

Ny forskning i musikterapi

Januar 2021 - august 2021

*Hanne Mette Ochsner Ridder, professor
ved Musikterapiuddannelsen og Forskerpro-
grammet i Musikterapi, Aalborg Universitet.
Kontakt: hanne@hum.aau.dk*



Specialeafhandlinger i musikterapi

Trods nedlukning på grund af COVID-19 gennemførte musikterapistuderende på 9. semester deres lange praktikperiode med afstand, visirer og mundbind i efteråret 2020 og skrev kandidatspeciale med online-vejledning i foråret 2021. I specialerne forskes i spørgsmål der vedrører både nyfødte, demensramte og hospicepatienter, og med fokus på nærvær, identitet, afstemning og/eller stemmens betydning. Stort tillykke til de færdige kandidater i musikterapi! Kandidatspecialerne kan downloades fra Det Digitale Projektbibliotek¹.

Amalie Gerner Larsson: Psykodynamiske perspektiver på empati og nærvær i musikterapi med mennesker med demens – En hermeneutisk undersøgelse

Arndt Saalfeldt: Stemmens identitet i Musikterapi: En kvalitativ hermeneutisk transcendental fænomenologisk analyse der udforsker sangstemmens kvalitet som indikator for identitets-tilstande hos en ældre herre med alzheimers sygdom

Charlotte Knyberg Christensen: Musikterapi som støtte til forældre på NICU – Et fænomenologisk hermeneutisk multi-casestudie af hvordan musikterapeutisk stemmebrug, improvisation og musiklytning, beskrevet gennem forskellige forældres oplevelser i musikterapi, kan forstås som støtte under indlæggelsen på neonatalafdeling (NICU)

Clara Boeg: Aldrig tilbage igen – et kvalitativt singlecasestudie om affektiv afstemning og regulering i musikterapi

¹ Kandidatspeciale: [https://projekter.aau.dk/projekter/da/semesters/10-semester\(c2d98b54-883a-4435-9c11-3fa9846e58c5\).html](https://projekter.aau.dk/projekter/da/semesters/10-semester(c2d98b54-883a-4435-9c11-3fa9846e58c5).html)

Ditte Skov Kristensen: Musikterapeutisk brug af Goddagsangen: Et casestudie med en "etnografisk deskriptiv mikroanalyse" af to videoklip

Mattias Hovgaard Hansen: Livskvalitet forstået som tegn på nærvær i musikterapisessioner med en hospicepatient – et kvalitativt single-casestudie

Monique Popescu: Let me play a song for you – A qualitative single case study

Sara Freja Harries: Det stemmeimprovisatoriske møde mellem klient og musikerterapeut. Et kvalitativt fænomenologisk inspireret case-studie af en kvinde med depressions- og angstsymptomer, med fokus på at undersøge betydningen af det stemmeimprovisatoriske møde mellem klient og musikerterapeut



kandidatdag

Nyt om forskning i musikterapi fra AAU

I 1981 blev **Inge Nygaard Pedersen** ansat på Aalborg Universitet med opgaven at starte en ny uddannelse i Danmark. Det lykkedes i den grad, og nu – 40 år efter – blomstrer musikterapiuddannelsen. Samtidig med 40 års jubilæet i 2021 går Inge Nygaard Pedersen på pension. Et stort tillykke til Inge Nygaard Pedersen for at have etableret en ny profession i Danmark og for at have oprettet en uddannelse der med hende ved roret har gjort musikterapi til et vigtigt og anerkendt fag. Uddannelsen optager støt nye studerende, der er rift om de færdige kandidater, og kendskabet til musikterapi breder sig. I forbindelse med Inge Nygaard Pedersens fratræden overtager **Niels Hannibal** den administrative ledelse af Musikterapiklinikken på Aalborg

Universitets Hospital – Psykiatrien, og **Bolette Daniels Beck** indgår som forsker. Klinikken har eksisteret siden 1995, og har udsigt til udflytning til det nye supersygehus (NAU) inden for de næste år.

På uddannelsens treårige overbygning med forskeruddannelse kan der i sensommer 2021 bydes velkommen til ikke mindre end tre nye ph.d.-studerende: **Rut Wallius** fra Sverige samt **Kerry Devlin** og **Karen Goodman** som begge er fra USA. Wallius forsker i anvendelsen af musikterapi til børn i familiepleje, og Devlin og Goodman forsker i hvordan henholdsvis behandlingsoplæg og supervision medvirker til at forme praksis, uddannelse og identitet. Det forventes at der i foråret 2022 igen vil blive annonceret et eller flere scholarships som giver mulighed for at blive indskrevet som ph.d.-studerende med hele forskeruddannelsen betalt, men hvor ens arbejdsplads dækker lønnen.

Ph.d.-ugekurset i april 2021 blev afholdt online på grund af COVID. Der deltog ni ph.d.-studerende og gæsteforskere fra USA, Spanien, Israel og Danmark. Dele af kurset, herunder et online seminar om *kunstig intelligens, kunst og sundhed* var åbent for alle, og på denne måde gav onlineformatet nye muligheder for at nå bredt ud med dialog og forskningsformidling.

Fra musikterapiforskningsgruppen på AAU er resultaterne fra et kontrolleret studie udgivet med **Bolette Daniels Beck** som førsteforfatter. Her påvises en positiv effekt af musikterapi på trivsel og dissociation hos traumatiserede flygtninge. Endvidere har **Gustavo Schulz Gattino** udgivet e-bogen *Essentials of Music Therapy Assessment*. Se hele listen med gruppens nyeste forskning på Aalborg Universitets videnbase.²

Interviewundersøgelser

Hvordan sætter musikterapeuter mål for terapiforløb?

Den australske forsker **Grace Thompson** har undersøgt hvad der har betydning når musikterapeuter sætter mål for deres praksis. I en international undersøgelse har hun interviewet 45 erfarne musikterapiundervisere og supervisorer heraf med seks deltagere fra Danmark. Analysen viser at processen med at identificere et terapeutisk fokus er den vigtigste del af det terapeutiske ansvar, da det sætter en retning for terapien. Terapeutisk fokus omfatter både mål og intentioner for terapien og viser sig at inddrage mange flere facetter end blot om terapeuten er resultat- eller oplevelsesorienteret. Således identificeres det terapeutiske fokus ud fra både klienten, terapeuten og konteksten, og tager højde for det professionelle samarbejde, klientens selvbestemmelse og terapeutisk alliance.

Thompson, G. A. (2020). A grounded theory of music therapists' approach to goal processes within their clinical practice. *The Arts in Psychotherapy*, 70, (preprint), 1-12.

2 Videnbasen VBN: <https://vbn.aau.dk/da/organisations/musikterapi/publications/>

Hvad er Music Breathing?

I et andet interviewstudie undersøges metoden *music breathing*. Metoden er udviklet af den svenske psykiater, psykoterapeut og træner i Guided Imagery & Music, **Dag Körlin**. I interviewet uddyber han hvordan han bruger meditativ, trefaset åndedræt som optakt til musiklytning i GIM. Under musiklytningen er der fortsat fokus på at fordybe og udvide åndedrættet, og der vælges således musik ud fra komponenter for hvordan musikken aktiverer og modulerer åndedrættet.

Shum, W. W. A. (2021). An Interview with Dr. Dag Körlin: Discussing Music Breathing. *Voices: a world forum for music therapy*, 21(2), 1-12.

Effekt-undersøgelser

I forlængelse af Körlins metode, der kombinerer musikterapi og åndedræt, er det interessant at følgende nye studier kredser om betydningen af åndedræt i terapi, bl.a. i forbindelse med fællessang og improvisatorisk musikterapi.

Kan fællessang øge trivsel for Parkinsonpatienter?

Åndedrætsøvelser indgik som en del af den standardiserede metode anvendt til ugentlig fællessang for personer med Parkinsons sygdom. Her blev der først sunget en velkomstsang og efterfølgende brugt fem minutter på åndedrætsøvelser af den type som almindeligvis anvendes ved korsang for at styrke bugstøtten. I alt deltog 95 kognitivt velfungerende Parkinsonpatienter på gennemsnitligt 70 år til fællessang i både Australien, UK og Korea. Efter 6 måneder kunne man måle signifikant fald i bl.a. stress og angst, og stigning i trivsel – dog uden at tallene var sammenlignet med en kontrolgruppe.

Irons, J. Y., Hancox, G., Vella-Burrows, T., Han, E. Y., Chong, H. J., Sheffield, D., & Stewart, D. E. (2021). Group singing improves quality of life for people with Parkinson's: an international study. *Aging & mental health*, 25(4), 650-656.

Kan fællessang øge lungefunktion?

I et irsk studie deltog 78 voksne med KOL i fællessang i en time ugentligt over 8 gange. Første gang fik de udleveret et sanghæfte og en CD med både åndedrætsøvelser og udvalgte sange som de blev opfordret til at bruge hjemme hver dag. Sanggrupperne var på 12-35 personer og blev ledet af en sanglærer med erfaring i stemmetræning. I åndedrætsøvelserne blev deltagerne bl.a. opfordret til at tilbageholde åndedrættet i længere tid end de var vant til. Resultaterne viser signifikant forbedring i en 6-minutters gangtest og positive tendenser med hensyn til depression og specifikke parametre for KOL-patienter.

Cahalan, R., Green, J., Meade, C., & Griffin, A. (2021). "SingStrong": Singing for better lung health in COPD—A pilot study. *Physiotherapy Theory and Practice*, (preprint), 1-9.

Kan fællessang varetages af en social robot?

Et pilotstudie viser at fællessang som ledes af en ergoterapeut har signifikant bedre resultater end hvis fællessang ledes af en social robot. Forsøget med robotten blev afprøvet under COVID-restriktioner i Taiwan på et ældrecenter for kognitivt vel-fungerende ældre. Gruppen med ergoterapeuten fik signifikant højere score på en række intra- og interpersonelle mål. Robot-gruppen havde dog højere score på tre faktorer, nemlig sammenhængskraft, altruisme og eksistentielle faktorer.

Liao, Y. H., Tzu-Yuan, L., Wu, C. C., & Shih, Y. N. (2021). Can occupational therapy manpower be replaced with social robots in a singing group during COVID-19?. *Work*, 68, 21-26.

Øget effekt af musikterapi med vejtrækningsøvelser?

I tidligere forskning er det bekræftet at musikterapi mindsker depression hos voksne. Da musikterapi består af mange komponenter, undersøgte en finsk forskergruppe to isolerede teknikker i improvisatorisk psykodynamisk musikterapi. Den ene bestod af vejtrækningsøvelser hvor man tæller sine vejtrækninger og forsøger at reducere antallet til mindre end seks per minut. Den anden teknik bestod i at lytte til digitale optagelser af klientens og terapeutens improviserede musik på digitale instrumenter. Lytningen indgik både i sessionen og som hjemmearbejde mellem sessionerne. I alt deltog 70 personer med depression i alderen 19-57 i et 6 ugers musikterapiforløb med to ugentlige sessioner som enten indeholdt vejtrækningsøvelser eller hjemmelytning, begge dele eller ingen af delene. Resultaterne viser et signifikant fald i depression og angst, uanset om musikterapien er med eller uden vejtrækningsøvelser og hjemmelytning. Hjemmelytning har dog ikke nogen effekt i sig selv, hvorimod vejtrækningsøvelserne forøger effekten af musikterapi.

Erkilä, J., Brabant, O., Hartmann, M., Mavrolampados, A., Ala-Ruona, E., Snape, N., ... & Gold, C. (2021). Music Therapy for Depression Enhanced With Listening Homework and Slow Paced Breathing: A Randomised Controlled Trial. *Frontiers in psychology*, 12, 300.

Kan sang sprede virus?

De foregående undersøgelser viser at det er sundt at trække vejret og/eller at synge, MEN der er en bagside. En forskergruppe fra Berlin har med særlig følsomt udstyr gennem en række eksperimenter undersøgt aerosoler i udånding. Aerosoler er dråber i udåndingsluften der er så små at vi ikke kan se dem. De kan på grund af deres ringe størrelse blive hængende i luften i flere timer. Resultaterne viser at der udskilles gennemsnitligt 5 aerosolpartikler per sekund ved almindelig udånding og gennemsnitligt 66 ved tale. Når vi synger udskiller vi ikke mindre end gennemsnitligt 1.537 aerosolpartikler i sekundet. En enkelt af de professionelle sangere i forsøget udskilte ikke mindre end 10.312 partikler i sekundet ved kraftig sang. Luftstrømmen gennem struben øges når vi synger, hvilket træner lungefunktion, men til gengæld markant øger smitterisiko ved luftbårne vira.

Mürbe, D., Kriegel, M., Lange, J., Rotheudt, H., & Fleischer, M. (2021). Aerosol emission in professional singing of classical music. *Scientific reports*, 11(1), 1-11.

Fremmer musiklytning indre billeddannelse?

Den tidligere nævnte metode *music breathing* er udviklet i forbindelse med Guided Imagery and Music, GIM. I den sammenhæng er der en undersøgelse der peger på at musiklytning påvirker indre billeddannelse – uden at der i undersøgelsen dog nævnes GIM. Mange der lytter til musik, faktisk hele 70%, har visuelle forestillinger, det vil sige at de ser indre billeder for sig. I flere terapiretninger bruges sådanne visuelle forestillinger, måske som guidede fantasirejser eller til mentaltræning af sportsfolk. Et forskerhold har undersøgt om det har nogen betydning hvis der i de sammenhænge spilles musik. Og det har det. Visuelle forestillinger er ekstra levende, indholdsrige og følelsesmæssige når de ledsages af musik. I alt deltog 100 voksne mellem 18 og 55 år. De blev bedt om at udføre nogle enkle visualiseringsøvelser som foregik enten i stilhed eller med en af følgende tre tilfældigt udvalgte musiknumre hvoraf hver indgik med to forskellige indspilninger: J. S. Bach (*O Haupt voll Blut und Wunden*), C. Debussy (*Tarantelle Styrienne*) og R. Rodgers (*My Favorite Things*). Alt efter hvilken musik, der blev spillet, var der forskel på livagtigheden og den følelsesmæssige stemning i billeddannelsen. Dette afhang tilsyneladende mere af karakteristika i indspilningerne end af selve musikstykket. Et interessant resultat med hensyn til udvælgelse af musik i musikterapi.

Herff, S.A., Cecchetti, G., Taruffi, L. et al. (2021). Music influences vividness and content of imagined journeys in a directed visual imagery task. *Scientific Reports*, 11,(preprint), 1-12.

Styrker musik immunforsvaret?

Hvis musik påvirker både billeddannelse og helt basale funktioner som åndedræt, er det relevant at undersøge om musik har en bredere sundhedsmæssig effekt. Et review af forskningsundersøgelser viser at støj har en negativ indvirkning på HPA-aksen og SAM-systemet. HPA-aksen er en forbindelse i hjernen mellem hypothalamus, hypofysen og binyrerne som tilsammen danner et neuroendokrinologisk system og bl.a. bidrager til udskillelse af adrenalin, noradrenalin og kortisol. SAM-systemet aktiverer det sympatiske nervesystem hvorved bl.a. adrenalin udskilles, og deraf navnet det sympatiske-adrenomedullære system. I truende situationer aktiveres SAM og der udskilles ligeledes adrenalin, noradrenalin og stresshormoner (katekolaminer). De to systemer er tæt knyttet til hinanden, og er en person i længere tid udsat for støj, vil det via begge systemer påvirke immunforsvaret i negativ retning. Det viser sig at musik har den modsatte effekt af støj, og at musik kan styrke immunforsvaret og mindske bivirkninger ved støj.

Zhang, A., Zou, T., Guo, D., Wang, Q., Shen, Y., Hu, H., ... & Xiang, M. (2021). The Immune System Can Hear Noise. *Frontiers in Immunology*, 11, (preprint), 1-11.