

Kurs: **27216 Själständigt arbete 15 hp**

2012

Filosofie magisterexamen i musikpedagogik med inriktning
musikterapi

Institutionen för musik, pedagogik och samhälle

Handledare: Katarina Pernler och Ann-Sofie Paulander

Katarina Lindblad

Samtalet i musikterapi

En hermeneutisk analys av tre sessioner

Abstrakt

Den här uppsatsen handlar om samtalet i musikterapi, ett ämne som är sparsamt beskrivet i litteraturen. En kort beskrivning av musikterapi som klinisk och akademisk disciplin ges, och en litteraturgenomgång görs av några böcker kring samtalsmetodik och det lilla som finns skrivet om samtal i musikterapi. Studien bygger på tre musikterapisessioner arrangerade speciellt för studien och intervjuer med de tre musikterapeuterna. Sessionerna filmades och intervjuerna spelades in och skrevs ut. Det är en kvalitativ studie upplagd som en experimentell, instrumentell, flerfaldig fallstudie. Det teoretiska perspektivet är hermeneutik och analysmetoden hermeneutisk tolkningsanalys. Analysen av filmerna är inspirerad av fenomenologi. I uppsatsen ges en beskrivning i kondenserad form av de tre musikterapisessionerna och intervjuerna sammanfattas. Därefter redogörs för analysresultatet som framstår som tvådelat. Första delen är en tematisering av de verbala interventioner som förekommer under de studerade sessionerna. Interventionerna tematiseras som frågor, andra interventioner, tystnad, paradoxer och omformuleringar, metaforer och tolkningar. Hur de talar om musik lyfts fram i ett särskilt avsnitt. Andra delen är ett utforskande av vilka funktioner samtalen tycks ha under dessa sessioner. Tanken prövas att de kan; leda till ökad trygghet, som i sin tur kan leda till att ett verkligt möte kan uppstå; fördjupa klientens upplevelse; tydliggöra klientens livsberättelse.

Abstract

This thesis is about verbal dialogue in music therapy, a subject which is seldom discussed in the literature. A short description of music therapy as a clinical and academic discipline is presented, and a survey is made of some of the literature on methodology in professional dialogues and what little has been written about dialogue in music therapy. The study is based on three music therapy sessions arranged especially for the purpose and interviews with the three therapists. The sessions were filmed and the interviews were recorded and copied out. It is a qualitative study, constructed as an experimental, instrumental, multiple case study. The theoretical perspective is hermeneutic and the method of analysis used was hermeneutic interpretation analysis. The method used to analyze the films was inspired by phenomenology. In the thesis the three music therapy sessions are described in condensed form and the interviews are summarized. This is followed by an analysis of the result which appears to fall into two parts. The first section is a thematisation of the verbal interventions that occur during the sessions. The interventions are thematised as questions, other interventions, silence, paradoxes and rephrasings, metaphors and interpretations. A special section is devoted to the way the therapists talk about music. The second part of the analysis explores the functions that the verbal dialogues seem to have had during the sessions. The theory tested is that they can; lead to a greater feeling of security, which in its turn can lead to a genuine encounter; deepen the client's experience; clarify the client's life story.

Förord

Jag sitter och lyssnar på en repetition i Berwaldhallen. Stämningen är tät. En orkester, en dirigent, en pianist. Närvaro, koncentration. Håren reser sig på mina armar, ögonen fylls av tårar. Ömsinnet, smärta, längtan... Orden räcker inte för att fånga den upplevelsevärld jag befinner mig i.

Plötsligt slår dirigenten av. Förtrollningen bryts:

- Det där ackordet, när ni spelar det så låter det för mig som "baaaa". Jag skulle vilja ha lite mer "wooaam".

Rent semantiskt är dirigentens instruktion naturligtvis nonsens. Ändå förstår alla precis vad han menar. Och just så tror jag det är. Ord och musik hör till olika upplevelsevärldar. Aktiverar olika delar av hjärnan, om man vill se det så. När vi arbetar med människor i syfte att hjälpa dem vidare i livet med musik som medium ställs vi inför uppgiften att på liknande sätt skapa meningsfulla bryggor mellan de två upplevelsevärldarna. En stor, svår och för mig oändligt inspirerande uppgift. Som musikerapeuter använder vi oss själva som arbetsredskap. Att arbeta inför öppen ridå i någon mening kan därför kräva både erfarenhet, trygghet – och mod. Jag vill därför särskilt tacka de tre terapeuter som så generöst och modigt både delat med sig av sina tankar kring hur de arbetar, och även låtit mig få "titta in" i deras verksamhet och filma dem under en session. Jag vill även tacka de tre klienterna som också generöst och tillitsfullt öppnade sig för terapeuterna och kameran, och därmed möjliggjorde den här studien.

Innehållsförteckning

Abstrakt.....	II
Abstract.....	II
Förord.....	IV
1. Bakgrund.....	1
1.1. Inledning	1
1.2. Uppsatsens uppläggning	1
1.3. Musikterapi	2
1.4. Terapeutiska samtal	4
1.5. Samtal i musikterapi	8
1.6. Samtal – en definition	12
1.7. Syfte och frågeställning	13
2. Teoretiskt perspektiv.....	13
2.1. Hermeneutik.....	13
2.2. Ord, språk och samtal	14
3. Metod.....	17
3.1. Kvalitativ studie.....	17
3.2. Fallstudiebaserad forskning	17
3.3. Genomförande	18
3.4. Analys	21
3.5. Kvalitet och relevans	22
4. Analysresultat	23
4.1. Tre musikterapisessioner	23
4.2. Verbala interventioner	32
4.3. Samtalens funktion	41
4.4. Sammanfattning	46
5. Diskussion.....	48
5.1. Innehållsdiskussion.....	48
5.2. Metoddiskussion	52
5.3. Coda.....	56
Referenser	57
Bilaga 1	60
Bilaga 2	61
Bilaga 3	62

Bakgrund

1.1. Inledning

Den här uppsatsen handlar om samtalet i musikterapi. Det verbala samtalet. I musikterapi är annars musiken det centrala. Samtidigt är verbal dialog ett naturligt sätt för människor att kommunicera. Så även i musikterapi. Men hur pratar man i musikterapi? Vad pratar man om? Vad fyller den verbala dialogen för funktion? Det är utgångspunkten för den här studien.

När det gäller samtalsmetodik rent allmänt finns gott om böcker och kurser för yrkesgrupper som arbetar med professionella samtal. En del råd och rekommendationer är generella och återkommande, andra är specifika för olika typer av samtal. Det som styr är samtalets mål, syfte och sammanhang. Frågan uppstår då vad som karakteriserar samtal i just musikterapi.

I min personliga utgångspunkt för den här uppsatsen finns erfarenheter både som samtalsledare och motpart, både yrkesmässigt och privat. Under livets gång har jag arbetat med olika typer av samtal och tränats i olika samtals-tekniker. Från tiden som socialarbetare har jag erfarenhet både av att ge stödjande samtal och att göra utredningar, två helt olika sorters samtal. Och när jag har intervjuat musiker för Sveriges Radio har det varit en helt annan sorts intervjuer än när jag som personalansvarig på en föräldrakooperativ förskola medverkade vid nyanställning av barnskötare.

Utifrån att själv ha varit klient i olika terapier har jag erfarenhet av hur samtal i terapi kan gå till. Min första erfarenhet är god och bygger på fyra år i gestaltterapi, där samtalet kretsade mycket kring upplevelsen här och nu. Andra gånger har jag upplevt att samtalet snarare stått i vägen för djupare känslomässig bearbetning. Slutligen har jag suttit hos terapeuter där jag har kunnat märka hur de följt en samtalsmall enligt ett inlärt schema. Så i min förförståelse finns erfarenheter av att själva samtalet i terapi kan ha sina för- och nackdelar.

Det finns också en annan sida av min förförståelse, som vuxit fram av att ha talat och skrivit om klassisk musik för Sveriges Radio i 20 år. Frågor kring vad man kan och inte kan formulera sig kring när det gäller musik har inneburit dagliga avvägningar.

1.2. Uppsatsens uppläggning

Det här är en kvalitativ studie genomförd med hermeneutik som teoretiskt perspektiv och hermeneutisk tolkningsanalys som metod. Studien är uppbyggd som en experimentell, instrumentell, flerfaldig fallstudie, där tre musikterapisessioner filmats och de tre terapeuterna intervjuats.

Som bakgrund till själva studien ges i första kapitlet en kort beskrivning av vad musikterapi är med en historisk tillbakablick och orientering om musikterapiens plats som klinisk och akademisk disciplin. Därefter följer ett avsnitt om terapeutiska samtal i allmänhet, i form av en litteraturgenomgång av några metodböcker. Slutligen knyts dessa två delar, musikterapi och terapeutiska samtal, ihop i ett avsnitt som handlar om samtalets roll i några olika musikterapeutiska modeller. Utgångspunkten för detta avsnitt är ett urval av musikterapeutisk litteratur och en intervju. En definition av begreppet ”samtal” presenteras. Kapitlet utmynnar i en formulering av studiens syfte och frågeställning.

I kapitel 2 redovisas uppsatsens teoretiska perspektiv, som är hermeneutiskt. Hermeneutik beskrivs kortfattat. Dessutom redogörs översiktligt för några filosofers tankar kring användandet av ord, språk och samtal.

Kapitel 3 innehåller en metodgenomgång av hur arbetet med studien planerats och genomförts, med motiveringar för de olika val som gjorts. Metoden är huvudsakligen hermeneutisk, med inspiration av fenomenologi vid analysen av filmerna.

I kapitel 4 redovisas studiens analysresultat. Först ges en kortfattad beskrivning av de tre musikterapisessionerna så som de framstår genom filmerna. Därefter redovisas en sammanfattning av de intervjuer som gjorts med terapeuterna. De verbala interventioner som förekommer under de studerade sessionerna tematiseras. Slutligen utforskas vilka funktioner samtalen tycks ha under dessa sessioner.

Kapitel 5 innehåller en metod- och innehållsdiskussion. I metoddiskussionen granskas bland annat val av teoretiskt perspektiv, referenslitteratur och intervjumetod. I innehållsdiskussionen görs en utblick över frågan om samtal eller icke samtal i musikterapi som knyter an till uppsatsens inledande resonemang om musikterapiens olika inriktningar och modeller.

1.3. Musikterapi

Att musik kan hjälpa människor att må bättre är en väl känd, mänsklig erfarenhet. Musik har använts i terapeutiskt syfte i alla tider och kulturer. Under mitten av 1900-talet utvecklades musikterapi som behandlingsform. Numera är det en internationellt erkänd klinisk och akademisk disciplin. Nyligen publicerade världsförbundet för musikterapi, WFMT, sin senaste omarbetade definition av musikterapi:

Music therapy is the professional use of music and its elements as an intervention in medical, educational, and everyday environments with individuals, groups, families, or communities who seek to optimize their quality of life and improve their physical, social, communicative, emotional, intellectual and spiritual health and wellbeing. Research, practice, education, and clinical training in music therapy are based on professional standards according to cultural, social, and political contexts (WFMT 2011).

Musikterapi förekommer alltså i många olika verksamheter, både i grupp och enskilt. Några exempel på var musikterapi kan förekomma är inom spädbarnsvård, cancervård, psykiatri och arbete med hjärnsador; inom äldreomsorg och demensvård; i särskola med barn med funktionshinder, autism och liknande; inom kris- och traumaarbete, ätstörningsproblematik och förebyggande för hälsa och välbefinnande och personlig utveckling (Wigram o a 2004). Många klienter inom dessa områden har inte tillgång till något fungerande, meningsfullt tal. Musikterapi fungerar i sådana fall helt naturligt på icke-verbal grund, där kommunikationen sker i och genom musik.

Musikterapi kan betraktas som ett samlingsbegrepp för en rad olika metoder och tekniker där musik används i terapeutiskt syfte. Det är med andra ord inte fråga om en enhetlig metod. Teknikerna kan vara receptiva eller expressiva. Receptiva tekniker innebär att man lyssnar på inspelad musik, ofta klassisk, som väcker känslor, minnen och andra associationer, och sedan samtalar kring dessa upplevelser. Expressiva tekniker innebär att klienten får möjlighet att uttrycka sig själv genom att till exempel improvisera på instrument eller med röst. En del expressiva tekniker innefattar verbala inslag som en självklar del, medan andra är i huvudsak icke-verbala.

För att särskilja de olika musikterapeutiska inriktningarna kan begreppet ”modell” användas. Det står för ett systematiskt tillvägagångssätt av metoder och tekniker utifrån vissa specifika principer. Världskongressen för musikterapi i Washington 1999 definierade fem internationellt erkända modeller för musikterapi: GIM, Guided Imagery and Music; AOM, Analytiskt Orienterad Musikterapi; KMT, Kreativ Musikterapi¹; Benenzons musikterapi och behavioristisk musikterapi. Vilken modell som används styrs av terapeutens utbildning, klientens eller patientens behov samt syftet med terapin (Wigram o a 2004).

Av ovan nämnda modeller är framför allt GIM, AOM och KMT aktuella för den här uppsatsen. GIM, utvecklad av violinisten Helen Bonny, är en receptiv modell där klienten associerar fritt till klassisk, inspelad musik under djup avslappning (Bonny 2002). AOM utvecklades av Mary Priestley och har sina rötter i psykoanalysen. I modellen används både receptiva och expressiva tekniker (Eschen 2002). I båda dessa modeller är verbal kommuni-

¹ Ofta benämnd med sitt engelska namn Creative Music Therapy. I denna uppsats används dock det svenska namnet och förkortningen.

kation en viktig del. KMT utvecklades av Paul Nordoff och Clive Robbins i arbete med funktionshindrade barn. Modellen är framför allt expressiv och icke-verbal. Verbal kommunikation förekommer men har inte någon framskjuten roll (Ansdell 2005).

På Kungl. Musikhögskolan (KMH) erbjuds musikterapeututbildning på magisternivå som påbyggnadsutbildning för musiker, musikpedagoger och musklärare. Inriktningen är musikterapi på psykodynamisk grund vilket innebär att man utgår från två grundantaganden: att omedvetna psykiska processer styr människans beteende och utveckling, och att upplevelser från barndomen lever kvar och påverkar den vuxnes liv och personlighet (Havnesköld & Risholm Mothander 2006). Utbildningen omfattar en orientering i modellerna AOM, KMT och GIM samt olika metoder och tekniker, både receptiva och expressiva. Även korta introduktioner till bild, dans och rörelse, psykodrama, kroppsterapi och liknande kompletterande metoder förekommer (Grönlund, Alm & Hammarlund 2000). Musikterapeuter utbildade på KMH arbetar i olika sorters verksamheter, som förskola, skola och särskola, sjukvård, psykiatri, äldreomsorg, rehabilitering och privatpraktiserande psykoterapeutisk verksamhet. Arbetet kan ske i grupp eller enskilt.

1.4. Terapeutiska samtal

För att sätta in studiens frågeställning i en kontext av terapeutiska samtal i stort, följer här en kort litteraturgenomgång av ett urval böcker om samtalsmetodik som är vanligt förekommande i utbildningar till människovårdande yrken: Kurt Gordan (2004): *Professionella samtal*, Clarence Crafoord (2005): *Människan är en berättelse* och Anders Engqvist (2003): *Om konsten att samtala*. Dessutom Daniel Stern (2005): *Ögonblickets psykologi*, som ger ett alternativt perspektiv på terapeutiska samtal med fokus på samtalets icke-verbala aspekter.

Kurt Gordan (2004) *Professionella samtal* inleds med det stora perspektivet och samtalsledarens roll i samhället. Yttre betingelser som den lokala samtalsledaren ska hållas i, rummets inredning och samtalsledarens klädsel tas upp. Olika sorters samtal beskrivs: utredande och behandlande.

Några generella kvaliteter som utmärker ett gott psykoterapeutiskt förhållningssätt är enl Gordan (2004): kravlös värme, äkthet och empati, envishet, flexibilitet, förmåga att härbärgera, lust, glädje och humor samt att börja där klienten är. Utöver dessa rekommenderas lite olika förhållningssätt beroende på om man jobbar med insikt-, jag-stärkande- eller stödterapi. En terapeut bör till exempel vara relativt neutral och återhållsam med sin egen person i insiktsterapi, mer personlig i jag-stärkande terapi och än mer personlig i stödterapi. En pedagogisk hållning och handfasta råd kan ha sin plats både i jag-stärkande terapi och i stödterapi.

Klient och terapeut behöver en gemensam begreppsvärld, menar Gordan, och klienten behöver ord för sina tankar och känslor. Vidare menar han att

tolkning har en central plats i insiktsterapi och i jag-stärkande terapi, dock med lite olika innehåll. Tolkningen kan handla om att se mönster mellan nu och tidigare i livet. Enligt Gordan är tolkningens främsta syfte: "... att göra klienten medveten om det latent, icke medvetna innehåll som kan ligga till grund för hans manifesta, medvetna symptom, känslor och reaktioner" (Gordan 2004 s 152). I både jag-stärkande terapi och stödterapi är det slutligen betydelsefullt att terapeuten lyfter fram klientens resurser.

Clarence Crafoord (2005) slår fast redan i inledningen till sin klassiker *Människan är en berättelse* att det viktigaste i varje professionellt samtal enligt honom är den utsägliga aspekten, själen och närvaron i mötet mellan människor, den närvaro där orden ackompanjeras av myriader av andra signaler från båda parter. Alltför detaljerade tekniker och metoder för hur ett samtal ska föras är han kritisk mot. Han jämför samtal med konst och menar att det handlar, eller bör handla, om själen (a a s 19).

En av Crafoords huvudpoänger är att alla människor, även terapeuter, bär sin livsberättelse med sig och visar upp den för omvärlden, vare sig vi vill eller inte. Sättet att tala, ord, gester, röstläge, personlighet och attityder vittnar om bakgrund och erfarenhet. Kontakt uppstår först när en terapeut visar sig som person. Att försöka förstå sig genom att till exempel följa en strikt samtalsmetodisk mall genomskådas lätt av klienten.

De viktigaste kvaliteterna hos en terapeut är empati och ett genuint intresse för klienten. I övrigt är lyssnandet centralt för det goda samtalet. Crafoord beskriver sju olika sätt att lyssna: till själva orden, empatiskt till den talandes känslolägen, till undertexten, tilltalet, motsägelser, ett inre lyssnande till de egna känslorna och associationerna och slutligen det omedvetna lyssnandet till det parallella flöde av överföringar och motöverföringar² som pågår.

Crafoord liknar samtalsstrukturen under en terapisession vid en flygresor. Mottagandet är viktigt för att skapa trygghet. Därefter kan samtalet inledas med öppna fraser som markerar intresse, som: "Jag skulle vilja höra dig med egna ord berätta...", eller "Jag skulle gärna vilja höra dig beskriva..." (Crafoord 2005 s 102). Sedan underlättar det för en klient att framföra sin berättelse, om terapeuten ackompanjerar berättelsen med fördjupande frågor, att upprepa det klienten sagt och liknande. Att stereotypt upprepa allt klienten säger är dock inte att rekommendera. Själva frågandet behöver också användas med fingertoppskänsla, så att det inte skapas en känsla av förhör.

² "Överföring" och "motöverföring" är begrepp med ursprung i psykoanalys, där överföring innebär att klienten omedvetet överför föreställningar, önsknings och fantasier, som härrör från klientens ursprungliga relationer, på terapeuten. Motöverföring är den omedvetna genklang detta väcker i terapeuten; inre bilder, känslor och tankar som terapeuten kan medvetandegöra i sig själv och använda som viktig information i det terapeutiska arbetet (Norman & Ylander 1999).

Ibland uppstår tystnad i ett samtal. Då är det terapeutens ansvar att försöka analysera vilken sorts tystnad det handlar om för att kunna göra adekvata interventioner.³ Den begrundande och den skapande tystnaden kan vara välgörande och bör få utrymme.

Angående verbala kontra icke-verbala sätt att kommunicera skriver Crafoord å ena sidan om benämningens kraft, hur konstruktivt det kan vara att lyfta något från det icke-verbala och dolda till det verbala. Men han skriver å andra sidan att: ”möten som förvandlar kan också ske utan ord – så ser ursprunget ut, innan språket tagit form” (Crafoord 2005 s 185).

I *Om konsten att samtala* beskriver även **Anders Engqvist** (2003) samtal som konst. Fast ursprungligen tänkte han att boken skulle heta *Samtal som vetenskap och konst*, vilket fångar en stor del av bokens budskap. Metoder, modeller och tekniker är nödvändiga men inte tillräckliga förutsättningar för att kunna leda ett konstruktivt professionellt samtal.

Det är inte alltid möjligt att sätta konkreta mål för en psykoterapi. Viktigare är, enligt Engquist, att ha en riktning och en orientering om vilken typ av samtal det gäller. Engquist anger fem olika samtalstyper: kartläggande, motiverande, stödjande, problemlösande och behandlande samtal.

Engqvist menar att det ofta är mer verksamt med ett ”analogt språk”, bildernas och symbolernas språk, än ett logiskt, analytiskt, ”digitalt” (Engqvist 2003 s 61). Ett exempel på analogt språk är metaforer, som Engquist själv använder sig av i rikt mått i boken. Humor, paradoxer, omtolkningar och annat som kan vända upp och ner på klientens invanda perspektiv och öppna nya dörrar rekommenderas också.

Hur gör då framgångsrika samtalsterapeuter? Engqvist menar att det enskilt viktigaste inslaget kanske är att ge bekräftelse. Inlevelse och värme nämner han också som självklara grundförutsättningar. Skickliga terapeuter oavsett teoretisk förankring har det gemensamt att deras språk är välformat och de hjälper sina klienter att få syn på generaliseringar, utelämnanden och förvrängningar som i: ”jag är rädd” – för vad är du rädd?, ”jag är rädd för folk” – för vilka?, ”hon tycker att jag är dum” – hur vet du ...?. Detta hjälper klienten att få perspektiv på sig själv och sin omvärld. ”Samtal när det är som bäst är en utvecklande dialog vilket medför att klienten under resans gång utvecklar sin världsbild, vilket i sin tur sätter igång förändringar” (Engqvist 2003 s 158).

I **Daniel Sterns** *Ögonblickets psykologi* (2005) förskjuts perspektivet från frågan ”vad gör terapeuten?” till ”vad sker i mötet mellan terapeut och klient?”. Stern ser den terapeutiska processen som ett resultat av två psyken

³ Intervention är terapeutens inpass; frågor, kommentarer, även tystnad (Gordan 2004). I musikterapi kan en intervention även vara musik.

som samarbetar och i stort sett bidrar lika mycket för att ”skapa största möjliga sammanhang” (a a s 150).

Stern utgår från antagandet att förändring grundar sig på levd erfarenhet. Och levd erfarenhet sker i nuet, inte i verbala utläggningar om det som hänt eller det som ska hända (a a s 17). De flesta terapeutiska inriktningar är enligt Stern ense om att ”det är det terapeutiska arbete som sker ’här och nu’ som har störst förmåga att åstadkomma förändring” (a a s 25).

Nuvarande ögonblick är det första av tre nyckelbegrepp i boken. De andra två är intersubjektivitet och implicit vetande. Intersubjektivitet är i dag ett erkänt begrepp. ”Den intersubjektiva väven”, där två personer kan uppleva samma sak samtidigt, är bekräftad i forskning bland annat i och med upptäckten av spegelneuroner i hjärnan:

Spegelneuronens neurobiologiska mekanismer gör det möjligt för oss att /.../ läsa av andra människors sinnessillstånd, särskilt deras intentioner, att vi kan vara lyhörda för andras känslor, att vi kan erfara vad någon annan erfar samt att vi kan fånga upp en iakttagen handling så att vi kan imitera den (Stern 2005 s 94).

Genom upptäckten av spegelneuronen kan man alltså numera bekräfta att det är möjligt att erfara det som någon annan erfar. Stern menar vidare att vårt psykiska liv skapas i dessa intersubjektiva möten. I det intersubjektiva fält som uppstår mellan två människor händer mycket mer än vad själva samtalet mellan de två antyder (a a s 108-109). En terapi är full av ordlösa, ömsesidiga upplevelser som har stor giltighet och relevans för terapins utgång (a a s 40).

Med implicit vetande menas den omedelbara, icke-verbala, icke-symboliska och inte reflexivt medvetna kunskap som uppfattas i nuet. Implicit vetande har fått allt större uppmärksamhet i psykologisk forskning sedan 1990-talet. Genom bland annat spädbarnsforskning har kunskapen om och lyhördheten för den implicita domänen ökat. Implicit vetande kommuniceras genom kroppsspråk, affekter och det som sägs ”mellan raderna” i verbal kommunikation; tonfall och liknande (a a).

Daniel Stern resonerar kring att orden många gånger kan förminska och förvränga en upplevelse som kan ha väl så stark terapeutisk verkan om den får vara som den är, icke-verbaliserad, som en gemensam erfarenhet mellan terapeut och klient (a a). Det temat tar han upp även i sin bok *Ett litet barns dagbok* (1990). Där beskriver han hur det lilla barnet har olika typer av upplevelser, där önskingar, behov och känslor till en början är ordlösa. Men så kommer en förälder eller annan vuxen och sätter ord på känslan, tolkar den. Ofta blir det bra och hjälpsamt för barnet som genom orden får hjälp att strukturera sin värld. I mindre lyckade situationer använder föräldern ord som för barnet strider mot upplevelsen. Det skapar förvirring och osäkerhet. Stern beskriver å ena sidan hur barnet lär sig att använda ord för att förflytta

sig bakåt och framåt i tid och rum. Å andra sidan konstaterar han att ord har en mörkare sida, helt enkelt: "... ord är inte speciellt bra på att hantera helhetsupplevelser" (a a s 159).

1.5. Samtal i musikterapi

Samtalets vara eller icke vara i musikterapi är föremål för ständig, stundtals passionerad, diskussion musikterapeuter emellan. De skilda ståndpunkterna hänger ihop med synen på musikens roll i musikterapi, som ett redskap för att komma åt det som behöver bearbetas, "musik i terapi", eller som terapeutiskt verksam i sig, "musik som terapi" (Garred 2006).

Två musikterapeutiska modeller som här får representera dessa två olika ståndpunkter är AOM och KMT. I AOM utgör verbal kommunikation en stor del av terapin. I *Analytical Music Therapy* (Eschen 2002) konstaterar Mary Priestley, som utvecklade AOM, att terapi sker både i den verbala och den musikaliska kommunikationen:

Encounters take place within the playing space of the mutual musical improvisation and in conversations which are held before and after playing. With this, a comprehending occurs, a putting into words of the experiences had during the playing process and the intrapsychic and interpersonal phenomena which came up then (a a s 53).

Författaren menar att mötet sker både i den musikaliska improvisationen och i samtalet före och efter musiken. Det är genom att verbalisera en upplevelse som förståelse kan skapas (Eschen 2002).

Hur denna verbalisering går till mer i detalj formuleras inte. AOM har sina rötter i psykoanalys och växte fram bland psykoanalytiker, som ansåg att musik var ett verksamt redskap för att nå djupare än genom enbart samtal. Därför kan man förmoda att samtalsmetodiken låg inbäddad i den implicita kunskapen hos dessa psykoanalytiker. Kanske är det därför själva samtalsmetodiken inte formulerats så utförligt.

I KMT har man en annan syn på verbalisering. KMT bygger inte på psyko-dynamiska principer eller procedurer utan utgår från kunskap om hur musik och musicerande påverkar människan. Gary Ansdell (2005) menar att det finns en grundläggande skillnad mellan ord och musik, som även påverkar musikterapi. Ord delar upp, strukturerar, analyserar, medan musik skapar helhetsupplevelser. Att prata om den upplevelse musiken har fört med sig kan förminska eller till och med förstöra upplevelsen. I KMT ger man inga instruktioner före en improvisation, och man tolkar inte efteråt. Tankarna i KMT anknyter till Daniel Sterns begreppsvärld om det implicita och det som sker i det intersubjektiva mötet här och nu under en session (se ovan).

Det finns inte mycket skrivet specifikt om samtal i musikterapi. Det konstaterar musikterapeut Alexandra Ullsten i sin C-uppsats *Som man frågar får man svar!* (2006). Hennes studie visar också att handböcker i samtalsmetodik rent generellt saknas på musikterapeututbildningen i Stockholm. Att det skulle behövas en fördjupad kunskap om samtal i musikterapi är en tanke som får stöd av de tre musikterapeuter som intervjuas i Ullstens uppsats (2006).

I mina egna efterforskningar i samband med den här uppsatsen har även jag kunnat konstatera att det finns mycket sparsamt med litteratur kring samtal i musikterapi. Dock lyser samtal igenom ”mellan raderna” i många av de fallbeskrivningar som finns publicerade. Det förekommer även här och där tankar och formuleringar kring samtalens roll och utformande. Här följer några exempel:

Kenneth Bruscia (2006) konstaterar att hjärtat i en musikterapisession är en musikalisk upplevelse av något slag. Verbala inslag kan förekomma, och är nödvändiga ibland men kan också vara ineffektiva eller till och med negativa för den terapeutiska processen:

Music therapy sessions may also include verbal discussions. The discussions may be part of or subsequent to the ongoing musical experience, or they may focus on specific issues, feelings, situations, or events that are pertinent to the client's therapy. While verbal communication is essential in working with certain clients, it can be ineffective or undesirable in working with clients who are nonverbal or verbally defended, and who relate better to the nonverbal aspects of music (a a s 6).

Bruscia menar att samtal kan förekomma, men inte alltid är önskvärt eller möjligt beroende på klient (Bruscia 2006).

I *Music as Therapy: A Dialogical Perspective* (2006) ger Rudy Garred en fyllig genomgång av några av de olika förespråkarna för inriktningarna ”musik i terapi” och ”musik som terapi”. Han menar att det som styr innehållet i den verbala dialogen är musikterapeutens teoretiska grundsyn och synen på musikens roll. Antingen ser man musikens funktion huvudsakligen som symbolisk, för något annat, eller så tänker man att den har ett egenvärde som estetiskt uttryck. Själv utesluter inte Garred tanken på att inkludera ord i musikterapeutiskt arbete, utan lyfter resonemanget till att handla om vad orden ska innehålla; vad är det meningsfullt att prata om och när?

Att det finns bryggor mellan de två inriktningar visar även Garreds sammanfattning. Där resonerar han kring det omedvetna och menar att en av kvalitetserna med musikalisk improvisation är att den når direkt in i det omedvetna utan att gå via orden. Men han påpekar också att om man sedan vill medvetandegöra aspekter av detta omedvetna behövs ord. Annars sjunker det som blev framlyft i det musikaliska arbetet stilla tillbaks igen, utan att någonsin bli medvetandegjort (Garred 2006 s 180).

I en alldeles nyligen framlagd doktorsavhandling *Meningen med att gå i musikterapi. En fenomenologisk studie om deltagares upplevelser* (Paulander 2011), utforskas klienternas egna upplevelser av att gå i musikterapi. Där konstateras att klienterna vill ha samtal:

Klienterna uppger till exempel att de önskar samtal för att kunna förstå och tolka sina upplevelsers innehåll. De behöver alltså få tillgång till en utökad medvetandeverksamhet för att deras upplevelsers innehåll ska kunna ges begriplig mening (a s 171).

Klienterna i Paulanders studie beskriver alltså ett behov av att bearbeta sina upplevelser verbalt. Paulander menar att deltagarna exponerar sig för varandra på ett annat sätt när de samtalar än när de musicerar. Hon har uppfattat det som att det är i samtalet som deltagarna får kontakt. Hon prövar också tanken att det är genom att samtala som deltagarna skapar en relation.

I *Receptive Methods in Music Therapy* (2007) ägnar Denise Grocke och Tony Wigram inledningsvis ett helt kapitel åt den verbala dialogen i musikterapi. De konstaterar att samtal är en självklar del av musikterapi, när klienterna är verbala och har förmåga att föra ett samtal. Samtal sker inledningsvis, för att komma överens om dagens tema, ofta för att på något sätt bearbeta en musikalisk upplevelse, och för att avsluta en session:

In fact we rely on verbal processing a great deal during a music therapy session, to:

- discuss with clients how they are feeling on the day, and what has happened since the last music therapy session
- find a focus for the music therapy session
- understand responses to a musical experience
- gather more information about the client's experience that enables us to 're-enter into the musical experience with new insight and more developed therapeutic alliance' (Nolan 2005, p 18)
- give feedback to the client about our own experience (where appropriate)
- give interpretations of what the client is doing, or what is happening (when appropriate), and
- close a session.

(Grocke & Wigram 2007, s 25-26).

Det finns alltså gott om situationer under en musikterapisession när verbal dialog kan förekomma. Grocke och Wigram menar att musikterapeuter därför behöver utvecklas inom allmänna samtalstekniska områden som att vara goda lyssnare, visa empati, kunna återspegla, omformulera och utforska för att förstå mer om det tema en klient tar upp. Vidare menar de att specifikt för samtal i musikterapi är att erbjuda val, vara bekväm med tystnad, skapa

och upprätthålla en terapeutisk närvaro och att på ett bra sätt kunna avsluta en session (a a s 29 ff).

Tystnad är en aspekt som lyfts fram av Paul Nolan (Nolan 2005), i synnerhet den tystnad som uppstår efter en musikalisk intervention. Nolan framhåller att det är särskilt angeläget för musikerapeuter att använda samtal på ett sätt som är i samklang med den musikaliska upplevelsen under terapin. Risken är annars att samtalet motverkar den process som satts igång av musiken. För att inte förstöra den processen kan det vara viktigt att låta musikupplevelserna sjunka in i tystnad. Andra gånger kan terapeuten hjälpa processen genom att själv komma med ett påstående, som alternativ till att bryta tystnaden med en fråga. Påståendet kan handla om hur terapeuten tyckte musiken lät eller vad han eller hon i övrigt la märke till.

Nolans artikel är en litteraturgenomgång av texter som berör samtalet i musikerapi. Han konstaterar att fallbeskrivningar visar att samtal är en mycket stor del av de flesta musikerapisessioner, men att det nästan inte finns någonting beskrivet om syfte, tekniker eller riktlinjer kring hur samtal kan utformas. Själv ser han två huvudsakliga syften med samtal i musikerapi: att öka medvetenhet och förståelse hos klienten och att ge terapeuten information.

Inför den här uppsatsen genomfördes en intervju med **Ingrid Hammarlund** (Hammarlund 2011), lektor i musikerapi och ämnesansvarig på Kungl. Musikhögskolan, i syfte att vidga perspektivet på frågeställningen. Hammarlund menar att samtalets funktion i musikerapi är att skapa en relation på en medveten nivå. Utgångspunkten bör vara frågorna: Var ligger problemet? Var sker bearbetningen? Behövs ord för att det ska bli en bearbetning? I det ligger också att definiera vad det är för slags terapi. I en bearbetande terapi kompletterar ord och musik varandra. En verbalisering kan då fylla en medvetandegörande och insiktsfrämjande funktion. I en stödjande, jagstärkande terapi har orden snarare en normaliserande funktion, där benämningarna kan föra upp terapeutiskt material till en kognitiv nivå.

I GIM finns det utarbetade riktlinjer för samtalets utformande. Under musiklyssningen ställer terapeuten frågor som: Vad upplever du nu?, Hur känns det?, Var i kroppen..?. Efteråt följer man upp upplevelsen med frågor av typen: Vad framstår som viktigt för dig nu, när vi tittar på den här upplevelsen?. Den typen av frågor kan vara helt relevanta att använda även i expressiv musikerapi, enligt Hammarlund.

En av samtalets viktigaste funktioner, menar Hammarlund, är att tolka:

Jag menar att man tolkar, musikerapeuten tolkar och ska stimulera klienten att tolka. Samtalet ska vara fokuserat på tolkandet, det gemensamma, ömsesidiga försöket till tolkande/.../ Tolkning för mig, det använder man sig av när man tror att klienten kan ha nytta av det. Och det kan man göra på ett klarifierande

sätt. Tolkning kan användas konfrontativt också (Hammarlund 2011).

Ingrid Hammarlund menar alltså att tolkning, om den sker gemensamt och ömsesidigt, är en viktig del av den verbala dialogen i musikterapi.

Själva samtalet i musikterapi är inte annorlunda än i vanlig samtalsterapi, enligt Hammarlund. Vad som styr är syftet med terapin. Vilken form ett samtal får har även med musikterapeutens teoretiska grund att göra: en kognitivt inriktad musikterapeut leder ett kognitivt färgat samtal, medan en musikterapeut med en psykodynamisk förståelsemodell för sitt samtal i den riktningen. Det som skiljer från annan terapi är att samtalet i musikterapi också kretsar kring musikupplevelser. Det musikterapeutiska samtalet kan också vara mer musiskt:

Möjligtvis att musikterapeuters samtalsform är mera musisk...
Man kan inte generalisera, men övar man upp det kan man öva
upp sig mycket mer för de implicita fenomenen och kan plocka
upp det i orden (Hammarlund 2011).

Hammarlund menar att musikterapeuter har eller bör kunna ha en annan lyhördhet och känslighet för de implicita fenomenen som sker under terapin. Det kan vara en färdighet som musikterapeuten har tränat upp medvetet eller omedvetet (Hammarlund 2011).

Slutligen lyfter Hammarlund fram de nya forskningsrön kring nuvarande ögonblick, intersubjektivitet och implicit vetande som bland andra Daniel Stern skrivit om (se s 7-8 i denna uppsats). Hon menar att i och med att implicita och intersubjektiva processer uppvärderas och uppfattas som verk samma terapeutiska faktorer i sig, ställs frågan om den verbala kommunikationen i nytt ljus. De nya teorierna innebär en helt ny möjlighet till teoretisk förståelse av det som händer icke-verbalt mellan klient och terapeut i musikterapi.

1.6. Samtal – en definition

Enligt Svensk Ordbok (1986) är ett samtal ”muntligt utbytande av synpunkter eller upplysningar”. Med utgångspunkt i hur terapeutiska samtal beskrivs och definieras i refererad litteratur, används begreppet i den här uppsatsen för:

- det verbala utbyte som sker mellan terapeut och klient under en musikterapi-session, både de ord som sägs och hur de sägs; tonfall, röstläge och liknande. Begreppet rymmer även kroppsspråk, pauseringar och andra icke-verbala uttryck som följer med orden.

Samtal, verbal dialog och verbal kommunikation är tre begrepp som används synonymt i uppsatsen, växelvis inplacerade av stilistiska och språkliga skäl.

1.7. Syfte och frågeställning

Musikterapi har här beskrivits som ett samlingsbegrepp för en rad olika metoder, tekniker och modeller där musik används i terapeutiskt syfte. I musikterapeutisk litteratur erbjuds inte någon samlad kunskap eller information specifikt kring samtalet i musikterapi. Det som finns är indirekt information genom fallbeskrivningar, och enstaka kapitel om samtal i böcker som huvudsakligen handlar om annat. De mest uttalat verbala modellerna är GIM och AOM, som båda har sina rötter i psykoanalys. KMT har sin teoretiska grund i kunskap om musik och hur musik påverkar människan, och är i huvudsak icke-verbal.

Syftet med den här uppsatsen är därför att belysa samtalet i musikterapi, för att därmed ge ett bidrag till metodutveckling.

Frågeställningarna lyder:

Hur använder tre musikterapeuter samtalet under en given musikterapisession?

Vilka verbala interventioner förekommer under de studerade sessionerna?

Vilka funktioner tycks samtalen ha under dessa sessioner?

2. Teoretiskt perspektiv

Det här är en kvalitativ studie utförd utifrån ett hermeneutiskt perspektiv, med särskilt fokus på texter om ord, språk och samtal av Heidegger, Gadamer och Ricœur. Utöver dessa finns även referenser till en av dialogfilosofins förgrundsgestalter, Martin Buber, som inte hör till den hermeneutiska tanketraditionen men som enligt min bedömning ändå tillför studien relevanta perspektiv.

2.1. Hermeneutik

Hermeneutik är tolkandets konst med rötterna i antikens Grekland där oraklet i Delfi gjorde förutsägelser som behövde uttolkas. Under renässansen utvecklades hermeneutik till en metodlära för att tolka bibeltexter. Successivt har den formats till en hel filosofi (Ödman 2004; Wheeler 2005; Alvesson & Sköldberg 2008; Kjörup 2009). I och med Friedrich Schleiermacher försköts fokus från tolkning till en teori om förståelse. Wilhelm Dilthey, Martin Heidegger, Hans-Georg Gadamer och Paul Ricœur är förutom Schleiermacher några av de viktiga förgrundsgestalterna inom hermeneutiken (Ödman 2004).

Fortlöpande sker en utveckling av hermeneutiken som filosofi, teori och metod, med förskjutningar, förgreningar och korsbefruktning till bland annat postmodernism och fenomenologi (Alvesson & Sköldberg 2008). En del

menar att det inte går någon skarp gräns mellan hermeneutik och fenomenologi. Filosofer från de olika skolorna har influerat varandra (Bengtsson 2005). Man kan till och med uppfatta fenomenologin som en del av hermeneutiken (Selander 2004). Gränser suddas ut och nya gränser uppstår, och kanske lever vi numera i en ”hermeneutikens tidsålder då tolkningsteorin håller på att bli samhällsfilosofi!” (Kristensson Ugglå 2004 s 23).

Då ett hermeneutiskt perspektiv används i forskning framhålls dialogen mellan forskaren och materialet som det viktigaste inslaget. Tolkning – förståelse – förförståelse – förklaring är de fyra huvudmoment som används i en rörlig och dynamisk process, ofta beskriven genom metaforen ”den hermeneutiska cirkeln”; vi kan inte förstå helheten utan att ha förstått delarna, och inte heller delarna utan att ha förstått helheten (Ödman 2004). Forskaren själv är det främsta instrumentet (Wheeler 2005). För att kunna tolka krävs empati hos forskaren (Kjørup 2009). Processen pågår alltså i hög grad i forskarens eget inre. För att säkerställa forskningens vetenskapliga giltighet finns olika steg och kontrollmoment att följa, som att kunna hantera texter; sätta in dem i sin rätta kontext, göra relevanta urval och rimliga tolkningar, ha god källkritik, dataredovisning, akribi (noggrannhet) och tillämpning av tolkningskriterier (Ödman 2004). En ödmjuk och samtidigt aktiv hållning gentemot materialet är typisk för hermeneutikern (Alvesson & Sköldberg 2008). I övrigt är tanken att förståelsen breddas och fördjupas genom en dynamisk interaktiv process mellan text, människor, historia, insikt och annat som kan påverka forskarens förståelse (Wheeler 2005).

2.2. Ord, språk och samtal

Samtal kan studeras ur många olika synvinklar. En infallsvinkel är själva orden, att fundera kring frågan: Vad fyller det för funktion att sätta ord på saker? Inom semantik skiljer man mellan mening/intention, och referens/extension, där mening är det ”som de språkliga uttrycken uttrycker”, medan referens är själva saken, tinget, företeelsen som sådan (Føllesdal o a 1995 s 252).

En funktion som talet kan ha är att helt enkelt låta ”det som i talet är på tal” bli tydligt både för den talande och för dem som samtalar (Heidegger 1981 s 55). Talet, logos, har funktionen av att synliggöra det som man talar om, att i någon mening berika bilden av detta något. Det som talas bör hämtas ur det som det talas om. Det bör med andra ord finnas en koppling mellan orden och den verklighet som orden beskriver (a a).

Talet har alltså funktionen av meddelande, men innebär samtidigt ingen garanti för förståelse. Tvärtom kan man vända på det och hävda att både att tala och att höra har sin grund i förståendet. Förståendet, förståelsen, kommer alltså först, före talet, och uppstår inte i vare sig talandet eller hörandet. ”Endast den som redan förstår kan höra på” (Heidegger 1981 s 212). Heidegger menar också att ett allför omständligt ordande skymmer det förståd-

da och skapar en skenbar klarhet som i själva verket riskerar att bli obegriplig (a a).

Hermeneutik är tolkandets konst. Så vad är då en tolkning? Enligt Ricœur är egentligen vartenda ord vi yttrar en tolkning, nämligen av själva referensen, saken, upplevelsen (Ricœur 1993 s 61). Om vi säger ”stol” har vi tolkat det ting med fyra ben, sits och rygg som vi har i fokus som just en stol.

Å ena sidan är orden inte tingen. Namnet på en sak eller företeelse är inte detsamma som själva saken eller företeelsen i all sin enhetlighet och komplexitet. Å andra sidan behövs ord eftersom detta att bilda begrepp gör sakernas ordning tydlig (Gadamer 1997). Människan har en naturlig drivkraft att bilda begrepp. Vi bildar ideligen nya begrepp i och med att de begrepp vi använder vidgas och förändras. Så blir ett samtal en meningsbildande kommunikation med fråga och svar, givande och tagande, där man ömsom talar förbi varandra, ömsom kommer överens. Men; den naturliga begreppsbyggnad som försiggår i språket följer inte alltid tingens ordning, utan bildas på andra grundvalar. Att då prioritera den logik som framkommer i begreppen framför tingen själva ”framstår som ett ofullkomligt uttryck för vår ändliga ande” (a a s 183). Det påminner om den gamla aforismen om kartan och verkligheten, att om kartan/orden inte stämmer överens med verkligheten, så gäller trots allt verkligheten. I polemik med Platons krav på att höja sig över namnet, dvs ordet som representerar själva saken, skriver Gadamer: ”Att höja sig över namnen betyder bara att sakens sanning inte är nerlagd i namnen. Det betyder inte att tänkandet kunde klara sig utan bruk av namn och logos” (a a s 185).

Förmågan att ställa meningsfulla frågor är grundläggande för allt kunskapande. Allt vetande utgår från frågan. ”Utan en frågande aktivitet gör man inga erfarenheter” (Gadamer 1997 s 173). Ett äkta frågande kräver att man verkligen vill veta, ”dvs vet att man inte vet” (a a 174). Frågandets process kräver öppenhet. Frågandets konst kan också ses som tänkandets konst, vilket Gadamer kallar dialektik, ”konsten att föra ett verkligt samtal” (a a s 178). Och dialektik som konsten att föra ett samtal ser han i sin tur som konsten att se saken ur ett samlat perspektiv, vilket för honom innebär konsten att bilda begrepp.

Mycket av hermeneutiskt tänkande behandlar skriven text. Det finns skillnader mellan skiven text och talad dialog:

I den levande dialogen är de som samtalar närvarande inför varandra, men även situationen, stämningen och diskursens konkreta kontext är närvarande. Det är i relation till denna kontext som diskursen får sin fulla betydelse (Ricœur 1993 s 36).

En levande dialog är alltså situationsbunden och beroende av den konkreta kontexten. Talad dialog har huvudsakligen strukturen av diskurs.⁴ Sammanhanget skapar ordens mening och betydelse. Frågor och svar utgör rörelsen och dynamiken i talet. Egentligen är kommunikation en gåta i existentiell mening, enligt Ricœur, eftersom vi faktiskt är oförmögna att uppleva det som en annan människa upplever, fullt ut. Men även om inte den enes medvetande eller upplevelse kan överföras till den andre, så är det dock någonting som överförs. Detta något, enligt Ricœur, är mening (Ricœur 1976).

Ett begreppspar som Ricœur lyfter fram är metafor – symbol. Med metafor menar han något som liknas vid något. Man väljer namnet för en sak och använder det för att beteckna en annan sak, som till exempel när Shakespeare talar om tiden som en tjuv. ”Because we have more ideas than we have words to express them, we have to stretch the signification of those we do have beyond their ordinary use” (Ricœur 1976 s 46). Eftersom vi har fler idéer än ord får vi alltså sträcka ut betydelsen av de ord vi har. Den som är bra på att skapa metaforer är den som förmår se likheter mellan olika saker.

Symboler ser Ricœur som mer komplexa. De har både en semantisk och en icke semantisk sida. Ur icke semantisk synpunkt har de framför allt studerats inom tre olika områden: psykoanalys, poesi i vid mening och i samband med beskrivningar av det Heliga, sakrala. Av sammanhanget framgår att musik och upplevelsen av musik kan räknas in i begreppet poesi och därmed falla under Ricœurs definition av symbol. Det handlar alltså om det som är större än vad ord och begrepp till fullo kan fånga. Det finns mer i en symbol än vad som kan tömmas ut i språket. Men för den som vill ägna sig åt eftertanke, menar Ricœur att en symbol bara ger upphov till eftertanke om den först formuleras i tal. Då är metaforen en lämplig brygga mellan själva symbolen och eftertanken (a a).

För att ge en annan infallsvinkel på temat verbal dialog, och fokusera en stund på själva mötet mellan de två deltagarna i dialogen, följer här en liten utveckling till en av dialogfilosofins förgrundsgestalter, Martin Buber. Han har i flera böcker, framför allt klassikern *Jag och Du* (Buber 1985, utgiven första gången 1923), utvecklat sina tankar och iakttagelser kring mötet mellan människor, och även mellan människan och tingen och människan och andevärlden eller Gud. Han skiljer på mötet mellan Jag och Du och mellan Jag och Det. I det första fallet är det fråga om ett möte i total närvaro mellan två parter som ger sin fulla uppmärksamhet åt den andre och det som sker dem emellan. I det andra fallet handlar det om ett avskiljande, där Jag är skild från Det. Jag kan iaktta, analysera, definiera det-et, och är därmed inte själv involverad. Buber menar att vår tid (lika giltigt i dag som när han skrev det på 1920-talet) är full av möten mellan Jag och Det, eftersom vi lever i en separerande och förtingligande kultur.

⁴ Diskurs innebär bl a: samtal; kedja av utsagor eller yttranden (Lübcke 1988).

Mötet mellan Jag och Det är inte fel eller icke önskvärt i sig. Tvärtom ser Buber inom kunskapens område ett värde i att både verkligen se och att sedan formulera sig kring det sedda:

På kunskapens område: när någon verkligen ser det som möter honom, upplåter sig i denna kunskap dess väsen för honom. Det som han har sett såsom närvarande blir han väl tvungen att fatta såsom föremål, jämföra det med föremål, inordna det i serier av föremål, beskriva och dela sönder det i dess egenskap av föremål: endast som ett det kan det ingå i förrådet av kunskaper. Men när han verkligen såg det, var det inte något ting bland ting, inte något förlopp bland förlopp, utan uteslutande något närvarande (Buber 1985 s 44).

Buber lyfter här fram det dialektiska spelet mellan att uppleva och förstå, och att formulera sig kring det förstådda för att till fullo fatta det. Han går vidare med att poängtera att vetenskapligt och estetiskt förstånd inte är obehövliga, men att de behövs för att ”leda in i relationens sanning, den som når längre än vårt förstånd, men omsluter också det begripliga” (a a s 45). Han ser livet till sin natur som en pendling mellan Du och Det och upplever det meningsfulla i just denna pendling.

3. Metod

Kapitlet innehåller en redogörelse för de tillvägagångssätt som använts i studien; filmning av tre musikterapisessioner och intervjuer med tre musikterapeuter. I kapitlet redogörs även för hur arbetet med studien planerats och genomförts, med motiveringar för de olika val som gjorts.

3.1. Kvalitativ studie

Det här är en kvalitativ studie genomförd med hermeneutisk tolkningsanalys som metod. Kvalitativ forskning har förståelse som främsta mål och forskaren själv är instrumentet (Wheeler 2005). Det innebär att jag har arbetat med den hermeneutiska cirkeln mellan del och helhet. Jag har ställt frågor till materialet, jämfört mina resultat med den referenslitteratur som redovisats tidigare, kommunicerat intervjuutskriften med intervjupersonerna och i övrigt följt gällande rekommendationer efter bästa förmåga i enlighet med följande avsnitt.

3.2. Fallstudiebaserad forskning

För att belysa uppsatsens frågeställning valde jag att arrangera en fallstudie. Fallstudiebaserad forskning används framför allt för att förstå fenomen som är helt eller delvis okända, och som genom sina många variabler och samband är komplexa. Som grund för forskning kan fall av mycket olika slag

komma ifråga, och det finns ingen heltäckande klassificering (Gummesson 2004).

Studien är experimentell, vilket innebär att fallen arrangerades speciellt för studien och den är instrumentell, vilket innebär att utgångspunkten var en specifik frågeställning snarare än att studera fallen som sådana. Studien är också flerfaldig eftersom tre fall har studerats i syfte att ge en bredare och mer mångfacetterad förståelse av ämnet (Smeijsters & Aasgaard 2005).

Fallstudiebaserad forskning har värderats relativt lågt ur vetenskaplig synpunkt men har på senare tid börjat användas allt mer. För att i så hög grad som möjligt säkerställa vetenskapligheten rekommenderas att försöka täcka så många olika vinklar och aspekter som möjligt genom att använda olika forskningstekniker (a a s 445). Metodologisk kreativitet förordas även av Bengtsson (2005), som föreslår att till exempel både observera och intervjua. I den här studien har följande forskningstekniker använts: observation och intervju; möjlighet för intervjupersonerna att kommentera intervjuutskriften och hela uppsatsen; triangulering genom olika sorters data, film och intervjuer; upprepad analys; kontinuerliga minnesanteckningar; och inslag av fenomenologisk metod i analysen av filmerna.

Forskning kräver generellt sett stor transparens, det vill säga att läsaren kan ta del av hur analysresultaten har vuxit fram. Eftersom fallstudier ofta genererar stora mängder data är det inte möjligt att redovisa hela tankekedjan på ett fullt ut transparent sätt. Mängden data måste kondenseras, så att det rika innehållet blir kvar i all sin komplexitet, men i förtätad form (Gummesson 2004). Den principen har eftersträvat i det här arbetet.

3.3. Genomförande

Underlag för den här uppsatsen är alltså tre fallstudier. Tre musikterapi-sessioner har filmats och terapeuterna har därefter fått kommentera sin session i en intervju. Uppsatsen bygger på både filmerna och intervjuerna. När det gäller intervjuerna har både inspelningarna och utskriften av intervjuerna utgjort empiri.

3.3.1. Urval

Av både praktiska och etiska skäl var det inte möjligt att filma autentiska sessioner från pågående terapier. Därför bestämde jag att i stället arrangera tre musikterapi-sessioner specifikt för studien. Antalet tre bedömdes, i samråd med handledare, vara lagom mycket för att ge variation och samtidigt lagom lite för att passa en uppsats på magisternivå. Kriterier för urvalet var att det skulle vara musikterapeuter som arbetar på psykodynamisk grund, utbildade på Kungl. Musikhögskolan eller motsvarande. Detta för att musikterapi på psykodynamisk grund är en verbal musikterapeutisk inriktning, och även för att det är den inriktning jag själv har. Önskemålet var också att terapeuterna i studien skulle ha lång erfarenhet och att de skulle representera

bredd och variation; åldersmässigt, erfarenhetsmässigt och ur genusperspektiv. Urvalet kom sedan också att styras av praktiska faktorer; att de hade tid och möjlighet. Några av de först tillfrågade sa nej och ytterligare några tillfrågades. Slutligen stannade antalet ändå på tre. De musikerterapeuter som deltar i studien är utbildade i musikterapi på psykodynamisk grund på Kungl. Musikhögskolan eller motsvarande. De har cirka 15-30 års yrkeserfarenhet av arbete i olika typer av verksamhet. Terapeut A är även psykoterapeut och GIM-terapeut.

För att få fram personer som kunde medverka som klienter skickades en allmän förfrågan ut bland vänner och bekanta, med önskan om att de skulle vidarebefordra inbjudan i sin tur till tänkbara intressenter. Detta för att undvika att vänner eller andra närstående skulle delta, vilket inte hade varit lämpligt av etiska skäl. I inbjudan beskrevs kort vad musikterapi är och syfte och metod för studien. Erbjudandet formulerades som att det både handlade om att medverka i en studie, och samtidigt själv få en gratis prova-på-session i musikterapi. Det framgick tydligt att det var fråga om ett enstaka tillfälle. Syftet med studien formulerades medvetet i något generella termer för att inte riskera att de medverkande skulle styras av syftet (se bilaga 1).

I telefonsamtal med de tilltänkta medverkande kunde sedan syfte och metod förklaras ytterligare, och frågor besvaras. Klienterna fick veta att de kunde komma förutsättningslöst utan att ha något särskilt tema de ville behandla, eller ta upp en fråga de ville ha hjälp med, men att de då skulle anpassa problemets art till det faktum att det bara handlade om ett tillfälle.

Fem personer anmälde intresse för att medverka som klienter. Av dem föll tre bort av tidsmässiga eller andra skäl. De två övriga blev två av studiens klienter. Den tredje klienten kontaktades per telefon, med fråga om hon kunde förmedla inbjudan vidare, varpå hon genast anmälde sitt eget intresse att medverka. Hon bedömdes vara en tillräckligt avlägsen bekant för att det etiska perspektivet inte skulle ställa hinder i vägen.

3.3.2. Filminspelningar

De tre sessionerna genomfördes; terapi A på terapeutens arbetsplats, i ett för musikterapi avsett rum, terapi B och C på Kungl. Musikhögskolan, även det i rum avsedda för musikterapi. Det innebar att en grundutrustning med musikinstrument och cd-spelare fanns på plats. Filmkameran ställdes in i rummet och sattes igång, varpå inspelningen fick rulla utan att jag själv var inne i rummet. Detta för att inte min närvaro skulle påverka processen. I terapi B stängdes kameran av, på klientens beägran, under den första delen av sessionen där ett inledande samtal fördes. Terapi A och C är filmade i sin helhet. Filmerna är mellan 45 och 75 minuter långa. Filmtekniska brister gör att klient respektive terapeut är utanför bild under delar av tiden i alla tre sessionerna.

Vid observationerna av filmerna har jag tagit inspiration från fenomenologisk metod, dvs strävat efter att ställa mina egna förväntningar och föreställningar åt sidan och betrakta filmerna så neutralt som möjligt för att fånga in dem i all sin mångfald och komplexitet. Det har bland annat inneburit att jag blundat och lyssnat; tittat utan ljud; iakttagit mig själv och mina reaktioner under observationerna och haft olika frågeställningar i fokus vid olika tillfällen, t ex ”vad frågar de om?”, ”vad händer precis efter de musikaliska interventionerna?” osv.

3.3.3. Intervjuer

Efter filmningarna genomfördes intervjuer med de tre terapeuterna så snart det var praktiskt möjligt, vilket innebar 3-10 dagar efter respektive filmtillfälle. Den ursprungliga idén var att göra intervjuerna enligt metoden ”stimulated recall”, en intervjumetod där forskaren spelar in en intervjupersons verksamhet för att sedan i efterhand spela upp filmen eller bandupptagningen för intervjupersonen som får möjlighet att kommentera under gång (Haglund 2003). Tekniken har använts främst för att studera lärares arbetsätt. Redan under förberedelsearbetet stötte jag på ifrågasättanden av metoden (se vidare kapitlet Diskussion, ss 50-51). Självt upptäckte jag ett problem som inte fanns omnämnt i litteraturen, nämligen tidsaspekten. Valet stod mellan att låta intervjun ta mer än en timme för att både hinna titta igenom hela filminspelningen och prata om den, att bara titta igenom valda delar och begränsa intervjutiden till en timme, eller att prata igenom hela sessionen utan att titta på filmen och begränsa intervjutiden till en timme. I A valde jag det sista alternativet. Jag ville få en översiktlig förståelse av hela sessionen. Därför gjorde jag till intervju A en utskrift av sessionens replikskriften som minneshjälp och utgångspunkt för intervjun. Till intervju B ville jag ändå pröva stimulated recall. Till intervju C återgick jag till metoden att ha en utskrift som utgångspunkt. I utskrifterna till intervjuerna A och C var de olika avsnitt i sessionen som väckt särskilt intresse markerade med frågor som ”vad händer här?”, ”vad tänkte du här?”, ”hur kom det sig att du gjorde/sa som du gjorde just här?”. Dessa markeringar bildade utgångspunkt för intervjufrågorna. Stort utrymme fanns för terapeuten att själv kommentera sessionen. Intervju A och C hade formen av samtal (Kvale & Brinkmann 2010), med i förväg nedskrivna frågor som avtäcktes i fri ordning under samtalets gång (se bilaga 2).

Intervjuerna skrevs ut ordagrant och redigerades därefter mycket lätt innan terapeuterna fick möjlighet att läsa dem och komma med rättelser eller andra kommentarer. I ett fall rådde oklarhet över ett svar, då frågan varit otydligt formulerad och därför ledde till att svaret behandlade något delvis annat än det avsedda. I en skriftlig kommentar kunde detta redas ut så att frågan blev besvarad.

3.4. Analys

Filmer och intervjuer, både utskrifter och inspelningar, har bearbetats med hjälp av den hermeneutiska cirkeln. Växelvis har jag tittat på filmerna, läst och lyssnat på intervjuerna, fördjupat mig i filosofier och tankar kring samtal i allmänhet och det terapeutiska samtalet i synnerhet, och skrivit.

För att få fram vilka typer av verbala interventioner som använts, har filmerna analyserats mot bakgrund av tidigare redovisad referenslitteratur i samtalsmetodik. Där beskrivs tekniker som att upprepa det klienten sagt, ställa fördjupande frågor, omformulera, tolka, komma med pedagogiska inslag, sitta tyst, använda humor, lyssna aktivt osv. Med detta i åtanke har jag ”ställt frågor till materialet” som: Vad talar de om? Vilka frågor ställer terapeuterna? Vad säger de utöver att ställa frågor? Förekommer det pedagogiska inslag? Omformuleringar? Tystnad? Svaren på dessa frågor har jag sedan tematiserat. Jag har också valt att titta efter om det förekommer tolkningar och metaforer i samtalen. Att jag valde ut just dessa aspekter berodde på att både tolkningar och metaforer är vanliga och användbara när det gäller att beskriva musik och musikaliska upplevelser. Tolkning har också framstått som en kontroversiell intervention, där Ullstens studie (2006) talar emot att tolka, Hammarlund (2011) förespråkar tolkning och Gordan (2004) manar till försiktighet. Metaforer beskrivs av Ricœur (1976) som användbara språkliga bryggor för att förstå något om den symboliska världen.

Hur de samttalar om musik har lyfts fram i ett särskilt avsnitt, både det som sägs om klientens relation till musik och hur de talar kring den musikaliska upplevelsen under sessionen. Jag har även lyssnat efter hur de talar rent röstligt, deras tempo och tonläge.

Intervjusvaren har analyserats för sig. De teman som framträtt har sedan vävts in i den övriga analysen. Som analysmetod för intervjuerna har använts ett destillat av tre olika mikroanalytiska metoder: en metod i *Microanalysis in Music Therapy* (Wosch & Wigram 2007 s 275) och två metoder i *Music Therapy Research* (Wheeler 2005 s 329 och 331). Gemensamt för dessa tre är stegen:

- Att skriva ut intervjuerna ordagrant.
- Att i något skede kommunicera med intervjupersonerna.
- Att plocka ut nyckeluttalanden ur intervjuerna.
- Att tematisera dessa nyckeluttalanden.
- Att göra ytterligare indelning, ur andra vinklar, för att få fram ytterligare teman.

Med nyckeluttalanden menas här korta kärnmeningar direkt relaterade till studiens frågeställning. Tematiseringen av dessa nyckeluttalanden gick i praktiken till så att jag klippte ut meningarna och la dem i högar enligt olika mönster. Olika teman framträdde, som: terapeutens ansvar; ordlös bekräftelse; val utifrån teoretisk grund; val utifrån klientens kroppsspråk eller klien-

tens ord; kognitivt stöd; tystnad som metod; lek som metod; tema: trygghet; tema: klientens resurser och liknande. Dessa har sedan funnits med i det fortsatta tankearbetet i hermeneutisk anda och bidragit till formandet av de teman som redovisas i nästa kapitel.

I analysresultatets andra del utforskas vad samtalen tycks fylla för funktion under sessionerna. Vad kan de tänkas få för effekt på den terapeutiska processen? Här har den hermeneutiska cirkeln snurrat mellan intryck från tidigare redovisad samtalsmetodisk litteratur, de filosofiska tankarna kring vad ord, språk och samtal fyller för funktion, min egen inre process i mötet med empirin, mina reaktioner när jag har tittat och lyssnat, och en tankeprocess kring allt detta.

3.5. Kvalitet och relevans

För att säkra studiens kvalitet har jag fört kontinuerliga anteckningar, regelbundet gjort utskrifter som jag läst igenom, gått tillbaka till studiens syfte och frågeställningar och stämt av om det jag gjort har varit relevant. Jag har tydliggjort min förförståelse och redovisat den. För att sätta in frågeställningarna i en större kontext har jag gjort en genomgång dels av musikterapeutisk litteratur, dels litteratur om samtalsmetodik, dels filosofisk litteratur som behandlar ord, språk och samtal. Även en förberedande, informativ intervju med lektor Ingrid Hammarlund har genomförts i syfte att belysa ämnet. Hermeneutikens krav på texthantering, källkritik, dataredovisning, noggrannhet och tillämpning av tolkningskriterier har följts efter bästa förmåga.

För att i någon mån motverka risken för subjektivitet har uppsatsen lästs av, förutom två handledare och intervjupersonerna, professor emeritus i psykologi Alf Gabrielsson, för att få ett ”yttre öga” och objektiva synpunkter på texten. Dessa synpunkter har beaktats och finns inbäddade i den färdiga uppsatsen.

Hur är det då med studiens relevans? Behövs denna studie? Tidigare redovisad litteraturgenomgång har visat att det råder brist på skrifter i detta ämne, både från svensk och internationell horisont. Om den sedan behövs eller inte är möjligen en bedömnings- eller intressefråga, men mycket tyder på att det finns ett behov.

4. Analysresultat

I följande kapitel redogörs för svaret på uppsatsens forskningsfrågor:

Hur använder tre musikterapeuter samtalen under en given musikterapisession?

Vilka verbala interventioner förekommer under de studerade sessionerna?

Vilka funktioner tycks samtalen ha under dessa sessioner?

Kapitlet inleds med en beskrivning av de tre musikterapisessionerna i korthet. Beskrivningen av filmerna är utförd så neutralt som möjligt med utgångspunkt i mina iakttagelser. Intervjuerna är redovisade i form av sammanfattningar och inbegriper därmed ett visst mått av tolkning av intervju-svaren.

Därefter redovisas ett analysresultat, som framstår som tvådelat. Den första delen är en tematisering av de iakttagna verbala interventioner som förekommer under sessionerna. Därefter följer ett utforskande av samtalsfunktion, vilka möjliga effekter de tycks ha på den terapeutiska processen.

Både terapeuter och klienter är avidentifierade och kallas helt enkelt för T för terapeut och K för klient, och A, B och C för de olika sessionerna. Det finns ingen rangordning mellan A, B och C, utan de presenteras helt enkelt i samma ordning som de utfördes.

4.1. Tre musikterapisessioner

Alla tre sessionerna följer i stort sett samma mönster med en inledande fas på ungefär 15 minuter, en bearbetningsfas och en avslutningsfas. I den inledande fasen tar terapeuterna upp ramor⁵ och praktiska förutsättningar, som att sessionen filmas och är en del av en studie, att terapeuterna har sekretess, hur länge sessionen beräknas pågå och liknande. Den filmade delen av sessionerna varar 45 - 75 minuter. Av denna tid varierar det hur stor del som är verbalt samtal och hur stor del som är musik. Störst andel musik är det i session C där parterna improviserar i ungefär 15 minuter av totalt en timme.

4.1.1. Session A

Terapeuten (TA) möter klienten (KA) i hallen, hälsar välkommen, visar var hon kan hänga av sig och erbjuder henne tofflor. De kommer in i rummet. TA erbjuder KA en av stolarna, och förklarar att hon behöver sitta i den andra stolen för att filmkameran är riktad mot den. Hon visar KA rummet, de tittar på musikinstrumenten, och TA går igenom ramarna. Hon sätter ord

⁵ Med ramor avses alla de överenskommelser som görs av praktisk art; tid, plats, längd, konfidentialitet med mera. Tydliga ramor anses utgöra grunden för ett framgångsrikt terapeutiskt arbete (Gordan 2004).

på vad hon fått veta i förväg om KA och berättar lite om sig själv som terapeut och hur hon brukar jobba. Hon beskriver att hon utgår från det omedvetna, att det omedvetna finns och att vi genom att tala om det som finns ”på ytan” kan öppna upp för mer omedvetet material. Hon berättar också att hon även tar in andra konstnärliga uttryck och fokuserar på receptiv, snarare än expressiv, musikterapi. Hon förklarar att musiklyssning kan hjälpa för att utforska ”det som rör sig på insidan”. KA får möjligheten att ställa frågor, vilket hon gör. Några förtydliganden görs.

Därefter säger TA: ”Du får gärna berätta lite om dig”. KA berättar att hon har arbetat med sig själv på olika sätt i hela sitt liv. Hon berättar om sitt jobb och om sitt förhållande till musik som hon beskriver som ”stort och krångligt”. I samband med det kommer hon in på sin pappa, som inte lever längre, som hon upplevde som ”kravfylld och dömande”. TA ber henne stanna upp och känna efter vad som händer med henne när hon tänker på sin pappa. KA svarar, rösten bryter sig lite, och hon berättar vidare; om sin nya relation och hur den är kopplad till hennes relation med sin pappa. TA ställer ytterligare faktafrågor och speglar det hon hör med bekräftande kommentarer.

TA säger: ”Om du stannar där just nu – vad tycker du är det svåraste i din relation just nu?”. KA svarar att hon inte riktigt vågar vara sig själv. Hur märker du det? I kroppen. Efter en stunds prat kring detta frågar TA efter KA:s mamma. KA berättar lite om sin relation till sin mamma.

TA sammanfattar det hon uppfattat så långt, benämner att det är ett stort livstema och tar fasta på ord som ”utsatthet, lidande, rädsla”. Så frågar hon om det finns något ytterligare som KA varit med om, något utöver det vanliga, som kan ha med våld eller övergrepp att göra, som har påverkat henne. KA berättar om en händelse i barndomen då hon blev mycket rädd. TA bekräftar att det låter som en ”förfärlig upplevelse”, och sammanfattar igen att hon hör ett tema som handlar om utsatthet, att förlora kontrollen, skräck, aggressivitet som riktats mot KA. Hon frågar om KA känner igen den beskrivningen, vilket hon gör.

Bearbetningsfasen inleds med att TA föreslår att de ska resa sig upp. TA initierar en uppvärmning med kropp och röst som de gör tillsammans; båda fötterna stadigt i golvet, mjuka knän, rulla med axlarna och släppa ut de ljud som rösten vill göra. TA föreslår att KA gör en bild som fångar den känsla hon är i just nu. KA målar med oljepastellkritor. De pratar om bilden. TA erbjuder KA en musikupplevelse, och introducerar musiklyssning. Hon gör en induktion⁶ där hon använder sig av KA:s egna ord och symboler. De lyssnar på musiken. När stycket är slut följer en liten stunds tystnad. TA frågar om KA vill göra ännu en bild. KA ritar. De sätter upp den nya bilden bredvid den första. KA får beskriva vad hon ser och vad det betyder för

⁶ Muntliga instruktioner som förbereder klienten fysiskt och mentalt för musiklyssningen och hjälper klienten att komma i ett mer avslappnat medvetandetilstånd (Grocke & Wi-gram 2007).

henne. TA fyller i, upprepar ord, speglar och kommer med reflektioner kring det KA berättar.

Efter en stund gör TA en sista intervention för att förtydliga de två olika bildernas olika känslolägen. KA får välja en plats i rummet för den ena bilden, och en plats för den andra. Hon ställer sig på de olika platserna och upplever de olika känslolägena.

Slutligen inleder TA avslutningsfasen med orden ”hur känns det nu då?”. Båda sammanfattar. TA speglar KA:s rika förmåga att använda bilder och symboler och föreslår att hon fortsätter att ta hjälp av dessa. KA tackar och säger att det varit ”jättebra” och givande. TA tackar i sin tur KA för förtroendet och säger att det var värdefullt också för henne. Hon erbjuder KA att höra av sig om hon vill och ger henne sitt visitkort. Sessionen avslutas.

4.1.2. Terapeut A:s kommentarer

TA beskriver inledningsvis hur hon brukar arbeta och arbetade även den här gången. Hon brukar alltid börja med att försöka hitta ett förtroende mellan sig och klienten. Det tyckte hon inte var så svårt i det här fallet. Hon informerar också alltid om sin utgångspunkt i den psykodynamiska grundtanken att vi människor har ett undermedvetet som styr oss. Genom att uppmärksamma det som pågår ”på ytan” i våra liv kan vi få kontakt med mer omedvetna krafter och affekter. Detta för att skapa en gemensam föreställningsvärld mellan henne och klienten.

Valet av tema för sessionen avgjordes bland annat av klientens beskrivning av sin pappa som ”kravfylld och dömande”, ord som stack ut för terapeuten och ledde henne i riktning mot att fokusera på pappan.

Därefter vägleds hon av en inre dialog som tycks vandra mellan teoretisk kunskap, erfarenhet och intryck i nuet, både av klienten och av sina egna tankar och reaktioner. Hon berättar att hon leds av inre bilder, associationer, förmimmelser och affekter som dyker upp, och att hon efterhand tar ställning till hur hon ska gå in i dem. De impulser som leder till olika val beskriver hon som: ”Det kändes i rummet”, ”Det kändes i fältet”, ”Det kände jag starkt i mig”, men också ”Det såg jag på henne” och ”Det syntes i hennes kropp/hennes ögon”. Vad hon sedan väljer att säga eller göra grundar sig på dessa inre bilder. Besluten går fort och har intuitiv karaktär byggd på erfarenhet, snarare än att de är uttänkta i stunden. I efterhand kan TA se och beskriva vad hon gjorde vid olika givna ögonblick.

När det gäller samtalsmetodik i musikterapi menar TA att det är ett stort jobb att ”översätta förnimmandets intersubjektiva värld, gestaltandets värld, till en diskursiv symbolik”. Hon pratar om att ”härbärgera det symboliska och göra ett narrativ av det i sin inre värld som terapeut”:

Det är inte alltid att det som jag uppfattar i ögonblicket ska beskrivas verbalt. Men jag behöver ha ett system, ett kognitivt system, för att begripa det dels teoretiskt, men också intersubjektivt. Vad är det som händer mellan mig och den jag jobbar med? Hur förstår jag det som händer med mig? Det är ett jättestort arbete. Och det krävs naturligtvis ett teoretiskt fundament i något slags psykologisk teori.

TA lyfter här fram det arbete som hon menar krävs för att använda den verbala dialogen på ett optimalt sätt för klientens bästa.

Just den nu aktuella sessionen uppfattade hon som ett fint möte präglad av klientens tillit och villighet att gå in i den terapeutiska processen. En intervjufråga rörde vad som vägledde TA att ta upp så pass svåra saker och gå så djupt trots att det var en förstagångs- och engångsterapi. En möjlig förklaring kunde vara att klienten var van vid terapi. Men enligt TA handlade det snarare om tillit, att hon upplevde i mötet att klienten sannolikt hade förmåga att känna tillit. I det sammanhanget tillägger hon att om man bestämmer sig för att ta upp svårare upplevelser måste man också vara öppen för att vad som helst kan hända, och vara beredd på att ta emot och härbärgera det.

I en skriftlig kommentar förtydligar TA att hon arbetar mycket med intoning⁷, till exempel när de gjorde den gemensamma uppvärmningen med kropp och röst. Syftet med det var att skapa en allians genom intoning. I kommentaren beskriver hon också hur hon hela tiden är medveten om de intersubjektiva utbyten som sker i kontakten, där hennes inre dialog fångar något av hennes och klientens gemensamma, intersubjektiva värld.

4.1.3. Session B

På klientens begäran stängdes kameran av under det inledande samtalet på ca 15 minuter. När kameran sen sätts igång inleder TB med att sammanfatta det som sagts utanför kameran; att TB gått igenom ramarna, berättat om sig själv och lite om vad musikterapi är och kan vara och klienten har berättat helt kort om varför hon kommit. De har också provat instrumenten lite. Därefter ber hon KB berätta om varför hon kommit och vad hon vill jobba med under sessionen. KB svarar att hon vill jobba med vad hon vill med livet, eftersom hon känner att hon anpassar sig till andra och vill börja fokusera på sig själv. TB ber henne berätta lite mer ingående om det som hon redan sagt utanför kameran. KB berättar att hennes sambo sedan 11 år nu plötsligt avvisar henne utan att ge någon förklaring till varför. Av och till stiger tårar upp i hennes ögon. TB ställer faktafrågor. Det visar sig att KB och hennes man både bor och arbetar tillsammans, så han är en stor bit av hennes liv.

⁷ Intoning, eller affektintoning, är en icke-verbal kommunikation, ursprungligen mellan förälder och spädbarn, där den ene svarar mot den andres kommunikativa, affektiva beteende. I intoning imiterar den ene dynamik, intensitet, rytm eller form i den andres beteende (Stern 2005).

TB knyter tillbaks till KB:s önskan att försöka hitta vad hon vill. KB utvecklar detta med att hon vill börja tänka på sig själv bland annat för att förstå varför hon hamnat i den här situationen. TB frågar om hon själv har några tankar kring varför det har hänt. Nej det har hon inte. Hon pratar om sin längtan efter barn och att det känns för sent nu. TB frågar om hon känner igen från andra situationer i livet att hon anpassar sig och förklarar att vi ofta beter oss som vi lärt oss, och att de flesta människor är bra på att anpassa sig men inte lika bra på att stå upp för sig själva.

Bearbetningsfasen inleds med att TB ber KB försöka hitta ett instrument som representerar henne själv. KB säger att det låter svårt, men att det låter lätt att hitta ett instrument som representerar situationen. De bestämmer att göra så i stället. Hon väljer kontrabasen, säger något om att den är lika stor som hennes utmaning i livet just nu. Knäpper på strängarna. En verbal dialog uppstår samtidigt som hon spelar:

KB: Kanske lite vemodigt, och ledsen och sorgsam. Men det är ganska mjuka toner man får.

TB: Det är mjuka toner, ja.

KB: Så det är inte helt rätt ton för läget.

TB: Ok. Vad skulle du vilja ha för annan kvalitet för att hitta dig just nu?

KB: Kanske mer att det skulle vara kortare, abrupt... situationen är så svart och vitt, finns inget utrymme. Här finns det utrymme, resonans, det klingar, här skulle man kunna prata.

TB: Och det kan du inte.

KB: Just nu.

TB: Så det där är något som du kanske skulle kunna söka efter, den klangen, även om den inte är lång. För om du bara lyssnar /.../

KB: Det där sista var kanske, att den dör snabbt. Om jag knackar på dörren och får inget svar.

TB: Så pröva ett tag och knacka på dörren. ... Pröva... Vems dörr är det du knackar på?

KB: Kanske jag knackar både min pojkvän, sambos, och min egen.

TB: Ok, det är båda dörrarna. Knacka lite till och lyssna hur du knackar.

KB: Det hörs inte.

TB: Det hörs inte. Hör du...

KB: Ingen är inne.

TB: Ingen är hemma.

De går till trumsetet. KB prövar olika ljud och kommenterar de olika ljuden med metaforer som "det låter tungt (tomt?)", "där finns det mer vilja", "här har man hopp". TB upprepar KB:s ord. En kort improvisation uppstår, men KB tycker inte riktigt att hon hittar det rätta ljudet. TB föreslår att hon försöker hitta ett ljud som representerar hennes man. KB letar vidare. Kommenterar olika ljud med ord som "hård respons" och "tydligt avvisande".

De gör två korta improvisationer i form av musikaliskt rollspel. KB får prova att spela både som sig själv och som sin man, medan TB intar motsatt roll. Efter improvisationerna berättar båda om hur de upplevde improvisationen, hur det var att spela de olika rollerna.

Den avslutande fasen inleds med att de går tillbaka till stolarna och sätter sig. Pratar om sina upplevelser av improvisationen. Använder metaforer, som att det fanns ”hopp” i musiken, att KB hittade nya toner. TB sammanfattar det hon uppfattat, att det centrala för KB är att få till ett samtal med sin man. Hon pekar på olika alternativa scenarior, att KB kan fortsätta anpassa sig eller ”hitta nya toner”, och vad de olika valen kan leda till. De pratar kring detta. TB föreslår, som avslutning, att KB prövar några instrument igen för att ”hitta nya toner”. KB prövar några olika instrument. Hon väljer en klangstav, spelar och TB lägger till klanger på pianot. ”Om det har regnat mycket och solen börjar komma upp. Det låter vackert”, säger KB.

De sätter sig igen på samtalsstolarna för avslutning. TB ställer en avrundande fråga, ”vad har vi gjort idag?”. KB sammanfattar. TB bekräftar och förstärker tanken att det är viktigt att KB hittar vad *hon* vill. TB erbjuder KB att höra av sig om det uppstår frågor efteråt. De avslutar med att spela den nya tonen en sista gång, och säger tack.

4.1.4. Terapeut B:s kommentarer

TB inleder med några övergripande synpunkter som hon upplever som särskilt viktiga. Dels det etiska perspektivet, där hon ifrågasätter om studiens uppläggning är etiskt hållbar gentemot klienten; att öppna känslomässiga dörrar och sen i princip säga: ”vill du ha mer av detta kostar det pengar”. Dels att det blev ett mått av prestation från TB:s sida. Och att prestationskraven handlade om att prestera musik, för studiens skull. Slutligen var det en svår session eftersom KB var så skör och så tydligt mitt i en kris.

Därefter vidtar stimulated recall. Filminspelningen av sessionen spelas upp och TB kommenterar under gång med minimalt inslag av frågor från min sida. TB:s första kommentar gäller sessionens tema. Redan tidigt under sessionen väcktes frågor i henne kring: Vad handlar det här om egentligen? Är det här en kris i deras relation eller är det så att KB behöver göra en resa med sig själv? TB bildade sig en uppfattning om att det vore bra för KB att ”göra resan med sig själv”. Under sessionens gång försökte hon peka på den möjligheten.

Vid ett par tillfällen under intervjun kommenterar TB att hon själv tycker att hon gått för fort fram med sina kommentarer. Det förvånar henne att se eftersom hon annars brukar ta det mycket lugnt, ge klienten tid, vänta in. Hon tror att det kan ha varit ett resultat av den speciella situationen. Men i efterhand ser hon att hon gott kunde ha lyssnat mer och hon uppfattar det som att hon pratar förbi KB. Hon märker på filmen att några av hennes kommenta-

rer går KB förbi och kommenterar detta med ”hon var inte där än, det var för tidigt”.

På filmen ser det ut som om klienten gråter, vilket TB bekräftar i intervjun. Det föranledde en fråga kring hur TB resonerade där, i och med att hon inte i ord kommenterade eller stannade upp inför själva gråten. Under intervjun blev frågan otydligt formulerad och därför inte besvarad, men i ett klagörande mejl skriver TB:

Jag själv uppfattar det inte som att jag styrde förbi - min blick och min närvaro var i hennes gråt utan att jag ville ge det speciellt fokus. Ordlöst visste vi båda att hon grät och att det fick vara så utan att vi så här tidigt i vårt möte behövde benämna eller tydliggöra det mer. Det var bekräftat på en ordlös nivå. Det kan möjligen vara en musikterapeutisk kvalitet - en medvetenhet om den icke-verbala kommunikationen, det som sker inbakat i orden och samtidigt bortom dem. Det är ett sorts musiskt förhållningssätt kanske. Vet inte om svaret blir tydligare så. Mitt val att inte benämna skedde på en intuitiv nivå - det var fortfarande så viktigt att låta henne ta kommando över hur vi närmade oss hennes smärtpunkt.

TB bekräftade alltså KB:s gråt på en ordlös nivå med sin blick och sin närvaro.

4.1.5. Session C

TC erbjuder KC att sätta sig på pianopallen och sätter sig bredvid vid pianot. Han går igenom ramarna och säger därefter ”jag behöver veta lite om dig”. Ställer faktafrågor om aktuella vårdkontakter, mediciner och social situation. Hon berättar att hon tar antidepressiv medicin, är särbo utan egna barn, har ströjobb inom journalistik och att hennes föräldrar dog för 12 och 15 år sedan. Hon berättar även att hon har gått mycket i ”pratterapi” tidigare. Hennes beskrivning är saklig och utan någonting som antyder att hon upplever några större problem i sin situation. TC kommenterar att det låter som att mycket i hennes liv handlat om ord, och frågar efter hennes relation till musik. Hon berättar att musik är otroligt viktigt för henne och att hon har hållit på mycket med musik. TC förklarar att hans terapeutiska utgångspunkt är att musikterapi handlar om lek och inte prestation. KC säger att hon blir lättad över att höra det, och att hon varit nervös för att komma hit eftersom musik för henne har inneburit mycket prestation. TC frågar efter om hon har något speciellt som hon vill ta upp. Det har hon inte. TC föreslår då prestation som tema, eftersom det kom upp spontant, men påpekar också att det inte måste vara ett problem som är temat. Därpå introducerar han ett ”utvecklingssamtal” där han ställer frågor kring vad som gör henne lycklig, vad hon är stolt över, vad hon är bra på och liknande. Hon svarar och han omformulerar/tolkar hennes svar och vaskar fram det positiva i det hon säger.

Till exempel:

KC: Jag försöker vara en bra människa – men det går åt helvete ganska ofta.

TC: Du har ambitioner. Du har ideal. Det kan du vara stolt över.

KC: Ja, och jag är en känslig människa – och det ställer till det...

TC: Du är känslig för andras behov.

Nästa fas inleds med att de börjar titta på och prova de olika musikinstrumenten i rummet. TC frågar om det finns någonting som KC får lust att prova. KC svarar att hon blir "skitnervös". TC föreslår då att de sätter sig vid pianot. När de satt sig frågar TC om det är mängden instrument som gör henne nervös. Nej, svarar hon, hon blir generad. De pratar lite kring detta och han avlastar henne genom att säga att han tar ansvar för att det ska låta bra. Han ger tydliga spelregler och uppmuntrar henne att leka. De spelar en lugn, lite vaggande improvisation. TC avslutar. KC säger direkt, innan tonen klingat ut, att "det här var kul, jag känner mig lite lycklig" och skrattar. De pratar lite kring upplevelsen, som hon beskriver som rolig och jätteläskig. TC föreslår att de gör samma sak med ett annat instrument. Hon väljer en pentatonisk "klangmarimba". Efter improvisationen uppstår en kort paus som KC bryter genom att säga: "Vilket häftigt ljud". TC frågar vad det blev för skillnad, och förtydligar: "Vad blev det för skillnad i *dig*?". KC berättar om hur hon censurerar sig själv och inte kan släppa loss, och att det är så i livet i övrigt också. De pratar om vad som är det värsta som kan hända om hon släpper kontrollen. Rädslan för att bli galen, svarar hon. Och att behöva skämmas. TC speglar att ramar verkar vara bra för henne och att hon behöver känna sig trygg.

Därefter föreslår TC att de återgår till pianot. Utmanar henne att spränga sina egna gränser med nya spelregler. Efter improvisationen är det återigen tyst en stund. KC fnissar efter ett tag och säger: "Nu försökte jag spela lite fulare". "Bra", säger TC. De gör ytterligare en improvisation. När den är slut skrattar KC och säger: "Det här var roligt". TC drar tillbaks stolen, vänder sig emot henne och ber henne sätta namn på musiken. Hon hittar inte riktigt något namn. Då frågar han: "Om det var filmmusik?" Hon beskriver en tänkt filmsekvens med mycket liv. De pratar kring musikupplevelsen, kopplat till hennes behov av kontroll och trygghet i livet. TC pekar på att hon vågade ta ut svängarna mer nu och frågar om hon kan känna sig stolt över det. "Nja – glad" svarar hon. De börjar sammanfatta. TC betonar hur viktigt det är att fortsätta leka. När barn slutar leka så förtvinar de men när de leker spränger de gränser och utvecklas. För KC:s del uppfattar han att det handlar om kontroll och att hitta en balans, att skapa trygghet. Sätter ordet "ångest" på den känsla hon beskrivit att hon är rädd för, och förklarar hur ångest fungerar, att det inte är farligt. De pratar om hur hon kan jobba vidare med det här. Hon har tagit sånglektioner för en kvinna som är musikterapeut och vill nu efter detta kontakta henne igen. TC ställer en avslutande fråga: "Så vad tar du med dig härifrån?" Hon svarar att hon går därifrån med tanken att hon måste (vill) spela och sjunga mer. "Vilken känsla?" förtydli-

gar TC. En bra känsla, hon nämner ord som glad, hoppfull, kul och befriande. TC tackar henne för att hon vågade trotsa sin nervositet och bjöd på sig själv. Hon tackar också.

4.1.6. Terapeut C:s kommentarer

TC berättar att han, redan i en av klientens allra första kommentarer, uppfattade hennes behov av trygghet. Den första signalen var alltså hennes ord, de blev vägledande för den fortsatta sessionen. Under sessionens gång fick han sedan klientens trygghetsbehov bekräftat flera gånger, både i vad hon sa och från hennes kroppsspråk. Temat trygghet valde han för att KC signalerade det så tydligt, men även för att han tycker att det är ett viktigt tema och ofta tänker i de banorna. Det salutogena⁸ perspektivet är viktigt för honom och han hade redan före sessionen en reservplan att om inte KC själv skulle presentera något bestämt tema skulle han jobba salutogent. Det valda temat fick honom att vara extra noggrann med att skapa så trygga ramar som möjligt för sessionen. Det gjorde han bland annat genom att förklara noggrant vad musikerterapirummet kan användas till - att leka och inte prestera -, att välja instrument åt henne och även vara tydlig med vad han tog ansvar för under sessionen – att musiken skulle låta fint och att hon inte skulle behöva känna sig obehaglig till mods. Det ser han som viktigt att formulera, för att avlasta klienten.

Som svar på frågan vad som fick honom att inte haka på och börja nysta när KC berättade att båda hennes föräldrar var döda, säger han att han sökte efter tecken på om det var en aktuell kris, men inte uppfattade det så. Därför ville han inte börja gräva i det, särskilt mot bakgrund att det här bara handlade om en enstaka träff. Skälet till att han ledde in samtalet på KC:s förhållande till ord och skillnaden mellan det och att kliva in i musikens värld var att han tidigt uppfattade i KC:s berättelse att hon håller på mycket med ord. Hon har ett verbalt jobb och har gått i verbal terapi. Han tänkte då att ord kan man gömma sig bakom medan det är något helt annat att musicera.

Vid flera tillfällen under sessionen lät TC det uppstå pauser. Det förklarar han med att han ville låta det som just sagts eller klingat sjunka in. ”Man kan gott sitta tyst en stund och vänta. Ofta kommer det en reaktion av något slag”. Vid någon av pauserna var det också så att han behövde fundera över hur han skulle gå vidare.

När TC beskriver hur han jobbar framgår det att han samlar information genom att se och iaktta klientens kroppsspråk, lyssna till hennes ord och röstklang och vara uppmärksam inåt sig själv på tankar och reaktioner.

Den frågeteknik som TC använde i det sk ”utvecklingssamtalet” utgår från språkssystemisk teori där man inte arbetar problemfokuserat eller bakåt i

⁸ Salutogen – hälsofrämjande (Nationalencyklopedin 2012).

tiden, utan i stället lyfter fram resurser och möjligheter. Frågemetoden kallas ”appreciative inquiry”. Den går ut på att ge mer utrymme åt det som fungerar i klientens liv. Och TC menar att det blir mycket starkare när man också har musiken som redskap. I intervjun med KC omformulerar TC hennes svar till styrkor. Att höra det positiva i det klienten säger och omformulera det ingår i metoden och är en förmåga han tränat upp.

Efter den andra improvisationen, när KC började berätta lite mer om sig själv och hur prestationskraven påverkar hennes liv, tog TC det som ett tecken på att hon började bli trygg och vågade släppa lite på kontrollen och öppna sig själv. Men att han samtidigt var vaksam på att hon inte skulle öppna sig för mycket och bli gränslös. Då hade det varit hans ansvar att bromsa henne, att inte tillåta henne att blotta sig för mycket. Det kan annars i efterhand upplevas av klienten som en kränkning.

På slutet bollar han tydligt över till sin klient att det är hon som har ansvar för om hon vill fortsätta arbeta med sig själv på det här sättet. I intervjun berättar han att det var ett medvetet val, att markera att hon själv har ansvar för sitt liv. Han berättar också att han, utanför kameran, bestämde en tid en vecka senare då de skulle ha telefonkontakt för uppföljning. Det samtalet ägde rum som planerat. Som kommentar till att han tackade henne på slutet, säger han att det återigen handlar om att bekräfta klienten, bekräfta att hon gjort rätt som bjudit på sig själv, litat på honom och vågat anförtro sig.

4.2. Verbala interventioner

Här följer en tematisering av de verbala interventioner som förekommer under sessionerna. De teman som framkommit är; frågor, andra sätt att bjuda in till fortsatt samtal, tystnad, pedagogiska inslag, paradoxer och omformuleringar, tolkningar och metaforer. Hur de samtal kring musik behandlas i ett särskilt avsnitt, liksom terapeuternas röstläge och prosodi och vad de inte talar om.

4.2.1. Frågor

En drivande faktor i samtalen är terapeuternas frågor. Följande frågekategorier har kunnat urskiljas:

Faktafrågor – om familjeförhållanden, social status, arbetssituation, aktuella vårdkontakter och liknande.

Bekräftande frågor – där frågorna fokuserar på klientens styrkor och resurser; ”vad är det som gör dig lycklig i livet?”, ”vad är du stolt över i livet?” och liknande.

Klarifierande frågor – t ex ”hur märker du det?” och ”säg mer om det...”

Här- och-nu-frågor – som ”vad händer med dig när du pratar om...?” och ”vad känner du i kroppen när du tänker på...?”

Konsekvensfrågor – exempelvis ”vad är det värsta som kan hända?” och ”vad skulle det kunna leda till om du inte...?”

Avstämningsfrågor – ”hur blir det för dig?”, ”är det ok för dig att...?”, ”stämmer det för dig?” och liknande.

Avslutande frågor – som ”vad tar du med dig härifrån?”, ”vad går du härifrån med för känsla?”, ”vad har vi gjort?” och ”hur känns det nu?”.

TC tar särskilt upp att han undviker frågan ”hur känns det?”

TC: ... Den värsta fråga jag vet när journalister intervjuar folk som just har gått i mål i Vasaloppet och nästan kräks och är lyckliga vinnare: ’hur känns det?’ /.../.⁹ Vadå: hur känns det? Den blir så tråkigt banal, den frågan. Likadant när man spelar. Och det har jag lärt mig av en handledare, /.../ han sa: ’fråga inte folk hur det känns, för då stoppar de upp det i huvudet’.
I: Utan fråga i stället?
TC: Njae, gör någonting annat/ .../ Det är klart att man ska stanna kvar i det symboliska.

TC anser att frågan ”hur känns det?” lätt för med sig att klienten hamnar ”uppe i huvudet” och börjar tänka i stället för att vara kvar i upplevelsen. Han föreslår att i stället försöka göra något som hjälper klienten att vara kvar i ett symboliskt uttryck.

De frågor som ställs kring musik handlar både om klientens förhållande till musik och om de musikaliska upplevelserna under sessionen. I terapi A och C tar terapeuterna tidigt upp klientens förhållande till musik med frågan; ”vad har du för relation till musik?”. I terapi B och C ställs sedan frågor kring vilka instrument klienten vill prova, i B även kring hur klienten uppfattar olika klanger och ljud. Efter musikupplevelserna ställer TB och TC frågor kring hur musiken lät, hur det var att spela, vad som hände i klienten, vilken titel improvisationen skulle kunna ha eller vad filmen skulle ha handlat om ifall det varit filmmusik.

4.2.2. Andra sätt att leda samtalet vidare

För att variera samtalet och undvika känslan av förhör finns det andra sätt att leda samtalet vidare än att ställa frågor. Så förekommer till exempel redan inledningsvis öppna, inbjudande fraser som i strikt mening inte är frå-

⁹ /.../ anger att små bisatser tagits bort, ibland av privat art, då de inte bedömdes tillföra någon information av värde för sammanhanget. Gäller genomgående även i det följande.

gor, men som uppmanar klienten att berätta: ”Jag behöver veta lite om dig...”, eller ”Du får gärna berätta lite om dig”

Andra sätt att föra samtalet vidare utan att ställa frågor kan vara att upprepa det klienten just sagt. Både terapeut A och B använder sig av den tekniken. TA lyfter fram ord som hon själv uppfattar som känslomässigt laddade eller viktiga för klienten. Ett exempel är när klienten berättar om sin pappa och TA upprepar ”kravfylld och dömande”. Ett annat exempel kommer mot slutet när de tittar på klientens bilder. Då handlar det i stället om att lyfta fram och stärka klientens resurser, och några ord som upprepas är: kraft, riktad, stolthet, samhörighet, värme - ord som klienten själv sagt om en av sina bilder.

I terapi B uppstår en dialog medan klienten spelar på kontrabas, som terapeuten i efterhand beskriver som ”lite mer som i GIM” (se s 27). Där upprepar terapeuten klientens ord med en öppen, lite sjungande intonation som passar till den musik klienten samtidigt skapar på kontrabasen. Det finns en ton av nyfikenhet och uppmuntran i terapeutens röst, som att hon i sin undertext säger ”berätta mer”.

Att säga just det, ”berätta mer”, eller ”säg mer om det”, är också ett användbart sätt att föra samtalet vidare. Det förekommer i session A, där terapeuten på det viset varierar sitt sätt att uppmuntra klienten att fortsätta berätta. Det fungerar som ett slags kitt i samtalet, som att terapeuten säger: ”jag lyssnar och är med dig, och vill gärna höra mer om det du just nu berättar”.

4.2.3. Tystnad

Som alternativ till verbala interventioner finns även att helt enkelt sitta tyst. Terapeuterna i studien använder denna teknik. Det sker framför allt efter musikaliska interventioner. TC formulerar sig kring detta i intervjun, att han medvetet använder sig av pauser för att låta det som just sagts eller skett i rummet få sjunka in. Hans erfarenhet är att det ofta följer något viktigt ur en sådan tystnad, en känslomässig reaktion av något slag, eller en kommentar.

4.2.4. Pedagogiska inslag

Pedagogiska inslag förekommer i alla tre sessionerna. Terapeut C benämner det ”psykoedukation” och tar i intervjun upp att han anser att pedagogiska inslag hör hemma i musikterapi:

Det gäller också att förmedla kunskap till folk. Man ska veta... har man adhd ska man veta varför man blir impulsiv, varför man blir arg och vad som händer, man ska veta hur man ska hantera det. Och jag tycker musikterapi innehåller mycket pedagogiska moment.

TC anser alltså att verbala pedagogiska moment hör hemma i musikterapi. De tre terapeuterna i studien använder olika ord för detta. TA talar om att

hon ger ”kognitiv hjälp” när hon förklarar olika saker för sin klient. TB talar om att ”tydliggöra” olika saker för klienten. Så som det kommer till uttryck i de tre sessionerna, uppfattar jag det som olika ord för samma sak. Så hur uttrycks detta i sessionerna?

I terapi A finns ett avsnitt där terapeuten ger en alternativ tolkning till hur man kan tänka kring aggressivitet och förklarar att det rent språkligt kommer från ”aggress” som betyder ”ta sig framåt”:

TA: Egentligen betyder ju aggress, aggressivitet, aggress, att ta sig framåt, det betyder inte att det är destruktivt eller farligt. Knoppar som brister måste ha en aggressiv energi, annars brister de inte, då slår de inte ut i blom. Men det är en väldigt tydlig, riktad energi och den vill, i det här fallet, liv, den vill en blomma, om man tar den bilden. Och det är någonting annat än det du har beskrivit. Som du har beskrivit aggressivitet så har du beskrivit någonting som du har varit utsatt för, någonting som är farligt, till och med livsfarligt. Så det är en helt annan upplevelse.

TA ger här sin klient kognitiv hjälp att se på aggressivitet ur ett annat perspektiv än hon tidigare gjort, som en kraft, en tillgång.

I terapi B finns flera tillfällen där terapeuten ger klienten förslag på nya sätt att reflektera kring sitt liv. Ett exempel är att hon beskriver hur det som vi människor varit med om i livet påverkar oss och skapar mönster som kanske inte alltid är bra för oss. Ett annat exempel är när hon tar upp att förmågan till anpassning ibland kan vara en tillgång men kanske oftare något som hindrar oss från att tillgodose våra egna behov. Och hon drar ut resonemanget till vad som kan hända med oss om vi hela tiden anpassar oss till andra:

TB: Jag tänker så här att om du överger dina önskningar och dina behov /.../ kring t ex barn, eller dina önskningar kring att: nu måste jag få ett svar kring varför du inte tycker att vi ska vara ihop längre. Om du tänker att: ja, men jag väntar lite grann, och: det är för mycket på jobbet för att ha barn, och: inte just nu och: vi kan vänta något år till, så har du på något sätt backat hem dina egna önskningar och inte ställt upp för dem, inte spelat på ditt eget lag på ett sätt, utan: ok då gör jag som du vill... Och det är många av oss som är jätteduktiga på det. Det är färre av oss skulle jag vilja påstå som är duktiga på att lyssna inåt sig själv och sen stå upp för det. Och jag tänker att det är det som man på något sätt kan lära sig av också i en terapeutisk process. Att på något sätt hitta att: nej men det här är faktiskt jag innerst inne. Det här är viktigt för mig i mitt liv. Det här behöver jag arbeta för att göra verklighet av för att jag ska bli en lycklig människa i livet. Och jag tror att vi allihop, du, jag, många behöver arbeta på det. Vi lär oss lite grann att ”inte ska väl jag”. Och så blir det inte bra till sist.

TB gör här ett längre resonemang för att måla upp en bild för klienten av vad det kan leda till i hennes liv om hon fortsätter att anpassa sig till sin omgivning framför att se till sina egna behov.

Slutligen i terapi C ger terapeuten flera pedagogiska förklaringar. Empati definierar han som förmågan att se andra inifrån och sig själv utifrån. Detta sker i ett sammanhang där klienten nämnt humor som en tillgång hos sig själv. TC förstärker att detta verkligen är en tillgång genom att göra kopplingen mellan humor och empati. Han för även in ett resonemang kring lek, där han ger en längre bakgrund till begreppet lek rent språkligt, och förklarar att leka och spela är samma ord i många språk. Han förklarar också hur viktigt det är för utvecklingen att få leka:

TC: Musikterapi handlar inte om att prestera /.../ Jag jämför musikterapi, eller terapi över huvud taget, jag brukar säga att man kliver in i ett lekområde¹⁰. Det blir extra tydligt tycker jag när man håller på med musik, att man får lov att leka. Det är lite roligt med ordet lek. För oss kanske det låter som lite barnsligt, larvigt att leka.

KC: ... barnsligt är bra...

TC: ... men vad heter det på engelska?

KC: Play - just det, det har jag inte tänkt på.

TC: Det har du inte tänkt på. Vad heter det på tyska?

KC: Det vet jag inte.

TC: Spiel. Betyder både leka och spela. På franska?

KC: Joue...

TC: Djöue eller något sådant, jag kan inte franska. Det betyder också båda sakerna. På ryska och polska heter det igrat, betyder också båda sakerna. Då funderar man: varför heter det inte så i Sverige? Vi har ett ord för lek och ett för spel. Men går man tillbaks och forskar, vilket jag har gjort, vad lek betyder så är det ett gammalt fornnordiskt ord för spela. Det fanns en yrkesgrupp som hette lekare, med e alltså...

KC: Ja, det låter bekant.

TC: ...inte läkare... De var släkt med det här med gycklarna, minstrels, glauker, på latin heter det jocularos.

KC: Jocularos upsaliensis.

TC: Och alla de här orden hör ihop. Och det var en profan yrkesgrupp som jobbade med musik, de var lekare. /.../Om barn slutar leka så förtvinar de. När de leker spränger de gränser. Gör det i en sådan takt där de känner sig trygga. Det är det som är lek tänker jag.

TC bjuder här in klienten till en gemensam förståelse kring att det är viktigt att få leka. Att han möter just den här klienten med det här resonemanget

¹⁰ Lekområde är ett begrepp hämtat från D. W. Winnicott och beskriver ett potentiellt rum mellan mor och barn eller något som förenar dem (Winnicott 1971).

kan även uppfattas som ett sätt för honom att möta och bekräfta hennes intellektuella sida.

4.2.5. Paradoxer och omformuleringar

Alla de tre terapeuterna använder sig av tekniken att erbjuda nya sätt att tänka genom paradoxer eller omformuleringar. I terapi B till exempel, vänder terapeuten klientens kommentar till en tillgång:

TB: Är det någonting som du kan känna igen i ditt liv, att du har lätt för att anpassa dig snarare än att be andra människor att anpassa sig efter dig?

KB: Jo. Jag är ganska mycket utomlands och de säger ”do in Rome as the romans do”, känner du till det?

TB: Nej, vad sa du, doin...?

KB: Do in Rome as the romans do.

TB: Ok.

KB: Om man går till en kultur t ex då ser man vilka traditioner och sätt man har där, och sen man anpassar sig lite efteråt.

TB: Och det är du duktig på.

Terapeuten överraskar klienten med att omformulera en kommentar till att bli en tillgång. Klienten skrattar till åt kommentaren, hon tycks inte själv ha sett det som en tillgång tidigare. Jag uppfattar det som att det blir en lite ledigare och samtidigt fördjupad kontakt mellan klient och terapeut som resultat av detta.

I terapi C är hela den inledande frågedialogen ett exempel på paradoxer och omformuleringar, där terapeuten vänder på klientens sätt att beskriva sig själv genom att lyfta fram de egenskaper hon tar upp som varande styrkor. Man kan även uppfatta tidigare angivet exempel ur terapi A, om ”aggress”, som en omformulering.

4.2.6. Tolkningar

Begreppet ”tolkning” saknar entydig definition, och det går ingen skarp gräns mellan tolkning och omformulering. I de sessioner som omfattas av den här studien finns några exempel som kan uppfattas som tolkningar/omformuleringar. TA gör en liten tolkning när hon formulerar att ”det låter som om” klienten fått ta hand om sig själv. Hon plockar även ut ett tema ur klientens berättelse, som hon tolkar:

Det finns ett tema här, som jag hör det i alla fall, det handlar om utsatthet, det handlar om att förlora kontrollen, det handlar om skräck, dödsskräck. Det här är ingenting som man tänker, utan som sätter sig i kroppen. Och så tänker jag att det handlar väldigt mycket om aggressivitet, som riktas mot dig. Så det är ju förfärliga upplevelser.

Här speglar TA tillbaks till klienten hur hon uppfattat hennes berättelse och hon gör det i form av en tolkning. Orden ”utsatthet”, ”skräck” och ”döds-skräck” är terapeutens. Hon ger även en ”psykoedukativ” reflektion kring hur detta kan ha påverkat klienten rent kroppsligt. Slutligen validerar hon klientens upplevelser som ”förfärliga”.

TC berättar i intervjun att han redan första minuterna fick ett intryck av att hans klient hade ett stort behov av trygghet, och att trygghet skulle kunna vara ett tema att arbeta med. En bit in i sessionen formulerar han temat i ord: ”För din del tror jag det handlar om att vara trygg”. Det kan uppfattas som en tolkning i och med att KC inte själv nämner ordet ”trygghet” eller tar upp det som ett tema. Det är terapeutens ord som han sätter på det han uppfattat från klienten; i det hon berättat, hur hon ser ut och pratar och inte minst hur hon förhåller sig till improvisationerna. TC gör också en tolkning inledningsvis, när han sammanfattar klientens berättelse om sig själv med formuleringen: ”så man kan säga att det du har gjort mycket i ditt liv har handlat om ord”. Även när han för in ordet ”ångest” gör han en tolkning eller omformulering av det klienten visat och berättat. Hon använder inte ordet själv och reagerar när han använder det.

TC: När man går igång med sådana här som jag kallar ångest-tankar så är det fantasierna som lurar en.

KC: Vad menar du med ”ångesttankar”, var det någonting jag sa som var ångesttankar?

TC: Nja, jag associerar så när man är rädd att tappa kontrollen, ”krackelera” /.../ jag definierar det som ångest.

När TC benämner det klienten beskrivit som ”ångesttankar” blir hon på sin vakt, rycker till lite i kroppen och frågar snabbt vad han menar. Han får då chans att förklara vad i hennes berättelse som fick honom att välja det ordet.

4.2.7. Metaforer

I de studerade sessionerna används metaforer enligt en glidande skala mellan omformulering-tolkning-metafor. Man kan urskilja följande metaforer:

I terapi A frågar TA efter ett förtydligande med orden: ”så den (musiken) är som livsluft för dig?”. Musiken som livsluft. När de reser sig upp och gör den gemensamma uppvärmningen med röst och kropp, föreslår TA att klienten kan känna sig ”som ett träd”, och att hon har ”luft under vingarna”. TA föreslår också metaforen av ”små djävlar som sitter där bak” när KA berättar att hon är stel i nacke och rygg. Klienten beskriver det hon ser i sin första bild som att hon ligger under en våt filt, och hon ser: bergsblock, sorg, tårar. Färgen grått tolkar hon som likgiltighet, ingenting. Kring färgen rött tänker hon: arg, men också något som lever, ilska, liv, kärlek, kraft. Här blir bilden utgångspunkt för klientens egna metaforer. I det följande samtalet använder sedan terapeuten klientens metaforer; klippblocket å ena sidan, ”i så fall är det också något farligt”, och å andra sidan kraft, livet, kärleken, energin.

Hon prövar idén att det är som två poler och frågar klienten om det stämmer för henne.

I terapi B förekommer många metaforer. Framför allt är det klienten som sätter ord på den musik hon skapar, den låter ”ledsen och sorgsam”, det är ”ingen hemma”, situationen är så ”svart och vit”, det ”finns inget utrymme”, men det finns också ”hopp” och ”vilja” i musiken.

I terapi C för terapeuten ett resonemang kring musicerande som prestation eller som lek, och för in tanken på ”lekområde”. Det är en omtolkning och omformulering men också en paradox ur klientens perspektiv, eftersom det vänder upp och ner på hennes koppling mellan musik och prestation. Och det är en metafor. Musicerandet som lek. Klienten å sin sida använder metaforer när hon pratar om flowkänsla, att ”tid och rum försvann”, och när hon säger att hon är rädd för att ”krackelera”, som en bild av att falla sönder. TC omformulerar det till att ”bli tokig” och ”förlora kontrollen”. Han använder också metaforen ”spränga gränser”. Och i bearbetningen av en av improvisationerna ber han sin klient beskriva den musik de just skapat som om det varit en film. Hon målar upp en hel scen, full av metaforer.

4.2.8. Hur de talar kring musiken

En aspekt som är specifik för samtalet i just musikterapi är att man talar om musik. I terapi A och C frågar terapeuterna efter sina respektive klienters förhållande till musik. I båda fallen visar det sig att den relationen är stark och levande, och även i någon mån en del av det problem som blir sessionens tema. I terapi B finns inte frågan med i empirin, möjligen ställdes den innan filminspelningen startades.

Terapeut A gör en avslappning med sin klient inför musiklyssningen, där hon använder klientens egna ord och bilder. Efter musiklyssningen är det tyst en stund. Därefter frågar TA om klienten vill fånga sin upplevelse i en bild, vilket hon vill. Det efterföljande samtalet tar sin utgångspunkt i bilderna och därmed indirekt i musikupplevelsen.

TB anger tydliga spelregler när hon introducerar de musikaliska improvisationerna. Hon ger dem i form av förslag som klienten uppmanas att säga ja eller nej till. KB deltar aktivt i detta; svarar att någon del i övningen låter svår medan ett annat sätt skulle vara lättare; frågar efter förtydligande kring en av övningarna. Sedan uppstår den tidigare redovisade dialogen medan KB spelar på kontrabasen. De ord som väcks ur improvisationen är metaforiska i stil med: ”hård respons”, ”knackar på men det hörs inte”, ”här finns det hopp”, ”hitta nya toner” osv. Inför det musikaliska rollspelet ger sedan TB instruktionen att de ska spela utan ord. Det är KB som avbryter improvisationerna och börjar prata. TB formulerar sina frågor på en saklig nivå kring hur det lät, ”tyckte du att du hittade ett ljud som låter ungefär som det är för dig just nu?”, ”vad hörde du?”, ”hur blev det att stå där och lyssna?”.

Hon beskriver också hur hon själv upplevde dialogen i de musikaliska rollspelen, hur det var för henne att spela KB respektive hennes man.

TC är den som tydligast styr in samtalet på musik redan från början. Han förklarar vad musikterapi är, och att hans grundsyn är att det handlar om lek och inte prestation. När de går runt och prövar instrument småpratar de lite och skämtar om utseenden, ljud och klanger: ”En lyra... som inte är stämd”, säger TC. KC skrattar. När improvisationen sedan ska börja, ger TC tydliga spelregler, för varje gång i stegrande svårighetsgrad för att utmana KC:s gränser lite lagom, fortfarande i en trygg ram. Direkt efter improvisationerna är han tyst och avvaktande. Det är klienten som börjar prata. De pratar kring själva spelet. Han bekräftar det han sett och hört av hur hon spelade och ger tips om hur hon kan utveckla sitt spel i nästa improvisation, med kommentarer som: ”Jag märkte att du tog ut svängarna mer nu, du kan göra mer av det”, eller, när hon säger: ”Nu försökte jag spela lite fulare”, så uppmuntrar och bekräftar han det. Kommentarererna är alltså inte som vid en pianolektion utan mer utifrån innehåll. Frågor han ställer handlar om vad musiken väckte i klienten, vad hon skulle kunna ge stycket för titel och liknande. Eftersom hela sessionens tema är så intimt kopplad till klientens förhållande till musik, handlar också samtalet om musik.

4.2.9. Rösläge och prosodi

En aspekt på hur musikterapeuter talar gäller rösläge och prosodi (satsmelodi). Ett antagande är att musikterapeuter har en uppäbetad lyhördhet för sådana kvaliteter och kanske pratar mer musiskt än andra terapeuter. Någon sådan jämförelse med andra terapeuter kan inte göras här, men vissa iakttagelser kan ändå lyftas fram.

Terapeut A pratar snabbt och normalstarkt i början, svagare och långsammare när de kommit in i jobbet. Efter en övning där klienten kommit i kontakt med en stark känsla av rädsla eller skräck, möter terapeuten känslan med att viska.

TB pratar med mjuk och svag röst, och söker ord med varsamhet. Jag uppfattar detta trevande efter ord som ett sätt att vara respektfull och försiktig gentemot klientens sköra och utsatta känsloläge, inte som osäkerhet. Terapeuten viskar efter en av improvisationerna. I samtalet som äger rum under improvisationen vid kontrabasen går hon in i klientens tonläge när hon upprepar det klienten sagt.

TC pratar mjukt och lite korthugget, ungefär som man kan anta att han låter även privat, har inget särskilt ”terapeuttonfall”. Skämtar en del, när klienten inbjuder till skämt.

4.2.10. Vad de inte pratar om

Slutligen kan det vara intressant att titta på vad terapeuterna *inte* formulerar verbalt under sina respektive sessioner.

I både intervju A och C beskriver terapeuterna hur de avstår från att fördjupa sig i vissa teman med hänvisning till att klienten ”inte var där (än)”. Det tyder på att de tonar in och utgår från det som klienten själv är öppen för att titta på och arbeta med. I intervju B framkommer detta på ett omvänt sätt, i det att terapeut B märker när hon ser filminspelningen, att hon tar upp resonemang som klienten inte riktigt svarar an på. Hon förklarar detta med att ”hon var inte där än”.

I session A fördjupas inte temat om klientens förhållande till musik, eller hennes upplevelse av den musikaliska interventionen. Terapeuten förklarar i intervjun att det inte framstod som det viktigaste. Temat kring pappan var så mycket mer aktuellt och framträdande.

I session B låter terapeuten inte samtalet gå in på någon djupare känslonivå, hon frågar inte efter känslor och uppmanar inte klienten att gå in i sina känslor. Det kommenteras inte direkt i intervjun, men intervjusvaren generellt tyder på att terapeuten gjorde det valet med hänsyn till att klienten var i ett så skört och krisartat läge i sitt liv. Intressant är också att TB inte under den filmade delen av sessionen frågar någonting om klientens relation till musik. Möjligen nämndes det innan kameran sattes igång.

Det terapeut C inte tar upp handlar mest om ”där och då”; han ställer inte följdfrågor kring klientens föräldrars död, eller kring varför hon tar antidepressiva mediciner. När hon själv tar upp hur hennes prestationskrav påverkar henne i livet, ber han henne inte fördjupa sitt resonemang eller berätta mer. I stället för han tillbaka fokus till musiken.

4.3. Samtalens funktion

De verbala interventionerna i de studerade sessionerna tycks fylla en funktion inom följande områden:

- Skapa trygghet och förutsättningar för ett verkligt möte
- Tydliggöra ramar och spelregler
- Skapa en gemensam språklig och begreppslig plattform
- Få fram fakta om klienten
- Skapa en gemensam förståelse av problemet
- Väcka leklyst
- Lyfta fram, stötta och bekräfta klientens resurser
- Fördjupa och vidga klientens förståelse för och perspektiv på sin situation
- Fördjupa upplevelsen av musiken - ofta med hjälp av metaforer
- Kognitivt tydliggöra något av klientens livsberättelse
- Sammanfatta och avsluta processen

Bland dessa områden kan urskiljas tre huvuddrag: att skapa förutsättningar för ett verkligt möte, fördjupa och berika klienternas upplevelser samt att tydliggöra deras livsberättelser.

4.3.1. Skapa förutsättningar för ett verkligt möte

Ett verkligt möte i Martin Bubers mening innebär att båda parter är totalt närvarande och intresserade av varandra och det som sker i nuet. Lite håltalar jämförelsen med det som sker i en terapi eftersom klienten oftast inte är, eller bör vara, intresserad av terapeuten. Men en upplevelse av närvaro och intresse för situationen kan ändå uppstå.

Både terapeut A och C nämner i intervjuerna att de upplevde ett ”verkligt möte” med klienten. TA menar att hon upplevde att det blev ett fint möte. TC pratar om att mötet skedde både i samtalet och i musiken.

Som tidigare påpekats är egentligen båda parter lika viktiga för den intersubjektiva processen i mötet mellan två personer (Stern 2005). Då uppsatsens syfte inte rymmer något om klientens agerande och det inte heller låg i överenskommelsen med klienterna, har ändå inte denna aspekt tagits med här. Session B ingår heller inte i det här resonemanget, dels beroende på att terapeut B inte nämnde något om att ett möte uppstått, dels på att empirin är för bristfällig eftersom första kvarten saknas i filmmaterialet.

Gällande session A och C framstår det som intressant att fundera kring vad det kan ha berott på att ett möte uppstår. Vad gör terapeuterna och vad sker under sessionen, som kan tänkas bidra till att skapa förutsättningar för att ett möte ska kunna uppstå?

- Inledningsvis tycks fokus för båda terapeuterna vara att undanröja eventuell oro och osäkerhet genom tydlighet, vänlighet och benämningen. Redan välkommandet är omhändertagande och vänligt. Båda terapeuterna erbjuder tydligt den stol de tänker sig att klienten ska sitta på. De föregriper också eventuell underliggande oro i form av fantasier och funderingar, genom att benämna sådant som ligger outtalat. De definierar situationen tydligt, tar upp de speciella förutsättningarna kring just den här sessionen, nämner sekretess, visar på kameran, berättar om sig själva och sätter ord på vad de vet om klienten sedan tidigare. De skapar trygghet i rummet genom att benämna rummet och ge klienten tid att se sig omkring och göra sig hemmastadd. TA förklarar varför det finns instrument i rummet och kommer därefter in på att förklara hur man kan arbeta med musikterapi. TC gör en runda runt i rummet med sin klient så att hon får se och pröva instrumenten. Dessa interventioner bidrar förmodligen till ökad trygghet hos klienterna, vilket i sin tur skapar förutsättningar för ett verkligt möte.

- Både TA och TC sätter tydliga terapeutiska ramar; tidsramar, att de har sekretess, hur uppföljningen ska ske och liknande. Under gång gör TA förlöpande ”minikontrakt” med sin klient, där hon stämmer av ifall klienten till exempel vill svara på en viss fråga, göra en viss övning, eller stanna upp och utforska ett visst tema. Att klienten på det sättet är med och fattar beslut uppfattar jag som en god förutsättning för att ett möte ska kunna äga rum. TC ger mycket tydliga ramar både kring hela sessionen och kring varje improvisation. Återkommande avlastar han sin klient genom att säga: ”det tar jag ansvar för”. Som tidigare redovisats ser klienten ut att bli påtagligt lättad över dessa kommentarer. En fördjupad nivå på mötet blir resultatet. Här är det alltså ramarna som skapar trygghet och ökar förutsättningarna för ett verkligt möte.

- De framstår båda som närvarande, autentiska och goda lyssnare. TA lutar sig framåt, nickar och visar närvaro på olika sätt när hon lyssnar, och bekräftar klientens berättelse i ord och kroppsspråk. Hon säger också klientens namn vid flera tillfällen. Hos TC uppfattar jag en närvaro och autenticitet i honom som person, som förmodligen bidrar till att mötet uppstår. Hans sätt att prata fungerar ”normaliserande”, vilket märks i småkommentarer och att han skämtar lite när han märker att klienten svarar an på det.

- Båda skapar en gemensam begreppsvärld och tankemodell för sessionen. I session A sker det genom att TA förklarar sin grundsyn; att hon arbetar utifrån en förståelsemodell om att människor har ett undermedvetet som man kan utforska i terapi. TC skapar en gemensam förståelse kring att det är viktigt och utvecklande att få leka, och att han ser musikterapi som ett lekutrymme.

4.3.2. Fördjupa eller berika upplevelsen

I den studerade empirin tycks samtalen också fylla funktionen av att fördjupa eller berika klientens upplevelse. Med ”upplevelse” menas här både den musikaliska upplevelsen under själva sessionen, och upplevelsen av de känslor klienten kommer i kontakt med när hon pratar om sitt problem eller sin historia.

I alla tre sessionerna tycks klientens upplevelse utvecklas från ett problem till en formulerad känsla av lättnad. Någoting tycks bli tydligare. Nya möjligheter framträder. I alla tre sessionerna upplever klienten musik i någon form. Efter den musikaliska interventionen ser de alla tre annorlunda på sin situation. Detta formuleras i den verbala dialogen. Processen från problem till lättnad uppfattar jag som ett resultat av både samtal och musikaliska interventioner. Det tycks ske på följande sätt under de tre sessionerna:

I terapi A handlar samtalet om klientens relation till sin pappa och till sin nuvarande man, paralleller mellan dessa relationer och hur hon kan handskas med den ilska och rädsla som dyker upp i den nuvarande relationen. Utgångspunkten är alltså hennes verbala berättelse. Hennes fysiska upplevelse i början är att hon har ont i axlarna. De känslor som formuleras är

framför allt aggressivitet och rädsla, känslor som under sessionens gång tycks transformeras från något skrämmande till kraft och möjligheter.

Samtalet efter bildskapande, musiklyssning och nytt bildskapande tar sin utgångspunkt i bilderna och därmed indirekt i musikupplevelsen, med koppling till det inledande samtalet och klientens tema. Själva musikupplevelsen sammanfattar klienten med att det var ”skönt” och därefter benämns den inte i sig. I stället pratar de utifrån bilderna vars färger, form och innehåll blir metaforer för klientens inre värld. Det framstår alltså som att klient A först får känslomässig kontakt med svårigheterna i sin relation genom samtalet, och att dessa svårigheter därefter förtydligas genom första bilden. I samtalet efter bild- och musikupplevelsen ställs de två bilderna/upplevelserna av skräck å ena sidan, och kraft och värme å andra sidan, mot varandra. Samtalet fungerar resurstärkande och fokuserar på att sätta ord på ”här-och-nu”-upplevelsen av kraft och värme. De två positionerna har synliggjorts genom de två bilderna, och formuleras därefter i ord vilket tycks få en fördjupande funktion. Värken i axlarna har enligt klienten minskat så att det känns ”bättre”. Genom det avslutande samtalet får klienten ytterligare fördjupad kognitiv förståelse för sin livssituation.

I terapi B sker det inledande samtalet på en kognitiv nivå. Klienten beskriver sin nuvarande situation och terapeuten ställer frågor. Terapeuten gör ett par längre inpass där hon erbjuder klienten alternativa sätt att tänka kring sin tillvaro, sätt som skulle innebära större utrymme för hennes egna behov och önskningsar. Efter de musikaliska interventionerna rör sig samtalet sedan på en metaforisk nivå om vad som synliggjorts i musiken, både kring hur låst situationen är i dag och hur klienten kan komma vidare. Klienten pratar även under improvisationerna, och avbryter dem efter 2-3 minuter. Terapeuten formulerar det i intervjun som att klienten aldrig ”landar i musiken”. Hon är också inne på att klienten under sessionen använder orden som skydd mot att öppna för alla de känslor som förmodligen ligger under ytan på grund av den kris hon är i. Ändå sker en förändring i klientens känsloläge, från tårar till att hon mot slutet är gladare och pratar om att musiken låter som när solen går upp efter ett regnväder.

När terapi C börjar är klienten spänd och nervös. TC frågar efter hennes relation till musik och hon berättar att musik är viktigt för henne men också fyllt av prestationskrav. Genom hur hon beskriver sitt förhållande till musik och även sin känsla inför just den här musikterapisessionen, framträder för terapeuten ett tema kring kontroll och prestation. Det blir terapins tema, fast ”omvänt”, så att fokus läggs på klientens styrkor och förmågor istället. Klienten slappnar av påtagligt när TC för in samtalet på lek kontra prestation och att det är viktigt att få leka. Han för också in lek rent konkret i rummet genom att bejaka hennes skämt och själv skämta lite. Klienten skrattar och slappnar av ytterligare. Mellan improvisationerna talar de om musiken, dels rent praktiska kommentarer kring själva spelet, dels kring upplevelsen av musiken. Klienten beskriver sin upplevelse i korta meningar, som ”det var kul”, ”jag känner mig lycklig”, men också ”det här är jätteläskigt för mig”.

Vid ett tillfälle gör klienten själv en vidgning av perspektivet med kopplingar till sitt liv i stort:

Ja, jag står och funderar... Jag känner väldigt mycket både vid pianot och här, att jag censurerar, så jag kan inte släppa loss. Och så funkas jag /.../ det säger mycket om mig som person, det har inte med musik att göra bara, eller det har med allt att göra”.

Klienten gör här en spontan koppling till sitt liv i stort direkt efter den andra improvisationen. Kommentaren fälls efter att terapeuten suttit tyst en stund, en tystnad som jag uppfattar som ”begrundande” för att använda Crafoords (2005) begrepp. Terapeuten fördjupar sig inte i denna kommentar med följdfrågor.

I session C förvandlas klientens rädsla för att krackelera från förlamande till något obehagligt men ofarligt. TC validerar klientens känsla av obehag. På det sättet tydliggörs kontrasterna mellan obehaget i att vara rädd för att ”krackelera”, och den härliga känsla av lekfullhet, lust och glädje som musiken väcker under sessionen, och som också formuleras i ord. I övrigt tycks det vara samtalet som inledningsvis får klienten att slappna av, medan den förestående musikstunden ökar hennes nervositet. Efterhand tar sedan lek-lusten och glädjen över i själva musikskapandet och klienten blir mer säker på sig själv och därmed tryggare. Klienten kommer i kontakt med en upplevelse av att känna sig trygg, våga släppa på kontrollen och tillåta sig att känna lycka. Det sker i musiken och bekräftas därefter i samtalet.

4.3.3. Tydliggöra klientens livsberättelse

Ett syfte med psykoterapeutiskt inriktade terapier är att ge klienten självinsikt genom att förstå sin egen berättelse. I de tre sessionerna kan man urskilja följande berättelser:

I A utvecklas en berättelse om klientens dömande pappa som går igen i hennes förhållande till sin nuvarande man, och ett liv präglad av aggressivitet som riktats mot henne, och som lett till rädsla. Detta har hindrat henne från att få ett konstruktivt förhållande till sin egen ilska. Jag uppfattar det som att berättelsen medvetandegörs i orden. Klienten var före sessionen inte riktigt medveten om kopplingen mellan problemet med hennes nuvarande relation och förhållandet till pappan. Berättelsen gestaltas, tydliggörs och fördjupas i bild, musik, kroppsörelser och ord.

I B handlar berättelsen om att klienten sätter sina egna behov åt sidan och tänker mer på andra än sig själv. Hon är i en akut livskris då hennes man vill lämna henne och hon inser att hon kanske har väntat för länge med att se till sina egna behov när det till exempel gäller längtan efter barn. Det är den berättelse hon kommer med, så den lever på ett medvetet plan redan före sessionen. Under sessionen resonerar klient och terapeut verbalt kring klien-

tens livskris, och berättelsen illustreras och förtydligas i de musikaliska improvisationerna. Improvisationerna hjälper klienten att börja se och tänka kring olika möjligheter och vägar att komma vidare. Det är i musiken det synliggörs både hur låst situationen är i dag och att det finns hopp i form av nya vägar framåt. Genom musiken kommer hon i kontakt med upplevelsen av att vara låst. Rollspelet tycks också ge henne början till en upplevelse av att skilja ut sig från sin man och se mer till sina egna behov. En förståelse av detta, både den låsta positionen i nuläget och möjligheterna framåt, formuleras och tydliggörs i det verbala samtalet. En ny berättelse börjar ta form.

I C växer berättelsen fram och synliggörs under sessionens gång, framför allt i det musikaliska utforskandet. Den handlar om klientens klivna förhållande till musik, fyllt av både glädje och prestationskrav. Som symbol för hennes liv i stort tycks den handla om lockelsen i och rädslan för lek och lust, om kontroll, rädsla, gränser, att skämmas, bli generad. Allt detta blottläggs och synliggörs genom musiken. Det sker även början till en formulering i ord av denna konflikt. En ny berättelse tycks vara på väg att skapas.

Tydliggörandet av livsberättelsen sker framför allt i början och slutet av sessionerna. I början ställer terapeuten faktafrågor kring klientens liv. På det sättet framkommer klientens eget sätt att se på sig själv och sitt problem, sin berättelse. Terapeut och klient kommer därefter överens om en gemensam förståelse av problemet, som formuleras verbalt. Under sessionens gång fördjupas sedan upplevelsen genom musik och samtal. I slutet formuleras den terapeutiska processen från hur sessionen inleddes till vart den har lett. Den utvecklingen tydliggörs i samtalet, i orden.

En möjlig slutsats kan vara att det är i den verbala kommunikationen som klientens livsberättelse tydliggörs och blir meningsfull för klienten. Musikens roll blir att synliggöra och hjälpa klienten att leva sin berättelse, uppleva den, känna den, vara i den.

4.4. Sammanfattning

I det här kapitlet har redogjorts för svaret på uppsatsens forskningsfrågor:

Hur använder tre musikterapeuter samtalet under en given musikterapisesession?

Vilka verbala interventioner förekommer under de studerade sessionerna?

Vilka funktioner tycks samtalen ha under dessa sessioner?

De tre musikterapisesessionerna har beskrivits och de tre intervjuerna sammanfattats. Det påföljande analysresultatet har beskrivits som tvådelat. Först en tematisering av de verbala interventioner som förekommer i sessionerna, därefter ett utforskande av samtalsfunktionen, vilken effekt de tycks ha på den terapeutiska processen under sessionerna.

Några iakttagna interventioner är; frågor, som faktafrågor, bekräftande frågor, klarifierande frågor och här- och nu-frågor; andra sätt att leda samtalet vidare, som öppna, inbjudande kommentarer i likhet med ”berätta mer”, att upprepa det klienten säger och liknande och; tystnad, att helt enkelt sitta tyst och vänta. En intervention som förekommer i alla sessionerna är pedagogiska inslag, där terapeuten förklarar något psykologiskt fenomen eller liknande för klienten. Paradoxer, omformuleringar, tolkningar och metaforer framstår som olika grader av likartade interventioner, där terapeuten tycks vilja ge klienten kognitiv hjälp att förstå något nytt om sig själv. Hur de samtalar om musik berörs. Klientens förhållande till musik kartläggs i två av fallen, och i två av fallen sätts ord på den musikaliska upplevelsen. Hur terapeuterna talar rent röstligt beskrivs också. Och slutligen görs några iakttagelser av vad som inte tas upp i de olika terapierna.

Det andra delresultatet är ett utforskande av samtalens funktion, vilka effekter de tycks ha på den terapeutiska processen. Det framstår som att samtalen i studien påverkar den terapeutiska processen inom tre områden. Det första är att skapa förutsättningar för ett verkligt möte. Det sker framför allt genom att skapa trygghet och en gemensam begreppsvärld. Det andra området är att fördjupa eller berika klientens upplevelse. Med upplevelse menas både upplevelsen av det problem som står i fokus och den upplevelse som väcks under sessionen. Alla tre klienterna tycks gå från att uppleva sitt problem till en upplevelse av lättnad, kraft och energi under sessionen. I denna process tycks både musik och samtal vara bidragande. Den tredje funktionen samtalen tycks fylla är att tydliggöra klientens livsberättelse. Det sker genom verbalisering i början, där klienten berättar om sig själv och terapeuten gör sig en bild av situationen; och i slutet, där en ny känsla uppstår som ger upphov till ett nytt sätt att verbalisera situationen.

5. Diskussion

Kapitlet inleds med en diskussion kring frågan om samtalet i musikterapi, genom att åter anknyta till debatten om samtalets vara eller icke vara i musikterapi. Några likheter och olikheter i de tre sessionerna lyfts fram och problematiseras. Slutligen följer ett resonemang kring några områden som kan vara värda att utveckla vidare; frågor, tolkningar och metaforer. I dessa allmänna resonemang kallas för enkelhets skull klienten för "hon".

Därefter förs en metoddiskussion där jag reflekterar kring val av teoretiskt perspektiv, val av referenslitteratur och intervjumetod. För- och nackdelar med intervjumetoden stimulated recall tas upp. Andra tänkbara forskningstekniker redovisas. Dessutom beskriver jag en oförutsedd effekt av hur terapeuterna informerades om studien, och ventilerar några tankar kring valet att inte ge deltagarna fingerade namn.

5.1. Innehållsdiskussion

Den här studien har visat på hur samtal kan utformas och vad de kan fylla för funktion i musikterapi. Analysen pekar inte mot något ställningstagande för eller emot samtal. Det kan därför vara på sin plats att bredda perspektivet kring denna frågeställning och anknyta till debatten om samtalets vara eller icke vara i musikterapi.

5.1.1. Balansen mellan samtal och musik

En aspekt som är slående i den studerade empirin är hur stor del av respektive session som ägnas åt verbal dialog. Mest musiceras det i terapi C, där intrycket är att de spelar "nästan hela tiden". I själva verket spelar de 15 minuter av 63. Att samtalen fyller så stor del av tiden kan bero på flera saker. Som redovisats i föregående kapitel tycks det vara så att det är i samtalen som relationen byggs och trygghet skapas inledningsvis. Man kan leka med tanken på vad som skulle ha hänt i de aktuella terapierna om inledningen skett helt icke-verbalt. Samtal behövs också av mer praktiska skäl. I och med att det är en förstagångsträff behöver ramar och förutsättningar formuleras, och terapeuten behöver fråga efter en hel del fakta för att kunna lägga upp en bra session. Det kan även finnas andra orsaker, som terapeutens egen trygghet i sitt musikaliska uttryck. Kanske är det lättare, bekvämare och mindre prestigeladdat för terapeuterna att använda ord. Eller kanske beror det på att samtal trots allt är människors naturliga sätt att kommunicera. Det kan därför också fungera normaliserande att använda samtal.

5.1.2. Samtal eller inte samtal – en utblick

Som tidigare redovisats finns det bland musikterapeuter olika inriktningar varav en del är uttalat verbala och andra till sin grund mer icke-verbala. Argument presenteras för eller emot. Den här studien leder inte fram till något

entydigt resultat om huruvida verbal dialog behövs eller inte. Snarare visar den att samtal kan fylla en funktion för att medvetandegöra något och lyfta upp det på en kognitiv nivå. Vilket inte alltid är syftet. Så kanske är frågan om samtal eller inte samtal fel ställd. Kanske bör vi i stället fråga oss: Vilken sorts samtal har vi nytta av att föra? Till vilket syfte? I vilka situationer?

Tidigare har redogjorts för några grundläggande filosofiska resonemang kring vad ord och språk fyller för funktion, rent allmänt. Återkommande i dessa resonemang har varit att skilja på själva saken, upplevelsen, fenomenet i sig, och de ord som söker beskriva saken. Orden är inte själva tingen. Överfört till musikterapeutiska sammanhang är det tänkbart att ord kan fylla en tydliggörande funktion men att de aldrig kan täcka själva upplevelsen i sin helhet. Orden är inte upplevelsen. Den ordlösa, komplexa känsla av närvaro som kan uppstå i ett terapeutiskt möte kring musik, kan aldrig fullt ut fångas i ord. Men orden kan tillföra något annat, en kognitiv förståelse, en fördjupad känsla av meningsfullhet i upplevelsen.

Den här uppsatsen handlar om terapier med klienter som har tillgång till ett meningsfullt verbalt tal, som själva söker sig till musikterapi och har ett eget syfte och önskemål. I den musikterapeutiska världen är det inte alltid fallet. Ofta är det anhöriga eller andra vårdinstanser som rekommenderar och initierar musikterapi för en klient som kanske inte ens alltid har ett språk. Nordoff och Robbins utvecklade sin metod med icke-verbala, handikappade barn. Det ter sig i det fallet självklart att deras metod inte bygger på verbal dialog. Lika självklart ter det sig att samtalet troligen inte bör vara djupt bearbetande i till exempel musikterapi i livets slutskede. Samtal får troligen inte heller någon huvudsaklig roll i fall där en klient själv söker upp musikterapi för att helt enkelt få ”vara i lekutrymmet”. Som Ingrid Hammarlund påpekar i sin intervju, är kanske den allra viktigaste frågan att ställa sig när det gäller samtalet i musikterapi: ”Var ligger problemet? Var sker bearbetningen? Behövs ordet för att det ska bli en bearbetning? Det är det som är i fokus” (Hammarlund 2011).

Likväl som det kan vara värdefullt att se att det finns olika typer av samtal, kan även de musikaliska interventionerna vara av väldigt olika slag, från klanger och ljud till komplex och estetiskt rik musik. Det kan i sig påverka hur samtalet utformas. Garred (2006) pekar på att det finns olika syn på musikens roll i musikterapi, att den kan ha ett symboliskt värde eller ett estetiskt egenvärde i sig. I de fall där det estetiska egenvärdet dominerar minskar möjligen behovet av samtal. AOM:s grundare Mary Priestley talar hellre om ”ljud” och ”klanger” än som musik när de beskriver den musik som skapas i musikterapi (Eschen 2002). I polemik med Priestley påpekar dock Garred (a a) att även hon har beskrivit musikaliska upplevelser under musikterapi, där upplevelsen i sig utspelat sig i ett ”evigt nu” och ord varit både omöjliga och onödiga för att fånga upplevelsen. Det tycks således finnas en gemensam erfarenhet av musikens egen inneboende kvalitet att stimulera till starka, unika, icke-verbala upplevelser. Samtidigt kan vi påminna oss att även Garred påpekar att om man sedan vill medvetandegöra aspekter av det

omedvetna som musiken väckt, behövs orden. Annars sjunker det stilla tillbaks igen, utan att någonsin bli medvetandegjort (Garred 2006 s 180).

Garred landar i ett resonemang kring vad man pratar om. Hans inställning är att det är både självklart, naturligt och önskvärt att prata om musiken som sådan. Likaså menar han att det kan vara relevant att prata om vad musiken väckt hos klienten, vad den betyder för klienten. Men att det kan stanna vid att ta klientens formuleringar för vad de är. Han tycks därmed vilja undvika verbal tolkning av upplevelsen.

Här tycker jag mig ana en skiljelinje som kanske kan formuleras; tolkning eller inte tolkning? För de musikterapeuter som förordar en mer icke-verbalt inriktad musikterapi tycks ta avstånd från att tolka musikupplevelsen ”som” något annat. Använder de samtal tycks det snarare vara för att bekräfta det som ”är”. Det ger associationer till buddhistiska tankegångar och mindfulness, där man anser att förändring främjas bäst genom att bekräfta det ”som är”, utan att styra eller ha några som helst mål eller ambitioner i någon viss riktning.

Kanske blir då frågan i stället; mål eller inget mål? I min studie tycker jag mig se tre olika sätt som terapeuterna förhåller sig till ett eventuellt mål med terapin: Terapi A framstår som öppet utforskande, möjligen med ett generellt mål att vidga medvetenheten hos klienten, både känslomässigt och kognitivt, och därmed lyfta fram resurser. Terapi B uppfattar jag som mer målfokuserad. Terapeuten har en idé om att klienten skulle må bra av att börja ta mer hand om sig själv och sina egna behov, och försöker leda sessionen i den riktningen. I terapi C ser jag inte att terapeuten har någon speciellt mål i någon särskild riktning. Han jobbar mer utifrån att frilägga det ”som är”.

5.1.3. Lika och olika

Det finns stora likheter mellan de tre sessionerna när det gäller den verbala dialogen. De tre terapeuterna arbetar salutogent och resursstärkande. Alla tre visar stor försiktighet, respekt och omsorg när det gäller att se till att musiken inte går för djupt och sätter igång processer i klienterna som inte kan bearbetas inom ramen för sessionen. De hjälper klienterna att hålla gränserna bland annat genom sin egen tydlighet med vad de som terapeuter tar ansvar för. Denna omsorg sker både med ord och i den icke-verbala kommunikationen. Detta beskriver alla i sina intervjuer, tydligast formulerat kanske hos TC. Han menar att det är lätt att kränka en klient genom att släppa iväg musikupplevelsen för långt, att det kan bli som ett övergrepp på klienten.

Det finns också aspekter ur vilka de tre sessionerna skiljer sig åt när det gäller vilken funktion samtalet fyller:

I A har samtalet till en början en trygghetsskapande funktion, ramar sätts och situationen definieras. Samtalet är också utgångspunkten för sessionens

tema. Efterhand tycks samtalet ha en fördjupande funktion, som ger mening och sammanhang åt klientens upplevelser. I den här sessionen har klienten känslomässig kontakt med orden.

I terapi B sker samtalet på en reflekterande och kognitiv nivå, snarare än känslomässig. Man pratar om musiken snarare än att "vara i" den. Även klientens kris benämns på ett kontrollerat sätt till synes utan djupare känslomässig kontakt. Terapeutens frågor är formulerade så att de inte genererar svar på känslonivå. Möjligen fungerar samtalet här som skydd mot att komma i kontakt med djupare känslomässiga lager.

Slutligen i terapi C fyller orden inledningsvis en faktainsamlade och trygghetsskapande funktion, där ramarna för sessionen tydliggörs. Under sessionens gång används det verbala samtalet för att ge spelregler och kring musikupplevelsen. Terapeuten håller samtalet på en här-och-nu-nivå och avstår från att ställa följdfrågor när teman kommer upp som handlar om klientens liv i stort.

Ur ett klientperspektiv är dessa olikheter värda att problematisera. Den som söker sig till musikterapi kan hamna i väldigt olika sorters terapi; hon kan få en djupdykning i tidigare trauman; få kognitiv hjälp att tänka i nya banor; eller hjälp att komma i kontakt med sin spelglädje och kreativitet. En intressant tankelek kan vara att fundera kring hur det hade blivit om de tre klienterna kommit till någon av de andra terapeuterna i studien.

5.1.4. Områden att utveckla vidare

Studiens resultat pekar mot några områden som det kunde vara intressant att utveckla vidare när det gäller det verbala samtalet i musikterapi. Dessa områden är frågor, tolkningar och metaforer.

Ett fokus i studien har varit vilka frågor terapeuterna ställer. I referenslitteraturen varnas för att alltför slaviskt följa frågemallar. Ofta är det inte frågorna i sig som är det avgörande, utan det som händer i mötet där pauser, tonfall, gester och andra implicita budskap spelar minst lika stor roll. Förhållningssättet är viktigare än tekniken (Engqvist 2003, Gordan 2004, Crafoord 2005). Ändå tror jag att det kan vara värdefullt också för musikterapeuter att få rent konkreta tips om vilken typ av frågor som är hjälpsamma för processen. Kanske är det så att de frågor som rekommenderas i referenslitteraturen inte i alla delar är användbara i just musikterapi? En del av dem kanske faller bort automatiskt i och med att musiken finns där som redskap. I stället för att fråga en klient om hur hon mår, kan vi be henne spela eller sjunga, eller välja ett stycke för musiklyssning, eller på något annat sätt symboliskt gestalta sitt svar.

Som tidigare redovisats tycks det finnas en kluven inställning hos musikterapeuter till att göra verbala tolkningar. Kanske beror den negativa attityden till tolkningar, som ibland skymtar fram, på att det finns kvar associationer

till klassisk freudianskt psykoanalytisk tolkning där analytikern tolkar klientens liv och därmed får ett slags tolkningsföreträde på klientens upplevelser. I den här studien gör terapeuterna tolkningar. De presenterar sina tolkningar med en prövande attityd och klienterna själva medverkar i tolkningsprocessen. Det framstår som ett meningsfullt och meningsskapande sätt att använda samtalet på.

En del av den musikterapeutiska kompetensen ligger i att kunna tänka symboliskt och uppfatta symboliska budskap. Musikterapeuter bör därför kunna ha glädje av att utveckla förmågan att formulera sig kring symboliska upplevelser. Som tidigare redovisats definierar Ricœur (1976) metaforen som en brygga mellan vår förståelse och själva symbolen. Med den terminologin är det metaforer vi behöver utveckla, förmågan att formulera goda, meningsfulla metaforer. I intervjun med Ingrid Hammarlund gör hon följande reflektion kring metaforer:

Och då tänker jag att det viktigaste redskapet i samtalet är terapeutens symboliseringsförmåga, där terapeuten förstår skillnaden mellan att tala i metaforer och att tala konkret. Och många av de personer man möter i terapi kanske har... om man är djupt deprimerad har man inte symboliseringsförmågan lika levande utan då blir man väldigt konkret tänkande. Och då kan det vara bra att avläsa det och försöka vara konkret i sitt samtal, men sen ibland smyga in: "när du berättar om det här, då är det precis som... då får jag en bild av en båt som ligger och". Eller: "när du berättar om det här, då låter det så här inom mig" (Hammarlund 2011).

En speciell kompetens för just musikterapeuter skulle alltså kunna vara att bli medveten om skillnaden mellan metaforiskt och konkret tal, och att odla sin egen symboliseringsförmåga. Om vi ska följa Ricœurs tanke att metaforen är en brygga över till symbolvärlden, och om vi tänker oss musiken som symbolvärlden, bör det finnas all anledning att fördjupa sig i denna språkliga form.

5.2. Metoddiskussion

Först ett metaperspektiv: Tanken på språkets dubbla funktion av att både kunna tydliggöra och förvränga eller förminska det-som-det-talas-om har gått som en röd tråd genom uppsatsen. En stor del av studiens analysresultat har vuxit fram i själva skrivandet. Stödanteckningar och minnesanteckningar har bearbetats till färdig text, som skrivits ut och bearbetats ytterligare. Det innebär att så fort jag har satt ord på något har jag därmed å ena sidan tydliggjort, å andra sidan beskurit den verklighet jag försökt beskriva. Vad som skurits bort och därmed fallit utanför är svårt att överblicka men jag vill ändå peka på fenomenet.

5.2.1. Val av teoretiskt perspektiv

Med hermeneutik som teoretiskt perspektiv ligger det i sakens natur att analys och resultat får en subjektiv prägel. I en större forskningsstudie kunde man tänka sig att två forskare tog del av empirin och analyserade den oberoende av varandra för att sedan sammanställa sina tolkningar. Nu är den här uppsatsen ett ensamarbete och både studien i sin helhet och analysen därmed oundvikligen påverkade av mina subjektiva tankar, erfarenheter och värderingar.

Från början var planen att göra en fenomenologisk studie och helt enkelt beskriva det jag såg och hörde i de tre sessionerna. Jag ville ha svar på grundläggande frågor om samtalet som sådant i musikterapi. Vad säger terapeuterna, vad frågar de om, vad fokuserar de på i övrigt under samtalen? Den kartläggningen gjordes också inledningsvis. Ett vägval uppstod då, som stod mellan att gå in på detaljnivå och göra mikroanalys av några korta sekvenser, eller i stället tolka empirin i sin helhet för att söka efter meningsfulla och intressanta resultat. Några metoder för mikroanalys prövades på en del av empirin, nämligen intervjuerna. Huvudskälet till att jag inte fullföljde detta var att jag helt enkelt strandade i mitt tänkande och misslyckades med att få fram teman som ”upplevda meningsenheter”, ”individuell utkristalliserad mening” eller ”kollektivt tema” (Wosch & Wigram 2007). De resultat jag fått fram genom mina försök till mikroanalys bidrog ändå med viktiga perspektiv i det fortsatta tolkningsarbetet.

Alternativet att stanna i ett fenomenologiskt perspektiv och fördjupa den analysen, t ex genom djupstudier av mycket korta filmavsnitt, framstår fortfarande som en intressant idé. Möjligen hade helt andra aspekter av samtalen då framträtt. Att jag inledningsvis ändå satte mig in i fenomenologi som teoretiskt perspektiv var välgörande och höjde min medvetenhet om hur många olika möjliga infallsvinklar det finns på ett fenomen.

En annan möjlighet hade kunnat vara att fördjupa studierna av dialogfilosofi och välja det som teoretiskt perspektiv. När hela uppsatsen var nästan klar fick jag tips om en rysk dialogfilosof som heter Michail Bachtin som tycks ha många intressanta tankar kring bland annat polyfonin¹¹ i en dialog (Vice 1997). Möjligen hade också en mer språkvetenskaplig infallsvinkel, med fokus på semantik och retorik, varit tänkbar.

5.2.2. Val av referenslitteratur

Den referenslitteratur om samtalsmetodik som valdes för studien kom att bli vägledande vid analysen av empirin. Urvalet av referenslitteratur styrde och påverkade alltså den påföljande analysen. Faktorer som togs upp i de redovisade samtalsmetodiska böckerna stämde av mot sessionerna. Det är därför tänkbart att ett annat urval av litteratur hade kunnat vrida studien i en

¹¹ Polyfoni = musik sammansatt av två eller flera stämmor (Nationalencyklopedin 2012).

annan riktning. Den använda litteraturen bygger på psykodynamisk grundsyn. Böcker utifrån kognitiva, behavioristiska eller andra teorier hade givit helt andra utgångspunkter och därmed förmodligen ett annat resultat.

När det gäller litteratur specifikt om samtalet i musikterapi finns, som tidigare konstaterats, inte mycket skrivet. Dock mer än jag trodde först. Alltför sent i studiens process fick jag tag i Paul Nolans artikel (Nolan 2005). Den visade sig vara mycket matnyttig och inspirerar till nya tankar och frågeställningar, kanske främst när det gäller bryggan mellan upplevelse och förståelse och hur vi kan hjälpa klienter med den bryggan inte minst språkligt.

Daniel Sterns böcker (1990, 2005) hamnade lite i utkanten av studien, så som den utvecklade sig. Det blev svårt att på ett konkret sätt använda hans tankar om nuvarande ögonblick, implicit vetande och intersubjektivitet. Där kanske återigen fenomenologi hade kunnat komma till användning, kanske genom mikroanalys.

Det har förvånat mig att jag inte riktigt lyckats hitta någon filosof som på allvar ägnat sig åt att fundera kring muntligt språk och dialog. Det flesta böcker jag tittat på har handlat om tolkning av skriven text. De filosofiska referenser som förekommer i uppsatsen är framvaskade ur texter som egentligen handlar om annat. Möjligheten är naturligtvis uppenbar att det någons stans i världslitteraturen finns utmärkta beskrivningar av detta, men att jag bara inte hittat dem.

Studiens teoretiska perspektiv är hermeneutik. Ändå tog jag med Martin Buber, trots att han inte hör hemma inom hermeneutiken. Att jag valde att ta med honom som referens berodde på att han har beskrivit dialog och mötet mellan två människor. Många musikterapeutiska källor refererar till Martin Buber, bland annat Ansdell (2005), Garred (2006) och Paulander (2011). Det skulle också visa sig att Bubers tankar innebar en viktig nyckel för tanken att det är i den verbala dialogen som förutsättningar för ett verkligt möte skapas.

5.2.3. Val av intervjumetod

Intervjumetod har sina sidor. Styr man för mycket är risken uppenbar att man går miste om det verkligt nya och intressanta, det som man inte redan kunnat tänka ut själv. Styr man å andra sidan för lite riskerar man att inte få svar på sina frågor, utan att intervjupersonen svarar utifrån sin förståelsehorisont och kanske även utifrån någon form av egen agenda, något budskap som denne vill ha fram medvetet eller omedvetet.

Inför den här studien var en grundidé att göra intervjuer med de tre terapeuterna efter respektive session enligt metoden *stimulated recall*, som beskrivits i metodavsnittet. Under förberedelsearbetet visade det sig finnas argument både för och emot metoden. Mikael Alexandersson använde *stimulated recall* i sin doktorsavhandling *Metod och medvetande* (1994) för att un-

dersöka lärares arbetssätt. I avhandlingen för han ett resonemang om brister och förtjänster med metoden. Om man använder den bör den kompletteras med andra datainsamlingsmetoder. Stimulated recall är även ifrågasatt av Björn Haglund (2003), som ifrågasätter vad som egentligen undersöks med metoden. ”Man skapar en situation där den intervjuade i första hand resonerar kring de stimuli som det inspelade materialet ger och endast sekundärt kring det tänkande som var aktuellt vid det ursprungliga tillfället” (a s 152).

Själv upptäckte jag snart ett annat problem med metoden, som jag inte hittade någon lösning på i litteraturen, nämligen tidsaspekten. Å ena sidan ville jag hinna prata igenom hela sessionen med respektive terapeut, å andra sidan hade jag fått rådet att intervjuerna inte borde vara längre än en timme. Jag insåg snabbt att på en timme skulle vi inte ens hinna se igenom hela sessionen, än mindre prata om den. Därför gjorde jag i stället valet i intervju A att prata igenom hela sessionen utifrån en utskrift av sessionen som minneshjälp. Till intervju B ville jag ändå pröva stimulated recall. Erfarenheterna från den intervjun stärkte uppfattningen att metoden har sina brister. Det visade sig att intervju B på många sätt kom att skilja sig från de andra två, vilket kan ha berott på intervjumetoden. Den intervjun gav inte lika mycket av terapeutens tankar kring sin egen process, sina val och bevekelsegrunder för den ena eller andra interventionen, som i de andra två intervjuerna. Intervju B kom i stället att handla mer om klienten. I efterhand kan jag se att det öppna, icke styrande förhållningssätt som rekommenderas i stimulated recall inte gav det optimala resultatet. Det var också därför jag återgick till att använda manus och riktade frågor som utgångspunkt för intervju C.

När det gäller studiens upplägg finns det även ett moraliskt dilemma inbäddat, som kan vara värt att lyfta fram. För att kunna genomföra en sådan här studie krävs det att yrkesverksamma musikterapeuter ställer upp med sin tid och kunskap. Av tradition förväntas de dessutom göra detta utan ersättning. En av de först tillfrågade musikterapeuterna sa nej av det skälet. För min del ledde det till att jag kom att drivas av en tidsaspekt och ett behov av att genomföra session och intervju så snabbt som möjligt för att ”inte störa” mer än nödvändigt. Önskan att det hela skulle gå fort blev därigenom en faktor, som möjligen hamnade i motsättning till behovet att gå på djupet och verkligen få svar på alla frågor. Det är förvisso inte alltid som mer tid ger bättre resultat, men intressekonflikten kan ändå vara värd att notera.

5.2.4. Oförutsedd effekt

Som tidigare redovisats bar jag från den vetenskapsteoretiska undervisningen med mig tankar om att det finns för- och nackdelar med att informera deltagarna i studien om syftet med studien. En nackdel skulle kunna vara att vetenskapen om syftet skulle styra deltagarna att medvetet eller omedvetet vilja ”hjälpa till” och styra sig själva i riktning mot att ”besvara” frågan. I själva verket blev det just så, fast tvärtom:

Med tanke på ovan redovisade resonemang gav jag terapeuterna en ganska svävande information om syftet; att den skulle handla om terapeutiska val av verbal intervention eller musik, när de väljer det ena och när de väljer det andra. Det visade sig under intervjun med terapeut B att den informationen hade styrt henne i riktning mot att ”prestera musik” under sessionen, mer för studiens skull än för klientens. Hade hon inte haft den styrande tanken hade hon troligen stannat kvar i samtalet längre, kanske inte använt musik alls under denna första (enda) gång.

5.2.5. Aidentifiering

I uppsatsen har terapeuter och klienter aidentifierats och kallas genomgående för A, B och C, respektive T för terapeut och K för klient. Det kan naturligtvis uppfattas som onödigt opersonligt. Ett försök med att ge dem fingrade namn visade sig dock skapa andra problem, i form av att det blev svårt att hålla reda på vem som var vem i den del av analysen där de beskrivs samtidigt, utifrån olika teman. Därför stannade valet vid de kanske lite tråkiga bokstäverna.

När det gäller terapeuterna har en avvägning gjorts mellan att aidentifiera dem och ändå ge sådan information om deras utbildning och bakgrund som bedömts kunna berika förståelsen av uppsatsens frågeställning. Eftersom det musikerterapeutiska ”kollegiet” är relativt litet i Sverige är det möjligt att någon som är väl insatt i branschen ändå tror sig kunna lista ut vem som är vem. Det är svårt att helt undvika.

5.3. Coda

Å ena sidan fyller ord en funktion av att tydliggöra, lyfta upp till medveten nivå, ge kognitiv förståelse av sådant som kanske varit dolt. Å andra sidan finns det fenomen, upplevelser och erfarenheter, inte minst i och genom musik, som inte går att fånga i ord. Att fördjupa förståelsen av när orden klargör och hjälper, och hur de kan användas för att fånga symboliska och icke-verbala upplevelser, ter sig som ett angeläget ämne för fortsatta studier.

I Kerstin Ekmans senaste roman *Grand final i skojarbranschen* (2011) beskriver huvudpersonen Lillemor upplevelsen av att bli berövad sitt liv, sin historia, i och med att en annan person berättar den. Själv har hon inte orden men hon äger upplevelsen. Det är hennes liv. Genom att få det beskrivet för sig förlorar hon äganderätten till det.

De flesta psykoterapeutiskt inriktade terapier syftar till att ge klienten självinsikt genom att förstå sin egen berättelse. Då behövs ord. Vår utmaning som musikerterapeuter blir att hjälpa klienter få kontakt med sina egna upplevelser och föda fram sina egna ord – skapa sin egen berättelse.

Referenser

Litteratur:

- Alexandersson, Mikael (1994). *Metod och medvetande*. Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis.
- Allén, Sture (1986). *Svensk Ordbok*. Språkdata och Esselte Studium AB.
- Alvesson, Mats & Sköldbäck, Kaj (2008). *Tolkning och reflektion. Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Lund: Studentlitteratur.
- Ansdell, Gary (2005). *Music for Life. Aspects of Creative Music therapy and Adult Clients*. London: Jessica Kingsley Publ.
- Bengtson, Jan (2005). *Med livsvärlden som grund*. Lund: Studentlitteratur.
- Bonny, Helen Lindquist (2002). *Music & Consciousness: The Evolution of Guided Imagery and Music*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Bruscia, Kenneth (1991). *Case Studies in Music Therapy*. Gilsum: Barcelona publishers.
- Buber, Martin (1985). *Jag och Du*. Stockholm: Bonniers.
- Buber, Martin (1990). *Det mellanmänniska*. Ludvika: Dualis.
- Crafoord, Clarence (2005). *Människan är en berättelse. Tankar om samtalskonst*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Ekman, Kerstin (2011). *Grand final i skojarbranschen*. Stockholm: Albert Bonniers förlag.
- Engqvist, Anders (2003). *Om konsten att samtala*. Stockholm: Prisma.
- Eschen, Johannes Th. (2002). *Analytical Music Therapy*. London: Jessica Kingsley Publ.
- Føllesdal, Dagfinn, Walløe, Lars & Elster, Jon (1995). *Argumentations-teori, språk och vetenskapsfilosofi*. Stockholm: Bokförlaget Thales.
- Gadamer, Hans-Georg (1997). *Sanning och metod i urval*. Göteborg: Bokförlaget Daidalos.
- Garred, Rudy (2006). *Music as Therapy: A Dialogical Perspective*. London: Jessica Kingsley Publ.
- Gordan, Kurt (2004). *Professionella möten. Om utredande, stödjande och psykoterapeutiska samtal*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Grönlund, Erna Alm, Annika & Hammarlund, Ingrid (2000). *Konstnärliga terapier. Bild, dans och musik i den läkande processen*. Stockholm: Natur och Kultur.

- Gummesson, Evert (2004). "Fallstudiebaserad forskning" i Gustavsson, B. *Kunskapande metoder inom samhällsvetenskapen*, s 115-144. Lund: Studentlitteratur.
- Grocke, Denise & Wigram, Tony (2007). *Receptive Methods in Music Therapy. Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.
- Haglund, Björn (2003). "Stimulated Recall. Några anteckningar om en metod att generera data" ur *Pedagogisk Forskning i Sverige 2003* årg 8 nr 3 s 145-157 ISSN 1401-6788.
- Havnesköld, Leif & Risholm Mothander, Pia (2006). *Utvecklingspsykologi. Psykodynamisk teori i nya perspektiv*. Stockholm: Liber.
- Heidegger, Martin (1981). *Varat och tiden*. Lund: Doxa Press.
- Kjørup, Søren (2009). *Människovetenskaperna. Problem och traditioner i humanioras vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur.
- Kristensson Uggla, Bengt (2004). "Tolkningens metamorfoser i hermeneutikens tidsålder" i Selander, S & Ödman, P-J. *Text & existens. Hermeneutik möter samhällsvetenskap* s 23-42. Göteborg: Bokförlaget Daidalos AB.
- Kvale, Steinar & Brinkmann, Svend (2010). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lübcke, Poul (1988). *Filosoflexikonet*. Stockholm: Forum.
- McFerran, Katrina & Grocke, Denise (2007). Understanding Music Therapy Experiences Through Interviewing. A Phenomenological Microanalysis i Wosch, T & Wigram, T. *Microanalysis in Music Therapy. Methods, Techniques and Applications for Clinicians, Researchers, Educators and Students*, s 273-284. London: Jessica Kingsley Publ.
- Nolan, Paul (2005). "Verbal Processing within the Music Therapy Relationship" i *Music Therapy Perspectives vol. 23*, 1, s 18-28.
- Norman, Johan & Ylander, Franziska (1999). *Motöverföring. Om omedveten kommunikation*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Paulander, Ann-Sofie (2011). *Meningen med att gå i musikterapi. En fenomenologisk studie om deltagares upplevelser*. Stockholm: KMH Förlaget.
- Ricœur, Paul (1976). *Interpretation Theory: Discourse and the Surplus of Meaning*. Texas: Texas Christian University Press.
- Ricœur, Paul (1993). *Från text till handling. En antologi om hermeneutik redigerad av Peter Kemp och Bengt Kristensson*. Stockholm: Symposium AB.

- Selander, Staffan & Ödman, Per-Johan (2004). *Text & existens. Hermeneutik möter samhällsvetenskap*. Göteborg. Bokförlaget Daidalos AB.
- Smeijsters, Henk & Aasgaard, Trygve (2005). Qualitative Case Study Research. i Wheeler, B. *Music Therapy Research (2nd ed.)* s 240-257. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Stern, Daniel N (1990). *Ett litet barns dagbok*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Stern, Daniel N (2005). *Ögonblickets psykologi. Om tid och förändring i psykoterapi och vardagsliv*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Ullsten, Alexandra (2006). *Som man frågar får man svar!* Kandidatuppsats i musikterapi. Kungl. Musikhögskolan i Stockholm.
- Vice, Sue (1997). *Introducing Bakhtin*. Manchester och New York: Manchester University Press.
- Wheeler, Barbara L (2005). *Music Therapy Research. Second edition*. Gilsum: Barcelona Publ.
- Wigram, Tony, Nygaard Pedersen, Inge & Bonde, Lars Ole (2004). *A Comprehensive Guide to Music Therapy. Theory, Clinical Practice, Research and Training*. London: Jessica Kingsley Publishers Ltd.
- Winnicott, Donald W (1971). *Lek och verklighet*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Ödman, Per-Johan (2004). "Hermeneutik och forskningspraktik" i Gustavsson, B. *Kunskapande metoder inom samhällsvetenskaperna*, s 71-93. Lund: Studentlitteratur.

Hemsida:

WFMT, World Federation of Music Therapy
(2011). www.musictherapyworld.net, uppdaterad februari 2012, hämtat 5 mars 2012.

Nationalencyklopedin, www.ne.se, hämtat april 2012

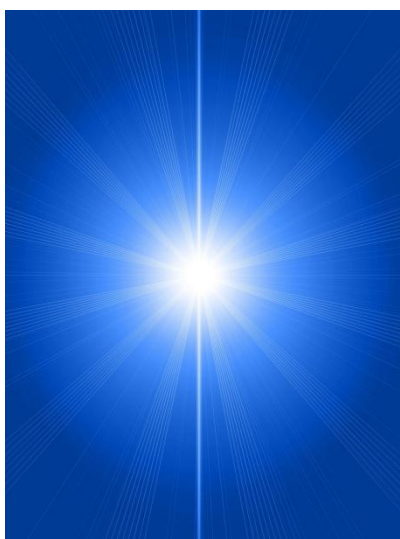
Intervju:

Hammarlund, Ingrid (2011): Opublicerad intervju gjord på Kungl. Musikhögskolan 24 februari 2011.

Bilaga 1

Vill du prova musikterapi gratis?

Musikterapi på psykodynamisk grund är en terapiform där man använder musik som alternativt ”språk” för att kommunicera och uttrycka sådant som kanske inte så lätt låter sig fångas i ord. Med hjälp av musik kan man få tag i sin kreativitet och fantasi och kanske upptäcka nya sidor av sig själv. Det är inte en fastlagd metod som ser likadan ut i alla lägen, utan anpassas för varje klient. Klient och terapeut kan musicera tillsammans, improvisera på enkla instrument eller med rösten. Eller så kan de lyssna på musik. Eller skriva egna sånger. Möjligheterna är många. I terapin finns även plats för samtal, kring det som hänt under musikstunden eller något annat som känns angeläget att ta upp. Som klient behöver du inte kunna något om musik, tvärtom kan det vara en fördel att inte vara för tekniskt skolad. Det räcker att du är nyfiken, på terapiformen



eller på att fördjupa din kännedom om någon del av dig själv.

Jag går fjärde och sista året på musikterapeututbildningen på Kungliga Musikhögskolan, och ska skriva min magisteruppsats (f.d. D-uppsats) i vår.

Som undersökningsmetod kommer jag att filma tre musikterapisessioner med tre olika terapeuter och tre olika klienter. Jag kommer därefter samtala med terapeuten om hennes/hans val i olika situationer under sessionen. Fokus för min undersökning ligger alltså på terapeutens arbete, inte på det som klienten tar upp.

Vill du delta i den här undersökningen och därmed själv få en gratis prova-på-session med en erfaren musikterapeut? Filminspelningen kommer enbart att ses av mig och terapeuten. Den kommer inte att finnas som bilaga till uppsatsen eller visas i samband med redovisningen. När uppsatsen är klar kommer alla filmer att förstöras.

Om du tycker att det här verkar intressant, är du välkommen att höra av dig. Det kan du också göra om du undrar över något.

Katarina Lindblad

tel 0739 26 58 42, katarina.lindblad@comhem.se

Bilaga 2

Intervjufrågor

Vad har du för allmänt, övergripande intryck från den här sessionen?

I A och C följde därefter en genomgång av utskrift av sessionen, med inskrivna frågor som:

- Vad händer här?
- Vad tänkte du på här?
- Vad fick dig att säga/ta upp det här här?
- Hur väljer du när du ska byta ämne, t ex från att fråga om bakgrund till att bryta och göra en övning?
- Hur kom det sig att du bytte tema här?

I B följde en uppspelning av filmen från sessionen. Inledande kommentar från min sida: ”Du kommenterar fritt när du ser något eller kommer att tänka på något under filmens gång. Och jag kan också ställa frågor under gång”.

Alla tre intervjuerna avslutades med frågan:

Är det någonting från sessionen som vi inte har pratat om, som du vill tillägga?

Bilaga 3

Lista över frågor som terapeuterna ställde under sessionen

Inledande frågor:

Jag behöver veta lite om dig också.

Du får gärna berätta lite om dig. Kan du berätta lite om varför du har kommit hit?

Kan du berätta om hur din situation i livet ser ut just nu?

Har du tänkt på något speciellt för idag?

Faktafrågor:

Lever pappa?

Du skilde dig från din första man?

Tre barn? Hur gamla är de?

Har du syskon?

Vad jobbar du med?

Hur länge har ni varit tillsammans?

Har du någon pågående vårdkontakt? Tar du mediciner?

Hur ser din sociala situation ut? Egna barn?

Har du varit med om något utöver det vanliga som du tror kan ha påverkat ditt liv?

Bekräftande frågor:

Vad är det som gör dig lycklig i livet?

Vad är du stolt över i livet?

Finns det fler grejer du tycker att du är bra på?

Klarifierande frågor:

Lik pappa? Berätta hur!

Hur märker du det?

Säg mer om det...

Mer än vad som är rimligt, är det så jag ska uppfatta det?

Hur då?

Så det landade på ett bra sätt för dig?

Frågor för att inleda musikupplevelsen:

Vad har du för relation till musik?

Är det något instrument som du direkt känner att ”det här vill jag prova?”

Se om du kan hitta något instrument som skulle kunna representera *dig*?

Vad vill du börja med?

Vad känner du för?

Frågor kring musikupplevelsen

Är det någonting du skulle vilja fånga i en bild?

Är den här klangen mer hur du skulle vilja ha det?

Tyckte du att du hittade något som motsvarar hur det kan kännas?

Se om du kan hitta ett uttryck för hur ditt liv är just nu.

Hur känns det här att lyssna på?
Vad hörde du?
Hur tror du att det var att stå här och spela?
Hur blev det att stå där och prova?
Vad skulle den tonen kunna vara för en ton?
Vad var det för skillnad (mellan att spela ett eller ett annat instrument)?
Vad blev det för skillnad i dig?
Hur tyckte du musiken lät?
Vad gjorde musiken med dig?
Om du skulle sätta ett namn på den här musiken?
Om det hade varit filmmusik, vad hade filmen handlat om då?

Här och nu-frågor:

Om du bara stannar just nu, när du pratar om det här, vad händer med dig?
Om du stannar där just nu, vad är det du tycker är det svåraste i ... just nu?
Är det någonting du vill säga om det just nu?
Var hamnar du?
Vad händer i dig?
Vad blev det för skillnad i dig?

Inbjudan till tolkning:

Är det någonting som du kan känna igen från andra situationer i livet?
Har du några tankar eller fantasier kring vad det är som har gjort att du hamnat där?

Konsekvensfrågor:

Vad är det värsta som kan hända?
Finns det något som kan hända som inte är så farligt?

Retoriska frågor:

Blir du otrygg?
Är det farligt?
Kan du vara stolt över det?
Och vem har sagt att du måste ta hela det klivet på en gång?

Minikontrakt/avstämningsfrågor:

Är det något mer du behöver veta om mig?
Hur blir det för dig?
Stämmer det för dig?
Hur låter det?
Vad känner du för?
Skulle det vara ok för dig att...?

Avslutande/sammanfattande frågor:

Hur känns det nu då?
Vad tar du med dig härifrån?
Vad går du härifrån med för känsla?
Vad har vi gjort?

Magisteruppsatser i musikpedagogik inriktning musikterapi (2003-2012)

- Liss, Ditte (2003) *Ögonblick av närvaro. En samspels-/interaktionsstudie baserad på videofilmade musikterapi-sessioner med en musikterapeut och en klient med Asperger syndrom.*
- Sandell, Anci (2003) *Sången handlar om kärlek och är en glad sång. En processtudie i musikterapi.*
- Bohm, Gunilla (2004) *"Det är ju en kontakt med min själ". En studie av två musikterapeuters tankar kring musiken i sina liv.*
- Paulander Bäck, Ann-Sofie (2004) *Musik i behandlande verksamhet – påverkan eller medverkan?*
- Torell, Hillevi (2004) *Ursprungs rörelser. En studie av tre musikaliska gestaltningar i musikterapi i en mångkulturell skolmiljö.*
- Bergström Isacson, Märit (2005) *Musik och Vibroakustik vid Retts syndrom. En undersökning av autonoma responser.*
- Olofsson, Anne (2005) *Perspektiv på musik och musikterapi i cancervård för vuxna – en kunskapsöversikt.*
- Eklöf, Lotti (2006) *Våga förändra. Om möten i mångfald som terapeutiskt redskap i musikterapi inom vuxenpsykiatrisk öppenvårdsbehandling.*
- Oscarsson, Sören (Sören) *Skam och värdighet. Metodutveckling av musikterapi hos barn med uppgivenhetssyndrom.*
- Pernler, Katarina (2009) *Musik som bärare av det humana i en tekniktät miljö. En litteraturstudie om musikterapi och intensivvård.*
- Wallius, Rut (2009) *Orka, hantera, förstå. Musikterapi med barn som lever med våld i nära relationer.*
- Karlsson, Henrik (2010) *Musikterapeutiskt arbete i reservat. En intervjustudie om formatet av musikterapeuters yrkesroller.*
- Rudstam, Gabriella (2010) *Modifierad GIM i stabiliseringsgrupp med kvinnor.*
- Stenman, Lisa (2010) *Tankevärldar och förhållningssätt i särskolans musikverksamhet.*
- Ullsten, Alexandra (2010) *"Det finns ett språk bortom orden". En kunskapsöversikt av musikterapeutisk rehabilitering av skador i prosodi och pragmatik vid högersidiga traumatiska hjärnskador.*
- Wärja, Margareta (2010) *Korta musikresor. Mot en teori om KMR som en musikterapeutisk metod.*
- Johnels, Linn (2012) *Kartläggning av musikrelaterade förmågor hos personer med grav intellektuell funktionsnedsättning: Musikterapeutisk metodutveckling.*
- Lindblad, Katarina (2012) *Samtalet i musikterapi. En hermeneutisk analys av tre sessioner.*