

Musikterapi med barn och ungdomar i utsatta livssituationer

Vilken insats erbjuds?

Verksamheten riktar sig till barn och ungdomar i utsatta livssituationer. Det kan exempelvis innebära att leva i skyddat boende eller ha en frihetsberövad förälder. Barnen erbjuds stödjande och hälsofrämjande musikterapi i form av organiserad musikaktivitet i grupp eller individuellt. Insatsen leds av en utbildad musikterapeut i syfte att erbjuda en trygg, fredad och förutsägbar aktivitet som kan stödja individens förmågor, identitet och potential för skapande. Här möjliggörs samspel, lek och kommunikation samt utveckling och lärande. I musikaktiviteten får barn och ungdomar möjlighet att uttrycka erfarenheter och tankar. Deltagare får möjlighet att sortera och reglera känslor samt att samarbeta och skapa relationer med hjälp av musik, skapande och samspel. Vårdnadshavare och/eller syskon kan delta om barnet så önskar.

I musikaktiviteter utanför hälso- och sjukvården arbetar musikterapeuten förebyggande och hälsofrämjande. Det är musikterapeuten som ansvarar för de aktiviteter som erbjuds och uppdraget genomförs i samarbete med uppdragsgivare och vårdnadshavare. 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 individer 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 individens 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 individens funktion och potential för motorik, koordination, muskeltonus, självreglering, kommunikation, samspel och relation. Musikterapeuter som arbetar inom hälso- och sjukvård dokumenterar i journal. Musikterapeuter följer gällande praxis för dokumentation för den verksamhet där musikterapin bedrivs. 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. 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.

Musikterapin i form av individuell eller organiserad musikaktivitet i grupp innebär att deltagare träffar en högskoleutbildad musikterapeut i ett rum som är ämnat för musik och rörelse. I musikaktiviteten kan deltagare sjunga, spela eller skapa fritt på olika instrument. De kan röra sig till musik eller lyssna på musik tillsammans. Man kan skriva texter och skapa egen musik eller lyssna på musik som är betydelsefull för de barn och unga som deltar. Musikterapeuten använder sig av sång och/eller instrument som till exempel piano, gitarrer, ukuleles, olika slagverk eller andra specialstämda, klingande och rytmiska instrument. Genom musik och musicerande ges deltagare möjlighet att leka och samspela, utveckla fysisk förmåga och socialt samspel samt uppleva välbefinnande, hopp och bekräftelse. Man behöver inte kunna något om musik för att delta i musikaktiviteten. Tillsammans med musikterapeuten utformas verksamheten 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 musikterapiens multidisciplinära grund återfinns en stor variation av forskningsfrågor och studerade insatser. Det finns ett antal systematiska översiktsstudier som ställt samman den samlade evidensen inom avgränsade områden 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 musikterapeutiska aktiviteter med barn och ungdomar i utsatta livssituationer kan främja deltagares självkänsla och sociala engagemang men även minska social isolering samt depressiva och ångestrelaterade symptom. Musik och musicerande i grupp syns utveckla nya färdigheter, främja delaktighet, sociala relationer och samspel vilket i sin tur ger möjligheter att hantera svåra erfarenheter och skapa hopp om en bättre framtid.

Stiftelsen MusikBojen – 2024-05-25