

30 år med musikterapi:

En beretning fra Carl Bergstrøm-Nielsen

Carl Bergstrøm-Nielsen, komponist, cand.phil., speciallærer i SUKA 1984-2014, undervisningsassistent ved musikterapi, Aalborg Universitet, 1983-2014.

Kontakt: <https://intuitivemusic.dk/intuitive/imail.htm>



En indledning fra redaktionen

Carl Bergstrøm-Nielsen vil være de læsere af dette tidsskrift bekendt, der i årene 1983-2014 har haft deres gang på musikterapistudiet på Aalborg Universitet. Carl har især præget uddannelsen med sin undervisning i fagene intuitiv musik og grafisk notation. I disse fag beskæftiger studerende sig med det at spille og notere musik på en frit improviseret måde, hvor både musikken og dens dokumentation er kreative og levende udtryksformer. Carl har dermed været med til at uddanne og præge rigtig mange af de praktiserende musikterapeuter, der dagligt arbejder med den improviserede musiks terapeutiske kræfter med et bredt spektrum af klienter.

Carl er uddannet i musikvidenskab på Københavns Universitet og har tidligt i sin karriere som komponist og musiker bevæget sig ind på det, som også i musikterapien er en helt central arbejdsmetode, nemlig improvisationen. Improviseret musik og dennes betydning for de mennesker, der skaber den, har været en ledetråd igennem hele Carls livsvej.

I redaktionen havde vi derfor lyst til at give Carl plads til selv at fortælle om hans vej

med den improviserede musik og musikterapien.

Herfra lader vi Carl selv fortælle:

Mit første møde med musikterapien

Da jeg i april 1983 for første gang stod i musikterapiuddannelsens sammenspilslokale på AAU, følte jeg mig meget velkommen og allerede hjemligt tilpas i den frit improviserede terapimusik. Fri improvisation havde jeg nemlig selv dyrket i lang tid, før jeg begyndte at lære musikterapien at kende, og jeg var begejstret over at opdage, at denne musikform havde et sted, hvor den i den grad kom til ære og værdighed. Som gæstelærer holdt jeg et kursus, hvor vi sammen undersøgte musikkens muligheder, og det blev så ført videre i undervisningen i intuitiv musik, som var på skemaet lige siden, til og med efteråret 2014. Grafisk notation kendte jeg også fra mit studium i musikvidenskab og sideløbende aktivitet som musiker og komponist. Som et fag, der handlede om at beskrive musikterapiimprovisationer, var det også selvstændigt en del af studieordningerne og studievejledningerne fra 1991 til 2007. Derefter levede det videre som en del af det nye

fag auditiv analyse i en udvidet sammenhæng af tolkningsmetoder.

Med Benedikte Scheiby som vejleder og læreterapeut gennemgik jeg et træningsforløb, der også indbefattede supervision og interterapi (træningsforløb hvor studerende under supervision indtager terapeut- og klientrolle) i en gruppe sammen med Torben Moe og Ole Brasch. En baggrund i psykodynamisk terapi havde jeg i forvejen fra et langt forløb som klient i gestaltterapi. Allerede i efteråret 1984 stod jeg så uden for en skole og ventede på min første klient. SUKA, Specialundervisning i Københavns Amt, var den organisatoriske ramme, og her blev musikterapien arrangeret inden for såkaldt kompenserende specialundervisning, som kunne tildeles gratis af amtet (nu: kommunen) efter visitation. Her var Benedikte Scheiby og Inge Nygaard Pedersen i forvejen aktive, og der var en del diskussion med Undervisningsministeriet om det nye fag, vi gerne ville oprette. Fra ministeriets side var man meget indstillet på, at terapi i ren form ikke hørte hjemme i deres regi men kunne dog strække sig til, at der kunne være et mellemområde, som de kaldte "musikterapeutisk undervisning".¹ Herudover var det, og er stadig, også muligt at arrangere musikhold med deltagerbetaling og offentligt tilskud under Folkeoplysningsloven (tidligere Fritidsloven). Dette har fået stærkt stigende betydning i takt med at det kompenserende område er blevet udsat for

nedskæringer, ganske særligt i forbindelse med overgangen til kommunalt regi. Man kunne forestille sig, at kompenserende var mere terapeutisk betonet og folkeoplysende mere færdighedsbetonet, men jeg har for langt størstedelen tilrettelagt arbejdet uafhængigt deraf.

Opdagelse af strukturer

Min udvikling med dette job kan beskrives som en tagen fat på psykodynamisk grundlag à la Mary Priestley, som var ledestjernen i musikterapeutisk metode, og som underviste Inge Nygaard Pedersen og Benedikte Scheiby på det kursus, hvor de blev uddannet i musikterapi, før de startede uddannelsen op på AAU. Hendes skrifter cirkulerede som kopier af håndskrift på studiet, før de blev udgivet. Gennem årene skete der så i min praksis en gradvis tilpasning til det mere håndfaste, specialpædagogisk prægede.² SUKAs klientel er langt overvejende mennesker med fysiske og psykiske funktionsnedsættelser og/eller autisme. De er befriende ligeglade med kulturelle normer og hvad "man" synes. Derfor kan man være legende og kreativ sammen med dem, når aktiviteten indrettes efter deres præmisser.

I den første tid brugte jeg lang tid på i forberedelsen at tolke, hvad der skete, det vil sige bearbejde indtryk, gøre dem tydelige og perspektivere dem for mig selv – inklusive hvilke modsatte ting der kunne være skjulte

- 1 I denne proces blev også AAU spurgt om deres stilling til begrebet "musikterapeutisk undervisning." Bjørn Veierskov Alexandersson (1989) udtalte i et brev til Københavns Amt på vegne af fagstudienævnet for musikterapi bl.a., at "en erhvervet kandidateksamen fra AUC i musikterapi udelukker, at man anerkender omtalte begrebs eksistens!". Han tilføjede dog, at kandidaterne var "i stand til at forestå specialpædagogisk musikundervisning af hensyntagende såvel som kompenserende art".
- 2 Til perspektiv - et tidligt sammenlignende studie af forskellige "indlæringsmodeller" over for psykisk udviklingshæmmede er Inge Nygaard Pedersen (1987 og 1988). Og en nyere diskussion findes i Skrudland og Dammeyer (2003) i skriftet der bærer titlen "Er Analytisk Orienteret Musikterapi - med fokus på terapeutens modoverføring - mulig som behandling af klienter med betydelige funktionsnedsættelser?" - Forfatterne mener ja.

og integreres – og så indstille mig på næste gang; sessionen var én lang kommunikationsproces. ”Alt foregår på dine præmisser”, var der en pædagog der skrev henvendt til klienten i en beskrivelse af, hvad hun havde oplevet. Det at gøre sig forestillinger om ubevidste og skjulte dimensioner harmonerede fortræffeligt med tendensen til at søge i dybden fra den eksperimenterende musik jeg havde som baggrund.

Der var én klient, som slående illustrerede de klassiske freudianske stadier for mig. Han brugte klaveret til meget rigtigt at pulsere med en enkelt tone ad gangen med pegefingern – det kunne vare nærmest så længe, det skulle være. Så begyndte jeg at begrænse denne udfoldelse. Den første gang jeg satte hængelåsen på klaveret efter en del tid og tilbød ham diverse små instrumenter i stedet, så han skuffet og foragtelig ud; som en sørøver der fik serveret kildevand i stedet for rom! Men noget efter blev han godt engageret i et fast ritual med at sidde og lege nede på gulvet med de små instrumenter. Henholdsvis det anale, viljesbestemte og så det orale, sammenflydende og svømmende og ubevidst legende og sansende, så jeg her klart illustreret.

På et tidspunkt mødte jeg en ny klient, som var glad for sange. Han plejede at synge små stumper af sange afvekslende med andre ytringer med en livlig og vimsende facon. Fra min musikalske baggrund kender jeg så udmærket til, hvordan man kan lave collager af stumper af al slags musik og netop lege og være kreativ med det stumpvise, hvad jeg straks fik lyst til. Samtidig vidste jeg om den almene sammenhæng, hvor pædagogerne, mine kolleger på bostederne og i daghjem-

mene, dyrkede det at synge sange: at der også kunne ligge god social væren i, at man var sammen herom og blev rost for præstationerne. Og var det ikke en sund udfordring til koncentrationsevnen at blive opmuntret til at synge et helt vers igennem en gang imellem, hvis det var svært? Min løsning var at dele timen op, så begge dele blev rendyrket. Sang-stumperne blev ”springbrætter” i en stream of consciousness, og senere kunne de tages for pålydende og søgt strukket. Som et led i denne strækning gav jeg mig til at spille sangene på klaver, cyklisk gentaget og med improviserede variationer. Efter nogen tid fandt jeg så på at optage disse improvisationer og afspille dem lidt senere. Så kunne jeg nemlig også være fri til at gå omkring, synge og spille med, foruden at jeg kunne holde pause fra de lange pianistiske udfoldelser.

Ovenfor blev beskrevet to eksempler på strukturer, der voksede frem af situationen, og som så kunne genanvendes og modificeres efter behov. Mens min tilgang i begyndelsen var intensivt tolkende, accepterede jeg mere og mere, at der opstod temmelig faste, omend ret individuelle, strukturer. I årene 1990-2012 havde jeg en musikterapigruppe sammen med Henrik Ehland Rasmussen (bortset fra ét år hvor Allan Mattuck tog over). Vi var så to musikterapeuter og fire klienter. Efter forholdene i kompenserende specialundervisning var det en stor gruppe, men det var helt fint på denne måde, hvor vi kunne afløse hinanden og give hinanden inspiration. Formen kan anbefales.³ Her vedtog vi en fast struktur af indledning med godtdagsang og nogle enkle sanglege og en slutning bestående af en kort farvelsang. Denne i forløbet var der så 10 minutters pause, hvor

3 Mere om gruppen i Bergstrøm-Nielsen og Rasmussen, (1994).

vi terapeuter ikke måtte lave lyd – for at give de andre chancen til at komme frem med noget i fred og ro! Ellers var der frit slag til at deltage i kollektive improvisationer, i mere individuelle dialoger og til at spille klaver ud fra stemningen, hvilket kunne være et receptivt modstykke til det, der mere skulle komme af klienternes aktive handlen.

Min interesse for processer i musikterapi-musikken førte tidligt til, at jeg syntes, jeg kunne "se om bag ved" de historiske begrænsninger i den romantiske musik af klassiske komponister. Som terapien demonstrerede, kunne musikken sagtens udtrykke og udvikle følelser, uden at der lurede tilbageholdtheden, stram konvention og resignation bag ved fra den følelsesfulde individualismes svære fødsel dengang. Se f.eks. Schumanns lille klaverstykke "Der Dichter spricht" fra Kinderszenen med koralmelodiens gentagne, ængstelige tilbagetrækning til det musestille, det tøvende recitativ, der ikke når at føre nogen steder hen, og det generelt fragmentariske, der følger heraf. Terapimusikken behøver derimod ikke at holde sig til antydningerne eller inden for "rimelighedens" grænser!

Parameteranalyse af musikken og The Pyramid Model

Som beskrivelsen ovenfor af den store gruppe viser, var processen stadigvæk vigtig. Strukturerne havde til formål at støtte processen. Intuitiv musik, som jeg underviste de musikterapistuderende i⁴, satte fokus på at fremme evnen til at udvikle processer, og et middel hertil var parameteranalysen. Mange

dimensioner er i ethvert øjeblik tilstede i musikalsk lyd: ikke blot tonehøjder og varigheder men også klangfarve (kan deles op i lys-mørk, tone-støj med videre), lydets tæthed i forhold til pause, pulserende-ikke pulserende og meget mere. Kan vi se mange dimensioner for os, mens vi spiller, kan vi også forestille os mulige nye udviklinger, styrke vores appetit herfor og herved lokke mere frem sammen med vores klienter.⁵ Men en rent funktionalistisk afledning i forhold til terapeutiske mål er det ikke, selv om det skal kunne samarbejde tæt hermed. Terapeuten er involveret med sin egen personlige facon, udforskning og oplevelse af musikken.⁶ Det betyder også, at intuitiv musik kan være en kilde til stadig at holde sin personlige musikinteresse levende i den musikterapeutiske hverdag, selv om jeg altid har anbefalet, at man også spiller uden for terapien.

Fremfører vi en almindelig, strofisk sang i en en-til-en relation, kan det intuitive stadig dyrkes intensivt. I en institution med multihandicappede brugte jeg i flere grupper strukturer, der lagde særlig vægt på fleksibiliteten i at veksle mellem det aktive og det mere receptive. Klienternes ressourcer til at udtrykke sig kunne være sparsomme. Mens det i varierende grad ellers i mange tilfælde var muligt for dem at bruge instrumenter og/eller stemme i musikalsk aktivitet, kunne jeg oftest ikke regne med det her. I stedet måtte jeg rette min opmærksomhed mod "de små ting" af kropslige reaktioner – en del var blinde, så blikkontakt var kun mulig i visse tilfælde. Jeg vekslede mellem at synge

4 En generel samling af øvelser, som jeg også bruger i workshops med ikke-musikterapeuter, er Bergstrøm-Nielsen (2009ff)

5 Bergstrøm-Nielsen (2001) beskriver et klinisk eksempel som i særlig grad fik mig til at tænke herover.

6 Bergstrøm-Nielsen (2006) indeholder en antologi af 33 kompositioner af studerende, som blev skabt i faget intuitiv musik - netop som øvelser i kreativt at udforske musikken. Det har været stærke oplevelser for mig at se, i hvilken grad studerende kunne gøre de mange tilsyneladende musiktekniske begreber yderst menneskeligt konkrete.

sange for dem og at improvisere, hvortil de kunne svare med kroppen. Jeg kunne også afspille Stockhausens elektronmusik "Gesang der Jünglinge", som bygger meget på vokalløde, der ofte høres i udbrudsform, og som fremføres, så det kunne lyde som åndedrag. Et "bagtæppe" fuldt af afvekslende udbrud til mine improvisationer, som støtte til at fange og svare på deres tilstande.⁷

Der er altså et fleksibelt vekselsprincip, hvor den faste struktur kan afveksle med rum til det intuitive udtryk. Det har jeg søgt teoretisk at perspektivere under navnet "The Pyramid Model" i Bergstrøm-Nielsen (2015). Strukturen for sessionen betragtes her som en slags foranderligt stillads, hvor en hel sang med måske adskillige strofer udgør den største enhed i tid. Mindste byggeelement er så f.eks. en pause mellem to linjer, som jeg holder lidt i et forsøg på at spænde forventningen, eller et kort udbrud fra klienten. Det er muligt for mig at "zoome" ind og ud, dvs. gå videre med større flader, når der ikke "sker noget" og være på pletten, når der gør. Jeg kan f.eks. begynde på en sang, gå stille og roligt videre til de følgende vers, eventuelt spille melodien på melodica ind imellem, og mærker jeg forøget opmærksomhed fra klienten, kan jeg f.eks. synge langsommere og indlægge små pauser. Kommer der en gestus eller ligefrem en ytring, kan der indlægges en længere og mere afventende pause. Er der en følge af kommunikerende gestus eller ytringer, kan en fri improvisation indlægges, så længe det

kan bære. "Communicative musicality" kan således integreres i den strofiske sang.⁸

Efterhånden har jeg fået et fordybet syn på sangene. Det er muligt at variere afsyngningen rigtig meget på forskellig musikalsk vis.

Flere terapi-universer

Samværet med klienterne med fysiske og psykiske funktionsnedsættelser og/eller autisme har jeg generelt fundet hyggeligt. Det nonverbale giver for mig en form for fred og ro fra de mange ord i det øvrige liv. Og der er interessante gåder, som jeg har kunnet arbejde kreativt med. Dog har det også været spændende at prøve mig af sammen med normale voksne. Jeg mener, jeg var den første som satte en annonce i dagbladet Information med tilbud om musikterapi sidst i firserne. Fra ca. samme tidspunkt og frem i halvfemserne var jeg med i sessioner hos Lis Pedersbæk og i flere selvhjælpsgrupper, der praktiserede det, som senere har fået det officielle navn "Holotropic Breathwork". Dette er en receptiv metode, der har visse ligheder med GIM.⁹ I begge tilfælde ligger klienten ned og føres gennem et musikprogram med hjælp fra en guide. Teorien bagved kortlægger et stort spektrum af både personlige og spirituelle oplevelser, og en specifik model handler om de 4 fødselsstadier, såkaldte Basale Perinatale Matricer (BPM). Princippet er at starte meget energifyldt og nå til de mere rolige og subtile stadier senere. Dette var en anledning til at arbejde med musikken fra det modsatte led af

7 Et case-eksempel fra en anden kontekst er beskrevet i Bergstrøm-Nielsen (2003): en "tålmodighedsstruktur" som skulle opfange spredte ytringer.

8 Denne idé er også blevet udviklet i Holck (2020), som redegør for et projekt ledet af musikterapeuterne Birgitte Bjørn og Poul Ilsoe. Her skulle omsorgspersoner under vejledning fra musikterapeuter synge sammen med borgere med demens. Artiklen indeholder et antal fint detaljerede case-beskrivelser fra video-transskriptioner.

9 Se Grof (1987). Stanislav Grof tilrettelagde metoden som et alternativ til LSD-behandling, da man ikke længere kunne få tilladelse til at bruge stoffet.

det intuitive: bestemte strukturer bruges for at opnå bestemte virkninger. Forstået på den måde, at selv om processerne naturligvis er individuelle, så er der nogle generelt virkende elementer, såsom tempo og bevægelseskarakterer, der danner ramme. Her var det spændende at skabe nye programmer med indspillet musik af ret forskellig slags.

Det var så et referat af min udvikling med musikterapien i SUKA-regi med videre. SUKA-arbejdet valgte jeg at forlade i 2014, samme år hvor omstruktureringer afsluttede min virksomhed på AAU. Lad mig slutte med et billede jeg ofte har brugt i indledningen til intuitiv musik på 1. semester:

Musikterapi er som en rejse, hvor terapeuten har et kompas, der viser hvilken overordnet retning man skal gå i. Musikeren er derimod den stedkendte, der kan finde effektivt vej lokalt og føre uden om mosegrunde og spæringer. De er afhængige af hinanden.

Referencer

- Alexandersson, B. V. (1989). Skrivelse af 11/10 1989 (u.journalnr.) i besvarelse af skrivelse fra Københavns Amt af 22/8 med journalnr. 6-68-1.
- Bergstrøm-Nielsen, C. og Rasmussen, H. (1994). Psykodynamisk musikterapi med voksne udviklingshæmmede. *Musik og Terapi* 21 (1), s.11-17. Tillige: https://intuitivemusic.dk/intuitive/csuka_a.htm
- Bergstrøm-Nielsen, C. (2001). Clinical Improvisation and the Universe of Musical Idioms. I *Vermittlungen...musically speaking. Special issue of Einblicke* (hrsg. BVM, Berufsverband der Musiktherapeutinnen und Musiktherapeuten in Deutschland e.V.). Zum Improvisationsunterricht im Musiktherapiestudium / On Improvisation Training in Music Therapy Training, Heft 12, November, s.87-95. Tillige: <https://intuitivemusic.dk/intuitive/vermittlung/>
- Bergstrøm-Nielsen, C. (2003). Komposition und Musiktherapie - voneinander lernen. Form und Inhalt in der Musiktherapie. I Fitzthum, Elena; Gruber, Primavera (hrsg.): *Give them music. Wiener Beiträge zur Musiktherapie*, Band 6, s.158-170. Edition Praesens.
- Bergstrøm-Nielsen, C. (2006). *Sound is multi-dimensional. Parameter analysis as a tool for creative music making*. <https://vbn.aau.dk/da/publications/sound-is-multi-dimensional-parameter-analysis-as-a-tool-for-creat> (pdf version). Tillige: http://www.intuitivemusic.dk/iima/cbn_multi.htm (HTML version).
- Bergstrøm-Nielsen, C. (2009ff). *Intuitive Music - A Mini-Handbook*. <https://vbn.aau.dk/da/publications/intuitive-music-a-mini-handbook-version-2009f>
- Bergstrøm-Nielsen, C. (2015). Musical dialogue in Music Therapy – Its Role and Forms. *Voices. A world forum for music therapy*, 15 (2). <https://voices.no/index.php/voices/article/view/2276>
- Grof, S. (1987). *Introduktion til den indre rejse. Selvopdagelsens eventyr*. Borgens forlag.
- Holck, U. (2020). Personafstemt sang i demensomsorgen - mikroanalyser af kommunikativ musikalitet. *Dansk Musikterapi*, årgang 17 (1), s. 35-46.
- Pedersen, I. N. (1987). Tre overordnede indlæringsmodeller mellem pædagogik og terapi. Del 1, *Musik og Terapi*, 14 (2).
- Pedersen, I. N. (1988). Tre overordnede indlæringsmodeller mellem pædagogik og terapi. Del 2, *Musik og Terapi*, 15 (1).
- Skrudland, H. og Fønsbo, C. D. (2003). *Er Analytisk Orienteret musikterapi - med fokus på terapeutens modoverføring - mulig som behandling af klienter med betydelige funktionsnedsættelser?* Afsluttende projekt på opgraderingsuddannelsen for musikterapeuter under Åben Uddannelse, Aalborg Universitet.