

Indhold

Indhold.....	1
1. KAPITEL: INDLEDNING	3
Baggrund	3
Problemformulering	4
Afgrænsning og genstandsfelt	4
Forforståelse	5
Metodologi	7
<i>Begrundelse for valg af analysemetode</i>	8
<i>Beskrivelse af analysemetode</i>	10
Specialets opbygning	12
2. KAPITEL: TEORI	13
Sorg og sorgarbejde	13
<i>Tab</i>	13
<i>Sorg</i>	15
<i>Sorgarbejde</i>	16
<i>2-spors-modellen</i>	17
<i>Kompliceret sorg og sorgarbejde</i>	19
Musikterapi i sorgarbejde	21
<i>Improvisation i musikterapi</i>	22
<i>Ruth Bright</i>	23
<i>Henk Smeijsters</i>	25
<i>Analogi</i>	26
Opsamling på teori	27
3. KAPITEL: EMPIRI	29
Præsentation af case	29
<i>Ydre rammer for musikterapiforløbet</i>	29
<i>Beskrivelse af "Karen"</i>	29
<i>Mål og metoder i musikterapien</i>	31
<i>Faser og udvikling i musikterapiforløbet</i>	31
Analyse	33
Datamateriale	34

<i>Kriterier for udvælgelse af videoklip</i>	35
Beskrivelse af improvisationer	36
<i>Grafisk notation</i>	37
Analyse af videoklip	43
Improvisationsnarrativer	44
Improvisationsnarrativerne set i lyset af teorien om analogi	49
Sammenlignende analyse	51
Opsamling på empiri	53
4. KAPITEL: DISKUSSION	54
Improvisation og forsinket sorg	54
<i>Ubevidst udtryk</i>	54
<i>Kontrol i musik</i>	55
<i>Verbal refleksion</i>	56
Delkonklusion	57
Klinisk anvendelighed	58
<i>Terapeutiske refleksioner</i>	58
<i>Kontrol og kaos i sorgarbejde</i>	59
<i>Improvisation i 2-spors-modellen</i>	60
Delkonklusion	61
Diskussion af undersøgelse	62
<i>Case- og dataudvælgelse</i>	63
<i>Analysemetode</i>	64
<i>Validitet</i>	65
<i>Etiske overvejelser</i>	66
<i>Negativ case analyse</i>	66
<i>Generaliserbarhed</i>	67
Delkonklusion	68
5. KAPITEL: KONKLUSION	69
Perspektivering	70
Litteraturliste	71
Bilagsoversigt	74

1. KAPITEL: INDLEDNING

Baggrund

Gennem hele kandidatdelen på musikterapiuddannelsen har jeg været interesseret i sorgarbejde. Det startede med en interesse for sjælesorg og psykoterapi samt refleksioner om musikterapis rolle i den forbindelse. I forbindelse med 7. semesters synopsis indsnævrede jeg fokus til kun at omhandle sorg. Jeg fik her et overblik over, hvilke behov og målsætninger musikterapi i sorgarbejde kunne tilgodese samt et overblik over forskellige musikterapeutiske metoder, der blev brugt inden for området.

Min 8.semesters litteraturgennemgang fokuserede på musikterapi med børn og unge i sorg og på rationalerne for at bruge musikterapi i sorgarbejde, fx den særlige mulighed for nonverbalt udtryk. Til eksamen blev det tydeligt for mig, at af de mange forskellige metoder og teknikker, en musikterapeut bruger, er improvisation en af vores kernekompetencer, og vi er de eneste, der uddannes deri.

Jeg har altid holdt meget af at improvisere, og i min praktik på 9.semester ved Kræftens Bekæmpelse fik jeg mulighed for at kombinere min interesse for sorgarbejde og improvisation i et individuelt terapiforløb med en 60-årig kvinde, som havde mistet sin mand, og som havde problemer med at komme i gang med sit sorgarbejde. Det var min oplevelse, da improvisation blev introduceret, at det førte til gennembrud i terapien; at det var noget 'der rykkede'. Samtidig overraskedes jeg flere gange over klientens reaktioner og verbale udsagn under improvisation. Det er denne undren og oplevelsen af, at improvisation bidrog med noget særligt i sorgarbejdet, der er min personlige motivation for at skrive dette speciale.

I megen af den litteratur, jeg har læst, beskrives såvel positive erfaringer i klinisk praksis som signifikante og valide forskningsresultater med musikterapi i sorgarbejde (Jacobsen, 2009 og 2010). Jeg fandt dog (i 8.semesters litteraturgennemgang), at musikterapi ofte omtales generelt, og at artiklerne ikke altid ekspliciterer hvilke metoder og teknikker, der er anvendt. Når metoder og teknikker ikke er bedre beskrevet, kan det være svært at vide, om musikterapeuten vælger metode og teknikker ud fra intuition, erfaring eller teori (Jacobsen, 2010, s.20).

Henk Smeijsters (1999) er, så vidt jeg ved, en af de få, der har forsket i improvisation i sorgarbejde. Hans guidelines og hypoteser, om hvordan improvisation bidrager til klientens udviklingsproces i sorgarbejde, mangler dog at blive undersøgt i andre sammenhænge. Derfor er jeg også fagligt motiveret til at undersøge mine oplevelser med improvisation i sorgarbejde.

Problemformulering

Jeg har en antagelse om, at improvisation i musikterapi kan bidrage til klientens udviklingsproces i sorgarbejde, og jeg er interesseret i at undersøge, hvad det var, der skete i improvisationerne i det nævnte individuelle forløb, der viste sig at få positiv betydning for sorgarbejdet.

Min problemformulering lyder derfor:

"Hvordan kan improvisation i individuel musikterapi igangsætte sorgarbejde hos en kvinde med forsinket sorg?"

Afgrænsning og genstandsfelt

Jeg differentierer i dette speciale mellem naturlige sorgforløb og komplicerede sorgforløb, hvor man har brug for professionel hjælp (sorgterapi) til at komme videre. Mit fokus er på 'forsinket sorg', som er et eksempel på et kompliceret sorgforløb, hvilket jeg uddyber i såvel teoriafsnit som i casepræsentation. Man kan også have brug for hjælp ved naturlige sorgforløb, men der er i så fald mere tale om sorgrådgivning end om decideret sorgterapi.

Mit fokus er endvidere på individuel terapi med et voksent menneske indenfor normalområdet, dvs. ikke børn eller unge og ikke gruppe-musikterapi, selv om megen musikterapi i sorgarbejde foregår i grupper.

I denne kontekst er der tale om musikterapi på et intensivt og primært niveau, hvor musik bliver brugt som terapi i modsætning til i terapi, som formuleret af musikterapeut Kenneth Bruscia (Bruscia, 1998, s.173). Der er fx ikke tale om healing, rådgivning eller tværfagligt samarbejde. Musikterapi er her den eneste behandlingsform, og den opererer på et psykodynamisk niveau.

Mit genstandsfelt er improvisation i aktiv musikterapi¹ og ikke andre (fx receptive²) musikterapeutiske metoder, velvidende at mange musikterapeuter arbejder eklektisk i sorgarbejde. Jeg definerer improvisation i musikterapi med professor i musikterapi Tony Wigrams ord:

Any combination of sounds and sounds created within a framework of beginning and ending....in an environment of trust and support established to meet the needs of the client. (Wigram, 2005, s.37).

Jeg beskriver improvisation som musikterapeutisk metode nærmere i teoriafsnittet.

¹ Jeg har valgt at bruge termen 'improvisation i musikterapi' for at adskille det fra traditionel musikalsk improvisation. 'Improvisation i musikterapi' kan sidestilles med 'klinisk improvisation', som det ofte beskrives i litteraturen (fx Bonde et al., 2001).

² Receptiv musikterapi er en "fællesbetegnelse for metoder, der anvender musiklytning til kliniske formål, med individuelle klienter eller i gruppeterapi." (Bonde et al., 2001, s.294).

Endelig vil jeg placere dette speciale i forhold til Bruscias (1998) systematiske oversigt over klienters forskellige oplevelser af musikkens egenskaber.

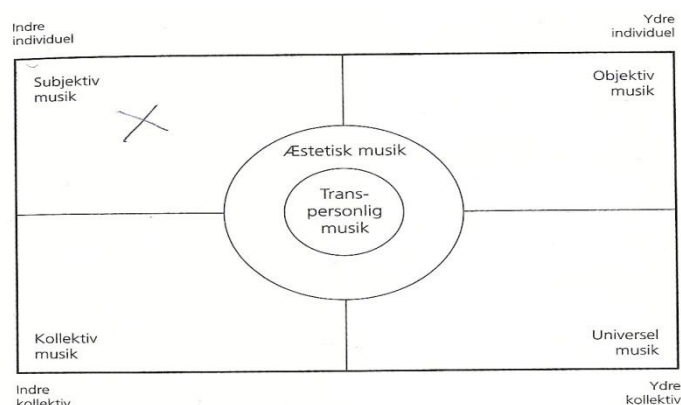


Fig. 1: Musikterapiens seks dynamiske musik- og oplevelsestyper.

Som krydset indikerer, befinder vi os i denne sammenhæng i øverste venstre hjørne, som er det indre, individuelle kvadrant. Her er fokus på den subjektive musik: "Det er musikken som selvudtryk– og analysen fokuserer på de aspekter af musikken, der har med værdier og betydning at gøre." (Bonde, 2009, s.25).

Specialet henvender sig hovedsageligt til musikterapeuter, men også beslægtede faggrupper, fx psykoterapeuter eller sorgarbejdere kan læse det.

Forforståelse

Jeg vil nu redegøre for min forforståelse, som danner baggrund for undersøgelsen i specialet.

Som nævnt i indledningen var det min oplevelse, at da improvisation blev introduceret i musikterapien, var det noget, 'der rykkede'. Der skete efter min mening et kvantespring i forhold til klientens måde at forholde sig til sig selv og sin sorg på. Ved terapiens afslutning var hun mere i kontakt med sin sorg og klar til sorgarbejde, end hun var i starten³. Det var min oplevelse, at improvisation virkede bedre end andre metoder i sorgarbejdet, fordi man ikke kan skjule, hvordan man har det i musikken. Udover denne konkrete forforståelse i forhold til min klients sorgproces og improvisationens rolle, vil jeg også beskrive min mere overordnede forforståelse i forhold til menneskesyn, sorg- og sorgarbejdssyn, musikterapi- og musiksyn, da de alle spiller ind på min forståelse af denne case.

Jeg ser mennesket som en kompleks, holistisk enhed bestående af krop, følelser, sind (tanker) og sjæl, placeret i en social kontekst. Mennesket har i mine øjne mulighed for at virkeliggøre sit autentiske selv på såvel psykologisk som spirituelt plan. Jeg mener, at mennesket er underlagt eksistentielle grundvilkår som døden og ensomheden, men at det er frit til at forholde sig dertil og

³ Jeg beskriver klienten og dennes proces yderligere i casepræsentationen.

selv skabe mening i konteksten. Mennesket har efter min opfattelse både et 'indre liv' bestående af såvel bevidste som ubevidste områder (intrapersonelt) og et 'ydre liv' (interpersonelt), hvor det konstant lærer og udvikler sig i samspil med andre. Mit menneskesyn kan således betegnes eksistentielt humanistisk.

Jeg ser i forlængelse heraf sorgarbejde som en vækstmulighed. Det er ikke et mål at komme 'ud af sorgen', men at vokse så man kan rumme sorgen og finde en måde at leve med den resten af livet. Klienten er eksperten på sin egen sorg, og kodeord i min sorgterapi er: Ressourceorienteret, klientcentreret (dvs. eklektisk i metodevalg) og anerkendende. Jeg er på samme tid inspireret af eksistentiel terapi (fx Yalom, 2003), der tager udgangspunkt i menneskets grundvilkår som døden og ensomhed. Sorgterapi er for mig en kombination af at arbejde med psykologiske aspekter med henblik på at blive bedre til at leve med et tab samtidig med at forholde sig til, at tabet er et grundvilkår, der ikke kan forandres. I den forbindelse er jeg inspireret af sjælesorgslitteratur, der fokuserer på det mellemmenneskelige møde midt i håbløsheden, hvor terapeuten nogle gange må have 'mod til at gøre ingenting' (Falk, 2006 og Björklund, 2007).

Musikterapeutisk set er jeg inspireret af den analytisk orienterede musikterapi (AOM) som formuleret af musikterapeuten Mary Priestley⁴. I denne tradition er der fokus på psykodynamiske aspekter som fx den terapeutiske relation og overføring/modoverføring. Desuden arbejdes der ud fra idéen om det underbevidste samt forsvarsmekanismer og modstand (Priestley, 1994). Som i den analytiske musikterapi-tradition, opfatter jeg i dette speciale improviseret musik som et semantisk fænomen⁵. Musikken er som et sprog med referentiel mening, dvs. at den kan fungere som symbol på og udtryk for følelser – såvel bevidste som fortrængte følelser og stemninger. Musikkens funktion i musikterapi er i mine øjne som et lærred, hvorpå man kan projicere følelser og tanker. Sagt med andre ord: "Music can hold transference, countertransference and intersubjektive responses." (Darrow, 2004, s.89). Såvel den analytiske tilgang til musikterapi som den eksistentielle tilgang til terapi er baseret på et humanistisk, eksistentielistisk menneskesyn som mit.

I forlængelse af denne præsentation af min forforståelse kommer nu et afsnit om opgavens metodologi samt begrundelse for valg af analysemetode.

⁴ Det er den retning, vi undervises mest i på musikterapistudiet i Aalborg.

⁵ Med 'semantisk fænomen' mener jeg, at musikken er betydningsbærende og kan referere til andet end sig selv.

Metodologi

Mit undersøgelsesperspektiv i dette speciale er en case fra min praktik. Der er i denne sammenhæng tale om et retrospektivt, kvalitativt single casestudie, der giver mulighed for at studere et fænomen i dybden (Neergaard, 2007, s.17). Da der kun var denne ene case med sorgarbejde i min praktik, har jeg ikke haft nogle overordnede udvælgelseskriterier. Casen kan dog beskrives som *formålsbestemt*, det vil sige med det formål at undersøge og besvare min problemformulering, i modsætning til tilfældigt udvalgte cases som i kvantitative undersøgelser.

En case kan defineres som:

....a particular thing with functioning parts that is differentiated from its environment by boundaries and unfolds in the present. (Smeijsters og Aasgaard, 2005, s.440).

En case er altså noget specifikt og unikt - i modsætning til fx et bredt udsnit af en population. Det er et afgrænset og bundet system, der adskiller sig fra det omkringliggende miljø. En case er en kompleks størrelse, der fungerer og udfolder sig i 'real-life', dvs. i nutidige begivenheder (Smeijsters og Aasgaard, 2005).

Der er i denne sammenhæng tale om en *datadreven* casen, hvor jeg går induktivt til værks, forstået på den måde, at jeg så vidt muligt tager fat på undersøgelsen af casen med min forforståelse sat i parentes for at uddrage ny viden derfra. Neergaard (2007) kalder denne type casedesign *bottom-up*, i modsætning til *top-down* der bla. omfatter decideret teoriafprøvning. Dette er i tråd med et centralt punkt i fænomenologiske studier, nemlig epoché, der betyder at sætte forforståelsen i parentes, også kaldet *bracketing*. Hensigten er så vidt muligt, at undersøgeren slipper forudindtagede holdninger og idéer for i stedet at: "...be fully present with the experience as it is being revealed." (Forinash og Grocke, 2005, s.321).

Psykologen Emil Kruuse påpeger, at der kan være forskellige formål med at lave et terapeutisk case studium, bl.a. de tre nedennævnte, som jeg mener, er relevante for denne undersøgelse, jf. min problemformulering:

1. Det kan fremme klinisk nytænkning
2. Studiet af enkelt-individer kan bevirke, at der udvikles nye teknikker
3. Casestudier kan støtte eksisterende teoretiske synspunkter

(Kruuse, 2007, s.84)

Mit formål med casen er som nævnt at undersøge, hvad der sker i improvisationer, der kan vise sig at hjælpe med at igangsætte sorgarbejde, jf. problemformuleringen. Det videnskabsteoretiske perspektiv for min undersøgelse er derfor præget af humanvidenskaben (mennesket i fokus) og kvalitative, fænomenologiske forskningsmetoder, fordi jeg ønsker at nå frem til en helhedsforståelse af fænomenet improvisation og de interaktive, psykologiske processer, som kan være knyttede dertil. Jeg stræber altså ikke efter at bevise 'sandheder' eller elementære fysiske

funktioner på hypotetisk-deduktiv vis, men jeg ønsker at finde frem til en forståelse for processer og sammenhænge i fænomenet improvisation (Christensen, 2002, s. 129f).

Epistemologisk set søger jeg ny viden ved at analysere og fortolke videoklip af improvisationer med henblik på at skabe nye meningssammenhænge. Ud fra et hermeneutisk videnskabsideal søger jeg ikke at *forklare*, hvad der sker i improvisationen, men derimod at *forstå* klientens handlinger og de processer, der foregår i en improvisation (Kruuse, 2007, s 18f). Denne fortolkning og forståelse er naturligvis præget af min bias og de øjne, jeg ser med, og derfor er min forforståelse som nævnt beskrevet (jf. epoché).

Når et fænomen som processerne i en improvisation skal undersøges, er det i fænomenologiske studier som dette vigtigt at være eksplicit og tydelig i beskrivelsen af de metodiske fremgangsmåder ved give en grundig beskrivelse ('thick description') deraf (Forinash og Grocke, 2005, s.323). Såvel min litteratursøgningsmetode som min analysemetode beskrives derfor i henholdsvis teori- og empiriafsnittet. Det er ligeledes vigtigt, at undersøgelsen er systematisk, og derfor har jeg søgt en systematisk analysemetode af improviseret musik.

En analyse af improviseret musik i musikterapi kan være svær at foretage med traditionelle musikanalysemetoder, fordi musikken i musikterapi ikke kun består af musikalske parametre, jf. mit ønske om ikke kun at forklare, men også at *forstå* musikken. Musikken må derfor også ses i forhold til klienten og konteksten, hvilket gør analyse af improviseret musik mere komplekst:

"Clinical improvisation with individuals or a music therapy group is, however, a complex musical world composed not only of musical parameters but other elements such as words, relationship, interaction clinical issues, and therapeutic context." (Arnason, 2002, s.4).

Jeg har forsøgt at vælge en analysemetode, der tilgodeser de mange elementer i en terapeutisk kontekst, og for at være tydelig omkring mit valg vil jeg nu beskrive og begrunde mit valg af analysemetode af improviseret musik i musikterapi. Efterfølgende beskriver jeg selve metoden.

Begrundelse for valg af analysemetode

Til udvælgelse af relevant analysemetode har jeg brugt 'beslutnings-træet', som præsenteret af professor i musikterapi Lars Ole Bonde i en bog om mikroanalyser i musikterapi (Bonde, 2007). 'Beslutnings-træet' er et forsøg på at 'oversætte' forskellige metoder, procedurer og teknikker til at analysere og fortolke musik (såvel improvisation som receptiv musikterapi) til en praktisk guide for musikterapeuter og forskere. 'Beslutnings-træet' er således et procesdiagram, der gør det muligt at foretage et begrundet og struktureret valg af musikanalysemetode⁶.

⁶ Beslutningstræet er vedlagt som bilag 1.

Den teoretiske ramme for 'beslutnings-træet' er bla. musikterapeut Even Ruuds beskrivelse af fire forskellige forståelsesniveauer af musik:

- Fysiologisk niveau (*musik som fysisk, klingende fænomen*)
- Syntaktisk niveau (*musik som æstetisk fænomen*)
- Semantisk niveau (*musik som betydningsbærende fænomen*)
- Pragmatisk niveau (*musik som socialt, interaktivt fænomen*)

I forhold til at fastsætte fokus og formål for analysen, kan det være en hjælp, at man beslutter, på hvilket niveau musikken skal analyseres (jf. Ruud).

Eftersom jeg er interesseret i at se, hvad det er der sker i improviseret musik (jf. problemformuleringen), finder jeg det relevant at lave en analyse, der fokuserer på det syntaktiske niveau og de musikalske elementer og parametre (musik som æstetisk fænomen, jf. Ruud). Ifølge Bonde (2007) er en grafisk repræsentation hensigtsmæssig i denne sammenhæng som en metode til visuel fremstilling af de valgte musikeksempler. Grafisk notation giver et godt overblik over elementerne i musikken samt et helhedsindtryk af improvisationerne. Desuden er noget musik svært at gengive på noder (fx chimes), ligesom relationen mellem klientens og terapeutens spil samt stemninger lettere kan tydeliggøres i en grafisk fremstilling (Schou, 2003, s.45).

Jeg finder det dog også nødvendigt at lave en semantisk analyse (musik som betydningsbærende fænomen, jf. Ruud), der gør det muligt at inddrage klientens oplevelse af musikken og forståelsen af musik som referentielt fænomen (jf. forforståelsen).

"Fokus på oplevelsen af musikken lægger op til semantisk analyse af terapeutens eller klientens/klienternes oplevelser. Disse kan foreligge som data i forskellige former:som transskriberede dialoger om improvisationer...." (Bonde, 2007, s.4).

For at tilgodese ønsket om både en syntaktisk og en semantisk/referentiell analyse har jeg valgt en eklektisk analysemetode, der giver mulighed for at inddrage begge dele. Der findes flere sådanne analysemetoder (fx Ferrara 1984 eller Trondalen 2004 jf. Bonde, 2005) men jeg synes, at Carolyn Arnasons eklektiske tilgang til improvisationsanalyse virker til at være overskuelig og let at anvende. Desuden havde jeg hørt om analysemetoden tidligere⁷ og var allerede den gang blevet interesseret i den, bl.a. fordi det tiltalte mig, at kunne lave et kreativt produkt på analysen i form af et improvisationsnarrativ.

I det følgende afsnit beskrives Arnasons eklektiske analysemodel og improvisationsnarrativet mere i dybden.

⁷ Foredrag af Charlotte Lindvang om "Music Therapy and Cybernetic Psychology" afholdt på den 6. nordiske kongres for musikterapi, Aalborg, 2009.

Beskrivelse af analysemetode

Musikterapeuten Carolyn Arnason⁸ har som nævnt udviklet en klinisk baseret eklektisk model til analyse af improvisationer i musikterapisessioner. Formålet er at hjælpe musikterapeuter til at reflektere over improviseret musik i terapisessionerne.

Arnason er bl.a. inspireret af musikteoretikeren Ferrara og dennes fænomenologiske analysemetode, der kombinerer refleksiv fænomenologi og musikanalyse ved at undersøge forskellige niveauer af musikalsk mening og dynamikken imellem dem (Arnason, 2002, s.4). Derudover refererer hun til musikterapeuten Priestley og den analytiske tradition indenfor musikterapi og er dermed i overensstemmelse med min referenceramme (jf. forforståelse).

Arnasons analysemodel giver retningslinjer for, hvordan man kan undersøge forskellige niveauer af musikalsk mening i improvisationer ved, at lytteren skifter perspektiv i måden at lytte til og forstå musikken på. Hendes hensigt er som nævnt at kombinere en strukturel musikanalyse (syntaktisk niveau) med en hermeneutisk tilgang, hvor musikken ses som referentielt fænomen (semantisk niveau). Desuden fremhæver hun, at analysen skal funderes i den specifikke kliniske praksis:

"The process of analysing improvisations not only involves a conscious and intuitive mindfulness but it must also be grounded in particular clinical contexts." (Arnason, 2002, s.5).

Arnasons model bestod oprindeligt af seks forskellige refleksionsniveauer, men hun har senere tilføjet to refleksionsniveauer (nr. 5 og 8). De otte refleksioner er:

1. Åben lytning
2. Lytte til de musikalske parametre og deres kombinationer
3. Beskrive tanker og følelser hos lytteren
4. Beskrive billeder og metaforer frembragt af musikken hos lytteren
5. Klient-terapeut forholdet
6. Opmærksomhed på konteksten, klientens livsverden
7. Åben lytning igen
8. Musikalsk analyse og referentiel mening i forhold til klinisk retning i terapien

⁸ Carolyn Arnason er pianist og musikterapeut med en doktorgrad i musikterapi fra New York Universitet. Hun har specialiseret sig i improvisation og udover at have forsket i musikterapeuters lytteperspektiver er hun pt. i gang med et studie omhandlende musikalsk og terapeutisk gennemsigtighed i improvisation i musikterapi. Arnason er 'President of the Music Therapy Association' i Ontario, Canada. <http://www.carolynarnason.com>

Det sidste punkt i analysen har til hensigt at hjælpe musikterapeuter til at bruge analysen fremadrettet, dvs. i forhold til at evaluere de kliniske mål og blive mere klar over den kliniske retning for musikterapien. Da min case er et afsluttet forløb, giver det ikke mening for mig at tage denne del med i min analyse, og jeg har derfor udeladt dette punkt.

Som det fremgår, bliver der tale om en cirkulær fortolkningsproces med gentagne lytninger og analyse i flere lag. Produktet af analysen er et skriftligt *improvisationsnarrativ*, der samler alle trådene og niveauerne i analysen på en måde, der kan integrere såvel den musikalske som den referentielle del af analysen. Det er desuden muligt at inddrage forskellige data, som fx grafisk notation⁹, transskription af klientudtalelser og andet datamateriale fra casen.

Improvisationsnarrativet er et eksempel på en ikke-konventionel klinisk beskrivelse, der giver mulighed for at sammenflette tekst og musik i en kreativ og kunstnerisk fortolkning, der rummer improvisationernes dynamiske og kreative karakter (Arnason, 2002, s.7). Denne narrative form er i tråd med *arts-based research*, der lægger vægt på "an artistic response to the raw data" (Lindvang, 2010, s.459).

Efter denne beskrivelse af min analysemetode, som jeg anvender senere i opgaven, afslutter jeg det indledende kapitel med at give et overblik over specialets opbygning.

⁹ Jeg er inspireret af musikterapeut Charlotte Lindvang, som også lavede grafiske notationer i sin Ph.d. afhandling, hvor hun anvendte Arnasons analysemodel (Lindvang, 2010).

Specialets opbygning

Dette speciale består af fem kapitler.

Første kapitel er **indledning**, hvor jeg har præsenteret baggrunden for specialet og min personlige og faglige motivation, problemfelt, afgrænsning samt forforståelse. Indledningen afsluttedes med et afsnit om opgavens metodologi.

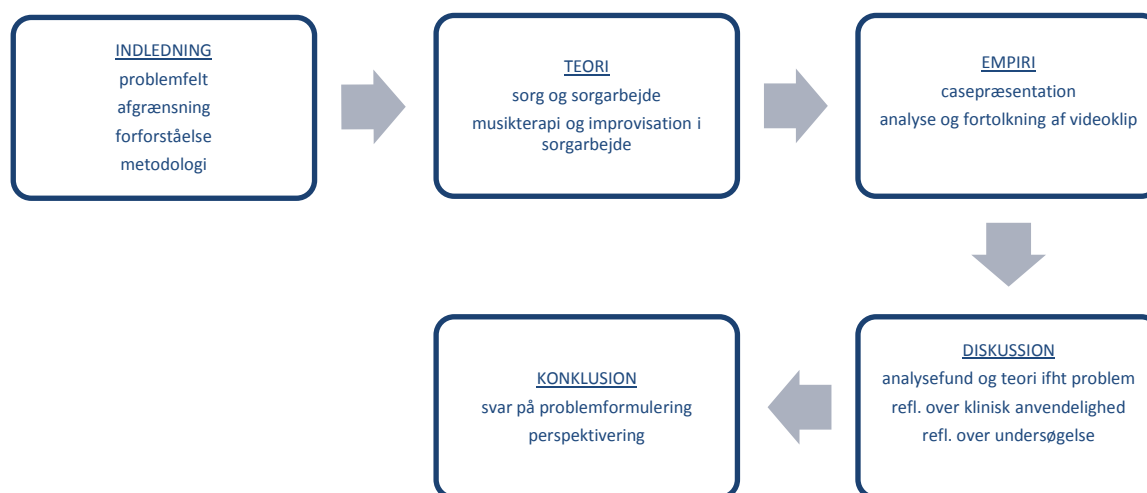
Andet kapitel er et **teoretisk** afsnit i to dele, hvor jeg først beskriver mit emne ved hjælp af teorier om sorg og sorgarbejde, og derefter fokuserer jeg på teorier om musikterapi og improvisation i sorgarbejde i henhold til min problemformulering.

Tredje kapitel af specialet er det **empiriske** afsnit, som falder i to dele. Jeg præsenterer først min case, som danner baggrund for undersøgelsen, og dernæst foretager jeg analysen, som består af dataudvælgelse, transskription af data, beskrivelse af analysefremgangsmåde, analyseprodukt og fortolkning, hvilket munder ud i mine analysefund.

Fjerde kapitel er en **diskussion** i tre dele, hvor jeg først sammenholder mine analysefund med teorien og diskuterer dem i forhold til problemformuleringen og case-undersøgelsens kliniske anvendelighed. I tredje del reflekterer jeg over kvaliteten af min undersøgelse.

Femte og sidste kapitel i specialet er **konklusion**, hvor jeg opsummerer, giver svar på min problemformulering og afslutter med en perspektivering.

Indholdet i specialet kan grafisk vises således:



2. KAPITEL: TEORI

Jeg har i min teoriudvælgelse taget udgangspunkt i mine systematiske litteratursøgninger i forbindelse med 7. semesters synopsis om "Musikterapi og sorg" og 8. semesters litteraturgennemgang: om "Musikterapi i sorgarbejde med børn og unge". Søgeordene i denne forbindelse var: 'Sorg', 'sorgarbejde', 'musikterapi og sorg', 'music therapy and grief', 'music therapy and mourning' og 'music therapy and bereavement'. Jeg søgte såvel i biblioteksdata-baser som Auboline, bibliotek.dk og aalborgbiblioteker.dk, men også på udenlandske databaser såsom: Psyc-Info, Academic Search Library, RILM, Musictherapyworld, Medline PubMed og Cochrane. Jeg søgte også andre databaser, men kun de nævnte databaser havde brugbare artikler i forhold til mit fokus.

Da problemformuleringen til dette speciale var formuleret, foretog jeg relevante kædesøgninger på baggrund af den litteratur, jeg allerede havde kendskab til. Jeg supplerede med grundlitteratur fra studiet om improvisation og analogi, da disse er i tråd med og uddyber min forforståelse om musik som referentielt fænomen. Teoriafsnittet skal således ikke ses som et forsøg på at lave en systematisk litteraturgennemgang, idet teorierne er udvalgt på baggrund af min forforståelse og med henblik på at give en teoretisk vinkel på min problemformulering.

I første del af teoriafsnittet beskriver jeg mit overordnede emne ved hjælp af teorier om sorg og sorgarbejde, og derefter fokuserer jeg på teorier om musikterapi og improvisation i sorgarbejde. Teoriafsnittet afrundes med en opsamling.

Sorg og sorgarbejde

Der findes rigtig meget litteratur om tab, sorg og sorgarbejde på bibliotekerne. Desuden kan man ofte læse artikler om sorg i aviser og blade, da mange mennesker har oplevet store tab og sorg, og gerne vil dele deres oplevelser med andre. Jeg har i dette speciale kun medtaget aktuelle og anerkendte teorier, som jeg var inspireret af i min praktik samt nyere undersøgelser indenfor området. Der er tale om faglige og teoretiske beskrivelser af sorg rettet mod professionelle og ikke bibliografiske bøger eller 'selvhjælpsbøger', som oftest retter sig til sørgende.

Tab

Begrebet tab skal forstås bredt. Det dækker over alle tab, der *opleves* betydningsfulde og så stærke, at de udløser en sorgreaktion. Også blot *truslen* om tab kan føles så stærk, at det medfører en sorgreaktion. I bogen "Når livet brat forandres" (Krogh, 1999) gives eksempler på tab, der kan fremkalde sorg:

- Dødsfald
- Skilsmisse, separation

- Legemsdel, kontrol over kropsfunktioner, arbejdsevne
- Arbejde, konkurs, status
- Alt hvad man ejer (v. katastrofer)
- Abort, udviklingshæmmet barn (forventninger brister)
- At blive alvorligt syg (fysisk eller psykisk) eller at nærmeste pårørende bliver det.

(Krogh, 1999, s.17f)

Tab er altså ikke blot forbundet med dødsfald, men det er denne form for tab, tab af nærtstående, som er omdrejningspunktet i dette speciale.

Mennesker reagerer vidt forskelligt på tab, og sorgprocesser er derfor helt individuelle. Ifølge psykiateren Lars Thorgaard (2007) kan man have enten et robust eller et sårbart sorgapparat. Hvordan tabet opleves afhænger desuden bl.a. af alder, erfaring, familiesituation, og om tabet var pludseligt eller ventet. Ifølge en hollandsk undersøgelse fra 2007 foretaget af psykologerne Henk Schut og Margaret Stroebe har også negativ emotionalitet og tilknytningsstil betydning for styrken og varigheden af en sorgreaktion (Elklit og Nielsen, 2008, s.22). Ud fra idéen om at mennesker er udstyret med to 'følelssystemer', der omfatter henholdsvis positive og negative følelser, betyder negativ emotionalitet at have høj tendens til negative følelser ved forskellige former for modgang, fx tab. Høj negativ emotionalitet kan både være medfødt eller skyldes psykiske belastninger i barndommen (Elklit og Nielsen, 2008, s.22).

Tab ses ofte som brud på tilknytning, hvilket bl.a. beskrives af psykologerne Marianne Davidsen-Nielsen og Nina Leick, der i mange år har arbejdet med sorg. De fremhæver, at tæt tilknytning til et eller flere mennesker er lige så vigtigt som mad og drikke, og at dette behov for tryghed varer hele livet igennem (Davidsen-Nielsen og Leick, 2003, s.39). Dermed refererer de til den engelske psykiater John Bowlby, der i mange år har forsket i tilknytning og adskillelse og bl.a. udgivet bogen "Loss. Sadness and Depression." (Bowlby, 1998). Udover sin tilknytningsteori beskriver Bowlby, hvordan mennesker, der mister en nær tilknytning, har risiko for depression i sorg, fordi "Loss of a loved person is one of the most intensely painful experiences any human being can suffer." (Bowlby, 1998, s.7.)

Der er dog mange måder at beskrive tab på afhængig af, hvilket teoretisk ståsted man har. Musikterapeuten Bente L. Knudsen giver i sit speciale: "Sorg & Livsmod" (2008) en oversigt over tabsbegrebets forskellige definitioner i forhold til forskellige teoretiske traditioner:

TRADITION/TEORI:	PERSONTAB SES SOM:
Psykoanalytisk tradition	Objekttab
Tilknytningsteorier	tilknytningstab
Kognitionspsykologi	Menings- og betydningstab
Kognitiv stressteori	Udløser for multiple stressorer/tab

(Knudsen, 2008, s.24)

Jeg vil ikke komme nærmere ind på de forskellige teoretiske beskrivelser af tab men i stedet for rette opmærksomheden mod begrebet sorg, som er en reaktion på tab.

Sorg

"Sorg er ikke en sygdom men en normal reaktion på en intens, stressende oplevelse, som det er at miste en af sine nærmeste". (Bugge et al., 2003, s.169)

Sorg beskrives med dette citat som et eksistentielt livsvilkår og ikke som et problem, der skal løses, men et liv, der skal leves i en fortsat udvikling. Sorg er: "... 'den nødvendige smerte', der kan give en lægende og udviklende proces" (Davidsen-Nielsen og Leick, 2003, s.24).

Sprogligt er der forskel på 'sorg' og 'at sørge': 'Sorg' er en følelsesmæssig reaktion på et tab, og det 'at sørge' er en mere social handling, et udtryk¹⁰. Som tidligere nævnt findes der rigtig megen litteratur (såvel faglitteratur som skønlitteratur) om sorg, og her er nogle udtryk og beskrivelser af sorg, og hvordan den kan opleves:

Verden splintres i tusind stykker, og så kommer sorgen

Sorg er hjemløs kærlighed

Sorg er kærlighed, der ikke vil holde op, selvom den, du elsker er forsvundet

Sorg kan inneholde de største savn og lengsler, den sterkeste fortvivelse, håpløshet, smerte og lidelse. Men sorgens smerte har bakgrunn i det gode som var og som bæres videre som savn og minner

Jeg spekulerer på om sorg kan føles til bunds, eller om det kun er et ord for at slippe for at gå i stykker

Man skal gå på jorden, selv om den er gloende¹¹

Ifølge nordmændene Kari E. Bugge, Hilde Eriksen og Oddbjørn Sandvik (2003) findes der ingen overordnet teori eller model om sorg, men de har forsøgt at samle de forskellige aspekter af sorg i en metateori. Heri beskrives sorg som komplekse og flerdimensionale processer, som berører både kropslige, psykologiske, eksistentielle og sociale forhold (Bugge et al., 2003, s.42). Man kan således tale om forskellige aspekter af sorg afhængig af, hvordan man ser på sorgen.

¹⁰ Denne forståelse er inspireret af betydningen af de engelske ord 'grief' og 'mourning' som formuleret af sorgeskert Margaret Stroebe, som jeg vender tilbage til senere. (Stroebe, 2011).

¹¹ Holm 2011, Lahme 2009, Bugge et al 2003, Davidsen-Nielsen og Leick 2003, Wassmo 2009.

Man kan se sorg som:

- et alment, klinisk, forskningsmæssigt og/eller kulturelt fænomen
- fysiske, følelsesmæssige, kognitive og/eller adfærdsmæssige reaktioner
- et forløb hvor man inddrager tidsaspektet: Fx 'sorg tager tid', sorg forløber i faser, sorg kan være intens og kortvarig eller vedvarende og kronisk
- forskellige processer: Tilpasningsprocesser, mestringsprocesser og/eller relationelle processer, hvor der er fokus på netværk
- vækst- og udviklingsmulighed: Positiv udvikling efter tab er mulig, vækst går hånd i hånd med smerte og sker som følge af sorgarbejdet – ikke af selve tabet

(Bugge et al, 2003, s.16ff)

Sorg viser sig som allerede nævnt forskelligt fra person til person. De senere års sorgforskning har derfor fokuseret på mangfoldigheden i sorgreaktioner og tilpasningsstrategier, og der tales flere steder om et paradigmeskifte i forhold til at forstå og beskrive sorg. Sorg ses bl.a. ikke længere som et individuelt fænomen men som et flerdimensionelt fænomen, der forstås i lyset af de relationer og systemer, den enkelte lever i (Bugge et al, 2003). Derfor er der ikke længere kun fokus på følelsesmæssige aspekter af sorgen men lige så meget på kognitive og adfærdsmæssige aspekter, altså personens sociale kontekst, støtte og familiesystem. Bugge et. al skriver:

Vi har derfor i dag et mer omfattende og inkluderende sorgbegreb, og en forståelse af sorgprosessen som omfatter ulike mestringsstrategier og muligheter” (Bugge et al., 2003, s.42).

Det kan virke uoverskueligt, at der ikke findes én samlet teori om sorg i betragtning af, at der findes megen sorglitteratur. Måske er det dog ikke ønskværdigt at have én teori, dels fordi det er vigtigt, at der til stadighed udvikles nye teorier, som kan bidrage til større forståelse af sorg, og dels fordi teorierne kan være med til at differentiere, hvordan sorgforløb kan se ud hos forskellige mennesker. Ikke to sorgforløb er som bekendt ens.

Sorgarbejde

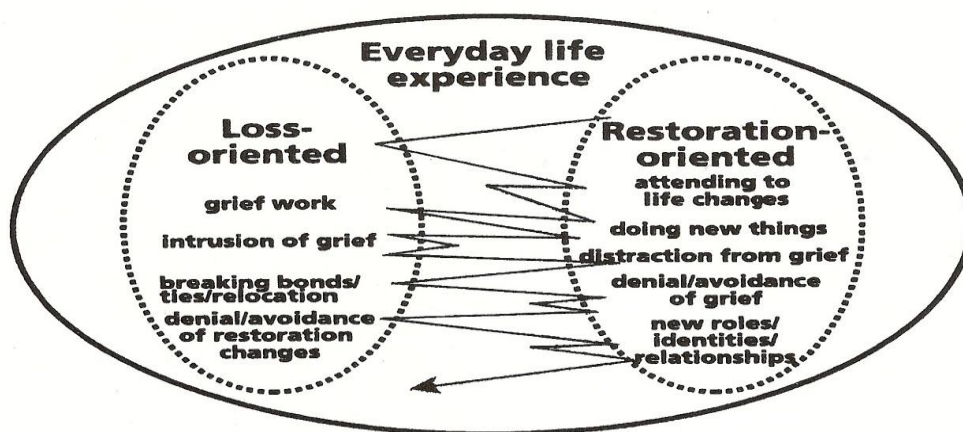
I psykologien kalder man arbejdet med de specifikke problemstillinger og behov, der er i sorg og sorgprocesser, for 'sorgarbejde' (Thorgaard og Haga, 2007, s.197). Der findes både psykoanalytiske, eksistentielle/humanistiske, kognitive adfærdsterapeutiske og konstruktivistiske (narrative) sorgarbejdsteorier (Knudsen, 2008, s.33f). Ældre sorgteorier, der stadig bruges nogle steder, taler om, at sorgarbejdet forløber i fx tre trin, i fire eller fem faser eller at der er fire bestemte opgaver i et sorgarbejde (Hillgaard et al., 2002; Cullberg, 1993; Kübler-Ross, 2005; Davidsen-Nielsen og Leick, 2003). Mangfoldigheden og variationen i de mange individuelle reaktioner på tab giver som nævnt et behov for multidimensionelle sorgmodeller og sorgprocessteorier og for et paradigmeskifte ikke blot i forhold til forståelse af sorg men også af sorgarbejde (Bugge et al., 2003).

I nyere forståelse af sorgarbejde lægger man mindre vægt på faser, og man har mere fokus på personens sociale netværk end kun på den enkeltes sorgfølelser. Man anerkender betydningen af at opretholde en 'vedvarende' forbindelse til den afdøde, og man kan være mere optaget af vækst og udvikling hos den sørgende. Desuden er der et andet tidsperspektiv på sorg: Sorg er ikke blot noget, der skal overstås, nogle dele af sorgprocessen vil følge personen livet ud (Bugge et al., 2003, s.41). Målet med sorgarbejde vil ofte være at klienten opnår en følelse af empowerment, coping-evne eller mestrings- og tilpasningsstrategier i ens nye livssituation, så personen 'kommer ud på den anden side', og så den bearbejdede sorg kan blive en smuk og vigtig livserfaring (Bright, 2002, Bugge et al., 2003, Stroebe og Shut, 2008).

Blandt de mange måder at arbejde med sorg på har jeg valgt at præsentere en af de nyere sorgarbejdsteorier kaldet 2-spors-modellen. Jeg var inspireret af denne model i min praktik, og den danner baggrund for min forståelse af sorgarbejde, fordi den bygger på grundig sorgforskning og er en gennemarbejdet og veldokumenteret model. Forskerne bag modellen holdt for nylig foredrag på Aalborg Universitet, og ifølge psykolog Ole Michael Spaten hører de "til eliten inden for sorgforskning" (Spaten, 2011, s.25). Jeg vil nu beskrive 2-spors-modellen.

2-spors-modellen

De hollandske psykologiprofessorer Margaret Stroebe og Henk Schut har i mange år forsket i sorgprocesser og effekten af sorgintervention, og de har bl.a. skrevet bogen "Handbook of Bereavement Research" (2008). Med udgangspunkt i tidligere tiders sorgforståelse og sorgarbejdsteorier har de skabt 'The Dual Process Model of Coping with Bereavement' (DPM) i et forsøg på at forbedre de gamle fasemodeller (Stroebe, 2011). 2-spors-modellen, som den kaldes på dansk¹², tager udgangspunkt i det enkelte menneske, og i at alle sorgforløb er individuelle. Modellen bygger bro mellem freudiansk forståelse, tilknytningsteori og kognitiv stressteori. Modellen ser således ud:



Figur 2: Dual Process Model of Coping with Bereavement

¹² Nogle kalder den også 'to-procesmodellen' (Spaten, 2011, s.25)

2-spors-modellen består af to ovaler, som repræsenterer forskellige stressorer i forbindelse med tabet og de tilhørende copingprocesser i sorgarbejdet. De to spor indgår, som det ses, som dele i det enkelte menneskes hverdagsliv.

Den venstre oval, 'tabssporet', indebærer alle de processer, der er forbundet med tab af en nærtstående: Følelser af sorg og savn eller andre følelsesmæssige aspekter af tabet, sorgarbejde der bl.a. omhandler det følelsesmæssige bånd til den afdøde, eller alt det praktiske der skal ordnes i forbindelse med begravelsen mm. Det kan også dreje sig om negative copingprocesser som fx benægtelse af sorgen eller undgåelse af at forholde sig til sin nye livssituation (Doka, 2007, s.231f).

Den højre oval, 'nyorienteringssporet', er forbundet med såvel følelsesmæssige som kognitive strategier, der er nødvendige for at forholde sig til livsændringerne og at finde sig til rette med sin nye livssituation. Hvis man fx har mistet sin ægtefælle gennem mange år, kan de betydelige forandringer, tabet indebærer, medføre sekundære stressorer i forhold til fx økonomiske begrænsninger, forandringer i ens sociale liv, og at man skal udføre opgaver, som den afdøde plejede at udføre (Stroebe og Shut, 2008, s.433).

In many bereavements these additional sources of stress add considerably to the burden of loss and cause extreme additional anxiety and upset. (Doka, 2007, s.232).

En vigtig del af sorgarbejdet er således ikke kun forbundet til savnet af den mistede, men den handler lige så meget om at gøre nye ting og om opbyggelsen af en ny identitet, hvilket kan være en lang proces. På lang sigt vil der måske også kunne dannes nye følelsesmæssige relationer til et andet menneske. Negativ coping i nyorienteringssporet kan bestå af afledning, benægtelse eller undgåelse af sorgen (Stroebe, 2011).

Der er ifølge Stroebe og Shut tale om en konstant bevægelse/svingning mellem de to spor, en svingning der kan ske meget hurtigt. Man kan fx være i gang med noget, og pludseligt hører man en melodi, der minder om afdøde, og så er man i tabssporet og mærker sine sorgfølelser. Det kan også være den anden vej: At man pludseligt bliver nødt til at forholde sig til noget konkret i den nye situation, fx hvordan regningerne skal betales. Denne svingning mellem de to spor betegnes som en naturlig emotionel reguleringsproces (Stroebe, 2011).

Som modellen viser, er de to typer sorgprocesser (tabssporet og nyorienteringssporet) indlejret som en del af hverdagslivets erfaringer. Nogle gange er det muligt at tage en pause fra sorgarbejdet, når man fx ser fjernsyn, sover eller lignende. Dette er en form for regulering af konfrontation med de mest intense sorgreaktioner, og det kan foregå såvel bevidst som ubevidst. I starten er den sørgende hovedsageligt i den tabsorienterede proces, og hverdagslivet fylder meget lidt, men med tiden vil det i højere grad være nyorienteringssporet, der fylder. På lang sigt (efter mange år) vil begge typer sorgprocesser så træde i baggrunden, og hverdagslivet igen fylde mest (Stroebe, 2011 og Spaten, 2011, s.25).

Det, der gør denne model anderledes end tidligere fasemodeller, er, at der ikke er tale om en progressiv udvikling men en mere cirkulær coping-proces i sorgarbejdet i kraft af den stadige svingning mellem opgaverne i de to spor (jf. zig-zag linjen mellem de to ovaler i modellen). Svingningen mellem de to spor kan foregå resten af livet omend med nedsat styrke. Man vil i

denne proces muligvis støde på nogle af de faser, som tidligere teorier har beskrevet, men der er i denne teori mere plads til individuelle forskelle (Doka, 2007, s.233).

Jeg har på de foregående sider beskrevet teorier om tab, sorg og sorgarbejde, da det er nødvendigt at kende til naturlige sorgforløb for at kunne beskrive, hvad kompliceret sorg er. Fokus i dette speciale er som nævnt 'forsinket sorg', dvs. et eksempel på kompliceret sorg. Derfor vil jeg nu beskrive kompliceret sorg og sorgarbejde.

Kompliceret sorg og sorgarbejde

I litteraturen ses mange forskellige tillægsord sat sammen med 'sorg': Kompliceret, akut, traumatisk, kronisk, forskudt, naturlig, forsinket, langsom, undveget eller blokeret. Man kan dog overordnet set dele disse ord op i to kategorier: 'Naturlig sorg' og 'kompliceret sorg'. 'Den naturlige sorg', som beskrevet ovenfor, varer typisk et års tid (Elklit og Nielsen, 2008, s.20), den er "ikke et problem, der kan løses, men et liv, der skal leves i en fortsat udvikling" (Knudsen, 2008, s.20). Det er 'den nødvendige smerte', der kan give en lægende og udviklende proces (Davidsen-Nielsen og Leick, 2003, s.24). Ofte kommer man igennem denne proces med hjælp fra venner og familie.

Heroverfor står 'den komplicerede sorg', også omtalt 'patologisk sorg', hvor der er brug for professionel hjælp. Årsagen hertil kan være fortrængt og uforløst sorg grundet følelsesmæssige komplikationer, så man undgår at se tabet i øjnene, og sorgen ikke kommer i gang. Derved mildnes den akutte smerte måske, men man risikerer at blokere for det naturlige sorgforløb (Leick og Davidsen-Nielsen, 2001, s.30). Uforløst sorg kan blive til 'kronisk sorg', som kan have lighedstræk med PTSD, depression eller angst (Elklit og Nielsen, 2008, s.20f). Stroebe og Shut arbejder hen imod en egentlig sorgdiagnose, der passer ind i DSM diagnosesystemet¹³. Foreløbige forslag lyder: 'kompliceret sorg' eller 'traumatisk sorg' (Knudsen, 2008, s.22). Ifølge den amerikanske professor i gerontologi, Kenneth Doka¹⁴, integrerer forskning i kompliceret sorg ofte psykologi, biologi, fysiologi og sociologi, og forskning viser, at sorg kommer til udtryk på både fysiske, kognitive, adfærdsmæssige, sociale og spirituelle planer (Doka, 2007, s.203).

Man kan kortfattet sige, at kompliceret sorg er sorgreaktioner, der enten har for stor eller for lille intensitet eller for lang eller for kort varighed, og symptomer derpå kan være betydelig svækkelse i vigtige funktionsområder i mindst seks måneder (Straume, 2003, s.169). Ifølge Straume (2003) kan tegn på for intense sorgreaktioner være: Stærk længsel og søgning efter afdøde eller påtrængende

¹³ DSM betyder "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders" og er det amerikanske diagnose- og klassifikationssystem for psykiske lidelser. http://www.psyweb.com/DSM_IV/jsp/dsm_iv.jsp

¹⁴ I 1993 blev Kenneth Doka udnævnt "President of the Association for Death Education and Counseling" og i 1995 valgt til "the Board of Directors of the International Work Group on Dying, Death and Bereavement". Han har vundet flere priser og høster stor anerkendelse for sit arbejde inden for dødsstudier og hospicearbejde. <http://www.drkendoka.com>

minder om vedkommende, stærk oplevelse af meningsløshed og ensomhed samt fremtidspessimisme.

Der findes dog ingen 'tjekliste' i forhold til om en sorgreaktion er kompliceret eller ej, så det vigtigste redskab til at vurdere, hvorvidt der er tale om kompliceret sorg, er ifølge Straume (2003) en samtale med personen selv. Sorg kan dog være så intenst smertefuld og langvarig en proces, at det kan være vanskeligt for den efterladte selv at vurdere, hvornår reaktionerne ændres fra at være naturlige til komplicerede (Straume, 2003, s.186). I forhold til 2-spors-modellen kan kompliceret sorg beskrives som en blokering af svingningen mellem de to spor og den naturlige emotionelle reguleringsproces. Man kan enten sidde fast i tabssporet (kronisk sorg), eller man kan være for meget i nyorienteringssporet (fraværende eller forsinket sorg). Da bliver det ifølge Stroebe og Shut nødvendigt at få hjælp til en mere hensigtsmæssig copingproces (Stroebe, 2011).

Når sorgen får et kompliceret forløb, og der er behov for professionel sorgterapi, er det nødvendigt med specifik hjælp rettet mod de vanskeligheder, den efterladte oplever. Heldigvis skal der nogle gange ikke så meget til, når der er tale om forsinket sorg:

De forsinkede eller udskudte reaktioner ligger ret tæt på den pågældendes bevidsthed, og som nævnt kan man leve med tabet eller traumet lige under "overfladen" igennem lang tid. Når der så fokuseres på det den pågældende har mistet eller har været udsat for, er det sjældent vanskeligt at få fat i sorgarbejdets forskellige opgaver. Og lettelsen er ofte stor når man ikke mere behøver at bruge så meget energi på ikke at mærke fortiden. (Davidsen-Nielsen og Leick, 2003, s.79-80).

Straume (2003) nævner forskellige interventionsmuligheder for mennesker med forsinket og kompliceret sorg. For eksempel kan samtale være med til at afdække mulige bagvedliggende årsager til det komplicerede forløb samt regulering af konfrontation med de mest intense sorgreaktioner. Hun nævner, at det er nødvendigt med en forpligtende relation samt 'konkrete interventioner' for gradvist at konfrontere vanskelige følelser, temaer eller opgaver (Straume, 2003, s.186).

Jeg tænker, at musikterapi kan være et godt bud på en sådan 'konkret intervention', der gradvist kan konfrontere vanskelige følelser og hjælpe den efterladte med at komme i gang med sorgarbejdet på en hensigtsmæssig måde. Jeg vil derfor nu gå til teoriafsnittets anden del, der omhandler musikterapi i sorgarbejde.

Musikterapi i sorgarbejde

Min litteratursøgning på aktiv musikterapi og sorg gav mig en del litteratur om hospicearbejde med døende (palliation), børn og unge i sorg samt lidt traumelitteratur. I modsætning til den store mængde litteratur om sorg, er musikterapilitteraturen begrænset på dette område, så udover specialets fokus som afgrænsning var der ikke brug for andre udvælgelseskriterier. Resultatet af min søgning gav mig dansk men især udenlandsk litteratur, og jeg har medtaget såvel forskningsbaseret som klinisk, erfaringsbaseret litteratur.

En af de danskere, der har skrevet om musikterapi og sorg, er musikterapeut Bente Knudsen, som har skrevet om "Sorg & Livsmod – et musikterapeutisk bidrag i plejeboligregi" (Knudsen, 2008). I hendes speciale er der fokus på ældre mennesker, der ofte har mange og ubearbejdede tab i bagagen, hvilket kan gøre sorgarbejdet kompliceret. Hun oplevede musikken som et støttende, validerende, trøstende og nænsomt forløsende redskab i arbejdet med de ældre (Knudsen, 2008, s.74). Knudsen (2008) nævner, hvordan musikken er en oplagt mulighed for at katalysere et ekspressivt og emotionelt udtryk. Hvor man igennem det verbale sprog kan udtrykke sig faktuel i forbindelse med en tabsoplevelse, kan det ekspressive og emotionelle hentes frem og stimuleres ved musik.

"I forhold til følelsesdimensionen kan musik dels være stemningsfremkaldende, dels skabe følelsesmæssige oplevelser, der kan gøre en situation mere meningsfuld. Musik kan også fremkalde minder fra fortiden og muliggøre 'selv-kartarsis'. (Bonde et al., 2001, s.118, som refereret af Knudsen, 2008).

Dette understøttes af et australsk fænomenologisk studie (Grocke et al., 2008), der undersøgte, hvordan forældre til terminalt syge børns oplevede musikterapi. Her kom det frem, at musikken bl.a. er en signifikant faktor til erindring og med til at styrke kommunikation og udtryk. Derudover er der lavet en amerikansk kvalitativ undersøgelse i hospiceregi (Albergato-Muterspaw, 2009), hvor musikkens rolle i sorgprocesser hos folk, der har mistet, blev undersøgt i lyset af narrativ, konstruktivistisk læringsteori. Undersøgelsen viser, at der er et tydeligt og signifikant forhold mellem musik og følelser, idet musikken faciliterer udtryk af, distraktion fra og refleksion over de følelsesmæssige aspekter af sorgen hos de sørgende. Musikterapeuter på hospice tilbyder derfor nogle gange 'after-care' til de efterladte, synger til begravelser eller laver cd'er med favoritmusik udvalgt af den døde, som de efterladte kan lytte til (Aldridge, 2003, s.17ff).

Flere musikterapeuter har skrevet om deres kliniske erfaringer med musikterapi i sorgarbejde. En af dem er Joy S. Berger, som i bogen 'Music of the soul: Composing Life Out of Loss' (Berger, 2007) giver praktiske guidelines til, hvordan man kan bruge musik i sorgarbejde. En anden er musikterapeut Chave Sekeles, som har beskrevet syv casestudier med fokus på sorg i musikterapi i en israelsk kontekst (Sekeles, 2007). Jeg var inspireret af begge bøger i min praktik, men vil ikke komme nærmere ind på indholdet af deres bøger, da de ikke er relevante for dette speciales fokus.

Efter at have præsenteret lidt generelt om musikterapi i sorgarbejde og musikkens særlige rolle i forhold til det følelsesmæssige vil jeg nu fokusere på improvisation i musikterapi og på to musikterapeuter, henholdsvis Ruth Bright og Henk Smeijsters, der på hver deres måde har arbejdet med improvisation i sorgarbejde.

Improvisation i musikterapi

Som beskrevet i indledningen bruger jeg følgende definition af improvisation i musikterapi:

Any combination of sounds and sounds created within a framework of beginning and ending....in an environment of trust and support established to meet the needs of the client. (Wigram, 2005, s.37).

Den amerikanske musikterapeut Kenneth Bruscia (1987) giver i sin bog: "Improvisational models of Music Therapy" en oversigt over flere forskellige improvisationsmodeller brugt i forskellige musikterapeutiske arbejdsområder. De forskellige improvisationsmodeller er afhængige af klientgruppe og teoretisk fundament, men det er ofte psykoterapeutiske teorier, der ligger til grund for improvisation i musikterapi, fx psykoanalytiske, eksistentialistiske/humanistiske eller gestaltterapeutiske traditioner (Bruscia, 1987, s.11).

Psykodynamiske elementer i improvisation kan være: Arbejde med identitet, afdækning af selvet, projektion og forskellige niveauer af bevidsthed. De dynamiske funktioner i terapeut-klientforholdet kan være empati, overføring/modoverføring og integration af rolle. (Bruscia, 1987, s. 558ff). Bruscia (1987) beskriver nogle generelle træk og principper for improvisation i musikterapi¹⁵, bl.a. hvilke terapeutiske mål improvisation ofte retter sig mod. Af relevans for kompliceret sorgarbejde kan nævnes:

- Bevidsthed og indsigt om sig selv (fysisk, emotionelt, intellektuelt og socialt)
- Nonverbalt selv-udtryk
- Interpersonel kommunikation og relationer med signifikante andre
- Personlig og interpersonel frihed

(Bruscia, 1987, s.7-8)

Mange former for musikterapi bygger på improvisation som en måde at involvere sig med og indgå i en musikalsk relation med andre mennesker (Wigram, 2005, s.33). Helt konkret sker dette ved at klient(er) og terapeut spiller sammen, og at improvisationen som regel introduceres med en spilleregul. En spilleregul fungerer i den analytisk inspirerede musikterapi som et bindeled mellem samtale og improvisation. Spillereglen tager udgangspunkt i klientens beskrivelse af sine behov og

¹⁵ Bruscia beskriver også, hvordan improvisation kan bruges i assessment, men da det er uden for dette speciales ramme, vil jeg ikke komme mere ind på det.

problemer, og virker som en fokusering af det musikalske samspil mellem terapeuten og klienten (Holck, 2005, s.7).

Spilleregler kan både være *ikke-referentielle*, dvs. de omhandler musikken selv (fx musikalske overvejelser om struktur), og *referentielle* dvs. der refereres til noget udenfor musikken. Som nævnt under mit musiksyn i forforståelsen kan der refereres til følelser, stemninger, tanker, symboler, metaforer osv. (Bruscia, 1987, s.10). Klienten, der improviserer i referentielle improvisationer, opdager således, at lyde kan symbolisere hans/hendes indre oplevelser:

Sounds become images that exist beyond their immediate perceptual presence. Music becomes an object in one's experience and is remembered. (Bruscia, 1987, s.571)

Musikterapeuten kan anvende forskellige teknikker og metoder i improvisationen afhængig af klienten, spillereglen og formålet med terapien. Der kan ifølge Wigram (2005) være tale om støttende teknikker og metoder såsom '*matching*', '*grounding/holding*' og akkompagnement, eller det kan være mere udfordrende teknikker såsom '*reflecting*' og '*frameworking*'¹⁶.

Ifølge Bruscia er improvisation essensen af terapi og uhyre vigtig for den terapeutiske process, fordi der i improvisation tilbydes alternativer."In short, therapy is about finding, creating, and evaluating alternatives." (Brusica i Wigram, 2005, s.16). I musikken hjælper terapeuten klienten med at identificere og afprøve ny måder at være i verden på og derefter vælge dem, der er mest gavnlige for klienten i hans/hendes situation.

Som nævnt vil jeg efter denne beskrivelse af improvisation i musikterapi præsentere to musikterapeuter, der anvender improvisation i musikterapeutisk sorgarbejde.

Ruth Bright

Flere musikterapeuter arbejder som nævnt med sorg, men jeg har i min praktik været mest inspireret af den australske musikterapeut Ruth Bright, en pioner og kæmpe kapacitet indenfor sorgområdet. Hendes erfaring dækker bl.a. sorgarbejde inden for ældreområdet og på psykiatriske institutioner, og gennem ca. 50 år har hun udviklet en speciel form for musikterapi til at afhjælpe kompliceret sorg (Bright, 1999, s.481). Hun har skrevet flere bøger på baggrund af sit kliniske arbejde, fx: "*Grief and powerlessness*"(1996) og "*Supportive eclectic music therapy for grief and loss*" (2002).

Formålet med sorgarbejde er ifølge Bright (1996) at opnå følelsen af '*empowerment*' eller mestringssevne, hvilket kan forklares ved, at en person genvinder kontrollen over sit liv og formår at tage ansvar for sit liv og sine handlinger. '*Empowerment*' af klienten har også fokus på klientens styrker og potentialer, hvilket Bright (1996) fremhæver som et af de vigtigste aspekter i

¹⁶ Jeg kommer ikke mere ind på, hvad disse teknikker konkret indebærer, men henviser til Tony Wigrams bog om improvisation (Wigram, 2005).

sorgarbejde. For at opnå disse mål, har Bright (2002) udviklet en støttende, eklektisk model for musikterapi, hvor hun kombinerer musik og verbalsprog. Inspiration hertil er hentet fra bl.a. psykodynamiske retninger, kognitiv adfærdsterapi og gestaltterapi. Fælles for disse retninger er, at de bygger på en tillidsfuld terapeutisk alliance, som ifølge Bright (2002) er en forudsætning for et vellykket sorgarbejde. Musikterapi kan her være en hjælp, fordi det ofte er lettere at mødes i musikken og skabe en relation der (Bright, 1999, s.483).

Musikterapiens største bidrag til sorgarbejdet ligger ifølge Ruth Bright i forhold til at forløse uforløst, blokeret og fortrængt sorg, i tråd med det jeg kalder 'forsinket sorg'. "In many instances, it is only through music that the affective content of the patient's story emerges." (Bright, 1999, s.488). Musik i sorgarbejde er brugbart for folk, der har svært ved at finde ord til at udtrykke følelser, fordi "Music reaches into the person's inner depths more easily than words" (Bright, 1999, s.483). Musikken har en evne til at lokke gemte eller undertrykte følelser frem. Forløsning af svært, fortrængt materiale er dog ikke det eneste behov hos den sørgende, og hvis man stoppede terapien ved følelsesforløsning ville det være både nyttesløst og uetisk, skriver Bright (2002). Validering af underliggende følelser kan nemlig give ny kognitiv indsigt og deraf følger mulighed for forandring og 'empowerment'. Således har musikken en dobbeltfunktion: Den kan både minde én om tabet, og den kan være med til at hjælpe én til at komme igennem det.

Som nævnt er sorgforløb meget individuelle, og valg af metode afhænger af klientens behov her og nu, og som de træder frem under assessment¹⁷. "No single approach is all-sufficient" (Bright, 2002, s.36). Bright er eklektisk i sit metodevalg, og udover forskellige musikterapeutiske interventioner er hun bl.a. inspireret af gestaltterapi¹⁸, og hun bruger grafiske repræsentationer af sorgen (Bright, 2002, s.50). Et eksempel på en grafisk repræsentation er 'sorgtrappen', som Ruth Bright har udviklet efter mange års erfaring med sorgarbejde¹⁹. Den bruges som en daglig assessment til at beskrive, hvordan klienten har det her og nu, og jeg brugte den i min praktik. 'Sorgtrappen' består af 10 trin, og terapeuten spørger klienten, hvilket trin han/hun er på i dag. Det nederste trin repræsenterer at føle sig helt fortvivlet, magtesløs eller uden håb. Ved det øverste trin hviler man under et træ, fordi det har krævet en stor indsats at komme dertil. Der er dog en pil, der peger fremad for at symbolisere, at personen ikke bliver siddende der, men på et tidspunkt vil fortsætte sit liv fremad (Bright, 1999, s.486).

Af de mange forskellige teknikker og metoder, Ruth Bright (1996) anvender, finder hun dog især improviseret musik yderst gavnligt i sorgarbejde, og hun bruger det på tre forskellige måder:

1. Refleksiv improvisation, hvor terapeuten spiller for klienten og reflekterer og validerer klientens følelser og livshistorie.

¹⁷ Assessment kan defineres som: "Assessment is the process whereby a therapist collects information needed to understand and help the client". (Bruscia, 1987, s. 520)

¹⁸ En typisk gestaltterapeutisk øvelse, Ruth Bright bruger, er 'tom stol', hvor man får mulighed for at tale med afdøde og dermed udtrykke sine følelser (Bright, 2002, s.55).

¹⁹ 'Sorgtrappen' vises senere i casepræsentationen.

2. Improvisation som projektionsteknik, hvor klienten selv spiller og i musikken hører den symbolske repræsentation af hans/hendes følelser og livshistorie (som det senere vil ses i min casebeskrivelse).
3. Improvisation, hvor klienten på symbolsk plan arbejder løsningsorienteret med sin situation (empowerment).

På grund af musikkens nonverbale karakter kan improvisation ifølge Bright (2002) virke som katalysator for forandring samt hjælpe med at åbne op for følelser. Jo mere åben musikken er, jo mere er det muligt for den sørgende at projicere sig selv ind i musikken og fortolke den i forhold til vedkommendes personlige behov og erfaring. Således bliver det muligt for den sørgende at genkende og anerkende skjulte følelser og tidligere uforløste 'affekter' (Bright, 1999, s.489).

Henk Smeijsters

En anden musikterapeut, der har brugt improvisation i sorgarbejde, er som nævnt den hollandske musikterapeut Henk Smeijsters. Han har beskrevet, hvordan improvisation kan hjælpe mennesker til at udtrykke følelser og gennem musikken komme i kontakt med blokeret sorg for dermed at finde ny identitet som led i sorgarbejdet (Smeijsters, 1999).

På baggrund af et kvalitativt single casestudie beskriver han i artiklen "Music Therapy Helping to Work Through Grief and Finding a Personal Identity" (Smeijsters, 1999) musikterapi med en kvinde med kompliceret sorg (hun har mistet sin ægtefælle tre år tidligere), og hvordan hun hjælpes til at finde ny identitet i sin nye livssituation. Målet med musikterapien var bl.a. at undersøge og udtrykke følelser (bl.a. i forbindelse med sorg), styrke klientens identitetsfølelse, arbejde med ensomhed og eksperimentere med at tage beslutninger og dermed styrke selvværd (Smeijsters, 1999, s.222).

Smeijsters teoretiske fundament er eklektisk (ligesom Bright, 2002), og han er inspireret af såvel kognitiv adfærdsterapi (verbal positiv 'forstærkning' (*reinforcement*)) som gestalt terapi (fokus på her og nu), klientcentreret terapi (ressourcefokuseret) og analytisk orienteret psykoterapi (udtrykke undertrykte følelser og empatisk modoverføring). Der blev i casen brugt flere forskellige musikterapeutiske teknikker, såvel receptive som aktive, og improvisation var en af dem (Smeijsters, 1999, s.230). Der var tale om improvisation på både instrumenter og med stemme, med og uden spilleregler. Smeijsters mener, at improvisation blev en kanal til at udtrykke undertrykte følelser, fordi han observerede, at klientens musik var blid og fortrolig og viste helt andre sider af hendes personlighed, end hendes verbale rationaliseringer gjorde. "On a verbal level she was resistant to feelings, whereas during musical improvisation she expressed feelings." (Smeijsters, 1999, s.232).

Improvisation gav således mulighed for at undersøge ubevidste følelser og undertrykte sider af klientens personlighed: "One of the fascinating aspects of this case was how music bypassed

consciousness" (Smeijsters, 1999, s.247). Musikken blev en støtte og en mulighed for at tage forsigtige skridt ind i en ny musikalsk men især ind i en ny personlig verden. Smeijsters frembringer derfor hypotesen, at klienten ubevidst udtrykker en del af sin personlighed i musikken og på den måde kommer bag om blokeringen og i kontakt med sorgen. Dette har ført frem til hans teori om analogi i musikterapi, som jeg nu vil præsentere.

Analogi

Henk Smeijsters har gennem mange års teoretiske og kliniske undersøgelser beskæftiget sig indgående med forholdet mellem musikalske processer og menneskets psykologiske processer. Med sin teori om analogi giver han et bud på en generel musikterapiteori til at forklare denne sammenhæng og til besvarelse af spørgsmålet om, hvorfor musikterapi hjælper.

Teorien om analogi gælder også i andre kreative terapier (fx danse-, drama- og maleterapi)²⁰. Fælles for disse kreative terapier er ifølge Smeijsters, at de adskiller sig fra hverdagens virkelighed, fordi mennesker ikke normalt udtrykker sig gennem dans, tegning, musikalsk improvisation osv. Derfor opstår der i kreativ terapi en distance til dagligdagens hændelser og oplevelser, der gør det muligt for klienten at udtrykke nye følelser og eksperimentere med ny adfærd. Men selv om situationen i terapi er anderledes end virkeligheden, så er den *følelsesmæssige* oplevelse dog den samme. Smeijsters mener, at klienten føler og opfører sig i terapien *som* han/hun er (Smeijsters, 2003, s.254). Klientens følelsesliv og handlemønstre høres således i det musikalske spil (eller bevægelsen eller tegningen), og derfor er det muligt for terapeuten at beskrive de musikalske strukturer, som klienten spiller i improvisationen, som klientens psykiske strukturer:

*De cliënt maakt de esthetische structuur van zijn psyche manifest. De creatief therapeut beschrijft de 'esthetische' structuur als psychologische structuur.*²¹ (Smeijsters, 2003, s.254).

På samme tid kan de musikalske processer i terapi dog også påvirke de psykologiske processer, fordi det, man spiller, kommer man i kontakt med i sig selv. Ved at ændre i de musikalske processer kan man derfor ændre i de psykiske processer, og dermed føre til udvikling eller problemløsning:

Fundamental to analogy is that musical processes sound psychological processes, and that changing psychological processes by means of musical processes is therapeutic. (Smeijsters, 2005, s.109).

Smeijsters kalder det, at musikken afspejler klientens psykiske struktur, 'at lyde selvet'. I sin bog "Sounding the Self" (2005) henviser han til Daniel Sterns teori om vitalitetsaffekter²² for at

²⁰ Henk Smeijsters er leder af Center for Kreativ Terapi i Holland. <http://www.smeijsters.nl>

²¹ Oversat: "Klienten tydeliggør sin psykes æstetiske struktur. Den kreative terapeut beskriver den 'æstetiske' struktur som psykologisk struktur." (min oversættelse)

²² Vitalitetsaffekter er et kernebegreb i udviklingspsykologien. Se fx Stern, D. (2000). *Spædbarnets interpersonelle verden*. Kbh.: Hans Reitzels Forlag.

forklare, hvordan en person kan 'lyde sit selv'. Vitalitetseffekter er dynamiske og kinetiske kvaliteter af emotioner. Da vitalitetsaffekter også er amodale, dvs. de er ikke bundet til én bestemt sanselig manifestation eller et udtryk, er følelser udtrykt i den auditive modalitet (såsom musik) øjeblikkeligt meningsfulde som de følelser, de udtrykker.

Vitalitetsaffekter er desuden egenskaber og måder at være sammen på i såvel følelser som i musik. Vitalitetsaffekter kan derfor optræde i improvisationer som spillemåder i terapeutens spil fx '*matching*' eller '*reflecting*' (jf. Wigram). Således kan terapeuten hjælpe klienten med at udforske og transformere sine følelsers vitalitetsaffekter ved at transformere og forandre de dynamiske processer i musikken, fordi forandringer i musikken så korresponderer med forandringer i vitalitetsaffekterne (Smeijsters, 2005, s.83f). Grundantagelsen i begrebet analogi er altså, at et menneskes personlighed kommer til udtryk i musikken, og at man kan ændre psykologiske processer ved at ændre musikalske processer. Dette giver en helt særlig mulighed for at *handle*, og dermed skabe terapeutisk forandring.

Med denne beskrivelse af teorien om analogi afsluttes specialets 2. kapitel. Inden jeg går videre til 3. kapitel med empiri, vil jeg for overblikkets skyld lave en opsamling på hele den teoretiske del.

Opsamling på teori

Første del af teoriafsnittet bestod i en præsentation af teorier om sorg og sorgarbejde, og anden del omhandlede improvisation i musikterapi i sorgarbejde.

Ved gennemgang af teorier om tab og sorg kom det frem, at begrebet tab skal forstås bredt, men i denne sammenhæng fokuseres på tab af nærtstående. Sorg er en reaktion på tab, og mennesker reagerer vidt forskelligt på tab afhængig af bla. tilknytningsstil, og sorgprocesser er derfor helt individuelle. Nyere sorgteori (Bugge et al, 2003) beskriver sorg som komplekse og flerdimensionale processer, der berører såvel kropslige, psykologiske, eksistentielle som sociale forhold. Arbejdet med specifikke problemstillinger i forbindelse med sorg og sorgprocesser kaldes sorgarbejde. Formålet med sorgarbejde er fx, at klienten opnår en følelse af empowerment, mestring eller copingevner i en ny livssituation. Der findes forskellige sorgarbejdsteorier, heriblandt 2-sporsmodellen (Stroebe og Shut, 2008, 2011), der bygger videre på tidligere tiders fasemodeller. Modellen beskriver sorgarbejde som en cirkulær copingproces, hvor der konstant svinges mellem 'tabssporet' og 'nyorienteringssporet'. Disse copingprocesser er en del af hverdagslivet og varer hele livet, men vil på lang sigt fylde mindre og mindre i hverdagen. Beskrivelsen af naturligt sorgarbejde førte til en beskrivelse af kompliceret sorg, herunder forsinket sorg, hvor sorgen af forskellige årsager er fortrængt eller uforløst, hvilket blokerer det naturlige sorgforløb. I sådanne situationer kan der være brug for professionel hjælp, sorgterapi, for gradvist at konfrontere vanskelige følelser i forbindelse med tabet og derved hjælpe personen til en naturlig copingproces (Straume, 2003).

Da jeg mener, at musikterapi kan spille en vigtig rolle i sorgterapi, præsenterede jeg herefter i teoriafsnittets anden del relevant forskningsbaseret og klinisk litteratur om musikterapi med henblik på at vise erfaringer med musikterapi i sorgarbejde, herunder musikkens særlige rolle i forhold til følelsesmæssige aspekter i sorgarbejde. Herefter indsnævrede jeg fokus ved at beskrive improvisation i psykoanalytisk inspireret musikterapi, jf. min forforståelse om musikken som referentielt fænomen, hvor musikken refererer til følelser og symboliserer klientens indre oplevelser (Bruscia, 1987). Der kan bruges enten musikalske eller referentielle spilleregler, og i den musikalske relation kan musikterapeuten bl.a. hjælpe klienten med at undersøge alternative måder at være i verden på (Wigram, 2005).

Jeg fremhævede til sidst to musikterapeuter, der arbejder med improvisation i musikterapeutisk sorgarbejde. Den ene er Ruth Bright (2002), der har udviklet en støttende og eklektisk model for musikterapeutisk sorgarbejde, hvor hun kombinerer musik og verbalsprog med henblik på at give klienten en følelse af empowerment og genvinde kontrollen over sit liv. Hun anvender især improvisation, fordi hun mener, musikken grundet dens nonverbale karakter kan virke som katalysator for følelser og lokke gemte eller undertrykte følelser frem. Vellykket sorgarbejde bygger ifølge Bright på en tillidsfuld terapeutisk alliance, og musikterapi er særligt velegnet i forhold til uforløst og fortrængt sorg. Den anden musikterapeut er Henk Smeijsters (1999), der beskriver en case, hvor improviseret musik har hjulpet en kvinde til at udtrykke følelser og komme i kontakt med blokeret sorg for derved at finde ny identitet som led i sorgarbejdet. Han forklarer musikkens evne til at udtrykke ubevidste sider af klientens personlighed ved teorien om analogi (baseret på Sterns teori om vitalitetsaffekter), hvor klientens følelsesliv og psykiske strukturer kan høres i det musikalske spil, fordi der er analogi mellem musikalske og psykologiske processer. Klienten kan 'lyde selvet' (Smeijsters, 2005), og på samme tid kan ændring i musikalske processer føre til terapeutisk udvikling i psykologiske processer.

Såvel Bright som Smeijsters giver dermed eksempler på og begrundelser for improvisation i musikterapi i sorgarbejde, og med dette som afsæt vil jeg nu vende mig mod mine egne erfaringer med improvisation i sorgarbejde og præsentere specialets empiriske del.

3. KAPITEL: EMPIRI

Den empiriske del af dette speciale falder i to dele: Præsentation af case samt analyse og fortolkning af videoklip. Som indledning til hver del, beskriver jeg indholdet af de forskellige afsnit. Kapitlet afsluttes med en opsamling på hele empirien.

Præsentation af case

I min præsentation af casen vil jeg først beskrive de ydre rammer for musikterapiforløbet, og derefter give en beskrivelse af klienten. Der er tale om mit indtryk af klienten, og hvordan jeg oplever hendes sorg på baggrund af en forsamtale og mine logbogsnotater efter terapisessionerne. Efter dette beskriver jeg mål og metoder i musikterapien samt min oplevelse af faser og udvikling i musikterapiforløbet.

Ydre rammer for musikterapiforløbet

Kvinden i min case, som jeg af hensyn til anonymisering kalder Karen, henvendte sig til mig på baggrund af en brochure, jeg havde lavet som led i min praktik. Brochuren beskrev, hvad jeg som musikterapeut kunne tilbyde såvel kræftramte som pårørende, og den lå blandt andre tilbud på Kræftens Bekæmpelses Rådgivningscenter (KB) samt var delt ud steder i Aalborg, hvor brugerne kom, fx Haraldslund vand- og kulturhus.

Karen blev således ikke henvist til musikterapi, men tog selv kontakt, og allerede første gang, vi talte sammen i telefonen, græd hun og havde tydeligvis brug for hjælp og nogen at snakke med. Til en efterfølgende forsamtale præsenterede hun sig selv og blev introduceret til musikterapi. Hun fik derefter i alt otte sessioner à ca. 1 times varighed fordelt over en periode på godt to måneder.

Sessionerne fandt sted i et rum på mit praktiksted, der til daglig fungerede som mødelokale og bibliotek. Under praktikken stod instrumenterne afdækkede i et hjørne, og jeg tog dem frem hver gang, vi skulle have musikterapi. Rummet var lyst og venligt og lå lidt afsides fra de andre kontorer på gangen. Der var mulighed for at låse døren, men jeg satte også hver gang en seddel på døren om, at der var musikterapi, så vi ikke blev forstyrrede.

Karen underskrev i første session en samtykkeerklæring vedrørende optagelse af video, så samtlige sessioner blev optaget på video.

Beskrivelse af "Karen"

Karen er en kvinde på 60 år, der er ramt af flere tab på én gang: Det, der fylder mest, er tabet af hendes ægteemand, som døde pludseligt af en blodprop ni måneder forinden (*tab af ægtefælle*).

Han var lige gået på efterløn, og de skulle have været på en stor rejse, som måtte aflyses (*tab af forventning*). Hun fik desuden selv konstateret brystkræft for halvandet år siden (*tab af sundhed*), og mistede sin veninde til kræft (*tab af støtte*). To måneder før jeg møder Karen er hun selv gået på efterløn (*tab af arbejdsidentitet, struktur i dagligdagen og netværk*). Hun søger således efter sin egen identitet i en total ny livssituation. Karen fortæller, at det i starten var som ferie, men siden er tomheden og ensomheden kommet. Hendes hverdag er fyldt af en grundlæggende følelse af meningsløshed, en form for depression.

Hendes måde at reagere på alt dette på, er ved at holde sig selv i gang, være social og have mindst én aftale om dagen. Hun holder med egne ord 'en facade oppe' i et forsøg på at have en slags kontrol over situationen. Karen har to voksne døtre i 30'erne med små børn, men overfor dem og resten af familien og venner giver Karen det indtryk, at hun klarer sig ok. Hun vil ikke belaste dem og har svært ved at tage imod hjælp fra dem.

Karens høje aktivitetsniveau kan virke som en forsvarsmekanisme mod at undgå at se tabet i øjnene og at mærke sig selv og sin sorg. Tabet er kommet så pludseligt, at sorgen og følelserne er så overvældende, at hun beskytter sig selv ved at fortrænge dem. Alt i alt fører dette til, at den naturlige sorgbearbejdning ikke er kommet ordentligt i gang. Det er som om hendes sorgreaktioner er frosset fast, og hendes sorg og sorgarbejde bliver således forsinket. Som skrevet tidligere kan kompliceret sorg (eller forsinket sorg som i denne case) netop komme til udtryk ved stærk følelse af ensomhed og meningsløshed samt for lille intensitet i sorgreaktionerne (jf. Straume, 2003). I forhold til 2-spors-modellen kan man sige, at Karen er for meget i nyorienteringssporet og ikke nok i tabssporet, hvilket også er en nødvendig del af copingprocessen (jf. Stroebe og Shut, 2008).

Denne fortrængning af hendes sorg som en forsvarsmekanisme har måske været en nødvendig overlevelsestrategi for Karen i en periode. Det har fungeret som en slags beskyttelse, inden hun var klar til at påbegynde sorgarbejdet. Den akutte smerte er holdt stangen, men når tabet ikke ses i øjnene, kommer sorgen ikke i gang (jf. Davidsen-Nielsen og Leick, 2003). Efter nogen tid bliver fortrængningen som en 'sorgknode', der skal løsnes, men det kan være angstfyldt at tage hul på bylden og mærke sin sorg. Sorgen og sorgarbejdet bliver således forsinket, og så kan der være brug for professionel hjælp. Karen har været hos en hospitalspsykolog 6-7 gange, hvilket fortsætter en gang om måneden ved siden af musikterapien. Denne psykolog har foreslået anti-depressiv medicin, men det vil hun meget gerne undgå. Hun ved godt, at hun dybest set ikke er deprimeret, selvom det på overfladen ser sådan ud.

Mål og metoder i musikterapien

På baggrund af ovenstående beskrivelse af Karen var det overordnede formål med musikterapien:

At hjælpe Karen til at løsne op for sorgknuden og komme i kontakt med sin uforløste sorg og sorgfølelser, så hun kan komme videre i sorgarbejdet og på sigt forholde sig til sin nye livssituation.

Dette overordnede formål dannede udgangspunkt for udarbejdelsen af behandlingsoplæg for musikterapiforløbet. Behandlingsoplægget, der skulle godkendes af supervisor, indeholdt generelle oplysninger og observationer af klienten, beskrivelser af mål og metoder samt terapeutiske overvejelser.

I behandlingsoplægget for musikterapiforløbet var målsætningerne at:

- skabe et rum til at tale og udtrykke sig og dermed lette sit hjerte og græde – hvilket hun sjældent gør andre steder.
- styrke grounding og vejrtrækning (især indånding)
- snakke om håb og drømme

I musikterapien brugte vi såvel ekspressive som receptive musikterapeutiske metoder, og næsten alle sessioner var bygget ens op:

1. Musiklytning²³, ofte med en stående groundingøvelse
2. 'Sorgtrappen' (assessmentredskab, jf. Bright)
3. Verbal dialog om Karens aktuelle tilstand.
4. Musikterapeutisk intervention (musiklytning med visualisering, synge kendte sange eller improvisation)
5. Verbal opsamling
6. Musikalsk/kreativ afslutning (fx musiklytning eller tegning)

Jeg bevarede så vidt muligt denne struktur for at skabe så trygge rammer som muligt for Karen. Jeg anså dette for særligt nødvendigt i hendes sårbare situation, og som forudsætning for at kunne gå ind i de svære ting (hendes fortrængte sorg).

Faser og udvikling i musikterapiforløbet

Jeg har for overblikkets skyld delt forløbet op i fire faser, som det ses i nedenstående forløbsoversigt. Her beskriver jeg kort tema og indhold i faserne, Karens proces, musikterapeutiske metoder samt terapeutisk relation og terapeutrolle. Oversigten er lavet på baggrund af mine logbogsnoter og supervisionsrapport.

²³ Jf. receptiv musikterapi i fodnote 2.

FASE	1	2	3	4
Session	1+2	3+4	5(improintro)+6+7	8
Overskrift	Vi mødes	Vi går rundt om sorgen	Vi går ind i sorgen	Vi skilles
Tema	Fortrængt og forsinket sorg, sorgknode	Savn og 'oaser'	"ikke styr på" og Eksistentiel ensomhed	Ro i /til sorgarbejde
Indhold	Ønske: løftes i bedre humør, føle mere rolig og afbalanceret. Oprettelse af rare 'oaser'.	Snak om hverdagen – det svære og oaserne. Tomhed. Angst for Alle Helgen.	Gennembrud, inde ved kernen og det sårbare (efter Alle Helgen). Fra ydre -> indre 'forladt' og 'ikke styr på'. Eksistentiel ensomhed, tomhed.	Ro efter at have set tomheden i øjnene. Ok at slutte. Spille glæde – både lys og dyb. Tegne ro, varme og livskraft.
K proces	Afhængig af forsvar, frygter overvældelse af sorg. Deprimeret, stivnet. <i>Sorgen holdes på afstand</i>	Kigger på forsvaret. Tungsindig. <i>Sorgen kommer tættere på</i>	Går bagom forsvaret. Mærker dybe savn, tomhed og ensomhed. <i>Sorgen er åbnet for</i>	Mere bevidst brug af forsvarsmekanismer. Mærker såvel sorg som glæde = håb. Følelse af indre ro. Begyndende accept af at han er væk. <i>Sorgen er en følgesvend, der ikke dominerer hverdagen</i>
Metoder	Grounding + musiklytning med tegning	Grounding + jeg improviserer til ægtemanden + vi synger sange: svær sang og 'oasesang'	Grounding + kendte sange + improvisation: Diverse opvarmningsøvelser (fx 'musikalsk samtale'), 'håb' og 'kontrol'.	Grounding + synge 'kraftsang' + improvisation: 'Glæde' og 'dyb glæde'
Terapeutisk relation og terapeutrolle	Alliancen påbegyndes. TP er støttende og søgende. Supervision: <i>'Jeg føler hun har kontrol over mig som over sin hverdag'.</i>	Mere og mere alliance. TP er omsorgsfuld og meget støttende men også usikker. Supervision: <i>'Hvordan kommer jeg fra ord til musik?'</i>	Alliancen opbygget nu. TP styrer mere ind i det svære, som rollemodel og udfordrer. Supervision: <i>'Jeg har tillid til mit kreative flow'.</i>	Alliancen afsluttes på god måde. TP har været en fødselshjælper, men nu kan Karen stå på egne ben. Giver overgangsobjekter med til støtte. Supervision: <i>'Jeg føler en vis lettelse over at slippe ansvaret igen.'</i>

Som forløbsoversigten viser, skete der en udvikling i Karens sorgproces. Fra at være præget af en sorgknode af fortrængt sorg med forsvarsmekanismer og depression til følge, er hun i sidste session opfyldt af en større indre ro og accept af situationen, hvilket betyder, at hun bedre kan mærke sin sorg og ikke behøver at holde sig så aktiv i hverdagen. Også 'sorgtrapperne'²⁴ viser en udvikling i musikterapiforløbet. Karen startede med at placere sig på trin 5, og hun endte til sidst

²⁴ Assessment redskab anvendt i starten af hver session, som beskrevet i teoriafsnittet (jf. Bright). Se bilag 2.

på det 7. trin. Næsten hver gang var der en lille udvikling: En arm eller en fod der strakte fremad. Karen fik som regel at vide, hvor hun havde placeret sig på trappen den foregående gang, så hun kunne placere sin følelse af, hvordan hun havde det den dag i forhold til sidste gang.

Selvom 'sorgtrapperne' viser en kontinuerlig fremgang²⁵, oplevede jeg et gennembrud i 6.session i terapiens 3. fase, hvor improvisation blev introduceret. Fokus i de to første faser var støtte og allianceopbygning (via bl.a. sang og receptive metoder), men jeg oplevede omkring 5.session, at der 'trængte til at ske noget' i terapien, og derfor introducerede jeg improvisation. 3. fase blev efterfølgende en særligt sårbar fase for Karen, hvor hun kom mere i kontakt med sit indre følelsesliv. Dette resulterer i, at Karen (jf. bilag 3) i forløbets sidste session siger, at hun ikke er blevet gladere men *roligere* efter dette forløb. Hun fremhæver, at hendes forståelse af den eksistentielle ensomhed er kommet fra hovedet til hjertet, og at det er vigtigt for at kunne acceptere den og mærke tomheden. Det er skræmmende, men accepten deraf og viljen til at få det bedre er med til at give hende en ro, så hun tør *være* mere tilstede i sit eget. Med den ro kan hun med tiden lettere møde de glade ting også, mener hun. Som afslutning på terapien improviserer hun i sidste session over 'dyb glæde', og hun kommer for første gang i lang tid i kontakt med varme og livskraft, hvilket hun maler i en mandala²⁶.

Karens case er således illustrativ i forhold til min problemformulering, fordi den viser et eksempel på en kvinde med forsinket sorg, der efter et musikterapeutisk forløb er mere rustet til sit sorgarbejde. Jeg er dog interesseret i at undersøge mere grundigt, hvad det var i improvisationerne, der havde betydning for, at forløbet endte positivt. Så efter at have præsenteret min case, vil jeg nu vende mig mod min analyse.

Analyse

Som beskrevet i indledningen vil jeg gerne undersøge, hvad det egentlig var, der skete i improvisationerne - både i forhold til min overraskelse over Karens verbale kommentarer men også i forhold til min oplevelse af, at de havde en positiv indflydelse på Karens udviklingsproces i musikterapien.

Til dette formål har jeg så vidt muligt sat parentes om min forforståelse og været åben for, hvad min undersøgelse bringer (jf. fænomenologisk metode). Jeg vil først beskrive undersøgelsens datamateriale, herunder kriterier for udvælgelse af to videoklip og beskrivelse af de to improvisationer, der skal analyseres. Derefter vil jeg beskrive, hvordan jeg har lavet grafiske notationer med henblik på at give et visuelt overblik over de to improvisationer. Dernæst udfører

²⁵ Undtagen efter 5. session, hvor der 'kun' var improvisations opvarmningsøvelser.

²⁶ En gengivelse af mandalaen ses i bilag 4. Den grønne farve repræsenterer noget, der gror, og den røde farve står for varme. Den sorte er ifølge Karen nødt til at være der for at skabe en kontrast, for uden den kunne det, der gror, og varmen ikke være der.

jeg Arnasons eklektiske analysemetode med en hermeneutisk proces i syv trin, og jeg beskriver min fremgangsmåde undervejs. Analysen munder ud i to improvisationsnarrativer.

For at være systematisk i min tilgang (jf. fænomenologisk metode) er begge improvisationer bearbejdede på samme måde, dvs. først er lavet en grafisk notation, dernæst improvisationsanalyserne og endelig improvisationsnarrativerne. Jeg slutter afsnittet af ved at fortolke improvisationsnarrativerne i lyset af teorien om analogi, hvilket fører til en sammenlignende analyse og en præsentation af mine analysefund.

Datamateriale

Datamaterialet, der danner grundlag for empirien, omfatter såvel rådata fra sessionerne samt efterfølgende bearbejdede data umiddelbart efter sessionerne. Derudover er der noter i forbindelse med en formidlingseksamen efter praktikkens afslutning samt transskriptioner lavet i forbindelse med specialet. Da der er tale om en retrospektiv case undersøgelse, har jeg således ikke kunnet indhente data som en del af analyseprocessen. De data, jeg har til rådighed, er:

Rådata:

- videooptagelser af sessioner
- videooptagelser af musikalske efterspil
- sorgtrapper

Bearbejdede data:

- logbog
- sessionsdagbog
- noter efter forsamtale (interview)
- forløbsoversigt
- 'graf' over svingning mellem 'de to spor'²⁷ i terapiforløbet
- behandlingsoplæg
- oversigt over puls og ikke-puls i mine musikalske efterspil
- supervisionsrapport
- transskription af klientens verbale udsagn i udvalgt sessioner.

Alle disse data er reduktioner af virkeligheden i terapisessionen og indebærer forskellige grader af fortolkning. Jeg er desuden bevidst om, at i min analyse af videoklippene sker der yderligere en reduktionsproces i forhold til virkeligheden:

²⁷ Refererende til 2-spors-modellen, som beskrevet i teoriafsnittet.

Videoptagelse fra én vinkel -> udvælgelse af to videoklip -> transskription af musikeksempler i form af grafisk notation -> fænomenologisk inspireret analyse (Arnason) -> fortolkning ud fra teorien om analogi -> sammenlignende analyse af de to improvisationsnarrativer.

Hvert trin indeholder altså en subjektiv udvælgelses- og fortolkningsproces, hvor jeg træffer valg på baggrund af min forforståelse. For at tydeliggøre disse processer, vil jeg grundigt beskrive mine metodiske fremgangsmåder i de forskellige punkter (jf. 'thick description'). Jeg starter med at beskrive mine kriterier for udvælgelse af videoklip.

Kriterier for udvælgelse af videoklip

Musikeksemplerne er først og fremmest valgt ud fra, at der skal være tale om improvisationer med *referentielle spilleregler*, hvor musikken refererer til noget andet end sig selv, jf. min forforståelse. Dette udelukker to rent musikalske, non-referentielle spilleregler fra session fem, og der er således seks improvisationer tilbage at vælge ud fra.

Næste kriterium i min udvælgelse er, at der skal være tale om improvisationer, der i mine øjne har haft positiv betydning for det terapeutiske forløb. Dvs. at de på den ene eller anden måde har hjulpet Karen i kontakt med sin sorg. Hermed udelukkes to frie improvisationer i session 5, som virker som en opvarmning og introduktion til improvisation snarere end en terapeutisk intervention.

Det sidste kriterium for udvælgelse er, at jeg er interesseret i de improvisationer, hvor jeg blev overrasket over Karens reaktion og verbale udsagn under og/eller efter improvisationen. Der var to sådanne improvisationer, hvor jeg tænkte: "Hvad skete der her; hvor kom det fra?", og det er denne undren, jeg gerne vil kigge nærmere på. For begge improvisationer gælder, at jeg oplevede, at de direkte eller indirekte fik betydning for den musikterapeutiske målsætning at hjælpe Karen med at løsne op for hendes 'sorgknode' og komme i kontakt med hendes forsinkede og uforløste sorg.

Den ene af de to improvisationer, der opfylder kriterierne om at vække en undren i mig og at have positiv betydning for Karens sorgproces, er fra 5. session, hvor jeg for første gang introducerede improvisation. Spillereglen er 'Musikalsk samtale'. Den anden improvisation er fra 6. session, en session der i mine øjne bragte et gennembrud i terapien. Spillereglen her er 'Håb'.

Inden jeg begynder analysen af de to improvisationer, vil jeg præsentere de to udvalgte improvisationsklip og den kontekst, de er en del af.

Beskrivelse af improvisationer

Begge improvisationer stammer fra 3. og næstsidste fase i terapien. På dette tidspunkt er alliancen stærk imellem os, og jeg tør introducere improvisation i musikterapien. Overskriften i denne fase er jf. forløbsoversigten, at 'vi går ind i sorgen', og at Karen kommer i kontakt med følelsen af 'ikke at have styr på' og en eksistentiel ensomhed.

Den første improvisation, jeg har valgt at analysere, stammer fra fem 'opvarmningsøvelser' i 5.session, som jeg havde planlagt inspireret af Wigram (2005) og Bruscia (1987). Formålet var at introducere improvisation for Karen og at hjælpe hende med at blive fortrolig med sit valgte instrument og med at improvisere.

Der bliver først introduceret rent musikalske spilleregler på et nonreferentielt niveau²⁸, hvorefter en referentiel/relationel spilleregel bliver præsenteret. Vi starter og slutter med en fri improvisation, for at se hvordan Karen reagerer, når strukturen er meget løs. Karen spiller på en lille lyre, terapeuten (jeg) spiller på tromme, og de fem spilleregler er:

1. 'Lad os undersøge hvilke lyde instrumenterne kan lave' (*fri*)
2. 'Vi spiller fra langsomt til kraftigt og tilbage til langsomt' (*musikalsk*)
3. 'Spil svagt så kraftigt og igen svagt' (*musikalsk*)
4. 'Vi laver en musikalsk samtale, hvor vi skiftes til at tale/spille' (*referentiel/relationel*)
5. 'Frit spil' (*fri*)

De første tre spilleregler er som hyggelige stunder, hvor Karen fordyber sig i sit instrument. Det er meget nyt for hende, men hun siger, at det er ok for hende at sidde og spille på den måde.

I den relationelle improvisation spiller vi på skift. Karen starter med at spille enkelte toner på sin lyre, små melodiske stykker. Jeg både inspireres af hendes spil og introducerer nyt på trommen som en ligeværdig person i relationen. Musikterapeutiske interventioner er såvel 'matching' som mere udfordrende 'reflecting' og 'frameworking' (jf. Bruscia, 1987). Hun inspireres af mit spil og øger dynamik, rytme og tonehøjde i sit spil henimod slutningen. Det er tydeligt at vi 'taler sammen', men pludseligt 'svarer' Karen ikke, og det overrasker mig. I stedet for griner hun og siger, at "dét kan jeg ikke svare på, nu marcherer de jo væk". Hun siger, at hun ikke helt ved, om hun skal være fornærmet over 'at jeg gik fra hende' eller ej, selvom jeg siger, at det ikke var min hensigt. Det er denne overraskelse over hendes reaktion på mit spil, der gør, at jeg gerne vil analysere denne improvisation nærmere. Den sidste, frie improvisation i sessionen er en stille stund, hvor Karen er fordybet i sit spil og føler en god ro. Hun hører og føler sig støttet af trommen.

Den anden improvisation, jeg vil analysere er fra 6.session. Efter en verbal dialog finder vi i fællesskab frem til den referentielle spilleregel: 'Håb'. Karen er et sårbart sted, fordi hun har været til Alle Helgens gudstjeneste i kirken for at mindes sin afdøde mand, og det var hårdt, fordi det var

²⁸ Jf. tidligere beskrivelse af improvisation i musikterapi i teoriafsnittet.

så direkte konfronterende. Karen spiller på chimes²⁹ og jeg på guitar. Chimes giver et meget klangfyldt udtryk, dog uden puls (som en vindharpe) og Karen synes meget optaget af dens lyde. Jeg akkompagnerer med et støttende ostinat, en '*grounding/holding*' intervention på guitaren (jf. Bruscia). Det klinger godt, men mens hun spiller, siger Karen flere gange, at hun 'ikke kan styre det'. Det er umiddelbart en kontrast til det klangfyldte og smukke spil, og det undrer mig. Hun kommer i efterfølgende samtale i kontakt med følelsen vrede og irritation over ikke 'at have styr på det'. Efter dette spørger jeg Karen, hvordan det ville lyde, hvis hun skulle spille 'at have styr på det', og her vælger hun at spille efter noder til en kendt sang på blokfløjte, som hun har spillet meget på som barn.

Efter at have beskrevet rammerne for de to udvalgte improvisationer, vil jeg nu beskrive selve improvisationerne. Dette gør jeg ved at lave en visuel fremstilling af dem i form af to grafiske notationer.

Grafisk notation

Jeg vil i det følgende beskrive baggrunden for grafisk notation, en disciplin vi er undervist i på musikterapistudiet på Aalborg Universitet. Herefter beskriver jeg min fremgangsmåde i udførelsen af de pågældende notationer, og jeg slutter afsnittet af med at præsentere dem for læseren.

Ifølge musikerterapeut Carl Bergstrøm³⁰ (2007) er grafisk notation et redskab til at transskribere og beskrive improviseret musik, så man kan huske, hvordan musikken var. Formålet er som tidligere nævnt at få et visuelt overblik over såvel musikalske elementer som et helhedsindtryk af improvisationen. Til dette formål kan der laves signaturer (symboler/figurer), man kan dele improvisationen op i afsnit, sætte på en tidslinje mm. "Udgangspunktet for grafisk notation er helheder, hvor det i almindelig nodeskrift er detaljer." (Schou, 2003, s.45). Grafisk notation er således et alternativ til almindelig nodeskrift, hvor man får mulighed for at billedliggøre musik, som fx fritonal improvisation eller musik uden puls som i mit tilfælde.

Inspireret af Bergstrøm (2007) lavede jeg først en 'motorikstorm', hvor man lader kuglepennen glide intuitivt hen over papiret og lave kruseduller til musikken³¹. På baggrund af denne 'automatskrift' får man lynhurtigt et overblik over improvisationen, og efterfølgende er det muligt at sætte tidsangivelser på og inddele improvisationen i afsnit.

Dernæst lyttede jeg gentagne gange til musikken, mens jeg noterede refleksioner i forhold til 'de tre zoner'. 'De tre zoner' er Bergstrøms (2007) avancerede form for grafisk notation, hvor der

²⁹ Chimes er et percussioninstrument, der består af en række metalstave, der hænger nedad. Stavene er i forskellige længder og har dermed forskellige toner. Der manglede dog nogle stave på de chimes, jeg havde lånt til praktikken.

³⁰ Carl Bergstrøm er specialiseret i improvisation, intuitiv musik og grafisk notation. www.intuitivemusic.dk

³¹ Se bilag 5.

laves et dyberegående, undersøgende forarbejde i form af beskrivelse og analyse på tre planer også kaldet zoner³²:

- Yderzone: Beskriver musikken, de konkrete musikalske parametre (syntaktisk analyse)
- Mellemzone: Beskriver lytterens subjektive forestillinger, associationer og billeder (semantisk analyse)
- Inderzone: Beskriver lytterens subjektive oplevelse af grundlæggende følelseskategorier i musikken.

(Bergstrøm, 2007, s.9-10)

Efter disse indgående lytninger lavede jeg 'signaturstorm', hvor man finder frem til signaturer og tegn til at repræsentere de forskellige parametre, der høres i musikken (jf. 'yderzone'). Beskrivelser af associationer og billeder ('mellemzone') dannede baggrund for valg af overskrifter til den ene af improvisationerne (Bergstrøm, 2007). Efterfølgende reflekterede jeg inspireret af Schou (2003) over farvevalg og baggrundsfarve (jf. 'mellemzone' og 'inderzone'). Farverne er således valgt efter min subjektive oplevelse af musikken. Fx forbinder jeg instrumenterne lyre og guitar med varme og gyldne klange, hvorfor de er gengivet med varme og gyldne farver som gul og orange. Som kontrast dertil har trommen fået farven blå og chimes grå pga. den lettere metalliske klang.

De grafiske notationer blev derefter sat op i et koordinatsystem, hvor den vandrette akse angiver tid i fem sekunders intervaller, mens den lodrette akse tilpasses den givne improvisation. Gennem en cirkulær proces med gentagne lytninger og notationer over flere dage kom der således flere og flere lag på den grafiske notation, så improvisationen og de tre zoner blev præsenteret i en helhed. Som det ses, har jeg inddraget mine egne subjektive reaktioner på musikken, og de grafiske notationer skal derfor ikke ses som systematiske gengivelser af musikkens forskellige parametre, fordi de altid vil indeholde en vis grad af fortolkning.

Præsentation af grafiske notationer

På de følgende sider præsenteres de to grafiske notationer sammen med signaturforklaringer ved hver af dem. Hver grafisk notation er på et A3 ark, der kan foldes ud. Jeg giver desuden en beskrivelse af, hvordan jeg læser og forstår de grafiske notationer og musikken.

De to videoklip findes på vedlagte dvd (bagerst i specialet), og læseren kan med fordel høre og se disse, mens de grafiske notationer læses.

³² Idéen om de tre zoner kommer fra en gestalt-terapeutisk forståelse af den menneskelige opmærksomhed som opererende på tre planer: Yder-, mellem- og inderplan. Yderplanet indeholder sansninger af omverdenen, mellemplanet forestillinger (herunder fantasier og tanker), og inderplanet indeholder følelser (Bergstrøm, 2007).

Beskrivelse af 'Musikalsk samtale'

I den første improvisation med titlen 'Musikalsk samtale' ses det, hvordan Karen og terapeuten skiftes til at 'tale', jf. gul og blå farve der afløser hinanden. Den lodrette akse viser intensitet og dynamik (svagt eller kraftigt), og det er tydeligt at se, hvem der spiller hvor meget og hvor kraftigt. Desuden vises tonehøjden her, således at 'oppe' er lig med lyse toner, og 'nede' er lig med mørke toner. Dette styrkes af farvekoder med lys for lyse toner og mørk for mørke toner.

Improvisationen er delt i tre dele, hvor den første del viser, at relationen og samtalen er ved at opbygges. Illustreret ved en lilla kantet ramme, er der tale om en lidt famlende start, en 'skæv' og 'kantet' samtale, og det er tydeligt at se, hvordan terapeuten ikke matcher Karens dynamik men spiller kraftigere.

I anden del virker det, som om Karen træder mere i karakter, og hun varierer sit spil. Dynamikken stiger, så der er større lighed i dynamik, Det er, som om 'vi leger sammen', og den enes spillemønster ses gentaget hos den anden og omvendt. Rammen om denne del er rund og blød, og farven er lysegrøn og glad. Et enkelt sted (01.55) spiller terapeuten for en gangs skyld svagere end Karen. Karen matcher dette, men efterfølgende (i tredje del) øger terapeuten igen dynamikken og ændrer spillemåde, som om hun ikke svarer Karen. Improvisationen slutter brat, da Karen ikke kan svare på terapeutens nye spil. Dette illustreres ved en sort dør som ramme, som om terapeuten 'går ud ad døren', hvilket refererer til Karens oplevelse af at 'hæren marcherede væk'.

Beskrivelse af 'Håb'

Den grafiske notation af 2. improvisation med titlen 'Håb' er ikke delt op i afsnit. Den giver mig umiddelbart et indtryk af at være en improvisation af enhed og fælles, varm og gylden klang, illustreret ved den gule, cirkulære ramme. Der er generelt ikke megen variation, kun lidt i øget dynamik (ca. 2.10-2.40), som vises ved, at signaturerne bliver større og kraftigere i farven. På den lodrette akse kan man se, at terapeuten dynamikmæssigt 'ligger under' Karen, i kraft af den akkompagnerende terapeutiske interventionsform (jf. i beskrivelsen af improvisationerne). Der spilles på samme tid (modsat i den første improvisation), men der er ikke tale om en musikalske samtale her, det er snarere som to parallelle spor.

Terapeutens melodiske figur er den samme hele tiden, da den først finder sin form (00.30), og den forudsigelige figur er noteret i noder i signaturforklaringerne. Karens spil er udtryksløst og svært at beskrive, fordi der ikke er toner og fraseringer. Generelt er klangen varm og gylden, men der er i mine ører også en vis metalliske klang i chimes, hvorfor farven grå er valgt. Den grå farve repræsenterer også frustrationerne udtrykt i de verbale kommentarer, der er som en kontrast til det generelle klangbillede.

Analyse af videoklip

Med udgangspunkt i de to grafiske notationer påbegyndte jeg improvisationsanalyserne. Som beskrevet i metodologiafsnittet i indledningen har jeg valgt Arnasons eklektiske analysemodel, og jeg vil nu beskrive min fremgangsmåde.

I min analyse af improvisationerne fulgte jeg Arnasons (2002) beskrivelse af de forskellige refleksionsniveauer (som beskrevet i metodeafsnittet), samt musikterapeut Charlotte Lindvangs uddybende beskrivelser i hendes ph.d. afhandling³³, og jeg skrev 'svarene' ned på et nyt stykke papir for hvert analyseniveau. Som nævnt medtager jeg ikke analysens sidste punkt vedrørende den kliniske retning, da musikterapiforløbet er afsluttet. Hvis der dukkede noget op, som jeg huskede fra selve sessionen, hvor jeg spillede med som terapeut, blev det også noteret (jf. Arnason, 2002, s.6). Desuden noterede jeg parallelt de refleksioner og tanker, der opstod undervejs. Alt i alt lyttede jeg til musikken adskillige gange, hver gang med en ny vinkel. Nogle gange med lukkede øjne, nogle gange kiggede jeg specifikt på kropssprog, ansigtsudtryk mm på videooptagelsen. De syv trin i analysen var som følger:

- Åben lytning

En enkelt lytning med lukkede øjne, hvor jeg skrev alt, hvad der faldt mig ind, ned.

- Lytte til de musikalske parametre og deres kombinationer

Her lavede jeg en liste, hvor jeg samlede alle de musikalske parametre, som Arnason og Lindvang nævner, for på den måde, at få så meget med som muligt i den syntaktiske analyse.³⁴ Det var således en mere systematisk fremgangsmåde end Bergstrøms (2007), og det gav mig en mere nuanceret og uddybende beskrivelse af de musikalske parametre.

- Beskrive tanker og følelser hos lytteren

Jeg var naturligvis påvirket af, at jeg tidligere havde levet mig ind i musikken, da jeg lavede den grafiske notation, men jeg prøvede så vidt muligt at lytte til og kigge på improvisationerne med 'friske ører'. Refleksioner på det emotionelle plan nuanceret ud fra spørgsmålet: "Hvordan ville det være at være med i denne improvisation som 1) klient, 2) terapeut og 3) observatør?". Oprindeligt spillede jeg jo selv med som terapeut, men i tanken prøvede jeg at leve mig ind i de andre roller.

- Beskrive billeder og metaforer frembragt af musikken hos lytteren

Igen prøvede jeg at glemme mine grafiske notationer og fik nu nye billeder frem af musikken. Det var naturligvis ikke så langt fra billederne fra de grafiske notationer, men der var flere nuancer og

³³ Charlotte Lindvang brugte i sin Ph.d. afhandling (2010): *A Field of Resonant Learning* Arnasons analysemodel, og jeg lod mig inspirere af hendes fremgangsmåde.

³⁴ Liste over samtlige musikalske parametre kan ses i bilag 6.

andre vinkler med nu. Efter først at have skrevet indre billeder ned, samlede jeg de vigtigste i nogle mandalaer, som jeg tegnede, mens jeg lyttede til musikken.

- Klient-terapeut forholdet

Her så jeg på elementer og parametre i musikken, der viste noget om det *musikalske* forhold mellem klient og terapeut. Dette er ét af de punkter, som Arnason har tilføjet sin oprindelige analyse, og det giver mulighed for at beskrive forbindelsen mellem terapeutens musikalske intervention og klientens respons.

- Opmærksomhed på konteksten, klientens livsverden

På dette punkt i analysen flyttede jeg fokus fra den konkrete samspilssituation til også at tænke på klientens livsverden og kontekst, mens jeg lyttede til/så videoklipet. Dvs. jeg inddrog mine egne erfaringer og oplevelser med og af klienten fra tidligere sessioner, samt noter fra 1.interview, hvor jeg hørte om Karens baggrund. På den måde så jeg improvisationen i et større perspektiv.

- Åben lytning

Igen var der en enkelt åben lytning, hvor jeg fik mulighed for at lytte til improvisationen i sin helhed, efter at jeg har fokuseret på forskellige lag.

Improvisationsnarrativer

Disse mange lag af analyse, spredt på flere ark, samlede jeg derefter i et improvisationsnarrativ. Udover noterne fra analysen inddrog jeg de grafiske notationer og min viden om konteksten (jf. casepræsentation). Desuden inddrog jeg transskriptionen af klientens verbale udsagn før, under og efter improvisationen. Her markerede jeg med farve vigtige og relevante sætninger, og disse flettede jeg ind i narrativet, hvor det var relevant, fx i underoverskrifterne. Inspireret af Lindvang (2010) lyttede jeg igen til musikken, mens jeg skrev, for at komme ind i et kreativt flow.

Der var således tale om en meget cirkulær fortolkningsproces, der blev skrevet i flere omgange, hvor jeg på forskellige tidspunkter vendte tilbage for at inddrage de forskellige lag og refleksioner i analysen. Således startede jeg med at beskrive den musikalske del af analysen for at lave et kronologisk skelet. Derefter tilføjede jeg metaforer, følelser, indre billeder osv., hvor de passede ind i kronologien. Disse blev skrevet med kursiv for at tydeliggøre forskellen mellem den musikalske struktur og den referentielle mening. Til sidst indflettede jeg noterne om klient-terapeut forholdet og klientens kontekst, ligeledes skrevet med kursiv.

Efter beskrivelsen af min fremgangsmåde i analysen vil jeg på de næste sider præsentere de to improvisationsnarrativer. Hvert narrativ starter med en lille indledning i kursiv, der beskriver starten og rammerne (settingen) for improvisationen. Læseren kan med fordel genhøre og gense dvd'en med videoklip og de grafiske notationer af improvisationerne som præsenteret tidligere.

Musikalsk samtale

Fra fælles relation til 'du går din vej'

Vi har lavet forskellige improvisationsøvelser, 'spil svagt og kraftigt', 'spil langsomt og hurtigt'. Karen spiller på en lille lyre (seks strenge), jeg (terapeuten) spiller på tromme (djembe). Hun har lige fortalt, hvordan hun hver søndag formiddag tænder et lys for sin mand og hører noget musik. I går var det med panfløjte, lyrisk og svævende musik, der vækkede minder om deres sidste rejse sammen til Peru. Jeg spørger, om hun har lyst til at spille igen, og det har hun. Denne gang laver vi en 'musikalsk samtale', hvor vi skiftes til at tale/spille, og så svarer den anden. Karen er allerede i gang med at spille, så hun starter 'samtalen'.

Karen lægger ud med en lille melodi på tre – fire toner på lyren, de dybeste den har. De slås an enkeltvis, mp. Tonerne går både op og ned. En lettere markeret tone angiver afslutningen. Det lyder kinesisk på grund af lyrens klang og pentatone stemning. Hun slår kun på 1-slaget, ingen variation i rytmen. Som om tonerne/fingrene går tur på strengene. Lidt undersøgende og usikker, 'hvad er det her lige for noget?', 'stregene driller lidt, jeg prøver at få det til at lyde godt'.

Trommen svarer først med en fejlyd på skindet og spiller derefter forskellige rytmer på trommen, mf. Spiller med flad hånd på både midten og kanten af trommen. Varierer rytme, også hurtige slag, men samme puls som Karens spil. Slutter med enkelt slag på midten af trommen, stafetten gives videre. Starter blidt men spiller generelt selvsikkert. Er mere bestemt og til stede, ikke så søgende. I sit eget spil, glad og undersøgende, men også undersøgende.

Lyren spiller igen samme toner før, men nu med et par hurtige toner efter hinanden, inspireret af trommerytmen? Fingrene vandrer stadig frem og tilbage, roligt, 'steady', nu med lidt flere lyse toner, mp. Stadig lidt søgende.

Trommen starter langsomt, bryder/ophæver den fælles puls fornemmelse, lange pauser, og så pludseligt hurtige slag. Efterfølgende igen langsomme, eftertænksomme slag, ingen tydelig rytme, snarere små separate rytmeøer, mf. Slutter med 'salut' af hurtige kantslag efterfulgt af åbent slag på midten af trommen. Eksperimenterende, legende, utilregnelig, vil meget.

Lyren er stabil, spiller fortsat med den ro og faste rytme, hun spillede med tidligere, uafhængigt af trommens varierende spil. Der er flere lyse toner nu og lidt øget dynamik, så hun integrerer elementer af trommens spil i sit eget men slipper aldrig pulsforfølgelsen. Slutter med en følelse af afrundet frase i de dybere toner. *Kontrolleret i sit spil. Hun vokser og træder mere i karakter.*

Trommen introducerer ny rytme: Kraftigt, lidt pludseligt åbent slag på midten af trommen (f) efterfulgt af to hurtige lette kantslag (p). Skifter mellem mørkere og lysere 'toner'. Trækker igen lidt i pulsen. Afslutningen er to lyse slag på kanten, mf. *Virker igen lidt utilregnelig, men afslutningen virker appellerende, tydeligt at vi spiller sammen.*

"Hm" svarer Karen og gentager trommens rytme med én tone efterfulgt af to hurtige. Øger sin dynamik til også at være mf. Samme stabile puls som før, men rytmisk variation. Enkelte kraftige lyse toner, hårdt anslag. *Let sind og godt humør.*

Trommen starter denne gang lidt svagere end lyren. Bytter om på rytmen: Først to hurtige og så et markeret kantslag. Lange pauser. *Starter lidt forsigtigt, men prøver ellers igen nyt, leger med musikalske parametre.*

Lyren fortsætter hvor hun slap, i mf, følger ikke trommens dynamikskifte, spiller mest lyse toner, to hurtige toner efterfulgt af en enkelt. Skifter frit mellem lyse og mørke toner. Lander på en dyb tone. *Glad, som en lys sommerdag.*

Trommen begynder med markant fingerspil på kanten af trommen, fire fingre hurtigt efter hinanden, med enkelt slag på midten ind i mellem. Slutter af med en markeret rytme i forte (bada-bada-bam) og *sætter punktum* med endnu en 'trille' hvor fingrene slår hurtigt efter hinanden, på trommekanten, begge hænder på samme tid. *Responderer på det lyse og glade, er legende og fri. Åbent og bestemt. Her er jeg. Basta.*

Karen svarer ikke på musikken. Hun siger, at hun hører trommens musik som en hær, der marcherede ud og gik deres vej. Det kan hun ikke svare på. Pludselig afslutning. Grin. *Fornærmet? Svigtet?*

Håb

Fra håb til 'jeg kan ikke styre det'

Karen vælger at spille på chimes og begynder at spille lige så snart hun sætter sig. Hun er meget optaget af instrumentet og bemærker, at den næsten kun kan give positive lyde. Jeg (terapeuten) tager en guitar, der kan matche klangen. Med lyde fra chimes som lydtæppe gentager jeg spillereglen 'Håb' og stemningen relateret til det, vi snakkede om inden: "Så lad os prøve igen, at du ser billedet for dig af den Karen, du håber at se om noget tid, med energi og balance at give til familien".

Chimes klinger derudaf som klokker og bjældeklang. Guitaren tager søgende nogle enkelte toner. Løse strenge, de tre lyseste. Meget langsomt, afventende, en svag baggrund. Ret hurtigt snakker Karen: "Det er ikke så nemt at styre. Det kan jeg ikke". Guitaren finder ind i en ostinat på tre toner: g-h-e (omvendt e-mol). De spilles på 1,2 og 3-slaget i en langsom 4/4-dels takt. 4-slaget er en pause. Kvartspringet mellem h og e til sidst giver en følelse af åbenhed, jf. spillereglen om håb. Figuren er som et tonalt og rytmisk center i hendes spil, groundende, og guitaren spiller vedholdende denne figur, selv om hun snakker ind imellem. Det virker varmt og omsorgsfuldt, holdende: "Jeg er her og rummer alt, der kommer", empatisk støttende. Samtidig virker guitarens tydelige form og forudsigelighed som en stor kontrast til den uformelige og tilfældige lyd af chimes. Karen spiller med én finger, der glider op og ned ad chimes-stavene, uden puls, som kaostoner. Et lydtæppe uden pauser. Lang metallisk efterklang. Som noget lysende der strømmer af sted i en uendelig flod af blink, lys og klarhed.

Igen snakker Karen: "Det er ikke så let at styre" og prøver at spille med køller på stavene i stedet for, men "det kan man ikke", det giver bare en dump lyd. Stemmekvaliteten er øm, sårbar og afmægtig. Det er svært at lave melodier og fraseringer på chimes, så instrumentet fastholder hende i en strøm af musikalsk kaos, uden puls. Gitarostinat fortsætter nedenunder, og dens ro og vedholdenhed virker insisterende, næsten provokerende og fremhæver hendes forvirring,

hjælpeløshed og undertrykte frustration, som om hun sidder helt alene med det. Guitaren spejler ikke hendes ord, men spiller den samme figur, nærmest rigidt. Den holder en vis distance, giver en struktur der er nærværende til stede, og hun konfronteres med sin følelse af frustration og kaos.

Efter noget tid begynder Karen at bruge begge hænder på chimes. Dynamikken stiger fra p -> mf. *Utålmodig? Trænger til at gøre noget? Fastholdt i instrumentets udtryk. Det er som om hun kommer tættere på, og guitaren følger med og øger også dynamik. Toner, tempo og rytme er dog det samme, i et intenst nærvær, fremadrettet som en flod. Chimes lyder som en vindharpe i stormvejr, et tætfilteret lydtæppe, uden pauser, masser af lyse klange, stadig ingen tydelig puls. Efter noget tid spiller hun igen kun med én finger, dynamikken daler, guitaren bevarer intensiteten for at tydeliggøre, at den er der. Til sidst stopper Karen chimes ved at holde hånden ind under dem. Det er ikke vellykket, hun kan alligevel ikke lide lyden af chimes, den er irriterende, som naboens vindharpe. Og det er irriterende, at hun ikke kan styre dem. Guitaren er nu også begyndt at spille svagere, og efter at hun har stoppet sit spil, spiller guitaren en sidste figur i pp som afslutning.*

Ved efterfølgende samtale kommer Karen frem til den erkendelse, at hun helst vil kunne styre tingene. Hun reflekterer videre, at hun måske styrer for meget i sin hverdag, at hun styrer udenom det, hun skal igennem som en måde at undgå konfrontationen med sit eget liv på.

Improvisationsnarrativerne set i lyset af teorien om analogi

Jeg har nu vist de to improvisationsnarrativer, som var produkterne af min analyse, men efter at have lavet dem, sidder jeg tilbage en med følelse af: "Hvad skal jeg bruge dem til?". Formålet med at analysere improvisationerne og lave improvisationsnarrativer var som bekendt at søge svar på mit problemformulerings spørgsmål om, hvordan improvisation i musikterapi kan igangsætte sorgarbejde hos en kvinde med forsinket sorg, men jeg kan ikke umiddelbart se, hvordan jeg kan bruge dem i min besvarelse.

Derfor vil jeg nu inddrage teorien om analogi, som formuleret af Smeijsters i teoriafsnittet, og fortolke improvisationsnarrativerne ud fra denne vinkel. Jeg håber med den teori at kunne forstå og tydeliggøre forbindelsen mellem de musikalske processer i improvisationen og de psykologiske processer i klienten, der er nødvendige for at besvare problemformuleringen.

'Musikalsk samtale'

Jeg oplever i den første improvisation 'musikalsk samtale', at der bliver opbygget en positiv relation med stor lydhørhed og god kommunikation mellem lyren og trommen, mellem Karen og terapeuten, med gensidig inspiration.

Der er samtidig tale om et samspil mellem to forskellige individer, tydeliggjort ved instrumenternes forskellige udtryk og klang. Hvor trommens rytmiske spil er meget varieret og foranderligt i sit spil (fri og eksperimenterende), er lyrens melodiske struktur mere repeterende og forudsigelig, analog til Karens hverdag, hvor hun forsøger at have en fast og forudsigelig rytme af aktiviteter og gøremål. En vis kontrol over hverdagen. Terapeuten udfordrer dette ved at vise, hvordan man også kan spille.

Den relation, der er opbygget i spillet, brydes dog pludseligt til sidst, da trommen introducerer en ny markant rytme, der minder om en marchrytme. Derudover afsluttes der på en markant måde, der kan virke mere lukkende end appellerende i samtalen. Som om de hurtige og kraftige fingerkantslag sætter et punktum i samtalen. Fra at have været i en fælles musikalsk relation, oplever Karen, at 'du går din vej' (at jeg, terapeuten, forsvinder).

Ifølge tanken om analogi og referentielle spilleregler er en 'musikalsk samtale' i musikterapi ikke blot leg med instrumenter. Man får en faktisk følelse af at være til stede i en relation med et andet menneske. Derfor kan Karen virkelig opleve en følelse af svigt og at blive forladt, når hun oplever et musikalsk brud i den 'samtalestruktur', vi har bygget op i improvisationen. En følelse af svigt, der kun kan opleves, fordi der er opbygget en god relation mellem klient og terapeut. Ubevidst og pludseligt kommer hun således i kontakt med en følelse af tab og ensomhed, fordi den anden part (her terapeuten) afbryder kontakten.

Vi havde som beskrevet inden improvisationens begyndelse talt om minder fra turen til Peru med ægtefællen og de små mindestunder, hun har derhjemme om søndagen, så det er måske ikke så mærkeligt, at tabet er tæt på. Men selv om ægtefællen, tabet og sorgen var tæt på, var det mest

med ordene og i tankerne og ikke i følelserne. I musikken derimod kom hun ubevidst i kontakt med *følelser* knyttet til tabet, fx irritation og følelsen af 'ikke at have styr på'. Følelser som hun af forskellige årsager har forsøgt at undgå at mærke, men som nu ubevidst bliver udtrykt.

Oplevelsen af tab og svigt i musikken kan således skabe en forbindelse til tabet af ægtemanden, da han pludseligt 'gik fra hende', fordi selv om det i terapien var mig, terapeuten, der gik fra hende og det i virkeligheden jo var hendes ægtemand, hun mistede, så er *følelsen* den samme (jf. beskrivelse af kreative terapier i teoriafsnittet). Der er derfor en analogi mellem tabsfølelsen i vores relation og tabet af hendes ægtemand, således at hun ubevidst er kommet i kontakt med tabet bag sorgen. Jeg valgte i situationen ikke at italesætte denne analogi og hendes kraftige reaktioner, fordi jeg vurderede, at det kunne blive for voldsomt og konfronterende for hende.

'Håb'

Den gryende kontakt til tabet fortsætter imidlertid i næste sessions improvisation, hvor Karen så at sige tvinges ind i et musikalsk univers, hvor hun ikke er vant til at være. Hun er vant til at spille med melodi, tydelig puls og en vis kontrol (som det fx ses i den første improvisation), og pludselig er der ingen af delene med det instrument, hun har valgt (chimes). Dette musikalske kaos tydeliggøres ved den store kontrast, der er til guitarens repeterende spil, hvor der er meget tydelig puls, form og kontrol.

Jeg ser en sammenhæng mellem oplevelsen af kontrol eller kaos, og hvorvidt der er puls eller ikke-puls i spillet, således at ikke-puls opfattes som kaos, mens puls (og rytme) giver en følelse af kontrol. Karen sidder altså fast i en følelse af kaos meget modsat den kontrol, der ses i hendes hverdag i form af mange aftaler og aktiviteter, hvormed hun forsøger at undgå sorgens kaos. Hun kan ikke skabe den kontrol (og facade), som hun plejer at skabe i sin hverdag, og det er ikke rart for hende. Hendes forsøg på at styre lyden med køller mislykkes, og følelser af hjælpeløshed og irritation vækkes i hende, fordi hun 'ikke kan styre det'.

Ifølge teorien om analogi *er* man det, man spiller. Eller sagt på en anden måde: Det, man spiller, kommer man i kontakt med i sig selv. Improvisationen startede med håb og ønsker for fremtiden, men vakt af de pulsløse og kaotiske lyde fra chimes bliver Karen i stedet konfronteret med og fastholdt i et kaotisk sted, der ikke musikalsk og således heller ikke følelsesmæssigt er rart at være. Ubevidst giver hun jf. analogitanken udtryk for, hvordan det rent faktisk er: At hun ikke 'har styr på' sit indre liv, sine følelser og sorg. Dermed kommer hun også i kontakt med angsten for at blive overvældet af sorgen og for tomheden (jf. beskrivelsen af Karen i casepræsentationen). Alt i alt giver den pulsløse musik anledning til, at Karen for første gang siden dødsfaldet og det efterfølgende chok mærker sig selv, og hvordan hun *egentlig* har det bagved sit forsvar.

I forhold til teorien om analogi synes jeg sammenfattende, at det i de to improvisationsnarrativer bliver tydeligt, hvordan 'man er det, man spiller', og at 'det man spiller, kommer man i kontakt

med i sig selv'. Nedenstående oversigt viser de paralleller mellem musikalske og de psykologiske processer, jeg fandt i de to improvisationer:

IMPRO	MUSIKALSK PROCES	PSYKOLOGISK PROCES
1	Gensidig inspiration i musikalsk samtale	Oplevelse af lydhørhed og god relation
	Markant forandring i spil i musikalsk relation	Oplevelse af svigt og brud på relation
2	Repeterende og forudsigeligt spil	Følelse af kontrol og forudsigelighed i hverdag
	Fastholdelse i musikalsk kaos uden puls	Følelse af indre kaos og manglende kontrol

Med udgangspunkt i denne fortolkning af de to improvisationsnarrativer i lyset af teorien om analogi, vil jeg afslutte min analyse med en sammenlignende analyse af de to improvisationsnarrativer.

Sammenlignende analyse

Når jeg sammenligner de to improvisationsnarrativer og ser efter ligheder og forskelle, ser jeg først og fremmest, at der i begge improvisationer er tale om, at Karen udtrykker nogle ubevidste sider af sig selv. I første improvisation er det oplevelsen af at blive forladt, og i anden improvisation er det følelsen af 'ikke at have styr på det'. Disse to udtryk står i modsætning til det indtryk hun til hverdag giver af, at hun klarer sig ok. Således projicerer Karen ubevidste følelser ind i musikken og 'lyder sig selv' (jf. Smeijsters, 2005), fordi musikken refererer til hendes fortrængte følelser i forbindelse med tabet og den forsinkede sorg.

En anden lighed er at begge improvisationer viser en udvikling i Karens spil: Fra 'musikalsk samtale' til 'du går din vej' og fra 'håb' til 'jeg kan ikke styre det'. Udgangspunktet er begge gange noget rart og behageligt, men Karen kommer som nævnt i kontakt med fortrængte følelser i forbindelse med tabet. Som en reaktion på, at hun er i kontakt med noget svært, stopper hun begge gange selv improvisationen, enten pludseligt med grin og verbal kommentar som i første improvisation eller ved simpelthen at stoppe med at spille som i anden improvisation.

På baggrund af mit kendskab til Karen og terapiforløbet forud for de udvalgte improvisationer, mener jeg at kunne sige, at der i begge improvisationer er tale om en god terapeutisk alliance. I forhold til de terapeutiske musikalske metoder, der anvendes, er der dog stor forskel på de to improvisationer. I den første improvisation er terapeuten som en ligeværdig samtalepartner, der fylder meget, spiller varieret, tager musikalske initiativer og dynamisk set ofte spiller kraftigere end Karen. I den anden improvisation derimod spiller terapeuten dynamisk lavere end Karen og laver et repeterende akkompagnement med en groundende, 'holding'-effekt. Hvorvidt klienten kommer i kontakt med ubevidst materiale eller ej, ser altså ikke ud til at være knyttet til de specifikke terapeutiske metoder i musikken.

Den anden improvisation 'Håb' adskiller sig fra den første ved de efterfølgende verbale refleksioner. Dette giver Karen mulighed for at gøre det ubevidste udtryk bevidst, så hun får mulighed for ikke blot at 'lyde sig selv', men også 'at lytte til sig selv' og dermed tydeligere mærke sig selv og komme i kontakt med følelser bagom hendes forsvar. Jeg tror, at det er denne bevidstgørelse af, hvad der skete i musikken, der førte til gennembrud i terapien, da Karen i den efterfølgende session kommer i kontakt med sin eksistentielle ensomhed, ser tabet i øjnene og efterfølgende oplever en indre ro.

Gennem fortolkning af improvisationsnarrativerne i lyset af teorien om analogi og den efterfølgende sammenlignende analyse har jeg opnået en større forståelse om processerne i improvisation.

Sammenfattende har jeg fundet frem til, at:

1	Improvisation i musikterapi giver mulighed for klienten at projicere fortrængte følelser ind i musikken og udtrykke ubevidste sider af sig selv.
2	Den musikalske relation kan repræsentere relationen til den afdøde. Derved er der i den musikalske improvisation mulighed for at mærke ellers fortrængte følelser relateret til tabet, fx svigt og forladthed.
3	Musik uden puls kan være sorgens musikalske udtryk og repræsentere fortrængte følelser af kaos, fx 'ikke at have styr på det'.
4	Klienten har mulighed for selv at stoppe musikken, hvis ubevidste og fortrængte (og dermed svære) følelser dukker frem i en improvisation.
5	Improvisation i musikterapeutisk sorgarbejde synes at bygge på tillidsfuld terapeutisk alliance snarere end brugen af bestemte musikterapeutiske metoder i musikken.
6	Verbal refleksion, der bevidstgør de ubevidste, fortrængte følelser udtrykt i en improvisation, tyder på at være vigtig med henblik på det videre sorgarbejde.

Disse seks punkter er mine analysefund, og efter en opsamling af specialets empiriske del vil jeg i specialets 4. kapitel diskutere mine fund i forhold til problemformuleringen og de præsenterede teorier om improvisation i sorgarbejde.

Opsamling på empiri

Empirien i dette speciale er et retrospektivt casestudie. Første del bestod af en casepræsentation og anden del af en analyse af to improvisationer fra det musikterapeutiske forløb.

Den 60-årige kvinde i casen, kaldet Karen, havde lidt mange tab inden for kort tid. Det største tab var hendes mands pludselige dødsfald, hvilket var så overvældende for hende til, at hun havde svært ved at mærke sig selv og sine sorgreaktioner. Hendes sorg var derfor forsinket, og som en beskyttende forsvarsmekanisme mod at mærke tabet holdt hun sig meget aktiv i hverdagen. Hun havde brug for hjælp til at løsne sin sorgknode, og det musikterapeutisk mål var at hjælpe hende i kontakt med sin uforløste sorg og komme i gang med sorgarbejdet. Det musikterapeutiske forløb bestod af otte sessioner, inddelt i fire faser. I de første to faser var der fokus på støtte og allianceopbygning, bl.a. gennem receptive metoder, men da improvisation blev introduceret i 3.fase, førte det til et gennembrud i forhold til Karens sorgproces, en udvikling i terapiforløbet dokumenteret bl.a. gennem assessmentredskabet 'sorgtrappen'. Hun oplevede ved slutningen af forløbet en større accept af sin nye situation og en følelse af indre ro, så hun var bedre rustet til det videre sorgarbejde.

I min analyse har jeg søgt en større forståelse af processerne i de improvisationer, der viste sig at få positiv betydning for forløbet, og hvor jeg blev overrasket over Karens reaktioner i musikken og tænkte: "Hvad skete der her". To videoklip blev udvalgt: Første improvisation var en 'musikalsk samtale' i 5.session, hvor Karen oplevede, at terapeuten pludselig gik væk fra hende. Anden improvisation var fra 6.session med spillereglen 'håb', der førte til, at Karen mærkede en følelse af 'ikke at kunne styre det'. Der blev lavet en visuel fremstilling af improvisationerne i form af to grafiske notationer. På baggrund af disse transskriptioner blev Arnasons hermeneutiske analysemodel med flere refleksionsniveauer anvendt, og den mundede ud i to improvisationsnarrativer, som inddrog både analysenoter, grafiske notationer og min viden om konteksten.

For at kunne besvare problemformulering så jeg mig nødsaget til at udvide analysen med en fortolkning af improvisationsnarrativerne i lyset af teorien om analogi. Denne fortolkning tydeliggjorde analogien mellem de musikalske og de psykologiske processer i improvisationerne og viste fx, hvordan en markant forandring i musikken førte til en oplevelse af svigt og brud i den terapeutiske relation, samt hvordan en fastholdelse i musik uden puls førte til en følelse af kaos og af 'ikke at have styr på det'. En efterfølgende sammenlignende analyse af improvisationsnarrativerne viste, at der i begge improvisationer var tale om, at klienten udtrykte ubevidste sider af sig selv. Desuden sås det, at Karen begge gange selv stoppede improvisationerne, at de musikterapeutiske interventioner var meget forskellige, og at verbal refleksion efterfølgende synes vigtig for at bevidstgøre de ubevidste processer i improvisationerne.

4. KAPITEL: DISKUSSION

Specialets diskussion består af tre dele. I første og anden del reflekterer jeg over mine analysefund og de præsenterede teorier i forhold til problemformuleringen. De analysefund, det drejer sig om, bliver vist i starten af hvert afsnit for overblikkets skyld. Første del, kaldet 'improvisation og forsinket sorg', omhandler refleksioner over at igangsætte sorgarbejde, dvs. refleksioner tæt relateret til min case. Den anden del består af mere generelle refleksioner i forhold til terapeutiske refleksioner og klinisk anvendelighed af undersøgelsen (også i forhold til 2-spors-modellen). Begge dele består af tre underpunkter, og de afsluttes med en delkonklusion. I diskussionens tredje del vil jeg reflektere over kvaliteten af min undersøgelse ud fra seks forskellige vinkler, som præsenteres i afsnittets indledning. Også her afslutter jeg med en delkonklusion.

Improvisation og forsinket sorg

Jeg vil i denne første del af min diskussion reflektere over tre af mine analysefund i forhold til den præsenterede teori med henblik på at besvare min problemformulering: "Hvordan kan improvisation i individuel musikterapi igangsætte sorgarbejde hos en kvinde med forsinket sorg?" De punkter fra min analyse, jeg finder relevante i denne sammenhæng, er punkt 1, 4 og 6 og de præsenteres i nedenstående tre afsnit.

Ubevidst udtryk

1	Improvisation i musikterapi giver mulighed for klienten at projicere fortrængte følelser ind i musikken og udtrykke ubevidste sider af sig selv.
---	--

Noget af det, jeg fandt frem til gennem min analyse, var, at improvisation i musikterapi giver mulighed for, at klienten kan projicere fortrængte følelser ind i musikken og udtrykke ubevidste sider af sig selv. Det sås i den første improvisation ('musikalsk samtale'), hvordan en musikalsk relation blev opbygget med en fælles samtalestruktur og små oplæg til hinanden. Da terapeuten introducerede en markant anderledes spillemåde, oplevedes det af klienten som et brud på den musikalske relation. Klienten udtrykte en følelse af svigt og forladthed, som kunne ses som en analogi til det psykologiske plan og hendes fortrængte følelser i forbindelse med tabet af ægtemanden. Den anden improvisation ('håb') var ligeledes et eksempel på, at klienten kom i kontakt med ubevidste og fortrængte følelser. Ved at spille på et instrument uden mulighed for at spille i puls eller lave melodier, blev hun fastholdt i en musikalsk følelse af kaos og afmagt. Hun gav udtryk for følelser af irritation og af 'ikke at have styr på det', hvilket er ubevidste følelser relateret

til tabet og den forsinkede sorg. I musikkens kaos kom hun bagom hverdagens forsvar og kontrol, fordi man kommer i kontakt med det i sig selv, som man spiller, ifølge teorien om analogi.

Dette bekræfter min forforståelse, og det understøttes af teorien om improvisation, der beskriver improvisation som et referentielt fænomen, der refererer til noget uden for sig selv, her klientens ubevidste og fortrængte følelser. Det er på den måde, at der kan arbejdes med psykodynamiske elementer som forskellige niveauer af bevidsthed, afdækning af selv og projektion (jf. Bruscia, 1987). Mine analysefund er også i tråd med musikterapeuterne Henk Smeijsters forskning og Ruth Brights mangeårige kliniske erfaring. Smeijsters (1999) beskriver, hvordan der også i hans casestudie var stor forskel på klientens verbale rationaliseringer og det, hun udtrykte i det musikalske, kreative rum, og Bright (1999, 2002) beskriver bl.a. improvisation som en projektionsteknik, hvor klienten i musikken kan høre den symbolske (musikalske) repræsentation af hans/hendes følelser – også de *fortrængte* følelser. I improvisation i musikterapi er det derfor muligt at komme bagom klientens forsvarsmekanismer og dermed udtrykke og komme i kontakt med ubevidste og fortrængte følelser i forbindelse med tab og sorg. Dette forklarer den undren, jeg oplevede, over klientens reaktioner i improvisationerne: De gange jeg tænkte: "Hvad sker der her"? var altså situationer, hvor klienten gav udtryk for ubevidste sider af sin personlighed.

Det er denne mulighed for at 'lyde sit selv' (jf. Smeijsters, 2005) og komme i kontakt med og udtrykke ubevidste og fortrængte sider af klientens personlighed, der ifølge Bright (2002) er musikterapiens største bidrag til sorgarbejde med henblik på at forløse uforløst, forsinket og fortrængt sorg. Dette tydeliggør for mig, at dér, hvor jeg oplevede et gennembrud i terapien, er det sted, hvor klienten ubevidst udtrykte en del af sin personlighed i musikken, og hvor hun derved kom bag om sit forsvar og for første gang kom i kontakt med sorgen. Som det nævnes (Davidsen-Nielsen og Leick, 2003), skal der nogle gange ikke mere til, før den forsinkede sorg kommer op 'til overfladen', og sorgarbejdet kan igangsættes.

Kontrol i musik

4	Klienten har mulighed for selv at stoppe musikken, hvis ubevidste og fortrængte (og dermed svære) følelser dukker frem i en improvisation.
---	--

I den sammenlignende analyse af de to improvisationsnarrativer blev det tydeligt, at klienten begge gange selv stoppede musikken ved at holde op med at spille. I begge improvisationer er der som netop nævnt tale om, at klienten kommer i kontakt med ubevidst og fortrængt materiale. Da det kan være uvant og svært at mærke disse sider i sig selv, ser jeg det som en naturlig reaktion hos klienten at trække sig, når det bliver for svært. I og med at klienten har mulighed for selv at

stoppe musikken, når ubevidste og fortrængte (og dermed svære) følelser dukker frem i en improvisation, tolker jeg det som, at hun får en følelse af kontrol i musikken.

Denne oplevelse af kontrol i musikken, mener jeg, er uhyre vigtig i sorgarbejde af to årsager. For det første kan det være en måde at regulere konfrontationen med det svære og gradvist nærme sig vanskelige følelser (jf. Straume, 2003). Ifølge min forforståelse og Bright (2002) må sorgterapi være så støttende som muligt og foregå i klientens eget tempo, og især når der skal løsnes en sorgknode som ved forsinket sorg, tror jeg, at en langsomt forløsende tilgang er mere hensigtsmæssig end en konfronterende tilgang.

For det andet tror jeg, at en følelse af kontrol i musikken kan give en oplevelse af empowerment på et indre, følelsesmæssigt plan. Fordi de musikalske processer kan påvirke de psykologiske processer (jf. Smeijsters, 2005), bliver det i musikken på symbolsk plan muligt for klienten at afprøve alternative mestringsstrategier og arbejde løsningsorienteret med sin livssituation (Bright, 2002) – i denne case eksemplificeret ved, at klienten har en vis kontrol over situationen, fordi hun selv kan stoppe musikken. På den måde kan følelsen af kontrol langsomt flyttes fra den ydre verden til også at gælde klientens indre verden. Dette ser jeg som et vigtigt følelsesmæssigt skridt i retning af sorgterapiens mål om empowerment og kontrol i den efterladtes nye livssituation. Hverken Bright eller Smeijsters nævner eksplicit, at klienten selv kan være med til at stoppe improvisationerne, men jeg vil gerne fremhæve denne mulighed for at opnå empowerment i de musikalske processer såvel som de følelsesmæssige i forhold til klienter med forsinket sorg.

Verbal refleksion

6	Verbal refleksion, der bevidstgør de ubevidste, fortrængte følelser udtrykt i en improvisation, tyder på at være vigtig med henblik på det videre sorgarbejde.
---	--

Som det fremgik af analysen, blev klientens ubevidste reaktion i første improvisation ikke italesat bagefter, hvorimod den anden improvisation blev opfulgt af verbale refleksioner. Ligesom Bright (2002) kombinerer musik og verbalsprog finder jeg, at de verbale refleksioner efter en improvisation er vigtige med henblik på det videre sorgarbejde.

Musikken giver som beskrevet mulighed for at katalysere fortrængte følelser og derved komme 'fra hovedet til hjertet' (jf. klientens egen beskrivelse). Efterfølgende mener jeg dog, at det også er nødvendigt at komme 'fra hjertet til hovedet', forstået på den måde, at klienten gennem verbale refleksioner skal have mulighed for at gøre det ubevidste bevidst. På den måde kan det give en mere integreret forståelse og indsigt af processerne i terapien.

I mit caseeksempel drejede det sig om refleksioner om eksistentiel ensomhed, men også om vilje til at få det bedre og acceptere tabet. Disse refleksioner sammen med oplevelserne i musikken

førte til en indre ro. Den indre ro kan give en mere hensigtsmæssig coping af sorgen, fordi den hjælper klienten til at kunne mærke og rumme sig selv og ikke have så stort behov for forsvarsmekanismer i form af en travl hverdag. Klienten kan også begynde at åbne for nye følelser som fx glæde (jf. sidste session), og dette er alt sammen et skridt på vejen til at forholde sig til sin nye livssituation og begynde at opbygge en ny identitet, som er en vigtig del af det videre sorgarbejde.

Delkonklusion

I denne første del af min diskussion har jeg sammenholdt nogle af mine analysefund (punkt 1, 4 og 6) med teorien præsenteret i starten af specialet og reflekteret over dem i forhold til min problemformulering. Jeg er blevet bekræftet i min antagelse om, at improvisation kan bidrage til klientens udviklingsproces i arbejdet med forsinket sorg, og i forhold til min forforståelse er jeg blevet klogere på *hvordan*, det kan være.

For det første har min analyse bekræftet teorien og vist, at grunden til, at improvisation kan igangsætte sorgarbejde, er, at klienten får mulighed for at projicere ubevidste sider af sin personlighed ind i musikken (at lyde sit selv) pga. analogien mellem de musikalske og psykologiske processer. Gennem dette ubevidste udtryk i musikken er det muligt at skabe kontakt til fortrængte følelser i forbindelse med tabet og dermed komme bagom klientens forsvarsmekanismer, hvilket forklarer min undren over klientens reaktioner i improvisationerne. Dette er med til at forløse den forsinkede sorg og igangsætte sorgarbejde (oplevet som gennembrud i terapien). Et vigtigt element i denne proces er de efterfølgende verbale refleksioner, der er med til at bevidstgøre det ubevidste udtryk fra improvisationen.

For det andet påpeger teorien om analogi, at det er muligt at påvirke psykologiske processer ved at ændre de musikalske processer og derigennem afprøve nye måder at være på, der kan føre til en terapeutisk udvikling. I min analyse blev det tydeligt, at det var muligt for klienten at opnå en følelse af kontrol i og med, at hun selv stoppede musikken, og dermed kunne regulere konfrontationen af svære følelser. Dette giver i mine øjne en oplevelse af indre, følelsesmæssig empowerment, der er vigtig både for at kunne igangsætte og også fortsætte den efterfølgende sorgproces.

Klinisk anvendelighed

I anden del af min diskussion omhandlende den kliniske anvendelighed af min caseundersøgelse vil jeg inddrage de resterende tre punkter fra mine analysefund (punkt 2, 3 og 5). Disse punkter samler jeg i terapeutiske refleksioner over den mere konkrete anvendelse af improvisation samt begreberne kaos og kontrol i sorgarbejde. Endvidere vil jeg til sidst se på min caseundersøgelse i forhold til sorgarbejde ud fra 2-spors-modellen.

Terapeutiske refleksioner

2	Den musikalske relation kan repræsentere relationen til den afdøde. Derved er der i den musikalske improvisation mulighed for at mærke ellers fortrængte følelser relateret til tabet, fx svigt og forladthed.
5	Improvisation i musikterapeutisk sorgarbejde synes at bygge på tillidsfuld terapeutisk alliance snarere end brugen af bestemte musikterapeutiske metoder i musikken.

Improvisation i musikterapi kan som beskrevet være en måde for klient og terapeut at indgå i en musikalsk relation på (Bright, 2002 og Bruscia, 1987). Den musikalske relation bliver analog med en følelse af virkelig at være til stede i en relation med et andet menneske (Smeijsters, 2005). Det relationelle aspekt styrkes yderligere, hvis spillereglen specifikt fokuserer herpå som tilfældet var i den første improvisation, 'musikalsk samtale'.

I min analyse kom jeg frem til, at den musikalske relation kan repræsentere klientens relation til den afdøde, en relation som er blevet brudt. Oplever man derfor i musikken en form for tilknytning og relation til et andet menneske (terapeuten), som så brydes, kan det være med til at klienten mærker (ellers fortrængte) følelser i forbindelse med det faktiske tab, fx svigt og forladthed. Terapeuten kan således i improvisationen via klientens overføring komme til at repræsentere den afdøde person.

Vedrørende den kliniske anvendelse af improvisation i sorgarbejde mener jeg derfor, at det bliver vigtigt at have sig for øje, at fordi klientens problematik er relationelt rettet (idet personen har mistet sin tilknytning til et nærtstående menneske), så må man være meget opmærksom i brugen af relationelle spilleregler, da de kan vise sig at være meget konfronterende interventioner. En tillidsfuld terapeutisk alliance bliver særligt vigtigt i denne sammenhæng.

Gennem den sammenlignende analyse kom jeg da også frem til at improvisation i musikterapeutisk sorgarbejde synes at bygge på tillidsfuld terapeutisk alliance (jf. Bright, 2002) snarere end brugen af bestemte musikterapeutiske metoder i musikken. Når det er sagt, mener jeg dog ikke, at det er lige meget hvad terapeuten spiller og gør i en improvisation. Det må altid være afhængigt af klienten og konteksten, om terapeuten vælger at bruge støttende eller

udfordrende metoder og teknikker. Hvis spillereglen er særligt udfordrende, kan støttende improvisationsteknikker være på sin plads. Omvendt kan udfordrende spil fra terapeuten (jf. første improvisation) netop føre til et gennembrud i sorgarbejdet. Valg af metode er i mine øjne dog altid underlagt sorgterapiens overordnede formål, som er at være støttende (jf. Bright 2002).

Kontrol og kaos i sorgarbejde

3	Musik uden puls kan være sorgens musikalske udtryk og repræsentere fortrængte følelser af kaos, fx 'ikke at have styr på det'.
---	--

I forlængelse af diskussionen om støtte og udfordring i musikterapien er jeg flere gange stødt på begreberne kaos og kontrol. Jeg har allerede været inde på, at kontrol i musikken kan opleves som en måde at føle mestring og empowerment på. Som det fremgik af min analyse, oplevede jeg i modsætning hertil i den anden improvisation, 'håb', at musik uden puls kom til at være analog til fortrængte følelser af kaos; følelser knyttet til tabet og sorgen, fx 'ikke at have styr på det'.

Hvor kontrol i musikken for klienten i min case blev en måde *at mestre sorgen på*, var kaos i musik (altså spil uden puls) en måde *at gå ind i sorgen på*. På den måde blev sorgens musikalske udtryk for denne klient at spille uden puls³⁵. Hvor vidt det gælder for andre mennesker i sorg, at musik uden puls er 'sorgens musik', kan jeg ikke sige. Alligevel tror jeg, at der er en tendens til, at manglende puls af mange vil opleves uvant og kaotisk, hvilket kan vække kaotiske følelser. Hvad disse 'kaotiske følelser' mere specifikt er, vil nok være forskelligt fra klient til klient, men jeg tror, at mange mennesker med forsinket sorg vil kunne nikke genkendende til følelsen af kaos inden i og angst for at blive overvældet af det kaos (jf. casepræsentation og beskrivelser af oplevelsen af sorg s.16).

Jeg oplevede i musikterapien, at det var vigtigt at opbygge 'oaser' ('sikre steder' med en følelse af kontrol, jf. fase 1 og 2 i forløbsoversigt) for at klienten gradvist kunne nærme sig kaos og de svære/fortrængte følelser. Derfor tænker jeg i forhold til klinisk praksis, at det kan være interessant at arbejde bevidst med kaos og kontrol i musikken i form af at spille med eller uden puls. På den måde kan musikken for klienten være en støtte til at tage forsigtige skridt ind i en ny musikalsk og personlig verden, med mulighed for at undersøge og afprøve ubevidste og kaotiske følelser i et trygt musikalsk rum (jf. Smeijsters, 1999). Samtidig kan man afprøve og opøve følelsen af kontrol i musik (jf. indre, følelsesmæssig empowerment som netop beskrevet), hvilket ofte er vigtigt for mennesker i sorg (jf. Bright, 1996). Dette kunne for eksempel ske ved, at klienten selv

³⁵ Andre musikalske parametre, som fx rytme og melodi, var heller ikke til stede, og det kan også have spillet ind på oplevelsen af kaos. Jeg vælger dog her at fokusere på puls, da jeg ser det som noget grundlæggende i musikken og ofte som en forudsætning for de andre parametre.

skifter mellem at spille 'kaos-musik' uden puls og 'kontrol-musik' med puls, fast rytme, melodi eller efter noder. Således kan der blive en konstant vekselvirkning mellem kaos og kontrol; mellem følelser af sorg og mestring/empowerment.

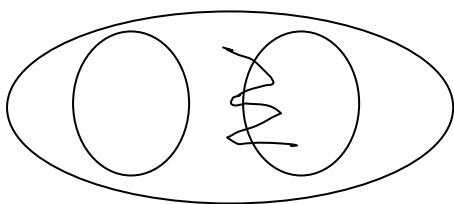
Improvisation i 2-spors-modellen

Også i sorgarbejde efter 2-spors-modellen er der tale om en vekselvirkning i kraft af en svingning mellem tabsspor og nyorienteringsspor.

Ifølge Stroebe (2011) kan forsinket sorg beskrives som at være for meget i nyorienteringssporet, og at man fornægter/fortrænger tabet og undgår eller distraherer sig selv fra sorgen (i tabssporet). Sagt med andre ord: Svingningsprocessen mellem de to spor er blokeret. Målet med terapien bliver derfor ud fra tankegangen i 2-spors-modellen at komme hen i tabssporet og komme i kontakt med sorgen (eller kaoset jf. mine tanker om kontrol og kaos). Når klienten så er hjulpet til at få kontakt med tabssporet, er der håb om, at svingningsprocessen mellem de to spor kan forløbe frit fremover. Som nævnt er målet med 2-spors-modellen nemlig at svinge mellem de to spor, fordi sorgarbejde ikke blot er forbundet med tab og savn af den mistede men også med opbyggelse af ny identitet i en ny livssituation. Hensigtsmæssig coping af tab og sorg består således ifølge Stroebe og Shut (2008) af coping processer i begge spor.

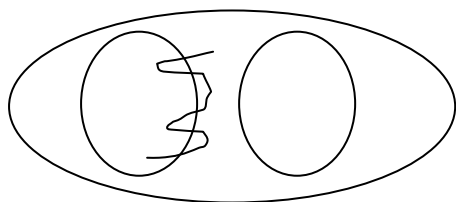
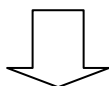
2-spors-modellen kan som beskrevet ses som en overordnet beskrivelse af en sorgproces, men jeg oplevede i praktikken, at den også kunne inspirere i klinisk praksis og dermed ses som en *metode* i sorgarbejdet. Jeg har derfor justeret metoden ved at udbygge idéen om svingning mellem de to spor i modellen til også at omfatte svingning mellem tabssporet og hverdagssporet, for derigennem imødeså jeg behovet for regulering af intense sorgreaktioner. Som nævnt fokuserede vi først og fremmest på at opbygge 'oaser' i hverdagen, som 'sikre steder', hvor der var rart at være, og hvor klienten kunne få et tiltrængt hvil fra sorgarbejdet (fx ved at læse bøger eller se tv). På baggrund af denne følelse af kontrol og stabilitet kunne vi langsomt forsøge at svinge ind i tabssporet via musikken. Den improviserede musik viste sig som beskrevet at være en tryk og varsom måde at komme bagom forsvaret, ind i tabssporet og i kontakt med sorgen på.

I forhold til 2-spors-modellen vil jeg beskrive klientens udvikling i musikterapiforløbet ved hjælp af illustrationerne på næste side. Jeg minder om, at den store oval er hverdagslivets oplevelser og erfaringer med sorgarbejdets to spor som en integreret del. Den venstre oval er tabssporet og højre oval er nyorienteringssporet.



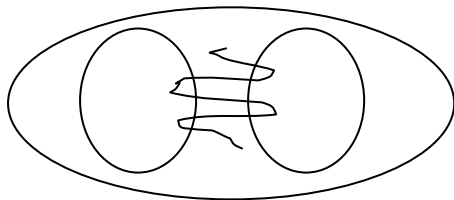
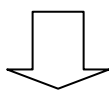
Ved musikterapiens start: Forsinket sorg og uhensigtsmæssigt sorgarbejde.

Klienten er ikke i kontakt med tabssporet, men svinger mellem nyorienteringssporet og hverdagen.



I musikterapien arbejdes med at komme i kontakt med tabssporet og sorgen gennem musik.

*Der svinges (**hovedsageligt**) mellem hverdag og tabsspor.*



Efter musikterapien er en mere hensigtsmæssig coping med tabet og sorgen sat i gang.

Sorgarbejdet kan nu svinge mellem de to spor (med pauser i hverdagssporet).

Delkonklusion

På baggrund af ovenstående terapeutiske refleksioner samt refleksionerne i det foregående afsnit om 'improvisation og forsinket sorg', mener jeg at kunne sige, at min caseundersøgelse er klinisk anvendelig for andre musikterapeuter. Min undersøgelse har givet anledning til nogle konkrete overvejelser i forbindelse med at bruge improvisation (især med relationelle spilleregler) i sorgarbejde, fordi den terapeutiske relation i musikken kan være analog med klientens relation til afdøde, og dermed være en ret konfronterende intervention. Jeg påpeger i den forbindelse nødvendigheden af en tillidsfuld og støttende terapeutisk alliance ved introduktion af

improvisation i sorgarbejde, samt refleksioner over hvorvidt terapeutens improvisationsteknikker er støttende eller udfordrende.

En anden konkret overvejelse i forhold til klinisk anvendelighed er mine refleksioner over bevidst brug af kaos og kontrol i musikken i sorgarbejde samt vigtigheden af at regulere graden af konfrontation i arbejdet med forsinket sorg og opbygge en følelse af kontrol. I forlængelse heraf foreslår jeg en justeret brug af 2-spors-modellen, der også omfatter svingning mellem tabssporet og hverdagen (fx ved opbyggelse af 'oaser'). Mere konkret er det på musikalsk plan muligt at arbejde med puls og ikke-puls i improvisation, hvor sidstnævnte kan repræsentere sorgens kaos-følelser. Ved bevidst brug af kaos og kontrol i musikken, bliver det muligt gradvist at nærme sig tabssporet og den forsinkede sorg ad musikalsk vej. Selv om målgruppen for dette speciale hovedsageligt er musikterapeuter, tænker jeg, at sorgarbejdere, der anvender 2-spors-modellen, også vil kunne bruge mine erfaringer og refleksioner angående en yderligere svingning mellem modellens tabsspor og hverdagen.

Den kliniske anvendelighed af min caseundersøgelse og den præsenterede litteratur skal især ses som et bidrag til det følelsesmæssige aspekt i sorgarbejde med at katalysere og skabe kontakt til ubevidste, fortrængte følelser og dermed forløse uforløst og forsinket sorg. Når det er sagt, vil jeg dog minde om, at selv om fokus i dette speciale omhandler følelsesforløsende aspekter af sorgarbejde, så ser jeg mennesket som en kompleks, holistisk enhed (jf. forforståelse) og sorg og sorgarbejde som komplekse og flerdimensionelle processer (jf. Bugge et al., 2003), der udover følelsesmæssige aspekter også involverer såvel kognitive, adfærdsmæssige som sociale aspekter. Bright (2002) understreger derfor, at det ville være uetisk blot at arbejde følelsesforløsende i sorgarbejde. I det videre sorgarbejde må der arbejdes eklektisk (dvs. også bruge andre interventioner end improvisation), for når et forsinket sorgarbejde er igangsat (fx via improvisation), er det nødvendigt at rette fokus mod de andre aspekter af coping og empowerment også, jf. 2-spors-modellen.

Jeg retter nu opmærksomheden mod den sidste del af min diskussion, som omhandler refleksioner angående min undersøgelsesmetode.

Diskussion af undersøgelse

Min undersøgelse var et retrospektivt single case studie, der bestod af en fænomenologisk inspireret analyse med en hermeneutisk proces på flere niveauer af to improvisationer i musikterapi. Produktet var to improvisationsnarrativer, der gjorde det muligt at inddrage konteksten via inddragelse af flere typer data. Jeg fortolkede improvisationsnarrativerne via teorien om analogi og lavede derefter en sammenlignende analyse af de to improvisationer. Resultatet blev mine seks analysefund som præsenteret på side 53.

Der er forskellige begrænsninger ved denne undersøgelse, som jeg nu vil diskutere. Der findes forskellige måder at evaluere kvalitative undersøgelser på, og de kan være mere eller mindre inspirerede af kvantitative evalueringsformer³⁶ (Wheeler og Kenny, 2005, s.59f.). Inspireret af hovedsageligt psykologerne Emil Kruuse (2007) og Stanley Messer (2007) har jeg valgt at reflektere over udvælgelsen af case og data, udvælgelse og brug af analysemetode, validitet i undersøgelsen, etiske overvejelser, negativ caseanalyse og generaliserbarhed.

Case- og dataudvælgelse

Det er ifølge psykologen Stanley Messer³⁷ (2007) ofte en begrænsning af et casestudie, at man kun bruger terapeutens oplevelse af, om klienten opnåede udvikling eller forbedring. Idealet er at inkludere såvel subjektive som objektive data fra såvel terapeut som klient. Han foreslår standardiserede måleredskaber (som fx depressions, angst- eller stressskalaer) til at supplere terapeutens oplevelser af udvikling (Messer, 2007, s.58). Mit assessmentredskab 'sorgtrappen' kan ikke siges at være standardiseret, men det er dog udviklet af en musikterapeut med mange års klinisk erfaring. Sammen med Karens egen vurdering af sin placering på sorgtrappen, har jeg transskriberede noter af hendes evaluering af forløbet og mandalategning fra sidste terapisession. På denne måde synes jeg, jeg har inkluderet klientens egen oplevelse i min vurdering af, at der skete en udvikling i terapiforløbet.

Brugen af videooptagelse som data har haft den fordel, at jeg kunne optage og fastholde improvisation og kommunikation, så jeg kunne se det flere gange. Dette muliggjorde brug af Arnasons hermeneutiske analysemodel, hvor man gentagne gange vender tilbage til materialet og beskriver, analyserer og fortolker ud fra forskellige meningsniveauer. På denne måde sikres mange nuancer, som jeg ellers ville have overset. Dog er det en ulempe, at kameraet giver et begrænset udsnit af virkeligheden, dvs. et mangelfuldt helhedsbillede. Der er desuden en risiko for, at klienten (såvel som terapeuten) bliver påvirket af, at der er et kamera, således at de udvalgte videoklip ikke bliver repræsentative for klienten, og det der ville ske i 'autentiske situationer' (Kruuse, 2007, s.293).

Det er ofte et problem, at dataudvælgelsen foretages af terapeuten alene og ikke systematisk eller tilfældigt. Dermed risikerer man, at terapeuten ubevidst udvælger data, der bekræfter hans/hendes forudindtagede holdning og dermed ignorerer negative beviser (Messer, 2007). Jeg har i nogen grad udvalgt videoklip på baggrund af min forforståelse, men omvendt er det netop på

³⁶ Diskussionen om hvorvidt kvantitative begreber skal bruge i kvalitativ forskning eller ej, vil jeg ikke komme ind på her, da jeg ser det som værende uden for dette speciales ramme.

³⁷ Stanley B. Messer har beskrevet 'the Pragmatic Case Study Method' (PCS) i et forsøg på at øge kvaliteten af den viden, man opnår fra psykoanalytiske single case studier (Messer, 2007). Han beskriver fem typiske begrænsninger ved den type studier og måder at forbedre dem på.

grund af kendskabet til klienten og terapien, at jeg har kunnet udvælge nogle data, der var helt centrale i forhold til min undersøgelse.

Analysemetode

Med Arnasons eklektiske analysemetode fik jeg mulighed for at kombinere musikalsk syntaktisk analyse med semantisk analyse, hvor jeg kunne inddrage musikkens referentielle egenskaber (jf. min forforståelse). Jeg så et behov for at give et visuelt overblik over musikken via grafiske notationer, og jeg kunne uden problemer supplere analysen med disse.

Arnasons analysemetode gav mig samtidig mulighed for at inddrage andre data end video, så jeg på den måde kunne inddrage konteksten. Psykoanalytiske casestudier bruger ifølge Messer (2007) ofte en begrænset mængde af data, og derfor mangler kontekstbeskrivelser ofte. Denne begrænsning, synes jeg, Arnasons analysemetode imødekommer. Ved at få et mere nuanceret billede af klienten og dennes kontekst og psykologiske processer, højnes i mine øjne overførbareheden og anvendeligheden af analysen. I denne type kvalitative analyse, hvor jeg søger en forståelse af meningssammenhænge, finder jeg det relevant at benytte al min viden om klienten og ikke blot det, jeg objektivt kan se på ca. fem minutters video. Den hermeneutiske proces muliggør et komplekst resultat med flere niveauer integreret, hvilket giver mening i denne sammenhæng.

Som tidligere beskrevet er produktet af analysen, improvisationsnarrativet, i tråd med 'arts-based research'. Jeg syntes, det var dejligt og spændende at være fri til at lave et kreativt produkt. Men da jeg stod med resultatet, tænkte jeg: "Hvad skal jeg nu bruge det til?". Derfor måtte jeg tilføje flere lag i analysen (fortolkning med teorien om analogi og sammenlignende analyse), så jeg kunne bruge resultaterne til at besvare min problemformulering. Jeg tænker, at dette ikke så meget skyldes en mangel ved analysen som det faktum, at formålet med Arnasons analyse oprindeligt var at give ny viden til kliniske mål og retning i musikterapien. Det vil sige, at analysemetoden egentlig er mere praksisorienteret end teoretisk, som er den måde, jeg har brugt den her. Jeg udelod bevidst det punkt i analysen, som havde med videre klinisk praksis at gøre, men dette ville jeg selvfølgelig inddrage i analysen i en anden sammenhæng, hvor jeg havde mulighed for at arbejde videre med klienten.

Med hensyn til at anvende metoden i praksis blev jeg opmærksom på, at der var stor forskel på, hvorvidt jeg kun *lyttede* til musikken, eller om jeg også *kiggede* på videoklippen, mens jeg lyttede. I Arnasons beskrivelse af fremgangsmåden i analysen er det i mine øjne ikke tydeligt nok, hvorvidt hun lægger op til analyse af rent auditivt materiale (lydoptagelse) eller om lytte- og refleksionsniveauerne også kan bruges i forhold til videomateriale. Derudover havde jeg en oplevelse af, at det også var muligt at lytte *for* meget til improvisationerne forstået på den måde, at der kunne blive ved med at komme nye variationer og nye indre billeder. For det første var det svært at samle det hele i ét improvisationsnarrativ, da der var mange forskellige billeder (fx har jeg

malet nogle mandalaer til punkt fire, som jeg ikke kunne få med), og for det andet syntes jeg til sidst, at analysen sagde mere om mig og mine perceptionsmåder og modoverføringer end om musikken.

Validitet

Validitet i kvantitative undersøgelser forbindes ofte med gyldighed, og med hvor godt man faktisk måler det, man vil måle (Kruuse, 2007, s.245). I kvalitative, fænomenologiske undersøgelser som denne derimod, kan man med fordel bruge en mere hermeneutisk definition af begrebet:

Validitet er mere end en bestyrkelse. Det er en proces til udvikling af dybtgående fortolkninger og observationer. (Kruuse, 2007, s.245).

I min analyse er det en svaghed, at der ikke har været eksterne analysander, også kaldet 'peer debriefing', til stede. Med 'peer debriefing', som er en form for triangulering, der kan styrke validiteten i kvalitative studier, ville jeg kunne få forskerkolleger eller fx medstuderende til at analysere mine data (Kruuse, 2007). Selv om jeg systematisk har beskrevet, hvad jeg har gjort, så man kan se, hvordan jeg er kommet frem til mine resultater, kunne det være givtigt at lade andre se på de samme data også for at se, hvad *de* fik ud af datamaterialet. Der er jo tale om fortolkninger og ikke objektivt målbare resultater, så pålideligheden bliver større, hvis der er overensstemmelse mellem flere personers fortolkninger (Kruuse, 2007, s.250). På den måde kunne der tages højde for min forforståelse, og jeg kunne minimere risikoen for, at undersøgelsen blev for påvirket af min hukommelse. Der er ifølge Messer (2007) nemlig udtalt risiko for, at man overlader for meget til terapeutens hukommelse i psykoanalytiske single case studier. Det er i den sammenhæng en fordel at have optaget sessionerne på video, som jeg havde, men dataudvælgelse og databehandling kan stadig blive forstyrret af min selektive hukommelse. Derudover kan der være tale om bias på grund af den dobbeltrolle, jeg har befundet mig i. Jeg har været både terapeut og undersøger, og det kan påvirke validiteten af undersøgelsen, at det er den samme person, der stiller spørgsmålene, som fortolker svarene på grund af min forudindtagethed og manglende neutralitet (Kruuse, 2007, s.258).

Det er gennem min analyse blevet tydeligere for mig, hvad der i mine øjne skete i improvisationerne. Jeg kunne dog godt tænke mig at have af- eller bekræftet mine resultater med Karen, så jeg kunne styrke validiteten gennem 'deltager tjek' (Abrams, 2005, s. 253). Da jeg var i praktik, var designet for undersøgelsen endnu ikke planlagt, og derfor fik jeg kun tilladelse til at bruge videomaterialet i min opgave og ikke arrangeret mulighed for 'deltager tjek'. Jeg er faktisk meget nysgerrig efter at vide, hvordan Karen oplever forløbet her nogle måneder efter det er afsluttet, og om hun oplever analogi mellem de musikalske processer og de psykologiske processer, samme steder som jeg gør. Ifølge Smeijsters (2005) er 'deltager tjek' især vigtigt, når man undersøger analogier, da der ikke kan være tale om analogi, hvis ikke klienten selv oplever en analogi mellem musikken og hendes psyke (Smeijsters, 2005, s.180).

Etiske overvejelser

Jeg overvejede i forbindelse med 'deltager tjek' af min analyse, om jeg skulle kontakte Karen, men jeg havde ikke lyst til at henvende mig til hende igen efter terapiens afslutning. Dette skyldes min oplevelse som *undersøger* af, at det ville være uetisk at henvende mig til et menneske, som befinder sig i et af sit livs største kriser - 'blot' for at bede om hjælp til mit speciale. Omvendt er jeg klar over, at et 'deltager tjek' af mine improvisationsnarrativer netop kunne have sikret, at materialet var i overensstemmelse med hvad klienten har udtalt.

Det var desuden min oplevelse som *terapeut*, at Karen ved terapiens afslutning trods fremgang stadig befandt sig et meget sårbart sted. Hun havde et stort behov for støtte og tillid i den terapeutiske relation, og jeg føler, at jeg ville bryde den tillid, hvis jeg kontaktede hende som undersøgeren og bad hende om at forholde sig til en 'objektiv' analyse af hende selv og hendes case. Måske er der tale om modoverføring, men jeg tror ikke, hun ville være klar til det før senere. Igen påvirkes min undersøgelse af min dobbeltrolle som terapeut og undersøger, for selv om jeg er meget nysgerrig efter, hvad hun tænker om forløbet, synes jeg, det er uetisk at blande mig i hendes proces på nuværende tidspunkt, når jeg ikke kan hjælpe hende mere.

Negativ case analyse

I forhold til at konkludere om improvisation kan spille en positiv rolle i andre sorgforløb, er det også vigtigt at påpege de andre elementer, der spillede ind i terapien, synes jeg. Dette kaldes negativ case analyse, og "The aim of negative case analysis is not to omit data material that contradicts the findings." (Holck, 2007, s.34).

I denne forbindelse tænker jeg på alle groundingøvelserne, som indledte hver session, de receptive metoder, der blev brugt (forskellige former for musiklytning) samt de 'oaser' i hendes hverdag, vi opbyggede. De var alle med til at 'gøde jorden' for at introducere improvisation, og som sådan måske en forudsætning for, at improviseret musik blev mulig i terapien. Som nævnt var det først i 5.session, at jeg introducerede improvisation, fordi jeg ikke mente, Karen (eller jeg) var klar til det tidligere. I den forbindelse spiller den terapeutiske alliance også ind. Som mine analysefund tyder på, er det ikke så meget de specifikke, musikterapeutiske teknikker og metoder i improvisationen, der er vigtige, men snarere den tillidsfulde terapeutiske alliance, hvor klienten føler sig tryk. Havde Karen ikke følt sig tryk i terapirummet, er det ikke sikkert, at hun var kommet bagom sit forsvar, og at ubevidste følelser var dukket op. Endelig kan det, som jeg opfattede som gennembruddet i 6.session, skyldes, at Karen kort forinden var blevet konfronteret med mandens død ved Alle Helgen i kirken. Dette betød, at hun var særligt åben og sårbar i den periode, så udviklingen i terapiforløbet *kan* også have noget med heldig timing at gøre.

Generaliserbarhed

Generaliserbarhed er et af de krav til pålidelighed (reliabilitet) i videnskabelige undersøgelser, der kan synes næsten umuligt at udføre, fordi et casestudium pr. definition er unikt og ikke kan gentages. Ikke to mennesker er ens, og ikke to sorgforløb er ens. Ifølge Neergaard (2007) giver kontekstafhængige casestudier da heller ikke anledning til at generalisere på samme måde som i kvantitative studier, og det er ikke målet med kvalitativ forskning at sikre repræsentative resultater. "Casestudier giver derimod mulighed for analog, analytisk logisk eller teoretisk generalisering." (Neergaard, 2007, s. 51), og der er således forskellige niveauer af generalisering. Et eksempel på analog generalisering er at beskrive casestudiet så grundigt, at man kan forudsige tilsvarende resultater for en lignende person i en lignende situation. Dermed er der snarere tale om genkendelighed end decideret generalisering, og hvilket også kan kaldes 'bogstavelig replikation' (Kruuse, 2007, s.99).

For at opnå 'bogstavelig replikation' er det undersøgerens ansvar at give så grundig information om casen som muligt, at andre får mulighed for at generalisere resultaterne fra casen til andre situationer. Der er således tale om subjektive vurderinger foretaget af de personer, der har brug for at tage stilling til resultaternes generaliserbarhed og ikke af undersøgeren selv (Kruuse, 2007, s.100). Jeg har som nævnt været så grundig og systematisk i min beskrivelse af såvel case, data og analyse som muligt (jf. 'thick description' i fænomenologiske studier). Denne tydelighed omkring konteksten og min analysefremgangsmåde gør det også lettere for andre at gentage min undersøgelse. Det er i mine øjne også muligt at tale om teoretisk generalisering, da de fleste af mine fund er understøttet og bekræftet af forskellige teorier, således at der er teoretisk genkendelighed.

På baggrund af min case kunne jeg derfor forestille mig, at andre personer med uforløst, forsinket sorg som følge af et pludseligt tab, kunne have gavn af improvisation i musikterapi, jf. fx Bright (2002) og Smeijsters (2005). Det kunne nok også gælde mennesker med andre former for kompliceret sorg, hvor der er tale om forsvarsmekanismer og modstand, og hvor personen har brug for hjælp til at komme i kontakt med sin sorg og sine følelser. Hvorvidt mennesker med kronisk sorg eller naturlige sorgforløb kunne have glæde af improvisation, siger denne undersøgelse ikke noget om, og til at svare på det må der laves andre undersøgelser. Jeg kunne dog godt forestille mig, at også andre typer sorgforløb kunne have glæde af improvisation, men så ville det måske være af andre årsager og med andre formål end tilfældet er i min case.

Delkonklusion

Min undersøgelse er præget af stor subjektivitet, og det er en svaghed, at der ikke har været eksterne analysander i forbindelse med dataudvælgelse og dataanalyse, da det kunne begrænse resultaternes påvirkning af min dobbeltrolle og forforståelse. I forhold til at bekræfte om der vitterligt var tale om analogi mellem musikalske og psykologiske processer var 'deltager-tjek' nødvendigt, men det var i denne sammenhæng ikke muligt af bl.a. etiske hensyn. Når dette er sagt, skal det dog nævnes, at det bl.a. er en styrke ved casen, at den udvikling, jeg oplevede i terapien, er dokumenteret gennem klientens egne ord (samt 'sorgtrappen'). Desuden er min fremgangsmåde så grundigt beskrevet, at der er mulighed for bogstavelig replikation, og mine fund er understøttet af teorien, så der er tale om teoretisk genkendelighed og generaliserbarhed.

Specialets diskussionsdel er nu afsluttet, og dette fører til opgavens 5. og sidste kapitel, som er konklusion og perspektivering.

5. KAPITEL: KONKLUSION

Min motivation for at skrive dette speciale var dels mine oplevelser med improvisation i min praktik, og dels en faglig interesse for at undersøge og påpege improvisation i musikterapi som et særligt bidrag til sorgarbejde. Min antagelse var, at improvisation i musikterapi bidrog positivt til min klients udvikling med at 'løsne sorgknode' og komme i kontakt med en forsinket sorg i forbindelse med det pludselige tab af hendes ægtemand. Jeg var desuden interesseret i at få en større forståelse for de interaktive og psykologiske processer og sammenhænge i fænomenet improvisation, fordi jeg flere gange var blevet overrasket over klientens reaktioner, mens vi spillede. Min problemformulering lød derfor: "Hvordan kan improvisation i individuel musikterapi igangsætte sorgarbejde hos en kvinde med forsinket sorg?"

Efter en præsentation af litteratur udvalgt i henhold til min problemformulering analyserede jeg to videoklip med improvisationer i musikterapi. Analysen var en fænomenologisk inspireret eklektisk metode, der gjorde det muligt at undersøge dynamikken mellem forskellige niveauer af musikalsk mening og psykologiske processer. Resultatet, to improvisationsnarrativer, fortolkede jeg derefter i lyset af teorien om analogi, hvilket førte til mine analysefund. Jeg fik dermed svar på min undren og en ny forståelse af de processer i improvisation, der viste sig at få en positiv betydning for klientens udvikling i musikterapien. Selvom min undersøgelse bar præg af stor subjektivitet, blev mange af mine fund understøttet af teorien, og jeg vil derfor konkludere følgende:

Improvisation anvendt i en tillidsfuld terapeutisk alliance i individuel musikterapi kan igangsætte sorgarbejde hos en klient med forsinket sorg, fordi det jf. teorien om analogi mellem musikalske og psykologiske processer er muligt for klienten at projicere ubevidste og fortrængte følelser ind i musikken (og 'lyde sit selv'). Dermed skabes ad musikalsk ved nænsomt kontakt til fortrængte følelser bagved klientens forsvar, og den forsinkede sorg og sorgknode forløses. Denne kontakt til og forløsning af fortrængte følelser i forbindelse med tabet og sorgen kan sammen med en efterfølgende verbal refleksion igangsætte det videre sorgarbejde. I forhold til sorgarbejde efter 2-spors-modellen kan musikken hjælpe klienten med at komme ind i tabssporet, hvis hun er for meget i nyorienteringssporet, og dermed muliggøre en mere hensigtsmæssig svingning mellem de to spor i sorgarbejdet.

Angående klinisk anvendelighed af min undersøgelse er jeg gennem diskussion af min undersøgelse kommet frem til, at musikterapeuten bevidst kan bruge kaos eller kontrol i musikken med henblik på at regulere konfrontation af de svære sorgfølelser. Konfronterende interventioner i improvisation kan være relationelle spilleregler eller musik uden puls, der kan give klienten en følelse af kaos, som typisk er forbundet med sorgen og tabssporet. Derudover kan klienten i improvisation få en oplevelse af empowerment ved fx selv at kunne stoppe musikken, hvis det bliver for svært eller spille noget, der giver en følelse af kontrol. I den forbindelse foreslår jeg en justeret brug af 2-spors-modellen, hvor man i terapien kan svinge mellem tabssporet og

hverdagen og dermed justerer graden af konfrontation med tabet med henblik på at skabe kontakt til den forsinkede sorg.

Det særlige, som improvisation i musikterapi i sorgarbejde kan bidrage med, synes alt i alt at være en forløsning af fortrængt og forsinket sorg. Med dette som udgangspunkt kan det videre sorgarbejde med ikke blot følelsesmæssige men også kognitive, adfærdsmæssige og sociale aspekter fortsætte, herunder opbyggelse af ny identitet i en ny livssituation.

Perspektivering

Jeg synes yderligere forskning inden for dette område kunne være interessant. Det kunne være spændende at analysere de resterende data mere specifikt fx 'sorgtrapperne', Karens verbale udsagn før, under og efter improvisationerne samt logbogsnoter (såvel verbalt som musikalsk) eller lave andre typer analyser, fx interviews, hvis det var muligt. Man kunne også foretage samme eller andre typer analyser men med samme fokus ved andre cases med forsinket eller kompliceret sorg. Fx synes jeg det kunne være spændende at undersøge, om andre oplever musik uden puls som kaotisk og analogt til sorg. Endelig kunne det være interessant at undersøge de andre faktorer (fx groundingøvelser og receptiv musikterapi), der ifølge den negative case analyse kunne have spillet ind på klientens positive udvikling i musikterapiforløbet. For at styrke validiteten af min undersøgelse kunne man lave forskellige former for triangulering (Kruuse, 2007, s.247):

- Metode-triangulering, hvor man kunne bruge andre analysemetoder til at analysere videoklippene og så sammenligne resultaterne, og se om man kom frem til samme resultat.
- Analytiker-triangulering, fordi man som tidligere nævnt med fordel kan bruge flere forskere til at analysere og fortolke det samme materiale (videoklip) for at se, om andre ville høre og se det, jeg gjorde, hvis de udførte samme procedure ved denne case.
- Teori-triangulering, hvor man kunne se, om der er andre teorier end den om analogi til at beskrive processerne i improvisation. Det kunne være spændende med teori, der modsagde min forforståelse.

Smeijsters (2005) fremhæver selv, at teorien om analogi ikke er færdig, og at den hele tiden må redefineres gennem triangulering med andre kliniske cases og med begreber fra forskellige musikalske og psykologiske teorier. Jeg synes især, det kunne være spændende at undersøge brugen af improvisation i forhold til sorgarbejde med 2-spors-modellen nærmere. Som konkluderet kan improvisation bidrage med noget helt særligt i forbindelse med følelsesforløsning og at skabe kontakt til tabssporet. I mine øjne kan improvisation dog med lige så stor fordel bruges i nyorienteringssporet, hvor der er fokus på opbyggelse af ny identitet. Som nævnt giver improvisation mulighed for at afprøve alternativer og nye handlemuligheder i musikken, fx følelser af empowerment og kontrol eller glæde, som alle er en del af klientens nye identitet. Fordi de musikalske processer ifølge teorien om analogi kan påvirke de psykologiske processer kan man ved at ændre i de musikalske processer derfor ændre i de psykiske processer, hvilket kan føre til terapeutisk forandring og udvikling i forhold til coping processer i nyorienteringssporet.

Litteraturliste

- Abrams, B. (2005). Evaluating Qualitative Music Therapy Research. In: Wheeler, B. (ed.) (2005). *Music Therapy Research* (2nd ed.). Gilsum: Barcelona Publishers.
- Albergato-Muterspaw, F. (2009). *The role of music in healing and grief processes of bereaved adult learners*. Speciale fra The Pennsylvania State University. Abstract på <http://proquest.umi.com/pqdweb?did=1883138851&sid=1&Fmt=2&clientId=1156&RQT=309&VName=PQD>.
- Aldridge, D. (2003). Music Therapy References Relating to Cancer and Palliative Care. *British Journal of Music Therapy*, vol. 17, no. 1, 2003.
- Arnason, C. (2002). An Eclectic Approach to the Analysis of Improvisations in Music Therapy Sessions. *Music Therapy Perspectives* (2002), Vol. 20, s. 4-12.
- Berger, J.S. (2007). *Music of the soul: Composing Life Out of Loss*. New York: Routledge.
- Bergstrøm, C. (2007). *Grafisk notation. Om metodiske øvelser i at lave lyttepartiturer*. Kompendium fra undervisning i faget Auditiv Analyse, Musikterapi, institut for kommunikation, Aalborg universitet.
- Björklund, L. (2007). *Mod til at gøre ingenting – mødet midt i det håbløse*. Frederiksberg: Unitas Forlag.
- Bonde, L.O. (2005). Approaches to Researching Music. In: Wheeler, B. (ed.) (2005). *Music Therapy Research* (2nd ed.). Gilsum: Barcelona Publishers.
- Bonde, L.O. (2007). Steps in Researching the Music in Therapy. In: Wigram T. og Wosch, T. (2007). *Microanalysis in Music Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Bonde, L.O. (2009). *Musik og menneske. Introduktion til musikpsykologi*. Frederiksberg: Forlaget Samfundslitteratur.
- Bonde L.O., Pedersen, I.N. og Wigram, T. (2001). *Musikterapi: Når ord ikke slår til*. Århus: Klim.
- Bowlby, J. (1998). *Attachment and Loss. Volume 3, Loss. Sadness and Depression*. London: Pimlico.
- Bright, R. (1996). *Grief and powerlessness*. Bristol: Jessica Kingsley Publishers.
- Bright, R. (1999). *Music therapy in grief resolution*. Bulletin of the Menninger Clinic. Vol.63, no. 4, Fall 1999.
- Bright, R. (2002). *Supportive eclectic music therapy for grief and loss*. St. Louis, USA: MMB Music.
- Bruscia, K. (1987). *Improvisational models of Music Therapy*. Illinois: Charles C. Thomas Publisher.

- Bruscia, K. (1998). *Defining Music Therapy. Second Edition*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Bugge, K.E., Eriksen, H. og Sandvik O. (eds.) (2003). *Sorg*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Christensen, G. (2002). *Psykologiens videnskabsteori*. København: Roskilde Universitetsforlag.
- Cullberg, J. (1993). *Krise og udvikling*. 4.udg. Kbh.: Hans Reitzels Forlag.
- Darrow, A.A. (ed) (2004). *Introduction to Approaches in Music Therapy*. Silver Spring: AMTA
- Davidsen-Nielsen, M. og Leick, N. (2003). *Den nødvendige smerte. Om tab, sorg og adskillelsesangst*. 2.udg. Kbh.: Hans Reitzels Forlag.
- Doka, K.J. (2007). *Death, Dying and Bereavement. Vol. IV Loss and Grief*. London: Routledge.
- Elklit, A. og Nielsen, T. (2008). *Kronisk sorg – en selvstændig lidelse*. Psykolog Nyt 13, 2008, s.20-21.
- Falk, B. (2006). *At være – der, hvor du er. Om samtale med kriseramte*. 2.udg. Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck.
- Forinash, M. og Grocke, D. (2005). Phenomenological Inquiry. In: Wheeler, B. (ed.) (2005). *Music Therapy Research* (2nd ed.). Gilsum: Barcelona Publishers.
- Grocke, D., Lindenfelser, K.J. og McFerran, K. (2008). Bereaved Parents' Experiences of Music Therapy with their Terminally Ill Child. *Journal of Music Therapy*, XLV (3), 2008, s. 330-348.
- Hillgaard, L., Keiser, L. og Ravn, L. (2002). *Sorg og krise*. 2.udg. Kbh.: Gyldendal Uddannelse.
- Holck, U. (2005). Spilleregler i musikterapi med voksne – oversigter fra faglitteraturen. *Musikterapi i psykiatrien*. Årsskrift 4, 2005, s. 6-33. Musikterapiklinikken, Aalborg Psykiatriske Sygehus, Aalborg Universitet.
- Holck, U. (2007). An Ethnographic Descriptive Approach to Video Microanalysis. In: Wigram T. og Wosch, T. (2007). *Microanalysis in Music Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Holm, M. (2011). *Sorg. Forståelse, forløsning og forandring*. Lime, feb. 2011, nr. 02.
www.metteholm.dk
- Jacobsen, U.L. (2009). *Musikterapi og sorgarbejde*. Synopsis i udvidet musikterapiteori og forskning, 7.sem, E09. Musikterapi, institut for kommunikation, Aalborg Universitet.
- Jacobsen, U.L. (2010). *Musikterapi i sorgarbejde*. 8.semesters litteraturgennemgang. Musikterapi, institut for kommunikation, Aalborg Universitet.

- Jørgensen, E. (2010). *Sorrig og glæde. Fra en enkes dagbog*. Kbh.: Rosinante.
- Knudsen, B.L. (2008). *Sorg & Livsmød. "Livsmødsgruppe" i Plejeboligregi – et Musikterapeutisk Bidrag*. Specialeafhandling i Musikterapi, Institut for kommunikation, Aalborg Universitet.
- Krogh, J.G. (1999). *Når livet brat forandres. Om sorg og psykiske kriser*. Kbh: Gyldendalske Boghandel, Nordisk Forlag.
- Kruuse, E. (2007). *Kvalitative forskningsmetoder – i psykologi og beslægtede fag*. 6. udgave. Dk: Dansk psykologisk Forlag.
- Kübler-Ross, E. og Kessler, D. (2005). *On Grief and Grieving*. London: Simon & Schuster.
- Lahme, J. (2009). *Sig farvel. Hvad præster ved om sorg*. Kbh: Rosinante og Co.
- Lindvang, C. (2010). *A Field of Resonant Learning*. Ph.d.-afhandling, institut for kommunikation, Aalborg Universitet.
- Messer, S.B. (2007). Psychoanalytic Case Studies and the Pragmatic Case Study Method. *Pragmatic Case Studies in Psychotherapy, Vol. 3, Module 1, article 4, pp. 55-58, 03-01-07*.
- Neergaard, H. (2007). *Udvælgelse af cases i kvalitative undersøgelser*. Frederiksberg: Forlaget Samfundslitteratur.
- Priestley, M. (1994). *Essays on Analytical Music Therapy*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Schou, K. (2003). *Forandring*. Speciale i musikterapi, Aalborg Universitet.
- Sekeles, C. (2007). *Music Therapy: Death and Grief*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Smeijsters, H. (1999). Music therapy helping to work through grief and finding a personal identity. *Journal of Music Therapy*, vol. 36(3) 1999, s. 222-252.
- Smeijsters, H. (2003). *Handboek creatieve therapie*. 2.udg. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- Smeijsters, H. (2005). *Sounding the self*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Smeijsters, H. og Aasgaard, T. (2005). Qualitative Case Study Research. In: Wheeler, B. (ed.) (2005). *Music Therapy Research* (2nd ed.). Gilsum: Barcelona Publishers.
- Spaten, O.M. (2011). Når vi mister det bedste vi har. *Uglen*. 3/2011, s.24-25, Aalborg Universitet.
- Straume, M.V. (2003). Når sorg får et komplisert forløp. In: Bugge, K.E., Eriksen, H. og Sandvik O. (eds.) (2003). *Sorg*. Bergen: Fagbokforlaget.

- Stroebe, M. (2011). *Coping with Loss: The Dual Process Model*. Power points fra gæsteforelæsning, 18.03.2011, Institut for kommunikation, Aalborg Universitet.
- Stroebe, M. og Schut, H. (eds) (2008). *Handbook of Bereavement Research and Practice*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Thorgaard, L. og Haga, E. (2007). *Relationsbehandling i psykiatrien. Gode relationsbehandlere og god miljøterapi*. Bind. 1. Stavanger: Hertevig Forlag.
- Thorgaard, L. (2007). *Relationsbehandling i psykiatrien. Individuel mestring og mestring i relation*. Bind 4. Stavanger: Hertevig Forlag.
- Wassmo, H. (2009). *Hundrede år*. Kbh.: Lindhardt og Ringhof.
- Wheeler, B. og Kenny, C. (2005). Principles of Qualitative Research. In: Wheeler, B. (2005). *Music Therapy Research* (2nd ed.). Gilsum: Barcelona Publishers
- Wigram, T. (2005). *Improvisation*. 2.oplag. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Yalom, I.D. (2003). *Terapiens essens*. Kbh.: Hans Reitzels Forlag.

Bilagsoversigt

1. 'Beslutningstræ' (til valg af analyse)
2. 'Sorgtrapper' (assessmentredskab)
3. Transskription af udvalgte klientudtalelser
4. Klientens mandala tegning (fra sidste session)
5. 'Motorikstorm' (del af grafisk notation)
6. Musikalske parametre (i Arnasons analysemodel)
7. Læringsportefølje