

## KAPITTEL 16

# Å lytte er å skape – å skape er å lytte: Musikkopplevelse og selvforståelse gjennom musikkterapi

*Øystein Salhus*

**Abstract:** The musical experience, the discovery of meaning in the experience, and the conscious intention to use this knowledge in one's own life, are all central concerns in music therapy. It is the client's subjective experience of the music that should be the basis for shared understanding between client and therapist, and this has importance for both the musical interaction and the verbal conversation about the musical experience. Using theoretical concepts about music, understanding, experience and intersubjectivity, this article explores how relations between musical experience and the therapeutic aim of self-understanding are exemplified in a case study.

**Keywords:** music therapy, meaning, musical experience, verbal language, self-understanding

## Innledning

I artikkelen undersøkes hvordan musikkimprovisasjon og samtale rundt opplevelser i musikkimprovisasjon kan være utgangspunkt for selvforståelse ved at klienten blir seg bevisst hvilken mening og betydning musikken kan få i musikkterapi. Kenneth E. Bruscia definerer musikkterapi slik: «Music therapy is a systematic process of intervention wherein the therapist helps the client to achieve health, using musical experiences

Sitering av denne artikkelen: Salhus, Ø. (2022). Å lytte er å skape – å skape er å lytte: musikkopplevelse og selvforståelse gjennom musikkterapi. I Hjorthol, G., Løvoll, H.S., Oltedal, E. & Sørbo, J.I. (Red.), *Stemma og stilla i musikk og litteratur. Festskrift til Magnar Åm* (s. 314–336). Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/noasp.158>  
Lisens: CC BY-NC-ND.

and the relationships that develop through them as dynamic forces of change» (Bruscia, 1989, s. 10). Vi kan her tilføye å arbeide med de mulighetene man i musikkterapi har til å bruke musikken kreativt og komme nærmere en kreativ betraktningssmåte (Winnicott, 1997), og det å legge til rette for å ta egne valg i terapi (Frankl, 2007). Even Ruud (1990) definerer musikkterapi som «bruk av musikk til å gi nye handlemuligheter», og her kan vi gjerne tilføye: handlemuligheter til å gjøre oppdagelser i rommet mellom den indre og ytre verden, det Winnicott kaller «det kulturelle rom» (Winnicott, 1997).

Videre i innledningen blir noen forhold rundt musikk og verbalspråk trukket fram, deretter vil teori om det å forstå, å oppleve, kongruens i musikken og forhold som spiller inn på klient–terapeut-relasjoner i musikkterapi, bli belyst.

Først litt om forholdet mellom musikk og verbalspråket:

Når det gjelder å forstå musikken, kan spørsmålet stilles om den i det hele tatt er mulig å forklare med ord, eller om det er slik at musikken forsøker å uttrykke noe som også er eller kan uttrykkes med ord (Nielsen, 2007; Kjerschow, 2000; Bonde, 2009). Mange vil mene at musikken har et uttrykkspotensial og muligheter for en nyanserikdom som kommer i en annen kategori enn det verbalspråklige uttrykk, og at det er overfladisk å forsøke å skildre musikkopplevelsen i verbalspråk. En annen innvending mot å verbalisere musikken kan være at man tar bort noe av magien, eller det man oppfatter som det fineste eller ubeskrivelige som oppstår i møte med musikken. Som Kjerschow (2000) skriver:

Jo mer man fester seg ved det enestående ved musikken, desto mer utilgjengelig blir den for sproglig utlegning. For det analytiske sprog kan bare bemektige seg det individuelle og forsåvidt ukjente ved å henføre det til noe allment, allerede kjent og navngitt. (s. 114)

Spørsmålet om hvordan vi kan oppleve og forstå det verbalspråklige, det musikalske og sammenhengene mellom disse henger sammen med personlige oppfatninger, tidligere erfaringer og hvilket perspektiv man har. Kjerschow, som er opptatt av det førspråklige, påpeker hvordan musikken har sin egen dybde uavhengig av ord og har andre kvaliteter i seg

enn verbalspråket. I musikkterapi er det vesentlig å forstå mest mulig av klientens forhold til både musikken og verbalspråket. Musikk er det primære medium, og klientens evner, opplevelse av musikken og de relasjonene som oppstår, vil være styrende for hvordan dialogen foregår med det musikalske materialet, i verbalspråket, eller som en kombinasjon av det musikalske og det verbale (Garred, 2008).

Det å forstå forholdet mellom musikken og verbalspråket handler blant annet om hvilken status eller posisjon de har, og hvilket medium som tillegges å ha definisjonsmakt over virkeligheten. Musikkterapeut Lars Ole Bonde (2009) tar opp dette spørsmålet. Han påpeker at verbalspråket har en for stor dominans av de to. Han vil bort fra «verbalspråkets privilegerende status i forhold til menneskets erkjennelse av seg selv og verden» (s.119). Bonde hevder et syn der mening ikke er knyttet direkte til språket i snever forstand, men til kroppslige, sanselige og estetiske erfaringer som ofte er ubevisste og ikke-språklige. Musikkens mening er ikke først og fremst verbal-lingvistisk, men framtrer mer som forestillingsbilder og som kroppslig baserte forstillingsbilder: «Et fænomens mening er dets faktiske og potensielle relationer til andre kvaliteter, ting, begivenheter og opplevelser» (s. 120).

Bonde bygger på Johnson (2007), som bruker metaforer for å beskrive musikkens mening. Metaforene han bruker, er «musikk i bevegelse», som forbinder velkjente opplevelser av fysisk bevegelse med opplevelse av musikk som beveger seg i tid. Den andre metaforen er «Det musikalske landskap», som forbinder den velkjente opplevelsen av å bevege kroppen gjennom et spatialt landskap med opplevelse av musikken som skaper et rom, og den tredje; «Musikk som en kraft som beveger», som forbinder opplevelsene av å bli beveget av fysiske krefter med opplevelsen av musikk som beveger oss.

For klienten blir det vesentlig at musikken som høres og uttrykkes, har rot i egen musikalsk virkelighet, og at ordene som brukes i en eventuell verbal forståelse, er naturlige og forståelige for klienten selv (Ruud, 1990). På hvilken måte denne transformasjonen fra den subjektive opplevelsen til den objektive forståelsen skjer, er individuell og vanskelig å beskrive. Hvordan kan noe så individuelt som ens egen musikkopplevelse av hva som skjer med en selv, i det hele tatt kunne beskrives slik at både en selv

og andre får en forståelse av det? Det som kan oppfattes som et underliggende problem, er hvor vi er plassert i forhold til en subjektiv opplevelse av det som skjer, eller en objektiv forståelse av hva det handler om. I musikkterapi blir noe av intensjonen å forstå klienten idet musikken oppleves, og å legge til rette for meningsdannelse. Det er klientens opplevelser og egne ord som får betydning, og det å forstå hva som skjer i situasjonen med klienten idet han opplever musikken og forteller om den, blir vesentlig for terapeuten. Det kan tilføyes at dersom klienten ikke har ord for sin opplevelse, er den musikalske opplevelsen like verdifull i seg selv, også som basis for terapi. Når klienten har ord og vil bruke ord, kan det være både naturlig og betydningsfullt å gjøre det for klientens eget virkelighetsbilde, og for å kunne dele egne opplevelser med andre.

Musikkforskeren og pedagogen Frede Nielsen (2007) skriver om bevissthetsdimensjonen hos mennesket når han behandler spørsmålet om musikkens ontologi. Han stiller spørsmålet om det er mulig å unngå å gjøre musikken til enten et rent objekt eller psykologisere musikken fullstendig til den enkeltes opplevelse. I kløften mellom Musikken (objektet) og den musikalske bevissthet (subjektet) innfører han begrepet «det mangespektrede meningsunivers», der «den ydre musikalske struktur fører ind i og er gensidigt forankret i andre dybere plasserte meningslag av kinetisk- motorisk, spændingsmæssig, emotionel, åndelig og eksistentiel art» (Nielsen, 2007, s. 68). De forskjellige lagene og meningsdimensjonene er gjensidig avhengig av hverandre og forstås i en sammenheng, og, som han skriver: «De hører sammen fordi de høres sammen» (s. 68). Denne tanken forutsetter en korrespondens mellom den musikalske dybdestrukturen og dybden i den bevisste opplevelsen av musikken som vil skape en samhörighet mellom lytter og musikk. I musikkterapi vil korrespondensen mellom musikk som objekt og opplevelsen av musikken være vesentlig for både opplevelsesaspektet, og for analysen av musikken som bærer av en mening.

Musikksituasjonen i seg selv kan gi rom for stor grad av frihet til å skape. I musikkterapi kan man også utvide denne skapende holdningen til stor grad av frihet til å lete etter mulige måter å oppleve og forstå og å oppleve sammen. Her vil metaforene, de indre bildene, de kroppslige opplevelsene og ordene vi forsøker å bruke, være med i samspillet om

meningen som oppstår. Vi må også ta høyde for at graden av hvorvidt man oppnår en umiddelbar subjektiv fellesopplevelse, eller en mer middelbar objektiv forståelse av den andre, blir bestemt av mange faktorer vi ikke alltid klarer å være oss bevisste.

Om verbalspråket blir en god støtte for å forstå opplevelsene, vil kanskje være mer avhengig av den enkeltes forhold til og opplevelse av musikken og språket enn til faste oppfatninger om hva verbalspråk og musikk måtte være eller representere. Kjerschow (2000) sitt utsagn om at verbalspråket kun kan henføre det individuelle og ukjente til noe allment, allerede kjent og navngitt, kan hjelpe til å minne på de begrensningene som ligger i verbalspråket. Mange eksempler fra musikkterapi viser imidlertid at ord eller verbalspråklige utlegninger kan få en mening i gode øyeblikk, som åpner dører både til en rikere forståelse av både musikken og til en rikere opplevelse av dens betydning og i det å forstå dette. Videre kan en hermeneutisk tilnærming være nyttig for å belyse ulike forhold rundt opplevelse i musikkterapeutisk arbeid. Dilthey (2001) forstår opplevelsene (Erlebniss) som det konstante. Mens fysiske fenomen forklares, sier Dilthey, så må åndsfenomen forstås, og om man skal forstå, så trenger man først og fremst innlevelsen. Innlevelse og medopplevelse blir i musikkterapi grunnlaget for å forstå opplevelsen som klienten har. For at innlevelsen skal være ekte, må terapeuten medoppleve på et subjektivt nivå sammen med klienten. Det er en utfordring å forstå klientens behov, ressurser, opplevelsesverden og verdier. Egne subjektive oppfatninger og opplevelse av situasjonen kan prege det som skjer på en altfor inngripende måte. De verdiene, normene og den rolleforståelse som er i forholdet mellom klient og terapeut, kan føre til at terapeutens vilje, intensjoner og påvirkningskraft blir for stor. Det kan være til hinder for at klienten opplever stor nok grad av gjensidighet og frihet til fritt å bruke egne opplevelser, meninger og ta egne valg på egne vegne. Ifølge Gadamer (2001) vil vi hele tiden narres til å tro at vi forstår fordomsfritt, men våre fordommer er et aktivt aspekt ved oss når vi skal forstå oss selv og dele vår virkelighetsoppfatning. Gadamer er likevel positiv i sin forståelse av muligheten til å finne en felles «forståelseshorisont», eller til å oppnå en

«horisontsammensmeltning der man setter den andres mening i et forhold til de egne meningenes helhet eller seg selv til dem» (s. 118).

Musikkterapien har både musikken og verbalspråkets mulighet til objektivisering og konkretisering av det opplevde. I dette ligger også en mulighet til å veksle mellom de to. Balansepunktet mellom det objektive og det subjektive gjør seg gjeldende både ved musikalsk samspill og verbalt samspill, men ved å gå fra det ene til det andre kan man snakke om det man gjør og gjøre det man snakker om. Dette gir spesielle muligheter til refleksjon, men også utfordringer i forholdet mellom subjektiviteten og det å forholde seg objektivt i det man fortolker.

Musikkterapeut Inge Nygård Pedersen (2007) har forsket spesielt på problemet med å veksle mellom intens opplevelse i en klinisk musikkimprovisasjon og samtidig kunne beholde en verbalt analytisk oversikt og på denne måten kunne gå inn og ut av den subjektive opplevelsen med klienten i forhold til det som skjer i selve musikken. Hun har utviklet begrepet «den disiplinerte subjektivitet» (Pedersen, 2007, s. 373) Med dette mener hun for musikkterapeuten å kunne være subjektivt til stede og samtidig kunne være «medsvingende i forhold til pasientens univers» (s. 359). Dette innebærer at terapeuten er oppmerksom til stede og kan «svinge» ut og inn av den felles musikken som blir skapt. Hun tilføyer det nødvendige i at terapeuten tar ansvar for selv å ikke bli overveldet av opplevelsene, tar ansvar for egen innflytelse i og på situasjonen og kontinuerlig tar ansvar for å forstå hva som skjer i terapien.

Så til selve opplevelsen:

Opplevelsen foregår bare her og nå, og så er den borte. Musikkterapeutens intensjon er ikke å forstå mest mulig av selve opplevelsen, men heller å forstå noe mer av det som skjer når klienten oppdager verdifulle aspekt ved sin egen opplevelse, betydningen av den og bevisstheten om dette. Gro Trondalen (2007) skildrer hvordan gode øyeblikks-opplevelser med musikk kan videreføres til en verbal bearbeidelse i etterkant. Slike musikalske «gyldne øyeblikk» kan bære i seg mulighetene til det hun kaller «endringspotent erfaring». Trondalen poengterer det paradoksale i at mens musikkterapeuten kan legge til rette for at øyeblikkene skal kunne

oppstå, kan de «kun mottas som en gave» (s. 577). Et annet paradoks er tidsperspektivet, der

Opplevelsen av positive øyeblikk oppleves i et subjektivt tidsperspektiv, både for klient og terapeut, samtidig som slike øyeblikk ofte også kan tidfestes rent objektivt. Det er i dette spennet mellom tilrettelegging og mottagelse, mellom ytre og indre tidsperspektiv, at virkeligheten utfolder seg i det terapeutiske rommet. (Trondalen, s. 577)

Det er oppdagelsens kunst som må til for at virkeligheten skal få utfolde seg, og som Trondalen poengterer, handler det om hvordan to personer oppdager at de har et viktig øyeblikk sammen. Men hvordan blir man seg egentlig bevisst verdien av slike øyeblikk? Fra psykiatri- og psykoanalysefeltet har også Daniel Stern (2007) vært opptatt av hvordan «nå-øyeblikkene» kan være en spesiell intersubjektiv opplevelse. Han karakteriserer fenomenet som «selve byggesteinen for opplevelsen» (Stern, 2007, s. 19). Ved å intervju pasienter om dagligdagse hendelser finner han fram til øyeblikk som pasienten husker, og sammen arbeider de seg fram til en så eksakt som mulig oppfatning av øyeblikket. Det interessante ved denne framgangsmåten er hans resonnement når han beskriver de små øyeblikkene som en *mikroverden*. Han mener at vår viten om nå-øyeblikket ikke kan være verbal, symbolsk eller eksplisitt ettersom den oppfattes mentalt idet den utfolder seg i det levende og bevisste nå. Det er nå vi lever, og alt annet er ett eller to skritt fra det opprinnelige: «Den eneste tiden da vi opplever rå subjektiv virkelighet, det virkelige ved fenomenet, er nå» (Stern, 2007 s. 33).

Sterns (2007) undersøkelser er fenomenologiske og handler om hvordan tingene oppfattes av bevisstheten, og hvordan de viser seg gjennom opplevelsene. At det er subjektets egne ord for opplevelsen som gjelder, blir viktig, da ordene i seg selv bærer med seg mye av personens historie og identitet. Men hvordan forholdet mellom den språklige versjonen av fortellingen om nå-øyeblikket og den opprinnelige opplevelsen er, blir etter Sterns (2007) mening vanskelig å si noe eksakt om (jf. diskusjonen om musikk og mening). Likevel framholder Stern at bevisstheten om

nå-øyeblikkene kan gi oss verdifull viten om oss selv og forholdet til verden. Han er i hovedsak interessert i det intersubjektive aspektet, og mener at selv om det er det enkelte menneskes opplevelse det er snakk om, så er man, selv i situasjoner hvor man er alene, mentalt innrettet mot en annen, eller mot sitt kontekststahengige jeg. Stern beskriver videre hvordan nå-øyeblikket går over i en ny tilstand som har muligheten i seg til å fange nå-øyeblikket slik at man glemmer tid og sted. På denne måten blir bevisstheten bevisst seg selv og blir refleksiv bevissthet.

Vi har vektlagt musikkopplevelsen og nå-øyeblikkets potensial som fokus for vår oppmerksomhet i terapi når vi er sammen om musikk, hvordan forholdene naturlig kan ligge til rette for felles opplevelse og medopplevelse, og vi har hatt fokus på forholdet mellom den ytre og indre verden, eller mellom det subjektivt opplevede og vår evne til objektiv refleksjon gjennom verbalisering. Vi har framhevet Winnicotts (1997) perspektiv på kreativitet som en vital holdning til det å utforske rommet mellom den indre og den ytre verden. En kreativ innstilling har blitt fundert på en personlig holdning til egne verdier og erkjennelse av personlig mening og betydningen av å ta egne valg og forstå disse valgene i en personlig kontekst. Å forstå sammen med andre i en terapeutisk kontekst krever en felles forståelseshorisont og innlevelse i hverandres liv, og, i dette tilfellet, opplevelser i musikken. Dette gir terapeuten utfordringer i å veksle mellom subjektive opplevelser sammen med klienten og forstå det som utfolder seg i en terapeutisk kontekst. Vi har også vektlagt det som skjer i selve musikkutfoldelsen ved å trekke inn betydningens kongruens mellom det som oppleves på et personlig og relasjonelt plan, og ved å innføre begrepet det mangespektrede meningsunivers (Nielsen, 2007), som handler om de ytre strukturer i musikkens forhold til våre indre opplevelser. En problemstilling kan formuleres slik:

*Hvordan kan mening formidles gjennom musikkopplevelser i musikkterapi gjennom musikalsk improvisasjon og verbal samtale mellom klient og terapeut, og på hvilken måte kan opplevelsene som kommer fram gjennom musikken og betydningene av dem, knyttes til økt selvforståelse?*



## Kasus som metode

For å belyse problemstillingen har jeg valgt å bruke *instrumentell kasus-studie* (Stake, 1995). I denne metoden kan en studie av et enkeltstående kasus gi innsikter for en større sammenheng, siden kasuset kan være et eksempel på et fenomen utover seg selv. Slike kasus er interessante «for both their uniqueness and commonality» (Stake, 1995, s. 1), og er dermed en dybdetilnærming som søker å forstå en sak bedre som ikke har direkte med kasuset selv å gjøre. Valgt kasus er en forskning på én klient i møte med musikkterapi. I dette møtet er forfatteren musikkterapeut, musiker, deltakende observatør og intervjuer. I tillegg er klientens egen tekst utgangspunkt for det empiriske grunnlaget. Som forsker kommer jeg med min forforståelse, erfaring og teoretiske ballast inn i et annet menneskets livsverden. Min intensjon er å forstå noe mer og bedre enn det jeg gjør, og å oppnå en ny og utvidet forståelse sammen med kasus. Det bygges på en hermeneutisk tilnærming der mening bare kan forstås i den sammenheng den studeres (Thagaard, 2002, s. 37). Min forforståelse og den nye forståelsen jeg får i møte med min klient, vil virke inn på hverandre. Jeg stiller meg åpen for at jeg i denne prosessen kan støte på helt nye forhold eller fenomen, og at dette vil påvirke og forandre min forforståelse (Andersen, 2012). Fenomenologien har som utgangspunkt at virkeligheten er slik folk oppfatter den (Kvale, 1996). Det har vært viktig å få tilgang til klienten sin historie fortalt med egne ord. Videre, å se hvordan klientens perspektiv på mitt tema og problemstilling kan gi innsikt fra «det virkelige liv» og fra et perspektiv som kommer fra en sammenheng der kunnskapen som erverves, er ment til å brukes. Det blir viktig å sikre troverdigheten i kvaliteten på dataene. Med troverdighet her menes «å reflektere over konteksten for innsamlingen av data, og hvordan relasjonen til informanten kan influere på den informasjonen forskeren får» (Thagaard, 2002, s. 178–179). Jeg er forberedt på at en problemstilling som denne kan føre til det Malterud (2008) kaller «å følge blinde spor som jeg selv har lagt ut» (s. 27). Her vil min evne til å sette spørsmålsteget ved egen framgangsmåte og innta en refleksiv holdning være avgjørende for troverdigheten (Malterud, 2008, s. 26).

Terapisituasjonen er en asymmetrisk situasjon. Å tenke over maktforhold blir derfor spesielt viktig. Ihlhaug (2016) trekker fram to aspekt ved maktrelasjonen i musikkterapi, ansvarsmakt og ekspertmakt, og dette understreker viktigheten av musikkterapeutens bevissthet rundt ansvarsmakt og å forsøke å utjevne ekspertmakten. I terapisituasjonen har to forhold vært spesielt viktige. Det viktigste har vært å ivareta klienten i den terapeutiske prosessen, dernest å erverve kunnskap rundt problemstillingen. Til dette har jeg valgt musikalsk samspill gjennom frie improvisasjoner og samtaler.

Studien bygger på intersubjektivitet som forutsetning for mening i kommunikasjon og på nyere forskning innen utviklingspsykologi. Daniel Stern utdyper dette slik: «Den måte, som vi oplever os selv på i forhold til andre, udgør et afgørende organiserede perspektiv i alle mellem-menneskelige begivenheder» (Stern, 1995, s. 15). Denne oppfattelsen av intersubjektivitet preger framgangsmåten.

Som nevnt innledningsvis definerer Ruud (1990) musikkterapi som «å gi nye handlemuligheter». Ruud legger i dette en forståelse om å bruke «musikalsk kompetanse som en del av vår generelle evne til å handle ut fra egne valg» (Ruud, 2017, s. 206). Dette perspektivet er aktuelt her, sammenfallende med kasus, stadium i musikkterapiprosessen og mitt ståsted som forsker.

Dialogen om mening, meningens betydning og betydning for selvforståelse er det sentrale. Derfor får også selve samtalen og måten den foregår på, stor betydning. Andersen (2012) understreker at det i en dialog mellom to kan være nyttig å tenke på at det foregår tre parallelle samtaler; to indre og en ytre. Den indre samtalen behandler tankene som utveksles, samtidig som man konsentrerer seg om hva som skjer i samtalen med den andre eller de andre man snakker med. I den indre samtalen vil man hele tiden vurdere hvordan man skal delta i den ytre samtalen. Andersen (2012) bruker metaforen *elliptiske dialoger* for å understreke at samtalen har to senter som er av like stor betydning i samtaleterapi. En i hver ende av ellipsen, der ellipsen i seg selv symboliserer den ytre samtalen, det vil si samtalen mellom de to. Et vesentlig aspekt ved en slik måte å oppfatte en samtale på er at ethvert menneske har sin egen måte å organisere seg

på i forhold til seg selv og andre. Det blir derfor viktig som terapeut å gi klienten tid til både å sanse og handle (musisere, reagere kroppslig og komme til orde) for på en trygg måte å delta i den ytre eller felles samtalen som oppstår til å samtale på egne premisser (Andersen, 2012).

Et dilemma gjør seg gjeldende, og det er min egen rolle som både terapeut og forsker. I musikkterapi er målet terapeutisk og skal tjene klientens hensikt, mens i forskning vil målet være å innhente kunnskap. Åpenhet rundt mine intensjoner som forsker var derfor viktig for meg før, under og etter samtalen. Jeg gjorde klart mine intensjoner til klienten og la for dagen at musikkterapitimene hadde to hensikter. En terapeutisk og en forskningsmessig. Det ble videre avklart at ethvert steg vi gjorde, var frivillig å være med på, slik at klienten kunne trekke seg etter eget ønske. Samtalene og improvisasjonene ble tatt opp på lydfiler. Klienten leste mine transkripsjoner og utkast til artikkel, og manuskriptet ble godkjent av klienten. Det ble også presisert at navn og forhold som kunne føre til gjenkjenning, ble anonymisert.

## Vurdering av problemstilling og metode

Problemstilling og valg av teori og metode er preget av eget verdiperspektiv og interesse.

Min egen bakgrunn som musikkterapeut og de metodiske innfallsvinklene jeg selv bruker, legger føringer i studien. De påvirker også funnene på den måten at de er førende for hvordan kasuset reagerer i terapi-situasjonen, og har innvirkning på hvordan funnene kommer fram, blir forstått og tolket.

Intersubjektivitet er et aspekt ved musikkterapi som på ingen måte er uttømmende for hva musikkterapi er eller handler om. Svakheten ved å velge denne innfallsvinkelen kan være faren for å skygge for andre perspektiv og framgangsmåter. En mer omfattende behandling av musikk som fenomen, verbalspråk, musikkpsykologiske og terapeutiske aspekt ville kunne vært interessant og kunne ytterligere aktualisert og utdypet funnene i studien. I prosessen har forholdet mellom musikk og verbalspråket blitt mer framtrædende enn det jeg på forhånd hadde forestilt meg, og dette er en påminnelse om hvor mange aspekt som spiller inn på

å bli bevisst forholdet mellom musikk og verbalspråk. Her berøres bare noen forhold rundt dette.

Problemstillingen er ikke alltid aktuell i musikkterapi. I mange sammenhenger vil en bevisstgjøringsprosess om dette falle utenfor de terapeutiske målsettingene både musikalsk og verbalt. Derimot kan en si at temaet er av generell karakter, aktuelt for musikkterapi, men også relevant for dagligdagse opplevelser med musikk. Likevel, heller ikke i generell forstand (utenfor musikkterapi) vil et tema med en slik problemstilling alltid være riktig eller like relevant. Musikk er gjerne noe man gripes av i øyeblikket, og det spontane ved musikk er et vesentlig aspekt. Man blir grepet av musikken uten å forstå hvordan og hvorfor det skjer, noe som er en vesentlig kvalitet i seg selv. Om man stadig skal minne seg på hva som skjer og hvilken betydning det har, kan det overskygge eller stå i veien for flyten og de transcendentene sidene ved musikken. Holdningen her er likevel at det ikke trenger være noen motsetning mellom det å hengi seg til musikken i spontan utfoldelse, og det å bruke opplevelsene bevisst for å erverve kunnskap om seg selv. Det skal også påpekes at musikk ikke er et like aktuelt medium for alle, og at prosessen som studeres her, vil fortone seg forskjellig fra person til person. Ethvert menneske har sin personlige måte å oppleve og uttrykke musikk på. Musikk har heller ingen status framfor andre uttrykksmedier som utgangspunkt for selvrefleksjon, men kan i mange tilfeller vise seg å være en aktuell tilnærming.

## Prosesen med kasus

Utgangspunktet var felles opplevelser gjennom bevegelse, lytting til musikk, gruppeimprovisasjoner med musikk og dramaøvelser. Tilbudet var ikke diagnoserelatert, men et kriterium for deltakelse var at deltakerne hadde adekvat virkelighetsoppfatning uten store dissosiasjonsforstyrrelser, og at tilbudet kunne vurderes som aktuelt i forhold til den terapeutiske prosessen de var inne i. Klienten, heretter kalt K, var med i gruppen ca. ett år. Undersøkelsen her er fra to timer med individuelle musikkterapitimer som K hadde kort tid etter at gruppetilbudet var avsluttet. K brukte tromme og sang, mens terapeuten brukte piano. Å improvisere musikk ut fra enkle improvisasjonsregler var en ny opplevelse

for K, men det å utøve musikk var K vant med fra tidligere. At K var gjort kjent med alle forhold rundt terapeutens hensikter med samtalen i denne sammenheng, var både en styrke og en ekstra utfordring. En styrke i den forstand at klienten ønsket å dele sine opplevelser, og syntes det var interessant å snakke om dem ut fra en undersøkende holdning. En utfordring i den forstand at det ble viktig å bli sikker på at klienten *virkelig* hadde utgangspunkt i seg selv, sine egne opplevelser og sin egen bevissthet rundt det som kom fram, og ikke tenkte på terapeutens hensikter med samtalen. Denne problemstillingen ble verbalisert under samtalen, og det ble presisert fra terapeutens side at det var de umiddelbare opplevelsene og klientens egne refleksjoner og tanker rundt dette som under alle omstendigheter ville være interessante. Som terapeut var min opplevelse av ektheten i samtalen ubetinget positiv, og mitt inntrykk av pasientens opplevelse av å ha samtalt ut fra egne premisser og egne autentiske opplevelser var også positiv. Samtalene handlet ikke bare om det som var problemstillingen her, men også om personlige og mellommenneskelige relasjoner som kunne knyttes til å lytte, og til musikk situasjonene som klienten hadde vært en del av.

Diagnostiske forhold eller forhold rundt klientens sykdomsbilde fokuseres ikke her. Klienten kommer i samtalen selv inn på forhold i livet som er vanskelige med bakgrunn i traumer tidligere i livet, og relaterer selv noe av det som kommer fram i samtalen, til det å komme seg videre i livet og se gode sider ved tilværelsen. Det kommer fram en forståelse om at musikken kan være av en slik betydning, at den styrker klienten. I samtalen blir det brukt direkte spørsmål som har utgangspunkt i tematikken her. Det vil si spørsmål som: Hvordan opplevde du musikken, hva opplever du at den betyr for deg. Samtalen foregikk som fri samtale med lite preg av et formelt intervju.

## Analyse av funn

Kvale foreslår seks mulige trinn for analyse. «De forutsetter ikke hverandre hverken logisk eller kronologisk» (Kvale, 1996, s. 122). Trinnene som foreslås, er aktuelle og sammenfallende med prosessen for analysen her.

Det første trinnet handlet om å forstå og leve seg inn i K sin livsverden. K viste innlevelse og evne til å lytte til både egne og terapeutens musikalske bidrag i musikken. Improvisasjonene skapte gode emosjonelle fellesopplevelser for både K og T, noe som ble et godt utgangspunkt for samtalene etterpå. K uttrykte at den tryggheten som oppstod i musikk situasjonen, betydde mye for selve opplevelsen. K kom med mange refleksjoner rundt sitt eget forhold til *musikk og mening*. Det handlet om opplevelsene fra gruppeterapi med musikk, fra improvisasjonene rett før samtalen og fra tidligere i livet. Det å improvisere opplevdes og ble beskrevet som befriende og som en reise gjennom livet der forskjellige ting hendte. Hendsene oppstod som en følge av musikkens karakter, der for eksempel lyse toner og tonalitet skapte gode følelser, og kromatikk, fritonalitet og ukjente klanger framkalte mer mørke eller dystre opplevelser. K tok fram en spesiell opplevelse fra gruppeterapi der det ble spilt spesielt til K. Opplevelsen var spesiell og ble uttrykt slik: «Jeg følte at du virkelig spilte til meg, og at det var en litt slik følelse at det var bare meg i hele verden, fans ingen andre.»

Andre trinn handler om at klienten oppdaget sammenhenger mellom opplevelsene og betydningen de fikk i samtalen. Blant annet forteller jeg om en av mine egne opplevelser med musikk som barn. Et slikt grep ledet til å gjøre samtalen mer symmetrisk og slik utjevne noe av maktforholdet som fort kan oppstå i en klient–terapeut-relasjon. Her sier K: «Jeg skulle gjerne sett øynene til den gutten», som reaksjon på det jeg forteller. Her kommer mye fram av K sin forståelse og ikke minst måten K opplever det kroppslige uttrykket for musikk. K verbaliserer også at man forstår først og fremst gjennom måten ting blir sagt på. En interessant bemerkning som sier noe om K sin måte å fange opp betydninger i en samtale.

Kvale (1995) beskriver tredje trinn som fortettinger og fortolkninger av det informanten uttrykker. I denne sammenhengen handlet dette om å «kaste ball» til hverandre og få fram en så tydelig mening som mulig. Eksempel på et tema det var interessant for terapeuten å forfølge, og på dette stadiet uten å dra en slutning eller en fortolkning: K: «De bildene eller de tankene de er ofte ikke det jeg forventer at skal komme.» T: «Ja, du fortalte jo noen ganger husker jeg sånn konkret om akkurat hva du så.» K: «Ja, for det ble lettere for meg på en måte å ende i et bilde enn bare

en følelse.» Her forsøker T å få K til å utdype hva han mener, og forstå om K ser for seg rent billedlig hva som hender i historien som oppleves i musikken. Her avdekker også K evnen til å forstå seg selv, sine behov og overraskelser som kan dukke opp.

Som et fjerde trinn ble intervjuet tatt opp og transkribert. I den analytiske tilnærmingen ble lyd materialet hørt gjennom flere ganger, før identifiseringen av sentrale tema i problemstillingen dannet en struktur i materialet.

I det som Kvale (1996) beskriver som et femte trinn, fikk K lese og komme med innspill til teksten. Spørsmålet «Hva var det som ikke ble sagt under samtalen, men som kanskje likevel var viktig eller kanskje det viktigste?» ble stilt og diskutert. K tilbyr seg å tenke gjennom spørsmålet og sende brev. Vi hadde i løpet av timene flere ganger vært innom det å forstå og å aktivt bruke verdien av egne opplevelser fra musikkimprovisasjonene. Dette ble samtalt om, og K sendte sin egen oppsummering skriftlig:

Jeg tror at å kunne språket for å snakke om musikkopplevelser kan gi en mulighet for å dele musikkopplevelser – og opplevelser gjennom musikk. Ordene kan gi andre en forståelse av hva jeg opplever eller kjenner på. Å vite at musikken både «taler» til meg og kan være «lufteventil» for følelser/opplevelser, er med på å berike meg. Det gir også mulighet for å la andre få kjennskap til meg gjennom musikk, og la andre få uttrykke seg gjennom musikk. Samtidig er det kanskje den uhørbare responsen eller kanskje heller usynlige responsen på musikken som er spennende å ha med seg. Kjennskap til at andre og jeg både kan oppleve og assosiere gjennom musikk, gjør musikken til mer enn bare noter. Artistene har jo gjerne et budskap de ønsker å formidle gjennom musikken. Å kunne lytte og å kunne språket for å uttrykke hva jeg opplever, gir meg en rikdom. En kilde som jeg kan velge å hente kunnskap og følelser fra, og som jeg kan relatere til meg selv og opplevelser i livet mitt.

K viser et engasjement som har oppstått i samtalen. Fra verbalspråkets betydning i å dele musikkopplevelser med andre, hvordan musikken beriker, og hvordan musikken framstår som en ressurs for å formidle noe om seg selv. Etter å ha understreket hvordan musikken kan gi andre en forståelse av seg selv, går K videre til det som ikke høres eller sees konkret,

«den uhørbare responsen eller kanskje heller usynlige responsen», der K blir tydelig på verdien av «å kunne språket» for å hente kunnskap som kan relateres til eget liv.

Kvale (1996) beskriver også et mulig sjette trinn, som handler om en eventuell fortsettelse der «det å forlenge trådene fra beskrivelse og tolkning til også å omfatte handling» (s. 123), eller som han også forklarer: «Handler på grunnlag av kunnskapen som kommer fram i intervjuene». I vår sammenheng knyttes forskningstema til selve terapisisituasjonen og brukes aktivt i den terapeutiske samtalen. Det kan tilføyes at det som kommer fram i informantens svar, kunne vært aktuelt å bruke i et eventuelt videre forløp med musikkterapi.

## Drøfting av funn

Klienten viser sine verdier og hvordan opplevelsen av å ta egne valg gjennom å improvisere musikk gir nye innsikter og tanker om hva musikken har gjort for valgene K har gjort i sitt liv (Frankl, 2007). Det kreative elementet er virksomt idet musikken åpner for andre muligheter enn det et regelstyrt dagligliv gjør (Winnicott, 1997). K trenger trygghet, og da spesielt i vanskelige livsfaser. K har gjort noen viktige oppdagelser gjennom et bevisst forhold til musikken og setter ord på hvordan enkelte hendelser med musikk både i nær fortid og tidligere i livet har vært med og forme livsverdier. Det er nærliggende å koble noen av opplevelsene til det som her nevnes som nå-øyeblikk (Stern, 2007), selv om det å vite sikkert hvordan K sine nå-øyeblikk har oppstått og blitt formet, vil i denne studien være umulig å si. Stern bruker begrepet om både den intersubjektive opplevelse med en annen og med sitt selv. Det er mulig å tenke seg en kombinasjon av dette for vår klient, da K sine utsagn om opplevelser som har vært sjelsettende for ettertiden, har oppstått i øyeblikk preget av refleksiv bevissthet. Vi kan finne igjen «endringspotent erfaring» (Trondalen, 2007) fra musikk situasjoner, der K i ettertid ser slike hendelser i sitt eget liv som viktige opplevelser for ettertiden.

Siste avsnitt fra empirien er gjengivelsen av K sine skriftlige utsagn i etterkant av musikkterapien, som svar på spørsmål fra denne erfaringen. Svarene er klare og i en viss forstand entydige når det gjelder to forhold.



Det ene handler om K sitt utbytte av å forstå seg selv gjennom å bli seg bevisst hvordan egne opplevelser kan knyttes til selvforståelse. Det andre handler om det verbale, altså å bli seg bevisst musikkens betydning gjennom verbalisering.

K tilkjennegir å ha oppdaget verdien av musikken som en kilde til å hente kunnskap og følelser fra som kan relateres til eget liv. Forståelsen av at musikken har noe å si K personlig, den «taler til meg», og samtidig kan være en «lufteventil», beriker K. Det er nærliggende her å tenke på musikken som nært knyttet til identitetsfølelse (Ruud, 2013), der K har oppdaget sammenhenger mellom musikken og seg selv, og sitt eget musikalske uttrykk.

Den nære sammenhengen mellom tryggheten, nærheten, oppdagelsene som gjøres, hvordan K lærer å kjenne seg selv gjennom musikken og det å ha en formidlingskanal til andre mennesker, er åpenbar. Det handler om verbalspråkets funksjon, der K med tydelighet viser hvilken viktig betydning dette har, i setningene «ordene kan gi andre en forståelse av hva jeg opplever eller kjenner på» og «det gir også andre en mulighet til å la andre få kjennskap til meg gjennom musikk». K skriver også at det kanskje er den «uhørbare eller usynlige responsen på musikk» som er spennende å ha med seg, og kommer slik inn på fenomen som får verdi der hverken musikk, ord eller visuelle opplevelser er oppklarende. Det som imidlertid trer fram, er en forståelse av at det er opplevelsen i musikken og forsøket på å verbalisere som skaper disse tankene om sin egen respons.

K sine tanker er ikke oppsiktsvekkende eller uvanlige. Derimot kan man si at enkelte av utsagnene er tydelige og til dels lette å forstå og forholde seg til. De kan derfor være med og belyse problemstillingen på en forståelig måte og være med og bekrefte annen forskning innen musikkterapi. Spesielt kan her nevnes forskning på sammenhenger mellom musikk og identitet (Ruud, 2013) og hvordan musikk er noe man bruker til bestemte formål i livet (DeNora, 2000). Fra empiriske undersøkelser innen forskning i musikkterapirelaterte kontekster kan Trondalen (2007) være et eksempel. Her er det vesentlig at det belyses fra klientens ståsted og med klientens egne ord og refleksjoner som utgangspunkt.

Vi har sagt noe om klientens forhold til tema i problemstillingen og hva som kommer fram i samtalen. Utsagnene tolkes som et tegn på at klienten har et reflektert forhold til temaet i tillegg til å kunne verbalisere det tydelig ut til andre. Musikken har blitt et mellomledd, eller en bro, til allmenngyldig kunnskap om en selv i dagliglivet. Det som utspiller seg i terapirommet, har fått en verdi for dagliglivet gjennom en bevisstgjøring av det som skjer i musikken, og gjennom å snakke om det.

Et underliggende tema er verbalspråkets forhold til musikk og omvendt. Er musikkimprovisasjon et godt utgangspunkt for verbalisering? Er ikke musikken nok i seg selv? Og skjer det ikke egentlig en undervurdering av både verbalspråket og musikkpråket når de ikke kan stå alene? Denne problemstillingen er ikke av ny dato og har en tendens til å dukke opp i mange sammenhenger der verbalspråket og musikken er aktualisert sammen. Kjerschow (2000) sitt utsagn om at det enestående ved musikken er lite egnet for det språket som allerede er kjent og navngitt, kan få oss til å tenke på at verbalspråket kan stå i veien for eller til og med ødelegge noe for «det enestående i musikken». Gjennom kasuset kommer ikke en slik betraktningssmåte til syne. Her blir språket for å snakke om musikk framhevet som et naturlig gode for å dele musikkopplevelser, og det å gjøre det blir ikke vanskeliggjort, men derimot løftet fram som positivt av K.

Bonde (2009) er opptatt av at verbalspråket har for stor dominans i forhold til musikk. Han bruker metaforer for å få fram musikkens språklige egenskaper, og han legger vekt på musikkens kvaliteter i å være en kraft som beveger, musikkens fysiske og romlige egenskaper og tidsdimensjonene nåtid, fortid og framtid. Han mener musikken har en uttrykkskraft som er altfor lite påaktet sammenlignet med verbalspråket. Når klienten sier i samtalen «Jeg følte at du virkelig spilte til meg, og at det var en litt slik følelse at det var bare meg i hele verden, fants ingen andre», er vi inne på et aspekt ved musikken som på mange måter kan sammenlignes med verbalspråkets funksjon, men hvor vi også aner noen forskjeller eller andre kvaliteter som får en til å tenke på det kraftfulle i musikkens fysiske utfoldelse og det spesielle å bli spilt til eller for. Kan man si at musikken i kraft av sitt uttrykk er med og gjøre det spesielt? Om vi tenker

oss at vi er inne i en musikkopplevelse sammen med andre i en konsert, så kan vi forestille oss en subjektiv opplevelse preget av tilstedeværelse, følelser, og kanskje opplevelse av intersubjektivitet og fellesskap. Om musikeren plutselig stopper opp for å fortelle med ord hva musikken er eller kan bety, og begynner å analysere opplevelsen, vil det sannsynligvis sette den gode opplevelsen på en stor prøve. Vi må plutselig svinge med i en ny «horisont», og kravene til å skape en god fellesopplevelse kan med ett bli for store for de som er publikum. Man vil sannsynligvis oppdage at det å skifte mellom det musikalske og verbale uttrykk gir store, og i dette eksemplet kanskje urimelige utfordringer. I musikkterapi vil i mange tilfeller musikkterapeutens verbalisering rundt det som skjer, være avgjørende for å bringe klienten videre, men den kan ikke gjøres sammen med musikken, dersom musikken idet klienten og terapeuten lager musikken sammen, skal ha sin verdi som musikk. Pedersen (2007) bruker uttrykket «disiplinerte subjektivitet» for å understreke det faktum at terapeuten ikke må bli fanget inn i «Subjektivitetens narrespeil» (Gadamer). En trenger å forholde seg til to aspekt, nemlig det å være uforbeholdent til stede i musikken for å skape den sammen med klienten, samtidig som man har forståelsen for hvorfor man gjør som mange gjør, klart for tanken og for den terapeutiske strategien. Uten dette aspektet vil ikke musikkterapi kunne være en terapeutisk prosess over tid med klienten. Hendelsen som nevnes over, der K virkelig følte at musikken var til seg og ingen andre, kan her stå som eksempel på en opplevelse utenom det vanlige, der kongruens i musikken, opplevelse av autentisitet var til stede. I situasjonen hvor K ble spilt til, var opplevelsen i seg selv nok. I samtalen lenge etter var opplevelsen blitt til en fortelling som det var naturlig å verbalisere og trenge inn i på verbalspråklige premisser.

Musikken behandles på den ene siden som objektet for det som utspiller seg i øyeblikket, samtidig som den er subjektivt til stede i de to musiserende sin samhandling med hverandre. I denne vekslingen oppstår en ny mening som er preget av både musikk og verbalitet. For at musikken kan tjene hensikten, må den ha rot i de musiserende sitt mangespektrede meningsunivers (Nilsen, 2007). Musikken trenger å gi mening for begge, både som subjektiv opplevelse og som musikalsk produkt. Det

som hender, trenger å være en felles opplevelse for de som er med, for at det skal være meningsfullt. Musikken kan oppleves subjektivt og forstås objektivt samtidig som man befinner seg i intersubjektiviteten. Dette er ikke noe som bare gjelder musikken, det gjelder også verbalspråket og andre uttrykk. Det som imidlertid er tilfelle i musikkterapi, er at man trenger å gå fram og tilbake mellom det vi oppfatter som to forskjellige måter å uttrykke seg på (verbalspråket og musikken), samtidig som man veksler mellom subjektivitet og objektivitet i situasjonen. I opplevelsen og i lyttingen til hva som blir til, skaper man musikkens videre forløp og dens mening når man musiserer. I terapi vil mening ofte være forbundet med å forstå mer av seg selv, sine tanker og handlinger og lære noe om virkninger og konsekvenser for dagliglivet. Setningen som gjengis ovenfor: «Samtidig er det kanskje den uhørbare responsen eller kanskje heller den usynlige responsen på musikken som er spennende å ha med seg», skiller seg noe ut. Her går K videre i å si noe om hva som betyr «å ha med seg». K setter ord på at det kommer noe etterpå, utdypet ikke hva dette uhørbare eller usynlige dreier seg om, men bruker ordet respons. Man kan gjøre seg opp forskjellige antagelser eller meninger om hva som menes her. Det skrives i et forsøk på å gripe noe ved musikken som handler om å forstå sin egen respons på den. Man kan anta at klienten opplever å ha fanget noe i denne setningen som er vanskelig å helt forstå eller fange gjennom ordene. Setningen kan oppfattes som et uttrykk for noe av den forståelsen K har fått ved å leve seg inn i musikken og prøve å forstå seg selv gjennom den. Om man tolker dette som et uttrykk for en kreativ betraktningssmåte, som Winnicott (1997) sier noe om, kan man tenke seg at klienten her er inne i sitt «kulturelle rom» og i ferd med å gjøre seg noen nye erfaringer i leken mellom musikken og ordene, og at det er i *mellomrommet mellom verbalspråket og minnet om responsen på musikken at disse ordene blir hentet fram.*

Undersøkelsen stoppet her, og ingen flere spørsmål ble stilt til K. Her kunne en ny undersøkelse startet for å forstå mer av K sine ord og sammenhengene mellom det som ble musisert og sagt. Men vi aner at klienten er i ferd med å komme inn i *rommet mellom ordene og musikken, gjennom lytting til det som skapes og responsen på det skapte.*

## Avslutning

Hensikten med studien har vært å sette lys på en målsetting som kan være aktuell for klienter i musikkterapi. Teksten er relevant for musikkterapeuter og andre som arbeider med musikk og mennesker. Den kan også være relevant for andre som er interessert i temaet. Det handler om hvordan mening kan formidles gjennom musikkopplevelser i musikkterapi, og på hvilken måte opplevelsen av musikk og dens betydning kan knyttes til økt selvforståelse. Underveis i undersøkelsen har forholdet mellom musikk og verbalspråk utkrystallisert seg som et kjernepunkt i det å nå fram til en forståelse.

En teoretisk gjennomgang av sider ved det å oppleve, forstå, kongruens i musikken og forhold som spiller inn på det å bruke musikk og verbalspråket i musikkterapi, har blitt løftet fram som forståelsesbakgrunn. Intersubjektivitet med utgangspunkt i utviklingspsykologi er et vesentlig aspekt ved undersøkelsen. Et kasus fra musikkterapi har blitt brukt for å belyse problemstillingen, og samtaler fra musikkterapi har vært utgangspunkt for funn og drøfting.

Oppsummert handler det om hvordan musikkopplevelser kan åpne opp for verbaliseringer som gir handlingsrom til å forstå betydningen av egne opplevelser, og hvordan opplevelsene kan brukes til å forstå en selv. Uttalelsene til kasuset belyser muligheten til å veksle mellom musikk og ord i terapi, og at det kan være en hjelp til å utvikle bevisstheten rundt egne opplevelser for slik å oppnå selvinnsikt. Kasuset blir seg bevisst sin egen «uhørbare respons» eller «usynlige respons» på musikken. Dette tolkes som uttrykk for en undersøkende holdning der klienten befinner seg i en kreativ tilstand i *mellomrommet mellom musikk og ord*. Ved å lytte til musikken, sine egne opplevelser og ordene som kommer til i samtalen, skapes en måte å forstå seg selv på.

## Litteratur

- Andersen, T. (2012). *Reflekterende prosesser*. Dansk psykologisk forlag.
- Bonde, L. O. (2009). *Musik og menneske: Introduktion til musikpsykologi*. Samfundslitteratur.
- Bonny, H. L. (2002). Body listening: A new way to review the GIM tapes. *Nordic Journal of Music Therapy*, 11(2). <https://doi.org/10.1080/08098130209478060>
- Bruscia, K. E. (1989). *Defining music therapy*. Spring House Books.
- DeNora, T. (2000). *Music in everyday life*. Cambridge University Press.
- Dilthey, W. (2001). Der Aufbau der geschichtlichen Welt in den Geisteswissenschaften Surhrkamp: Frankfurt/M 1993. Avgrensning av åndsvitenskapene. I S. Læg Reid & T. Skorgen (Red.), *Hermeneutisk lesebok*. Spartacus.
- Frankl, V. E. (2007). *Vilje til mening*. Gyldendal.
- Gadamer, H.-G. (2001). *Sannhet og metode (utdrag)*. I S. Læg Reid & T. Skorgen (Red.), *Hermeneutisk lesebok*. Spartacus.
- Garred, R. (2008). Et dialogisk perspektiv på musikk som terapi. *Psyke og logos* 28(1), 61.
- Ihlhaug, S. M. (2016). *Medvit om makt i musikkterapi. Ei utforsking av maktaspekt i musikkterapilitteratur*. Masteravhandling, Norges musikkhøgskole, Oslo.
- Johnson, M. (2007). *The meaning of the body: Aesthetics of human understanding*. University of Chicago Press.
- Kjerschow, P. C. (2000). *Før språket: Musikkfilosofiske essays*. Vidarforlagets kulturbibliotek.
- Kvale, S. 1996). *InterViews. An introduction to qualitative research writing*. Sage Publications.
- Malterud, K. (2008). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning*. Universitetsforlaget.
- Nielsen F. V. (2007). Musik og bevidsthed: Et fænomenologisk perspektiv. *Psyke og logos* 28(1), 61.
- Pedersen, I. N. (2007). Musikkterapeutens disiplinerte subjektivitet. *Psyke og logos*, 28(1), 27.
- Ruud, E. (1990). *Musikk som kommunikasjon og samhandling: Teoretiske perspektiv på musikkterapien*. Solum forlag.
- Ruud, E. (2013). *Musikk og identitet*. Universitetsforlaget.
- Ruud, E. (2017). Handlemuligheter og musikalsk aktørskap. Om å avgrense musikkterapi fra musikkpedagogikk. I: *Utdanningsforskning i musikk-didaktiske, sosiologiske og filosofiske perspektiver*. I S.G. Nielsen & Ø. Varkøy (Red.), *Utdanningsforskning i musikk – didaktiske, sosiologiske og filosofiske perspektiver* (s. 203–212 ). Norges Musikkhøgskole.
- Stake, R. (1995). *The art of case study research*. Sage Publications.

- Stern, D. N. (1995). *Barnets interpersonelle univers: det 0-2-årige barn i et psykoanalytisk og utviklingspsykologisk perspektiv*. Hans Reitzels Forlag.
- Stern, D. N. (2007). *Her og nå: øyeblikkets betydning i psykoterapi og hverdagsliv*. Abstrakt.
- Thagaard, T. (2002). *Systematikk og innlevelse*. Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Trondalen, G. (2007). A moment is a moment is a moment. Om gyldne øyeblikk i musikkterapeutisk teori og praksis. *Psyke og logos*, 28(1), 20. <https://tidsskrift.dk/psyke/article/view/8386>
- Winnicott, D. W. (1997). *Leg og virkelighet*. Hans Reitzels Forlag.