

## INTRODUKTION TIL MUSIKTERAPI

Rachel Darnley-Smith & Helen M. Patey:  
Musikterapi

Oversat og bearbejdet til danske forhold af  
Lars Ole Bonde og Hanne Mette Ochsner Ridder  
Dansk psykologisk Forlag, 2007, 264 s.

Anmeldt af Peter la Cour

I det praktiske liv er jeg flere gange kommet forbi steder, hvor man udførte musikterapi. Jeg har hver gang undrende tænkt på, hvad det mon gik ud på – hvad har musik at byde på som noget særligt, der ikke vil kunne indeholdes i almindelig psykologisk samtale-terapi – og giver det overhovedet mening at sammenligne?

Denne basalt introducerende bog gav svar på en del spørgsmål, men også på en del, jeg ikke umiddelbart havde stillet. Bogen er oversat fra engelsk og samtidig omfangsrigt suppleret med oplysninger om de danske forhold, idet der findes en officiel kandidatuddannelse i musikterapi, som bogen samtidig introducerer.

Det fremgår flere steder i bogen, at musikterapi har bevist sin terapeutiske værdi i mere hårdkogt, evidensbaseret forstand. Et spontant online-opslag i Cochrane-biblioteket giver da også dags dato ca 75 hits omkring evidens ved fx musik og smertebehandling, autisme, skizofreni og demens. Selv om denne form for viden danner baggrund for bogens fremstilling af musikterapi, er det ikke videregivelse af denne viden, der er bogens sigte. Bogen ønsker langt snarere at give indtryk af, hvad arbejdet som musikterapeut går ud på, og hvordan det opleves at arbejde med musikterapi.

Bogen er inddelt i to dele: Selve introduktionen, der behandler musikterapiens historie – med rigelige årstalslister for den danske musikterapis historie, og en kort omtale af to (ud af fem) hovedretninger af musikterapi. Det bliver hurtigt klart, at teksten hovedsagelig er skrevet ud fra en psykodynamisk terapiforståelse, hvor overføring og modoverføring er centrale terapeutiske begreber og arbejdsfelter, ligesom brud på terapiens ydre rammer i form af tid og rum er genstand for tilbagevendende refleksion og tolkning.

Seks grundantagelser om musik som terapeutisk værktøj opstilles. Antagelserne understreger alle på en eller anden måde, at *musik er mere grund-*

*læggende end verbalt sprog*, og det er en af de pointer, man får med ved læsning på novice-niveau, som her. Musik er universel, og den kan defineres meget bredt. Musik kan fremkalde respons af psykologisk, neurologisk og fysiologisk karakter selv hos individer, der grundet sygdom eller kvæstelse ellers er uden for kontakt med omverdenen. Musik går forud for sproget og kan være middel til både kommunikation og selvudfoldelse af følelser.

Nogle af de musikterapeutiske teknikker og refleksioner præsenteres – herunder fx overvejelser over instrumentvalg i forskellige sekvenser af terapien, men også overvejelser over den i mine ører noget gyseligt navngivne disciplin: »klinisk improvisation«, hvor formålet ikke er at give et musikalsk selvstændigt udtryk, men alene at opnå en relation til klienten i samspillet. I et længere kapitel gennemgås mulighederne for at uddanne og videreuddanne sig som musikterapeut, læseren oplyses således detaljeret om uddannelsens forskellige fagelementer – hvor musikterapeuternes egenterapi tilsyneladende vægtes højt – men læseren oplyses også særdeles konkret om fx mailadressen på studievejledningen på Ålborg Universitet. Under beskrivelsen af videreuddannelsesmulighederne gik det for første gang op for mig, at i hvert fald nogle af denne bogs musikterapeuter må beskrives som sensible folk. I en længere case-beskrivelse omkring en besværlig klient er det således ikke arbejdet med klienten, der fylder, men derimod terapeutens arbejde med sig selv i supervisionen, der er i fokus. Det bliver undervejs klart, at terapeutens følelser over for terapien har at gøre med nogle »uafsluttede ting« fra tidligere i karrieren, det viser sig endog, at terapeutens følelser er »forbundet med forhold helt tilbage fra barndommen« (s. 117) (sic!).

Bogens anden halvdel handler om musikterapi i praksis og bygger hovedsagelig på en række case-fremstillinger. Det fremgår, at der i musikterapiens refleksioner er særligt fokus på terapeuternes *indlevelse* i klienterne – også når indlevelsen er vanskelig og tung – og der er fokus på beskrivelserne af *ikke-verbale kontaktformer* af næsten enhver form – herunder også, at klienterne fx forlader lokalet eller falder i søvn. Implicit fra casebeskrivelserne står også en anden hovedpointe, nemlig at det klientel, der oftest arbejdes med, i vidt omfang drejer sig om klienter, der ganske simpelt ikke magter en normal verbal kontaktform: Autistiske og hjerneskadede børn, mennesker med Downs syndrom, svært adfærdsforstyrrede unge, demente ældre, døende – dvs. klienter, der ikke vil kunne forventes at kunne profitere af et psykologisk, samtaleterapeutisk forløb.

Et kapitel indeholder korte, teoretiske overvejelser over forholdet mellem improvisation og højere og lavere grader af struktur i den musikalske udveksling, en udveksling der både kan forekomme individuelt og på gruppeniveau. Overvejelserne underbygges af case-fremstillinger omkring børn, hvor musikkens potentiale ved såkaldt *deficit-patologi* bliver åbenbar for en ukyndig som mig. Fx når en terapeut har følgende udveksling med en helt ung pige, der er plaget af rigid og tvangspræget adfærd og svær anorexi:

»Vuggende musik« sagde (terapeuten), »som bølgerne under en båd.«  
»Du kan lide at blive vugget af musik.« Tina nikkede og fortsatte med at spille. (s. 134)

Musikterapi kan tilsyneladende være en følelsesmæssigt anstrengende og ofte besværlig proces for terapeuten – i al fald tilegnes et helt kapitel »bearbejdning af modgang« i terapien. Noget af det her beskrevne kan for den udenforstående let få et ufrivilligt komisk skær, fx når et afsnit i dette katalog over besværligheder bærer titlen: »Når klienten foretrækker at tale«, og når man finder en liste over fire steder i terapien, hvor terapeuten kan anvende ord i funktionel betydning: 1) Til at sige goddag og velkommen, 2) til at vælge instrument, 3) til at markere tidsrammen: nu er det snart tid til at slutte, 4) til at sige farvel og bekræfte tiden for næste session.

Musikterapeuterne eksperimenterer som en del af deres arbejde ofte med hinanden og går selv i musikterapi. Det er der sikkert gode og nødvendige grunde til, men det ufrivilligt let komiske melder sig stærkt, når der gives eksempler på de følelsesmæssige belastninger, terapeuterne kan udsættes for. På s. 96 ankommer en terapeut fx til en skole for at finde, at børnene er taget på udflugt. Der reflekteres: »Sådanne brud på rammen kan i den grad virke nedslående på terapeuten, som måske reagerer ved at føle sig overbebyrdet eller syg«. Og på side 188, i kapitlet om modgang i terapien, går det helt galt, når »...musikterapeuter, hvis klienter ikke ønsker at spille, kan opleve ubehagelige, men vigtige følelser,« og kan føle sig »afvist, under vurderet, tilsidesat, manipuleret, ineffektiv og uden evner og kan føle skyld i forhold til at være betalt for at lave »musikterapi« uden, at de faktisk laver musik«.

Når man har smilet færdig og har lukket bogen, står man dog helt essentielt tilbage med indtrykket af, at musikterapi er et væsentligt og selvstændigt bidrag i forståelsen og omgangen med klienter, der ikke vil blive betegnede som hverken forandrings- eller arbejdsmarkedsparete. Klienter, som ofte uhyggelig let forbliver usete, uhørte og uforståede i det offentlige og sociale system. Det er vigtigt og vidunderligt at nogle mennesker – som her via musikterapien – tager denne udfordring op og investerer sig selv fuldt ud i at give disse klienter en menneskelighed, som de ikke uden hjælp selv kan magte at udtrykke. Som introduktion til denne form for samvær med andre og for den, der påtænker at tage denne form for uddannelse, står bogen klart og tydeligt i sin grundholdning, der er præget af en stor, og i disse effektivitets-tider både sjældnen og stærkt efterspurgt, ægte humanitet.