

BUKS – Tidsskrift for Børne- og Ungdomskultur

Nr. 68 2024 • Årgang 40 • ISSN online 2446-0648 • www.buks.dk

Katarina Lamhauge, Maise Johansen & Helle Winther

Bevægelses-sanglege med familier på asylcentre – glæde, nærvær og understøttende samspil

Resumé

Familier, der bor på asylcentre, vil være i udsatte positioner med traumatiske fortider, udfordrende nutider og uvisse fremtider. Forælder-barn-relationen har i hele verden en afgørende betydning for børns udvikling. Denne relation er udfordret i familierne grundet deres belastende livssituation. Dette studie undersøger, hvordan holistiske bevægelses-sanglege kan have potentiale til at understøtte tilknytningsprocesser i familier med 0-3-årige børn. Studiet tager afsæt i en praktikerforskningstilgang og er inspireret af hermeneutisk-fænomenologiske og kunstbaserede metoder. Bevægelses-sanglege er udviklet til familier med udgangspunkt i udviklings-, bevægelses- og musikpsykologi og afprøvet med seks familier, som bor på asylcentre. Processerne med familierne er undersøgt gennem sceniske beskrivelser og transformeret til musiske fortællinger for at berige og nuancere formidlingen. Bevægelses-sanglege viser potentiale til at skabe øjeblikke af deltagelse, nærvær og glædesfyldte samspil mellem forældre og børn. Studiet peger også på udfordringer med bevægelses-sanglege. Derfor er det vigtigt at være varsom i arbejdet med forældre og børn i udsatte positioner.

Nøgleord

flygtninge; sang; bevægelse; tilknytningsprocesser; helhedsorienteret kropssyn; kunstneriske metoder

Introduktion

Familier ramt af belastninger, der svækker deres ressourcer, er familier i udsatte positioner (Dencik et al., 2008). Børn i disse familier er i risiko for ikke at få den omsorg og støtte, som de har behov for, da belastningen påvirker forældrenes ressourcer og helbred (Dencik et al., 2008). En forælders evne til at interagere følsomt og hensigtsmæssigt med sit barn kan hænge sammen med forældrenes psykiske helbred og ressourcer (Bowlby, 2012). Familier på asylcentre kan være i en udsat position med en traumatisk fortid, udfordrende nutid og uvis fremtid. Familier på asylcentre har ofte levet et liv som flygtninge, og det rummer mange udfordringer, der sætter familien som enhed, forældrenes helbred samt børnenes trivsel og udvikling under pres (Crowley, 2009; Morantz et al., 2011; Almqvist & Broberg, 2003, Fazel & Stein, 2002).

Barnets vigtigste udviklingsopgave er at danne tætte samhørighedsbånd til sine omsorgspersoner (Hart, 2009: 100). Fra livets start søger spædbarnet kontakt til og interaktion med sin omverden, herunder særligt sine primære omsorgspersoner (Hart, 2008). Børns samspilserfaringer i den tidlige barndom har stor betydning for deres udvikling, da hjernens plasticitet her er størst (Hart, 2009, 2017). Tilknytningsmønstret udvikles sammen med forældrene og afspejler den omsorg og opmærksomhed, som barnet oplever (Bowlby, 2012). Forældre er således børns vigtigste omgivelser i de første leveår. Tilgængelighed, nærvær og glædesfyldt samspil er betydningsfulde elementer i en tryk tilknytning og en understøttende social, følelsesmæssig, kognitiv og motorisk udvikling (Bowlby, 2012; Hart, 2009; Stern, 2000). Manglende omsorg og støtte, især i spædbarnsperioden, kan medføre tilknytnings- og udviklingsmæssige konsekvenser for børn (Hart, 2009). Derfor kan det være relevant at undersøge, hvordan der kan skabes samspil præget af tilgængelighed, nærhed og glæde, som kan understøtte børns tilknytningsprocesser og udvikling.

Musik og bevægelse er kropslige kommunikationsformer, der kan samle, støtte og styrke mennesker og familier. Musik og bevægelse anvendes som redskaber i både interventioner og terapi i arbejdet med forælder-barn-relationer (Brisola et al., 2019; Ericksen et al., 2018; Holck, 2007; Doonan & Braüninger, 2015; Kedem & Regev, 2021; Crooks & Mensinga, 2021; Winther et al., 2023).

Denne artikel beror på et mindre forskningsprojekt med familier, der bor på asylcentre. Forskningsprojektet undersøger, hvilke potentialer holistiske bevægelses-sanglege kan have til at understøtte forælder-barn-relationen i den tidlige barndom. Empirien er indsamlet gennem en praktikerforskningstilgang og med hermeneutisk-fænomenologisk inspirerede metoder. Derudover anvendes kunstneriske metoder i udviklingen af projektets bevægelses-sanglege og i formidlingen af projektet. På baggrund af praksisfortællinger med glædesfulde samspil og nærvær viser artiklen, hvordan bevægelses-sanglege kan have potentiale til at understøtte forælder-barn-relationen og fremme forældrenes ressourcer som omsorg og nærvær. Artiklen viser også, hvilke udfordringer bevægelses-sanglege rummer. Artiklen anbefaler at bygge videre på dette projekt for at undersøge, hvordan bevægelses-sanglege kan understøtte forælder-barn-relationen i familier i en udsat position især i den vigtige tidlige alder 0-3 år, som er helt essentiel for at arbejde med tilknytningsprocesser.

Familier på asylcentre, tilknytningsprocesser, bevægelse og musik

Forskning viser, at familier, der bor på asylcentre og har været på flugt, er en målgruppe, der har mange traumatiske og stressfyldte oplevelser. Oplevelserne kan sætte dybe og uhensigtsmæssige spor i familien (Crowley, 2009; Morantz et al., 2011; Almqvist & Broberg, 2003, Fazel & Stein, 2002). I en rapport af Røde Kors (2019) berettes om udbredte symptomer på psykisk mistriksel, angst og depression hos henholdsvis børn og forældre på asylcentre i Danmark. Selvom børn er robuste under alle flugtfaserne (Crowley, 2009), befinder de sig i en risikozone for at udvikle et utrygt tilknytningsmønster og psykiske lidelser grundet forældrenes fysiske og psykiske tilstand (Crowley, 2009; Dalgaard et al., 2015; Morantz et al., 2011; van Ee et al., 2016). Det er gennem forældrene, relationen og interaktionen, at barnet udvikler et trygt eller utrygt tilknytningsmønster (Bowlby, 2012) og udvikler sig kognitivt, emotionelt og motorisk (Stern, 2000). Van Ee et al. (2016) påpeger med deres studie en sammenhæng mellem flygtningeforældres PTSD-symptomer og en usikker tilknytning hos deres børn (1,5-3,5 år), der er født efter flugten. Sammenhængen finder også Dalgaard et al., (2015), der har undersøgt flygtningefamilier med 4-9-årige børn. Derudover finder de, at traumer og PTSD-symptomer kan overføres fra forældre til børn (Dalgaard et al., 2015). Disse studier påpeger, at selvom børnene ikke har været del af traumatiske oplevelser, kan flygtningesituationen og den psykiske belastning påvirke forælder-barn-relationen, barnets udvikling og børns tilknytning negativt (Dalgaard et al., 2015; van Ee et al., 2016).

Forskning viser, at musik og bevægelse er anerkendte tilgange til interventioner og terapi med flygtninge (Dhillon & Dillon, 2020; Woodhouse & Conricode, 2017; Baumgarten et al., 2023; Millar & Warwick, 2019; Koch & Weidinger-von der Recke, 2009; Marsh, 2017; Beck & Mumm, 2015; Edwards, 2011; Winther et al., 2023). Studierne viser dog ikke, hvordan musik og bevægelse i samspil og tilpasset familier på asylcentre kan understøtte tilknytningsprocesser mellem 0-3-årige børn og deres forældre. I det følgende vises forskningsfund i krydsfeltet mellem bevægelse/idræt, flygtninge- og asylfamilier, musik samt tilknytningsprocesser.

Bevægelse og idræt kan udgøre et mødested, en måde at være sammen på og noget at være sammen om (Dhillon & Dillon, 2020; Stone, 2018). Idræt kan skabe glæde, give en oplevelse af at høre til og kan fungere som et afbræk fra de bekymringer, der er knyttet til hverdagen som flygtning, da idræt rummer potentiale til at optage opmærksomhed, rette fokus mod et fælles mål og udgøre bindeled til nuet (Spaaij, 2015; Stone, 2018; Whitley et al., 2016; Woodhouse & Conricode, 2017). Forældres og børns deltagelse i dans og bevægelse har også potentiale til at understøtte relationer og samspil (Doonan & Braüninger, 2015; Kedem & Regev, 2021; Crooks & Mensinga, 2021). Både Doonan & Braüninger (2015) og Kedem & Regev (2021) fandt, på baggrund af et danse- og bevægelsesterapeutisk forløb med børn op til 3 år og deres mødre, at deltagelsen understøttede mødrenes afstemning af børnene og fremmede forståelse og tålmodighed. Mødrene oplevede forløbet og aktiviteterne som et trygt rum til at nære relationen (Doonan & Braüninger, 2015). Mødrene oplevede, at det koncentrerede samvær med deres børn skabte plads og rammer til at opleve relationen på et dybere plan end tidligere (Kedem & Regev, 2021). Crooks og Mensinga (2021) påpeger danse- og bevægelsesinterventioners potentialer til at adressere tilknytningsudfordringer og understøtte forælder-barn-relationen, da tilgangen inddrager kroppen, relationen og rummet i arbejdet med bl.a. tryghed, tillid og afstemning.

Vlismas et al., (2013) har i et studie undersøgt, hvilken indflydelse musik og bevægelse har på forælder-barn-relationen med udgangspunkt i en undersøgelse af 96 førstegangsmødre og deres børn på 2-6 måneder. Efter fem uger udviste de mødre, der havde deltaget i et musik bevægelsesforløb, til forskel fra kontrolgruppen og en legegruppe, en øget interaktionsfrekvens og dyadisk reciprocitet, en mere positiv opfattelse af mor-barn-tilknytningen samt en forbedret Infant Directed Speech (IDS), som er en melodisk og følelsesmæssigt præget talestil med gennemsnitlig højere og større udsving i toner (Vlismas et al., 2013). Studiet her er designet til førstegangsmødre, og ikke forældre i en udsat position, som familier på asylcentre.

Moving Families er et større forskningsprojekt, som omhandler legende og holistiske bevægelsesaktiviteter for familier, der har til formål at styrke familieenheden (Sandahl & Winther, 2016; Baumgarten et al., 2023; Winther et al., 2023). Studier fra forskningsprojektet peger på, at legende og holistiske bevægelsesaktiviteter kan skabe et rum for familier på asylcentre med fokus på nuet, glæde og kontakt mellem forældre og børn i alderen 3-6 år, og at de kan have potentiale til at understøtte tilknytningsprocesser. Studierne har endnu ikke vist undersøgt musik i samspil med de holistiske og legende bevægelsesaktiviteter for de 0-3-årige og deres forældre.

Musik kan ligesom bevægelse og idræt udgøre et mødested, hvor glæde, fællesskaber og nye oplevelser blomstrer (Millar & Warwick, 2019; Marsh, 2017; Beck & Mumm, 2015; Mumm, 2009). I en livssituation præget af usikkerhed, stress og psykiske udfordringer, kan musikken åbne for et nærvær, der baner vej for nye oplevelser og måder at være sammen på som familie (Jacobsen & Wigram, 2007; Mumm, 2009). Spædbørn udviser en skærpet opmærksomhed over for temporale lyd-mønstre, rytmer og melodier i tale og musik, og de udviser imitations-, synkroniserings- og timingevner, der er af høj betydning for den kommunikative udvikling (Deckner et al., 2003; Malloch, 1999; Trevarthen, 1999). Spædbørns udvikling kan understøttes ved brug af musik og bevægelse, da disse ofte er præget af rytmiske, musiske og reciproke samspil (Ericksen et al., 2018; Holck, 2007). Det dyadiske samspil, der ofte understøttes af musiske elementer (Malloch & Trevarthen, 2009), giver et vigtigt udgangspunkt i arbejdet med forælder-barn-relationen for musikterapeuter og musiske interventioner (Ericksen et al., 2018; Holck, 2007; Trevarthen 1999; Deckner et al., 2003; Jacobsen & Wigram, 2007).

Igennem en forælders sang til sit barn kommunikerer følelser, accept og tilgængelighed, der fremmer intimitet og nærer relationen (Brisola et al., 2019). I en undersøgelse af mødres egen oplevelse af at synge for deres børn fandt Creighton et al. (2013), at mødrene netop oplevede intimitet og nærhed med deres barn gennem sang. I interaktionen med spædbørn adapterer voksne (IDS). Spædbørn foretrækker IDS, herunder især deres forældres, fremfor Adult Directed Speech (ADS), som er talestilen mellem voksne (Creighton, 2011; Edwards, 2011). Den sunde forælder-barn-relation er karakteriseret ved en gensidighed og syngende stemmekvalitet, hvorimod bl.a. depressive mødre udviser lavere og dybere stemmeleje, længere pauser og dårligere timing i samspillet med barnet. Samspillet og stemmens kvalitet kan have betydning for barnets tilknytningsadfærd og kognitive udvikling (Holck, 2007).

Samlet set viser forskningen, at relationen mellem børn og forældre på asylcentre kan være udfordret grundet familiers situation og/eller livet som flygtning. Samtidig viser forskning, at musik og bevægelse kan skabe et helle i en svær tid og understøtte og udvikle relationen mellem små børn og forældre. Dog viser litteratursøgningen, at krydsfeltet mellem musik i samspil med holistiske bevægelsesaktiviteter for 0-3-årige børn og forældre på asylcentre er

et underbelyst område. Dette forskningsprojekt vil derfor bidrage med en undersøgelse af, hvordan bevægelses-sanglege kan have potentiale til at understøtte forælder-barn-relationen i familier med 0-3-årige børn på asylcentre.

Hermeneutisk-fænomenologi, praktikerforskning, kunstbaserede metoder og interviews

Med inspiration fra Max van Manens hermeneutiske fænomenologi (van Manen, 1990) og Maurice Merleau-Pontys (Merleau-Ponty, 2002, 2016) holistiske kropssyn og fænomenologi, er der i projektet arbejdet med kroppen som centrum for oplevelse og undersøgelse af verden. Igennem praktikerforskning, en induktiv forskningstilgang, hvor man både er praktiker og forsker i egen praksis (Jarvis, 1999), er processerne med familierne undersøgt igennem praksisfortællinger og kunstneriske forskningsmetoder (Winther, 2015a; Roberts, 2009). Tilgangen bygger på, at vi gennem kroppen og væren i verden beretter om vores oplevelser af øjeblikket, følelser, engagement og relationer (Merleau-Ponty, 2002). Den hermeneutisk-fænomenologiske tilgang anerkender det levede liv. Med kropsfænomenologiens terminologi har »den levede krop« betydning for, hvad der i øjeblikket opleves, og hvilke aspekter af oplevelsen der er reflektiv adgang til (van Manen, 1990; Merleau-Ponty, 2002, 2016). Nedskrivning og den dekontekstualisering af oplevelserne, som det medfører, har været en del af den fænomenologiske reduktion og en måde at fremhæve det essentielle i øjeblikket. Den hermeneutiske og kontinuerlige bevægelse mellem del og helhed påvirker de enkelte oplevelser og muliggør, at der over tid kan skabes en dybere forståelse for det undersøgte (van Manen, 1990).

Praksisfortællinger er projektets primære empiri. Praksisfortællinger er fortællinger fra praksis, som den kropsligt er oplevet af forskeren, hvilket i dette projekt omhandler oplevelser med og af familierne. Fortællingerne formidles gennem sceniske beskrivelser, gennem æstetiske levende observationer, der skrives ned (Winther, 2015a). Beskrivelserne er skrevet så tæt på kroppen som muligt, indeholdende den sansemæthed og rigiditet, som det har været muligt at gengive (Winther, 2015a; van Manen, 1990). Beskrivelserne er skrevet umiddelbart efter hver undervisningsgang, hvor alle indtryk og betydningsfulde øjeblikke er beskrevet med afsæt i projektets undersøgelsesspørgsmål, som er forælder-barn-samspelet. Med de sceniske beskrivelser er der efterstræbt en form for verbalt filmklip af omgivelser, stemninger, samspil, bevægelser og udtryk. Både helheder, helt små bevægelser og udtryk har betydning for beskrivelsen og forståelsen af familiernes oplevelser og afdækkes gennem vekslingen mellem at beskrive rummet fra en vidvinkel og at komme helt tæt på specifikke samspil (Winther, 2015a). Der er arbejdet med stor transparens i forskersubjektets processer og beskrivelser for at understøtte den gennemgående og overordnede troværdighed i projektet.

I samarbejde med en musiker er de sceniske beskrivelser, som fremhæves i analysen, transformeret tilbage til et kropsligt og musisk sprog, inspireret af Performative Social Science (Roberts, 2009), for at berige og nuancere formidlingen (Eisner, 2008; Leavy, 2015). Musikken som et kropsligt sprog kan nå ud, hvor en skriftlig beskrivelse kan være mangelfuld (Winther & Berg, 2021; McNiff, 2008; McMahan, 2016). Musik vækker følelser, der kan understøtte kropslig involvering, forståelse og oplevelse af mening for lytteren (Carless & Douglass, 2010, 2011; Eisner, 2008; McNiff, 2008). De musiske elementer, der er anvendt i de musiske fortællinger, er harmoni og disharmoni, tekstur, mono- eller polyfoniske melodier, rytmer, pauser og stilhed, dynamik, forskellig tonekvalitet og instrumenter

(Leavy, 2015), der for forskeren afspejler de oplevede stemninger, atmosfærer, intensiteter, spændinger, følelser, emotionelle udtryk, bevægelser og deltagere i fortællingen, som kan være svære at formidle på skrift. Både de sceniske beskrivelser og den dertil udviklede musik er fortællinger fra praksis, blot med forskellige formidlingsredskaber. De omtales derfor begge som praksisfortællinger. Det er væsentligt at fremhæve, at musikken er formidlingen af forskerens egen oplevelse af øjeblikket med familierne. Udviklingen af musikken er sket gennem udforskning af ovenstående elementer som lyde, melodier og rytmer, der har vækket resonans i forhold til forskerens konkrete oplevelse og følelse knyttet til praksisfortællingen. I musiske praksisfortællinger, der er foregået under en bestemt leg, vil der være referencer til sanglegens melodi, som er valgt med henblik på at sætte den musiske ramme for oplevelsen. Det er vigtigt at pointere, at der ikke er én rigtig måde for lytteren at opleve musikken på. Musikkens funktion er at være et formidlingsredskab, der kan forstærke fordybelse under oplevelsen og slå på en anden oplevelsesmæssig streng, end den skriftlige fortælling kan. Musikken inviterer således læser og lytter til at føle og farvelægge egen oplevelse på baggrund af vedkommendes egen »levede krop«.

Der er også foretaget interviews med to sundhedsplejersker, der har daglig kontakt med familierne. Interviewene bidrager med indblik i deres faglige viden og erfaringer med familierne. Sundhedsplejerskerne er projektets nøglepersoner og har muliggjort både adgang og rekruttering af familier i et felt, hvor der både er sproglige barrierer og mange etiske hensyn at holde for øje (Cain & Trussel, 2019).

Asylcentre og etik

Projektet har fundet sted på et af Danmarks asylcentre og er et projekt under det større forskningsprojekt Moving Families (Moving Families, 2023). Den ene af forskerne har været i feltet og har indsamlet empiri og komponeret musikken, mens de to andre har udviklet det overordnede projekt og den tilhørende forskning og praksis. Familierne har givet informeret samtykke om at gennemføre forskningsprojektet. For at beskytte familierne er både stedet, hvor forløbet har fundet sted, og de deltagende familier anonymiseret. Af samme årsag er der heller ikke foto eller videooptagelser af projektet.

Lege med musik, sang og bevægelse

Bevægelsessanglege i projektet er udviklet med afsæt i udviklings-, bevægelses- og musikpsykologi til projektets målgruppe: familier på asylcentre med 0-3-årige børn. Jf. tilgangen i Moving Families er interaktion og kontakt mellem barn og forælder i centrum. Legene inviterer til nærhed og samspil, der kan give barnet oplevelsen af samhørighed, tilgængelighed og omsorg (Moberg, 2006; Winther, 2009, 2014; Winther 2015b). Bevægelsessanglegene er altså rammesat til at støtte tilknytningsprocesser gennem en enkel koreografi og rytmisk støttende musik. Bevægelsessanglegene er videreudviklet med henblik på at skabe dybde i interaktionen mellem forældre og barn, og på at det samtidig er muligt for børn og forældre at deltage og hurtigt at kunne genkende sange og bevægelse, så de også kan synge og bevæge sig uden for projektets rammer.

Musikken til bevægelses-sanglegene kan høres [her](#).

Ud fra projektets holistiske kropssyn er bevægelse et flerdimensionelt fænomen bestående af fysiske, mentale, psykologiske, emotionelle, sociale, kulturelle og spirituelle dimensioner (Winther, 2017). Bevægelse anses således ikke blot som en fysisk aktivitet, men også en ressource, hvorigennem mennesker skaber kontakt til sig selv og hinanden. Bevægelse går forud for det verbale sprog og kommunikerer følelser og oplevelser, som kan forstås på tværs af alder og kulturer. Kærligheden mellem forældre og barn har en stærk kropslig forankring (ibid.), som kan være stivnet grundet ydre omstændigheder, men som der kan pustes liv i igennem bevægelse. Gennem den koreograferede bevægelse i legene, guides forælderen bl.a. til at røre, dufte, se og danse med barnet. Bevægelsen guider forældrens fokus på barnet, der kan give barnet oplevelser af at blive set og mødt, hvilket er essentielle elementer i en tryk tilknytning.

Musikken og sangen i legene udgør en rytmisk ramme for aktiviteterne, der kan være med til at vække og opretholde børnenes opmærksomhed og understøtter, sammen med bevægelsen, samspillet mellem forældre og barn. Inden for musikterapi anvendes musik som et redskab til at understøtte forældre-barn-samspillet i familier med psykiske vanskeligheder gennem det, der kaldes *musikalsk forstærkning*. Musikken guider og forstærker samspillet, hvorigennem oplevelsen af samhørighed også fremmes (Holck, 2014). Projektet er ikke terapeutisk, men anvender musik og bevægelse til at skabe nærvær, kontakt og samspil.

Musik anses også som et holistisk og flerdimensionelt fænomen, der både er lyd, har en fysiologisk og psykologisk indflydelse på mennesker, er meningsbærende, socialt og interaktivt (Bonde, 2011). Når der er sang i legene, er teksten enkel og gentagende og supplerer bevægelserne. Dette er, for at det skal være nemt at deltage, og for at kontakten til barnet er i centrum fremfor udførelsen af bevægelse og sang.

Der er mange faktorer, der spiller ind i, hvordan musik opleves, og hvilken musik der foretrækkes. Musikoplevelser, præferencer og oplevede følelser ved lytning af musik er individuelle og påvirkes af faktorer såsom den lyttende selv, lyttesituationen, samspil mellem lytter og musik, kontekst, tidligere musikoplevelser og musikkens struktur (Bonde, 2014; Christensen, 2014; Juslin et al., 2010). Lytterens indre og personlige tempo spiller også ind i musikoplevelsen og det foretrukne musiktempo (Bonde, 2011). Da forskeren ikke på forhånd kendte familiernes baggrund og ej heller vidste, hvilke familier der mødte op til forløbet, har det ikke været muligt at tage udgangspunkt i ovenstående faktorer i udviklingen af musikken. Der vides dog, at en stor del af familierne på asylcentre i Danmark er af mellemøstlig oprindelse, hvorfor musikken også er inspireret af mellemøstlig musikkultur og instrumenter.

På trods af de mange faktorer, der spiller ind i musikoplevelser, følelser og præferencer, er der musikalske karakteristika, der har tilbøjelighed til at fremme en bestemt fysiologisk og psykologisk respons på tværs af lyttere (Wigram & Bonde, 2014). Der er på den ene side potentielt beroligende og afspændende elementer og på den anden side stimulerende og spændingsskabende elementer. Der er gjort brug af begge dele i sanglegene med overvejende inspiration fra de beroligende og afspændende elementer. Lydbilledet er enkelt, og musikken gentagende, stabil og for det meste forudsigelig, hvilket er potentielt beroligende elementer (Wigram & Bonde, 2014). Begrundelsen bag dette er ønsket om at skabe rammer for ro og fordybelse for familierne, samt at familier med traumatiske oplevelser kan have et forhøjet stressniveau, der bl.a. gør dem følsomme over for støj (Beck, 2014). Derfor består sanglegene yderligere af musiske karakteristika, der har potentiale til at fungere

som støttende, smertedæmpende og angstreducerende. Disse karakteristika er, udover de førnævnte beroligende elementer, et langsomt tempo, en enkelt opbygning og en BPM, beats per minute, <60 (Bonde, 2014). Rolig musik har også potentiale til at trøste mennesker. Det kaldes *vuggesangseffekten*, hvilket hentyder til musikkens beroligende og trøstende effekt (Holck, 2014).

Størstedelen af musikken foregår i et langsomt tempo, hvilket også er et beroligende element og kan gøre det nemmere for familierne at følge med. De potentielt stimulerende elementer kommer til udtryk ved et højere tempo og små overraskelsesmomenter i nogle af sanglegene, som også understøttes af bevægelsen, og som kan være til stor glæde for børn og forælder-barn-interaktionen (Christensen, 2014; Hart, 2009). Rækkefølgen af bevægelses-sanglegene var den samme hver gang, og der er skift imellem lege, der går op og ned i tempo og 'arousal'-niveau, da dette stimulerer og styrker opmærksomheden (Hart, 2009). Små børn er meget åbne overfor musikalske udtryk, men tiltrækkes i høj grad af musik med højt tempo (Bonde, 2011). Dette kan være en udfordring i projektets sanglege, der i høj grad har et langsomt tempo for at fremme ro og afspænding blandt de voksne. Nogle af de langsomme sange kan med fordel stige lidt i tempo med tiden, og når de er indlært, for at imødekomme børns naturlige præference for musik i hurtigt tempo (Bonde, 2011).

Rammerne

Forløbet med bevægelses-sanglege har været et tilbud til familier på asylcentre med 0-3-årige børn. Seks familier har deltaget i projektet, der forløb over tre uger og fire undervisningsgange af omkring 20 minutters varighed. Kun mødre har deltaget, og børnene har været mellem 6 måneder og 3 år. Aldersspændet er en udfordring, fordi der er store udviklingspsykologiske og motoriske forskelle på børn i aldersgruppen 0-3-årige. For eksempel kan fire måneder gamle babyer ikke bevæge sig rundt, mens 3-årige børn kan hoppe og løbe rundt selv. Selvom alle aktiviteterne rummer mange udførelsesmuligheder, viste det sig at være udfordrende at skabe et rum, hvor familierne udførte aktiviteterne på deres egen måde, der ikke nødvendigvis var den samme som familien ved siden af.

Bevægelses-sanglegene er foregået i en kreds, hvor alle vender ind imod hinanden. Dette er valgt med udgangspunkt i litteratur, der viser, at kredsen har en inkluderende form, hvor alle kan ses og være med på samme tid (Karampoula et al., 2018; Winther 2015b; Winther et al., 2023). Forskeren der har været i felten, indsamlet empiri og komponeret musik, har afholdt forløbet og igangsat bevægelses-sanglegene med familierne. Forskeren har under legene fået assistance af en anden instruktør og de to sundhedsplejersker. Forskeren har således deltaget og været sammen med familierne under sanglegene og forsøgt at støtte familierne i situationer, hvor det har været svært at deltage. Som praktikerforsker påtager man sig rollerne praktiker og forsker, der bidrager med både nærhed og distance til det undersøgte fænomen (Jarvis, 1999). På den ene side muliggør nærheden sansemættede beskrivelser af praksis set helt inde fra. På den anden side kan netop nærheden udfordre forskerøjet og distancen i øjeblikke, hvor praktikerrollen fylder meget. Det er derfor vigtigt at arbejde med gennemsigtighed og være opmærksom på både at være subjektivt involveret og helt tæt på praksis og at skabe en distance gennem analyse og teori (ibid.). Videoptagelser af forløbet er også en måde at imødekomme forskerens potentielle oplevelsesmæssige udfordringer. Det har dog ikke været en mulighed.

Fortællinger fra et musisk bevægelsesforløb for flygtningefamilier

Projektet undersøger, hvordan bevægelses-sanglege kan have potentiale til at understøtte forælder-barn-relationen i flygtningefamilier. I det følgende vil læseren derfor bevæge sig igennem et oplevelseslandskab, der først forsøger at give en forståelse af projektets målgruppe, dernæst en analyse af bevægelses-sanglegenes potentialer og afslutningsvis udfordringer. Der er fokus på fire udvalgte temaer, der er valgt på baggrund af kodning af praksisbeskrivelser med afsæt i den hermeneutisk-fænomenologiske tilgang. Temaerne belyses både gennem skriftlige og musiske praksisfortællinger. Når begge optræder, refererer de til den samme oplevelse. Temaerne er: 1. Mødet med målgruppen, 2. Under den tunge kappe bor en kærlighedsfuld og glad mor – om nærvær og kontakt, 3. Et rum uden bekymringer – samspillet som helle. 4. Når nærværet fører til overraskelser og afstemte samspil.

Mødet med målgruppen

Jeg ankommer til det rum, hvor bevægelses-sanglegene skal afholdes. Det er første gang. Det er et lille rum med udsigt over de smukke omgivelser udenfor. Vi er højt oppe. Vinduet ind mod gangen er dækket til, så man hverken ser ind eller ud. Vi forstyrres ikke her. Der er stille og dejligt varmt. Vi ruller måtter ud på midten af gulvet. Sundhedsplejerskerne og jeg. Jeg tænder den rolige vuggeviser, som skal køre i baggrunden, når familierne ankommer. Vi sætter os ned og venter på, at der måske kommer nogen.

(...) Pludselig høres en lyd på gangen. Det er svært at høre, hvad det er. Noget, der ruller. Meget langsomt. (...) Synet af en kvindekrop med en barnevogn møder os i døråbningen. Hun siger ikke noget, retter sig ind over barnevognen og tager et lille barn op. Jeg rejser mig op og siger smilende »hej«. (...) Med højre hånd peger jeg på mig selv og siger mit navn. Kvinden ser nu op på mig og vi får øjenkontakt. Hun giver mig et lille smil, siger sit navn, »Tara«, og peger på sig selv. Så siger hun datterens navn, »Ezma«, som hun rykker lidt frem imod mig, mens hun bærer hende i sin favn. Jeg gentager navnene. Så kigger Tara ned igen og siger ikke mere. Smilet er væk, og udtrykket bliver fjernt. Med barnet i favnen bevæger hun sig langsomt hen imod yogamåtterne. Der er noget tungt over hende. Og barnet.

Praksisfortælling *Mødet* (Lamhauge, 2020): [Musisk praksisfortælling](#)

Den første del af praksisfortællingen kan være med til at give læseren et indblik i forløbets rammer og vilkår. Forskeren har bevægelses-sanglegene klar og er sammen med sundhedsplejerskerne klar til at tage imod familierne – dog uden at vide, hvem, eller hvor mange der kommer.

Efter et stykke tids venten kommer der nogen, og et møde finder sted. Ikke blot med en mor og hendes barn på et halvt år. Men også med en tyngde. Børn og forældre på asylcentre lever under vilkår og har oplevelser i bagagen, der kan have uvished, frygt og sorg til følge. I praksisfortællingen oplever praktikerforskeren en tyngde, der hænger over kvinden og barnet, som tolkes ud fra hendes stilhed og tunge og langsomme adfærd. Der kan være mange grunde til, at moren og datteren fremtræder, som de gør, men det kan hænge sammen med, at de bor på landets asylcentre og bærer på en fortid på flugt, mulige traumer, forskellige bosteder, afvisninger og usikkerhed om fremtiden, som kan sætte sig spor i deres adfærd og helbred.

Forældre på asylcentre kan derfor være i en udsat position. Og forældrene er børnenes mest betydningsfulde og indflydelsesrige omgivelser. Børn påvirkes af deres forældre og deres håndtering og påvirkning af belastede situationer. Spædbørn spejler naturligt deres forældres følelsesmæssige tilstand grundet manglende evne til at regulere og distancere sig fra andres følelser (Stern, 2000). Bevægelses-sanglege kan understøtte nærvær og regulering af følelser fra forældre til barn, på trods af at forældrene står i en belastet situation.

Usikkerhed og bekymringer om fremtiden kan også skygge for nærværet og opmærksomheden på børnene, som tilfældet kan være hos moren i næste fortælling. Fortællingen er fra øjeblikket, før vi går i gang med bevægelses-sanglege, hvor vi sidder og venter på, at der måske kommer andre.

(...) Taras ansigt er udtryksløst. Overkroppen hænger. Ezma (Taras datter på et halvt år) spræller med arme og ben, åbner munden og siger nogle lyde, mens hun med lysende øjne stadig ser op på sin mor. Tara stirrer stadig ud i luften. Hun lader til at være et andet sted og synes ikke at lægge mærke til Ezma. Ezmas bevægelser, ansigtsudtryk og lyde aftager, og blikket flakker nu rundt i rummet.

Praksisfortælling *Manglende kontakt* (Lamhauge, 2020): [Musisk praksisfortælling](#)

Ezma spræller, siger lyde og ser op på sin mor. Hun synes at forsøge at få kontakt og opmærksomhed ved hjælp af emotionelle udtryk og bevægelser, som netop er spædbørns kommunikationsmiddel og første sprog (Stern, 2000; Hart, 2009). Spædbørn opsøger naturligt kontakt til deres omsorgspersoner (Hart, 2009). Forskeren ved ikke, hvad moren tænker og oplever i øjeblikket. Det er ikke nødvendigvis noget, der kan tilskrives flygtningesituationen, da det også kan være et øjeblik, hvor hun har andre tanker, der ikke vedrører flygtningesituationen. Dog kan det tolkes som et billede på familiernes situation på flygtningecentrene.

Sundhedsplejerskerne på asylcentret beskriver, hvordan nogle af beboerne er så traumatiserede og belastede, at de har svært ved at være nærværende og responderende over for deres børn. Et nedsat og udfordrende samspil, som bl.a. er udbredt hos depressive mødre, kan have betydning for børns tilknytningsadfærd og kognitive udvikling (Holck, 2007). Affektiv afstemning er en udtrykt deling af børns indre tilstand (Stern, 2000), som har betydning for deres oplevelse af at kunne føle det samme som andre og ikke at føle sig alene i sin affekt. Manglende afstemning kan medføre, at børn føler sig forkerte eller uelskede (Hart, 2009). Sundhedsplejerskerne fortæller også om, at forældrene, som forældre er flest, ønsker en god relation til deres barn. Det fortæller de bl.a. ved at referere til oplevelser, hvor sundhedsplejerskerne selv har haft god kontakt til børnene på asylcentret og kan mærke, hvordan forældrene også gerne vil have denne kontakt. Netop det hjælper sundhedsplejerskerne også forældrene med på asylcentre. Og netop det kan legen, musikken og bevægelsen også hjælpe med gennem fokus på nuet, der får den naturlige forælder-barn-kærlighed til at finde vej. Det vil følgende fortællinger give indblik i.

Under den tunge kappe bor en glad og kærlighedsfuld mor – om nærvær, kontakt og samspil. Fra at skildre den belastning og tyngde, der kan være en del af målgruppen, vil de følgende fortællinger beskrive øjeblikke, der rummer bevægelses-sanglegenes potentialer. Øjeblikke, hvor der åbnes for en strøm af nærvær, ro, energi, glæde og kærlighed.

»Nu skal vi have massage«, siger jeg højt og smilende og kigger på de mødre og børn, som er mødt op. Alma, der er her for første gang med sin søn Andrei, griner og siger »ahaaa«. Tara, der sidder ved siden af hende, nikker med et lille, høfligt smil til mig og kigger ned igen. Fløjteintroen indtager rummet, og med ét lyser Taras øjne pludselig op. Hun løfter hovedet, kigger op, ranker ryggen og smiler. Hun begynder med det samme at ae Ezma ned ad kroppen. Ezma ligger på ryggen foran Tara. Ezma bliver meget optaget af sin glade mor og et smil breder sig på de små læber. Aktiviteten går i gang. »Solen skinner, solen skinner«.

Praksisfortælling *Genkendelsesglæde* (Lamhauge, 2020): [Musisk praksisfortælling](#)

Praksisfortællingen giver et billede af, hvordan musik i dette øjeblik kan vække og sætte kroppe i bevægelse. Selvom det kun er anden gang, at Tara deltager, viser beskrivelsen, at sang og bevægelse bliver genkendt. Legenes enkelhed har netop det formål at fordre deltagelse og genkendelse. Praksisfortællingen giver også en scenisk beskrivelse af, hvordan den følelsesmæssige kommunikation mellem mor og datter fremmes gennem morens nærvær og bevægelse, og hvordan morens kropssprog ændrer sig, når musikken begynder at spille. Fra at sidde og kigge ned lyser moren op i øjne og krop og bliver fuldt til stede med kærlighed og glæde, der rammesætter det efterfølgende samspil med datteren. *Stemthed* (Fink-Jensen, 1998) beskriver en tilstand med intenst nærvær og sanseudveksling mellem krop og omverden, der sker på baggrund af sanseoplevelser og kommer til udtryk gennem en artikulering – et kropsligt udtryk – som følge af stemtheden. I beskrivelsen ses det, hvordan Tara udtrykker glæde, som også præger samspillet med Ezma. I beskrivelsen ligner det, at Ezma spejler sin mors glæde og at de to, mor og datter, mødes i en gensidig og følelsesmæssig kontakt. Det kan være et udtryk for, at de deler et nærværende og glædesfyldt øjeblik, som kan bidrage til et gensidigt kærlighedsforhold (Hart, 2009). Udover at bevægelse er spædbørns kommunikationsmiddel og første sprog, er det, ifølge Stern (2000), også måden, hvorpå de oplever og forstår verden. Sterns (2000) begreb »vitalitetsaffekter« kan beskrives som følelseskvaliteter i bevægelse. Vitalitetsaffekterne knytter sig ikke til bestemte kategori-affekter som sorg og glæde, men er kvaliteter som eksplosiv, crescendo, aftagende, endeløst og susende, der udfoldes over tid. Alle kan formidle de forskellige kategori-affekter (Stern, 2000). Praksisfortællingen kan tolkes som et eksempel på, hvordan Taras nonverbale bevægelsesforløb med tydelige følelsesmæssige udtryk modtages af Ezma, der forstår glæden og smiler tilbage til sin mor.

Musik kan vække minder og bevægemønstre (Bonde, 2014), og både musik og bevægelse forstærker kontakten til vores følelser (Bonde, 2014; Wigram & Bonde, 2014; Winther, 2014; Juslin et al., 2010). Derfor kan kontinuitet og gentagelse skabe stor glæde, hvis det forbindes med noget rart. Med glæden følger mange kvaliteter og potentialer til at understøtte forælder-barn-relationen. Glæde opleves let, varm, forløsende og fremmer en åbenhed, der kan understøtte tilknytning og fællesskabsfølelse. Glæden stimulerer yderligere kreativitet

og bevægelsesglæde og skaber forbindelse til kærligheden (Winther, 2014). Bevægelse skaber derfor både kontakt til egne følelser og kommunikerer dem til omverdenen på et sprog, som det lille barn forstår.



Et rum uden bekymringer – samspillet som helle

Flere praksisfortællinger viser, hvordan forløbet med sang- og bevægelseslegene har åbnet op for nærværende samspil mellem barn og forældre, der har båret præg af selvforglemmelse og fuldstændig tilstedeværelse. Den næste praksisfortælling er et eksempel på samspillet:

(...) »Mine øjne kan se dig«. Nazira skiftevis synger og nynner med fra start og peger på sine øjne. Imens er Maise helt stille og optaget af morens bevægelser. Når Nazira kommer syngende ned til Maisas ansigt til »se dig«, smiler og spræller hun, og Nazira smiler. »Og min næse kan dufte dig«. Nazira peger på sin næse og datteren er igen helt stille, men ser op på sin mor med sine store, runde og dybe øjne. Nazira kommer igen helt ned til hende til »...kan dufte dig«, mens hun snuser rundt på Maisas hals og mave. Denne gang griner Maise, mens hun spræller med både arme og ben. Nazira griner også. »Mine ører kan

høre dig«. Nazira peger på sine ører med store øjne som udtrykker, at der skal til at ske noget spændende. Maisa er helt stille. Hun har stadig blikket rettet mod moren. (...). »Det er godt, du er her«. Nazira lægger sig nu let ned over Maisa og giver hende et knus. Hun bliver liggende. Maisa smiler og ligger stille nu. Hun giver nogle »aaah« babylyde fra sig. Jeg kan se Naziras ansigt fra siden. Hun smiler og har lukket øjnene. De andre i rummet sætter sig op, men de to bliver liggende. De ligger som to brikker, der passer perfekt sammen.

Praksisfortælling *Mor-barn-boblen* (Lamhauge, 2020): [Musisk praksisfortælling](#)

Fortællingen viser et samspil, som kan være et udtryk for, at Nazira og Maisa er en del af hinandens verdener og nuer. Deres samspil er glædesfyldt og gensidigt regulerende. I beskrivelsen kan det se ud til, at de befinder sig i deres egen boble, som også kendetegner en tilstand af *flow* (Czikszentmihaly, 2002), hvor tid og sted ophæves, og aktiviteten, man foretager sig, bliver formål i sig selv og kilde til glæde og nydelse (ibid.). I flow-tilstande føles alt nemt, og man flyder med sin energi (ibid.), hvilket kan skabe modvægt i en livssituation, hvor energien nemt punkteres, nedlukkes eller afbrydes af bekymringer, angst og sorg. Når bevægelses-sanglegene trækker på kropslige ressourcer, sang og bevægelse, kan de være med til at muliggøre flow-oplevelser. Ifølge Czikszentmihaly (2002) er kroppen nemlig et flowredskab. Hvis vi bruger den, involverer og engagerer os i verden, besidder den uanede muligheder for flowoplevelser (ibid.). Dette understøttes af neuropsykologien, der bl.a. finder, at bearbejdelse af musik aktiverer størstedelen af hjernen (Bonde, 2011). I praksisbeskrivelsen kan det tolkes, at Naziras deltagelse i sanglegen forankrer hende i øjeblikket, hvor der for hende kun synes at eksistere Maisa og deres fælles lille leg. Fortællingen beskriver også, at Nazira udtrykker nærvær og glæde i samspillet, som Maisa responderer på med smil og latter. Selv efter musikken stopper, og de andre sætter sig op, er Nazira og Maisa fortsat i gang med legen.

Samspillet mellem Nazira og Maisa har også elementer af spænding. Der synes at opbygges spænding i sansesangen når Nazira synger om sine kropsdele, og Maisa er helt stille og ser op på sin mor. Spændingen synes udskiftet med en forløsning, når Nazira er helt nede hos Maisa, der griner og spræller. Forventning om musikalske højdepunkter fremmer frigivelsen af dopamin, der regulerer både opmærksomhed, lyst, hukommelse og motivation (Bonde, 2011). Spændingsopbyggende lege, der har elementer af »nu kommer jeg og tager dig«, som skabes i vekslinger mellem afstand og nærhed, gør det ligeledes. Højintensive glædestilstande er essentielle i udviklingen af tilknytningsbåndet (Hart, 2009). I beskrivelsen synes Maisas glæde og spænding i legen at motivere Nazira i hendes deltagelse, der stiger i engagement. Det samme synes at ske hos Maisa. Sammen med musikken og bevægelsen, rejser Nazira og Maisa i fællesskab gennem spænding og forløsning, der er til stor glæde for dem begge og ender i et roligt øjeblik. Fortællingen belyser samspillet og afstemningens betydning i mødet og legen. Deres glæde ved deltagelsen afhænger og opretholdes af hinandens afstemte respons.

Når nærværet fører til overraskelser og afstemte samspil

Praksisfortællingerne fra forløbet viser, at der under vuggevise bevægelses-sanglegen har spredt sig ro hos familierne. Det viser sig gennem beskrivelser af, hvordan både børn og voksne har fundet ro og sluppet af på deres måtter. Ro, nærvær og tryghed er de bedste forhold for spædbørns udfoldelse og udvikling samt forældres sensitivitet og responderende samspil (Bowly, 2012; Hart, 2009; Moberg, 2006). I den følgende fortælling ses en praksisfortælling fra vuggevise og bevægelses-sanglegen:

Vuggevisen har omfavnet rummet. Roen har spredt sig. Tara sidder på knæ med Ezma i sin favn og vugger hende fra side til side. Deres blikke er som limede til hinanden. Tara begynder at nynne med på vuggevisen (...). Ezma ligger helt afslappet i morens favn og betragter hende. Efter et øjeblik nynnens begynder Ezma nu at give lyde fra sig. »Aaah«, siger hun henover Taras nynnen, mens hun ser sin mor dybt i øjnene med et koncentreret blik. Tara stopper med at nynne og løfter smilende sine øjenbryn. Hun ser glad og overrasket på sin datter, der nu er stille et øjeblik. Tara begynder at nynne igen på en måde, der minder om Ezmas nynnen lige før. Så begynder Ezma igen at give lyde fra sig. Tara griner stille og ser kærligt på sin datter, mens hun fortsætter. Ezmas lyde flettes sammen med morens nynnen. I en organisk bevægelse fortsætter de. Det ene øjeblik skiftes de til at give lyde fra sig og synge, og det næste øjeblik flyder de afsted sammen. De synger til og med hinanden. Som en smuk og naturlig mor-barn-duet.

Praksisfortælling *Mor-barn duet* (Lamhauge, 2020): [Musisk praksisfortælling](#)

Fortællingen belyser først en dyb kontakt mellem Tara og Ezma og herefter et brud på det forventede, der forstærker kontakten og samspillet. Øjenkontakten, som Tara og Ezma har gennem hele fortællingen, er en intens form for kommunikation, der både øger arousal-niveauet og fremkalder stærke følelser (Hart, 2009). Det kommunikative samspil, der opstår, når Ezma begynder at »synge« med, kan kendetegne indgangen til »...et nuværende øjeblik« (Stern, 2004), som er små øjeblikke, hvor et intenst nærvær indtræder, og et forandringspotentialer opstår. Al opmærksomhed rettes mod den umiddelbare og kropslige oplevelse i det sansende og bevidst gennemlevede nu. I samspil kan denne intense opmærksomhed fremme oplevelsen af anerkendelse og nye opdagelser af hinanden, der kan styrke relationen. Nuværende øjeblikke kan besidde et forandringspotentialer, da udvikling og muligheden for forandring ifølge Stern (2004) ligger gemt i oplevelsen af nuet. Selvom nuværende øjeblikke blot er af få sekunders varighed, har de indflydelse både bagud og frem i tid og derfor også på relationer (Stern, 2004).

Malloch & Trevarthen (2009) kalder spædbarnets evne til at indgå i samspil for *kommunikativ musikalitet* – en medfødt evne, der biologisk og psykologisk ligger til grund for den menneskelige kommunikation og tidlige tilknytning (Hart, 2008, 2009; Holck, 2014). Øjeblikke med kommunikativ deling af følelsetilstande mellem omsorgsperson og spædbarn understøtter barnets tilknytning, selvregulering, selvværd og selvtillid (Hart, 2008; Mumm, 2017; Stern, 2004). Hart (2017) beskriver også disse små gentagende subtile samspil for mikroreguleringer, der baner vej for mødeøjeblikke, som er fuldt afstemte samspil og oplevelser af intens nærhed og forbundethed.

Imitationen, som Tara møder sin datter med, kan understøtte et samspil, da imitation kan motivere børn til at fortsætte med en adfærd og opretholde deres opmærksomhed (Holck, 2014). Det kommunikative og afstemte samspil kan give børn en oplevelse af at blive set og mødt, som netop er elementer i en tryk tilknytning.

Bevægelses-sanglegenes udfordringer

Fra at have belyst sang- og bevægelseslegenes potentiale til at skabe nærvær, glæde og understøttende samspil med potentiale til at understøtte tilknytningsprocesser, vil udfordringerne ved projektet nu udfoldes. Projektet har vist, at det er væsentligt, at bevægelses-sanglegene planlægges og designes med varsomhed og med afsæt i bevægelses-, musik- og udviklingspsykologi. Vi vil her fremhæve tre udfordringer, som projektet har vist: aldersspænd, tryghed i rummet og tid til at få deltagernes egne oplevelser og ideer med.

Flere praksisfortællinger fra projektet viser, hvordan 3-årige børn kan bevæge sig rundt i rummet til bevægelses-sanglegene, og børnene på under 1 år kun kan ligge stille. Børn, der kunne gå, undersøgte rummet og legede til fods til forskel fra de børn, som ikke kunne bevæge sig endnu. I projektet kunne det skabe forvirring for både børn og forældre, men det viste også, at der er mulighed for at tilpasse alle sang- og bevægelseslegene, så de kan udføres af forskellige aldre. Det vil dog kræve flere gange for børn og forældre at vænne sig til rummet og forskellige måder deltage på, hvilket leder videre til næste udfordring. For nogle, især nye familier på asylcentret viser praksisfortællingerne fra projektet, at der er brug for længere tid til at finde tryghed og ro i det nye rum: et bevægelses-sanglege univers. Med projektets korte varighed har det ikke været muligt at undersøge, hvordan bevægelses-sanglegene opleves af forældre og børn. Der påpeges potentialet for, at et fremtidigt projekt kan undersøge, hvordan man kan arbejde med og udvikle bevægelses-sanglege med afsæt i deltagernes oplevelser og ideer.

Konklusion

Artiklen giver indblik i et forskningsprojekt, der undersøger, hvilke potentialer bevægelses-sanglege kan have til at understøtte forælder-barn-relationen i familier på asylcentre med børn i alderen 0-3 år. Bevægelses-sanglege er udviklet til projektet på baggrund af udviklings-, bevægelses- og musikpsykologi og med henblik på at danne rammer for øjeblikke, hvor forælder-barn-samspillet er i centrum. Livssituationen hos familierne på centret er uvis og belastende, hvilket kan udfordre forældrenes nærvær og samspil med børnene og derigennem forælder-barn-relationen og børns tilknytning og udvikling. Bevægelses-sanglegene kan skabe rammer om glædesfulde samspil, der skaber bindeled til nuet, selvforglemmelse og nye opdagelser af hinanden. Legenes simple og gentagende karakter har også potentiale til at skabe genkendelse og invitere til deltagelse.

Artiklen peger også på udfordringer ved at lave bevægelses-sanglege med børn og forældre i en udsat position. Aldersspændet fra 0-3 år kan være en udfordring og kræver, at bevægelses-sanglege vises og gennemføres på forskellige måder af praktikerforskeren og deltagerne. Samtidig er det en udfordring på kort tid at skabe et trygt rum for familierne i udsatte positioner, hvilket gør det tydeligt, at bevægelses-sanglege skal designes varsomt og med afsæt i bevægelses-, musik- og udviklingspsykologi.

Artiklen peger samlet på, at holistiske bevægelses-sanglege kan have potentiale til at understøtte samspil, tilknytningsprocesser og forælder-barn-relationer i familier i udsatte

positioner. Studiet understøtter tidligere forskning, der påpeger musikens og bevægelsens potentiale til at skabe kontakt til nuet, følelser og hinanden. Disse potentialer bør udfoldes og nuanceres gennem et længerevarende studie for at kunne støtte familier og børns udvikling i eksistentielt udfordrende livssituationer. Bevægelses-sanglege er relevante for alle familier, der er ramt af belastninger, da udfordringen af forældres nærvær over for deres børn går på tværs af familier i udsatte positioner. Det, der kom til syne under forløbet – kropslige, nærværende, legende og glædesfulde samspil gennem musik og bevægelse – er universelt og muligt for alle at opleve. Dette var et kortevarende projekt, som viser potentialet for et længerevarende forskningsprojekt, der undersøger og afdækker, hvordan leg, musik og bevægelse kan understøtte familieenheden og børns tilknytning.

Projektsang

Referencer

- Almqvist, K., & Broberg, A. (2003). Young children traumatized by organized violence together with their mothers – The critical effects of damaged internal representations. *Attachment and Human Development*, 5(4), 367-380.
- Baumgarten, L. G., Johansen, M., & Winther, H. (2023). Holistic movement activities with refugee families: the importance of attachment processes. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 18(1), 4-21.
- Beck, B. D. (2014). Musikterapi med flygtninge. I: L.O., Bonde (Red.) *Musikterapi: Teori – uddannelse – praksis – Forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (s.358-367) Klim.
- Beck, B. D., & Mumm, H. (2015). Forskning i musikterapi—Posttraumatisk stressbelastning (PTSD). *Dansk Musikterapi*, 12(1), 10-20.
- Bonde, L. O. (2011). *Musik og menneske: Introduktion til musikpsykologi*. 2. udgave. Samfundslitteratur.
- Bonde, L. O. (2014). Musik som analogi og metafor. I: L.O., Bonde (Red.) *Musikterapi: Teori – uddannelse – praksis – Forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (s.159-174) Klim.
- Bowlby, J. (2012). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Taylor and Francis.
- Brisola, E. B., Cury, V. E., & Davidson, L. (2019). Mother–Infant Relationships Mediated by Singing. *The Humanistic Psychologist*, 47(3), 273-284.
- Cain, T. F., & Trussell, D. E. (2019). Methodological challenges in sport and leisure research with youth from refugee backgrounds. *World Leisure Journal*, 61(4), 303-312.
- Carless, D. & Douglas, K. (2010). Songwriting and the Creation of Knowledge. I: Bartleet, B. & Ellis, C. (Red.) *Music autoethnographies making autoethnography sing: making music personal*. (s.23-36) Bowen Hills, Qld: Australian Academic Press.
- Carless, D., & Douglas, K. (2011). What's in a song? How songs contribute to the communication of social science research. *British Journal of Guidance & Counselling*, 39(5), 439-454.
- Czikszentmihaly, M. (2002). *Flow – The Psychology of Happiness*. Riders & Co.
- Christensen, E. (2014). Hjerneforskningen og dens relevans for musikterapien. I: L.O., Bonde (Red.) *Musikterapi: Teori – uddannelse – praksis – Forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (s.64-80) Klim.
- Creighton, A. (2011). Mother-infant musical interaction and emotional communication: A literature review. *The Australian Journal of Music Therapy*, 22, 37-50.

- Creighton, A. L., Atherton, M., & Kitamura, C. (2013). Singing playsongs and lullabies: Investigating the subjective contribution to maternal attachment constructs. *The Australian Journal of Music Therapy*, 24, 17-38.
- Crooks, A. & Mensinga, J. (2021). Body, Relationship, Space: Dance Movement Therapy as an Intervention in Embodied Social Work with Parents and their Children. *Australian Social Work*, 74(2), 250-258.
- Crowley, C. (2009). The mental health needs of refugee children: A review of literature and implications for nurse practitioners. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 21(6), 322-331.
- Dalgaard, N. T., Todd, B. K., Daniel, S. I. F., & Montgomery, E. (2015). The transmission of trauma in refugee families: Associations between intra-family trauma communication style, children's attachment security and psychosocial adjustment. *Attachment and Human Development*, 18(1), 69-89.
- Deckner, D. F., Adamson, L. B., & Bakeman, R. (2003). Rhythm in Mother-Infant Interactions. *Infancy*, 4(2), 201-217.
- Dencik, L., Jørgensen, P. S., & Sommer, D. (2008). *Familie og børn i en opbrudstid*. Hans Reitzels Forlag.
- Dhillon, K. K., & Dillon, S. (2020). Drumming and dancing: Creative movement for Convention refugee youth in a physical activity space. *Sport, Education and Society*, 25(3), 318-331.
- Doonan, F., & Bräuning, I. (2015). Making space for the both of us: How dance movement therapy enhances mother-infant attachment and experience. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 10(4), 227-242.
- Edwards, J. (2011). The use of music therapy to promote attachment between parents and infants. *The Arts in Psychotherapy*, 38, 190-195.
- Eisner, E. (2008). Art and knowledge. I: J. Knowles & A. Cole (Red.) *Handbook of the arts in qualitative research*. (s.3-12). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Ericksen, J., Loughlin, E., Holt, C., Rose, N., Hartley, E., Buultjens, M., Gemmill, A. W., & Milgrom, J. (2018). A therapeutic playgroup for depressed mothers and their infants: Feasibility study and pilot randomized trial of community hugs. *Infant Mental Health Journal*, 39(4), 396-409.
- Fazel, S., & Stein, A. (2002). The mental health of refugee children. *Arch Dis Child*, 87, 366-370.
- Fink-Jensen, K. (1998) *Stemthed – en basis for æstetisk læring*. Danmarks Lærerhøjskole.
- Hart, S. (2008). Tilknytningens betydning – et indblik i neuroaffektiv udviklingspsykologi. *Psylogiinformation*, 36(2) 23-40.
- Hart, S. (2009). *Den følsomme hjerne: Hjernens udvikling gennem tilknytning og samhørighedsbånd* (1. udg). Hans Reitzels Forlag.
- Hart, S. (2017). Introduktion til neuroaffektive processer i musikterapi I: Lindvang, C. & Beck, B. D (Red.) *Musik, krop og følelser – neuroaffektive processer i musikterapi*. (s.120-137) Frydenland Academic
- Holck, U. (2007). Musikterapi i lyset af musikalske træk i tidlige dialoger. *Psyke & Logos*, 28, 408- 426.
- Holck, U. (2014). Kommunikativ musikalitet – et grundlag for musikterapeutisk praksis. I: L.O., Bonde (Red.) *Musikterapi: Teori – uddannelse – praksis – Forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (s.130-137) Klim.

- Jacobsen, S., & Wigram, T. (2007). Music Therapy for the Assessment of Parental Competencies for Children in Need of Care. *Nordic Journal of Music Therapy*, 16(2) 129-143.
- Jarvis, P. (1999). *The Practitioner-researcher: Developing Theory from Practice*. Jossey-Bass Publishers.
- Juslin, P.N., Liljeström, S., Västfjäll, D. & Lundqvist, L. (2010). How does music evoke emotions? I: P. N. Juslin & J. A. Sloboda (Red.) *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Application* (s.606-639) Oxford.
- Karampoula, Elena & Panhofer, Heidrun. (2018). The Circle in Dance Movement Therapy: A literature review. *The Arts in Psychotherapy*, 58, 27-32.
- Kedem, D. & Regev, D. (2021) Parent-child dance and movement therapy (PCDMT): mothers' subjective experiences. *Body, Movement and Dance i Psychotherapy*, 16(2) 136-149.
- Koch, S.C. & Weidinger-von der Recke, B. (2009). Traumatized refugees: An integrated dance and verbal therapy approach. *The Arts in Psychotherapy*, 36, 289-296.
- Lamhaug, K. (2020) Musiske bevægelsesaktiviteter med flygtningefamilier – en styrket forælder-barn-relation. København: Københavns Universitet. Institut for Idræt og Ernæring.
- Leavy, P. (2015). *Method meets art: Arts-based research practice*. 2. udgave. Guilford Publications.
- Malloch, S. (1999). Mothers and infants and communicative musicality. *Rhythms, musical narrative, and the origin of human communication*. *Musicae Scientiae*, 13-18.
- Malloch, S. & Trevarthen, C. (2009). *Communicative Musicality. Exploring the Basis of Human Companionship*. Oxford University Press.
- Marsh, K. (2017). Creating bridges: Music, play and well-being in the lives of refugee and immigrant children and young people. *Music Education Research*, 19(1), 60-73.
- McMahon, J. (2016). Creative analytical practices. I: B. Smith & A. C. Sparkes (Red.) *Routledge Handbook of Qualitative Research in Sport and Exercise* (s.302-312). Routledge.
- McNiff, S. (2008). Art-Based research. I: J. Knowles & A. Cole (Red.) *Handbook of the arts in qualitative research*. (s.30-40). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Merleau-Ponty, M. (2002). *Phenomenology of perception: An introduction*. Routledge.
- Merleau-Ponty, M. (2016). *Kroppens fænomenologi (1.del af »Perceptionens fænomenologi«)* (2.udgave, 2.oplag). DET lille FORLAG.
- Millar, O., & Warwick, I. (2019). Music and refugees' wellbeing in contexts of protracted displacement. *Health Education Journal*, 78(1), 67-80.
- Moberg, U., M. (2006) *Afspænding, ro og berøring – Om oxytocins lægende virkning i kroppen*. Akademiske Forlag, København.
- Morantz, G., Rousseau, C., & Heymann, J. (2011). The Divergent Experiences of Children and Adults in the Relocation Process: Perspectives of Child and Parent Refugee Claimants in Montreal. *Journal of Refugee Studies*, 25(1), 72-89.
- Moving Families (2023). Forskningsprojekt Moving Families, Familieidræt, trivsel og tilknytningsprocesser i udsatte familier. [Moving families – Københavns Universitet \(ku.dk\): https://nexs.ku.dk/forskning/idraet-individ-samfund/krop-laering-og-social-forandring/bevaegelse-laering-og-social-forandring/moving-families/](https://nexs.ku.dk/forskning/idraet-individ-samfund/krop-laering-og-social-forandring/bevaegelse-laering-og-social-forandring/moving-families/) (01.09.23)
- Mumm, H. K. S. (2009). Et pusterum på asylcentret – En pædagog's oplevelse med musikterapi på Brovst Asylcenter. *Dansk Musikterapi*, 6(2), 13-15.

- Mumm, H. K. S. (2017). Kom lad os danse – regulering og afstemning i musikterapi med urolige børn i en skoleparathedegruppe. I: Lindvang, C. & Beck, B. D (Red.) *Musik, krop og følelser – neuroaffektive processer i musikterapi*. (s.120-137) Frydenland Academic.
- Roberts, B. (2009). Performative Social Science: A Consideration of Skills, Purpose, and Context. *Forum, qualitative social research*, 9(2).
- Røde Kors. (2019). *Trivsel hos børn på udrejsecenter Sjælsmark. En psykologisk undersøgelse*. TRYK KLS Pure print A/S.
- Sandahl, C., & Winther, H. (2016). Familieidræt: Bevægelse, udvikling og livgivende øjeblikke for store og små. *idrottsforum.org*.
- Spaaij, R. (2015). Refugee youth, belonging and community sport. *Leisure Studies*, 34(3), 303-318.
- Stern, D. (2000). *Spædbarnets interpersonelle verden: Et psykoanalytisk og udviklingspsykologisk perspektiv*. Hans Reitzels Forlag.
- Stern, D. (2004). *Det nuværende øjeblik – I psykoterapi og hverdagsliv*. Hans Reitzels Forlag.
- Stone, C. (2018). Utopian community football? Sport, hope and belongingness in the lives of refugees and asylum seekers. *Leisure Studies*, 37(2), 171-183.
- Trevarthen, C. (1999). Musicality and the intrinsic motive pulse: Evidence from human psychology and infant communication. *Musicae Scientiæ*, 155-215.
- van Ee, E., Kleber, R. J., Jongmans, M. J., Mooren, T. T. M., & Out, D. (2016). Parental PTSD, adverse parenting and child attachment in a refugee sample. *Attachment and Human Development*, 18(3), 273-291.
- van Manen, M. (1990). *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy*. State University of New York Press.
- van Manen, M. (2016). *Phenomenology of practice: Meaning-giving methods in phenomenological research and writing*. Taylor and Francis.
- Vlismas, W., Malloch, S., & Burnham, D. (2013). The effects of music and movement on mother– infant interactions. *Early Child Development and Care*, 183(11), 1669-1688.
- Winther, H. (2009). *Bevægelsespsykologi. Kroppens sprog og bevægelsens psykologi med udgangspunkt i danseterapiformen Dansergia*. Københavns Universitet.
- Winther, H. (2014). Grundfølelsernes liv og funktion i idræts- og bevægelsesundervisning – Et allestedsnærværende læringspotentiale. *idrottsforum.org*.
- Winther, H. (2015a). Praktikerforskning. I: L.F. Thiing & L. S. Ottesen (Red.) *Metoder i idræts- og fysioterapiforskning* (2.udgave). Munksgaard.
- Winther, H. (2015b). Leg og bevægelsesglæde – et universelt læringspotentiale. I: Winther, H., Engel, L., Nørgaard, M. & Herskind, M. (Red.) *Fodfæste og Himmelkys: Undervisningsbog i Bevægelse, Rytmisk Gymnastik og Dans* (2. udg.), (s.223-238) Værløse: Billesøe og Baltzer.
- Winther, H. (2017). Bevægelse og flow i børn og unges lære-, være- og udviklingsprocesser. *Unge pædagoger*, 1.
- Winther, H. & Berg, M. (2021). Kunstnerisk baserede forskningsmetoder: om kreative og bevægende tilgange til bacheloropgaver, specialer og forskningsprojekter. *idrottsforum.org*.
- Winther, H., Johansen, M. & Baumgarten, L. (2023). Moving Families – bevægelse og leg i en terapeutisk setting. I: Winther, H., Toft, K. & Køppe, S. (Red.) *Kunst, krop og terapi* (s.307-326) Hans Reitzels Forlag.

- Wigram, T. & Bonde L. O. (2014). Fysiologiske reaktioner på musik. I: L. O. Bonde (Red.) *Musikterapi: Teori – uddannelse – praksis – Forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (s.218-228) Klim.
- Whitley, M. A., Coble, C., & Jewell, G. S. (2016). Evaluation of a sport-based youth development programme for refugees. *Leisure/Loisir*, 40(2), 175-199.
- Woodhouse, D. & Conricode, D. (2017). In-ger-land, In-ger-land, In-ger-land! Exploring the impact of soccer on the sense of belonging of those seeking asylum in the UK. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(8), 940-954.

Tegning: Anni Arge Lamhauge

Musik: Helena Sigurdsdóttir Lamhauge og Katarina Sigurdsdóttir Lamhauge

Forfatterbiografier

Katarina Sigurdsdóttir Lamhauge er cand.scient. i Humanistisk-samfundsvidenskabelig idrætsvidenskab med sidefag i psykologi ved Københavns Universitet. Hun har en efteruddannelse i rytmik fra Rytmikhuset og udvikler, komponerer og tilbyder bevægelses-sanglege med forælder-barn-relationen i centrum i sin egen virksomhed. Hun har været rundt på flere af landets flygtningecentre med sine lege. Katarina er ansat som Videnskabelig assistent ved Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet, hvor hun følger projekt Moving Youth, der med en samskabende tilgang undersøger, hvordan man kan skabe en mere eksperimenterende og fællesskabende bevægelseskultur blandt børn og unge. Katarina er derudover projektleder for Sociale indsatser i Hovedstadens Svømmeklub, hvor hun arbejder med at styrke udsatte boligområder i København gennem bevægelsesfællesskaber.

Maise Johansen er ph.d. studerende ved Institut for Idræt og Ernæring Københavns Universitet. Hun har en kandidat i idræt og samfundsfag fra Københavns Universitet og har en tillægsuddannelse i journalistik og formidling fra Danmarks Journalisthøjskole. Maise har skrevet et prisvindende speciale om flygtningebørns udvikling i samarbejde med Røde Kors. Maise har specialiseret sig inden for udvikling af børn og unge i udsatte positioner både i Danmark og internationalt. Maise koordinerer og underviser i et projekt med helhedsorienteret familieidræt for flygtningebørn og deres forældre på Røde Kors Asylcentre.

Helle Winther er lektor Ph.d. ved Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet. Hun er desuden eksamineret danse- og kroppsykoterapeut. Helle underviser og forsker i dans, bevægelsespsykologi, danseterapi og kroppens sprog i professionel praksis. Helle er også certificeret danse- og kroppsykoterapeut og supervisor. Hun har i mange år arbejdet med at udvikle helhedsorienterede og glædesfulde bevægelsesaktiviteter. Herunder også leg, dans og familieidræt for børn og familier i sårbare positioner. Helle er desuden forfatter og redaktør på otte bøger og antologier og har publiceret et stort antal danske og internationale videnskabelige artikler. Helle har modtaget Gerlevprisen i 2019. Derudover har hun tidligere modtaget tre underviserpriser, herunder en »Harald«, prisen som årets underviser på Københavns Universitet.