

Aldrig tilbage igen



– et kvalitativt singlecasestudie om affektiv
afstemning og regulering i musikterapi

Titelblad

Titel:	<i>Aldrig tilbage igen</i> – et kvalitativt singlecasestudie om affektiv afstemning og regulering i musikterapi
Projekt:	Kandidatspeciale
Uddannelsessted:	Institut for Kommunikation og Psykologi, Aalborg Universitet, Musikterapi
Vejleder:	Inge Nygaard Pedersen
Afleveringsdato:	31. maj, 2021
Anslag:	188.469
Normalsider:	78,53
Referencestil:	APA, 7. udgave
Udarbejdet af:	Clara Boeg



**AALBORG
UNIVERSITET**



Music begins
where the
possibilities
of language
end.

– Jean Sibelius

Tak

- til Blå Kors, Humlebæk for at tage mig i praktik og til Tanja for at skabe kontakt mellem mig og en fantastisk beboer, som blev grundlaget for datamaterialet til denne undersøgelse

- til min vejleder Inge Nygaard Pedersen for din evne til at få mig til at tro på, at jeg kunne gennemføre dette speciale og selvfølgelig for din uvurderlige faglige sparring

- til min kæreste og mine børn for at udholde mine utallige op- og nedture i løbet af processen

- til alle andre omkring mig for at lægge øre til glæder og frustrationer

- til musikken, naturen, træning og yoga for at skabe åndehuller i en travl periode i mit liv

Abstract

The focus of this qualitative study is the concepts of affective attunement and regulation. These concepts are applied deductively for an analysis of collected empirical evidence from a music therapy course with a man suffering from alcohol addiction with several different psychiatric diagnoses added on. The purpose of the study is to uncover how the concepts of affective attunement and regulation can assist the understanding of dynamic processes in music therapy in the work with a man with multiple diagnoses. In order to gain a deeper understanding of these concepts, the empirical evidence has been micro-analyzed using an analysis model developed for the case.

During my internship in the 9th semester of my music therapy training, I completed a music therapy course with a man containing various interesting aspects, which I wanted to immerse myself into. I was very curious about whether it would be possible for this man to train and develop his mentalization ability. Since my data could not provide this information, I narrowed down my scope of inquiry to deal with affective attunement and regulation, as mentioned above. The problem formulation for this study therefore sounds: How can affective attunement and regulation through music therapy be understood in work with a male client with multiple diagnoses such as ADHD, alcohol dementia, anxiety and psychosis?

The empirical data consists of a total of 5 audio clips from 3 different sessions, which have been hermeneutically analyzed and subsequently interpreted using specifically developed markers. The audio clips includes dialogues, singing wellknown songs, musical improvisations and drawing.

The analysis shows how difficult it is to separate the two concepts of affective attunement and regulation in therapeutic work. However, there are also examples from the analysis that clarify that both concepts can be experienced in a pure form separately. In addition, the analysis makes it clear how both concepts take place both consciously and unconsciously, as well as in shorter and longer time intervals. There are further examples of dyadic regulation in the therapeutic relationship.

This study discusses the relevance of knowledge about these concepts in relation to the clinical practice of music therapists and the therapeutic relationship, as well as how it is possible to achieve regulation through the use of music and with a focus on affective attunement. The ethical dilemma of trying to achieve regulation with clients who are cognitively impaired is also discussed.

The conclusion of the study is that affective attunement and regulation must therefore be understood as an important tool in the music therapy work that we always have with us.

Keywords: Music therapy, affect attunement, regulation, microanalysis, qualitative

Indholdsfortegnelse

1. Indledning.....	1
1.1 Baggrund og motivation	1
1.1.1 Mød Manuel	1
1.1.2 Rammerne for terapien	2
1.1.3 Diagnoserne.....	3
1.2 Problemfelt	8
1.3 Problemformulering	9
2. Teori.....	10
2.1. Regulering.....	10
2.1.1 Regulering i spædbarnsstadiet	10
2.1.2 Kognitiv regulering.....	11
2.1.3 Regulering og alkohol	13
2.1.4 Regulering og (alkohol) demens	14
2.1.5 Regulering i den terapeutiske proces	14
2.1.6 Regulering i musikterapi.....	15
2.1.7 Min forståelse af regulering	15
2.1.8 Regulering relateret til denne case	15
2.1.9 Opsamling.....	16
2.2 Affektiv afstemning	16
2.2.1 Affektiv afstemning i Daniel Sterns forståelse	16
2.2.2 Affektiv afstemning i den terapeutiske proces.....	19
2.2.3 Affektiv afstemning i musikterapi.....	19
2.2.4 Min forståelse af affektiv afstemning.....	20
2.2.5 Affektiv afstemning relateret til denne case	20
2.2.6 Opsamling.....	21
2.3 Afgrænsning.....	21
2.4 Opsummering af teori	21
3. Metode	23
3.1 Videnskabsteoretisk baggrund	23
3.2 Forskningsdesign	23
3.3 Metode	24
3.3.1 Kvalitativ metode.....	24
3.3.2 Hermeneutik.....	24
3.3.3 Analysemetode.....	25
3.4 Opsummering	27

4. Empiri og analyse.....	28
4.1 Forforståelse.....	28
4.2 Oversigt over inkluderet empiri.....	28
4.3 Analyse	29
4.3.1 Aldrig tilbage igen.....	30
4.3.2 Lyse nætter	38
4.3.3 Sumpen.....	48
4.4 Opsummering af analyse	58
5. Diskussion	59
5.1 Sammenhæng og forskelle mellem affektiv afstemning og regulering.....	59
5.2 Måder at opnå regulering på.....	62
5.3 Regulering i den terapeutiske relation	63
5.4 Musikkens rolle i forhold til affektiv afstemning og regulering	64
5.5 Musikterapeutisk arbejde med en multi-diagnosticeret mand	65
5.6 Etik	66
5.7 Relevans for klinisk praksis	67
5.8 Opsamling.....	67
6. Kritik.....	68
6.1 Metodekritik.....	68
6.2 Kritik af teori	69
6.3 Kritik af empiri	69
6.4 Opsamling.....	69
7. Perspektivering.....	70
8. Konklusion	71

Bilag

1. Læringsportefølje
2. Beskrivelse af praktikstedet
3. Samtykkeerklæring
4. Tegning
5. Transskriptioner af lydclip
6. Transskriptioner af heuristiske interviews

Til eksamen medfølger eksamensmateriale ifm. audioklip. Pga. GDPR bliver disse ikke vedlagt opgaven, men uploades i Panopto til eksaminator og censor. Alle audioklip slettes efter eksamen.

1. Indledning

Dette speciale er et autoetnografisk kvalitativt singlecasestudie med en deduktiv, hermeneutisk analyse og en konstruktivistisk tilgang til undersøgelsen. Empirien er indhentet fra datamateriale samlet i mit praktikforløb i efteråret 2020 på Blå Kors i Humlebæk. Fokus for undersøgelsen er begreberne 'affektiv afstemning' og 'regulering' i en musikterapeutisk, interpersonel kontekst.

I dette afsnit beskriver baggrund og motivation for undersøgelsen. Jeg redegør for undersøgelsens problemfelt og problemformuleringen tydeliggøres.

1.1 Baggrund og motivation

Blå Kors i Humlebæk er et socialpsykiatrisk botilbud til mennesker med alkoholmisbrug og evt. en hjemløseproblematik. Derudover har mange af beboerne også psykiatriske diagnoser og andre udfordringer. (Se bilag 2 for uddybende beskrivelse af Blå Kors, Humlebæk). I mit praktikforløb var der særligt én af beboernes musikterapeutiske forløb som gjorde indtryk på mig. Dels fik han og jeg hurtigt en god relation og dels fornemmede jeg, at der skete noget spændende i vores musikterapeutiske arbejde, som jeg blev nysgerrig på at fordybe mig i og forstå i en teoretisk og mere specifik kontekst. Da konturerne omkring dette speciale skulle udformes, var jeg derfor ikke i tvivl om, at jeg ville prøve at stille skarpt på noget af det, der var opstået i arbejdet med lige præcis denne beboer. Jeg vil i det følgende præsentere ham, som jeg oplevede ham, samt beskrive nogle af de diagnoser han har, for på den måde at give et helhedsindtryk af ham. (Se bilag 3 for samtykkeerklæring.)

1.1.1 Mød Manuel

Da jeg første gang bliver præsenteret for Manuel (fiktivt navn), møder jeg en høj mand, der står bukket ind over billardbordet på opholdsstedet. Det eneste jeg ved om ham, ud over at han har brug for hjælp pga. sit alkoholmisbrug er, at han kan spille klaver og at jeg skal tage initiativet ift. at skabe kontakten. Dette første møde varer 2 timer, hvor vi spiller sammen – han på keyboard, jeg på guitar. Han er meget ivrig efter at spille alle de numre, han kan eller kan lidt af, og jeg akkompagnerer ham. Indimellem har vi dialoger, hvor han b.l.a. sætter ord på noget af det, han oplever som svært. Da vi skal til at afslutte vores samvær, begynder han at spille 'The winner takes it all' med ABBA, men improviserer selv følgende tekst på melodien:

*Det har været en stille dag
Og jeg fortryder ingenting
Det ku godt komme bag på mig
At det her det var virkelighed*

*Jeg har spillet alle mine tricks
På det her lille keyboard her
Og du har været ved guitaren
I stedet for at gå til baren*

Af flere grunde fornemmede jeg med det samme, at der var basis for et godt terapeutisk samarbejde, og jeg tror også, han syntes, det var dejligt at kunne dele sin glæde for musik med en anden, der også finder glæde ved musikken.

Manuel er 42 år, da jeg møder ham. Han er opvokset i et hjem med misbrug og vold. Han har overfor mig på et tidspunkt givet udtryk for, at hans mor betyder alt for ham. Samtidig sætter han også ord på, at hun er misbruger. Hans mor ringer ind imellem til ham, og de mødtes én enkelt gang, i den periode jeg havde musikterapi med ham. Han har aldrig gennemført en uddannelse efter 9. klasse. Han er en stille og rolig fyr, der har drømme for fremtiden. Han har lært nogle grundlæggende becifringer på klaver, da han var ung - ellers er han autodidakt. Af den grund spiller han mest i C-dur. Han lytter meget til musik, og han kan utrolig mange sangtekster udenad. Han finder et frirum, når han går en lang tur med musik i ørerne. "Når jeg går de ture med musik i ørerne, så føler jeg mig ikke alene" og "altså de ture jeg går, det er faktisk sådan nogle ture, hvor jeg går uden om det der" (det der er svært).

Han maler også fra tid til anden - abstrakte malerier, som han lægger en betydning i. En af de sidste gange vi havde musikterapi sammen, havde han malet et blått abstrakt maleri aftenen inden, da han ikke kunne sove. Da jeg spurgte ind til det, fortalte han, at det var en drage, som han kunne sætte sig op på og som kunne flyve ham væk til et sted, hvor ingen kender ham, og hvor han kan have sin egen lejlighed. Han sagde ordret: "Det er min drøm om at komme videre i livet".

Farver er en god måde for ham at udtrykke sig på. Allerede i løbet af den første uge skrev han, efter at vi havde sunget sammen, 3 vers på melodien 'Regnvejrsdag i november', hvor han valgte 3 farver, som han lavede sin egen tekst til, og senere i forløbet skrev han 2 vers mere. Nogle uger inde i vores forløb fandt jeg på at spørge ham om, hvad farve hans humør var, eftersom han aldrig rigtig kunne sætte ord på, hvordan han havde det. Han kunne *altid* give sit humør en farve og stort set altid forklare, hvad farven betød. En morgen var hans humør f.eks. gråt - blandet med orange. Da jeg spurgte, hvad det betød, sagde han: "Orange for at tingene går godt og stille og roligt, og gråt for at tingene ikke går for stærkt. Og at der ikke skal ske flere ting på én gang. Så gråt det er min bremseklods, og orange det er, at der er liv."

Han taler utrolig meget i billedsprog. Hans liv kan være som et tog, hvor han kan fylde de ting på, han gerne vil have med videre i livet. Eller han kan være som en flue, der er nem at slå ud af kurs. Og når han har været ude at gå tur, har han det som en and, der får lov at komme ud og svømme i dammen.

Manuel har en fantastisk tør humor og siger de sjoveste ting. Også midt i den dybeste terapeutiske samtale. I en session hvor vi snakker om, hvilke strategier han har og kan bruge, når noget er svært, prøver jeg at opsummere og siger: "Om det enten er: ringe til din ven, gå en tur, spille noget musik, male" hvortil han lynhurtigt supplerer: "Ja eller spørge publikum". Han referer til Tv-programmet 'Hvem vil være millionær' og eftersom jeg ved præcis, hvad han mener, finder jeg det morsomt og kan ikke lade være med at trække på smilebåndet.

Manuel er en musikalsk, kreativ mand, der har humor og udtrykker sig via billedsprog, musik, maleri og digtskrivning. En mand med drømme og håb for fremtiden og en mand, der gerne vil være noget for andre, på den måde som han nu evner. Jeg oplever ham som en rar og behagelig mand.

1.1.2 Rammerne for terapien

Den første uge af min praktik gik jeg på personalets opfordring over til Manuel på hans værelse med guitaren og en morgensang. Han har generelt svært ved at komme op om morgenen og personalet så en

oplagt mulighed for, at morgensang ville kunne få ham op og i gang med dagen. Det var en fin måde for mig at få en god kontakt til ham på, og disse miljøterapeutiske morgenvækninger viste sig hurtigt at være et rigtig godt rum for det musikterapeutiske arbejde. Derfor blev morgenvækningerne vores musikterapeutiske rum i resten af praktikperioden.

De første 3 uger havde vi 4 sessioner om ugen. Herefter trappede vi ned til 3 gange om ugen i et par uger – afbrudt af en Coronaisolation og senere en efterårsferie - og herefter 2 gange om ugen i 3 uger og til sidst 1 gang om ugen i 3 uger. Det blev til 27 sessioner i alt.

Eftersom Manuel enten sov, når jeg kom over til ham, ved halv ti-tiden, eller måske lige var vågnet, men stadig var i sengen, så foregik vores sessioner altid med den lidt alternative opsætning, at Manuel lå i sengen, og jeg sad på hans kontorstol ved siden af. Sengen var placeret op ad væggen på en sådan måde, at han kunne sætte sig op i sengen med væggen som ryglæn. For fodenden af sengen var der et vindue ud mod et grønt område. Vi sad altså sjældent direkte overfor hinanden, og han var nødt til at dreje hovedet, for at vi kunne få øjenkontakt. Når jeg senere i min beskrivelse nævner, at Manuel sætter sig op i sengen, er det i den konstellation, som netop beskrevet.

Manuel havde sit eget keyboard på værelset, som han dog sjældent spillede på, mens jeg var der, men ofte brugte i løbet af dagen eller om aftenen. Jeg brugte det til improvisation og akkompagnement til sange. Keyboardet var placeret op ad væggen lidt væk fra sengen. På den måde, var jeg lidt længere væk fra sengen, når jeg spillede og havde dermed svært ved at aflæse Manuel kropsligt.

Fjernsynet eller radioen var som regel tændt, når jeg kom dertil, fordi Manuel ofte havde brug for baggrundslyde, mens han sov. Kun ganske få gange var der slukket og stille. Tidligere på morgenen havde en medarbejder været forbi med en portion yoghurt og hans morgenmedicin. Nogle gange havde han spist den, andre gange spiste han den, mens vi var sammen. Som beskrevet i afsnit 1.1.3, har han udskiftet sin alkoholafhængighed med afhængighed af sukker. Der var altid romkugler, slik, sodavand, kiks og lign. indenfor rækkevidde, og det skete ikke sjældent, at han spiste af det, mens vi var sammen.

På grundlag af den viden jeg havde fået om Manuel fra personalet og ved at læse hans journaler, vidste jeg, som nævnt ovenfor, at han var god til at skrive digte. Jeg havde derfor en forventning om, at vi kunne arbejde med tekst- og sangskrivning. Det blev dog aldrig aktuelt, da Manuel helst ville skrive for sig selv. Improvisation på instrumenter kom heller aldrig i gang, da han hellere ville spille 'rigtige' sange på keyboardet. Til gengæld lavede vi tekstimprovisationer i nuet over eksisterende melodier – ofte den melodi jeg havde sunget som morgensang. Tekstimprovisationerne kunne handle om en drøm han havde haft om natten, eller hvad han skulle lave i løbet af dagen eller en oplevelse han huskede fra sine unge dage. Jeg lavede ofte improvisationer på keyboardet over hans morgenhumør, som han gav en farve, eller hans følelser/frustrationer i nuet. I et enkelt tilfælde, som jeg har valgt at inddrage i analysen senere (se afsnit 4.3.1), oplevede jeg, at han nærmest 'fjernstyrede' min improvisation. Jeg fik ydermere inddraget det, at han kan lide at tegne, således at han tegnede til en improvisation, jeg spillede på keyboardet. Et af disse eksempler har jeg inddraget i analysen (se afsnit 4.3.3). Jeg fik på den måde mulighed for at afprøve nogle lidt andre tilgange til det musikterapeutiske arbejde, end jeg havde forventet før opstart på dette forløb.

1.1.3 Diagnoserne

Manuel har massive udfordringer på flere forskellige områder i sit liv. Han har været udsat for omsorgssvigt i sin opvækst i form af vold og alkoholmisbrug i hjemmet. Han er diagnosticeret med ADHD, hvilket har resulteret i belastningsreaktioner social angst og alkoholmisbrug. Hans langvarige alkoholmisbrug har

gjort, at han har udviklet alkoholdemens. Derudover er han diagnosticeret med fobier og psykoser. Hans fysiske udfordringer så som nervebetændelse, nedsat syn og hørelse, vil jeg ikke komme nærmere ind på, men blot nævne for fuldstændighedens skyld.

Det er en udfordring for Manuel at være i en relation med andre pga. disse diagnoser, og det terapeutiske samvær er også påvirket af hans manglende kognitive og relationelle evner. Jeg vil i det følgende beskrive lidelsen ADHD og belastningsreaktionerne social angst/social fobi og alkoholmisbrug med fokus på det relationelle. Da undersøgelser (Bora & Pantelis, 2016) viser, at der er sammenfald mellem ADHD og autisme ift. evnen til at indgå i sociale relationer, vil jeg også kort beskrive dele af symptomerne ved autisme.

ADHD

ADHD er en neuropsykiatrisk sygdom, som påvirker bestemte områder af hjernen, bl.a. dopaminsystemet og hjernens evne til regulering. ADHD er den engelske forkortelse for Attention Deficit Hyperactivity Disorder og betyder, at man har problemer med opmærksomhed, hyperaktivitet og impulsivitet (Rewitz, 2012). En voksen med ADHD er mindre hyperaktiv, men oplever ofte indre uro, følelseskaos og stress (Psykiatrifonden, s. d.).

ADHD kan bl.a. give problemer med at opfatte, holde overblik, fortolke, huske, planlægge og orientere sig (Rewitz, 2012). Personer med ADHD har flere forskellige typer af udfordringer, som kommer til udtryk på forskellige måder. Forskning viser at ADHD har en negativ indvirkning på social adfærd hos både børn og voksne. Det kan være et problem at deltage i sociale aktiviteter og vedligeholde venskaber og intime relationer (Michielsen et al., 2015). Det kan bl.a. skyldes den manglende evne til at bevare koncentrationen, men også mangelfuld evne til at aflæse ansigtsudtryk, kropssprog og tonefald. Ydermere er det ofte svært for personer med ADHD at regulere deres adfærd i forhold til den situation, de er i.

Manuels ADHD-diagnose giver ham mange udfordringer, også i forhold til det relationelle. Da han ikke kan regulere sig selv, siger han som regel det, han lige kommer i tanke om, hvilket er meget forvirrende for dem, han er i relation med. Han har også svært ved at holde koncentration og fokus i en samtale, hvilket opleves ved, at han enten ikke responderer på det, der bliver sagt eller skifter emne til noget helt andet.

Jeg oplever, at han godt kan holde fokus og koncentration, når han er i en aktivitet, som giver mening for ham f.eks. at spille/høre musik eller spille billard. Dette fælles tredje giver ham en form for relation til de andre, om end den ikke er direkte. Tidligere i sit liv har alkoholen været det, han har kunnet være sammen med andre om på trods af sine diagnoser.

Det terapeutiske samvær har ofte været problematisk pga. hans manglende evne til at holde fokus og koncentration. Jeg har haft flere oplevelser, hvor det er tydeligt, at han på et split-sekund har ændret opmærksomhedsfokus. Jeg bringer her et par eksempler:

- Han har lige fortalt om en alvorlig drøm, han har haft om natten. Jeg har kommenteret det, og uden pause efter min kommentar siger han: "Jeg troede klokken var kvart i fire". Han havde fået øje på vækkeuret, som gik forkert.
- Vi snakker om hans tidligere alkoholmisbrug og pludselig uden pause, siger han: "Hold kæft hvor er jeg blevet langhåret".

Hans manglende evne til at regulere sig selv og behovsudsætte har vist sig ved, at han har spist slik og drukket sodavand under vores sessioner, når han havde lyst til det. Eftersom sessionerne foregik på hans værelse, kunne jeg rent etisk ikke nægte ham dette.

Hans manglende evne til selvregulering er også kommet til udtryk ved, at han, når han fik talt sig varm på noget, der frustrerede ham, ikke kunne regulere sig selv ned igen og komme ud af dette tankemønster (se evt. afsnit 2.1.1 om selvregulering). To af mine case-eksempler omhandler dette (se afsnit 4.3.1 og 4.3.3).

ADD

ADD står for Attention Deficit Disorder, dvs. forstyrrelse af opmærksomheden. ADD kommer til udtryk som ADHD, bare uden H som er den hyperaktive del. Mennesker med ADD har primært vanskeligheder med at være opmærksomme og bevare koncentrationen og dermed også med at opretholde et passende tempo og energiniveau i dagligdagen. Jeg har valgt at nævne ADD, da jeg oplever, at Manuels måde at forholde sig til dagligdagen på netop er præget af et meget lavt energiniveau, og at han ofte siger at: "jeg gider ikke noget" eller "jeg skal ikke noget i dag".

Denne holdning hos Manuel påvirker også hans relationer, da han har svært ved at tage sig sammen til at komme ud af sengen og ud ad døren. Han har ikke meget overskud og lyst til at være aktivt opsøgende overfor de andre beboere. Han har også, både overfor mig og overfor det faste personale, givet udtryk for at han gerne vil i gang med at træne og motionere på bostedet, men han får det ikke gjort. Der er meget langt fra tanke til handling hos ham. Han er dog selv klar over denne udfordring, og har italesat at "I skal ikke lade mig sige nej". Men i sidste ende kan han jo ikke tvinges ud ad døren.

Manuel har på trods af ovenstående stort set altid været i stand til at indgå i vores terapeutiske relation på det energiniveau, han har kunnet mønstre i nuet. Hans lave energiniveau er ofte kommet til udtryk ved, at det første han siger til mig er: "jeg gider ikke noget i dag" eller "nej hvor er jeg sløv". I starten overvejede jeg at gå igen, da jeg tænkte, at der slet ikke ville komme noget konstruktivt ud af vores samvær, men hurtigt fandt jeg ud af, at han faktisk formåede at indgå i vores relation – på de præmisser der nu er for en mand som ham, der har de diagnoser, han har. Ofte fik jeg ganske langsomt hævet arousalniveauet hos ham ved at synge og spille for ham, og han blev til dels aktiv og deltagende i det, vi lavede, og kunne herefter tage initiativer så som forslag til en sang, vi skulle høre eller synge. Men når jeg spurgte, om han ville tegne eller improvisere med mig, sagde han altid "nej det kan jeg ikke". Om det skyldes hans ADD eller hans manglende selvværd, har jeg svært ved at gennemskue, men det har været en udfordring i vores terapeutiske arbejde. Som case-eksemplerne senere vil vise, skete der dog ofte det, at selv om han havde sagt "nej det kan jeg ikke", så deltog han alligevel på den ene eller den anden måde.

På trods af, at han ofte blev mere aktiv i løbet af vores samvær, sluttede han som regel med at sige "jeg skal ikke så meget i dag" eller "jeg skal bare tage det stille og roligt".

Autisme

Eftersom Manuel ikke er diagnosticeret med autisme, vil jeg kun kort redegøre for denne sindslidelse her, og fremhæve nogle karakteristika ved sygdommen, som er fremtrædende hos ham. Symptomer hos personer med ADHD har, som tidligere nævnt, lighedstræk med symptomer hos personer med autisme.

Autisme spektrum forstyrrelser er en række psykologiske udviklingsforstyrrelser, der giver udfordringer for evnen til socialt samspil, kontakt og kommunikation med omverdenen. Vanskelighederne hænger sammen med en nedsat evne til at sætte sig ind i andre menneskers tanker og følelser (Psykiatrifonden, s.d.).

Den engelske tale- og sprogterapeut, Alex Kelly, har skrevet en omfattende bog om sociale færdigheder. Hun beskriver ASD (Autism Spectrum Disorder) og sociale færdigheder. Her skriver hun bl.a.: "friendships and relationships are complicated, emotional and unpredictable, which makes them all very challenging for the autistic person" (Kelly, 2019, s. 180). I relationer med andre mennesker er det vigtigt at kunne aflæse dem, genkende og forstå deres tanker, ønsker og intentioner for på den måde at kunne få noget fornuftigt ud af deres opførsel og måske kunne forudsige, hvad det næste er, de vil gøre. Denne evne er nedsat hos mennesker med autisme og gør, at det er svært for dem at aflæse andre mennesker. Dermed kan der opstå misforståelser, det kan være sværere at løse konflikter, og det er vanskeligt for mennesker med autisme at udvise empati. Det er kort sagt svært for mennesker med en autisme diagnose at sætte sig i andre menneskers sted.

Ifølge den tyske udviklingspsykolog Uta Frith er det et stort problem hos mennesker med autisme, at de ikke besidder evnen til at erkende og reflektere over tanker (Frith, 2005). Denne udfordring ses hos Manuel både i hans relationer til de andre beboere, men også ift. vores terapeutiske arbejde.

Han har fortalt mig, at han ikke ved, hvor han skal gøre af sig selv, eller hvad han skal sige til de andre, når der f.eks. er rygepause i en billardturnering og folk står og småsnakker. Han fortæller mig, at han sætter sig i en lænestol og repeterer 3-tabellen. Når han er sammen med de andre udenfor en aktivitet (billard, musik, TV), så er det min opfattelse at relationerne ikke er nemme for ham. Jeg har observeret, at han prøver at indgå i en dialog, men hans input til samtalerne handler ofte om at fortælle om en oplevelse, han selv har haft og ikke en refleksion over det, den anden har sagt.

Hans manglende evne til at reflektere og forstå andre, oplever jeg som meget fremtrædende. Sammen med hans sociale angst, som jeg redegør for nedenfor, bevirker disse udfordringer, at han ikke bare har svært ved at være i en relation med andre, men også gør sig rigtig mange tanker om, hvad de andre siger om ham, når han ikke er til stede, eller tænker om ham, mens han er sammen med dem. Disse tanker har fyldt meget i vores samtaler og det terapeutiske arbejde, og hvis jeg har stillet spørgsmål til, hvordan han kan vide, hvad de andre tænker, eller hvordan han kan vide, at det er sådan, har han som regel svaret: "sådan er det bare – det ved jeg". Det er tydeligt for mig, at han ikke reflekterer over det, de andre siger og gør i forhold til ham. Han har sin helt egen opfattelse af det, og er ikke i stand til at se det fra andre vinkler.

I det terapeutiske arbejde har hans manglende evne til at kunne reflektere sat sine begrænsninger. Ofte har jeg oplevet, at når jeg spørger: "hvordan føles det" eller "er det noget du kan genkende fra andre situationer" eller "hvorfor tror du, det er sådan", så svarer han undvigende med et "det ved jeg ikke" eller "det er bare sådan det er" eller han begynder at tale om noget andet.

Jeg har også prøvet at lave en improvisation over mit eget morgenhumør og sat ord på det, men der kommer ingen anden reaktion end "nå", og så taler han om noget andet. Relationen mellem ham og andre bliver på den måde mere en 'én-vejs-relation'.

Social angst/socialfobi

Når man har social angst, har man – udover at have svært ved at være sammen med andre – også en masse negative tanker om, hvad man tror, de andre tænker om én (Geoffroy, 2010). Man frygter, at de skal tænke

dårligt om én, eller at man kommer til at opføre sig pinligt. Social angst gennem længere tid er ofte forbundet med lav selvagtelse og frygt for kritik. Personer med socialfobi er tilbøjelige til at holde sig for sig selv (Psykiatrifonden, s.d.).

Disse adfærdsmønstre er kendetegnende for Manuel og hæmmer ham i hans hverdag, da han netop holder sig meget for sig selv og skal bruge mange ressourcer på at tage sig sammen til fysisk at gå hen, hvor de andre beboere er, og indgå i en relation med dem. Han giver ofte udtryk for, at han helst vil holde sig for sig selv og betegner sig selv som en 'lonely wolf'. I de tilfælde hvor det er lykkedes mig at få bragt denne problematik på banen i vores terapeutiske samvær, har jeg tydeligt fået på fornemmelsen, at han i virkeligheden ikke ønsker at være en 'lonely wolf'. Han har overfor mig givet udtryk for, at han mangler at være en del af et fællesskab, og han har f.eks. talt meget varmt om dengang, han som barn og ung var spejder. Han har også sat ord på, at han ønsker sig et sted hen hvor folk er "normale og der ikke er alt det pis".

Det har dog været kendetegnende for vores relation, at han ikke har udvist angst og utryghed i samværet med mig, men til gengæld har han meget ofte brugt lang tid på at tale om, hvor frustrerende dette adfærdsmønster er for ham. Det blev derfor også et vigtigt område for os i det musikterapeutiske arbejde.

Alkoholafhængighed/misbrug

Misbrug af alkohol ses ofte i forbindelse med andre psykiske lidelser og tilstande. Personer med depression, angst, og lign. vil ikke sjældent forsøge at 'medicinere' sig selv med alkohol eller beroligende midler. Et vedvarende forbrug kan forværre psykiske lidelser. Man skønner, at op mod halvdelen af dem, der har en psykisk sygdom, også har et misbrug (Psykiatrifonden, s.d.).

Ud over psykisk sygdom kan arvelighed spille en rolle ift. at udvikle et misbrug. Man er selv i større risiko for at udvikle alkoholmisbrug, hvis ens forældre er misbrugere. Men årsagen til, at man bliver f.eks. alkoholmisbruger, er ikke helt klarlagt (Psykiatrifonden, s.d.).

Manuel er for nuværende ædru og har selv italesat, at han ikke skal begynde at drikke igen, fordi han ved, det vil slå ham ihjel. Men han har også fortalt, at han har det som om, han står på vippen og 'Kong Alkohol' kalder på ham. I løbet af den tid jeg havde sessioner med ham, havde han et enkelt tilbagefald, hvor han drak og ville forlade stedet. Jeg blev informeret om dette af personalet, men til mig fortalte han blot, at han havde haft en dårlig weekend, hvilket han jo også havde.

Han har erstattet sit alkoholmisbrug med et overdrevent forbrug af sukker så som sodavand, slik og kager. Dette har fra tid til anden været en udfordring i vores samvær, fordi han har fået sukkertrang og dermed har skullet indtage nogle af de søde sager, mens vi var i gang med vores terapeutiske arbejde. Pga. hans manglende selvreguleringssevne, var det ikke muligt for ham at udsætte sit behov for sukker i disse situationer (se afsnit 2.1.1 om selvregulering).

Alkohol demens

Manuels langvarige alkoholindtag har resulteret i diagnosen alkohol demens. Alkohol demens er defineret i det internationale klassifikationssystem ICD-11 (World Health Organization, 2021) som værende en demens direkte forårsaget af et alkoholindtag, der er så stort, at der opstår kognitive vanskeligheder - bl.a. hukommelsesproblemer - og som varer ved ud over selve alkoholindtaget.

Ved et langvarigt alkoholmisbrug sker der en kronisk forgiftning af hjernen, hvor hjerneceller i flere forskellige områder af hjernen påvirkes. Mange vil få uoprettelige skader i hjernen efter alkoholmisbrug (Davidsen & Hasselbach, 2013), men et studie fra 2005 (Schmidt et al.) viser at der *kan* ske en bedring med tiden bl.a. af korttidshukommelse og arbejdshukommelse. Dette er dog så vidt vides ikke sket for Manuel.

Den kognitive svækkelse påvirker i høj grad Manuels relation til de andre beboere. Manuel er ikke alderssvarende rent kognitivt, og det er tydeligt at andre på stedet, som fungerer fint på dette område, bemærker det. Afhængig af deres individuelle overskud rummer de Manuel og prøver at indgå i en dialog/relation – eller de undgår ham.

Hans daglige funktionsniveau er også reduceret pga. den kognitive svækkelse. F.eks. vasker han alt sit tøj i håndvasken på sit værelse. Han har fået instruktion i stedets vaskemaskine, men jeg har på fornemmelsen, at han ikke kan huske denne instruktion, og derfor er det nemmere for ham at vaske i hånden og undgå nederlaget ved at indrømme, at han ikke kan huske, hvordan man betjener vaskemaskinen.

Han kan ikke huske, hvad dag det er, så det kan være svært at lave en aftale med ham – både for de andre på stedet, men også for mig som terapeut. I vores forløb kunne jeg aldrig helt være sikker på, om han kunne huske en aftale, vi havde lavet. For det meste glemte han det, men indimellem blev jeg overrasket over, at han godt kunne huske, at vi havde en aftale. Han kan nogle af navnene på de andre beboere, men mange af dem husker han ikke. Jeg oplevede dog, at han kunne mit navn og kunne genkende mig. Hans alkoholdemens giver altså ikke et entydigt og ensformigt billede af, hvad han kan huske, og hvad han ikke kan huske.

Det har været en udfordring at navigere i hans svingende hukommelsesevne og lave et kontinuerligt terapeutisk arbejde med ham pga. hans alkoholdemens. Det, at han ikke har været i stand til at huske, hvad vi lavede sidst, vi var sammen, har betydet, at jeg ikke kunnet tage tråden op fra forrige session. Han har dog udvist en eminent evne til at huske sangtekster og musikstykker, som han har lyttet til i sin ungdom. En forklaring på dette kan være at musiske færdigheder er knyttet til den procedurale hukommelse – det vi husker udenad (Ridder, 2012).

1.2 Problemfelt

På baggrund af min motivation og ovenstående beskrivelse af Manuel er denne undersøgelses problemfelt indkredset til at omhandle et musikterapeutisk forløb med en omsorgssvigter, multidiagnosticeret ædru alkoholiker. Undersøgelsen vil omhandle, hvordan musikterapi kan bruges terapeutisk med et menneske med et så komplekst sygdomsbillede, som beskrevet i afsnit 1.1.3. En dominerende problematik er, at Manuel har svært ved at være i en relation til andre, når han på nogle områder er velfungerende ift. sin alder og til hvad andre forventer, og på andre områder er langt tilbage i udvikling. Han har svært ved at huske og koncentrere sig, han kan ikke reflektere over egne tanker, og han kan ikke sætte sig i andres sted. Når Manuel har et fælles tredje at være sammen med andre om, f.eks. musik eller spille billard, så kan han både holde koncentrationen i aktiviteten og være i relationen. Dette giver et potentiale for et musikterapeutisk arbejde. Det der har fyldt mest i det musikterapeutiske arbejde med Manuel er hans tanker om, hvad de andre tænker om ham – både i og udenfor en relation. Jeg blev derfor undervejs i vores forløb nysgerrig på, om det var muligt at arbejde med Manuels ringe/manglende mentaliserings evne, men valgte, som beskrevet i afsnit 5.7, at zoome endnu længere ind på denne problematik og fokusere på to begreber, som går forud for mentalisering, og dermed er en forudsætning for at kunne mentalisere, da disse begreber resonnerer mere med den tilstand, han var i under musikterapiforløbet. Begreberne 'affektiv

afstemning' og 'regulering' kom derfor i spil, da jeg gennem teorien blev opmærksom på, at disse begreber kan forandre en forandring og udvikling hos klienter – også klienter med en så kompleks problemstilling (se afsnit 2).

1.3 Problemformulering

Med udgangspunkt i min motivation, præsentationen af Manuel og det skitserede problemfelt lyder problemformuleringen:

Hvordan kan affektiv afstemning og regulering gennem musikterapi forstås i arbejdet med en mandlig klient med multiple diagnoser såsom ADHD, alkoholdemens, angst og psykoser?

2. Teori

De følgende afsnit omhandler den teori, jeg har valgt at inddrage i mit speciale og som udgør kerneområderne i min analyse. Først vil jeg gennemgå begrebet regulering, dernæst begrebet affektiv afstemning. Hvert begreb vil blive introduceret særskilt med nærmere uddybning af detaljeret gennemgang og derudover har hvert begrebsafsnit sin egen opsummering. Dette teoriafsnit vil blive afsluttet med en fælles opsummering af begge begreber.

2.1. Regulering

Her vil jeg belyse begrebet regulering teoretisk, som det er forstået i den tidlige mor-barn-relation på baggrund af forskellige forskeres teorier og redegørelser for dette begreb (Fonagy, Shore, Fosha, Beebe & Lachman, Hart & Schwartz. Jeg vil både beskrive selvregulering og dyadisk regulering. Derudover har jeg valgt at inddrage en beskrivelse af kognitiv regulering, regulering ift. alkoholmisbrug samt ift. alkoholdemens, idet dette er relevant for min case. Derefter vil jeg redegøre for, hvordan regulering kan forstås i en terapeutisk proces og i musikterapi. Jeg beskriver min egen forståelse af regulering, samt hvordan jeg bruger regulering i denne case, inden jeg laver en opsummering af begrebet.

2.1.1 Regulering i spædbarnsstadiet

Vi fødes med et indre fysiologisk selvreguleringssystem. Det autonome nervesystem sørger for at mange forskellige processer i vores krop sker helt automatisk – f.eks. vejtrækning, fordøjelse m.m. Derudover foregår regulering af spædbarnet i et dyadisk samspil med omsorgspersonen. Denne dyadiske regulering er med til at lære barnet at regulere sig selv.

Dyadisk regulering

Lige fra fødslen indgår spædbarnet i et samspil med den primære omsorgsperson, som bl.a. indeholder en dyadisk regulering. Spædbarnet har nogle fysiologiske behov såsom sult, søvn, temperaturregulering m.m. der har brug for regulering (Stern, 2000). Disse behov må omsorgspersonen nødvendigvis hjælpe med at regulere. Derudover må omsorgspersonen foretage en emotionel regulering af barnets indre tilstand ved f.eks. at tale til, synge for, vugge og berøre barnet som respons på dets adfærd. Når omsorgspersonen på denne måde fungerer som en ekstern regulator støtter det barnets udvikling af selvstændige, affektregulerende funktioner (Hart & Schwartz, 2008).

Relationen i dette tidlige samspil er bl.a. baseret på øjenkontakt, mimik, gestik, tonefald, stemmestyrke, timing i den lydmæssige/verbale udveksling og i pauserne i udvekslingen. Reguleringen ses f.eks. hvis barnet oplever denne relationelle kontakt som værende alt for overvældende og det vender hovedet væk for på den måde at regulere sig selv. I optimale relationer vil omsorgspersonen herefter regulere sin interaktion med spædbarnet og afstemme sine udtryk til barnets niveau. F.eks. vente på at barnet igen tager øjenkontakt og er klar til flere stimuli. "Når omsorgspersonen på denne måde afstemmer sig psykobiologisk med spædbarnet finder den dyadiske regulering sted" (Schore, 2006a). Denne regulering kan både ske bevidst og ubevidst fra omsorgspersonens side.

Den dyadiske regulering er vigtig for barnets udvikling, da det i denne proces bl.a. lærer at håndtere og rumme negative følelser via den måde omsorgspersonen reagerer og handler på, når barnet f.eks. bliver

bange eller ked af det (Ridder, 2017). "Niveauet af fysiologisk regulering i den tidlige omsorgsperson-barn-relation er med til at forme personligheden" (Hart, 2006a, s. 55).

Selvregulering

Vores medfødte evne til selvregulering består som tidligere nævnt både af en autoregulering, der foregår automatisk dybt inde i hjernen, men også af en interaktiv affektregulering som forgår i et dyadisk samspil med barnets primære omsorgspersoner (Hart, 2006a). Barnet har brug for følelsesmæssig kontakt og regulering for at evnen til selvregulering udvikles. Hvis den følelsesmæssige regulering med omsorgspersonerne ikke fungerer, begrænses barnets evne til selvregulering og dermed til at forstå mentale tilstande hos sig selv og hos andre. Den bevidste selvregulering er ikke noget man lærer selv, den kræver støtte fra et andet menneske. Har man ikke lært at regulere sig selv som barn, kan det senere i livet bl.a. udmønte sig i problemer med relationen til andre mennesker, men også påvirke oplevelsen af ens identitet og selvværd (Schorre, 2006a).

Selvregulering som begreb bygger bro mellem biologi og psykologi (Hart, 2012). Det sammenkobler den fysiologiske homeostase – at kroppens indre er i balance - med det adfærdsmæssige begreb tilpasning. Det centrale i selvregulering er feedback f.eks. mellem spædbarn og omsorgsperson. Spædbarnets feedback er en 'besked' til omsorgspersonen, som responderer afstemt og på den måde er med til at opretholde barnets ligevægt. I denne proces lærer barnet at regulere sig selv og barnet får gradvist en fornemmelse af, at det er adskilt fra omsorgspersonen og har sine egne indre emotioner, affekter og fysiske fornemmelser som det kan være med til at regulere (Schorre 2006a). Evnen til selvregulering er vigtig for os hele livet igennem f.eks. i forhold til vores fornemmelse af at have det godt, både med os selv men også i sociale sammenhænge. "Hos spædbørn og voksne er selvregulering et afgørende element i kapaciteten til at udvise opmærksomhed og indgå i samspil med miljøet" (Beebe & Lachmann, 2012, s. 307). Samtidig er en styrkelse af selvreguleringsevnen med til at opbygge et stærkt selvværd og en fornemmelse af identitet.

Selvreguleringsevnen giver os mulighed for behovsudsættelse ift. at opnå tilfredsstillelse (Baumeister et al., 2007). Denne teori underbygger, at der i nærværende case er flere eksempler på, at klienten har en mangelfuld reguleringsevne, i det han eksempelvis har svært ved at udsætte sit behov for slik. (Se evt. afsnit 1.1.3 om alkoholafhængighed.) Evnen til at udsætte følelsesmæssige behov styres også af selvreguleringsevnen. Denne styrkes som tidligere nævnt af at barnet indgår i en afstemt relation med omsorgspersonen.

Hvis evnen til selvregulering i det intersubjektive felt ikke er blevet stimuleret (tilstrækkeligt) fra fødslen, kan denne evne styrkes via affektiv afstemning og dyadisk regulering senere i livet, f.eks. via en terapeutisk relation. Selvreguleringsevnen kan udvikles og opbygges løbende gennem hele livet (Hart, 2009).

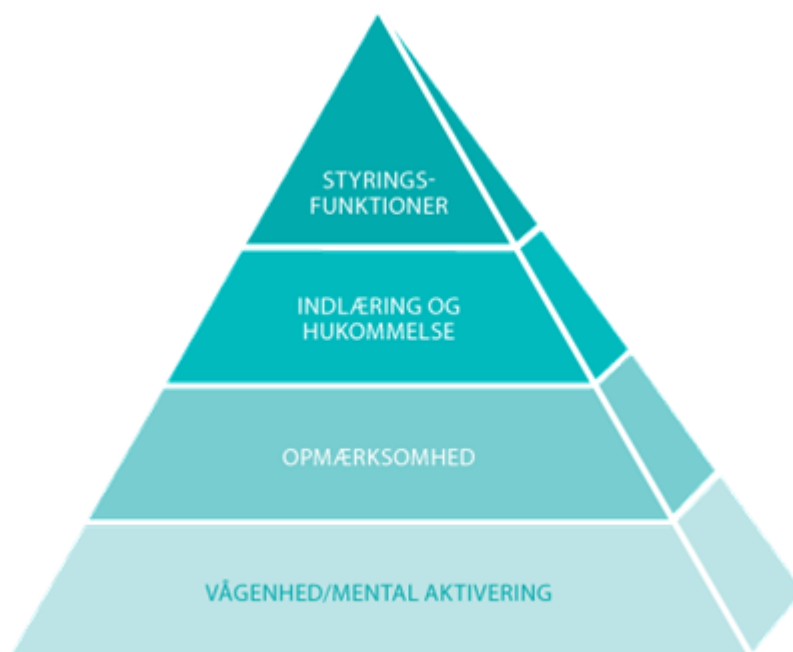
2.1.2 Kognitiv regulering

Manuel har kognitive udfordringer pga. af ADHD og alkoholdemens og dermed også svært ved at regulere sig selv ift. kognitiv opmærksomhed. I det følgende vil jeg gøre rede for, hvordan kognitiv opmærksomhed kan forstås baseret på 'Den Kognitive Trekant', beskrevet af den danske psykolog Louise Meldgaard Bruun (Bruun, 2014).

Den kognitive trekant

Menneskets kognitive funktion består bl.a. af opmærksomhed, hukommelse og evne til at igangsætte en handling - funktioner som er vanskelige for Manuel. Disse funktioner påvirkes bl.a. af søvn, ernæring, alkohol og psykiatriske lidelser. Alle områder er påvirket hos Manuel, der dog er ædru for nuværende, men som tidligere nævnt har haft et langvarigt alkoholmisbrug.

Der er forskellige delfunktioner i kognitionsevnen. De er gensidigt afhængige af hinanden, men for at opnå mulighed for at udnytte styringsfunktionerne, som er det øverste lag af den kognitive trekant, er det nødvendigt at arbejde sig op igennem lagene startende fra bunden (se figur 1).



Figur 1, Den kognitive trekant (Bruun 2014)

I bunden af den kognitive trekant findes det lag, der handler om at være vågen i forståelsen: klar på at modtage inde og ydre stimuli. Vågenhed er en forudsætning for de mentale processer der befinder sig højere oppe i pyramiden. Det er altså ikke et spørgsmål om hvorvidt man sover eller ej, men man er selvklart nødt til at være vågen for at kunne opnå en mental aktivering på dette niveau. Mit musikterapeutiske arbejde med Manuel startede på grundlag af et behov for at få ham vækket efter nattesøvnen. Både i betydningen at komme ud af søvnen, men også for at få ham mentalt aktiveret. Tidligere erfaringer viste, at han havde svært ved at opnå den mentale aktivering ved en almindelig morgenvækning med morgenmad bragt til sengen. Det var ikke en model, der gjorde ham mentalt aktiv. De musikalske miljøterapeutiske morgenvækninger med guitar-spil og sang, fik både vækket ham og gjort ham mentalt aktiv og klar til dagen.

Det næste lag kaldes opmærksomhedsniveauet og er en meget central mental kapacitet, der bl.a. dækker over evnen til at forstå og rumme en given mængde information, men også over evnen til at sortere og filtrere i stimuli, så irrelevant information ikke når ind til bevidstheden. Koncentration hører ind under opmærksomhed da koncentration er evnen til at fastholde opmærksomhed over tid. Allerede på dette 2.

lag i den kognitive trekant har Manuel udfordringer. Som beskrevet i afsnit 1.1.3 er det svært for ham at fastholde koncentrationen.

Opmærksomhedsregulering er knyttet til neural aktivitet i et område af hjernen der modtager signaler fra det limbiske system. Der er derfor opstillet en teori om, at det er sandsynligt at denne del af hjernen spiller en større rolle i udviklingen af emotionel selvregulering end i organisering af kognition (Fonagy & Target, 2006).

På det tredje lag findes evnen til indlæring. For at indlæring kan blive integreret i hukommelsen skal det forbi det forrige lag - opmærksomhedsniveauet. I hukommelsen ligger det lager af viden man bruger, når man skal gentage allerede indlærte ting. Manuel har et lager af viden så som sangtekster han kan udenad, regler for billard, viden om fodbold m.m. hvorimod en viden om, hvordan en vaskemaskine fungerer eller lign. ikke er integreret hos ham. På dette lag af den kognitive trekant er der efter min opfattelse store selektive mangler hos Manuel.

Det øverste lag i den kognitive trekant kaldes styringsfunktionen og er det mest komplekse niveau. Vores styringsfunktion gør os bl.a. i stand til at planlægge og producere ideer, overskue og læse sammensatte opgaver og arbejde målrettet. Arbejdshukommelsen er en stor del af den kognitive styringsfunktion. Følelseskontrol findes også på dette øverste niveau. Det er evnen til f.eks. at styre sin vrede og give udtryk for den med ord i stedet for med et raseriudbrud.

Det er min oplevelse, at Manuel ikke fungerer på dette niveau. Styringsfunktionen gør bl.a. at det er muligt at overskue hvis noget går galt og så lægge en plan for, hvad der kan gøres anderledes. Manuel vil helst have at tingene fungerer som de plejer, og at de går sådan som han har forestillet sig. Hvis der sker noget andet end han har forventet, kan han ikke navigere i det. Derudover har han svært ved at sætte ord på sine følelser. Jeg har dog ikke oplevet deciderede raseriudbrud, men jeg har, som denne case vil vise (se afsnit 4.3.3) oplevet at han ikke kan formulere, hvordan han har det, og at han sidder fast i sine følelser. Hans evne til at regulere sig selv i denne sammenhæng er meget hæmmet.

Opsummerende er den kognitive vågenhed/mentale aktivitet (1. lag) en forudsætning for opmærksomhed (2. lag). Derfor betyder mangel på mental aktivitet, at der vil opstå en ubalance og forstyrrelse i opmærksomhedsfunktionen. Når opmærksomheden ikke virker, vil man ikke kunne stige op til det næste trin i den kognitive pyramide – indlæring og hukommelse. Herved vil den formindskede funktionalitet af opmærksomhed bevirke, at man ligeledes vil have meget svært ved indlæring, hukommelse og derved også svært ved det sidste trin, styringskontrol. De musikterapeutiske morgenvækninger har derfor været et vigtigt reguleringsselement for Manuel ift. at kunne opnå en vis grad af vågenhed og mental opmærksomhed for at kunne komme i gang med dagen.

2.1.3 Regulering og alkohol

Følelsesmæssig ubalance påvirker selvreguleringsevnen (Baumeister et al., 2007). Dette kan komme til udtryk på flere forskellige måder, som f.eks. at man ved trøstespisning spiser for meget, fordi man ikke mærker, at man rent faktisk er mæt eller ved alkoholindtag, hvor man drikker for meget, fordi man ikke kan finde ud af at stoppe pga. ringe selvreguleringsevne. Studier viser, at folk oftere begynder at drikke, når de er i følelsesmæssig ubalance, primært fordi de tror, at det at drikke vil mindske de negative følelser og forbedre den følelsesmæssige tilstand (Baumeister et al., 2007).

Ved psykiske sygdomme ses det ofte at et alkoholmisbrug starter som et forsøg på selvmedicinering og dermed selvregulering. Symptomerne på sygdommen forsøges reguleret vha. f.eks. alkohol, som en form for flugt fra de negative følelser, som personen ikke er i stand til at selvregulere sig ud af (Psykiatrifonden, s.d.).

2.1.4 Regulering og (alkohol) demens

Når hjernen gennem længere tid bliver udsat for massivt alkohol indtag påvirker det hjernen i en sådan grad, at der er risiko for at udvikle demens. Rammes hjernen af demens svækkes vores selvberoligelsessystem (Ridder, 2012), og det vil derfor være svært at regulere sig selv (Ridder, 2017). En regulering må således faciliteres af andre og i de tilfælde kan en dyadisk regulering hjælpe personen med at opnå regulering af egne indre uregulerede tilstande.

2.1.5 Regulering i den terapeutiske proces

Flere (udviklings)psykologer og terapeuter drager paralleller mellem den tidlige kontakt mellem barn og omsorgsperson og relationen mellem terapeut og klient (Beebe & Lachmann, 2012; Fosha, 2012; Hart, 2017, Schore, 2006a). I det følgende vil jeg redegøre for de aspekter fra denne tidligere kontakt, som jeg mener er relevante for regulering i den terapeutiske proces.

Beebe og Lachmann (2012) er meget tydelige i deres holdning til at nonverbalt samspil er lige så relevant for voksnes kommunikation, og dermed også for den terapeutiske relation, som det er for kommunikationen mellem mor og spædbarn. "Selv øjeblikke med verbal tavshed og fravær af gestik rummer kommunikation" (Beebe & Lachmann, 2012, s. 331). Det forstår jeg således, at vejrtrækning, pauser, kropssprog osv. i kommunikationen også er vigtigt ift. regulering både i spædbarnsstadiet og senere i livet.

De beskriver også hvordan adfærd, der finder sted mellem klient og terapeut, på samme tid er selvregulerende og kommunikativ. Selvregulerende fordi man påvirkes af sin egen adfærd i det dyadiske samspil, og kommunikativ fordi der finder en gensidig samspilsregulering sted mellem parterne. Man bliver ubevidst påvirket af hinandens adfærd, når f.eks. den ene part skifter siddestilling, vipper med fødderne, gnider hænderne sammen osv. for ubevidst at regulere sig selv. Den optimale udvikling finder sted, når der er balance mellem selvregulering og gensidig regulering hos terapeut og klient. Det er vigtigt at disse to former for regulering kan skiftes til at være i forgrunden og i baggrunden og at der er en fleksibilitet til stede hos personen således at det er muligt at bevæge sig frem og tilbage mellem disse to måder at blive reguleret på (Beebe & Lachmann, 2012, s. 326).

Fosha (2012) beskriver hvordan en dyadisk regulering af affekttilstande fremmer optimal udvikling i den terapeutiske arbejde. Når reguleringen af affekttilstande hos klienten finder sted, vil det føre til en dybere og mere tryk relation mellem klient og terapeut. Jeg forstår det som, at der er her tale om affektiv afstemning (se afsnit 2.2), når terapeuten bevidst regulerer klienten.

Schore (2006b) beskriver hvordan teorien om den tidlige tilknytning mellem barn og omsorgsperson bidrager væsentligt til "at belyse de ikke-bevidste dyadiske affekttransaktionsmekanismer, der medierer en positiv terapeutisk arbejdsalliance ml. klient og den empatiske terapeut" (Schore, 2006b, s. 260). Han lægger hermed vægt på at den ubevidste regulering mellem klient og terapeut er vigtig og at man kan bruge erfaringerne fra den observerede mor-barn relation i den terapeutiske relation.

Der er således flere aspekter af det tidlige mor-barn samspil der kan overføres til den terapeutiske proces og som kan give gode og måske endda optimale forhold for udvikling hos klienten: det nonverbale samspil, balancen mellem (ubevidst) selvregulering og dyadisk regulering i processen, den dyadiske regulering af affekttilstande og den ubevidste dyadiske regulering.

2.1.6 Regulering i musikterapi

Beebe og Lachmanns (2012) beskrivelse af, at det nonverbale samspil er vigtigt ift. regulering, giver god mening ifm. regulering i musikterapi. De musikalske udtryk bliver en måde at kommunikere på i musikterapi. Der er rig mulighed for at foretage en bevidst regulering vha. de musikalske parametre. Tempo, styrke, intensitet, timing, tid, pauser osv. bliver alle redskaber til at opnå en regulering.

Et eksempel fra denne undersøgelse er improvisationen 'Sumpen – det blå', hvor jeg spiller en improvisation på keyboard og bevidst spiller i dur, i det lyse register, svagt og uden puls, for at regulere Manuel ud af nogle tunge følelser og over i en anden følelsesmæssig tilstand (se afsnit 4.3.3).

2.1.7 Min forståelse af regulering

Jeg forstår regulering således at den både forekommer ubevidst og bevidst, og at den optræder som en indre selvregulering og en udefrakommende dyadisk regulering.

Selvregulering finder både sted i et autonomt selvstyrende system i vores indre, som det ikke er muligt at styre - f.eks. at kroppen regulerer sig selv fysiologisk, og derudover som noget man kognitivt bevidst kan regulere - f.eks. behovsudsættelse, emotionsregulering m.m.

Den dyadiske regulering sker i det intersubjektive felt og kan ligeledes forekomme bevidst og ubevidst. Jeg forstår det sådan, at regulering kan finde sted mellem to mennesker via samtidig og gensidig synkronisering af f.eks. vejtrækning, som kan ske ubevidst, men også være et bevidst forsøg fra den ene part på at regulere den anden.

Jeg mener, at regulering i nogle tilfælde kan være første skridt på vejen til en affektiv afstemning. Andre gange vil det være nødvendigt at foretage en affektiv afstemning som første skridt på vejen til en regulering. Denne opfattelse underbygger, at disse begreber er tæt forbundne og svære at adskille. (Se diskussionsafsnit 5.1 for yderligere uddybning.)

2.1.8 Regulering relateret til denne case

Manuel er 'dobbeltskadet' på den bevidste del af sin selvreguleringsevne. Dels har han oplevet omsorgssvigt i sin barndom, som højst sandsynligt har medført, at han ikke har udviklet indre skemaer for, hvordan han kan regulere sig selv, både fysiologisk – i form af f.eks. behovsudsættelse, men også emotionelt. Ydermere er han diagnosticeret med alkoholdemens, som gør at selvreguleringsevnen svækkes, idet de kognitive funktioner i hjernen har taget skade (se afsnit 2.1.4).

Manuel har også en ADHD-diagnose og, som beskrevet i afsnit 1.1.3, påvirker dette hjernens evne til at regulere f.eks. opmærksomhed og adfærd ift. den situation han befinder sig i.

Men Manuel har regulering derfor været relevant på flere forskellige planer. Regulering i den udvalgte empiri, omhandler primært kognitiv regulering og emotionsregulering (se analysen afsnit 4).

2.1.9 Opsamling

Opsummerende skal regulering forstås som en iboende autonom egenskab, som vi besidder fra fødslen, samt noget der forekommer i et dyadisk samspil i det intersubjektive felt i bevidst eller ubevidst form, og derudover i form af menneskets selvreguleringsevne. Sidstnævnte udvikles og styrkes ved at indgå i en afstemt relation med en anden, både i spædbarnsstadiet og i en terapeutisk relation. Det er via musikalske parametre muligt at påvirke en reguleringsproces i det terapeutiske arbejde.

2.2 Affektiv afstemning

I de følgende afsnit vil jeg gøre rede for begrebet affektiv afstemning. Daniel Sterns forskning og forståelse af begrebet affektiv afstemning ligger til grund for min redegørelse, men andre forskeres synspunkter er inddraget som supplement i de tilfælde, jeg har fundet det relevant. I forbindelse med affektiv afstemning vil afstemningsmekanismer, vitalitetsformer og afstemningstyper kort blive berørt. Jeg vil relatere begrebet affektiv afstemning til den terapeutiske proces og musikterapi og slutteligt vil jeg tydeliggøre min egen opfattelse af affektiv afstemning og relatere begrebet til min case. Afsnittet afrundes med en opsamling.

2.2.1 Affektiv afstemning i Daniel Sterns forståelse

Affektiv afstemning er et begreb som blev udviklet af psykologen Daniel Stern i 1980'erne. Sterns udvikling af begrebet er funderet i forskning i form af observation af forældre-barn-relationen og det tidlige samspil mellem barnet og dets omsorgsperson. Stern mente ikke, at eksisterende begreber, såsom bl.a. spejling, intersubjektivitet og empati, kunne beskrive dette fænomen fyldestgørende og udviklede begrebet affektiv afstemning som supplement til allerede eksisterende begreber for, hvad det er der sker i dette samspil (Stern, 1985).

Stern opererer med nogle differentierede måder spædbarnet oplever sig selv på lige fra fødslen. Det gryende selv (fra 0 mdr.), kerneselve (fra 2-3 mdr.), det subjektive selv (fra 7-9 mdr.), det verbale selv (fra 15-18 mdr.), det narrative selv (fra 3 år). Affektiv afstemning begynder at udvikle sig samtidig med at barnet begynder at få en subjektiv opfattelse af sig selv, hvilket iflg. Stern sker omkring 7-9 mdr. alderen (Stern, 1985). Barnet begynder gradvist at forstå, at det har sit eget sind, sine egne tanker og følelser og at omsorgspersonen tilsvarende har sit eget indre.

Affektiv afstemning er en intersubjektiv udveksling af følelser. Stern (1985) definerer det på den måde at omsorgspersonen er i stand til at aflæse barnets følelsesmæssige tilstand og reagere adækvat på dette. Omsorgspersonen laver ikke en imitation af barnets handling, men en matching/afstemning af barnets følelsesmæssige tilstand. Barnet må være i stand til at aflæse denne reaktion hos omsorgspersonen, som noget der er relateret til barnets egen følelsesmæssige oplevelse for at den affektive afstemning har fundet sted.

Affektiv afstemning er således ikke en direkte spejling af det, barnet gør, men en måde at aflæse, forstå og fortolke barnets følelser på og returnere dem til barnet i en anden modalitet og på en måde så barnet oplever sine følelser set i omsorgspersonens perspektiv. Stern udtrykker det således: "Imitation gengiver form. Afstemning gengiver følelser." (Stern, 1985, s. 190).

Eksempler på en affektiv afstemning kan være et begejstret barn, der vifter med armene og siger glade lyde, som omsorgspersonen matcher ved f.eks. at klappe i takt til barnets armbevægelser. Eller et barn der ikke kan kravle, som strækker sig for at nå et stykke legetøj og til sidst får fat i det, mens omsorgspersonen

samtidig laver en lyd der stiger i lydstyrke og tonehøjde og ender med et begejstret udbrud på samme tid som barnet får fat i legetøjet.

Disse eksempler viser at barnets indre følelsesmæssige tilstand matches af omsorgspersonen i en anden modalitet og dermed opstår den affektive afstemning. Stern mener at denne evne hos barnet er medfødt: "Spædbørn synes altså at besidde en medfødt generel evne, der kan kaldes 'amodal perception' til at opfatte information der modtages i én sansemodalitet og på en eller anden måde oversætte den til en anden sansemodalitet" (Stern, 2000, s. 94).

Stern inddrager begrebet vitalitetsformer for at forstå affektiv afstemning idet han skriver: "affektiv afstemning er matching af vitalitetsformer" (Stern, 2010). Vitalitetsformer behandles senere i dette afsnit.

Afstemningsmekanismer

Stern analyserede videooptagelser af mor-barn-relationer og konkluderede på baggrund af dette samt på baggrund af specifikke spørgsmål til mødre, at affektiv afstemning ofte foregår ubevidst eller intuitivt i samspillet og at det dermed kan være svært at afdække, hvad det egentlig indeholder. Han prøvede derfor ud fra allerede udførte undersøgelser at identificere nogle mekanismer ved den menneskelige adfærd, som kan matches uden at de imiteres – nogle kvaliteter og egenskaber som kan overføres fra én modalitet til en anden uden at gå tabt. Han kom frem til det, han kalder afstemningsmekanismer, som er *intensitet*, *timing* og *form* i vores adfærd. Disse dimensioner kan matches uden direkte imitation i samværet med andre. Han analyserede dem herefter og kom frem til seks mere specifikke typer af matching: absolut intensitet, intensitetskontur, temporal takt, rytme, varighed, form (Stern, 2000), som jeg dog ikke vil beskrive yderligere, da det ligger udenfor rammerne af dette speciale.

Intensitet beskrev han som noget, der oftest sker, når der finder en matching sted mellem barnets fysiske adfærd og omsorgspersonens vokale adfærd. Det kunne være barnet der rytmisk slår en klods i gulvet, og moderen der matcher lydstyrken, hvormed klodsen rammer gulvet med sin stemme.

Med *tid* mener Stern en matching af "temporale mønstre på tværs af modaliteter" (Stern, 2010, s. 202). Det kunne være barnet der rytmisk slår en klods i gulvet, og moderen der matcher den rytmiske bevægelse via stemmen med lyde og pauser.

Form skal i denne sammenhæng forstås som en kvalitativ egenskab, modsat intensitet og tid som er kvantitative egenskaber. Stern referer til en undersøgelse fra 1979 af Meltzoff og Bortons, hvor spædbørn viste sig i stand til at overføre en taktil oplevelse af en sut med en særlig form til en visuel modus. Spædbørnene havde haft sutten i munden med bind for øjnene og da bindet blev fjernet, søgte deres øjne mod den sut med den særlige form, som de netop havde haft i munden.

Vitalitetsformer

Stern har relateret affektiv afstemning, til sin egen definition af begrebet vitalitetsformer (Stern, 2010). Han skriver at: "affektiv afstemning bygger på matching og deling af dynamiske vitalitetsformer på tværs af forskellige modaliteter" (Stern, 2010, s. 50). Han mener, at delingen af vitalitetsformer muligvis er den letteste og mest umiddelbare vej til et andet menneskes subjektive oplevelse.

Vitalitet skal i denne sammenhæng forstås som et udtryk for at være levende – en manifestation af liv (Stern, 2010), og som noget subjektivt mentalt skabt. Denne subjektive oplevelse må have en fysisk form, en bevægelse og foregå over tid, for på den måde at være dynamisk. Stern beskriver hvordan bevægelse, tid, kraft rum og intention/retningsbestemthed vil give en oplevelse af vitalitet (Stern, 2010). En dynamisk vitalitetsform kan således forstås som en oplevelse/følelse, der sker over tid og har en bevægelse, som f.eks. når noget opleves som brusende, svævende, aftagende osv. Stern beskriver det også således: "Vi oplever vitalitetseffekter som dynamiske skift eller strukturerede forandringer i os selv eller andre" (Stern, 2000, s. 205). Vitalitetsformerne udvikler sig også selv om det bare er over kort tid som f.eks. nogle sekunder.

Et eksempel på en udveksling af vitalitetsformer i en interaktion mellem det lille barn og en omsorgsperson kunne være at barnet sidder og slår et stykke legetøj i gulvet og omsorgspersonen siger "kaa" i en lang opadgående tone og "bom" i et faldende tonefald synkront med at barnets legetøj rammer gulvet. Eller at barnet lykkes med at putte den trekantede figur i klodsekassen der hvor den passer, hvorefter barnets ansigt lyser op i et smil og omsorgspersonen reagerer med at lyst "jaaa" og måske klapper i hænderne. I dette sidste eksempel matcher omsorgspersonen den vitalitetsfølelse barnet lige har udtrykt, og der er derfor tale om affektiv afstemning.

Fosha (2012) bringer også vitalitetseffekterne i spil ift. at spædbarnets vigtigste kommunikationsform er lig med følelsesmæssig kommunikation. Hun skriver, at vitalitetseffekterne kan forstås som afstemningsaffekter der både udtrykker afstemningen, men også er midlet til at opnå afstemningen. Med den forståelse får begrebet en flydende karakter og "egner sig godt til dyadisk koordinering og gensidig affektiv udveksling" (Fosha, 2012, s. 365). Helt kortfattet beskriver hun det således: "Vitalitetseffekter er for følelsesmæssig kommunikation hvad ord er for verbal kommunikation" (Fosha, 2012, s. 362).

Afstemningstyper

Sterns undersøgelser af mor-barn samspillet mhp. at observere affektiv afstemning i relationen, viste at samspillet ikke altid udmønter sig i en 'perfekt' afstemning af barnets vitalitetsfølelser. Han har derfor valgt at definere nogle afstemningstyper. Overordnet set mener han, at man kan kategorisere et forsøg på afstemning som enten en 'ægte afstemning' (også kaldet 'forenet afstemning'), hvor en ret nøjagtig afstemning af barnets indre tilstand finder sted eller en fejlafstemning, hvor barnets indre tilstand ikke matches enten tilsigtet eller utilsigtet (Stern, 2000).

Den tilsigtede fejlafstemning foretages bevidst af omsorgspersonen og kaldes derfor også en 'stemning' eller 'tuning'. Sidstnævnte kan have en direkte reference til musik, hvor man 'tuner' sit instrument for at få det til at lyde præcis som man gerne vil have det. Denne bevidste stemning kan enten være via at omsorgspersonen overmatcher eller undermatcher barnets vitalitetsfølelser for f.eks. at hæve eller sænke arousal. Dette definerer Stern som 'overafstemning' eller 'underafstemning' (Stern, 2010).

Den utilsigtede fejlafstemning kaldes også en 'ægte fejlafstemning' og opstår når omsorgspersonen enten ikke kan finde den samme indre tilstand, som barnet udviser eller når hun/han fejlbestemmer barnets udtryk uden at det var hensigten.

Et eksempel på en ægte fejlafstemning i relationen med Manuel er følgende: Han ligger i sengen, som han plejer. Jeg sidder på hans kontorstol, der kan rulle, ved siden af. Han spørger: "kan du ikke lige fange mig en cola". Colaerne står bag ved mig. Forud for ordvekslingen har vi lige været i et humor-fyldt rum, hvor han har refereret noget sjovt, han har sagt til de andre. Jeg tager denne humor med ind i dialogen og svarer:

”står der tjener på ryggen af mig” – en talemåde som jeg ved, han under normale omstændigheder ville grine af. Men af en eller anden grund, fanger han ikke humoren i min sætning og bliver stille og ’stiv’ i sit kropssprog og mumler ”det er også lige meget – det haster ikke”. Jeg opfatter lynhurtigt, at jeg har fejlfestmet mig med ham og beklager/forklarer verbalt og rækker ham colaen. Da dette brud er blevet repareret, siger han: ”Du er henrivende morsom” og fortæller videre om noget som ”du er den eneste, jeg har fortalt det her til”.

Dette er et godt eksempel på et brud i form af en ægte fejlfestmetning med en efterfølgende reparation. Fosha (2012) har skrevet om netop denne proces, og beskrevet hvordan brud og efterfølgende genopbygning er med til at gøre den positive affekt stærkere.

2.2.2 Affektiv afstemning i den terapeutiske proces

Affektiv afstemning som beskrevet i mor-barn-relationen, er et vigtigt element i det intersubjektive felt mellem klient og terapeut. Bl.a. skriver Susan Hart at ”alliancen mellem klient og terapeut er sammenlignelig med den afstemning der foregår i den ’sunde’ omsorgsperson-barn relation” (Hart, 2006a, s. 287). Hun går endda så langt som til at sige, at ”det er den gensidigt følelsesmæssige afstemning ml. klient og terapeut, der er behandlingen – hverken intellektuel eller emotionel indsigt eller følelsesmæssig udladning” (Hart, 2006a, s. 286). Ifølge Hart er affektiv afstemning omdrejningspunktet for at psykoterapi virker.

Stern skriver, at den terapeutiske relation slet ikke kan undgå at rumme vitalitetsformer og ”disse vitalitetsformer fra terapeutens side fungerer ligesom mødres affektive afstemning i forhold til deres spædbørn” (Stern, 2010, s. 153). Han fremhæver bl.a. terapeutens tale (eller vokaliseringer) i terapien som værende righoldig mht. vitalitetsdynamik. Det kan være måden terapeuten udtaler et ”ja” eller et ”aha” eller et ”okay” på (se yderligere afsnit 2.2.3).

Stern nævner at nogle forskere har draget paralleller mellem fejlfestmetninger til det der kaldes en ’negativ terapeutisk relation’. ”En negativ terapeutisk reaktion referer f.eks. til de paradoksale kliniske situationer, hvor en fortolkning, der meddeles en patient, gør denne dårligere snarere end bedre til trods for at dokumentation underbygger rigtigheden af tolkningen” (Stern, 2000, s. 270). Han stiller dog spørgsmålstegn ved den direkte parallel, men mener at fejlfestmetninger som beskrevet ovenfor finder sted i den terapeutiske relation såvel som forenede afstemninger. Forrige afsnit indeholder mit eget eksempel på en fejlfestmetning. Analysen indeholder eksempler på forenede afstemninger.

2.2.3 Affektiv afstemning i musikterapi

Ifølge Stern (2010) er affektiv afstemning matching af vitalitetsformer og vitalitetsformer ligner i form og udførelse meget det, vi kender fra musikalske dynamikker, f.eks. crescendo og diminuendo. Da vitalitetsformer ydermere ofte er nonverbale, har Stern relateret begrebet til de elementer, der bruges i improvisation i musikterapi bl.a. matching og empatisk improvisation, som er to af Wigram’s improvisationsbegreber, jeg bruger (Wigram, 2004). Matching bliver her beskrevet som en empatisk metode, hvor den musik, terapeuten producerer, er en respons til klienten. Jeg har forsøgt at anvende matching i andre modaliteter end den musikalske, f.eks. via tonefald, stemmestyrke m.m. Empatisk improvisation er ifølge Wigram introduceret i musikterapeutisk arbejde af Juliette Alvin og er en meget empatisk teknik, som ikke har til formål at ændre følelser eller adfærd hos klienten, men blot at spille de følelser som terapeuten fornemmer hos klienten. Det er i denne forståelse jeg har brugt begrebet i

improvisationen i afsnit 4.3.1 og den ene improvisation i afsnit 4.3.3. Andre begreber fra musikterapeutisk improvisation refererer også til affektiv afstemning, men ovennævnte er de to vigtigste ifm. denne case.

I lyset af denne teoretiske forståelse er der således rig mulighed for at foretage affektiv afstemning i musikterapi på flere forskellige måder via et verbalt og/eller musikalsk udtryk.

Som nævnt i foregående afsnit er det også muligt at foretage affektiv afstemning ved stemmebrug. Alene måden terapeuten responderer på med "okay", "ja", "hmm" og bruger afstemningsmekanismerne intensitet, timing, og form i måden at udtrykke dette lille ord på indeholder vitalitetsdynamik og vitalitetsform, som igen er med til at foretage en afstemning af klienten. Begreberne fra musikalsk improvisation kan integreres her, således at der i måden terapeuten svarer på kan rummes en matching en grounding, et oplæg til dialog osv.

2.2.4 Min forståelse af affektiv afstemning

Jeg deler som udgangspunkt Sterns opfattelse af at affektiv afstemning ikke bare er en imitation, at affektiv afstemning ofte sker intuitivt og ubevidst samt at affektiv afstemning kan forstås som en resonans af en andens følellestilstand. Jeg forstår affektiv afstemning som noget, der sker, når man som terapeut er til stede i relationen med nærvær, opmærksomhed og empati. Samtidig mener jeg, at man kan foretage en bevidst affektiv afstemning, når man som terapeut er opmærksom på at matche sin klient via musik, kropssprog m.m. (se afsnit 2.2.5).

Jeg mener, at affektiv afstemning er et vigtigt redskab ift. at skabe en tryk og sikker relation til klienten.

Jeg er af den overbevisning, at hvis du som barn ikke bliver mødt med affektiv afstemning, bliver du heller ikke følelsesmæssigt udviklet i samme grad senere i livet, da dette primært sker hvis affektiv afstemning med omsorgspersonen er til stede. Det er dog vigtigt for mig at sige, at ethvert menneske udvikler sig individuelt og nogle børn vil kunne tolerere mere eller mindre manglende affektiv afstemning end andre. På grundlag af min (teoretiske) viden på dette område, mener jeg, at affektiv afstemning i en voksen (terapeut)relation, kan være med til at udvikle klienten følelsesmæssigt. Det som Susan Hart kalder at 'blive limbisk kendt' (Hart & Bentzen, 2005; Hart, 2012).

2.2.5 Affektiv afstemning relateret til denne case

Klienten i denne case har en ringe selvregulerings evne både qua sin opvækst i et voldeligt og alkoholiseret hjem, men også i kraft af sine mange diagnoser. Han er højst sandsynligt ikke blevet afstemt affektivt i et omfang, som har gjort ham i stand til på længere sigt at regulere og håndtere sine emotioner. Derfor kan en oplevelse af at blive affektivt afstemt i den terapeutiske relation, være med til at styrke (gen)opbygningen af hans evne til selvregulering.

Affektiv afstemning i denne case hviler på det ovenfor skitserede teoretiske grundlag, men affektiv afstemning med en voksen mand optræder ikke på samme måde som eksemplerne fra spædbarnsforskningen. Den affektive afstemning må finde sted på en måde som virker naturlig i vores terapeutiske voksen-relation. Dette kan bl.a. ske gennem, at jeg afstemmer mig i forhold til hans tonefald, hans tempo, hans gestik eller at jeg indgår i en tekstimprovisation med ham, hvor vi via turtagning skiftes til at improvisere over det, der fylder hos ham. Affektiv afstemning kan også være, at jeg improviserer over en sindstilstand han har fortalt mig om, hvilket nærværende casestudie omhandler (se afsnit 4.3.1 og 4.3.3).

2.2.6 Opsamling

Opsummerende skal affektiv afstemning forstås som noget der sker bevidst og ubevidst i det dyadiske samspil mellem omsorgsperson og barn, og som kan overføres til det terapeutiske arbejde mellem klient og terapeut. Affektiv afstemning skal forstås som matching af vitalitetsfølelser. Formen på en vitalitetsfølelse kan ligne musikalske udtryk, hvorfor affektiv afstemning er oplagt at fokusere på i det musikterapeutiske arbejde, da redskaberne til at foretage en afstemning ligger implicit i en musikterapeuts arbejde. Affektiv afstemning er vigtig for vores følelsesmæssige udvikling. "Gensidigt afstemte synkroniserede interaktioner er fundamentale for en sund affektiv udvikling hos barnet" (Schore, 2006a, s. 172).

Affektiv afstemning kan være svært at adskille fra andre processer i det dyadiske samspil: "affektiv afstemning er ofte indlejret i andre adfærdsformer i en sådan grad, at det er svært at finde forholdsvis rene eksempler" (Stern, 2000, s. 188), og derudover sker affektiv afstemning ofte i ganske korte sekunder (Fosha 2012).

2.3 Afgrænsning

Denne undersøgelse omhandler de to begreber affektiv afstemning og regulering. Da de er tæt knyttet til andre begreber og teorier har det været nødvendigt at foretage en afgrænsning. Jeg vil således ikke behandle andre begreber der ligger tæt op ad de to undersøgte begreber nemlig:

Matching, synkronisitet, spejling, spejlneuroner, empati, intersubjektivitet, mentalisering, mødeøjeblikke og kommunikativ musikalitet.

Jeg har valgt at belyse affektiv afstemning og regulering ud fra et udviklingspsykologisk perspektiv. I den forbindelse har jeg fravalgt det traditionelle psykoanalytiske syn på en udviklingsproces, som er baseret på voksnes erindringer om, hvordan det var at være barn, og tilvalgt det udviklingspsykologiske syn der er baseret på observationer af spædbørn og samspillet mellem dem og deres omsorgspersoner.

Derudover har jeg også i denne undersøgelse fravalgt at komme nærmere ind på følgende teorier, som også kunne være relevante at inddrage:

Tilknytningsteori, neuroaffektiv udviklingspsykologi, polyvagal teori, emotionsregulering som selvstændigt forskningsfelt og psykobiologi.

Ligeledes vil undersøgelsen ikke indeholde en negativ case-analyse idet jeg kun inddrager empiri der indeholder affektiv afstemning og regulering.

2.4 Opsummering af teori

Jeg har i dette afsnit redegjort for begreberne regulering og affektiv afstemning primært på baggrund af spædbarnsforskning og udviklingspsykologi. Jeg har skitseret, hvordan jeg selv forstår disse begreber og jeg har relateret dem til musikterapi generelt og til nærværende case specifikt.

Jeg har prøvet at beskrive begge begreber hver for sig, og jeg har således forsøgt at afgrænse begreberne for at gøre beskrivelsen af dem hver for sig skarpere. Dette kan fremstå som en lidt firkantet og rigid opfattelse af begreberne, og det er derfor vigtigt at pointere, at i praksis er disse to begreber så tæt forbundet at en egentlig opdeling af begreberne hver for sig oftest er svært at foretage. Fosha har tydeligt beskrevet, hvordan affektiv afstemning og regulering er tæt forbundet: "Affekttilstande reguleres dyadisk

via variation i stemmen, rytme, timing, blik, berøring” (Fosha, 2012, s. 362). (Se afsnit 5.1 for diskussion af dette.)

Det er i ovenstående gennemgang af disse begreber blevet klart at både affektiv afstemning og regulering spiller en vigtig rolle i spædbarnets udvikling, men også i den terapeutiske relation.

3. Metode

I dette afsnit vil jeg gøre rede for den videnskabsteoretiske baggrund for undersøgelsen. Jeg vil gøre rede for de enkelte elementer af undersøgelsens design og jeg vil beskrive rammerne vedr. analysens metode. Afsnittet afsluttes med en opsummering.

3.1 Videnskabsteoretisk baggrund

Denne undersøgelse er et teoretisk funderet projekt, idet formålet er at undersøge og forstå praksis via teorier og metoder (Rienecker & Jørgensen, 2019), med fokus på to specifikke teoretiske begreber, som de er oplevet og forstået i en interpersonel terapeutisk sammenhæng.

Undersøgelsen ligger indenfor den humanistiske videnskabsteori, idet formålet er at forklare, fortolke og forstå det menneskelige subjekt, dets produkter og ytringer (Sonne-Ragans, 2012/2013). I den humanistiske videnskab forsøger mennesket at forstå sig selv ved at lære af f.eks. følelser som andre har udtrykt via musik og billeder m.m. Den humanistiske videnskab er en idiografisk videnskab idet den ideografiske tilgang giver mulighed for at beskrive, fortolke og forklare et givent fænomen: "studier der fokuserer på flere forekomster eller tilfælde af et fænomen i relation til en enkelt datakilde" (Wheeler, 1995).

Mit videnskabssyn er delvist funderet i den konstruktivistiske tilgang i forståelsen: at virkeligheden er det der skabes i interaktionen mellem mennesker, og at viden produceres i denne interaktion. Dermed bliver viden relationel og interaktiv (Rienecker & Jørgensen, 2019). I en konstruktivistisk forståelse er det muligt at definere ting, der ikke kan observeres via begreber. Som f.eks. i nærværende undersøgelse hvor affektiv afstemning og regulering forsøges observeret, undersøgt og defineret via en forudgående teoretisk forståelse. Jeg er også delvist funderet i det subjektivistiske synspunkt idet den subjektivistiske orienterede teori baseres på at "virkeligheden afhænger af måden den defineres, tolkes og opleves på af subjektet" (Rienecker & Jørgensen, 2019, s. 209). Da undersøgelsen er autoetnografisk (se afsnit 3.2), er det mig som undersøger der er subjekt for oplevelserne og tolkningen af de inkluderede begreber.

3.2 Forskningsdesign

I dette afsnit vil jeg redegøre for elementerne af denne undersøgelses design, som udgør et eksplorativt single-casestudie foretaget på et autoetnografisk grundlag med en deduktiv tilgang.

Eksplorativ forskning undersøger interaktioner og processer og er kendetegnet ved at lave dybtgående analyser ud fra et righoldigt datamateriale (Ridder & Bonde, 2014). Denne type undersøgelser er typisk med få deltagere, således at det er muligt at gå i dybden med materialet. Nærværende undersøgelse ligger indenfor det eksplorative felt.

Casestudiet som forskningsdesign gør det muligt at udforske et udvalgt fænomen empirisk (Ramian, 2012). I dette tilfælde er 'fænomenet' begreberne affektiv afstemning og regulering. Et casestudie udforsker det/de udvalgte fænomener i den kontekst, hvor det/de opstår. I dette tilfælde i terapisituationen på Manuels værelse. Der bruges forskellige datakilder i et casestudie. I dette tilfælde audio-optagelser, logbogsnotater og heuristisk interview. Et casestudie kan defineres således: "Casestudiet er en strategi til empirisk udforskning af et udvalgt nutidigt fænomen i dets naturlige sammenhæng ved anvendelse af forskellige datakilder, der case for case kan anvendes i en bevisførelse" (Ramian, 2012, s. 16). Da nærværende undersøgelse er et single-case studie, vil det ikke være muligt at undersøge ligheder og forskelle fra case til case således som der lægges op til i ovenstående definition. Casestudiet som

forskningsdesign er særligt anvendeligt til at udforske klinisk praksis og til at tage udgangspunkt i og forholde sig til kontekst, hvorfor det anses som særligt relevant ift. musikterapiforskning (Ridder & Bonde, 2014).

Undersøgelsen er deduktiv, da jeg på forhånd har bestemt mig for nogle begreber, som jeg gennemser mit datamateriale ud fra mhp. at finde eksempler, der kan skabe forståelse for og forklare disse begreber. Den deduktive undersøgelsesmetode er en top-down metode, hvor der tages udgangspunkt i teorier (i dette tilfælde teorien om begreberne affektiv afstemning og regulering) og data analyseres ud fra denne teori om og forståelse af begreberne. Min forudgående beslutning om at undersøge disse begreber giver mig et perspektiv ud fra hvilket jeg anskuer begreberne, derfor arbejder jeg deduktivt.

Undersøgelsen er foretaget på et autoetnografisk grundlag, idet det er en case hvor jeg har været terapeut og hvor jeg samtidig undersøger empirien. Autoetnografi betyder at man som forsker bruger sig selv til at undersøge forskningsfeltet. Dette vil blive kritiseret i afsnit 6.1.

3.3 Metode

I dette afsnit vil jeg kort beskrive den kvalitative forskningsmetode og den hermeneutiske tilgang til analysen. Derudover vil jeg beskrive og gøre rede for den analysemodel der ligger til grund for denne undersøgelse.

3.3.1 Kvalitativ metode

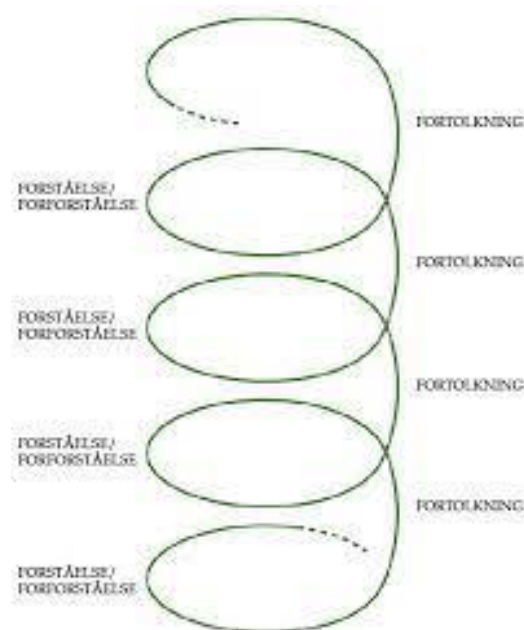
Den kvalitative måde at forske på rummer muligheder for at opnå viden som ikke er målbare og ikke kan kvantificeres således som det er muligt i den kvantitative forskning (Brinkmann & Tanggaard, 2015). Kvalitativ forskning har fokus på at undersøge et fænomen eller en proces og kan f.eks. bruges til at afdække mønstre eller få en større forståelse for, hvordan specifikke fænomener opleves hos mennesker. Den kvalitative forskningsmetode går i dybden med et smalt udsnit af den virkelighed, der undersøges (Rienecker & Jørgensen, 2019). Dette karakteriserer denne undersøgelse, som netop handler om at få en større forståelse for to specifikke begreber. (Se afsnit 6.1 for kritik af den kvalitative metode.)

3.3.2 Hermeneutik

Jeg bruger en hermeneutisk fremgangsmåde i min analyseproces. Hermeneutikken er udviklet af filosofen Hans-Georg Gadamer i det 20. århundrede. Oprindeligt drejede hermeneutikken sig udelukkende om forståelse af tekster, men Gadamer udvidede hermeneutikken til også at omfatte menneskelig forståelse. Hermeneutikken betegnes som en fortolkningsvidenskab, der giver mulighed for at skabe mening og forståelse gennem en fortolkningsproces (Gadamer, 2007).

Et centralt begreb er den hermeneutiske spiral (se figur 2), som beskriver en proces der gentages flere gange med ønsket om at opnå større forståelse af de fænomener der undersøges. I denne proces bevæger forskeren sig frem og tilbage mellem en forståelse af enkeltdele og en forståelse af helhed. Ifølge hermeneutikken opstår forståelsen af det der undersøges i samspillet mellem del og helhed. I denne cirkulære proces indgår der løbende en fortolkning (Aigen, 1995; Sonne-Ragans, 2012/2013). I processen må forskeren hele tiden være opmærksom på sin forforståelse af det der undersøges, i det denne påvirker forskerens fortolkning af det der opleves og undersøges.

Denne bevægelse mellem helheden og enkelte dele gør sig gældende i min analysemetode. Jeg ønsker at tilegne mig en større forståelse af begreberne affektiv afstemning og regulering. For at udvide min forståelse af disse begreber, bliver jeg ved med at vende tilbage til klippene og hører dem igen og igen for at opnå en bedre forståelse af helheden i hvad affektiv afstemning og regulering er. Derudover fortolker jeg de enkelte markører igen og igen i takt med at jeg opnår dybere forståelse for begreberne.



Figur 2, Den hermeneutiske spiral

3.3.3 Analysemetode

I det følgende vil jeg gøre rede for hvordan udvælgelsen af empiri fandt sted. Jeg vil beskrive, hvilke trin analysen bestod af, hvordan markørerne til analysen blev udviklet samt beskrive det heuristiske interview som en del af analysemetoden.

Udvælgelse af empiri

Mit praktikophold gav mig et rigt datasæt, der kunne bruges som grundlag for udvælgelsen af empiri til denne undersøgelse (se afsnit 1.1.1). Data i form af audiooptagelser, dagbogsnotater m.m. er blevet gennemgået mhp. på at finde og udvælge steder i sessionerne, hvor affektiv afstemning og regulering er umiddelbart fremtrædende, som grundlag for overvejelserne omkring hvilken empiri, der skulle udtages til nærmere analyse.

I forbindelse med udvælgelsen af empiri, var der mange overvejelser om, hvilke data, der skulle udvælges til den empiriske analyse. Et vigtigt kriterie var at vælge data som samlet set ville give et bredt billede af, hvordan affektiv afstemning og regulering kunne finde sted på forskellig måde og i forskellig kontekst. På baggrund af denne overvejelse, blev der udvalgt klip, som indeholder forskellige typer af interaktioner, f.eks. fælles improvisation, tegning til musik m.m.

Det var derudover et vigtigt kriterie at udvælge klip, hvor det er tydeligt, at der er en reaktion og/eller sker en forandring med og hos Manuel, som ikke sædvanligvis finder sted, f.eks. at han udtrykker sig om sine følelser og hvordan han har det på en anden/ny måde. Ydermere var der fokus på steder i sessionerne, hvor musikken bliver medskaber eller facilitator af en regulering eller en affektiv afstemning. Slutteligt var terapeutens rolle i interaktionen en vigtig faktor i udvælgelsesprocessen, samt det at jeg oplever, at der sker noget nyt i vores terapeutiske arbejde.

Efter gennemgang af data på grundlag af ovenstående overvejelser, blev der udvalgt empiri fra tre forskellige sessioner. Fra to af sessionerne er der medtaget 2 audioklip, fra en session er der medtaget 1 audioklip. Dette giver i alt 5 audioklip fra 3 sessioner. For at imødekomme kriteriet om et bredt udsnit af interaktioner indeholder ovenstående fem klip forskellige typer af musikalsk aktivitet. Flere af klippene har verbal kommunikation inkluderet før eller efter den musikalske interaktion.

Mikroanalysens trin

Forud for igangsættelse af analysen blev forskellige analysemetoder studeret (se afsnit 6.1 for uddybning), for at afgøre om de var relevante ifm. denne undersøgelse. Indenfor kvalitativ forskning er det tilladt for hver enkelt forsker at designe en særlig tilgang til at behandle og analysere data, baseret på undersøgelsens fokus og formål (Bruscia, 1995). Da ingen eksisterende analysemetoder umiddelbart fandtes brugbare (se afsnit 6.1 for kritik af dette), blev en passende metode udviklet af undertegnede under kyndig ekstern vejledning. Metoden kan karakteriseres som en mikroanalytisk metode, idet empirien opdeles og analyseres i mindre bidder. Mikroanalyse er et vigtigt redskab til at undersøge klinisk praksis og på den måde blive mere bevidst om selv små ændringer i relationen, både musikalsk og emotionelt. Metoden giver mulighed for at undersøge, forstå og definere minimale oplevelser i interaktioner mellem mennesker eller i musik (Wosch & Wigram, 2007).

Som beskrevet i 3.3.3 blev der udvalgt klip, hvor det umiddelbart virkede som om, der var momenter med enten affektiv afstemning eller regulering til stede. Således var alle klip allerede inden analysens start gennemlyttet et antal gange. Til aflytning, klipning og redigering af lydfiler er onlineprogrammet 'Ocenaudio' brugt (www.ocenaudio.com). Tidsangivelserne i de inkluderede klip er baseret på aflytninger i dette program.

Første trin i analysen var udvikling af en grafisk oversigt af hvert klip, for på den måde at danne et visuelt overblik over, hvad der sker hvornår i klippene. De grafiske oversigter blev konstrueret som et liggende søjlediagram med tidsinterval på x-aksen og indholdsoversigt på y-aksen. Herefter fulgte transskription af indholdet af de udvalgte klip (se bilag 5), som blev grundlaget for den visuelle oversigt i søjlediagrammerne.

Analysen bestod herefter af flere trin, hvoraf nogle af dem blev gentaget. Således er analysemetoden en hermeneutisk cirkel som beskrevet i 3.3. De trin, der blev gentaget, indtil analysen af data ikke længere viste noget nyt, var følgende:

- * gentagne gennemlytninger af lydclip i samlet længde
- * gentagne gennemlytninger af udvalgte/interessante dele af de enkelte lydclip
- * beslutning om hvilke sekunder der udtages til nærmere analyse
- * beslutning om disse udvalgte sekunders type af markør

Markører

Da undersøgelsens problemformulering omhandler de to begreber affektiv afstemning og regulering, var det en selvfølge at lave to markører, der hedder **affektiv afstemning** og **regulering**. Disse var således en del af analysens gennemlytninger fra begyndelsen. Undervejs opstod der behov for at have andre markører. Det at Manuel fra tid til anden gjorde noget, han ellers ikke plejer, fandt jeg interessant ifm. at undersøge,

hvordan affektiv afstemning og regulering opleves i det terapeutiske arbejde med ham. Derfor opstod markøren **her gør klienten noget på en anden måde end han plejer**. Derudover blev det via gennemlytningerne klart, at jeg som terapeut sagde eller gjorde ting, som tydeligvis var baseret på min viden om Manuel og hans måde at være og reagere på. Det mundede ud i markøren **erfaringsbevidst terapeutisk handling**, som dog undervejs i processen har heddet noget andet. Til sidst var der brug for at markere interaktioner som jeg fandt vigtige, som jeg ikke umiddelbart kunne placere i nogle af ovenstående markører - **vigtig interaktion**. Det skulle dog vise sig, at en del af disse markører nåede at skifte farve undervejs til enten affektiv afstemning eller regulering i takt med at jeg foretog flere gennemlytninger og blev mere skarp på definitionen og indholdet af de to begreber. Markørernes farver har ingen betydning og blev valgt på grundlag af, at det skulle være fem farver der tydeligt skilte sig ud fra hinanden for at overskueliggøre det visuelle udtryk.

Heuristisk metode

I forbindelse med analysen af to af de inkluderede improvisationer er der blevet foretaget et heuristisk interview med undertegnede af vejleder. Oplevelsen af den improvisation der ikke blev foretaget heuristisk interview over ('Sumpen'), stod mere klart i min erindring. En heuristisk metode er en metode, som hjælper en til at udforske og blive bevidst om ting ved at evaluere de erfaringer, man har gjort sig. Ordet heuristik kommer af græsk 'heuriskein', som betyder at opdage eller at finde (Kirkeby, 2021). Således skulle det heuristiske interview medvirke til, at jeg dels fik genskabt erindringen om, hvad der skete i de udvalgte improvisationer, men også fik et dybere indblik i, hvorfor jeg spillede som jeg gjorde, hvad jeg følte undervejs, hvordan Manuel reagerede osv. Begge interview er transskriberet og ses i bilag 6. Disse interview viste sig at blive et godt redskab ifm. analysen, da der via spørgsmålene dukkede erindringer og følelser op, som jeg ikke havde kunnet genskabe ved egen refleksion.

3.4 Opsummering

Denne kvalitative undersøgelse er et eksplorativt casestudie med en deduktiv undersøgelses metode. Undersøgelsen er endvidere autoetnografisk idet terapeut og forsker er én og samme person. Analysen er tilgået hermeneutisk og analysemetoden med tilhørende markører er udviklet specifikt til denne undersøgelse.

4. Empiri og analyse

I dette kapitel vil jeg præsentere den empiri, der er genstand for analysen. Først vil jeg redegøre for min forforståelse ift. denne undersøgelse. Dernæst vil jeg give en kort oversigt over de udvalgte klip, der indgår i analysen. Efterfølgende præsenteres hvert udvalgt datasæt separat, med en beskrivelse af konteksten omkring datasættet og til sidst analyseres de udvalgte data. Jeg vil herefter tolke udvalgte markører fra analysen og afslutte hvert datasæt med en opsummering. Kapitlet afrundes med en opsummering af præsentationen, analysen og tolkningen af empiri.

4.1 Forforståelse

Min forforståelse ift. denne undersøgelse er den implicitte viden jeg har om Manuel og det terapeutiske forløb jeg har haft med ham. Mine audiooptagelser, notater, erfaringer og den supervision jeg har fået undervejs i forløbet, er min forudgående kliniske forståelse af ham, der kan påvirke min måde at anskue empirien på i analyseprocessen. Denne integrerede viden jeg har, påvirker det jeg hører i audioklip og dermed min analyse (se evt. afsnit 6.3 for kritik af dette). Disse kliniske erfaringer er det jeg i denne undersøgelse forsøger at forholde mig til i et forskningsmæssigt perspektiv.

4.2 Oversigt over inkluderet empiri

Som beskrevet i afsnit 3.3.3 består den udvalgte empiri af i alt 5 audioklip fra 3 sessioner. Samtlige audioklip er transskriberet i deres fulde længde og ses i bilag 5. Herunder ses et overblik over de udvalgte klip, med angivelse af hvilken session de stammer fra samt titler der referer til indholdet og tidsangivelse på klippenes længde:

Session 18 – Aldrig tilbage igen

1. klip, 2:07

Session 21 – Lyse nætter

1. klip, 3:22

2. klip, 3:06

Session 25 - Sumpen

1. klip, 10:42

2. klip, 2:43

For at give et overblik over klippenes indholdsmæssige diversitet ses herunder en oversigt over det primære indhold i de fem klip:

Session 18 – Aldrig tilbage igen

1. klip:

En improvisation spillet af terapeuten, men som igangsættes og stoppes af klienten

Session 21 – Lyse nætter

1. klip:

En sang spillet og sunget af terapeuten med formål at regulere klienten kognitivt

2. klip:

En fælles stemmeimprovisation over denne sang

Session 25 - Sumpen

1. klip:

En improvisation spillet af terapeuten, som klienten tegner til

2. klip:

En improvisation spillet af terapeuten over en specifik del af ovenstående tegning

4.3 Analyse

I det følgende vil hver session med tilhørende empiri have sit eget underafsnit. I hvert afsnit præsenteres den session, hvorfra jeg har udvalgt det/de klip, der skal analyseres. Jeg vil give et overblik over hele sessionen både grafisk og verbalt. Den grafiske oversigt består af et diagram hvor det enkelte klip er sat op på en tidslinje med et nærmere bestemt tidsinterval (x-aksen) og en oversigt over, hvad sker indenfor det pågældende tidsinterval (y-aksen). Fire af de fem grafiske oversigter har en tidsmæssig inddeling på overordnet 20 sekunder med 2 sekunders underinddeling, men én af de grafiske oversigter har en anden tidsinddeling pga. klippets længde - 1 minuts intervaller med underordnede 7,5 sekunders intervaller. Dette gør at de grafiske oversigter ikke alle er direkte visuelt sammenlignelige idet angivelsen af f.eks. en pause i det sidstnævnte klip vil se kortere ud end en pause i de andre fire klip.

Indholdet af det der vises i den grafiske oversigt, bliver også beskrevet verbalt.

Herefter vil jeg gå ind i en nærmere analyse af klippet/klippene, hvor jeg undersøger udvalgte detaljer fra hvert klip. Disse vil være markeret i den grafiske oversigt via fastlagte markører med forskellige farver,

De markører jeg bruger i min grafiske oversigt (se afsnit 3.3.3 for beskrivelse af udviklingen af disse) til at tydeliggøre, hvornår der sker noget, der kræver nærmere analyse, har jeg valgt at farvekode på følgende måde:

Lyseblå = Vigtig interaktion (verbalt, musikalsk eller en pause)

30

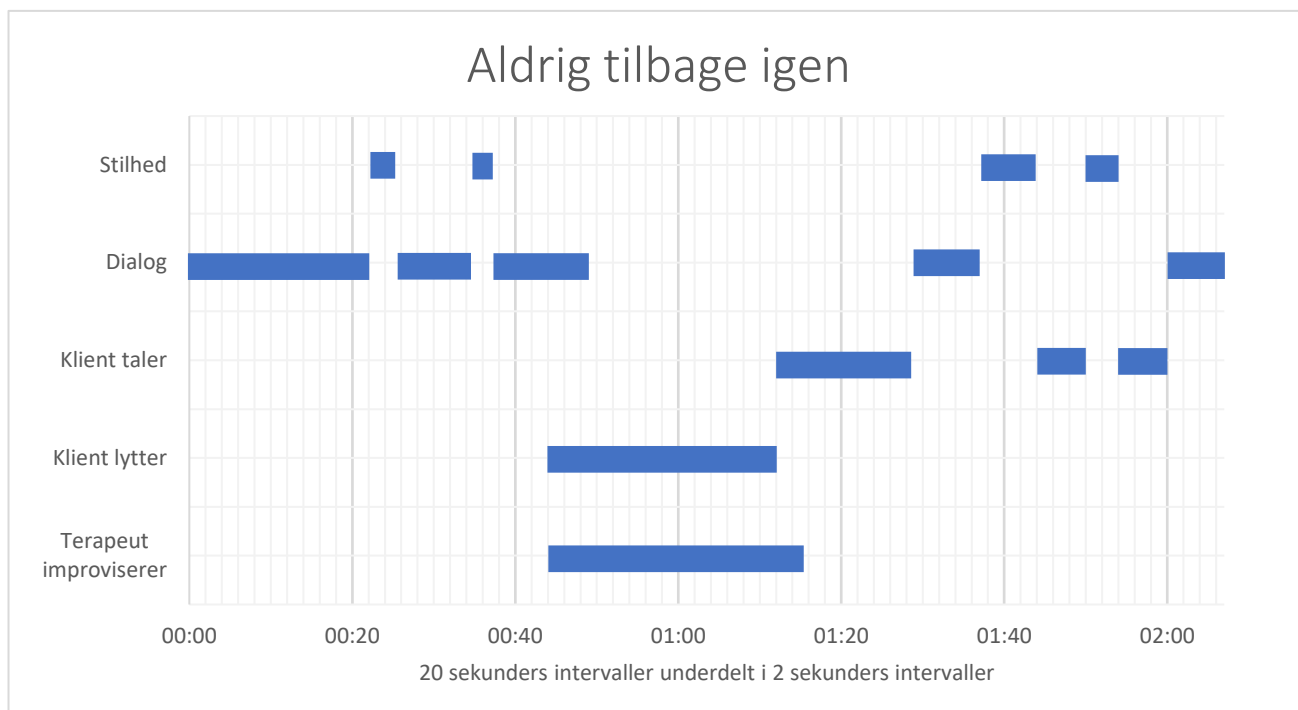
I begyndelsen af sessionen fortæller Manuel om en drøm, han har haft om natten. Vi snakker lidt om, at han ikke rigtig gider noget i dag, og at det er nemmere at blive i sengen, for så skal man ikke forholde sig til verden og til andre. Jeg synger Jutlandia og spiller guitar til. Manuel laver på eget initiativ en 2. stemme til sangen, hvilket han efterfølgende kommenterer på og lyder glad over. Det inspirerer ham til at små-synge en anden Kim Larsen sang, som jeg understøtter med at lave puls på guitaren til. Derefter refererer han til nattens drøm, som fik ham til at tænke på hans ophold på Blå Kors i Hobro, hvor han følte, han *ikke* skulle stå til regnskab for nogen. Jeg spørger, om han synes, han skal det her. Det får ham til at begynde på at snakke om, hvad de andre tænker om ham, og han kommer med konkrete eksempler på, hvad de andre har sagt og gjort.

Inden dette klip starter har Manuel i 9 minutter talt om, hvordan de andre er, og han har fået kørt sig selv fast i de negative tanker, hvilket jeg også italesætter. Han sætter selv ord på, at det æder ham op.

Klip starter her

Klippet starter med nogle udtalelser fra Manuel for at tydeliggøre, hvilket sindsstemning han er i. Jeg foreslår ham at få det ud ved at spille på keyboardet. Han svarer, at det kan han ikke. Alligevel siger han, at jeg skal "træde den sidste tangent til venstre" (se bilag 5.1). Det gør jeg og spørger, om det er sådan, han har det. Det svarer han ja til, og jeg vælger at fortsætte i en improvisation, som jeg tror afspejler hans indre tilstand. Undervejs i improvisationen laver jeg bevidst små pauser for at give ham mulighed for at byde ind verbalt eller på anden måde, men når der ikke kommer noget udspil fra ham, fortsætter jeg. I én af disse pauser siger han pludselig: "Og så den sidste", hvorefter jeg spiller den samme tone, som vi startede på. Herefter siger han: "Og så er jeg gået. Så kommer jeg aldrig tilbage igen". Dette bliver improvisationens titel. Jeg italesætter at det er hans 'nu-og-her-følelse' jeg har spillet, hvilket han svarer "ja" til. I slutningen af klippet begynder han at tale om nogle digte, han har skrevet. Jeg har taget denne del med i klippet for at illustrere, at der er sket en forandring med Manuel i løbet af det, der sker i dette klip.

Herunder ses en grafisk oversigt over det der sker i klippet:

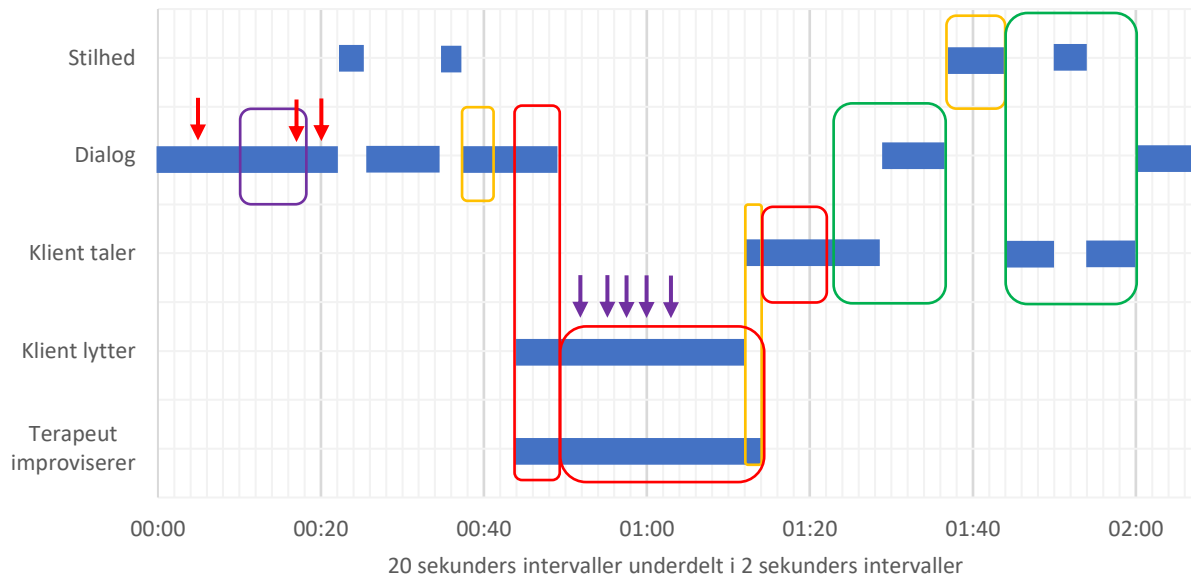


Efter improvisationen er han tydeligvis kommet ud af det negative tankesæt. Efter en tænkepause og et verbalt tilløb, hvor han prøver at få formuleret det, han gerne vil sige, læser han nogle digte op, han selv har skrevet. Efter digtoplæsning vender han tilbage til det med drømmene. Som afslutning på dagens session snakker vi om, hvad musik kan, og hvordan han kan bruge det. Så siger han "Jamen musik har reddet min røv. Musik er skyld i, at jeg eksisterer. Den er ikke længere." Og til sidst: "Ja ja. Men det er godt nok. Du har gjort mig glad, som du plejer at ku'."

Analyse

I det følgende vil jeg arbejde ud fra de markører der er skitseret i 4.3. Det diagram der viser, hvad der sker i klippet hvornår, bliver i det følgende analyseret ved at angive hvilke markører, der er relevante på hvilke tidspunkter. Efterfølgende beskriver og forklarer jeg disse markører i rækkefølge som de optræder tidsmæssigt startende fra venstre i diagrammet. Udvalgte markører tolkes inden opsummeringen.

Aldrig tilbage igen



Røde ↓ 1 - 2 - 3 - (0:05 + 0:17 + 0:20)

Beskrivende: Hans betoning på OPfører (0:05) i sætningen: "Så opfører I jer moderne" og min betoning på LYD (0:17) i sætningen "men bare som lyd" samt hans ord ÉN (0:20) i sætningen "én over bassen", ligger utrolig tæt op ad hinanden i tryk, betoning og intonation.

Forklarende: Jeg forstår disse tre enslydende stavelser som, at der sker en ubevidst dyadisk afstemning.

Lilla □ 1 – (0:10 - 0:18)

Beskrivende: Jeg opfordrer ham til at spille sin følelse på keyboardet, og jeg siger helt bevidst, at det skal være som en sang, der ikke eksisterer.

Forklarende: Det gør jeg, fordi jeg har erfaret, at han helst vil spille sange, han kender og selv kan spille, hvorfor jeg hidtil ikke har kunnet få ham til at improvisere. Så med min viden og mit kendskab til ham, prøver jeg på denne måde at få ham til at improvisere uden at bruge ordet improvisere.

Orange □ 1 – (0:37 – 0:41)

Beskrivende: Han siger, hvad jeg skal spille på keyboardet. Det har han aldrig gjort før. Hans stemme er fast og sikker.

Forklarende: Det er tydeligt, at han ved præcis, hvad han gerne vil have, jeg skal gøre, hvilket er ret interessant, fordi han forud har sagt, at han ikke kan spille, hvordan han har det.

Rød ☐ 1 – (0:44 – 0:49)

Beskrivende: Jeg spiller den tone, han havde sagt, jeg skulle spille og spørger ham, om det er sådan, han har det. Hertil svarer han JA.

Forklarende: Det forstår jeg, som at jeg, via at slå denne ene tone an, har givet ham et musikalsk udtryk for, hvordan han har det. Jeg oplever, at denne ene tone har givet hans følelser et udtryk, og jeg vælger efterfølgende at fortsætte med at spille en improvisation.

Rød ☐ 2 – (0:49 – 1:15)

Beskrivende: For at få en forståelse af, hvad det er, der sker i improvisationen, og hvordan det var for mig som terapeut at være i, er der blevet foretaget et heuristisk interview, som ligger til grund for følgende analyse (se bilag 6.1).

Heuristisk analyse

Jeg spiller keyboard på de dybe toner. Der er ingen struktur, ingen puls, ingen genkendelige mønstre. Det er tilfældige kraftige anslag, som regel flere toner ad gangen. Enkelte gange kun en ad gangen.

Jeg føler en aggression. Den sidder øverst i brystet på mig. Jeg gerne vil have den ud, og jeg forsøger, at få banket den ud via spil på keyboardet. Der er anslag på tastaturet, som lyder meget hårdt og voldsomt. Det er tydeligt at høre aggressionerne både i måden, der spilles på, og i det der spilles. Da han ikke byder ind efter 5 gange med små pauser (beskrevet nedenfor) – ca. 13 sekunder inde i improvisationen - beslutter jeg at give los for aggressionerne og 'spille løs'.

Forklarende: Denne improvisation er vigtig, fordi den skaber en forandring hos Manuel. Den er fra min side tænkt som en empatisk improvisation, der afspejler hans indre kaos af følelser. Jeg forstår det som, at det er det ustrukturerede spil uden puls og mønster, der skaber en ramme for, at Manuels adfærd ændrer sig fra at fremstå frustreret til at virke rolig. Denne ændring hos Manuel forstår jeg som, at jeg er på linje med hans indre tilstand, og at han har følt sig mødt og forstået (se **Rød** ☐ 3).

Lilla ↓ 1 - 2 - 3 - 4 - 5 – (0:52 + 0:55 + 0:57 + 1:00 + 1:03)

Beskrivende: Jeg holder bevidst nogle pauser i mine anslag på alle de angivne tidspunkter, for at give ham en mulighed for at byde ind verbalt eller på anden måde.

Forklarende: Pauserne er bevidste fra min side fordi, det er ham, der har sat mig i gang med at spille, og jeg vil derfor gerne være åben overfor, at han kan styre spillet undervejs, enten bevidst ved at han siger noget, eller ubevidst ved at jeg er opmærksom på hans kropssprog, suk, lyde og lign.

Orange ☐ 2 – (1:12 – 1:14)

Beskrivende: Han siger, at jeg skal spille den sidste tone.

Forklarende: Det forstår jeg som, at han på den måde bestemmer, at improvisationen er slut. Jeg forstår det yderligere som, at han har følt sig mødt og forstået via de 32 sekunders empathiske improvisation. Der er

ikke brug for mere tid. Der er blevet 'sagt' det, der skal siges. Han udviser initiativ, han er aktiv - det er *ham*, der tager beslutningen om, at improvisationen skal slutte.

Rød ☐ 3 – (1:14 – 1:22)

Beskrivende: "Så kommer jeg ALDRIG tilbage igen" siger han (1:16), lige efter han har bedt mig om at slå den sidste tangent an. Han giver improvisationen et navn: "Det er DET, den hedder den der ALDRIG TILBAGE IGEN".

Forklarende: Jeg oplever, at han ikke er tvivl om, hvad improvisationen hedder, og alligevel er det som om han får en AHA-oplevelse, idet han siger improvisationens titel. Jeg tror, det lige i dét øjeblik går op for ham, dels hvordan han har det, men også hvordan han kan komme ud af det følelsesmæssige net, han har fået spundet sig selv ind i – "så kommer jeg aldrig tilbage igen".

Heuristisk analyse (fortolkende):

For at forstå, Manuels reaktion på improvisationen, er der blevet foretaget et heuristisk interview af undertegnede (se bilag 6.1), som ligger til grund for det følgende. Der er primært tale om fortolkende tanker ift. Manuels ytringer i forlængelse af improvisationen.

Jeg tænker, at Manuel er gået fra mange forskellige følelser og oplevelser, lige i det han siger "og SÅ er jeg gået". Jeg tror, han er gået fra de frustrationer, han oplever at have ift. de andre beboere. Jeg tror også, han er gået fra sig selv i forståelse af at gå fra sig selv, som den komplekse person han er, og så 'gå' over til at være mere ligesom os andre. Jeg tror faktisk også, han er gået fra bostedet fysisk, fordi han ofte har givet udtryk overfor mig om, at han gerne vil have sin egen lejlighed.

Det, han aldrig kommer tilbage til, tror jeg, er de situationer, hvor han er sammen med de andre, og han oplever det ubehageligt. Jeg tror, han helst aldrig vil tilbage til at have det sådan, når han er sammen med andre.

Grøn ☐ 1 – (1:23 – 1:36)

Beskrivende: Han siger: "Du har lige spillet nummeret ALDRIG.TILBAGE.IGEN", og herefter trækker han vejret meget dybt og hørbart (1:27). På udåndingen griner han, fordi jeg fuldender hans forrige sætning med at sige: "Af (hans navn)". Og da jeg tilføjer "hans nu-og-her-følelse", svarer han "ja" med en stille og blød stemme, som jeg aldrig har hørt ham bruge før – efterfulgt af stilhed.

Forklarende: Den dybe vejrtrækning og det blide ja efter at jeg har sat ord på, at det er hans nu-og-her følelse, jeg har spillet, tænker jeg, er et udtryk for, at hans nervesystem falder til ro. For mig at se er der sket en meget tydelig forandring fra før improvisationen og til nu, hvilket bl.a. viser sig i disse sekunder, men også i det der sker efterfølgende (se Grøn ☐ 2).

Orange ☐ 3 – (1:37 – 1:42)

Beskrivende: Han er stille i længere tid, end jeg tidligere har oplevet.

Forklarende: Jeg har mest oplevet at han taler, når der er stille/pauser i vores samvær. Det er derfor uvant, at han er stille i så forholdsvis lang tid.

Grøn ☐ 2 – (1:43 – 1:59)

Beskrivende: Efter flere sekunders stilhed begynder han at fortælle om, at han har skrevet nogle digte.

Forklarende: Det, at han begynder at tale om sine digte, forstår jeg som, at han tydeligvis er kommet væk fra de følelser han sad fast i og over i en anden tankebane.

Min tolkning af 'Aldrig tilbage igen'

I dette klip har vi set forskellige eksempler på, hvordan affektiv afstemning og regulering kan finde sted med en klient, der har så mangfoldige diagnoser, som Manuel har. Jeg redegør i dette afsnit for min forståelse for og tolkning af, hvornår og hvordan **affektiv afstemning** og **regulering** har fundet sted.

Affektiv afstemning:

1. Vores dialog i begyndelsen af klippet (**Røde** ↓ **1 - 2 - 3 - (0:05 + 0:17 + 0:20)**) indeholder ord eller stavelser af ord, der bliver betonet og sagt med samme intensitet. Det er hans udtale af stavelsen 'OP' i ordet 'opfører' og mit ord 'LYD' og efterfølgende hans ord 'ÉN'. Jeg oplever, det sker ubevidst, og det er min fortolkning, at der sker en affektiv afstemning via det talte sprog og i det intersubjektive felt mellem ham og mig. Det, at hans ord 'ÉN' optræder *efter*, jeg har sagt 'LYD' (som var en ubevidst affektiv afstemning fra min side), tolker jeg som, at han har følt sig affektivt afstemt af mig og derfor – ubevidst – fornemmer, at det er OK at blive i denne følelse og returnere den til mig. Det er også i sætningen "ÉN over bassen", at han prøver at sætte ord på, hvordan det ville lyde, hvis han skulle spille sin frustration på keyboardet. Denne gensidige affektive afstemning er meget sandsynligt medvirkende til, at jeg efterfølgende improviserer, som jeg gør.

2. Da Manuel siger til mig, at jeg skal slå den sidste tangent til venstre an (**Rød** ☐ **1 – (0:44 – 0:49)**), og jeg gør det, siger han først "dér", hvilket jeg tolker som, at jeg har ramt rigtigt – ikke blot den rigtige tone, men også i intensitet, kvalitet og følelse. Da jeg derefter spørger, om det er sådan, han har det, svarer han ja. Det tolker jeg helt klart som, at jeg, ved at spille bare denne ene tone, har lavet en affektiv afstemning af hans følelser.

3. Den empatiske improvisation jeg spiller (**Rød** ☐ **2 – (0:49 – 1:15)**), tolker jeg som én lang affektiv afstemning af Manuels følelser, og samtidig som en improvisation der er med til at regulere ham ud af de kaotiske følelser og over i noget andet (se nedenfor). Improvisationen tolker jeg som værende en gengivelse af hans følelser i en anden modalitet, hvorved han føler sig mødt og forstået på et følelsesmæssigt plan.

4. Det at Manuel giver improvisationen et navn: "Så kommer jeg aldrig tilbage igen" (**Rød** **3 – (1:14 – 1:22)**), tolker jeg som et udtryk for, at han kan sætte ord på, hvordan han har det, efter jeg har spillet. Det kunne han ikke, før jeg spillede. Men nu er han ikke i tvivl om, at "Og Så er jeg gået. Så kommer jeg aldrig tilbage igen." Det tolker jeg som at, mit forsøg på at afstemme mig med ham via min improvisation er blevet modtaget. Han har følt sig mødt og forstået, og det han ikke tidligere kunne udtrykke med ord, har musikken hjulpet ham til at sætte ord på. Den proces der har fundet sted, ved at jeg har udtrykt hans følelser i en anden modalitet, har han modtaget, og givet sit eget udtryk (titlen på musikstykket).

Regulering:

1. Den empatiske improvisation har jeg i min analyse angivet som en affektiv afstemning - (**Rød** **2 – (0:49 – 1:15)**). Når jeg alligevel nævner den her og gerne vil fortolke den som et element i Manuels reguleringsproces, er det fordi affektiv afstemning og regulering er så tæt forbundet, at det er svært at skille dem ad. Min fortolkning og forståelse af improvisationen er, at den både afstemmer og regulerer ham. Den empatiske forståelse, Manuel møder via improvisationen, er med til at regulere ham, fordi det på denne måde bliver hørbart for ham, hvordan han har det. Han får på denne måde en mulighed for at se/høre sig selv udefra.

2. Den grønne markør (**Grøn** **1 – (1:23 – 1:36)**) er angivet som regulering men indeholder også affektiv afstemning, og er et godt eksempel på, hvor tæt disse to begreber hænger sammen. Den dybe vejtrækning Manuel foretager, lige efter han har givet improvisationen en titel, samt det at han svarer stille "ja", tolker jeg som en regulering af hans følelser og som at hans nervesystem falder til ro. Han hviler i sig selv i disse sekunder, og han har ikke brug for at gå ud af pausen, væk fra mig eller væk fra situationen. Jeg tror, der sker en indre integrering, af det han har oplevet de foregående minutter. Der er på den måde sket en regulering af hans emotionelle tilstand. Det at han giver improvisationen en titel tolker jeg som at han føler sig mødt og forstået og et udtryk for en affektiv afstemning.

3. Efter en stille pause begynder Manuel at tale om nogle digte, han har skrevet (**Grøn** **2 – (1:43 – 1:59)**). Det tolker jeg som bevis for at den regulering, der har fundet sted via den affektive afstemning i dette klip, er integreret i Manuel og kan fastholdes. Han er blevet reguleret ud af sit følelsesmæssige kaos og er nu videre i et andet og mere positivt spor, som handler om nogle digte, hvor han rent faktisk har prøvet at give udtryk for, hvad han føler.

Opsummering af 'Aldrig tilbage igen'

Dette klip på 2 minutter og 7 sekunder fra vores 18. session er et eksempel på, hvordan Manuel kan sidde fast i sine følelser, og hvordan en musikalsk intervention kan skabe en forandring og hjælpe ham videre. I klippet er der både dialog og musikalsk interaktion med efterfølgende fælles refleksion over det, der lige er sket. Manuel er den, der starter og stopper improvisationen, men det er mig, der spiller den. Han giver den efterfølgende en titel, som jeg kommenterer på. Klippet slutter med dialog om Manuels digte, og er inkluderet for at give et billede af hans følelsesmæssige tilstand før og efter improvisationen, samt et billede af, at der er sket en forandring.

4.3.2 Lyse nætter

Præsentation af sessionen

1. klip

2. Klip

00:00 – 03:22

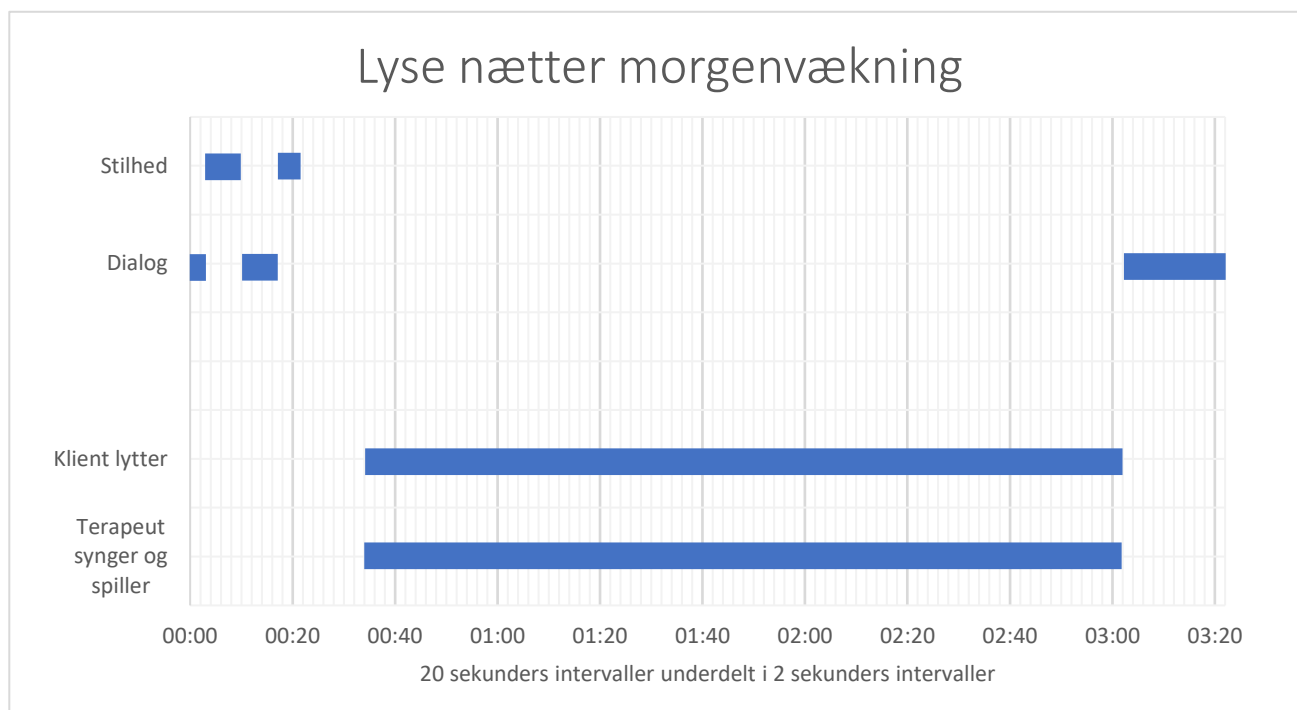
21:20 – 24:26

51:12

1. klip er 3:22 langt og starter i begyndelsen af sessionen
2. klip er 3:06 langt og starter 21:20 inde i sessionen

38

Herunder ses en grafisk oversigt over det der sker i klippet:



1. klip slutter her.

Efter sangen kommenterer Manuel på, at det er Alberte Winding. Vi snakker lidt om, at det er en smuk sang og lidt om teksten. Han undrer sig over, at frugterne er 'fløjet ind'.

Derefter begynder jeg at spille fingerspil igen for at initiere en tekst-improvisation, som jeg ved, han er så god til og glad for. Han improviserer også lidt og slutter med at sige: "Jeg ku godt skrive noget på den der", og efterfølgende: "Jeg kan mærke, det er en af de dage, hvor jeg bare skal tage det som det kommer".

Så begynder han at spise romkugler og slutter lige med at improvisere: "Jeg havde huset fuldt af romkugler. Og mosen vælted rundt med ugle." Det får ham straks til at tale om Utterslev mose og hans gamle liv og en god bekendt, som han primært mødtes med for at drikke. I løbet af hans fortælling spørger jeg, om hun var en blanding af en god ven og en mor (hun var en del ældre end ham). Det svarer han hurtigt ja til. Og lidt efter spørger jeg, om det var fordi hun kunne se ham, som han er, og han svarer: "Ja, lige nøjagtigt. Og så fordi jeg følte jeg kunne være *mig* overfor hende. Jeg følte mig voksen i hendes selskab."

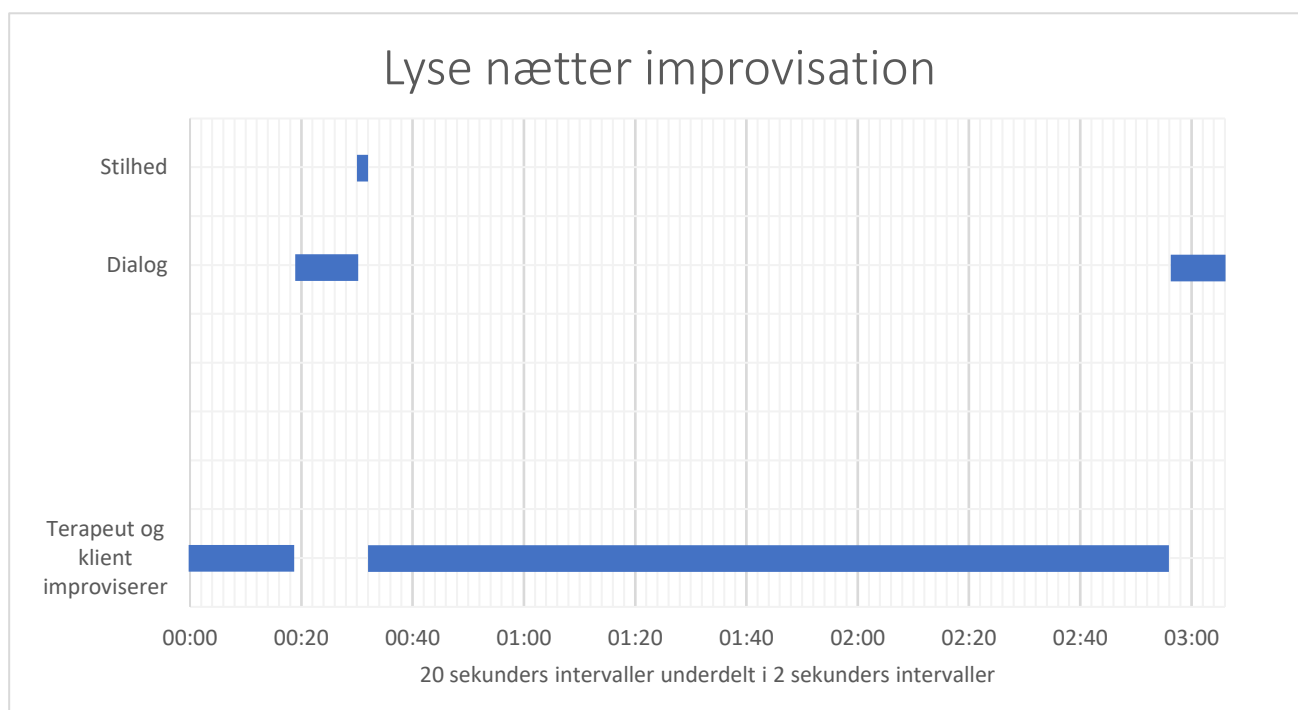
Efter at have fortalt i ca. 10. minutter, citerer Manuel en linje fra 'Lyse Nætter' – "Da du var rejst var det så nemt". Den har umiddelbart ikke relation til noget af det, han lige har talt om. Samtidig spørger han om, hvilke akkorder sangen bruger, og det bliver indgangsvinklen til en improvisation over sangen (2. klip), hvor jeg spiller keyboard og synger, og han synger. Det udvikler sig til, at han bruger en 'opera-stemme', som han selv kalder det. Vi improviserer med stemmerne sammen i ca. 4,5 minut. Jeg laver en rundgang på keyboardet. De første 1:04 min af improvisationen har jeg klippet fra, da de sidste ca. 3 minutter er repræsentativt for, hvordan improvisationen forløber og udvikler sig. Den del, jeg har klippet fra, handler

primært om, at vi synger 1. vers af 'Lyse nætter' og tuner os ind på hinanden. Jeg spiller på keyboard og har ikke umiddelbart tænkt at spille videre, men han fortsætter selv med 2. vers og laver en 'opera-stemme'.

2. klip starter her:

Manuel begynder at synge 2. vers af 'Lyse nætter', og jeg skynder mig at falde ind med akkompagnement på keyboard og supplerende sang. Vi har dog kun sunget 2 linjer af verset, da han begynder at grine og sige "der går noget opera i ham" (han taler om sig selv). Jeg stopper med at spille, men griber hans kommentar og nynner med 'operastemme' samt finder en anden lyd på keyboardet, da jeg tænker, at vi kan udforske det at bruge vores 'operastemmer'. Herefter kommer vi lidt skævt ind på sangen rent musikalsk, da jeg spiller anden linje i sangen, men han rent melodisk synger første linje. Jeg forsøger at rette op på det ved at synge og spille videre, og han falder hurtigt ind. Herefter udvikler sang og improvisation sig, særligt da jeg på et tidspunkt beslutter at blive i omkvædets akkordrundgang. Vi synger skiftevis samtidig og hver for sig, og jeg laver 2. stemme, han laver ekko og 2. stemme. Jeg improviserer på et tidspunkt nye ord til sangen, men ellers bliver vi primært i den eksisterende tekst.

Herunder ses en grafisk oversigt over det der sker i klippet:



Bemærk: Klippets tidsangivelse starter på 00:00, men kunne være startet på 18:00 for at vise kontinuiteten og sammenhængen mellem de to klip. Dette var dog umiddelbart ikke muligt i den grafiske opsætning. Hermed er det tydeliggjort verbalt, hvordan de to klip hænger sammen.

Efter denne improvisation er der gået 24:17 minutter af sessionen. Vi snakker lidt om, hvor fedt det var at synge sammen, og Manuel holder fast i, at han har sunget opera og siger: "Og se det udtryk. Du kan ikke se det! (Han gestikulerer et 'opera-ansigt'.) Men jeg laver det. Jeg er nødt til det". Jeg siger, at han lige

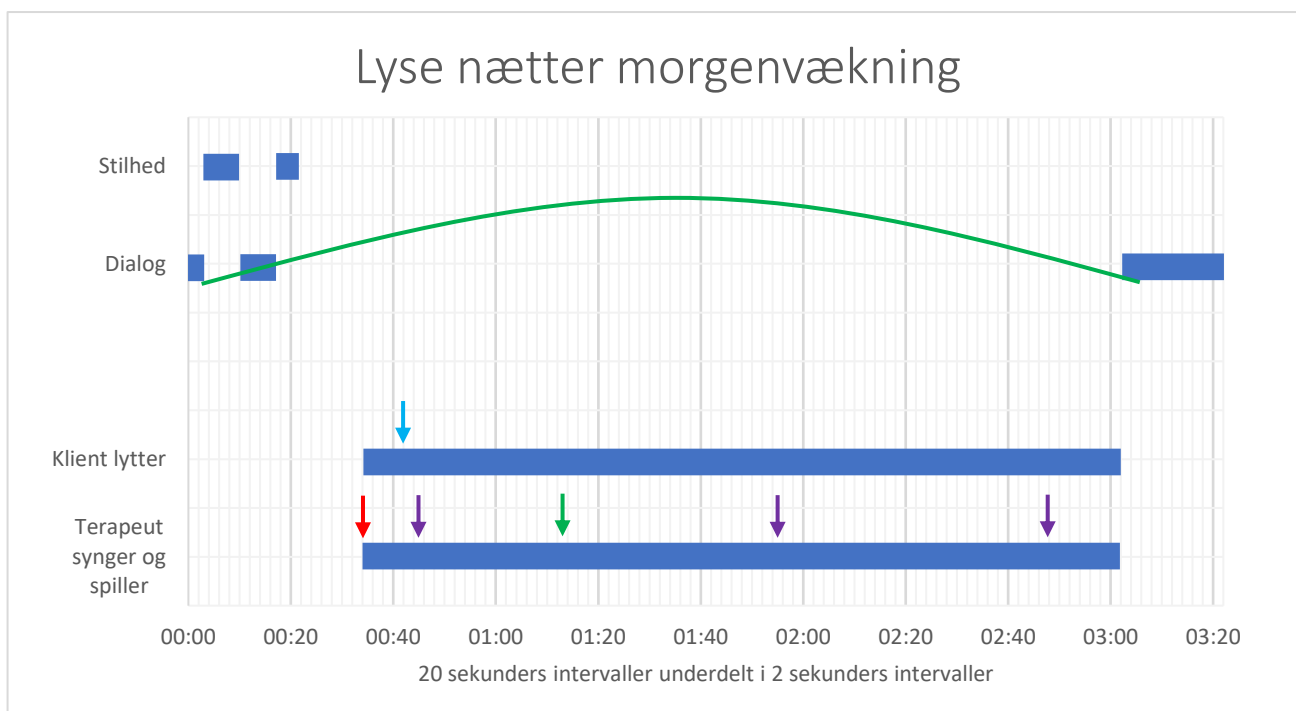
mangler at komme op og stå, og så viser jeg en operapositur, hvortil han svarer: ”Jamen det gør jeg indeni”.

Efterfølgende spørger jeg, hvad farve hans morgenhumør har. Manuel svarer at det er lyslilla, som er en glad farve. Resten af sessionen bruger vi bl.a. på tekstimprovisationer, og han fortæller, at det betyder meget for ham at tegne, at hans liv er et tog, som han fylder ting i, han fortæller om nogle gode oplevelser sammen med de andre beboere ved billardbordet og i det hele taget, er det en session, der er præget af den lyse stemning fra 'Lyse nætter'.

Analyse af klip

I det følgende vil jeg arbejde ud fra de markører der er skitseret i 4.3. De to diagrammer, der viser hvad der sker i klippet hvornår, bliver analyseret ved at angive hvilke markører, der er relevante på hvilke tidspunkter. Efterfølgende beskriver og forklarer jeg disse markører individuelt for hvert diagram i tidsmæssig rækkefølge, som de optræder startende fra venstre. Derefter tolker jeg udvalgte markører inden opsummeringen.

1. klip



Rød ↓ 1 - (0:34)

Beskrivende: Jeg starter med at spille stille fingerspil i sangens akkordrundgang.

Forklarende: Jeg foretager denne musikalske handling bevidst, for at møde Manuel, hvor han er, og matche hans grad af vågenhed og opmærksomhed. Jeg har det formål at initiere en mental vågenhed hos ham, som beskrevet i afsnittet om kognitiv regulering (se evt. afsnit 2.1.2).

Lyseblå ↓ 1 - (0:41)

Beskrivende: Manuel slukker på eget initiativ for fjernsynet.

Forklarende: Jeg forstår det sådan, at han gerne vil indgå i det, der skal ske. Derfor har jeg markeret det, som en vigtig interaktion.

Lilla ↓ 1 - (0:44)

Beskrivende: Jeg spiller stadig fingerspil og starter med at synge første vers af sangen med svag stemmestyrke og med luft på stemmen.

Forklarende: Jeg starter bevidst med lav intensitet både via lav styrke og luft på stemmen, for at møde ham på hans meget lave opmærksomheds niveau. Samtidig observerer jeg ham og hans kropssprog for at iagttage, om det er et passende niveau af stimuli, jeg tilbyder.

Grøn ↓ 1 - (1:13)

Beskrivende: I 2. vers af sangen begynder jeg at bruge plekter og mit anslag bliver mere rytmisk, dog med enkeltstrengs anslag ind imellem. Der er mindre luft på stemmen og lidt mere styrke.

Forklarende: Jeg ændrer bevidst styrke i stemme og spil (anslagsmåde), da jeg oplever, at han er klar til yderligere stigning i intensitet.

Lilla ↓ 4 - (1:55)

Beskrivende: Jeg stiger yderligere i intensitet i stemme og guitarstil, som nu er udelukkende rytmisk akkompagnement.

Forklarende: Jeg oplever, at Manuel reagerer hensigtsmæssigt på den gradvise regulering og intensiverer derfor graden af musikalske stimuli og regulering.

Lilla ↓ 5 - (2:48)

Beskrivende: Jeg er ved at afslutte sangen og går ned i intensitet i stemme og spil.

Forklarende: For at intensiteten ikke forbliver høj, laver jeg en bevidst afslutning af den musikalske ramme for morgenreguleringen.

Grøn bue - (0:00 – 03:04)

Beskrivende: Jeg træder ind ad døren, og Manuel vågner, og siger han har sovet dårligt. Jeg synger og spiller for ham uden yderligere dialog omkring det, at han har sovet dårligt. I løbet af den tid det tager for mig at synge og spille, kommer han op at sidde i sengen og ender med at kommentere på den sang, jeg lige har sunget. Han er til stede og lyttende under hele sangen.

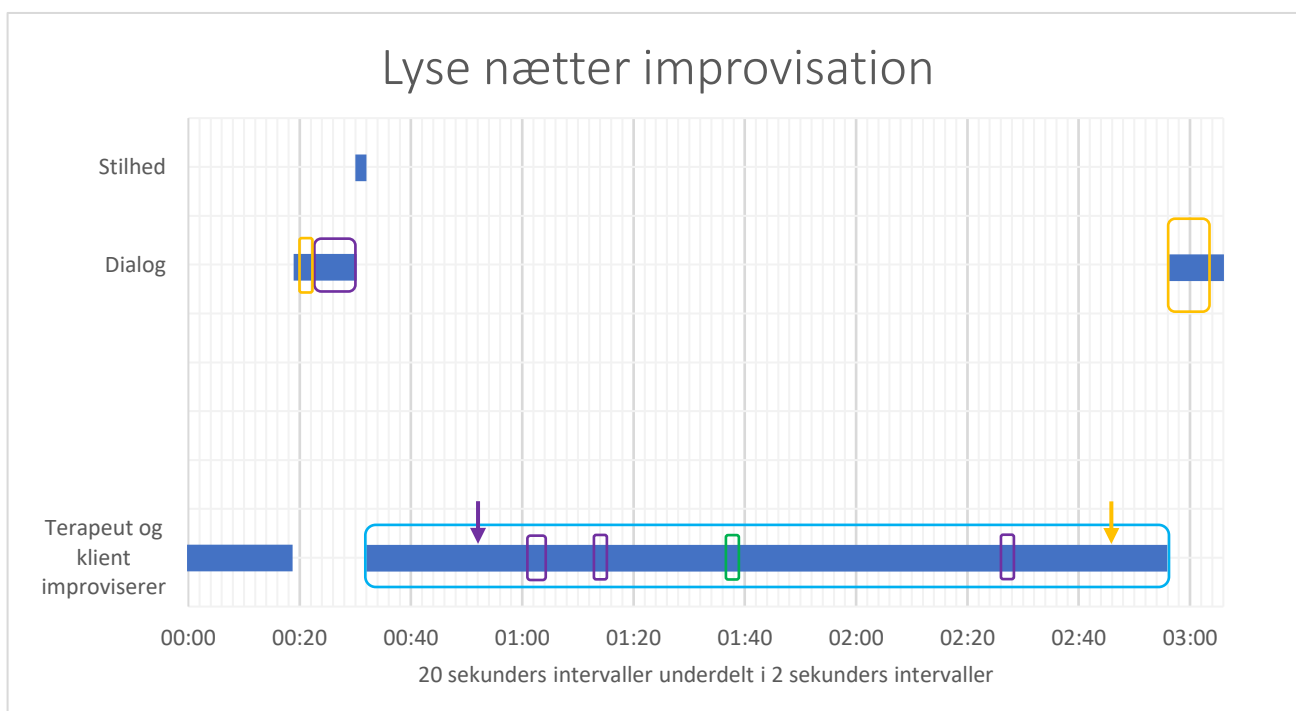
Forklarende: Jeg forstår det sådan, at Manuel deltager i det, jeg præsenterer for ham samt, at han ganske langsomt bliver kognitivt reguleret.

Beskrivende: Manuel genkender sangen og italesætter efterfølgende, hvem der har skrevet den. Hans stemme er her anderledes vågen at høre på, end da jeg trådte ind ad døren og han sagde, at han havde sovet dårligt.

Beskrivende: Jeg forstår det som, at der er sket en forandring, fra jeg trådte ind ad døren, til jeg har sunget denne morgensang for ham.

2. klip

Dette klip har jeg primært valgt at tage med i analysen for at vise, at den regulering, der fandt sted i begyndelsen af sessionen, har været ved i de 18 minutter der går, før vi bevæger os ind i en impulsiv improvisation.



Bemærk: Klippets tidsangivelse starter på 00:00, men kunne være startet på 18:00 for at vise kontinuiteten og sammenhængen mellem de to klip. Dette var dog umiddelbart ikke muligt i den grafiske opsætning. Hermed er det tydeliggjort verbalt, hvordan de to klip hænger sammen.

Orange 1 – (0:20 – 0:22)

Beskrivende: Manuel siger: "der går noget opera i ham" (han referer til sig selv i 3. person).

Forklarende: Han har netop sunget på en anden måde, end han plejer. Han har brugt sin stemme på en mere fyldig og klangfuld måde, hvilket i hans egne ører lyder som opera. Det er nyt for både ham og mig. Hans stemme lyder glad, da han siger det. Jeg reagerer på denne udtalelse fra ham (se næste markør).

Lilla 1 – (0:23 – 0:30)

Beskrivende: Jeg nynner "da da da di da da la la" og bruger min stemme på en måde, der ligner Manuels 'opera-stemme'. Jeg beslutter mig hurtigt for at finde en lyd på keyboardet, der er mere egnet til 'opera'. Dette 'messer' jeg med den anderledes stemme.

Forklarende: Jeg forstår det, der sker her som et bevidst forsøg fra min side på at møde Manuel, der hvor han er, ved at bruge min egen stemme på en måde, som ligner hans og ved at træffe det valg, at ændre lyd på keyboardet.

Lyseblå 1 – (0:32 – 2:56)

Beskrivende: Her finder en improvisation sted over sangen 'Lyse nætter', som jeg tidligere i sessionen har sunget for at regulere Manuel kognitivt. Det er en improvisation som opstår af sig selv, da vi ikke på forhånd har snakket om eller aftalt at lave en improvisation.

Forklarende: Improvisationen finder sin form i omkvædet fra sangen, således at det er den samme akkordrundgang, der spilles igen og igen. Det er et bevidst valg fra min side og en terapeutisk strategi for at skabe en ramme som er stabil, genkendelig og tryk, og som Manuel kan bevæge sig ud og ind ad. Således er jeg styrende, men samtidig lyttende, og jeg prøver så vidt muligt at afstemme mig med hans improvisation, samtidig med at jeg også inviterer ham til at deltage – f.eks. når jeg trækker tonerne lidt for at initiere, at improvisationen kan fortsætte eller holder en pause i min sang for at give ham plads.

Beskrivende: Vi er skiftevis syngende, lyttende og samsyngende. Vi komplementerer hinanden ved at synge over- og understemmer. Den ene synger ikke mere end den anden – vi har lige meget plads, også selv om det er mig, der sætter rammen og styrer improvisationen.

Forklarende: Der er en behagelig musikalsk og stemningsmæssig harmoni i vores improvisation. Jeg forstår det sådan, at Manuel i disse minutter oplever at være i en ligeværdig, uproblematisk relation uden de udfordringer, han normalvis har i relationer.

Lilla 1 – (0:52)

Beskrivende: Sangen går over i omkvæd og jeg bliver bevidst ved med at spille og synge omkvæd.

Forklarende: Jeg bruger min viden om Manuel og hans kendskab til denne sang, til at foretage et bevidst terapeutisk valg. Jeg ved, han ikke kan teksten til versene udenad, men at han gerne vil lære dem. Jeg beslutter dog, at det ikke er vigtigt at synge/lære versene i denne improvisation, da det, der sker i det intersubjektive felt, er af langt større betydning.

Lilla ☐ 2 – (1:01 – 1:04) og Lilla ☐ 3 – (1:13 – 1:15)

Beskrivende: Her trækker jeg toner og ord med min stemme til at vare længere, end sangen oprindeligt er skrevet. Begge steder gør jeg det på ordet 'mig', som er det sidste i sætningen inden en pause.

Forklarende: Jeg gør det bevidst for at initiere en fortsættelse af improvisationen, og jeg gør det på et sted i sangen, hvor der musikalsk er god plads til at forlænge ordet.

Grøn ☐ 1 – (1:37 – 1:39)

Beskrivende: Her sker der en tydelig forandring af stemmestyrke og intensitet. Fra at have sunget kraftigt, fortsætter jeg improvisationen svagere. Manuel synger herefter også med en svagere stemmestyrke og improvisationen fortsætter i denne nye karakter. På nedenstående billede ses skiftet i lydbilledet.



Forklarende: Jeg forstår, det der sker, som at jeg intuitivt fornemmer at improvisationen ikke er slut, og at jeg forsøger at invitere Manuel til at synge videre.

Lilla ☐ 4 – (2:26 – 2:28)

Som Lilla 2 og Lilla 3

Orange ↓ 1 – (2:46)

Beskrivende: Manuel har nynet en 2. stemme i ca. 20 sekunder, men her sker der det, at han tager initiativ til at nynne en basnedgang og improvisationen finder sin afslutning 10 sekunder efter.

Forklarende: Jeg forstår det som, at Manuel på den måde initierer en afslutning på improvisationen.

Orange 2 - (2:56 – 3:02)

Beskrivende: Her taler Manuel om sig selv på en positiv måde: "Det var da meget godt det der". Hans tonefald er opadgående, let og lyst.

Forklarende: Jeg hører ikke ofte Manuel tale positivt om sig selv. Slet ikke med den glade og lyse stemme, han bruger i dette tilfælde. Det forstår jeg som, at det har været en god oplevelse for ham at være i improvisationen, og at han er glad og stolt over sig selv.

Min tolkning af Lyse Nætter

I det følgende laver jeg en tolkning af udvalgte markører fra de to analyserede klip. Jeg tolker primært på de markører der viser en **affektiv afstemning** og en **regulering**, men også på en enkelt **lilla** markør, som er indikationen for en bevidst terapeutisk handling. Dette gør jeg fordi lige præcis denne markør er et forsøg på at nærme mig en affektiv afstemning. Først tolker jeg på klip 1 og derefter følger tolkning af klip 2.

Klip 1: Lyse nætter morgenvækning

Det første klip (**Grøn bue - (0:00 – 03:04)**) forstår jeg som én lang regulering af Manuel. Det er en bevidst terapeutisk handling fra min side, som over en lang tidsperiode fører til en forandring hos Manuel. Hele morgensangen bliver sunget og spillet af mig med det formål, at vække ham kognitivt og give ham en god start på dagen. Jeg tolker, at dette lykkedes på baggrund af flere faktorer. Når jeg sammenligner hans stemmeudtryk fra da jeg træder ind ad døren til jeg er færdig med at synge sangen, kan jeg høre, at hans stemme har ændret sig fra at være svag og have en opgivende klang til at være mere fast og med lidt mere kraft og fylde. Derudover tolker jeg, at det lykkedes at regulere ham, fordi han sætter sig op i sengen (dette kan af gode grunde ikke vises i nærværende skrivelse) og rent faktisk responderer og kommenterer på den musikalske intervention, jeg har præsenteret for ham. Samlet set indeholder denne regulering elementer af affektiv afstemning og specifikke nedslag undervejs, der er tænkt som bevidste reguleringer fra min side. Herunder følger tolkning af to af dem.

Jeg starter mit spil (**Rød ↓ 1 - (0:34)**) på en sådan måde, at det matcher Manuels grad af vågenhed og (manglende) intensitet. Jeg foretager en affektiv afstemning ud fra den måde, han har sagt godmorgen til mig på og har fortalt, at han har sovet dårligt, samt hans kropssprog og det, at han ligger i sengen. Alt dette tolker jeg som en affektiv afstemning, i forståelsen matching af vitalitetsfølelser.

Jeg ændrer min måde at synge og spille på (**Grøn ↓ 1 - (1:13)**), da jeg tolker Manuels reaktion på min sang som, at han godt kan være i det, og at han er ved at vågne mere og mere op. På den måde regulerer jeg niveauet af den musikalske interaktion ift. ham, så jeg fortsat skaber en ramme, der regulerer til mere mental og kognitiv vågenhed. Det er således en bevidst regulering af Manuel fra min side.

Klip 2: Lyse nætter improvisation

Jeg tolker min bevidste brug af 'opera-stemme' (Lilla 1 – (0:23 – 0:30)) og det at jeg efterfølgende skifter lyd på keyboardet, som et forsøg på at afstemme mig med Manuel. Han har lige brugt sin egen 'opera-stemme', som jeg prøver at matche. Jeg afstemmer mig således både direkte (stemmen) og tværmodalt (keyboard) med ham.

Omkring halvvejs inde i improvisationen (Grøn 1 – (1:37 – 1:39)), sker der et skift i improvisationens karakter. Det er ikke en bevidst handling, men jeg tolker det som, at der sker en regulering via det, at Manuel matcher min stemmeføring. Således finder der også en dyadisk afstemning sted i denne regulering.

Opsummering af 'Lyse Nætter'

Denne session er et eksempel på, hvordan Manuel bliver kognitivt reguleret via musikalsk morgenvækning, og hvordan denne regulering kan vare ved igennem hele sessionen: Fra Manuel vågner og siger, han har sovet dårligt, til han sidder ret op i sengen og 'synger opera' og fortæller mig, at han har den der fornemmelse indeni af at stå op med ret ryg og 'operasanger-holdning'. Derudover viser de to klip også, hvordan Manuel kan bruge musikken og improvisationen til at finde ind i et rum, hvor han kan være i en uproblematisk relation med en anden og hvor han kan få en ny og positiv oplevelse af sig selv. Den impulsivt opståede improvisation bliver en musikalsk ramme og et mentalt frirum for Manuel. Han er til stede i nuet, han flyder med musikken, og jeg oplever det som, at han er i kontakt med sig selv og sit indre. Jeg er ikke i tvivl om, at han i den improvisation oplever at være et rigtig godt sted og være en god udgave af sig selv.

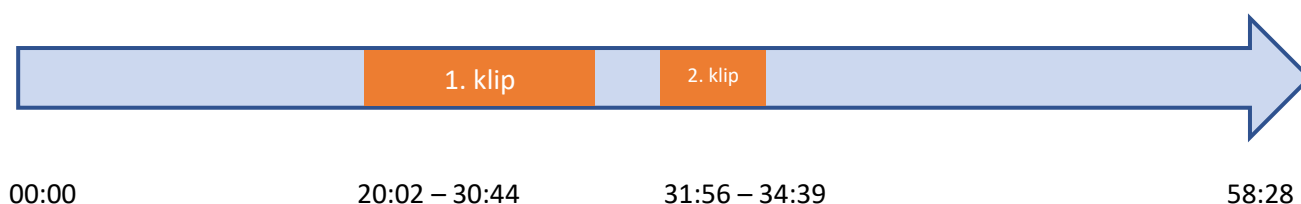
I disse to klip har der primært fundet regulering sted. Der er en enkelt markør i analysen, som er rød for affektiv afstemning. Derudover kunne to af de lilla pile (bevidst terapeutisk handling), muligvis have været markeret hhv. som affektiv afstemning eller som regulering. Som indikeret ovenfor, er der markører, hvor der sker en regulering, som også indeholder affektiv afstemning. Begreberne smelter sammen, hvilket diskuteres i afsnit 5.1.

4.3.3 Sumpen

I det følgende præsenteres sessionen, hvorfra klippene er valgt. Herefter analyseres de udvalgte klip. Efterfølgende tolkes der på udvalgte markører fra analysen og til sidst opsummeres der.

Præsentation af sessionen

Klippene er taget fra session 25. Hele sessionens længde: 58:28. Herunder ses hvornår i sessionen klippene finder sted:



1. Klip er 10:42 langt og er 20:02 minutter inde i sessionen

2. Klip er 2:43 langt og er 31:56 inde i sessionen

Da jeg kommer ind på værelset, er fjernsynet tændt. Han vågner, sætter sig op og virker til at være i godt humør. Han synger en sang for mig, fordi som han siger: ”nu vil jeg komme dig i forkøbet – det skal ikke altid være dig, der bestemmer, hvad der bliver sunget her om morgenen”.

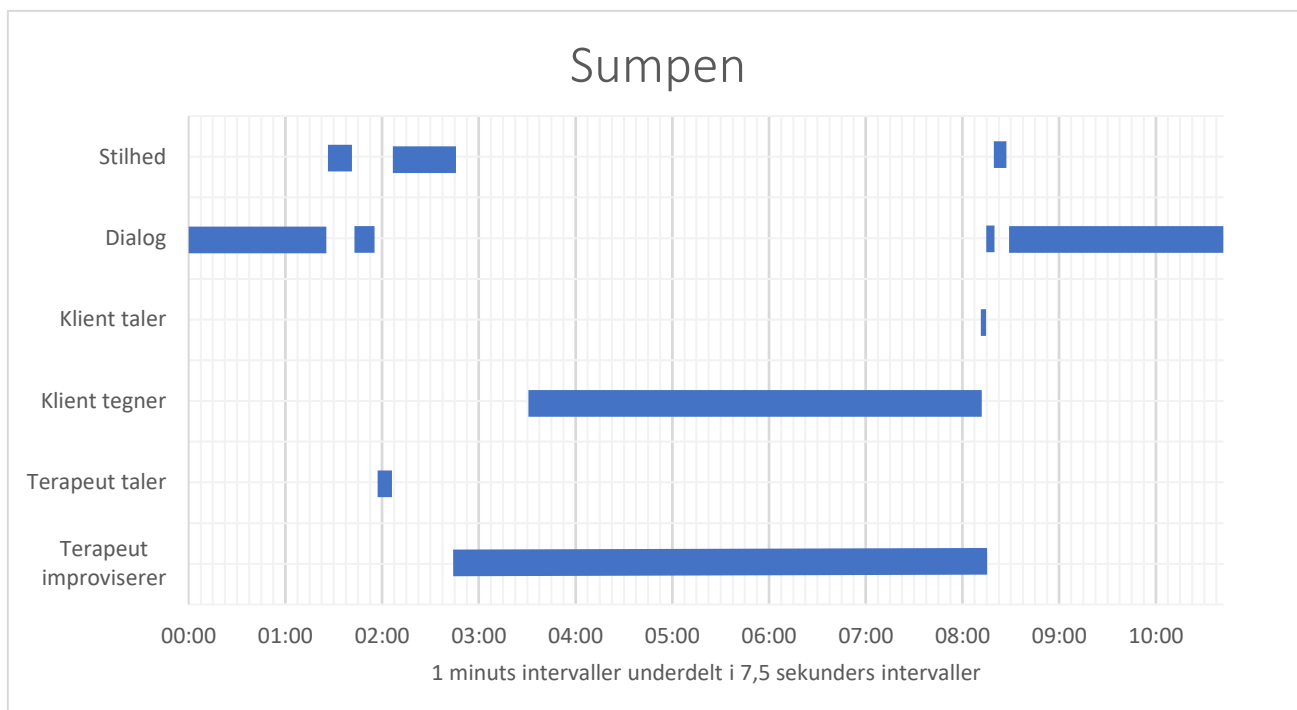
Men allerede efter 3,5 minut begynder han på at snakke om ”det der sædvanlige fis der hvor jeg tror jeg skal slås for mig liv”. Da jeg spørger ind til, hvad det handler om, er det hans tanker om, at de andre er efter ham. Han snakker meget. Han har mange ord. Og han får kørt sig selv fast i dette negative mønster. Han bliver hængende i disse tanker helt frem til, at jeg foreslår, at han giver det en farve 20 min. inde i sessionen – altså 16,5 minut efter at han begyndte at tale om disse frustrationer.

1. klip starter her:

Da jeg spørger ham hvad farve det har (hele den historie han lige har fortalt) beskriver han en boblende syresump, der er militærgrøn. Jeg siger, at jeg godt kunne tænke mig, at han tegner til, mens jeg spiller den boblende sump på keyboardet. Han siger meget bestemt NEJ, men jeg finder farver og papir frem og siger, at jeg vil spille alligevel – ”så kan vi jo se, om der kommer noget på tegningen”, siger jeg. Han prøver at undgå min opfordring ved at sige, at farverne ikke dur og skal have en blyantspidser. Men han venter i stilhed på, at jeg finder andre farver og gør klar ved keyboardet. Jeg har ikke spillet mere end 30-40 sekunder før han er i gang med tegningen og improvisationen/tegningen varer i 5½ minut.

Efter min improvisation og hans tegning (se bilag 4), sætter han ord på tegningen hjulpet af mine spørgsmål.

Herunder ses en grafisk oversigt over det der sker i klippet:



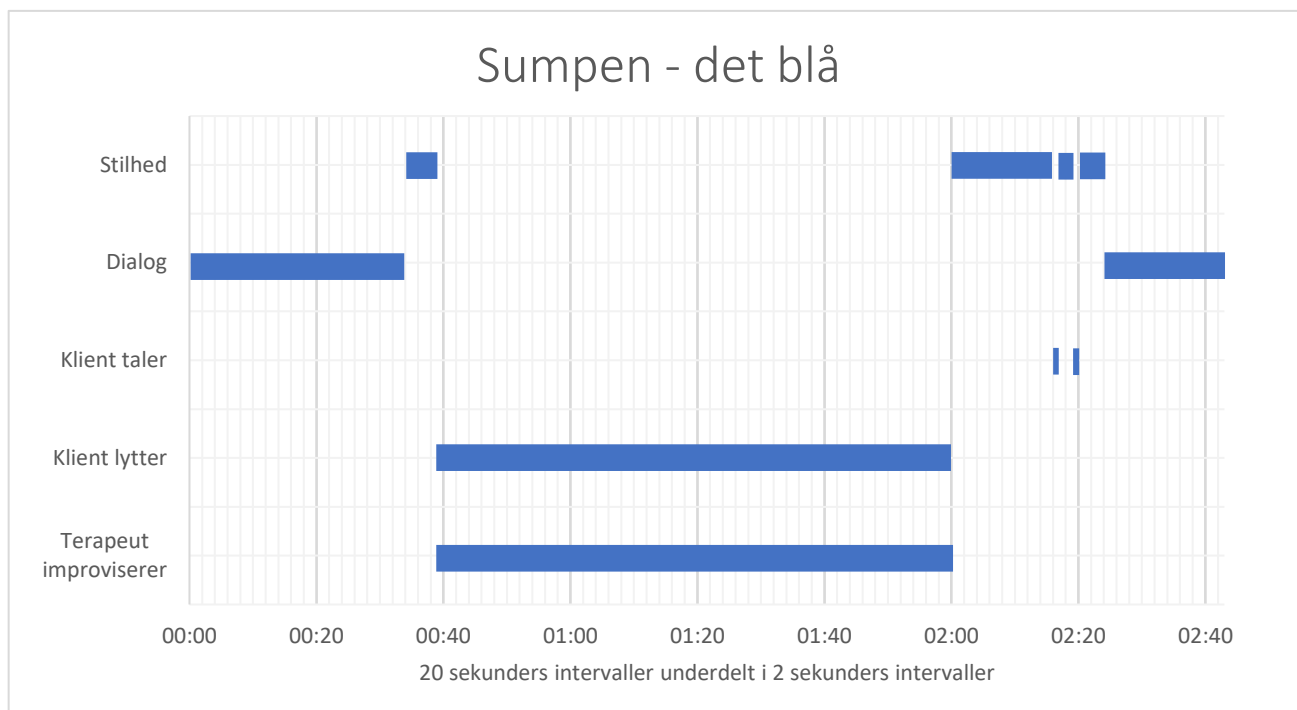
1. klip slutter her.

Herefter går der 1 min og 12 sekunder, hvor der er en dialog mellem ham og mig, og jeg fornemmer, at han stadig 'sidder fast i sumpen'. Han tager i hvert fald den verbale tråd op fra før improvisationen. Jeg beslutter mig for at foreslå at spille noget fra tegningen, som for ham symboliserer at der er noget andet derude, nemlig en blå himmel som han har tegnet ovenover 'sumpen'.

2. klip starter her:

Jeg italesætter, at jeg synes jeg kan høre, han stadigvæk sidder lidt fast i sumpen. Derefter foreslår jeg at spille det blå fra tegningen. Efter min improvisation er han helt stille i 15 sekunder, hvorefter han siger "jaa" efterfulgt af yderligere 7 sekunders stilhed. Så siger han: "Det minder mig om at jeg er blevet sådan en sniger. Faktisk."

Herunder ses en grafisk oversigt over det der sker i klippet:

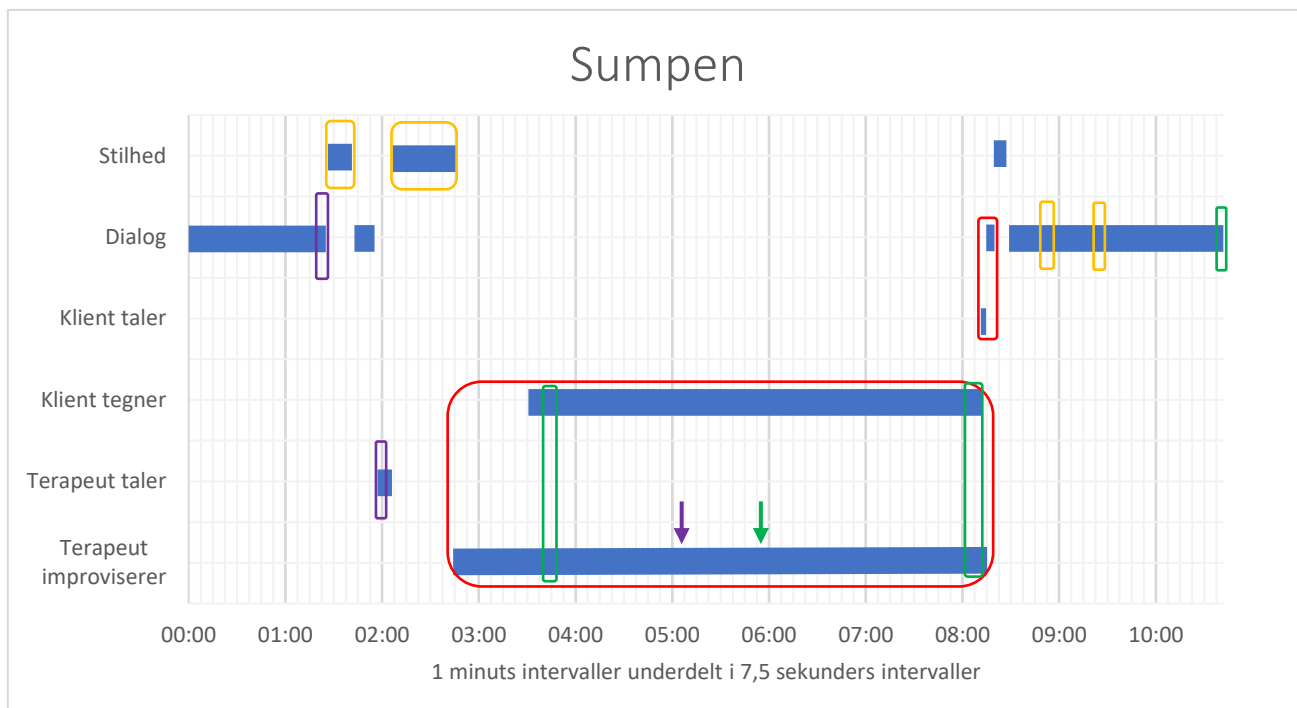


2. klip slutter her.

Han er herefter i et lidt andet tankespor. Bl.a. snakker han om en relation til en medbeboer, som han føler, han kan snakke med. Han italesætter, at han godt kunne bruge lidt af det denne medbeboer har - bl.a. respekt. Derefter bruger han en metafor om, at han er en flue, der nemt bliver slået ud af kurs, som billede på, hvordan han har det, når hans selvtillid krakelerer, i nogle af de situationer hvor han er sammen med de andre. Inden jeg går, snakker vi om, at når de negative tanker kommer, kan han smide dem ned i sumpen. Han foreslår på et tidspunkt, at han kan spille til noget fællessang på bostedet, for at vinde respekt hos de andre.

Analyse

I det følgende vil jeg arbejde ud fra de markører der er skitseret i 4.3. De to diagrammer, der viser hvad der sker i klippet hvornår, bliver i det følgende analyseret ved at angive hvilke markører, der er relevante på hvilke tidspunkter. Efterfølgende beskriver og forklarer jeg disse markører individuelt for hvert diagram i tidsmæssig rækkefølge som de optræder startende fra venstre. Derefter tolker jeg udvalgte markører inden opsummeringen.



Lilla 1 - (1:20 – 1:24)

Beskrivende: Jeg siger med fast stemmeføring at jeg vil spille (selv om han ikke vil tegne) og tilføjer ”så kan du se om der kommer noget” (på papiret).

Forklarende: Som beskrevet tidligere er Manuel undvigende, når der bliver stillet ’krav’ til ham, men han har fortalt personalet, at de ikke skal lade ham sige *nej*, for han vil som regel gerne deltage og være aktiv, selv om han siger nej. Denne viden sidder jeg inde med, og jeg har tidligere i vores forløb oplevet, at han først siger nej til noget for herefter at gøre det alligevel/deltage. Derfor vælger jeg at sige, som jeg gør, og bruge min stemme på den måde, jeg gør. Jeg bruger min implicitte viden om Manuel, til at foretage et terapeutisk valg i nuet.

Orange 1 - (1:24 – 1:40)

Beskrivende: Her er Manuel helt stille i 16 sekunder på trods af, at jeg lige har givet ham en udfordring, som han ikke har lyst til at udføre, nemlig at tegne til det jeg spiller.

Forklarende: Under normale omstændigheder ville han i en pause begynde at tale udenom eller fortælle en historie eller på anden måde få fokus væk fra et ’krav’, som han ikke har lyst til at honorere. Jeg forstår dette, som at han venter og ser, hvad der sker, og at han alligevel ikke er afvisende overfor at tegne.

Lilla 2 - (1:52 – 1:56)

Beskrivende: Manuel prøver igen at undgå at skulle tegne og har netop sagt, at farverne ikke kan bruges. Jeg svarer: ”nej okay så får du dem der” og rækker ham nogle andre farver.

Forklarende: Som i 'Lilla 1' bruger jeg min viden om ham og hans reaktionsmønster til at fortsætte med processen i den retning, som jeg har en forventning om, vil være gavnlig for ham, i stedet for at ændre retning ud fra hans umiddelbare udsagn og ønsker. Der er således igen tale om et bevidst terapeutisk valg fra min side, som efterfølgende viser sig at være en vurdering med et effektivt resultat.

Orange **2 - (2:07 – 2:44)**

Beskrivende: En lang pause på 37 sekunder. Jeg er i gang med at flytte papirer fra keyboardet, flytte stolen hen til keyboardet, tænde det osv. Manuel sidder stille i sengen og siger ikke noget.

Forklarende: Det er meget uvant, at han er stille så længe. Jeg husker, at jeg hele tiden tænkte, at nu ville han begynde at sige noget, og jeg skulle selv være meget bevidst om ikke at snakke, men bare lade ham være i stilheden.

Rød **1 - (2:45 – 8:13)**

Beskrivende: Hele improvisationen har karakter af ensformighed og af at sidde fast. Der forekommer gentagende ensartede musikalske mønstre særligt i det, der bliver spillet i højre hånd. Det lyder som noget der bobler. Venstre hånd skaber en bund, enten ved kvintanslag eller ved en 'walking bas'.

Forklarende: Han har ikke selv beskrevet, at han 'sidder fast' i sumpen, men det er min fornemmelse, fordi han forudgående har fortalt så længe og intenst om en specifik situation og hans generelle forhold til de andre på bostedet. Gennem denne fortælling har jeg fået opfattelsen af, at han sidder fast i dette tankemønster, og det er nu det, jeg – umiddelbart ubevidst – spiller. Jeg afstemmer mig med hans følelsesmæssige tilstand, uden at han dog har sat ord på, at det er sådan, han har det.

Grøn **1 - (3:40 – 3:46)**

Beskrivende: Han begynder at tegne. Mit spil ændrer sig fra at have være fragmenteret til at spille de samme gentagende mønstre i højre hånd med triller på de to samme toner.

Forklarende: I disse sekunder af improvisationen sker der noget vigtigt. Når jeg hører denne del af klippet, og samtidig ved, hvordan Manuels tegning ser ud, kan jeg høre, at det er her, han begynder at tegne de runde cirkler. Jeg hører, at der sker en synkronisering mellem hans tegnebevægelser og mit spil. En dyadisk regulering. Jeg er ikke klar over det i situationen - det sker ubevidst.

Lilla **1 - (5:05)**

Beskrivende: Her prøver jeg at lave en regulering ved at sætte tempoet i mit spil op.

Forklarende: Jeg husker, at jeg gerne ville ud af den følelse af fastlåshed, som improvisationen bar præg af, og det gjorde jeg ved at sætte tempoet op.

Grøn ↓ 1 - (5:56)

Beskrivende: Her sker der et skift i måden jeg spiller på. Der falder en form for ro på mit spil, og der fremstår en tydelig og ensartet slags 'walking bas', mens boblerne i højre hånd er regelmæssige, ensformige og rolige. Den forandring der sker her, varer resten af improvisationen.

Forklarende: Det virker som om, at det forsøg jeg foretog på at slippe ud af sumpen ved at sætte tempoet op ikke lykkes, og jeg accepterer, at jeg sidder fast i sumpen. Der sker en ændring i mit spil, som falder i tempo. Det er ikke en bevidst handling.

Grøn 2 - (8:00 – 8:13)

Beskrivende: I disse sekunder kan man høre at Manuel sukker, og samtidig bliver mit spil i højre hånd svagere, jeg laver ritardando og afslutter improvisationen.

Forklarende: Jeg har gennem hele improvisationen været opmærksom på ikke at slutte for tidligt, men give improvisationen den plads, der er brug for. Dette har jeg gjort ved, at jeg har prøvet at holde øje med Manuels udtryk både ved at lytte efter den måde han tegner på og hans suk, men også ved at kigge på ham.

Jeg forstår det som, at det faktisk er Manuel, der afslutter improvisationen ved at foretage dette suk. Mit spil reguleres ubevidst, da han sukker. Dette lagde jeg ikke mærke til, mens jeg var i det, men er blevet opmærksom på via aflytning.

Rød 2 - (8:14 – 8:20)

Beskrivende: Manuel siger: "Så har vi den – den boblende sump" (se tegning bilag 4).

Forklarende: Jeg lægger mærke til at hans tonefald i denne sætning er mere lyst, let og opadgående end tidligere i sessionen, hvor han talte om det svære, og hvor hans stemme var sammenpresset og anstrengt. Det forstår jeg som, at der er sket en forandring og han er glad for processen (improvisation og tegning) og stolt af resultatet. Det, at han har tegnet, forstår jeg som et udtryk for, at han har følt sig følelsesmæssigt mødt og forstået og at vi har været fælles i interaktionen.

Orange 3 - (8:49 - 8:53)

Beskrivende: Da jeg spørger ind til tegningen, siger han: "det er bare sådan, det ser ud, når det hele det går i koks".

Forklarende: Det forstår jeg som, at han får en forståelse af sig selv, som han ikke har haft før. Hans indre kaos er blevet eksternaliseret via hans tegning, som er blevet initieret af improvisationen og på den måde ser han sig selv udefra via tegningen. Han plejer ikke at kunne fortælle, hvordan han har det, men her sætter han ord på sin følelser – hjulpet på vej af det, som tegningen viser og mine spørgsmål.

Orange **4 - (9:21 - 9:27)**

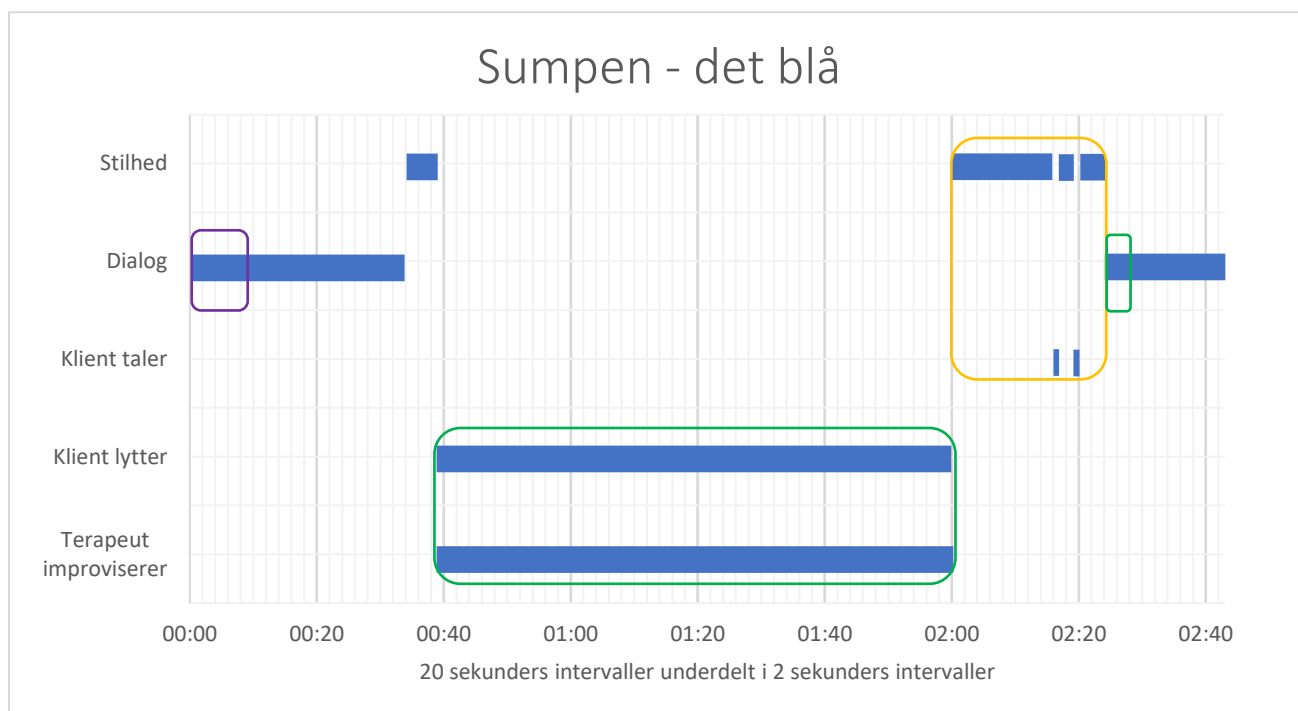
Beskrivende: Jeg spørger: "Er du her et eller andet sted?", altså om han kan forestille sig selv på tegningen. Han svarer: "Jeg står lige foran".

Forklarende: Det, at hans svar bliver sagt uden tøven, forstår jeg som, at han har en tydelig opfattelse af sig selv i forhold til sumpen, der symboliserer det svære og 'når det hele går i koks'. Han ser sig selv stå foran dette uoverskuelige sumpede kaos.

Grøn **3 - (10:38 - 10:42)**

Beskrivende: Han tager en dyb vejtrækning og på udåndingen, som har karakter af et dybt suk, siger han "ja".

Forklarende: Jeg forstår det som, at den dybe vejtrækning er et udtryk for, at han falder til ro, hvilket jeg også synes høres i hans "ja". Disse sekunder viser den forandring, der er sket fra før interventionen med improvisation og tegning og frem til disse sekunder.



Lilla **1 - (0:00 - 0:09)**

Beskrivende: Jeg siger, at jeg godt kunne tænke mig at høre, hvordan 'det blå' fra hans tegning af sumpen lyder.

Forklarende: Jeg initierer dermed bevidst et forsøg på at foretage en regulering af Manuels følelser og indre kaos.

Grøn 1 - (0:39 – 2:00)

Følgende analyse er baseret på et heuristisk interview af undertegnede, med det formål at få klarlagt på hvilken måde jeg lytter, hvad der sker med mig under improvisationen, og hvordan jeg forstår det. Dette interview er transskriberet og findes i bilag 6.2.

Heuristisk analyse (*beskrivende*):

Hele improvisationen spilles i dur i det helt lyse register. Musikken starter med at være svag, uden puls og er fra min side et forsøg på at lede efter 'det blå', fordi hverken jeg eller Manuel ved, hvad det blå er. Fra ca. 29-35 sekunder inde i improvisationen begynder der at opstå en puls og et tema. Frem til dette tidspunkt i improvisationen foretager Manuel 5-6 hørbare vejtrækninger oftest i forbindelse med den opadgående brudte akkord i venstre hånd. Min søgen efter det blå i improvisationen finder herefter hen til *noget*. Det *noget* husker jeg selv som værende noget let og lyst og rart – alle de gode ting, som ikke er i sumpen.

Jeg er i starten af improvisationen, frem til omkring 35 sekunder, hvor formen begynder at indfinde sig, meget opmærksom på hans reaktion. Jeg er usikker på, om han kan være i det meget stille og pulsløse spil, da det normalt ikke er hans musikalske stil. Min opmærksomhed er således dobbeltrettet – mod ham og mod mig selv/mit spil. Men da både han og jeg begynder at hvile i det, og jeg synes, jeg har fundet 'det blå', bliver jeg mere optaget af at spille det og udforske det, og jeg synes, det er rart 'bare' at være til stede i det, jeg spiller. Jeg oplever en ro, nu hvor jeg kan mærke at Manuel godt kan være i improvisationen, og jeg kan se at han sidder i sengen og lytter koncentreret, mens han kigger ud ad vinduet.

På et tidspunkt opstår tanken igen om, hvorvidt han kan være i det og samtidig synes jeg, at der er blevet sagt det, der skal siges om det blå via musikken. Improvisationen ebber ud ved at falde i tempo og intensitet. Efterfølgende er der en lang pause, som bliver vigtig, og som jeg analyserer herunder.

Orange 1 - (2:00 – 2:23)

Beskrivende: Han er stille i 16 sekunder inden han siger "ja", og herefter stille igen inden han siger "det ved jeg sgu ikke". Det er vigtigt for mig, at jeg ikke bryder tavsheden ved at sige noget eller spørge om noget, men at jeg giver ham plads og tid til at være i stilheden og selv tage initiativ til at bryde den.

Forklarende: Jeg husker denne pause som meget intens, og musikken i rummet som meget nærværende. Jeg tænker, at det musikalske indtryk har en indvirkning på ham. Jeg forstår det som, at der sker noget i hans indre bevidsthedstilstand. Han er til stede i nuet, i sig selv og i pausen – han prøver ikke at slippe væk.

Grøn 2 - (2:24 – 2:28)

Beskrivende: Her siger han, at musikken minder ham om, at han er blevet en 'sniger'. Jeg spørger ind til, hvad han mener med det, og det forklarer han mig.

Forklarende: Det, at han er blevet mindet om noget andet via improvisationen, forstår jeg som, at der er sket en forandring. Han er kommet ud af den negative tankespiral og over i noget andet og mere positivt.

Min tolkning af Sumpen

I det følgende laver jeg en tolkning af udvalgte markører fra de to analyserede klip. Jeg tolker på de markører, der viser en **affektiv afstemning** og en **regulering**. Først tolker jeg på klip 1 og derefter følger tolkning af klip 2.

Klip 1: Sumpen

1. Improvisationen i dette klip (**Rød** **1 - (2:45 – 8:13)**) tolker jeg som værende én lang affektiv afstemning. Jeg laver improvisationen på baggrund af det billede, Manuel verbalt har givet mig af, hvilken farve hans følelsesmæssige tilstand har, og hvordan det ser ud. En boblende syresump der er militærfarvet. Jeg afstemmer mig primært med det 'boblende' og med det faktum, at han synes, det er ligesom en sump. Derudover tolker jeg på 'militærfarvet' som værende noget dystert, og prøver derfor at få denne stemning frem, i det jeg spiller. Boblerne prøver jeg at udtrykke ved at spille trinvis og trillende strofer i højre hånd, og sumpen prøver jeg at give et udtryk ved at lade den venstre hånd spille tungt og ensformigt, nogle gange i kvint-akkorder andre gange som en slags 'walking bas'. Det, at han tegner under stort set hele improvisationen og bagefter fremviser et billede af den boblende militærfarvede syresump, tolker jeg som, at jeg med denne improvisation, har formået at afstemme mig med ham og vist ham hans følelser i en musikalsk ramme og dermed en anden modalitet.

2. Efter flere gennemlytninger af improvisationen i dette klip, går det op for mig, at der sker en hørbar gensidig regulering på det tidspunkt i improvisationen, hvor Manuel begynder at tegne (**Grøn** **1 - (3:40 – 3:46)**). Mit spil har været lidt prøvende indtil da og ikke rigtig fundet sin form, men i disse sekunder hvor han begynder at tegne i kruseduller, begynder mine triller i højre hånds spil at tage form. Det tolker jeg som, at der sker en ubevidst regulering mellem ham og mig. Mit spil synkroniserer sig med hans måde at tegne på.

3. På et tidspunkt (**Grøn** ↓ **1 - (5:56)**) i improvisationen falder mit spil til ro efter at have været oppe i tempo. Dette er ikke en bevidst handling fra min side, derfor er markøren farvet grøn og ikke lilla. Jeg tolker det som en indre regulering hos mig og ikke som en dyadisk regulering med Manuel, da jeg ikke umiddelbart kan høre noget i hans vejtrækning eller gestik, der skulle initiere denne regulering. Mine egne følelser, mit eget indre og hele mit nervesystem opgiver kampen for at komme ud af sumpen. Der sker en resignation og jeg accepterer, at jeg (vi) sidder fast i sumpen.

4. I slutningen af improvisationen (**Grøn** **2 - (8:00 – 8:13)**) sukker Manuel og mit spil finder sin afslutning. Som beskrevet ovenover sker det ubevidst og jeg tolker det som, at min improvisation bliver reguleret af Manuels suk. Der sker en dyadisk regulering initieret af Manuel, som jeg ubevidst reagerer på. Jeg er yderligere overbevist om, at Manuel ikke sukker bevidst, men hans indre sindstilstand er ved at falde til ro efter improvisationen og hans tegning og det bliver hørbart via dette suk. Denne markør er grøn for regulering, men er et eksempel på, at den også indeholder affektiv afstemning. Dette vil blive diskuteret i afsnit 5.1.

5. Efter improvisationen (**Rød** **2 - (8:14 – 8:20)**) siger Manuel: "Så har vi den – den boblende sump", hvorefter han viser tegningen frem, og vi taler om den. Det, at han har kunnet tegne denne sump, som er et billede på, hvordan hans relationelle forhold til medbeboerne er, og samtidig et billede på, hvordan det føles for ham, fortæller mig at musikken har fungeret som en ramme for ham ift. at få eksternaliseret sine følelser og sine oplevelser. Jeg fortolker derfor hans sætning "Så har vi den – den boblende sump", som et udtryk for at han har følt sig forstået og mødt, og der på den måde er sket en affektiv afstemning.

6. Efter improvisationen og den efterfølgende verbalisering med Manuel om hans tegning af sumpen, tager han en dyb vejrtrækning og siger JA (**Grøn** **3 - (10:38 – 10:42)**). Lige forud for hans vejrtrækning og suk har han sat ord på, en frygt han har: "det er sådan noget jeg frygter – at de er derovre eller at det er dem der har lavet sumpen". Så den regulering der finder sted her, tolker jeg er baseret på tegningen som udgangspunkt, men også det faktum, at han italesætter, at han har denne frygt. Det, at han hører sig selv sige, hvad han er bange for, tror jeg er med til at få ham til at slappe af. Denne markør er grøn for regulering, men er et eksempel på, at den også indeholder affektiv afstemning. Dette vil blive diskuteret i afsnit 5.1.

Klip 2: Sumpen – det blå

1. Improvisationen, som omhandler det blå fra Manuels tegning (**Grøn** **1 - (0:39 – 2:00)**), tolker jeg som værende én lang regulering, der har det formål, at få ham ud af 'sumpen' og over i 'det blå' = noget andet. De dybe vejrtrækninger Manuel foretager, mens jeg spiller opadgående akkorder i venstre hånd, lægger jeg ikke mærke til i situationen, men bemærker ved gennemlytningerne ifm. analysen. Jeg tolker disse vejrtrækninger som, at der sker en regulering af hans nervesystem. Samtidig sker der en dyadisk regulering mellem ham og mig, idet mit søgende spil efter disse 5-6 dybe vejrtrækninger finder på plads. Det tolker jeg som, at der er sket en synkronisering og gensidig regulering af hans og mit nervesystem.

2. Efter improvisationen og den efterfølgende lange pause er det tydeligt for mig, at der er sket en regulering hos Manuel (**Grøn** **2 - (2:24 – 2:28)**). Jeg oplever, at han er kommet ud af den negative tanke-spiral, han indtil da har været i længe. Han siger, musikken (det jeg lige har spillet) minder ham om, at han er blevet en 'sniger'. Han taler ikke længere om 'sumpen' og 'de andre'. Disse to faktorer tolker jeg som, at der er sket en regulering hos ham.

Opsummering af 'Sumpen'

De to klip der er blevet analyseret i dette afsnit, har både indeholdt improvisationer, tegning og verbalisering. Klippene har tilsammen tydeliggjort, hvordan affektiv afstemning finder sted via musikalsk improvisation, og hvordan regulering kan forekomme i samme improvisation. Derudover er det også blevet tydeligt, hvordan en improvisation kan bruges til at regulere fra et følelsesmæssigt kaos over i noget helt andet. Klippene har yderligere vist, hvordan improvisation og tegning tilsammen kan skabe en ramme for at få eksternaliseret en følelsesmæssig tilstand og efterfølgende være facilitator for en verbalisering af den oplevede virkelighed hos en klient.

Det er også blevet tydeligt, hvordan den implicitte viden om Manuel er blevet brugt aktivt i den terapeutiske proces. Yderligere fremgår det, hvordan Manuel formår at være aktivt deltagende og interagere med mig.

I disse to klip fra samme session, har vi set flest eksempler på regulering og et par eksempler på affektiv afstemning. Der er også eksempler på at de to begreber er svære at adskille. I det følgende laver jeg en kort opsummering af, hvordan de to begreber er trådt frem via analysen.

Affektiv afstemning

Som nævnt ovenfor finder affektiv afstemning sted to steder i klip 1 ('Sumpen'), som er markeret som regulering. Det er et udtryk for at de to begreber er svære at skille ad. Derudover er der to steder med affektiv afstemning i denne analyse og de er også fra klip 1. Hele improvisationen i dette klip 1 er markeret som værende én lang affektiv afstemning. Derudover sker der en affektiv afstemning dér hvor Manuel siger: "Så har vi den – den boblende sump". Således forekommer affektiv afstemning i dette klip i to forskellige modaliteter.

Regulering

Reguleringerne i disse klip har både været bevidste og ubevidste, samt dyadiske og intrapersonelle. Reguleringerne har fundet sted både via musikalsk udtryk, tegning og verbalisering. De er kommet til udtryk verbalt og ved psykobiologiske ændringer som f.eks. suk og dybe vejtrækninger.

De dyadiske reguleringer har fundet sted i de to improvisationer. I improvisationen fra klip 1 ('Sumpen') er det sket to gange. 1: ved at han begynder at tegne og mit spil ændrer sig og 2: at han sukker og improvisationen finder sin slutning. Sidstnævnte kan også være et udtryk for affektiv afstemning. I improvisationen fra klip 2 ('Sumpen – det blå') sker den dyadiske regulering ved at han tager nogle dybe vejtrækninger og mit spil former sig efter det. De dyadiske reguleringer der indeholder vejtrækninger og dybe suk er også psykobiologiske reguleringer hos Manuel.

Der er en ubevidst regulering i improvisation fra klip 1 ('Sumpen'), hvor mit spil ændrer sig og falder til ro.

I slutningen af det første klip, efter vi har talt om hans tegning, sukker han. Dette er både et udtryk for affektiv afstemning og en intrapersonel regulering af hans tilstand.

Den verbale regulering ses i slutningen af klip 2, hvor han sætter ord på, at han er blevet en sniger. Her viser han, at han er blevet reguleret.

4.4 Opsummering af analyse

Noget af det der primært er blevet tydeligt via analyse og fortolkning er, at affektiv afstemning og regulering kan optræde differentieret, men ofte finder sted i så tæt sammenhæng, at det er svært at adskille. Derudover viser analyse og tolkning at affektiv afstemning kan optræde verbalt i både kort og lidt længere form samt i musikalsk intervention også over kortere eller længere tidsinterval. Der ses ydermere et tydeligt billede af, at musikken er det primære redskab til at opnå regulering i disse klip. Slutteligt viser analysen eksempler på at reguleringen både er dyadisk og intrapersonelt.

5. Diskussion

Denne undersøgelses problemformulering lyder:

Hvordan kan affektiv afstemning og regulering gennem musikterapi forstås i arbejdet med en mandlig klient med multiple diagnoser såsom ADHD, alkoholdemens, angst og psykoser?

Affektiv afstemning og regulering i musikterapi med klienten i denne case har via analysen vis sig ofte at optræde i meget tæt sammenhæng. Begreberne kan dog alligevel erfares adskilt. Analysen har yderligere vist at begge begreber må forstås som noget der kan forekomme bevidst og ubevidst samt verbalt og musikalsk i både kortere og længere tidsintervaller. Derudover har analysen vist eksempler på dyadisk regulering i den terapeutiske relation.

Jeg vil i dette afsnit diskutere nogle af de aspekter af analysen, jeg har fundet væsentlige ift. specialets problemformulering. Primært vil de to begreber affektiv afstemning og regulering blive diskuteret med fokus på, hvor tæt forbundne de er i det terapeutiske arbejde. Eksempler fra analysen vil blive inddraget. Derudover vil jeg diskutere og eksemplificere, på hvilke måder det har været muligt at opnå en regulering og jeg vil diskutere regulering i den terapeutiske relation. Jeg vil yderligere diskutere musikkens rolle ifm. affektiv afstemning og regulering, samt hvordan det har været muligt at foretage musikterapeutisk arbejde med en person, der har det sygdomsbillede som Manuel har. Etiske spørgsmål og undersøgelsens relevans for klinisk praksis, vil også blive diskuteret. Afsnittet afrundes med en opsamling.

For overskuelighedens skyld er alle klip fra analysen i det følgende sat i numerisk rækkefølge og vil derfor blive refereret til således:

Klip 1 – Aldrig tilbage igen

Klip 2 – Lyse nætter

Klip 3 – Lyse nætter improvisation

Klip 4 – Sumpen

Klip 5 – Sumpen – det blå

5.1 Sammenhæng og forskelle mellem affektiv afstemning og regulering

Både det teoretiske afsnit (afsnit 2) og selve analysen (afsnit 4), giver et billede af, hvordan affektiv afstemning og regulering er tæt vævet sammen, og dog alligevel kan erfares og opdages i en rendyrket form. Hvornår og hvordan hænger de to begreber sammen eller er adskilt? Er det muligt at lave affektiv afstemning og regulering på samme tid? Skal der finde en regulering sted før man kan lave en affektiv afstemning? Eller omvendt? I det følgende vil jeg komme med nogle eksempler fra analysen, som tydeliggør dels hvordan begreberne hænger sammen og forekommer sideløbende, men også komme med eksempler på, hvor det er tydeligt, at begreberne kan stå alene enten i rendyrket form eller som optakt til/forlængelse af det andet begreb.

Tæt sammenhæng

I klip 1 – 'Aldrig tilbage igen' spiller jeg en empatisk improvisation (**Rød** **2** – (0:49 – 1:15)). Jeg havde som udgangspunkt ikke til hensigt at opnå en regulering, men 'blot' at forsøge af foretage en affektiv afstemning. I begyndelsen af analysefasen var denne markør lyseblå for at angive en 'vigtig interaktion'. Senere skiftede den farve til rød for at angive en affektiv afstemning, men jeg havde store overvejelser omkring, hvorvidt den skulle skifte til grøn for at angive en regulering. Jeg endte med at nævne den både under affektiv afstemning og regulering i tolkningen af dette klip, men den skal primært forstås som en empatisk improvisation som beskrevet i afsnit 2.2.3. Denne improvisation er for mig et tydeligt eksempel på, at en affektiv afstemning også kan være en regulering. Improvisationen er en affektiv afstemning, fordi det er en matching af Manuels indre sindstilstand/vitalitetsfølelse i en anden modus, sådan som Stern beskriver begrebet (se afsnit 2.2.1), men det er samtidig improvisationen og den måde jeg spiller på, der er midlet til at opnå, at Manuel bliver reguleret fra sine kaotiske følelser til at tænke på nogle digte, han har skrevet. Således forekommer affektiv afstemning og regulering i dette eksempel på samme tid.

Endnu et eksempel på hvor tæt affektiv afstemning og regulering er forbundet, er det der sker efter improvisationen fra klip 1 'Aldrig tilbage igen' (**Grøn** **1** – (1:23 – 1:36)). I analysen er disse sekunder angivet som en regulering, men de har været tæt på at blive anført som affektiv afstemning eller endda at blive endnu mere opdelt i mindre sektioner. Som beskrevet i analysen (afsnit 4.3.1) giver Manuel improvisationen et navn. Dette forstår jeg som, at han føler sig afstemt, da han har kunnet genkende sin indre følelsesmæssige tilstand i musikken og sætte ord på den. Lige bagefter trækker han vejret meget dybt, hvilket jeg forstår som en regulering af hans indre. Da jeg lidt efter tilføjer "hans nu-og-her-følelse", svarer han med et meget stille og blødt "ja", der for mig at se både udtrykker, at han føler sig affektiv afstemt via min verbalisering ang. hans sindstilstand – *samt* at han er blevet reguleret, og hans nervesystem er faldet til ro. Således validerer hans måde at reagere på, at der er tale om en affektiv afstemning og en regulering på samme tid.

Den morgenvækning jeg foretager i klip 2 – 'Lyse nætter' var, som nævnt i analysen (se afsnit 4.3.2), tænkt fra min side som en bevidst regulering. Det ville derfor være nærliggende at nævne dette eksempel som en 'ren regulering', men ved nærmere analyse indeholder denne intervention, hvor jeg synger og spiller, også matching af Manuels grad af vågenhed via mit spil og min stemme. Det er således endnu et eksempel på, hvor tæt forbundne begreberne er. Ydermere er det et eksempel på, at regulering og affektiv afstemning foregår samtidig. Mine allerførste anslag på guitaren (afsnit 4.3.2 **Rød pil 1** - (0:34)) er både tænkt som en begyndelse på at regulere ham mentalt vågen, og samtidig er det en matching af hans måde at være til stede på i dette øjeblik.

To andre eksempler fra analysen, hvor regulering og affektiv afstemning sker på samme tid, og hvor det derfor har været svært at afgøre om markørerne skulle være grønne for regulering eller røde for affektiv afstemning er fra klip 4 – 'Sumpen' (afsnit 4.3.3 **Grøn** **2** - (8:00 – 8:13) og **Grøn** **3** - (10:38 – 10:42)). Som det fremgår, fastholdt jeg den grønne markør, og dermed kategoriseringen som regulering. Men Manuels suk i slutningen af improvisationen (**grøn 2**) kan både tolkes som værende et udtryk for at han i de samme sekunder føler sig mødt og forstået og samtidig reguleret. Det samme kan være tilfældet i slutningen (**grøn 3**). Manuel og jeg har talt sammen i ca. 2 minutter om den tegning, han har tegnet (se bilag 4) til den improvisation, jeg har spillet. Han afslutter med at sukke og sige 'ja', lige efter at han selv har sat ord på sin frygt. Sukket er tydeligvis et tegn på regulering, og jeg forstår det som, at denne regulering opstår i direkte forlængelse af, at han har opnået en egen indre forståelse for, hvad det er, han er bange for. Det interessante i dette sidste tilfælde er, at jeg i min rolle som terapeut ikke foretager en affektiv afstemning som i Sterns definition som 'matching af vitalitetsfølelser'. Jeg parafraserer nogle af hans

sætninger og jeg stiller uddybende spørgsmål til det, han fortæller. Jeg tolker det som, at denne dialog alligevel er med til at give ham følelsen af at være forstået – ikke mindst af sig selv. Det kan dog ikke udelukkes, at den improvisation, jeg har spillet før vores afsluttende dialog, og som har været én lang affektiv afstemning, muligvis stadig sidder i kroppen hos ham undervejs i vores dialog.

Affektiv afstemning alene

I starten af klip 1 'Aldrig tilbage igen' (0:05 + 0:17 + 0:20), sker der en ubevidst affektiv afstemning via betoning i ord eller dele af ord mellem Manuel og mig (se afsnit 4.3.1 for yderligere uddybning). Jeg tror, at denne affektive afstemning, som sker over korte individuelle sekunder, er med til at facilitere, det der efterfølgende sker i den empatiske improvisation, og som ender med en regulering af Manuels følelser. (Se teoretisk reference til Stern og Fosha i afsnit 2.2.6 samt diskussionsafsnit 5.2.) Disse tre enkeltstående ord/stavelser er for mig at se et rigtig godt eksempel på, affektiv afstemning i en rendyrket form.

Der er yderligere et eksempel fra samme klip, hvor affektiv afstemning kan ses som et enkeltstående eksempel. Da jeg slår den sidste tangent til venstre an på keyboardet, som Manuel har bedt mig om (se evt. bilag 5.1), spørger jeg efterfølgende, om det er sådan, han har det. Dette bekræfter han, hvilket jeg også har fortolket i afsnit 4.3.1 som værende en affektiv afstemning. Jeg matcher hans indre og returnerer det i en anden modalitet, som han genkender. Der sker en affektiv afstemning som står helt rent og alene.

Regulering alene

Som beskrevet i afsnit 2.1.7 forstår jeg regulering i den terapeutiske proces som noget, der kan opstå ubevidst, men også noget der kan ske bevidst fra terapeutens side med det formål at regulere klienten. Jeg vil gerne fremhæve et eksempel fra analysen, som er et udtryk for en bevidst regulering, der også indeholder ubevidste reguleringer, som først opdages i analysefasen og som overordnet set er en 'ren' regulering.

I analysens afsnit 4.3.3 fremgår det hvorledes Manuel sidder fast i nogle følelser, som han har forsøgt at tegne, mens jeg improviserede (klip 4 – 'Sumpen'). I en dialog, som ikke er inddraget i denne undersøgelse, bliver det tydeligt for mig, at han stadig er fyldt af de samme frustrerende følelser som inden improvisationen. Jeg fornemmer, på det han siger (indhold og tonefald), at han ikke er reguleret – hvilket dog heller ikke var formålet med improvisationen i klip 4 – og det italesætter jeg, ved at sige: "jeg synes faktisk, jeg kan høre, at du stadig sidder lidt fast i sumpen". Herefter beslutter han sig for at tage sine morgenpiller, hvilket jeg synes er interessant, fordi det kunne tyde på, at han er klar over, at han trænger til at blive reguleret. Han giver dog ikke udtryk for, at han synes, det er en god ide at jeg spiller 'det blå' fra hans tegning, så det er et valg, jeg træffer på baggrund af min viden om ham, som et forsøg på at opnå en regulering. Jeg vurderer, at det ikke er hensigtsmæssigt eller rart for ham at være i disse følelser (se afsnit 5.6 vedr. diskussion af dette), og beslutter, at prøve at regulere ham væk fra disse følelser. Den efterfølgende improvisation i klip 5 ('Sumpen – det blå') er således et bevidst forsøg på at regulere Manuel væk fra sumpen og over i 'noget andet', som i dette tilfælde er symboliseret via det blå i hans tegning. Sådan som jeg forstår regulering, hvor der i dette tilfælde er tale om regulering af en indre følelsesmæssig tilstand hos klienten, sker det her i en ren form via en musikalsk intervention, hvor Manuel er lyttende og medlevende. Jeg oplever, at det er musikken og den måde den bliver spillet på, der regulerer ham. Jeg prøver ikke på noget tidspunkt at foretage en bevidst affektiv afstemning af Manuel, men hvorvidt der finder ubevidste afstemninger sted, kan jeg ikke udelukke, da disse netop er ubevidste og ofte sker i ganske

korte sekunder (se reference til Fosha, 2012 i afsnit 2.2.6). Jeg er dog blevet bevidst om, at der finder ubevidste reguleringer sted. De er blevet hørbare for mig via gentagne aflytninger. Da de er dyadiske vil de blive diskuteret i afsnit 5.3. Improvisationen 'Sumpen – det blå' er et godt eksempel på et sted i analysen, hvor regulering forekommer alene.

Efter improvisationen er Manuel stille i – for ham – lang tid (Orange  1 - (2:00 – 2:23)) og jeg har en tydelig fornemmelse af, at musikken er meget nærværende og fylder hele rummet. Denne lange pause og det, at Manuel bryder tavsheden ved at tale om noget helt andet end tidligere (noget musikken har mindet ham om), fortæller mig, at han er blevet reguleret. Hvad er det i improvisationen, der muligvis fordrer en regulering? Intensitet, klang, tempo, toneart, register? Det kan være svært at sige, da Manuel ikke sætter ord på og f.eks. siger "de lyse toner minder mig om" eller "jeg blev så rolig af det langsomme tempo". I de gentagne aflytninger af denne improvisation blev det dog tydeligt for mig, at Manuel foretager nogle lange dybe vejrtrækninger næsten synkront med, at jeg spiller nogle brudte opadgående akkorder i venstre hånd. Måske kan dette tolkes som at Manuel ved denne musikalske bevægelse bliver 'trukket op ad sumpen' og op til 'det blå'. Det kan også være, at det er den rolige bevægelse i kadencen og ikke det faktum, at den er opadgående, der beroliger hans nervesystem og får ham til at tage de dybe vejrtrækninger. Som nævnt er dette et eksempel, hvor regulering ses i 'ren' form.

5.2 Måder at opnå regulering på

Med udgangspunkt i analysens fund vil jeg diskutere, på hvilke måder det er muligt at opnå en regulering.

Der er fremkommet eksempler på at regulering er sket via improvisationer (klip 1 og klip 5), via sang og spil som morgenvækning (klip 2) og via affektiv afstemning af ord/stavelser (klip 1). Hvordan kan jeg vide, at Manuel er blevet reguleret? Jeg bruger dels min viden om hans måde at være og tale på, og dels min empatiske tilstedeværelse. Derudover lytter og ser jeg efter fysiske tegn, såsom dybe suk/vejrtrækninger, pauser (som er uvante for ham), det at han skifter samtaleemne og kropsholdning.

Et eksempel på dette er fra klip 1 - 'Aldrig tilbage igen' hvor Manuel bliver reguleret via en empatisk improvisation. For mig bliver reguleringen tydelig, fordi han giver improvisationen en titel, da jeg er færdig med at spille og han ganske kort tid efter begynder at tale om nogle digte, han har skrevet. Det er en regulering som er tydelig for mig i situationen. Men hvordan er vi kommet hen til at den empatiske improvisation også bliver en regulering? Efter flere gennemlytninger af klippet, reflekterer jeg over, at der nok er en sammenhæng mellem de tre betoning (se afsnittet 'affektiv afstemning alene' ovenover) og det at den empatiske improvisation fungerer som regulering. Derudover sætter jeg i det heuristiske interview ord på, at jeg føler en aggression, mens jeg spiller. Det, at jeg på denne måde prøver at matche hans indre buldrende vitalitetsfølelse, er et godt eksempel på, at en/flere affektive afstemning(er) fører til en regulering. Man kan selvfølgelig diskutere om ikke Manuel ville være blevet reguleret i improvisationen uden de forudgående mikro-afstemninger. Men ville han have taget initiativ til at bede mig starte improvisationen og "træde den sidste tangent til venstre", hvis ikke der havde fundet disse små mikroafstemninger sted? Jeg synes, det er interessant, hvordan korte, ubevidste afstemninger, som Stern nævner at det terapeutiske arbejde er fyldt med (Stern, 2010), kan initiere en følelsesmæssig resonans hos en klient, som igen kan lede til en fortsættelse af det terapeutiske arbejde.

Et andet eksempel på en regulering er fra klip 2 – 'Lyse nætter', hvor den musikalske morgenvækning skaber en kognitiv regulering hos Manuel, som holder langt ind i sessionen og skaber et rum for den fælles

improvisation, der er inkluderet i klip 3 – 'Lyse nætter improvisation'. Her er det den fælles improvisation, og det at Manuel begynder at synge sangen efter den ikke har været en del af interaktionen et stykke tid, der fortæller mig, at han er reguleret. Denne regulering kan derfor forstås på en anden måde end de andre typer af regulering, jeg har inddraget i denne analyse, hvor jeg bevidst går ind og forsøger at regulere Manuel ud af en negativ og destruktiv følelse. I denne improvisation bliver Manuel ikke reguleret fra en negativ sindstilstand til at tænke på noget andet. Her har han det, efter min opfattelse, fint og reguleringen handler derfor mere om, at han bliver optaget af noget andet og kommer til at se sig selv på en anden måde. Hans generelle selvbillede er præget af lavt selvværd, men via denne fælles improvisation er det tydeligt, at han tillægger sig selv mere betydning, som den operasanger han forestiller sig, han er. Der er ingen forudgående intentioner fra min side om, at Manuel skal reguleres et bestemt sted hen. Jeg tænker derfor, at denne regulering ikke er en regulering væk fra noget men en selvregulering af hans indre. Han bliver reguleret *ind* i at få et mere betydningsfuldt selvværdsbillede.

Improvisationen fra klip 5 ('Sumpen – det blå'), vil jeg ikke uddybe her, da den er beskrevet indgående i afsnit 5.1, men den improvisation er også en måde at opnå regulering på.

5.3 Regulering i den terapeutiske relation

En tryk og god relation er vigtig for at kunne foretage gensidig regulering og affektiv afstemning. Flere forskere har sat lighedstegn mellem affektiv afstemning og sikker tilknytning, som igen er grundlaget for en tryk og god relation (Fonagy & Target, 2006; Fosh, 2012; Hart & Schwartz, 2008; Schore, 2006b, Stern, 2000). Der er således god grund til at antage, at den løbende affektive afstemning, jeg bevidst eller ubevidst foretager med Manuel, er udgangspunktet for den gode relation på trods af at den medfødte evne til gensidig forventning som Stern (2000) bl.a. har beskrevet, højst sandsynligt ikke er blevet stimuleret hos Manuel qua det omsorgssvigt, han har oplevet som barn.

Jeg synes, det er relevant at stille spørgsmålet: er det muligt at regulere uden selv at blive reguleret? Og kan en gensidig regulering finde sted i et dyadisk samspil med en person, der har ringe reguleringsevne? I den forbindelse vil jeg gerne inddrage improvisationen fra klip 5 ('Sumpen – det blå'). I min analyse af denne improvisation blev det klart for mig, at der finder en gensidig regulering sted. Manuel foretager nogle dybe vejrtrækninger, som jeg har tolket som værende en indre regulering hos ham, men samtidig oplever jeg, at min måde at spille på ubevidst reguleres til at finde ind i et tema. Jeg tænker, at en modoverføring har fundet sted her, forstået som en ubevidst form for kommunikation, og at det er "terapeutens ubevidste reaktion på klientens overføring", som Pedersen (2005) beskriver det. Hans nervesystem bliver reguleret og falder til ro og min improvisation finder ind i 'det blå'.

Et lignende eksempel på en sådan dyadisk ubevidst regulering, som også kan forstås som en modoverføring, er fra klip 4 'Sumpen', hvor Manuel i starten af improvisationen begynder at tegne og min måde at spille på regulerer sig efter hans tegnemønster, samt i slutningen af samme improvisation, hvor Manuel sukker og min improvisation finder sin afslutning.

Disse modoverføringer kan ses som værende empatiske modoverføringer, der af musikeren og musikterapeuten Mary Priestly er defineret som at "terapeuten er i resonans med følelser fra klienten, som endnu er ubevidste for denne" (Pedersen, 2014, s. 188). Når jeg således ubevidst reagerer på Manuels suk, er det i form af en empatisk modoverføring, hvor jeg resonerer med og reagerer på hans udtryk. Dermed sker der også en regulering hos mig. På den måde sker der en gensidig regulering, som jeg umiddelbart tolker som værende et godt grundlag for en videre regulering af Manuels følelser. I et norsk studie af Ingwill

Sannes (2012), hvor 4 musikterapeuters arbejde undersøges ift. emotionsregulering, er der hos musikterapeuterne enighed om, at relationerne til klienterne "bærer præg af gensidig regulering i form af, at terapeuterne aktivt tuner sig ind på og justerer sig efter klienterne. Denne gensidige regulering ses som et grundlag for at emotionsregulering kan finde sted" (Sannes, 2012, s. 35). Dette synes jeg, bekræfter min oplevelse af vigtigheden af gensidig dyadisk regulering i den terapeutiske proces, om end den i dette studie er beskrevet som værende en bevidst og aktiv regulering.

I 3 af de 4 inkluderede improvisationer (klip 1, 4 og 5) er det via det heuristiske interview i analysen, samt via egen hukommelse og refleksion blevet tydeligt, hvor meget jeg lytter til Manuels reaktioner, mens jeg spiller. Denne måde at være til stede på i en musikalsk improvisation i en klinisk setting er af Inge Nygaard Pedersen blevet beskrevet som 'musikterapeutens disciplinerede subjektivitet' (Pedersen, 2000, 2007). Den disciplinerede subjektivitet handler om "at være subjektivt til stede og samtidig være medsvingende i forhold til klientens univers" (Pedersen, 2000, s. 88). Det at man som terapeut har denne delte opmærksomhed i en improvisatorisk intervention, anser jeg som værende et godt udgangspunkt for at lave affektiv afstemning og regulering.

5.4 Musikkens rolle i forhold til affektiv afstemning og regulering

Musikken er ét redskab ud af flere der giver mulighed for at gengive Manuels affektive tilstand i en anden modalitet (Stern, 2000). "Musik anvendt i den musikterapeutiske relation har en formidabel evne til at udvikle en gensidig reguleringsproces" (Hart, 2017, s. 54). I lige præcis denne case med Manuel er det et rigtig godt redskab, idet musik i forvejen har en stor rolle i Manuels liv, bl.a. ved at han lytter til musik, når han er ude at gå samt spiller på sit keyboard og synger til. Når jeg således bruger morgensang til at regulere ham, og han vågner og bliver engageret og aktiv i stedet for at forblive passiv, så er der flere aspekter i det. Dels forbinder Manuel musik med noget godt og rart. Han har i nogle sessioner ordret sagt til mig: "musik har reddet min røv og er skyld i at jeg eksisterer" og "det gi'r mig fornuft og fred". Dels bruger jeg musikalske parametre bevidst i min afstemning med Manuel og min regulering af ham. Jeg er ikke i tvivl om, at musikken har en vigtig rolle ift. dette, da Manuel ofte blev forsøgt vækket af en medarbejder, inden jeg kom over til ham, uden den tilsigtede effekt.

Ved at bruge musik i det terapeutiske arbejde med Manuel er det også blevet muligt for ham i øjeblikket at se/høre sig selv udefra (se klip 1, **Rød** 2 og klip 4 **Orange** 3). Dette kan opfattes som værende et lille skridt hen imod en mentaliseringsevne hos Manuel, da mentalisering netop bliver beskrevet som at "se sig selv udefra og andre indefra" (Batemand & Fonagy, 2016). Musikken bliver her et redskab til at få eksternaliseret nogle af de indre følelser, som han ellers har så svært ved at sætte ord på. På den måde får musikken en kommunikativ rolle.

Musikken har også haft den rolle, at den har fået ham til at tænke på noget andet dvs. blive reguleret. Ville han kunne komme til at tænke på noget andet, hvis han f.eks. ser en film i fjernsynet? Eller spiller billard med de andre? Hvorfor er det lige præcis musikken, der kan skabe denne forandring? En årsag kunne måske være musikkens vej til hjernen som beskrevet af Erik Christensen (2017) på baggrund af andre forskeres undersøgelser. Musikkens lyd bevæger sig gennem hjernestammen, som registrerer, bearbejder og integrerer musikkens egenskaber (klang, timing m.m.) og sender den videre ud i hjernens nervesystem. Da hjernestammen samtidig er center for regulering af kroppens indre tilstande, bl.a. emotioner, åndedræt og puls, kan disse påvirkes af musikkens kvalitet og egenskaber (Christensen, 2017). Musikken og musikkens kvalitet og egenskaber alene kan gøre en forskel. Men jeg synes, det er vigtigt at pointere, at det er kombinationen af musikkens egenskaber og det at jeg bruger musikken og dens parametre bevidst, der

er omdrejningspunktet i det musikterapeutiske arbejde. Det er blevet tydeligt for mig via analysearbejdet i denne undersøgelse. Musikken har helt sikkert været et vigtigt redskab i arbejdet med Manuel særligt ift. at foretage afstemninger og prøve at opnå reguleringer, og jeg har brugt musikken bevidst. Bl.a. har jeg valgt morgensange ud fra forskellige parametre ift. min viden om ham, og hvad jeg ville opnå med morgenvækningen. Jeg har implementeret instrumentale improvisationer så ofte som det var muligt og på trods af, at han lå i sengen og ikke selv ville improvisere på sit keyboard. Der har været mange eksempler på tekstimprovisationer som ikke er inddraget i denne undersøgelse. Musikkens rolle er mangfoldig og vigtig, men jeg forstår det sådan, at der er en sammenhæng mellem at det er mig der er til stede sammen med musikken. Men det er relevant at diskutere om en anden kunne have lavet f.eks. samme morgenvækning med samme morgensang som jeg? Eller om andre kunne have opnået den samme intensitet i improvisationen i 'Lyse nætter improvisation'? Jeg tror den trygge relation er en vigtig faktor i svaret på dette spørgsmål. Med det er også muligt at min måde at synge og spille på til morgenvækning f.eks., har indvirket på en måde, som det ikke ville være tilfældet, hvis det var en anden.

5.5 Musikterapeutisk arbejde med en multi-diagnosticeret mand

I mit arbejde med Manuel har jeg flere gange stillet mig selv det spørgsmål, om det overhovedet gav mening, at lave musikterapeutisk arbejde med ham, bl.a. fordi han lider af alkoholdemens og derfor har svært ved huske. Undervejs i denne undersøgelse har jeg spurgt mig selv: "Kan han blive afstemt, når han har de diagnoser, han har, og når han er vokset op med omsorgssvigt? Har det været relevant at arbejde med disse begreber?"

Jeg tror, det har været relevant for Manuel at blive affektiv afstemt, fordi han på den måde kan føle sig mødt, selv om det er uvist, om han kan integrere erfaringen. Studier viser at "omsorgspersonens afstemthed har afgørende effekt på barnets følelsesmæssige selvreguleringsevne" (Håvås et al., 2015) og udvikling af selvfølelse (Stern, 1985). Hvis vi ydermere tager udgangspunkt i referencen fra afsnit 2.2.2, hvor Hart skriver at mor-barn-relationen kan overføres til terapeut-klient-relationen, så giver det mening at arbejde med affektiv afstemning med en person som Manuel, også selv om han ikke bevidst kan huske, at han er blevet afstemt. Det kan et spædbarn heller ikke, men oplevelsen og følelsen omkring det integreres alligevel i barnets nervesystem (Hart, 2009).

Både i Sterns teorier (1985, 2000, 2010) og i den neuroaffektive udviklingspsykologi (Hart, 2006a; Hart, 2006b; Hart, 2009) er affektiv afstemning et centralt begreb ift. at opnå det Stern har defineret som et 'mødeøjeblik' (Stern, 2004). Et mødeøjeblik er i den neuroaffektive forståelse et tidspunkt, hvor der sker en integration af tre forskellige områder i hjernen: det autonome, det limbiske og det kognitive. Når dette opstår, sker der en udvidelse af det neurale netværk, og dermed en udvikling hos klienten (Hart, 2006a). Et mødeøjeblik kan kun finde sted på det psykiske niveau, hvor klienten befinder sig. Set i lyset af denne forståelse anser jeg det for relevant at have arbejdet med affektiv afstemning i det musikterapeutiske arbejde med Manuel, som et forarbejde til at opnå et mødeøjeblik og dermed en mulighed for udvikling.

En anden problematik som er relevant at diskutere, er det faktum at alle sessioner foregik på Manuels værelse, som beskrevet i afsnit 1.1.2 Det bevirkede, at vi kunne risikere at blive afbrudt af andet personale, der bankede på, eller at Manuel spiste slik/drak sodavand undervejs. Derudover er det uklart, om han opfattede, at vi var i et terapeutisk rum, eller om han blot forstod det som, at jeg var på besøg med min guitar. Nogle af disse begrænsninger kan dog lige så vel være en ressource. Det, at vi var på hans værelse, kan have været en medvirkende faktor til, at han følte sig tryk og at det derfor var nemmere for ham at tale om personlige emner eller noget der var svært for ham. Jeg er derudover ret overbevist om, at det på

baggrund af Manuels mange udfordringer, ville have været meget svært at lave en fast aftale med ham om at møde op i et bestemt lokale én gang om ugen på et bestemt tidspunkt. Han ville de fleste af gangene ikke kunne huske, at vi havde en aftale, og *hvis* han kunne huske det, ville han være så impuls- og behovsstyret, at det slet ikke er sikkert, han ville deltage.

5.6 Etik

Jeg er blevet opmærksom på et etisk dilemma i forlængelse af, at jeg har fået en dybere forståelse af affektiv afstemning og regulering. Hvordan kan jeg vide om min klient vil reguleres eller ej? Hvad nu hvis jeg via musikken flytter min klient et sted hen, hvor han ikke vil være? Hvordan kan vi som musikterapeuter vide, hvad der er godt for særligt de klienter, der er kognitivt svækket og dermed har svært ved at give udtryk for, hvad de ønsker? Et etisk dilemma som jeg tænker, også er relevant ift. andre former for demens, klienter med hjerneskade m.m. Mennesker med svækkede kognitive evner kan ofte ikke selv formulere, hvad de har brug for eller sætte mål for det terapeutiske arbejde. Andre må fornemme og afgøre, hvad der er godt for vedkommende. Her kommer vores empatiske forståelse og følelsesmæssige resonans i spil sammen med vores viden om klienten. Vi må altså bruge os selv som pejlemærke for, hvad der vil være etisk forsvarligt, og det kræver en høj grad af faglighed og selvindsigt. Samtidig må vi i interventionen hele tiden være nærværende og opmærksom på, hvad der sker i klienten.

Hvordan kan jeg så vide, om den afstemning og regulering der ofte – men ikke altid – fandt sted med Manuel var god for ham? Udover at forsøge at aflæse ham og fornemme hans sindstilstand, må jeg basere min tolkning af, om det er positivt for ham på nogle af hans udtalelser og handlinger. I sessionen hvor jeg har reguleret ham med morgensang (klip 2), går der mindre end to minutter fra sangens slutning til han improviserer følgende tekst over samme melodi:

*Nu er jeg stået op igen.
Ka se du stadig er min ven
Havde ikke regnet med dig i dag
Men en tak skal du da ha*

Det tolker jeg som hans måde at sige tak for den regulering, der lige har fundet sted. Andre gange har han afsluttet sessionerne med positive bemærkninger som: ”du har gjort mig glad som du plejer at ku” eller ”tak for en god formiddag”.

Men der er selvfølgelig også eksempler på, at han ikke er blevet reguleret og slet ikke har været modtagelig for mit forsøg på dette. En efterreflektion fra min side er, at det kan være, det er fordi jeg ikke har afstemt mig med ham først. I disse situationer forsøgte jeg ikke at fortsætte med en regulering, men prøvede i stedet at fornemme, hvor han var, og hvad han havde brug for.

Ovenstående er eksempler der underbygger at denne undersøgelse har klinisk relevans ift. det musikterapeutiske arbejde. Det er eksempler på, at en multi-diagnosticeret mand kan have gavn af musikterapi, men at det pga. hans massive problematik må ske med - set med vores øjne - små ændringer på basale udviklingsområder. Det har uden tvivl været store skridt i hans verden, hvilket jeg bl.a. baserer på, at han var i stand til at spille og synge for de andre beboere på opholdsstedet sammen med mig i slutningen af forløbet.

5.7 Relevans for klinisk praksis

En dybere forståelse af affektiv afstemning og regulering er klinisk relevant. Jo mere bevidste vi som musikterapeuter bliver omkring vores praksis, des mere nøjagtigt og fintfølende vil vi lægge mærke til det, når disse begreber optræder i det terapeutiske arbejde, og vi vil blive mere bevidste om, hvordan og hvornår vi kan bruge begreberne og om det er relevant at bruge dem. Jeg vil bruge min egen udvikling i dette projekt som eksempel.

Min intention var fra begyndelsen at undersøge Manuels evne til mentalisering, idet jeg gentagne gange i vores terapeutiske arbejde, stødte på den relationelle udfordring han har ift. de andre beboere på bostedet. Særligt vedrørende det, at han tror, de andre tænker og mener noget om ham. Da jeg begyndte at lytte mit materiale igennem, gik det op for mig, at det ikke ville være muligt at undersøge en udvikling af mentaliserings evnen over så kortvarigt et forløb. Jeg indsnævrede derfor mit fokusområde til at omhandle begrebet 'mødeøjeblikke', da jeg havde læst at et mødeøjeblik udgør "nogle af de mest forandringsbefordrende oplevelser i psykoterapi" (Stern, 2004, s. 187), og som nævnt i 5.5. fordrer neural udvikling. Men da jeg læste, at et mødeøjeblik af Stern er defineret som et intersubjektivt møde, hvor begge parter er klar over, hvad den anden oplever, blev det klart for mig, at det ikke var relevant at undersøge mødeøjeblikke, da Manuel qua sin ringe mentaliserings evne højst sandsynligt ikke har en fornemmelse af, hvad *jeg* oplever i interaktionen. Jeg indsnævrede derefter mit arbejdsområde til at omhandle 'affektiv afstemning' (som er integreret i et mødeøjeblik) og regulering. Denne proces anser jeg som relevant ift. undersøgelser af klinisk praksis.

5.8 Opsamling

Jeg har i dette afsnit diskuteret analysens fund, samt andre relevante problemstillinger ifm. begreberne affektiv afstemning og regulering. Jeg har diskuteret, hvordan de to begreber kan forstås i sammenhæng og hver for sig. Jeg har diskuteret hvordan de kan forekomme bevidst og ubevidst i en dyadisk relation og hvordan de kan forstås i en terapeutisk relation. Jeg har også diskuteret musikkens rolle ifm. affektiv afstemning og regulering. Jeg har diskuteret etiske spørgsmål og undersøgelsens relevans for klinisk praksis.

6. Kritik

I de følgende afsnit vil jeg forholde mig kritisk til denne undersøgelses metode, herunder den kvalitative metode og analysen samt forholde mig kritisk til indsamlingen af empiri.

6.1 Metodekritik

Herunder følger kritik af den kvalitative undersøgelsesmetode samt den analysemetode der er brugt i denne undersøgelse.

Kvalitativ metode

Bruscia (1998) beskriver hvordan standarder for kvalitativ forskning bliver konstrueret individuelt af den enkelte forsker på grundlag af dennes overbevisning og holdning til viden og realiteter. Han understreger vigtigheden af den kvalitative forsknings integritet både metodologisk, personligt, æstetisk og interpersonelt. Kvalitativ forskning kan være svær at validere fordi der ikke er entydige måder at forske, analysere og præsentere på (Stige, 2002). Forskerens refleksion og selvrefleksion bliver en stor del af arbejdet, og det er derfor nødvendigt at være kritiske overfor ens egne fortolkninger af det empiriske materiale (Stige, 2002). Det er også vigtigt, at man som undersøger er opmærksom på bias i relation til undersøgelsens forskningsfelt (Baarts, 2010). Derudover beskriver Aigen (2008), hvor vigtigt det er for evalueringen af kvalitative studier, at der er gennemsigtighed i data-indsamlingsmetoden og analysen.

Det vil aldrig være muligt at lave en objektiv analyse med et autoetnografisk design, hvorfor jeg må stole på, at jeg har været i stand til at foretage de nødvendige skift i mit perspektiv for at fastholde selvrefleksion og gennemsigtighed. Jeg er således klar over problematikken ift. både at være terapeut og forsker, og jeg har forsøgt at opfylde kravene om integritet, selvrefleksion og gennemsigtighed.

Analysemetode

Som beskrevet i afsnit 3.3.3 har det været nødvendigt at udvikle en specifik analysemodel til denne undersøgelse, da eksisterende analysemodeller ikke blev vurderet som anvendelige. Det betyder at undersøgelsens fund ikke er direkte sammenlignelige med andre undersøgelser. Men modsat giver det mulighed for at gå i dybden med den udvalgte empiri og analysere den i forhold til problemformuleringen. Jeg prøver med denne analysemodel og med mine egne udviklede markører at tydeliggøre 'forarbejdet' til det, der måske i andre sammenhænge ville være helt naturligt og implicit i en terapisession; en forståelse af og opmærksomhed på begreberne affektiv afstemning og regulering. På grund af Manuels mange diagnoser og udfordringer med bl.a. det relationelle har arbejdet med ham handlet om overhovedet at kunne komme til at lave en affektiv afstemning og en regulering. I mange andre terapisituationer er det udgangspunktet for det terapeutiske arbejde. Analysemodellen har derfor været brugbar til netop dette specifikke formål. Det ville ikke have givet mening at lave en musikalsk mikroanalyse som f.eks. (Holck, 2007; Inselmann, 2007), en fænomenologisk fortolkningsanalyse (Smith & Osborn, 2004), tematisk analyse (Braun & Clarke, 2006) eller en narrativ analyse, da hans verbaliseringsevne var meget begrænset. Men det kan ikke udelukkes at en anden analysemodel ville have givet nogle andre resultater.

6.2 Kritik af teori

Det er relevant at være kritisk overfor om nogle andre begreber bedre kunne have illustrere noget af det der skete i det terapeutiske rum. Ville nogle af de begreber, jeg har afgrænset mig fra (se afsnit 2.3), f.eks. synkronisering eller Trehvartens begreb intersubjektivitet, herunder primær og sekundær intersubjektivitet (Stern, 2004) have kunnet give en dybere forståelse af min oplevelse af det, der skete i det dyadiske samspil mellem Manuel og mig? Det er min opfattelse, at ved at bruge så specifikt afgrænsede begreber som affektiv afstemning og regulering, har det været muligt at komme meget nær en detaljeret forståelse af, hvad der skete i samspillet med en person med så komplekse problemer bl.a. i forbindelse med at relatere sig til andre. Men analysen ville formodentlig have vist noget andet, hvis jeg havde inddraget andre begreber.

6.3 Kritik af empiri

I forbindelse med indsamling af empiri har jeg optaget alle sessioner på audio, hvorfor vigtige gestiske og kropslige oplevelser på den måde kan gå tabt. Dette må ved audiomateriale udelukkende baseres på terapeutens hukommelse, hvilket jeg anser som en mulig svaghed ift. analysens fund. Det skal således understreges, at resultatet af nærværende undersøgelse kunne have været anderledes såfremt videomateriale havde været til rådighed.

Det er en kritik af empirien, at jeg ikke har ladet andre lytte til de udvalgte klip, for på den måde at være åben overfor, om andre hører det samme som jeg. Således er analysens resultater alene baseret på min tolkning af de to begreber i relation til teorien om dem, som beskrevet i afsnit 2. Da jeg har arbejdet hermeneutisk med analysen, har min forståelse og tolkning af affektiv afstemning ændret sig undervejs, hvilket også må tages i betragtning ifm. analysens resultater. Disse ville muligvis ændres hvis analysearbejdet var fortsat.

6.4 Opsamling

Jeg har i dette afsnit forholdt mig kritisk til undersøgelsens metode, herunder analysemetoden, undersøgelsens empiri og inddragelsen af teoretiske begreber for på den måde at skabe kritisk selvrefleksion og gennemsigtighed af undersøgelsen.

7. Perspektivering

Inden jeg konkluderer på denne undersøgelses resultater, vil jeg komme med nogle af de perspektiveringer, der er opstået undervejs i undersøgelse.

Hvis jeg skulle undersøge begge begreber igen, ville jeg tage udgangspunkt i empiri, jeg ikke var bekendt med i forvejen for på den måde at være åben overfor, at udfaldet ville være anderledes ift. en autoetnografisk undersøgelse.

Hvis empirien fra denne undersøgelse skulle analyseres igen, ville jeg lade en anden gøre det, eller inddrage andre musikterapeuter, der kunne høre klippene for at undersøge, om de hører det samme som mig.

Et fortsat arbejde med begreberne affektiv afstemning og regulering i denne undersøgelse kunne være at analysere steder i interaktionerne, hvor der ikke finder affektiv afstemning og regulering sted og sammenholde dem med steder hvor dette tydeligt fremtræder. Det kunne være interessant at undersøge hvad forskellen er.

Ligeledes ville det være interessant at undersøge forekomsten af begge begreber over et bredere forløb med klienten. Bliver der flere tilfælde af affektiv afstemning og regulering over tid, således at man kan se en progression i arbejdet? Eller har udvikling af disse begreber ikke noget med tid at gøre? Og ligger der et udviklingspotentiale for klienten i arbejdet med disse begreber?

I forlængelse af, at jeg har opnået en dybere forståelse af begge begreber, er jeg blevet nysgerrig på, om der findes 'grader af regulering'? Kan man regulere klienten 'lidt' og/eller 'meget'? Hvor stor er spændvidden ift. hvad man regulerer fra og til? Og kunne man se på regulering gennem et andet teoretisk perspektiv?

8. Konklusion

Affektiv afstemning og regulering kan i musikterapi forstås, som noget der sker i det dyadiske samspil mellem terapeut og klient enten verbalt eller med musikken som facilitator. Ved at lave en dybdegående kvalitativ analyse af affektiv afstemning og regulering har jeg fået en klarere forståelse af disse begreber. De klip jeg har valgt at inddrage i denne undersøgelse, har vist mig forskellige måder at lave affektiv afstemning på og forskellige måder at opnå en regulering på. Det er blevet tydeligt for mig, hvor svært det er at adskille de to begreber fra hinanden, og hvordan affektiv afstemning og regulering ofte sker synkront i en (musikalsk) intervention. Jeg er også blevet bevidst om, at affektiv afstemning kan ske i meget korte tidsintervaller både bevidst og ubevidst. Ydermere kan regulering ligeledes ske over en længere periode eller blot via et dybt suk. Terapeuten kan bevidst arbejde hen imod en regulering af klientens indre tilstand, men i denne proces vil der højst sandsynligt forekomme dyadiske mikroreguleringer i relationen mellem terapeut og klient.

Når affektiv afstemning og regulering på denne måde kan forstås som noget, der sker både bevidst og ubevidst i det musikterapeutiske arbejde, vil det betyde, at uanset hvor opmærksomme vi som terapeuter er på brugen af disse begreber, vil de være implicit til stede i vores relation med klienten. Via et dybere kendskab til nuancerne og detaljerne i affektiv afstemning og regulering, vil vi få en større forståelse for, hvad det er der sker, eller måske netop ikke sker, i den terapeutiske relation.

Jeg har oplevet, at min forståelse af disse to begreber har ændret sig undervejs i arbejdet med analysen og den sideløbende læsning af teori indenfor området. Det er blevet tydeligt for mig, på hvor mange måder, man kan opleve og opfatte begreberne, og hvor opmærksom man derfor må være som terapeut, hvis man vil opfange disse små signaler. Jeg har også opdaget, hvor meget disse to begreber forekommer ubevidst i den terapeutiske relation, og samtidig er det gået op for mig, hvor stærkt et redskab det er – uanset om vi bruger det bevidst eller det sker ubevidst. Jeg er derudover også blevet klar over, hvor vigtigt det er for det terapeutiske arbejde, at man afstemmer sig med sin klient.

Affektiv afstemning og regulering må derfor forstås som et vigtigt redskab i det musikterapeutiske arbejde, som vi altid har med os.

Litteraturliste

- Aigen, K. (1995). Principles of Qualitative Research. In B. L. Wheeler (Ed.), *Music therapy research: Quantitative and Qualitative Perspectives* (pp. 283-311). Barcelona Publishers.
- Aigen, K. (2008). An analysis of qualitative music therapy research reports 1987 – 2006: Articles and book chapters. *The Arts in Psychotherapy* 35(4), 251-261. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2008.05.001>
- Geoffroy, M. B. (2010). *Socialfobi*. Angstforeningen.
<https://www.angstforeningen.dk/index.php?page=socialfobi>
- Baarts, C. (2010). Autoetnografi. In L. T. Pedersen & S. Brinkmann (Eds.), *Kvalitative metoder: en grundbog* (pp. 153–164). Hans Reitzels Forlag.
- Batemand, A. & Fonagy, P. (2016). *Mentalization-Based Treatment for Personality Disorder: A Practical guide* (2nd ed.). Oxford university Press.
- Baumeister, R. F., Zell, A. L. & Tice, D. M. (2007). How Emotions Facilitate and Impair Self-Regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (2nd ed., pp. 45-63). Guilford Publications.
- Beebe, B. & Lachmann, F. M. (2012). At samskabe indre og relationelle processer: selvregulering og gensidig regulering i spædbarnsforskning og voksenterapi. In S. Hart (Ed.), *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne* (pp. 301–333). Hans Reitzels Forlag.
- Bora, E. & Pantelis, C. (2016). Meta-analysis of social cognition in attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD): comparison with healthy controls and autistic spectrum disorder. *Psychological Medicine* 46, 699–716. doi:10.1017/S0033291715002573
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (2015). *Kvalitative metoder: en grundbog*. Hans Reitzels Forlag.
- Bruun, L. M. (2014). *Saml tankerne – sådan håndterer du kognitive vanskeligheder ved stress, angst og depression*. Psykiatrifonden.
- Bruscia, K. E. (1995). The process of Doing Qualitative Research: Part II: Procedural Steps. In B. L. Wheeler (Ed.), *Music therapy research: Quantitative and Qualitative Perspectives* (pp. 401-427). Barcelona Publishers.
- Bruscia, K. E. (1998). Standards of Integrity for Qualitative Music Therapy Research. *Journal of Music Therapy* 35(3), 176–200. DOI:10.1093/jmt/35.3.176
- Christensen, E. (2017). Hjernens og kroppens perceptioner, emotioner og netværk i relation til musikterapi – en introduktion til aktuel forskning. In C. Lindvang & B. D. Beck (Eds.), *Musik, krop og følelser – neuroaffektive processer i musikterapi* (pp. 79-103). Frydenlund Academic.
- Davidsen, O. & Hasselbach, S. (2013, Oktober 11). *Demens*. Netdoktor.
<https://netdoktor.dk/sygdomme/fakta/demens.htm>

- Fosha, D. (2012). Dyadisk regulering og oplevelsesorienteret arbejde med følelser og relationer i traumer og desorganiseret tilknytning. In S. Hart (Ed.), *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne* (pp. 345–404). Hans Reitzels Forlag.
- Fonagy, P. & Target, M. (2006). Tidlig indsats og udvikling af selvregulering. In J. H. Sørensen (Ed.), *Affektregulering i udvikling og psykoterapi* (pp. 186 - 207). Hans Reitzels Forlag.
- Frith, U. (2005). *Autisme: en gådes afklaring*. Hans Reitzels forlag.
- Gadamer, H. G. (2007). *Sandhed og metode: grundtræk af en filosofisk hermeneutik*. Academia.
- Hart, S. (2006a). *Betydningen af samhørighed: Om neuroaffektiv udviklingspsykologi*. Hans Reitzels Forlag.
- Hart, S. (2006b). *Hjerne, samhørighed, personlighed: Introduktion til neuroaffektiv udvikling*. Hans Reitzels Forlag.
- Hart, S. (2009). *Den følsomme hjerne: Hjernens udvikling gennem tilknytning og samhørighedsbånd*. Gyldendals Bogklubber.
- Hart, S. (Ed.) (2012). *Neuroaffektiv psykoterapi med voksne*. Hans Reitzels Forlag.
- Hart, S. (2017). Introduktion til neuroaffektive processer i musikterapi. In C. Lindvang & B. D. Beck (Eds.), *Musik, krop og følelser – neuroaffektive processer i musikterapi* (pp. 53-78). Frydenlund Academic.
- Hart, S. & Bentzen, M. (2005). Psykoterapi og neuroaffektiv udvikling. *Psykolognyt*, 2(2005), 16-22.
- Hart, S., & Schwartz, R. (2008). *Fra interaktion til relation: Tilknytning hos Winnicott, Bowlby, Stern, Schore & Fonagy*. Hans Reitzels Forlag.
- Holck, U. (2007). An Ethnographic Descriptive Approach to video Microanalysis. In T. Wosch & T. Wigram (Eds.), *Microanalysis in Music Therapy* (pp. 29–40). Jessica Kingsley Publishers.
- Håvås, E., Svartberg, M. & Ulvenes, P. (2015). Attuning to the unspoken: The Relationship Between Therapist Nonverbal Attunement and Attachment Security in Adult Psychotherapy. *Psychoanalytic Psychology* 32(2), 235–254. <https://doi.org/10.1037/a0038517>
- Inselmann, U. A. A. (2007). Microanalysis of Emotional Experience and Interaction in Single Sequences of Active Improvisatory Music Therapy. In T. Wosch & T. Wigram (Eds.), *Microanalysis in Music Therapy* (pp. 162-173). Jessica Kingsley Publishers.
- Kelly, A. (2019). *Social Skills: Developing Effective Interpersonal Communication*. Routledge.
- Kirkeby, O. F. (2021 april 20). Heuristik i Den Store Danske. <https://denstoredanske.lex.dk/heuristik>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Interview. Introduktion til et håndværk* (2nd ed.). Hans Reitzels Forlag.
- Michielsen, M., Comijs, H. C., Aartsen, M. J., Semeijn, E. J., Beekman, A. T. F., Deeg, D. J. H. & Kooij, J. J. S. (2015). The relationships Between ADHD and Social Functioning and Participation in older adults in a population based study. *Journal of Attention Disorders*, Vol. 19(5), 368–379.

- Pedersen, I. N. (2000). Inde-fra eller ude-fra: en orientering i terapeutens tilstedeværelse og nærvær. *Musikterapi i psykiatrien* 2(1), 81-103. <https://doi.org/10.5278/ojs.mipo.v2i1.52>
- Pedersen, I. N. (2005). At bruge musik til at håndtere modoverføring i individuel musikterapi i hospitalspsykiatrien. *Musikterapi i Psykiatrien* (4)1, 41-63. <https://doi.org/10.5278/ojs.mipo.v4i1.75>
- Pedersen, I. N. (2007). Musikterapeutens disciplinerede subjektivitet. *Psyke & Logos* 28(1), 358–384.
- Pedersen, I. N. (2014). Analytisk orienteret Musikterapi. In L.O. Bonde (Ed.), *Musikterapi, teori, uddannelse, praksis, forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (pp. 187-193). Klim.
- Psykiatrifonden (s. d.). <https://psykiatrifonden.dk/diagnoser/adhd>
- Psykiatrifonden (s. d.). <https://psykiatrifonden.dk/diagnoser/misbrug>
- Ramian, Knud (2012). Casestudiet i praksis (2nd ed.). Hans Reitzels Forlag.
- Rewitz, A. F. (2012). Urolige og ukoncentrerede børn og unge. <https://adhd.dk/materiale/urolige-og-ukoncentrerede-boern-og-unge-til-fagfolk/>
- Ridder, H. M. O. (2012). Forskning i musikterapi: Personer med demens. *Dansk Musikterapi*, 9(1), 3-12.
- Ridder, H. M. O. (2017). Selvregulering og dyadisk regulering i musikterapi med demensramte. In C. Lindvang & B. D. Beck (Eds.), *Musik, krop og følelser – neuroaffektive processer i musikterapi* (pp. 197-210). Frydenlund Academic.
- Ridder, H. M. O., & Bonde L. O. (2014). Musikterapeutisk forskning: et overblik. In L. O. Bonde (Ed.), *Musikterapi, teori, uddannelse, praksis, forskning. En håndbog om musikterapi i Danmark* (pp. 407-425). Klim.
- Rienecker, L. & Jørgensen, P. S. (2019). *Den gode opgave*. Samfundslitteratur.
- Sannes, I. (2012). *Musikk som uttrykkshjelp for følelser i psykoterapi med barn og unge: Ein kvalitativ studie av seks musikkterapeutar sitt arbeid med musikk og emosjonsregulering innanfor psykisk helsevern*. Hovedoppgåve ved Psykologisk Institutt. Reprosentralen. Universitetet i Oslo.
- Schmidt, K. S., Gallo, J. L., Ferri, C., Giovannetti, T., Sestito, N., Libon, D. J. & Schmidt, P. S. (2005). The neuropsychological profile of alcohol-related dementia suggests cortical and subcortical pathology. *Dement Geriatr Cogn Disord*. 20(5), 286- 91. doi.org/10.1159/000088306
- Schore, A. N. (2006a). Kommunikation mellem forældre og spædbørn og de neurobiologiske aspekter af den emotionelle udvikling. In J. H. Sørensen (Ed.), *Affektregulering i udvikling og psykoterapi* (pp. 166–185). Hans Reitzels Forlag.
- Schore, A. N. (2006b). Psyken i støbeskeen: tilknytning, den selvorganiserende hjerne og udviklingsorienteret psykoanalytisk psykoterapi. In J. H. Sørensen (Ed.), *Affektregulering i udvikling og psykoterapi* (pp. 255–284). Hans Reitzels Forlag.
- Smith, J. A. & Osborn, M. (2004). Interpretative Phenomenological Analysis. In G.M. Breakwell (Ed.), *Doing Social Psychology Research* (pp. 229-254). BPS Blackwell.

Sonne-Ragans, V. (2012/2013). *Anvendt videnskabsteori – reflekteret teoribrug i videnskabelige opgaver*. Samfundslitteratur.

Stern, D. N. (1985). *The Interpersonal World of the Infant: A View from Psychoanalysis and Developmental Psychology*. Basic Books.

Stern, D. N. (2000). *Spædbarnets interpersonelle verden*. Hans Reitzels Forlag.

Stern, D. N. (2004). *Det nuværende øjeblik i psykoterapi og hverdagsliv*. Hans Reitzels Forlag.

Stern, D. N. (2010). *Vitalitetsformer*. Hans Reitzels Forlag.

Stige, B. (2002). Do We Need General Criteria for the Evaluation of Qualitative Research Articles, and If We Do, How Could Such Criteria Be Formulated? *Nordic Journal of Music Therapy*, 11(1), 65-71.
DOI: 10.1080/08098130209478048

Wheeler, B. L. (Ed.). (1995). *Music Therapy research. Quantitative and qualitative perspectives*. Barcelona Publishers.

World Health Organization. (2021, March 23). Dementia due to use of alcohol.
<https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/1619582852>

Wigram, T. (2004). *Improvisation - Methods and Techniques for Music Therapy Clinicians, Educators, and Students*. Jessica Kingsley.

Wosch, T., & Wigram, T. (Eds.). (2007). *Microanalysis in music therapy : Methods, techniques and applications for clinicians, researchers, educators and students*. ProQuest Ebook Central.

Indholdsfortegnelse over bilag

Bilag 1 – Læringsportefølje.....	s. 1
Bilag 2 – Beskrivelsen af Blå Kors, Humlebæk.....	s. 3
Bilag 3 – Samtykkeerklæring.....	s. 4
Bilag 4 – Tegning.....	s. 5
Bilag 5 - Transskriptioner af lydclip.....	s. 6
Bilag 5.1 – Aldrig tilbage igen.....	s. 9
Bilag 5.2 – Lyse nætter.....	s. 11
Bilag 5.3 – Lyse nætter improvisation.....	s. 12
Bilag 5.4 - Sumpen.....	s. 14
Bilag 5.5 – Sumpen – det blå.....	s. 17
Bilag 6 – Transskriptioner af heuristiske interviews.....	s. 18
Bilag 6.1 Aldrig tilbage igen.....	s. 19
Bilag 6.2 Sumpen – det blå.....	s. 22

Bilag 1 - Læringsportefølje

Der er ingen tvivl om, at denne specialeproces har været én lang læringsperiode. Både personligt og fagligt. Jeg har løbende noteret mig, hvad jeg har lært, hvor langt jeg er nået samt nogle af de frustrationer der har været ifm. forløbet. Her følger et par klip fra min dagbog, men hvis man ikke ønsker at følge min løbende proces, er det muligt at gå direkte til opsummeringen nederst i dokumentet.

27.01.21

Jeg har læst en del siden jeg afleverede synopsis. Jeg har fået mere detaljeret viden om kvalitativ forskning. Mere overblik over processen. Lært at ALT tager meget længere tid end forventet, og at jeg nok desværre ikke får læst alle de dejlige artikler og kapitler fra bøger, som jeg har på min liste.

30.01.21

Første vejleder time. Jeg har lært, at jo mere jeg fordyber mig, jo flere spørgsmål får jeg, og det er OK. Jeg har lært, at det jeg gør eller ved "pr. intuition", er det, jeg skal til at beskrive.

04.02.21

Det er virkelig svært at blive skarp på, hvad det er, jeg præcist vil. Det er virkelig svært for mig at afgrænse mig.

08.02.21

Efter vejledning i dag har jeg lært, at jeg godt kan det her.

16.02.21

Nu begynder det hele at falde på plads. Nu synes jeg, jeg får en fornemmelse af, hvad affektiv afstemning er, og jeg synes, jeg bliver mere klar på, hvordan JEG forstår det. Hvor er det en lettelse, når noget begynder at falde på plads.

19.02.21

Hold nu op hvor tager det lang tid. Jeg læser meget. Og tænker meget. Etiske dilemmaer dukker op samtidig med, at teori falder på plads. Jeg har lært, at pauserne er vigtige. Også i dette arbejde. Nogle gange når jeg slipper skærmen og bøgerne, så falder der noget på plads oppe i mit hoved, og jeg tænker over det, jeg har læst på en anden måde.

28.02.21

Jeg har prøvet at slå mig til tåls med, at hele specialeprocessen er langsom, og at alt tager længere tid end man tror. Lige nu oplever jeg, at det kører ret godt, når jeg er i kontakt med mine data og skal kigge på dem og analysere dem, hvorimod jeg synes, det går lidt trægt, når jeg skal læse og skrive om teorien. Det er gået op for mig, at det med teorien må jeg læse på og skrive på løbende, da jeg tror, jeg vil tilegne mig ny viden undervejs og derfor ikke rigtig bliver færdig med de afsnit hurtigt. Jeg har lært, at kvalitativ forskning udvikler sig hele tiden, og at det er OK.

13.03.21

Det er svært at træde et skridt tilbage og se det hele udefra. Vejledning giver mig totalt ro i maven, og jeg er ikke ET sekund i tvivl om, at jeg nok skal nå det.

24.04.21

Jeg er ved at lægge sidste hånd på analysen. Jeg har virkelig detalje-nørdet med analysen, og det føles godt at komme så dybt ind i det. Men samtidig svært at komme ud af og se det i helikopterperspektiv. Jeg er holdt op med at prøve at overskue hele processen. Men NÅR jeg prøver, er jeg virkelig nervøs for, om jeg kan nå både diskussion og metode afsnit!! Plus alt det løse. Når det er sagt, så er det faktisk meget sjovt at "nørde". Ord som "regulering" og "analyse" har fået en ny betydning for mig, når jeg hører dem udenfor min speciale-kontekst.

10.05.21

Nu sidder jeg med diskussionen. Og en markør som jeg tænker er "ren regulering" har jeg i analyseafsnittet defineret som regulering, men skrevet at det kunne være begge ting. Hold nu op. Tænk at jeg stadig på dette punkt er forvirret over, hvad der er hvad.

Opsummering

Både fagligt og personligt har denne specialeproces været meget lærerig. Personligt har jeg lært at jeg kan mere end jeg tror, men at jeg skal huske at passe på mig selv og holde pauser og ikke stille for store krav og forventninger til mig selv. Fagligt har jeg lært meget om et helt specifikt område af det musikterapeutiske arbejde, men samtidig fået et bedre overblik over både forskning generelt men også sammenhængen mellem teori, metode og praksis. Jeg har fået lov at få et detaljeret indblik i, hvordan jeg selv arbejder, og er blevet mere skarp på at formidle det skriftligt – forhåbentlig til glæde for andre også. Jeg har set en værdi i at afgrænse sig og holde sig meget specifikt til udvalgte begreber, på trods af at jeg undervejs har haft lyst til at brede mig fagligt og teoretisk over større områder. Der er rigtig mange teoretiske begreber der for alvor giver mening for mig nu, efter at have brugt dem i en sammenhængende kontekst.

Bilag 2 - Beskrivelse af Blå Kors, Humlebæk

Blå Kors i Humlebæk er et rusfrit socialpædagogisk botilbud for mennesker med et længerevarende alkoholmisbrug og et botilbud for mennesker, som er hjemløse. Beboerne er mellem 30-70 år. Der er 28 boliger/værelser med eget bad og toilet. Beboerne er der af kortere eller længere varighed og visiteres af deres hjemkommune efter SUL §141 og SEL §107, §108 og §110. Der er en overvejende andel af mænd på bostedet.

Der serveres morgenmad, frokost (varm mad) og aftensmad. Beboerne har praktiske opgaver såsom borddækning, opvask, støvsugning m.m. Alle beboere får ved indflytning tildelt en kontaktperson der er ansvarlig for at lave en opholdsplan med mål og løbende følge op på denne.



På Humlegården, som stedet hedder, arbejdes der helheds- og recoveryorienteret, dvs. sociale og praktiske færdigheder trænes, personalet varetager medicin håndtering, der tilbydes individuelle samtaler, deltagelse i kognitiv samtalegruppe og der er en ekstern psykiater tilknyttet.

Derudover er der en oplevelsesgruppe, en forandringsgruppe og en temagruppe, som tager på ture ud af huset og/eller arbejder med specifikke temaer som f.eks. social angst.

En gang om ugen er der gymnastik med en udefra kommende fysioterapeut. Beboerne står selv for en ugentlig bankoaften og to gange om ugen kommer der en frivillig og står for et sy værksted.

Udover alkoholmisbrug eller hjemløshed er der medfølgende problematikker hos beboerne, bl.a.:

Angst (herunder social angst), bipolar lidelse, alkohol demens, kognitive funktionsnedsættelser, ADHD, PTSD, psykoser, fysiske funktionsnedsættelser (syn, hørelse, bevægeapparatet m.m.). Derudover oplever en del beboere ensomhed, meningsløshed osv.

Bilag 3 - samtykkeerklæring



Institut for
Kommunikation

Musikterapiuddannelsen
Musikkens Hus
Rendsburggade 14
9000 Aalborg

www.musikterapi.aau.dk

Samtykkeerklæring til brug af audio/videooptagelser

I forbindelse med studerende Clara Boeg og dennes praktik på Musikterapiuddannelsens 9.semester giver jeg hermed min tilladelse til, at sessioner må bruges som en del af den studerendes uddannelse ud fra følgende aftaler og specificeringer:

Jeg giver min tilladelse til,

JA NEJ

- | | | |
|--|-------------------------------------|--------------------------|
| - at sessionerne må videooptages | ☒ | ☐ |
| - at sessionerne må audiooptages | ☒ | ☐ |
| - at optagelserne må bruges til den studerendes supervision på Aalborg Universitet | ☒ | ☐ |
| - at skriftlig beskrivelse og analyse af optagelserne i anonymiseret form må bruges i forbindelse med den studerendes afsluttende speciale, der er offentligt tilgængelig på Aalborg Universitets VBN server | ☒ | ☐ |
| - at specialet efter bestået eksamen kan danne ramme for artikler til nationale og internationale tidsskrifter | ☒ | ☐ |

Forudsætningen for denne samtykkeerklæring er, at alt materiale bliver opbevaret sikkert og fortroligt i henhold til Datatilsynets krav. Materialet bliver opbevaret indtil endt kandidat-eksamen i juli 2021 hvorefter det slettes. Alle der har tilladelse til at se materialet har tavshedspligt. Det er altid muligt at trække denne samtykkeerklæring tilbage, hvorefter video- eller audiomateriale vil blive slettet.

Deltagers navn

Forældre/værge

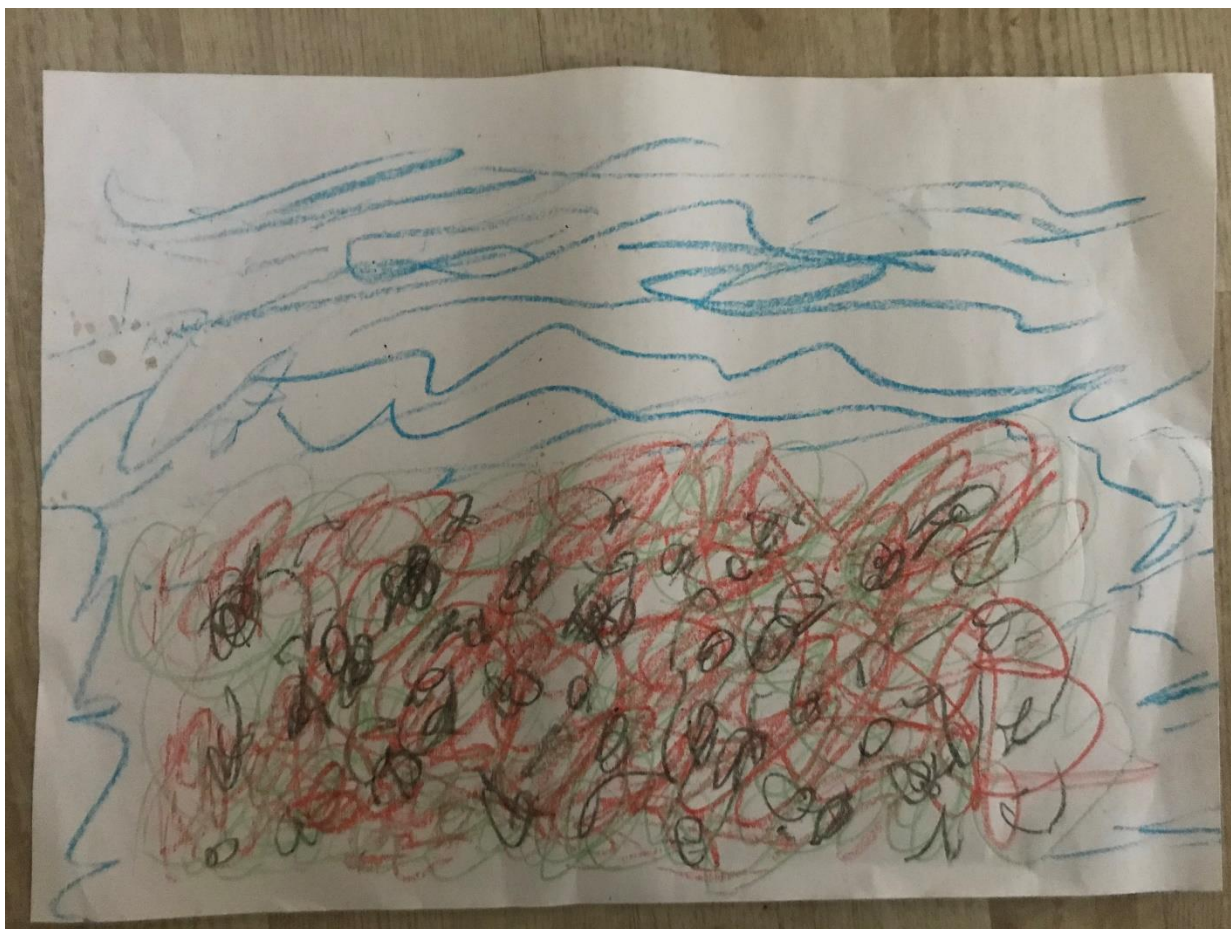
Dato

Underskrift

Spørgsmål angående samtykke er velkomne, og du kan kontakte den studerende på følgende email:

chch16@student.aau.dk

Bilag 4 – tegning



Bilag 5 - Transskriptioner af lydclip

Bilag 5 indeholder transskriptioner af de fem klip der er medtaget i analysen. Hver transskription har sit eget bilagsnummer således kan der på de følgende sider findes disse bilag:

Bilag 5.1: transskription af 'Aldrig tilbage igen'

Bilag 5.2: transskription af 'Lyse nætter'

Bilag 5.3: transskription af 'Lyse nætter improvisation'

Bilag 5.4: transskription af 'Sumpen'

Bilag 5.5: transskription af 'Sumpen – det blå'

Transskriptionerne er angivet med tider i minutter og sekunder til venstre. Disse tidsintervaller er direkte relaterbare til de grafiske oversigter i specialets afsnit 4. Som angivelse for, hvem der taler, er der brugt K for klient og T for terapeut.

Alle bilag er transskriberet efter transskriptionskonventionerne som beskrevet af Kvale og Brinkmann (2009), og som ses i nedenstående figur 1.

Transskriptionskonventioner

- [En enkelt venstreklamme angiver det punkt, hvor en overlapning begynder.
-] En enkelt højreklamme angiver det punkt, hvor en del af en ytring slutter i forhold til en anden.
- = Lighedstegn, et ved slutningen af en linje og et ved begyndelsen af den næste, angiver, at der ikke er noget „hul“ mellem de to linjer.
- (.) Et punktum i parenteser angiver et lille „hul“ i eller mellem ytringer.
- :: Koloner angiver forlængelse af lyden umiddelbart inden. Flere koloner angiver en længere lyd.
- ord Understregning angiver en form for betoning, via tonehøjde og/eller omfang; en anden metode er at angive den betonedede del med *kursiv*.
- ORD Store bogstaver angiver lyde, der er særligt kraftige i forhold til den omgivende tale.
- () Tomme parenteser angiver, at udskriveren ikke kan høre, hvad der bliver sagt.
- (()) Dobbeltparenteser angiver udskriverens beskrivelser snarere end transskriptioner.

Figur 1

Som supplement til ovenstående skal tilføjes at pauser længere end 3 sekunder er angivet med tal, således at en pause på f.eks. 10 sekunder er angivet således: (.10 sekunder). Hvor punktummet angiver at der er tale om en pause og cifrene angiver længden og "sekunder" angiver enheden. Derudover skelnes der i det transskriberede mellem helt korte pauser (.) og lidt længere pauser (..) eller (...), men disse er aldrig mere end 3 sekunder.

I bilag 5.5, hvor der synges en del, har jeg tilføjet en kommentar vedr. måden dette er transskriberet på. Yderligere er der farvemarkeringer i dette bilag, som forklares ifm. transskriptionen.

Følgende beslutninger er taget ifm. transskriberingen:

- Punktum og grammatisk komma udelades for ikke at forstyrre læsningen. Komma inkluderes i de tilfælde, hvor det giver mening ift. konteksten. F.eks. når klienten er i gang med at tale og begynder forfra på sætningen er par gange el.lign.

- Spørgsmålstegn er inkluderet for at tydeliggøre, at der er tale om et spørgsmål.
- Store begyndelsesbogstaver er udeladt
- Taleord er transskriberet som de er sagt, således at "kan" ofte bliver til "ka" og "giver" bliver til "gir" m.m..
- Alle sætninger er transskriberet ordret også i de tilfælde hvor der byttes om på ord eller en sætning påbegyndes ad flere omgange el.lign.
- "øh" er inkluderet for at tydeliggøre tænkepauser eller at der bliver ledt efter ordene.
- Fyldord som "mmm" og "hmmm" o.lign. er inkluderet for at tydeliggøre opmuntring til at fortsætte med at tale

Bilag 5.1 - Aldrig tilbage igen

0:00 K: og så opfører I jer moderne (.) I skal ikke SPILLE moderne I skal OPføre jer=
0:06 T: [okay]
K: =moderne
0:07 K: det er et fucking hjem for mislykkede
0:10 T: hvis du nu skulle spille det her (.) på dit keyboard (.) ikke som en sang der=
0:15 K: [ja]
0:16 T: =eksisterer men bare som LYD og bare som URF
0:19 K: så havde den fået EN over bassen
0:21 T: så kom
0:22 K: nej
0:23 (...)
0:26 jeg havde bare spillet Thunderstrok med ACDC og så kan jeg se mig selv gå amok med
en baseballkølle derovre
0:32 T: lad os få det UD
0:34 K: det ka jeg ikke
0:35 (..)
0:37 K: du ka bare træde den sidste tangent til venstre
0:42 T: sidste tangent til venstre
0:44 ((terapeut slår sidste tangent til venstre an))
0:45 K: ja (.) der
0:48 T: er det sådan du har det?
0:49 K: ja

0:44 – 1:15 ((terapeut improviserer))

1:12 K: og så den sidste
1:13 ((terapeut slår sidste tangent til venstre an))
1:14 K: DOMM og så er jeg gået (..) så kommer jeg ALDRIG tilbage igen (.) det er det den
hedder den der aldrig tilbage igen
(..)
1:23 K: du har lige spillet nummeret aldrig.tilbage.igen. ((sukker))
1:29 T: af XXXXXXXX XXXXXXXX ((T siger K's navn))
1:30 K: ((griner)) ja
1:32 T: hans nu og her følelse
1:35 K: (.) ja ((siges meget svagt))
1:36 T: ja
1:37 (.6 sekunder)
1:42 K: ja=
1:43 K:= der er ikke (...) den ligger derovre (.) jeg har jo
1:50 (.4 sekunder)
1:55 jeg skrev en fin en til min (..) et godt digt her=
1:59 T: [nå]

2:00 K: =den anden dag
2:01 T: du skrev et godt digt den anden dag?
2:03 K: ja
2:04 T: det vil jeg da meget gerne høre hvis jeg må
K: [ja:::]
2:05 K: men jeg ka jeg ka ikke huske det

Bilag 5.2 - Lyse nætter

0:00 T: godmorgen XXXXXXX ((T siger K's navn))
0:02 K: åååårrrh
0:03 (.7 sekunder)
0:10 T: det lyder hårdt
0:12 K: jeg har ikke sovet (...) særlig smart
0:17 T: har du ikke sovet?
0:18 K: jeg har ikke sovet godt
0:19 T: nå (.) det er jeg ked af at høre
0:26 K: Ja, sådan er det
0:27 (.7 sekunder)
0:34 T: ((fingerspil på guitar))=
0:41 K: ((slukker TV'et))
0:45 T:=((synger "lyse nætter", spiller guitar til))

3:03 K: ja (.) det er jo Alberte
3:08 T: mmmm
3:09 K: Winding
3:10 T: mmm
3:13 K: det' sgu meget ()
3:16 T: meget smukt
3:17 K: ja
3:18 T: mmm

Bilag 5.3 - Lyse nætter improvisation

I denne improvisation synges der en del. For at lette læsningen vil der i en del af transskriberingen IKKE stå ((synger)), i det der som udgangspunkt synges, medmindre andet er angivet. Denne konvention træder i kraft efter ***** markering og slutter igen efter ***** markering. Hvis andet end sang forekommer er det angivet i ((dobbelparentes)).

Derudover er der inden for samme markeringsfelt brugt farvekoder ift. at tydeliggøre, hvornår klient synger, hvornår terapeut synger og hvornår begge synger sammen.

Klient synger er farvekodet med **BLÅ**

Terapeut synger er farvekodet med **GRØN**

Samtidig sang med enslydende tekst er farvekodet med **RØD**

Steder hvor klient og terapeut synger på samme tid, men med forskellig tekst er farvekodet **BLÅ** og **GRØN**. Tidsangivelserne vil vise, at der er tale om samtidig sang.

0:00 T: ((fløjter))
0:02 K: ((synger)) du havde huset fuld af vind jeg havde huset fuld af vind
0:05 T: ((begynder at spille keyboard))
0:09 T: ((synger)) og nye frugter båret ind
0:12 K: ((synger)) og nye frugter båret ind
0:15 T: ((synger)) men hjertet ved godt hvad det ønsker sig
0:16 K: ((griner))
0:20 K: der er der går noget opera i ham
0:22 T: ((griner))
0:23 T: ((nynner med "operastemme")) da da da di da da la la
0:25 K: ((griner))
0:27 T: ((messende stemme)) så skal vi ha en anden lyd på keyboardet
0:30 (.)

0:32 K: **da du var rejst var det så nemt**
0:35 T: ((begynder at spille keyboard))
0:39 T: **ved godt hvad det øn**
0:41 K: **ønsker sig det (.) at du er tilbage du er hos mig**
0:52 T & K: **du er tilbage med varme dage du er hos mig**
1:03 T & K: **du er tilbage med varme dage du er hos mig**
1:14 T & K: **du er tilbage med varme dage du er hos mig**
1:25 T: **du er**
1:27 T & K: **tilbage med varme dage du er hos mig**
1:37 T: **hos mig**
1:39 K: **du er til**
1:41 T: **du er tilbage**
K: **hos mig (.) til**
1:44 K: **du er hos**

1:47 T: du er tilbage
K: baa

1:49 T: du er tilbage
K: med varme dage

1:52 T: med varme dage
K: du er  hos mig

1:57 T: og derfor blir' det en go dag i dag for du er hos mig

2:05 K: du er tilbage

2:07 T & K: du er tilbage

2:09 T: du er tilbage
K: med varme dage

2:12 T & K: du er hos mig

2:17 T & K: du er tilbage

2:19 T: du er tilbage
K: med varme dage

2:22 T & K: du er hos miiiig

2:27 K: na na na

2:28 T: tilbaageeeee
K: na na na lø lø lø lø

2:37 T: er tilbage det blir' en go dag du er hos mig
K: ((nynner en 2. stemme))

2:45 – 2:56 K: ((nynner 2. stemme og basnedgang))

2:57 K: ja det var da ikke dårligt det der
(.)

3:00 T: nej

3:01 K: der gik jeg i opera

3:03 T: det der gik du der gik du i *opera*

3:05 K: ja

Bilag 5.4 - Sumpen

0:00 T: jeg tænkte på at øh du plejer at være så god til at sige hvad farve dit humør har om morgenen men nu har jeg lyst til at udfordre dig (.) hele den der historie du lige har fortalt om det der skete i går og hvordan du har det med de der mennesker, som=
0:13 K: ((sukker))
0:15 K: [ja]
0:17 T:=taler ned til dig ka du gi det en farve?
0:18 (..)
0:20 K: ja (..) Det er samme farve som sådan en boblende sump som man ser i (.) jeg ved sgu ikke hvor man ser det henne (..) sådan en syresump
0:36 T: en syresump
0:37 K: ja
0:38 T: okay (.) Hvad farve er den?
0:42 K: det er sådan militærgrønt
0:44 T: det er militærgrønt
0:46 K: så står det sådan ((laver en opadgående bevægelse med hænderne))
0:47 T: ja jeg kan godt se det for mig.
0:49 K: ja
0:51 T: prøv lige at sluk for fjernsynet, xxxxxxx ((T siger K's navn)) er det okay?
0:54 K: det ved jeg sgu ikke det kommer an på hvor fjernbetjeningen er (..) den er her
1:00 (.4 sekunder)
1:04 T: der var nemlig en dag hvor det faktisk øh hvor jeg synes det var ret fedt at du også fik tegnet dit morgenhumør (.) så jeg ku godt ha lyst til at spørge dig om at du tegner den der boblende sump
1:15 K: [det ka jeg ikke]
1:17 K: nej
1:17 T: jeg spiller til
1:18 K: nej
1:20 T: okay jeg spiller til uanset hvad (.) jeg spiller og så kan du se om der kommer noget
1:24 (. 16 sekunder)
1:40 T: du har både du har faktisk *mange* farver der
1:45 K: jamen de der de er ikke gode (...) der skal en blyantspidser til de kan ikke bruges
1:52 T: nej mm så får du dem der, jeg prøver lige at lave en boblende sump som er militærfarvet (...) det er nogle gode udfordringer du gir mig
2:07 (. 37 sekunder)
2:44 ((improvisation))
8:13 K: ja så har vi den
8:16 T: så har vi den
8:18 K: den boblende sump
8:19 T: fedt
8:20 (.7 sekunder)
8:28 K: den er her
8:29 T: må jeg se? (.) mmm

8:33 K: sådan ser der ud
 8:35 T: inde i dig?
 8:37 K: i hvert fald i den mose sump
 8:40 T: ja (.) okay (.) kan du sige noget mere om den?
 8:45 K: hva?
 8:46 T: har du lyst til at fortælle mig noget mere om tegningen?
 8:47 K: der er ikke så meget (.) det er bare sådan det ser ud når det hele det går i (.) i koks
 8:53 T: mmm
 8:55 K: jeg har seriøst lyst til at de der piller det er nogen man tar og så BUF=
 8:59 T: [ja]
 9:00 K: =så er du bare en anden (.) eller så har du (.)
 9:03 T: må jeg spørge hvad det blå er?
 9:05 K: ja at der er en himmel derude
 9:07 T: ja
 9:08 K: øh (..) at der er noget andet end den sump (.) men jeg skal over den sump
 9:15 T: mmm
 9:16 K: før jeg ka se hvad der er
 9:17 T: ja
 9:18 K: ellers så er der bare det der
 9:20 T: mmmm (.) så er du her et eller andet sted på denne her?
 9:23 K: jeg står lige foran
 9:25 T: du står lige foran sumpen?
 9:26 K: ja
 9:27 T: og du vil gerne over den
 9:28 K: ja
 9:29 T: mmm (.) fordi du ved der er noget andet derovre
 9:31 K: ja
 9:32 T: men du kan ikke se det
 9:33 K: nej
 9:33 T: nej
 9:35 K: og jeg ved ikke hvad det er (.) men altså måske på den anden side af sumpen der er der folk jeg kan snakke med som er normale
 9:42 T: ja
 9:43 K: og som ikke har det der PIS med at skal gå og skjule hvad det er de i virkeligheden synes om folk
 9:48 T: mmm
 9:49 K: og sådan noget pis
 9:50 T: mmm
 9:51 K: ved du hvad jeg, det er derfor jeg ikke ka, jeg ka ikke ha det, jeg kan ikke HA at folk er sådan der=
 9:57 T: [nej]
 9:58 K: =når de er på sådan et sted her
 9:59 T: må jeg spørge altså er du bange for du kommer til at sidde fast i sumpen når=
 10:03 K: [ja]
 10:03 T: =du skal gå hen over

10:04 K: det syns jeg jeg gør i forvejen
10:05 T: du syns du sidder fast i sumpen ja
10:08 K: jeg har det som om de også står på den anden side og siger 'du kan bare komme
men du skal igennem det her først og det ka man ikke'
10:15 T: okay hvordan tror du
10:16 K: [ved du hvad]
10:17 K: de har slet ikke ingen ret de har ikke ret til at behandle andre på den måde de har
ikke når de er sådan et sted her
10:22 T: hvordan tror du DE er kommet derover?
10:24 K: de ka ikke de er slet ikke de ka slet ikke NÅ dertil
10:28 T: nej
10:29 K: det er bare sådan noget jeg frygter
10:31 T: hvad frygter du?
10:33 K: at de står derovre (.) eller at det er dem der har lavet sumpen
10:38 T: mmm
10:39 K: ((sukker)) ja
10:40 T: ja
10:41 K: men øøh

Bilag 5.5 - Sumpen – det blå

0:00 T: jeg synes faktisk jeg kan høre at du stadig sidder lidt fast i sumpen
0:04 K: jamen altså det ved jeg sgu ikke
0:06 T: jeg kunne godt tænke mig at prøve at høre hvordan det blå lyder, det på den=
0:09 K: [ja jeg må hellere tage]=
T: =anden side
K: =de piller der
0:12 T: ja det var måske en meget god ide (.) så prøver jeg at spille sådan som JEG tror, det blå er
0:19 K: ja
0:21 T: så må du lige bagefter fortælle mig om jeg har ramt rigtigt (.) selv om du ikke selvfølgelig du har lige sagt du ikke helt ved hvad det blå ER derovre =
0:29 K: [((sukker))]
0:30 T: = på den anden side
0:32 K: jaaa
0:33 T: men jeg prøver lige
0:34 (.5 sekunder)
0:39 ((improvisation))
2:00 (.15 sekunder)
2:16 K: ja
2:17 (..)
2:19 K: det ved jeg sgu ikke
2:20 (.4 sekunder)
2:24 K: det minder mig om at jeg er blevet sådan en *sniger* (.) faktisk
2:30 T: hvad mener du med *det*?
2:32 (..)
2:34 K: at jeg er sådan en der først går ud når mørket falder på (.) fordi jeg er angst for at støde ind i nogen af DEM
2:41 T: ((sukker))

Bilag 6 - Transskriptioner af heuristiske interviews

Bilag 6 indeholder transskriptioner af 2 heuristiske interviews foretaget ifm. analyse af empiri. Interview er foretaget ifm. to improvisationer, der indgår i dette speciales analyse (se afsnit 4). De to improvisationer er fra hver sin session.

Bilag 6.1.: transskription af interview over improvisation fra klippet 'Aldrig tilbage igen'.

Bilag 6.2.: transskription af interview over improvisation fra klippet 'Sumpen – det blå'.

Begge interviews er foretaget af specialevejleder og informant er dette speciales forfatter. I nedenstående transskription er dette angivet således:

V=vejleder

T=terapeut

Transskriptionerne er angivet uden tidsintervaller, da det ikke er relevant for forståelsen af indholdet. Derudover er de samme konventioner og overvejelser som i Bilag 5 anvendt (se evt. bilag 5).

Bilag 6.1 - Aldrig tilbage igen

V: hvad mærker du i kroppen mens du spiller?

T: ((sukker)) jeg mærker en *aggression*

V: ja?

T: og jeg mærker noget der gerne vil UD

V: ja?

T: mmm

V: hvor i kroppen sidder det?

T: ((sukker)) det sidder (.) mmmm (.) ((sukker)) (.) det sidder heroppe øverst i øøh brystet

V: ja

T: ja

V: når du spiller så laver du først sådan nogle clusters så holder du sådan *lidt* pause og så kommer du ligesom det er ligesom du holder lidt igen og så kommer du ud igen

T: mmm

V: og så kommer du lidt tilbage igen og så kommer du ud igen

T: mmm

V: hvad sker der der?

T: jamen det ved jeg 100% for det bevidst (.) der sker det at jeg holder nogle små pauser for at prøve at høre om han byder ind med noget

V: ja

T: og når han ikke byder ind med noget så spiller jeg videre

V: okay

T: så det er min det er min det min øøøh det er mig der prøver at skabe en mulighed for ham til at komme ind enten ved verbalt eller på anden måde hvis han vil komme med et udspil

V: betyder det at når du spiller så er du både prøver at udtrykke den vrede som du oplever kommer fra ham samtidig med at du er opmærksom på hans reaktion?

T: mm ja 100%

V: så du faktisk lytter til dig selv der lytter til ham

(..)

T: ja jeg lytter jeg lytter til mig selv ja og ja som lytter ham, ja det ka man godt sige

V: ja det er sådan en delt opmærksomhed

T: ja (.) det er det 100% ja

V: ja

T: mmm

V: hvor er du henne i det på det tidspunkt hvor han kommer ind og siger "og så det sidste"? er det også der du er at du tænker det er det sidste?

(.)

T: ((sukker)) åååhhhh

V: hvis han nu ikke havde sagt noget

T: ja jeg forstår dit spørgsmål (.) mmmmm (.....) nej jeg tror egentlig ikke jeg var der

V: nej

T: jeg tror ikke at jeg øøøhhhh jeg husker det ikke som at jeg lige der lavede en pause

V: nej

(.)

T: fordi der var jeg gået ind i noget (.) der var jeg gået ind i det sådan "nu skal det bare UD"

V: ja?

T: han byder ikke lige rigtig ind så nu gir jeg den gas "ud med det"

T: ja? Ja

V: og så får han alligevel lige sneget ind at jeg skal spille den sidste og det er selvfølgelig HELT okay fordi det er ham det er hans følelse jeg spiller

T: ja

V: har du nogen oplevelse af i situationen om det er fordi han ikke (.) rigtig kan rumme mer eller er det fordi at hans at han ligesom er et andet sted der?

T: jeg tror, det er det sidste (.) jeg tror han har jeg tror at at at denne her improvisation har (.) øøøhhhh altså har virkelig har gjort at han har følt at nu fik han sat ord og lyd på sådan som han havde det

V: ja

T: også fordi han efterfølgende uden at tøve siger han "og SÅ er jeg gået"

V: aah ja

T: han siger "og SÅ den sidste – DOOM - og SÅ er jeg gået."

V: er han så gået væk fra sumpen?

T: det her er ikke i sumpen

V: nå nej undskyld

T: det her er en anden en øøøh jeg tror han er gået altså og så er det han siger: "og så kommer jeg ALDRIG tilbage igen"

V: det er rigtigt

T: "det er DET den hedder"

V: det er det den hedder

T: "aldrig tilbage igen"

V: og hvad er det han er gået fra?

T: jamen han er han er gået fra øøøhh (..) jeg tror han er gået fra alle de frustrationer

V: ja

T: jeg tror faktisk han er gået fra mange ting jeg tror faktisk også han er gået fra stedet fysisk

V: ja

T: og så tror jeg han er gået fra de frustrationer han oplever at ha i forhold til de andre

V: ja

T: jeg tror han er gået fra øøøhh fra fra fra sig selv altså fra at have det sådan som han har det fordi han i virkeligheden bare gerne vil være (.) ja (.) lidt mere ligesom os andre uden (.) han har også altså ja ((dyb vejrtrækning)) så jeg tror han er gået fra rigtig rigtig mange ting

V: Og hvad er det han aldrig mer vil tilbage til? (..) i det sekund

T: ja (.) det er et godt spørgsmål ((sukker)) ((hvisker)) "så er jeg gået så kommer jeg aldrig tilbage igen" mmmmm (....) jeg tror han øh jeg tror han (.) er (....) jeg tror helst vil han aldrig tilbage til de situationer (.) hvor han er sammen med de andre og han oplever det ubehageligt (..) altså det det jeg tror aldrig han vil helst aldrig tilbage i at have det sådan når han er sammen med andre

V: ja

T: gir det mening?

V: det gir mening, ja

Bilag 6.2 - Sumpen – det blå

V: du bevæger dig meget trinvist nedefra op i starten og så laver du noget oppe i det lyse og så går du igen ned og trinvist op og så begynder du at lave en melodi i højre hånd som du gentager og så kommer der gradvist akkompagnement på og så bliver det mere rytmisk så der er meget dynamik i det på et tidspunkt og så bliver der noget i det meget lyse og så fader det gradvist ud (.) er der noget i den form og struktur som du tænker over nu =

T: ((sukker))

V: = at hvorfor det lige var SÅDAN det var? eller blev

T: eehm ja altså jeg h u s k e r det som at jeg øøøh var lidt det var lidt tøvende i starten mit spil og det husker jeg faktisk meget tydeligt var fordi at vi havde snakket eller han havde sagt at der var noget blåt men han vidste ikke hvad det var (.) derude og jeg sku så prøve jo at spille det blå havde jeg sagt til mig selv men jeg vidste jo HELLER ikke hvad der var derude (.) så mit øh så jeg husker tydeligt starten af spillet som at være sådan lidt ”nu må vi hvad det er der er derude” så jeg leder lidt

V: ja

T: mmm

V: finder du noget?

T: (.) jamen det syns jeg nemlig jeg gør øøhhmm der hvor jeg bliver lidt mere øh som du siger rytmisk og der kommer lidt mere melodi og lidt mere puls - i starten er der sådan ikke rigtig puls jeg er mere søgende så kommer der lidt mere fast puls og der synes jeg nemlig jeg finder noget lethed og noget lyst og noget rart

V: ja?

T: altså jeg synes jeg finder alle de gode ting som der ikke er i sumpen dem synes jeg jeg finder derude

V: ja

T: mmm

V: kan du huske hvordan du havde det i kroppen da du spillede det her stykke musik både fra da du startede og til du sluttede

T: (.) øhm (.....) nej, men jeg kan huske at jeg var meget optaget af at tænke på om (.) om jeg mon nu spillede det blå på den måde som HAN havde forestillet sig det blå

V: okay (.) så din opmærksomhed var meget rettet mod ham?

T: ja for det er jo ham det handler om – den var ikke MEGET rettet mod ham men den var OGSÅ rettet mod ham

V: ja

T: men den var også jeg var også i mig selv fordi at jeg jo altså det var jo mig der skulle spille det så

V: ja

T: øøh jeg var også ligesom nødt til at lytte til det jeg spillede øøøhhm (.) så jeg tror mere hvis du spør om jeg mærkede det i kroppen så tror jeg i virkeligheden mere jeg mærkede en - det er nok forkert at sige anspændthed for jeg var ikke anspændt men alligevel - en en en lidt sådan hhmmmm ((trækker vejret dybt ind)) jeg var sådan lige lidt ((puster vejret ud i et dybt suk)) tændt i min opmærksomhed hvis man kan sige det

V: mmm

T: ja (.) jeg var ikke 100% afslappet jeg var LILLE smule sådan i i arousal ((griner))

V: ja?

T: ja ((sukker))

V: øøøhhmmmm (.) kan du sige noget mere til det?

T: ((sukker)) (..) ja nu ka jeg huske det øhm fordi at jeg spiller så stille og så (.) ja både svagt men også uden rytme og sådan altså fordi det er så stille et spil så er jeg faktisk kan jeg huske nu at jeg også er lidt nervøs for om han ka være i det

V: aaah

T: ja

V: okay

T: fordi at øøhhh (.) at jeg kender ham jo musikalsk og ved at han er mere en fyr med gang i og rytmer og

V: ja?

T: og sådan kapow når han selv hører musik han han han sætter jo ikke selv stille musik på og sidder og lytter på

V: okay

T: så jeg var faktisk øøøhh (.) jeg var faktisk lidt nervøs for om han kunne VÆRE i det der stille musik i så forholdsvis - i gåseøjne - lang tid

V: ja?

T: ja

V: ændrede det sig undervejs? (.) hos dig

T: ((trækker vejret dybt ind)) mmmmmmm (.) ja det gjorde det jo nok der hvor jeg så fandt det der lidt mere rytmiske spil

V: hhmmm

T: eller lidt mere øøøhh med melodi og puls lige den bid der

V: ja? (.) hvad sker der lige der?

T: ja hvad sker der dér? mmmmm jeg oplever at han øøøhhhh altså jeg oplever at han jo faktisk er i det

V: hmmm

T: han er ikke han er ikke bakket ud han lytter han sidder i sengen og kigger ud ad vinduet

V: okay?

T: ja øh og og gør jo ikke mine til at afbryde mig hverken med kropssprog eller med ord det jeg nu lige kan se ud af øjenkrogen

V: okay

T: ((dybt suk)) og så ka jeg jo øøhhh det jeg ved faktisk ikke om det først er nu jeg men når jeg hører det nu så kan jeg jo høre han trækker vejret

V: okay

T: ja altså sådan lidt ((trækker vejret)) der var et par dybe vejrtrækninger=

V: ja

T: =undervejs når jeg hører det igen

V: ja

T: ja

V: og hvad sker der med dig i det øjeblik du hører hans vejrtrækning og du får lidt mere melodi og rytme og liv ind i musikken

T: ((dybt suk)) (.) problemet er jeg tror ikke jeg hørte de vejrtrækninger dengang dem tror jeg hører NU når jeg lytter det igen

V: okay

T: men men øøh (.) men min krop har uden tvivl bemærket dem ((griner)) når du nu spør mig

V: ja

T: jeg det der er (.) det er nok en synkronisering der lige finder sted der tænker jeg ((glad stemme))

V: okaayyy

T: ja

V: ja

T: han trækker vejret og slapper lidt af og det gør jeg så også, ikk? så jeg synkroniserer mig nok med ham der og så falder jeg lidt til ro i mit i spillet der ja

V: ja ja (.) havde du nogen impuls til at blive ved eller hvad fik dig til at stoppe?

T: ja men det kan jeg nemlig godt huske så det er et godt spørgsmål øøhhh det var fordi der kom den der tanke lige snigende igen=

V: aha

T: =om han kunne være i det

V: aha

T: ja (.) og så også en lille smule fordi jeg ikke kunne finde på mere at spille ((griner)) jeg synes altså jeg SYNES egentlig jeg havde fundet noget blåt og spillet det=

V: ja

T: =fint og jeg og det havde ikke behov for at udvikle sig mer

V: okay

T: spillet

V: nej

T: nej

V: okay (..) så så det så opsummerende så det jeg hører du fortæller er at nu trækker han vejret og er til stede og kan faktisk være i det og så har du også ligesom øøhh udtrykt essensen af det blå og der er ikke så meget mer og gi udtryk for (.) er det sådan?

T: mmm mmm det tror jeg

V: ja

T: mmm

V: og hvad sker der dér hvor du slutter musikken? Hvor du fader den ud?

T: ((dybt suk)) jamen der sker faktisk det at jeg selv tænker jeg synes det var utrolig smukt ((griner))

V: jaaa

T: øøøhhh (..) altså ja jeg synes selv det var et (.) altså jeg synes netop selv at det var let og lyst og smukt og øøhhmm så det kan jeg huske det når jeg lige at tænke og samtidig tænker jeg selvfølgelig på at jeg er spændt på hvad han siger

V: ja?

T: og så er der bare den der øøøhhh fornemmelse i rummet af at (.) jeg ikke skal sige noget

V: okay? hvordan ved du det?

T: ja hvordan ved jeg det (....) det ved jeg fordi at (..) musikken skal stå alene?

V: mm

T: ja den skal ikke øøøhhh altså den skal ikke den skal have lov at klinge selv den skal ikke (.) den skal ikke farves af min af mit spørgsmål eller min stemme eller (.) den skal have lov at tale for sig selv

V: mmm

T: ja

(....)

V: og hvad siger han der hvor han så siger noget

(.)

T: jeg vil sige at jeg sad jo og tænkte, jeg havde lyst til at sige (.) "nu ka' du bare lade musikken klinge efter" men jeg gjorde det jo ikke fordi (.)=

V: [okay]

T: = det var (.) ja

V: fordi?

T: ja jeg gjorde det ikke fordi igen fordi musikken skulle stå for sig selv og så samtidig tænkte jeg 'nå det er sådan lidt terapeut-agtigt' ((griner))

V: okay?

T: det er sådan noget vi sigerovre på studiet tænkte jeg, så det er slet ikke der han er

V: okay

T: det ville slet ikke give mening for ham hvis jeg sagde det

V: okay – og hvordan ved du det?

T: ja hvordan ved jeg det (.) eehhmm (.) det ved jeg fordi jeg kender ham og jeg ved han er (.) øøhh qua alle hans udfordringer så er han jo lidt han har jo lidt de der autistiske (.) han tar det bogstaveligt

V: ja

T: så hvis jeg siger at det skal klinge efter så siger han "hvad? hvad mener du?" han ville have haft brug for at jeg forklarede det og det sku' ikke ske

V: nej?

T: der skulle ikke være ord

V: okay

T: der skulle bare være musik

V: ja

T: ja

V: okay

T: ja

V: og hvad er det første han siger, da han bryder tavsheden

T: jeg tror måske han lige siger "ja" først det kan jeg faktisk ikke huske men så siger han jo ((sukker)) "det minder mig jo faktisk om at jeg er blevet sådan en sniger"

V: aha

T: ja

(.)

V: hvad tænker du til det?

T: jeg tænker at han ikke ved hvad han mener

V: okay

T: øøøh med sniger

V: nej

T: og øøh ((sukker)) eller jeg jeg tænker også ja det er det ene jeg tænker og så tænker jeg også "nå men (.) det er da interessant at han er kommet et HELT andet sted hen"

V: okay

T: ja

V: så det så det kommer til at bekræfte dig i at der er sket (.) noget (.) med ham

T: ja (.) det gør det jo fordi der er jo øøøhh altså ja han er jo kommet et helt andet sted hen og jeg tror både ved jeg ikke hvad han mener med sniger men så er jeg jo også nysgerrig efter hvor det er han er kommet hen

V: ja

T: for jeg ved det jo ikke – det ku' jo være at han havde (.) altså HELT optimalt så havde jeg håbet han havde sagt "ja det var det blå du spillede og det er fordi at det blå det er sådan og det dudududlut...." men han kommenterer jo ikke på det blå

V: nej

T: altså han kommenterer jo ikke på at "ja det lød meget rigtigt det blå det var også sådan jeg forestillede mig det" eller noget – det siger han jo ikke

V: nej

T: og det ku' jeg jo (.) det ku' jeg måske godt ha' haft altså tænkt eller håbet men men altså det er jo ikke VIGTIGT

V: han springer med andre ord nogle trin over

T: øøhhh ja det kan man vel godt sige (.) han går direkte videre ud i der hvor han er blevet flyttet hen ikk?

V: ja

T: ja

(.)

V: okay

T: ja og så spør' jeg hvad det er og så fortæller han lidt om det og så er han ja så er han et nyt sted og noget med en anden medbeboer men i en positiv tone ikk?

V: okay

T: ja

(.)

V: jamen jeg tænker det er okay og det er nok

T: ja det er sjovt når du siger det

V: og det giver lidt mere hvad skal man sige lidt mere forståelse for musikkens kvaliteter og hvad den gør

T: mmm

(.)

T: nej prøv at se han siger faktisk først så siger han "ja" og så siger han "det ved jeg sgu ikke"

V: ja?

T: og det er jo meget interessant egentlig for jeg har jo ikke spurgt ham om noget

V: nej?

(.)

T: men jeg går med vilje ikke ind og spørger "hvad er det du ikke ved" fordi jeg kan godt høre på ham at han faktisk er ved at tænke eller reflektere eller hvad han nu er – der sker noget inden i ham

V: ja

T: og SÅ siger han det minder ham om at han er blevet sådan en sniger

V: ja

T: ja

(..)

T: ((dybt suk)) (..) ja og så sukker han jo faktisk også til sidst

V: ja?

T: han sukker meget men det tror jeg også jeg har med i min analyse egentlig – har jeg det? (..) nej det kan være det kommer

V: og ved du hvad? Det gjorde du faktisk også en 2-3 gange undervejs

T: da du spurgte mig?

V: ja og jeg tænkte nemlig på om det var noget han også gjorde

T: hvor sjovt

V: ja

T: jamen det det GJORDE han jo og som jeg sagde til dig det ku jeg jeg hørte det ikke dengang jeg sad og spillede men nu hvor jeg har hørt det flere gange så kan jeg pludselig høre at han ((trækker vejret tungt))=

V: ja

T: = ikke DYBT suk men en lidt mere dyb vejtrækning end den overfladiske

V: ja

T: og jeg tror faktisk der da du spurgte mig før det er faktisk meget interesSANT det her når du spør fordi hvor meget man egentlig kan huske – det er MEGET spændende

V: ja

T: det er MEGET aha for mig at der nok var en synkronisering uden at jeg vidste det

V: ja

T: ja (.) via det at han trækker vejret

V: ja

T: og selv om jeg ikke bevidst mens jeg spiller HØRER at han trækker vejret, så hører mit system det alligevel og så ((trækker vejret)) falder jeg lige ned og så ja

V: ja og så ka du spille mere frit

T: ja det er faktisk MEGET interessant

V: det er MEGET interessant

T: ja det er det ((dybt suk))