

Nonspecifikke faktorer i terapeutisk behandling

Line Brink-Jensen kandidat i musikterapi, juni 2010.

Kontakt: line.brink.jensen@gmail.com

Fokus

Denne artikel er baseret på mit kandidat-speciale (Brink-Jensen, 2010) og har sit omdrejningspunkt i en musikterapeutisk case.

Pia er en pige på 14 år. Hun er diagnosticeret med ADHD og har relations- og tilknytningsvanskeligheder, og går derfor på en specialskole. Da jeg er i praktik på denne skole, tilbyder jeg Pia musikterapi. Hun siger ja, bl.a. fordi hun gerne vil skrive sange, men også fordi hun gerne vil finde afklaring omkring sin mosters selvmord tre år tidligere. Hun forestiller sig, at musikterapien kan bidrage til dette. I forløbet med Pia anvender jeg forskellige tilgange, herunder terapeutisk sangskrivning og klinisk improvisation. Hun er meget reflekterende og bevidst omkring, hvordan metoderne påvirker hende og løbende sker der en udvikling i relationen. Jeg har en oplevelse af, at det ikke er metoderne, der medfører denne udvikling, men kan ikke sætte finger på, hvad det præcist er. Derfor beslutter jeg mig for at undersøge, hvilke faktorer der spiller ind på den relationelle udvikling i sessionerne med Pia.

Min undersøgelse består i teoretisk at studere en psykoterapeutisk model af Esben Hougaard (2004) og empirisk at efterprøve

denne på optaget materiale fra forløbet med Pia. Musikterapi har mange paralleller til psykoterapi, og modellen er derfor interessant i forhold til den musikterapeutiske relation og udvikling. Hougaards model beskæftiger sig med "nonspecifikke faktorer" og fokuserer på tre hovedfaktorer; *terapeut-klient forholdet*, *forventningsfaktorer* og *fælles kliniske strategier*. Hougaard erklærer disse for afgørende i al virkningsfuld terapeutisk behandling og mener, at faktorerne er knyttet til terapeuten og ikke terapiformen. Dette stemmer overens med min oplevelse af, at udviklingen var forårsaget af noget andet end de musikterapeutiske metoder.

I modsætning til psykoterapi kan musikterapi anskues som en (delvis) nonverbal terapiform og udover undersøgelsen af de tre hovedfaktorer testede jeg en hypotese omkring begrebet affektiv afstemning. Affektiv afstemning (Stern 2000) er oprindeligt et udviklingspsykologisk begreb og fænomen, der opstår mellem mor og barn, men i musikterapien kommer denne afstemning til udtryk mellem klient og terapeut, bl.a. i form af terapeutens evne til at tilpasse sig klientens stil uden at miste eget udtryk og udgangspunkt (matching). Graden af affektiv afstemning i en relation spiller således ind på den udvikling der forekommer.

Tabel 7.1. Eksempler på nonspecifikke faktorer i psykoterapi

Terapeutiske betingelser/procedurer (terapeutens eller terapiens bidrag)	Medierende terapeutiske mekanismer/ forandringsprocesser (klientændringer som følge af terapien)
I: Terapeut-klient forholdet	
Interpersonel tiltrækning	
Accept/varme/omsorg	Selvaccept/øget selvfølelse
Empati	Brud med ensomhed og alienation
Ægthed/kongruens	Identifikation med terapeuten
Positiv emotionel reaktion/ fravær af negativ reaktion *	Korrektiv emotionel oplevelse/ interpersonel indlæring
Social indflydelse	
Dominans	Føjelighed
Overtalelse/suggestion	Laden sig påvirke
Selektiv forstærkning *	Betingning *
Situationens kravkarakteristika	Konformerer
II: Forventningsfaktorer	
Positive forventninger	
Optimisme/entusiasme	Tro/håb/forventninger
Selvillid	Bekæmpelse af "demoralisering"
Ekspert-fremtræden	med negative følelser som angst
Social status	og depression
Omdømme	
Terapiens troværdighed	
III: Fælles kliniske strategier	
Kognitive faktorer	
Information	Oplysning
Rådgivning	Modtagen råd
Udforskning	Øget forståelse
Feedback/konfrontation	Realitetskorrektur
Omstrukturering/"reframing"	Nyt perspektiv
Forklaring/tolkning	Indsigt/erkendelse
Emotionelle faktorer	
Fokus på følelser	Følelses-erkendelses integration/ oplevelen
Følelsesstimulation	Katarsis
Desensibilisering	Udslukning/modbetingning
Positiv emotionel reaktion/ fravær af negativ reaktion *	Korrektiv emotionel oplevelse/ interpersonel indlæring *
Adfærdsmæssige faktorer	
Indstudering	Indlæring af nye færdigheder
Øvelse	Mestring/selv-kompetence ("self-efficacy")
Eksposering	Udslukning
Selektiv forstærkning *	Betingning *
Tilskyndelse til at prøve nye adfærdsmønstre	Oplevelse af succes (positive cirkler)

De med * mærkede faktorer er placeret to steder i tabellen. For såvidt faktorerne anvendes spontant og ureflektet, er det mest rimeligt at placere dem under terapeut-klient forholdet. Hvis de anvendes som bevidst "teknik", kan de derimod placeres under kliniske strategier.

Figur 1: Hougaards oversigt over nonspecifikke faktorer.

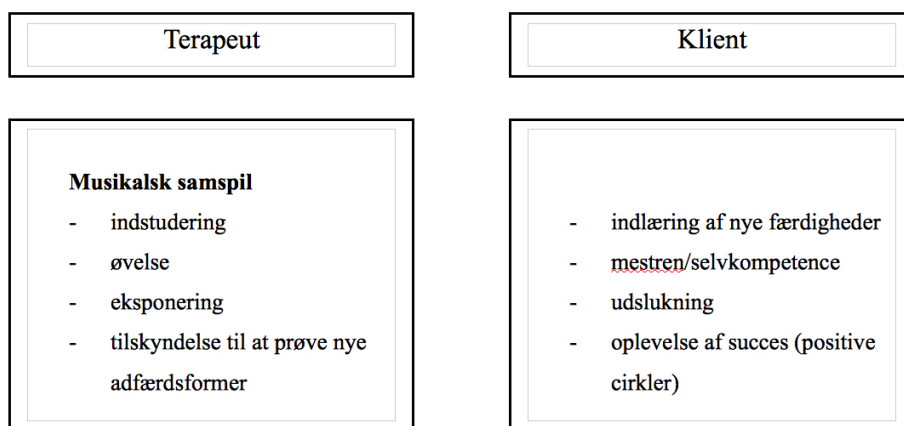
Hougaards model

Hougaards model (se fig. 1) præsenterer de nonspecifikke hovedfaktorer. Under hovedfaktorerne er der forskellige kategorier og underfaktorer, og i denne artikel fokuseres der på “de adfærdsmæssige faktorer”, som i modellen er vist i den nederste tredjedel af hovedfaktor III: Fælles kliniske strategier. Jeg har valgt dette fokus, da netop denne kategori kan anskueliggøre relevante forskelle og ligheder mellem verbal psykoterapi og musikterapi. Kategorien kan endvidere overføres til musikterapi generelt og centre-

rer sig ikke om den konkrete case med Pia, jeg anvendte i undersøgelsen.

Musikterapien anvender mange af psykologiens og psykoterapiens begreber og udtryk, hvilket fremmer forståelsen for musikterapien og faciliterer formidling. Dog findes der processer, som er særegne for musikterapien og derfor må omformuleres og tilpasses. Grundet forskellen mellem psykoterapi og musikterapi har jeg derfor tilpasset kategorien “adfærdsmæssige faktorer” fra Hougaards model (den uforkortede tilpasning af hele modellen findes i specialet).

Tilpasning af Hougaards model



Figur 2: Tilpasning af Hougaards model.

Kategorien “adfærdsmæssige faktorer” har i sin tilpasning til musikterapien ændret titel til “musikalsk samspil” (se fig. 2). Denne titelændring skyldes, at de adfærdsmæssige faktorer ikke udspiller sig verbalt, men kommer til udtryk i det musikalske samspil.

I musikterapi optræder de adfærdsmæssige faktorer hovedsageligt i den nonverbale, musikalske kommunikation og er måske helt uden verbale interventioner. Dette viser en betydelig forskel mellem de to terapiformer, som bunder i behandlingsmetodens te-

rapeutiske medie. De interventioner, der forekommer i verbal psykoterapi centrerer sig f.eks. hovedsageligt om den sproglige kommunikation, hvor klient og terapeut typisk sidder overfor hinanden i hver sin stol. Derimod opstår de interventioner, der forekommer i musikterapi ofte i det musikalske samspil, gennem lyd, bevægelse, gestik, samt gennem de musikalske udtryk klient og terapeut udforsker i terapilokalet.

Ved at sammenligne Hougaards model (fig. 1.) med den tilpassede model (fig. 2.) ses det imidlertid, at alle begreber er overførbare (dog har jeg i tilpasningen udeladt *selektiv forstærkning* i terapeutkolonnen og *betingning* i klientkolonnen, da disse aspekter ikke er fremtrædende i den musikterapeutiske relation). Titlen på kategorierne samt den praktiserede terapiform er således forskellig, men de underfaktorer, der adresseres er de samme! Dette belyser musikterapien som en særegen form for psykoterapi og illustrerer, at psykoterapi og musikterapi kan have samme mål, men optræder som to forskellige midler. Dette anser jeg som en nødvendighed samt en force indenfor terapi, da klienter responderer på forskellige behandlingsformer på vejen til deres mål.

Essens

Hougaards model fokuserer på, hvordan terapeutens handlinger påvirker klienten, da han forsøger at redegøre for terapeutens rolle i virksom psykoterapi. Min erfaring er derimod, at der opstår en gensidig påvirkning klient og terapeut imellem, hvilket er vigtigt at være opmærksom på i alle terapeutiske relationer. Jeg erfarede gennem min undersøgelse, at terapeutens evne til affektivt at afstemme klienten og klientens evne til affektivt at blive afstemt, fremmer forekomsten af nonspecifikke faktorer og er

med til at styrke den terapeutiske relation. *Affektiv afstemning kan derfor anskues som den udviklingspsykologiske årsag til, at nonspecifikke faktorer er så væsentlige for virksom terapi.* Dette er interessant i arbejdet med mennesker i forhold til at være opmærksom på det ansvar der ligger hos terapeuten/behandleren.

Hougaards model er hensigtsmæssig i forhold til detaljerede analyser i musikterapi og kan anvendes til et bredt udsnit af klientgrupper. I forhold til de tre hovedfaktorer spiller *terapeut-klient forholdet* især ind i forbindelse med opbygning af en relationel tillid. *Forventningsfaktorerne* bidrager til afbalancering af relationen i forhold til, hvordan et interaktivt møde kan reguleres via afstemning af forventninger og *de fælles kliniske strategier* er væsentlige for den terapeutiske samarbejdsform, hvorigennem klient og terapeut har mulighed for at finde frem til egne individuelle roller. De adfærdsmæssige faktorer, der opstår i forbindelse med de fælles kliniske strategier, viser sig som musikalsk samspil (fig. 2.). Figur 1 og 2 fremhæver således både forskelle og ligheder mellem psykoterapi og musikterapi, og indbyder til yderligere forskning af nonspecifikke faktorer. Jeg håber i den forbindelse, at denne artikel samt mit speciale bidrager til en tydeliggørelse af nonspecifikke faktorer i terapeutisk behandling, og derved skaber interesse omkring fænomenet.

Litteratur

- Hougaard, Esben (2004) *Psykoterapi – teori og forskning*. København, Dansk Psykologisk Forlag.
- Stern, Daniel (2000) *Spædbarnets interpersonelle verden*. København, Hans Reitzel
- Brink-Jensen, L. (2010). *Farvel og Goddag. En teoretisk og empirisk baseret*

*undersøgelse af nonspecifikke faktorer
i en musikterapeutisk proces.* Musike-
rapiuddannelsen, Institut for Kommu-

nikation, Aalborg Universitet. Specia-
let findes på Projektbiblioteket, AAU:
<http://projekter.aau.dk/projekter/da/>

