verkligheten inte till. Den måste hela tiden förnyas, utvecklas och söka nya vägar.¹¹¹

Konsten i förhållande till religionen

Samtidigt har gudsbegreppet i vårt samhälle förlorat sin betydelse. Visst finns det många människor som praktiserar en aktiv tro, men religionen, Gud, har inte längre kvar mycket av sin forna roll. Det gudscentrerade samhället gav konsten en accepterad berättare, en röst. Konsten var ett av Guds verktyg, den var skönhet. I sin tur var det sanning, och den yttersta verkligheten - Gud. Idag måste konsten hela tiden finna nya röster. Och den är också till bara för sig själv. Den är en sorts onani, en narcissism.¹¹² I vår tid har vi att handskas med informationen som en ny Gud. Vi bearbetas med information kring mänskliga öden i fjärran länder, bilder på människor i intima situationer fastspikade på alla offentliga platser, erbjudanden om ”valmöjligheter” i skiftande livssituationer osv.

Behovet av att konstruera en världsordning

Varje epok söker kanske de dokument som passar in i den egna epokens världsåskådning. Paralleller inom nutidskonsten är att konstnärer ofta ersatt de tidigare stränga reglerna för hur företeelser skulle avbildas med helt nya stränga regelsystem. En motsvarande utveckling kan man skönja inom musiken. I brist på en gemensam, högre ordning får man helt enkelt konstruera en. En av 1900-talets stora kompositörer, Igor Stravinskij, har i sina verk gärna kombinerat en strängt uppbyggd form med ett nyskapande, kaotiskt innehåll. Petruschka, exempelvis, har inslag av både populärmusik och folkmusik. Tolvtonsmusiken med sin strängt uppbyggda form och kaotiska innehåll kan sägas återspegla en värld i sönderfall, instabilitet, neuros.

¹¹¹ ”Make it new” film av den svensk-belgiske dokumentärfilmaren Eric M Nilsson 1984. Filmen beskriver författaren Anthony Burgess resonemang kring nutidsmänniskan och konsten, och drar paralleller mellan Igor Stravinskij och James Joyce. Burgess menar att dessa två konstnärer genom att de levde i exil större delen av sin verksamma tid, hade förmåga att särskilt väl ge gestalt åt nutiden.

¹¹² Ibid

Nutidsmänniskans behov av metaforiserande och mytologiserande

Här ligger kanske en nyckel för oss i vår tid, nämligen att skaffa oss verktyg för kunna konfronteras med den massiva information om världens lidanden vi får genom massmedia. En sträng ram kanske hjälper oss att hantera informationen utan att bli helt handlingsförlamade.

Det estetiska värdet kan transformera de mörka känslorna.

Parodin kanske också kan betraktas som ett av vår tids verktyg - ett sätt att kombinera form och innehåll på oväntade sätt. Anthony Burgess har beskrivit popmusiken som något som passar en modern publik. Den är en sorts förvrängning av det förflutna, gammal hederlig trygghet - samtidigt som vår tid egentligen kräver disharmoniska ackord - och det står tonsättaren inom konstmusiken för.¹¹³

Publiken i förhållande till den nutida konsten

Det svåra med vår tids konst kan sägas vara publiken - risken är stor att helt enkelt den uteblir.

Därför frågar sig antagligen konstnären vem konsten ska tala till. Samtidigt är det ändå ett skapande vi sysselsätter oss med, även om man kan tänka sig att den som skapar egentligen bara avtäcker en skapelse som redan finns, gör denna synlig för andra. Kanske avtäcks en myt - en bakomliggande sanning som är evig, ett sammanhang som man tror på? Man vill kanske till exempel uttrycka vad kärlek är. Religionen tillhandahåller ett flertal myter - det vill säga förklaringar på - vad detta begrepp egentligen innebär. Kärlek är kanske själva livsnerven - å andra sidan är kanske religion egentligen kärlek? Kärlek skulle kanske kunna definieras som kombinationen av religion, skönhet och konst. Så återkommer man till frågan om vad konst egentligen är. Är det att ett fåtal utvalda skapar eviga verk som människor i alla tider kan beskåda och använda som medel för att belysa sina individuella livsfrågor med?

Konstnären

Författaren Rollo May menar att konstnären föregriper släktets kommande vetenskapliga och intellektuella erfarenheter. Han menar att konstnären liksom neurotikern talar ur sitt samhälles undermedvetna djup, och dessutom har en förutsägande funktion. Författaren Ezra Pound kallade konstnären för släktets antenn, som den som kan skapa former ur sitt eget medvetenhetsdjup som kan bli allmängiltiga. Dessa tankar rekonstrueras av Rollo May, i samband med att en parallell till modern, absurd dramatik dras.¹¹⁴

Nutidsmänniskan och bilden av henne i konsten

Personligen tycker jag det är en relevant parallell eftersom dramatiker som Ionesco, Pinter och Beckett på ett förtydligande sätt kommenterar nutidsmänniskan i sin konst. Pinter visar i "Alaska" hur människans minne blir alltmer fragmentiserat och därför ogiltigt, vilket kan ses

¹¹³ Personligen funderar jag på om den betydelse musiken såväl som konsten hade förr, då den uttryckte sin relation till en gudstro och därmed använde vedertagna symboler, kanske har en parallell i dagens populärmusik. Medan konst och musik av mer experimentell karaktär (eller konstmusik) oavbrutet anstränger sig för att finna nya uttryck finner vi aldrig några överraskningar i populärmusiken. Den är uppbyggd enligt en standardmodell och behandlar ett fåtal motiv ur tämligen likartat perspektiv.

¹¹⁴ "Kärlek och vilja" Rollo May 1972

som en parallell till storstadsmänniskans försämrade relation till sin egen historia. Ionesco berättar om två personer i "Den flintskalliga primadonnan" som ses på ett tåg och under en konversation lyckas fastställa att de faktiskt är gifta med varann. Med detta vill kanske författaren kommentera nutidsmänniskans oförmåga att kommunicera. Beckett, slutligen, beskriver i "I väntan på Godot" hur två personer bedriver ett helt liv i väntan på någon som aldrig kommer, och dessutom i en total obeslutsamhet. Jag har själv¹¹⁵ spelat dessa tre dramer och personligen funnit en stark dragningskraft i dem, eftersom de säger något om min samtid som endast det skrivna ordet inte räcker till för att fånga.

Musiken som verktyg för klienten

Det som berättas i en konstnärlig terapi, det som uttrycks i symboler, i musikaliska arketyper, och genom de verktyg man använder, kan utgöra mytiska, arketypiska inslag; koder som man använder för att kommunicera något. Här ges möjlighet att transcendera - att gå utöver sig själv. Detta avhjälpas av de rituella inslagen i musikterapi.

Musikterapi kan belysa frågeställningar som berör individen på olika sätt. Är klienten en autistisk femåring kan musikterapi tillhandahålla ett tillfälligt rum där tillvaron kan utforskas enligt nya vokabulär. Är klienten en mongoloid femtonåring kan musikterapi skapa en svettig, frigörande och kärleksfull öppning i vilken vederbörande kan berätta om sina drömmar om den Fysiska Kärleken, om att Mötas i Sängen! Är klienten en högfungerande normalneurotiker i medelåldern kan musikterapi ge möjlighet att modellera fram nya ansikten på gamla roller, gammal problematik som man sedan länge förlorat förmågan att betrakta på ett nytt sätt.

Nutidsmänniskans behov av konst

Det kan alltså vara så att vi har valt att glömma bort vikten av det estetiska i livet - av att få metaforisera, ritualisera.

Inom ramen för musikterapi skulle man kunna finna utrymme för det konstnärliga skapandet - musiken - individens estetiska behov, och relationen mellan klient och terapeut, dvs aspekter som härrör från vår kunskap och vår tids tänkande om psykologi, och till sist något ytterligare - människans ordlösa, rituella förhållande till sin verklighet/overklighet. Därefter är frågan på vilket sätt vi vill använda oss av dessa möjligheter i våra liv.¹¹⁶

Det kreativa står kanske alltid i en problematisk relation till verkligheten.

Vad beträffar nutidsmänniskan och hennes behov av myter så går jag in på det närmare i nästa avsnitt.

¹¹⁵ Jag spelade teater i amatörsammanhang mellan 1969-1979 och vi turnerade med många uppsättningar i Stockholmsområdet. Våra lärare/regissörer hade ofta en förkärlek för modern, absurdistisk dramatik.

¹¹⁶ Vad beträffar nutidsmänniskan och hennes behov av myter, se avsnittet om detta.

IMPROVISATION

- riten, intuitionen, resonansbotten som metafor

Om musikterapi inte bara handlar om antingen inlärningssvårigheter - och således är en sorts psykopedagogisk behandlingsmetod, eller bara om psykiska svårigheter och alltså är en psykoterapeutisk behandlingsmetod - vad är det isåfall? Hur ställer man sig till det transcendentala inslaget - när musik ger möjlighet att bemöta en klient i ett gränstillstånd - att faktiskt gå in i ett parallellt landskap där andra kommunikationsformer än de gängse kan tillgås.

I expressiv musikterapi utgörs grunden för allt som händer av det egna musikaliska uttrycket och delvis av det gemensamma samspelet - som oftast är improvisation, eller improviserat samspel.

Enligt ordboken handlar improvisation om något oförutsägbart.¹¹⁷ Improvisation kan också ses som chanstagningar i ritualiserad form, eller kanske som en oförmåga att upprepa sig. För min personliga del är varje musikterapi-session med en klient i sin helhet en improvisation från början till slut. Både på en musikalisk nivå och en mellanmännisklig nivå. Terapin blir som en sorts vägledning, ett möte mellan två människor där koncentrationen visserligen är riktad mot klienten, men där bådas personlighet spelar en viktig roll. I en samspelssituation medverkar terapeuten aktivt med hela sin själ, vilket delvis skiljer det från verbala terapier, där man har som ideal att terapeuten inte ska ta samma plats som klienten.¹¹⁸ Det finns teorier kring improvisation, av vilka jag ska ta upp några. Samtidigt - och här kommer jag till de svårfångade frågorna - handlar det om hur människa möter människa utan ord, utan gängse sociala ramar, och ändå åstadkommer ett meningsfullt utbyte. Improvisation handlar för mig om en rad nyckelbegrepp; lek, rum, rit, mellanområde, intuition, symbolisering samt förändrade medvetandetillstånd.

Det känns för mig viktigt att när man talar om improvisation inte fördunkla, men väl värna om en människas möjlighet till kontakt med andra medvetandenivåer, med det ritualiserade. Jag frågar mig om det är möjligt att en sorts arketyper kan uttryckas i improvisation, och om dessa kan översättas/tolkas. Om inte - hur kan annars hittills overbaliserad kunskap föras vidare?

Det kan vara relevant att fråga sig huruvida det estetiska, det konstnärliga, är en nödvändig men i vår tid undanlagd del av den mänskliga tillvaron. Kanske har vi förlorat något väsentligt när vi inte längre självklart använder sång, musik, rörelse och bildskapande då vi ska närma oss något väsentligt i våra livssituationer.

Själv har jag som ett av mina specialintressen att jobba musikterapeutisk med personer som inte har handikapp eller utvecklingskador - dvs personer som inte är inom en klinisk situation med diagnos o. dyl. Jag har blivit intresserad av det genom att jag sysslade så mycket med fri improvisation i grupp. Där har jag upptäckt att musikskapandet kan utgöra ett nytt "rum" där man gemensamt kan kliva in och umgås utan ord under en tid. Jag drar paralleller bland annat till religiösa sammanhang där man utifrån en myt kan mötas i rituella handlingar

¹¹⁷ Sohlmans musiklexikon

¹¹⁸ Här snuddar jag bara vid något som egentligen är en stor diskussion kring terapeutens roll. Jag återkommer till neutralitet i avsnittet om terapeutens identitet.

och uttrycka förhållanden och samband som inte kunnat fångas i ord eller annat känslouttryck. Det behöver alltså inte heller handla om sorg, obearbetade trauman, ilska eller känslor som förträngts och som behöver komma ut eller förlösas.

När jag spelar med min improvisationsgrupp Altaír upptäcker jag olika delar i improvisationsupplevelsen; att gå in i och ut ur musiken. Några sekunder blir jag medveten om mig själv, tittar ned på vad mina händer gör, min perception och hörsel blir plötsligt okänsligt registrerande apparater som uppsnappar de lösryckta tonerna utan helhet. Så släpper jag mitt medvetande - under perioder kan jag välja dessa in- och utgångar - och upplevelsen av detta är ungefär att sluta ögonen och öppna ett tredje öga - ett begrepp som känns igen från New Agefilosofin. Det blir en kanal mellan mig och de övriga på ett plan som inte är detsamma som det vi vanligen kommunicerar på, det verbala. När jag sen lyssnar på inspelningen av det utförda kan det ibland vara svårt att minnas det jag gjorde.

Detta, som kan kallas övergångsområde, förvandlingsområde, transtillstånd etc är verktyget i musikterapi, i flera avseenden.

Mellanområde

Improvisationen är grunden i expressiv musikterapi. Därefter kommer frågan om vilka teorier som man använder genom samspelet - för att i efterhand bättre förstå vad som hänt - och därigenom kunna gå vidare.

Både Helen Bonny och Mary Priestly anser som nämnts att musikens rörelse sammanfaller med våra inre känslomässiga rörelser från barndomen, spänning, rytm, tempo, vibration, resonans mm är element som är parallella med musikaliska.¹¹⁹

Clarence Crafoord beskriver en skillnad mellan leken som terapeuten har som uppgift att inviga klienten i, nämligen när exempelvis ett barns tumsugning mognar till konstruktivt skapande av övergångsobjekt som ett steg mot symboliseringsförmåga, *eller* i riktning mot att utforma fetischer eller psykosomatiska tillstånd. Det förstnämnda innebär då en förvandling som tillåter lek och utveckling av symboliseringsförmågan medan det andra mer är ett sökande efter tröst och undflyende av konflikter. Symbolisering är här övergångsobjektens funktion medan användandet av fetischer hindrar symboliseringen.

Mellanområdet är den plats där ny mening kan genereras, metaforer kan uppstå och även en rörelse, en dialektisk relation mellan primär- och sekundärprocesstänkande dvs det tidlösa drömtänkandet respektive det logiska förnuftstänkandet. Crafoord nämner också ett mellanområde som ger utrymme för en sorts ensamhet i integrerad samvaro, en förmåga att vara ensam. Mystiska upplevelser anser han är ett exempel på sådana mellanområden, som ger en känsla av att vara i samband med något/någon trots att man är ensam.

Mellanområdet beskrivs här som det tillstånd där människan föds på nytt om och om igen som psykisk varelse, på samma sätt som i den ursprungliga relationen, den med föräldern. Skapandet sker när det inte bara är en stereotyp upprepning av autoerotiska eller fetischistiska aktiviteter - utan när det lyfter inre skeenden till en nivå där ny mening skapas.¹²⁰

Här har jag själv upplevt tydliga skillnader mellan konsekvenserna av min egen inställning.

¹¹⁹ "Vad är musikterapi" Ruud

¹²⁰ Divan nr 9 1994, artikel av Crafoord

Exempel:

Jag sitter mittemot C, 15 år med Downs Syndrom, och han spelar en liten figur på amadinda. Så tystnar hans toner, han ser på mig och jag svarar direkt på mina trätonboxar. Efter några sekunder har en dialog utvecklats, jag medverkar utan att tänka, ibland spelar jag lurigt, oväntat, ibland härmar jag hans spel och ibland gör jag en egen melodi. Han i sin tur svarar och frågar på samma varierade sätt. Plötsligt har det gått en halvtimme, vi har båda uppslukats av samspelet och hans mor som är åskådare, säger efteråt att hon är chockad, att hon har sett en glimt, en vakenhet och framförallt en kommunikationslust hos sin son, som hon inte anat. Jag har själv inte varit genomtänkt - anat än genom att jag under flera år befunnit mig i liknande situationer, och därför "tränat", både improvisationsförmågan och samspel med klienter med skiftande livssituationer.

ex2

D, 4 år med autistiska drag, springer omkring i rummet medan jag provar olika sätt att nå henne, frustrerad av hennes frustration. Jag tänker; hon verkar splittrad, jag försöker spela något lugnande. Hennes svar på mina lugnande pianotoner eller min rytmiska trumpuls är helt enkelt att hon springer iväg. Jag försöker nå henne genom att spela hektiskt, genom att tänka tvärtom. Hon tittar förskräckt på mig och springer ännu längre bort. Då försöker jag ta tag i henne, hålla i henne och sjunga en bekant visa. Hon slingrar sig ur mitt grepp.

Så småningom ger jag upp dessa försök att genom tänkande nå henne, och nästa gång sätter jag helt enkelt igång och spelar med en gång. Jag spelar helt enligt mitt eget huvud, vad som faller mig in. D, som för tillfället befinner sig i ett angränsande rum, svarar snabbt genom att spela en lång stund på pianot där. Mitt spel är lätt kaotiskt, ryckigt, saknar harmonik såväl som melodik och rytmik. Tonerna faller helt slumpmässigt och samtidigt inte heltäckande. Snarare lätt fragmentariskt.

Tydligen var detta en omedveten avläsning av D:s tillstånd just nu, för hon fortsätter att svara under en lång stund. Hela denna träff fortsätter jag att bara spela, samtidigt som jag försöker att hålla kontakt med henne. Dvs jag försvinner inte in i min egen musikvärld helt och hållet. Det förhåller snarare så att jag drar ut en del av min inre musikvärld och delger henne den. Kanske passade det henne just då?

Att först möta en som inte kommunicerar på ett för mig känt vis, försöka gå vederbörande till mötes på vägar som inte är helt utredda, förklarade och utforskade - och därefter själv förklara vad som hände - detta har hela tiden varit grunden för mina frågeställningar.

Motsvarigheten i den utvecklingspsykologiska dimensionen kan sägas vara Winnicotts övergångsområde/objekt i samband med mor-barns tidiga relation där barnet långsamt blir en egen individ genom det Winnicott kallar illusion av att skapa det bröst som ger mättnad. Denna illusionsförmåga skapar i sin tur en korrespondens mellan det som händer inom och utanför barnet.¹²¹

Mary Priestly säger motöverföring när hon beskriver hur en musikterapeut erbjuder ett utrymme för ett innehåll för patienten¹²², men inte medverkar till att form och innehåll växer fram gemensamt. Priestly har ett Jung/Freudperspektiv - och det finns olika synsätt kring

¹²¹ Winnicott, "Lek och verklighet"

¹²² Mary Priestly, "Music Therapy in action"

detta. Det handlar återigen om hur mycket och på vilket sätt terapeuten ska vara inblandad i klienten, vilka former samspelet ska ta sig.¹²³

Lek

Psykoterapin är enligt Winnicott två människors lek¹²⁴. Terapeuten ska hjälpa klienten att finna ett tillstånd där han/hon kan leka - ett neutralt övergångsområde, mellanområde, upplevelseområde (motsvaras även av konst, religion tex) - så här nuddar vi vid en estetisk dimension.

Bertil Sundin menar att estetisk musikalisk lek är barnets sätt att organisera och utforska yttervärlden och sin inre värld. Den estetiska erfarenheten är, menar Sundin, grundläggande för orienteringen i vuxenvärlden. Bertil Sundin anser att det i musikaliskt språk inte finns någon etablerad kod som i talspråket utan måste etableras på nytt av varje ny konstellation.¹²⁵ När musikterapeuten helt ärligt, från djupet av sitt hjärta, samspelar och improviserar med sin klient är det något jämförbart med en lek. Den amerikanske psykologen Fred Donaldson talar om leken där man utan förbehåll, utan att tillämpa en metod, helt enkelt ger sig hän i ett gemensamt skapande av något som fram tills helt nyligen inte fanns. Man skapar tex ett unikt musikstycke.

Leken kan, föreslår Donaldson, definieras som konsten att aldrig tillämpa en metod.

Detta att de kreativa terapiformerna dras med ett komplex att framstå som seriösa, med vetenskaplig anknytning medför enligt Donaldson ett hinder mot utveckling. Istället skulle man vinna på att erkänna att det är i själva den förbehållslösa leken som mötet sker - mötet mellan två individer, mötet som kan bidra till utveckling, förändring - om det alls är det som är önskvärt?¹²⁶

Rum

Det musikaliska scenrummet, filmduken ger materialet som rymmer inre och yttre faktorer - det musikaliska dramat kanske fungerar som en spegling av det ursprungliga dramat där fantasi och verklighet strävar efter en orientering, en mening.

Det som Winnicott kallar illusion och som i psykologitermer brukar beskriva hur subjektet längtar tillbaka till symbiosen med livmodern eller med modern, längtan till bröstet, kanske bara är ett uttryck för vår tids benägenhet att återföra alla fenomen till det kroppsliga/psykologiska. Det kan lika gärna sägas vara en individens önskan om återförening med det eviga, en enhet med världen.

Johan Norman, psykoanalytiker, beskriver sitt möte med en 5-årig. Norman vill se det som ett mentalt rum där analysandens introjicerings¹²⁷ möter analytikerns egna känslor och tankar.¹²⁸

¹²³ Jag återkommer till diskussionen om terapeutens neutralitet i avsnittet om terapeutens identitet.

¹²⁴ Winnicott, "Lek och verklighet"

¹²⁵ Bertil Sundin, "Musiken i människan" Natur och Kultur 1988

¹²⁶ Ottar nr 1 1996, Artikel om Fred Donaldson av Gabrielle Björnstrand

¹²⁷ Det vederbörande förmedlar

¹²⁸ "Barnet, myten och My Little Pony", artikel av Johan Norman i Divan, nr 9 1994

Idealisering av musiken som språk?

Musikterapi kan ibland innehålla en romantisk mytologi, skepticism mot språket och intellektets kontroll. Man anser språket vara mindre ärligt och tillskriver musik förmåga att uttrycka vad intellekt och språk döljer. Musiken utgörs av kommunikationens ande innan den skrivs i lagar och sociala system. Detta är en humanistisk ideologi där två subjekt möts i en terapeutisk relation såväl som i en improvisation. Det tidlösa flödet, ett evigt ”nu”, den liminala aspekten av Bubers ”Jag och Du” - identitetens totala konfrontation, närvaro. Denna romantisering har också en positiv sida, där det möte som uppstår i improvisationen kan jämföras med det spontant skapade språk som uppstår mellan älskande, kallat kärlek eller kärleksakt. Denna reflektion görs av den norske musikvetaren Kjell Oversand - det handlar om nödvändigheten av att vara reservationslöst närvarande, närmast telepatiskt.¹²⁹ Här kommer man förbi alla kategoriseringsförsök, till tankar om att förändra medvetandetillståndet.

Transformerering

När jag kommer från en session med improvisationsgruppen Altaír har jag transformerats lite. Bland annat har jag fått ett intensifierat luktsinne som håller i sig ett par timmar. Jag känner starkare än vanligt olika doftstråk på stan tex. Eller så är jag helt enkelt mer medveten om detta.

Det finns ytterligare en försvårande och samtidigt stimulerande ingrediens beträffande det förändrade medvetandetillståndet i expressiv musikterapi - det utgörs av att man faktiskt är delaktig själv, medverkar aktivt - medan upplevelsorna i GIM¹³⁰ tilldrar sig inombords, i ett dvalliknande tillstånd. Där finns det på en gång en möjlighet att distansera sig från det man upplever och samtidigt en möjlighet att gå djupare ned i det undermedvetna än vad som kanske är fallet i expressiva tekniker eftersom man där just är uppe och går och måste hålla koll på kroppen.

Att mötas i en helt fri improvisation kan innebära en total tillit till att det bär, musiken blir ett tredje liv, en ytterligare varelse i rummet. Det kan också väcka en rädsla för sammansmältningen, den alltför starka närheten. Det är ett förföriskt element i musiken detta att den lockar till sammansmältning, och det är både en tillgång och en svårighet. Man kan gå in helt i sig själv och utgöra en del av själva det musikaliska innehållet. Man förvandlas kanske till och med till ett objekt?

Exempel

Jag tänker på en av de avslutande sessionerna jag hade med E, en normalfungerande kvinna i 45-årsåldern, efter 1 1/2 års musikterapi. Det var som om jag glömde allt i omgivningen denna sista gång, jag gav mig helt hän medan vi spelade på varsin congas. Många var de gånger då jag i huvudsak försökt spela stödjande eller kommande medan hon bland annat skulle lära känna instrumentet. Detta var säkert bra och fyllde sin funktion. Men när jag nu bara gav efter för det som uppstod, det rum som våra gemensamma trumrytmer byggde upp, så uppstod det att jag plötsligt fann mig spela efter någon sorts styrning som inte var jag själv! Denna upplevelse skulle kunna kallas mystisk eller andlig eller helt enkelt transcendental, hur

¹²⁹ ”Liminal improvisation” Even Ruud, artikel i ”Listening, playing and creating”, red Carolyn Kenny

¹³⁰ Guided Imagery and Music, se avsnittet om musikterapiens företrädare

det än är med dess rubricering så var innebörden att jag följde en väg, visste hur jag skulle spela för att få ”ut” klienten helt och hållet i det gemensamma rummet. Efteråt grät E och sa att det stod klart för henne att hon inte var ensam.

Intuition

Här kommer vi slutligen till det svåraste, det mest svårfångade och det som är det odistinkta och ovetenskapliga i musikterapi, men som samtidigt utgör essensen; nämligen det speciella som händer när jag som terapeut ”ger mig hän”, släpper min professionella kontroll, slutar tänka på exakt vad jag gör i musiken eller på vad klienten verkar behöva - och istället tar fullständig del av musikskapandet, ger lika mycket av mig själv som klienten gör av sig själv, medverkar till att det uppstår någon form av musikaliskt uttryck. I dessa stunder kan jag förvånat upptäcka att jag tycks ”veta” på förhand vad klienten tänker göra. Om jag lyckas hålla koncentrationen vid den totala närvaron i det gemensamma musikskapandet kan jag upptäcka att mina händer utför musikaliska handlingar i perfekt samspel med klienten - trots att musiken saknar varje form av kontext. De flesta klienter saknar tillstymmelse till kännedom om musikaliska element och hanterar musikinstrumenten på fullständigt oberäkneliga och oförutsägbara sätt.

Intuition - vad är det? Jag har ibland hört musikterapeuter säga: min *intuition* sa mig att jag skulle handla så och så - eller att det *kändes* rätt att göra ett sånt val - jag undrar vari denna intuition eller känsla består. Exakt vilken bank är det musikterapeuten konsulterar när han/hon gör något enligt sin ”intuition”? Björn Wrangsjö menar att vi har kunskapskällor som gör sig gällande endast genom intuitionen, och att förmedlandet av denna kunskap sker telepatiskt. Wrangsjö reserverar sig samtidigt något för begreppet ”telepatiskt”.¹³¹ Intuition skulle kanske kunna sägas vara att öva upp förmågan att ta in information på alla plan och kommunicera på alla plan i avsikt att möta den hjälpsökande - för det får man utgå ifrån att klienten alltid är. Utgångspunkten måste vara att klienten vill förändra, påverka, utveckla eller vägledas i något sammanhang, och att vederbörande (eller någon anhörig) sökt upp terapeuten i detta ändamål.

Emellertid blir terapeutens yrke alltid en smula tvivelaktigt i det att den påstår sig veta något bättre än klienten. Frågan är vad terapeuten egentligen ”vet”, vad han/hon grundar sig på i bemötandet av klienten.¹³² Enligt transpersonellt¹³³ tänkande är den första tanken man får om en information nästan alltid den sanna. Det anses att man ska lita på sin intuition. Orsaker menar man kan ingå i ett större karmiskt perspektiv. Som vi sår får vi skörda. Lagen om Karma innebär att det vi ger får vi tillbaka. Så som vi tänker, så blir det. Vi uppmanas dock att inte förväxla detta med skuldkomplex. Vissa saker ska helt enkelt bara hända. Det är svårt för oss att greppa eftersom vi inte är bekanta med de transpersonella nivåerna.¹³⁴

Apropå intuition - det är viktigt att försöka begrunda vad som egentligen ledde fram till att man fattade ett visst beslut i en viss stund med klienten. Hela tiden gör terapeuten olika val, och det gäller att titta närmare på vad dessa val egentligen baseras på. Terapeuten kan också vara helt tillbakadragen och överlåta alla initiativ till klienten - men även detta är ett aktivt val

¹³¹ ”Mötas och växa” Björn Wrangsjö

¹³² Jag återkommer till rollen som hjälpare i avsnittet om musikterapeutens identitet.

¹³³ Transpersonell psykologi beskrivs utförligare i avsnittet om det psykologiska perspektivet.

¹³⁴ Föreläsning med Bo Wikström

som beror på något. Att utgå från sin intuition kan egentligen också betyda att man utgår ifrån sina egna behov.

Det finns skäl att försöka titta närmare på det där rummet som uppstår i en gemensam improvisation där man förbehållslöst träder in, och som även kan göra sig gällande i verbal terapi, något som säkert många terapeuter upplevt. Plötsligt ”vet” man vad klienten ska säga eller svara, trots att det inte finns något logiskt skäl för det.

Exempel:

Jag hade gjort en visualiseringsövning under en avslappning med tidigare nämnde man i medelåldern med ett lätt handikapp, A. Jag hade bett honom föreställa sig en låda, och samtidigt fick jag en tydlig bild av lådan själv - den tycktes vara av trä eller papp. Efteråt frågade jag vilket material lådan var gjord av, och sekunden före hans svar hörde jag oväntat inom mig: ”plåt”.

Därefter svarade han;

”Lättmetall eller plåt!” Egentligen är det inte konstigare än att klienten och jag befann oss på samma ”plan” i något avseende, och tog intryck av varandras tankar. Kanske skulle många välja att kalla detta intuition?

När jag sitter tillsammans med min improvisationsgrupp och spelar inträffar ett skeende som inte helt går att klarlägga i ord. Vi brukar gå in i ett rum, ställa fram alla tänkbara instrument, dra upp inspelningskablar och mikrofoner och sedan brukar vanligen någon av oss plötsligt vara igång med någon rytm, några toner eller ett ljud. Detta besvaras direkt av att någon av oss andra slår sig ned och deltar. Så går de musikaliska tankarna mellan oss - det blir en vandring, och rätt vad det är så vet vi alla fyra att det är slut.

Symboler, det rituella och det mytiska

I en improvisation finns det tydliga rituella inslag.

Med riterna i musikterapi menar jag till exempel att var och en sätter sig på bestämda platser och utför handlingar som ofta upprepas från gång till gång - här finns en parallell till psykoanalysen. Jag menar också riterna som finns i musikens gest, den musikaliska improvisation eller sången, och riterna som hjälpmedel för att lämna sig själv och uppgå i något annat.

Musiken, dvs det konstnärliga skapandet, individens estetiska behov, och relationen mellan klient och terapeut, dvs aspekter som härrör från vår kunskap och vår tids tänkande om psykologi, och till sist något ytterligare - människans ordlösa, rituella förhållande till sin verklighet/överklighet.

Prästen Lars-Åke Lundberg beskriver hur musiken i vår tid utgör en sorts kulthandling, och citerar Susanne Langer i påståendet att riterna är en symbolisk förvandling av upplevelser som inte adekvat kan uttryckas genom något annat medium.¹³⁵

Symbolik är, menar psykoanalytikern Nicolas Abraham, spänningsfältet mellan Eros och Thanatos, mellan dödsdrift och livslust. Symbolbildning är enligt psykoanalytikern Hanna Segal den aktivitet med vilken jaget försöker hantera den ångest som uppstår i relation till

¹³⁵ ”Musiken - kulthandling och mysterium” artikel av Lars-Åke Lundberg i Vår Lösen nr 6-7 1989

objektet, fruktan för onda objekt och för att förlora goda objekt. Symbolisering är en relation mellan jaget, objektet och symbolen.¹³⁶

Psykoanalytikern Johan Norman menar att för att gestalta de egna existentiella frågorna om ont och gott, härkomst, kosmos, tiden, döden och andra stora teman krävs berättelser, bilder och myter. En levande myt kan för en individ utgöra en resonansbotten för att arbeta med frågor av denna karaktär¹³⁷. Frågan är hur dagens myter ser ut, och hur den moderna västerländska människan arbetar med, och ritualiserar kring, de stora frågorna.¹³⁸

Liminal improvisation

Even Ruud har skrivit om det som han kallar liminal improvisation, liminal erfarenhetsupplevelse, jazz och musikterapi som moderna övergångsriter.¹³⁹

Det liminala området kan beskrivas som en tröskel, ett ingenmansland, eller som processen att skiljas från en gammal position och småningom ingå i en ny - det liminala är just denna övergång, tröskel.

Improvisation innebär att man skapar nytt här och nu med ett element av oförberedd beredskap. Den kan innehålla vissa förutbestämda referensramar (som i fråga om jazz) och i musikterapi kan de stilistiska konventionerna vara färre, men istället kanske man vill fokusera på nåt särskilt fenomen. Improvisationen kan utgöra en förutsättning för förändring, kanske mellan tillstånd, relationer till fenomen eller till andra människor, eller rentav till en själv. I denna mening utgör improvisation en transitionell övergångsritual där medvetandetillståndet förändras. Här vill Ruud ur antropologisk teori studera improvisationens betydelse i musikterapi oavsett psykologisk eller terapeutisk ideologi. Ruud vill genom jazzexempel visa hur improvisationen har betydelse i vår kultur utöver det estetiska/artistiska, och samtidigt visa musikens roll i vardagsritualer för att förändra aspekter i samtidskulturen. Ruud vill beskriva musikterapeutisk improvisation som en psykologiskt omklädningsrum där man kan utprova nya handlingar eller nya uttryck

Musikterapeutisk improvisation liknar fri jazz eller avantgardemusik i sin totala förutsättningslöshet. Samtidigt kan det musikaliska materialet fungera som metafor för deltagarnas olika temata i musikterapi. Man skapar ett rum där handlingsalternativ finns; en klar parallell till den musikterapeutiska improvisationen. Men - det räcker ofta inte. Människor kan känna sig rädda och låsta och vill minst av allt visa sig, blotta sig i en fri improvisation. Det är i själva verket mycket få som gör det. Mina klienter har oftast visat sig villiga att gå in i detta rum, men det har också hänt att det bara blir en sluten dörr mellan mig och klienten.

Apropå jazzimprovisation

Ruud tar exempel från jazzhistorien, Roy Elridge, Thad Jones, Mose Allen m fl får beskriva hur de går upp på scenen och ger sig hän i improvisationen. Personligen tycker jag jazzmusikern är en romantiserad gestalt, som beskrivs som en bohemisk konstnärstyp som lever upp endast på jazzscenen. Jazzmusik får ibland en nimbus av att stå i kontakt med högre

¹³⁶ ”Anteckningar om symbolbildning”, artikel av Hanna Segal i Divan nr 9 1994

¹³⁷ Ibid

¹³⁸ Diskussionen kring detta tar jag upp i avsnittet om nutidsmänniskan.

¹³⁹ ”Liminal improvisation” Ruud, ur ”Listening, playing, creating” red Carolyn Kenny

makter. I själva verket handlar det om frihet med begränsningar, dvs att med strama tyglar ge stor möjlighet till fritt skapande. Jazzmusikern är en individ som dels tillägnat sig ett kunnande om dessa regler, och dels utvecklat en förmåga att fantisera inom ramen för dem. Samtidigt uttrycker de något unikt om sig själva och berättar något om livet ur sin egen synpunkt. Jazzvärlden kan också ses som en religion där gudarna är de namngivna jazzgiganterna och det rituella dyrkandet sker i form av lyssnande, samlande och kalenderbitande. Religiösa tongångar präglar inte sällan beskrivningar av vad som händer i ett samspelssammanhang; ”Man spelar för livet med hjärtat i halsgropen” - myten om jazzmusikern som dör på scenen med instrumentet i famnen påminner om myten om konstnären i romantikens myt som dog för sitt verk.

Andra teorier om improvisation

Den östtyske musikterapeuten Frank Grootaens kallar det som äger rum på improvisationsfältet för ”worlds between”. Grootaens beskriver improvisationen som en möjlighet att uppleva ”själens regler” det vill säga både uppleva ny mening och förlora sig själv i de nya upplevelserna. Det uppstår nya betydelser för sådant man trodde sig känna till. En parallell är Freuds primärprocesstänkande där upplevelser av tid och rum är utvecklade, där det förflutna och framtiden ännu inte är införlivat i framtiden.¹⁴⁰

Improvisationen har många likheter med leken i det att det organiseras en metakommunikation som utgör en överenskommelse av typen; ”allt från och med nu tills vi slutar är vid sidan av det övriga”. Dessutom är leken ett sätt att säga att vardagsperspektivet på livet bara är ett sätt att se på det. Vi blir medvetna om alternativ. Jag tror att i all vår tids terapi det finns ett utslag av den vuxnes behov av leken/ritualen, och av att få metaforisera. Möjligen är det vår tids sätt att handskas med stora frågor, eller helt enkelt ett sätt att rensa ett inre utrymme för att få rum för nytt. Void, tomrum eller vacuum, för att citera Ruud. Psykologen Csikszentmihalyi använder begreppet ”flöde” när han vill beskriva det ögonblick där vi glömmer att skilja på oss själva och omgivningen, nuet och det förflutna, d v s medvetande och beteende blir ett. Min personliga reflektion är att det rör sig om en känsla av att vara utanför tiden?¹⁴¹ Kanske är det därför det är så svårt att beskriva eller bedriva studier i dessa erfarenheter eftersom de så fort de sönderplockas, avdelas - som måste ske för ett närmare studium - så blir fenomenen obegripliga. Upplevelsen i sig innebär en totalhet - men det innebär också att beskrivningar och studier ibland präglas av diffust prat om hur det kändes, och av vad man intuitivt visste o sv.

Musikterapeuten Fritz Hegi beskriver improvisationen som ett experimenterande med livets innehåll där vi ser utan att värdera. Fritz Hegi utvecklar en kosmologi där sjukdom beror av livets rytmer, dess samband kropp-natur-årstider och samhälle. Hegi påpekar att inget i en improvisation kan vara fel, och att lyssnandet sker med den inställningen. Idealet i denna strategi kan också vara *uttryck utan kulturell kompetens*. En sorts romantisk mytologi där ritorna är; tänk inte, känn, spela bara!

Fritz Hegi jämför dessa intensiva improvisationsupplevelser, med drogupplevelser, och menar till och med att drogbehov helt kan ersättas av denna typ av spontant improviserad musikalisk upplevelse.

¹⁴⁰ Ibid

¹⁴¹ Ibid

En annan aspekt av detta är när musikterapi och dess utövare ställs mot musiker med långvariga studier och klassisk utbildning bakom sig. Då blir musikterapi med sin totaldemokratiska hållning om att alla kan medverka i musikaliska sammanhang kanske hotfull och t o m vulgär.

Övergångsriter

Övergångsriter, rites of passage - är något som den belgiske antropologen Van Gennep, också talar om. Han har i studier påvisat att vissa ritualer i världen har liknande strukturer, nämligen de som hade anknytning till särskilda övergångsstadier i livet såsom exempelvis födelse, död, bröllop mm.

Individen måste först lämna bakom sig den föregående perioden på nåt sätt, övergå i ett mellanområde med inslag av identitetslöshet, rotlöshet och slutligen installeras och invigas i den nya livssituationen. Detta kallar antropologen Turner "liminal period" (threshold)?? dvs just detta ingenmansland? Victor Turner pekar på symbolismen i liminala situationer. Han beskriver hur man i öster- såväl som i västerländsk filosofi betraktat den verkliga respektive överkliga världen på olika sätt. Traditionellt har man sett vardagslivet som illusoriskt medan det verkliga livet endast nås genom transcendens. Det moderna samhället ser snarare vardagen, den fysiska, sociala tillvaron som verklig medan det förflutna är något vi kan fly till, eller också har tappat kontakten med.

Odd Are Berkaak, norsk antropolog, har i rockmusikanalys funnit motiv och symbolik kring liminala stadier.¹⁴² Berkaak beskriver några olika vägar för att nå in i fantasins verklighet. Musikens roll i dessa vägar är att bryta ned konventionens betydelse av mening - skapa ny mening åt erfarenheten. Placera upplevelsen i ett nytt sammanhang. Målet är ett mer autentiskt själv, fritt från konvens eller neuros. Dels använder man sig av preliminär strategi - dvs det tillstånd där vi närmar oss barnets förutsättningslösa oskuld. Denna väg kan återfinnas i fallbeskrivningar där terapeuten i en regressiv aspekt på klienten beskriver hur vederbörande blir mer naturlig, spontan, ohämmat - mer i kontakt med sitt innersta, eller som den tyska Lili Friedemann, förgrundsgestalt för en tysk modell av kollektiv improvisation, säger att det är en möjlighet till frigörande lekfullhet som utgör en motsats till ensidig intellektualism. Friedemanns idéer bestod bland annat av handfasta tekniker där man använde upprepning, härmning, variation, tonstafett, solo-tutti, fråga-svar och klangegenskaper som mörk/ljus, lång/kort osv.¹⁴³ Här kan man också finna etniska instrument och imiterar inte sällan etnisk musik både melodiskt och rytmiskt. Vidare kan man urskilja idealet om höjdpunktsupplevelsen, peak experience - transcendensen, som också knyter an till den religiösa upplevelsen. Tex citeras en jazzviolinist som beskriver improvisatören som en präst som bara tänker på sin Gud. Här är också de upplevelser som gör att man helt släpper kontrollen och träder in i ett annat landskap, ett mer andligt. Ruud berättar att Nordoff brukade känna hur han glömde omvärlden , befann sig i samma tillstånd av inspiration som klienten. Både Nordoff och Robbins var för övrigt inspirerade av Sufitraditionen.¹⁴⁴

¹⁴² Ibid

¹⁴³ Musikterapi Martin Geck

¹⁴⁴ "Liminal improvisation" Ruud. Mot bakgrund av detta tycker jag det är intressant att fråga sig huruvida det går att föra vidare en metod som bygger på individuella erfarenheter och övertygelser. Frågan återkommer i avsnittet om musikterapiens företrädare.

DET ANDLIGA PERSPEKTIVET PÅ MUSIKTERAPI

Nutidens narcissistiska samhälle - det terapeutiska samhället eller Förlusten av myterna - förhållandet till New Age

Den franske sociologen Emile Durkheim (1858 - 1917) ville med sitt begrepp *anomiska suicid* fånga in en grupp människor som saknar goda vägvisare i livet. Med detta avses en brist på bärande mening i tillvaron, följderna av en normlös, oklar kulturtradition.¹⁴⁵ Detta är ur socialpolitiskt perspektiv en problematisk samhällsgrupp - som ibland används även som symptombärare av det faktum att vi förlorat vår mytologiska förankring, eller likaväl att religionen förlorat sin forna betydelse i vårt samhälle. Förr¹⁴⁶ lät man krafter utifrån ha ett avgörande inflytande på privatlivet. Att gifta sig, förtjäna pengar, straffas, uppfostra barn osv, allt bestämdes utifrån familjeinflytande och konventioner som i sin tur hade stark förankring i kyrkan, religionen. Idag måste beslut i livets alla faser, på alla nivåer, även i själva meningen med livet, härledas till den egna personen, vilket kan ses som en narcissistisk utgångspunkt.

Kort om nutidsmänniskan utifrån några teoretiker

Den narcissistiska kulturen respektive människotypen som analysmodell av nutidsmänniskan har bland annat beskrivits av den amerikanske historikern Christopher Lasch, psykiatern Hans Kohut, psykiatern Bo Sigrell samt författaren Rollo May.

Christopher Lasch

Lasch menar att den långt drivna specialiseringen i samhället hindrar individen från att delta i arbetet. Kontakten med de processer som styr arbetet försämras, och individen har inte längre del i produktionen. Istället hänvisas individen till att förverkliga sig i privatlivet, relationer och familjen. Samtidigt har familjen förlorat sina funktioner ekonomiskt såväl som ifråga om stödande och utbildande genom samhällets specialisering, varför dessa funktioner istället övertas av psykologer, terapeuter, studiecirkel osv. Om man förr strävade efter förtjänst så strävar nutidsmänniskan efter lust. Den narcissistiska nutidsmänniskan söker emotionell trygghet utan känslomässigt engagemang. Då man inte har någon uppfattning om sitt eget värde blir man beroende av att spegla sig i andra. Maktlöshet i tillvaron och tomhets känslor resulterar i ointresse beträffande samhällets processer, och en fixering vid det egna välbefinnandet.¹⁴⁷ Lasch talar om hur befrielsen från det förflutna¹⁴⁸ leder till ett ifrågasättande av den egna existensen. Bristen på förankring i det förflutna leder till en liknande brist på framtidstro, vilket ger ett behov av ständig omedelbar behovstillfredsställelse. Denna typ av patient är svår att arbeta med terapeutiskt eftersom hans narcissism hindrar honom från att ingå en djup relation med terapeuten. På ytan är han

¹⁴⁵ "Dynamisk psykiatri" Johan Cullberg 1992

¹⁴⁶ Jag tycker själv illa om uttrycket "förr", även om det ibland är användbart. Här avses förmodligen tiden före industrialiseringen.

¹⁴⁷ "Den narcissistiska kulturen" Christopher Lasch 1981

¹⁴⁸ Uttrycket "det förflutna" innebär här kulturella rötter ifråga om myter och religion.

samarbetsvillig eftersom han vet hur man bör uppträda i terapi, men han följer reglerna utan att vara engagerad. Han förblir en isolerad individ.

Rollo May

Allt detta beskriver psykoterapeuten Rollo May i sin ”Ropet efter myten”. Där passar han även på att understryka hur terapi med denna typ av patient leder till att terapeuten blir en ständig källa till moraliska råd som patienten efterfrågar i varje livssituation. Det blir aldrig någon mellanmänsklig relation. May menar att narcissismen paradoxalt nog raserar individualiteten.¹⁴⁹

Heinz Kohut

Heinz Kohut menar att narcissistiska störningar blir allt vanligare i västerlandet, vilket beror på individens understimulering och tomhet. Barnen har inte längre inblick i föräldrarnas vardag eller yrkesliv, familjen är liten och saknar ett naturligt nätverk omkring sig.¹⁵⁰

Bo Sigrell

Bo Sigrell, psykoanalytiker och författare till ”Narcissism” motsäger sig denna parallell mellan individer med narcissistiska störningar och utvecklingen i dagens samhälle. Problem med relationer, närhet, tomhet och meningslöshet - det vill säga narcissistiska störningar, kännetecknar helt enkelt en viss kategori som söker terapi idag.¹⁵¹

Hur ser nutidsmänniskan på sig själv?

Nutidsmänniskan i det västerländska samhället kan ändå, utan alltför stor generalisering, sägas sakna den starka anknytning till religiösa upplevelser och traditioner som var fallet i det *gamla* samhället, dvs före industrialiseringen. Kanske går förändringen egentligen längre tillbaka, till upplysningstiden då man tvingades ta till sig nya idéer om alltings tillkomst. Frågan är om nutidsmänniskan egentligen ser sig själv som ickeandlig, såsom varande utan behov av eller längtan till dimensioner som skiljer sig från den omedelbara vardagen. Att hon inte kan känna sig delaktig i en syn på religiösa erfarenheter som representeras av olika kyrkor och samfund innebär inte att hon förnekar andliga upplevelser.

Förlusten av myterna

Terapi istället för en fungerande mytologi

Rollo May, författare och psykoterapeut, är en person som uttalat åsikter om vår tids terapi. Han menar att en kulturs nedgångsperiod kännetecknas av att den bland annat inte förmår hantera ångest på ett konstruktivt sätt. May exemplifierar med det klassiska Greklands filosofer, det medeltida Europas svartkonstnärer och det tjugonde seklets psykologer och analytiker, som han menar har en sak gemensamt - de är sin tids terapeuter. Målet för

¹⁴⁹ ”Ropet efter myten” Rollo May 1991

¹⁵⁰ ”Narcissism” Bo Sigrell 1994

¹⁵¹ Ibid

terapeuterna menar han måste vara att göra människorna kapabla att själva hantera sin ångest - alltså att terapeuterna avskaffar sig själva.

Rollo May anser att skuld är en del av den mänskliga existensen likaväl som ansvarstagande. Han sammanfattar en god terapeut med orden: Det är en person som har problem och som arbetar med dem. Rollo May beskriver också terapi som bestående av hälften religion, hälften vänskap.

Rollo May är anhängare av åsikten att vi måste återknyta bekantskap med våra myter. En myt förklarar han som ett bärande tolkningsmönster, en struktur som hjälper oss att förstå saker som annars vore omöjliga att förstå. May säger att den grekiska kulturen är vår mor och den hebreiska vår far. Bibelns myter tillhör den västliga civilisationens arketyper. Han citerar Thomas Mann i "Ett faktum är en tillfällig sanning. En myt är en evig sanning"¹⁵²

May menar att många av de problem dagens samhälle brottas med kan härledas till avsaknaden av myter. May tar upp den situation han kan se i sitt eget land (USA) genom den vidareutveckling av individualismen som narcissismen utgör. Han anser att den psykoanalytiska metoden alltmer tycks understödja narcissismen snarare än att analysera bort den. Detta förknippar han med den behaviouristiska tendensen i amerikansk psykologi. Detta leder till att psykoterapi blir problemorienterad istället för personcentrerad.¹⁵³

Åke Högberg säger i sitt förord till boken "Ropet efter myten" av Rollo May:

"På samma sätt som Jesus dog på korset för oss lever de mytiska gestalterna ut våra konflikter och med dem blir vi renade."¹⁵⁴

Terapi vår tids religion?

Dagens storstadssamhälle är genomsyrat av behovet av och marknadsföringen av olika terapiformer - och det är kanske intressant att fråga sig vad detta beror på. Är terapi vår tids religion? Kanske är behovet störst - och framförallt mest uttalat - i det västerländska samhället?

Terapeuten som predikant

Å andra sidan kan man fråga sig: vem ska hjälpa vem - och varför? Ibland har jag hos mig själv kunnat märka en inställning som påminner om missionerande. Det har känts som om jag inför andra vill göra gällande att det finns en väg som är den "rätta", och att om bara klienten förstår det så är vederbörande "botad". Här ligger flera faror:

* Vem vet att just ett visst tillvägagångssätt är mer rätt än andra?

* Hur vet man vad som är sjukt och friskt i alla lägen - och följaktligen när ett "botande" har skett?

Det svåra med att vara terapeut är delvis just detta missionerande inslag! Jag har kanske som terapeut i viss mån en frälsares ambition eftersom jag föreställer mig att alla andra behöver tillföras något, och att detta något är livsnödvändigt, eller åtminstone bland det viktigaste. Jag har dessutom själv som terapeut har själv erfarit, upplevt vad detta är, och vill och kan därför ge det till andra.

Detta blir ännu mer anslående beträffande klienter som inte själva talar, utan är förmedlade till mig som terapeut genom andra, som således känt, tyckt åt dem.

¹⁵² "Ropet efter myten" Rollo May

¹⁵³ Ibid

¹⁵⁴ Ibid

New Age - den nya tidsåldern

Nutidens nytänkande inom medicin, läkande respektive terapier är ofta baserat på gammal österländsk filosofi. Man kan hitta tänkande från zenbuddismen, reinkarnation, indiansk shamanism, taoism och buddism som inspiration för behandlare inom healing, rebirthing, mm. Metoderna har nästan alltid amerikanska grundare och benämningar, och kanske har det samband bland annat med att religion är en så grundläggande del av verkligheten i USA. Detta föreslår Lisa Summer, amerikansk musikterapeut som i en nyutkommen bok skrivit en kritisk uppgörelse med New Age-rörelsens användandet av musik i helande syfte.¹⁵⁵ New Agerörelsens användning av musik förnekar enligt Summer all spänning, och syftar bara till att vara stämningsskapande. Religion kan också vara ett sätt att förneka spänning. I musikterapi är det viktigt att förbinda sig med mörkret, medan det i religionen är viktigt att se ljuset, lugnet, harmonin.¹⁵⁶

Vad är New Age?

Det kan sägas vara en idériktning med religiösa inslag knutna till centra av olika slag, där det hålls kurser men även ges terapi. Ursprunget till benämningen kommer från den astrologiska tanken om att vi nu går in i en ny tidsålder, nämligen Vattumannens tidsålder, nytänkandets tidevarv. Religionshistorikern Olav Hammer har skrivit "På spaning efter helheten - New Age, en ny folktro?". Hammer menar att denna tankeriktning är på väg att ersätta kristendomen som livsåskådning. Han citerar undersökningar som ger vid handen att var fjärde svensk tror att jorden regelbundet besöks av utomjordiska varelser, samt att var tredje svensk tror på reinkarnation. Hammer betraktar New Agerörelsen som ett typiskt uttryck för vår moderna, optimistiska, individualistiska kultur. Man har en föreställning om att det finns en gnista av gudomlighet inom oss och att ondska är till för att utvecklas. Inspiration hämtar man från gamla kulturer och mytologier vilka man kombinerar ihop på olika sätt. Man erbjuder en mängd olika behandlingar och terapier som marknadsförs - och om ingen gillar det man gör så går man i konkurs. Därför är New Age enligt Hammer marknadsanpassat. Hammer anser emellertid att de ingredienser man finner i New Ageterapier ofta har sina rötter i 1800-talets teosofi, det vill säga en kombination av österländsk filosofi och västerländsk ockultism. Teosofier hade en ambivalent inställning till vetenskap och menade att vetenskapsmännen skulle komma att anamma de rätta sortens kunskap när de väl blivit upplysta. Teosofin följdes bland annat av 1960-talets experimenterande med droger och alternativa terapier, transpersonell respektive existentiell psykologi osv.¹⁵⁷

Inom New Agerörelsen kan man ana en längtan dels efter större traditionell anknytning, dvs ett sökande efter rötter. Man vill göra gällande att vi människor har sanningen inom oss och inte behöver söka den i någon dogm. Samtidigt blir själva denna idé paradoxalt nog en dogm. Här hittar vi tanken om att vi levat i tidigare liv och gör ytterligare "läxor" (karma) i varje liv, och bearbetar olösta relationsproblem i den nuvarande, vi hittar den nyshamanism med anor från indiansk såväl som nordisk mytologi som idag blir alltmer populär, här finns astrologi,

¹⁵⁵ Intervju med Lisa Summer i Stockholm våren 1997

¹⁵⁶ Ibid

¹⁵⁷ Svenska Dagbladet 4 april 1997, intervju med religionshistorikern Olav Hammer kring dennes bok om New Age

aromaterapi, kristallterapi, healing, frigörande andning (rebirthing), chakrabalansering, Tarot, Reiki mm mm.

En kort jämförelse mellan New Ageterapi och psykoterapi

Jag har funderat på vad som skiljer terapier i psykodynamisk tradition, eller med psykologisk, skolmedicinsk tradition från New Age-metoderna. Efter att ha prövat många av de ovanstående teknikerna (bioenergetics, Tarot, shakrabalansering, tidigareliv-hypnos, kristallterapi, frigörande andning mm mm) kan jag drista mig till en slutsats. Ofta handlar det om att man i New Age-metoderna hela tiden ska tjäna Egot. *Jag* ska förverkliga mig, *jag* ska leva ut något, även om det sker på bekostnad av andra, *jag* ska inte låta mig trampas på, *jag* ska följa minsta impuls hela tiden. Det påminner om någon fas i barndomen, eller om samhällets måhända pubertala period?

I psykodynamisk terapi arbetar man alltid utifrån en relation. Det behandlas vad som sker i mötet mellan två personer. Inom New Age är grundsynen individualistisk/egoistisk. Man strävar efter en ständig självförbättring, knutet till religion i sin frälsningston. Riktningarna är ofta traditionellt gurubundna med rötter i österländska, ofta hierarkiska religioner.¹⁵⁸

En tanke om New Age-terapiernas uppkomst

Kanske kan man finna en delorsak till New Ages uppkomst i den ökade känslan av bristande kontrollförmåga i vårt västerländska samhälle där vi översköls av information kring företeelser långt ifrån oss som vi har svårt att överhuvudtaget ha inflytande över. Det är kanske ett "gräv-där-du-står" perspektiv, eller en önskan att börja en förändring i sig själv, i hopp att därefter kunna sprida förändringen utåt...kanske är det helt enkelt en följd av 60-talets önskan att "förändra samhället"?

Till vad ska människan ha terapi?

Religionspsykologen Owe Wikström menar att psykoterapins terminologi för somliga - inom en viss typ av sk populärpsykologier - kan utvecklas till en total världsförklaring med religiösa övertoner. Etiska och existentiella frågor omtolkas och psykologiseras. Psykoterapi blir en religion. "Tankar från djuppsykologi uppfattas och beskrivs som storheter med metafysiska kvaliteter." Denna grundsyn kombineras ofta med tekniker med vilkas hjälp man snabbt ska kunna uppnå en självförbättring. Det är svårt att urskilja vad som är förmedling av tro och livsfilosofi, vad som är uttryck för dogmatisk tilltro till psykologin som vetenskap och vad som är psykoterapi i egentlig mening. Teorin man stöder sig på när man studerar relationen mellan klient och terapeut blir då samtidigt ett sätt att söka svaret på frågan om livets mening - istället för ett sätt - bland många andra - att tolka psykiska skeenden. Wikström talar om de på senare år framväxande "känsloterapierna" där det grundläggande antagandet ofta är: "Det är viktigt att vara i kontakt med sina känslor, att kunna uttrycka och leva ut sina känslor." Detta fungerar som en sorts grunddiagnos för alla typer av lidanden.

¹⁵⁸ Ibid

Kanske söker man en ny typ av vetenskap där ”mystik och fysik, psykiatri och religion, naturvetenskap och filosofi” ska mötas.

Wikström nämner även det faktum att de etiska frågorna kommit i skymundan i motsats till exempelvis hos revoltrörelsen under 1960-talet. Terapikulturerna i dessa fall vänder sig inåt mot den enskilde individens upplevelse. Wikström exemplifierar från Arthur Janov (Primalterapiens grundare) :”...känslor är den naturliga människans enda moralprincip.”¹⁵⁹

¹⁵⁹ ”Den religiösa människan” Owe Wikström 1996

SAMMANFATTNING

Min tanke har varit att det som man genom psykologisk teoribildning velat belysa, nämligen strävan att bygga broar mellan världar, även kan belysas utifrån andra synvinklar men med andra begrepp. Dessa begrepp söker fånga olika fenomen som uppstår i en musikterapeutisk situation.

Allt detta blir naturligtvis bara fragmentariska anslag - avsikten har varit att göra en översikt över musikterapi som ämne och dess framtidsprognos. Min sammanställning har av utrymmesskäl blivit summarisk och min önskan är att slå an en ton både för mig själv och för andra, i förhoppning om att musikterapi alltmer ska få en plats i ett större sammanhang.

Jag har funnit att det rör sig om en finfördelning av frågor, att regelbundet referera till vad andra tänkt om samma sak, att överhuvudtaget ställa frågor - att kunna förhålla sig på det sättet! Jag har framförallt utgått ifrån att utveckla och beskriva begreppen som jag möter i min egen praktiska verksamhet snarare än hos andra skriftliga beskrivningar. Dock har jag intresserat mig för huruvida det finns andra som har reflekterat över samma frågor.

Psykologin kan till en viss gräns förklara samspeletsdimensionen, det vardagliga perspektivet av kommunikation/samspel - men hela tiden hamnar man i områden där psykologin inte räcker till, i synnerhet när man jobbar med normalfungerande då den estetiska dimensionen - upplevelsedimensionen - är en minst lika tungt vägande ingrediens.

Svårigheten med att försöka läsa vad andra tänkt i detta sammanhang utgörs ofta av att författaren har tänkt sina tankar i en kultursfär, ett avgränsat sammanhang. I USA tex, tenderar man att hämta mycket tankegångar från religionen.¹⁶⁰ Emellertid är det viktigt att förbli kritiskt granskande så att musikterapi kanske så småningom kan bli ett självständigt ämne, som en grund utifrån vilken studier kan bedrivas, utifrån vilken människan och fenomenen kring henne kan granskas. Hittills har det skrivits främst ur klinisk synvinkel, men kanske kan musikterapi utgöra en resonansbotten även för studier inom andra traditioner. Om man ska försöka placera musikterapi i tiden, historien och i kulturen så är det viktigt att beakta ämnet ur alla aspekter och se det ur antropologiskt perspektiv, andligt, medicinskt såväl som konstnärligt och psykologiskt.

Jag har i denna uppsats velat utgå från ett godperspektiv: vad avgör att jag i den lilla världen väljer något? Samtidigt har jag känt det som nödvändigt att också försöka hålla ett meta/fågelperspektiv.

Jag har velat studera ur vilka källor jag hämtar den information som utgör grunden för de val jag ständigt träffar med en klient, när jag inte uppenbart utgår från en psykologisk skola? Om man utgår ifrån att man har en människosyn och ett hälsobegrepp som sätter utveckling som ett mål - och betraktar improvisationen utifrån detta synsätt - vad är det då som avgör att improvisationen inte bara blir en kul jamsession utan leder till en viktig utveckling, till nya synvinklar, perspektiv och rentav slutsatser?

Jag har också velat fråga mig om erfarenheter alltid måste formuleras, verbaliseras för att räknas som utveckling? I denna uppsats har jag valt att nämna följande strömningar/influenser

¹⁶⁰ Ibid

som aktuella i musikterapi, baserat på egna erfarenheter och den kurslitteratur som musikterapiutbildningen erbjuder:

Psykoanalys, utvecklingspsykologi, transpersonell-, existentiell-, humanistisk psykologi, New Agerörelsen, konstnärliga terapiformer, filosofiska strömningar, existentialismen, behaviourismen, shamanism, myten, riten, de andliga inslagen och de estetiska. En rad begrepp har jag också uppfattat som intressanta, nämligen; symbolisering, förändrade medvetandetillstånd, lek, improvisation, nutidsmänniskan, narcissism, människosyn, hälsobegrepp, rit och myt.

Utöver dessa perspektiv som här tagits upp; de psykologiska, känslomässiga resp de estetiska, uttrycksmässiga återstår de perspektiv som kanske är svårare att precisera, nämligen de filosofiska, andliga, existentiella och rentav religiösa aspekterna på musikterapi.

Det finns en lång rad terapiformer med olika inriktning. Dels finns de kroppspsykoterapeutiskt inriktade metoderna med metaforiserande inslag, förutom musik; bild-, dans-, konst- samt GIM-terapi, symboldrama, psykodrama, psykosyntes, gestaltterapi samt hypnoserapi och regelrätt kroppspsykoterapi. Dessutom rymms inom denna ram kinesisk medicin som akupunktur, akupressur och shiatsu. Vidare de i viss mån mer sjukgymnastikinriktade metoderna roserterapi, Tai Chi, yoga, meditation, alexanderteknik, bioenergetics, mm. Under denna rubrik kan också sorteras all homeopati och antroposofin. Överhuvudtaget har tankar om betydelsen av en större självkänedom ifråga om kroppen såväl som psyket utvecklats. Här har utelämnats många till förmån för beskrivningen av vissa strömningar som jag själv uppfattat som väsentliga för musikterapians användning idag. Janovs teori om primalskriket såväl som Feldenkreis teorier om kroppsmedvetande är bara några av de många andra riktningar som tillsammans influerar all terapi i vårt samhälle.

Avslutande fråga

Utgör musikterapi ett metafysiskt rum där två medmänniskors grundsyn på livets alla aspekter blandas samman? Praktiskt/fysiskt såväl som andligt/mentalt utför man handlingar, skapar nytt i stunden genom att använda ytterligare modaliteter utöver det verbala språket. Man konfronteras med symboler, en mytvärld, delvis individuell men delvis arketypisk. Man metaforiserar kring sina egna psykiska, relationistiska eller känslomässiga frågeställningar. Det musikaliska samspelet är intimt, och terapeuten är involverad på ett kraftfullt sätt - på vad sätt påverkar det terapeuten - och terapin?

LITTERATURFÖRTECKNING

- ”*Barnet, myten och My Little Pony*”, artikel av **Johan Norman** i Divan nr 9 1994
- ”*Det inre rummet*” artikel ur Kosmiskt&Personligt nr 1 1995 av **Justin Raimonds**
- ”*Music Therapy Research and Practice in Medicin*” artikel ur en bok av **David Aldridge** 1996
- ”*Musiken - kulthandling och mysterium*” artikel ur Vår Lösen nr 6-7 1989 av **LarsÅke Lundberg**
- ”*Vågar du leka*” artikel om Fred Donaldson av **Gabrielle Björnstrand** i Ottar nr 1 1996
- ”*Symbolisering äger rum*” artikel av **Clarence Crafoord** i Divan nr 9 1994
- ”*Anteckningar om symbolbildning*” artikel av **Hanna Segal** i Divan nr 9 1994
- ”*Musikens lekande och läkande krafter*” Artikel av **Kurt Lindgren** urTidskriften Musikterapi nr 3 1989
- Svenska Dagbladet 1 oktober 1985, artikel om Michael Ende
- Svenska Dagbladet 4 april 1997 artikel om New Age
- Artikelserie från 1985, 1986, 1987 utgivna i bokform 1989 på Svenska Dagbladets Bokförlag
- Bateson, Gregory** ”*Ande och natur*” Brutus Östlings Förlag Symposion AB 1995
- Bertil Sundin** ”*Musiken i människan*” Natur och Kultur, Stockholm 1988
- Blatner, Adam** ”*Praktisk psykodrama*” Natur och Kultur, Stockholm 1984
- Bonniers musiklexikon, Stockholm 1975
- Bruscia, Kenneth**, artikel ur ”*Listening, playing, creating*”, red Carolyn Kenny, State University of N.Y. press, New York 1995
- Carlberg, Gunnar**, ”*Dynamisk utvecklingspsykologi*”, Natur och Kultur, Stockholm 1989
- Cullberg, Johan** ”*Dynamisk psykiatri*” Natur och Kultur, Stockholm 1992
- Davidson, Claes** ”*Psykoanalytisk terapi*”, ALTUM, Stockholm 1989
- Drury, Neville** ”*Shamanism*” Forum, Stockholm 1989
- Frankl, Viktor** ”*Livet måste ha mening*”
Gamla Testamentet, 1 Sam 16:32
- Freud, Sigmund**, ”*Drömtydning*” Bonniers Pocketupplaga, Stockholm 1958
- Geck, Martin** ”*Musikterapi - bot eller bedövning*” Wahlström & Widstrand, Stockholm 1977
- Hammarlund, Ingrid** ”*Musikterapi*” artikel ur Insikten nr 3 1996
- Havnesköld, Leif/Risholm-Mothander, Pia** ”*Utvecklingspsykologi*” Liber Utbildning Sthlm 1995
- Holm, Ulla** ”*Empati*” Natur och Kultur, Stockholm 1994
- Igra, Ludvig** ”*Objektrelationer och psykoterapi*” Natur och Kultur, Stockholm 1983
- Igra, Ludvig** ”*På liv och död*” Natur och Kultur, Stockholm 1988
- Kenny, Carolyn** ”*The Mythic Artery*” Ridgeview Publ. Company, Californien USA 1982
- Kirkegaard, Sören** ”*Antingen - eller*” (1843) Stockholm 1964
- Kirkegaard, Sören** ”*Begreppet ångest*” (1844) Stockholm 1963
- Langer, Susanne** ”*Filosofi i en ny tonart*” Gebers, Stockholm 1958
- Lasch, Christopher** ”*Den narcissistiska kulturen*” Norstedts och Söner, Stockholm 1981
- Leuner, Hanscarl**, ”*Symbol drama*” Natur och Kultur, Stockholm 1984
- Mannerstråle, Inger** red. ”*Gestaltterapi på svenska*” Wahlström & Widstrand, Stockholm 1995
- Rollo May** ”*Den omätbara människan*” Bonniers, Stockholm 1983
- May, Rollo** ”*Kärlek och vilja*” Natur och Kultur, Stockholm 1994

- May, Rollo** *"Ropet efter myten"* Månocket, Rabén & Sjögren, Stockholm 1994
- Morgan, Marlo** *"Budskap från andra sidan"* Strömbergs Bokförlag, Stockholm 1995
- Pascal, Eugen** *"Jung i våra liv"* Svenska Dagbladets Förlag 1993
- Priestly, Mary** *"Music Therapy in action"* MMB, USA 1985
- Ruud, Even** *"Musikk som kommunikasjon og samhandling"*, (doktorsavhandling) Solum, Oslo 1990
- Ruud, Even** *"Vad är musikterapi?"* Norstedts & Söners Förlag, Stockholm 1982
- Ruud, Even** "Liminal improvisation" ur "Listening, Playing, Creating" red Carolyn Kenny (se ovan)
- Sigrell, Bo** *"Narcissism"* Natur och Kultur, Stockholm 1994
Sohlmans musiklexikon
- Stern, Daniel** *"Spädbarnets interpersonella värld"* Natur och Kultur, Stockholm 1991
- Stevenson, Leslie** *"Sju teorier om människans natur"* Forum, Stockholm 1983
- Summer, Lisa** "Guided imagery and music in the institutional setting" MMB Horizon Series USA 1990
- Thurén, Thorsten** *"Vetenskapsteori för nybörjare"* Tiger Förlag, Stockholm 1991
- Tudor-Sandahl, Patricia** *"Det omöjliga yrket"* Wahlström & Widstrand, Stockholm 1990
- Tudor-Sandahl, Patricia** *"Den fängslande verkligheten"*, Wahlström & Widstrand, Sthlm 1995
- Watzlawick/Weakland/Fisch**, *"Förändring"*, Natur och Kultur, Stockholm 1978
- Wikström, Owe** *"Den religiösa människan"* Plus Ultra, Stockholm 1996
- Wikström, Owe** *"Den outgrundliga människan"* Natur och Kultur, Stockholm 1990
- Winnicott, D.W** *"Lek och verklighet"* Natur och Kultur, Stockholm 1981
- Wrangsjö Björn**, *"Kroppsorienterad Psykoterapi"* Natur och Kultur, Stockholm 1987
- Wrangsjö, Björn** *"Mötas och växa"* Natur och Kultur, Stockholm 1990

KÄLLFÖRTECKNING

- Föreläsning av Bo Wikström, musikterapiutbildningen hösten 1995
Föreläsning av Kristoffer Konarski, musikterapiutbildningen hösten 1995
Radioprogram, Ingrid Hammarlund
Intervju med Lisa Summer i Stockholm våren 1997
”Make it new” film av Eric M Nilsson 1984
Föreläsning av Gianluigi diFranco, musikterapiutbildningen våren 1997
Sessioner med improvisationsgruppen Altaír - anteckningar och bandinspelningar
Minnesanteckningar från musikterapisessioner med klienter under min praktik 1995-1997