

Musikalske mikroprosesser

Unni Tanum Johns

Barn uttrykker seg i stor grad kroppslig og nonverbalt. Å se de nonverbale uttrykkene fra et musikalsk perspektiv gir tilgang til barnets indre opplevelsesverden. Hvilken rolle spiller det kroppslige samspillet mellom barnet og terapeuten for barnets terapeutiske utvikling? Kan en studie av nonverbale mikroprosesser gi kunnskap om endringsprosesser i barneterapi? I doktorgraden min var dette spørsmål jeg stilte meg. I en tidligere studie av intersubjektiv barneterapi fortalte foreldrene at barna etter endt terapi virket mer kroppslig vitale og uttrykte flere følelser, både negative og positive (Haugvik & Johns, 2008). Jeg ble nysgjerrig: Hva er det med denne formen for terapeutisk dialog som hjelper barn å uttrykke et større følelsesregister? En annen kilde til inspirasjon kom fra min bakgrunn i musikk og musikalsk improvisasjon.

Barn uttrykker seg i stor grad kroppslig og nonverbalt

Et utviklingsperspektiv på barneterapi

Emosjonsregulering utvikles kroppslig og nonverbalt. Spedbarnsforskning har vist hvordan evnen til å dele og regulere følelser utvikles gjennom barnets erfaring med at følelser blir fanget opp, delt og regulert av omsorgsgiver. Når barnet merker at den voksne justerer seg til dets signaler om sin følelsestilstand, utvikles selvopplevelsen av å være en aktiv påvirker i dialogen (Tronick, 1998). Intersubjektivitet vil si å skape mental kontakt med barnet, ut fra hvordan det enkelte barnet uttrykker sin opplevelsesverden. Barn er uttrykksfulle. Også når de har vansker med å uttrykke følelser, merkes det kroppslig. Intersubjektiv barneterapi innebærer å sensitivt justere seg til barnet for å påvirke grunnleggende utviklingsprosesser.

Musikalske mikroprosesser

Innenfor spedbarnsforskning har man lenge anvendt musikalske begreper for å beskrive ulike samspillsmønstre som påvirker barns selvutvikling (Fernald, 1992; Malloch & Trevarthen, 2010). Tilsvarende undersøkelser av slike prosesser i barneterapi er til nå få (Hansen, 2012; Harrison & Beebe, 2018). Etter inspirasjon fra spedbarnsforskningen valgte jeg å studere rytme, tempo, vokal aktivitet, endringer i dynamikk og pauser i to-minutters samspillssekvenser fra en tidlig og en sen terapitime med seks barn i alderen 9 - 11 år. Denne mikroanalytiske tilnærmingen gjorde det i tillegg mulig å registrere hvordan barnet og terapeuten koordinerte seg og når denne koordinering brøt sammen. Deltagerne var tre jenter og tre gutter med ulike internaliserende vansker. Samspillssekvensene ble strategisk valgt ut fra terapeutenes beskrivelser av at det skjedde en tydelig endring i barnets emosjonelle uttrykk.

Videoanalyse gir tilgang til rik informasjon. For å utforske kompleksitet og endring i samspillet over tid utviklet jeg en mikroanalytisk metode bestående av tre lag registrert langs en tidslinje: Øverste laget er en detaljert beskrivelse av samspillet, slik det utfoldet seg i mikrosekvenser (4 - 9 sekunder). Laget under beskriver vokal aktivitet, tempo, rytme, dynamikk og pauser som fremkommer i samspillet. Det nederste laget er en psykologisk analyse basert på en helhetlig forståelse av lagene.

Jeg fant at rytmisk flyt og timing i samspillet førte til at barnet fremsto tydeligere og mer vitalt

I en mikroanalyse med en deprimert 7-årig gutt fant jeg for eksempel hvordan mikroprosesser i guttens uttrykk, som endringer i stemme, rytmiske bevegelser, tempo, dynamiske skiftninger og pauser, avspeilet ulike følelsesuttrykk i dialogen. På et tidspunkt formidlet han kroppslig hvordan han regulerte uro og tristhet gjennom selvskading. Da saktet han tempoet, økte intensitet i håndbevegelsene rettet mot terapeuten, og stemmen brast. Guttens usikkerhet og ambivalens kom til uttrykk gjennom rytmiske sammenbrudd. Mikroanalysen viste hvordan terapeuten og barnet kontinuerlig finjusterte seg «musikalsk» mot å skape felles mening. Mot slutten av terapien var det et samsvar mellom høyere grad av koordinering og økt deling av følelser. Også guttens initiativ økte, og han kunne i større grad uttrykke vanskelige følelser som skam. De kontinuerlige justeringene som fant sted i mikroprosesser, så ut til å skape et opplevelsesfellesskap, først for nonverbal deling og siden for verbal deling av vanskelige opplevelser.

En fagfellevurdert håndbok som beskriver terapimetoden, ble publisert som del av doktorgraden. Tilnærmingen innebærer parallelle samtaler med foreldre, der et hovedmål er utvikling av mentalisering (Midgley et al., 2017) samt samarbeid med skole og barnevern.

Samspillsmønstre trer frem

Gjennom de kvalitative analysene av musikalske mikroprosesser fant jeg noen hovedmønstre, knyttet til terapeutens aktivitet, barnets aktivitet og dyadisk synkronisering. Når barnet fremsto uorganisert, fant jeg for eksempel at hvis terapeutene da justerte seg ved å saktne tempo og matche barnets følelstone, bidro det til å skape kontinuitet i dialogen. I et konkret eksempel prøvde jenta å fortelle terapeuten om noe trist hun hadde opplevd, men var usammenhengende og hektisk, og det var vanskelig å komme i dialog. Terapeuten fastholdt oppmerksomheten på det triste gjennom vokal inntoning til jentas affektive tone, samtidig med at hun saktet tempoet. Dette skapte felles oppmerksomhet om jentas fortelling, som hun klarte å fullføre mer samlet.

Når barnet uventet uttrykte vanskelige følelser verbalt og nonverbalt, fant jeg et mønster i at terapeutene ofte økte tempo og intensitet til et høyere nivå enn barnet, noe som førte til brudd i dialogen og til at barnet stoppet opp. Økning av tempo hos terapeuten viste seg som en risiko for at barnet trakk seg fra dialogen. Når terapeuten oppfattet dette, ventet og justerte seg til barnets tempo og intensitet, ble dialogen gjenopprettet.

Et annet mønster var en sammenheng mellom terapeutens tonale fleksibilitet og at barnet uttrykte flere følelser. Variasjon i vokalt register fremsto som et «stillas» for barnet til å fortsette å uttrykke seg. Jeg fant at rytmisk flyt og timing i samspillet førte til at barnet fremsto tydeligere og mer vitalt. Jeg fant også at terapeuter tolket stor grad av sammenheng mellom tempo og intensitet hos barnet som et uttrykk for intensjonalitet; terapeuten ble mer oppmerksom og undret seg eksplisitt på hva barnet ville formidle. Gjennomgående ble distinkte forandringer i barnets kroppslige «musikalske» uttrykk assosiert med viktige følelsesuttrykk, både positive og negative.

Mot slutten av terapiene fant jeg flere pauser, både barneinitiert og dyadisk, som sammenfalt med at barnet fremsto tydeligere, med flere initiativ til å formidle viktige følelser. Et spennende funn var at de enkelte dyadene utviklet forskjellig 'musikalsk' samspill, der terapeuten og barnet i noen

dyader anvendte mest tonefallskommunikasjon, mens i andre fremsto det rytmiske samspillet som dominerende i den affektive utvekslingen.

Funn fra affektbevissthetsintervjuene for hvert av barna, sammenlignet med kontrollgruppen, indikerte at barna fikk økt affektintegrasjon i retning av aldersadekvat status. Et viktig funn var at økningen var størst fra slutten av terapien til ett år etter. Det kan støtte forståelsen av barneterapi som en ramme for utviklingsprosesser, der det parallelle arbeidet med barn og foreldre har betydning for videre utvikling.

Tydeliggjøring av gjensidighet

Barn uttrykker seg i stor grad kroppslig og nonverbalt. Å se barnets nonverbale uttrykk fra et musikalsk perspektiv kan være en inngang til å forstå barnets indre opplevelsesverden, og å tilpasse seg barnets utviklingsbehov. Små endringer i barnets aktivitet kan være inngangsporter til intersubjektiv deling og regulering. Når terapeuten er oppmerksom på slike kvalitative endringer i barnets kroppslige uttrykk, kan samspillet lettere rettes mot utvidelse av hele barnets følelsesregister og øke vitaliteten.

Terapeutisk utvikling fremmes av gjensidig deltagelse. Mikroanalyse av musikalske mikroprosesser tydeliggjør den gjensidige utvekslingsprosessen mellom terapeuten og barnet mens den skjer. I den intersubjektive forståelsen ser vi på det å tydeliggjøre barnets bidrag i samspillet som vesentlig for selvutvikling. En forståelse av barns implisitte kommunikasjon gjør det lettere å kommunisere med barnet om barnets opplevelser og behov, men også å få en felles forståelse med foreldre og andre som skal hjelpe barnet. Et fokus på musikalske mikroprosesser i terapi gjennom videoanalyse kan samtidig bidra til terapeuten egen utvikling, gjennom at terapeuten blir mer oppmerksom på kvaliteter som fremmer sensitivitet og lydhørhet overfor barnet.

Hovedfunn

- Affektbevissthet og emosjonsregulering for barna i hele studien økte til gjennomsnittsnivå for kontrollgruppen.
- Størst økning ble målt ett år etter avsluttet terapi.
- Analysen av musikalske mikroprosesser viste at barnet og terapeuten koordinerer seg mer, og at barnet tar mer initiativ til å dele følelser, både positive og negative.
- Studien indikerer at terapeuten kroppslige synkronisering til kvalitative endringer i barnets nonverbale uttrykk kan skape tilgang til å dele følelser som barnet ikke klarer å uttrykke verbalt.

Doktorgrad om musikalske mikroprosesser i intersubjektiv barneterapi

- Doktorgraden var del av et multisenterprosjekt (A-hus og NTNU) som startet i 2014 i regi av Psykologisk institutt NTNU. Tema for multisenterstudien var endring

i emosjonsregulering hos barn med internaliserende vansker i alderen 9 - 13 år i tidsavgrenset intersubjektiv terapi.

- Johns utforsket nonverbalt samspill i barneterapi med seks barn gjennom å studere musikalske mikroprosesser.
- Deltagere ble målt før, etter og ett år etter avsluttet terapi med multiple metoder, inkludert psykofysiologiske mål, mål på emosjonsregulering og affektbevissthetsintervju.
- Kontrollgruppen ble rekruttert fra lokale skoler i Trondheim.

Referanser

- Fernald, A. (1992). Meaningful melodies in mothers' speech to infants. I H. Papousek, U. Jürgens, M. Papousek (red.), *Studies in emotion and social interaction. Nonverbal vocal communication: Comparative and developmental approaches* (s. 262 - 282). New York: Cambridge University Press.
- Hansen, B.R. (2012). *I dialog med barnet*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Harrison, A.M., & Beebe, B. (2018). Rhythms of dialogue in infant research and child analysis: Implicit and explicit forms of therapeutic action. *Psychoanalytic Psychology*, 35(4), 367 - 381.
- Haugvik, M. & Johns, U. (2008). Facets of structure and adaptation: A qualitative study of time-limited psychotherapy with children experiencing difficult family situations. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 13(2), 235–252.
- Johns, U.T. & Svendsen, B. (2016). *Håndbok i Tidsavgrenset Intersubjektiv Barneterapi: Kunnskapsgrunnlag, behandlingsprinsipper og eksempler*. Bergen. Fagbokforlaget.
- Johns, U.T. (2018). *Musical dynamics in time-limited intersubjective child psychotherapy: An Exploration based on microanalysis of therapeutic interplay*. [Doktoravhandling]. Universitetet i Aalborg.
- Malloch, S., & Trevarthen, C. (2010). Musicality: Communicating the vitality and interests of life. I S. Malloch & C. Trevarthen (red.), *Communicative Musicality. Exploring the basis of human companionship* (s. 1 - 11). Oxford: Oxford University Press.
- Midgley, N., Ensink, K., Lindquist, K., Malberg, N. & Muller, K. (2017). *Mentalization-based Treatment for Children: A Time-Limited Approach*. Washington: American Psychological Association.
- Tronick, E.Z. (1998). Dyadically Expanded States of Consciousness and the Process of Therapeutic Change. *Infant Mental Health Journal*, 19(3), 290 - 299.