

LUNDS UNIVERSITET
Musikhögskolan i Malmö
Läroarbilden i musik
Helena Lovdal

EXAMENSARBETE
Höstterminen 2007

Rytmik och Musikterapi

En jämförande studie



**MUSIKHÖGSKOLAN
I MALMÖ**
Lunds universitet

Handledare: Thorvald Lidner

ABSTRAKT

Rytmik och musikterapi

en jämförande studie av Helena Lovdal

I mitt arbete undersöker jag tre personers upplevelse av vad rytmik och musikterapi är. Jag bad dem också jämföra rytmik och musikterapi för att hitta likheter och skillnader.

Jag har läst om Èmile Jaques-Dalcroze, som anses vara rytmikens grundare. Jag drar också paralleller till Howard Gardner och John Dewey. För att få en djupare förståelse av vad musikterapi är har jag läst bland annat Even Ruuds "Varma Ögonblick", och Anita Granbergs "Tre svenska utbildningar i musikterapi". Jag har också hittat mycket information på internet.

Kvalitativ forskning står som grund för all samlad data som text, litteratur och intervjuer. Jag intervjuade först en person som länge har jobbat som musikterapeut, men som inte har någon formell musikterapiutbildning. Min andra intervjuperson är både rytmikpedagog och musikterapeut och den tredje personen är rytmikpedagog.

Min undersökning visar att det finns likheter och skillnader mellan rytmik och musikterapi. Den största likheten är att musiken står i fokus med alla sina underbara verkningar. Professionerna använder sig av liknande övningar och lekar, men dess mål och syfte skiljer sig, vilket är den största skillnaden mellan yrkena. Rytmik är trots allt en musikpedagogisk metod och musikterapi en behandlingsform. En musikterapeut är också kompetent att göra en medicinsk plan och arbetar under handledning.

Nyckelord: rytmik, Èmile Jaques-Dalcroze, lek, musikterapi, psykodynamisk musikterapi, funktionsinriktad musikterapi, Even Ruud.

ABSTRACT

Eurhythmics and music therapy

A comparative study by Helena Lovdal

In my research I have asked people about their experience of what eurhythmics and music therapy is. I have asked them to compare these two emphasizing similarities and differences.

To get an understanding of what eurhythmics is I have studied texts about Èmile Jaques-Dalcroze, who is considered the founder of eurhythmics. I use theories by Howard Gardner and John Dewey as comparison. To understand music therapy I have read “Varma Ögonblick” (Warm Moments), written by Evan Ruud and “Tre svenska utbildningar i musikterapi” (Three Swedish forms of training in music therapy) written by Anita Granberg. I also searched the internet for relevant information.

Data have been collected and analyzed as a qualitative research effort. Three persons have been interviewed. One is a teacher of eurhythmics, one is both a teacher of eurhythmics and music therapy and one has been working as a music therapist for a long time, but has no formal education in music therapy.

My study shows similarities and differences between eurhythmics and music therapy. The clearest similarity is that in both of these professions music is in the focal point with all its wonderful effects. The largest difference is that these professions differ in goals and purposes, because of the fact that eurhythmics is an educational method and music therapy is used as a treatment.

Keywords: eurhythmics, Èmile Jaques-Dalcroze, play, music therapy, psychodynamic music therapy, functional oriented music therapy, Even Ruud.

FÖRORD

Jag vill tacka mina tre intervjupersoner för att de tagit sig tid och för att de visat intresse för min studie.

Jag tackar också min handledare Thorvald Lidner för all tid, kraft och intresse som han har lagt ned för att vägleda mig genom detta arbete. Jag tackar även alla pedagoger som jag mött under min rytmikpedagogutbildning, för lärorika, utvecklande och intressanta lektioner.

Slutligen vill jag också framföra min tacksamhet till min familj och mina vänner som har stöttat och uppmuntrat mig i uppsatsarbetet och genom hela min utbildning.

Helena

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING.....	6
TEORI.....	7
Rytmik	7
Rytmikämnet på Musikhögskolan i Malmö	7
Émile Jaques-Dalcroze.....	8
Leken.....	9
Multipla intelligenser.....	9
Learning by doing.....	10
Dominansfaktor	10
Musikterapi	10
Psykodynamisk musikterapi.....	12
Funktionsinriktad musikterapi, FMT-metoden	12
Musik, hälsa och livskvalitet.....	12
SYFTE.....	15
Problemställningar.....	15
Forskningsfråga	15
METOD OCH MATERIAL	16
Kvalitativ metod	16
Tillvägagångssätt.....	16
Urval	16
Etiska överväganden.....	16
Avgränsningar	16
RESULTAT AV INTERVJUER	18
Fråga 1 och 2, Vem är du? Vilken är din profession?	18
Olle.....	18
Svea.....	18
Britt.....	18
Fråga 3. Vad är rytmik?	19
Fråga 4. Vad är musikterapi?	21
Fråga 5. Vilka likheter finns mellan rytmik och musikterapi?.....	23
Fråga 6. Vilka skillnader finns mellan rytmik och musikterapi?	26
DISKUSSION	28
Vad är rytmik?.....	28
Vad är musikterapi?.....	29
Vilka likheter finns mellan rytmik och musikterapi?	30
Vilka skillnader finns mellan rytmik och musikterapi?.....	32
SLUTSATS.....	33
Fortsatt forskning.....	33
REFERENSER.....	34
LITTERATUR	34
INTERNET	34
BILAGA 1	36

INLEDNING

Jag har kommit till sista terminen på rytmikpedagogiska programmet på musikhögskolan i Malmö. Under fyra underbara år har jag träffat flera inspirerande pedagoger, fått vara med om fantastiska konserter, fått komma ut på många olika praktikplatser och träffa spännande människor i olika åldrar och framför allt har jag genom hela utbildningen fått aha-upplevelser för hur fenomenalt ett sådant här lärosäte är, att man här tänker på hela människan, både kropp och sinne.

Det har alltid funnits ett stort intresse hos mig att förstå människor. Det är spännande med olika gruppkonstellationer och grupp psykologi. Det sociala sammanhanget i en grupp ges primär uppmärksamhet i rytmikundervisningen och när människorna i gruppen har lärt känna varandra kan vi koncentrera oss på att tillsammans uppleva musik. På mina lektioner vill jag också informera om andningsteknik, bland annat för att inte bli andfådd, och ett sunt sätt att förhålla sig med kroppen så att man inte skadar sig eller får ont.

När det finns ett intresse för människor kan det mesta göras roligt och upplevelserikt, beroende på hur situationen är och vilka förutsättningar är. Jag har förstått att det hänger mycket på mig att jag har hittat engagemang och är inspirerad så att detta kan spridas till den grupp som jag är lärare eller uppträder för, för att skapa upplevelser och utveckling. Jag vill ge dem jag jobbar med ett intresse att vilja lära och samarbeta med andra människor.

Musik är en del av människan och livet består av musik på ett eller ett annat sätt. Jag har skrivit detta arbete för att jag förstår att rytmik påverkar människan och är intresserad av att veta mer om hur. Mitt arbete riktar sig till alla som finner intresse i människan, och hur hon påverkas av musik till den grad att det utvecklats en terapiform, som använder musik som medel för att hjälpa människan i sin utveckling och för att lösa upp blockeringar.

TEORI

I mitt teorikapitel kommer jag först att beskriva rytmik och därefter musikterapi.

Rytmik

Först delger jag er mina egna erfarenheter om vad rytmik är. Därefter följer en kort rytmik-historik om Émile Jaques-Dalcroze som betraktas vara rytmikens grundare. Leken, Multipla intelligenser, Learning by doing och Dominansfaktorn är överskrifter på nästkommande små stycken. Detta för att visa på rytmikmetodens bredd och holistiska synvinkel.

Rytmikämnet på Musikhögskolan i Malmö

I detta avsnitt beskriver jag rytmik utifrån mina egna erfarenheter genom utbildning på Musikhögskolan i Malmö. Rytmik är för mig en musikpedagogisk metod där musiken upplevs med hela kroppen, med alla våra sinnen. Det är en gehörsundervisning och musikleära ute på golvet, där musik tolkas i rörelse. När musiken känns i hela kroppen blir upplevelsen djupare. Kroppen kommer ihåg och förstår ofta snabbare och lättare än intellektet.

I rytmik för barn byggs lektionen upp som en saga som man förgyller med musik och lek. Ofta börjar jag sagan redan utanför rummet. Då är rummet redan förtrollat och det blir spännande att gå in i rummet och koncentrationen blir större. Rytmikare pratar om ”den röda tråden” genom lektionen, och med det menas att vi väver ihop lektionen med hjälp av sagan som inte slutar förrän lektionen är slut och då kanske vi är tillbaka utanför rummet. Detta kan uttryckas som en röd tråd, ett flöde genom lektionen. Sagan kan handla om precis vad som helst och även om andra saker som inte har med musik att göra, som miljö och sopsortering, olika djur eller om olika känslor. Men musiken står i fokus och är syftet och målet med lektionen. I lekarna lär sig barnen musikleära och tränar sitt gehör, både sitt musikgehör och sitt gehör för gruppen. Onödigt långa förklaringar om hur en lek går till undviks eller långa pauser mellan momenten där barnen kan tappa koncentrationen. Med en variation mellan koncentration och avspänning behåller barnen sin lekglädje och nyfikenhet. Först får eleverna uppleva och göra saker och sedan reflektera och ibland översätta till teori. Eftersom rytmikpedagogen är flexibel anpassas lektionen hela tiden efter gruppens idéer och behov. Därav är lektionerna levande och barnen blir delaktiga och bekräftade.

Som rytmikpedagog sätter jag igång en övning och berättar efterhand instruktioner utefter vad som sker i gruppen och hur informationen mottages. Sjuåringar fick uppgiften att visa musiken, som jag spelade på piano, med kroppen. Genom att spela på olika sätt på pianot rörde sig barnen utefter vad de hörde. Plötsligt slutade jag tvärt att spela och barnen reagerade blixtnabbt med att stå absolut stilla. När jag spelade snabba och ljusa toner bestämde barnen att de skulle leka att de var små fåglar som flaxade omkring och när jag spelade långsamma mörka toner förvandlades de till maskar och ormar som krälade och ålade runt i jorden. Jag varierade sedan dessa tre; vara blixstill, flyga som en småfågel och kräla som en mask eller orm. Med snabba byten mellan dessa tränar barnen inte bara sitt gehör och använder sin fantasi när de rör sig, de är även koncentrerade för att vara med och snabbt byta rörelsemönster och blir också varma. På lektionerna utgår jag ofta från ett tema som illustreras genom musik och rörelse. Temat kan vara till exempel noter, musikaliska begrepp, djur, alfabetet, siffror, bild.

För att förstärka en helhetsupplevelse använder vi oss av alla sinnen på lektionerna. Vi använder rösten på olika sätt, jag har självständiga och samarbetsmoment, lekar kring att ta initiativ och ge andra utrymme. Vi rör oss mycket i rummet och använder våra kroppar på olika sätt, och så vidare.

I rytmik bekantar sig deltagarna med rummet genom sina sinnen. Eleverna får en rumsuppfattning

genom att lära känna rummets höjd, bredd, djup, mörker, ljus, ljud och rörelse. Exempel är att röra sig i rummet utan att krocka, bedöma avstånd, lokalisera ljud och hitta en speciell plats. Kroppens möjligheter, kraft och energi, olika rörelsemönster och spänning/avspänning ingår i lekar. Med lekar kring grov- och finmotorik, balans och koordination blir barnen mer medvetna om kroppens möjligheter. Även olika tidsbegrepp som musikalisk puls, takt, rytmer, hjärtslag, klockan och årstider kan behandlas. Klockan har en konstant puls, medan hjärtpuls till exempel kan förändras. När rum, tid och kraft samverkar uppstår en formkänsla i musicerandet och/eller gestaltningen.

På rytmikpedagogiska programmet i Malmö ingår i huvudämnet Metrik, Rytmikpiano/Rörelse, Rörelsegehör, Rörelsekomposition, Gemensam lektion, Rörelseträning, Drama, Dans, Afrocubanskt slagverk, Komposition, Rytmikmetodik/Teori (för förskola, de tidigare skolåren, gymnasiet och estetiska programmet på gymnasiet, kulturskola, folkhögskola) med tillhörande praktiker. Utöver detta ingår en gemensam del som behandlar frågor kring samhällsuppdrag, demokrati, värdegrund, socialisation, kultur och samhälle och ett sidämne som man själv utformar (Musikhögskolan i Malmö).

På rytmikutbildningen i Malmö förs rytmikpedagogiken vidare i första hand genom muntlig tradition av flera fascinerande pedagoger och rytmikpedagogen får oftast skapa sitt eget pedagogiska material.

Rytmik, beskrivs i Nationalencyklopedin som en "... systematiserad övning av den musikaliska sensibiliteten genom kroppsrörelser". För att få en historisk återblick följer här en beskrivning av Émile Jaques-Dalcroze som anses vara rytmikens grundare.

Émile Jaques-Dalcroze

Émile Jaques-Dalcroze föddes 1865 i Wien. Som lärare i harmonilära och sofège vid Genèvekonservatoriet insåg han att hans elever inte hade något begrepp om hur den musik som de skrev klingade. Han upptäckte att hans elever ofta gjorde små rörelser för att underlätta gehörsövningar. Dalcroze förstod att vi uppfattar musik med led- och muskelminnet i lika hög grad som vi gör med hörseln, och detta fick honom att ifrågasätta dåtidens strängt notbundna musikundervisning. Han ville att eleverna skulle få uppleva och lära sig musik genom att röra sig till den. För att verkligen förstå musiken och komma åt dess emotionella innehåll måste man ha upplevt musiken med hela sin person, med både kropp och själ. Hans metod togs emot med stort intresse och Dalcroze reste runt i Europa och höll föreläsningar och demonstrerade sin metod. Institut Jaques-Dalcroze grundades i Genève strax efter första världskrigets brutit ut, som ett centrum för rytmikundervisningen i världen. Här verkade Dalcroze som rektor till sin död 1950 (Rytmikforum, 2003).

Metodens styrka idag är dess flexibilitet och mångsidighet. Den utvecklas hela tiden och anpassas efter olika förutsättningar, kulturer och tidsepoker och undervisning enligt dalcrozemetoden finns i ett tiotal länder. Pedagogiken utgår från en kinestetisk synvinkel. Alla musikaliska ljud skapas genom en kroppsrörelse, av att kropp och intellekt spelar på ett instrument. Därför borde all musikundervisning innebära en träning av kroppen. Dalcroze menar att hela den mänskliga kroppen måste betraktas som ett musikinstrument. Han anade betydelsen av individens motoriska, känslomässiga och sociala utveckling och samarbetade med psykologer och fysiologer. "Jag drömmer om en musikundervisning där kroppen spelar den förmedlande rollen mellan ton och tanke och är våra känslors främsta instrument" (Rytmikforum, 2003).

Dalcroze har tre huvudmål. Först vill han utveckla rytmkänsla och gehör i hela kroppen. Sedan skapa känsla för ordning och balans efter att ha övat upp motoriska anlag och därefter utveckla kreativiteten.

Rytmiken övar upp elevens precision, smidighet och skönhet i sina rörelser, som sedan kan överföras till ett instrument. Musikaliska element befästs i muskelminnet och registreras sedan av hjärnan som tolkar till begrepp. Sedan kan eleven förknippa en skriven musiksymbol med en rörelsekänsla. Som gruppmetodik anpassar sig eleven till de andra i gruppen och förhåller sig till rum, tid och form. Rytmiken använder sig mycket av improvisation på instrument och med kroppen. Dalcrozes tre motto var: "Visa i rörelse vad du hör". "Visa i ljud vad du ser". "Visa vad du föreställer dig" (Rytmikforum, 2003). I rytmiken lär sig eleven att behärska sin kropp och att använda sin fantasi och sin initiativförmåga. Rytmiken tränar också den inre balansen och ger social träning. Rytmiken är inte genrebunden, och har en anpassningsbar svårighetsgrad, vilket gör att metoden kan användas i alla åldrar .

Leken

Improvisation kan liknas vid lek. I Rytmiken finns mycket improvisation och lek. Lek med en allvarlig analys bakom. Lekar som låter deltagarna uppleva olika saker. Leken är det sätt att lära som barn spontant använder sig av. I leken kan olika problemlösningar testas och leken ger också möjlighet till att få prova på olika teaterroller.

"Rytmik- lek på allvar", heter Ann-Krestin VernerSSons, kursledare för IE-rytmik på musikhögskolan i Malmö, magisteruppsats i Musikpedagogik (VernerSSon, 2003). Martin Ingvar, professor i neurofysiologi vid Karolinska sjukhuset, menar att hjärnan har en stabilitet eller en tröghet som gör att den har ett visst motstånd mot inläring. Det måste löna sig att lära, annars orkar inte hjärnan anstränga sig. Det är viktigt med beröm som -Det där gjorde du bra! (Eldh, 2002). Det är lättare för hjärnan att ta in ny information om kunskapen leks fram.

Matti Bergström, läkare och professor emeritus i fysiologi vid Helsingfors Universitet samt docent i bioelektronik vid Helsingfors Tekniska Högskola säger "Barn föds med lek- och upptäckarlusta, entusiasm och fantasi. Detta måste vi ta vara på" (Gärdsmo-PetterSSon, 2005). För att förbereda människan för framtiden, menar Bergström, är dessa egenskaper viktigare än ordning, färdig kunskap, förmågan att lära sig utantill. I fri lek får olika delar av hjärnan kontakt och en stor del av hjärnans olika delar utvecklas. Därför måste leken bli viktigare i skolan om vi vill utveckla människan på flera plan.

Bergström förklarar vidare att det är i kreativt kaos, i mötet mellan kaoset i hjärnstammen och ordningen i hjärnbarken som vi lär oss till exempel vår förmåga att se möjligheter och helheter, att göra urval och att värdera. Hjärnans uppgift är att förmedla mellan människans yttre och inre miljö. Våra pedagogiska metoder och sättet i vårt samhälle att uppfostra våra barn riktar sig mot att utveckla de delar av hjärnan som lär oss att behärska vår yttre miljö, samtidigt som det finns en enorm outnyttjad kapacitet i vårt inre. Ju mer hjärnan aktiveras och får nya upplevelser på olika områden desto mer växer den, menar Bergström (Gärdsmo-PetterSSon, 2005).

Rörelse och motion påverkar hjärnan genom det produceras ämnen som dopamin och serotonin. Dessa färgar våra känslor i olika upplevelser och i tankar eller minnen och får oss att må bra (Så här funkar hjärnan, 2005).

Multipla intelligenser

Howard Gardner är professor vid Harvard Graduate School of Education, USA, och menar att skolan endast ser till en viss typ av begåvning trots att alla människor enligt Gardner har olika intelligensprofiler och inläringssätt. Gardner anser att varje människa har flera sätt att känna världen (Gardner, 1998). Dessa nio sätt är lingvistisk-, musikalisk-, visuell/spatial-, kroppslig/kinestetisk-, social-, självkännedom-, logisk-, matematisk-, natur- och existentiellintelligens. Enligt Gardner handlar det inte om hur intelligent du är, utan på vilket sätt du

är intelligent (Nationellt centrum för flexibelt lärande). Beroende på hur din intelligenskomposition ser ut lärs ny kunskap på ett visst sätt. Vid dominerande visuell intelligens lärs information lättast genom synintryck. Precis som rytmikmetoden är Gardners teori holistisk, det vill säga att han har ett helhetstänkande kring människan. I och med att rytmikmetoden är holistisk, tar den hänsyn till olika intelligenser genom att leka olika lekar som på olika sätt stimulerar barnen i deras lärande.

Learning by doing

“Learning by doing”, översatt: Lär dig genom handling, säger John Dewey (1859-1952), en amerikansk filosof, psykolog och pedagog. Begreppet förklaras med att elever ska få lära sig genom problemlösning och handling. Undervisningen ska knyta an till elevernas individuella intressen, utveckla ett kritiskt tänkande och ha aktivitetsinriktade arbetsformer. I Dewey’s aktivitetspedagogik hänger teori, praktik och reflektion ihop. Kunskap måste bli till nytta och ha verklighetsanknytning. Precis som i rytmikmetoden anser Dewey att elever ska lära sig genom att göra och att knyta praktik och reflektion till teori (Vittra).

Dominansfaktor

Ett annat intressant begrepp som har med rytmik att göra är dominansfaktor. Jag knyter denna till rytmik, eftersom rytmikmetoden stimulerar de olika sinnen och använder sig av rörelse. Dr Carla Hannaford, neurofysiolog och utbildare skriver i sin bok *Dominansfaktorn* (1998) om hur sinne och kropp samverkar vilket i sig har verkan bland annat på lärande. Din individuella dominansfaktor är en avgörande faktor för ditt sätt att tänka, agera och för att lära sig. Längre var det en gåta för forskare och lärare vad det egentligen fanns för samband mellan kroppens dominanser i fråga om syn, hörsel, känsla och rörelse och hur detta påverkar vårt sätt att tänka, läsa, arbeta, leka och umgås med andra. Hannaford skriver också att hon kan tänka sig att det är bristande överensstämmelse mellan undervisningsmetoder och elevernas lärprofiler kan vara en av många orsaker till en ökning av svårigheter att lära som DAMP, dyslexi och emotionella handikapp (Hannaford, 1998).

Musikterapi

Inledningsvis berör musik människor på olika sätt. Musicerande används för att skapa gemenskap och uttrycka andlighet i religion, som i recitationer, böner, psalmer och så vidare. Inom yoga och meditation används olika ljudvibrationer i form av mantras och recitation (Chanting). I myter och i sagovärlden finns sånger och dikter och traditioner har och förs fortfarande vidare med musik som medel. Musik används i politiska sammanhang och också för att manipulera eftersom musiken har en förmåga att påverka medvetandetillstånd och fysiska processer. Redan antikens greker ansåg att musik kunde framkalla katarsis, rening (Alternativmedicinkommittén, 1989), och i bibeln i en gammaltestamentlig berättelse lindrar David kung Sauls svärmod genom att spela harpa. “*Var gång Guds ande ansatte Saul grep David lyran och spelade. Då kände sig Saul lättare till mods. Han blev lugn igen, och den onda anden lämnade honom*” (Bibeln, 2000, 1 Sam.16:23).

Att musicera är ett sätt att kommunicera, att etablera en ömsesidig kontakt och ett gemensamt skapande. Ljudvibrationer har direkta verkningar på psykologiska och fysiologiska funktioner genom att hudens elektriska motstånd förändras liksom andnings- och pulsfrekvensen. Rytmisk musik har en stimulerande och upplyftande effekt, medan lugn och långsam musik kan dämpa och lindra spänning och smärta. Musiken ger också resonans i hela kroppen och når då ner till djupa nivåer av medvetandet vilket förklaras med att rörelser i musiken sammanfaller med känslomässiga rörelser som präglat människan sedan tidig barndom. I Norge prövas vibroakustik, där muskulatur stimuleras med en särskild sorts musikvibrationer och det finns läkare som använder musik för att göra patienter avslappnade inför operationer (Alternativmedicinkommittén, 1989).

Musiken kan nå in till områden i kropp och känslor som inte så lätt kan nås verbalt, eftersom den musikaliska kommunikationen kan vara motsatsfull och mångtydig på ett sätt som språket inte klarar. Därför har musikterapi utvecklat lyssningsmetoder, improvisationstekniker och musicerandeformer och i flera länder är musikterapi naturligt en del av utbudet av behandlingsformer inom den psykiska hälsovården (Ruud, 2002).

Musik behöver inte bara vara för nöjes skull utan kan tydligen också användas i läkande och terapeutiskt syfte.

Idag används musik i psykologisk och psykiatrisk behandling som terapeutiskt medel med olika syften. Bland annat används musik inom den humanistiska psykologin, som syftar till att behandla hela människan (Alternativmedicinkommitén, 1989), och inom specialpedagogiken med handikappade barn. Som specialpedagog arbetar musikterapeuten med bland annat dövblinda, hörselskadade och människor med hjärnskador och inlärningssvårigheter. Alla människor är olika och det finns lika många sätt att använda musik på (Ruud, 2002). I Nationalencyklopedin står det att gränsen mellan specialpedagogik och terapi är flytande och omdiskuterad. Eftersom en musikterapeut ofta arbetar tillsammans med läkare, sjukgymnaster, psykologer och kuratorer kan det vara svårt att skilja musikens effekter från andra. För att hitta teoretisk grund för musikterapi tittar man på hur själva musiken påverkar och ger möjligheter till kommunikation. Musiken kan fånga uppmärksamheten, verka motiverande, aktiverande, lugnande och avspännande (Nationalencyklopedin).

Helen Bonny, amerikansk musikterapeut, menar att musik har en förmåga att tränga ner i djupa medvetandepå plan och frigöra lagrad information som finns där. Efter att som musikterapeut deltagit i psykedelisk forskning skapade hon GIM – Guided Imagery with Music på 1970-talet. I Nationalencyklopedin beskrivs begreppet psykedelisk som en förändring i medvetandet. I psykedelisk musik, som förknippas med hippierörelsen, försöker man låta musiken fungera som en drogberusning, skriver Nationalencyklopedin. I GIM låter man människan försvinna in i en fantasi- och symbolvärld medan viss utvald musik spelas (Alternativmedicinkommitén).

Världsförbundet för musikterapi – World Federation of Music Therapy (WFMT) definierar musikterapi så här:

Musikterapi är användningen av musik och/eller musikaliska element (ljud, rytmer, melodi och harmoni) av en musikterapeut tillsammans med en klient eller en grupp. Musikterapi sker i en process som är tillrättalagd för att utlösa och främja kommunikation, relationer, inlärning, mobilisering, uttryck och organisering (fysisk, emotionell, psykisk, social och kognitiv). Målet för musikterapi är att utveckla potentialer och/eller att bevara funktioner hos den enskilda individen så att vederbörande kan uppnå en bättre intra- eller interpersonlig integration och på det sättet uppnå en bättre livskvalitet. (Ruud, 2002, s. 58-59)

För att en verksamhet ska kallas musikterapi ska musik användas som det huvudsakliga medlet för att uppnå behandlingseffekt. Det ska finnas mål uppställda för behandlingen och den ska verka mot en varaktig förbättring. En diagnos ska ställas av den behandlade personens sjukdomstillstånd eller funktionsnedsättning och terapeuten ska ha en gedigen yrkesutbildning med examen för att kunna utföra behandlingen på ett betryggande sätt.

Musikterapi är alltså en kvalificerad behandlingsform som ställer höga kvalifikationskrav på den behandlande terapeuten.

Receptiv musikterapi är när man genom vägledd musiklyssning kommer i kontakt med sina inre bilder och expressiv Musikterapi är när man uttrycker sig med musik, individuellt eller i grupp (Werner-Kjellberg).

Psykodynamisk musikterapi

På Musikhögskolan i Stockholm utbildas psykodynamiskt inriktade musikterapeuter. Musiken och den musikaliska kommunikationen är ett medel för att med olika metoder väcka och påverka känslomässigt för att därmed frigöra psykiska blockeringar och påverka negativa tillstånd. Utbildningen innehåller musikterapiteori och musikterapi metodik, både för grupp och för individuella sessioner. Psykologi, psykiatri, musikpsykologi och utvecklingspsykologi ingår liksom en översikt över centrala psykoterapeutiska arbetssätt och processer samt en introduktionskurs i GIM-metoden med individuella sessioner. Egenterapi är obligatoriskt och orientering om angränsande terapiformer som psykodrama, symboldrama, dansterapi, bildterapi och kroppsterapi behandlas. Olika psykiska störningar, psykiska och fysiska handikapp samt neuropsykologi ges som orienteringskurser (Granberg 2000).

Funktionsinriktad musikterapi, FMT-metoden

För att perceptuellt och motoriskt, kognitivt och emotionellt uppnå en högre funktionsnivå används funktionsinriktad musikterapi. Det är en neuromuskulär behandlingsmetod där musik och musikkommunikation används som medel för att locka till motorisk aktivitet. Metoden har visat sig framgångsrik för behandling vid ett mycket brett spektrum av svårigheter eller funktionsstörningar som läs- och skrivsvårigheter, koncentrationsproblem, psykiska problem, motorikstörningar, DAMP/ADHD, förlamningar mm. Metoden är tillämpbar i alla åldrar (Musikterapiinstitutet).

Ett 30-tal musikaliska koder används. Koderna anpassas efter individens utvecklingsnivå och stimulerar kroppens naturliga utveckling. FMT-metoden används också för att diagnostisera personens funktionsnivå. Terapeutens behandlingsinstrument är huvudsakligen pianot med vilket han/hon lockar, stimulerar och motiverar till bland annat spel på trummor. Metoden är icke-verbal, vilket innebär att den sker helt utan instruktioner, utan anvisningar, utan kommentarer och utan verbalt beröm och man utgår från individens egen handling. Grunden för behandlingsarbetet är individens egen reaktion utan omgivningens önskningskrav (Musikterapiinstitutet).

”Målet är att med de specialkomponerade musikkoderna skapa strukturella minnesspår i hjärnan och att därigenom åstadkomma reaktioner, omedvetna handlingar, som senare kan organiseras till förmån för individen” (Musikterapiinstitutet).

“Man kan inte organisera en hjärna med ord – man kan inte organisera en människa med ord!” säger Lasse Hjelm, musiklärare och grundare av FMT-metoden (Musikterapiinstitutet).

FMT-metoden utvecklades av honom under femton års tid på Folke Bernadottehemmet i Uppsala 1975-89. Det handlar om att finna ett arbetssätt som inte innebär att *spela för* utan att *spela med*, menar Hjelm. Metoden utvecklades från ett arbete med grava skadebilder för att få en bred bas. 1987 bildades Musikterapiinstitutet i Uppsala med utgångspunkt från den nu utvecklade FMT-metoden. 1987 startade också den första FMT-utbildningen med en treårig kurs i musikterapi på halvfart. Året efter, 1988, godkändes kursmaterialet av linjenämnden vid Ingesunds Musikhögskola och samma år påbörjades utbildningen även där (Musikterapiinstitutet).

Musik, hälsa och livskvalitet

Detta avsnitt är hämtat ur Even Ruuds bok ”Varma Ögonblick” (Ruud, 2002). Ruud är professor vid Institutionen för musik och teater vid Universitetet i Oslo och vid Norges musikhögskola och har publicerat en rad arbeten om musikterapi, musikpedagogik och ungdomskultur. Boken ”Varma ögonblick” handlar om musik, hälsa och livskvalitet. Ruud menar att “god hälsa” är en subjektiv upplevelse av livskvalitet och istället för frånvaro av sjukdom tittar han på vad som är livskvalitetshöjande. Ruud hävdar att kulturarbetare bidrar till att förbättra hälsotillståndet och önskar att musiken skulle finnas som en kulturaktivitet i samhället. Till exempel kunde

barnavårdcentralen vara en plats för hälsolära, utveckling och livskvalitet, en plats där musik och annan kulturaktivitet är central och hälsobefrämjande.

“Vi behöver inte beskyllas för kvacksalveri för att vi kopplar ihop kulturaktivitet med botande av lidanden” menar Ruud (Ruud, 2002, s.37). Denna förståelse kan skapa en insikt hos människor till att se till positiva sidor av sin tillvaro och se vad som håller oss friska istället för att söka ett tillstånd fritt från obehag och problem. Livskvalitet är en subjektiv upplevelse av mening eller lycka. Individuellt beror livskvalitet på moraliska, intellektuella eller estetiska värden. Musik påverkar våra känslor och är därför ett viktigt medium till att prägla förutsättningar för högre livskvalitet.

Bara för att musik stärker känslomedvetenheten är det inte automatiskt musikterapi. Musik kan förstärka hälsan och livskvaliteten utan att benämnas musikterapi. Terapi handlar om åtgärder med tydliga mål och om systematiska interventioner som är baserade på klara definitioner av personens tillstånd.

Vidare sträcker sig rötterna till vår kulturs “musikterapi” ända tillbaka till antiken. Under 1800-talet slutade man tänka förebyggande och holistiskt kring kultur som hälsofaktor, och musikterapi försvann ur den medicinska praktiken. Inte förrän efter andra världskriget kompletterades traditionell medicin med konstterapi vid behandling av amerikanska soldater. Därefter etablerades musikterapiyrket.

Musikens förmåga att verka avspännande, lindra smärta och reducera stress och ångest är en viktig utgångspunkt för musik i terapeutiskt sammanhang. Det finns i det närmaste oändligt många användningsområden för musik, vilket också stötts upp av forskning och musikterapeutisk praxis. En internationell grupp, av i huvudsak läkare, har presenterat en omfattande dokumentation av hur musik fördelaktigt kan påverka vid kirurgisk behandling, vid förlossning och vid tandläkarbehandling.

I vår kultur- och musikhistoria finns en lång tradition att använda musik till avspänning, till att koppla av och finna ro. Denna terapeutiska musikanvändning är nog den vanligaste förekommande kontakten med musik. Musiken har också en förmåga att väcka och provocera, kan bli som ett positivt rus och kan få oss att försvinna i en fantasivärld. Vardagens bekymmer, stress och oro känns mindre oroväckande när vi lyssnar på musik som vi tycker om.

Smärta är nära förbunden med bristande avspänning. Bara fruktan för smärta ökar spänningen i kroppen, och spänningen i sin tur ökar smärtan. Det blir en ond cirkel och svårt att avgöra vad som är orsak till vad. Musiken kan få oss att glömma smärtan, slappna av och glömma rädslan för en stund och med andra ord bryta den onda cirkeln.

Inom geriatri finns musikterapeuten som hälsoarbetare. Här används musik för att motverka åldrande, exempelvis genom att stimulera till fysisk rörelse och dans som sprider livskänsla. Det musikaliska minnet är något av det sista som försvinner hos människor. Äldre människor som har förlorat minnet av de allra närmaste händelserna, och de närmaste människorna, kan ofta recitera gamla psalmverser eller minns flera av de sånger de lärde sig i skolan.

Använt på ett lyhört sett kan dessa glimtar från ungdomsåren och tidigare livsfaser bilda öar av minnen som när de återkallas kan skapa kontinuitet i livet. Reminiscens – eller minnesgrupper med musik – har blivit en terapeutisk metod. Att hitta fram till dessa minnesöar kan betyda en ingång till personens värdighet (Ruud, 2002, s. 65).

Ruud, 2000, skriver att musikterapeuten och doktoranden Trygve Aasgaard lät barn med intensiv medicinsk vård formulera sig kring sin situation. Aasgaard tonsatte deras dikter och verser och

barnen hade inte längre bara den sjukes identitet, utan genom att fokus tillfälligt togs bort från sjukdomen upplevde barnen sig själva som författare, berättare, kompositörer och musiker. De skapade konkreta och symboliska uttryck som kunde delas av andra. Man låter också kompatienter och med barn i kuvös få lyssna på musik och det finns vibrationsterapi som är en sorts ljudmassage.

Även om den här typen av upplevelser kan ha stort mentalhygieniskt värde och bidra till ökad livskvalitet, ifrågasätter Ruud om detta verkligen är en form av psykoterapi. En daglig dos ur “det musikaliska husapoteket” har sitt värde, men frågan är om man ändå inte skulle begära mer varaktiga och ingripande förändringar i sina upplevelser och känslor innan det skulle karaktäriseras som “psykoterapi”.

Användningen av musik inom den psykiska sjukvården handlar inte bara om känslor och insikt i egna livsproblem. För många människor med psykiska svårigheter är det viktigt att bygga upp försvar genom inläring av sociala roller för att skydda sin sårbarhet. Här kan musiken vara en aktivitet för människor som vill bygga upp färdigheter och som har behov av struktur och fasta ramar. En pedagogiskt inriktning, med musik och drama, kan vara bra för människor som behöver testa nya områden av livet som är oprövade.

Musiken har också en viktig plats i den alternativa medicinen. Till exempel i “spiritual healing” används musik för att förmedla, överföra eller utlösa energier och krafter i oss och i indiskt medicinskt tänkande har musiken en viktig plats genom att andning och vitalitet sägs höra samman. Böcker som handlar om musikens och ljudens “helande” kraft på människan blir vanligare. Dessa böcker har ofta exempel från mer traditionell musikterapi och därför kan det bli en svår gränsdragning mellan musikterapi och den mer alternativa “musikmedicinen”.

Många upplever musik som en övermännisklig kraft i vardagen. Musik blir en påminnelse om högre värden, som ett kroppsligt upplevt tecken på att det finns storheter bortom det liv vi lever, som ger meningsfullhet och riktning i livet. När musiken symboliserar andliga storheter och livskrafter, blir den maktfull och får djupa verkningar. Det är så här vi måste förstå musikens hälsobefrämjande användning, säger Ruud, där musiken får en “holistisk” terapeutisk verkan.

SYFTE

Rytmiken utvecklar både kroppen och sinnet och på en rytmiklektion upplevs många olika känslöstämningar. Rytmik är en musikpedagogisk metod där musiken står som mål och syfte. Genom att vara en helhetstänkande musikpedagogik, en holistisk musikpedagogik lärs musiken in med alla sinnen, med hela kroppen och tillsammans med andra så att hela människan utvecklas.

Efter att ha jobbat med barn med lätta diagnoser av bland annat DAMP, ADHD och Aspergers syndrom har jag förstått att rytmiksättet passar mycket bra för dessa barn! Eftersom musikterapi dels riktar sig till dessa barn är jag nyfiken på hur musikterapi fungerar. Musikterapi är en behandlingsform där musik används som ett redskap och utveckling av psykiska eller fysiska funktioner är målet och syftet. Men om jag som utomstående tittar på en musikterapisession, kan den då se ut som en rytmiklektion? Kan jag anpassa rytmiklektionen så att den blir lik en musikterapisession? Använder vi liknande övningar, i olika syfte men kanske med samma verkan? Hur mycket likheter finns mellan rytmiken och musikterapi? Trots att rytmik och musikterapi har olika mål och syfte med sina metoder kanske det finns likheter i sättet att arbeta. Kan rytmiken vara en sorts musikterapi? Kan musikterapi och rytmik användas i friskvård? Dessa frågor leder fram till min huvudfråga; Vilka likheter och skillnader finns mellan rytmik som metod och musikterapi? Syftet med uppsatsen är att ta reda på uppfattningen av vad rytmik och musikterapi är och vilka likheter och vilka skillnader som finns mellan rytmik som metod och musikterapi.

Problemställningar

Vad är rytmik?

Vad är musikterapi?

Vilka likheter och skillnader finns mellan rytmik som metod och musikterapi?

Forskningsfråga

Vilka likheter och skillnader finns mellan rytmik som metod och musikterapi?

METOD OCH MATERIAL

Kvalitativ metod

Det finns två sätt att gå tillväga i en undersökning. Kvantitativ forskning innebär insamling av data i strukturerade sammanhang genom olika mätningar och bearbetning av den insamlade informationen med hjälp av statistiska analysmetoder. Positivistiskt synsätt har ofta fått stå mall för denna sortens forskning och forskarens roll är här objektiv och osynlig. Kvalitativ forskning fokuseras på datainsamling i naturliga sammanhang och tolkande med hjälp av olika metoder där analysmetoderna oftast är verbala och innebär tolkande av textmaterial. Som motvikt till det positivistiska synsättet forskas här utifrån ett humanistiskt perspektiv och forskarens roll är öppen, engagerad och subjektiv utifrån sin egen förförståelse. Till skillnad från positivisterna försöker till exempel hermeneutikerna se sitt forskningsproblem ur ett holistiskt perspektiv, ett helhetsperspektiv, och försöker då tolka helheten i forskningsunderlaget (Patel & Davidson, 2003). Jag har valt den sistnämnda metoden i min uppsats eftersom jag inte vill begränsa mina intervjupersoner, utan vill att de ska berätta fritt utifrån mina frågor. Jag har sedan gjort kvalitativa bearbetningar av såväl mitt intervjuunderlag som av litteratur i böcker och på internetsidor.

Tillvägagångssätt

Jag bestämde mig för att undersöka likheter och skillnader mellan rytmik som metod och musikterapi och genom detta kanske förstå rytmikens möjliga terapeutiska verkan. Eftersom rytmik och musikterapi är praktiska metoder, och därför i praktiken kan skilja sig från det nedskrivna, vill jag utöver att läsa den litteratur som finns att tillgå inom ämnena också höra några personers uppfattning med deras egna ord och infallsvinklar. Jag utformade ett antal frågor, se bilaga 1. Först får intervjupersonen beskriva vem hon/han är och sin profession, sedan sin uppfattning av vad rytmik och musikterapi är och därefter liknelser och skillnader mellan rytmik och musikterapi. Jag använde mig av min md-spelare och mikrofon för att spela in intervjuerna, som jag sedan har skrivit ned och tolkat i mina resultat. Min första intervju utfördes den 15 oktober 2007 på intervjupersonens kontor. Min andra intervju den 16 oktober 2007 hemma hos intervjuperson två och min tredje och sista intervju ägde rum den 7 november 2007 på dennes kontor.

Urval

Jag intervjuade först en man som under en lång tid har jobbat som musikterapeut men som inte har gått någon högskoleutbildning inom ämnet. Min andra intervjuperson är en kvinna som är både rytmikpedagog och musikterapeut och slutligen min tredje intervjuperson är en kvinna som är rytmikpedagog. Dessa personer har funnits i min direkta omgivning men inte bland mina bekanta. Jag lät mina upptäckter i det empiriska materialet leda mig till ett val av lämpliga intervjupersoner. Tanken var att jag vid ett senare stadie skulle kunna utöka med några fler intervjupersoner om jag kände att jag behövde det och hade tid till det. Tre intervjupersoner var dock tillräckligt för att hålla mig inom tidsramen och jag kände också att jag hade intressant material att arbeta med.

Etiska överväganden

Jag har valt att hålla mina intervjupersoner anonyma och meddelade detta till mina intervjupersoner innan intervjuerna. De benämns istället Olle, Svea och Britt. Jag informerade också om syftet med min uppsats och bad dem om tillstånd för att få spela in intervjuerna.

Avgränsningar

Rytmikpedagogutbildning finns på flera orter i Sverige och jag utgår från den kunskap jag har fått

från Musikhögskolan i Malmös rytmikutbildning. Jag utgår därigenom från min egen förståelse, mina tankar, intryck och känslor och den kunskap som jag har när jag tolkar mina data. Jag ser detta som en tillgång och inte som ett hinder i min forskning.

RESULTAT AV INTERVJUER

Här nedan följer resultatet av mina intervjuer. Jag har samlat de tre svaren från vardera från mina intervjupersoner. Se frågorna under bilaga 1.

Fråga 1 och 2, Vem är du? Vilken är din profession?

Olle

Olle utbildar allt från förskolelärare till gymnasielärare i musik på högskolenivå. Han sysslar också med andra saker som praktikbesök och han handleder examensarbeten. För ungefär tio år sedan gästspelade Olle på en musikhögskola och var ansvarig för en kurs i musikterapi på 40 poäng.

Hans egen verksamhet i musikterapi begränsar sig huvudsakligen till ett antal år på en grundskola för integrerade barn med olika multihandikapp.

Svea

Svea är rytmiklärare och musikterapeut. Hon utbildade sig till rytmikpedagog 1979-1983. Hon har bland annat använt sina rytmikkunskaper som volontär i ett sydamerikanskt land, där hon var med och hjälpte till och bygga upp en musikverkstad. Svea har även använt rytmikkunskaperna i scenprogram och i föreställningar både för barn och vuxna. Hon tycker inte att hon har använt så mycket rörelse, men känner att hon har använt grunder som gått igen tydligt. Man tänker som i en berättelse, beskriver Svea, med en inledning, att någonting händer emellan och ett avslut. Detta är också viktigt i musikterapi, förklarar hon. Svea känner inte att hon skulle kunna jobba idag med att föra rytmikmetodiken vidare, men hon har rytmikerfarenheten som en kunskap och som en egen upplevelse som präglar hennes sätt att jobba inom andra områden. Svea har alltid varit intresserad av terapi och att jobba med sin egen utveckling. Hennes största arbetsplats just nu är inom förskolan.

Svea berättar att hon märkte att hon jobbade terapeutiskt och med musik som frigörande i sina projekt. Det är en erfarenhet att bara ha gått en processinriktad utbildning som är terapeutisk utifrån musik under tre år, berättar hon. Ett antal timmar i egenterapi tillhör utbildningen och Svea vet också vart hon ska vända sig om hon behöver handledning. Om hon skulle jobba som musikterapeut skulle hon definitivt ha handledning, säger hon. Svea är precis klar med sin musikterapiutbildning och känner att hon håller på att smälta sina kunskaper.

När Svea gick på rytmikutbildningen ville hon att rytmiken skulle vara svaret på det mesta. Hon är väldigt glad att hon har rytmiklärarexamen framför allt för sin inre utvecklings skull, berättar hon. Det är egentligen det som Svea känner att hon har haft med sig eftersom hon inte har jobbat som ”ren” rytmiklärare, som hon uttrycker det.

Trots två gedigna utbildningar kallar sig Svea inte fullfjädrad pedagog eller terapeut. Hon menar att hon vågar erkänna sin inkompetens och tar hand om den. “Jag finns där som människa framförallt, och det är stort nog.” Hon avslutar med att det är viktigt att ställa oss frågor så att man kan få många olika svar. Som musikterapeut och rytmikpedagog känner Svea till forskning att falla tillbaka på och känner sig också tryggare i sin roll som musikanter och musiker.

Britt

Britt är utbildad rytmikpedagog och har en tjänst som universitetslektor i rytmik. Hon utbildades 1970 till kyrkokantor med inriktning för att arbeta i klassrum med musik, och examinerades sedan

till musikpedagog i ämnena rytmik och piano. Efter det har Britt gått en musikpedagogisk utbildning, tagit magisterexamen i musikpedagogik och har snart även examen i högskolepedagogik.

Fråga 3. Vad är rytmik?

Olle beskriver rytmik som ett sätt att visualisera musik. I denna visualisering ligger mycket känslöengagemang, säger han. Han fortsätter med att rytmik kan vara en konkretisering av olika musikaliska termer eller av en instrumentation. Men framför allt är det helhetsbilden i musiken som visualiseras i rytmik, menar Olle. En annan av hans uppfattningar är att rytmik är ett sätt att få elever att uppleva musik, och att utveckla sig själva, ur kommunikations- och rörelsesynpunkt. Ursprunget är Dalcroze's rytmik, att visualisera musiken, säger Olle, och i den nya pedagogiska varianten används rytmiken som ett medel att förstå musik.

Svea beskriver rytmik som en upplevelse- och en erfarenhetsbaserad pedagogik. Det är en metodik för att lära sig musik genom kroppen och rörelsen. Hela människans kompetens och känslor används för att närma sig musiken. Rytmiken var Sveas första upplevelse av att kunna vara med i musiken utan att kunna spela, utan att faktiskt behärska något instrument. Det är fullt tillräckligt med rösten och kroppen. Och det är där musiken börjar, berättar Svea, i oss som människor. Hon uppfattar också att rytmikpedagogiken framför allt är en gruppmetodik, att lära sig genom att vara i rörelse och i samspel med andra. Detta ligger nära gruppterapi, säger Svea. Det kan komma fram starka känslor i rytmikövningar och detta tror hon att det finns vinster med att medvetet plocka fram. Det blir en paradox, menar Svea, eftersom rytmikpedagogiken omfattar hela människan, och som rytmikpedagog är Svea inte säker på att man har den beredskapen eller kunskapen om känslor som kan komma upp. Som rytmikpedagog brukade hon tänka, som tröst, att det inte var terapi som hon jobbade med, utan att människan får ta hand om detta någon annanstans, förklarar hon. Det är viktigt att veta, säger Svea, att rytmiken inte är terapi, men påpekar igen att detta är svårt i praktiken.

Som lärare krävs en viss handlingsberedskap, säger Svea, och känner sig inte säker på att lärare på musikhögskolan har den, åtminstone inte på den tiden som Svea gick sin rytmikutbildning. Detta fick pedagogen själv utveckla. Samtidigt tycker hon att samhället börjar förändras till att pedagoger ska ha en högre handlingsberedskap. En lärare bör för sin egen trygghet jobba lite på den terapeutiska kompetensen, tycker hon.

Det är stor skillnad i barnrytmiken, förklarar Svea. Där behöver barnen bli bekräftade och det måste finnas andra vuxna, eller annan personal, assistenter eller närstående som känner barnen och kan ta hand om dem när något inträffar. Svea tror mycket på samarbete och tycker till exempel att ett samarbete mellan en rytmiklärare och en musikerapeut skulle vara väldigt bra.

När Svea tittar tillbaka på sin rytmikutbildning ser hon en otroligt bra, upplevelserik erfarenhet som hon har med sig och kan plocka upp i det som hon håller på, oavsett om det är musik, låtskriveri, eller rörelse eller om det är tillsammans med utvecklingsstörda, säger hon.

När jag frågar Britt vet hon inte i vilken ände som hon ska börja. Det är en så oerhört stor fråga, menar hon. I Gerda von Bulows bok *Vad är rytmik?* skriver Bulow utifrån sitt perspektiv om att rytmik är ett helhetstänkande, en helhetspedagogik, och det är egentligen det som fortfarande är övergripande för Malmörytmiken, förklarar Britt. I perspektivet längre tillbaka, hur det en gång startade, berättar hon om att Émile Jacques-Dalcroze använde rytmik, melodi, harmonik för att

beskriva vad musik är. Hans metod kallas Dalcroze-metoden, eller Dalcroze-pedagogik. På musikhögskolan i Malmö beskrivs begreppet rytmik som en helhetstänkande pedagogik, en pedagogisk inriktning för att lätta på det musikaliska trycket eller lösa de musikaliska problemen. Att komma närmare musik från en annan synvinkel och utveckla vad musik är och pedagogiskt tänkande, säger Britt. Till största delen, fortsätter hon, handlar det om att se människan och att tänka bort sig själv i detta.

Britt berättar vidare att det verkar som att det är människor med ett speciellt intresse för människan och för utveckling som söker till rytmikutbildningen. En rytmikpedagog har goda förutsättningar för att jobba med olika funktionshinder. En rytmikpedagog är lärare i musik, men har ett annat synsätt, än det som vanligen bjuds. Rytmik utgår från att det inte bara är huvudet som lär utan att kunskap också lärs med kroppen i det praktiska görandet. Kroppen måste få göra, istället för att allting läses in. När en rytmikpedagog jobbar med musik ingår det samtidigt att utveckla människan.

Britt frågar sig varför det inte finns fler pedagoger i skolan som jobbar med rytmikmetoden. Dels, förklarar hon, har det väl inte spridits och dels är det en oerhört krävande metod. Rytmikpedagogen är hela tiden fysiskt aktiv på lektionerna och det är också krävande att ständigt ha välanalyserade lektionsplaneringar. Britt beskriver det som en konditionsträning som är maxad, att ständigt skapa nya idéer, nya tankekedjor och associationsvägar. Ett ständigt letande eftersom ingenting finns nedskrivet, säger Britt och jämför också tankesättet med en dramapedagogs arbetssituation.

Britt förklarar att skillnaden att jobba med barn och vuxna är att tillsammans med barn tar rytmikpedagogen hänsyn till att barnen är i utvecklingsfas, en mänsklig social utveckling. Britt beskriver det som att hänsynen till utvecklingsfasen ligger som ett band runt musiken, eller tvärtom. Förr pratades det om att rytmiken skulle socialisera människan, men vi är ju lärare i musik, menar Britt. Rytmikpedagogen går in i barnens värld och jobbar med lärandet inom musikfältet parallellt med lärandet av att utvecklas som människa, säger Britt.

När du jobbar med en sjuåring under tre års tid händer mycket i detta barns utveckling, som du tar in i din undervisning, berättar Britt. Jämfört med när du jobbar med en 25 åring, som är en myndig varelse, då du inte behöver tänka på vare sig begreppsbyggnad eller utveckling på det mänskliga eller fysiska planet. Istället jobbar rytmikpedagogen här med tankeformuleringen; Vad för någon i musiken kan jag som pedagog vara medhjälpare till för att väcka andra intressen inom musikområdet. Jag vill väcka andra tankar om musik, komponerandet eller utveckla andra förmågor till improvisation och så vidare, berättar Britt. Rytmiken gör dem till bättre musiker, och ökar på förutsättningarna för att möta musik på ett annat sätt. Rytmiken tangerar saker som andra kanske inte arbetar med. Och varför jag kan vara så "kaxig" med det, fortsätter Britt, är för att vi arbetar med rörelse och det finns forskning om att det då händer saker, i komponerandet, i improvisationen och i den skapande verksamheten. Improvisation med kroppen och på instrument öppnar upp för nya idéer och sätt att uttrycka sig på och i improvisationen finns mycket lek, säger Britt.

Fråga 4. Vad är musikterapi?

Olle förklarar att begreppet terapi betyder behandling och att musikterapi är en behandlingsform där musik används som medel att läka människor. Människor botas inte i musikterapi, säger Olle, utan kan förbättra sitt tillstånd. Det kan vara allmäntillståndet eller det psykiska eller fysiska tillstånd. Musikterapi är ett medel att hjälpa människor till bättre hälsa.

En terapeut ska normalt ha en medicinsk plan att arbeta efter, förklarar han, och det är bara läkare eller terapeuter som kan göra en sådan, och i viss mån också en speciallärare. Olle gjorde istället sin egen planering och utvärdering. Han iakttog om människan, som han jobbade med, ändrade beteende, blev lugnare, mer alert och kanske kan röra handen bättre och så vidare.

I gruppen med funktionshindrade barn jobbade Olle med barnens sociala utveckling, förmågan att ta del i andras verksamhet, vänta på sin tur, att vara alert och så vidare. Det handlade mycket om att spela och röra sig. Individuellt jobbade de med motorisk utveckling och med minnesträning. Till exempel koncentration och tålmodighet ingår också i en utveckling rörelsemässigt. I individuell undervisning hade Olle till exempel en handtrumma eller arbetade utifrån ett piano för att träna upp koordination, uppmärksamhet, rytmkänsla, helhetstänkande, dynamik och så vidare. I synnerhet, berättar Olle, pågick en musikalisk kommunikation. Olle berättar om en flicka som efter ett par år förstod att de spelade tillsammans. I början hamrade hon på instrumenten, fortsätter han, och oavsett vad Olle gjorde så hamrade hon på sitt sätt. Men sedan upptäckte hon att de kunde göra saker tillsammans, säger Olle, som fråga-svarlekar på instrumenten och så vidare. Det var en lång inskolningsperiod, säger han. Olle hade även bokstavs barn, bland annat med MBD, och där målet till exempel var att träna på att koncentrera sig en längre stund. Olle träffade barnen en kvart, tjugo minuter var eller varannan vecka, enskilt och sen en gång i veckan med en 40 minuters grupplektion.

Olle tycker att den enskilda undervisningen ger betydligt mer. Han förklarar att här utvecklas individen på ett helt annat sätt än när fem-sex stycken är i en grupp. Då kan barnen lättare tappa koncentrationen. Det blir en träning i sig av att vara tillsammans, fortsätter han, och också att upptäcka att gruppen kan göra saker tillsammans. Grupp- och enskilda lektioner fyller olika funktioner, säger Olle, och det var betydelsefullt att se de som jag jobbade med i olika sammanhang. De uppförde sig inte alltid lika, berättar han. Vissa musikaliska företeelser kan inte belysas annat än i grupp, som samspel till exempel. Sen betvivlar Olle inte ett ögonblick på att alla barn skulle må bra av att ha enskilda lektioner i musik.

Fysiska funktionshinder är faktiska rörelsehinder som blindhet, dövhet och intellektuella hinder som damp, förklarar Olle. Psykiska funktionshinder eller psykoser uppstår mer akut, och behandlas akut på ett annat sätt. Det blir en annan behandlingsgång och det ska vara en terapeut för att behandla. Ytligt sett när man tittar på en sådan session kan de förmodligen se lika ut, hävdar Olle. Det handlar om att använda musik som ett mellanled mellan terapeuten och patienten och som ett sätt för patienten att uttrycka sig. De som får musikpsykoterapi kan kanske inte kommunicera om sitt problem på något annat sätt än genom till exempel musik, som då används för att få dessa människor att närma sig sina psykoser. Genom instrumenten, en trumma, ett piano, sång eller rörelse kan de uttrycka sig. Verbalt kanske det inte går. Sen följs detta upp med samtal som är mer neutrala och där de musikaliska mötena analyseras, säger Olle. Dessa samtal hade Olle i regel inte med fysiskt funktionshindrade.

Olle tror att det är svårt för barn att få musikbehandling inom vården. De som jobbar med musikterapi gör det oftast inom skolans ram, säger han. Men det finns några få tjänster som har avtal med vården som tar emot patienter på remiss, fortsätter han, oftast patienter med psykiska problem. Olle vet inte hur vanligt det är att få remiss till en musikterapeut. Det varierar beroende på lokala förhållanden och på hur aktiva musikterapeuterna är, säger han.

När människor på ett eller ett annat sätt behöver stöd och hjälp i en situation i livet kan musikterapi användas, menar Svea. Musiken ger handlingsmöjligheter och motivation, fortsätter hon, och musiken kan också stärka självförtroendet. Svea tycker att musiken har förmåga att locka fram känslor, bära känslor, omfatta känslor, omfamna känslor och att hålla känslor. Musiken är där som en känslomässig trygghet och ger ickeverbala kommunikationsmöjligheter. Musik används också för att hitta symboler som på olika sätt blir redskap i relationen och i kommunikationen där. När vi sätter på musik hemma gör vi vår egen musikterapi, säger Svea, men tillsammans med en terapeut kan upplevelsen analyseras och i samspelet sätter processer igång.

Vissa barn eller vuxna får ut mer av enskilda möten med en musikterapeut medan andra har i grupp, eftersom de klarar det, menar Svea. Som terapeut kanske hon inte lägger fram något material, utan låter gruppen komma med idéer. Exempelvis en favoritsång som gruppen sedan jobbar med i flera år eftersom sången blir bättre och bättre. Svea har som terapeut ansvar över situationen, men vågar också överlåta ansvaret till gruppen och iakttar då deras reaktioner med varandra. Att jobba med en grupp ger mer, säger Svea, eftersom det här finns en relation med andra människor. Hela gruppen påverkas när någon är glad eller ledsen och det är viktigt att inte ignorera detta, berättar Svea. Det kommer upp känslor från kroppen i de olika övningarna och därför är en viktig fråga i terapi: Vad händer känslomässigt här just nu? Detta, menar Svea, behandlades inte på pedagogutbildningen och många gånger kände hon att hon saknade det.

Om individuella möten ska fungera måste det finnas en slags ”terapeutisk allians” och Svea och människan som hon jobbar med måste bli ”bundsförvanter”. En terapeut får också stå ut med en del projiceringar, berättar Svea.

Musikterapi används i många sammanhang, till exempel i friskvård. Svea är musikterapeut, men är främst musiker, säger hon. Det händer någonting med människor när det handlar om musik och samspel och dessa möjligheter tar vi med oss in i nya arbetsfält och tar reda på och fördjupar oss i vad musikterapi vill säga. Inom skolans ram känner Svea att hon får mer ut av att vara där som musikterapeut. Då kan hon möta människor och det uppstår improvisationssituationer då musiken blir levande i nuet, säger Svea. Musiken får lov att påverka. Framförallt reagerar Svea på prestationen inom musik, att man ska prestera bra låtande musik. Det tycker hon är ointressant ibland. Det är mer intressant att låta barn och unga prestera där de är nu och se vad som händer, menar Svea.

Svea tycker att musikterapiutbildningen är bra att ha som en kompetens även inom andra yrken. Framförallt har hon genom musikterapi förstått varför musik är viktigt och vad musik kan göra för människan.

På 1970-talet och 1980-talet, gick Britt kurser under rubriken Musikterapi där hon mötte olika musikterapeuter som Paul Nordoff, från USA, Klaus Bang från Danmark, Lasse Hjelm och Ulla Stigendal från Sverige. Musikterapi var lite på gång då på 1970-talet, berättar Britt. Många var intresserade av musikterapi. Britt arbetade som, som hon kallar det, amatörmusikterapeut med utvecklingsstörda. Hon hade också kurser i musik med både barn och föräldrar.

Britt berättar om en autistisk flicka som, efter vad Britt förstod, tyckte att alla ljud var hemska och att omvärlden var störande. Flickan hade väldigt höga och starka ljud för sig och Britt gick hem och grubblade över hur hon skulle möta flickan och hur de skulle kommunicera. Hon samlade ihop idéer från videofilmer och exempel från alla pedagoger som hon mött från USA, Danmark och Sverige. Britt kände att flickan nog uppfattade henne som ett stort hot. Hon tog med sig sin blockflöjt och lade sig på golvet för att vara så lite hotfull som möjligt. Flickan stod i ett hörn med en papperskorg över huvudet. Hade någon sett oss utifrån hade de säkert trott att båda tillhörde institutionen, menar Britt, men detta struntade hon i. Här kommer rytmiktänkandet in att våga göra allt,

utbrister Britt. Jag kan inte tänka på att jag har titlar, vilka skor eller kläder jag har eller att jag inte får smutsa ner mig utan det gäller bara att vara fullt ut för att möta denna människa. När flickan gjorde sina ljud, lyckades Britt pricka samma ton på sin flöjt, och då lyssnade flickan. Sedan kommunicerade de med hjälp av dessa ljuden och Britt kände verkligen att de då fick kontakt.

Jag frågade Britt om när hon jobbade som, som hon kallade det, amatörmusikterapeut, varför hon inte kunde säga att hon gick in som rytmikpedagog. Hon svarade mig att hon var utbildad rytmikpedagog och hade musik med utvecklingsstörda. Men, fortsätter hon, eftersom hon inte gått någon utbildning i musikterapi var hon på amatörbasis.

Kulturcentrum Skåne i Lund är en eftergymnasial kulturutbildning för lätt utvecklingsstörda, där de starkt och tydligt uttalar att de inte känner till vilken diagnos som ställts på eleverna. Istället utgår skolan ifrån att alla människor är olika och är lika värda. De jobbar med så fina metoder, berättar Britt, att var och en kommer till tals och utvecklas utifrån vad hon/han kan, precis som för vilken människa som helst, utbrister hon! När det inte finns en förutfattad mening om en människa finns ett annat utgångsläge. Jag behöver inte bete mig på något speciellt sätt. Vi lever i ett demokratiskt samhälle och när vi inte vet så mycket om en människa behandlar vi ofta alla lika och segregerar inte, berättar Britt. I mitt huvud existerar inte begreppet musikterapi längre, menar Britt, det försvann när jag förstod hur de arbetar på Kulturcentrum Skåne i Lund.

Fråga 5. Vilka likheter finns mellan rytmik och musikterapi?

Olle jobbade samtidigt som både musikterapeut och vanlig musiklärare och i princip gjorde han samma saker med båda grupperna barn, men på olika nivåer. Han använde musik för att utveckla barnen men också för att undervisa dem i musik.

Olle berättar att barn med särskilda behov eller behov av särskilt stöd och stimulans, är en sanning med modifikation, eftersom alla barn behöver detta. Ofta har Olle hört dem som jobbar som speciallärare säga: "Det här skulle alla barn ha!" Principerna för att bry sig om individen och försöka hitta individens behov här och nu är gemensamma för vanlig undervisning och specialundervisning. Men i specialundervisningen är sättet mer utstuderat, uttalat eller finstilt, säger Olle. Han kallar sin verksamhet specialundervisning i musik, specialmusik.

Den musikundervisning Olle sysslade med, med de utvecklingsstörda barnen skulle kunna kallas specialpedagogik. I princip är specialpedagogik ett sätt att fokusera på vissa avvikelser mot normalt beteende och normal utveckling. Då kan till exempel musik, rytmik eller massage användas, menar Olle. Rytmik skulle kunna vara specialpedagogik.

Sammanfattning: Olle anser att funktionsinriktad musikterapi och musikpedagogik i praktiken gör samma saker men på olika nivåer. Han tycker också att alla barn skulle ha tillgång till specialpedagogik. Han kallar sin verksamhet för specialmusik och tycker att rytmik skulle kunna vara specialpedagogik.

Det som musikterapi och rytmikpedagogiken har gemensamt är musiken. I boken "Varma ögonblick" skriver Ruud om hur mycket musik kan användas till och att musiken höjer livskvaliteten, säger Svea. Rytmiken var Sveas första upplevelse av att kunna vara med i musiken utan att faktiskt behärska något instrument, där rösten och kroppen är fullt tillräckligt. Och det är där musiken börjar, berättar Svea, i oss som människor. Egentligen är det svårt att separera terapi och musikpedagogik eftersom musik alltid kan ha en terapeutisk effekt, menar hon.

Som terapeut förstår hon vikten av att vänta in, av att inte pressa och att vara bundsförvant med dem

hon jobbar med. Detta borde en lärare också tänka på, menar Svea.

Som terapeut ser jag människan, som pedagog ser jag människan och det i musiken som den vill lära, säger Svea. Men eftersom Svea ser människan i första hand också i lärandesituationer, känner hon att det blir lite av en konflikt och vill därför inte jobba som lärare. Människan ska utvecklas på sitt eget sätt, säger hon, och det ska får lov att ta tid. Tid som kanske inte finns i skolan.

Även som pedagog hämtar Svea in material från gruppen. I både musikterapi och i rytmiken är det viktigt att också ha en god relation. I musikterapi använder Svea olika improvisationsformer som ligger nära rytmikens sätt att använda olika instrument. Specialpedagoger jobbar mycket med musik med funktionshindrade människor, förklarar Svea. Hon beskriver specialpedagogik som ett sätt att möta och hjälpa människan där den befinner sig, genom att erbjuda en metodik och en pedagogik som anpassas på ett eller ett annat sätt.

Specialpedagogik finns i både musikterapi och i rytmik och är viktig i båda. Inom specialpedagogiken är det viktigt att möta människan, men du måste också ha redskap för att pedagogiskt gå vidare. Det är en annan situation än i terapiesammanhang. Terapeuter kan bli väldigt duktiga specialpedagoger och tvärtom. Som både rytmikpedagog och musikterapeut kan Svea jobba med de barnen som behöver extra stöd, och eftersom det är inom ramen för skolan kallar hon sitt arbete för specialpedagogik.

Svea tänker tillbaka på sin egen skolgång och hoppas att det är annorlunda idag. Hon fick en känsla av att det då var det som presterades som var viktigt, och att det känns sorgligt att ingen frågade efter hur hon var som människa. All kunskap, menar Svea, kan du återhämta och ta igen och du fortsätter att utvecklas hela livet. Därför tycker Svea att skolan, oavsett om det är specialpedagogik eller traditionell pedagogik, aldrig får ta ifrån människans möjlighet till självförtroende. Skolan måste bygga på det som finns och inte på det som inte finns. Och där kommer musiken in! Musiken är en sorts möjlighetsträning på ett väldigt konkret sätt eftersom den tar sig an hela människan, berättar Svea. Musiken tar sig an alla dina känslor och hela din livssituation. På något sätt når musiken djupare skikt i varje människa, som är väldigt personliga. Inte ens en terapeut kan veta vad som händer. Terapeuten ser reaktionen och tänka att här är det saker som är på gång, här händer saker som är bra. Här vågar en människa visa känslor helt plötsligt, utbrister Svea.

Svea fantiserar om en skola där olika konstnärer kan komma in som konstnärliga möjligheter i skolan. ”Tänk när skolan blir en bas för upplevelser för att göra livet meningsfullt, upplevelserikt och värdefullt för var och en som sitter i skolbänken”, säger Svea. Det är ju upplevelsen framförallt först, att vara en värdefull människa precis där du är. ”Skit samma vad du kan”, utbrister hon, ”om det är i ett sammanhang där du är värdefull som människa”. Om vi inte börjar där, menar Svea, kommer framtidens skola att vara ständigt beroende av terapeuter. Till exempel kunde skolan plocka in de konstnärliga ämnena i den vanliga undervisningen för att levandegöra dem. Detta tror Svea att många rytmikpedagoger skulle hålla med om. Rytmiken erbjuder barn att förstå med alla sina sinnen och kan därigenom också nå alla barn. Att hitta varje barns språk, som kan vara rörelsen, musiken, fotbollen eller något annat, måste skolan erbjuda möjligheter inom flera områden där människor kan växa, avslutar Svea.

Svea tror att skolan förstår detta men att det finns en tröghet i förändringen. Det skrevs mycket om Mozarteffekten, menar Svea, men hon tycker istället att var och en människa måste komma med sin musik. Det kanske är hårdrock som är effektivt för dig i den situationen du befinner dig i, säger hon.

Allting kan uttryckas inom musik, säger Svea. Det som uttrycks är aldrig farligt. Snarare är det som *inte* uttrycks farligt, menar Svea. Det blir som att lägga ett lock på, om harmoni och balans hela tiden eftersträvas. Låt hellre saker hända, säger Svea, och låt olika känslor få utlopp.

Svea älskar att komma in som konstnär, som musiker, och göra olika program i skolan. Hon har inte jobbat i skolan de senaste 15-20 åren som pedagog, och tycker att det är svårt att komma in och jobba i skolan. Visst måste skolan ha en struktur, säger hon, men hon tycker att det är jätteviktigt med konstnärer och människor som tänker annorlunda i skolan. Att det får bli lite rörigt och lite kaos ibland och inte bara schemafixering. Detta kräver lite mer av oss som pedagoger och det skulle bli lite rörigt och lite jobbigt ibland. Svea tror att vi är på väg mot ett sådant tankesätt i skolan.

Vi behöver fler forskare som sätter ord på vad vi gör, fortsätter Svea. Hon skulle önska att vi gick mer åt ett konstnärligare och mer kreativt skapande samhälle. Även om det ibland skulle kännas ineffektivt är det mer effektivt inom det humanistiska tänkandet. Att möta människor där de är och inte där man önskade att de var. Svea hoppas och tror att grundskolan har förändras sedan hon gick där. Skolan är en fantastisk plats, menar hon, och en fantastisk möjlighet och barnens liv under minst nio år. Därför får skolan inte bara vara kunskapshysterisk utan framförallt ge en känsla av att varje barn får känna sitt eget värde och få möjlighet till framtidstro. I detta gäller, oavsett om det är musik eller fotboll, att erbjuda möjligheter att uttrycka sig. Här tror Svea att musikerapeuter har mycket att bidra med, inte bara i terapiesammanhang utan även pedagogiskt. Hon tror mycket på samarbete mellan pedagoger och terapeuter.

Sammanfattning: Musiken är gemensam i musikterapi och musikpedagogik och musik höjer livskvaliteten och har alltid en terapeutisk effekt, säger Svea. Musiken börjar i oss människor, och i rytmiken använder man sin röst och sin kropp och behöver inte kunna spela något instrument. Som terapeut har hon tid att vänta in och tycker att lärare också borde göra detta. Specialpedagogik finns i både musikterapi och rytmik och är viktig i båda. Svea vill plocka in de konstnärliga ämnena i den vanliga undervisningen för att levandegöra dem. Hon skulle önska att vi gick mer åt ett konstnärligare och mer kreativt skapande samhälle. Skolan ska inte bara vara kunskapshysterisk, säger hon, utan framförallt ge en känsla av att varje barn får känna sitt eget värde och få möjlighet till framtidstro. I båda professionerna ser man människan och möter henne där hon är.

Psykoser kan lättas upp med musikundervisning, och kanske behandlas genom detta. Men inte behandlas rent av, säger Britt. En rytmikpedagog skapar förutsättningar för att också lära annat än musik. I den fysiska aktiviteten jagas endorfiner upp som gör både kroppen och huvudet lyckligt, och detta öppnar dörrar också för annat lärande.

En rytmikpedagog har ett försprång när hon går in i musikterapiutbildningen, säger Britt. Mycket av det som behandlas i utbildningen, fortsätter hon, har en rytmikpedagog redan tangerat.

På kulturcentrum Skåne i Lund är resultaten på en nivå som kanske många så kallade normalbegåvade inte når upp till. Istället för musikterapeut, vill Britt kalla det för medmänniska eller lärare som jobbar med musik i samspel med barn eller vuxna. Musik används för att utveckla människan. Det spelar igen roll om jag är rytmikpedagog eller musikterapeut, utan om att se människan och möta henne där hon är. Gränser uppstår när människor behandlas olika. Redan då finns en målsättning i tankegången. Eleverna i Lund har ett funktionshinder, de kanske har svårt att orientera sig, kanske har svårt för att se ett helhetsperspektiv på tillvaron, men människor ska inte behandlas olika för det, menar Britt. Om du har en cp-skada, om du är 75 år eller 25 år, om du är mörkhyad eller har upplevt något traumatisk spelar ingen roll. Alla människor är olika och är lika värda.

Sammanfattning: Psykoser kan lättas upp med musikundervisning, och kanske behandlas genom detta, säger Britt. Mycket av det som behandlas i musikterapiutbildningen, fortsätter hon, har en rytmikpedagog redan tangerat. Istället för musikterapeut, vill Britt kalla det för medmänniska eller lärare som jobbar med musik i samspel med barn eller vuxna.

Fråga 6. Vilka skillnader finns mellan rytmik och musikterapi?

Alla barn har inte behov av specialmusik, hävdar Olle. De som är normalt utvecklade, som fungerar socialt och som har en normal intelligens, normal motorik och så vidare behöver det inte. Dessa, säger Olle, utvecklas musikaliskt med vanlig musikundervisning.

De funktionshindrade barnen, som Olle jobbade med, sysslade inte med musik för att lära sig om musik, utan musiken var ett medel för att åstadkomma annat, förklarar han. Syftet och målet är alltså den stora skillnaden mellan musikpedagogik och musikterapi, säger Olle. Men medlen kan se lika ut utifrån sett, säger han. Olle beskriver en tänkt situation där han har en visa och delar ut rytminstrument. Barnen får instruktioner hur de ska göra eller får själva hitta på. De spelar tillsammans och om jag då har musikterapi, förklarar Olle, så är det uteslutande syftet att få dem att sammusicera så att det blir så musikaliskt som möjligt. I musikundervisning berättar han mer om sången, vilken taktart den går i, vem som har skrivit den och så vidare. Det är kompletterande moment. Men speldelen kan se lika ut, säger han, även om det är på olika nivåer. Olle berättar att om han till exempel försökte få de utvecklingsstörda barnen att hålla puls, försökte han göra rytmer med barnen i den vanliga musikundervisningen. Men han håller med mig när jag påstår att den vanliga musikundervisningen också kan vara på den nivån att man tränar puls med dem.

När jag frågar om en lektion med funktionshindrade utifrån skulle kunna se ut som en rytmiklektion, svarar Olle att rytmik bygger på rörelse, och det är svårt att ha rytmik med människor som inte har rörelseförmågan, menar han. Då blir det en form av begränsad rytmik. Men däremot finns det människor med funktionshinder som kan röra sig, till exempel är rytmik för hörselskadade är jättebra, där de kan lyssna exempelvis med magen. Syftet med övningarna är olika, men det kan se mycket likt ut ur betraktarens synvinkel.

Beroende på vad syfte är finns olika former av rytmik, säger Olle, och på samma sätt kan specialmusik och musikundervisning skiljas.

Sammanfattning: Syftet och målet är den stora skillnaden mellan musikpedagogik och musikterapi, säger Olle, men medlen kan se lika ut utifrån sett.

När Svea gick rytmikutbildningen hade hon en lärare som poängterade att rytmik inte är terapi. Ändå ville Svea förstå mer om kropp, rörelse och vad musiken betyder för oss. Rytmik är ett sätt att uppleva. Idag är Svea medveten om att rytmik kan få en terapeutisk effekt, men efter att hon i musikterapiutbildningen har läst om vad psykodynamisk orienterad musikterapi innebär förstår hon skillnaden på rytmik och musikterapi. Även om effekterna av rytmik kan vara terapeutiska har jag som rytmikpedagog inte den terapeutiska grundkunskapen, om jag inte själv har jobbat mycket med min egen inre utveckling och läst in mig på området, förklarar Svea. Att jobba under handledning är en av de största skillnaderna mellan rytmik och musikterapi.

Som pedagog kanske jag måste pressa i vissa lägen, säger Svea, och gå snabbt framåt. Men i terapi handlar det om att vänta in och agera när det är dags att göra en intervention, att se när det är läge. En pedagog har inte tid till detta, men tanken att vänta in är bra att ha med sig ändå. Vissa barn kan inte bli pressade och det visar sig tydligt i individuell undervisning, berättar Svea. Som musikterapeut öppnar jag upp för att inte göra, inte se möjligheter, inte gå på, inte sätta igång, utan luta mig tillbaka och se vad som händer, förklarar hon. Medan jag som pedagog ska vara snabb att styra. Svea tror att pedagoger kan vinna en hel del på att luta sig tillbaka och se vad som händer. Men ändå är det viktigt att veta att det är två olika kompetenser, säger hon. Rytmiken är ändå en musikpedagogik, någonting som ska läras ut och elever ska få redskap för att kunna lära sig mer och uppleva musik. I terapi handlar det om att lösa upp spänningar, berättar Svea. Detta kan också ingå i rytmik, men så fort du har en terapeutisk situation, fortsätter hon, innebär det att någonting

har hänt, som behöver lösas upp på ett eller ett annat sätt.

I musikterapi används musik för att stödja, utveckla och växa som människa, berättar Svea. Relationen människor emellan kan bli starkare av musik och musik används också för att öppna upp och våga relatera med en annan människa och därmed gå vidare i livet, beskriver hon. En skillnad är att pedagoger ofta har en större grupp och andra förutsättningar än i terapeutiska sammanhang, då grupperna ofta är mindre och tid finns på ett annat sätt.

Sammanfattning: Även om effekterna av rytmik kan vara terapeutiska har en rytmikpedagog inte den terapeutiska grundkunskapen. Att jobba under handledning är en av de största skillnaderna mellan rytmik och musikterapi. Svea tror att pedagoger kan vinna en hel del på att luta sig tillbaka och se vad som händer. Rytmiken är ändå en musikpedagogik, någonting som ska läras ut och elever ska få redskap för att kunna lära sig mer och uppleva musik. I terapi handlar det om att lösa upp spänningar, berättar Svea. En skillnad är att pedagoger ofta har en större grupp och andra förutsättningar än i terapeutiska sammanhang, då grupperna ofta är mindre och tid finns på ett annat sätt.

Terapi är något en människa själv väljer att söka upp för att få hjälp med själsliga problem eller för att ändra på ett önskat beteende. En terapeut är min fråga- och svarsvägg, säger Britt.

Om jag tittar på rytmik och musikterapi utifrån och utan förförståelse för vad rytmik och musikterapi är, är skillnaden bara att det är olika deltagare, menar Britt. Men känner jag till grunderna i båda dessa professioner syns skillnaden.

DISKUSSION

Jag sammanfattar här svaren från mina tre intervjuer och diskuterar dessa i relation till teorin i mitt teorikapitel.

Vad är rytmik?

Svea förklarar rytmik som en upplevelse- och erfarenhetsbaserad pedagogik. Människan och hela hennes kompetens och känslor används här för att närma sig musiken. Jag behöver inte kunna spela något instrument utan använder rösten och kroppen, säger hon. Dalcroze (Rytmikforum, 2003) menar att all musikundervisning borde innebära träning av kroppen, eftersom det är kroppen tillsammans med intellektet som spelar på ett instrument. Hela den mänskliga kroppen är våra känslors främsta redskap att uttrycka sig och därför anser Dalcroze att kroppen i sig måste betraktas som ett musikinstrument. Jag jämför med att istället för att måla en tavla med en pensel, måla direkt med fingrarna. När musiken är det uttryckande språket behöver man ingen omväg för att formulera sig, det räcker att du är där med din kropp och din röst. Används kroppen som uttrycksmedel kommer man närmare källan, det blir mer direkt och närmre musiken. I rytmiken finns mycket improvisation och då behöver man inte kunna redan färdiga stycken, eller ens vara ”duktig” på ett instrument, man kan musicera direkt och skapa stycket i stunden. I en fri improvisation krävs mindre prestation och vem som helst kan göra det.

Britt blir först överväldigad av frågan om vad rytmik är eftersom den känns så omfattande, men svarar sedan att rytmik är en helhetstänkande pedagogik, där hela människan beaktas. Rytmik kan också lätta på musikaliska spärrar eller lösa musikaliska problem, säger hon. Hannaford (1998) påstår i sin bok Dominansfaktorn att människor har ett dominant sinne och att sinne och kropp samverkar. Eftersom rytmiksättet använder de olika sinnena i sin undervisning kommer var och ett barns mest dominanta sinne att ha möjlighet att stimuleras. Britt förklarar att rytmikpedagogen är medveten om och tar hänsyn till barns utveckling. Genom rytmiken kommer deltagarna närmare musik från en annan synvinkel, än den som andra musklärare kanske har, säger Britt. Som jag ser det går detta att jämföras med Gardners teori om de olika intelligensstyperna (Gardner, 1998). En holistisk musikmetodik tar hänsyn till flera av Gardners intelligenser, som exempelvis kinestetisk, visuell och social intelligens. Dalcrozepedagogiken använder också en kinestetisk infallsvinkel som en väg till kunskap om musik (Rytmikforum, 2003). I Dewey's aktivitet pedagogik hänger vidare teori, praktik och reflektion samman (Vittra). Det är spännande med Hannafords teori om att ökningen av svårigheter att lära kan ha att göra med att hänsyn inte tas till barnets mest dominanta sinne. Vissa barn passar inte in i mallen som bjuds i skolan och blir inte tillgodosedda. Alla har olika sätt att lära och troligen lär sig de flesta genom att göra, precis som Dewey säger. Mina egna erfarenheter med diagnostiserade barn är att rytmiken har haft god inverkan. Jag har sällan upplevt att dessa skiljer sig från andra barn med att till exempel behöva extra hjälp eller tid att lära. Jag tror att barnen då känner sig mer jämlika andra barn jämfört med på andra lektioner där de kanske får stödundervisning. Det verkar som att det inte bara löser musikaliska spärrar och problem utan även underlättar till exempel sociala situationer.

Olle beskriver rytmik som ett sätt att visualisera musik. Detta kan jämföras med Dalcroze's tre motto: ”Visa i rörelse vad du hör”, ”visa med ljud vad du ser” och ”visa vad du föreställer dig” (Rytmikforum, 2003). Detta kan tolkas så att man helt enkelt försöker hitta rörelser till ljud, ljud till rörelser och att med kroppen uttrycka olika känslor. I kapitlet Rytmikämnet på Musikhögskolan i Malmö beskriver jag hur mina elever lekte små fåglar när jag spelade i diskanten på pianot och krälade som maskar när jag spelade bastoner på pianot. Barnen tolkade då pianospel med olika rörelser. Sedan översattes detta pianospel till en notbild och barnen kunde då se hur det som de precis hörde ser ut i noter, och kunde hänvisa till det som de nyss upplevt. En parallell till detta kan vara det Dalcroze (Rytmikforum, 2003) säger, nämligen att om musikaliska moment fästs i muskelminnet kan eleven sedan förknippa skriven musik med en ”känslorörelse” och då lättare

förstå och höra med sitt inre öra hur notbilden låter.

Dalcroze samarbetade med psykologer och fysiologer eftersom han insåg betydelsen av motorisk, känslomässig och social utveckling i denna metod. Olle uttrycker något liknande i det att han säger att rytmiken utvecklar deltagarna i kommunikations- och rörelsesynpunkt. Skolan och uppfostring handlar i synnerhet om att lära sig att interagera med andra. Förr fungerade läraren bara som ett levande uppslagsverk medan jag tycker att pedagogen idag ska sträva mot att mer vara en vägledare som ger tips för att hjälpa till att lösa problem och att fungera som diskussionsledare och se till att allt går moralisk och etiskt rätt till samt att alla som vill kommer till tals.

Svea saknar en handlingsberedskap inom yrket, och poängterar att rytmikmetoden är en pedagogik. Vuxna människor får ta hand om överväldigande känslor inom andra forum. Svea har använt sin rytmikerfarenhet inom många andra områden. Precis som jag diskuterade ovan, att lärarna idag inte bara fungerar lärarna som uppslagsverk, tycker jag att det är självklart att en lärare ska ha en utvecklad handlingsberedskap. Jag känner själv att jag ibland saknar det, i synnerhet när jag är ensam med en grupp barn. Jag har nyligen diskuterat detta med några andra nyblivna pedagoger och de känner liksom jag att de hade önskat mer av handlingsberedskap.

Som rytmikpedagog har man ständigt välplanerade lektionsplaneringar med nya idéer, säger Britt. Som rytmikpedagog planerar jag en lektion så att hela lektionen får ett sammanhang, vilket också ger lektionen meningsfullhet. Som en sorts handlingsberedskap brukar jag också planera olika lösningar så att jag kan anpassa lektionen beroende på hur den tas emot av gruppen. En välplanerad lektion kan också betyda att det finns en genomtänkt plan B och plan C, så att jag kan vara flexibel och anpassa efter gruppen. Att hela tiden hitta på nya idéer, sätt och lösningar gör att jag utvecklar mig själv som lärare, och detta har gruppen i sin tur nytta av, eftersom jag då trivs med mitt arbete. Det blir som en slags ständigt pågående aktionsforskning. När jag är entusiasmerad känner barnen att mitt engagemang är äkta och lektionerna känns därigenom mer meningsfulla.

I rytmiken används ofta en genomtänkt och analyserad lek, menar Britt. Vernersson (2003) pratar om rytmik som lek på allvar. Enligt mina erfarenheter har lek ofta haft en oseriös klang som exempelvis när jag gick i småskolan och lekte på rasterna. När lektionen började var det slut på leken och allvarligt lärande startade. Jag frågar mig varför det måste vara så? Varför kan man inte leka och lära sig? Ju äldre barnen blir desto mindre tas leken på allvar. Barnen skolas in i en värld där lek tillhör ledig tid, på rasterna och när skolan har slutat för dagen. Jag frågar mig varför? Om nu leken är människans naturliga sätt att lära varför då inte använda sig av den i lärsammanhang? Ingvar (Eldh, 2002) pratar om ett motstånd mot att lära och att det måste löna sig att lära och vad skulle vara en bättre belöning än att man får ha roligt och uppleva saker.

Bergström (Gärdsmo-Pettersson, 2005) menar att lek måste bli viktigare i skolan om vi vill utveckla människan på flera plan. Han menar att det är i kreativt kaos som vi lär oss bland annat att se möjligheter och helheter och att värdera. Bergström pratar också om att hjärnans uppgift är att förmedla mellan människans inre och yttre miljö, medan traditionell undervisning riktar sig mot att lära sig behärska den yttre miljön. Svea säger i detta sammanhang att det självklart behövs struktur i skolan men vill istället för schemafixering ha in mer kaos i skolan och att man ska tillåta att det blir lite rörigt ibland. Hon anklagar skolan för att vara kunskapshysterisk och menar att all direkt kunskap kan tas igen och det är viktigare att skolan blir en bas för utveckling och upplevelse.

Vad är musikterapi?

Olle förklarar att begreppet terapi betyder behandling och att musik som medel inte botar människor. Han poängterar att musik kan åstadkomma förbättringar i människors fysiska eller psykiska tillstånd. En terapeut gör en medicinsk plan, säger Olle. Jag funderar på om denna kanske skulle kunna liknas vid en individuell kursplan.

Svea säger att musikterapi används när människor på ett eller ett annat sätt behöver stöd och hjälp i en situation i livet. Musiken kan där ge handlingsmöjligheter, ickeverbal kommunikation, den kan locka fram känslor och motivation. Ruud (2002) menar att musik kan nå in till områden i kroppen, till känslor som inte så lätt kan nå verbalt, eftersom en musikalisk kommunikation kan vara mer mångtydig och motsatsfull än vad det verbala språket kan vara. Bonny (Alternativmedicinkommittén) menar att musik har en förmåga att tränga ner i djupa medvetandeplan och frigöra lagrad information som finns där. Enligt musikterapeutiska utbildningen i Stockholm, är musiken och den musikaliska kommunikationen ett medel för att med olika metoder väcka och påverka människor känslomässigt och därmed frigöra psykiska blockeringar och påverka negativa tillstånd. Musik har en förmåga att verka avspännande, lindra smärta och reducera stress och ångest, menar Ruud (2002). Därför används musiken mycket inom vården som till exempel i geriatri där musikterapeuten finns som hälsoarbetare. Ruud berättar också om svårt sjuka barn som fick möjlighet att bli författare, musiker och kompositörer. Ruud pratar också om musik som livskvalitetshöjande. "God hälsa" är subjektivt, menar han, och ett positivt tänkande hjälper oss att hålla oss friska. Musik har ett stort mentalhygieniskt värde, men detta gör det inte automatiskt till psykoterapi. Musiken ger upplevelser och ibland är det ointressant att alltid prestera bra musik, tycker Svea.

För att en verksamhet ska kallas för musikterapi ska musik användas som det huvudsakliga medlet. En diagnos ska ställas och det ska finnas mål som ska verka mot varaktig förbättring. Terapeuten ska vara utbildad musikterapeut. Enligt nationalencyklopedin arbetar musikterapeuter ofta tillsammans med till exempel läkare, psykologer och kuratorer, därför kan det vara svårt att urskilja vilken effekt just musiken har haft i sammanhanget. Teoretiska grunder för musikterapi hittas i teorier om hur musiken påverkar människan och underlättar kommunikationen människor emellan.

Britt anser att musikterapibegreppet inte finns efter att ha sett hur de arbetar på Kulturcentrum Skåne i Lund. Jag tolkar det som att Britt menar att funktionsinriktad musikterapi inte längre existerar i hennes begrepps värld. Jag håller med om att funktionsinriktad musikterapi kanske inte skulle betraktas som en terapiform utan att musik då istället används som medel för att utveckla människor musikaliskt, fysiskt eller psykiskt. En rytmikpedagog är uppfinningsrik och hittar olika lösningar och lekar som anpassas efter deltagarna. En rytmikpedagog måste vågar göra allt, menar Britt, och säger också att rytmikpedagogen har goda förutsättningar för att jobba med olika funktionshinder. En terapeutisk kompetens är bra att ha när man jobbar med människor, som inom läraryrket, säger Svea.

Olle är medveten om att grupplektioner ger andra saker än individuella men tycker att det sistnämnda ger mer. Svea anser att grupplektioner ger mer och att de som inte klarar av att vara i grupp har individuella möten med Svea.

Vilka likheter finns mellan rytmik och musikterapi?

Livskvalitet och hälsa är subjektivt. Ett positivt tankesätt kan förbättra din hälsa och öka din livskvalitet. I folkmun hör jag att begreppet livskvalitetshöjande ibland jämföras med begreppet terapi. Ruud (2002) säger att musik kan stärka hälsan och livskvaliteten utan att sägas vara musikterapi. Inom den alternativa medicinen utges många böcker som hänvisar till traditionell musikterapi och det är svårt att dra en gräns mellan terapi och något som är livskvalitetshöjande, menar Ruud. Ruud hävdar att många upplever musik som en kraft i vardagen. En parallell till detta kan vara den psykedeliska musiken som ger en berusning (Nationalencyklopedin). Musiken upplevs alltså kraftfull och blir då mäktig och kan få djupa verkningar. Det är så här vi måste förstå musikens hälsofrämjande användning, menar Ruud, där musiken får en holistisk terapeutisk verkan. Musiken är gemensam i rytmik och musikterapi, säger Svea. Musiken tar sig an alla dina känslor och hela din livssituation. Musiken börjar i oss människor och höjer vår livskvalitet. Därför är det svårt att separera musikpedagogik från musikterapi eftersom musik i sig alltid kan ha en terapeutisk

effekt. Svea uttrycker precis mina åsikter och jag känner för egen del att har utvecklats mycket under min utbildning.

Britt anser att psykosor kan lättas upp i musikundervisning och kanske behandlas genom detta. I rörelsen som finns i både rytmik och musikterapi frisätts endorfiner som ger lyckokänslor, säger Britt. Mycket av det som finns inom musikterapi har en rytmikpedagog tangerat, men kunskapen fördjupas i terapiutbildningen, menar Britt. I både rytmiken och i musikterapi handlar det om att se människan och att möta henne där hon är, säger Svea. Musik används inom den humanistiska psykologin, som syftar till att behandla hela människan (Alternativmedicinkommitén, 1989), vilket gör den till en holistisk psykologi, och kanske skulle denna kunna liknas vid en avancerad form av rytmik. Efter min undersökning tycker jag att musikterapi skulle kunna vara en speciell inriktning av rytmik, som en spetskompetens. Olle menar att musikpedagogen och musikterapeuten jobbar ungefär lika fast på olika nivåer. Som musikterapeut använder sig Svea av improvisationsformer som ligger nära rytmikens sätt att använda olika instrument.

När jag läser om funktionsinriktad musikterapi känns det som om det är en fördjupad version av rytmik. Många rytmikare arbetar med fysiskt funktionshindrade människor, såsom cp-skada, damp, rörelsehinder osv. Detta arbetsfält har vi gemensamt med musikterapeuterna, här handlar det om att utvecklas fysiskt och som människa, därför antar jag att terapeutkompetensen inte krävs här. I musikpsykoterapi befrämjas den psykiska utvecklingen eller hävs blockeringar från exempelvis traumatiska upplevelser. Därför fordras terapikompetensen här. I Nationalencyklopedin står det att gränsen mellan specialpedagogik och terapi är flytande och omdiskuterad. Precis som FMT-metoden är rytmikpedagogiken tillämpbar och anpassningsbar i alla åldrar. FMT-metoden är en icke verbal metod och även i rytmikmetoden användes fler kommunikationssätt än det verbala. På rytmikutbildningen ingår dramaundervisning som en viktig del i improvisationsutvecklingen och musikdrama för människor med psykiska svårigheter finns att tillgå, menar Ruud (2002).

Som terapeut förstår Svea vikten av att vänta in vilket man också borde göra oftare i pedagogiska sammanhang.

Som terapeut ser jag människan och som pedagog människan och musiken, menar Svea. Alla människor är olika varandra. Vi har alla våra specialområden och brister. Inför lagen är vi alla lika och alla är lika värda, säger Britt. Det gör det samma vad du kan, säger Svea.

Olle säger att alla barn borde få tillgång till specialpedagogik och får detta bekräftats hos specialpedagogerna. Ruud (2002) skriver att som specialpedagog jobbar musikterapeuten med till exempel dövblinda, hörselskadade, barn med hjärnsador och inlärningssvårigheter och det finns lika många sätt att använda musik som det finns individer. När ett barn i skolan inte tillgodogör sig den traditionella undervisningen föreslås specialundervisning. Specialpedagogiken erbjuder andra undervisningssätt som jag förmodar tar mer hänsyn till dominerande inlärningssätt (Hannaford, 1998) och olika intelligenser (Gardner, 1998). Kanske känner sig dessa barn stigmatiserade och har ofta inte en stor grupp att förhålla sig till. Men kan det vara så att specialpedagogiken för att stimulera barn i behov av särskilt stöd innehåller ett roligare och mer upplevelserikt förhållningssätt? Specialpedagogik finns i både rytmik och musikterapi, säger Svea. Rytmik skulle kunna vara en sorts specialpedagogik, säger Olle. Nationalencyklopedin menar att gränsen mellan specialpedagogik och terapi är flytande och omdiskuterad. Istället för musikterapeut, vill Britt kalla det för medmänniska eller lärare som jobbar med musik i samspel med barn eller vuxna.

På sidan åtta ger världsorganisationen för musikterapi sin definition av vad musikterapi är. När jag läser denna definition kan jag inte låta bli att i min fantasi byta ut orden musikterapi och musikterapeut mot rytmik och rytmikpedagog och då känna att definitionen även stämmer överens med min tolkning av vad rytmik är.

Vilka skillnader finns mellan rytmik och musikterapi?

Rytmik och musikterapi använder sig av musiken som medel men har olika syfte och mål, säger Olle, och detta är den största skillnaden mellan professionerna som jag har funnit genom min undersökning. Musikövningarna kan vara de samma men i musikterapi användes inte musiken för att undervisa i musikämnet, menar Olle. Pedagogiken har som syfte att få barnen att lära sig musik jämfört med i terapisammanhang där något har hänt och musiken kan hjälpa till att lösa upp spänningar, säger Svea.

Olle säger under rubriken Vad är musikterapi? att en musikterapeut har behörighet att göra en medicinsk plan och detta är en stor skillnad mellan en rytmikpedagog och en musikterapeut. Dock gjorde Olle en egen planering och utvärdering i sitt arbete som outexaminerad musikterapeut.

Svea förklarar att en rytmikpedagog inte har den terapeutiska grundkunskapen och att som en terapeut kan jobba under handledning, säger Svea. Som rytmikpedagog diskuterar jag ofta olika tankesätt och övningar med andra rytmikpedagoger. Vi fungerar som varandras idébanker och hjälper varandra att lösa olika pedagogiska problem. Jag frågar mig också vem handledaren är? Vilken kompetens krävs för att få kallas handledare i musikterapi?

En pedagog har ofta större grupp än en terapeut, säger Svea. I terapi handlar det om att vänta in och agera när det är tillfälle, säger Svea. En pedagog kan ibland gå snabbt fram. När jag läser om funktionsinriktad musikterapi är den stora skillnaden att terapeuten har tid till att avvakta. Svea tycker att många tankegångar som hon som musikterapeut har, också kunde präglade rytmikpedagogiken. Till exempel detta att man väntar in.

Olle vidhåller att alla barn skulle ha specialpedagogik men att alla barn inte är i behov av specialmusik, utan att de istället kan utvecklas musikaliskt i vanlig musikundervisning.

Britt menar att terapi är något en människa själv väljer att söka upp för att få hjälp och jag tolkar det som att hon här menar psykoterapi.

Några frågor som denna uppsats lett till är vad en medicinsk plan är? Skulle kanske en medicinsk plan kunna jämföras med en individuell kursplan? Jag ser fram emot dagen då rytmikpedagogen också får tillgång till handledning i sitt arbete. Jag undrar också hur vanligt det är att rytmikpedagoger arbetar med funktionsinriktad musikterapi. Hur vanligt är det att människor utan musikterapi-kompetens jobbar inom yrket? Ovanstående frågor lämnar jag för framtiden att ta reda på.

SLUTSATS

Rytmik är en upplevelserik och holistisk musikpedagogik. Musikterapi är en behandlingsform där musikens alla underbara sätt används till att hjälpa människor. Det finns många likheter mellan dessa professioner som till exempel att musikens helande kraft höjer vår livskvalitet och rent av kan fungera som ett ”berusningsmedel”. Den ger oss verktyg till att kommunicera icke-verbalt och kan nå djupt ner i vårt innersta väsen.

Det finns några tydliga skillnader mellan rytmik och musikterapi. Dels är det sistnämnda en terapiform, det vill säga en behandlingsform och musikterapeuten är också kompetent att göra en medicinsk plan att arbeta efter samt jobbar under handledning. Rytmik är en musikpedagogik där musik är målet och syftet. De olika begreppen rytmik, specialpedagogik och musikterapi, flyter ibland ihop. På så sätt kan dessa begrepp ingå i varandra. Så till exempel kan specialpedagogik både innehålla rytmik och musikterapi.

Rytmikpedagogen har inte någon handledare. Själv diskuterar jag ofta olika tankesätt och övningar med andra rytmikpedagoger, så att vi blir varandras handledare, och vi fungerar som varandras idébanker och hjälper varandra att lösa olika pedagogiska problem. Jag har i min vardag mött rytmikpedagoger som arbetar med funktionsinriktad musikterapi och det känns som att rytmikmetoden är en sorts ”lightversion” av musikterapi. Musikterapi kan betraktas som en specialiserad form av rytmik där den största skillnaden är målet och syftet. Vidare skulle musikterapi kunna vara en spetskompetens inom rytmik. En rytmikpedagog har tangerat det som fördjupas i en musikterapiutbildning. En skillnad är att rytmikpedagoger ofta har en större grupp och andra förutsättningar än i terapeutiska sammanhang, då grupperna ofta är mindre och tid finns på ett annat sätt.

Fortsatt forskning

Det vore intressant att ta reda på vilka olika former av specialpedagogik som finns, samt vad rytmik kan tillföra inom specialpedagogiken.

Ett annat angeläget område skulle kunna vara att närmare utreda rytmikens möjligheter att användas i terapeutiska sammanhang.

REFERENSER

LITTERATUR

Bibeln, 2000 1 Sam.16:23

Gardner, Howard. (1998) *Så tänker barn- och så borde skolan undervisa*. Svensk översättning: Anita Segerberg. Jönköping: Brain Books AB

Granberg, Anita. (2000) *Tre svenska utbildningar i musikterapi*. En studie av inriktningar, arbetsfält och arbetsformer. Stockholm: Licentiatuppsats 40 poäng.

Hannaford, Carla.(1998) *Dominansfaktorn*. Översättning: Marika Hagelthorn. Falun: Brain Books AB

Patel, Runa. & Davidson, Bo. (2003) *Forskningsmetodikens grunder*. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning. Lund: Studentlitteratur

Ruud, Even. (2002) *Varma ögonblick*. Om musik, hälsa och livskvalitet. Översättning: Bo Ejeby. Göteborg: Bo Ejeby Förlag

Vernersson, Ann-Krestin. (2003) *RYTMIK-lek på allvar*. Malmö: Magisteruppsats i Musikpedagogik.

INTERNET

Alternativmedicinkommitén. (1989) *Alternativa terapier i Sverige- en kartläggning*. SOU 1989:62 Justitiedepartementet. Digital bearbetning: Björn Lundberg. Online: 2007-11-27.

Musikterapi: <http://www.alternativmedicin.se/sok/Beh-102.html>

Antroposofisk medicin: <http://www.alternativmedicin.se/sok/Beh-007.html>

Eldh, Gunilla. (2002) *Skolan är inte anpassad efter hjärnan*. DN del 9, 2002-10-09. Online: 2007-11-27 <http://www.dn.se/DNet/jsp/polopoly.jsp?d=1059&a=63995>.

Gärdsmo-Pettersson, Eva. (2005) *Kaos utvecklar barnet*. Trygghansa Online: 2007-11-27. <http://www.tryggabarn.nu/barn/Page1295.html>

Musikhögskolan i Malmö. *Utbildning* Lärarutbildning i musik, rytmikvarianten. Online: 2007-11-29 <http://www.mhm.lu.se/utb/ml/rytmik/default.html>

Musikhögskolan i Malmö. *Utbildningens innehåll och upplägg*. Online 2007-11-29. <http://www.mhm.lu.se/utb/ml/innehall.html#gemensam>

Musikterapiinstitutet. *Vad är musikterapi?* Online: 2007-11-29. <http://www.fmt-metoden.se/terapi.htm>

FMT-metoden, utförligare beskrivning: <http://www.fmt-metoden.se/fmt.htm>

Nationalencyklopedin. *Musikterapi*. Online: 2007-11-28
http://www.ne.se.ludwig.lub.lu.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=260740

Nationalencyklopedin. *Psykedelisk* Online: 2007-11-28
http://www.ne.se.ludwig.lub.lu.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=288190&i_word=psykedelisk

Nationalencyklopedin. *Psykedelisk musik*. Online: 2007-11-28
http://www.ne.se.ludwig.lub.lu.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=288193&i_word=psykedelisk

Nationalencyklopedin. *Rytmik*. Online: 2007-10-04
http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=297222&i_word=rytmik

Nationellt centrum för flexibelt lärande. *Lärostilar och lärstilsteorier*. Gardners multipla intelligenser. Online: 2007-11-29 <http://larstilar.cfl.se/?sid=1304>

Rytmikforum *Dalcroze och Dalcrozemetoden*. SRD- Svenska Rytmikpedagogförbundet Dalcroze, 2003 Online: 2007-11-28 <http://www.satbmusic.com/srd/asp/historik.asp>

Så här funkar hjärnan, (2005). Tryggghansa Online: 2007-11-27.
<http://www.tryggabarn.nu/barn/Page7214.htm>

Vittra. *John Dewey*. Online: 2007-12-01 <http://www.vittra.se/default.aspx?id=2298&refid=2292>

Werner-Kjellberg, Petra. *Vad är musikterapi?* Online: 2007-11-27.
<http://musicomatrix.com/mt1.htm>

BILAGA 1

FRÅGOR

1. Vem är du?
2. Vad är din profession?
3. Vad är rytmik?
4. Vad är musikterapi?
5. Vilka likheter finns mellan rytmik och musikterapi?
6. Vilka skillnader finns mellan rytmik och musikterapi?