

Att knyta livsviktiga band

Sång och ramsor som psykoterapeutisk intervention för att stärka relationen mellan spädbarn och deras föräldrar



Eva Norling Bergdahl

Att knyta livsviktiga band

Denna rapport kan beställas genom Utvecklings- och utvärderingsenheten, Barn- och ungdomspsykiatri i Stockholms läns landsting.

© Författaren och Stockholms läns landsting 2007

Omslagsbild Pablo Picasso: *Dessin pour la guerre et la paix*

© Succession Picasso/ BUS 2007

ISSN 1404-8353

Intellecta DocuSys AB, Västra Frölunda, 2007

Divisionschefens förord

Ett viktigt utvecklingsarbete inom barn – och ungdomspsykiatri är att öka vår förståelse för vad som är verksamt i psykiatriskt och psykoterapeutiskt behandlingsarbete. Föreliggande studie har sångstunden som den använts vid BUP:s tidigare spädbarnsverksamheter som utgångspunkt för både en teoretisk fördjupning och för att samla klinisk erfarenhet.

Den teoretiska fördjupningen har två utgångspunkter: Musikens betydelse och hur vi lär oss, och det visar sig att de två utgångspunkterna sammanfaller genom att musiken, de musikaliska elementen antas finnas i den första tidiga dialogen under spädbarnsperioden. En ytterligare gemensam faktor i lärande och musik är kommunikation. Forskare som studerat den tidiga dialogen beskriver den i musikaliska termer som t ex intoning, dans, koreografi och partitur.

Om, och i så fall hur, sångstunden använts som terapeutiskt instrument i behandlingen är ett område som inte tidigare utforskats. Den kliniska erfarenheten har samlats in genom en fokusgrupp bestående av terapeuter med lång erfarenhet av spädbarnsverksamhet. Författaren finner fem teman för hur sångstunden används terapeutiskt - som ett strukturerande verktyg, som en brygga till anknytning, för att reglera känslolägen, som ett sätt att landa i kroppen och som ett sätt att stärka självupplevelse. Den gav också mammorna ett redskap som de använde i sitt vardagsliv – att sjunga blev ett sätt att kommunicera med barnet för att leka, för att lugna eller för att ”bara” vara tillsammans.

Stockholm i juni 2007



Olav Bengtsson

Chef för Barn- och ungdomspsykiatri

Stockholms Läns Landsting

Sammanfattning

Utgångspunkten till denna studie är iakttagelser i behandlingsarbete vid en spädbarnsverksamhet. Under den sångstund som ingick som ett fast inslag i behandlingen såg jag hur spädbarn och mammor på nära håll observerade mimik, gester och rörelser hos andra barn, andra mammor och terapeuter. De verkade "ta in" inte bara ord, melodi och gester utan också andra element som sången bär med sig: affekter, vitalitet, tonläge och "ett sätt att vara tillsammans på".

Spädbarn är helt beroende av omhändertagande vuxna för såväl sina fysiska som sina psykiska behov och de uttrycker sig via kroppen, såväl uttryck av lust och välbefinnande som av olust och frustration kommuniceras med rörelser och med läten - joller, leende, skratt, skrik, gnyende. De vuxna svarar, tonar in genom att anpassa kroppsspråk och röstläge, vilket oftast sker automatiskt i mötet med spädbarn utan något medvetet beslut att göra så.

Mammor som är deprimerade och ångestfyllda är oftast inte öppna för lekfull ömsesidig kommunikation med sitt spädbarn. Att som nybliven förälder sjunga tillsammans med sitt spädbarn är en väg att snabbt svara på spädbarnens behov av aktivitet, vitalitet och kommunikation.

Syftet med studien är att undersöka sångstunden som ett behandlingsmoment utifrån två frågeställningar: Hur använder sig behandlare vid spädbarnsverksamheter av sångstunden som terapeutiskt instrument? Vilken betydelse har sångstunden i behandlingen? Studien består dels av en teoretisk fördjupning av musikens betydelse respektive av hur lärande går till, dels av en fokusgrupp med erfarna behandlare vid olika spädbarnsverksamheter.

Resultaten visar att:

1. Sångstunden används som ett strukturerande verktyg i behandlingen – som en form av ritual för att inleda, avsluta respektive för att samla ihop gruppen och skapa barnfokus.
2. Sångstunden som helhet respektive specifikt valda sånger och ramsor används som instrument för att främja och stärka anknytning mellan mamma och barn, här-och-nu, i gruppen. Sånger och ramsor kan fungera som en "byggnadsställning" under tiden som kontakten etableras och stärks.
3. Sångstunden – enskilda sånger och ramsor – används för att reglera känslolägen på individ-, dyad- respektive gruppnivå. Terapeuten/terapeuterna har en hårbärgerande funktion för de mammor som har svårt att klara av att varva ner och möta sitt barn i rätt tempo.

4. Växling mellan kroppslägen under sångstunden – sittande, stående, gående – i samband med sång och ramsor uppfattades ha betydelse som behandlingsinstrument. Sången kan genom sitt innehåll och sin form underlätta och bana väg för en kroppslig kontakt mellan barn och mamma.

5. Sångstunden uppfattas ha en stärkande effekt på självupplevelse och identitet på olika nivåer: individuellt för spädbarn respektive mammor, i dyaden mamma-barn samt för gruppen som helhet.

Resultaten sätts, avslutningsvis, i relation till tre olika metaperspektiv: människans utveckling i ett evolutionärt sammanhang - fylogenesen, människans psykiska utveckling från nyföddhetsperioden och framåt i ett livsperspektiv – ontogenesen och, till sist, i förhållande till synen på vad som kan vara verksamt i psykoterapeutisk behandling.

Författarens förord

I mitt arbete med relationsbehandling inom BUP riktad till spädbarnsfamiljer har jag på nära håll sett vad som kan börja hända i kontakten mellan spädbarnen och deras mammor i samband med den sångstund som ingår i behandlingen. Som psykolog och psykoterapeut är jag, liksom mina kollegor, framför allt skolad i att upptäcka och diagnostisera det avvikande, det patologiska och metoderna att möta och behandla är utformade utifrån dessa förutsättningar. Att betrakta sångstunden som ett verksamt behandlingsinslag är inte självklart inom ett sådant paradigm. En vilja att ta mina iakttagelser under sångstunden på allvar och att teoretiskt förstå vad som var verksamt i behandlingen och hur, vilket är en viktig förutsättning för metodutveckling, är drivkrafter bakom detta arbete.

Ämnet utgör ett prisma där en rad olika teoriområden möts - psykologi (utvecklings-, neuro- respektive kulturpsykologi) musikologi och antropologi. Två böcker har följt mig under arbetets gång och på ett speciellt sätt inspirerat mig genom att sätta in ämnet i ett vidare evolutionärt sammanhang: ”The singing neanderthals” (Mithen 2006) respektive ”Gryning över Kalahari” (Berg 2005). Mithen, professor i förhistoria, har utifrån forskningsresultat från skilda fält - arkeologi, antropologi, hjärnforskning och evolutionsteori - utforskat de tidiga rötterna till människans utövande av musik. Lasse Berg - författare och filmare - har djupborrat i frågan om mänsklighetens ursprung bland annat genom intervjuer med vetenskapsmän inom evolutionslära, arkeologi och paleontologi.

Båda dessa författare refererar till en amerikansk historiker, W H McNeill, som hävdar att dansen, sången och människans medfödda rytmkänsla - inte det verbala språket - är grunden till den mänskliga kulturen och civilisationen. Genom dansen skapades sammanhållning inom gruppen och möjligheterna till överlevnad stärktes. Det välmående och känsla av jag-utvidgning som vi kan uppleva i samband med exempelvis konsertbesök, dans eller körsång har troligen sitt ursprung i våra afrikanska förfäders och förmödrars transdanser

Jag vill rikta ett varmt tack till Per-Olof Björk, verksamhetschef för verksamhetsområde sydost, för att ha möjliggjort detta arbete. Penny Fagerberg, min handledare, vill jag tacka för ovärderlig hjälp under arbetets gång. Med arboristens säkra blick har hon pekat ut livskraftiga grenar i detta arbete - tack Penny! Kontakten med mina kollegor i arbetet med spädbarnsfamiljer - inspirerande diskussioner och stimulerande metodutvecklingsarbete genom åren - har utgjort jordmån för de tankar som jag nu har fått möjlighet att utforska och utveckla. Ett varmt tack alla kunniga och engagerade kollegor som

deltog i fokusgruppen. Jag vill också tacka Birgit Hallerfors för värdefulla synpunkter i arbetets slutfas.

Till min familj: tack för att ni stått ut med mina oordnade högar av böcker och artiklar och för läsning under arbetets gång.

Slutligen ... utan mötet med de spädbarnsfamiljer jag mött vid spädbarnsverksamheten Maskan hade detta arbete inte blivit av.

Stockholm maj 2007

Eva Norling Bergdahl

Leg. psykolog / leg. psykoterapeut

Cirklar

*Den vite mannen ritade en cirkel i sanden
och sade till den röde mannen:*

”Detta är vad indianen vet.”

Så ritade han en stor cirkel kring den lilla:

”Detta är vad den vite mannen vet.”

Indianen tog en käpp

och drog en väldig ring runt de båda cirklarna.

”Här vet den vite mannen och den röde mannen ingenting”

Carl Sandburg (Ur *The People, Yes*, New York, 1936)

Innehållsförteckning

Inledning	1
Kliniska utgångspunkter	5
Spädbarnsverksamheter	5
Historik	5
Behandlingens utformning.....	6
Sångstunden som fenomen.....	7
Teoretiska utgångspunkter.....	9
Musikens betydelse	9
Musikens ursprung	9
Hur påverkas vi av musik?	10
Hur vi lär oss.....	12
Motivation att lära	12
Även spädbarn samtalar.....	13
Minnen lagrade i kroppen.....	15
Att lära genom imitation.....	16
Sammanfattning av teoretiska utgångspunkter	17
Syfte och frågeställningar	19
Syfte	19
Frågeställningar.....	19
Metod.....	21
Fokusgrupp	21
Gruppdeltagare.....	21
Genomförande.....	22
Databearbetning	22
Hur sångstunden används	23
Sångstund som strukturerande verktyg.....	23
Sångstund som brygga till anknytning	25
Sångstund för reglering av känslolägen.....	29
Sångstund - ett sätt att landa i kroppen.....	33
Sångstund för stärkande av självupplevelse	38

Slutsatser och diskussion	41
Strukturerande verktyg	41
Främjande av anknytning och samspel	42
Reglering av känslolägen.....	44
Växling av kroppsläge	45
Stärkande effekt på självupplevelse.....	47
Sammanfattningsvis	48
Avslutande reflektion	48
Referenser	55
Bilaga 1 – inbjudan till fokusgrupp	63

Inledning

Det är av livsavgörande betydelse för spädbarn att de ges möjlighet att knyta an till minst en primär omhändertagande person som i sin tur är beredd att knyta an till dem (Bowlby 1994, Risholm Mothander 1994, Gerhardt 2004). Denna allmänt vedertagna kunskap är titel och utgångspunkt för denna studie, vilken fokuserar på hur sångstunden - ett ofta förekommande inslag i behandling vid spädbarnsverksamheter - kan underlätta och främja skapandet av sådana band.

I spädbarnsverksamheter erbjuds intensiv behandling av föräldra-barnrelationen med grupp som bas. Behandlingen utformades ursprungligen utifrån teorier om dyadens betydelse när det gäller spädbarnsutveckling (Bowlby Ibid, Winnicott 1956, 1960, Stern 1995) och har därmed främst kommit att riktas till spädbarn och deras mammor. Målet är att undanröja hinder för barnets utveckling samt att stärka relationen mellan spädbarn och mammor. Fäderna deltar också i behandlingen men inte lika intensivt - de deltar i intagningssamtal samt i kontinuerliga avstämningssamtal men inte i gruppbehandling.

Medvetenhet om triadens betydelse och en parallell teoriutveckling har ägt rum inom detta område det senaste decenniet (Fivaz-Depeursinge & Corboz-Warnery 1999, Hedenbro & Lidén 2003, Hedenbro 2006) Även könsrolls- respektive familjemönster har successivt förändrats. Fäder tar nu, på ett självklarare och mer aktivt sätt, sin plats i förhållande till barnet redan från starten vilket sannolikt också kommer att påverka behandlingens utformning.

De familjer som söker behandling vid en spädbarnsverksamhet upplever ett stort lidande. Att stå handfallen och skräckslagen inför det ansvar som föräldraskapet innebär är smärtsamt. Inte bara relationen till det nyfödda barnet är ny och okänd, även relationen mellan de nyblivna föräldrarna förändras. Det första barnets födelse innebär en övergång för föräldrarna från att i första hand vara någons barn till att i första hand bli och vara någons förälder (Fagerberg 2000, Stern 1995). De nyblivna föräldrarna ska, utöver att lära känna sitt nyfödda barn och upptäcka och utveckla föräldern inom sig, även upptäcka och lära känna sin partner som förälder. När stora brister och hinder finns för denna omställning och omorientering blir det, som annars utgör en normal mognadskris, övermäktigt.

Allvarliga kriser i samband med barnafödande och föräldrabilivande hänger nära samman med brister i det sociala nätverket (Berg-Brodén 1989, Brodén 2004, Fagerberg Ibid, Fonagy & Steele 1991, Risholm Mothander Ibid, Stern Ibid). Relationen till de egna föräldrarna, spädbarnets mor- respektive farför-

äldrar domineras, hos de föräldrar som hamnar i djup kris, ofta av konfliktfyllda känslor och misstro grundad på tidigare besvikelser. Genom såväl forskning som klinisk erfarenhet vet vi hur betydelsefull kontakten är med generationen bakåt, de egna föräldrarna, vid övergången till föräldraskap (Fonagy 2001, Fonagy, Steel & Steel 1991, Stern 1995, van Ijzendoorn 1995, 1999). Situationen förvärras således av om de personer som nyblivna föräldrar, normalt behöver och söker sig till inte finns tillgängliga och/eller att de väcker komplicerade och svåra känslor. I ett sådant läge kan stöd ifrån omgivande instanser och professionella hjälpare få en avgörande betydelse under en kort men viktig period i det nyfödda barnets och de nyblivna föräldrarnas liv.

Den ståndpunkt som ligger till grund för föreliggande studie är att biologin träder fram i ett dynamiskt sammanhang, vi mognar och vi lär oss snarare än "vecklas ut". Hjärnan är ett "socialt organ" i meningen att hjärnan är förprogrammerad att relatera (Fonagy citerad i Gerhardt *ibid*). Potentialen finns alltså men utvecklingen sker inte automatiskt, våra medvetanden framträder och våra känslor organiseras genom samvaro med andra mänskliga varelser, inte i isolering. Hjärnan hos det nyfödda barnet är, i jämförelse med andra däggdjurs, extremt mottaglig och känslig och långt ifrån färdigutvecklad. Hjärnans utveckling liksom våra egenskaper, förmågor, preferenser och mönster för relaterande skapas i ett dynamiskt samspel på olika nivåer inom individen och i kontakt med omgivningen (Gerhardt *Ibid*, Schore 2001, Solms & Turnbull 2005).

Även om spädbarnet är oförmöget att uttrycka sig med verbalt språk betyder detta inte att spädbarn inte kommunicerar. Spädbarn uttrycker sig via sin kropp, sänder ut och tar emot "signaler" redan från födseln. Såväl uttryck av lust och välbefinnande som av olust och frustration uttrycks via kroppen med rörelser och med läten - joller, leende, skratt, skrik, gnyende. De vuxna svarar, tonar in genom att anpassa kroppsspråk och röstläge, vilket oftast sker automatiskt i mötet med spädbarn utan något medvetet beslut att göra så.

Deprimerade och ångestfyllda mammor är, i det akuta skedet, fångade i sin egen smärta och då inte öppna för lekfull ömsesidig kommunikation med sitt spädbarn. De ord som här används för att beskriva de hjälpsökande familjernas belägenhet: "lidande", "smärta" ska sättas i relation till det existentiella läge som svårigheterna uppstår i. Önskingar och förhoppningar om att kunna ge till sitt barn det man själv inte fått förbyts i vanmakt inför de hinder som måste övervinnas för att det ska bli möjligt. Ofta upplevs dessa hinder som oöverstigliga.

Spädbarnets värld pågår och skapas nu. Att som nybliven förälder sjunga tillsammans med sitt spädbarn är en väg att snabbt svara på spädbarnens be-

hov av aktivitet, vitalitet och kommunikation. Sångstunden ger också en möjlighet att locka in mamman i en ”normal aktivitet” med en färdig struktur, möjlig att följa för en stund, även om hon ännu är innesluten i egen psykisk smärta.

Utgångspunkten till studien är att jag började bli mer och mer medveten om hur både spädbarn och mammor på nära håll observerar mimik, gester och rörelser hos såväl terapeuter som andra mammor och barn under sångstunden. De verkar ”ta in” inte bara ord, melodi och gester utan också andra element som sången bär med sig: affekter, vitalitet, tonläge och ”ett sätt att vara tillsammans på”. Jag och mina kollegor började tänka på denna aktivitet som ett potentiellt viktigt terapeutiskt verktyg, värt en fördjupning. Mitt intresse för sångstens betydelse är dessutom infogat i ett vidare intresseområde kring olika typer av verksamma faktorer i behandling/psykoterapi (Norling Bergdahl 2002). I synnerhet är jag intresserad av att förstå mer av faktorer som är verksamma vid sidan av själva orden som sägs – kommunikationen på pre-verbala och icke-verbala nivåer.

Kliniska utgångspunkter

Spädbarnsverksamheter

Historik

En av pionjerna när det gäller psykologiska behandlingsinsatser för spädbarn och deras föräldrar är Selma Freiberg. I utvecklingsprojektet: "Child Development Project", University of Michigan utvecklade hon, tillsammans med medarbetare under 1970-talet kliniska metoder för behandling av relationen mellan spädbarn och deras föräldrar (Freiberg 1980). I de behandlingsmetoder som utvecklades var det relationen mellan barnet och dess föräldrar som var "patient" och stod i centrum för behandlingen inte, som tidigare, endast barnet.

I Sverige har spädbarnsverksamhet som behandlingsform funnits sedan 1982. Då startade en grupp för relationsbehandling av spädbarn och deras föräldrar på Victoriagården, en specialförskola i Malmö. Dessförinnan hade man där startat en grupp för relationsbehandling för barn 1-3 år och deras föräldrar. Vid analys av familjernas berättelser framkom att svårigheter och hinder hade funnits sedan nyföddhetsperioden och man beslutade då att starta en grupp även för spädbarnsfamiljer

Olika typer av Spädbarnsverksamheter har sedan dess vuxit fram för att svara emot de specifika behov som föreligger när inte bara ett barn utan även en familj - en mamma och en pappa - är "nyfödda". I mitten av åttiotalet startade, i Jakobsberg, i samarbete mellan PBU och Järfälla kommun, en försöksverksamhet med dagbehandling av mor och barn samt, i Vällingby, en spädbarnsverksamhet i samarbete mellan PBU och Barnhälsovården. Andra verksamheter som utvecklades var Gryningen 1987 och Spädbarnsverksamheten Maskan 1989. Därefter utvecklades en rad spädbarnsverksamheter som behandlingsalternativ inom BUP:s psykologverksamheter (Bjurling m.fl 1985, Neander 1996, Skagerberg & Karlsson 1996).

Spädbarnsverksamheten Maskan, som utgjort min egen startpunkt och plattform för relationsbehandlingsarbete, startade som ett projekt i nära anslutning till dåvarande Konsultverksamheten vid Mödra- och Barnhälsovården. Efter tre år, 1992, permanentades projektet med ökad budget vilket möjliggjorde en fördubbling av tjänster, från tre halvtidstjänster till tre heltidstjänster. Förutom behandling av familjer med anknytnings- och relationsproblem i en kontinuerligt pågående halvöppen grupp (när ett mamma-barnpar slutar börjar ett nytt) under åren 1989 - 2005 har en rad utvärderings- och metodutvecklings-

arbeten genomförts. Enligt en utvärdering fick nio av tio mammor hjälp med att utveckla sin relation till barnet och hjälpen stod sig tre år efter avslutad behandling (Skagerberg & Karlsson *ibid*). Vidare har terapeuternas förhållningssätt i relationsbehandling vid spädbarnsverksamheter undersökts och beskrivits (Malmquist Saracino 2001). År 2002 och 2003 pågick ett projekt för utvecklande av samarbetsformer mellan Maskan och Vuxenpsykiatri inom Psykiatri Södra, en rapport publicerades (Karlsson, Scherfving, 2004). Förutom föreliggande studie pågår (2007) ytterligare en studie angående betydelsen av spädbarnens interaktion med varandra (Malmquist Saracino, *opubl.*).

Behandlingens utformning

Spädbarnsverksamheternas mål, innehåll och utformning har varierat beroende på organisatorisk tillhörighet - BUP, socialtjänst, samverkansprojekt mellan BUP, Socialtjänst och/eller Barnhälsovård. Den behandling som beskrivs nedan gäller f.d Maskan men överensstämmer i stort med de flesta av de övriga spädbarnsverksamheter som funnits inom BUP.

Två dagar i veckan kommer spädbarnen med sina mammor till gruppen, som pågår under tre timmar, och en tredje dag kommer mamma och barn för enskilt samtal eller samspelsarbete. Gruppen bestående av fem mamma-barnpar samt tre terapeuter utgör en hårbärgerande ram som ger struktur och kontinuitet för den individuellt utformade relationsbehandlingen. Även om behandlingen sker i grupp så har varje mamma-barnpar sitt eget mål och behandlingsfokus.

Deltagarna samlas i en cirkel på tunna madrasser utlagda på golvet. Barnen, de som ännu inte kryper iväg, ligger i mitten av cirkeln. De tre terapeuterna placerar sig strategiskt utifrån de enskilda mamma-barnparens behov. I behandlingen ingår samspelsarbete utifrån det som pågår och iakttas "här-och-nu" mellan mamma och barn - i samvaron på golvet, i skötrummet, vid matning. I de individuella samtalen sker också samspelsarbete med videobaserade interventioner. En mamma som är övertygad om att barnet undviker henne kan få stor hjälp av att behandlaren visar på att barnet söker hennes blick. Med hjälp av videons pausknapp kan ett sådant ögonblick "frysas" och synliggöras och få en stor betydelse för att bana väg till kontakt (Aarts 2000, Hedenbro & Wirtberg 2000). I dessa samtal ges också utrymme för utforskande och bearbetning av mammans inre representationer av sig själv som mamma samt egna anknytnings- och relationsmönster.

Att gruppsamvaron utgör bas för behandlingen ger möjligheter till ett pågående liv där nyblivna mammors normala behov av identifikationsobjekt, samvaro och utbyte med andra i liknande existentiell situation samtidigt ges.

Även barnens behov av jämnåriga tillgodoses. Förutom att få sina grundläggande fysiska behov tillgodosedda har vi människor, redan från födseln, en längtan efter samvaro och umgänge med andra. Utöver samspel med mamma och pappa i dyad respektive triad har barn glädje av att umgås med jämnåriga redan under första levnadsåret (Bråten 1998, Trevarthen 2005).

I behandlingsramen ingår även familjesamtal och kontinuerliga avstämningsamtal där papporna deltar, ca 1 gång per månad. Varje gruppssession innehåller dessutom en sångstund och en gemensam måltid. Sångstunden är oftast placerad i början av gruppssessionen och leds av terapeuterna. Under 10-15 minuter sjungs enkla och av flertalet kända barnsånger som ”Imse, vimse spindel” och traderas ramsor ackompanjerade av handfasta rörelser där olika kroppsdelar berörs: ”Tåtisse, fotbisse, knäknorre ...”.

När det gäller de delarna av behandlingen som först beskrevs: individuella samtal, familjesamtal, samspelsbehandling med video och utan, har vi som psykologer och socionomer med psykoterapeutisk utbildning, teoretiska referensramar för interventioner och reflekterande. När det gäller de två andra fasta inslagen i behandlingen, sångstund och gemensam måltid, är den teoretiska ramen mindre utforskad. Miljöterapeutiska teorier kan till en del belysa betydelse av dessa inslag men är för vida och generella för att ge bidrag till förståelse på mikronivå (Frankenberg 2005).

Som behandlare har vi intuitivt upplevt styrkan i att dessa inslag ingår i verksamheten och behandlingen. I en undersökning av sångstundens betydelse ingår att försöka hitta teoretiska referensramar som kan fördjupa förståelsen av hur och vad det är i detta behandlingsinslag som är verksamt.

Sångstunden som fenomen

Sångstunden som fenomen befinner sig i ett gränsområde för olika teoriområden. När det gäller klinisk praktik befinner den sig också i ett gränsområde. Sångstunden, i den form som funnits inom spädbarnsverksamheter inom BUP i Stockholms läns landsting, har inte betraktats som musikterapi och har inte heller varit det. Dess närvaro har inte motiverats utifrån musikterapeutisk teori utan snarare utifrån psykologiska och sociala behov och den har inte utformats och letts av musikterapeuter utan av psykologer och socionomer. Likafullt antar jag att musiken, sångerna, rörelserna har terapeutiska effekter som vi tidigare inte varit medvetna om. Sång och musik ingår som en naturlig del i småbarnsfamiljers liv. Studieförbund och församlingar har ett stort utbud av babysång, babyrytmik och dans. I min litteratursökning fann jag ingen dokumentation av användande av sång och musik i grupp för spädbarnsfamiljer i terapeutiskt syfte. Några studier var ändå av intresse som bakgrund till denna studie.

Inom BUP Danderyd (dåvarande PBU:s konsultverksamhet vid MHV/BHV) arbetade psykolog och musikterapeut Ann-Britt Kronlund musikterapeutiskt med mammor och spädbarn individuellt, alltså inte i grupp med flera mammor och barn samtidigt. I en uppsats (1994) har hon fördjupat sig i vilka musikaliska fenomen som är av betydelse för anknytningen mellan spädbarnet och dess föräldrar. Hos Stern och Trevarthen fann hon begrepp som lyfter fram musikaliska och rytmiska aspekter i samspelet bl.a. vitalitetsaffekterna vars karaktär gör att de bäst låter sig beskrivas i musikaliska termer - piano, forte, crescendo. Hon framhåller barnsångernas terapeutiska kraft och hur de kan användas på olika sätt beroende på intonationsstruktur. Hon exemplifierar detta genom en jämförelse mellan några kända barnsånger: "Lille katt" har en intonationsstruktur som påkallar uppmärksamhet medan andra barnsånger t.ex "Blinka Lilla stjärna där" och "Bä bä vita lamm", med en slingrande kontur inte har denna påkallande effekt: "Man sjunger dom då man redan har blickkontakt med barnet och vill hålla den kvar" (Kronlund s.42).

I två studier (Vlismas & Bowes 1999) undersöks vilka effekter ett musik- och rörelseprogram har för förstagångsmammor med spädbarn 2-6 månader ur normal-populationen. I den första studien undersöks effekterna av ett 5-veckors musik- och rörelseprogram när det gäller mamma-barn interaktion och anknytning som det mättes i ett test, Maternal Postnatal Attachment. I den andra studien undersöktes vilka effekter programmet gav när det gällde uppvisat beteende - bedömning skedde genom skattning av videoinspelad interaktion av mamma-barnsamspel samt analys av det barnanpassade talet s.k IDS (Infant Directed Speech) se sid. 14. Resultaten visade en signifikant ökning av dyadisk ömsesidighet för de som fick ta del av musik-och-rörelseprogrammet oavsett om det hade skett "öga-mot-öga" i grupp eller genom videoinspelade instruktioner i jämförelse med kontrollgrupperna där motsvarande värde istället minskade. Författarna drar slutsatsen att musik- och rörelse programmet försedde mammorna med kommunikativa verktyg för att förbättra interaktionen med sina barn.

Teoretiska utgångspunkter

Är sångstunden verksam som terapeutiskt instrument? Vad i sångstunden är det i så fall som är verksamt och hur? Man kan, som tidigare nämnts, närma sig dessa frågor från många olika håll. Utifrån mitt intresse för utveckling och lärandeprocesser och vad som kan främja dessa, samt för preverbala nivåer i psykoterapeutisk behandling, har följande teoretiska utgångspunkter valts: ”Musikens betydelse” respektive ”Hur vi lär oss”.

Inom respektive utgångspunkt kommer aspekter som har relevans för en djupare förståelse av sångernas, ramsornas och rörelsernas betydelse när det gäller att främja och stärka relationen mellan spädbarnet och dess föräldrar att lyftas fram.

Musikens betydelse

Musikens ursprung

Musik är universellt förekommande i alla kulturer, som underhållning, som inslag i sociala ritualer och för skapande av sociala band. Det mest framträdande och universella sammanhanget för musikutövande är religionen. Förutsatt att det inte föreligger kognitiv skada eller brist så har alla människor förmåga att tillägna sig språk och en medfödd förmåga att uppskatta - utföra och/eller tillägna sig - musik. En vid definition av musik har formulerats av Bruscia (1989): ”Music can be defined as the art of temporally organizing sounds and its various physical and experiential components, for the purpose of creating and interpreting expressive forms that re-enact, elaborate, or bring meaning to the human life experience”. Mithen (2006) hänvisar till en ännu vidare definition av musik som: ”human sound communication outside the scope of language” (Nettle 1983) och han framhåller kroppens betydelse när det gäller att kommunicera, såväl via musik som via verbalt språk, och i musikbegreppet inkluderar han även rörelse och dans. I båda definitionerna är kommunikationsaspekten central - förutom att musiken innehåller ljud och/eller rörelser skapas, på icke-verbal nivå, meningsfulla uttryck som förmedlas till andra.

Det har funnits och finns olika teorier om musikens rötter och ursprung. Enligt aktuell forskning verkar musik ha varit avgörande för den mänskliga artens utveckling genom att stärka sammanhållning och grupp känsla (Brown 2000, Dissanayake 2000, Freeman 2000, Mithen 2006). En tankegång som framförs är att det fanns ett protospråk som var föregångare till såväl musik som verbalt språk. Homo sapiens föregångare bl.a. Homo ergaster, homo

heidelbergensis och neandertalare hade inte något språk i vår mening, med uttryck sammanbundna av en syntax. I stället utbytte man läten och gester som kombinerades till mer komplexa budskap. Mithen myntar ett begrepp för deras språk eller kommunikationssystem, 'HmMMM' communication vilket står för: Holistic, manipulative, multimodal, musical and mimetic in character”.

En tanke hos ovan nämnda forskare är att det är den allra första dialogen mellan det nyfödda barnet och dess mor som är ursprunget till musik i dess olika former:

”Mother-infant dialogue seems to be the prototype for a kind of fundamental emotional narrative that adult music, dance movement, and poetic language can grow upon, exemplify, and sustain.” (Dissanayake ibid. s 404)

Människoavkommans stora hjälplöshet och beroende har under evolutionens lopp verkat för utvecklandet av fysiologiska och kognitiva mekanismer för att bli omhändertagen:

”I suggest that the solution to this problem was accomplished by coevolution in infants and mothers of rhythmic, temporally patterned, jointly maintained communicative interactions that produced and sustained positive affect - psychobiological brain states of interest and joy - by displaying and imitating emotions and motivation of affiliation, and thereby sharing, communicating and reinforcing them” (Dissanayake s 390)

Genom mammans röst och hummande förmedlades känslomässig närvaro. Barnet kunde tröstas eller på annat sätt påverkas även när modern var upptagen av andra livsnödvändiga göromål på motsvarande sätt som sker än idag.

Hur påverkas vi av musik?

Den viktigaste skillnaden mellan verbalt språk och musik är att medan talat språk både är symboliskt refererande och påverkar oss känslomässigt, verkar musiken främst genom att på ett mer direkt sätt påverka oss fysiskt och känslomässigt. Musiken kan lätt framkalla emotionella tillstånd och fysisk rörelse, man rycks med (Mithen ibid.) De flesta av oss börjar automatiskt, när vi hör taktfast musik, vicka på foten, tappa med fingrar eller mer kraftfullt klappa händer i takt med musiken. Denna potential, hos musik i olika former, att

beröra verkar ha varit betydelsefull under evolutionens lopp för avkommans överlevnad samt för utveckling av det mänskliga kommunikationssystemet.

Det är inte bara motoriskt som vi påverkas och rycks med. Musik kan lugna och trösta men också vitalisera. Musik används för att reglera och påverka känslomässiga tillstånd. Ett universellt användningsområde när det gäller musikutövande är att sjunga vaggssånger för sina barn. Analyser har visat att det finns en slående överensstämmelse mellan vaggssånger i olika kulturer när det gäller melodi, rytm och tempo (Trehub et al 1993). Vanan att använda sång och musik som ett kommunikationsmedel, för att bland annat underlätta matning, sövning och lärande, i förhållande till avkomman har haft en gynnsam effekt under evolutionen:

”Childrens extended period of helplessness creates intense selection pressures for parental commitment and for infant behaviors to reward such commitment. ... Presumably, the healthy and contended offspring of singing mothers would be more likely to pass on their genes than would the offspring of non-singing mothers.”(Trehub 2003 p.13)

Genom historien har musik använts i helande och terapeutiskt syfte, bland annat inom religionen. I vår västerländska kulturkrets används musik ofta som en hjälp för att kunna koppla av, för att underlätta insomning, för att mota undan huvudvärk eller minska muskelspänningar (Bunt 1997).

Experiment har visat att spädbarn föredrar ett barnanpassat språk (IDS se s.14) framför ett vuxenanpassat (Fernald 1991). Som utslag för musikens och sångens kapacitet att påverka känslor har man dessutom i experiment visat att spädbarn föredrar att mamman sjunger framför att hon pratar barnanpassat (Trehub & Nakata 2002).Mammans sång har en lugnande effekt på barnets vakenhetsnivå och kan minska barnets stress.

I en studie jämfördes en grupp där mammor talade med sina sexmånaders spädbarn med en grupp där mammor istället sjöng. Genom att mäta halten av kortisol - ett stresshormon - i barnets saliv fick man ett mått på hur tal respektive sång påverkade barnet fysiologiskt. Kortisolhalten var lägre när spädbarnens mammor sjöng för dem än när de talade, vilket ger en tydlig indikation på att mammans sång kan fungera som ett omvårdande verktyg (Trehub 2003). I en annan studie visades att prematura barn som fick lyssna till vaggssånger framförda av sångerskor fick en signifikant ökad sugförmåga vilket i sin tur ökade deras viktuppgång (Standley 1998).

I en naturalistisk studie ingick 100 mödrar med barn under 1 år. Mödrarna tillfrågades om och hur ofta de sjöng för sina barn i sin naturliga invanda miljö i hemmet. Alla mammor uppgav att de sjöng för sina barn, även den halvan av gruppen som uppgav att de inte hade någon sångröst. De sjöng för att trösta samt för att få barnet att skratta, le och jollra. Ett intressant återkommande svar var att mammorna upplevde att deras sång försäkrade barnet om deras närvaro. Några mammor uppgav att detta att sjunga för barnet också hjälpte dem själva att bli lugna och att minnas positiva barndomsminnen då deras egna mammor sjöng för dem (Street 2003). En slutsats som dras av resultaten är att ett stöd som professionella inom hälso- och sjukvård kan ge åt småbarnsmammor är att uppmuntra dem att sjunga för sina barn (Mithen ibid).

Fäder sjunger också för sina barn även om de oftast inte är inkluderade i undersökningar. I en undersökning av hur mammor och pappor sjunger för sina barn fann man att mammorna står för 74 % av sångerna till barnet, papporna för 14 %- syskon och 'övriga' står för resterande procent. Pappornas sångsätt när de sjöng, deras vokala anpassning och förmåga att känslomässigt engagera liknade dock mammornas (Trehub et al. 1997).

Hur vi lär oss

Mänskligt lärande baseras på en speciell form av nyfikenhet som aktiveras i samspel med andra. Människobarnet kan kommunicera med andra människor redan från födseln. Under fostertiden utvecklas och formas de grundläggande motivsystemen i fostrets hjärna. Redan före födseln har barnet hunnit bekanta sig med moderns röst och även med faderns och med andra ofta förekommande ljud i vardagen (Trevvarthen 2002). Det ligger i det mänskliga medvetandets natur att simultant kunna uttrycka känslor och tankar och att ta emot och bekräfta vitalitets- och känslökvaliteter från andra människor genom ögonblicklig empati. Grunden för mänskligt liv och medvetande är ett interpersonellt själv med inneboende förmåga att överskrida självets gränser och sätta det i samspel med andra subjekt (Trevvarthen 1979, 1988, 1993, 1998, 2001, 2002).

Motivation att lära

Ny banbrytande forskning, ett nytt paradigm, har sen ett drygt decennium tillbaka, brutit igenom (Bråten ed. 1998). Utgångspunkten för detta paradigm är att barn och föräldrar redan från livets start har en ömsesidigt upplevd subjekt-subjekt kontakt. Det är framför allt två begrepp som vidgar den teoretiska referensramen när det gäller grunderna och motivkrafterna i människans psyke: 'altercentricity' och 'companionship'. Spädbarnet är inte från födseln

egocentriskt (lat. 'ego' - 'jag') utan altercentriskt (lat. 'alter' - 'annan') det sträcker sig ut i kontakt mot den andre. Spädbarn har både motivation och förmåga att lära sig de sociala och kulturella koderna och kommunikationen inleds redan vid födseln i en ömsesidig dialog mellan spädbarnet och dess föräldrar, syskon och andra närstående.

Begreppet 'companionship' (lat. 'con' 'panis' - 'med' 'bröd' 'matlag', 'sällskap') refererar till ett speciellt motivsystem. Känslor som är förknippade med detta motivsystem är relationella, det vill säga, de bottnar i en förväntan om gensvar och bekräftelse från den andre. Dessa känslor är annorlunda än de som etablerar och reglerar anknytning och behov av omvårdnad och beskydd. Genom denna motivkraft riktar sig barnet utåt mot 'den andre', med en förväntan om att mötas av intresse och sympati. Denna motivation och förväntan är förknippad med mer komplexa känslor än de som reglerar omvårdnaden, nämligen stolthet respektive skam.

Att barn har denna förväntan och blir frustrerade när de inte möts av intresse visas tydligt i still-face experiment. När spädbarnet inte "får svar" reagerar det med olika uttryck av frustration: avvärjande av mammans blick, upprördhet, förvirring, förtvivlan, uppgivenhet (Murray 1998, Murray & Trevarthen, 1985).

Även spädbarn samtalar

På 1970-talet myntades ett nytt begrepp för den kommunikation som sker mellan spädbarn och omvårdande vuxen person: protokonversation (Bateson 1971, 1979). Utifrån en studie vars syfte var att utforska ursprunget till det mänskliga samtalet mikroanalyserades filmade sekvenser av interaktion mellan spädbarn och deras mammor. Det visade sig att spädbarn har förmåga att kommunicera i en ömsesidig dialog med sina mammor redan när de är bara några veckor gamla. Tidigare forskning hade inte uppmärksammat spädbarnets bidrag och det ömsesidiga utbytet eftersom experimenten varit inriktade på delbeteenden, stimulus och respons, i artificiell laboratoriemiljö, inte på hela interaktionssekvenser. Batesons upptäckt av denna tidiga ömsesidiga interaktion blev startpunkten för ett nytt sätt att närma sig mänsklig kommunikation (Trevarthen 2001).

Protokonversationen är förelöpare till verbal interaktion och kännetecknas av att den vuxne eller det äldre barnet talar i ett högre tonläge, med ett större omfång av toner, långa artikulerade vokaler och pauser, kortare fraser och mer upprepning än vid tal riktat till äldre barn och vuxna. De melodiska och rytmiska särdragen i vanligt tal - prosodin - accentueras och överdrivs så att talet får en uttalat musikalisk karaktär. Denna form av kommunikation är komplex, den sker i många modaliteter: rörelse, ljud, ton och rytm. Ytterliga-

re en modalitet är central - synen. Den delade och fokuserade uppmärksamheten sker inom ramen för ömsesidig, ofta intensiv, ögonkontakt (Bateson 1979, Trevarthen 1979, Mithen 2005).

Ett begrepp som används för att ringa in den anpassning som görs av den vuxne eller det äldre barnet är *IDS - Infant Directed Speech*. Fyra utvecklingssteg har identifierats i IDS:

1. Att fånga och hålla kvar barnets uppmärksamhet.
2. Att modulera vakenhet och känslor.
3. Utöver att fånga och hålla kvar barnets uppmärksamhet kommuniceras nu också talarens känslor och intentioner.
4. De speciella intonationsmönstren med pauseringar banar väg för själva språkinläringen. IDS anammats automatiskt av män, kvinnor och barn och är universellt förekommande, vi ändrar vårt sätt att tala på samma sätt när vi talar med spädbarn oberoende av vilket språk vi talar och vilket land vi kommer ifrån (Fernald 1991, Fernald et al 1989).

Den mentala beredskapen att prata på detta speciella och anpassade sätt i kontakt med späda och små barn är oberoende av språktyp och kulturell bakgrund och talar för att det rör sig om ett ursprungligt kommunikationssätt som handlar om att reglera sociala relationer och emotionella tillstånd. Experiment har visat att barn föredrar att lyssna till IDS framför vanligt tal. Termen IDS berör bara den vuxnes tal och anpassning medan protokonversation som term inbegriper dialogen, alltså även spädbarnets tal - ljudanden, kroppsrörelser och ansiktsmimik - och det gemensamma engagemanget (Fernald *ibid*).

Dialogen kännetecknas vidare av en förhöjd inlevelse. Genom att vi talar som vi gör, med ändrat röstläge, kroppsspråk och mimik kommer vi också att känna oss annorlunda än när vi talar på vanligt "vuxet sätt". Denna form av inlevelse ökar vår förståelse av vad barnet upplever. Inlevelsen förmedlas till barnet som i sin tur känner sig förstått vilket ytterligare bidrar till ömsesidighet. Det som äger rum är en i högsta grad meningsfull dialog även om den inte har något lexikalt innehåll. Sången, rytmen, de koordinerade rörelser som barn och föräldrar skapar tillsammans är bärare av mening och inlemmar dem i ett mänskligt sammanhang, en historia, en kultur (Dissanayake 2000, Trevarthen 2005).

Protokonversationen har betydelse som förelöpare, inte bara till det verbala språket och den talade dialogen, utan till lärande över huvud taget. En viktig förutsättning för lärande livet igenom är en gemensamt delad uppmärksamhet som innefattar ett gemensamt fokus och turtagning med annan/andra, vilket i

sin tur förutsätter närvaro - känslomässig och kognitiv - och tidsmässig synkronisering, ”timing”. Sett ur ett metaperspektiv lär sig barnet redan under spädbarnsperioden, i kontakt med sina föräldrar och syskon, hur man umgås, skapar och upprätthåller kontakt, förutser och föregriper mönster. Barnet lär sig, kort uttryckt, ”hur man lär sig”. På så sätt förbereder och underlättar den första tidiga dialogen lärande längre fram i livet (Bateson ibid).

Genom rytmiska element påverkas barnet redan före födelsen och kanske läggs grunden för viss form av lärande redan då. Rytm är ett viktigt element i musiken och rytm är en inneboende del i det tidiga mamma-barnsamspillet. Barnets första erfarenhet av egen rytmisk aktivitet är sugandet. Redan som foster kan barnet suga samt varsebli mammans hjärtslag, andningsrytm och gångrytm. Rytmiska dimensioner i mamma-barnsamspillet kommer på så vis att ingå i en djupt rotad kunskap om hur relaterande till andra människor går till (Maiello, 2004).

Minnen lagrade i kroppen

I utforskandet av verksamma processer för lärande, förändring och utveckling i psykoterapier kan en närmare granskning av minnets funktion vara till hjälp. Enligt en kategorisering kan minnet delas in i två olika minnessystem: deklarativt minne respektive proceduralt minne (Stern et al 1998, Stern 2004).

I det deklarativa minnet lagras, i symbolisk eller verbal form, sådant som är explicit och medvetet, eller möjligt att medvetandegöra exempelvis i psykoterapi. I det procedurala minnet lagras hur vi gör saker, bland annat hur vi umgås med andra människor. Dessa minnen symboliseras inte utan lagras som kroppsminnen. Simning och cykling är andra exempel på procedural kunskap. Denna typ av minnen ingår i det implicita vetandet som oftast förblir outtalat. Det är svårt att omsätta sådan kunskap i ord och exempelvis förklara för en annan människa hur hon ska göra för att simma. Det är en typ av kunskap som bäst överförs genom demonstration och praktisk övning inom ramen för en trygg relation

Kunskaper om hur vi umgås med andra människor är aktiva även om de till största delen är implicita och inte automatiskt åtkomliga för medvetandet. Barn lär sig tidigt vilken form av närmande som föräldern kommer att uppskatta respektive ogilla och anpassar sitt eget beteende utifrån dessa erfarenheter. Den kunskap och förmåga som byggs upp inom protokonsversationen är till största delen procedural och implicit.

Hos nyblivna föräldrar aktiveras egna procedurala minnen av hur de blev hållna och mötta som spädbarn. För de mammor och pappor som upplever svårigheter i kontakt med barnet är de för-språkliga och kroppsligt förankrade

minnen som aktiveras ofta ångestväckande. Att dessa minnen väcks i samband med barnets födelse innebär också en möjlighet eftersom de då blir åtkomliga för bearbetning.

Det skulle förmodligen vara svårt att komma åt dessa procedurala, osymboliserade erfarenheter inom ramen för individuell samtalsterapi (Karlsson et al 2003).

Att lära genom imitation

I protokonsationen ingår imiterande som en naturlig del. Med förstora mimik upprepar den vuxne spädbarnets minsta munrörelse eller blickförändring och spädbarnet härmar den vuxnes rörelser. Experiment har visat att spädbarn, redan några timmar gamla, kan imitera ljud och rörelser (Kugiumutzakis 1998, 1999). Genom imitation kan kontakt skapas och relationer fördjupas. Grunden för såväl lärande inom ramen för undervisning som utveckling inom ramen för psykoterapi är beroende av och utgår ifrån denna beredskap till imitation (Trevarthen 2005).

Vår benägenhet att leva oss in i andra människor genom att, mer eller mindre synligt, imitera har beskrivits med begreppen primär identifikation och resonansfördubbling (Sandler 1993). Dessa begrepp refererar till ett reflexmässigt framkallande, hos den som observerar, av beteenden och känslor som den observerade personen uttrycker och gestaltar. Om vi istället för att titta på akrobaten i ett cirkusnummer vänder blicken mot åskådarna blir den automatiska inlevelsen synlig såväl i mimik som i kroppsrörelser (Sandler, Ibid). Det vi ser hos åskådaren kan beskrivas som en form av omedveten empatisk inlevelse.

Upptäckten av spegelneuron visar på en fysiologisk grund till imitation som ett kommunikationssätt mellan människor. Spegelneuron, som är placerade i pannlobernas yttersta skikt, aktiveras på samma sätt oberoende av om vi utför en handling själva eller om vi ser en annan utföra handlingen (Rizzolatti et al 1999, Solms & Turnbull, 2005). Vår neurofysiologi är alltså konstruerad så att den möjliggör processer av ömsesidigt inflytande mellan människor hela tiden. Detta faktum utgör viktig kunskap att väga in vid utvecklande av såväl psykoterapeutiska behandlingsmetoder som tankar kring betydelsen av hur vi bemöter människor som söker hjälp inom vården över huvud taget (Szutkiewicz 2005).

Sammanfattning av teoretiska utgångspunkter

Vilka olika element ingår i en sångstund vid spädbarnsverksamheter? Vilken betydelse har sångstunden? På vilka sätt kan den tänkas vara terapeutiskt verksam? Det visade sig finnas en stor överlappning mellan de olika teoretiska utgångspunkterna, ”Musikens betydelse” respektive ”Hur vi lär oss”, genom att musiken, de musikaliska elementen, antas finnas i den första tidiga dialogen under spädbarnsperioden (protokonversationen). Musiken finns alltså i dialogen mellan spädbarnet och dess omhändertagande personer och här läggs grunden för allt lärande längre fram i livet. Den musikaliskt utformade protokonversationen, med gemensamt fokuserad uppmärksamhet och karakteristisk intonation och rytm, kan betraktas som förelöpare, inte bara till det verbala språket och den talade dialogen utan, till lärande över huvud taget. Den första tidiga dialogen förbereder och underlättar allt lärande längre fram i livet

Kommunikation är en annan gemensam nämnare i lärande respektive i musik. Utgångspunkten för protokonversationen, och det senare lärande som den utgör grunden för, är ömsesidig kontakt. Kommunikationsaspekten är också central inom musiken. Genom kombinationer av ljud, toner, takt, rytm och/eller rörelser skapas, på icke-verbal nivå, meningsfulla uttryck som förmedlas till andra.

De musikaliska uttrycken har en potential att beröra känslomässigt, vilket gör att de lämpar sig väl som omvårdande verktyg. Det har visats i experiment att spädbarn föredrar att mamman sjunger framför att hon pratar barnanpassat. Musikens berörande potential används för att reglera och påverka känslomässiga tillstånd. Musiken kan lugna, trösta, vitalisera. Ett universellt förekommande användningsområde när det gäller musikutövande är att sjunga vaggånger för sina barn.

Musikutövande har i alla kulturer och i alla tider främst skett tillsammans med andra och har i många sammanhang använts för att stärka sociala band. Sångstunden är en aktivitet tillsammans med andra - andra spädbarn, andra vuxna: mammor samt behandlare. Stern har i sin teori om moderskapskonstellationen framhållit nyblivna mödrars behov av kontakt med likasinnade - kvinnor ur tidigare generationer samt andra nyblivna mammor (Stern 1995). Även spädbarn gynnas av att ingå i ett sammanhang där de kan få utlopp för sin sociala nyfikenhet. Barnet är, redan från födseln, altercentriskt och har inte bara behov av fysisk omvårdnad och trygghet, dvs. anknytning. Barnet drivs även av en motivation att nå ut till andra, att vara i sällskap - ’companionship’ - och förväntar sig gensvar och bekräftelse (Bråten 1998, Trevarthen 2002, 2005).

Den kommunikation som sker inom protokonversationens ram handlar främst om att reglera emotionella tillstånd. Genom att vi talar med ändrat röstläge, kroppsspråk och mimik kommer vi också att känna oss annorlunda än när vi talar på vanligt ”vuxet sätt”. Denna form av inlevelse ökar vår förståelse av vad barnet upplever. Inlevelsen förmedlas till barnet som i sin tur känner sig förstått vilket ytterligare bidrar till ömsesidighet. Den mamma eller pappa som inte gör denna anpassning av sitt tal går därmed också miste om en viktig källa till inlevelse.

Psykisk förändring sker inte bara genom att medvetandegöra och bearbeta tidigare bortträngda erfarenheter utan också genom få helt nya upplevelser och erfarenheter av att vara tillsammans med en annan. Om mamman inte själv har erfarenheter från en barnanpassad dialog från egen spädbarnstid så kommer inte denna anpassning automatiskt. Det är då något hon måste träna på och lära sig.

Imitation utgör en viktig väg till lärande och fördjupande av relationer, speciellt när det gäller kunskaper inom det procedurala området. I protokonversationen ingår imiterande som en naturlig del - den vuxne upprepar, med förstorad mimik, spädbarnets minsta munrörelse eller blickförändring och spädbarnet härmar den vuxnes rörelser. Genom spädbarnens närvaro anpassar behandlarna sitt tal - talar med överdriven mimik, speciell intonation och rytm vilket även de mammor som inte har denna erfarenhet ifrån egen spädbarnstid eller som av andra orsaker inte gör denna automatiska anpassning, drar fördel av. De ges rikliga möjligheter att studera och imitera olika sätt att vara på tillsammans med sitt barn.

Studium av det tidiga samspelet mellan spädbarnet och dess närmaste personer kan ge inspirerande bidrag i undersökning av optimala förutsättningar för utveckling, lärande och förändring i alla mänskliga sammanhang. Vi är inte bara sociala varelser, vi är också kulturella. Det unika samspelet inom varje dyad, triad och familj sker alltid inom ramen för en viss tradition och kultur. Sångerna och den mänskliga rösten är bärare av intima känslor som är färgade av relationen till den andre likaväl som av det sociala och kulturella arvet. Den tidiga dialogen som barn och föräldrar skapar tillsammans är alltså bärare av en mening som inlemmar dem i ett vidare mänskligt sammanhang, en historia och en kultur (Batesons Ibid, Trevarthen 2005, Papousek & Papousek 1997).

Syfte och frågeställningar

Syfte

Syftet med studien är att beskriva och undersöka ett moment som ingår i behandlingen vid spädbarnsverksamheter - sångstunden.

Frågeställningar

- Hur använder sig behandlare vid spädbarnsverksamheter av sångstunden som terapeutisktinstrument?
- Vilken betydelse har sångstunden i behandlingen?

Metod

Frågeställningarna belyses dels genom teoretisk fördjupning, dels genom en fokusgrupp.

Min strävan i den teoretiska fördjupningen har varit att hitta utgångspunkter som på olika nivåer – från mikro till makro – kan ge en teoretisk kontext som bidrar till en fördjupad förståelse av sångstundens betydelse och som kan öppna för nya infallsvinklar kring verksamma faktorer i psykoterapeutisk behandling.

Fokusgrupp

Fokusgrupp kan användas för olika syften - för kundundersökningar, för utvärdering respektive som en forskningsmetod för att samla in kvalitativa data. Kännetecknande för fokusgrupper oavsett om de gäller utvärdering eller forskning är att gruppdeltagarna har något gemensamt – erfarenhet, intresse, egenskap, upplevelse samt att deltagarna diskuterar utifrån ett fokus.

Fokusgrupp som undersökningsmetod lämpar sig väl för utforskning av nya kunskapsområden eller områden med kunskaper som tidigare inte har verbaliserats. Genom att samla personer som är kunniga yrkesutövare inom ett område kan ett kunskapsområde bli synligt och ny kunskap genereras genom den interaktion som uppstår mellan deltagarna. Snarare än att kvalitativa data samlas in så kan det istället vara så att kunskap genereras i interaktionen genom att deltagarna inspirerar varandra. Det sker ett gemensamt skapande av kunskap i interaktionen mellan deltagarna (Hylander 1998, Morgan 1997).

Gruppdeltagare

5-10 personer anses vara ett lämpligt antal deltagare i en fokusgrupp. För denna undersöknings syfte var min strävan att samla behandlare med ingående erfarenhet av arbete vid spädbarnsverksamhet där sångstund har ingått i behandlingsstrukturen. Av praktiska skäl- tid och geografiskt avstånd - begränsades urvalet till verksamheter i Stockholms län. De personer som vid tillfället var verksamma inom spädbarnsverksamhet eller nyligen varit det, sammanlagt åtta personer, tillfrågades om att delta i en fokusgrupp. Två personer kunde inte den utsatta tiden, sex personer med erfarenhet ifrån fyra olika spädbarnsverksamheter deltog i fokusgruppen. Två av gruppdeltagarna arbetade inte med behandling vid spädbarnsverksamheter vid gruppstillfället men hade lång och gedigen erfarenhet av arbetsområdet, cirka 15 år.

Genomförande

Fokusgruppen, som spelades in på ljudband, genomfördes vid min dåvarande arbetsplats, Maskans spädbarnsverksamhet. Samtalet ägde rum i det grupprum där behandling vanligen äger rum och pågick under en och en halv timme. I god tid före intervjutillfället fick samtliga intervjupersoner ett brev med några punkter angående sångstunden att tänka igenom och skicka tillbaka till mig före fokusgruppen (Bil). Tanken bakom detta var att var och en dels skulle ställa in sig på frågeområdet, dels kunna landa i en egen uppfattning för att minska risken för s.k. ”groupthink” (Hylander ibid).

Som gruppleddare höll jag i tidsramarna. Efter en kort presentation av syftet med fokusgruppen tog jag initiativ till en ”hälsningssång” som används vid många spädbarnsverksamheter som en inledning till sångstunden (se s 15). Tanken bakom detta var att vi tillsammans snabbt skulle förflytta oss till den verklighet som är förknippad med sångstunden vilket också visade sig fungera - samtalsklimatet i fokusgruppen var inspirerande och kreativt. Gruppdeltagarna gav uttryck för att diskussionen hade känts tankeväckande och givande. Min upplevelse var att ny kunskap genererades i mötet mellan deltagarna, vilket anges vara en av fokusgruppens styrkor (Hylander ibid, Morgan ibid).

Vid ett par tillfällen ställde jag som gruppleddare frågor för att få ett förtydligande eller för att fördjupa en fråga. När fokusgruppen närmade sig slutet tillfrågades deltagarna om de hade ytterligare tankar och reflektioner som ännu inte berörts, vilket resulterade i ytterligare fördjupning.

Databearbetning

Som ett första steg lyssnade jag noggrant ett flertal gånger igenom det inspelade samtalet. Därefter transkriberades samtalet, en och en halvtimmes ljudupptagning på band skrevs ner och resulterade i tjugo maskinskrivna sidor. Under transkriberingen eftersträvade jag att så noggrant som möjligt i skrift fånga det verbala samtalet inklusive hummanden, skratt och andra ljud. Under den fortsatta bearbetningen gjorde jag i enlighet med Kvale en meningskoncentrering (1997). Hänsyn behöver tas till att det levande samtalet är något helt annat än skriven text - för läsbarhet och frambärande av mening behöver språket och meningarna koncentreras.

Det utskrivna materialet bearbetades i olika steg och jag prövade olika sätt att analysera och kategorisera materialet. Ett problem var att de teman jag fann i hög grad överlappade varandra. Slutligen var det fem olika teman som framträdde och som jag stannade vid.

Fokusgruppdeltagarnas anonymitet skyddas genom att de har avidentifierats och namnsatts med bokstäver A, B, C, D, E, F.

Hur sångstunden används

De tankar och reflektioner gruppdeltagarna delade med varandra i fokusgruppen kretsade kring ett antal olika områden. I min bearbetning av fokusgruppens samtal fann jag fem olika teman: sångstund som strukturerande verktyg, sångstund som brygga till anknytning, sångstund för reglering av känslolägen, sångstund – ett sätt att landa i kroppen, sångstund för stärkande av självupplevelse.

Temana överlappar delvis varandra och en del utsagor är relevanta och intressanta utifrån flera olika teman vilket avspeglas i presentation av resultaten.

Sångstund som strukturerande verktyg

De två aspekter som främst togs upp under detta tema var: när under behandlingssessionen sångstunden placeras och hur sångstunden går till och kan användas. Sångstundens placering i tid under gruppsessionen - början, mitten, slut - varierade mellan de olika spädbarnsverksamheterna. I ett par verksamheter används sångstunden som inledning med en ”hälsningssång”¹ som första sång. I andra placeras sångstunden i samband med mat och/eller avslutning:

***A:** Vi inleder med sångstunden ganska tidigt beroende på hur det är ... Det är så mycket teman och prat som måste först pratas lite men ganska snart så börjar det ... Barnen har den där förväntan att ... de har vant sig också ...*

***F:** Vi har så att någon gång under madrasstiden så sjunger vi. Det brukar bli lite olika. Vi brukar vänta så att alla barnen har vaknat - - - Eller det kanske är någon som sover länge och då börjar vi sjunga ändå fastän det barnet inte har vaknat. Men då tar vi med det barnet ändå i hälsningssången.*

***B:** Men ni startade med sång, var det så ...? För vi gjorde det vid andra timmen när vi satte oss till bords vid kaffet. En bit in efter maten, det blev nästan som en avslutning.*

¹ I hälsningssången sjungs alla barnens namn i tur och ordning: ”Viktor är här idag, Viktor är här idag – vad bra! – Att Viktor är här idag” osv.

Förutom den vanliga sångstunden använder sig en av verksamheterna av en särskild ”avskedssång”:

C: *Vi använder just den sången som avskedssång (”Tingetingeling nu ska tåget gå ut i vida världen, den som 50 öre har får följa med på färden...”) till varje barn när de går ... så säger vi hejdå och så vinkar dom ...Många mammor brukar strömma till och säga adjö till varje barn ...Ofta är de kanske lite oroliga och kanske väntar, sitter där i vagnen och väntar på den här avskedssången när vi säger ”Hejdå, hejdå! Tåget går ..”*

I grupperna skapas gemensamt en kultur, vissa ritualer och en viss repertoar av sånger och ramsor. Sångerna, den gemensamma repertoaren, kan därigenom också ha en gruppbefrämjande funktion i behandlingsstrukturen:

F: *Vi har en kärna av olika sånger som vi brukar sjunga men sen, i olika grupper så utvecklas det olika sånger.*

C: *Vi har gjort en egen variant, vi kommer inte ihåg texten så vi har ... både melodi och text är lite annorlunda. Så det har blivit vår sång.*

Terapeuten i den verksamhet som utöver den vanliga sångstunden också sjunger när barn och mammor är på väg att gå hem för dagen funderar över hur det kom sig att de började sjunga en sång som avslutande ritual:

C: *Jag vet inte ... jag tror att det var en av mammorna som kom med den här sången och hade ett oroligt barn och så sjöng vi den i vanliga gruppen och sen ... Jag vet inte hur det kom sig ... någon fick en idé, om det var mamman själv eller om det var vi, det minns jag inte ... Någon fick idén och sen så blev det en rutin. Så de ville alltid ha det både mammor och barn.*

Genom att börja sjunga skapas fokus på barnen och därigenom på mammornas relation till sina barn:

D: *Så är det ofta när det känns så där väldigt spretigt att det är en massa teman som inte riktigt ska vara där, att man ... : ”Nej, nu sjunger vi ..” det blir också koncentration runt det som de egentligen är här för.*

F: *... så kanske mammorna kommer med något tema så får de prata av sig om det och sen ser vi att barnen börjar bli oroliga och då kanske det är något*

barn, något äldre som börjar såhär (visar med händerna - Imse, vimse) . "Nu verkar det som Kalle vill sjunga här ... " Och då så kan vi få fokus på barnen.

Sångstunden kan fungera som en vitaliserande påfyllning och utifrån detta placeras strategiskt i behandlingsstrukturen:

C: Det kan ofta kännas viktigt att ha den där stunden också samlings och sången innan fiket för barnens skull så att de är påfyllda med det innan maten...

Den kan också ha den funktionen att den skapar distans och luft eller avslappning:

A: Då är det intressant om man är inne i något annat känsligt tema som man pratar om så kanske man tar ett avbrott för en sång - den här avslappningen som blir när man sen kommer tillbaka till det där temat att det är på ett annat sätt ... man får lite distans och luft kring det andra temat då, till det man pratar om.

Den gemensamma sångstunden används som markering av övergångar: i början av gruppsessionen; före måltid och/eller som avslutning av gruppsessionen. Sånger kan även tas upp utanför den mer strukturerade sångstunden och bidra till att fokusera på barnen eller för att skapa distans och luft när det behövs, exempelvis när det känslomässiga klimatet i gruppen är uppvarvat.

Sångstund som brygga till anknytning

Detta tema visar på sångstundens betydelse när det gäller anknytning: anknytning mellan mamma och barn, mammans anknytning till aktuell spädbarnsverksamhet respektive till behandlare.

Följande citat belyser hur sången kan främja anknytning mellan barn och mamma:

B: Apropå det här med sångens funktion. För mammorna är det lite det att skapa utrymme och bara vara med sina barn lite ritualiserat och så där, inte bara kan låta alla associationer flyga på vuxennivå ... Det blir så riktat, medvetet, på mamma-barnnivå ... så verksamt ...

D: Och relationsnivå verkligen... Med ramsorna och de sjunger tillsammans - alla relationerna, mellan mammorna och barnen och mellan alla.

B: *Att få upplevelse av att jag kan fånga upp mitt barn och till exempel lugna det och trygga det. Och det är också att man kan få formaliserat något verktyg hur jag fångar upp mitt barn.*

En behandlare ger ett exempel där en speciell sång har varit användbar i samspelsarbetet genom att fungera som mönster så att barnets uppmärksamhet styrdes till mamman och barnet blev helt fokuserad på sin mamma i gruppen. I sångtexten lyser solen som sen går i moln för att sen lysa igen samtidigt som mamman säger "Tittut".

C: *Den har vi haft nytta av nu med en mamma som där det här barnet faktiskt blev helt fokuserad på henne i gruppen.*

Sångens uppbyggnad, dess intonationsstruktur samt även dess textinnehåll samverkar till att ge sången denna kontaktskapande funktion.

I vissa fall kan sången och ramsorna vara en första väg till kontakt mellan mamman och hennes barn. Återigen ger sången eller ramsan en struktur, en form som underlättar kontakt:

C: *För det tycker jag man har upplevt ibland med väldigt deprimerade och avskärmade barn att just musikstunden har varit en väg för dem att få den första kontakten om den nu har varit kroppslig, tillsammans med musiken och rytmen. Kanske den kontakten där mamman lättast kan låta barnet komma in i famnen och där barnet kan luta sig tillbaka just vid sången.*

B: *... antingen har man något, man får någon association, man lägger till någon, att plocka då i fataburen eller så får man hjälp att bygga upp något nytt och få bort den där känslan ... för när man inte har varit med om något så är det väl dumt och larvigt.. Helt plötsligt blir det någonting man får hålla på med eller se att det blir så verksamt med barnet .. ta emot det man bjuder på. Det är ju stärkande ... Man kan finnas till för barnet.*

Andra exempel ges där en mamma och barn hittar lust och glädje tillsammans med hjälp av en viss sång:

F: *Vi har ju en liten kille nu som skrattar från magen med den där. Han tycker den är jätterolig och då har han roligt med mamma. De hittar något, det är det.*

A: Så var det ett annat mamma-barnpar de hade en favoritsång som han tyckte var så kul. Han älskade när vi sjöng den där: "En liten båt blir ofta våt". Och sen så visade det sig att det här är någon sång som han och hans mamma .. hon sjunger den jätteofta hemma så den var liksom deras fast det visste inte vi - vi bara såg att - "Oh, att det här, här glittrar han!"

Ett annat exempel på sångstundens kontaktskapande kvalitet gavs där mamman först efter avslutad behandling kunde förstå och ta till sig betydelsen av att sjunga tillsammans med sin flicka. Hon hade varit kritisk till behandlingen när den pågick och avslutat "i förtid", men blivit medveten om speciellt sångstundens betydelse för hennes och dotterns kontakt, vilket hon tog upp i ett samtal efter avslutad behandling:

A: Vi hade ju ett mamma-barnpar som avbröt behandlingen tidigare än vad vi tyckte och sen skulle det vara några enskilda samtal och ett avslut och det drog ut på tiden, de var sjuka och det hände saker och ting. Men den mamman som var så ... dom hade ett äldre syskon hemma också och hon tyckte: "Det här tar bara tid och sitta här på golvet" och "det kan jag göra hemma lika gärna!" Hon sa sen efteråt, apropå det där som du sa om fokus på barnet, att det hon saknade och ångrade var att hon hade avbruten den här möjligheten de här stunderna då man sjöng tillsammans och det bara var flickan. För flickans skull eller så, för hon hade då uppfattat det som att det hade handlat om kommunikation med andra mammor och så där. Men det hon saknade och det hon tyckte hade gett mest det var egentligen: "När vi var tillsammans och vi sjöng".

Genom sången får mamman ett verktyg som snabbt hjälper henne i kontakten med barnet. Följande citat belyser hur sångstunden kan bli en ingång i behandlingen som banar väg för mamman att knyta an till spädbarnsverksamheten vilket ofta föregår anknytning till barnet:

F: Det är ju ibland det är mammor som är lite kritiska till att komma - "vad är det här för någonting? Ska det verkligen hjälpa?" Som har mycket motstånd. Man kan bli förvånad då när de plötsligt säger: "Häromdan då sjöng vi den här sången som vi brukar sjunga...". Så tänker man: Jaha, de är alltså mer anknutna än man skulle kunna tro. Att det ganska ofta handlar om just att det är en brygga över till anknytning, att det är lite grann första steget att de talar om att de faktiskt sjunger, att de har tagit med sig en sång hem, eller två, och gör rörelser och att det känns meningsfullt ... då kan man bli förvånad att... jaha!

En väg till närmande och anknytning när det gäller mammornas förhållande till spädbarnsverksamheten kan urskiljas genom att de imiterar andra mammor eller terapeuter under sångstunden. Det gäller mammor som inte sedan tidigare kan sångerna med ackompanjerande rörelser som på detta sätt kan öva och lära sig:

D: Jag tänker på ... som vi ser också ibland att mammorna själva tittar på oss behandlare som sjunger, liksom läser av och försöker följa med sin kropp om det är någon rytm. Att det verkligen blir ett sätt för dom att på någon väldigt tidig nivå få en gemenskap, tänker jag. Och det är ju väldigt häftigt att se just att mammorna tittar lika mycket som barnen kan titta på oss, vissa, följer med i mimiken.

F: Man riktar sig till hela gruppen och så sjunger man och barnet kanske tittar på oss vuxna och försöker att få de här rörelserna ...och hänger vid våra ögon och läppar. Så finns det ju de där mammorna som, utan att de tänker på det, de härmar oss eller är lika upptagna av oss också och försöker göra efter. Och sen också försöker börja hjälpa barnet lite och klappar på huvudet och på magen på dom och så.

Sångerna blir formaliserade verktyg med vars hjälp mammor kan fånga sitt barns uppmärksamhet och intresse. Citaten speglar att sångstunden kan fungera som en brygga till anknytning.

Förutom att imitationen kan ses som ett närmande, en begynnande kontakt är den också ett sätt att lära. Genom att imitera, lär sig mamman text, melodi och ackompanjerande rörelser - en ny sång som hon kan ta med sig i umgänget med sitt barn i andra sammanhang utanför spädbarnsverksamheten.

Övergångsobjekt, utvecklande av ett lekområde är en naturlig konsekvens av en anknytningsrelation. Övergångsobjektet/fenomenet skapas som en förlängning av relationen, i mellanrummet mellan mig och ”den andre” (Winnicott 1951).

Mammorna tar ofta med sig inte bara vanan att sjunga, för sina barn, hem utan även repertoaren och hälsningssången med alla barnens namn:

D: Vissa, vet jag, berättar att de gör namnsång hemma alltså med allas namn i ...

F: Då har man verkligen tagit med sig hela gruppen hem, på nåt sätt, hela stället.

A: Jaa ... "pals and friends", det har jag också hört ... hela gruppen. Att de sjunger för allihopa hemma. Jaa, det är väl kanske den här flickans kompisar, alltså de går igenom allihopa.

C: Det blir som en brygga eller bro mellan den värld de är i på spädbarnsverksamheten och när de kommer hem. Och mamman ... både för sig själv så kan hon ju ta in delvis via sången, som blir det lättaste kanske, det som hon har varit med om på spädis och ge sitt barn hemma. Barnet måste ju uppleva henne också då att den mamman som det har på spädbarnsverksamhet också är mamman hemma.

Sångerna kan fungera som övergångsobjekt, eller kanske snarare övergångsfenomen, mellan mamma och barn respektive mellan mamma-barn och spädbarnsverksamheten - gruppen som helhet.

Sångerna eller en viss sång kan ha en trygghetsskapande verkan och hjälpa till att binda ihop tillvaron. Genom sången kan mamman ta med sig en del av den trygghet hon känner, när hon och barnet är hållet av spädbarnsverksamhetens terapeutiska ram, hem.

Sångstund för reglering av känslolägen

Sångerna kan användas för att påverka och reglera känslolägen. De kan användas av mammorna i förhållande till sina barn och av terapeuterna i förhållande till mamma-barnpar eller till gruppen som helhet.

En viktig förutsättning för den karakteristiska dialog som är utvecklingsbefrämjande för barnet, protokonversationen, är att mamman gör den speciella anpassning av sitt uttryck som fångar barnets uppmärksamhet och bekräftar det. För att sångerna ska verka reglerande behöver den som sjunger ha förmåga och närvaro att utifrån inlevelse först tona in "den andres" känsloläge.

I början av behandlingen förmår mamman ofta inte vara känslomässigt närvarande med sitt barn och tona in på barnets nivå:

B: *Men sen kan det ju vara mammor som blir för påträngande, och också blir för intensiva ... hålla på med och vifta med benen ... för att ta kontakt.*

F: *Och när de är så små - två, tre, fyra månader och mammor som vill att det(barnet) redan ska vara mycket större än det är för de tycker att det verkar lättare med större barn. Och det väcker ångest att gå ner i ett långsammare tempo. De är väldigt "för mycket" ... de är så man sitter så här (visar med kroppsspråk en beredskap att vilja rycka in) ...*

Genom sångval tonar terapeuterna in på de olika nivåer där barnen befinner sig, bland annat utifrån månadsålder - en nyfödd bebis har behov av annat tempo än en tiomånaders bebis. Terapeuten har en härbärgerande funktion så att mamman klarar av att varva ner och möta sitt barn i rätt tempo:

F: *Det har vi ju ganska ofta att det ser ut så i gruppen att det finns någon tiomånaders och någon som är ett år och så finns det kanske en tremånaders och där emellan, och då är det ju så att vi delar upp det lite grand. Vi gör de här ramsorna där barnen ligger och just det här att man tar i hela kroppen: "Tåtisse, fotbisse ..." Man går igenom och mammorna har barnen framför sig och böja sig ner. Så får vi ju jobba och "hålla" mammorna för att de ska klara av det och gå ner i varv och möta barnen.*

D: *Jag tycker också att när det kommer väldigt små bebisar, då känns det så naturligt just att sjunga något lite långsammare och tona in på det där mjukare, medans om det är en 10-månaders bebis så är det ju annorlunda... Jag tycker ofta att jag märker när man får en liten nyfödd bebis att man hittar andra sånger ... Det blir nästan brutalt att sjunga någon sådan där ...hetsig. Och det är ju inte alltid mamman, som är här, kan känna det förstås.*

B: *Jag tycker sången och rytmen kan också hjälpa att hitta långsammare tempo ... för ibland är det såna här ramsor och killa och köra .. och ruska på benen, att det kan gå för fort. Det kan bli överväldigande. Så är det ändå att hitta något lugnare sätt att möta det här samspelet.*

Mammor som har upptäckt de olika effekter som sångerna kan ha, använder sig sen av dessa i sin kontakt med barnet i olika sammanhang. De blir användbara affektreglerande verktyg i relationen mellan mamma och barn. Vissa mammor berättar att de sjunger hemma för att lindra egen ångest och för att i högre grad kunna vara här-och-nu med sitt barn:

D: Det är vår erfarenhet att jättemånga använder sången just hemma när ångesten stiger för att då kan man vara här och nu på ett annat sätt och sjunga. Eller ta med sig när de reser bort.

B: En mamma sa: "när jag står och diskar där hemma och hon börjar gnälla då börjar jag sjunga och då tänker jag: hoppas inte fastighetsskötaren går förbi och hör hur jag sjunger alltså". Och jag tror det var samma mamma som sa: "När jag sitter och åker buss och hon börjar bli otålig då sjunger jag i örat på henne". När man inte kan plocka intuitivt från sin egen fatabur så har man ändå lärt sig någonting som blir så verksamt.

Sången används även som verktyg av behandlarna i förhållande till gruppen som helhet för att reglera gruppklimatet. Som togs upp under temat "Sångstunden som strukturerande verktyg" använder sig en spädbarnsverksamhet av en speciell sång, när barn och mammor var på väg att bryta upp för att gå hem, för lugna och trösta oroliga och väntande barn:

C: Vi använder just den sången (Tingelingeling nu ska tåget gå ut i vida världen ...) som avskedssång .. till varje barn när de går ... så säger vi hejdå och så vinkar dom ... när de sitter i vagnen, varje gång när mammorna har klätt på dom, när de sitter i vagnen. För var och en. Många mammor brukar strömma till och säga adjö till varje barn ... Ofta är de kanske lite oroliga och kanske väntar, så sitter de där i vagnen och väntar på den här avskeds-sången när vi säger "Hejdå, hejdå! Tåget går ..."

Sånger kan användas för bryta ett uppvarvat klimat i gruppen. Som tidigare nämnts kan ett avbrott för att sjunga skapa rymd och distans och samtalet kan återupptas på ett mindre uppjagat sätt:

D: ... men den känns ju också många gånger väldigt användbar, tycker jag, när man känner att det är uppvarvat och det är något litet lugn som börjar

infinna sig så kan man tona in på det med någon lite lugnare sång ... då kan det ju bli väldigt bra.

A: Då är det intressant om man är inne i något annat känsligt tema som man pratar om så kanske man tar ett avbrott för en sång - den här avslappningen som blir när man sen kommer tillbaka till det där temat att det är på ett annat sätt ... man får lite distans och luft kring det andra temat då, till det man pratar om - - - sen kan man fortsätta på ett annat mindre uppjagat sätt.

Sången innebär en uttrycksmöjlighet för alla i gruppen. För vissa mammor, deprimerade eller blyga och tysta mammor, kan sången som en alternativ uttrycksmöjlighet bli extra viktig:

C: ... att få den här kontakten med barnet och så, och kunna uttrycka sig kanske.. De här väldigt tysta mammorna, att de kan uttrycka sig då i sången i alla fall, som bara suttit som mutister nästan, väldigt deprimerade och så ...

En aspekt berör hur sången används som en väg att försöka vitalisera ett barn och samspelet mellan mamma och barn. Det rörde sig om ett barn vars utveckling var försenad och där både barnet och mamman behövde mycket stöd att nå varandra och att fördjupa kontakten:

E: Då använde vi väldigt medvetet, att sitta väldigt nära mamma-barnparet. Alltså flickans vitalitet och rytm låg så många månader efter, på något vis. I alla fall nåt slags försök att med rytm försöka hitta ... alltså kan man hitta någon slags samspel i rytm .. går det?

Mammor som har problem med att knyta an till sitt barn kan ofta ha föreställningar om att det ouppnåeliga idealet är att alltid helt korrekt kunna läsa av sitt barns signaler och tillgodose dess behov. Följande citat belyser hur detta att tona in fel kan få en terapeutisk verkan bland annat genom att verka avdramatiserande:

A: Fast det kan ju också bli ganska spännande, det där, hur det kan bli så där fel liksom. Man tänker nu ska vi göra någonting här för dom. ”Den här sången ska vi ha”. Och mammorna var med och vi behandlare tänkte : ”Det här är en bra sång”. Vi hade sjungit den så mycket i gruppen och den hade varit så omtyckt och så sjöng vi den en dag ... Det var så lustigt och se bar-

nen - de bara tittade på oss liksom! Ingen hakade på och det blev så där .. ett tema i hela gruppen ... hur fel vi var, vad otajmade vi var eller ... För det där är ofta ett tema ... det tycker jag många mammor säger: "Jag kan inte läsa mitt barns signaler ... jag vet inte". Nej, det gjorde ingen. De visade så tydligt den gången att - det här var inte kul alltså ... Det blev någonting att prata om och att avdramatisera kring att ibland så blir det liksom tokigt och ... ja, och ibland så är det jätteroligt ..

I: Att även ni terapeuter kunde liksom missmatcha? A: Jaa, vi delade liksom det här.

Den affektreglering som oftast berörs handlar om att lugna och varva ner upprörda, upptrissade känslolägen men även möjligheten att vitalisera, animera berörs. Sångerna används såväl för att främja en ökad vitalitet i kontakten mellan mamma och barn, bland annat genom att hjälpa mamman att tona in på barnets nivå, som för att påverka och reglera känslolägen i gruppen som helhet.

Sångstund - ett sätt att landa i kroppen

Vilken betydelse har kropparnas placering under sångstunden? Vad betyder det - för barnen, för mammorna - att sitta ner på madrasser på golvet under sångstunden i förhållande till att sitta mer upprätt på stolar med barnen i famnen, eller att stå upp och röra på sig i ring? Under sångstunden aktiveras röst, andning och andra fysiologiska processer, dessutom åtföljs sången ofta av fysiska rörelser.

En terapeut gav uttryck för att sångstunden har en samlande effekt utifrån hur deltagarna påverkas kroppsligt:

A: Man landar ju i kroppen på ett annat sätt när man har sjungit en stund ... så den kommer ganska tidigt.

Sångstunden med ramsor och rörelser är en i hög grad kroppslig aktivitet vilket berördes utifrån olika perspektiv - barnens, mammornas, gruppens, terapeuternas. I vissa fall kan sången genom sitt innehåll och sin form underlätta och bana väg för en kroppslig kontakt:

C: För det tycker jag man har upplevt ibland med väldigt deprimerade och avskärmade barn att just musikstunden har varit en väg för dem att få den första kontakten, om den nu har varit kroppslig, tillsammans med musiken

och rytmen. Kanske den kontakten där mamman lättast kan låta barnet komma in i famnen och där barnet kan luta sig tillbaka just vid sången.

Under sångstunden med sina återkommande sånger med ackompanjerande rörelser blir barnets förmågor tydliga och deras framsteg. Arm- och fingerrörelser tillsammans med ”Imse vimse spindel” som varit omöjliga för ett barn att utföra utvecklas under behandlingens gång från trevande och osynkroniserat rörelser till allt mer synkroniserade rörelser. Terapeuterna kan uppmärksamma mammorna på detta:

F: Det är ju roligt ... det är ju jätteroligt och se på barnen vartefter de blir lite större och växer i månadsålder att de verkligen kan ... att de är lite steget före eller lite steget efter med rörelser.. Ibland kan de ju göra så (visar med händerna) ”Jaha ja, Imse, vimse spindel, ja, den ska vi ta snart” eller när man börjar med sång så kan de börja göra rörelserna fast i blandad ordning och lite så här ... och vartefter som de blir äldre kommer de precis i ordning - synkroniserat ja just- man ser när de har gått länge att de kan börja göra ...det är ändå rätt så tidigt de gör det, tycker jag.

Vid en av verksamheterna innehåller sångstunden vanligtvis också sånger som ackompanjeras av rörelser stående och gående i ring:

D: Det har hänt flera gånger som jag kan erinra mig... att det är vissa barn som verkligen tinar upp då att få vara i mammas famn- - - Där händer någonting med barnet och barnet blir väldigt vitalt som vi inte har sett då kanske på madrassen.

F: De där barnen som är så där 4-5 mån, de här som inte kan sitta och krypa och sånt där ännu, som får vara i famnen, så gör man ljud och så. Då kan de ju liksom sprattla med - - - De här barnen som är ”nedfrysta” ... kan de liksom börja sprattla med...

Terapeuterna funderar över det motstånd som många mammor ger uttryck för när det gäller att resa på sig och ställa sig upp med sitt barn i famnen:

F: Det där har vi funderat mycket på eftersom det för en del, ett fåtal visserligen men ändå, har väckt ångest att stå upp och röra sig. Man funderar på det där - sitta och ligga och stå upp - vad betyder det för olika personer rent kroppsligt? För barn är det ju en sak men för de vuxna. Vad det väcker att stå upp och röra på sig?

Hos vissa mammor väcks ångest inför att resa sig upp och lyfta upp sitt barn i famnen. I fokusgruppen berörs såväl hur man kan se på att själva aktiviteten att resa sig upp väcker ångest, samt hur man kan hantera när det blir konflikt mellan mammornas och barnens behov och intressen. Hur hanterar man när mammor är motvilliga att resa på sig?

F: Det är ju därför vi gör det, för barnens skull, så försöker vi prata med de mammorna. En del säger "Åh, det blir så tungt" och de har ont i ryggen och allt sånt där. En del av de här mammorna som gärna vill sitta på puffen eller på madrassen, så låter de barnen ... ja, att de är ganska passiva. Det är of-tast de som inte vill...

I: Har det något värde, att de blir utmanade?

F: Ja, i många fall så tänker jag det... Just om det är så att man kan komma till tals om det i gruppen eller på enskilda samtal. Och det har ju gått ...tagit upp det med dom på samtalen då -vad betyder det?

Terapeuterna fann att den kroppsliga aspekten på sångstunden var viktig och intressant att reflektera över. De såg det som en tillgång att kunna variera sångrepertoaren så att olika kroppslägen och olika grad av aktivitet fick utrymme:

D: Det är ju jättespännande att tänka - vad händer när vi reser våra kroppar? Hur tonar vi in då med varandra?

B: Apropå att en del ... när de stod med barnen att en del barn bejakade det mera. Bli det här vitaliserande på nåt sätt förutom att hålla ... bli hållen? Intressant det här - apropå det här med att sitta upprätt eller vara nedåt och vara passiv eller vitalitetsgraden som ökar när - det här vestibulära systemet man pratar om... man jobbar med de här handikappade barnen alltså som

ska lära sig att balansera i snurror och gungmattor och få igång rörelsemönster - - - Man har inte kontrollen när man ligger ner så kommer man upp. Att det har någon kontrollfunktion också, och så det här med vitaliserande

***F:** Ja, och det tänker jag är ganska spännande. Om man tänker utifrån barnen är det ju så att när de är ett år så ska dom ju kunna alla lägena - ligga, sitta, krypa, ställa sig upp, stå och gå. Det speglar ju, tänker jag för de vuxna, vad det väcker på spädbarnsnivå hos mamman, de här olika kroppslägena då.*

I diskussionen om vad det kan väcka hos mammor att behöva resa sig upp under sångstunden kommer deltagarna in på kroppslägets betydelse för att reglera affekter och känslomässig nivå - regression eller progression - "Det händer någonting när man reser sig upp":

***A:** Vi har pratat om det förut ... skillnaden mellan det här ganska passiva och regressiva som kan bli under madrassstimmen och sen när man sätter sig vid bordet och mammorna plötsligt blir så kompetenta och tar ansvar för sina barn från att lite grand ha släppt allting.. För det ligger jättemycket i det där alltså, jag tycker ofta ... När vi reser på oss för att gå till köket och börja laga lite mat så det fortsätter något samtal. Det blir någon annan energi. Det händer någonting när man reser sig upp eller om någon mamma säger jag ska gå ifrån, gå på toaletten, och sen kommer tillbaks och fortfarande står upp: "Jag tror jag ska sätta mig så här istället så jag ser barnet där istället för från sidan". Man skiftar perspektiv på något sätt alltså.*

Betydelsen av att mamman kan tona in på barnets nivå när det gäller tempo har tidigare berörts. I samband med att olika kroppslägen diskuteras - liggande, sittande, stående - betonas vikten av att växla mellan olika kroppslägen och olika tempon:

***B:** Och man kan behöva olika, olika stunder. Ibland tänker jag det är fantastiskt när mammorna kommer och är helt utsjaskade och uppstressade och allting och slår sig ner på madrassen, då kan det gärna flyta ut .. man bara kommer till ro och bara är och sen kommer det lite vitalitet. Och man gör något ihop. Man behöver växla.*

***F:** Kan man få med dom (olika kroppslägen) i sångstunden, att man kan göra några sånger... inte bara ramsor och sång utan något stå och något sitta - det är väl kanske inte så dumt. Det blir i alla fall väldigt olika... Man kan i varje fall fundera på det.*

Att resa på sig, att stå upp kan motverka regression. Växlande av kroppsläge kan användas som en intervention från terapeuten, eller mamman kan använda sig av detta som en självreglering:

***E:** För om någon mamma, man säger så här, inte vill sjunga nu måste ut och byta blöja direkt och så tänker vi ibland på det som "vill inte vara med" och så här men om man kan man se det ifrån ett annat håll? Kan det vara så att vi ibland alltså skulle behöva hjälpa till med det här att stå upp, att det blir för mycket regression och att det faktiskt är en del av det här att en del av det här att "nu måste jag faktiskt gå ut och byta en blöja" är faktiskt en aktivitet som är bra att stötta ...Nu handlar inte just det om sångstunden men det är den här balansen ... hur man använder sångerna vitaliserande eller mer lugnande.*

***F:** Precis, för då kan man tänka sig att mammorna omedvetet använder det själva som en självreglering "nu måste jag gå ut och byta blöjor eller värma nappflaskan"*

Som togs upp under temat "Anknytning" ger sångstunden möjlighet för både mammor och barn att genom imitation lära sig rörelser som ackompanjerar sånger och ramsor:

***D:** Jag tänker också på ... att mammorna själva tittar på oss behandlare som sjunger, liksom läser av och försöker följa med sin kropp om det är någon rytm. Att det blir verkligen ett sätt för dom att på någon väldigt tidig nivå få en gemenskap, tänker jag. Och det är ju väldigt häftigt att se just att vissa tittar lika mycket som barnen kan titta på oss, följer med i mimiken.*

I ovanstående citat nämns imitationen som en väg att lära genom att iaktta rörelser och följa med sin kropp men även som en väg till gemenskap på tidig nivå.

Sångstund för stärkande av självupplevelse

Sångernas betydelse för stärkande av självupplevelse på individ-, dyad respektive gruppnivå var ytterligare ett tema i samtalet. Sångval och den gemensamma sångstunden uppfattades ha en stärkande effekt på identiteten på olika nivåer.

Något som flera deltagare tog upp och hade tankar kring var namnsångens (se sid. 23) betydelse för att väcka och stärka spädbarnens självupplevelse. Det blir en koncentration på ett barn i taget:

C: Det märks på barnen också ju ... att det också har effekt just den sången när de namnges och alla tittar på dom.

D: Det känns också starkt när man hör sitt namn sådär och alla tittar på en även om vi inte är så många .. det känns ..

B: Det ger ju en viss tid, man håller på länge så. Annars flackar man runt och hälsar lite sådär men då är man kvar hos någon ... och verkligen ser ...

E: Och så att det blir att man riktar sig till varje barn. Det är barnen som är huvudpersoner där i alla fall, i sången. Jag tror att det också är bra. Jag tänker på den mamman som sa att hon tyckte att det var så fjantigt och sitta och sjunga de där sångerna så vi fick påpeka att "Du kanske tycker att det är fjantigt men det är ju för barnen.." Det hade hon inte tänkt på. Det är bra att inrikta det så lite.

Sångmomentet kan också ha en stärkande funktion för mammans identitet. En mamma kan känna sig stärkt och bekräftad när de andra i gruppen är villiga att, av henne, lära sig en sång som hon har minnen förknippade med, kanske på hennes eget hemspråk om hon kommer från ett annat land. En sång som sedan inlemmas i gruppens repertoar:

B: Men också fånga upp det där - apropå känslspråket - med modersmål, kvinnor som kommer från andra kulturer, andra språk ... uppmuntra att de sjunger sina sånger och att vi turades om med deras sånger ... en gemensam skatt. Härligt och se också, stolta och glada över sitt eget .

C: Just de mammorna som var ensamma här i Sverige fick kontakt med sina rötter bakåt i sin barndom med de här sångerna. Vi försökte ... försökte ni

också sjunga på andra språk?... arabiska och ryska och ...Men det är ju universellt de här sångerna med antal rytmer och så.

F: Sen brukar mammorna ta med sig sånger. Det brukar vi ju uppmuntra till också och därför blir det ju lite olika beroende av vad dom tar med sig och det brukar ju visa sig att det inte är någon tillfällighet varför just den här mamman tar med sig ... den här sången. Eller förresten kanske det de brukar sjunga hemma.

Som ytterligare ett utslag för sångstundens och gruppens betydelse för mammorna och barnen kan ses att de tar med sig sångerna hem. Även namnsången, där alla barnen i gruppen benämns, sjungs då. Mamman länkar ihop sitt barn med andra barn. Oftast den första grupp, utöver familjen, som hennes barn ingår i:

D: Vissa ,vet jag, berättar att de gör namnsång hemma alltså med allas namn i ..

A: Jaa .. "Pals and friends" - det har jag också hört ... hela gruppen

F: Då har man verkligen tagit med sig hela gruppen hem, på nåt sätt, hela stället.

Stärkande av själv/identitet kan också ske genom att i sångval uppmuntra och ta fasta på skillnader och olikheter såväl när det gäller spädbarnen som när det gäller mammorna - olika utvecklingsnivå, olika personligheter, olika kulturer:

F: Men att man också kan se, tycker jag, en skillnad på olika personligheter, på olika barn att en del är mer såhär riktigt tar ut rörelserna och är väldigt intresserade och gärna tar initiativ till sång medan andra är intresserade 'så där' men betydligt mindre .. Det tycker jag också att man kan se ... och några har det verkligen som en specialitet ser det ut som.

A: Det är så roligt och se det här att de gillar olika låtar, att barnet har verkligen sina favoriter... inte så högt här, hon vill ha det lite dämpat och en annan pojke vill att det ska vara häftigt, det ska gunga mycket och... han bjuder in nästan så där.

Barnets upplevelse av sig själv, sin egen agens, kan också stärkas genom att hennes/hans initiativ uppmärksammas och besvaras. Barnets initiativ kan handla om att det visar rörelser som är förknippade med en viss sång:

F: Det är ju roligt ... det är ju jätteroligt och se på barnen vartefter de blir lite större och växer i månadsålder att de verkligen kan ... att de är lite steget före eller lite steget efter med rörelser. Ibland kan de ju göra så (visar med händerna) ”Jaha ja, Imse, vimse spindel. Ja, den ska vi ta snart ”.

Terapeuten uppmärksammar såväl barnets initiativ och önskan om delaktighet som barnets utvecklingsnivå. Genom val av sång och genom uppmärksammande av initiativ från såväl barn som mammor förmedlas bekräftelse - barnet eller mamman blir sett och dess initiativ leder till en gemensam aktivitet, sången.

Slutsatser och diskussion

Vilka slutsatser kan då dras utifrån studiens frågeställningar: Hur använder sig behandlare vid spädbarnsverksamheter av sångstunden som terapeutiskt instrument? Vilken betydelse har sångstunden i behandlingen? Frågeställningarna besvaras dels genom de beskrivningar som ges i fokusgruppen, dels genom de teoretiska utgångspunkterna: ”Musikens betydelse” respektive ”Hur vi lär oss”.

De svar jag har funnit är i analogi med de teman som föll ut i analysen och det är svårt att skilja ut dem under respektive frågeställning eftersom användning och betydelse är inflettade i varandra. Att sångstunden har betydelse på flera olika plan framkom, som jag ser det, tydligt i terapeuternas berättelser om hur sångstunden används i behandlingen:

1. Sångstunden används som strukturerande verktyg i behandlingen.
2. Sångstunden används för att främja och stärka anknytning och samspel.
3. Sångstunden – enskilda sånger och ramsor – används för att reglera känslolägen på individ-, dyad- respektive gruppnivå.
4. Växling av kroppsläge under sångstunden – sittande, stående, gående – i samband med sång och ramsor uppfattades ha betydelse som behandlingsinstrument.
5. Sångstunden uppfattas ha en stärkande effekt på självupplevelse.

Strukturerande verktyg

Behandlarna använder sig av sångstunden som en form av ritual, ett strukturerande verktyg under gruppsessionen för att inleda, avsluta och samla ihop gruppen respektive för att skapa barnfokus. Deras sätt att använda sångstunden överensstämmer med hur musikutövande har använts, i alla tider och i alla kulturer, i sociala ritualer och för att skapa sociala band (Mithen ibid, Dissanayake ibid).

Sångstunden har en inramande funktion genom att den placeras i inledning och/eller avslutning av en gruppsessionen: ”Vi inleder med sångstunden ganska tidigt ... Barnen har den förväntan”, ”Vi använder just den sången som avskedssång”. När sångstunden är placerad i början inleds den med en hälsningsång där alla barnen ”sjungs in”, vilket kan betraktas som en form av ritual som tydligt markerar att gruppen har samlats. Hälsningsången ger också en anvisning om vilka som är huvudpersoner i gruppen - spädbarnen.

Barnets namn upprepas rytmiskt många gånger samtidigt som all uppmärksamhet, alla blickar riktas mot barnet. Detta uppfattades av behandlarna som en kraftfull intervention. Den uppfattades ha en stor betydelse för att väcka och stärka spädbarnens självupplevelse och identitet vilket jag återkommer till senare. Vid en av verksamheterna inramades gruppssessionen även med en särskild "avskedssång". Den hade tillkommit genom en mammas initiativ och sedan inlemmats i behandlingsstrukturen och den uppfattades ha en lugnande inverkan på barnen i ett uppbrottsskede.

Sångstunden används som ett verktyg för att skapa samling och koncentration även på andra sätt än att markera början eller avslutning. Vuxenproblematiken - mammans egna svårigheter utöver den att samspela med sitt barn -kan ibland breda ut sig och ta för stor plats. Terapeuterna ansvarar då för att hålla fast vid eller återföra till behandlingens relationsfokus och sångstunden används för att fokusera på barnen och deras behov av samvaro.

Sångerna ansågs också ha en gruppbefrämjande funktion genom att det i grupperna gemensamt skapas en repertoar av sånger och ramsor. Sånger kan också fungera som ett strukturerande verktyg för mamman, genom sångens uppbyggnad och innehåll får hon ett formaliserat verktyg att skapa en samvaro med sitt barn på ett ritualiserat sätt i väntan på att hon även ska klara av "prata och leka" med sitt barn spontant

Främjande av anknytning och samspel

Sångstunden har stora potentialer när det gäller att främja och stärka anknytning. Sångstunden som helhet respektive specifikt valda sånger och ramsor används som instrument för att stärka anknytning mellan mamma och barn, här och nu, i gruppen. Som nämndes ovan kan sångstunden även fungera som en ritualiserad form med vilken mamman kan närma sig och umgås med sitt barn. En form som mamman kan lära sig och ha med sig i hemmet och i andra sammanhang, en brygga till anknytning mellan mamma och barn.

Sångernas och ramsornas kvaliteter - rytm, takt, melodi, narrativ - är bärare av olika tempon som används för att främja anknytning och olika former av samspel. Vissa sånger används specifikt och målinriktat när det gäller att främja relationen mellan mamma och barn. Ett exempel gavs där en speciell sång, genom sin uppbyggnad, intonationsstruktur och textinnehåll, fick en kontaktskapande funktion för ett mamma-barnpar. Sången kom att fungera som mönster - solen som först går i moln och sen tittar fram - där barnets uppmärksamhet styrdes till mamman. Återigen kan sången liknas vid en bygnadsställning som behövs under tiden som relationen är under uppbyggnad (Bruner Ibid). När bygnadsställningen inte längre behövs fortsätter ofta

sång och ramsor att utgöra viktiga inslag i kontakten mellan barnet och dess föräldrar.

För mammorna tar det längre tid att vänja sig vid att komma till behandlingen tre gånger per vecka än det gör för spädbarnen. Det är vanligt att mamman känner ambivalens och tveksamhet inför behandlingen, där hon ska närma sig de hinder som finns när det gäller att knyta an till sitt barn. Sångstunden fungerar ofta som en brygga för mamman att knyta an till spädbarnsverksamheten, ett första steg innan mamman förmår och vågar gå in i en dialog med sitt barn. Terapeuten uppfattar det som ett viktigt steg när mamman berättar att hon har tagit med sig en sång som hon har lärt sig vid spädbarnsverksamheten och sjungit den hemma för sitt barn. Detta kan uppfattas som ett tecken på en begynnande terapeutisk allians som i sin tur banar väg för mamman att närma sig sitt barn. Ett annat sätt att tolka att mamman använder sig av sånger hon har lärt sig vid spädbarnsverksamheten hemma är att hon helt enkelt upptäckt att det är ett sätt att fånga barnets intresse och skapa kontakt. Dessa båda tolkningar motsäger inte varandra.

Som ett annat viktigt tecken på att mamman är på väg att knyta an eller redan har knutit an till behandlingen, ses att mamman imiterar andra mammor eller terapeuter under sångstunden. Att iaktta rörelser hos 'den andre' och försöka följa efter med sin kropp kan ses som en form av ordlös gemenskap, ett närmande (Trevarthen 2005, Sandler Ibid). Inte bara spädbarnet utan även mamman, den vuxna mamman samt "spädbarnet i mamman", drar fördel av intonationen och den förtydligade mimiken som terapeuterna, och även mammorna vartefter, gör i kontakt med spädbarnen. Under barnsånger och ramsor blir mimiken och rörelserna ytterligare förstärkta. Det är också av betydelse att mammor "i smyg" kan imitera, ta till sig i sin egen takt och på sitt eget sätt, att bristen, bristerna inte behöver "visas upp" - allt ska inte benämnas. Sannolikt sker ingen imitation innan mamman har öppnat sig för kontakt, med spädbarnsverksamheten, med sitt barn. Även här kan en annan tolkning också vara möjlig, det vill säga, kanske imitationen kan komma före och bana väg för mamman att öppna sig?

Terapeuterna var samstämde i sin uppfattning att sångerna var till nytta för mammorna och deras barn, inte bara under den gemensamma sångstunden, utan även som en form av övergångsobjekt i andra situationer då mamman behöver trösta eller lugna sitt barn. Övergångsobjekt/fenomen skapas som en förlängning av en relation, i mellanrummet mellan mig och "den andre". I barnets utveckling överbryggas känslan av övergivenhet och känslomässigt kaos genom förmågan att skapa och känslomässigt ladda upp ett objekt eller en viss ritual. Det potentiella rum för skapande som övergångsobjekt/fenomen utgör fortsätter att vara en resurs livet igenom och utgör en

förutsättning för utveckling och förändring (Winnicott, 1951). Genom en viss sång kan mamman lugna sig själv och/eller trösta sitt barn: ”När jag står och diskar där hemma och hon börjar gnälla då börjar jag sjunga”. I fokusgruppen framkommer att mammor kan ha nytta av en viss sång för att hindra eller dämpa sin egen ångest. Sången hjälper mamman att vara här och nu med sitt barn istället för att översköljras av inre demoner, eller spöken ifrån den egna barnkammaren (Fraiberg Ibid).

Flertalet spädbarns- och småbarnsföräldrar använder sig av att deras barn blir tryggt av en viss sång, ofta en vaggvisa, vid insomning. Vissa mammor i spädbarnsverksamhet använder sig inte bara av enskilda sånger utan av sångstunden som helhet hemma - de sjunger hela repertoaren inklusive hälsnings-sången med alla barnens namn. Man kan förmoda att mamman därigenom, inom sig och tillsammans med sitt barn, återskapar den trygga ram som spädbarnsverksamheten utgör för hennes och barnets relation.

Reglering av känslolägen

Sångstunden som ritual samt enskilda sånger används även för att reglera känslomässigt klimat i gruppen. Musiken har en potential att påverka oss motoriskt respektive att beröra oss känslomässigt - den kan lugna, trösta, aktivera, vitalisera. I spädbarnsverksamheter används sångerna och ramsorna av terapeuterna som ett redskap i samspelsarbetet både i förhållande till enskilda mamma-barnpar och i förhållande till gruppen som helhet.

Terapeuten/terapeuterna har en hårbärgerande funktion för de mammor som har svårt att klara av att varva ner och möta sitt barn i rätt tempo. Genom sångval tonar terapeuterna in på de olika nivåer där barnen befinner sig, bland annat utifrån månadsålder - en nyfödd bebis har behov av ett lugnare och annorlunda tempo än en tiomånaders bebis. Genom att stötta och komma till tals med mammor i gruppen och i individuella samtal kan terapeuten hjälpa mamman att hitta en intoning på barnets nivå. I vissa fall kan det handla om att föreslå en sång med lugnare tempo, i andra fall om att hitta sånger och rörelser som är vitaliserande. Genom sångval och genom samtal och reflektion kan mammans medvetenhet om och känslighet för barnets tempo och rytm öka.

När mammor väl har upptäckt den effekt som sångerna har, börjar de använda sig av sångernas affektreglerande funktion i olika sammanhang för att lugna och trösta barnet - hemma, på bussen, när barnet är sjukt.

Utöver att lugna och varva ner upprörda känslolägen kan sången, som tidigare nämnts, ha en vitaliserande verkan för barnet liksom för mamman. Sången som en uttrycksmöjlighet beskrivs som extra viktig för deprimerade eller

blyga och tysta mammor. När mamman sjunger blir mimiken rörligare och livligare vilket kommer barnet till del. Barnets gensvar, i sin tur, kan ha en stark effekt på mamman. I vissa fall är det i sången som mamman och barnet först kan mötas.

Sången kan, som nämnts ovan, ge upphov till samtal om rytm och tempo och betydelsen av intoning kan därigenom medvetandegöras och nyanseras. I en spädbarnsverksamhet sjöng både mammor och terapeuter utan att barnen ”var med på noterna”. Detta gav upphov till ett samtal om att man inte alltid tonar in ”rätt” - ingen gör det och det är heller inte något som är realistiskt och eftersträvansvärt. Idealet i mänskliga relationer är inte en perfekt affektintoning - utveckling befrämjas av att misstag görs och att dessa repareras i en ömsesidig dialog (Beebe & Lachman 2002, Fivaz 1999).

Sången används som verktyg för behandlarna i förhållande till gruppen som helhet för att reglera gruppklimatet. Den verksamhet som har en särskild ”avskedssång” om ett tåg som ska tuffa ut i vida världen började använda sig av denna sång för att lugna ett oroligt barn. Barnets mamma tog initiativ och den sången blev sedan en rutin. Sången hjälper barnen att vänta, påklädda i sina vagnar, medan deras mammor gör sig i ordning.

Växling av kroppsläge

Ett framträdande tema var betydelsen av kroppsläge samt kroppslig aktivitet under sångstunden. Sångstunden verkar ha den effekten att den leder till en ökad samling och närvaro: ”Man landar i kroppen på ett annat sätt när man har sjungit en stund”. Sången är en fysisk aktivitet som involverar andning, röst, mimik och olika grad av rörelser vilket kanske bidrar till just denna upplevelse av ”att landa i kroppen” och effekten blir en ökad samling och närvaro. Sången kan genom sitt innehåll och sin form underlätta och bana väg för en kroppslig kontakt mellan barn och mamma: ”Kanske den kontakten där mamman lättast kan låta barnet komma in i famnen och där barnet kan luta sig tillbaka just vid sången”. Genom val av sång, ramsa eller rörelselek kan terapeuterna tona in ett enskilt mamma-barnpars behov av kroppsläge och aktivitet och/eller reglera klimat i gruppen.

Vid en av verksamheterna innehåller sångstunden vanligtvis också sånger som ackompanjeras av rörelser stående och gående i ring, vilket för barnen verkar ha en vitaliserande effekt: ”Det är vissa barn som verkligen tinar upp då. Att få vara i mammas famn - - och barnet blir väldigt vitalt som vi inte har sett då kanske på madrassen”.

En av terapeuterna funderade kring den vitaliserande effekt som det kan ha att vara upprätt i jämförelse med att ligga ner - spädbarn är ju i varierande

grad beroende av 'den andre' för att komma upp och komma i rörelse: "Blir det här vitaliserande på nåt sätt förutom att hålla ... bli hållen? - - - man har inte kontrollen när man ligger ner så kommer man upp. Att det har någon kontrollfunktion också, och så det här med vitaliserande". Barnets vakethetsgrad påverkas av att komma i upprätt ställning dessutom blir barnet buret och kommer i nära kroppskontakt med sin mamma (Brazelton 1984, Downing 1996).

Även för mammorna kan det ha en vitaliserande effekt att resa sig upp men vissa av dem ger också uttryck för en ovilja inför att fortsätta sångstunden i upprätt tillstånd med barnet i famnen. Detta var något behandlarna fann angeläget att reflektera kring:

"Om man tänker utifrån barnen är det ju så att när de är ett år så ska de ju kunna alla lägena - ligga, sitta, krypa, ställa sig upp, stå och gå. Det speglar ju, tänker jag för de vuxna, vad det väcker på spädbarnsnivå hos mamman, de här olika kroppslägena då".

Genom att komma till tals om detta med mamman i gruppen eller på enskilda samtal och undersöka vilket stöd hon behöver kan svårigheterna bearbetas och gradvis övervinnas. Kroppens läge har betydelse för att reglera affekter och känslomässig nivå:

"Det händer någonting när man reser sig upp". Att resa på sig, att stå upp kan motverka regression. Växlande av kroppslägen kan användas som en intervention från terapeuten, eller mamman kan använda sig av detta som en självreglering. Terapeuterna såg som en tillgång att kunna variera sångrepertoaren så att olika kroppslägen och olika grad av aktivitet får utrymme. I vissa lägen kan det vara positivt att mammorna får sjunka ner: "... när mammorna kommer och är helt utsjäsade och uppstressade och slår sig ner på madrassen, då kan det gärna flyta ut .. man kommer till ro och bara ääär och sen kommer det lite vitalitet. Och man gör något ihop. Man behöver växla."

För spädbarn är imitation av mimik, gester, rörelser och ljudande en viktig väg till lärande. Spädbarnet är, som nämnts, tidigt nyfiken på människor i sin omgivning och intresserad av att kommunicera med andra vuxna och i hög grad med andra barn.

Jämnåriga samt äldre barn väcker oftast ett stort intresse. Sångstunden ger möjlighet för både mammor och barn att genom imitation lära sig rörelser som ackompanjerar sånger och ramsor:

”Det är ju väldigt häftigt att se just att vissa mammor tittar lika mycket som barnen kan titta på oss, följer med i mimiken”.

Stärkande effekt på självupplevelse

Som nämndes i samband med hälsningssången så uppfattades den gemensamma sångstunden ha en stärkande effekt på självupplevelse och identitet på olika nivåer: individuellt för spädbarn respektive mammor, i dyaden mamma-barn samt på gruppnivå för gruppen som helhet. Genom val av sång och genom uppmärksammande av initiativ från såväl barn som mammor förmedlas bekräftelse - barnet eller mamman blir sett och dess initiativ leder till en gemensam aktivitet, sången.

Förutom den stärkande effekt som hälsningssången uppfattades ha kan barnets själv också stärkas genom att hennes/hans initiativ uppmärksammas och besvaras. Barnets initiativ kan handla om att det visar rörelser som är förknippade med en viss sång. Ett initiativ som uppfattas, bekräftas och besvaras genom att sången sjungs. Sångerna kan också stärka ett mamma-barnpars gemensamma identitet:

”Det här är någon sång som hans mamma hon sjunger den jätteofta hemma så den var liksom deras fast det visste inte vi - vi bara såg att - Oh, där glittrar han!”

Stärkande av självet kan också ske genom att i sångval uppmuntra och ta fasta på skillnader och olikheter när det gäller spädbarnen - olika utvecklingsnivå, olika personlighet.

Sångmomentet kan också ha en stärkande effekt på mammans självkänsla. En mamma kan känna sig starkt och bekräftad när de andra i gruppen är villiga att, av henne, lära sig en sång som hon har minnen förknippade med, kanske på hennes eget hemspråk om hon kommer från ett annat land. En sång som sedan inlemmas i gruppens repertoar.

Ytterligare ett tecken på sångstundens och gruppens betydelse för mammorna och barnen är att de tar med sig sångerna hem. Även namnsången, där alla barnen i gruppen benämns, sjungs då. Detta kan man kanske se som att mamman länkar ihop sitt barn med andra barn. Oftast den första grupp, utöver familjen, som hennes barn ingår i.

Sammanfattningsvis

Sångstunden som behandlingsinslag har inte lyfts fram i tidigare beskrivningar av metodik och bakomliggande teori när det gäller spädbarnsverksamheter. Genom samtalet i fokusgruppen framkom dock att det fanns en stor samlad tyst kunskap hos behandlarna om sångstundens terapeutiska verkan och potential.

Behandlarna använder sig av sångstunden för att ge en inramande struktur till behandlingssessionen och som en väg att fokusera på spädbarnen. De använder den också som ett instrument för att stärka anknytning mellan mamma och barn. Genom bland annat val av sång eller ramsa kan behandlaren hjälpa mamman att öva sin känslighet för att kunna tona in på barnets nivå och känsloläge.

Sång och ramsor involverar ansiktsmimik och gester. En mamma som är deprimerad har ofta en utslätad mimik och återhållna gester och rörelser. Genom den mimik och de rörelser som ingår i sångerna får barnet möta ett mer livfullt ansikte hos sin mamma vilket i sin tur påverkar barnets gensvar till mamman.

Sångstunden får ofta också en betydelse genom att mamman på egen hand kommer att använda sig av sånger och ramsor för att umgås med sitt barn. Innan mamma och barn har etablerat en trygg anknytning kan sånger och ramsor fungera som en byggnadsställning under tiden som kontakten etableras och stärks. Detta är livsviktigt för barnet men viktigt också för mamman som upplever ett stort lidande i sin oförmåga och stumhet. Genom att mamman förses med ett verktyg, en struktur - sången, ramsan, rörelsen - kan den vokala stumheten brytas och en dialog inledas. Därefter fortsätter sångerna, som också bär med sig en kulturellt samlad kunskap, att ha en viktig funktion för att föra in skoj, lekfullhet och glädje i kontakten likaväl som lugn och tröst.

Avslutande reflektion

Jag vill avslutningsvis sätta min fråga om den gemensamma sångens betydelse i förhållande till tre olika metaperspektiv: människans utveckling i ett evolutionärt sammanhang - fylogenesen, människans psykiska utveckling från nyföddhetsperioden och framåt i ett livsperspektiv – ontogenesen och, till sist, i förhållande till synen på vad som kan vara verksamt i psykoterapeutisk behandling.

En grundläggande fråga när det gäller människans utveckling utifrån ett evolutionärt perspektiv är: Vad har varit väsentligt för överlevnad? Det har fun-

nits en rad människoliknande arter före homo sapiens – hominider, homo erectus m.fl. De av våra förfäder som har överlevt och kunnat föra sina gener vidare är inte de fysiskt starkaste utan de som har utvecklat förmågan att samarbeta och samverka, det vill säga, de som har haft en bättre social organisation. Musik och rytmisk rörelse verkar, för detta ändamål, ha utgjort en viktig förutsättning och fungerat som ett kitt mellan människorna i gruppen:

”Endast de som dansade och sjöng tillsammans överlevde. Dessa samverkande och allt vidare nätverk gjorde människan oövervinnerlig. Dansen kom först, den stärkte gruppen. Språket kom senare, det gjorde det lättare att hålla samman inom hela nätet.” (Berg ibid s. 230)

Ovanstående citat handlar om förutsättningar för människans fylogenetiska utveckling. Hur ser vi på och beskriver människans utveckling ur ett ontogenetiskt perspektiv, från nyföddhetsperioden och framåt? Kunskaper om spädbarns behov och förmågor har utvecklats kraftigt under de senaste decennierna bland annat beroende på att spädbarnsperioden som forskningsfält har expanderat och på att den alltmer förfinade videotekniken har möjliggjort iakttagelser, av spädbarns kommunikativa förmågor, som tidigare gick oss förbi. Spädbarnet betraktas, som vi vet, inte längre som autistiskt vid födseln, inte heller som egocentriskt utan som altercentriskt med en medfödd drivkraft att komma i kontakt med ’den andre’.

En rad förmågor och motivsystem är alltså medfödda men vi vet idag, genom hjärnforskningen, att människans hjärna inte är färdigutvecklad vid födseln, särskilt hjärnbarken tillväxer kraftigt efter födseln. Den skulpteras fram och formas i samspel med de närmaste omhändertagande personerna (Schore 2001, Gerhardt ibid). De musikaliska elementen är framträdande i det tidiga samspelet och den rytmiska dialogen, ”dansen”, blir sedan en prototyp för lärande längre fram i livet.

Vad är det som kan ha förändrande och utvecklande verkan i psykoterapeutisk behandling? Sättet att se på, att möta respektive att behandla fysiskt och psykiskt lidande varierar mellan olika kulturer och olika tidsepoker liksom synen på vad som är sjukt och vad som är friskt. Långt innan psykologin respektive psykiatrin fanns som vetenskaper fanns det helare, kloka gummor respektive gubbar och schamaner att vända sig till för hjälp med kroppsliga och själsliga åkommor. Intressanta tankar kring underliggande verkande krafter i psykoanalys respektive schamanism framfördes för över femtio år sedan (Levi-Strauss 1949). Båda metoderna fungerar genom ”symbolernas verkande kraft” på såväl organiska processer som omedvetet själsliv och reflekterat tänkande. Schamanen verkade, och verkar fortfarande, i kulturer där den kollektiva traditionen erbjuder en myt som individen, via schamanen, får hjälp av.

I den psykoanalytiska processen – liksom i många former av psykoterapier - återfinns analysanden myten som en dold personlig skatt.

”Myten må återskapas av individen eller bibringas av traditionen; ur sina källor - de individuella och de kollektiva (- - -) - hämtar den blott det bildmaterial den arbetar med. Strukturen förblir densamma, och det är genom denna som den symboliska funktionen fullbordas.” (Levi-Strauss ibid s 63)

Behovet av myter och att uttrycka och levandegöra dem i riter och ritualer finns i oss som kulturella varelser. När myten inte finns i den kollektiva traditionen måste individen skapa sin egen berättelse, sitt eget meningssammanhang, med eller utan psykoterapeutisk hjälp. Liksom schamanen finns med och vid sidan av den hjälpsökande som en vägledare så finns psykoterapeuten där på liknande villkor. Detta mönster för möte mellan hjälpsökande och hjälpare kan, i sig utgöra ett kollektivt mönster, djupt nedlagt i oss (Ellenberger 1981). Även om mycket i vår tid, i vår kultur, har individualiserats så finns en kollektiv kulturell tradition bevarad i sånger, ramsor och danslekar. Innehållet i dessa har ofta existentiella dimensioner rörande livets olika skeden. Ur föräldraperspektiv finns här en samlad kulturell skatt att ta hjälp av i en ny och omvälvande livsfas.

I de teoretiska utgångspunkterna tog jag upp senare tids studier av icke-tolkande mekanismer respektive relationens betydelse i psykoterapi. Det är inte bara en person, patienten, som vi behöver förstå för att förfina våra psykoterapeutiska instrument. Vi måste räkna med relationen och med vad som sker emellan patient och psykoterapeut. Denna teoriutveckling hämtar sin näring ifrån studier av det ömsesidiga utbyte som äger rum i det tidiga mamma-barnsamspillet, samt från dynamisk systemteori och kaosteori. Daniel Stern har fortsatt sina studier i vad som är betydelsebärande i psykoterapeutiska kontakter, liksom i dialoger över huvud taget, och har ringat in de minsta betydelsebärande enheterna, fraktalerna, som har både form och mening. Genom påverkan på dessa nivåer kan stora förändringar ske (Stern et al 1999, Stern 2004). Liksom de stora sammanhängen påverkar sociala och psykiska processer öppnar sig här perspektiv inåt för vad som äger rum på mikronivåer. Även här finns potentialer att öka vår förståelse för vad som kan vara verksamt i psykiatriskt och psykoterapeutiskt behandlingsarbete.

Genomgående teman i dessa tre metaperspektiv är vår socialitet, vårt behov av samhörighet och den styrka som gemenskapen genererar, rytmens och musikens betydelse samt en öppenhet för icke-specifika verksamma faktorer i psykoterapeutiskt arbete. Vi är, som varelser, långt mer sociala än vi skulle

kunna tro utifrån den individualistiska tidsanda som nu råder under 2000-talets första decennium. Förmågan att samverka, inte fysisk styrka, har varit den viktigaste faktorn för överlevnad under evolutionens lopp. Musiken finns där ifrån början såväl i vår fylogenes som i vår ontogenes. De som ”sjöng och dansade samman” var de som klarade överlevnaden i tidernas begynnelse och den allra första dialogen som den nyfödda bjuds in till är i hög grad melodiös och rytmisk. Det är ingen slump att den tidiga dialogen beskrivs med musikaliska termer: intoning, dans, koreografi, partitur (Stern 1985, 1995, 2004, Trevarthen 1979, 1993, 1998, 2001, 2002, 2005). Den tidiga musikaliska dialogen kommer sen att utgöra mönster för allt lärande fortsättningsvis under livet.

Att musiken - sång, dans, rörelser - har så kraftfull inverkan på både spädbarn och vuxna, friska och sjuka är inte särskilt förvånande. Vi har den alla i oss - musiken. Vi har den med oss från egen spädbarnstid, från högtider och familjesammanhang. Vi sjunger vaggvisor för att lugna och söva, vi sjunger vid födelsedagar och vid begravningar som ett uttryck för deltagande och samhörighet. Musikens hälsobringande effekter på biologisk nivå har dokumenterats: körsång påverkar hormonbalansen och nervsystemet. Efter körövningar minskar utsöndring av stresshormonet kortisol samtidigt som oxytocinutsöndringen ökar, vilket ger en känsla av välbefinnande (Grape et al 2003).

I slutskedet av arbetet med denna studie fann jag exempel på användning av sånger i psykoteraeutisk behandling dels för den målgrupp som är utgångspunkt för denna studie, dels för arbete med traumatiserade barn. I den förstnämnda, en pilotstudie, studeras en grupp deprimerade mammor och deras spädbarn som deltar i ”Mother Music” (Binnie 2006). Erfarenheterna är genomgående positiva, mammorna gav uttryck för att musiken främjat kontakten med barnet. I den andra studien ges exempel där traumatiserade barn i skolbarnsålder, individuellt eller i grupp, genom att skapa sånger kan lindra och bemästra svåra känslor (Mayers 1995).

Med tanke på musikens djupa rötter, fylogenetiskt och ontogenetiskt, är det ett område som vi som behandlare, inte bara om vi är musikerapeuter eller arbetar med spädbarnsfamiljer, har anledning att forska vidare i för fördjupad förståelse av nivåer och dimensioner som kan vara verksamma i mänskliga möten och i psykoteraeutiskt arbete. Men även om musiken är det kulturella uttryck som har djupast rötter i vår förhistoria så minskar detta inte den salutogena betydelsen av andra kulturella uttryck: berättande, teater, måleri etcetera. Som de meningsskapande varelser vi är söker vi, på olika vägar och med olika medel uttrycka, gestalta och komma i kontakt med varandra och med en djupare mening för våra liv.

*..och fast vi vetat att allt fanns där
nästan heligt var det
överraskande
liksom
hur egenskaper i en sak
hänger svårt och enkelt samman
med egenskaper i en annan*

Birgitta Lillpers (Ur Silverskåp, 2000)

Referenser

- Aarts, M (2000) *Marte Meo, The Basic Manual*, Aarts Production
- Bateson, C (1971) The interpersonal context of infant vocalization, *Quarterly Progress report of the Research Laboratory of Electronics* 110:170-6
- Bateson, C (1979) "The epigenesis of conversational interaction": A personal account of research development, I: M. Bullowa (Ed), Before speech: *The beginning of human communication* (63-77), London: Cambridge University Press
- Beebe, B & Lachman, F (2002) *Infant Research and Adult Treatment: Coconstructing Interactions*, Analytic Press
- Berg, L (2005) *Gryning över Kalahari. Hur människan blev människa*, Ordfront, Stockholm
- Berg Brodén, M (1989) *Mor och Barn i Ingenmansland*, Stockholm: Almqvist och Wiksell
- Binnie, K (2006) "Mother Music" – Music therapy pilot for a Sure Start in West London, *The Signal, Newsletter of the World Association for Infant Mental Health*, Vol. 14, No. 1
- Bjurling, C, Eresund P, Fagerlund M, Nordgren G, Stenbom Y, Walch M (1986) *Spädbarn på PBU. Försöksverksamhet med dagbehandling för mor och barn i Jakobsberg*, Omsorgsnämnden. Stockholms läns landsting
- Bowlby, J (1988) *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*, London: Routledge
- Brazelton, T B (1984) *Neonatal Behavioral Assessment Scale*, Spastics International Medical Publications
- Brodén, M (2004) *Graviditetens möjligheter. En tid då relationer skapas och utvecklas*, Natur och Kultur, Stockholm
- Bruner, J (2002) *Kulturens väv. Utbildning i kulturpsykologisk belysning*, Daidalos
- Bruscia, K (1989) *Defining Music Therapy*, Spring House Books
- Bråten, S (Ed) (1998) *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*, Cambridge University Press

- Bunt, L (1997) Clinical and therapeutic uses of music.
I: *The Social Psychology of Music*, Hargreaves, D. J. and North, A. C. (Eds) (1997). Oxford University Press
- Dissanayake, E (2000) Antecedents of the Temporal Art in Early Mother-Infant Interaction, I: *The origins of music*, N L, Wallin, B, Merker, S, Brown (Eds)
- Downing, G (1996) *Kroppen och ordet. Kroppsorienterad psykoterapi – teoretisk bakgrund och klinisk tillämpning*, Natur och Kultur, Stockholm
- Ellenberger H F (1981) *The Discovery of the Unconscious. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*, Basic Books
- Fagerberg, P (2000) *Att ge liv. Aspekter av fruktbarhet i tid och rum*, Akademisk avhandling, Pedagogiska institutionen, Stockholms universitet
- Fernald, A, Taeschner, T, Dunn, J, Papousek, M, de Boysson-Bardies, B, Fukui, I (1989) A cross-language study of prosodic modifications in mothers' and fathers' speech to preverbal infants. *Journal of Child Language* 16, 477-501
- Fernald, A, Mazzie, C (1991) Prosody and focus in speech to infants and adults, *Developmental Psychology* 27, 209-21
- Fivaz-Depeursinge E & Corboz-Warnery A (1999) *The Primary Triangle. A Developmental Systems View of Mothers, Fathers, and Infants*, Basic Books
- Fonagy, P (2001) *Attachment Theory and Psychoanalysis*, New York: Other Press
- Fonagy, P, Steel, H & Steel, M (1991) Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant mother attachment at one year of age, *Child Development*, 62
- Fraiberg, S (Ed) (1980) *Clinical Studies in Infant mental health. The First Year of Life*, Basic books, New York. På svenska (1990): *Det första levnadsåret. Om spädbarns psykiska hälsa*, Natur och kultur, Stockholm
- Frankenberg, S (2005) *Att mötas i nuet*, FoU 05-05, Barn- och ungdomspsykiatri, Stockholms läns landsting
- Freeman, W (2000) A Neurobiological Role of Music in social Bonding. I: *The Origins of Music*, N L Wallin, B Merker, S Brown (Eds)
- Gerhardt, S (2005) *Why love matters. How Affection Shapes a Baby's Brain*, London:Routledge

- Grape, C, Sandgren, M, Hansson, L-O, Ericson, M, Theorell, T (2003) Does Singing promote Well-Being?: An Empirical Study of Professional and Amateur Singers during a Singing Lesson, *Integrative Physiological & Behavioral Science*, Vol 38, No 1, 65-74
- Hedenbro, M & Wirtberg, I (2000) *Samspelets kraft*, Liber
- Hedenbro, M & Lidén, A (2003) *Att bygga en familj*, Liber
- Hedenbro, M (2006) *The Family Triad – the interaction between the child, its mother and father from birth to the age of 4 years old*, Thesis for doctoral degree, Karolinska Institutet
- Hylander, I (1998) *Fokusgrupper som kvalitativ datainsamlingsmetod*, FOG Rapport Nummer 42
- Karlsson, K, Malmquist-Saracino, A, Norling Bergdahl, E (2002) Relationsbehandling vid en spädbarnsverksamhet, *Mellanrummet*, 7, 62-79
- Karlsson, K (2004) *Späda barn och sårbara mödrar. Samverkan mellan barn-och ungdomspsykiatri och vuxenpsykiatri*. FoU 04-03, Barn- och ungdomspsykiatri, Stockholms läns landsting
- Kronlund, A (1994) *Det känns som musik – en utvecklingspsykologisk belysning av musikerapi i samspelsbehandling med mamma-spädbarn*, 60-poängsuppsats, Musikterapiutbildningen Kungliga Musikhögskolan
- Kugiumutzakis, G (1998) Neonatal imitation in the intersubjective companion space. I: Bråten (Ed) *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*, (63-88), Cambridge University Press
- Kugiumutzakis, G (1999) Genesis and development of early infant mimesis to facial and vocal models. I: J Nadel och G Butterworth (Eds) *Imitation in Infancy*, (127-185) Cambridge University press
- Levi-Strauss, C (1990-49) Symbolernas verkande kraft, *Divan*, 1: 53-64²
- Maiello, S (2004) The rhythmical dimensions of the mother-infant relationship. Transcultural Considerations, *The Signal, Newsletter of the World Association for Infant Mental Health*, Vol. 12, No. 3 & 4

² *Originalalets titel: L'efficacité symbolique, ursprungligen publicerad i Revue de l'Histoire des religions Vol. 135, nr1 1949:5-27*

- Malmquist Saracino, A (2001) "Scener från en mor och spädbarnsgrupp, videofilmade observationer med fokus på terapeuternas förhållningssätt och interventioner", Steg-2 uppsats, Psykoterapisällskapet AB i Stockholm
- Mayers, S (1995) Songwriting as a way to decrease anxiety and distress in traumatized children. *The arts in psychotherapy*, Vol. 22, No 5,495-498
- Mithen, S (2006) *The Singing Neanderthals. The Origins of Music, Language, Mind, and Body*, Harvard University Press
- Morgan, D L (1997) Focus groups as qualitative research. *Qualitative Research Methods series*. Vol. 16. Sage Publications. 2:nd Ed.
- Murray, L (1998) Contributions of experimental and clinical perturbations of mother-infant communication to the understanding of infant intersubjectivity. I: S Bråten (Ed), *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*, Cambridge University Press
- Murray, L & Trevarthen, C (1985) Emotional regulation of interactions between two-months-olds and their mothers. I: T M Field och N A Fox (Eds) *Social Perception in Infants*, 177-198, Norwood, NJ: Ablex
- Neander, K(1996) *Möten i Gryningen. Erfarenheter från psykosocialt behandlingsarbete med spädbarns- och småbarnsfamiljer*, Natur och Kultur, Stockholm
- Nettle, B (1983) *The Study of Ethnomusicology: Twenty-Nine Issues and Concepts*, Urbana, IL: University of Illinois Press
- Norling Bergdahl, E (2002)" Någon slags rörelse i mitten"- förtätade möten i psykoterapi, C-uppsats Karolinska Institutet, Stockholm
- Papousek, H & Papousek, M (1997) Preverbal Communication in Human and the genesis of Culture. I: U Segerstråle & P Molnar (Eds) *Nonverbal Communication*, Hillsdale, NJ, England: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Risholm Mothander, P (1994) *Mellan mor och barn*, Liber utbildning AB
- Rizzolatti, G, Fadiga, L, Fogassi, L, &Gallese, V (1999) Resonance behaviors and mirror neurons, *Archives of Italian Biology*, 137:85-100
- Sandler, J(1993) On Communication from Patient to Analyst: Not Everything is Projective Identification, *Int. J Psycho- Anal.*, **74**, 1097-1107
- Schore, A (2001) Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health, *Infant Mental Health Journal*, Vol 22 (1-29), 7-66

- Skagerberg, A, Karlssons, K (1997) *Tidig hjälp på längre sikt*, FoU-rapport 1997, Stockholm läns landsting
- Skerfving, A (2004) *Sårbara mödrar och späda barn Samverkan mellan vuxenpsykiatri och barn-och ungdomspsykiatri*. Psykiatrin södra, Stockholms läns landsting
- Solms, M & Turnbull, O (2005) *Hjärnan och den inre världen. En introduktion till psykoanalysens neurovetenskapliga grunder*. Natur och Kultur, Stockholm
- Standley, J M (1998) The effects of music and multimodal stimulation on physiological and developmental responses of premature infants in neonatal intensive care. *Pediatric Nursing*, 24, 532-8
- Stern, D N (1985) *The interpersonal world of the Infant*, Basic Books, New York. Svensk översättning (1991): *Spädbarnets interpersonella värld*, Natur och Kultur, Stockholm
- Stern, D N (1995) *The Motherhood Constellation*, Basic books, New York Svensk översättning (1996) *Moderskapskonstellationen*, Natur och Kultur, Stockholm
- Stern, D N, Sander, L W, Nahum, J P, Harrison, A M, Lyouns-Ruth, K, Morgan, A C, Bruschiweiler-Stern, N & Tronick, E Z (1998) Non-interpretive mechanisms in psychoanalytic therapy. The 'something more' than interpretation, *Int. J Psycho-Anal.*, **79**, 903-921
- Stern, D N (2004) *The present moment in psychotherapy and everyday life*, Norton & Co. Svensk översättning (2005) *Ögonblickets psykologi*, Natur och Kultur, Stockholm
- Street, A, Young, S, Tafuri, J, Ilari, B (2003) Mothers' attitudes to singing to their infants. *Proceedings of the 5th Triennial ESCOM conference* (eds. R, Kopiez, A C, Lehman, I, Wolther, C, Wolf) 628-31. Hanover: Hanover University of Music and Drama
- Szutkiewicz, K (2005) Imitation som förutsättning för medkänsla och ömsesidighet, *Mellanrummet* 13, 118-127
- Trehub, S E, Unyk, A M, Trainor, L J (1993) Adults identify infant directed music across cultures. *Infant Behavior and Development* 16, 193-211

- Trehub, S E, Unyk, A M, Kamenetsky, S B, Hill, D S, Trainor, L J, Henderson M, Saraza M (1997) Mothers' and fathers' singing to infants. *Developmental Psychology* 33, 500-7
- Trehub, S E & Nakata, T (2002) Emotion and music in infancy. *Musicae Scientiae* Special Issue 2001-02, 37-59
- Trehub, S E (2003) Musical predispositions in infancy: an update. I: *The Cognitive Neuroscience of Music*, I Peretz, R Zatorre (Eds), 3-20
- Trevarthen, C (1979) Communication and cooperation in early infancy: a description of primary intersubjectivity. I: Bullowa, M (Ed) *Before Speech*, Cambridge University Press
- Trevarthen, C (1993) The self born in intersubjectivity: The psychology of an infant communicating. I: Niesser, *The perceived self*, Cambridge University Press
- Trevarthen, C (1998) The concept and foundations of infant intersubjectivity. I: Bråten, S (Ed) *Intersubjective Communication and Emotion in Early Ontogeny*, Cambridge University Press
- Trevarthen, C (2001) Intrinsic motives for companionship in understanding: Their origin, development and significance for infant mental health. *International Journal of Infant Mental Health*, 22 (1-2), 95-131
- Trevarthen, C (2002) Making sense of infants making sense, *Intellectica* 1, 34: 161-188
- Trevarthen, C (2005) First things first: infants make good use of the sympathetic rhythm of imitation, without reason or language. *Journal of Child Psychotherapy*, Vol. 31, No 1, 91-113
- Wallin, N L, Merker, B, Brown, S (Eds) (1999) *The origins of music*, The MIT Press
- Van IJzendoorn, MH (1995) Adult attachment representation, parental responsiveness and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the attachment Interview, *Psychological Bulletin*, 117, 387-403
- Van IJzendoorn, M H, Scheungel, C & Bakerman-Kvanenburg, M J (1999) Disorganized attachment in early childhood; Meta-analysis of precursors, concomitants and sequelae, *Development and Psychopathology*, 11, 225-249

Vlismas, W, Bowes, J (1999) Mothers' use of music and movement with their young infants: The impact of a teaching program. *Early Child Development and Care*, Vol. 159, 43-51

Winnicott, D W (1951) Transitional Objects and transitional Phenomena. I: *Collected papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*, London: Tavistock Publications, 1971. Svensk övers Övergångsobjekt och övergångsfenomen. I: *Lek och verklighet*, Natur och Kultur, Stockholm

Winnicott, D W (1956) Det primära moderstillståndet. I: *Den skapande impulsen*, (1993) texter av Winnicott i urval av A, Jemstedt. Natur och Kultur, Stockholm

Winnicott, D W (1960) The theory of the parent-infant relationship, I: *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*, London: Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis

Winnicott, D W (1993) *Den skapande impulsen*, i urval av A, Jemstedt, Natur och Kultur, Stockholm

Bilaga 1 – inbjudan till fokusgrupp

Fokusgrupp

Välkomna till fokusgrupp fredagen den 13 maj 2005, klockan 14.00 – 15.30. Vi möts på Maskan, Nytorgsgatan 44, 6 tr. Kom gärna en stund innan så att vi kan börja 14.00.

Bakgrunden till denna fokusgruppintervju är att jag har påbörjat en studie kring sångstundens betydelse. Som ett första steg i denna, vill jag ta del av Era - mina kollegors - synpunkter, iakttagelser och tankar när det gäller sångstunden vid spädbarnsverksamheter.

Vi på Maskan har lagt märke till att både spädbarn och mammor studerar och imiterar mimik och rörelser hos oss behandlare och hos andra mammor under sångstunden. De förefaller ”ta in” inte bara ord, melodi och rörelser utan också det som sångerna bär fram: affekter, vitalitet, stämningar. Sångstunden är ett av de få fasta behandlingsinslagen, på Maskan liksom vid andra spädbarnsverksamheter, och det vore intressant att tänka vidare kring dess betydelse i behandlingen.

Innan gruppintervjun den 13 maj vore det bra om var och en kunde formulera sina tankar utifrån bifogade frågor och lämna till mig före den 9 maj, adr: Kölnagatan 24, 120 64 Stockholm eller maila gärna: eva.norling.bergdahl@bup.sll.se. Skriv lite eller mycket, som du vill.

Jag kommer, under intervjun, att hålla i tidsramarna och ansvara för att studiens alla frågeställningar får utrymme – lyssna och be om förtydliganden. Intervjun kommer att spelas in på ljudband.

Frågeställningar:

Hur arbetar du/ni med sångstunden? Struktur – när, hur? Innehåll – val av sånger, rörelser?

Vilket är Ditt förhållande till att sjunga tillsammans med mammorna och barnen?

Beskriv ett exempel när sångstunden blev extra betydelsefull (positivt eller negativt) – för barn, mamma, mamma/barn och/eller gruppen som helhet.

Har du några tankar om hur sångstunden skulle kunna utvecklas, förändras?

Med förhoppning om att det blir ett givande samtal för alla – Eva Norling Bergdahl

