

## MUSIK OG PSYKOLOGI – SET FRA SIDELINJEN

Ole Andkjær Olsen og Bo Møhl

Temaet musik og psykologi er indlysende relevant, når man betænker, hvor mange forbindelseslinjer der kan trækkes mellem de to felter. Igennem *Psyke & Logos'* hidtidige og efterhånden lange historie har vi afsøgt mange af psykologiens grænseområder så som sprog, historie, religion, moral, billeder, symboler, kunst, kultur og narrativitet, men først nu giver vi os i kast med musikken. Når vi lejlighedsvis har diskuteret temaet i redaktionen og med andre kollegaer, har det ikke skortet på interesse, men det har været mere tvivlsomt, hvorvidt musik som en højt elsket fritidsinteresse blandt psykologer faktisk kunne forbindes med deres professionelle ståsted i psykologien, uden at resultatet netop ville blive amatørisk. De få og sporadiske danske arbejder om musik og psykologi skrevet af psykologer var ikke umiddelbart lovende for muligheden af at sammensætte et helt temanummer om dette emne. I kredsen omkring tidsskriftet var det kun forh. professor Alice Theilgaard, der havde arbejdet lidt mere indgående med emnet, og som derigennem kunne give os nogle nyttige råd og vink.

Vi kendte naturligvis til eksistensen af en dansk musikterapeutisk tradition, der – som vi mente at se det – var kommet til verden ved, at en række personer, der overvejende havde deres professionelle ståsted i musikken, med baggrund i udenlandske traditioner, havde opbygget en musikterapeutisk uddannelse på Aalborg Universitet. I redaktionen havde vi imidlertid ikke nærmere kontakter til dette miljø, og det skal ikke være nogen hemmelighed, at der blandt psykologer af og til har kunnet spores en vis skepsis over for det. Måske har et strukturelt brødnid inden for psykoterapisektoren også medvirket til at skabe mistillid til denne nye gruppe af terapeuter uden for psykologforeningens regi?

Undertegnede redaktionsmedlemmer påtog os at sætte skibet i vandet vel vidende, at vi ikke selv kunne sejle det i land igen på egen hånd. Vi havde brug for et eksternt gæsteredaktør og valgte at henvende os til Lars Ole Bonde fra det musikterapeutiske miljø i Aalborg, forfatter til de store artikler om musik og psykologi samt musikterapi i *Gads Musikleksikon*<sup>1</sup>. Ved hans mellemkomst blev der opstillet en liste over danske og visse udenlandske kapaciteter på området, og en stor del af disse indvilligede i at deltage i pro-

---

1 Finn Gravesen og Martin Knakkegaard (red.): *Gads Musikleksikon*, 2. udg. 2005.

jektet. Det var en forudsætning, at musikpsykologien og musikterapien som to sammenhængende områder var nogenlunde ligeligt repræsenteret.

Vi har i *Psyke & Logos'* regi holdt årlige temakonferencer siden 1989, men efter psykologistudiets overflytning fra Amager til den indre by holdt vi en pause i 2006. I 2007 genoptog vi traditionen med en konference om musik og psykologi i det store auditorium på CSS, Center for Sundhed og Samfund, hvor ni af temanummerets bidragydere præsenterede deres kommende artikler. Konferencen var fagligt vellykket og udnyttede auditoriets moderne faciliteter ved brillant at spille på hele multimediespektret, men den var desværre ikke helt så velbesøgt, som vi kunne have ønsket, måske p.g.a. mangelfuld annoncering, måske fordi temaet endnu ikke er repræsenteret på psykologistudiet. Vi håber til gengæld, at det trykte nummer nu vil kunne være med til at give musikpsykologien et gennembrud blandt danske psykologer.

Nummeret er opbygget således, at første del har hovedvægten på den almene eller i hvert fald ikke-terapeutiske del af musikpsykologien, mens anden del mere snævert koncentrerer sig om musikterapien. I sin indledende artikel redegør Lars Ole Bonde nærmere for denne inddeling, ligesom han placerer de enkelte artikler i sammenhæng med den danske musikpsykologiske tradition, som den tegner sig i dag.

De alment orienterede artikler kredser for fleres vedkommende om forholdet mellem musik og sprog. Sprogpsykologien har på mange måder været psykologiens pilotdisciplin gennem det tyvende århundrede, og sprogforskningen har givet struktur til den psykologiske udforskning af bl.a. tænkningen, udviklingen og personligheden. Herigennem er det førsproglige og ikke-sproglige ofte blevet analyseret i sin kontrast til det sproglige, ikke mindst når kropsoplevelsen, følelserne og den billedlige side af virkeligheden skulle forstås. Således kom man let til at stå med en fasttømret polaritet, hvis afsluttedhed og lukkethed blev understreget af, at den i nogen grad også lod sig placere i forhold til de to hjernehalvdele og deres funktioner.

Nu kommer så musikkens psykologi og udfordrer de vante forestillinger; for musikken spænder tydeligvis over begge poler. På den ene side findes der musikalske strukturer i den førsproglige psyke, og terapeutisk er musikken da også et særligt velegnet redskab til at kontakte patienter med et sprogligt deficit. På den anden side står musikken ikke tilbage for talesproget i kompleksitet, og i mange musikanalyser bliver der ligefrem trukket paralleller til matematiske teoridannelser, der af Wilfred Bion som bekendt placeres på et højere kompleksitetsniveau end sproget. De fleste bidragydere taler for, at musikpsykologien, der så småt er ved at holde sit indtog i Danmark, ikke skal blive en disciplin for en isoleret gruppe af feinschmeckere, men tværtimod bør udvikle sig i tæt forbindelse med andre discipliner, herunder psykologien. Et sådant tilbud om samarbejde synes vi bestemt, at psykologerne skal tage godt imod, fordi mange af de store psykologiske teoridannel-

ser gen-gennemtænkt med musikkens problemstillinger in mente vil kunne suppleres, på nogle punkter omformuleres og måske ligefrem repareres de steder, de har hidtil har været for ensidige.

Det musikterapeutiske aspekt står centralt i dette nummer af *Psyke & Logos*. Det er uomtvisteligt, at musik påvirker os følelsesmæssigt, og nogle vil ligefrem sige, at netop den følelsesmæssige påvirkning er musikkens primære psykologiske funktion og den primære grund til, at vi hører musik. Undersøgelser synes at vise, at musik kan være følelsesaktiverende på tre forskellige måder:

- (1) Episodiske associationer. Musikken kan reaktivere følelser fra tidligere faser eller episoder i vores liv. Denne forbindelse mellem musik og følelser er mindre interessant fra et musikvidenskabeligt synspunkt, fordi erindringer og følelser er aktiveret af idiosynkratiske eller individuelle livssammenhænge.
- (2) Ikoniske associationer skabes i og med, at musikken ligner eller efterligner lyde, som stammer fra ikke-musikalske sammenhænge (f.eks. fuglekvidder, tordenvejr), eller ved at gengive lyde eller passager, som er karakteristisk for en bestemt emotion (f.eks. en trist mol-akkord), der skaber følelsesmæssige reaktioner hos lytteren.
- (3) Strukturelle elementer. Mere interessant er måske den måde, som musikkens struktur udfolder sig på i et musikalsk forløb. Det musikalske forløb skaber uundgåeligt forventninger hos lytteren og den måde, som disse forventninger enten bliver bekræftet eller det modsatte: benægtet, er med til at skabe følelsesmæssige reaktioner hos lytteren. Fokus har været rettet mod de såkaldte *hot spots*, som er bestemte følelsesladede passager i musikken, der f.eks. kan skabes strukturelt ved at opbygge en spænding og forløse den igen eller ved at ændre timingen, således at lytteren bliver overrasket eller reagerer følelsesmæssigt.<sup>2</sup>

Pointen i ovenstående er, at musikken har sit sprog, som mange kan føle, men uden dog helt at kunne forstå det. Vi kan føle musikken uden helt at forstå, hvad der skaber vores følelser. Vi kan således tale om, at noget musik er beroligende eller har nerve uden præcist at kunne forklare, hvorfor eller hvordan. Hvad er det f.eks., der giver Keith Jarrett den helt specielle feeling, som gør, at man ikke er i tvivl om, at det ham, der spiller, allerede når man hører første akkord? Eller hvad er det, som giver Stevie Wonders musik den helt specielle feeling, så man heller ikke her er i tvivl om, hvem man lytter til, når man hører et stykke musik af ham. Vi tror, at de fleste vil være enige med os i, at både Jarrett og Wonder har et stærkt følelsesgenererende spil,

---

2 M. Waterman (1996): Emotional responses to music: implicit and explicit effects in listeners. *Psychology of Music*, 24, 52-67.

uden at vi derfor kan sætte fingeren på præcist, hvad det er, der gør det. Musik er på den måde svær at beskrive.

Det er først i de senere år, at man er begyndt systematisk at bruge musikens psykologiske indflydelse terapeutisk. Musikken stemmer sindet, aktiverer følelser og bærer projektioner uanset, om man selv er aktivt udøvende, eller om man er lytter. Vi kan mærke det, men det er de færreste af os, der besidder den fornødne evne til at kunne forklare hvordan og hvorfor.

Mange psykologer spiller musik eller er entusiastiske musikelskere i deres fritid, men kun få bruger musikken i deres terapeutiske virke. En af grundene til dette kan være, at der ikke har været tradition for at bruge musikken terapeutisk, og dette kan måske hænge sammen med, at musikken betjener sig af et andet sprog, som er svært at forholde sig til, når man ikke er musiker. Musikken udfolder sig i et nonverbalt domæne, som aktiverer følelser, men lader de fleste på herrens mark, når det gælder forklaring. Derfor er det svært at bruge musik i systematisk psykoterapeutiske forløb, hvor terapeuten som minimum må være vidende om, hvad der sker. Psykoterapi er her i landet helt overvejende en sproglig disciplin og dette til trods for, at det kræver en hel del musikalitet at få fat i alle klienten/patientens sproglige nuancer og betydninger. Når sproget er terapiens primære medium, repræsenterer det en stor fornyelse og udfordring til det etablerede, når musikterapeuter bruger takt, tone og sang i deres kommunikation med klienter/patienter.

På flere psykiatriske institutioner, hvor der bedrives psykoterapi, synes der at være en skepsis over for nye behandlingsformer, herunder musikterapi<sup>3</sup>. Det er kun få steder, der har ansat en musikterapeut, skønt man flere steder arbejder med musikgrupper, hvor patienterne enten spiller sammen eller lytter til musik. Disse initiativer er imidlertid ofte båret af en glæde ved musikken, uden at terapeutterne har dybere refleksioner over, hvordan og hvorfor musik fungerer, som den gør. Dette efterlader musikterapi som lidt af et stedbarn i dansk psykologi og psykiatri – en status, som vi med dette nummer af *Psyke & Logos* gerne vil medvirke til at ændre.

Fra redaktionen af *Psyke & Logos* skal lyde et stor tak til Lars Ole Bonde for det kolossale arbejde, han har lagt i nummeret. Vi kan samtidig henlede opmærksomheden på og ønske til lykke med, at det musikterapeutiske forskningsmiljø i Aalborg, som han repræsenterer, netop er blevet tildelt årets pris for et dynamisk forskningsmiljø af Forskningsrådet for Kultur og Kommunikation. »Miljøet har i kraft af initiativ udadtil og et stærkt indre samarbejde formået at placere sig internationalt, og bidrager til udvidelse af

---

3 Musikterapeuter i psykiatrien har siden 1998 haft et netværk med samme navn. MIP har p.t. 16 musikterapeuter som medlemmer, og de arbejder inden for voksen-, børne- og ungdoms, social-, rets- og gerontopsykiatrien. Se [www.mip.aau.dk](http://www.mip.aau.dk)

perspektiverne for humanistisk forskning ved at bygge bro mellem humaniora og sundhedsvidenskab«, lyder det blandt andet i motiveringen.

Det var oprindelig tanken at indlægge en CD eller DVD i nummeret, men af redaktionelle, tekniske og økonomiske grunde har vi i stedet valgt at gøre det med artiklerne følgende eksempelmateriale tilgængeligt på nettet på adressen [www.musikterapi.aau.dk/musikogpsykologi](http://www.musikterapi.aau.dk/musikogpsykologi). I de enkelte artikler vil der være henvist hertil. Vi kan endelig nævne, at de mange musikeksempler, der er omtalt i de enkelte artikler, i vid udstrækning kan findes og lånes/høres via Bibliotekernes Netmusik.

Som nævnt er musiktemaets artikler gennemgået af Lars Ole Bonde i hans indledende artikel. Uden for temaet bringes til sidst tre anmeldelser. Peter Berliner anmelder i en større artikel tre nyere danske og en norsk bog, som han placerer under overskriften politisk psykologi. Som afslutning omtaler han nogle artikler af den britiske traumeforsker Metin Basoglu, der bl.a. kritiserer de metoder, der har været anvendt på det danske forsknings- og rehabiliteringscenter for torturofre. Herefter anmelder Svend Brinkmann Benny Karpatschofs bog om de kvantitative metoder i psykologien, der senere skal følges op af en bog om de kvalitative metoder. Endelig anmelder Jesper Vaczy Kragh Jette Møllerhøjs ph.d.-afhandling om dansk psykiatrichistorie 1850-1920.