

Institutionen för musik, pedagogik och samhälle
Musikterapeututbildningen (60 poäng)
Examensarbete C-nivå (10 poäng)
Kungl. Musikhögskolan i Stockholm

Meningsfulla möten i musik

Om lust, kommunikation och fördjupade relationer
Musikterapi med funktionshindrade

Birgitta "Gitte" Pålsson

Handledare: Ann-Sofie Paulander Bäck

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INNEHÅLLSFÖRTECKNING	1
ABSTRAKT	2
1 BAKGRUND	4
1.1 Inledning	4
1.2 Musikterapi	4
1.3 Kulturcentrum i Lund	7
1.4 Tidigare forskning.....	8
1.5 Syfte och frågeställningar.....	8
1.6 Metod	9
2 BREVENS INNEHÅLL	11
2.1 Meningsfulla möten i musik	11
2.2 Lust.....	13
2.3 Kommunikation	16
2.4 Fördjupade relationer.....	18
2.5 En dynamisk resa.....	20
3 DISKUSSION	23
3.1 Sammanfattning.....	23
3.2 Meningsfullhet.....	23
3.3 Möten	24
3.4 Musik och känslor.....	25
3.5 Den musikterapeutiska processen	26
3.6 Avslut	28
3.7 Fortsättning följer.....	29
4 REFERENSER	31

ABSTRAKT

I denna uppsats beskrivs och tolkas funktionshindrades upplevelser av musikterapeutisk verksamhet på Kulturcentrum Skåne, Lund. Uppsatsen baseras på brev som närstående skrivit om hur de uppfattat de funktionshindrades upplevelser av musikterapi med musikterapeut Birgitta ”Gitte” Pålsson. Av breven framgår att musikterapi kan vitalisera, bekräfta och bejaka de funktionshindrade. Att mötas i musik skapar lust och ger goda förutsättningar för nya kommunikationsmöjligheter, vilket i sin tur fördjupar relationen mellan musikterapeut, den funktionshindrade och dennes närstående. Musikterapi upplevs också som ett viktigt återkommande inslag som berikar den funktionshindrades vardag. För att tillmötesgå de funktionshindrades behov krävs ett nära samarbete mellan musikterapeut och närstående. Breven lyfter fram musikterapeutens roll som katalysator i denna skapande process av mellanmänniska möten i musik.

Ledord i kultur- och hälsosammanhang handlar om att bekräfta andra människor, om att visa inlevelse i och erkännande av andras uttrycksförsök. Empati är viktigare än egen briljans, vad som räknas är att låta den andre träda fram som subjekt. Målet är processen, de ”varma ögonblick” som ger upplevelse av gemenskap, av att bli mött och förstådd, så att man törs öppna sig för världen.

(Ruud 2002, s 110)

1 BAKGRUND

1.1 INLEDNING

Många av de barn, ungdomar och vuxna som deltar i den öppna verksamheten i musik vid Kulturcentrum Skåne i Lund är gravt funktionshindrade och kan inte uttrycka sig själva i ord och skrift. Därför har återkommande informella samtal med närstående medföljande assistenter och familjemedlemmar varit viktiga för mig som musikerapeut. Dessa har gett mig möjlighet att tolka den mångfald av sätt som de funktionshindrade visar sina känslor på. Jag har fått värdefull information om hur de funktionshindrade kan reagera innan, under och efter musiksessionen. Erfarenheterna från dessa samtal väckte tanken på att använda de närstående som språkrör för de funktionshindrade i denna uppsats.

I mitt arbete som musikerapeut utgår jag från de funktionshindrades möjligheter och använder min intuition för att känna in deras dagsläge, erfarenheter och känslor.

Intuitionen söker sig fram på okända, mer direkta vägar än det logiska tänkandet. Den kan svinga sig från nivå till nivå, associera till synes helt motsatta företeelser med varandra, koppla samman yttre och inre värld, tanke och känsla, respektlöst sätta tiden och rummet och kausaliteten ur spel eller nonchalera till synes viktiga faktorer för att fästa sig vid en detalj där den överraskande finner svaret.

(Bornstein 2000, s 25)

Jag försöker att på bästa sätt följa upp de funktionshindrades egna initiativ i både det sociala och musikaliska samspelet. Min ambition är att de funktionshindrade får den tid de behöver för att lära känna mig och den miljö jag verkar i. Jag har medvetet försökt locka fram varje persons unika möjligheter till samspel i musik, enskilt eller i grupp.

Ledsagarna, som jag i fortsättningen kommer att kalla de närstående, deltar aktivt i musikterapisessionerna som medmusikanter tillsammans med den funktionshindrade och mig som musikerapeut. Att de varit med i musikrummet har gjort mig intresserad av hur de upplever sessionernas samspel i musik, som utgör grunden i verksamheten.

Min förhoppning är att uppsatsen kommer till nytta för andra som möter och arbetar med funktionshindrade genom att bidra till ökad förståelse för musikterapiens betydelse. Uppsatsen har en berättande form, och har till syfte att såväl utforska som dokumentera min egen musikterapi metod utifrån de närståendes berättelser. Jag hoppas att den genom sin berättande form ska vara lättillgänglig för en bredare allmänhet, och att den är utvecklande för Kulturcentrums öppna musikverksamhet och dess framtid.

1.2 MUSIKTERAPI

Det musikerapeutiska arbetet utgår från att musiken i sig själv är helande (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 89).

Musikterapi är egentligen inte något nytt. Musik har sedan lång tid tillbaka ansetts ha en helande förmåga. Genom tiderna har människan på olika sätt använt musik för att påverka hälsa och livskvalitet. Musik som helande kraft är fortfarande en viktig

ingrediens i vardagsliv och i ritualer hos många av ursprungskulturerna runt om i världen.

I västvärlden har många olika former av musikterapi vuxit fram, det började efter andra världskriget i USA då man använde musikterapi som en ny behandlingsform för de skadade krigsveteranerna. I Sverige gjorde musikterapi sitt intåg på 1970-talet, då den aktivt började användas inom omsorgen med funktionshindrade (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000).

Musikterapi bedrivs både individuellt och i grupp och kan ha olika syften och mål beroende på klientens behov, möjligheter och lust. Musik har en förmåga att spegla, förmedla och gestalta människans inre värld och känslor på ett icke-verbalt plan (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 91-96). Inom det musikterapeutiska verksamhetsområdet finns en stor mångfald förhållningssätt, metoder och tekniker. Musikterapi kan användas i många sammanhang från specialpedagogik, äldreomsorg och friskvård till kurser i personlighetsutveckling. Den kan vara såväl stödjande, jagstärkande som baserad på insiktsterapi (Ruud 2002, s 61-88).

I **expressiv** musikterapi spelar och uttrycker klienten sig med hjälp av olika instrument eller med sin röst, ensam eller i samspel med sin terapeut. I **receptiv** musikterapi står lyssnandet i fokus tillsammans med de känslor, minnen och associationer som musiken väcker här och nu, vilka kan bearbetas terapeutiskt i reflekterande samtal (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 109).

En av modellerna inom ramen för expressiv musikterapi är **Creative Music Therapy** – The Nordoff-Robbins model. Pionjärerna för kreativ musikterapi var Paul Nordoff, amerikansk pianist och kompositör, och Clive Robbins, engelsk specialpedagog. Under åren 1959-1976 utformade de en av de mest betydelsefulla improvisationsmodellerna inom musikterapi. De arbetade med barn och ungdomar med inlärningssvårigheter, autism, Down syndrom och andra funktionshinder. I början var de inspirerade av Rudolf Steiner och den antroposofiska tanken att det inom varje personlighet finns en naturlig mottaglighet för musik och kommunikation. Senare relaterade de sitt arbete till ett humanistiskt koncept utifrån Abraham Maslow. Deras ambition var att skapa processer för självkännet och att utveckla barnens speciella talanger. Deras relation med barnen kännetecknades av en varm, vänskaplig, accepterande och tillåtande hållning. Terapeuterna var följsamma och stödjande gentemot barnet som respekterades i sina egna val och de processer som därpå följde (Wigram, Nygaard Pedersen & Bonde 2002, s. 126-130).

Ett exempel på receptiv musikterapi är **Guided Imagery and Music (GIM)**. GIM är en psykoterapeutiskt inriktad behandlingsmetod som utvecklades av Helen Bonny, som verkade som musikterapeut i USA under 1960-talet. GIM är i dag en utvecklad metod som arbetar med det omedvetna i den inre fantasivärlden. Sessionerna inleds med ett samtal mellan musikterapeut och klient som kretsar kring stämningläget här och nu. Klienten får lyssna till musik (som musikterapeuten valt efter det inledande samtalet), och samtidigt berätta om de fantasier som kommer upp. Klienten får med stöd av musikterapeuten kontakt med de symboler, bilder, känslor och tankar som musiken väcker. Med musikterapeutens hjälp kan dessa föras ut, medvetandegöras och förankras i den yttre verkligheten (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 99-101).

En musikterapi som arbetar både expressivt och receptivt är **Analytiskt Orienterad Musikterapi (AOM)**. Den grundades och utvecklades främst inom ramen för vuxenpsykiatri av Mary Priestley i England under 1970-talet. Denna metod använder

sig av både vokal och instrumental improvisation som bearbetas genom samtal. Den terapeutiska processen kännetecknas av tre nivåer i relationen:

- Den terapeutiska relationen etableras genom en vuxen arbetsallians.
- En vuxen-barnrelation, där klientens känslor till föräldragestalterna bearbetas och uppmuntras.
- Den musikaliska nivån, där kommunikationen baseras på icke-verbala uttryck och känslor.

Musiken är terapeutens viktigaste redskap i mötet med klienten. Därför är det nödvändigt att musikterapeuten också utvecklar och underhåller sin egen musikaliska förmåga. Mary Priestley ställer musiken i centrum i sin analytiskt orienterade musikterapi metod. Hon anser det viktigt att en musikterapeut spelar kontinuerligt med både klienter och kollegor. Detta tillsammans med egen erfarenhet av psykoterapi anser hon vara viktigt för en kompetent musikterapeut (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 101-104).

Analytiskt orienterad musikterapi är ett exempel på psykodynamiskt inriktad musikterapi. Den är holistisk och tar hänsyn till hela människan och hennes processer genom livet. Samspel och affekter bildar här en viktig grund för att psykologiskt förstå de musikterapeutiska processerna. Utifrån den psykodynamiska förståelsemodellen är en människas upplevelser och handlingar påverkade av omedvetna psykiska krafter. Dessa krafter präglas av erfarenheter och upplevelser från tidig barndom och det samspel som då förekom mellan främst mamma, pappa och barn. I musikterapi kan musikens känslomässiga ”rörelse” vara av stor betydelse för att komma åt låsningar som uppstått i detta livets tidiga samspel. Ingrid Hammarlund menar att musikterapi här kan ha ett försprång gentemot andra terapiformer då det ordlösa samtalet mellan mot och barn kan liknas vid musiken flöde eller vid en låsning - brist på flöde (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 113, 319).

Att musikterapi kan ha många inriktningar och vara användbart inom många olika verksamhetsområden skriver bland andra musikterapi professor Even Ruud om. I boken ”Varma Ögonblick” stödjer han sig bland annat på Aaron Antonovskys forskning kring begreppet KASAM, känslan av sammanhang och mening (Antonovsky 2005). Ruud menar att musikterapi är viktigt eftersom musik har en unik möjlighet att hjälpa människor som av en eller annan anledning behöver stöd. Han betonar att musik bidrar till att förbättra hälsan och därmed också till att öka människors livskvalitet. Han framhåller att musikterapeuter måste ses som användbara resurser i samhället, inte bara i behandlingssammanhang utan också i andra mellanmänniska sammanhang. Musikterapeuter har med sina specialkunskaper och sin musikerfarenhet kunskaper som är användbara inte bara terapeutiskt utan också socialt, pedagogiskt och kulturellt. Centrala begrepp i hans bok är musikens förmåga att öppna upp och förstärka viktiga mänskliga fenomen såsom vitalitet, handlingsmöjligheter, tillhörighet och mening. Dessa fyra fenomen är värdefulla nyckelord då de dessutom appellerar till de mänskliga och demokratiska rättigheterna (Ruud 2002, s 28-88).

1.3 KULTURCENTRUM I LUND

Kulturcentrum Skåne är ett regionalt centrum med tre olika verksamhetsområden:

- En treårig eftergymnasial utbildning i teater, musik och bild som riktar sig till elever med lindrig utvecklingstörning.
- En arbetsplats för före detta elever, som nu arbetar med olika kulturprojekt.
- En öppen musikverksamhet.

Kulturcentrum, (www.kulturcentrumskanie.com) som fortsättningsvis kommer att förkortas KC, är en ideell förening som drivs med statliga, regionala och kommunala medel samt fondmedel. Verksamheten startades 1994 av fem kulturarbetare vars mål var att tillsammans med 25 personer med utvecklingstörning sätta ihop en musikteaterföreställning. De utgick från deltagarnas egna liv och gjorde musikaliska berättelser kring dessa. Projektet följdes av Sveriges Television och utmynnade i en timmes lång dokumentär (Glädjen, kärleken och sorgen 1996) samt en CD (Gryning 1996).

1996 fick jag en förfrågan av musikpedagogen Christel Nilsson, numera utbildningsledare på KC, om jag ville vara med och starta en öppen verksamhet i musik. Vi startade hösten 1996 och bjöd då in musikintresserade barn och vuxna med funktionshinder till fyra ”pröva på”-tillfällen i musik. Utifrån erfarenheterna från dessa började vi 1997 musikverksamheten dels i grupp och dels med individuella sessioner för dem som så behövde. Den öppna verksamheten är förlagd till eftermiddagar och kvällar och har löpt som ett sidoprojekt till den eftergymnasiala utbildningen. Denna verksamhet har kunnat erbjuda musikterapi som fritidsaktivitet till gravt funktionshindrade. Många av dem som började 1997 är fortfarande kvar i verksamheten.

Den öppna verksamheten på Kulturcentrum Skåne som behandlas i denna uppsats bygger på musikterapi. I denna musikterapeutiska verksamhet handlar det inte om en aktivering med musik utan snarare om att få möjligheten att känna och vara *någon* i förhållande till såväl musik som musikterapeut och övriga deltagare.

Musiksessionerna i grupp är 45 minuter långa och de individuella sessionerna är 30 minuter. Den nuvarande verksamheten (2007) har 30 deltagare inkluderat kultursamarbetet med Vilja, ett assistentkooperativ i Staffanstorp. Sex lördagar/termin har de funktionshindrade och deras närstående musiksessioner i kooperativets egna lokaler.

Verksamheten på KC i Lund är fördelad på 4 öppna grupper med allt från 2 till 10 deltagare och deras närstående. Utöver dessa finns 6 individuella sessioner med en funktionshindrad och dennes närstående, samt 3 sessioner där den funktionshindrade deltar ensam utan någon assistans. Musikterapeuten arbetar på konsultuppdrag ca 80 timmar/termin fördelat över 8-10 veckor. Verksamheten bygger på den funktionshindrades frivilliga deltagande.

Min yrkesidentitet på KC har förändrats genom åren, från rytmikpedagog och folk-musikant med ett terapeutiskt förhållningssätt till musikterapeut och folkmusikant med rytmikpedagogisk kompetens. Detta beror på att utbildningen i musikterapi har gett mig fördjupad kunskap, erfarenhet och insikt. Verksamheten har utvecklats så att närstående mer och mer kommit att aktivt delta i både de individuella sessionerna och i grupperna. De funktionshindrade har ofta börjat med individuella sessioner för att pröva på musikterapi och för att lära känna musikterapeuten och miljön. Musikterapisessionerna

kan således även sägas fungera som mötesplats i musik mellan de funktionshindrade, de närstående och musikerterapeuten.

I denna uppsats undersöker jag min egen musikterapi med funktionshindrade inom ramen för Kulturcentrum Skånes öppna verksamhet. Jag har alltså varit med att bygga upp verksamheten från start och haft fria händer att utveckla och påverka dess inriktning.

1.4 TIDIGARE FORSKNING

Frågeställningar kring musikterapi med funktionshindrade liknande de som denna uppsats utgår ifrån kan man finna i projektet ”Med lengting, liv og sang”, där musikerterapeuterna Mette Kleive och Brynjulf Stige (1988) beskriver och utvärderar ett projekt där vuxna funktionshindrade deltar i kommunal musikverksamhet med vuxna musiker. Utifrån perspektivet ”inkluderande musikpedagogik” fokuserar Kleive & Stige på vikten av de deltagande musikernas förståelse för musicerandets betydelse för de funktionshindrade. Detta främjar inte bara musikernas kunskap om funktionshindrade och deras livssituation, utan ger dem också insikt i hur musik kan bidra till meningsfullhet och livskvalitet.

Vad beträffar forskning kring Kulturcentrum Skånes verksamhet har Christel Nilsson skrivit en C-uppsats i specialpedagogik med titeln ”Reflektion ett verktyg för förändring och utveckling i lärandepraxis” (Nilsson 2002). Hon skriver där om sina erfarenheter och insikter kring lärarteamets gemensamma reflektionstimmar för att utveckla och träna upp pedagogernas förmåga att verbalisera, formulera och kommunicera den egna praktiken på Kulturcentrum Skåne. Uppsatsens huvudresultat är att det krävs tid för att få till stånd ett fungerande och utvecklande reflektionsarbete. Christel Nilssons arbete, tankar och erfarenheter av reflektion i undervisningen på konstnärlig basis är intressanta och relevanta också för denna uppsats. Att föra reflekterande samtal med kollegor och närstående till de funktionshindrade har också varit en viktig del inom den KC:s öppna verksamhet. Även inom ramen för psykodynamisk musikterapi är reflektion ett centralt begrepp som genomsyrar både teori och praktik.

1.5 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Syftet med denna uppsats är att undersöka och beskriva de funktionshindrades upplevelser av musikterapi genom att utforska brev där de närstående delgett sina erfarenheter, tankar och reflektioner av musiksessionerna. Genom de närståendes perspektiv, nerskrivet i brevform vill jag utforska de funktionshindrades upplevelser av musikterapi jag själv under perioden var involverad i. De närstående kan här ses som språkrör för de funktionshindrade eftersom de flesta av dem inte i ord kan berätta om sina upplevelser och erfarenheter av musikterapi på grund av sina funktionshinder.

Jag försöker på detta sätt att få inblick i assistenternas och familjemedlemmarnas subjektiva erfarenheter och reflektioner för att erhålla en bild av på vilket sätt mitt musikerapeutiska arbete skapar meningsfullhet och ger värde för de funktionshindrade. I de fall då det har varit möjligt har de närstående ibland valt att skriva breven tillsammans med den funktionshindrade.

Frågan jag har ställt mig är:

- Hur beskriver de närstående de funktionshindrades upplevelser av musikterapi?

1.6 METOD

Jag har valt en kvalitativ metod baserad på grundad teori och låtit mig inspireras av det hermeneutiska narrativa perspektivet. Grundad teori passar bland annat för att den inte styrs av detaljregler, vilket skapar en kreativ frihet hos forskaren. Den är strukturerad och har tydliga ramar för insamling av data, analys och sammanskrivning av materialet.

Jag har haft stor nytta av musikterapeuten Lotti Eklöfs uppsats ”Våga förändra” (Eklöf 2006) där hon har använt grundad teori. Genom denna har jag fått större kunskap om hur man kan gå tillväga och vad som är viktigt i denna process. ”Skrivhandledning” (Hartman 2005) har också varit till stor hjälp i processen. För att sätta mig in i vad narrativ forskning i ett hermeneutiskt perspektiv innebär läste jag Carola Skotts ”Berättelsens praktik och teori” (Skott 2004).

Arbetet med uppsatsen tog fart när jag bad de närstående att fritt berätta om hur de upplever musikterapi utifrån de erfarenheter de haft tillsammans med de funktionshindrade. Jag bad dem förmedla erfarenheterna till mig i brevform. Det visade sig att det fanns ett naturligt intresse för detta hos de närstående. Jag fick in totalt 23 brev. Några var kortare och mer direkta, andra var längre berättelser, men med det gemensamt att de alla gav värdefull information om musikterapi på KC.

Det första jag gjorde var att ersätta samtliga namn med ”X”. Genom avpersonifiera mina data kunde jag på så sätt neutralisera berättelserna. Detsamma skedde med mitt eget namn, som ersattes med ”musikterapeuten” och de medverkande familjemedlemmarna och assistenterna, som alla kallas för ”närstående”. Närstående fungerade som ett bra ord för vad de är i relation till den funktionshindrade. Med dessa neutrala beteckningar kunde jag läsa breven med större distans, vilket innebar att de fenomen, bilder, berättelser och reflektioner som skulle tolkas kunde stiga fram och bli tydligare.

Jag läste igenom breven vid två tillfällen, och skrev ned vad som spontant och intuitivt kändes som en bra sammanfattning av vart och ett av dessa. Nästa steg var att jag läste breven igen och nu försökte hitta egna ord och beskrivningar som gestaltade det väsentliga i varje brev. Dessa ord skrev jag på lappar, som jag sedan organiserade i kuvert med rubriker som växte fram i takt med att nya fenomen upptäcktes. När denna process var klar fanns följande huvudrubriker: **Livskvalitet**, **Expression**, **Kontinuitet**, **Redskap**, **Musik**, **Relationer**, **Kommunikation**, **Metaforer** och **Övrigt**. Dessa huvudrubriker kan också ses som de första kategorierna som jag fick fram för fortsatt bearbetning. De rubriker som fick flest ord i sina kuvert var **Livskvalitet**, **Relationer** och **Musik**.

När jag kände att jag inte fick ut mer av att samla ord och fenomen valde jag att läsa breven igen. Nu bestämde jag mig för att välja ut ett helt citat från varje brev. Ett citat som på något sätt kunde ge uttryck för andemeningen i hela brevet. Kring dessa citat gjorde jag sedan egna fria reflektioner som jag skrev ner. Citaten kretsade kring möjligheten att nå fram till de funktionshindrade genom musik.

Jag läste breven ännu en gång för att fokusera på citat som rörde musik och upptäckte då att jag undviker de som talade om musikterapeutens viktiga roll som katalysator. Denna reflektion ledde till att jag bestämde mig för att läsa breven igen och bara plocka ut vad de berättar om musikterapeutens roll och förhållningssätt, något som var mycket lärorikt. Jag upptäckte att jag, genom att se vad terapeuten betyder både som människa och som musikanter, kunde avdramatisera min egen person och distansera mig bättre till materialet, och kunde därför mer frimodigt gå vidare i forskningsprocessen. Då växte en

mer övergripande tolkning fram, som jag formulerade i en mening som låg nära brevskrivarnas egna ord: **Tid för musik ger gemenskap, intresse och glädje.**

Därefter valde jag ut nya begrepp för de viktigaste fenomen jag tolkat i breven. Varje ord ur meningen fick sina egna beskrivningar under varje rubrik: **Musik. Tid. Gemenskap. Intresse. Glädje.** Detta utforskande av att koppla fenomen till ord ledde så småningom till min tolkning som blev: **Tid för betydelsefull musik handlar om lust, kommunikation och fördjupade relationer.** Efter reflekterande samtal med handledaren byttes kärnkategorin (dvs. den sammanhållande huvudrubriken som kan innefatta alla de underliggande kategorierna) i undersökningen ut mot **Meningsfulla möten i musik.** De beskrivande kategorierna blev då **Lust, kommunikation och Fördjupade relationer.**

När det började bli dags att formulera resultatet valde jag att inkludera en del av de citat jag plockat ut i den beskrivande texten. Att använda citat gav struktur och mening åt fenomenen under arbetet med resultatdelen. Mina tankar och reflektioner kring citaten underlättade processen att väga olika tolkningsmöjligheter mot varandra.

Under diskussionen kopplade jag samman resultatet med andra teorier. Jag upplevde att detta var meningsfullt, eftersom jag var nyfiken på att se om det jag tolkat i resultatdelen kunde ha en rimlig förklaring i teorierna. Jag hade under processen upplevt att många fenomen gick in i varandra och det var svårt att urskilja delarna från helheten. Allt handlar på olika sätt om lust, kommunikation och fördjupade relationer på en och samma gång. En känsla av crescendo växte fram i samma takt som jag undersökte olika teories giltighet i sammanhanget. Jag upplevde då att jag hittade teorier som belyste och bekräftade mina egna tolkningar. Samtidigt började paradoxalt nog en stor osäkerhet på om jag verkligen tolkat rätt göra sig gällande. Under denna process var jag tvungen att ständigt återgå till ursprungsbreven för att återkoppla mina tolkningar till dessa. Detta var nödvändigt för att komma tillrätta med de feltolkningar som också är en naturlig del av det utforskande arbetet.

Jag har under hela processen funderat över min egen roll som aktiv musikerapeut och huruvida detta påverkat de närståendes berättelser. Detta dilemma väljer jag att se utifrån ett förtroendeperspektiv, där de närstående är väl förtrogna med mig och därför också vågar berätta öppet och fritt om sina upplevelser. Mitt ansvar har varit att distansera mig från materialet utifrån de kriterier som ställs på kvalitativ forskning utifrån grundad teori. Vilket jag också gjort genom att ständigt gå tillbaka till källan för denna utforskande uppsats, som ju är de närståendes brev. Dessa har jag läst och reflekterat över grundligt tills materialet blev ”mättat” och inga nya fenomen trängde fram.

2 BREVENS INNEHÅLL

I denna del redovisar jag resultatet av undersökningen – det vill säga vad de närstående till funktionshindrade berättar i brevform om musikterapi vid KC. Brevskrivarna kallar jag för informanter (syftar på att de skrivit breven) eller närstående (vilket används när jag syftar på viktiga personer i nära relation till de funktionshindrade).

Vad som beskrivs här är mina tolkningar av vad breven förmedlar. I texten nedan förekommer inga namn och jag har valt att kalla alla funktionshindrade för X av sekretessskäl och för att få fokus på de fenomen som träder fram i berättelserna.

Eftersom undersökningen bygger på de närståendes erfarenheter, kunskaper och reflektioner har jag valt att infoga citat från breven i den löpande texten. Citaten är kursiverade och till för att ge läsaren förståelse för vad musikterapi konkret kan betyda både för de funktionshindrade och för de närstående.

Hur meningsfulla möten i musik skapas, för och med de funktionshindrade, är det övergripande temat i breven. Kärnkategorin kallar jag därför **Meningsfulla möten i musik**. Ur breven har tre kategorier växt fram: **Lust, kommunikation och fördjupade relationer**.

2.1 MENINGSFULLA MÖTEN I MUSIK

Informanterna skriver i breven att musik är en viktig del i livet för de funktionshindrade. De understryker att musiksessionerna är värdefulla återkommande höjdpunkter i de funktionshindrades vardag. KC har erbjudit en kontinuerlig musikverksamhet, vilket uttrycks som något mycket positivt. En mamma skriver: *Att musikverksamheten har bedrivits sammanhängande i tio år har varit av stor betydelse för X utveckling till en glad och självständig fjortonårskille.*

Musiksessionerna blir en värdefull mötesplats där de funktionshindrade utifrån sin egen lust kan utveckla sin kommunikationsförmåga och samtidigt fördjupa sina relationer med andra människor. Dessa möten kan ofta ge upplevelser och erfarenheter hos de funktionshindrade som stärker deras självförtroende och identitet och ger dem mod att våga pröva nya saker också utanför musikrummet. En mamma vars dotter deltagit i musiksessionerna sedan ett år tillbaka beskriver detta på följande sätt: *X har utvecklats mycket – genom att känna sej säker på instrument. Hon har börjat ta initiativ till att även spontant börja leka med äldre barn (i hennes egen ålder) Jag är helt övertygad om att denna halvtimme i veckan har gett henne det modet – hon vet hon kan... självförtroendet mår väldigt bra av detta.* Mamman berättar också att bilfärden till dotterns musiksessioner tar fyra gånger så lång tid som själva sessionen varar. Detta är bara ett exempel på det stora och väsentliga medengagemang som finns hos de närstående.

Att mötas i musik fungerar som en vitaliserande och kreativ process. Denna process påverkar också den funktionshindrades vardag i positiv riktning. Informanternas brev framhåller att musik ger de funktionshindrade positiva upplevelser som både människa och som musikanter. Musik i detta sammanhang har ett egenvärde som konstnärligt uttryck. Levande musik skapas här och nu, av människorna som finns i rummet. Musik blir ett konstnärligt uttryck som får leva sitt eget liv utan att bedömas. Samtidigt tjänar den också som ett viktigt redskap för kommunikation i riktning inåt, mot det egna inre

livet och utåt, mot omvärlden och andra människor. Musik i detta sammanhang är viktigt både som mål och medel i en dynamisk process. Samtidigt som en vitaliserande och jagstärkande process sätts i gång så finns möjlighet till konstnärlig skapande av musik.

Under musiksessionerna upplevs det som viktigt att de funktionshindrade får bekräftelse både som personer och som musikanter. I ett av breven berättar mamman till en flicka om den talang som hennes dotter visade upp då hon började spela tillsammans med en musiker i hennes hem. Mamman skriver: *Han sa att hon hade en otrolig taktkänsla och att man inte fick slösa bort den begåvningen.* Varpå mamman sökte sig till musikverksamheten på Kulturcentrum Skåne. En pappa konstaterar: *X som har en CP-skada med medföljande talsvårigheter och högersidigt rörelsehinder, älskar dessa musikstunder och deltar med liv och lust. Frapperande är det engagemang och den glädje som deltagarna, många med svåra funktionshinder, visar... X har även stor nytta av musiken genom att han stimuleras att använda sin högra hand när han spelar trummor.* Nyttan förenas med nöje och grunden är den lust de funktionshindrade genuint visar till musik.

Musiksessionerna bedrivs enskilt eller i grupp beroende på den funktionshindrades önskemål och förutsättningar för detta. För att skapa meningsfulla möten förutsätts en nära och tillitsfullt relation mellan musikterapeuten och deltagarna. Musikterapeutens förhållningssätt och gruppens storlek är viktiga för att musiksessionerna ska upplevas som meningsfulla, vilket informanterna också ger uttryck för i breven i följande citat. Det första är förmedlat av en pappa och handlar om musikterapeutens attityd: *X har alltid varit positiv till att gå på musiken..., trevligt att musikterapeuten lät syskon vara med när de var små. Bra att verksamheten pågått länge. Musikterapeutens attityd har alltid varit positiv och uppmuntrande.* Vad beträffar atmosfären och storleken på gruppen skriver en mamma: *Jag upplever att det är fin stämning i gruppen. Viktigt är då att gruppen inte är för stor.*

Som också framgår av citaten ovan så erbjuds de funktionshindrade samspel med personer som står dem nära i vardagen. Det är främst familjemedlemmar och assistenter som deltar som stödjande medmusikanter i de funktionshindrades orkester. Man skulle metaforiskt kunna säga att den funktionshindrade är både upphovsman, arrangör och solist i den musik eller i den favoritsång som spelas. Den funktionshindrade får bestämma vilket instrument som han eller hon vill spela på. Medmusikanternas roll är att med lyhördhet bidra med sina instrument och stämmor för att lyfta fram den funktionshindrades musik.

Att de närstående är medvetna om sin stödjande roll är viktigt för att samspelet ska fungera utifrån den funktionshindrades förutsättningar och behov. En assistent reflekterar kring detta på följande sätt: *Det är X som går på musiken på KC. Assistenten är med för att ge assistans och kan därför variera beroende på vem som jobbar. Vår huvuduppgift är att se till att X får maximal upplevelse av musik på sina villkor. Självklart påverkar det assistansen positivt om även assistenten ges möjlighet att medverka. Fokus måste dock hela tiden ligga på X så det beror mycket på dagsläget hur mycket och hur aktivt man själv deltar.*

För att utveckla metaforen ovan fungerar således de närstående som medmusikanter i de funktionshindrades orkester och musikterapeuten kan i detta sammanhang representera kapellmästaren. En viktig roll för kapellmästaren är att få till ett musikaliskt och mänskligt samspel där orkesterns medlemmar tryggt kan mötas i musik. Väsentligt är att kapellmästaren har ett positivt förhållningssätt till orkestern och skapar en atmosfär som är tillåtande, bekräftande och accepterande. Att kapellmästaren är intresserad av och

hyser tillit till de funktionshindrades skapandeförmåga och inte bedömer eller värderar den är väsentligt i detta sammanhang. Om de musikaliska prestationerna bedöms och värderas av kapellmästaren (som har en vägledande roll), riskerar orkestern att styras mer av detta än av de funktionshindrades genuina och autentiska lust. En kapellmästare i denna typ av orkester kan använda sin kreativitet och lekfullhet som musikanter och samtidigt odla sin intuitiva och inkännande förmåga som människa och terapeut. Viktiga kvaliteter hos musikterapeuten formuleras i ett av breven så här: *Jag tycker musikterapeuten lyckas förmedla värme, glädje och rolig härlig energi så att alla rycks med i musiken och sången.*

En annan viktig kvalitet för kapellmästaren/musikterapeuten är att kunna vänta in musikanternas eget initiativ. Att forcera processen fungerar inte, vilket pappan till en autistisk dotter beskriver: *Ibland kan det fungera perfekt, X är motiverad och musikterapeuten lyhörd och får till ett bra samspel och då kan det bli riktigt lyckat, och kanske skördar musikterapeuten då frukten av en hel termins arbete med X, om det ändå bara lyckas riktigt bra en, eller några få gånger per termin.*

Breven lyfter fram musik som en meningsskapande och viktig del av den helhet som kallas liv. Musiksessionerna skapar mening och höjer livskvaliteten för de funktionshindrade. Möten i musik ger möjlighet att fördjupa relationerna mellan de funktionshindrade och deras närstående genom att upptäcka nya sätt att kommunicera på. Detta samspel sker på två plan samtidigt, ett musikaliskt och ett mänskligt. Hela människan, både hennes inre och yttre värld är engagerad i denna process.

2.2 LUST

Ett ord som ofta förekommer i breven är glädje. Informanterna beskriver hur de funktionshindrade uppvisar stor glädje, eufori, lycka och lust över att delta i musikterapi. Ofta upplevs musiksessionerna som en av veckans höjdpunkter. Lusten till musik och längtan efter musiksessionerna kommer ofta till uttryck i en form av en positiv förväntan inför varje ny musiksession. Detta kan de funktionshindrade visa med ett leende, ett skratt, och ibland som ett lyckorus innan eller under musiksessionerna. I ett av breven uttrycks det så här: *Jag förstod redan i början att X var mycket intresserad av musik och att spela. Jag följde med X in på musik på kulturcentrum och att se glädjen i hans ögon när vi var inne var underbart.* En betydande del av glädjen är att få odla sitt intresse och få dela musikupplevelsen med andra.

Jag har valt att titta lite närmare på ett citat ur ett brev som beskriver hur en ung man som nyligen börjat i en grupp ser på musiksessionerna. Han dikterade följande brev för sin assistent: *Jag tycker om att vara här. Ni är så trevliga! Det är mycket trevligt att sjunga och spela olika instrument. Jag har lärt mig många olika låtar. Jag vill fortsätta med den här gruppen.* Detta citat väcker följande frågor och reflektioner i mig:

Jag tycker om att vara här. Vittnar detta om att han känner sig sedd, bekräftad och trygg? Kanske spelar musikrummets miljö en viktig roll?

Ni är så trevliga. Berättar detta något om atmosfären och öppenheten i gruppen?

Det är mycket trevligt att sjunga och spela olika instrument. Betyder det något att få dela ett gemensamt intresse i musik med andra?

Jag har lärt mig många olika låtar. Att lära sig skapar glädje att bemästra sin röst och få sånger till sin repertoar. Detta är en glädje som stärker självförtroendet och den egna kompetensen i musik.

Jag vill fortsätta den här gruppen. Här gör han ett eget val och tar ansvar för detta genom att uttrycka sin vilja. Att verksamheten bygger på frivilligt deltagande är viktigt, då detta skapar glädje över att få vara med och bestämma över sin egen tid.

Även andra konstnärliga verksamheter används om det ökar lust och tillfredställelse. Här ett exempel på detta: *X älskar musik och drama! Hon regisserar hela tiden. X är mycket kraftfull, har massor av energi och idéer – det är bra att hon ges tillfälle låta dessa fantasier obegränsat få flöda med musik - dockorna ska göra si och så, sitta där, säga detta och detta... I samma brev konstaterar pappan också följande: Man märker hur gott det gör henne. Hon uppmuntras till egna initiativ - vilket hon verkligen gör - samtidigt sätts det gränser. Nu är det slut för idag har X svårt för att acceptera. Hon vill gärna fortsätta. Citatet pekar på två viktiga delar: Det handlar om att få möjlighet att använda, uttrycka och utveckla ett eget konstnärliga språk, i detta fall drama och att det finns en gräns i form av ett slut på det roliga.*

Känslan av glädje kan fördjupas genom att de funktionshindrade känner sig accepterade, oavsett dagsformen. Musikterapeuten svarar med lyhördhet och flexibilitet och använder sin kreativa förmåga för att skapa kontakt. En pappa beskriver att även om hans son mår dåligt när de kommer till musiksessionerna, så mår han ofta betydligt bättre när de går hem: *X har autistiska drag m.m. X humör varierar ganska mycket. Ofta har han smärta antingen pga förstoppning eller av annan orsak. Trots detta fungerar det nästan alltid med musiken hos musikterapeuten. Musikterapeuten fångar upp och ser vad som kan vara av intresse för X för stunden. Nästan hur det än står till med honom blir musikstunden hos musikterapeuten något positivt. Det framgår av breven på olika sätt att musikterapeutens tålmod under de perioder då ingenting händer spelar en väsentlig roll.*

Lust och glädje är motsats till sorg och smärta, vilket är något som jag läser mellan raderna i breven. En pappa konstaterar: *Tyvärr finns det för få aktiviteter att välja på när man som X är rörelsehindrad, synskadad och inget tal! Det finns en sorg över att de funktionshindrade inte får tillgång till samma utbud av meningsfulla aktiviteter som andra barn och ungdomar. Sorgen uppfattar jag som en klangbotten för den genuina glädje som förmedlas i breven över den möjlighet som musikverksamheten på KC erbjuder. I citatet som följer finns både sorg och glädje. Pappan har tidigare i brevet berättat om sonens många olika operationer och ständiga besök på sjukhus. Han har också berättat om de nederlag som sonen drabbats av då han inte klarat av att fullfölja andra fritidsaktiviteter: Att jag berättar så mycket om X situation utanför musiken beror på att jag tycker det är viktigt för läsaren att förstå HUR viktig musiken är och har varit för X. Periodvis har det inte varit så mycket annat kul han haft. På grund av sitt handikapp har han aldrig fått kontakt med några kompisar i sin egen ålder utan varit hänvisad till vad vi vuxna velat göra för honom. Musiken hos musikterapeuten är nog det bästa vi kunnat ge honom! Vi åker från södra delen av X stad till norra delen av Ostad (6 mil tur och retur) för en halvtimmes musik. Men vilken halvtimme det är...! I detta fall berikar musiken hela familjen då alla deltar aktivt i musikterapi. När ångest och smärta plågar de funktionshindrade kan musik vara en tröst och en källa till glädje. Detta framkommer av nästa citat, skrivet av en mamma till en gravt funktionshindrad ung man: Musiken hjälper X ur många svåra situationer t.ex. stress, ångest, även förbättras koncentrationen och uppmärksamheten som i sin tur ger upphov till stor LIVSGLÄDJE.*

Den här studien visar att det är viktigt att musikterapeuten ofta bekräftar och uppmuntrar de funktionshindrades insatser. Bekräftelse ger anledning att vara stolt. Stolthet innefattar då också glädje över den funktionshindrades unika person som i

gemensamt musikskapandet har något värdefullt att ge till andra. En pappa skriver: *Beröm är också viktigt för våra ungdomar, man ser att de blir stolta.*

Att kunna påverka det som sker under musiksessionerna manar till uppmärksamhet och koncentration. Ett lustfyllt sätt för de funktionshindrade att påverka innehållet kan vara att låta dem ta med sig egna favoritsånger att sjunga. Ett annat är att välja vilka instrument de vill spela eller fråga dem om de har några speciella önskemål för dagen. Temat glädje vill jag belysa med fyra citat. Det första berör en ung funktionshindrad flickas glädje över favoritinstrumenten, nedtecknat av mamman: *Jag tycker det är kul med alla instrumenten, jag och de andra använder... trummor och tamburin är jätteroliga.* Det andra beskriver hur en funktionshindrad pojkes nyfikenhet förstärktes. Nyfikenhet kan här översättas som utforskandets glädje. *Musiken ger X en positiv upplevelse och glädje av att känna igen melodierna på radio eller cd. Musiken har gett X självkänedom... Genom att X provar på olika instrument blir han nyfiken och vill testa olika saker hans självkänsla växer genom detta.* Tredje citatet visar på medbestämmandets glädje om att få välja sin favoritsång och sjunga den tillsammans med de andra: *Att brukarna får önska sej en favoritsång är också positivt.* Det fjärde citatet handlar om ett favoritinstrument som motiverar en gravt funktionshindrad autistisk pojke att ta initiativ: *När vi är hos musikterapeuten tar X då och då egna initiativ på ett sätt som inte är så vanligt annars. När vi kommer in i rummet spanar han ofta efter om musikterapeuten tagit med sig sin fiol. Oftast har hon det. Vi kanske börjar med en välkomstsång med sång och gitarr- så reser sej X upp och hämtar fiolen, vilken han noterat var den ligger, och ger den till musikterapeuten för att hon ska spela.*

En del av glädjen för de funktionshindrade är att ha något som verkligen intresserar dem och därför skapar något att se fram emot. Denna längtan laddar musikverksamheten med lustfyllda känslor från gång till gång. De funktionshindrades positiva förväntan inför musiksessionerna bekräftas och blir till en värdefull erfarenhet då det förväntade blir verklighet. Upplevelserna och erfarenheterna från musiksessionerna är något som deltagarna, både de funktionshindrade och närstående, tar med sig hem.

Musiksessionerna påverkar indirekt vardagslivet för de funktionshindrade. En assistent skriver så här. *Som assistent är det lärorikt och roligt att vara med på musiken. Man upptäcker nya saker som X kan. Detta har man stor glädje av när man ger assistans. Man får nya uppslag och genom att registrera nya reaktionssätt hos X blir det lättare att tolka X vilja i andra situationer.*

Ett annat citat visar på att musiksessionerna kan nå fram till den funktionshindrade även om det kanske inte alltid syns i musikrummet. Engagemanget kan istället avspegla sej i vad som händer hemma. *Hemma spelar han på instrument och sjunger för sina djur. Han radar upp djuren på sängen i sitt rum och sitter på en stol framför med gitarren och spelar och sjunger. Ibland får djuren egna instrument utdelade, precis som hos musikterapeuten. I dessa situationer är det ombytta roller, han är ledare och djuren elever. Roligt att se att X tar till sig det han upplever på musiken och blivit trygg med. Att han kan praktisera det på hemmaplan ser vi ofta.*

Ett annat sätt att ta med sig musiksessionerna hem är att kunna följa upp dem med samtal hemma, vilket en pappa som följt med sin vuxna dotter på musiksessionerna under lång tid berättar om: *Bra att ha en aktivitet att åka till, X blir mycket glad när vi säger att vi ska åka till sång med musikterapeuten. Sedan när vi kommer hem är det mycket snack om vad vi sjöng vad X fick spela på och vem som var med och sjöng.*

I vardagssituationer visar det sig att musik kan vara ett bra redskap för de närstående att påverka och förändra stämningläget hos den funktionshindrade när så behövs. En

mamma skriver: *För att hålla X på gott humör härmar vi hans ljud och nynnande så spinner vi vidare på detta. Så att det slutar med att vi sjunger i kör.*

Under musiksessionerna finns plats för både igenkännandets glädje och spontana infall. Varje session ramas in med samma välkomstsång, en efterföljande namnblues och avslutas alltid med samma slutsång. Vad som händer däremellan kan liknas vid en improviserad ”jamsession”, där vad som helst kan hända. Här är det de funktionshindrades initiativ som påverkar det som sker. Det finns en frigörande glädje i detta spontana och kreativa samspel som kan mynna ut i favoritsånger, i friare improvisationer, eller av musikterapeuten ledda samspelsövningar. Så här uttrycker en mamma sin sons glädje över att vara med i musiken: *Särskilt roligt tycker X det är när instrumenten tas fram, och musiken börjar spela. Även ifall han inte sjunger själv så går det lika bra att klappa med i takt till musiken, vilket han tycker är väldigt skoj.*

Oklarheter kan ibland uppstå hos föräldrar som kanske skulle önska sig en mer skolmässig form av musikverksamhet. En pappa skriver: *För liten repertoar, bör stegras/ändras mer än som skett eftersom åren går. En idé, struktur i terminsplanering. Tydligare struktur på lektionerna. Vilken låt kommer närmast. På vilken låt ska barnen kompa etc. mer nyanser i musikupplevelserna. Inte alltid accelerando, kopplat till crescendo etc.* Pappan konstaterar dock samtidigt att pojken alltid går nöjd till och från musiken.

Musikterapi handlar inte om att lära ut musik eller att prestera enligt några förutbestämda regler. Musikterapi är istället en upplevelsebaserad form av samspel där förutsättningar skapas för att möta den funktionshindrade i musik. Musikterapeuten behöver inte vara styrd och upptagen av vad som bör läras ut eller vad som ska utvecklas vidare enligt en undervisningsplan, utan är inriktad på att följa de funktionshindrades lust. I musikterapi används känslor och stämningar som material för kreativt musikskapande. Självklart både kan och bör man sjunga nya sånger och i vissa fall styra upp sessionerna med en stramare struktur, om så behövs för att musikterapi ska fungera.

Att de funktionshindrade är delaktiga i processen, och därför kan påverka vad som händer, framgår i breven som något väldigt viktigt. Kanske är det denna möjlighet till medbestämmande som avspeglar sig i de funktionshindrades genuina lust att delta i verksamheten.

2.3 KOMMUNIKATION

Musiksessionerna erbjuder ömsesidig och meningsfull kommunikation mellan de funktionshindrade, musikterapeuten och de närstående. Var och en av de funktionshindrade får bidra med musik på sitt eget sätt och bli bekräftad som en betydelsefull musikanter med egen talang. Funktionshindrade tycks uppleva musik som en form av intressant meningsfull kommunikation. Detta uttrycks så här i ett av breven: *För X har det varit mycket bra med valet av sånger när musikterapeuten varvat med kända sånger och provat på något nytt efterhand. Bra är det också att tecken ibland varit en del av sången och att det varit blandat med rytm och rörelse.*

En stor del av de olika uttryck som förekommer under musiksessionerna baseras på icke-verbal kommunikation, dvs. kroppsspråk, ljud, rörelse, rytm, och ansiktsuttryck som ofta är tydligare än ord. Sångerna förstärks ofta med enkelt teckenspråk för att lyfta fram och förstå texterna. Att få använda sin kropp i sång och spel ger förutom

erfarenheten av att bemästra instrument, röst och kropp också en möjlighet att genom dessa upplevelser komma i kontakt med känslor av olika slag.

Meningsfull kommunikation innebär att möjlighet ges till uttryck för egna känslor och samtidigt ta del av andras. En mamma lyfter fram sin dotters kommunikativa och känslomässiga förmåga som utvecklats genom improvisation på piano: *Hon brukade slå an en eller flera tangenter i basregistret, ganska entonigt. Numera spelar hon på hela klaviaturen med stor inlevelse och glädje. Hon verkar känna stor glädje och frihet när hon spelar. Improvisationerna när musikerapeuten spelat på andra instrument och X spelat piano har varit mycket utvecklande. X har blivit alltmer aktiv och kommunikationen och samspelet har ökat.*

Musiksessionerna bygger på sång, musik och fria improvisationer där musikerapeuten oftast spelar gitarr, dragspel, fiol eller piano. Trummor och olika rytminstrument finns alltid med. Deltagarna får välja vad de vill spela på av de instrument som finns i rummet. Musik uppstår ”live” och kan påverkas direkt av deltagarnas egna initiativ och kommunikation. Den funktionshindrade ges möjlighet att medverka som solist eller som medmusikant i denna orkester, allt efter eget önskemål. Att olika valmöjligheter finns ser jag som en viktig stimulans för att motivera till meningsfull kommunikation. I musikterapi ges den funktionshindrade möjligheten att tacka ja eller nej till att medverka, samt att välja om och hur han/hon vill kommunicera. En assistent till en gravt funktionshindrad ung kvinna har reflekterat kring detta tema: *X upplever musiken på KC mycket positivt men visar det på olika sätt beroende på att förutsättningarna varierar från gång till gång. Hennes kommunikation utvecklas genom musiken. Hon lär sig koncentration och upptäcker att hon kan vara med och påverka. Det får henne att känna sig viktig och uppmärksam. Genom den enkla uppmuntran musikerapeuten ofta ger kan man märka hur aktivt X deltar. Det kan räcka med ett enkelt tilltal eller en textrad för att se hur det stimulerar henne att aktivt delta med instrument eller egen skön sång eller på annat sätt visa vad hon tycker.*

Att aktivt delta i musik och samspel innebär att kommunikation i olika former tränas. Genom att spela solo tränas förmågan till turtagning då de funktionshindrade måste vänta på sin tur och samtidigt lära sig lyssna på andra. Solisten får vara i centrum och bli lyssnad på. En mamma skriver följande: *X har lärt sej vänta på sin tur vilket gör att han lättare kan vänta vid andra tillfällen såsom i affären eller Mc Donalds.*

Musik kan vara användbart i vardagliga situationer som kan vara besvärliga och svårhanterliga för de funktionshindrade. Informanterna beskriver hur de som närstående använder sig av sång och musik för att få bättre kommunikation i vardagen. Följande citat handlar om musikkommunikation i avledande syfte: *Avledning stavas S-Å-N-G. Vid jobbiga situationer där X kan känna sej antingen trängd (vid tandläkare osv) eller obekvämt så får assistenten brista ut i sång.*

Musikterapi innebär en mångfald av möjligheter till kommunikativt samspel. Dessa kan upplevas och utföras på många varierade sätt utifrån de funktionshindrades förutsättningar. Varje deltagare kan vara med och skapa sin egen musik utifrån sina egna förutsättningar och bli bekräftad. Det är viktigt att de själva får välja instrument eller föreslå sin egen favoritsång. Glädjen över att få sjunga favoritsånger är också ett sätt att kommunicera egen vilja: *X stormtrivs på musiktimmarna särskilt när hon får sjunga med på dom sånger hon känner igen, svårare är det med nya sånger där behövs det mycket träning.*

Att göra egna val stärker självförtroendet, vilket ger ytterligare anledning till att i kommunicera och fortsätta ta egna initiativ. Musikerapeutens uppgift är att fånga upp

och vidareutveckla de funktionshindrede initiativ. Breven visar att de funktionshindrede och deras närstående tar med sig dessa erfarenheter in i andra sammanhang. Samspel i musik fungerar då som en stärkande process i livet utanför musikrummet. Detta kan illustreras av ett citat från en assistent: *Jag har genom att vara med på musiken kommit att tänka på hur X och jag tidigare använt musiken och fått nya idéer att kombinera musik, rytm och känsla. Olika musik passar för olika tillfällen.*

Ett sätt att utgå från de funktionshindrede behov är att anpassa kommunikation, aktivitet och musik till den rådande dagsformen. Detta innebär att det är den funktionshindrede känslor som får vägleda musikterapeuten under sessionen. Är den funktionshindrede trött och inte orkar delta kan det vara meningsfullt att bara lyssna, om den funktionshindrede är ledsen eller arg så kan detta uttryckas i sång och musik på olika sätt. Musikterapeutens uppgift är att anpassa kommunikation och samspel efter dessa omständigheter. En assistent konstaterar följande: *Även de lite mer trötta dagarna är viktiga. Att kunna vila till lugna sånger och instrument när man halvsover måste vara underbart. Man hör ju också i sömnen.*

Informanterna beskriver på olika sätt hur musik kan öppna upp för språk, kommunikation och känslor. Många av de funktionshindrede saknar eget språk och använder istället ljud och instrument för att uttrycka sig. I denna ickeverbala kommunikation kan den funktionshindrede fördjupa sitt känsloliv och den egna uttrycksförmågan. Genom musicerande utvecklas den kreativa förmågan till kommunikation. Här följer två citat på det första temat: *Att musiken ibland har varit fokus på sång ibland på instrumenten som man ska spela på har varit bra för X, när man har svårt med talet och som X, ej har vågat visa upp sej när man ej är riktigt trygg med texten, har instrumenten gett X möjlighet att vara delaktig. Det ger möjlighet till alla att vara med på sitt eget sätt.* Ytterligare information som understryker musikens möjlighet till känslomässig kommunikation finns i följande citat: *Musik för X är ett bra sätt för henne att uttrycka sej på, visa känslor men även förmedla sin glädje och uppskattning till andra människor! Hon har ökat sin förmåga att kommunicera och få gensvar på sina känslouttryckningar.*

Musik är alltså ett viktigt redskap för kommunikation som når utanför musikrummet. Att kommunicera med musik ger ringar på vattnet i den funktionshindrede vardag. En pappa förstod att musikkommunikation var viktigt för att fördjupa relationen med sin autistiske son. Han skriver: *Tack vare att musiken når X som den gör var jag tvungen att försöka lära mig spela lite gitarr, så att vi kan spela och sjunga mer på hemmaplan.*

En assistent uttrycker också det meningsfulla i att fördjupa relationen genom att kommunicera med musik: *Efter en lång tid tillsammans har vi skapat en alldeles egen relation där det är musiken som hjälper oss att kommunicera. Utan musikterapi hade vi antagligen inte kommit dit där vi är.*

Musik fungerar som ett kommunikativt redskap för kontakt, både i riktning inåt, till det som finns inom människan och det som finns utanför, i omvärlden. Detta utgör en möjlighet till berikande känslomässiga upplevelser som motiverar till aktiv kommunikation.

2.4 FÖRDJUPADE RELATIONER

En metafor för vad som händer när människor möts i musik är att de tillsammans bygger ett osynligt hus. Detta osynliga hus är uppbyggt av stundens närvaro där de som är med är inneslutna och medräknade. Detta gäller också den som enbart lyssnar.

Genom detta husbygge skapas ett innanförskap i den gemensamma musikupplevelsen. Byggmaterialet är främst den icke-verbala kommunikationen och kroppsspråk. Motsatsen till innanförskap är utanförskap, som bygger avstånd, medan gemenskap bygger på närhet. Följande citat uttrycker musikens förmåga att både skapa mening och föra människor samman: *Vi tycker att musiken är en viktig del av våra liv, samt en möjlighet att komma nära andra människor.*

Genom musikverksamheten på Kulturcentrum öppnas en dörr till gemenskap för de funktionshindrade. Under musiksessionerna fördjupas relationerna mellan den funktionshindrade, musikterapeuten, de närstående och om det sker i grupp också med dess medlemmar. Att delta i musikverksamheten tycks bidra till att bryta isolering och ensamhet då de funktionshindrade får nya vänner utanför familj, skola och dagcenter. Samspel i musik skapar gemensamma upplevelser och referensramar som underlättar för de funktionshindrade att möta nya vänner. Detta skapar glädje, tillhörighet och bygger upp en vi-känsla. En mamma skriver: *X får genom gruppen ett socialt nätverk som bara är hans vilket inte är så lätt annars blir det bara skola släkt och föräldrar.*

För funktionshindrade med autism erbjuder musiksessionerna en möjlighet att bygga en nära relation. Musiksessionerna erbjuder den kontinuitet och struktur som krävs för att skapa trygghet och musikterapeuten har den förförståelse och kunskap som krävs för att tålmodigt invänta den funktionshindrades egna initiativ: X som beskrivs i nästa citat är autistisk och har varit med i musikverksamheten under många år. *X är ojämn i humöret och dagsformen, men det är viktigt att man fortsätter, någon gång blir det kanske inte så lyckat, men andra gånger blir det ett väldigt lyckat möte med musikterapeuten och kommunikationen kring musiken. Vi tror att X är mycket rytmisk och hon kan på sitt eget sätt skapa harmonier och rytmer med musikterapeutens hjälp och lyhördhet. Det är ett samspel och eftersom X har ett kommunikationshandikapp (autism) ställs det extra höga krav på musikterapeuten att anpassa sig till X och få kontakt med henne så att samspelet kan fungera... efter hand som musikterapeuten och X lärt känna varandra har detta samspel utvecklats och blivit bättre och bättre.*

Breven visar att det är viktigt för den funktionshindrade att bli bemött som en betydelsefull människa. Musikterapeuten fungerar som en katalysator både i det mänskliga samspelet och i musiken som spelas. Dennes uppgift är att intuitivt läsa av vad som händer i rummet och se till att de funktionshindrade blir sedda och bekräftade vid varje musiksession. En pappa skriver om detta på följande sätt: *Man slås av att deltagarna som ofta är apatiska och inåtriktade lyser upp och blir utåtagerande genom musiken och musikterapeutens entusiasm. Musikterapeuten har en väldig förmåga att få medlemmarna i gruppen, att med diverse enkla rytminstrument delta i musiken och få alla att känna sej betydelsefulla.*

Att känna sig betydelsefull är viktigt i mänsklig samvaro. Detta gäller inte bara de funktionshindrade utan också de medföljande närstående personerna som också inbjuds att delta aktivt i sång och musik. Under processens gång kan detta upphöra om förutsättningar förändras. I nästa citat berättar en mamma om en sådan förändringsprocess: (De började tillsammans när sonen var 4 år). *Att syskonen ibland har fått vara med var ett trevligt inslag i denna verksamhet, där man kunnat spela tillsammans har också känts bra, vi tycker att detta är trevligt för alla. Gruppen har utvecklats och de tre killarna har växt till sig som tonåringar och är idag stolta när de går in utan föräldrar/ledsagare. Roligt att se denna utveckling. Bra att de har kunnat bilda denna lilla grupp där de kompletterar varandra och kan spela tillsammans men också var för sej där man får vänta på sin tur.*

De närstående uppskattar också att vara med och dela musikupplevelsen tillsammans med de funktionshindrade. Erfarenheten av att vara tillsammans i musik blir något som båda parter kan bära med sej och använda i vardagen. I nästa citat berättar en assistent hur hon använder sång för att fördjupa relationen med den funktionshindrade i en så vanlig situation som att åka bil: *Vi brukar sjunga i bilen och ja nästan var vi än är. Musik är en viktig del av X liv tycker jag och gemenskapen på kulturcentrum likaså. De närstående och de funktionshindrade kan överföra positiva erfarenheter från musiksessionerna till det dagliga livet och sången kan på olika sätt stärka deras relation i vardagen. Följande citat är skrivet av en mamma som nyligen börjat i musikverksamheten: Eftersom X inte kan förmedla sina tankar och känslor till mig – är det perfekt att jag kan vara med, då har vi samma erfarenhet av vad vi varit med om. Vi kan hitta på nya idéer att utföra musik på... Vi har fått inspiration till att hitta ett ämne som vi blivit bra på att utföra tillsammans i glädje.*

Att använda musik för att förbättra och utveckla relationen mellan den funktionshindrade och de närstående beskrivs i breven som en värdefull erfarenhet. För att detta ska ske är det viktigt att också de närstående uppskattar att delta i sång och musik. En mamma till en vuxen dotter skriver: *Musik och sång är det bästa X vet. Även jag som inte har någon sångröst sjunger med och tycker det är väldigt kul.*

Under musiksessionerna framträder nya sidor hos den funktionshindrade som kanske inte skulle ha kommit fram på annat sätt, här erbjuds en mångfald av möjligheter till samspel, lyssning, dans, rörelse och bildskapande. Genom nya upplevelser och erfarenheter får alla deltagarna möjlighet att läsa av varandra på ett nytt sätt och alla parter kan upptäcka nya sidor hos varandra. Ett talande citat skrivet av en assistent konstaterar: *Att få skapa musiken tillsammans och plocka fram de speciella egenskaper vi alla har, blev öppningen i vår relation. Till en början kan det kännas osäkert och lite läskigt när man börjar arbeta som assistent. Det är ju en ny människa man ska lära känna och även hon/han ska lära känna mig. Men ju mer man umgås och får möjlighet att spela, sjunga och dansa tillsammans skapas band, som sedan kan växa sej starkare med tiden.*

Musikterapi innebär en möjlighet för de funktionshindrade att fördjupa sina nära relationer och att utöka sin vänskapskrets genom möten i musik. Att relatera till andra stärker självkänslan hos den funktionshindrade som under musiksessionerna blir accepterad och bekräftad, fri att i musik uttrycka och att vara betydelsefull i ett meningsfullt sammanhang, tillsammans med andra.

2.5 EN DYNAMISK RESA

Den dynamiska process som genomsyrar breven kan liknas vid en gemensam resa som ger nya upplevelser och erfarenheter för resenärerna. Dessa kan i sin tur leda till nya kommunikationssätt och nya handlingsmönster hos de funktionshindrade.

Undersökningen visar att musikterapi fokuserar på den funktionshindrades egen process, förmåga och lust. Motsatsen till denna resa och dess dynamiska rörelse skulle vara stillastående och en stagnation där möjligheter inte upptäcks. Att försätta sig i rörelse på en gemensam resa innebär att upptäcka nya möjligheter till samspel och att skapa dagsfärsk "levande" musik, här och nu. Detta förutsätter en öppen och tillåtande atmosfär och ett förhållningssätt som bygger på tillit och acceptans. Att följa med är frivilligt och innebär en spännande upptäcktsfärd för alla. Vägen och målet för resan är inte förutsägbart och musikterapeuten måste vara beredd på att ibland tålmodigt vänta in de tillfällen som skapar kontakt. Väntan kan då precis som andra känslor också härbärgeras av musik. Möjligheter dyker upp under resans gång som kan omsättas i ett

konstnärligt sammanhang. Musikterapi innebär ett kreativt och lustfyllt sätt att mötas på, där deltagarna blir bekräftade som värdefulla musikanter och människor.

En av grundpelarna i verksamheten är att stimulera deltagarnas konstnärliga förmåga och kompetens i ett meningsfullt, kreativt utforskande genom skapande av musik. Tillsammans med andra skapas tillhörighet och ett sammanhang att verka och vara i. Att mötas i musik ger de funktionshindrade något att se fram emot och uppfyller deras liv med mening och innehåll.

Jag vill här kort hänvisa till boken ”Terapins gåva” och Irvin D Yaloms tankar (Yalom 2004) kring begreppet dynamisk terapi och reskamrater. Yalom betonar att han förknippar dynamik främst med kraft och energi. Han hänvisar till Freuds teorier, där omedvetna, motstridiga krafter påverkar människans medvetna funktioner. Existentiell terapi utgår från att inre konflikter komplicerar tillvaron mer eller mindre. Dessa konflikter berör inte bara våra drifter, behov eller trauman, utan också det faktum att vi är människor. Att vara människor innebär att vi konfronteras med våra existentiella villkor (Yalom 2004, s 21). Dessa livsfrågor torde spela en viss roll också i de funktionshindrades liv, även om de inte kan uttrycka dessa med ord. Min tolkning av informanternas brev är att de funktionshindrade kan få utlopp för både existentiell glädje och ångest genom att i musik uttrycka dessa känslor i gemenskap med andra.

Yalom skriver ”upptäck en ny terapi för varje patient” (Yalom 2004, s 63). Brevet lyfter fram vikten av att möta de funktionshindrade på deras egna villkor. I musikterapi finns som jag ser det en dubbel möjlighet: Att ”upptäcka en ny terapi för varje klient” och för klienten att dessutom ”skapa en ny musik för varje session”. En ny terapi för varje funktionshindrad ger förutsättningar för en unik, äkta och trygg relation. Här är det möjligt att utvecklas och växa som människa. Existentiellt kan detta symboliskt innebära: **Jag är tillsammans med människor – alltså är jag en värdefull människa.**

En **ny musik för varje session** ger förutsättningar för den funktionshindrade att tillsammans med musikterapeuten skapa sin egen musik utifrån de känslor och sinnesstämningar som råder för dagen. Att fritt få uttrycka sina känslor i musik är att ge dem en konstnärlig form möjlig att dela med världen. Konstnärligt skapande kan ge en existentiell klangbotten som på ett icke-verbalt plan kan förstärka de funktionshindrades identitet. När den funktionshindrade får möjlighet att ”vara med om sin egen musik” kan dessa känslor, som jag ser det, symboliskt formuleras som ett bekräftande av den funktionshindrades existentiella varande. Vilket skulle kunna formuleras som en känsla av egen identitet (inåt) och samtidigt ge en känsla av tillhörighet i världen (utåt). Musik kan ge uttryck för känslor och upplevelser som annars kan vara svåra att omfatta för den funktionshindrade. Om den funktionshindrade hade möjlighet att filosofiskt uttrycka sin upplevelse av att **vara med i musik** i ord, då tror jag att det skulle kunna bli så här: **Jag har känslor som kan upplevas i musik. Jag är min musik och mina känslor. Jag kan uttrycka detta genom musik. Mina känslor är värdefull musik som jag kan dela med världen. Musik sätter livet i rörelse. Livet får en riktning från mig ut till världen, från världen in till mig. Jag är en värdefull del av musiken i livet i världen.**

Allra sist vill jag här citera Yalom direkt. Jag tycker att det finns anledning att tänka över de begrepp vi använder för arbetet som stödpersoner. Jag har medvetet valt att i denna uppsats kalla både assistenter och familjemedlemmar för närstående. De står ju nära den funktionshindrade på många sätt i dennes vardag och liv. Att jag också använder metaforen resenär är för att jag fick mig en viktig tankeställare och inspiration av Yaloms direkthet och mod när han uttrycker sig på följande sätt:

Det finns många termer för att beteckna den psykoterapeutiska relationen (patient/terapeut, klient/rådgivare, analysand/rådgivare, klient/samtalsledare, och det senaste och definitivt det mest motbjudande, brukare/resursperson), men ingen av dem täcker helt min upplevelse av den terapeutiska relationen. Jag föredrar att se mina patienter och mig själv som reskamrater på färden, en term som upphäver distinktionen mellan >dem<(de plågade) och >oss< (läkarna).

(Yalom 2004, s 37)

Det här förhållningssättet visar på det som förenar oss människor och som gör det möjligt att mötas som jämlikar samtidigt som vi konfronteras med livets existentiella förutsättningar och villkor.

3 DISKUSSION

3.1 SAMMANFATTNING

Denna uppsats utforskas de närståendes tankar, reflektioner och beskrivningar av musikterapi med funktionshindrade. I inledningen redogör jag för varför jag började intressera mig för att utforska musikterapi utifrån de närståendes brev. I bakgrunden till uppsatsen beskrevs KC: s verksamhet, musikterapi i allmänna drag, och något kring de omständigheter som gjort att jag kommit att integrera de närstående som medmusikanter under musikterapisessionerna.

I tidigare forskning hänvisade jag till projektet ” Med lengting, liv og sang” av Mette Kleive och Brynjulf Stige (1988) samt Christel Nilssons C-uppsats om reflektion (2002).

I syfte och problemformulering lyfte jag fram frågeställningen: **Hur beskriver de närstående, de funktionshindrades upplevelser av musikterapi?** Jag beskrev också kort syftet att låta de närstående vara talesmän för de funktionshindrade, eftersom många av dem inte kan uttrycka sig med ord.

I dispositionen visas hur uppsatsen är upplagd och under metod ger jag en bild av hur jag gått till väga metodiskt och hur utforskandet i sig själv varit en process. Jag redogör för hur min musikterapi metod fungerar och beskriver denna utifrån de närståendes brev.

I undersökningen används grundad teori och kärnkategorin lyder: **Meningsfulla möten i musik**. Denna håller samman de olika kategorierna i metoden vilka är **Lust, Kommunikation och Fördjupade relationer**. Citaten från breven beskriver att musikterapi kan ha en stor betydelse för de funktionshindrade.

I följande diskussion kommer jag att föra samman mina egna tolkningar av breven med psykodynamiska och musikterapeutiska teorier. För att återgå till min frågeställning: Vad berättar de närståendes brev om musikterapi? har jag i diskussionen som följer lyft fram tre viktiga aspekter som tydligt framträtt i breven, nämligen: **Meningsfullhet, Möten** samt **Musik och Känslor**. Dessa tre huvudrubriker utgör kärnan i diskussionen som också pekar på att det är **den musikterapeutiska processen** som ger riktning, sammanhang och kontinuitet i verksamheten. Den musikterapeutiska processen omfattar i sig tre viktiga delar: **Den terapeutiska, den sociala** och **den konstnärliga**. I musikterapi, såsom jag uppfattar det, vävs dessa tre delar samman till meningsfull helhet som gör det möjligt för den funktionshindrade att känna sig betydelsefull både som människa och som skapande konstnär.

3.2 MENINGSFULLHET

I breven beskrivs musik som en värdefull verksamhet som kan skapa mening i de funktionshindrades liv. Musikterapi verkar kunna ge näring åt den funktionshindrades lust och förmåga till kommunikation, vilket i sin tur kan fördjupa relationerna med musikterapeut och närstående. Att kontinuerligt mötas i musik beskrivs som en viktig del av den funktionshindrades liv och något lustfyllt att se fram emot.

Musikterapisessionerna skapar tillhörighet för den funktionshindrade i ett sammanhang där hela människan och personligheten är medräknad som en resurs i en skapande och

kreativ process. Dessa tankar finner jag underlag för i både Ruud (2002) och Antonovsky (1991). Känslan av lust och tillhörighet bygger upp förväntan och inger hopp. Musikterapi skapar på detta sätt sammanhang och mening och höjer därmed den funktionshindrades livskvalitet (Ruud 2002, s 39).

Uppsatsen har blivit ett tema med variationer, som belyser en helhet ur många perspektiv. Trots att breven visar på stora individuella olikheter och förutsättningar hos de funktionshindrade, så vävs deras upplevelser in i en helhet där musik fungerar som en viktig sammanhållande länk. Även detta är i linje med Ruud och Antonovsky, som båda understryker på olika sätt att livet får mening när de olika delarna hör ihop och inte är fragmentariska. En god livskvalitet utgörs av att få vara en unik del i en meningsfull helhet (Ruud 2002).

Mening och livskvalitet hänger samman och kan enligt min mening kopplas till kulturaktiviteter. I konstnärligt och kreativt skapande är det personens egna subjektiva känslor som är drivkraften. Att ignoreras som en skapande, levande och unik människa skapar passivitet. Musikterapi med funktionshindrade handlar om att ge möjlighet till meningsfullt skapande och att vara en betydelsefull konstnär i sitt eget liv. Även om personen, på grund av sitt handikapp, kan vara mycket begränsad i sin förmåga att skapa, kan dennes subjektiva känslor ändå vara motorn och inspirationen till den musik som frambringas genom musikterapeuten eller de närstående. Målet måste alltid vara att hitta kommunikationsmöjligheter där den funktionshindrade känner att han kan påverka det som sker i musiken, relationen och rummet.

Meningsfullhet ingår som en viktig motivationskomponent i begreppet KASAM, känslan av sammanhang och mening. Meningsfullhet som motivationskomponent innebär att människor engageras i områden i livet som har betydelse för dem. Meningsfullhet kan i detta sammanhang spegla de funktionshindrades känslomässiga engagemang under musiksessionerna. Musiksessionerna ger de funktionshindrade motivation att anta de utmaningar de ställs inför både i musiken och i livet. Detta kan ske eftersom musikverksamheten upplevs som både meningsfull och personlig för dem (Antonovsky 2005, s 45-46).

3.3 MÖTEN

Brevens berättelser handlar som jag ser det främst om ömsesidiga möten mellan de funktionshindrade, de närstående och en musikterapeut. Att möta andra människor innebär att vara tillsammans med andra och samtidigt möta sig själv. De möten som beskrivs i breven bygger ofta på ömsesidighet och terapeutisk allians. Detta för mina tankar till Sterns teorier kring ”själv - tillsammans - med - annan”. Stern bygger sin teori på ”fyra domäner” som behövs för att utveckla vad han kallar ”själv”. Dessa framträder med mognad och baseras på sociala erfarenheter. De fyra olika utvecklingsdomänerna av ”själv” skapas under barnets två första år och fortsätter sedan att utvecklas under hela livet. Spädbarnets sociala liv bygger på färdigheter som mognar efter hand. När dessa mognat omvandlas de till vad Stern kallar för mentala språng. Dessa språng berör erfarenheterna av ”själv” tillsammans med ”annan”. Varje ny känsla av själv växer fram av erfarenheterna som barnet får tillsammans med en annan, ofta den närmaste omsorgsgivaren. De olika domänerna uppstår i en viss ordningsföljd. Stern betonar att de inte är faser, utan mognadsprocesser byggda på socialt samspel. När de väl mognat finns de kvar och utvecklas hela livet. Domänerna har fått namn efter de känslor som definierar uppkomsten av dem. De fyra domänerna kallar han för:

- Känslan av ett uppvaknande själv, 0-3 månader
- Känslan av ett kärnsjälv, 3-9 månader
- Känslan av ett subjektivt själv, 7-9 månader.
- Känslan av ett verbalt själv, 15 månader -.

(Stern 2003, s 8-87)

Sterns domäner är alltså mognadsprocesser som handlar om att bli till som människa, där det för detta krävs att människan är i relation med andra. Hon har ett behov av att både relatera och anknyta till andra människor (Wrangsjö 2002, s 104). Stern menar att de erfarenheter som barnet och den vuxna omsorgspersonen gör, skapas av dem tillsammans. Det sker en ömsesidig erfarenhet av att bli ”vi” tillsammans, genom att vara ett jag och ett annat du. Samhörighetskänslan, som denna erfarenhet och mognad ger, uppfattar jag som en central och vital del i musiksessionerna med funktionshindrade.

Stern skriver:

Barnet kan vara tillsammans med annan på ett sådant sätt att de tillsammans gör att något sker som annars inte skulle ha blivit fallet om deras beteende inte samordnas.

(Stern 2003, s 161)

Stern menar att erfarenheter av trygghet och anknytning skapas av gemensamma upplevelser. För att kramas behövs det två personer, för att samspela, för att samtala, för att dela upplevelser behövs någon annan. Människan är på så sätt beroende av andra för att mogna och möta sig själv. Upplevelsen av själv går inte att få utan mötet med någon annan (Stern 2003, s 163).

Meningsfulla möten i musik blir på detta sätt till en erfarenhet av ”själv” tillsammans med ”annan”. I musiksessionerna möter de funktionshindrade både musikerapeut och närstående. De får en erfarenhet av att vara tillsammans med andra och samtidigt erfara sig själva i musik. De möter då också musik som frambringas av andra och hur de låter själva. Detta ger ytterligare en förstärkning av ”själv” tillsammans med annan i musik. Musiksessionerna visar sig också vara betydelsefulla för de närstående, även om det är den funktionshindrade som står i centrum.

Den glädje, entusiasm och de ibland euforiska känslor som breven talar om kan också kopplas till Sterns teorier om vitalitetsaffekter. Vitalitetsaffekter uppstår som en direkt följd av möten med människor. Dessa kan beskrivas i form av dynamiska rörelser så som vibrerande, uppsvallande, explosiva, minskande, utdragen m.fl. Spädbarn kan uppleva dessa inom sig och genom andra människor. De uppfyller barnet med erfarenheter, förnimmelser och upplevelser av icke-verbal karaktär. Det är upplevelsens känslomässiga kvalitet som vitaliserar barnet och denna möjlighet till vitalisering finns kvar som en resurs hela livet (Stern 2003, s 109-110).

3.4 MUSIK OCH KÄNSLOR

Att musik kan vitalisera och ge erfarenheter, känslor och upplevelser av icke-verbal karaktär framgår av informanternas berättelser. Musik kan beröra på olika sätt och beskrivs i breven bland annat på följande sätt: Musik fångar X, musik är en viktig del av X liv, musik är det bästa X vet, X älskar musik. Dessa beskrivningar uppfattar jag som

ett uttryck för musikens förmåga att nå djupt in i människans ”inre”. Detta beskrivs med följande ord i boken ”Konstnärliga terapier”:

Musiken kan levandegöra och forma symboliskt material och nå kroppsliga minnen från den ickesymboliska existensen. Musiken är omedelbar.

(Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 95)

När jag läste breven uppmärksammade jag att informanterna fokuserade på de känslor av glädje som väcks genom musik och vad detta skapar. Mina egna erfarenheter och reflektioner kring detta är att det inte bara är känslor av glädje som skapar lust till att mötas i musik. Lust till att mötas i musik skapas också av det faktum att alla känslor är tillåtna och får lov att uttryckas. Att musicera ger möjlighet till uttryck av känslor vilket de funktionshindrade kan ha svårt att göra verbalt. Detta kan vara en bidragande del av den glädje och det engagemang som de funktionshindrade i studien visar. Jag förmodar att det är av stort värde för varje funktionshindrad att möjlighet ges att tryggt uttrycka egna känslor av både glädje och sorg, smärta, ångest, oro och ilska. Att då bli hörd, sedd och bekräftad i dessa känslöstämningar av musikterapeut och närstående, i och genom musik, är något jag uppfattar kan ha en positiv och lustfylld inverkan på de funktionshindrade. I musikterapi finns en möjlighet att även ge uppdämda aggressioner, ilska och sorg fritt spelrum i musikskapandet. Känslor av sorg, smärta, trötthet, ångest, ilska, ensamhet, sensualitet, närhetsbehov, sexualitet och kaos kan komma upp till ytan och bearbetas. Glädjen kan kanske hänga samman med frihetskänslan att få vara den man är och uttrycka de känslor som finns levande i stunden?

Musik kan bidra till att de funktionshindrade får kontakt med sitt känsloliv. Musikterapeutens förmåga att vara lyhörd för de stämningar som råder och att ge de funktionshindrade valmöjligheter beskrivs som viktigt av informanterna. Genom den trygga relationen till musikterapeuten och musiksessionernas kontinuitet kan musik fungera som ett dynamiskt redskap för terapeutiska skeenden och förändringar. Musik och aktivitet anpassas efter de funktionshindrades känslor och deras önskemål i samspelet. Musikterapeuten använder då sig själv och sin intuition. För musikterapeuten är det viktigt att kunna härbärgera känslor av alla de slag och vara medveten om musikens förmåga att väcka och föra upp känslor på ytan.

3.5 DEN MUSIKTERAPEUTISKA PROCESSEN

Den terapeutiska processen i denna studie handlar om musikterapi utifrån psykodynamiska förståelsemodeller. Breven betonar vikten av att musiksessionerna bedrivs kontinuerligt och pågår över en längre tid. En dynamisk process och utveckling kan då ske på tre viktiga plan samtidigt: Det terapeutiska, det sociala och det konstnärliga. Dessa tre delar är beroende av varandra och viktiga för att musiksessionerna ska kunna upplevas som en meningsfull helhet. I detta psykodynamiska förhållningssätt läggs fokus på samspel och affekter samt betydelsen av erfarenheter från barndomen, symboliseringsförmågan och omedvetna processer (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000, s 113). I ett psykodynamiskt förhållningssätt är det därför viktigt att terapeuten är stödjande (bygger upp självkänsla), hållande (kan härbärgera känslor) och bekräftande (bejakar personen).

Den terapeutiska delen

En förutsättning för att terapi ska fungera är att en relation baserad på acceptans, tillit och trygghet uppstår mellan musikterapeut och den funktionshindrade. I detta fall kan denna också innesluta de närstående. En trygg relation innefattar musikterapeutens inlevelse och empati, och är en förutsättning för att den funktionshindrade ska kunna stödjas och bekräftas till mod och engagemang. En terapeutisk allians mellan terapeut och klient är viktig för den terapeutiska processen och för att förändringar ska komma till stånd (Gordan 2004, s 144-145).

Breven beskriver ofta en sådan alliansliknande relation mellan musikterapeut och funktionshindrad. Denna tillit grundläggs under de första sessionerna. Under detta uppbyggande skede spelar musiken en central roll, då den hjälper till att öppna upp för känslor och på så sätt motivera till anknytning. Om inte en hållbar relation skapas finns inga förutsättningar för att en meningsfull utveckling ska ske.

Musikterapeuten blir en nära vän och bundsförvant till den funktionshindrade. Denna relation byggs upp genom deras gemensamma lust till musik och erbjuder på så sätt också en berikande möjlighet att mötas och relatera till varandra.

Den sociala delen

Den sociala delen av processen handlar om tillhörighet. Musik kan bidra till närhet och trygghet och bryta känslor av isolering och ensamhet. Musik har en förmåga att föra människor nära varandra, att spela tillsammans är att känslomässigt lyssna på sig själv och på andra. Detta synliggör såväl den funktionshindrade som musikterapeut och närstående. Den funktionshindrade stärker känslan av delaktighet i ett betydelsefullt sammanhang. Livets olika faser integreras och blir tydligare genom musikerfarenheter.

Undersökningen understryker värdet av att musikterapeuten och de närstående samarbetar för att utveckla och upptäcka nya möjligheter som kan vara till gagn för den funktionshindrade. En förutsättning för att detta ska ske, är att musikterapeut och närstående visar ödmjukhet och respekt inför varandras olika kunskapsområden. Musikterapeuten fungerar i detta sammanhang också som en viktig förebild för att inspirera och vägleda de närstående till att föra in musik i den funktionshindrades vardagsliv. Musik fungerar då som ett sammanhållande "kitt" som länkar samman musiksessionerna och vardagen till en meningsfull helhet i de funktionshindrades liv. Ett "kitt" de själva kan påverka och som motiverar till nya socialiseringsprocesser med andra människor.

Att mötas i musik ger möjlighet till utveckling av identitet och självkänsla i ett kulturellt och socialt sammanhang, samtidigt som motivation och nya handlingsmöjligheter skapas. Musik och samspel uppmuntrar till känslomässigt engagemang och ansvarstagande som skapar en känsla av riktning och mening i livet (Ruud 2002, s 49).

Den kreativa delen

I undersökningen framgår att musik som kreativ verksamhet kan hjälpa till att sammanlänka den terapeutiska och den sociala processen.

De närstående kan, genom aktivt musicerande tillsammans med den funktionshindrade, träna upp sin egen konstnärliga förmåga, vilket innebär att de i musik vågar bemöta och bejaka den funktionshindrade konstnärligt. Sannolikt påverkar detta också de närståendes tilltro till sin egen och andras musikalitet och skapande förmåga. Att som

närstående medverka aktivt i musikterapi i direkt relation till den funktionshindrade kräver ett arbete med sig själv. De närstående får en chans att medvetet bygga upp sitt självförtroende i musik när de tar del av konstnärlig verksamhet. På ett öppet och lustfyllt sätt kan alla parter bejaka sin musikalitet vilket i slutändan främjar den funktionshindrades musikglädje.

Konst och konstnärlig verksamhet kan på detta sätt bidra till att förbättra livskvalitet, livsglädje och hälsa. Att konstnärliga terapier för och med funktionshindrade har något essentiellt och viktigt framgår tydligt i informanternas brev. Konstnärliga terapier inbjuder till en terapeutisk process och erbjuder samtidigt en möjlighet att uttrycka sig genom konstnärligt skapande.

Möjligheterna med konstnärliga terapier ger ett nytt perspektiv på kulturpolitik och ett friare sätt att förhålla sig till konst och estetik, vilket i sin tur innebär att konstnärligt skapande aktiviteter inte överläts enbart åt specialister (Ruud 2002, s 28-34). Ruud menar att det finns ett samband mellan kultur, livskvalitet och god hälsa. Det finns därför anledning att knyta handlingsmöjligheter till musikterapi och kulturaktiviteter. Ruud pekar på att handlingsmöjligheterna inte bara styrs av den enskildes vilja och resurser, utan också av samhället och de närmaste omgivningarna (Ruud 2002 s 36).

Musik med funktionshindrade och deras närstående skapar ett forum för konstnärlig kommunikation, där de funktionshindrade genom musik kan uttrycka sina känslor och på olika sätt erfara hur det är att vara människa tillsammans med andra. Med musik kan detta berättas och förmedlas utan ord!

3.6 AVSLUT

Arbetet med denna uppsats har gjort det möjligt för mig att länka samman teoretiska fackkunskaper med min egen mångåriga erfarenhet av musikterapi för och med funktionshindrade. Musikterapiutbildningen har stärkt mig i min yrkesidentitet såsom psykodynamiskt inriktad musikterapeut. Arbetet med denna uppsats har bidragit till att jag ser det som oerhört meningsfullt att fortsätta utvecklas som musikterapeut, i synnerhet med betoning på att bättre möta de funktionshindrades behov i samarbete med de närstående.

Denna uppsats berättar således inte bara om vad musikterapi kan betyda för funktionshindrade utan den lyfter också fram de närståendes tankar och erfarenheter kring detta. De närståendes berättelser har fyllt mig med respekt och ödmjukhet, de har gett mig nya perspektiv på vad som är viktigt i musikterapi med funktionshindrade, sett med deras ögon. En insikt jag fått är att samarbete som bygger på ömsesidig respekt är grundläggande för att kunna vara ett kreativt musicerande team tillsammans med de funktionshindrade.

Allra sist vill jag ta mig friheten att påstå att alla människor kan bli skapande konstnärer och specialister på att gestalta sig själva om de bara får chans till detta. Det konstnärliga skapandet inte bara i musik utan också i bild, dans och rörelse är som jag ser det, ett estetiskt, emotionellt och synnerligen konkret sätt att berätta för varandra om hur det är att vara människa. I denna uppsats framgår hur funktionshindrade kan uppleva och erfara detta genom meningsfulla möten i musik.

3.7 FORTSÄTTNING FÖLJER...

Under uppsatsens slutskede fick jag en impuls att plocka fram en bok som jag läst för många år sedan: "Neuropedagogik. En skola för hela hjärnan" (Bergström 1995). Boken ger många belägg för att kreativitet och konstnärliga uttrycksformer är väsentliga för mänskligt växande och skapande och att entusiasm och känslomässigt engagemang är viktigt för kommunikation och samarbete mellan människor. Jag vill därför som en upptakt till eventuella kommande undersökningar här referera till Bergströms idéer om tre olika gruppstrukturer som jag finner mycket intressanta. Dessa gav mig en förståelse för vad känslor, kreativitet, entusiasm och sammanhang kan betyda för mänsklig utveckling. Med gruppstruktur här menas de kontaktstrukturer som uppstår i större grupper av människor när deras "hjärnor" kommunicerar utifrån någon av följande aspekter: Ordning, kaos eller kreativitet.

Bergström renodlar dessa i tre gruppstrukturer som baserar sig på hur hjärnan fungerar i vad han i boken kallar neuropedagogiska sammanhang. I verkligheten består samhället oftast av så kallade blandgrupper där "hjärnorna" präglas av både ordning, kaos och kreativitet.

De tre grupperna är **kunskapsgruppen**, **kaosgruppen** och **jaggruppen**. Jaggruppen är den som jag tycker är intressant i sammanhanget, eftersom den lyfter fram betydelsen av just kreativitet, entusiasm, känslengagemang och helhet.

I kunskapsgruppen sker kommunikationen till större delen genom hjärnans kunskapslogiska bark och strukturer. Språket är logiskt, informationsmässigt och neutralt och används i slutna, välorganiserade system. Dessa system kan inte producera kreativa idéer eftersom "aktiv energi" i form av känslor, kaos och entusiasm inte tillåts. Logisk utveckling förstärker slutenheten och för att verklig utveckling ska ske fordras en sammanlänkande kraft i form av en "aktiv energi". En sådan sammanlänkande kraft skulle kunna vara musik.

Kaosgruppen däremot präglas av kaotisk, vild och destruktiv energi. De inre värdena är uppbyggda i processer av kaos och kamp. Dessa hjärnor är impulsiva, oberäknliga och använder ett fysiskt handlingsspråk. Individerna här kan inte förstå eller använda andra gruppers språk men om jaget i dessa hjärnor stärks kan de bli kreativa. Denna grupp saknar klar uppfattning om tid och rum och klarar inte planering på lång sikt. Också för kaosgruppen skulle musik kunna fungera som sammanfogande länk för att skapa ordning och struktur samt stärka självförtroendet.

I jaggruppen handlar det om utveckling och mognad. Dessa hjärnor har utvecklats så att kreativa krokar mellan kaos och kunskap får finnas. Språket är baserat på både logiskt och kreativt tänkande. Denna grupp har estetiska och konstnärliga drag då deras värderingar präglas av en helhetssyn i gruppen. Interaktionen förutsätter och främjar kreativitet och dessa grupper förändras och utvecklas hela tiden. Verklig utveckling möjliggörs av "mjuka", "öppna" och flexibla verksamheter där individen kan och tillåts bidra med egna tankar, nya idéer och värden som berikar gruppen. Förmågan att känna helhet gör att denna grupp präglas av ett humanistiskt förhållningssätt och kan tillåta konflikter och kraftiga känslouttryck.

Detta kan ske eftersom hjärnans djupa skikt "den humanistiska hjärnan" som har inverkan på helheten används. Gruppen utvecklar en estetisk förmåga som ger en grund för ökad förståelse, visdom och mänsklig medkänsla.

(Bergström 1995, s 40-48, 112-117).

Jaggruppens kvaliteter verkar, i likhet med musikterapisessionerna, i det mänskliga växandets tjänst och lyfter fram öppenhet och flexibilitet som förutsättningar för detta. Individernas känslor, personligheter, fördelar, nackdelar, likheter och olikheter får alla plats i gruppen och ses som en tillgång. Den estetiska förmåga som aktiveras av den "humanistiska hjärnan" skapar förståelse, tolerans och empati.

Musik har en förmåga att skapa känslor av sammanhang och mening, att vara en aktiv energi som väcker och motiverar till lust, utveckling och mänskligt växande. Jag finner att Matti Bergströms hjärnforskning kan vara intressant i förhållande till både Sterns teori om "själv- tillsammans- med- annan" och Even Ruuds tankar om varför musik skapar handlingsmöjligheter. De tre forskarna bekräftar på olika sätt att alla former av interaktivt samspel berikas av konstnärligt, kreativt och mänskligt skapande. De bekräftar att känslan av entusiasm och lust spelar en viktig roll om verklig utveckling ska ske. Stern kallar detta för vitalitetsaffekter (Stern 2003). Bergström benämner det som "aktiv energi" (Bergström 1995, s 113) och Ruud knyter begreppet mening till våra känslor som skapar vitalitet (Ruud 2002, s 42-46).

Jag finner dessa tre forskares tankar stimulerande att ha med mig i mitt fortsatta arbete med musikterapi med och för funktionshindrade. Tillsammans med denna C-uppsats kan deras tankar också utgöra en grund för min egen utveckling och eventuellt även för fortsatt forskning inom ramen för musikterapi i samarbete med Kulturcentrum Skåne.

Lust är något man känner att man vill.

(Wikipedia 2007)

4 REFERENSER

- Antonovsky, Aron (2005) *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Bergström, Matti (1995) *Neuropedagogik. En skola för hela hjärnan*. Borås: Wahlström & Widstrand.
- Bornstein, Anna (2000) *Intuition - att förena huvud och hjärta*. Stockholm: Svenska förlaget.
- Eklöf, Lotti (2006) *Våga förändra. Om möten i mångfald som terapeutiskt redskap inom vuxenterapeutisk öppenvårdsbehandling*. Stockholm: Mag. Uppsats, Inst. Musik, pedagogik och samhälle. Kungl. Musikhögskolan
- Glädjen, Kärleken och sorgen. (1996) Sveriges Television.
- Gordan, Kurt (2004) *Professionella möten*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Gryning (1996) CD. Kulturcentrum Skåne.
- Grönlund, Erna; Alm, Annika & Hammarlund, Ingrid (2000) *Konstnärliga terapier*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Hartman, Sven (2005) *Skrivhandledning för examensarbeten och rapporter*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Kleive, Mette & Stige, Brynjulf (1988) *Med lengting, liv og sang. Prøveordning med musiktillbud for funksjonshemma i Sogn og Fjordane. Oslo*
- Nilsson, Christel (2002) *Reflektion, ett verktyg för förändring och utveckling i lärandepraxis*. Malmö: Musikhögskolan i Malmö.
- Ruud, Even (2002) *Varma ögonblick. Om musik, hälsa och livskvalitet*. Göteborg: Bo Ejeby Förlag.
- Skott, Carola (red.) (2004) *Berättelsens praktik och teori*. Lund: Studentlitteratur.
- Sveriges Television (1994) *Glädjen, kärleken och sorgen*.
- Stern, Daniel N (2003) *Spädbarnets interpersonella värld*. Stockholm: Natur och kultur.
- Wigram Tony, Nygaard Pedersen Inge, & Bonde Lars-Ole (2002) *A Comprehensive Guide to Music Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Wikipedia (2007) <http://sv.wikipedia.org/wiki/Lust>
- Wrangsjö, Björn (2002) *Teoribildning i psykiatrisk verksamhet*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Yalom, Irvin D. (2004) *Terapins gåva*. Stockholm: Natur och Kultur.