



# Musikk som terapeutisk bevegelse

en studie om hvordan musikk og bevegelse  
blir integrert i musikkterapi



**Karen Bårdsen**  
Masteroppgave i musikkterapi  
Griegakademiet - institutt for musikk  
Våren 2016

## **Abstract**

### **“Music as therapeutic movement” – A qualitative study of how music and movement are integrated in music therapy**

This study investigates music therapists’ awareness regarding music and movement in music therapy practice and how these two phenomena are considered to facilitate therapeutic change. An qualitative analysis of semi-structured interviews with four music therapists are illuminated by theoretical perspectives regarding a phenomenological view of music, affect intonation and vitality affect, music and movement, and music-related body movements. The findings show that music has the potential to create both internal and external movements and that there are mutual influences between music and movement in music therapeutic processes. Further, this study highlights that music therapists have different levels and forms of experience and awareness of music and movement in music therapy. Most importantly it also shows that a consideration of music and movement in music therapy brings into focus four basic factors that are fundamentally significant in music therapeutic practice: interaction, relationship, participation and inclusion.

## **Forord**

Jeg vil gjerne rette en stor takk til:

Mine informanter som delte sine erfaringer med meg.

Veileder, Simon Gilbertson, som gjennom studiet har vært en stor støtte: Takk for konstruktiv og oppmuntrende veiledning.

Tove, Maren, Haldis og Gunn Marit som har lest gjennom oppgaven og gitt meg tilbakemeldinger.

John Bårdsen for illustrasjon.

Helt til slutt: Tove for støtten, samtalene og oppmuntringene du har gitt meg. Det har betydd mye.

Medstudenter, venner og familie som har hjulpet, heiet og støttet meg.

**TUSEN TAKK!**

## Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning.....	5
1.1 Tema.....	5
1.2 Avgrensning av tema.....	5
1.3 Problemstillingen.....	7
1.4 Musikk og bevegelse i musikkterapi .....	7
1.5 Oppgavens definisjon av musikk og bevegelse.....	10
1.6 Oppgavens struktur.....	11
2.0 Metode.....	11
2.1 Fenomenologi og hermeneutikk.....	11
2.2 Refleksivitet.....	13
2.3 Det kvalitative forskningsintervju .....	13
2.3.1 Forarbeid .....	14
2.3.2 Ethiske spørsmål.....	15
2.3.3 Om utvalget .....	16
2.3.4 Intervjuguide .....	17
2.4 Analyse.....	20
3.0 Teoretiske perspektiver .....	21
3.1 Det fenomenologiske musikksynet.....	21
3.2 Affektinntoning og vitatlitetsaffekt i den intersubjektive samhandlingen .....	23
3.3 Musikk og bevegelse .....	25
3.4 Musikkrelaterte kroppsbevegelser.....	27
4.0 Presentasjon av empirisk funn.....	30
4.1 Musikk har en evne til å skape bevegelse .....	31
4.2 Affektinntoning og koble sammen sanseinntrykk.....	32
4.3 Bevegelsen i det musikalske samspillet .....	34
4.4 Å tilpasse musikk til bevegelsen .....	36
4.5 Musikk gjør bevegelsen meningsfull.....	38
4.6 Musikk som terapeutisk bevegelse.....	38
5.0 Diskusjonsdelen .....	40
5.1 Musikk har evne til å skape bevegelse .....	40
5.2 Affektinntoning og koble sammen sanseinntrykk.....	43
5.3 Bevegelsen i det musikalske samspillet .....	48
5.4 Å tilpasse musikk til bevegelsen .....	54
5.5 Musikken gjør bevegelsen meningsfull.....	55
5.6 Musikk som terapeutisk bevegelse.....	56

6.0 Konklusjon .....	58
Litteraturliste: .....	62
Vedlegg .....	65

## 1.0 Innledning

### 1.1 Tema

I denne studien har jeg søkt å finne svar på hvordan musikkterapeuter forholder seg til musikk og bevegelse i musikkterapeutisk praksis. Jeg har gjennom kvalitativ studie intervjuet fire utdannede musikkterapeuter og målet med studiet er å finne ut hvordan musikken og bevegelsen blir inkludert i musikkterapi og hvordan disse to fenomenene gir en terapeutisk forandring. Det skjer mye indre og ytre bevegelse i en klinisk og pedagogisk musikkterapisetting, og jeg ønsker å få et videre innblikk i hvordan musikkterapeutene forholder seg til og bruker disse bevegelsene i musikkterapi.

### 1.2 Avgrensning av tema

Musikk og bevegelse innenfor forskningen er et stort og vidt felt og det er mange måter å tilnærme seg temaet på. Jensenius (2009) presiserer at de er to uatskillelige aktiviteter, hvor kroppsbevegelse og musikk kobles sammen for å danne en musikalsk lyd. I mange etniske kulturer påpekes en heloppfatning av musikk og bevegelse, hvor mennesket oppfatter musikken og bevegelsen nær knyttet til hverandre (Bjørkvold, 1996). Bjørkvold presiserer at bevegelsen kan være den som ledsager musikken og viser hvordan musikken skal uttrykkes og struktureres. Musikken derimot engasjerer ikke bare kroppen vår, men også følelseslivet vårt, og den forsterker de indre følelsene og setter kroppen i bevegelse. Kroppens bevegelse kan være indre styrt eller ytre styrt. Indre følelser kommer innenfra og kan være vanskelig å sette ord på. Ytre følelser er de spontane og kroppslige bevegelser som vi gjør og viser til de rundt oss (Godøy & Leman, 2010, Johns, 2012, Ruud, 1997: 2007,).

I de senere årene har musikk i større grad blitt studert som bevegelse og ikke bare som noter, lyd eller et kulturelt og historisk fenomen. Dette har åpnet opp for nye innfallsvinkler når det gjelder musikkforståelse av musikalsk mening og kroppens betydning i musikkopplevelsen og musikkutfoldelsen. I musikkterapi er det blant annet åpnet opp for teorier som kobler kropp, persepsjon og kognisjon sammen. Dette bidrar til en økt forståelse for at handling og sansing gjensidig påvirker hverandre (Aksnes, 2006, Jensenius, 2009, Ruud, 2007, Malloch & Trevarthen, 2000).

Mennesket beveger seg hele tiden, og innenfor det kroppsfenomenologiske perspektivet påpekes det « hvordan sansing, persepsjon og bevegelse er en organisk enhet og at bevegelse er eksistensielt for mennesket. Det vil si at det er gjennom bevegelse en opplever seg selv og omgivelsene» (Moe, 2009, s.17).

Min oppfatning av musikk og bevegelse i enkelte musikkulturer, og da særskilt den vestlige kulturen, er at disse to aktivitetene ikke står så tett sammen. Bevegelsen eller dansen blir mer en aktivitet som blir gjennomført til musikk, og musikken blir den som bestemmer hvordan bevegelsene skal gjennomføres. Når det gjelder min egen erfaring rundt det å danse eller bevege meg til musikk, så er det som regel musikken som bestemmer bevegelsesmønsteret og kroppsuttrykket. Når jeg danser, gir det meg mulighet til å uttrykke kroppslig de spontane følelsene og reaksjonene jeg får av musikken jeg lytter til. I dette øyeblikket opplever jeg at musikken og bevegelsene blir ett, og sammen danner de et musikalsk uttrykk.

Som tidligere musikkterapistudent og gjennom praksis i musikkterapeutisk arbeid, var det etter min mening manglende fokus på kroppslig bevegelse, uttrykk og reaksjoner i undervisningen. Musikkterapi innebærer vektlegging av musikk og dens funksjon og betydning for den terapeutiske settingen. Siden studier viser at mye av vår kommunikasjon skjer gjennom non verbalt kroppsspråk, ønsker jeg å vektlegge de ytre, fysiske bevegelsene musikken gir, i tillegg til musikkens indre, kognitive og emosjonelle bevegelser.

Jeg tenker at i musikkterapi er klienten til stede med hele seg. Musikkterapeuten og klienten kommuniserer med hverandre gjennom kroppen og bevegelsene. Disse kroppslige bevegelsene gir *musikkrelaterte bevegelser*, et begrep som Jensenius (2009) bruker for å dekke alle bevegelser som skjer i forbindelse med musikken (s.7). Bevegelsen er dermed en viktig faktor i musikkterapien, og jeg ønsker derfor å få vite litt mer om hvordan bevegelsen sammen med musikk blir inkludert i musikkterapien. Jeg vil rette søkelyset mot musikk og bevegelse og dens funksjon i musikkterapien, og fokuserer på musikken og bevegelsen som to komponenter som er avhengig av hverandre. Jeg er derfor interessert i å gjennomføre en kvalitativ studie hvor jeg samtaler med fire informanter om deres tanker og opplevelser knyttet til musikk og bevegelse i musikkterapirommet.

### 1.3 Problemstillingen

Jeg har valgt en åpen problemstilling som kan romme ulike oppfatninger og opplevelser av ordene musikk og bevegelse. Problemstillingen jeg har valgt lyder som følger:

*På hvilken måte er musikkterapeuter bevisst musikk og bevegelse i sitt musikkterapeutiske arbeid?*

Målet er å forstå hvordan musikk og bevegelse oppleves av musikkterapeutene og inngår i musikkterapeutisk praksis.

Jeg er interessert i å få kjennskap til hvordan musikkterapeuter innen ulike felt bruker komponentene musikk og bevegelse i musikkterapi.

Mitt inntrykk og min erfaring gjennom egne studier og praksis er at musikkterapeuter som arbeider med barn, utviklingshemmede mennesker eller eldre både bruker og har et bevisst forhold til musikk og bevegelse i sin musikkterapeutiske praksis. Jeg har lite kjennskap til hvor vidt musikkterapeuter innen andre felt er bevisst nettopp dette. Jeg synes derfor det er viktig å intervjuere terapeuter som arbeider innenfor andre felt, eksempelvis ungdom, for å få bedre kunnskap om deres praksis.

### 1.4 Musikk og bevegelse i musikkterapi

Musikk og bevegelse er et stort og bredt felt og det finnes mye litteratur som omhandler dette temaet. Flere musikkforskere innenfor ulike musikkvitenskapelige posisjoner har sett på musikkrelaterte kroppsbevegelser, både reelle, fysiske bevegelser og virtuelle, metaforiske bevegelser innenfor begrepet *musikalsk gest*. Forfattere som Rolf Inge Godøy, Egil Haga, Alexander Refsum Jensenius, Tellef Kvifte, Hallgjerd Aksnes og Even Ruud er de mest fremtredende musikkforskere innenfor dette feltet i Norge. Noen av disse musikkforskernes tanker og meninger kommer jeg til å belyse i oppgaven, men jeg vil nå presentere litteratur som omhandler musikk og bevegelse innenfor musikkterapifeltet. Siden oppgaven er innenfor fagfeltet musikkterapi, er jeg mest opptatt av å se hva slags litteratur som allerede finnes i musikkterapien og som er relevant med tanke på min oppgave.

Innenfor musikkterapifeltet finner vi noe litteratur som omhandler komponentene musikk og bevegelse. Jeg har valgt å presentere avhandlinger fra noen musikkterapiforskere som



vektlegger bruken av musikk og bevegelse, men de har noe ulik innfallsvinkel til bruken av disse to komponentene.

En sentral musikkterapiforsker, Even Ruud, er opptatt av hvordan kropp og gester er to forenede elementer i musikalsk samhandling. I artikkelen *Kropp og gester i musikalske samhandlinger* (2007) tar han utgangspunkt i to sentrale metoder fra musikkterapeutisk praksis, nemlig improvisasjon og lytting til musikk. Han belyser hvordan kropp og gester er forenede elementer i opplevelsen av musikalsk mening. Han ser på sammenhenger mellom den musikalske interaksjonen som skjer i den improvisatoriske metoden i musikkterapien og dynamikken i samspillet mellom spedbarnet og den voksne. Han åpner dermed opp for å se på kroppens og gestens rolle i kommunikasjonen i musikalske handlinger. Ruud (2007) omtaler også kroppens tilstedeværelse i persepsjonen ved resepsjon av musikk. Dette gir begreper som kroppskognisjon og endret kroppstilstand om menneskets forhold til musikk og hvordan mennesket danner relasjoner til andre gjennom kroppsbaserte musikalske handlinger.

Kjersti Johansson (2010) har i artikkelen *Kroppslig samspill i musikkterapi* sett på kroppslig samspill i møte med multifunksjonshemmede mennesker. Hun tar tak i fire grunnleggende musikkterapeutiske teknikker som er relevante i møte med disse menneskene; imitasjon, inntoning, etablering av en felles rytme og bruk av turgivende signaler. Hun har utforsket disse teknikkene nærmere ved å trekke inn teorier hentet fra blant annet utviklingspsykologi, musikkterapiteori og forskning fokusert på kroppslig uttrykk i forhold mellom musikk og kropp. Teksten kan ses på som en didaktisk artikkel hvor hennes egne arbeidserfaringer og observasjoner av andre musikkterapeuter er blitt satt sammen i et system.

Psykologspesialist og musikkterapeut Unni Tanum Johns (2012) har skrevet en tekst som omhandler vitalitetsformer. Tittelen på teksten er *Vitalitetsformer i musikk og kommunikasjon*, og den illustrerer hvordan vitalitetsformer kan vise seg å ha betydning for opplevelse, fornemmelse og kommunikasjon og da særlig i musikken. Teksten gir eksempler fra møter med barn i psykoterapi og hvordan vitalitetsformer som fenomen kan oppstå som bevegelsesmønstre og spille en rolle for hva som skjer i samspill mellom mennesker. Med fokus på bevegelser og dynamiske skiftninger i den affektive dialogen anvendes ofte musikalske begreper for å tydeliggjøre dynamiske elementer og mønstre. Teksten utforsker vitalitetsformer i samsvar med musikken, og den kunnskapen hun belyser er viktig i forståelsen av barn som har vanskelig for å uttrykke sine traumer og kunne forstå deres psykiske helse.

Elisabeth L'orange Fürst (2014) har i artikkelen *Kropp, Subjekt og sanser i samspill* analysert observerte sider ved hennes hjerneskadete ektefelle. For å hjelpe han til å forstå og til å handle, har hun sett på hans væren i en verden med særlig fokus på det hun oppfatter som brudd mellom måten han sanser og forståelsen av dem. Kommunikasjonen skjer på multisensorisk vis, gjennom et slags kroppsspråk som innebærer berøring, tale og bevegelse. Dette aktiverer hukommelsen hans og artikkelen er sett i henhold til relasjon til hans musikkterapeutiske utfoldelse. Artikkelen retter fokuset mot sansing i fenomenologisk lys, hvor hun drøfter ektefellens kropp som et erfarende, sansende kroppssubjekt.

I artikkelen *The dance of wellbeing: Defining the musical therapeutic effect* (2000) har forskerne Trevarthen og Malloch sett på hvordan det kroppslige og det vokale uttrykket er et sterkt virkemiddel i menneskers samhandling med hverandre, og da særskilt kommunikasjonen mellom et spebarn og foreldrene hvor de «tuner seg inn på» hverandre. Dette kommunikasjonsmønsteret kaller Trevarthen og Malloch for *Communicative Musicality* – kommunikativ musikalitet (s. 5-7), og i artikkelen drøfter de dette i forhold til en 12 ukers gammel jente og hennes mor med utgangspunkt i tre dimensjoner: «Pulse, Quality and Narrative» (s.7). De tenker at dette medfødte, kommunikative musikalitetsmønsteret danner et omsluttende samspill, som musikkterapi kan dra nytte av i det musikalske samspillet mellom musikkterapeut og klient.

En viktig og sentral tradisjon i musikkterapi, som tydelig vektlegger musikk og bevegelse, er *Fys – mus - tradisjonen*. Denne tradisjonen er basert på det tverrfaglige samarbeidet mellom musikkterapeut og fysioterapeut, der målet er at musikkterapeuten støtter fysioterapeutens arbeid (Eide, 2008). I *Fys – mus* samarbeider fysioterapeuten og musikkterapeuten om et treningsprogram, og dette programmet blir utført etter levende musikk (Eide, 2008). Ingelill Berger Eide (2008) har i artikkelen *Fys – mus – tradisjonen i norsk musikkterapi* presentert pionernes definisjoner av Fys -mus og gått nærmere inn på viktige kjennetegn og elementer i denne tradisjonen. Hensikten med artikkelen er å gi en strukturert og overordnet framstilling av fenomenet Fys - mus.

Jeg vil også presentere en sentral metode innen aktiv lytting til musikk i musikkterapi. Grunnen til dette er at metoden gir en billedlig reise i bevisstheten og blir dermed en form for indre bevegelse. Metoden blir kalt for: *Bonny Method of Guided Imagery and Music*, BMGIM (Wigram, Saperston & West, 2000) og Wigram, Pedersen og Bonde (2002) omtaler metoden som en musikkcentrert etterforskning av bevisstheten og er en prosess hvor bilder kommer

frem ved lytting til musikk (s.115). I den musikalske reisen har lytteren mulighet til å oppleve aspekter av hennes eller hans liv i bilder i mange ulike modaliteter, og bildene blir en metafor på klientens problemer, holdninger, styrker og svakheter. GIM gir en mulighet til å fortelle og gjenfortelle livshistorien og sette sammen episoder i livet og følelser tilknyttet disse episodene (Wigram, Pedersen & Bonde, 2002, s.117)

### 1.5 Oppgavens definisjon av musikk og bevegelse

Oppgavens definisjon av musikk og bevegelse vil holde seg innenfor de kroppslige bevegelsene som blir uttrykt utenfor og i musikken. Oppgaven vil både inkludere de følelsesmessige bevegelsene, de indre bevegelsene som mennesket opplever i møtet med musikk og de fysiske bevegelsene som oppstår når man spiller eller lytter til musikk.

Bevegelsen kan ha flere betydninger og kan romme fysiske, kroppslige og indre bevegelser (Berg, 2011, Ruud, 1997: 2007). Jeg har valgt å konsentrere meg både om de fysiske og kroppslige bevegelsene som skjer i musikkterapien, og de indre bevegelsene, følelsene, som musikken kan være med på å forsterke. De følelsesmessige reaksjonene i møtet med musikken kan komme til uttrykk gjennom kroppslige bevegelser (Aksnes, 2006, Johns, 2012, Ruud, 1997). De spontane kroppslige bevegelsene som kommer til uttrykk gjennom å lytte til musikk, blir gjerne omtalt som musikalske gester. Dette begrepet blir mer belyst i kapittel 3.0. I musikkterapi får klienten mulighet til å uttrykke og vise sine indre bevegelser gjennom musikken. Her skjer det en overgang fra de indre bevegelsene, som overføres som bevegelse til instrumentet og ender opp som et musikalsk uttrykk (Jensenius, 2009). Det foregår mye bevegelse i musikkterapirommet. Noen bevegelser skjer i sammenheng med musikken, mens andre er mer rettet mot indre bevegelser som skjer når en lytter til musikk.

Sett i lys av at jeg har intervjuet musikkterapeuter om deres opplevelser av musikk og bevegelse i møte med sine klienter, så retter jeg i oppgaven fokuset på de bevegelsene som er synlige for musikkterapeutene. Med synlige bevegelser mener jeg bevegelser som musikkterapeuten kan oppfatte og se ut i fra klientens kroppslige og fysiske uttrykk.

## 1.6 Oppgavens struktur

Jeg har nå presentert oppgavens problemformulering og begrunnet hvorfor jeg retter fokus på dette temaet. Jeg har også gitt en forklaring på hvilke definisjoner av musikk og bevegelse jeg støtter meg til. I kapittel 2.0 skal jeg gjøre rede for valg av metode og presentere informantene. I kapittel 3.0 skal jeg gå nærmere inn på de teoretiske perspektiver jeg finner relevante med tanke på fokus i mitt forskningsprosjekt. Med utgangspunkt i de teoretiske perspektivene vil jeg i kapittel 4.0 presentere de empiriske funnene i form av sitater og sammendrag fra intervjuene jeg har hatt med de ulike informantene. I kapittel 5.0 vil jeg drøfte disse funnene opp mot aktuelle tema og teori. Til slutt i kapittel 6.0, vil jeg komme med en konklusjon, videre arbeid og litteraturliste.

## 2.0 Metode

For å få en større forståelse for hvordan musikk og bevegelse blir inkludert i musikkterapi har jeg valgt å bruke kvalitativ intervju som metode. Denne metoden er hensiktsmessig når man ønsker å få en større forståelse for menneskers indre verdener enn om man ønsker å kartlegge et omfang eller finne svar på spørsmål som «hvor mye..? Hvor ofte..? Mer effekt enn..?» (Malterud, 2011, s.29) som ligger innenfor den kvantitative metoden. I den kvalitative metoden bygger resultatene på færre antall individer og et stort antall variabler, mens det i den kvantitative metoden bygges resultatene på et stort antall individer og få antall variabler (Olsson & Sørensen, 2003, s.16). Jeg finner det dermed mest hensiktsmessig å bruke kvalitativ forskningsintervju som metode for å kunne gå i dybden av musikkterapeutenes opplevelser og erfaringer av musikk og bevegelse i møte med sine klienter i musikkterapi.

### 2.1 Fenomenologi og hermeneutikk

Oppgaven er en kvalitativ studie som ligger innenfor den hermeneutiske forskningstradisjonen. Den bygger på teorier om menneskelige erfaringer og opplevelser, (fenomenologi) og fortolkning (hermeneutikk) (Malterud, 2011, Postholm, 2005, Dalland, 2000).

Med fenomenologisk filosofi rettes fokuset mot forståelsen av sosiale fenomener ut i fra intervjuerens egne perspektiver, opplevelser og erfaringer og beskriver verden slik den

oppleves av intervjudeltakerne (Brinkmann & Kvale, 2009, Malterud, 2011, Postholm, 2005). Postholm (2005) skriver at målet med den fenomenologiske tilnærmingen er: «å gripe enkeltmenneskets opplevelse, samtidig som forskeren prøver å finne ut hvordan erfaringen av det samme fenomenet oppleves av flere enkeltindivider» (s.41).

Hermeneutikk derimot dreier seg om å forstå og fortolke meningsfulle fenomener. Fra renessansen ble hermeneutikken som metode anvendt som tolkning og analyse av bibelske tekster der delene i en tekst sees i sammenheng med en helhetlig tekst (Alvesson & Sköldberg, 1994, s.115). Alvesson og Sköldberg (1994) forklarer at hovedtemaet for hermeneutikken er forståelsen av en del av en tekst bare kan forstås hvis delen er i sammenheng med helheten (s.115). Hermeneutikken kan forstås som prosessen med å fortolke et budskap eller en tekst for å skape mening ut av denne. Med begrepet *mening* menes i denne studie en tolkning av intervjuernes egne perspektiver, opplevelser og erfaringer, og at disse må fortolkes for å kunne forstås (Dalland, 1993, s.97).

Når en skal fortolke en tekst veksler man hele tiden mellom del til helhet og fra helhet til del. Dette kaller Alvesson og Sköldberg (1994) for den *hermeneutiske sirkel* eller den *hermeneutiske spiral* (s.116). Slik oppnår en større forståelse for teksten som skal studeres. Jeg har i min fortolkningsprosess vekslet mellom del til helhet og fra helhet til del. Det som er viktig å ta med i denne prosessen er at en ikke må slå seg til ro med den konklusjon man har funnet. Et funn har som regel flere tolkninger og en sak kan ha flere sider (Malterud, 2011,s.18 - 19).

Som forsker er det noen kriterier en må huske på når en skal fortolke en tekst. Lærgreid og Skorgen (2006) skriver viktigheten av å gå inn i en tekst med ulike former for forventninger, forutinntatthet og fordom, der en må ta innover seg tekstens historiske og kulturelle symboler, samt være lydhøre mot tekstens budskap. Det er viktig av å være kritisk til sin egen posisjon som observatører, fortolker og formidler, og dermed erkjenner eget ståsted i forskningsprosessen. Sentralt i hermeneutikken er derfor forståelsen av forståelsesprosessen og bevisstgjørelsen av denne, altså min refleksivitet i forhold til mitt ståsted i forskningsprosessen (Malterud, 2011).

## 2.2 Refleksivitet

Min interesse for musikkens betydning for bevegelse, dans, og trening har spilt en stor rolle for valg av tema i dette forskningsprosjektet. Jeg har koreografert mange danser og har vært treningsinstruktør på treningssenter, og dermed opplevd betydningen av musikkens kraft og påvirkning for hvilke bevegelsesmønstre og uttrykk jeg velger å ta i bruk på de ulike arenaene. Min egen kroppserfaring i møte med musikken og hvordan jeg til tider opplever nærhet til musikken når jeg beveger meg til den, danner utgangspunkt for valg av tema for denne oppgaven. Jeg går dermed inn i dette forskningsprosjektet med en viss forventning og forutinntatthet som lett kan påvirke, bevisst og ubevisst, de tolkningene jeg har gjort under datainnsamlingen. Malterud (2011) påpeker betydningen av hvilke briller jeg har på når jeg leser datamaterialet og sier følgende:

«Nærhet til stoffet kan vanskeliggjøre kritisk refleksjon. Som forsker kan vi komme til å identifisere oss så sterkt med en bestemt løsning at vi ikke klarer å se alternativene. Derfor er det alltid viktig å spørre seg selv om hva som er med på å bestemme det jeg ser – hva er mitt utkikkspunkt for observasjoner og tolkninger, hvilke briller har jeg på når jeg leser min data, hva betyr den kulturelle og teoretiske tradisjon jeg står i for de spørsmålene jeg har stilt?» (Malterud, 2011, s.19)

Min interesse for oppgavens tema, kan påvirke hvilke tolkninger jeg gjør når jeg analyserer datamaterialet. Malterud (2011) poengterer videre at «Refleksivitet er en aktiv holdning – en posisjon som forskeren må oppsøke og vedlikeholde.» (s.18.). Det har dermed viktig å være bevisst mine egne holdninger til temaet under forskningsprosessen. Med dette i bunn har jeg likevel prøvd å få frem informantenes unike stemmer, opplevelser, tanker og holdninger omkring sine egne erfaringer til bruken av musikk og bevegelse i musikkterapien.

## 2.3 Det kvalitative forskningsintervju

Å forske kvalitativt vil si «å forstå deltakernes perspektiv» (Postholm, 2005, s. 17). I tråd med fenomenologisk filosofi kan en ved bruk av kvalitativ metode,

«[...] få vite mer om menneskelige egenskaper som erfaringer, opplevelser, tanker, forventninger, motiver og holdninger. Vi kan spørre etter meningen, betydningen og nyanser av hendelser og atferd, og vi kan styrke vår forståelse av hvorfor mennesker gjør som de gjør.» (Malterud, 2011, s. 27)

I den kvalitative metoden har jeg mulighet til å gå i dybden og få vite litt mer konkret de erfaringene, opplevelsene, tanker og holdninger musikkterapeutene har til musikk og bevegelse. Brinkmann og Kvale (2009) påpeker muligheten som det kvalitative forskningsintervjuet har til å fokusere på samtalen mellom intervjueren og den intervjuede. Videre skriver de at det skjer «[...]en utveksling av synspunkter mellom to personer i samtale om et tema som opptar dem begge» (Brinkmann & Kvale, 2009, s. 22). Samtalen ligger dermed nært opp til hverdagslivet, men den har sin struktur og form ved at den som intervjuer passer på at samtalen sirkler rundt temaet og har forslag til spørsmål. Intervjuet er dermed semistrukturert, som vil si at intervjuet verken er en åpen samtale, som i dagliglivet, eller et lukket spørreskjema (Kvale, 2006). Jeg hadde på forhånd utarbeidet meg noen temaer som jeg ønsket å snakke om, og jeg hadde i tråd med Kvale laget en intervjuguide (2006, s. 76). Dette var ment som et utgangspunkt for samtalen.

Jeg valgte denne tilnærmingen fordi det gav meg mulighet til å stille åpne spørsmål og informantene kunne dele fritt om egne erfaringer, tanker og opplevelser til studiets tema. Det kvalitative forskningsintervjuet ga meg som forsker også rom til å stille oppfølgingsspørsmål rundt temaer som ble ekstra relevant i forhold til fokus i problemstillingen.

Forskningsintervjuet er også vellykket når informanten selv har lært noe som igjen kan føre til ny innsikt i egen livssituasjon (Kvale, 2006).

### 2.3.1 Forarbeid

Før jeg kunne begynne på forskningsprosjektet var det en del forarbeid som måtte gjøres. Det første jeg gjorde var å søke om tillatelse hos NSD (Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste). Søknaden ble godkjent og denne ligger som vedlegg på siste side i oppgaven. Jeg valgte å intervju fire informanter fordi det var mer hensiktsmessig med tanke på tidsrammen av prosjektet. Å intervju fire informanter vil kunne gi meg nok grunnlag og mangfold til å finne datamateriale for dette prosjektet. Det vil også gi meg mulighet for å kunne gå mer i dybden av hvert enkelt intervju.

Jeg fant mine informanter sammen med min veileder og vi kontaktet dem via epost, hvor de også fikk tilsendt informasjonsskriv, intervjuguide og samtykkeskjema. Jeg var opptatt av å gi grundig og god informasjon om hva som var hovedmålet i forskningen og hovedtrekkene i designet, noe som Brinkmann og Kvale (2009) også påpeker som viktig. Alle stilte seg positive til prosjektet.

Det er noen etiske spørsmål som er viktig å forholde seg til når en skal gjennomføre et forskningsprosjekt. Før jeg gir en begrunnelse og beskrivelse for mine informanter for forskningen, samt belyse intervjuguiden som jeg forholdt meg til under intervjuene, vil jeg gi en kort beskrivelse av de etiske spørsmålene.

### 2.3.2 Etske spørsmål

De etiske spørsmålene som jeg må ta stilling til, innebærer blant annet krav om informasjon, samtykke og konfidensialitet.

#### *Krav om å informere*

Når jeg kontaktet mine informanter, informerte jeg dem om hensikten med studien. Jeg gav også en mer utfyllende informasjon innledningsvis før intervjusamtalen. De Nasjonale forskningsetiske komiteene, påpeker i punkt 8:

«De menneskene som deltar i forskningen, skal få all informasjon som er nødvendig for å danne seg en rimelig forståelse av forskningsfeltet, av følgene av å delta i forskningsprosjektet, og av hensikten med forskningen» (NESH<sup>1</sup>, punkt 8, 2015).

Før jeg begynte å gjøre opptak av samtalen, skrev informantene under et samtykkeskjema. Jeg spurte også om tillatelse av hver enkelt informant om å sitere fritt fra intervjuet i oppgaven.

#### *Krav om samtykke*

Mine informanter har deltatt frivillig og de ble i forkant av intervjuet orientert om alt som angår deltakelse i forskningsprosjektet.

«Som hovedregel skal forskningsprosjektet som forutsetter aktiv deltakelse, settes i gang bare etter deltakerens informerte og frie samtykke.[...] Informantene har til enhver tid rett til å avbryte sin deltakelse, uten at dette skal få negative konsekvenser for dem» (NESH, punkt 9, 2009).

Med fri samtykke menes at samtykke er gitt uten ytre press eller personlige begrensninger av handlefrihet (Postholm, 2005, NESH, 2009). Noe som neste punkt omhandler.

---

<sup>1</sup> De Nasjonale forskningsetiske komiteene



### Krav om konfidensialitet

I den kvalitative forskningstradisjonen er det vanlig at datamaterialet holdes konfidensielt (Postholm, 2005).

«De som gjøres til gjenstand for forskning, har krav på at all informasjon de gir om personlige forhold, blir behandlet konfidensielt. Forskeren må hindre bruk og formidling av informasjon som kan skade enkeltpersonene det forskes på.

Forskningsmaterialet må vanligvis anonymiseres, og det må stilles strenge krav til hvordan lister med navn eller andre opplysninger som gjør det mulig å identifisere enkeltpersoner, oppbevares og tilintetgjøres» (NESH, punkt 14, 2015).

For å anonymisere forskningsmaterialet har jeg i samråd med informantene laget fiktive navn for å unngå identifisering av informantene. Jeg har også fått samtykke fra dem til å gi en liten beskrivelse fra hvilket felt de arbeider innenfor.

#### 2.3.3 Om utvalget

For å kunne belyse problemstillingen min best mulig valgte jeg å gjøre et *strategisk utvalg* (Malterud, 2011, s.56). Et *strategisk utvalg* vil si at sammensetningen er sammensatt ut fra den målsettingen materialet har potensial til å belyse problemstillingen (Malterud, 2011, s.56). Jeg er opptatt av å finne musikkterapeuter som arbeider innenfor ulike felt som musikkterapeuter, og hvor begrepene musikk og bevegelse kan belyses på ulike måter. Hensikten med studien er å få forståelse av hvordan musikk og bevegelsen blir inkludert i musikkterapien og jeg har derfor intervjuet musikkterapeuter som på ulik grad er opptatt av musikk og bevegelse. Av hensyn til anonymitet har jeg forandret navnet på informantene

De fire informantene jeg har intervjuet er:

«Nina», arbeider med barn med utviklingsforstyrrelser.

«Stian», arbeider med ungdommer med ulike lærevansker og atferdsproblematikk

«Mia», arbeider i eldreomsorgen

«Kristine», barn og ungdom med ulike atferdsvansker og helseproblemer

### 2.3.4 Intervjuguide

Jeg hadde på forhånd utarbeidet en intervjuguide som inneholdt forslag til spørsmålsformuleringer jeg ville stille under intervjuet. Spørsmålene dreide seg rundt problemstillingen og siden problemstillingen har en åpen formulering, var jeg opptatt av å gi intervjupersonene mulighet til å svare fritt omkring sine egne erfaringer til musikk og bevegelse. Dette kaller Kvale (2006) for *spontan intervjuprosedyre*, fordi svarene fra intervjupersonene vil bli mer spontane, levende og uventende (s.77). Spørsmålene i intervjuguiden var satt opp i en bestemt rekkefølge, men rekkefølgen ble forandret underveis under intervjuet. Til hvert intervju begynte jeg med et introduksjonsspørsmål med påfølgende oppfølgingsspørsmål (Kvale, 2006, s.79 – 81). Jeg lot de innspillene og svarene som intervjupersonene presenterte, bestemme hvilket spørsmål fra intervjuguiden som passet å stille til en hver tid. De innspillene som intervjupersonene kom med utover intervjuets tema, gav meg ny kunnskap og informasjon som jeg kunne dra nytte av i analysedelen.

Under følger oversikten over intervju spørsmålene som jeg vektla under intervjuet.

#### Introduksjonsspørsmål

1. Litt generelt hva tenker du når du hører ordet musikk og bevegelse?

Jeg er interessert i dine egne erfaringer og opplevelser knyttet musikk og bevegelse i musikkterapien.

2. Skjer det mye bevegelse i musikkterapirommet i ditt felt? Fortell.
3. Hvordan vil du definere bevegelsen som oppstår?
  - a. Hvilken rolle har musikken for bevegelsen?
  - b. Hvilken rolle har bevegelsen for musikken?
  - b. Hvilke rolle har instrumentet og evt. andre resurser som påvirker bevegelsen?
4. Er musikk og bevegelse noe du er opptatt av? Og på hvilken måte?
5. Er du bevisst de musikalske bevegelsene som oppstår i musikkterapirommet?
6. Har du noen tanker på hvordan musikk og bevegelse kan gi terapeutisk forandring?

### 2.3.5 Gjennomføring av intervjuet

I følge Brinkmann og Kvale (2009) er det viktig at jeg som forsker legger vekt på trygge og gode rammer rundt intervjusituasjonen. Jeg spurte dermed på forhånd hvor de ønsket å gjennomføre intervjuene, og jeg var villig til å komme på deres arbeidsplass om de ønsket det. Tre av dem ønsket at jeg kom til dem. Det å foreta intervjuet på intervjupersonenes arbeidsplass gav meg større innsikt og forståelse for hvordan de arbeidet. De kunne lettere vise meg hvordan aktivitetene ble gjennomført, hvor i rommet aktiviteten ble utført og beskrivelsene ble, for meg, mer tydeligere. Jeg opplevde intervjusituasjonen mer levende når intervjupersonene fikk mulighet til å vise konkret i de rammene aktivitetene ble foretatt. Det fjerde intervjuet ble gjennomført på en kafé.

Før jeg satte i gang med selve intervjuopptaket skrev de under på samtykkeskjema.

Jeg var opptatt av å gjøre intervjusituasjonen best mulig komfortabel og nøytral som mulig, og jeg opplevde at intervjuene fløt bedre etter hvert. I begynnelsen var jeg mer låst til intervjuguiden, og jeg opplevde meg selv litt anspent og utrygg med en gang jeg slo på båndopptakeren. Intervjusituasjonen ble litt kunstig helt i starten, men det ble bedre etter hvert. Under intervjuet var det viktig at jeg var åpen for forandring og ikke fulgte intervjuguiden slavisk, men reviderte guiden underveis i intervjuprosessen (Malterud, 2011). I følge Kvale (1997) poengterer av å være åpen og komme med inngående spørsmål som, «Kan du si noe mer om det?» (s.80), når jeg syntes intervjupersonene snakket om noe interessant, syntes jeg det var utfordrende å stille de rette spørsmålene og fange opp viktige tema som kunne gi meg mer dybde og bredde i studien.

### 2.3.6 Transkripsjon

Jeg valgte å ta opp intervjuene på en opptaker, fordi da kunne jeg ha min fulle oppmerksomhet til informanten under intervjuetsituasjonen (Kvale, 2006, s.101). Intervjuene ble transkribert i etterkant av intervjuene. Mens jeg transkriberte valgte jeg å ta med alle mhm, ehm, og ord som «på en måte», «sant» og «liksom». Etterpå gikk jeg gjennom intervjuene på nytt og tok vekk de fleste av disse ordene (Brinkmann & Kvale, 2009). Dette gjorde jeg for å rydde i teksten og for å få en mer fullstendig tekst. Siden musikkterapi miljøet er et lite fagmiljø, har jeg byttet dialektordene med bokmålsord slik at informantene ikke kan bli gjenkjent. Jeg har hele tiden vært bevisst på å beholde meningsinnholdet i teksten.

I enkelte sitater har jeg lagt inn skarpe rammer [...] i teksten. Dette betyr at jeg har tatt bort ord eller setninger fra intervjuet, men passet på at meningsinnholdet kommer tydelig fram i sitatet fra informanten.

I etterkant, sendte jeg de ferdig transkriberte intervjuene til hver enkel intervjuperson via mail. Her fikk de mulighet til å komme med kommentarer, bemerkninger og tilføyelser om det var noe de var enig eller uenig i (Brinkmann & Kvale, 2009).

Jeg opplevde det lærerikt å lytte til intervjuene og lærte samtidig mye om min rolle som forsker i hele prosessen.

### *2.3.7 Kritisk blikk på egen forskning*

Det er flere innvendinger for kvaliteten for det kvalitative intervjuet som en må ta stilling til. Kvale (2006) sier at: «Samtalen i et forskningsintervju er ikke en gjensidig form for interaksjon mellom to likeverdige» (s.74). Han forklarer videre at det oppstår et asymmetrisk maktforhold der intervjueren definerer situasjonen, presenterer samtaletemaene og styrer intervjuet. Det kan være en viss fare for at jeg ledet informantene inn på det sporet jeg ønsket. Utfordringen min var å stille så åpne spørsmål som mulig og ikke stille for ledende spørsmål ut i fra mine egen eksisterende kunnskap (Ryen, 2002, s.108). Jeg opplevde det mer utfordrende å stille ikke - ledende spørsmål til de informantene som sa at de ikke hadde et bevisst forhold til bruken av musikk og bevegelse på sitt felt, eller når de ikke helt forstod spørsmålsformuleringen jeg stilte. Her måtte jeg være mer obs på hvordan jeg ordla mine spørsmål slik at jeg fikk et troverdig svar. Men jeg velger å tro at jeg i intervjusituasjonen virket åpen og tillitsfull, og at jeg var lydhør for informantenes unike stemmer og synspunkter.

Siden jeg valgte å ta opp samtalen på opptaker fikk jeg ikke med kroppsspråket og kroppsuttrykket som informantene uttrykket under intervjuet. Ryen (2002) påpeker den ikke - verbale siden ved kvalitativ intervjuet og retter fokus på å bruke video - opptaker istedenfor lyd- opptaker. Siden temaet belyser bevegelse så opplevde jeg at informantene brukte mye kroppsbegivelse, kroppsuttrykk og noen brukte instrumenter for å belyse og konkretisere de eksemplene de fortalte. Disse bevegelsesuttrykkene kommer ikke til syne i opptaket, selv om jeg skrev ned noen stikkord som beskrev deres kroppslige uttrykk. Dette kan være noe uheldig, i analyseprosessen, hvor kroppslige uttrykk som følge av den verbale kommunikasjonen er utelatt.

## 2.4 Analyse

For å analysere datainnsamlingen valgte jeg å ta utgangspunkt i metoden *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), som er blitt beskrevet av Smith, Flowers og Larkin (2009). Målet med analysen var å få en forståelse for informantenes opplevelse og erfaringer knyttet til aktiviteten musikk og bevegelse, og prøve å forstå betydningen av innholdet ved å delta i et fortolkende forhold til teksten. Først ble hvert intervju transkribert, og deretter lest igjennom flere ganger. Mens jeg leste skrev jeg ned notater og innledende koder i høyre marg. Jeg noterte også ned teori som støttet oppom det jeg leste. Dette skrev jeg i margen ved siden av kodingen. Etter flere runder med lesning av transkripsjonene og utvikling av nye koder, skrev jeg ned forslag til kategorier som jeg mente passet til de ulike kodingene. Kategoriene skrev jeg i venstre marg for den transkriberte teksten. Etterpå var det en lang prosess med å gruppere kategoriene opp mot hverandre og sette dem sammen. De kategoriene som var nært knyttet opp mot hverandre ble slått sammen, før de kategoriene som var mest fremtredende når det gjaldt å belyse problemstillingen ble valgt som sentrale temaer. I det siste trinnet av analysen satte jeg inn de sitatene fra den transkriberte teksten som passet til de ulike kategoriene.

De fire musikkterapeutene jeg intervjuet hadde mange interessante vinklinger, tanker og erfaringer til musikk og bevegelse i sitt felt. Det var en lang og krevende prosess å finne fram til de seks hovedtemaene, som blir present i kapittel 4.0. Dette var nok fordi informantene hadde ulike tanker og opplevelser til temaet musikk og bevegelse. Under intervjuet vektla jeg å stille åpne spørsmål, og besvarelsene ble dermed noe ulik og som gjorde det utfordrende å finne kategorier som passet sammen, og som dannet grunnlag for de seks hovedtemaene. Dermed bestemte min veileder og jeg å jobbe tett sammen for å få en helhetlig forståelse av hver transkribert tekst. Sammen snakket vi om meningsinnholdet til hver tekst, kom med synspunkter og tanker som vi hadde dannet oss etter å ha lest teksten hver for oss, og deretter drøftet meningsinnholdet mot annen forskning på feltet eller egne anskuelser til teksten. Denne måten å jobbe på blir i følge Peter Smagorinsky (2008) kaldt for *Collaborative coding and reliability*. Denne tilnærmingen er verdifull både for studenten og veilederen av forskningsprosessen, mener Smagorinsky. Ikke bare blir det analytiske metoden mer troverdig, men den gir også en økt innsikt og utvidet forståelse for de funnene som blir gjort i studien. Ut i fra ulik kompetanse og interesse for meningsinnholdet til studiet kunne vi sammen dra nytte av hverandre. Veilederen kom med tips til relevant litteratur og gav sin

kunnskap om feltet. Jeg som student kom med relevant undervisningserfaringer eller ideer til nye problemformuleringer til feltet og sammen lærte vi noe nytt innenfor et felt som interesserte oss begge.

På alle trinn i denne analytiske fortolkende prosessen i IPA (Smith, Flowers & Larkin, 2009) var det en konstant veksling på å flytte fokus frem og tilbake, mellom detaljer i teksten, helheten av teksten, helheten av hvert intervju, summen av alle intervjuene og prosjektet som en helhet, samt ulike teoretiske perspektiver.

### 3.0 Teoretiske perspektiver

Jeg har valgt å presentere oppgaven ut i fra det fenomenologiske musikkynet. Først vil jeg gjøre en kort presentasjon av dette musikkynet og vise til hvordan kroppen danner grunnlag for de opplevelsene og inntrykkene vi gjør oss. Deretter viser jeg til spedbarns - forskningens betydning for samhandling mellom barnet og omsorgspersonen, for så å trekke dette samspillet inn i den musikkterapeutiske tilnærmingen. Helt til slutt presenterer jeg noen musikkfilosofers meninger om bevegelse i musikken, og bevegelse som oppstår i møte med musikken, som blir kaldt for musikkrelaterte kroppsbevegelser.

#### 3.1 Det fenomenologiske musikkynet

Fenomenologi er: «[...] å beskrive og forstå verden slik den opplevelsesmessig trer frem for vår bevissthet» (Benestad, 1977, s.399). Musikkynet innenfor den fenomenologiske retningen handler om «hvordan musikkens struktur og indre relasjoner kommer til uttrykk og oppleves av den menneskelige bevissthet» (Benestad, 1977, s.399). Eller hvordan musikk virker følelsesmessig og erkjennelsesmessig på oss.

Innenfor musikkpsykologien har vi sett en økende interesse for musikkens mening i form av emosjoner og følelser (Aksnes, 2006 ). Dermed har det vokst fram en tradisjon som kalles økologisk psykologi, som omhandler omgivelsenes betydning for sansning (Jensenius, 2009). Den norske musikkforskeren Alexander R. Jensenius (2009) gir i boken *Musikk og Bevegelse* en teoretisk fundamental oversikt over det som kalles kroppslig musikkognisjon innenfor den økologiske psykologien (s.13). Den kroppslige musikkognisjonen bygger på den fenomenologiske tilnærmingen av musikkopplevelsen, og presiserer at «mening oppstår ved

vår opplevelse av de fenomener vi omgir oss med i den virkelige verden» (Jensenius, 2009, s.11).

Den amerikanske psykologen, James J. Gibson, (1979) argumenterer for at vi ikke bare ser verden gjennom øynene, men gjennom øyne som sitter i hode som sitter på skuldrene av en kropp som beveger seg omkring. Vår kognisjon blir derfor ikke bare en separat – mental prosess «men som er relatert til våre omgivelser i et økologisk system» (Jensenius, 2009, s.13). Persepsjon blir dermed en aktiv prosess, der vi omgir verden med alle våre sanser «[...] der kropp, sinn og omgivelser er i konstant interaksjon» (Jensenius, 2009, s.13).

Engelsrud (2006) skriver i boken *Hva er kropp* at «Livet leves gjennom kroppen» (s.9) og hun støtter tanken om at kroppen henger sammen som en enhet, og ikke er et skille mellom kropp, sinn og psyke som i den kartesiansk dualistiske vitenskapelige tradisjonen (Fürst, 2014, Jensenius, 2009, Moe, 2009, Merleau Ponty, 1994). Kroppen er et referansepunkt i møte med verden, og den påvirker måten vi opplever verden på (Jensenius, 2009). Merleau Ponty (1994) bryter med at kroppen bare er et redskap og et objekt og Fürst (2014) klargjør at Merleau Ponty «ser kroppen som grunnleggende tvetydig [...] den er alltid samtidig både objekt og subjekt» (s. 198), og gjennom kroppen tar bevisstheten form og den er selv til stede, og i kontakt med tingene og livet. (Merleau Ponty, 1994).

### 3.1.1 Multimodal sansing

Jensenius (2009) omtaler vår kognisjon innenfor økologisk psykologi og kroppslig musikkognisjon som grunnleggende multimodal. Multimodal beskrives ved at flere av sansene brukes samtidig og påvirker hverandre (Jensenius, 2009, s.14). Sansene syn, hørsel, lukt, smak, følelse og balanse påvirker vår persepsjon, som sier noe om hva vi sanser og hvordan sanseinntrykkene oppfattes (Jensenius, 2009, Moe, 2009). Å lytte til musikk vil ofte bli forstyrret av inntrykkene av de andre sansene. Luktesansen vil gi informasjon om hvor vi er og hva som skjer rundt oss, vi kan registrere at kroppen sitter på en ubehagelig stol og ulike lyder vil bli registrert i hørselssansen selv om vi prøver å konsentrere oss om musikkstykket vi lytter til. Dermed vil vår kognitive - multimodalitet påvirke vår sansing av musikkopplevelsen (Jensenius, 2009, s.14).

Men det er ikke bare gjennom å lytte til musikk det skjer en multimodal sansing, vi handler også multimodalt. Å handle multimodalt beskrives gjennom direkte tale og gestikuleringen som skjer med armene når vi kommuniserer med hverandre (Jensenius, 2009). Motparten må

her bruke både øyne og ører for å få med seg det som «sies», dette blir kalt for kryssmodal kommunikasjon. I den musikalske utfoldelsen skjer det kryssmodal atferd, der både hørsel, syn, taktil informasjon fra instrumentet og balanseorganet er viktige modaliteter for å kunne musisere (Jensenius 2009, Trevarthen 2000). Kryssmodal kommunikasjon kan vi også observere hos nyfødte, noe som tilsier at kryssmodal kommunikasjon er en integrert del av menneskelig kognisjon. (Trevarthen, 2000). Denne kommunikasjonen ser vi mellom et spedbarn og foreldrene hvor de «tuner seg inn» på hverandre. Gjennom bruken av puls, tonehøyde, klang og rytme både i det vokaliserende og det kroppslige uttrykket, som igjen gir et musikalsk uttrykk, så deler de følelser og opplevelser med hverandre. (Trevarthen & Malloch, 2009, s. 4) Spedbarn- forskeren Stern, snakker om den koreografien eller det samspillmønsteret som kjennetegner omsorgspersonens adferd gjennom ansiktsuttrykk, stemmen, kroppen og hendene. Dette gir spedbarnet opplevelse av hva det vil si å kommunisere og kunnskap om og opplevelse av alt som er menneskelig (Hart & Schwartz, 2009, s.112 - 116).

### 3.2 Affektinntoning og vitatlitetsaffekt i den intersubjektive samhandlingen

Professor Tetzchner har bred interesse for utviklingspsykologi og da særskilt utvikling av kommunikasjon og språk. I boken, *Utviklingspsykologi, Barne – og ungdomsalderen* (Tetzchner, 2001), har han skrevet et eget kapittel hvor han omtaler musikalsk evne som et eget domene i utviklingen til menneske. Han viser til at spedbarn oppfatter musikk, evner og skiller mellom og identifiserer enkelttoner og mønstre, og at barn tidlig reagerer og kjenner igjen små melodier. Johns (2012) sier også at spedbarnet reagerer med synkroniserte bevegelser når det lytter til musikk og utdyper: «Et spedbarn matcher spontant rytme, tempo, intensitet, temporal (tidsmessig) form og varighet i en helhetlig dynamisk form» (Johns, 2012, s.32).

Forskning viser også at spedbarn allerede fra fødselen av viser evne til samspill mellom omsorgspersonen gjennom bevegelser, mimikk og blick. De har evner til å oppfatte menneskelig stemme, ansikt og bevegelser og dermed evne til å imitere, evne til øyekontakt og evne til imitasjon av følelsesuttrykk og reagere instinktivt til omsorgspersonenes reaksjoner og uttrykk (Hart & Schwartz, 2009, Trevarthen, 2000, Malloch & Trevarthen, 2000, Ruud, 2007, Stern, 2003). Spedbarnet og omsorgspersonen kommuniserer med hverandre (uten ord) ved bruk av gester, holdninger og ansiktsuttrykk. Her bekrefter de hverandres tanker og følelser, og sammen opplever de intersubjektivitet. Daniel Stern (2003)



har i boken *Spedbarnets interpersonlige verden* utdypet hvordan den intersubjektive handlingen oppleves og foregår mellom barnet og omsorgspersonen. I den subjektive opplevelsen handler barnet Inter- affektivt, hvor barnet på en eller annen måte matcher sin følelsetilstand, slik den oppfattes innenfra, med hvordan den ses «på» eller «i» en annen. De gjentatte samspillmønstrene som blir repetert mellom barnet og omsorgspersonen, konstruerer indre representasjoner som er med på å forme barnets opplevelse av verden.

«Først når spedbarnet merker at andre, som er forskjellige fra dem selv, kan være i eller reflektere over en mental tilstand som ligner deres egen, er det mulig å være felles om subjektiv opplevelse, det vil si intersubjektivitet» (Stern, 2003, s.191).

For å gi barnet interaffektiv opplevelse så tilegner omsorgspersonen barnet, affektive inntoninger gjennom imitasjon og speiling. Omsorgspersonen imiterer spedbarnets ansiktuttrykk og gest, og som spedbarnet oppfatter. Her skjer deling av en ytre atferd fordi omsorgspersonen kun imiterer den ytre atferden som barnet uttrykker og har ikke nødvendigvis hatt den samme indre opplevelsen. Daniel Stern (2003) forklarer «Affektinntoning er derfor utførelse av atferd som uttrykker følelseskvaliteten ved en delt affektiv tilstand uten å imitere det nøyaktige atferdsmessige uttrykket for den indre tilstand» (s. 209).

En annen kvalitet som spedbarnet opplever direkte med omsorgspersonen er vitalitetsaffekt. «Vitalitetsaffekt dreier seg om kvaliteter ved følelser som vanskelig lar seg definere» (Johannson, 2010, s.28) og den oppleves innenfra. Vitalitetsaffekten er mer flyktige kvaliteter som flytende, brusende, eksplosive og svevende, og kan lettere beskrives gjennom dynamiske, kinetiske termer som «økende», «eksplosiv» eller «flytende» (Hartz & Schwartz, 2009, s.118 - 119). Hartz & Schwartz (2009) forklarer at spedbarnet opplever disse kvalitetene gjennom måten omsorgspersonen handler på. Vitalitetsaffekt skjer gjennom barnets strømminger av tanker, persepsjoner og motoriske mønstre som skaper følelser. Til forskjell fra kategoriaffektene sinne, glede, sorg, angst og så videre så forekommer vitalitetsaffekten isolert eller i forbindelse med kategoriaffektene. Hvordan vi beveger oss, berører, løfter et instrument, spiller eller synger, uttrykker vitalitetsaffekten og trenger ikke å være knyttet til spesielle følelser eller innhold (Hertz & Schwartz 2009, Johannson 2010). Musikken beskriver dynamiske forandringer ved å bruke termer som crescendo, decrescendo, accelerando, diminuendo, forte, pianissimo, largo, presto. Disse termene beskriver ikke spesifikke følelser, og i tråd med Sterns teori om vitalitetsaffekt uttrykker de egenskaper ved

dynamiske opplevelser som ikke knyttes til spesielle følelser eller innhold (Aksnes, 2006, Johns, 2012).

### 3.3 Musikk og bevegelse

“Musical sound has great power to make us move, or to create sensations of movement in our minds. This is obvious from ubiquitous situations of people dancing, marching, gesticulating, nodding their heads, or tapping their feet to music, or of people giving verbal accounts of imagining moving to music.” (Godøy & Leman, 2010, s.103).

Slik sitatet ovenfor beskriver musikk, vil de fleste være enige i at musikk generelt sett kan engasjere oss kroppslig, både motorisk men også emosjonelt. De fleste vil også være enig i at musikk uttrykker følelser og forskning viser at musikkens kompleksitet, kan påvirke mennesket til å endre stemninger, skape oppmerksomhet, lokke fram følelser, uttrykke følelser, stimulere og regulere fysisk aktivitet, inspirere, og sosialisere grupper og enkeltpersoner (Aksnes, 2006, Jensenius, 2009, Johns, 2012, Ruud 1997, Godøy & Leman, 2010 ). Hvordan musikk lokker frem følelser, uttrykker følelser, stimulerer til fysiske bevegelser, har i de siste tiårene fått større oppmerksomhet innen musikkforskningen. Jeg vil i oppgaven forsøke å beskrive noen eksempler på hvordan bevegelse kan være en del av lytterens opplevelse av musikk, sett fra et fenomenologisk musikkssyn, og hvordan musikk er uttrykksbærende for bevegelse.

#### 3.3.1 Musikkens bevegelse

Benestad (1977) har presentert synspunkt fra ulike musikkfilosofier, musikkestetikere og musikkteoretikere på hvordan bevegelse inngår i synet på musikk. Jeg vil gjøre en kort presentasjon fra deres synspunkt i forhold til musikkens spenning, kraft og bevegelse for å få en større innsikt i det fenomenologiske musikkssynet.

Et sentralt begrep for musikkpedagogen og komponisten August Halm (1869 – 1929) er kraft. Ordets betydning er «[...] bevegelsesenergi som hersker i toneverdenen» (Benestad, 1977, s.402). Tonen blir sett på som livskraft og energi, og den enkelte tone anses som et «gjennomgangsstadium for bevegelse» og «bevegelse er musikkens liv» (Benestad, 1977, s.402). Lytteren får dermed ta del i musikken gjennom musikkens liv og denne bevegelsesenergien som toneverden uttrykker. I likhet med Halm så betrakter også Ernst Kurt

(1886 – 1946) ethvert musikalsk fenomen som bevegelse, men av psykisk art; «Musikkens mening er i psykisk forstand en vilje til bevegelse, liksom den overhodet er det første uttrykket for alt liv og all livsvilje» (Benestad, 1977, s.402). Han påpeker at «Melodi er strømmende kraft, gjennomsyret av kinetisk energi» (Benestad, 1977, s. 402), og musikken er naturkraft i oss mennesker. Han mener at det vesentlige i all musikk er bevegelsen, kraften og spenningen. Carl Dalhus (1928 – 1989) mener at all form for musikk er transitorisk, som vil si i stadig bevegelse og i motsetning til Halm og Kurt så retter han fokuset på rytmen. Han mener at rytmen er det fundamentale for bevegelsesinntrykket. Den rytmiske bevegelse er uavhengig av melodisk bevegelse og den er det primære elementet og ikke melodien (Benestad, 1977). En annen musikkforsker Zuckerkandl er opptatt av tonens dynamiske kvaliteter. Han påpeker at «Det finnes ingen musikalsk tone uten dynamisk kvalitet» (Benestad, 1977, s. 408), og den dynamiske kvaliteten gir tonen mening. Når vi lytter til musikk, hører vi ikke bare de enkelte toner eller statisk klangmasse – men vi fornemmer en sterk bevegelse (Benestad, 1997).

Den filosofiske teoretikeren og psykolog Lenard B. Mayer har forsøkt å komme til bunns i spørsmålet om hva det er i musikken som fremkaller vår følelsesrespons. Han tenker at den følelsesmessige responsen kommer til den *øvede* lytter gjennom betydningen av tonen eller en gruppe toner innenfor en viss sammenheng og innenfor en musikalsk stil, og som er forventet for lytteren i det musikalske forløpet. Altså enhver tone eller tonegruppe får sin musikalske mening og betydning ut i fra at lytteren er *vant* med det musikalske forløpet som blir uttrykket, og som kommer til å spille en viktig rolle for vår følelsesmessige respons. Følelsen vekkes når en forventning i det musikalske forløpet blir hindret eller blokkeres permanent ved at noe annet enn det som forventet inntreffer. (Benestad, 1977).

Even Ruud knytter også musikk opp mot følelseslivet. «Vi føler at musikken skaper opplevelser av kraft og energi» (Ruud, 2005, s.43) Han påpeker hvordan musikk kan gi sterke følelsesmessige opplevelser, forandre sinnstilstander, gir glede og mobiliserer livskraft. Noen ganger gir musikk direkte terapeutisk effekt ved å gi oss en følelse av å leve ut tyngende følelser, eller ganske enkelt virker oppløsende på stress og uro (Ruud, 2005).

Even Ruud (1997) antar også, ut i fra det fenomenologiske musikk-syn, at bevisstheten «beveger seg mellom forskjellige posisjoner når vi lytter til musikk» (s.65). Han utdyper at enkelte ganger følger vi strukturen i musikken og vi blir ledet av de forventningene som musikken fremstiller. Eller vi involveres i pulsen i musikken. Noen ganger retter vi

oppmerksomheten mot kroppsopplevelser, mot følelser som oppstår eller mot rene kroppspenninger. Andre ganger skaper musikken assosiasjoner som for eksempel dagdrømmer, flyktige eller fragmentariske assosiasjoner (Ruud, 1997, s.65).

Hvordan vi oppfatter, opplever og forstår musikken er individuelt betinget men den er avhengig av tid og sted, kultur, opplæring og sosial sammenheng (Benestad, 1977, Ruud, 1997). Siden oppgaven også belyser ulike kroppslige reaksjoner og kroppslige bevegelser i møte med musikken, vil jeg gå nærmere inn på musikk som bevegelse tilknyttet musikkrelatert kroppsbevegelse. Jeg ønsker å presentere musikk ut i fra musikalske gester, og vise til det fenomenologiske synet på sansning av musikk.

### 3.4 Musikkrelaterte kroppsbevegelser

Mennesker gjør bevegelser etter musikk, hvor som helst, enten ved å vugge kroppen eller vinke med hendene etter rytmen til musikken mens de danser, er på konsert, eller lytter til musikk hjemme. Lyttere imiterer ofte bevegelsene, gester, som musikerne gjør ved å spille på luftgitar eller de kan mime ansiktsuttrykket og kroppsspråket til en popstjerne. (Godøy, Leman, 2010, s.3).

I de siste tiårene har interessen for musikkrelatert kroppsbevegelser fått et større fokus innenfor forskning på musikk, og begrepet musikalsk gest er et begrep som er blitt mer fremtredende. Flere musikkforskere, som jeg nevnte i kapittel 1.4, har forsket på kroppen og gestens rolle i musikken. Jeg vil i avsnittet 3.4.1 kort presentere noen musikkforskernes tanker og synsvinkler på gestens rolle i musikken, før jeg deretter viser til bevegelseskategori for musikalsk samspill.

#### 3.4.1 Musikalsk Gest

Begrepet gest blir brukt for å beskrive håndbevegelser som blir brukt i mellommenneskelig kommunikasjon. Eksempler på gester er tommel opp, vinking eller veiving med armer og som er kroppsbevegelser med meningsbærende funksjon. Som nevnt tidligere i oppgaven så kommuniserer spedbarnet og omsorgspersonen med hverandre ved bruk av gester. I musikken blir gestbegrepet brukt i forbindelse med musikkrelaterte bevegelser, altså de fysiske bevegelsene som blir utført av utøvere eller publikum. Innenfor musikkforskningen blir begrepet musikalsk gest betegnet som en eller annen form for kommunikasjon, og den er

gjærne også knyttet til menneskelig bevegelse, enten direkte eller indirekte gjennom noter og lyd. (Jensenius, 2009).

Aksnes (2006) presenterer musikalsk mening i lys av gjenkjennelige kroppsfunderte gester. Hun beskriver hvordan musikk forbindes med emosjoner gjennom musikkens metaforer, hvor musikkens dynamiske mønstre forbindes med kroppens erfaringer av og med uttrykk for emosjoner. «Vi blir beveget av bevegelsen» (Aksnes, 2006, s.22), og hun refererer til Aristoteles og skriver at vi føler bevegelsen som følger lyden, og at disse stimulerer til handling og handlingen er et tegn på følelser. Gest- begrepet i musikken har hun dermed definert på følgende vis: «En musikalsk gest er en meningsbærende fysisk eller metaforisk bevegelse som er relatert til produksjon eller resepsjon av musikk» (Aksnes, 2006, s.20).

Even Ruud (2007), i likhet med Aksnes (2006), skriver at tilnærminger som inkluderer kroppshandlinger med armer, hode, kroppsstilling, kroppsbevegelser, blikk og ansiktsuttrykk er fysiske uttrykk som også kan ha en metaforisk hentydning sammenlignet med musikken. Han påpeker at musikalsk gest må forstås ut i fra en utvidet sammenheng sammen med musikk, bevegelse og kropp. Gest er en bevegelse som kan uttrykke noe og gester i denne sammenheng er bevegelser med en spesiell betydning, en ekspressiv bevegelse. Han trekker inn hvordan vi føler og forstår musikk, organisert gjennom prosessuelle former i musikken og som tilsvarer kroppsbaserte gester. I praktisk musikkanalyse brukes begreper som fallende, bueformer, ropt eller sunget, sirkulerende, og disse begrepene kan ses i sammenheng med kroppslige gester som er mer ekspressive bevegelser (Ruud, 2007).

Videre har Godøy og Leman (2010) gitt en oversikt og rettet søkelyset mot gester og musikalske gester. Musikalske gester kan forstås ut fra bevegelse i lyd, som toner som går oppover, rytme som har en slags galopperende karakter osv. og de er produsert gjennom kroppslige bevegelser. De musikalske gestene kan dermed identifiseres ved lyd – relaterte musikalske gester, og hele denne tilnærmingen innebærer at musikalsk kommunikasjon er fundamentalt drevet av bevegelse. Godøy og Leman (2010) tror at opplevelsen av musikk er nært knyttet opp til opplevelser av bevegelser, og forklarer dette ved at musikere lager musikk gjennom bevegelse, og mennesket veldig ofte lager, og tenker seg, bevegelse når de lytter til musikk. Musikk er hovedsakelig en kombinasjon av lyd og bevegelse, og musikken betyr noe for oss på grunn av nettopp disse to kombinasjonene. De påpeker at musikalsk kommunikasjon styres av kroppslige bevegelser, som tydes av musikeren, overføres gjennom lyd og fortolkes av lytteren. (Godøy & Leman, 2010, s.6).

I musikkterapi blir den musikalske kommunikasjonen overført mellom musikkterapeuten og klient(ene). Her blir bevegelse, musikalske gester og kroppsuttrykk en kontinuerlig samhandling som gjensidig påvirker, oppfattes og tolkes, både bevisst og ubevisst av deltakerne i musikkterapirommet. Benestad (1977) påpeker at musikk er et kommunikasjonssystem og med det mener han at «musikk har et budskap, et innhold» (s.412), og vi kommuniserer med hverandre ved bruk av bevegelse og kroppen mens vi spiller eller lytter til musikk. Jeg vil nå trekke fram et begrep som Jensenius (2009) har presentert i sin bok, *musikk og bevegelse*, og som jeg tenker er sentralt i musikkterapeutisk praksis.

### 3.4.2 Tiltrekningsbevegelsen

Jensenius (2009) bruker begrepet musikalsk bevegelse, som brukes for å dekke alle bevegelser som skjer i forbindelse med musikken. Med fokus på utøvere har han sett på forskjellige typer musikkrelaterte kroppsbevegelser, fokusert på funksjonelle kategorier som *lydproduserende handlinger*, *støttebevegelser*, *lydakkompangerende bevegelser* og *kommunikative bevegelser*. Kategorien støttebevegelsene er den mest interessante bevegelseskategorien for denne studien. Innenfor denne bevegelsen finner vi tiltrekningsbevegelsen og som dreier seg om «to eller flere fysiske systemer kan ha tiltrekningskraft på hverandre og lede til synkronisering» (Jensenius, 2009, s. 88). I musikkutøvelsen kan bevegelser og musikk synkroniseres til hverandre, og hva som kommer først av lyden og bevegelsen er vanskelig å si da disse to komponentene kan påvirke hverandre gjensidig. Tiltrekningsbevegelsen finnes på flere forskjellige nivåer i det musikalske samspillet: internt hos en musiker, i relasjon mellom musiker og instrument, eller mellom musikere. Eksempel på tiltrekningsbevegelsen er å trampe takten med foten og det er vanskelig å si om denne bevegelsen er et resultat av den rytmiske figuren som spilles, eller om rytmen i den musikalske lyden kommer som et resultat av bevegelsen. (Jensenius, 2009, Johansson, 2010).

Når det kommer til kommunikativ bevegelse så dreier den seg mer om den kommunikasjonen som foregår mellom utøver og publikum og er helt fristilt fra lyden. Jensenius påpeker at det er i liten grad forsket systematisk på bevegelsesrepertoar og overføring av bevegelsesmønstre mellom musikere, forskning som vil være av stor betydning for musikkterapilitteraturen og musikkterapeutisk praksis.

## 4.0 Presentasjon av empirisk funn

«Når jeg fikk e- post fra deg, så tenkte jeg litt sånn - ja, nei, vet ikke om jeg har noe å bidra med. Jeg bruker jo ikke så mye bevegelse. Men når jeg begynte å tenke på det, så gjør jeg jo det. Det fikk meg til å tenke. Jeg er ikke veldig opptatt av det. Men til daglig så bruker jeg det jo. Og det er mye bevegelse, men det er kanskje ikke så bevisst»

Informanten uttrykte i starten av intervjuet at hun ikke var opptatt av eller hadde en bevisst tanke til komponentene, musikk og bevegelse. Men under intervjuprosessen viste hun til interessante og meningsfulle eksempler på hvordan hun opplevde bevegelse og musikk i hennes musikkterapi praksis. Sitat formidler noe vesentlig i forhold til min problemstilling og som er viktig til videre drøfting i oppgaven.

Ut i fra den Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) og analyseprosessen som er beskrevet i kapittel 2.4, har jeg kommet fram til seks hovedtema.

### *4.0.1. De seks hovedtemaene:*

- Musikk har evne til å skape bevegelse
- Affektinntoning og koble sammen sanseinntrykk
- Bevegelse i det musikalske samspillet
- Å tilpasse musikken til bevegelsen
- Musikk gjør bevegelsen meningsfull
- Musikk som terapeutisk bevegelse

## 4.1 Musikk har en evne til å skape bevegelse

Informantene trekker fram ulike eksempler for hvordan musikken fremmer og skaper bevegelse. De snakker både om fysiologiske bevegelser og indre, kognitive og emosjonelle bevegelser som musikken gir.

### 4.1.1 Musikkens indre bevegelser

Stian sier at musikken skaper en bevegelse i tanken:

«en generell bevegelse i en eller annen retning. Hvis man går og tenker på noe, at en skal gjøre sånn eller skal gjøre sånn, så tror jeg at musikken kan påvirke at man går litt mer til den ene retningen, fordi man føler seg lettere eller noe sånt».

Kristine, i samsvar med Stian, sier også noe om endring av tankene: «I samspill så får en tankene vekk fra noe annet, samtidig, at en kanskje endrer tanken underveis».

Nina derimot snakker om musikken som har med følelser å gjøre, en indre bevegelse, og som kan være inspirerende, men og noe som kan være irriterende:

«Når jeg tenker musikk, så har det noe med følelser å gjøre. Det skjer indre bevegelser, som settes i gang gjennom musikken. De kan være positive, det kan også være negative, alt mulig. Kanskje også av og til noe som er veldig irriterende».

### 4.1.2 Musikkens fysiske bevegelse

Bevegelsene som det blir omtalt ovenfor er indre bevegelser, men de snakker også om fysiske bevegelser eller reaksjoner som musikken skaper.

Stian sier at det er « helt naturlig å bevege seg etter musikk.» Han sier at musikken blir overført til kroppen uten at man tenker over det. Videre forklarer han:

«Jeg hadde måttet jobbe veldig hardt hvis jeg skulle stå helt i ro når jeg spiller sammen med andre. Det er rett og slett bare fullstendig unaturlig. Altså hvis man spiller bass, så er det helt vanlig at man begynner å nikke med hode mens man spiller».

Mia og Nina snakker også om fysiske bevegelser som skjer når man lytter til musikk:

Mia: «Når du hører musikk, så er det veldig vanskelig å ikke bevege på et eller annet lem».



Nina: « Vi blir også kroppslig stimulert på en mer fysisk måte. Vi får lyst til å bevege oss, vi begynner å gjøre noe med føttene, eller vi får lyst til å danse.»

## 4.2 Affektinntoning og koble sammen sanseinntrykk

I et av intervjuene snakket informanten mye om «å koble sammen sanseinntrykk» og affektregulering. Hun poengterer noen viktige og interessante koblinger mellom musikk og bevegelse med utgangspunkt i disse to begrepene.

### 4.2.1 Affektinntoning

Nina beskriver sin måte å bruke musikk og bevegelse på, med affektinntoning. Hun sier:

«Barn med utviklingsforstyrrelser som har affektproblematikk, der barnet ikke har kontroll over affekten, men affekten styrer kroppen [...] springer rundt i rommet og klarer ikke å fokusere på noe eller og sitte rolig og konsentrere seg og dele oppmerksomheten» da «viser barnet en høy spenning».

Målet hennes blir da « å matche barnets affekt nøyaktig med musikken jeg tilbyr». Hun tar «kroppen som utgangspunkt for musikalsk intervensjon» og følger barnets uro og bruker musikken for å bekrefte denne uroen. «Dynamikken i musikken er avgjørende her» og den «må passe til nivået av barnets uro som jeg kan se, høre og føle». Barnet kan dermed relatere det som musikkterapeuten gjør til noe som barnet gjør og hun illustrerer barnets opplevelser og oppfatning slik «Jeg hører hva jeg føler eller, og ser kanskje det også, at jeg gjør sammen med henne». Hun sier videre «Musikken jeg lager skal gi affekten en form slik at barnet kan oppleve uroen sin som noe meningsfullt, som kommer til uttrykk, og er ikke bare noe som flyter uregulert gjennom kroppen deres.»

### 4.2.2 Å koble sammen sanseinntrykk

«Når jeg jobber med å koble sammen sanseinntrykk så er barnet ikke i en høy spenning, men barnet tar ikke kontakt med objekter som for eksempel instrumenter eller meg» Fordi barnet ikke har etablert selvfølelse så kan barnet ha liten motivasjon eller interesse for det som skjer i rommet. Dermed «prøver jeg å gi barnet en annen sensorisk stimulasjon for at barnet klarer å oppleve kroppen sin».

Nina forteller om en situasjon med et barn, der barnet sitter og ser ut igjennom vinduet og viser ingen interesse for henne. Hun lager derfor musikk som innhyller denne situasjonen og som formidler til barnet at det er greit at du sitter og ser ut vinduet. Hun er bevisst på å bruke musikalske elementer som ikke presser barnet til noe som barnet ikke er i denne situasjonen. For å oppnå kontakt med barnet så laget hun en bilblues. En sang som handlet om det barnet så ute på gaten. «Fordi etter hvert blir min tolkning at han er interessert i bilene og bussene, dermed synger jeg bare om bilene og alt han ser ute på gaten.» Musikkens struktur førte til at barnet etter hvert begynte å hoppe.

«Jeg sang litt om biler, og hva som skjer på gaten, også hadde jeg et refreng uten tekst, men var litt mer dynamisk. Den hørte han og da begynte han plutselig å hoppe. Da gikk han på gulvet og hoppet.» Videre sier hun: «Her begynner jeg å koble sammen sanseintrykk for at barnet får en bedre kroppsopplevelse»

Nina viser til et eksempel der hun gjør det lettere for barnet å håndtere inntrykkene:

«Det kan også være at jeg står bak barnet, at han ikke ser meg, at det bare er to forskjellige sanseintrykk han kan ta i mot.» Her ser ikke barnet bevegelsen til Nina, men hører sangen som hun synger «At han kan høre og kjenner kroppen, men ikke ser mine bevegelser.» Han må dermed forholde seg til to sanseintrykk og ikke tre.

Når barnet klarer å koble sammen sanseintrykkene så viser barnet kontakt med blikket på ulike måter:

Nina: « Du ser at barnet begynner og ser litt rundt i rommet eller leter etter en kilde som organiserer sanseintrykkene, som retningen av blikket går mot den organiseringskilden, enten mot meg hvis jeg synger, kanskje mot munnen min, eller mot gitaren»

Nina beskriver denne forandringen med at barnet kjenner noe, noe som angår barnet og at blikket blir litt sånn spørrende. Hun sier videre at barnet tar en pause og smiler fordi det har opplevd noe behagelig.

Denne måten å møte barnet på gjør at barnet opplever noe gjennom kroppen, som han kan skjønne kroppslig, utdyper Nina. «Jeg jobber med kroppsbevisstheten til barnet og da er det viktig at sanseopplevelser er synkroniserte, slik at barnet får en positiv kroppsopplevelse.» Dette gir selvopplevelse gjennom kroppen og når en ikke har kroppsbevissthet, bevissthet om

sin egen kropp, så er det vanskelig å være i kontakt med andre mennesker. Derfor er det viktig å bli bevisst sin egen kropp både kroppslig og emosjonelt. Hun konkluderer helt til slutt

«Når et barn får opplevd sanseintrykk (man kunne også si stimuli) som er knyttet sammen, så får man en positiv reaksjon – f.eks. et smil, eller en gledelig lyd. Det er et tegn på en positiv kroppsopplevelse. Barnet stopper i det øyeblikket med stereotypien sin og leter med blikket etter kilden som førte til synkroniseringen, f.eks. instrumentet jeg spilte på, eller munnen min der lyden kom ut.»

### 4.3 Bevegelsen i det musikalske samspillet

Informantene forteller hvordan kroppen og bevegelsene danner utgangspunkt for musikalsk interaksjon og samspill. Der bevegelsen og kroppen danner grunnlag for interaksjonen som oppstår mellom dem og klienten.

#### 4.3.1 Kroppen og bevegelsen som utgangspunkt for musikalsk interaksjon

I den musikkterapeutiske praksisen tar musikkterapeutene utgangspunkt både i klientenes kroppsspråk og bevegelse, og hva de selv opplever i sin egen kropp, i den musikalske interaksjonen. Nina og Stian som arbeider innenfor ulike felt beskriver følgende:

Nina: «Jeg tar kroppen som utgangspunkt for musikalske interaksjon», og utdyper at barn som ikke har språk, de kommuniserer via kroppen. Hun kommer med eksempel der hun blir stresset i kroppen sin fordi barnets adferd er veldig urolig. Hun må dermed møte barnet i den uroen barnet uttrykker gjennom stresset hun opplever i sin egen kropp.

Stian sier følgende: «Jeg tror at man bruker bevegelse som et verktøy, hele tiden» og viser til eksempler i samspillsituasjonen og når en er i kontakt med hverandre. «Jeg tror at man bruker kroppsspråket ganske mye, man matcher»

#### 4.3.2 Bevegelsen tydeliggjør pulsen, den blir mer visuell

Stian, som driver med bandsamspill forteller om viktigheten av å se hverandre når man spiller sammen: «man spiller jo sammen med hele kroppen, og det å se hverandre er kjempeviktig». Her beveger man kroppen i takt med musikken og «så bruker man jo bevegelse både bevisst og ubevisst», sier han. Videre sier han at han tror vi hele tiden har pulsen i musikken i kroppen mens en spiller, og dette kan vises ved at en bruker føttene og tramper eller vugger i

takt med musikken. «Bevegelsen tydeliggjør pulsen, den blir mer visuell fordi man spiller sammen», konkluderer han.

#### *4.3.3 Kroppen og bevegelsens betydning for veiledning i det musikalske samspillet*

Når Stian skal veilede i det musikalske samspillet sier han at han markerer takskifte med kroppen. Han søker kontakt ved å bruke øynene og for å vise at «nå blir det en endring i musikken eller nå skal vi på en måte videre, [...] og ser på dem, full av forventning».

Mia bruker også sin egen kropp for å hjelpe sine pasienter til å komme i gang, men hun beskriver dette på en helt annen måte. Hun forteller at hun kan ta sin hand i klientens hand og dermed veilede de inn i samspillet: «Då er det gjerne at jeg tar på handa også gjør sånn her» (Hun beveger armen sin opp og ned) «nynner». Og hvis klienten ikke ønsker å bli holdt på, så veileder hun og understreker rytmen i sangen ved å kakke rytmen på armen eller beina. Videre forteller hun «jeg bruker min kropp for å hjelpe hennes kropp for å komme i senk da.»

#### *4.3.4 Bevegelsens anseelse for deltakelse*

Det er to eksempler som Mia forteller som jeg ønsker å trekke frem. Begge viser til musikkterapeutisk deltakelse på ulike nivå, hvor bevegelsen fremmer deltakelse i musikkterapi. Det ene eksempelet viser til bevegelse på mikronivå, mens det andre viser hvordan en kroppslig respons på musikken skaper deltakelse. Det første eksempelet har Mia musikkterapi sammen med en som lå ved dødsleie. Han lå med øynene igjen, mens hun spilte musikk. Etter en stund åpnet han øynene. Mia spurte da dattera som også var der, om hun trodde at han likte dette. Dattera som holdt pappaen sin i handen spurte han om han syntes dette var ok, og da kneip han dattera litt i handa. Dattera meinte at den bevegelsen han gjorde der var relatert til det som skjedde. Mia tenker at bevegelse i musikkterapien kan gå helt på mikronivå «det kommer an på hva man definerer bevegelse». Til slutt sier hun:

«En person som er veldig syk, kan en ikke regne med å hoppe, men kanskje bare det at han bevegede på en finger eller nikket med hode, kan, faktisk være, et like bra tegn på deltakelse»

Det andre eksempelet forteller hun om en person som satt og trampet takten til musikken. «En person som vi har her, har ofte blitt sittende litt utenfor ringen. Han har ikke noe språk og han sitter mye og sover» Han satt og trampet takten og Mia valgte å gi han en tromme. «Plutselig

kunne han slå takten, helt riktig, og det gjorde noe med han.» sier hun. Han bidro og deltok på en helt annen måte. Hun sier videre « Bevegelse er veldig ok da. At en treng ikke nødvendigvis alltid å synge for å være med, men man kan også bevege seg eller være med på den måten.»

Kristine forteller at hun opplever en stor forskjell på en time der pasienten har deltatt aktivt med spilling enn der bare hun har spilt og pasienten har lyttet til musikken. Hun sier «De får bidra med noe selv. Det er noe eget med det å faktisk bevege seg og spille. Jeg blir så glad når jeg får med noen å spille» Bevegelsen blir i dette tilfelle noe som er viktig for Kristine. Videre sier hun «jeg synes ofte responsen er annerledes. At det noen ganger handler om mestring, de får til det de prøver på». Hun sier at det er en egen opplevelse med det å spille sammen.

Samtidig så forteller Kristine at det også kan være for mye bevegelse i en musikkterapitime:

«Så er det jo noen ganger, det kanskje er behov for å roe litt ned, bevegelsene kan bli for mye.» Her prøver Kristine å roe ned og ikke bygge opp under bevegelsene. «For bevegelsene kan bli mye og, alt etter hvor en er. Er dette noe jeg tenker jeg bør bygge opp under, eller ikke, så responderer jeg ut ifra det.»

#### 4.4 Å tilpasse musikk til bevegelsen

Ovenfor forteller informantene hvordan kroppen og bevegelsen danner utgangspunkt for musikalsk deltakelse og samspill. Informantene sier også noe om hvordan de tilpasser musikken til bevegelsene som klientene uttrykker eller gjør. Siden de arbeider på ulike felt så blir denne tilpasningen utført på ulike måter.

Mia, som er musikkterapeut i et tverrfaglig team i eldreomsorgen, har som fokus å skape den musikalske rammen for å støtte bevegelsene og aktiviteten som skal gjøres. Hun sier: «musikk de kjenner igjen, er det lettere å fange oppmerksomheten deres, og dermed lettere at de beveger seg over lengre tid.» Videre forteller hun om musikkens påvirkning til: «Å sette i gang en bevegelse, og opprettholde den.»

I det tverrfaglige teamet, som består av en fysioterapeut og en ergoterapeut, forteller hun: «De kan mye om fysikk, kropp og sånne ting, også kan jeg en del om musikk, og hvordan jeg kan tilrettelegge musikk for å fremme bevegelse». De følger et fast program, der fysioterapeutene finner øvelsene de skal gjøre, og hun finner musikken til øvelsene: «Sånn at vi skal vite at musikken passer til bevegelsene», konkluderer hun.

Mia forteller også hvordan hun regulerer musikken ut i fra gruppens tempo:

«Som i dag så tok vi for eksempel en av øvelsene mye saktere enn vi pleier å gjøre. Litt kanskje fordi den gruppen som var der nå, var det enkelte som ikke kunne, da kunne en nedjustere det. Så jeg tilpasse hele tida, til tempoet i gruppen»

Hun forteller om en gruppe der de kaster ballonger til hverandre. Her legger hun til rette musikk til aktiviteten, og sier: «Da prøver jeg jo gjerne og sjå litt an tempoet som det blir kastet i, og regulerer musikken ut fra det.»

Videre forteller Mia hvordan hun bruker spenningsakkorder for å motivere deltakerne til å holde en bestemt bevegelse: «Der de skal opp på tå eller der de skal holde bena en stund. Da prøver jeg å lage spenningsakkorder.» Hun understreker bevegelsen med musikken og gir dem en forståelse for hvor lenge de skal holde en bestemt bevegelse. Hun sier også: «Jeg bruker bevisst rytmisk musikk for eksempel, bevisst for å trigge aktivitet, også støtte oppom når personen setter i gang».

Mia gjør også individuelle musikkterapitimer og hun forteller om en gang hun justerte musikken ut i fra den takten klienten gjorde fingerbevegelser: «Plutselig begynte han og gjøre et eller annet med fingrene, også kan jeg justere musikken sånn at det blir i den takten som han sitter og gjør med fingrene»

Hun fortsetter å fortelle hvordan hun følger pasientenes bevegelser, gester, og understreker disse bevegelsene i musikken:

«Hvis du ser en eller annen form for gest. At de gjør noe med hendene, ut med hendene, så kan man kanskje prøve å putte det inn i musikken. Hvis han tar hendene opp for eksempel, så spiller man litt i det lyse registeret, selv om man spiller på den samme sangen kanskje [...] at man understreker bevegelsen til den personen, i gjennom musikken da.»

Kristine, som arbeider med barn, sier også noe om hvordan hun følger pasientens bevegelse: «I begynnelsen handler kanskje mer om at jeg følger dem, og da handler kanskje noe om bevegelsen, men det er nok mest musikalsk at jeg prøver å følge dem rytmisk»

Nina snakker om å tilby musikken etter hvilken spenning barnet uttrykker:

«Jeg har hatt barn som er veldig spente. Da snudde jeg trampolinen på hode, også satt han bak trampoline, slik at han likevel kunne se gjennom. Også var jeg der borte og bare begynte å lage sånn dynamisk musikk med gitaren».

Barnet fikk deretter en tromme å spille på og hun hjalp han til å komme inn i spillet ved å tilby og å forme musikken ut i fra hans affekt: « at det bygger seg opp, også går noe ned igjen, som modell». Hun prøver å møte barnet i spenningen og samtidig for å roe barnet ned.

#### 4.5 Musikk gjør bevegelsen meningsfull

En interessant tanke som både Nina og Mia snakker om, er musikkens betydning for bevegelsen.

Nina sier at «Musikken klarer å forme bevegelsene til noe som er litt mer meningsfylt.» Dette forklarer hun ved at barnet har en ide, men med liten form og mening. Musikken med sin struktur og form, er med på å forme og innhulle barnets ide og kan dermed roe ned det urolige barnet. Hun sier: « Med musikken, gir denne bevegelsen litt mer form, kanskje begynnelse, pause, slutt, eller høydepunkt, slutt, pause, så blir denne bevegelsen kanskje mer musikalsk.» Nina konkluderer helt til slutt at musikk « Skaper orden, skaper struktur, skaper form, gir mening, trygghet og en oppnår kontakt.»

Mia snakker om at «Musikken er med på å sette bevegelsen inn i en meningsfull ramme.» Med dette forklarer hun at musikken støtter oppom den bevegelsen som skjer. «Musikken er med på å bevisstgjøre de bevegelsene som skjer, der bevegelsen settes inn i en ramme, meningsfull ramme. Dette skaper en mening for pasienten.»

#### 4.6 Musikk som terapeutisk bevegelse

Stian forteller om hvordan ungdommer bruker musikken i hverdagen «Altså hvis de er triste, så setter de på den sangen der, og når de skal sove så setter de på den sangen der, og når de skal trene, så setter de på den sangen. De bruker musikken hele tiden, fordi man ønsker å oppnå en eller annen forandring i kroppen.»

Han kommer med et eksempel på hvordan den kroppslige forandringen skjer i en musikkterapitime: « Mange av de ungdommene som jeg treffer, kan jo være ganske tunge i kroppen. Du ser på en måte at de henger, det ser ut som at de blir dratt ned mot bakken.» Men

etter hvert ut i musikkterapitimen så forsvinner det tunge preget. «Så det er jo en form for en bevegelse», tenker han.

Grunnen til denne forandringen, forklarer han med:

«Musikken har jo på en måte en slags energi, og den er levende, den er på veg et sted. Og ofte hvis man kommer inn og er supertung i kroppen, så er man liksom ikke på veg noe sted, man sitter gjerne kanskje litt fast.»

Han beskriver også en annen type bevegelse «der man beveger seg vekk fra ett type uttrykk til ett helt annet type uttrykk». Han forteller om en ungdom som kom til musikkterapitimen og som hørte på veldig destruktiv musikk som handlet om vold og dop. Her jobbet han bevisst rundt musikken, samtalte med gutten om hvordan han definerte seg selv med å lytte til denne typen musikk og bevisstgjorde han på hvilken rolle han satte seg selv i. Her skjedde det etter hvert forandringer med gutten «både personlighet og klesstil og musikksmak», og tenker at dette også «er en slags bevegelse».

Kristine tenker at musikken hjelper til «å tenke seg til en annen plass» og at dette «blir jo en bevegelse som musikken kan være med på å skape». Hun tenker at bevegelsen er med på: «å hjelpe barn som ligger på isolat til å flytte ut av rommet.»



## 5.0 Diskusjonsdelen

Ut ifra de seks hovedtemaene som jeg har presentert ovenfor vil jeg nå drøfte det empiriske funnet med utgangspunkt i teorien som er presenterte i kapittel 3.0.

### 5.1 Musikk har evne til å skape bevegelse

Jeg vil nå drøfte hvordan musikk skaper både indre emosjonelle, kognitive bevegelser samt fysiske kroppslige reaksjoner og bevegelser som oppstår i møte med musikken.

#### 5.1.1 Musikkens indre bevegelse

De ulike musikkfilosofene som jeg har presentert i kapittel 3.0 viser hvordan bevegelse inngår i synet på musikk. Musikk er satt sammen av toner som beveger seg opp og ned og den enkelte tone kan anses som et «gjennomgangsstadium for bevegelse» (Benestad, 1977, s. 402). Denne bevegelsen er musikkens liv og med struktur av spenning, kraft, energi, rytme og dynamiske kvaliteter, kommer til uttrykk og oppleves av den menneskelige bevissthet, og gjør at vi fornemmer en sterk bevegelse. «Vi føler at musikken skaper opplevelser av kraft og energi», skriver Ruud (2005, s.43) og han antar at bevisstheten beveger seg mellom forskjellige posisjoner når vi lytter til musikk (Ruud, 1997).

Nina sier «Når jeg tenker musikk, så har det med følelser å gjøre», og utdyper dette med at det skjer indre bevegelser som settes i gang gjennom musikken. Stian kobler også musikk og følelser sammen og sier at «musikken skaper en bevegelse i humøret», og tenker at musikk kan endre en slags følelse «fordi man føler seg lettere». Ruud (2005) skriver at «følelsene er grunnleggende for det vi opplever som verdifullt i livet, for hvilke opplevelser vi synes er viktige for oss» (s. 43), og det kan tenkes at et liv uten følelser lett blir et likegyldig liv. Ruud påpeker også musikkens betydning til følelseslivet og sier «Musikk knyttes ofte til vårt følelsesliv» (Ruud, 2005, s.43) og kobler musikk til de sterke følelsesmessige opplevelser den kan gi.

Aksnes (2006) skriver også i sin avhandling at musikkens bevegelse blir forbundet med følelser – «vi blir beveget av bevegelsene» (s. 22) og sier at det er en likhet mellom den klingende musikkens bevegelse og våre følelsesmessige bevegelser, som gjør at vi evner til å gjenkjenne følelser i musikken. Ut ifra disse synspunktene og informantenes tanker om

musikk, kan det dermed tenkes at musikk – alene, er bevegelse, kraft, energi og spenning som overføres til menneskets bevissthet og virker følelsesmessig og erkjennelsesmessig på oss?

Et interessant utsagn som både Stian og Kristine belyser, er at musikken kan være med å endre tanken. Stian forklarer at hvis man går og tenker på noe, kan musikken påvirke til å gå den ene retningen, fordi det kjennes rett. Han tenker at dette er en eller annen for bevegelse. Musikken blir her et bilde på indre kognitive bevegelser og som blir retningsgivende for hvilke retning en velger å ta. Hva ligger til grunn for denne påvirkningen? Som nevnt tidligere skriver Ruud at følelsene vi opplever i kroppen er verdifulle i livet og er retningsgivende for hva vi synes er viktig for oss. Ruud (2005) påpeker at musikk kan forandre sinnstilstander, og musikkopplevelsen «[...] kan bli retningsgivende for hva vi orienterer oss mot i livet.» (Ruud, 2005, s.43). Han antyder at når vi lytter til musikk så opplever vi at «kroppens tilstand vekkes og slippes fram for oss, og at vi blir gitt muligheten til å kjenne på og tydeliggjøre hvordan kroppen og vi selv «har det»». (Ruud, 2005, s.42). Stian sier at retningen man velger kommer på grunn av at «det kjennes rett». Altså musikken gir en slags følelsesmessig respons i kroppen som tydeliggjør hvordan kroppen kjennes og hvordan den har det, og dermed er retningsgivende for den retningen en velger. Hvilke valg en tar og hvilken musikk som ligger til grunn for den indre kognitive bevegelsen er nok individuelt betinget og kommer på bakgrunn av tidligere minner, musikalsk identitet, selvbiografi og kultur som personen har til musikken som det lyttes til. (Ruud, 1997: 2005).

Kristine, som jobber med barn i psykisk helsevern belyser også dette, men det er i forhold til samspillsituasjonen. «I samspill så får en tanken vekk fra noe annet» og dette «[...] endrer tanken underveis», sier hun. Ruud (2005) viser til hvordan samspill i musikkterapien skal «ta hensyn til den enkelte personlige og musikalske forutsetninger for at samspillet skal få positive konsekvenser» (s.108), der en tilpasser og tilrettelegger musikken slik at klientene skal oppleve mestring. Samspillet bygger dermed på mestring, glede og positiv opplevelse og slik jeg oppfatter Kristine så tenker jeg at dette positive og mestringsorienterte samspillet er med på å endre tanken til noe positivt. I samspillet opplever hun det skjer en endring, som hun kobler til tankens endring, og samspillets funksjon i musikkterapien er med på å skape en positiv indre kognitiv endring og bevegelse.

### 5.1.2 Musikkens fysiske bevegelse

Slik det fremkommer i empirien trekker informantene frem fysiske bevegelser og kroppslige fornemmelser som skjer når en hører musikk. Stian sier at musikken blir overført til kroppen uten at man tenker over det, og Nina sier at «vi blir kroppslig stimulert på en mer fysisk måte». Stian, Nina og Mia nevner fysiske bevegelser som skjer når de lytter til musikk. Stian sier at «det er helt naturlig å bevege seg etter musikk» og at «jeg måtte jobbe veldig hardt hvis jeg skulle stå helt i ro når jeg spilte sammen med folk». Mia sier «når du hører musikk, så er det veldig vanskelig å ikke bevege på et eller annet lem».

«Musical sound has great power to make us move», påpeker Godøy og Leman (2010, s. 103), og de poengterer at mennesket gjør bevegelse etter musikk enten ved å vugge kroppene, vinke med hendene etter rytmen til musikken eller imitere de bevegelsene som musikerne gjør.

Stian sier: «Altså, hvis man spiller bass, så er det helt naturlig at man begynner å nikke med hodet mens man spiller». Hva ligger til grunn for denne forklaringen? Min oppfatning er at vi alle har en slags mening, en tanke for hvordan bevegelsesmønsteret til en som spiller bass er. Den som spiller bass har til oppgave å holde «grooven», rytmen og pulsen i musikken og dermed blir det naturlig å uttrykke et mer rytmisk bevegelsesmønster når en spiller. Stian sin forklaring med «å nikke med hodet» kan være en naturlig forklaring på bevegelsesmønsteret for en som spiller bassgitar. Trolig tenker han seg et typisk bevegelsesuttrykk til en bassgitarist. Dette samsvarer med forklaringene til Godøy og Leman (2010).

Alle informantene viser til kroppslige reaksjoner når de lytter til eller spiller musikk, som å bevege føttene, nikke med hodet eller bevege på et eller annet lem. Jeg lurte dermed på hvordan musikken blir overført til kroppen og hva det er som gjør at vi blir kroppslig stimulert. De musikkrelaterte kroppsbevegelsene som er blitt nevnt her, blir kalt for musikalske gester. Aksnes (2006) definerer begrepet slik: «En musikalsk gest er en meningsbærende fysisk eller metaforisk bevegelse som er relatert til produksjon eller resepsjon av musikk» (s.20). Hun forklarer dette ut i fra at vi føler bevegelsen i musikken, og disse bevegelsene påvirkes til handling, og handlingen er et tegn på følelser. Godøy og Leman (2010) har også rettet søkelyset mot gester og musikalske gester. De hevder at musikalske gester kan forstås ut fra bevegelse i lyd, som toner som går oppover, rytme som har en slags galopperende karakter osv, og de er produsert gjennom kroppslige bevegelser. De musikalske gestene kan identifiseres ved lydrelaterte musikalske gester, og hele denne tilnærmingen innebærer at musikalsk kommunikasjon er fundamentalt drevet av bevegelse. De tror at

opplevelsen av musikk er nært knyttet opp til opplevelser av bevegelser, og forklarer dette ved at musikere lager musikk gjennom bevegelse, og mennesket veldig ofte lager, og tenker seg, bevegelse når de lytter til musikk (Godøy & Leman, 2010).

Musikken skaper bevegelse, ut i fra at musikken blir til av bevegelse. Og siden musikken også beveger mennesket følelsesmessig, kan dette ha en sammenheng. Musikkens rytme, intensitet og dynamikk rører et menneske følelsesmessig, men også kroppslig, og dette gir også utslag for kroppslig bevegelse.

## 5.2 Affektinntoning og koble sammen sanseintrykk

Under vil jeg drøfte affektinntoning og «koble sammen sanseintrykk» hver for seg. De går til en viss grad inn i hverandre, men slik informantene beskriver disse to komponentene, så har de noe ulike mål og ulik hensikt i den musikkterapeutiske tilnærmingen.

### 5.2.1 Affektinntoning

Nina, som arbeider med barn med utviklingsforstyrrelser, bruker musikk og bevegelse for å møte dem i deres affektive uttrykk. Hun forteller at barnet, som viser en høy spenning og som verken klarer å sitte i ro eller å konsentrere seg, ikke har kontroll over affekten. Måten hun møter barnet på er å «matche» barnets uro med musikken, og hun tar kroppen som utgangspunkt for musikalsk intervensjon. Hun lager musikk til det barnets kropp uttrykker ved å møte deres affektive uttrykk gjennom dynamisk spill. Hun sier at musikken «må passe til nivået av barnets uro», noe som hun selv ser, hører eller føler. Nina tar utgangspunkt i egne observasjoner, opplevelser og følelser i møte med barnet. Johansson (2010) påpeker viktigheten av å møte klienten der han er. «Når vi gjør det samme som klienten, søker vi deltakelse i det klienten gjør, og vi kan vise at vi ser klientens uttrykk og bekrefter at vi har oppfattet uttrykket» (Johansson, 2010, s.26). Men hvordan kan Nina vite at hun ikke går langt over eller under barns kompetanse eller oppfatningsevne i det samspillet hun prøver å tilby barnet, med utgangspunkt i sin egen oppfattelse og følelse?

Johns (2012) skriver i artikkelen, *Vitalitetsformer i musikk og kommunikasjon* at «Affektinntoning er en hovedmåte å erfare intersubjektiv deling i den terapeutiske relasjonen» (s.38), og det kan beskrives som en kroppsliggjøring av empati. Han sier videre at «Å kjenne seg forstått dreier seg om en opplevelse av samsvar mellom dynamiske hendelser som skjer inni en selv og måten disse fanges opp av den andre og gis svar» (Johns, 2012, s.38). Johns

påpeker videre at «Affektinntoning er ikke en imitasjon, men vil si at en plukker opp noen aspekter ved den annens vitalitetsform, som intensitet og temporal form, og matcher disse gjennom en annen kommunikasjonsform» (Johns, 2012, s.38). Johns (2012) har sett på hvordan vitalitetsformer kan vise seg som musiske dynamiske samværsopplevelser i møte med barn i psykoterapi og hvilken betydning dette får i den terapeutiske relasjonsprosessen. Vitalitetsformer og musikk har til fellestrekk at de utfolder seg i dynamiske krefter i tid, nært knyttet opp til bevegelse og har temporale forløp, og musikkens dynamiske forandringer kan sammenlignes og er i tråd med Stern sin teori om vitalitetsaffekt (Aksnes, 2006, Johns, 2012, Stern, 2003, Ruud, 2007).

Johns (2012) viser til eksempel ved at en matcher kroppslige bevegelser i tonefallet i stemmen. På en annen side kan en ta utgangspunkt i barnets kroppslige uttrykk og «tone seg inn» på barnets uttrykk. Johannson (2010) snakker om musikkterapeutens tilpasning av klientens energinivå, stemning, affekt eller følelsesuttrykk og sier påfølgende «Følelsesuttrykk eller energinivå [...] kan komme til syne i kroppens bevegelser, holdning, spenninger eller ansiktsuttrykk» (Johannson, 2010, s.28). Klienten uttrykker gjennom kroppen glede, engasjement, frustrasjon eller likegyldighet, og Johannson påpeker «[...] gjennom vår egen kropp kan vi formidle det samme tilbake til klienten» (Johannson, 2010, s.28).

Nina møter barnet ved å tilby dynamisk musikk til barnets uro. Barnet kan dermed relatere det hun gjør til noe som det gjør selv, og Nina illustrerer at barnets opplevelser og oppfatning blir slik: «[...] jeg hører hva jeg føler, eller ser kanskje det også, at jeg gjør sammen med henne». Videre sier hun at «Musikken jeg lager skal gi affekten en form» og forklarer at barnet skal kunne oppleve uroen som noe meningsfullt som kommer til uttrykk «og ikke bare er noe som flyter uregulert gjennom kroppen». Johannson (2010) påpeker at når musikkterapeutene ser og bekrefter klientens uttrykk, så kan de signalisere «at vi anerkjenner uttrykket som en meningsfull ytring i samhandlingen» (Johannson, 2010, s. 26). Dette kan skape mulighet for å gjøre noe sammen og være utgangspunkt for felles forståelse. Som nevnt tidligere beskriver musikken dynamiske kvaliteter, hvor musikkens liv og struktur fornemmer en sterk bevegelse i mennesket. Det kan dermed tenkes at musikken som Nina tilbyr bekrefter og anerkjenner barnets uro.

### 5.2.2 Å koble sammen sanseintrykk

Hvordan sanser et menneske? Samler alle sanseorganene (syn, hørsel, luktesans, smaksans, følelsesans og balanse) hele tiden opplysninger til nervesystemet i kroppen, eller er det noen sanseorgan som blir mer stimulert i en situasjon, enn i en annen, og i hvilken grad? Er det forskjell på hvordan et normalt fungerende menneske sanser fra et utviklingshemmet menneske? Sanser ikke et menneske hele tiden uavhengig av mennesketype? Kan vi si at et barn med utviklingsforstyrrelser og som ikke har kontroll over affekten, ikke har koblet sammen sanseintrykkene? Når er sanseintrykkene koblet sammen, og når er de ikke koblet sammen? Er inntrykkene koblet sammen når barnet er rolig eller når barnet er urolig? Hva betyr å koble sammen sanseintrykk, egentlig?

Vi sanser hele tiden gjennom kroppen, omgivelsene og sinnet som er i konstant interaksjon, og dette er en aktiv prosess (Jensenius, 2009). Vi handler multimodalt ved at sansene brukes samtidig og påvirker hverandre, og gjennom for eksempel å lytte til musikk, blir inntrykkene forstyrret av sansene, og dermed gir en kognitiv multimodal sansning av musikkopplevelsen. Fürst (2014) har i sin avhandling *Kropp, subjekt og sanser i samspill* utdypet forståelsen av sansenes mangfold og kompleksitet, da særskilt i møte med en hjerneskadet pasient. Hun sier «Min utfordring er å være åpen for en annen type hjerne, en skadet sådan, som sanser verden annerledes enn vi» (Fürst, 2014, s.199). Hun er opptatt av å forstå pasienten, som et «[...] erfarende, sansende kroppssubjekt» (Fürst, 2014, s.200) og viktigheten av det å forstå «[...] at flere sanser spiller sammen på mangfoldig vis» (Fürst, 2014, s.200). Jensenius (2009) poengterer også sansenes betydning i møte med døve og blinde som har trent seg opp til å bli profesjonelle musikere «Ved å kombinere de ulike sansene på forskjellige måter kan man kompensere for mangelen av en av sansene» (Jensenius, 2009, s.15). Fürst (2014) påpeker også at det er viktig å forstå sansenes samspill for å hjelpe pasienten til å fungere noenlunde i hverdagslivet.

Nina sier: «Når jeg jobber med å koble sammen sanseintrykk så er barnet ikke i en høy spenning, men barnet tar ikke kontakt med objekter som for eksempel instrumenter eller meg». Hun forklarer at barnet viser heller stereotypier, og ingenting virker motiverende eller interessant nok til at barnet søker kontakt, noe som ville vært normalt for andre barn. Det betyr ikke nødvendigvis at barnet har lite motivasjon – barnet har ikke nok etablert selvfølelse til å kunne utvikle en motivasjon eller interesse for noe, forteller hun.

Nina forteller om et barn som sitter og ser ut gjennom vinduet. Barnet viser ingen interesse for verken henne eller det som skjer i rommet, derfor lager hun en bilblues for å oppnå kontakt. Hun sier at dette er en intervensjon som skjer før man begynner å jobbe med sanseinntrykk. Hun tar utgangspunkt i teorien knyttet til utviklingspsykologien fra Stern som Karin Schumacher og Claudine Calvet - Kruppa (1999) har overført til musikkterapi. Barnet viser ingen tegn til kontakt og er dermed i relasjonsmodus 0. Etter hvert begynner barnet å respondere på musikken som Nina spiller. På grunn av musikkens dynamiske struktur begynner barnet å hoppe. Barnet hører dynamikken og Nina sier «Da går han på gulvet og hopper.» Videre sier hun: «Her begynner jeg å koble sammen sanseinntrykk for at barnet får en bedre kroppsopplevelse». Hun kaller denne relasjonen for relasjonsmodus 1, og hun har oppnådd kontakt med barnet, og kan herifra begynne å koble sammen sanseinntrykkene. Hun utdyper videre «Fordi barnet ikke har etablert selvfølelse, så kan barnet ha liten motivasjon eller interesse for det som skjer i rommet. Dermed prøver jeg å gi barnet en annen sensorisk stimulasjon for at barnet klarer å oppleve kroppen sin».

Nina viser til et eksempel der hun gjør det lettere for barnet å håndtere inntrykkene. «[...] det kan også være at jeg står bak barnet, at han ikke ser meg, at det bare er to forskjellige sanseinntrykk han kan ta i mot.» Her ser ikke barnet bevegelsen til Nina, men hører sangen som hun synger: «at han kan høre og kjenne kroppen, men ikke ser min bevegelse.» Han må dermed forholde seg til to sanseinntrykk og ikke tre. Denne måten å møte barnet på gjør at barnet opplever noe gjennom kroppen, som det kan skjønne kroppslig, utdyper Nina. «Jeg jobber med kroppsbevisstheten til barnet og da er det viktig at sanseopplevelser er synkroniserte, så at barnet får en positiv kroppsopplevelse.»

Når barnet klarer å koble sammen sanseinntrykkene, så viser barnet kontakt med blikket på ulike måter:

Nina: «[...] du ser at barnet begynner å se litt rundt i rommet eller leter etter en kilde som organiserer sanseinntrykkene, som at retningen av blikket går mot den organiseringskilden, enten mot meg, hvis jeg synger, kanskje mot munnen min, eller mot gitaren»

Ut i fra Ninas forklaring så hører, oppfatter og opplever barnet musikken i kroppen. Nina tenker at dette gir barnet selvopplevelse og bevissthet, både kroppslig og emosjonelt. Hun antyder også at disse faktorene er viktig for at en skal kunne være i kontakt med andre mennesker. I den intersubjektive handlingen som oppstår i dette samspillet gis det mulighet

for at barnet kan kjenne igjen ens egne følelser. Det dreier seg om å kunne regulere affekter, avstand og nærhet i ulike relasjoner.

Hvilke sansemodaliteter blir mest stimulert og koblet sammen i musikkterapien? I tråd med Jensenius (2009) multimodale sansing blir sanseorganene syn (visuelle), hørsel (auditive), følelse (emosjonelle), den taktile (berøring) og likevekt er de sansene som blir mest stimulert og «koblet sammen» i musikkterapien.

Fürst (2014) kommer med et interessant poeng i sin avhandling:

«Kanskje musikk kan betraktes som en ekstra sans utover hørsel? Det er ikke bare det å høre, men en bestemt form for lyd og rytme det dreier seg om. Det kan se ut til at musikk skaper noe eget i menneskenes kropp og sinn, en særlig kraft. Musikk ser også ut til å samspille med en annen sans, kinestese eller bevegelse» (s.204).

Nina bekrefter barnets kroppslige uro og uttrykk gjennom å forme, tilby og møte barnet i musikken. Hun opplever at barnet roer seg ned, hun oppnår kontakt og sammen har de en relasjon. Hva er det som egentlig ligger til grunn for denne forandringen? Er det fordi barnet har koblet sammen sanseintrykkene, eller er det fordi barnet opplever og føler en slags bekræftelse? Er det en bekræftelse på hva barnet gjør, hvor det er, hva det opplever i kroppen, sansemessig? Vil det da si at musikken gir et svar på den uroen som barnet kjenner på og uttrykker kroppslig? Og er det slik at i møtet med musikkterapeuten så opplever barnet en sansestimulering som gir en bekræftelse og en mulig bevisstgjøring på uroen barnet kjenner i kroppen? Kan vi også snakke om bevisstgjørelse av de ulike sanseapparatene, som vil si å komme til erkjennelse av noe og oppnå større psykologisk innsikt? Sansestimulering gjennom å lytte, se og føle de musikalske elementene som musikkterapeuten møter barnet med, er en aktiv prosess. Dette kan gi barnet en bevissthet rundt deres adferd, deres opplevelse, deres eksistens og tilstedeværelse. Barnets affekt blir regulert fordi affekten blir møtt, bekræftet og anerkjent. Musikken med sin rytme, dynamikk, intensitet og uttrykk er med på å bevisstgjøre barnets intensitet, uro og dynamiske uttrykk. Her blir det som barnet føler og opplever, ser og hører koblet sammen med musikken. Barnet ser, hører og føler det som musikkterapeuten spiller, og dette kan gi en form for bevissthet omkring sin egen uro.



### 5.3 Bevegelsen i det musikalske samspillet

Informantene forteller hvordan kroppen og bevegelsene danner utgangspunkt for musikalsk interaksjon og samspill. Der bevegelsen og kroppen danner grunnlag for interaksjonen som oppstår mellom dem og klienten.

#### 5.3.1 Kroppen og bevegelsen som utgangspunkt for musikalsk interaksjon

Nina forteller: «Jeg tar kroppen som utgangspunkt for musikalske interaksjon», og Stian sier «Jeg tror at man bruker bevegelse som et verktøy, hele tiden», og poengterer at man «matcher» kroppsspråket ganske mye.

Even Ruud (2007) har i artikkelen *Kropp og gester i musikalske samhandlinger* sett på sammenhenger mellom den musikalske interaksjonene som skjer i musikkterapien og dynamikken i samspillet mellom spedbarnet og den voksne. Samspillet mellom spedbarnet og omsorgspersonen foregår gjennom bevegelse, mimikk og blick, og relasjonen danner en omsluttende og omsorgsfull relasjon, og barnet opplever at dets følelser og uttrykk deles av andre. Både Ruud (2007), Trevarthen og Malloch (2000), Trondalen (2008) og Johansson (2010) støtter tanken om at musikkterapien bygger på sammenhengen og kommunikasjonen mellom spedbarnet og den voksne handling. Trevarthen og Malloch (2000) utdyper "The interplay between vocalisations, sounds and bodily movements is the medium of the music therapeutic relationship" (s.13), og Johansson (2010) påpeker « I musikkterapi kan man spille både på det kroppslige og det musikalske samspillet som er grunnleggende elementer i menneskers samhandling» (s.24). Ruud (2007) framhever viktigheten av å se på kroppens og gestens rolle i kommunikasjonen, ved å betrakte musikalske handlinger som gestiske handlinger i musikkterapien. Han har koblet disse sammenhengene til musikalsk improvisasjon, som er en sentral arbeidsmetode innenfor musikkterapien. Han skriver:

«En viktig diskurs for å legitimere bruken av musikalsk improvisasjon i musikkterapien har nettopp vært henvisningen til muligheten av å bruke musikk som ikke – verbal kommunikasjon, både i forhold til klienter som ikke har språk og der hvor ord har vært emosjonelt vanskelig tilgjengelig» (Ruud, 2007, s.125).

Min oppfatning etter å ha analysert intervjuet til Nina, bruker hun mye improvisasjon som arbeidsmetode i møte med barna. Hun påpeker at kroppen sier noe, den formidler noe. Barn med ulike utviklingsforstyrrelser kan ha utfordring med å uttrykke seg verbalt eller generelt

uttrykke hva de føler dermed kan kroppen uttrykke noe (Melhus, 2007, Horgen, 2010). Det er derfor hun tar utgangspunkt i kroppen, altså kroppsuttrykk og bevegelsen som barnet formidler, i den musikalske interaksjonen mellom henne og barnet. Hvilke følelsesmessige forhold som ligger til grunn for det kroppslige uttrykket barnet viser, kan være vanskelig for Nina å tolke eksakt i den musikalske interaksjonen. Hun påpeker i intervjuet at hun tar utgangspunkt i sine egne følelser eller kroppsopplevelser i møte med barnet, noe som kan kobles til den affektive inntoningen fra spedbarns - forskningen som er omtalt i kapittel 3.0.

Stian tenker også at man hele tiden bruker bevegelsen og kroppsspråket «som et verktøy» og «matcher» hverandre. Trevarthen og Malloch (2000) viser til at menneske samhandler med hverandre i stor hastighet og at vi synkroniserer i subtile og ubevisste rytmer av utvekslinger. De foreslår at våre impulsive kroppslige uttrykk av våre tanker er en forenlig dimensjon og at vi er i stand til å reagere instinktivt til hverandres reaksjoner og uttrykk. Både det kroppslige og det vokale uttrykket er et sterkt virkemiddel i menneskenes samhandling med hverandre og Trevarthen og Malloch (2000) kaller dette for «Communicative Musicality» (s.5).

Ut i fra Trevarthen og Malloch (2000) sine tanker på hvordan menneske samhandler med hverandre og reagerer instinktivt til hverandres reaksjoner og uttrykk, og Nina og Stian sine forklaringer med utgangspunkt i sine egne kroppslige og følelsesmessige tolkninger og reaksjoner i møte med sine klienter, så kan det tenkes at det hele tiden er «ubevisste» - instinktmessige handlinger og reaksjoner i den musikalske interaksjonen i musikkterapi.

### *5.3.2 Bevegelsen tydeliggjør pulsen, den blir mer visuell*

Stian, som driver med bandsamspill forteller viktigheten av å se hverandre når man spiller sammen: «man spiller jo sammen med hele kroppen, og det å se hverandre er kjempe viktig». Jensenius har i boken *Musikk og bevegelse* (2009) fokusert på å beskrive og forstå musikkrelaterte kroppsbevegelser, og bevegelsenes forhold til musikalsk lyd. Innenfor den kommunikative bevegelsen trekker han fram begrepet tiltrekningsbevegelsen som han forklarer med «Ideer om at to eller flere fysiske systemer kan ha en tiltrekningskraft på hverandre og lede til synkronisering» (Jensenius, 2009, s.88). I en musikalsk sammenheng så kan tiltrekningsbevegelsen finnes på forskjellige nivåer: «internt hos en musiker, i relasjon mellom musiker og instrument, eller mellom musikere» (Jensenius, 2009, s.88).

Stian angir at bandmedlemmene beveger kroppen i takt med musikken og at bevegelsen tydeliggjør pulsen i musikken gjennom å trampe takten med føttene, eller å vugge kroppen.

Johansson (2010) snakker også om tiltrekningsbevegelsen i form av at «Rytmen kan også tydeliggjøres gjennom bevegelser, som å nikke med hodet, gyngende med overkroppen eller trampe takten» (Johansson, 2010, s.33). Hun hevder at de fysiske elementene som er beskrevet ovenfor kan ha en tiltrekningskraft på hverandre og lede til synkronisering. Det vil da si at i musikkutøvelse kan bevegelse og musikk synkroniseres til hverandre, men hva som kommer først av lyden og bevegelsen er vanskelig å si da disse to elementene påvirker hverandre gjensidig. Godøy og Leman (2010) snakker om opplevelsen av musikken som er nært knyttet opp til opplevelser av bevegelser, og forklarer dette ved at musikere lager musikk gjennom bevegelse, og mennesket veldig ofte lager, og tenker seg, bevegelse når de lytter til musikk.

Stian snakker om hvordan pulsen og rytmen i musikken skaper bevegelse, og at det er veldig viktig å se hverandre, fordi man spiller sammen med hele kroppen. Når bandmedlemmer spiller sammen, skjer det en musikalsk synkronisering når medlemmene vugger kroppen, tramper takten mens man spiller. Dette leder til felles synkronisering i musikken. Stian sier noe om at bevegelsen kommuniserer i samspillet, og dette er viktig for at det skal være et samspill. Vil det da si at bevegelsen i bandsamspillet skaper samhold, fellesskap og relasjon? Og at bandmedlemmer er avhengig av tiltrekningsbevegelsen for å få felles synkronisering i musikken? Skaper det også felles oppmerksomhet, inntoning, opprettholdelse av kontakt og samhandling? Noe som vi kan trekke en kobling mellom de fire musikkterapeutiske teknikkene som Johansson (2010) presenterer i sin avhandling for å oppnå kontakt og etablering av et samspill. Ruud (2005) sier: «Musikalsk samspill skal [...] oppmuntre til deltakelse, til at det kollektive settes i bevegelse gjennom at musikken «svinger» og fellesskapet sveises sammen.» (s.109).

### 5.3.3 Kroppen og bevegelsens betydning for veiledningen i det musikalske samspillet

Når Stian skal veilede i det musikalske samspillet sier han at han markerer takskifte med kroppen. Han søker kontakt ved å bruke øynene og for å vise at «nå blir det en endring i musikken eller nå skal vi på en måte videre, [...] og ser på dem, full av forventning».

Stian sin beskrivelse av hvordan han bruker sin kropp for å veilede i det musikalske samspillet kan kombineres med både *lydkoordinerende bevegelse*, bevegelse som blir utøvd av en dirigent, og som er viktige for organiseringen og koordineringen av lydproduserende bevegelse hos musikere, eller *tiltrekningsbevegelsen*. (Jensenius, 2009, s.83 – 91).

Jeg antar at Stian spiller sammen med ungdommene og dermed blir den lydkoordinerende bevegelsen han utfører, mer indirekte tilnærmet, fordi han selv spiller på et instrument. Men han beskriver et tydelig kroppsspråk for å søke kontakt med ungdommene der øynene og kroppen signaliserer endringen som skjer i musikken, noe som en dirigent også signaliserer til sine musikere.

Mia forteller om en annen kroppslig tilnærming for å få klienten synkronisert til musikken som hun tilbyr. Hun bruker berøring for å betone musikkens struktur. Johansson (2010) skriver at «Man kan betone musikalske rytmer med berøring, kombinere svakt og lyst toneleie med lette berøringer, rolig musikk med rolig strykning eller hurtigere musikk med raskere berøringer som klapping» (s.35 – 36). Klienten som Mia forteller om, har nok mest sannsynlig et sansetap og dermed trenger en tydelig kroppskontakt fra musikkterapeuten for å få til en felles og synkronisert samspill. Mia sier «Jeg bruker min kropp for å hjelpe hennes kropp for å komme i senk». Tiltrekningsbevegelsen blir i denne situasjonen tilnærmet på en helt annen måte. Mia «kakker» rytmen på armen til klienten, eller hun holder klientens hånd i sin, og sammen beveger de armene i takt med musikken. Slik oppnår de synkronisering i musikken.

I musikkterapi blir som regel det musikalske samspillet ledet av musikkterapeuten, men for å etablere en felles rytme eller felles synkronisering i musikken, er det viktig at musikkterapeuten har et tydelig kroppsspråk og et bevegelsesmønster som står i samsvar med det musikalske uttrykket. Johansson påpeker at «Tiltrekningsbevegelsen i et musikalsk samspill kan... lede til synkronisering mellom musikkterapeut og klient, og slik hjelpe med å etablere en felles rytme» (Johansson, 2010, s.34). Trondalen (2008) snakker om «Tredjehet» som er «et billedlig uttrykk for gode måter å være sammen på i en terapeutisk relasjon» (s.32), og som forstås «som en fenomenologisk anerkjennende opplevelse av den andre, en anerkjennelse på et ikke – verbalt nivå» (s.32). Selv om bevegelsene ofte kommer av seg selv i det musikalske samspillet i musikkterapien, så oppmuntrer Johansson (2010) at musikkterapeuter bør ha en større bevissthet om dem, noe som jeg sier meg enig i.

### 5.3.4 Bevegelsens anseelse for deltakelse

De to eksemplene som Mia forteller om viser til musikkterapeutisk deltakelse på ulike nivåer og hvor bevegelsen fremmer deltakelse i musikkterapi. Det ene eksempelet viser til bevegelse på mikronivå, mens det andre viser hvordan en kroppslig respons på musikken skaper deltakelse.

Bruscia (1998) forklarer i kapittel åtte, under tittel *Opportunities for self – expression*:

“Clients often come to therapy because they need to express what they are experiencing inside, and because music provides myriad opportunities for helping them to do so. Music therapists engage clients in a wide variety of activities and experiences aimed at helping them to externalize, enact, release, ventilate, represent, project, or document their inner experiences” (s. 61 – 62).

Enkelte som kommer til musikkterapi trenger hjelp til å uttrykke hva de opplever på innsiden. Siden musikken kan, som nevnt ovenfor, bevege mennesket både følelsesmessig og kroppslig, så gir den utallige muligheter til å hjelpe klienten til å uttrykke de indre opplevelsene som skjer. Bruscia (1998) sier at musikkterapeuter skal engasjere klientene på mange ulike måter, og målet er å hjelpe dem til og blant annet uttrykke de indre opplevelsene.

Mia tenker at bevegelse i musikkterapien kan gå helt på mikronivå, men «det kommer an på hvordan man definerer bevegelse».

Eksempelet hvor Mia gjør musikkterapi for en mann som ligger ved dødsleiet, viser til bevegelsen på mikronivå. Ved å åpne øynene til det å knipe i handen til datteren, viste at han fikk med seg det som skjedde i rommet. Han kneip i handen til datteren rett etter at hun spurte om det var ok, og bevegelsen kommuniserte noe til henne. Bevegelsen uttrykte noe, og i dette tilfellet så trodde datteren at bevegelsen uttrykte en positiv respons på Mia sin musikalske tilnærming. Bevegelsen skapte kontakt. Videre påpeker hun:

«En person som er veldig syk, kan en ikke regne med skal hoppe, men kanskje bare det at han bevegde på en finger eller nikket med hodet, kan faktisk være et like bra tegn på at en deltar»

Å snakke om musikkterapeutisk deltakelse for en klient som ligger ved dødsleiet, vil jeg påstå er vanskelig å si noe om, i og med at klienten i denne stund bør få fred og ro til å kunne møte

døden uten noen form for forventninger. Jeg synes det er rart å analysere og evaluere hans bevegelse ut i fra en klinisk – terapeutisk setting, og si noe om bevegelsens betydning for deltakelse ved dødsleiet. Men det interessante i dette tilfelle er at bevegelsen skapte kontakt mellom far og datter. Bevegelsen responderte på datterens spørsmål, og han uttrykte noe og kommuniserte med datteren.

Mia trekker også fram et annet eksempel der bevegelsen skaper deltakelse. Dette var med en klient som satt og trampet takten og Mia valgte å gi han en tromme. Dette gjorde noe med han og han fikk være med å delta i gruppen. Hun sier « Bevegelse er veldig ok da. At en trenger ikke kanskje alltid å synge for å være med, men man kan også bevege seg eller være med på den måten.»

Bruscia (1998) uttrykker følgende: “Music is the art of expressing oneself in sound; through it, we turn inner body sensations, movements, feelings, and ideas into external sound forms that can be heard” (s.62).

Klienten sin kroppslige respons på musikken, fikk utslag via trommen og dette gav deltakelse. Dette gjorde noe med klienten, forklarte Mia, og jeg tenker at det var en positiv opplevelse for klienten.

Kristine forteller at hun opplever en stor forskjell på en time der pasienten har deltatt aktivt med spilling enn der bare hun har spilt for pasienten og pasienten har lyttet til det hun spiller. Hun sier «at de får bidra med noe selv, det er noe eget med det og faktisk, det å bevege seg og spille. Jeg er så glad når jeg får med noen å spille» Bevegelsen blir i dette tilfelle noe som er viktig for Kristine, en viktig faktor for hennes opplevelse i den musikkterapeutiske tilnærmingen. Hun sier at det handler noe om mestring for klienten, «at de får til det de prøver på», men det kan også tenkes at det skaper en mestring hos Kristine. Kristine får en kroppslig respons fra klienten som er tydelig og viser henne en tydelig deltakelse på det hun tilbyr. Hun sier også at det er en egen opplevelse med det å spille sammen. Kan det i dette tilfelle tolkes at Kristine opplever tydeligere kommunikasjon der bevegelsen i det musikalske samspillet skaper fellesskap og deltakelse. Hun opplever også en større nærhet mellom seg selv og pasienten og en kommunikasjon som er gjensidig. Bevegelsen i det musikalske samspillet blir her en viktig faktor for hva musikkterapeuten opplever. En mye mer tydelig deltakelse.

## 5.4 Å tilpasse musikk til bevegelsen

Informantene forteller hvordan de tilpasser musikken til bevegelsene som klientene uttrykker eller gjør. Siden de arbeider på ulike felt så blir denne tilpasningen utført på ulike måter.

Mia kommer med et eksempel hvor hun bruker spenningsakkorder for å motivere deltakerne til å holde en bestemt bevegelse: «Der de skal opp på tå eller der de skal holde beina en stund. Da prøver jeg å lage spenningsakkorder.» Hun understreker bevegelsen med musikken og gir dem en forståelse for hvor lenge de skal holde den bestemte bevegelsen. Hun sier også: «jeg bruker bevisst rytmisk musikk for eksempel, bevisst for å trigge aktivitet, også støtte oppom når personen setter i gang».

Eide (2008) støtter oppom Mia sine eksempler og sier noe om musikalske elementer i fys – mus tradisjonen: «Musikalske elementer som rytme, melodi, harmonikk, tempo, klangfarge osv. er med på å inspirere og motivere til å utføre de fastlagte bevegelsene.» (s.254)

I det tverrfaglige teamet som Mia er en del av, snakker hun om viktigheten av å følge gruppens tempo og regulerer musikken ut i fra gruppens spenningsnivå. Hun vektlegger også musikk som klientene kjenner att. Eide poengterer også:

«Musikken skal tilpasses gruppens tempo og følge gruppens dynamikk [...] Musikken skal være den faste rammen for timen. Den skal styre dynamikken og intensiteten. Den skal lære eleven å bli bevisst på hva vi synger med ord, og samtidig utføre bevegelsen mens musikken støtter. Den skal være en inspirator – og det er den.» (Eide, 2008, s.256)

Både Mia og Eide omtaler musikken som en inspirator og motivator for bevegelse, og det er viktig at musikken blir tilrettelagt ut i fra gruppens eller klientens tempo og dynamikk. De musikalske elementene er med på å motivere og inspirer til bevegelse.

Både Mia, Kristine og Nina snakker om å regulere musikken ut i fra klientens spenningsnivå eller bevegelsen som klienten gjør. Mia forteller hvordan hun justerer musikken ut i fra hvilke bevegelser og gester som klienten gjør, og forteller hvordan hun understreker disse bevegelsene i musikken. Nina snakker om å tilby musikken etter hvilken spenning barnet uttrykker, hvor hun former musikken ut i fra barnets affekt. Kristine snakker om å følge barnets bevegelse gjennom musikken.

Deres forklaringer samsvarer ut i fra den intersubjektive handlingen fra spedbarns - forskningen. Som nevnt i kapittel 3.0 foregår denne handlingen mellom spedbarnet og omsorgspersonen hvor dem «tuner seg inn» på hverandre gjennom gester, holdninger og ansiktsuttrykk. Musikalske elementer som puls, klang, tonehøyde, rytmisitet og timing inngår både i det vokaliserende og det kroppslige uttrykket i dette samspillet, og de bekrefter hverandres følelser, tanker og opplevelser. Musikken som musikkterapeutene tilbyr i den musikkterapeutiske tilnærmingen samsvarer med det musikalske uttrykket som skjer i den intersubjektive handlingen, og det skjer en kommunikativ musikalitet. Musikken blir en bekreftelse på klientens kroppslige uttrykk og affekt, og gjennom denne tilnærmingen kan klienten oppleve bekreftelse både på det følelsesmessig men og det kroppslige planet. (Trondalen, 2008).

## 5.5 Musikken gjør bevegelsen meningsfull

En interessant tanke som både Nina og Mia snakker om er musikkens betydning for bevegelsen.

Nina sier at «musikken klarer å forme bevegelsene til noe som er litt mer meningsfylt.» og Mia, «musikken er med på å sette bevegelsen inn i en meningsfull ramme». Nina tenker at musikken er med på å forme den ideen som barnet uttrykker inn i en meningsfull ramme. Musikken med sin struktur og form, er med på å forme og innhyller barnets ide og dermed roer ned det urolige barnet. Slik jeg forstår det så snakker Nina om de urolige og stressede bevegelsene som barnet uttrykker. Barnet uttrykker nok her en høy affektiv spenning og hun tenker at disse bevegelsene har lite mening og formål. Dermed kan musikken som hun tilbyr gi bevegelsen en mer meningsfylt bevegelse fordi hun møter barnets uro i musikken. Hun sier: « med musikken, gir denne bevegelsen litt mer form, kanskje begynnelse, pause, slutt, eller høydepunkt, slutt, pause, så blir denne bevegelsen kanskje mer musikalsk.» Bevegelsen blir musikalsk fordi musikken samsvarer til bevegelsen som barnet uttrykker.

Nina «tuner seg inn» etter barnets affektive uttrykk og dermed blir bevegelsene og den uroen barnet uttrykker mer meningsfylt. Musikken som Nina tilbyr har en struktur og en form og hun konkluderer med at musikken «skaper struktur, skaper form, gir mening, trygghet og en oppnår kontakt.».

Mia snakker også om hvordan musikken er med på å sette bevegelsen inn i en meningsfull ramme. I likhet med Nina så tenker hun også at musikken støtter oppom de bevegelsene som



skjer, men hun tenker mer at musikken er med på å bevisstgjøre bevegelsene, og dette er med på å skape mening for klienten.

Eide (2008) skriver «Det er musikken som binder alle aktivitetene sammen og gjør dem meningsfulle.» (s.254). Ut i fra fys – mus tradisjonen skaper musikken mening for bevegelsen. Musikken skaper en fast ramme som klientene forholder seg til, og som jeg diskuterte tidligere under temaet 4.4, tilpasser musikkterapeutene musikken ut i fra hvilken affektiv – og bevegelsesuttrykk klienten gjør. Dermed kan musikken i musikkterapi gi en meningsfull ramme for bevegelsen og som bevisstgjør klientens bevegelsesuttrykk.

## 5.6 Musikk som terapeutisk bevegelse

Stian trekker frem hvordan musikken gir forandring i kroppen. Han eksemplifiserer dette med utgangspunkt i ungdom som hører på musikk ut i fra hvilken kroppslig tilstand de er i eller ønske å være i. Fra musikkterapitimer som han utfører sammen med ungdommer kan han oppleve at noen ungdommer «[...] kan ... være ganske tunge i kroppen.» Han beskriver kroppsuttrykket deres, «de henger» og «de blir dratt ned mot bakken». Han sier også blant annet at «hvis man kommer inn og er supertung i kroppen, så er man ... ikke på veg noe sted, man sitter gjerne ... litt fast». Han trekker en parallell til musikken og sier: «Musikken har en slags energi og den er levende, den er på veg et sted». Det tunge preget som ungdommen viser med kroppen, forsvinner litt ut i timen, og han tror at dette er en form for bevegelse.

Even Ruud (2007) skriver i sin avhandling «Kroppens tilstedeværelse i persepsjonen kommer... til syne ved resepsjon av musikk, noe som gir begreper som kroppskognisjon og endret kroppstilstand en viktig plass i teorien om vårt forhold til musikk» (s.122). Ruud (2007) trekker frem den omtalte reseptive metoden i musikkterapi, BMGIM, *Bonny Method of Guided Imagery and Music*, i artikkelen *Kropp og gester i musikalske samhandlinger*. Her skriver han at under lytting til musikk skjer det en endring i bevissthetstilstanden. Men han fokuserer også på termen «endret kroppstilstand» og begrunner dette ut i fra at kroppen alltid befinner seg i en eller annen emosjonell tilstand. Han trekker fram hvordan man i fase 2 i BMGIM skal forberede klienten inn i en ny kroppstilstand, avspenning, og klienten skal rette bevisstheten innad, ved å stenge alle ytre og forstyrrende elementer ute. I denne fasen opplever klienten en endring i bevissthetstilstanden og kroppens tilstand er avspent og lettet. Han foreslår til slutt: «Med andre ord kommer kroppstilstanden før bevissthetstilstanden, eller

disse kan i hvert fall ikke sees atskilt fra hverandre» (Ruud, 2007, s.132). Kan det dermed tenkes at disse tilstandene, kroppstilstandene og bevissthetstilstandene, endres, ubevisst hos ungdommene når de lytter til musikk som de liker eller har et forhold til?

I boken *Musikk og identitet* (1997) snakker Ruud om den betraktende kroppen ut i fra «at vi er denne kroppen som vi betrakter alt ut i fra» (s.89), og kroppen blir dermed mer fundamental, og «den går forut for og inngår i selve måten vi orienterer oss i verden på» (s.89). Musikkopplevelsen i forhold til identitetsbegrepet forklarer han ut i fra:

«Det kan synes som enhver fortelling om musikkopplevelse tar utgangspunkt i en språkløs erfaring av musikk, et ordløst møte mellom en sansende kropp og et klingende musikkobjekt». (Ruud, 1997, s. 89)

Som nevnt i teorikapittelet 3.0 så handler det fenomenologiske musikkynet om «hvordan musikkens struktur og indre relasjoner kommer til uttrykk og oppleves av den menneskelige bevissthet» (Benestad, 1977, s. 399). I dette kapittelet presenterte jeg ulike synspunkter fra ulike musikkfilosofier, musikkestetikere og musikkteoretikere hvordan bevegelse inngår i synet på musikk og hvordan musikken kan virke følelsesmessig på oss. Benestad (1977) skriver i forlengelse av det fenomenologiske musikkynet den:

«forsøker ikke bare å beskrive opplevelser av klanglige fenomener, den beskriver først og fremst ikke – klanglige fenomener, dvs. vår bevissthet om fenomener som ikke kan gripes gjennom annet enn den menneskelige bevissthet, og som for så vidt ikke kan f.eks. ´måles og veies`. Uttrykt på en annen måte; det følelsesmessige og erkjennelsesmessige resultatet av det klingende verk. Her nevnes uttrykk som spenning, utløsning, bevegelse, tendens, driv, forventning, skuffelse, følelsesrespons, tilfredsstillelse o.l.» (Benestad, 1977, s. 399)

Musikkopplevelsen blir noen ganger oversatt til bevegelse gjennom termer som flytende, brusende, eksplosive og svevende og gir en slags kroppslig fornemmelse i kroppen. Even Ruud (1997) kommer med eksempler der musikkopplevelsen noen ganger oversettes direkte i bevegelse til musikk. «Jeg tok meg en springar og en gangar fordi det er noe jeg virkelig liker å danse! – Da lever jeg! Deilig å føle at en bare kan ´flyte av gårde` uten å tenke.» (Ruud, 1997, s.90). Her er umiddelbarheten fremtredende og kroppsforneemmelsen sammenliknes med «å flyte av gårde». Personen som Ruud presenterer blir så å si tvunget til bevegelse –

«uten å tenke». Musikkopplevelsen gir en kroppsformnelse og en kroppsfølelse som gir opplevelsen av «å leve».

Stian beskriver kroppsuttrykket til ungdommen med termen «den tunge kroppen» og skildrer dette uttrykket ut i fra «å ikke være på veg noen sted». Musikken skildrer han ut i fra termiske bevegelser som «den er på veg et sted», «levende» og «en slags energi». Ut i musikkterapitimen opplever han at det tunge preget forsvinner. Sammenliknet med eksempelet fra Ruud (1997) så skjer det en opplevelse i møte med musikken, uten helt å tenke over det, en kroppsformnelse som skaper en positiv forandring. Tilsynelatende så virker det som om ungdommen i møte med musikkens faste struktur og form skaper en kroppsformnelse som forandret kroppsuttrykket hans. Personen blir dermed tvunget til bevegelse – uten å tenke over det.

Kristine beskriver musikkopplevelsen ut i fra «å flytte ut av rommet», for de barna som ligger på isolat. Musikken hjelper til «å tenke seg til en annen plass». Musikken gir mulighet for å drømme seg vekk, til noe naturlig og til noe som er kjent.

Ruud (2005) påpeker at musikken skaper assosiasjoner til for eksempel dagdrømmer, flyktige eller fragmatariske assosiasjoner og at disse er individuelt betinget.

Musikken gir rom for å drømme seg vekk, til noe naturlig og til noe som er kjent. Barnet som ligger på isolat får i møte med musikken mulighet til å drømme seg vekk, til en annen plass.

## 6.0 Konklusjon

I denne studien har jeg søkt å finne svar på den eksplorerende problemstillingen *På hvilken måte er musikkterapeuter bevisst musikk og bevegelse i sitt musikkterapeutiske arbeid?* Siden jeg intervjuet fire informanter med noe ulike musikkterapeutisk praksis, ble besvarelsene deres noe ulik. Jeg opplevde at informantene hadde ulik erfaring og bevissthet omkring musikk og bevegelse i sitt musikkterapeutiske arbeid. To av informantene hadde et bevisst forhold til musikk og bevegelse, noe som kanskje ikke er så rart i og med den ene arbeidet i eldreomsorgen med temaet musikk og bevegelse, og den andre hadde musikkterapeutisk praksis med barn hvor fokuset var sansestimulering og affektivregulering. Den tredje informanten, derimot, som også hadde musikkterapeutisk praksis med barn, hadde ikke et bevisst forhold til bruken av musikk og bevegelse, før jeg kontaktet vedkommende og

vedkommende fikk tenkt seg om. Den siste informanten, som drev musikkterapeutisk praksis med ungdom, hadde ikke en bevisst tanke om musikk og bevegelse, men i løpet av intervjuprosessen så dukket det opp mange interessante tanker omkring temaet. I løpet av intervjuet ble alle informantene mer oppmerksomme og bevisste på bruken av musikk og bevegelse i sitt musikkterapeutiske felt, og de kom med interessante og spennende tanker om hvordan musikk og bevegelse er en integrert del i deres musikkterapeutiske tilnærming. Mine antakelser, som jeg presenterte innledningsvis (som tok for om musikkterapeuter som arbeider med barn, utviklingshemmede mennesker eller eldre både bruker og har et mer bevisst forhold til musikk og bevegelse i sin musikkterapeutiske praksis enn andre), får meg til å spørre: Er musikkterapeutens fokus på musikk og bevegelse avhengig av klientgruppen? Eller handler dette mer om musikkterapeutens interesse, motivasjon, fokus eller arbeidsforhold? Ut i fra denne studien kan det se ut som at musikkterapeutene som arbeider med barn og eldre har et større fokus på dette temaet, selv om en av informantene som arbeidet med barn gav uttrykk for å være lite bevisst bruken av musikk og bevegelse i forkant av intervjuprosessen.

Med utgangspunkt i diskusjonen og refleksjonene rundt musikk og bevegelse i musikkterapi, vil jeg påstå at musikk og bevegelse er gjensidig avhengig av hverandre i musikkterapien. Musikken i seg selv er bevegelsesenergi som er sammensatt av kraft, spenning, dynamikk, rytme og bevegelse i for eksempel tonehøyde. Disse elementene oppfattes og føles av den menneskelige bevisstheten, og musikken skaper dermed indre kognitive og følelsesmessige bevegelser hos mennesket. Dette overføres til kroppen og gir kroppslige bevegelser og reaksjoner.

Musikkopplevelsen i musikkterapi kan gi flyktige kroppsopplevelser og kroppsfornemmelser som vanskelig lar seg forklare med ord. Musikken i seg selv er dermed med på å skape en indre kognitiv og emosjonell opplevelse som klienten bevisst eller ubevisst opplever i kroppen, og som skaper en endring både følelsesmessig og kroppslig. Den kan også bli retningsgivende for hvilke valg en tar med utgangspunkt i hvordan musikken både føles og kjennes i kroppen, og ut i fra dette gir musikken kognitive endringer. Opplevelsen av musikk er også nært knyttet opp til opplevelser av bevegelser og musikken blir til gjennom kroppslig bevegelse. Musikk er hovedsakelig en kombinasjon av lyd og bevegelse. Dette danner grunnlag for musikkrealterte kroppsbevegelser som er meningsbærende fysisk, eller metaforisk bevegelse som er relatert til produksjon eller resepsjon av musikk.

I musikkterapi blir den musikalske kommunikasjonen overført mellom klient(ene) og musikkterapeuten, og omvendt. Her blir bevegelse, musikalske gester og kroppsuttrykk en kontinuerlig samhandling som gjensidig påvirker, oppfattes og tolkes, både bevisst og ubevisst av deltakerne i musikkterapirommet. I musikkterapien legges det mye vekt på non – verbal kommunikasjon, og oppgaven til musikkterapeuten blir hele tiden å oppfatte, tolke og analysere klientens kroppsuttrykk og handling og ta dette inn i den musikalske samhandlingen mellom dem og klienten. Vitalitetsaffekter blir som regel uttrykt gjennom kroppen i musikkterapi, og det er derfor viktig som musikkterapeut å fange opp disse uttrykkene, slik at klienten kan få svar på om opplevelsene kan deles. Ved bruk av musikalske elementer som puls, tonehøyde, klang, dynamikk og rytme i det musikalske uttrykket som musikkterapeuten tilbyr i møte med klientens vitale og kroppslige uttrykk, gis det mulighet til å regulere spenningsnivå, samt sansestimulering.

I følge informantene fra denne studien, tydeliggjøres og åpnes det opp fire grunnleggende faktorer som er viktig i den musikkterapeutiske praksisen. Disse fire faktorene omhandler samspill, relasjon, deltakelse og inkludering. Bevegelsen som kommer til syne i møte med musikken, eller blir uttrykt i samspillsituasjoner, styrker den terapeutiske relasjonen. Dette kommer på grunnlag av at bevegelsen uttrykker noe og kommunisere noe og gjør at deltakerne synkroniserer seg med hverandre og skaper samspill. Når musikkterapeuten oppfatter og inkluderer klientens musikalske bevegelse, gir det rom for musikkterapeutisk deltakelse og inkludering i det musikalske samspillet. Klienten opplever seg anerkjent og bekreftet, og dette skaper en positiv opplevelse for klienten.

### *6.1 Videre forskning på feltet*

Jeg vil følgende komme med forslag til hva jeg tenker er viktig å fokusere på i videre forskning av musikk og bevegelse i musikkterapi.

Av litteratur som allerede finnes i musikkterapi omhandles fokus på intersubjektiv samhandling fra spedbarns – forskningen og dens betydning for det musikalske samspillet som vektlegges i musikkterapien. Det er et økende fokus på kroppens tilstedeværelse med vektlegging på sansende kroppssubjekt i møte med den musikkterapeutiske tilnærmingen, og hvordan musikken skaper indre og ytre bevegelser. Litteraturen viser også til musikkterapeutiske teknikker som er relevant i forhold til å danne terapeutisk relasjon gjennom kroppsbaserte musikalske handlinger.

Ut i fra denne studien, hvor jeg gjennom syntese av teori og empirisk data har funnet svar på den eksplorerende problemstillingen, kunne jeg på mange områder hatt et ønske om å sette meg mer inn i teorien som finnes om feltet. Men på grunn av oppgavens omfang, så har jeg måttet gjøre noen begrensninger her. Hver av oppgavens hovedtema kunne mest sannsynlig utgjort en egen masteroppgave, og med utgangspunkt i de små deltemaene som jeg har presentert, kunne dette danne grunnlag for nye problemstillinger. Når jeg likevel har valgt å ta med de ulike hovedtemaene i begrenset omfang, så er det med tanke på å gi et bredere bilde og vise til ulike innfallsvinkler og tilnærminger musikk og bevegelse utgjør i den musikkterapeutiske praksisen.

Mitt håp er at min studie kan danne grunnlag for videre forskning på feltet. Studenter ved musikkterapiutdannelsen kunne inkluderes inn i forskning mot musikk og bevegelse, og studien er et viktig bidrag til den musikkterapeutiske utdannelsen hvor musikk og bevegelse kunne fått et større fokus i undervisningen.

Mennesket kommuniserer med hele kroppen, og med utgangspunkt i at kroppen hele tiden sier noe, er det interessant å gå mer i dybden på hvordan kroppslig uttrykk inkluderes og tas med i musikkterapi for å få en større terapeutisk tilnærming. Med en større bevisstgjøring av det kroppslige og det musikalske uttrykket i den musikkterapeutiske tilnærmingen, vil det kunne gi en enda større terapeutisk forandring. Det skjer mye kroppslig kommunikasjon i musikkterapi, som man kanskje oppfatter, men som ikke alltid er bevisst i møte med klientene. Med et enda større fokus og bevisstgjøring omkring kroppens bevegelsesuttrykk i møte med musikken, vil en kunne åpne opp for nye teoretiske perspektiver og musikkterapeutiske tilnærminger som er med på å gi en større terapeutisk endring. Videre kunne man gått nærmer inn på og forsket systematisk på bevegelsesrepertoar og overføring av bevegelsesmønstre mellom klienten og musikkterapeuten, spesielt i samspillsituasjonen.

Jeg har i oppgaven presentert ulike terapeutiske tilnærminger med fokus på musikk og bevegelse. Med utgangspunkt i GIM-tradisjonen, som åpner opp for samtale på det kognitive og emosjonelle nivået, ville det vært interessant å rette fokus på hvor i kroppen musikken oppleves. Hvor sitter spenningene? Hvor i kroppen kommer musikken til uttrykk? Med denne innfallsvinkelen vil en kunne skape en større bevissthet om hva kroppen formidler og hva kroppen vil uttrykke i møte med musikken. Det vil også kunne gi en økt kroppsbevissthet, som kan være med på å skape en større terapeutisk forandring.

## Litteraturliste:

- Aksnes, H. (2006) Kropp og sinn i skjønn forening: Perspektiver på musikalsk mening, I *Svensk tidskrift för musikforskning*, musikforskning.se, s. 11 – 26.
- Alvesson, M. & Sköldberg, K. (1994) *Tolkning och reflektion: Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*, Lund: Studentlitteratur.
- Benestad, F. (1977) *Musikk og tanke, Hovedretninger i musikkestetikkens historie fra antikken til vår egen tid*, 2. opplag, Oslo: Aschehoug & co.
- Berg, M. (2011) *Bevegelse som intervensjon og kilde til terapeutisk endring*, Hovedoppgave ved psykologisk institutt, Universitetet i Oslo.
- Bjørkvold, J.R. (1996) *Det musiske mennesket – Barnet og sangen, lek og læring gjennom livets faser*, 5. utgave, Oslo: Freidig forlag.
- Brinkmann, S. & Kvale, S. (2009) *Det kvalitative forskningsintervju*, 2. utg, Oslo: Gyldendal akademisk.
- Bruscia, K. (1998) *Defining music therapy*, 2<sup>nd</sup> ed, USA: Barcelona Publishers.
- Dalland, O. (1993) *Metode og oppgaveskriving for studenter*, Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Dalland, O. (2000) *Metode og oppgaveskriving for studenter*, 3.utg., Oslo: Gyldendal akademisk.
- Eide, I.B. (2008) Fys – mus – tradisjonen i norsk musikkterapi, I: Ruud, E & Trondal, G. (red.), *Perspektiver på musikk og helse – 30 år med norsk musikkterapi*, Skriftserie fra Senter for musikk og helse, NMH – publikasjoner 2008:3. Oslo: Unipud, s. 253 – 262.
- Engelsrud, G. (2006) *Hva er kropp?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Fürst, E.L. (2014) Kropp, subjekt og sanser I samspill, *Norsk Antropologisk Tidsskrift*, Vol. 25, Nr. 3 – 4, s. 194 – 207, Oslo: Universitetsforlaget.
- Gibson, J.J. (1979) *The Ecological Approach to visual perception*, NY: Houghton Mifflin.
- Godøy, R.I. & Leman, M. (2010) *Musical Gestures sound, movement and meaning*, New York & London: Routledge Taylor & Francis Group.

- Hart, S. & Schwartz, R. (2009) *Fra interaksjon til relasjon – tilknytning hos Winnicott, Bowlby, Stern, Schore & Fonagy*, Oslo: Gyldendal akademisk.
- Horgen, T. (2010) Å sette seg selv i spill: Om ansvar, moral, etikk og utfordringer i møte med barn med multifunksjonshemming, I: Stensæth, K., Eggen, A.T. & Frisk, R.S. (red) *Musikk, helse, multifunksjonshemming*, 2, NMH – publikasjoner, Oslo: Uniped.
- Jensenius A.R. (2009) *Musikk og bevegelse*, Oslo: Unipud forlag.
- Johns, U. T. (2012) Vitalitetsformer i musikk og kommunikasjon, I: Stensæth, K. & Trondalen, G. (red.) *Barn, Musikk, Helse, Skriftserie fra Senter for musikk og helse*, 3, NMH-publikasjoner, Oslo: AIT Oslo AS, s. 29-43.
- Johansson, K. (2010) Kroppslig samspill i musikkterapi. I: Eggen, A.T., Frisk, R.S., Stensæth, K. (red.) *Musikk, helse, multifunksjonshemming, Skriftserie fra Senter for musikk og helse*; 3, NMH-publikasjoner, Oslo: Unipud. s. 23 – 40.
- Kvale, S. (1997) *Det kvalitative forskningsintervjuet*, Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Kvale, S. (2006) *Det kvalitative forskningsintervju*, 8.opplag, Oslo: Gyldendal Norsk forlag AS.
- Lærgreid, S.S. (2006) *Hermeneutikk - en innføring*, Oslo: Spartacus forlag.
- Malterud, K. (2011) *Kvalitative metoder i medisinsk forskning - en innføring*, 3.utg., Oslo: Universitetsforlaget.
- Melhus, C.H. (2007) *Hva karakteriserer autister, og hvilke utfordringer får skolen i møte med dem? – en teoretisk studie og et innovasjonsarbeid for å bedre inkludering av en autist*, Hovedoppgave ved utdanningsvitenskapelige fakultetet, Pedagogisk forskningsinstitutt, Universitetet i Oslo.
- Moe, S. (2009) Et kroppsfenomenologisk perspektiv på fysisk aktivitet og bevegelse, *Fysioterapeutens retningslinjer*, på [www.fysioterapeuten.no](http://www.fysioterapeuten.no), fagartikkel, nr.4, s. 17 – 21.
- NESH, *Den nasjonale forskningsetiske komite*, tilgjengelig: <https://www.etikkom.no/>.
- Olsson H. & Sørensen S. (2003) *Forskningsprosessen, Kvalitative og kvantitative perspektiver*, Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.



- Ponty, M.M. (1994) *Kroppens fenomenologi*, Oslo: Pax Forlag.
- Postholm, M.B. (2005) *Kvalitativ metode – en innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasesstudier*, Oslo: Universitetsforlaget.
- Ruud, E. (1997) *Musikk og identitet*, 4.opplag, Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Ruud, E. (2007) Kropp og gester i musikalske samhandlinger, *Psyke & Logos*, 28, s. 122 – 137.
- Ruud, E., (2005) *Varme øyeblikk, om musikk, helse og livskvalitet*, Oslo: Uniped forlag.
- Ryen, A. (2002) *Det kvalitative intervjuet - fra vitenskapsteori til feltarbeid*, Bergen: Fagbokforlaget.
- Schumacher, K. & Kruppa, C.C. (1999) The “AQR” – an analysis system to evaluate the quality of relationship during music therapy, *Nordic Journal of Music Therapy*, 8 (2), s.188 – 191.
- Smagorinsky, P. (2008) The Method Section as Conceptual Epicenter in Constructing Social Science, *Saga Publication*, Vol; 25, Nr.3, s.389 – 411.
- Smith, J.A, Flowers, P. & Larkin, M. (2009) *Interpretative Phenomenological Analysis – Theory, Method and Research*, Sage publications.
- Stern, D.N. (2003) *Spedbarnets interpersonlige verden*, Oslo: Gyldendal akademisk.
- Taylor, D.B. (2010) *Biomedical foundations of music as therapy*, 2<sup>nd</sup> ed, Barton Publication.
- Thaut, M.H. (2005) *Rhythm, Music and the brain – scientific foundations and clinical applications*, N.Y & London: Routledge.
- Tetzchner, S.V. (2001) *Utviklingspsykologi, Barne – og ungdomsalderen*, Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Trevarthen, C. & Malloch, S.N. (2000) The dance of wellbeing: Defining the music therapeutic effect, *Nordisk tidsskrift for musikkterapi*, 9:2, s.3 – 17.

Trevarthen, C. (2000) *Musicality and the intrinsic motive pulse: Evidence from human psychobiology and infant communication*, ESCOM: European Society for the cognitive sciences of music, s. 155-215.

Trondalen, G (2008) Musikkterapi: Et relasjonelt perspektiv, I: Ruud, E & Trondal, G. (red.), *Perspektiver på musikk og helse – 30 år med norsk musikkterapi*, Skriftserie fra Senter for musikk og helse, NMH – publikasjoner 2008:3. Oslo: Unipud, s. 29 – 48.

Wigram, T., Pedersen, I.N. & Bonde, L.O. (2002) *A comprehensive Guide to Music Therapy – Theory, clinical practice, Research and Training*, UK: Jessica Kingsley Publishers.

Wigram, T. Saperston, B. & West, R. (2000) *The art and science of music therapy: A handbook*, 4. Utg. N.Y & London: Routledge, Taylor & Francis Group.

## Vedlegg



Harald Hårfagres gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org.nr. 985 321 884

Simon Gilbertson

Griegakademiet - Institutt for musikk Universitetet i Bergen

Postboks 7800

5020 BERGEN

Vår dato: 24.09.2014

Vår ref: 39885 / 3 / KH

Deres dato:

Deres ref:

## TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 17.09.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

*39885*

*Behandlingsansvarlig*

*Daglig ansvarlig*

*Student*

*Musikk og bevegelse i musikkterapi*

*Universitetet i Bergen, ved institusjonens overste leder*

*Simon Gilbertson*

*Karen Bårdsen*

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.12.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Kjersti Haugstvedt

Kontaktperson: Kjersti Haugstvedt tlf: 55 58 29 53

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Karen Bårdsen [karen.bardsen@student.uib.no](mailto:karen.bardsen@student.uib.no)

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

*Avdelingskontorer / District Offices:*

*OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. [nsd@uio.no](mailto:nsd@uio.no)*

*TROMSØ: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. [kyrre.svarva@svt.ntnu.no](mailto:kyrre.svarva@svt.ntnu.no)*

*TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. [nsdmaa@sv.uit.no](mailto:nsdmaa@sv.uit.no)*



### Prosjektvurdering - Kommentar

---

Prosjektnr: 39885

Personvernombudet finner informasjonsskrivet til utvalget tilfredsstillende utformet.

Forventet prosjektslutt er 01.12.2015. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. arbeidssted, alder og kjønn)
- slette opptak

#### BEKREFTELSE PÅ ENDRING

Vi viser til statusmelding mottatt 09.12.2015.

Personvernombudet har nå registrert ny dato for prosjektslutt 01.08.2016.

Det legges til grunn at prosjektopplegget for øvrig er uendret.

Ved ny prosjektslutt vil vi rette en ny statushenvendelse.

Hvis det blir aktuelt med ytterligere forlengelse, gjør vi oppmerksom på at utvalget vanligvis må informeres ved forlengelse på mer enn ett år utover det de tidligere har blitt informert om.

Ta gjerne kontakt dersom du har spørsmål.

Vennlig hilsen,  
Marianne Høgetveit Myhren - Tlf: 55 58 25 29  
Epost: [marianne.myhren@nsd.no](mailto:marianne.myhren@nsd.no)

Personvernombudet for forskning,  
Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

Tlf. direkte: (+47) 55 58 81 80