

# Musical Life Stories

## Narratives on Health Musicking

Anmeldt af **Sven-Erik Holgersen**,  
lektor, PhD, Institut for Uddannelse og  
Pædagogik (DPU), Aarhus Universi-  
tet, Kbh. Kontakt: svho@edu.au.dk

Lars Ole Bonde, Even Ruud, Marie Strand  
Skånland, and Gro Trondalen (Eds.) (2013).  
*Musical Life Stories. Narratives on Health  
Musicking*. Norwegian Academy of Music.  
NMH-publikasjoner 2013:5. 354 sider.



I sit forord til *Musical Life Stories*, *Narratives on Health Musicking* argumenterer Gary Ansdell for, at beskæftigelse med musik i hverdagen generelt kan have en helsefremmende funktion, og at den kan være forbundet med mange forskellige former for "musiceren" (*musicking*). Musiks helsefremmende funktion forbindes ellers oftest med musikterapeutisk virksomhed, men den finder sted i et mangfoldigt kontinuum mellem professionel- og hverdagspraksis. Enheden af mennesker-musik-helse kan foruden terapi være forbundet med kunstnerisk udøvende, pædagogisk, psykologisk og socialt arbejde og med det levede liv i øvrigt, hvor musik spiller en rolle. Dette afspejles også i antologiens 16 forskningsbidrag, der repræsenterer feltet bredt.

Ansdells forord introducerer til det tværvidenskabelige forskningsfelt "musik og helse", som han bl.a. kalder "salutogenetisk". Begrebet

skyldes Aron Antonovsky, der i 1979 fremsatte den tese, at det er nødvendigt at bryde med et herskende paradigme i den vestlige verden, der fokuserer på enten bekæmpelse eller forebyggelse af sygdom. Antonovsky foreslog, at en "salutogenetisk" orientering ville være en mere farbar vej end den "patogenetiske" eller med andre ord, at det er meningsfuldt at ændre perspektivet fra fokus på sygdom til fokus på helse.

De fleste mennesker vil formentlig kunne fortælle om erfaringer med musik, der har haft en helsefremmende betydning i deres livsforløb og som sådan har udgjort et omdrejningspunkt i deres musikalske livshistorie. For så vidt berører denne antologi et alment og eksistentielt vedkommende tema. Ikke desto mindre er det – så vidt jeg er orienteret – første gang en større antologi søger at favne emnet bredt. Til sammenligning er der fx publiceret

talrige monografier og antologier om udvikling af musikalsk identitet blandt professionelle musikere og musiklærere og ligeledes om udvikling af musikalsk identitet forstået som kulturelt eller socialt tilhørsforhold. For slet ikke at tale om musikalske biografier, der er en udbredt genre. Men fokus i denne antologi er altså på, hvordan helsefremmende omgang med musik (health musicking) kan være et tema i menneskers livshistorie.

Den første af de 16 undersøgelser, *Music, the Life Trajectory and Existential Health* (Lars Lilliestam), har ligheder med sociologiske undersøgelser, idet den på baggrund af interview med 42 mennesker i alderen fra 20 til 95 år fokuserer på forhold som alder, køn, klasse, bopæl, etnicitet, m.v. Det gennemgående tema er imidlertid, hvordan musikalske erfaringer bidrager til at skabe eksistentiel mening over et livsforløb.

Hvordan kan man etablere en musikalsk praksis, der kan gøre det lettere at forholde sig til sygdom, som i lange perioder forhindrer én i at arbejde på et normalt niveau? Ved aktivt at påtage sig selv-monitorering og selv-musicering blev det muligt for mennesker med denne udfordring at bruge musik som en kilde til eksistentiel mening. *Life Stories: Lay Musical Practices among Men and Women with Long-Term Sickness Absence* (Kari Bjerke Batt Rawden) beretter om, hvordan man bl.a. kan bruge musikalske erfaringer fra tidligere i livet som en helse-teknologi til at finde indre ro og styrke i hverdagen.

Et beslægtet tema drejer sig om at håndtere komplekse og til tider overvældende udfordringer i hverdagslivet, når man er et ungt menneske. Musiklytning på mobile enheder kan bidrage til at regulere følelser, og man kan genfinde roen og energien i hverdagslivet, som det fortælles i *A Young Woman's Narrative on the Role of Mobile Music in Coping*

*with Everyday Life* (Marie Strand Skånland). Et lignende tema undersøges i *Music, Adolescents and Health: Narratives About How Young People Use Music as a Health Resource in Daily Life* (Hege Bjørnsetøl Beckmann).

Ikke mindst i forbindelse med musikoplevelser kan man undertiden være sig smerteligt bevidst, at man befinder sig i kontinua af fremmedgørelse og forbundethed, og at musik kan have både positive og negative "affordances". I artiklen: *Is Music Really My Best Friend? Reflections of Two Maturing Women on One's Relationship With Music* (Katrina Skewes McFerran & Kelly Baird) ser en yngre kvinde tilbage på, hvordan hun på godt og ondt har brugt musik til at regulere sine følelser, og hvordan det har udfordret hende til at kæmpe mod mental sygdom – smerten kan bedst afhjælpes gennem skønheden ved en sund relation til musikken, som hun siger.

En velkendt positiv erfaring drejer sig om, hvordan et fællesskab omkring en musiker eller et band – i dette tilfælde Bruce Springsteen – kan give anledning til den eksistentielle oplevelse af at være tæt på andre mennesker. *"It Just Makes You Feel Really Good": A Narrative and Reflection on the Affordances of Musical Fandom Across a Life Course* (Jill Halstead) er en beretning om, hvordan man ikke blot er gensidigt rettet mod musikken, men også mod hinandens rettedhed mod musikken. Den gennemgående pointe i artiklen kan måske udtrykkes sådan, at den helsefremmende funktion i omgangen med musik beror på musikalsk intersubjektivitet.

Musik i sorgbearbejdning omtales i to artikler: *"Then Certain Songs Came": Music Listening in the Grieving Process after Losing a Child* (Torill Vist & Lars Ole Bonde) og *Music, Grief and Life Crisis* (Even Ruud). Materialet til den første af disse artikler stammer fra en undersøgelse af musikalsk følelseskundskab, og her er spørgsmålet ikke, hvorvidt

musikoplevelse kan få sorgen over at miste et barn til at forsvinde. Det kan den naturlige ikke. Men sorgen gennemgår forskellige faser, som musikoplevelsen ledsager, eller musikken får en rolle som co-terapeut eller omsorgsgiver. I den anden artikel analyserer Ruud eksempler på, at man kan se musik som middel til at spejle eller udtrykke sin sorg. I artiklen udledes seks fokuspunkter for en "folke-musikterapi praksis", der ses som en del af det samlede musikterapi-felt.

En aktuell dansk pladeudgivelse blev for nylig omtalt med et stort interview med pianisten, Carsten Dahl. Den centrale pointe i interviewet er, at Dahl – der i øvrigt er kendt som en fænomenal improvisator i jazz – har indspillet J. S. Bach's Goldbergvariationer som et selv-terapeutisk projekt for at kompensere for depressioner og tilbagevendende angstanfald. Dahl er ikke den første, der har brugt netop Bach's musik på denne måde, og for enhver, der kender værket, er pointen ikke til at tage fejl af: musikkens kompleksitet og udtryksmuligheder inviterer til at skabe et rum, hvor der ikke er plads til andet end fordybelse i musikken. Musikkens helsefremmende virkning er ikke noget, der på mystisk vis følger med, men bliver en funktion af selve beskæftigelsen med musikværket og instrumentet: enheden af musik-menneske-helse.

Historien forekommer relevant som præ-ludium til de to følgende artikler:

*Musical Performance as Health Promotion: A Musician's Narrative* (Gro Trondalen) og *Music Therapy in Everyday Life, with 'the Organ as the Third Therapist'* (Randi Rolvsjord). Artiklerne udspiller sig over det samme orgelpunkt, men med forskellige variationer. Orgelpunktet er musikerens opfattelse af musikinstrumentet som (livs)nødvendigt, idet musikerens helse er nært knyttet til at spille på det. Variationerne er knyttet til de to mu-

sikeres forskellige livsomstændigheder, hvor Trondalen skriver om en musiker, der udøver sin profession på trods af fysiske problemer, mens Rolvsjord skriver om en musiker, der kæmper med psykiske problemer.

Den følgende artikel er også om helsevirkninger af at arbejde professionelt med selve det musikalske materiale, men rammesætningen er musikterapeutisk, nærmere bestemt Nordoff-Robbins skabende musikterapi. Eksemplet i artiklen *Less Comfortably Numb, More Meaningfully Occupied* (Steve Hooper & Simon Procter) er specielt derved, at klienten er professionel singer-songwriter.

Et andet eksempel på skabende eller medskabende musikudøvelse drejer sig om *Healing Singing* (Renate Gretsche). Gretsche skriver dels om det neurobiologiske grundlag for den musikalske kommunikation, der foregår, og dels om hvordan patienterne i denne praksis får tildelt ansvar for processen. Målet er, at patienterne får positive følelsesmæssige erfaringer sammen med andre deltagere og dermed mulighed for at udvikle basale evner for tilknytning.

En særlig musikalsk livshistorie udfolder sig i et band, der over en periode på næsten 30 år gennemfører succesfulde indspilninger og tournéer. Bandet opstod på en specialskole, og medlemmerne deler således det vilkår, at de har specielle behov. *"Together!" Ragnarock, the Band and Their Musical Life Story* (Kari Stensæth & Tom Næss) er en beretning om sammenhold i et rockband, hvor medlemmerne har skiftet identitet fra klienter til rockmusikere.

De tre afsluttende artikler adskiller sig på hver deres måde fra de øvrige. Spørgsmålet om, hvordan man kan evaluere community music therapy på behandlingshjem, falder lidt uden for antologiens gennemgående tematik, selv om artiklen *Evaluation of Community Music Therapy: Why is it a Problem?* (Stuart

Wood) peger på en vigtig problematik, der er relateret til musik og helse.

I sin artikel, *The Musical Identities of Danish Music Therapy Students: A Study Based on Musical Autobiographies*, undersøger Lars Ole Bonde, hvad der karakteriserer musikalsk identitet blandt musikterapi-studerende, hvilket også berører deres syn på musik som kilde til personlig udvikling. På baggrund af nedskrevne selvbiografier og strukturerede interviews tegner der sig et billede af, hvilken rolle musik som helse-ressource spiller for musikterapi-studerende. Det viser sig, at uddannelsen i musikterapi har en stærk og positiv indflydelse på de studerendes musikalske identitet.

Den afsluttende artikel, *Music and Talk in Tandem: The Production of Micro-Narratives in Real Time* (Tia DeNora), tager udgangspunkt i, hvordan musik og fortælling gensidigt konstituerer mening, og at dette har indflydelse på, hvordan man forstår mikro-narrativer. Dette er ikke kun et metodeproblem, men et grundvilkår for forskning i musik og helse.

Antologien afrundes med, at forfatterne som en særlig gestus over for læserne i korte fortællinger giver et indblik i deres personlige musikalske livshistorie. Fortællingerne spænder fra nøgterne beskrivelser til dybt personlige musikalske erfaringer, og de aftegner på forskellige måder forfatternes baggrund for at forske i musik og helse. Disse livshistoriske beretninger sætter hele antologien i et særligt perspektiv.

De 16 forskningsberetninger om musik og helse henvender sig til alle, der med forskellige baggrunde arbejder professionelt inden for feltet. Ansdell foreslår i forordet at kalde dem "musicianists" for dermed at understrege, at det i denne sammenhæng er vigtigere, hvad de har til fælles, end hvorved deres teori og

praksis adskiller sig fra hinanden. Bidragene i antologien har desuden interesse langt ud over professionelle kredse, fordi de ud over at dokumentere konkrete forskningsprojekter formidler et alment vedkommende emne. Det er en velkendt erfaring, at beskæftigelse med musik kan være livsbekræftende, og *Musical Life Stories. Narratives on Health Musicking* er i sig selv livsbekræftende læsning.

### Referencer:

- Antonovsky, A. (1979). *Health, Stress and Coping*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.