

"Ska' vi ikke skrive en sang, Anne Mette?" – Terapeutisk sangskrivning med børn med funktionsnedsættelser



Anne Mette Visti Rasmussen, cand.mag. i musikterapi, ansat ved Specialdagtilbud Skovbrynets Afdeling Terapi, Aarhus Kommune.
Kontakt: vistibackup@gmail.com

I takt med praksis er en artikelserie, der sætter fokus på livsnære skildringer af musikterapeutisk praksis indenfor forskellige målgrupper. Det er inspiration til arbejdslivet i form af konkrete beskrivelser af aktiviteter, sange eller redskaber.

Baggrund

Jeg blev uddannet musikterapeut i 2003, og i mange år arbejdede jeg på småbørnsområdet i Aarhus-området, efterfulgt af 6 år som henholdsvis underviser på AAU og som musikterapeut i socialpsykiatrien.

I 2017 vendte jeg spændt tilbage til arbejdet med yngre børn med funktionsnedsættelser, da jeg fik arbejde i Specialdagtilbud Skovbrynets 'Afdeling Terapi', Aarhus Kommune. Jeg blev ansat til at varetage musikterapien i to børnehaver, Børnehaven Thorshavnsgade og Børnehaven Lystruplund, i et tværfagligt team sammen med fysioterapeut og ergoterapeut. I børnehaverne er der både almene pladser og specialpladser til børn, der bliver henvist under §32 i Serviceloven, der omhandler '*... hjælp til børn, der på grund af betydelig og varigt nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne har behov for hjælp eller særlig støtte*' (Danske Love, 5.december 2020).

Begge børnehaver er indrettet med almene stuer og en specialstue, og der er også mulighed for, at de henviste børn kan inkluderes på de almene stuer, hvis behovet er der. Mit tværfaglige team arbejder tæt sammen med det pædagogiske personale omkring hvert enkelt barn, og jeg laver musikterapi både individuelt og i grupper. Jeg er to dage om ugen i hver børnehave, og hver anden fredag er jeg inde på Skovbrynet til møder osv.

Børnene, som jeg arbejder med, er ofte udfordrede kognitivt og/eller verbalt. Jeg besluttede, at jeg ville prøve at arbejde terapeutisk med sangskrivning med nogle af børnene for at se, hvordan metoden kunne anvendes til deres målgruppe. Det viste sig, at de på trods af deres udfordringer kognitivt og verbalt tog rigtig godt imod terapeutisk sangskrivning. I skrivende stund har jeg skrevet 83 sange med 13 børn – nogle i længere forløb i musikterapien, andre i korte, nogle i

Case: Katrine og Karl – Et spirende venskab

Katrine var en pige på 4 år, da jeg mødte hende. Katrine gik i børnehavens integrationsgruppe. Katrine har cerebral parese med deraf følgende spasticitet i underkroppen og et nedsat kognitivt bearbejdningstempo. Hendes cerebrale parese betød, at hun endnu ikke kunne gå, da jeg lærte hende at kende.

Karl startede også i integrationsgruppen og havde ligeledes cerebral parese samt et synshandicap. Karl var lidt forsigtig og blev let utryg, da han startede i børnehaven. Heller ikke han kunne gå endnu. Han var lidt yngre end Katrine, men det betød ikke så meget, og de to børn fandt hurtigt sammen i leg.

Efter et indledende individuelt forløb i musikterapien tilbød jeg et gruppeforløb med fokus på at støtte den spirende relation samt på at udvikle forestillingsevne, selvværd og identitet. Samtidig havde jeg fokus på, at begge børn havde brug for tid og ro til at finde på, og tid til at reagere.

Børnene var meget spændte på, og glade for, at skulle til musikterapi sammen. De var lidt afventende, men da jeg gav dem instrumenter og spurgte, hvad de havde lavet i dag, og spurgte om vi ikke skulle lave en sang, gik de i gang.

Frække Lyde

Anne Mette Visti Rasmussen 2018

D G

Mig og Ka - tri - ne si'r fræk - ke ly - de ved bor - det nog - le gan - ge!

8 A D

Så bli'r de voks - ne su - re og så får vi skæld ud... For vi si - ger

17 D G A

bwadr prut badr! Vi si - ger bwadr prut badr! Vi si - ger bwadr

26 D

prut badr! Vi si - ger bwadr prut badr!

Jeg lagde en enkel musikalsk ramme omkring sangen i roligt tempo med walking-bass i country-stil. Der blev indlagt en guitarsolo efter omkvædet, og så blev vers og omkvæd gentaget. Teksten fortæller om et 'os og dem' tema, der markerer

den forbrødring, de to børn oplevede, da de lavede lidt ballade under madpakkespisningen. Børnene elskede at synge bwadr, lave en pruttelyd og slutte af med badr, og latteren ville ingen ende tage. Vi optog sangen, så vi kunne huske den til næste gang. Senere begyndte jeg at sende sangene hjem til børnene pr. mail, oprindeligt for at de skulle have mulighed for at høre sangen mange gange, så de kunne indlære teksten – det med at optage sangene kommer jeg ind på senere.

grupper, andre individuelt. For nogle børns vedkommende har deres forløb udelukkende indeholdt terapeutisk sangskrivning, mens det for andre har været én metode ud af mange i musikterapien.

Jeg anvender termen 'terapeutisk' sangskrivning i det følgende for at adskille sangskrivning i terapi fra sangskrivning, der foregår uden en relation mellem en terapeut og en klient (Karpantshof, 2006, s. 10).

Forældrene til de deltagende børn i denne artikel har givet skriftligt samtykke til, at jeg må viderebringe deres sange og skrive om dem. Børnene er anonymiserede, og det er derfor ikke deres rigtige navne, jeg har anvendt.

Hvad er sangskrivning og hvem kan deltage?

At skrive en sang er at improvisere – og så stoppe improvisationen, når man er tilfreds med improvisationen og kan gentage den. Musikken er ikke fastlagt på forhånd, ej heller tekst eller lyde. Der er plads til en høj grad af spontanitet. Der er masser af plads til tilfældigheder, og man må tage udgangspunkt i det, der er eller sker. Terapeuten sætter rammen, men input til sangen kommer primært fra barnet, og terapeuten må stille sig til rådighed for barnets udspil.

Sangskrivning kan selvfølgelig også tage udgangspunkt i allerede eksisterende tekster

eller melodier, og man kan på den måde skrue op eller ned for graden af kravene til barnets indsats på de forskellige parametre. Det betyder også, at inklusionskriterierne for, hvem der kan deltage i en sangskrivningsproces, er brede. Kan man bidrage med en lyd, et nik eller en vippende fod, så kan man deltage. Det er helt op til musikterapeuten at være den, der faciliterer sangskrivningen og giver metoden plads og mening i et terapiforløb.

Hvad er terapeutisk sangskrivning godt for?

Jeg blev overrasket over, hvor nemt det var for børnene at forstå, hvad rammen bestod i – det virkede så legende let for dem at forstå. Og netop legen er kodeordet – for børn er legen jo en helt naturlig måde at være på, den er en essentiel kilde til udvikling. Sangskrivning er på linje med leg en kilde til udvikling af børnenes indre verden og fantasi. Med sangskrivning kan man vække børnenes skabertrang, og i processen med sangene bliver deres skaberevner også udviklede. Samtidig får børnene et rum til udforskning af sig selv: Hvem er jeg? Hvad kan jeg mærke? Hvad føler jeg? Hvad kan jeg sende ud i verden? Børnene kan også forstørre og fastfryse vigtige hændelser/personer/tilstande eller ting i deres liv i sangene. Det kan give dem en mulighed for, sammen med terapeuten, at fordybe sig i det, der er en del af deres liv og

Case: Lukas – Om at sætte grænser

Lukas startede i individuel terapi hos mig. Lukas elskede musik og sang ofte, når han kom rundt i børnehaven. Han var ligesom Karl og Katrine på integrationsstue. Lukas var adoptivbarn. Han var født med hydrocephalus, og han havde tilbragt tid på et børnehjem, før han kom til Danmark. Hans svære start på livet betød, at han indimellem havde det svært følelsesmæssigt, hvilket bl.a. gav sig udslag i, at han havde svært ved at sige fra overfor de andre børn, og i stedet lukkede sig inde i sig selv og ikke fik reageret. Hans kontaktpædagog foreslog sammen med hans forældre, at jeg skrev en sang med ham i musikterapien om at sige fra. Sammen skrev Lukas og jeg STOP-SANGEN.

STOP-sangen

Anne Mette Visti Rasmussen 2018

D D D

1. Hvad skal jeg sige når de skubber til mig skubber til mig
2. Hvad skal jeg sige når de ta'r mine ting ta'r mine ting
3. Hvad skal jeg sige når de råber af mig råber af mig

4 D A7 A7

skubber til mig (gentages) (jeg) ved det jo godt og nu skal I høre
ta'r mine ting (gentages)
råber af mig (gentages)

7 D D D

Stop! Hold op! Jeg ka' ikke li' det! Gå væk! La' vær!

10 D A7 A7

Jeg vil ikke ha' det! Hvis de ikke holder op så henter jeg en voksen og

13 A7 D

Så skal det nok blive stop!

Lukas var meget stille, da vi skrev sangen. Det var tydeligt, at der var noget på spil for ham følelsesmæssigt. Som indgangsvinkel til tekstarbejdet stillede jeg spørgsmålene i teksten – og spurgte ham, hvad man kunne gøre? Lukas svarede forsigtigt: 'Sige stop til dem, at de skal holde op?' Jeg hjalp med at uddybe, hvor mange måder, man kunne sige fra på, i omkvædet. Lukas begyndte at synge ordene i omkvædet, og jeg satte akkorder under og hjalp med at få melodien på plads. Det blev et rigtigt lille pophit med triste toner i verset og en eksplosion af power i omkvædet, og ugen efter optog vi sangen. Lukas kunne den nu udenad, og han foreslog, at vi optrådte med den for hele børnehaven med det samme. Hans pædagog fik hurtigt samlet alle børnene, og så sang vi sangen for dem. Børnene sad med store øjne. De kunne alle sammen relatere til problemet med at sige fra og sugede sangen til sig. Lukas' kontaktpædagog besluttede sig efterfølgende for at lære alle børnene sangen, så de kunne optræde med den for forældrene til sommerfesten. På den måde fik sangen et liv udenfor terapilokalet, som kan gøre enhver musikterapeut med smag for community music therapy/samfundsmusikterapi varm om hjertet.

identitet. Der er et stort og vigtigt potentiale for at arbejde med eksistentielle spørgsmål i terapeutisk sangskrivning. Sidst, men ikke mindst, er der et stort trænings- og indlæringspotentiale i metoden, hvor børnenes evne til at finde på, strukturere, lære udenad og huske bliver sat i spil.

Noget af det, jeg har fået øjnene op for i processen, er den følelse af mestring, som barnet opnår, når det har været med til sangskrivning. Det er virkelig 'den har JEG lavet!', der stråler ud af øjnene, efterhånden som barnet tager ejerskab over sangen. Som terapeut og menneske har jeg det også godt med at vise barnet, at det at skabe noget er vigtigt OG muligt, også selvom man har en funktionsnedsættelse.

Hvordan bliver børn inspireret til at skrive sange?

Jeg var fra starten meget åben for at inddrage forskellige hjælperedskaber, der kunne inspirere børnene: Tegninger, fotos, historier,

fantasirejser og konkrete genstande (f.eks. en bil eller et plastikdyr).

Ofte var det en samtale om, hvad børnene havde lavet i dag eller skulle lave senere, der blev startskuddet til sangen. Flere af børnene havde brug for, at jeg stillede uddybende spørgsmål til det, de ville have sangen til at handle om.

Indimellem har jeg grebet en sjov sætning, eller et udråb fra barnet selv og sagt: Nej, det lyder som noget fra en sang, skal vi ikke prøve at se, om vi kunne lave sangen? Det kan også være frugtbart at synge en sang, barnet har lavet tidligere og lave en modsang (hvor der svares på dilemmaer eller stemninger, som barnet har beskrevet i en anden sang) eller en fortsættelse til den.

At lave en 'barnets egen sangbog' i fysisk form med sange, tegninger til, eller billeder, vi har klippet ud, kan være en stor hjælp for børnene i forhold til at fornemme, hvor mange sange, de har skrevet, hvad de har skrevet om, og hvad de synes mangler at

Case: Katrine begynder at gå

Katrine begyndte at lære at gå med støtte fra et gangstativ, da jeg havde haft hende i musikterapi i et års tid. Det gav helt nye perspektiver på verden, og da jeg foreslog, at vi kunne skrive en sang om, hvordan man gør, når man skal gå, nærmest væltede ordene ud af Katrine.

Man flytter sine ben henad jorden

Anne Mette Visti Rasmussen 2018

Man flyt - ter si - ne ben hen - ad jor - den, så

4 kan man kom' til Sve - ri - ge! Man flyt - ter si - ne ben hen - ad jor - den, så

8 kan man kom' til Nord - po - len! Man flyt - ter si - ne ben hen - ad jor - den, så

12 kan man kom' til Au - stra - li - en! Det er hårdt at gå, det

15 må du for - stå Men jeg gør det ret tit, til Nord - po - len num - mer otte - og -

18 ty - ve! Man flyt - ter si - ne ben hen - ad jor - den, men man ka'

21 os - se bar' gå hjem til sin far!

I teksten giver Katrine udtryk for de muligheder, hun øjner ved at begynde at kunne gå. Hun fortæller også i teksten, at det faktisk er hårdt arbejde for hende at gå rundt. Hun bruger mange kræfter på det. Hun slutter dog sangen af med at konkludere, at hun ikke altid behøver at gå SÅ langt, hun kan også bare gå hjem til sin far. Melodien til sangen hjalp jeg med, men jeg bad hende beslutte, hvilket instrument, jeg skulle spille til og hvilket tempo, sangen skulle have. Hun valgte et langsomt tempo (jeg spillede forskellige tempi for hende, som hun kunne vælge mellem), og at det skulle være klaveret, der skulle akkompagnere melodien. Sangen fik et meget passende langsomt gå-tempo med et langsommere tempo i de sidste to linjer.

blive skrevet om. Det tager selvfølgelig tid, men det er rigtig meget værd for børnene.

Som faciliterende terapeut er det vigtigt ikke at være for perfektionistisk i sin tilgang til udfaldet af musikken. Der er nødt til at være et vist tempo i sangskrivningen for, at man ikke taber momentum hos børnene. Hos børnene er det lige på og hårdt, en slags 'instant music', som jeg kalder det. Med tiden og erfaringen bliver det lettere for terapeuten at åbne for hanen til de hurtige, men samtidig fængende melodier.

Hvilke produkter kan der komme ud af terapeutisk sangskrivning?

Som jeg allerede har nævnt, så kan det være godt at have en bog eller mappe til at samle børnenes sange i. Denne bog bliver ofte sangskrivningens 'hukommelse' og er skøn at have at kigge i, når barnet en dag skal videre i skole.

Man kan spørge om sangskrivningsprocessen ikke er nok i sig selv? Er det nødvendigt, at der også er fokus på produktet? Jeg oplevede hurtigt, at børnene selv spurgte, om vi kunne vise sangen til forældre, om vi kunne optræde, om vi kunne lave en musikvideo? I første omgang tænkte jeg på det etiske aspekt, for sangskrivning kan være en

meget sårbar proces, hvor børnene kan blive udstillet på en måde, der ikke er hensigtsmæssig for deres terapeutiske proces. Hvis jeg begyndte at sende lydfiler ud af terapilo-kalet, ville jeg ikke ane, hvem de blev spillet for, og hvordan de blev præsenteret. Samtidig kunne jeg se, at der var nogle meget fine muligheder i, at børnene fik deres musik med hjem, så de kunne lytte til den, lære den, tage ejerskab og måske blive inspireret til nye emner til terapien.

Jeg besluttede mig for at sende lydfiler hjem til forældrene – når børnene gav mig lov. Jeg har kun mødt forældre, der vil deres børn det bedste og er opmærksomme på at skærme dem, og jeg har alligevel dialog med forældrene om det, jeg laver med deres børn, f.eks. på målsætningsmøder. Jeg gør forældrene opmærksom på, at det kan være sårbart materiale for børnene, så man skal lige huske at spørge sit barn, inden man f.eks. sender sangen til andre.

De fordele, det har at lægge produkterne ud åbent, har overrasket mig; i samtaler med forældre har sangfilerne gjort det lettere at tale om musikterapien. Emner, der kommer op, når forældre har hørt børnenes sange, har omfattet:

- Barnets musikalitet og hvordan man (som forældre) kan støtte den.
- Hvordan man kan udvikle børn ud fra deres ressourcer i stedet for at fokusere på deres vanskeligheder.
- Barnets evne til at udtrykke følelser omkring forskellige emner i deres liv gennem sangene.
- Hvad er fantasi, kreativitet og spontansang?
- Hvordan udvikler det barnet at deltage i sangskrivning?

Jeg har også, når jeg har skønnet det hensigtsmæssigt, arrangeret små optrædener med børnene, hvor de kan dele deres musik med børnehavekammeraterne. Her har kammeraterne fået mulighed for at se børnene i et andet lys, end de måske plejer. Jeg har kun én enkelt gang oplevet en kammerat være negativ overfor musikken. Her har pædagogen og jeg taget en snak med kammeraten om, hvordan man opfører sig, når andre gerne vil dele noget med én.

Der er mange muligheder i at dele barnets musik, som vi også så i casen om Lukas. Der vil altid være et privat aspekt i en sang, og terapeuten skal selvfølgelig være varsom med at tage for let på dette.

Afslutning

Det har været meget givende at arbejde med terapeutisk sangskrivning med børn. Jeg har lært en helt utrolig masse om, hvad der foregår i børnenes hoveder. Sangskrivning er en gave, der bliver ved med at give. Jeg kastede mig ud i udviklingsprojektet uden at



Karl lavede denne fine LEGO-figur af mig derhjemme. Det er nok den sejeste afbildning af mig nogensinde!

ane, hvor meget det ville give til min daglige praksis, både for mig som terapeut og hvert enkelt barn. Jeg vil slutte af med en sang, som Karl skrev til mig, da han skulle i skole:

Farvel, farvel, farvel
Tak for alt det sjove, vi har lavet
Farvel, farvel, farvel
Tak for alt det sjove, vi har lavet
Vi har spillet stille, vi har haft det sjovt
Vi har lavet sange,
vi har spillet på instrumenter
Ja, vi siger
farvel, farvel, farvel
Tak for alt det sjove, vi har lavet!

Tak til alle de dejlige børn og deres forældre, der har medvirket i mit sangskrivningsprojekt. En særlig tak til de forældre og børn, der har sagt ja til at medvirke i denne artikel.

Referencer

- Bonde et al. (2014) *Musikterapi – teori, uddannelse, praksis, forskning* – en håndbog om musikterapi i Danmark. Forlaget KLIM
- Danske Love (5. december 2020): <https://danske-love.dk/servicebogen/32>
- Karpantshof, M. (2006) *Anvendelse af sangskrivning i musikterapi* – overblik og indblik. Kandidatspeciale, Aalborg Universitet. https://projekter.aau.dk/projekter/files/12698505/Speciale_Miriam.pdf