

Musikterapi med barn och unga på BUP

Vilken insats erbjuds?

Inom barn- och ungdomspsykiatri erbjuds individuellt anpassad stärkande, stödjande och bearbetande musikterapi ofta i nära samarbete med barnets nätverk, i första hand familj men även skola. Beroende på frågeställning för terapi kan vårdnadshavare delta helt eller periodvis i terapin eller i avstämningmöten. När problematiken är familjerelaterad är familjen som regel involverad. Insatsen leds av en utbildad musikterapeut med syfte att erbjuda en trygg, fredad och förutsägbar plats trots sjukdom. Det är en individuellt skraddarsydd behandlingsinsats som syftar till att stärka och stödja barnets förmågor, identitet och potential för skapande. Här möjliggörs samspel, lek och kommunikation samt utveckling och lärande. Tillsammans med musikterapeuten erbjuds barnet att sortera, reglera och bearbeta känslor och affekter med hjälp av musik, skapande och samspel. Syftet kan även vara att till exempel stärka social förmåga och kommunikation, motorik eller förmåga till uppmärksamhet.

En musikterapeut som arbetar inom hälso-och sjukvård använder hela sin kompetens och kan arbeta såväl hälsofrämjande, förebyggande som behandlande. Musikterapeuten är ansvarig för den behandling som erbjuds och insatserna anpassas efter varje barn och aktuell vårdtid i relation till övriga vårdinsatser. Det övergripande behandlingsansvaret har ansvarig läkare. Tillsammans med vårdteamet beslutas vilka barn som ska erbjudas musikterapi. Musikterapeuten gör en plan kring syfte och mål med musikterapin och teamet följer därefter upp hur barnen mår och utvecklas. Vid misstanke om att ett barn far illa är musikterapeuten skyldig att göra en orosanmälan (enligt socialtjänstlagen 14 kap. 1§).

Vad är musikterapi?

Musikterapi är när musik används i behandlande syfte. Det är en internationellt förankrad, forskningsbaserad och relationell form av terapi med ett hälsofrämjande perspektiv som tar fasta på faktorer i människors liv som skapar hälsa. En kvalificerad musikterapeut använder sig av musik och musikaliska aktiviteter som resurs för ett möte där patienter kan ges hjälp att hantera sin livssituation. Musikterapeuter arbetar inom kulturskola, anpassad skola, social öppenvård, habilitering och rehabilitering, inom somatisk och psykiatrisk vård, inom neonatal och palliativ vård samt inom äldre- och demensvård. Oftast samarbetar musikterapeuter i arbetslag med andra yrkesgrupper. Terapiformen använder sig av både expressiva och receptiva metoder. Expressiva metoder innebär att man spelar, sjunger och improviserar tillsammans. Receptiva metoder innebär att man lyssnar. Det är inte bara individernas svårigheter som ska beaktas. Lika viktigt är att arbeta med resurser och potential. Den internationella musikterapeutiska federationen (WFMT) uttrycker att:

Music therapy is the professional use of music and its elements as an intervention in medical, educational, and everyday environments with individuals, groups, families, or communities who seek to optimize their quality of life and improve their physical, social, communicative, emotional, intellectual, and spiritual health and wellbeing. Research, practice, education, and clinical training in music therapy are based on professional standards according to cultural, social, and political contexts.

Musikterapin lämpar sig även väl för kartläggning och bedömning av barnets funktion och potential för motorik, koordination, muskeltonus, självreglering, kommunikation, samspel och relation. Musikterapeuter som arbetar inom hälso- och sjukvård dokumenterar i journal. Svenska musikterapeuter arbetar utifrån musikterapiförbundets etiska riktlinjer, samt enligt gällande riktlinjer för den verksamhet där musikterapeuten arbetar.

Vad gör man?

Musikterapi handlar om att arbeta med musik som verktyg för en terapeutisk process. Det är en konstnärlig uttrycksform som genom musik och musicerande gör det möjligt att arbeta fysiskt, resursstärkande, känslomässigt, relationellt och icke-verbalt. Musikterapi handlar om att arbeta med musik som verktyg för en terapeutisk process. I barn- och ungdomspsykiatri erbjuds musikterapi som tillägg till sedvanlig behandling. Genom att främja vitalisering, ångesthantering, resurser och relationskapacitet är målet att öka barn- och ungdomars psykiska flexibilitet och motståndsresurser. Den musikterapeutiska kompetensen handlar här om att kunna stötta, uppmärksamma, förstå och reflektera kring vad barn gestaltar och bearbetar i syfte att på bästa sätt stödja deras fortsatta utveckling och välbefinnande. I vårdteamet kan den musikterapeutiska kompetensen bidra med viktiga insikter som kompletterar och stärker övriga vårdinsatser.

Musikterapi innebär att man träffar en högskoleutbildad musikterapeut i ett rum som är ämnat för musikterapi. I vissa fall kommer musikterapeuten till patientrummet. Insatsen är individanpassad och individerna får tillfälle att spela, sjunga, komponera, improvisera, lyssna och uttrycka sig - genom musik, bild och/eller i samtal. En musikterapeut kan använda sig av sin sångröst och/eller instrument som till exempel piano, gitarrer, ukuleles, olika slagverk eller andra specialstämda, klingande och rytmiska instrument. Musik-lyssnande kan verka avslappnande men även stimulera inre bilder och symboler som därefter kan bearbetas i bildskapande, musikaliskt samspel och samtal. Genom musik och musicerande ges patienten möjlighet att träna uppmärksamhet och fysisk förmåga, uppleva hopp och bekräftelse samt få möjlighet att berätta sin historia. Man behöver inte tidigare ha spelat något instrument. Tillsammans med musikterapeuten utformas terapin utifrån barnens och ungdomarnas behov. Det är musikterapeuten som ansvarar för barnens delaktighet och för att musikterapin ska bli meningsfull.

Musikterapi är en forskningsbaserad behandlingsform

Ett musikterapeutiskt arbete är en reflexiv process baserad på vetenskap och beprövad erfarenhet där musikaliska och relationella erfarenheter nyttjas som bas för förändring.

Den musikterapeutiska forskningen använder sig av multidisciplinära forskningsmetoder för att synliggöra och mäta på vilka sätt musikterapi kan vara verksamt. Mot bakgrund av musikterapins multidisciplinära grund återfinns en stor variation av forskningsfrågor och studerade insatser. Det finns även ett antal systematiska översiktsstudier som ställt samman den samlade evidensen med vuxen population, såsom musikterapi och demens, musikterapi vid schizofreni och schizofreniliknande tillstånd. Det finns också systematiska översikter med studier på musikterapi och barn med autism, musikterapi inom neonatalvård samt musikterapi med barn behandlade för cancer.

Forskning ger stöd för att musikterapi med barn och unga inom BUP kan ge positiva effekter på symptom och funktionsnivå jämfört med enbart sedvanlig behandling. Musikterapi verkar vitaliserande

och jag-stärkande med effekter på känslobearbetning, emotionell funktion, socialt fungerande och livskvalitet. Här syns även positiva effekter på patienternas ångestnivåer och kroppsliga funktionsnivå.

Stiftelsen MusikBojen – 2024-05-25