

# A Case Study on Music Therapy Sessions with a Bereaved Child, and the Use of Digital Devices / Studiu de caz: Muzicoterapia cu un copil îndoliat și utilizarea unor dispozitive digitale

**Lois VĂDUVA**

Music Department of Emanuel University from Oradea, Romania.  
Departamentul de Muzică la Universitatea Emanuel din Oradea, România  
lois.vaduva@emanuel.ro

**Catherine WARNER**

Music Therapy Department of University of The West of England, Bristol, UK  
Departamentul de Muzicoterapie la Universitatea The West of England, Bristol, UK  
catherine.warner@live.uwe.ac.uk

## ABSTRACT

*Music Therapy can be a powerful tool in expressing grief, as it can facilitate the expression of mourning and loss, which aid in the process of bereavement (O'Callaghan and Michael, 2016). This case study presents the results of twelve music therapy sessions with a teenager who was struggling with the loss of his father. The primary therapeutic goal was to help him express his emotions in a safe setting and help him process his grief (McFerran, Roberts and O'Grady, 2010; O'Callaghan and Michael, 2016). Given the client's age and musical preferences, the therapist, under the supervision of Dr. Catherine Warner, decided to include the use of technology to better communicate musically. Specifically, most of the sessions included digital devices such as a synthesizer keyboard for improvisation, and a tablet for receptive approaches.*

## Keywords

Music therapy, bereavement, technology in music therapy, musical improvisation, therapeutic songwriting.

## INTRODUCTION

Music therapy can be a useful tool in paediatric interventions and has been used successfully in different settings (Stegemann, Geretseggar, Quoc, Riedl and Smetana, 2019). While the benefits of music therapy are diverse, it is also important to underline the complex and unpredictable nature of music therapy, which is also relevant in working with children. One of the aspects, which illustrate the complexity of music therapy, is the heterogeneous and numerous theories that underpin the work that music therapists undertake (Hillecke, Nickel and Bolay, 2005). There are also various music therapy approaches, which are continuously developed by new technologies and emerging theories. Technology has become an integral part of music therapy practice, being used with a variety of clients and diverse age groups. A significant number of music therapists have started using music technology in their clinical settings (Clements-Cortès, 2013).

This case study presents the results of music therapy sessions with a teenager that was dealing with grief and sorrow, and how the inclusion of digital devices made the sessions more attractive to the client.

## REZUMAT

*Muzicoterapia poate fi o modalitate eficientă în manifestarea durerii în urma pierderii cuiva drag, pentru că poate facilita exprimarea suferinței și a tristeții, care ajută în procesul de vindecare (O'Callaghan și Michael, 2016). Acest studiu de caz prezintă rezultatele a douăsprezece sesiuni de muzicoterapie cu un adolescent, care s-a confruntat cu moartea tatălui său. Scopul terapeutic principal a fost ca băiatul să-și exprime sentimentele într-un cadru sigur și să poată procesa suferința emoțională (McFerran, Roberts și O'Grady, 2010; O'Callaghan și Michael, 2016). Având în vedere vârsta copilului și preferințele sale muzicale, muzicoterapeuta, sub supravegherea doamnei dr. Catherine Warner, a decis să includă utilizarea tehnologiei pentru a facilita comunicarea muzicală. Mai exact, majoritatea sesiunilor au inclus ca dispozitive digitale un sintetizator pentru improvizație și o tabletă pentru abordările receptive.*

## Cuvinte cheie

Muzicoterapie, doliu, tehnologie în muzicoterapie, improvizație muzicală, compoziție terapeutică.

## INTRODUCERE

Muzicoterapia poate fi o intervenție utilă în cazul copiilor și a fost utilizată cu succes în diferite contexte (Stegemann, Geretseggar, Quoc, Riedl și Smetana, 2019). Deși beneficiile terapiei prin muzică sunt diverse, este important să subliniem natura complexă și imprevizibilă a muzicoterapiei, aspect relevant în terapia cu copiii. Complexitatea muzicoterapiei este ilustrată de numeroasele teorii, care stau la baza practicii clinice (Hillecke, Nickel și Bolay, 2005). Există, de asemenea, diverse abordări în muzicoterapie, care sunt dezvoltate continuu prin noile tehnologii și teoriile emergente. Tehnologia a devenit o parte integrantă a practicii muzicoterapeutice, fiind utilizată cu o varietate de clienți și cu diverse grupuri de vârstă. Un număr semnificativ de muzicoterapeuți au început să folosească tehnologia muzicală în munca lor clinică (Clements-Cortès, 2013).

Acest studiu de caz prezintă rezultatele unor sesiuni de muzicoterapie cu un adolescent, care se confrunta cu durerea și tristețea în urma pierderii tatălui său. Acest studiu prezintă și modul în care au fost incluse dispozitivele digitale în sesiuni, pentru a face terapia mai atractivă pentru client.

Peter (the name has been changed to protect the client's identity) was a boy whose father died of cancer, and this affected him profoundly, especially since he experienced significant challenges in accepting his new stepfather. The director of the local Hospice, as well as his social worker referred Peter for music therapy sessions, with the hope that it would help him deal with grief and sorrow, as well as some behavioural issues that were interfering with his school performance. Music therapy has been used successfully as an intervention to manage emotional states, cognitive processing and stress management (Avers, Mathur and Kamat, 2007).

From the first interaction with Peter, it was clear that he was polite and seemed to wish to impress the therapist. In the first sessions, he opened up about his love of football and how proud he was to be part of a reputable football team within his school. However, Peter also admitted that his grades were failing, which concerned his mother, and that he had a strained relationship with his stepfather, which seemed to bother him extensively. Peter experienced two significant losses in a short time, firstly the loss of his father, and secondly, the loss of his familiar family structure through his mother's remarriage. From a musical point of view, Peter mentioned that he did not listen to music or play any musical instruments, but he did enjoy listening to rap. During the following 14 weeks, the therapist provided weekly sessions, in which she included diverse musical instruments, digital devices and therapeutic approaches.

### EARLY OBSERVATIONS

During the first couple of sessions, Peter opened up about significant events in his life, such as a car accident he had been involved in a couple of years before. Interestingly, the subject came up after listening to the sound of shakers, which Peter mentioned that it reminded him of shattered glass. At that time, the therapist believed that his mentioning the accident was significant and that they would maybe work on his feelings about it in the following weeks, but the subject never came up again, even though they used the shakers in the following sessions.

Musically, Peter was at first reluctant to use musical instruments, as they were not familiar to him. However, he was interested in the digital synthesizer, since it gave him the possibility of producing diverse rhythms and sounds that were closer to his musical interest. After familiarizing with the synthesizer, Peter became more open towards exploring other instruments and soon he took a keen interest in the drums. Together with the therapist, he enjoyed moments of rhythmic improvisation, in which the therapist tried to match his rhythm and sometimes diversify the rhythm to see if he noticed. When asked about what he observed, Peter only mentioned that the therapist was matching his rhythm. Another instrument that sparked Peter's interest was the xylophone, which he said gave him a sense of calmness and peacefulness. The therapist noticed that Peter would get bored rather quickly, and his attention span did not seem to hold for more extended periods.

Petru (numele a fost schimbat pentru a proteja identitatea clientului) este un băiat al cărui tată a murit de cancer, acest eveniment afectându-l într-un mod profund, mai ales din cauza dificultăților întâmpinate în acceptarea tatălui vitreg. Conducerea Fundației Hospice, precum și asistenta socială care se ocupa de băieții, au considerat că Petru ar putea beneficia de sesiuni de muzicoterapie, sperând că astfel îl vor ajuta să facă față durerii pierderii tatălui. De asemenea, se urmărea rezolvarea unor probleme de comportament, care interferau cu performanța școlară a băiatului. S-a dovedit că muzicoterapia are succes în controlarea stărilor emoționale, dar și în procesarea cognitivă și gestionarea stresului (Avers, Mathur și Kamat, 2007).

De la prima interacțiune cu Petru, acesta s-a evidențiat ca băiat politicos și dornic de a o impresiona pe muzicoterapeuta. În primele sesiuni, băiatul a vorbit despre dragostea sa pentru fotbal și despre cât de mândru era să facă parte dintr-o echipă de fotbal de renume din cadrul școlii sale. Totuși, Petru a recunoscut și faptul că notele sale erau slabe, ceea ce o îngrijora pe mama lui, dar și că avea o relație tensionată cu tatăl vitreg, situație ce părea să-l deranjeze foarte mult. Petru s-a confruntat cu două pierderi semnificative într-un timp scurt: în primul rând pierderea tatălui său și, în al doilea rând, pierderea structurii familiale prin recăsătorirea mamei. În ce privește muzica, Petru a menționat că nu prea ascultă muzică și nu cântă la vreun instrument muzical, dar îi place uneori să asculte muzică rap. În următoarele 14 săptămâni, muzicoterapeuta a organizat sesiuni săptămânale, în care a inclus diverse instrumente muzicale, dispozitive digitale și mai multe abordări terapeutice.

### PRIMELE OBSERVAȚII

În primele sesiuni, Petru a vorbit despre evenimentele semnificative din viața sa, ca de exemplu un accident de mașină în care fusese implicat cu câțiva ani în urmă. Interesant este că subiectul a apărut după ce a ascultat sunetul unor maracas, despre care Petru a menționat că seamănă cu sunetul unei sticle când se sparge. În acel moment, muzicoterapeuta a considerat că menționarea accidentului este semnificativă și că va urmări sentimentele băiatului cu privire la eveniment în săptămânile următoare, dar subiectul nu a mai fost deschis niciodată, deși au mai folosit maracas în ședințele următoare.

Din punct de vedere muzical, Petru a fost la început reticent să folosească instrumente muzicale pentru că acestea nu îi erau familiare. Cu toate acestea, era interesat de sintetizatorul digital, deoarece acesta i-a oferit posibilitatea de a produce diverse ritmuri și sunete mai apropiate de gustul său muzical. După ce s-a familiarizat cu sintetizatorul, Petru a devenit mai deschis cu privire la explorarea altor instrumente și, în curând, s-a arătat interesat de tobe. Împreună cu terapeuta, s-a concentrat pe momente de improvizație ritmică, în care terapeuta a încercat să-i imite ritmul și uneori să-l diversifice, pentru a vedea dacă băiatul observă. Întrebat despre acest aspect, Petru a menționat doar faptul că a observat încercarea de a-i imita ritmul. Un alt instrument, care a stârnit interesul lui Petru, a fost xilofonul, despre care a spus că îi oferă un sentiment de calm și liniște. Terapeuta a observat că Petru se plictisește destul de repede, iar capacitatea sa de atenție este de scurtă durată.

## THEMES OF THE WORK AND HOW THEY DEVELOPED

The most important part of the therapy was working with Peter through his feelings of loss. Based on what he shared, it became clear that Peter was mourning his father, but also his former life, in which he was an only child and had the attention and love of both parents. Since his father had died and his mother had remarried, Peter had to cope with profound changes, in which his mother no longer had time just for him and in which his stepfather seemed to show preferences to his children. Also, given their new family context, Peter did not have the opportunity to grieve for his father and have a sense of closure. As a result, during the sessions with Peter, the therapist tried to support Peter to process the profound loss through therapeutic songwriting. The therapeutic method has been proven to be an effective way to help children and young adults process grief (Krout, 2005; Baker and Wigram, 2005; Baker, 2015; Dalton and Krout, 2017), as it offers validation, identification, normalization, and expression of feelings and emotions, which is also known as the “VINE” principle (Dalton and Krout, 2017).

This process started during the fifth session, in which Peter brought a photograph of his father and confirmed that he would enjoy writing a song about him. When asked what instrument he would like to work with, Peter chose the synthesizer keyboard, which he enjoyed improvising on, especially using the diverse rhythms included. Based on Robert Krout’s suggestions (Krout, 2015), the therapeutic songwriting process should include the following: 1. Determine the focus of songs based on therapeutic needs; 2. Who is writing, and why; 3. What comes first, lyrics or music; 4. Roughly sketched lyrics; 5. Choose style; 6. Design rhythm and rhyme; 7. Determine chord progression and talk lyrics over chords; 8. Add melody over chords; 9. Created a verse/chorus form; 10. Add accompaniment and stylistic features. While this structure is very useful, I decided to keep the process more straightforward, and I eliminated some of the steps, for example steps seven, nine and ten. Regarding the themes of the song, they can be grouped into areas, working towards establishing a chorus or verse (Aasgaard and Blichfeldt-Ærø, 2016). Together with Peter, we worked on finding the message that he wished to convey through his song. Peter wrote the lyrics for the song, which were heartfelt and seemed to convey his love and yearning for his father. During this process, the therapist gave Peter the necessary support so the lyrics were just as he wished them. The song was structured into a chorus, which expressed Peter’s feelings for his father, especially the emotion of longing, and verses, which included important characteristics and descriptions of his father.

When the time came to put the lyrics to music, Peter seemed more reluctant and did not have any preferences. The therapist played him some chord progressions, and he chose the melody that he preferred. While playing

## PRINCIPALELE ABORDĂRI TERAPEUTICE

Unul dintre cele mai importante aspecte ale sesiunilor de muzicoterapie a fost gestionarea sentimentului de tristețe și durere în urma pierderii tatălui. Pe baza informațiilor împărtășite, a fost evident că Petru îi ducea dorul tatălui său, dar că îi era dor și de viața anterioară decesului, în care avea parte de atenția și dragostea ambilor părinți. Odată cu moartea tatălui, și apoi, a recăsătoririi mamei sale, Petru a fost nevoit să facă față unor schimbări profunde, când mama nu mai avea timp doar pentru el, iar tatăl vitreg părea să manifeste comportament preferențial față de propriii copii. De asemenea, având în vedere noul lor context familial, Petru nu a avut ocazia să-și exprime liber sentimentele de dor față de tatăl lui și nu a avut oportunitatea de a se împăca cu gândul despărțirii. Ca urmare, în timpul sesiunilor cu Petru, muzicoterapeuta a încercat să-l sprijine în procesarea sentimentului de tristețe profundă, printr-un proces de compoziție terapeutică. Această intervenție terapeutică s-a dovedit a fi eficientă în a-i ajuta pe copii și adolescenți să-și proceseze durerea în timpul doliului (Krout, 2005; Baker și Wigram, 2005; Baker, 2015; Dalton și Krout, 2017), deoarece oferă validare, identificare, normalizare și ajută în exprimarea sentimentelor și emoțiilor, principiu care este cunoscut și sub denumirea de „VINE” (Dalton și Krout, 2017).

Procesul de compoziție terapeutică a început în timpul celei de a cincea sesiuni, în care Petru a adus o fotografie a tatălui său și a spus că i-ar plăcea să scrie un cântec despre acesta. Când a fost întrebat cu ce instrument ar dori să lucreze, Petru a ales sintetizatorul, care l-a atras și în momentele de improvizație muzicală, mai ales datorită ritmurilor incluse. Pe baza sugestiilor lui Robert Krout (2015), procesul de compoziție terapeutică ar trebui să includă următoarele: 1. alegerea tematicii pe baza nevoilor terapeutice; 2. alegerea autorului și a motivației scrierii; 3. dacă se abordează mai întâi muzica sau versurile; 4. schițarea versurilor în linii mari; 5. alegerea stilului muzical; 6. stabilirea elementelor de ritm și rimă; 7. determinarea armoniei și a versurilor, care să se potrivească armoniei; 8. adăugarea melodiei; 9. stabilirea structurii, dacă este sub formă de strofă sau nu; 10. alegerea unui acompaniament și a caracteristicilor stilistice. Deși această structură este foarte utilă, muzicoterapeuta a decis să simplifice procesul și a eliminat o parte din acești pași, ca de exemplu pașii șapte, nouă și zece. În ceea ce privește temele cântecului, acestea pot fi grupate pe secțiuni, lucrând la stabilirea unui refren sau vers (Aasgaard și Blichfeldt-Ærø, 2016). Împreună cu Petru, s-a lucrat la stabilirea mesajului principal pe care dorea să-l transmită prin cântecul său. Petru a scris versurile, care au fost pline de sinceritate, transmițând sentimentele de dragoste și dor față de tatăl său. În timpul acestui proces, terapeuta i-a oferit lui Petru sprijinul necesar, astfel încât versurile să fie în conformitate cu dorințele lui. Cântecul a fost structurat într-un refren care exprima sentimentele lui Petru pentru tatăl său, în special dorul, iar versurile au inclus descrierea personalității și a trăsăturilor tatălui.

Când a venit momentul să pună versurile pe muzică, Petru a fost mai reticent și nu a indicat vreo preferință. Terapeuta i-a cântat câteva variante de acorduri și a oferit câteva exemple de melodii. În timp ce alegea posibilele

possible melodies for the song, Peter had an emotional response and broke down crying. That session may have been the most difficult one from an emotional point of view, but, from a therapeutic point of view, this episode might have been beneficial in terms of catharsis, as he needed to let go of all those negative emotions that he had kept bottled up. Also, at this time, he mentioned that he had a strained relationship with his mother, so the therapist suggested maybe writing a song for his mother, but Peter was reluctant about this idea.

After finishing Peter's song, the therapist printed it on a cardboard that had the photo of Peter and his father in the background and they had it framed. Peter seemed to be very happy to have this memento of his love for his father and he took it home.

Another essential part of the music therapy sessions represented moments of musical improvisation, and Peter displayed a preference for the drums and the synthesizer keyboard. Knowing that musical improvisation has been proven to be a significant way for adolescents to express themselves and release deep emotions (Hunt, 2010), the therapist made sure to leave enough time and space for this aspect. In every session, they had several moments in which they either drummed together or played the keyboard together. During the sessions, they also varied the instruments and played on the Autoharp, the handbells, and xylophone, but Peter seemed to enjoy the drums and synthesizer keyboard the most. One of the struggles during the improvisations was the short amount of time that Peter seemed to remain engaged in this activity. During the first sessions, the therapist tried to change the activities to prevent him from getting bored, but as the sessions progressed, the therapist decided to keep the improvisational moments a bit longer, even if Peter stopped. There were moments in which Peter would join in again, but there were also times in which he just stopped his activity despite encouragement. One of the elements of musical improvisation, which seemed to help Peter was transferring his emotions on the keyboard. During each session, the therapist asked Peter to show her on the electric keyboard how he feels, or how he would say something musically. The therapist then encouraged Peter to use the same technique at school, when he got upset with a peer. The social worker had informed the therapist that Peter had gotten into trouble at school by getting into fights and displaying signs of violence. Peter had informed the therapist that his changed family situation gave him a sense of disruption and that he felt a lack of sense of safety. These types of contexts have been proven to cause certain violent behaviours in children and adolescents (Parsons and Dermen, 2013). The therapist realized that Peter was acting impulsively when angered. After a few sessions of musical improvisation, Peter informed the therapist that he had been upset at school, and wished to hit a colleague, but instead had gone to a piano to taken out his anger, and that had helped him. This behavioural change was significant because Peter was empowered to address his feelings.

Peter sometimes came to the session feeling tired, and he often told the therapist that he struggled in school. During these times, the therapist opted for a reflective music

melodii pentru cântec, Petru a avut o reacție emotivă puternică și a izbucnit în plâns. Din acest punct de vedere, acea ședință a fost cea mai dificilă, dar, din punct de vedere terapeutic, acel episod a fost benefic și cathartic, deoarece Petru a avut nevoie să se elibereze de emoțiile puternice pe care nu le exteriorizase. De asemenea, în timpul acelei sesiuni, el a menționat că are o relație tensionată cu mama sa, așa că terapeuta i-a sugerat să scrie un cântec și pentru mama lui, însă Petru nu s-a arătat încântat de idee.

După ce băiatul a terminat de compus cântecul, terapeuta l-a imprimat pe un carton, care avea în fundal fotografia băiatului și a tatălui său, și a înrămat-o. Petru a fost încântat să primească această amintire, ca dovadă a dragostei pentru tatăl său, și a dus piesa înrămată acasă.

O altă parte esențială a sesiunilor de muzicoterapie a fost reprezentată de momentele de improvizație muzicală, timp în care Petru a manifestat o preferință pentru tobe și sintetizator. Știind că improvizația muzicală s-a dovedit a fi un succes semnificativ pentru adolescenți în exprimarea sentimentelor și a emoțiilor profunde (Hunt, 2010), terapeuta a avut grijă să aloce suficient timp pentru acest aspect. În fiecare sesiune au existat momente în care fie au cântat la tobe împreună, fie au improvizat, folosind de cele mai multe ori sintetizatorul. În timpul sesiunilor, instrumentele au fost mai variate și au cântat la harpă, la clopoței și xilofon, dar lui Petru i-au plăcut cel mai mult tobele și sintetizatorul. Una dintre provocările din timpul improvizărilor a fost timpul scurt de concentrare al băiatului. În primele ședințe, terapeuta a încercat să schimbe activitățile, pentru a evita oboseala sau plictiseala, însă pe măsură ce sesiunile au progresat, ea a decis să lungească puțin momentele de improvizație, chiar și atunci când Petru se opra. Au fost momente în care Petru a început iar să cânte alături de muzicoterapeută, însă au fost și momente în care el s-a oprit, în ciuda încurajărilor. Momentele de improvizație muzicală l-au ajutat pe Petru îndeosebi în exprimarea emoțiilor prin intermediul muzicii. În timpul fiecărei sesiuni, terapeuta l-a încurajat pe Petru să-și exprime sentimentele sau emoțiile prin intermediul sintetizatorului și îl provoca mereu să spună cum ar rosti anumite stări folosind muzica. Muzicoterapeuta l-a sfătuit apoi să folosească aceeași tehnică și la școală, atunci când se supără pe vreun coleg. Asistenta socială o informase pe terapeută că Petru avea probleme la școală, fiind implicat în conflicte și dând semne de violență. Petru a recunoscut că situația sa familială îl tulbura și simțea că îi lipsește acel sentiment de siguranță din cadrul familiei. S-a dovedit că astfel de contexte pot cauza anumite comportamente violente la copiii și adolescenți (Parsons și Dermen, 2013). Terapeuta și-a dat seama că Petru acționa impulsiv atunci când era furios. După câteva sesiuni de improvizație muzicală, Petru i-a spus terapeutei că a fost supărat la școală și că a vrut să lovească un coleg, însă a mers la un pian, unde și-a revărsat sentimentele, acest lucru ajutându-l să-și gestioneze furia. Această schimbare de comportament a fost semnificativă, pentru că Petru a găsit o cale de a-și manifesta sentimentele într-un mod sănătos.

În unele sesiuni, Petru părea obosit și îi spunea terapeutei că are probleme în a face față școlii. În acele momente, terapeuta a optat pentru o abordare muzicoterapeutică reflectivă, folosind o tabletă. Acest dispozitiv digital a

therapy session, using a tablet, as this sparked interest in Peter. During these times they would listen to soothing music, and Peter would draw an image inspired by the music or would write during that time. Sometimes art activities can complement the music in the grieving process. For example, the client can choose instruments that match the feeling of “sad” and then draw something that illustrates that feeling (Grocke and Wigram, 2006).

The music in these sessions included selections such as the “*Peer Gynt*” *Suite No. 1* by Grieg; *Lark Ascending* by Ralph Vaughan Williams; and the *Cello Concerto, Op. 85* by Elgar. Peter seemed to enjoy these moments, and they allowed him to relax and think about different aspects of his life. The therapist also encouraged Peter to play music that he enjoyed, and the freedom of choosing music seemed to give him a positive outlook on the sessions.

## THE ENDING

In the last music therapy session with Peter, he seemed cheerful and told the therapist that his favourite part of the music therapy sessions was playing on the electric keyboard, so they took time to improvise as much as Peter wished. The therapist noticed that Peter still had a tendency to give up fairly quickly, so she encouraged him to keep going. She had noticed this tendency during almost all the sessions, that if Peter found an activity to be a challenge, he stopped very quickly. This might have been linked to his struggle in school, so the therapist kept encouraging Peter to persevere in his tasks.

Even though this was the last music therapy session, the last meeting was a few days later, when Peter’s mother and social worker came in for an assessment meeting. During this meeting, Peter and his mother had the opportunity to communicate and connect, which seemed very important to Peter. It appeared to be the beginning of a healing process, which the therapist and social worker hoped would continue in the following months.

The therapist encouraged Peter to continue with a form of therapy because even though he had come a long way, he still seemed to need therapy to sort through his feelings. A positive outcome was that Peter had agreed to continue therapy sessions with a psychologist, a reputable professional who works well with children. This collaboration between the music therapist, the social worker and the psychologist is very important, as a multidisciplinary team supporting a child can be a great resource. (Twyford and Watson, 2008).

In the end, before parting ways, Peter gave the therapist a big hug and said “see you” instead of “goodbye”, which may have signalled his wish for them to have some connection in the future.

## RESULTS OF THE MUSIC THERAPY WORK AND THE INCLUSION OF DIGITAL DEVICES

The 14 weeks of music therapy sessions with Peter demonstrated a vital aspect, that children have a fantastic capacity of emotional depth, which may not be visible at

facilitat interesul lui Petru pentru muzicoterapia reflectivă. Împreună cu muzicoterapeuta, a ascultat muzică liniștitoare și a desenat imagini inspirate din muzică sau a scris anumite gânduri. În unele cazuri, în procesul de doliu, activitățile artistice pot completa muzica. De exemplu, cel suferind poate alege instrumente care se potrivesc cu sentimentul de „tristețe” și apoi poate desena ceva care ilustrează acel sentiment (Grocke și Wigram, 2006).

Muzica din cadrul acelor sesiuni a inclus fragmente din *Suita nr. 1* din *Peer Gynt* de Grieg; *Zborul ciocârliei* de Ralph Vaughan Williams și *Concertul pentru violoncel, op. 85* de Elgar. Petru părea să se bucure de acele momente și i-au oferit posibilitatea de a se relaxa și de a se gândi la diverse aspecte ale vieții sale. Terapeuta l-a încurajat să aleagă muzica pe care o preferă, iar această libertate de a alege i-a oferit o perspectivă pozitivă asupra acelor sesiuni.

## SFÂRȘITUL SESIUNILOR

În ultima ședință de muzicoterapie, Petru a venit cu un spirit vesel și i-a spus terapeutei că momentele sale preferate din sesiunile de muzicoterapie au fost improvizațiile cu ajutorul sintetizatorului, astfel că au alocat suficient timp pentru această activitate. Muzicoterapeuta a observat că Petru avea tendința de a renunța destul de repede când se plictisea, așa că l-a încurajat să nu renunțe atât de ușor. Ea observase în aproape toate sesiunile tendința de a renunța ușor la activitățile solicitante. Această tendință ar putea explica și problemele pe care le întâmpina Petru la școală, astfel că terapeuta l-a încurajat să persevereze, chiar și atunci când e mai greu.

Chiar dacă acea sesiune a fost ultima sesiune de muzicoterapie, ultima întâlnire a avut loc câteva zile mai târziu, când mama lui Petru și asistenta socială au venit la o întâlnire de evaluare. În timpul acelei întâlniri, Petru și mama sa au avut ocazia să comunice și să se conecteze, ceea ce a fost deosebit de important pentru el. Părea a fi începutul unui proces de vindecare, pe care muzicoterapeuta și asistenta socială sperau să-l continue în următoarele luni.

Muzicoterapeuta l-a încurajat pe Petru să continue cu o formă de terapie pentru că, deși făcuse progrese, încă părea să aibă nevoie de terapie în procesarea sentimentelor. Un aspect pozitiv a fost acela că Petru a fost de acord să continue sesiunile de terapie cu un psiholog reputat, cu o vastă experiență în terapia cu copiii. Această colaborare între muzicoterapeut, asistent social și psiholog este foarte importantă, pentru că o echipă multidisciplinară, care sprijină un copil, poate fi o resursă deosebită (Twyford și Watson, 2008).

În cele din urmă, înainte de a se despărți, Petru a îmbrățișat-o pe terapeută și i-a spus „ne vedem” în loc de „la revedere”, ceea ce poate să fi semnalat dorința ca ei să păstreze legătura în viitor.

## REZULTATELE SESIUNILOR DE MUZICOTERAPIE ȘI INCLUDEREA DISPOZITIVELOR DIGITALE

Cele 14 săptămâni de muzicoterapie cu Petru au demonstrat un aspect vital, și anume faptul că și copiii au o capacitate deosebită de profunzime emoțională, care nu este întotdeauna ușor vizibilă. La prima întâlnire cu

first. Upon first meeting Peter, he seemed mostly preoccupied with his school, his football team, and other aspects that are normal for his age group. The therapist did not expect to find such in-depth and heartfelt emotions come to the surface, but during the therapeutic songwriting process, Peter surprised the therapist with the lyrics he wrote, which were beautiful and very powerful. These sessions also highlighted the need for specialized support for children and adolescents experiencing grief and loss.

The results of the music therapy sessions indicated that Peter was able to finally talk at length about his father, and this contributed to a healthier grieving process. The songwriting process offered him a safe means of working through complicated feelings, and it also provided a sense of closure. The music improvisation helped Peter find a way to deal with negative feelings in an appropriate manner, which was especially helpful in his school interactions.

The inclusion of digital devices represented an important means of initially engaging Peter in the music therapy sessions, as attractive and up-to date technology appeals more widely to the younger generation (Hunt, Kirk and Neighbour, 2004; Partesotti, Peñalba and Manzolli, 2018). Moreover, music therapy using digital technology is increasingly becoming more widely used in diverse therapeutic settings (Curis, 2018). Also, the synthesizer was chosen by Peter in almost every session, as he found the possibility of creating and hearing a wide variety of sounds. Overall, the inclusion of new technologies could prove to be an excellent means of connecting with the younger generation in music therapy sessions.

Petru, el părea preocupat în mare parte de școală, de echipa lui de fotbal și de alte aspecte normale pentru vârsta lui. Muzicoterapeuta nu se aștepta să găsească astfel de emoții profunde și sincere, însă în timpul procesului de compoziție terapeutică, Petru a surprins-o cu versurile pe care le-a scris, care au fost de o frumusețe și profunzime impresionante. Aceste sesiuni au evidențiat, de asemenea, nevoia de sprijin profesional pentru copiii și adolescenții care se confruntă cu durere și pierderea cuiva apropiat.

Rezultatele ședințelor de terapie prin muzică au indicat faptul că Petru a reușit să comunice în siguranță sentimentele cu privire la pierderea tatălui său, iar acest lucru a contribuit la procesarea sentimentului de doliu. Procesul de compoziție i-a oferit un mijloc sigur de a-și înțelege și filtra sentimentele complexe și i-a oferit, de asemenea, șansa de a se liniști. Improvizația muzicală l-a ajutat pe Petru să găsească o modalitate de a face față sentimentelor negative într-o manieră adecvată, ceea ce a fost util, în special în interacțiunile sale școlare.

Includerea dispozitivelor digitale a reprezentat un mijloc important de a stârni interesul lui Petru pentru sesiunile de muzicoterapie, deoarece tehnologia modernă are puterea de a atrage generația mai tânără (Hunt, Kirk și Neighbour, 2004; Partesotti, Peñalba și Manzolli, 2018). Mai mult, tehnologia digitală a devenit tot mai larg răspândită în cadrul sesiunilor de muzicoterapie, în diferite medii terapeutice (Curis, 2018). De asemenea, sintetizatorul a fost ales de Petru în aproape fiecare sesiune, deoarece a găsit posibilitatea de a crea și auzi o mare varietate de sunete. În general, includerea noilor tehnologii s-ar putea dovedi a fi un mijloc excelent de conectare cu generația tânără în sesiunile de terapie prin muzică.

## BIBLIOGRAFIE / REFERENCES

- [1] Aasgaard, T., and Blichfeldt-Ærø, S. C. (2016). *The Oxford Handbook of Music Therapy: Songwriting Techniques in Music Therapy Practice*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- [2] Avers, L., Mathur, A., and Kamat, D. (2007). Music Therapy in Pediatrics. *Clinical Pediatrics*, Vol. 46, No. 7, 575-579.
- [3] Baker, F. (2015). *Therapeutic songwriting: Developments in theory, methods and practice*. London: Palgrave Macmillan Peter.
- [4] Baker, F., and Wigram, T. (2005). *Songwriting: methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*. London: Jessica Kingsley.
- [5] Clements-Cortès, A. (2013) High-tech therapy: Music technology in music therapy. *The Canadian Music Educator*, Vol. 54, No. 4, 37.
- [6] Curis, C. (2018) Home-Based Music Therapy for Patients with Chronic Disease through Digital Technology. *ICTMF*, Vol. IX, No. 2, 57-61.
- [7] Dalton, Th. A., and Krout, R. E. (2005). Development of the Grief Process Scale through Music Therapy Songwriting with Bereaved Adolescents. *The Art in Psychotherapy*, Vol. 32, 131-143.
- [8] Dalton, Th. A., and Krout, R. E. (2017). Using Music Therapy-Based Songwriting to Support Bereaved Students. *Supporting Bereaved Students at School*, Brown, J. A. and Jimerson, S. R. (eds.). Oxford University Press.
- [9] Grocke, D. and Wigram, T. (2006). *Receptive Methods in Music Therapy. Methods, Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educator and Students*. London: Jessica Kingsley.
- [10] Hillecke, T., Nickel, A. and Bolay, H. V. (2005). Scientific perspectives on music therapy. *Ann NY Acad Sci.*, Vol. 1060, No. 1, 271-282.
- [11] Hunt, A., Ross K., and Neighbour, M. (2004) Multiple media interfaces for music therapy. *Ieee Multimedia*, Vol. 11, No. 3, 50-58.

- [12] Hunt, M. (2010). Adolescents, music and music therapy: Methods and techniques for clinicians, educators and students. *Youth Studies Australia, Vol. 29, No. 4*, 7-8.
- [13] Krout, R. (2005). The music therapist as singer-songwriter: Applications with bereaved teenagers. *Songwriting: Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*, Baker, F. and Wigram, T. (eds.). London – Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 206-223.
- [14] McFerran, K., Roberts, M., and O’Grady, L. (2010). Music Therapy with Bereaved Teenagers: A Mixed Methods Perspective. *Death Studies, Vol. 34, No. 6*, 541-565.
- [15] O’Callaghan, C., Michael, N. (2016). Music Therapy in Grief and Mourning. *The Oxford Handbook of Music Therapy*. Oxford: Oxford University Press.
- [16] Parsons, M., and Dermen, S. (2013). The violent child and adolescent. *The Handbook of Child and Adolescent Psychotherapy*, Lanyado, M. and Horne, A. (eds.). Routledge, 328-345.
- [17] Partesotti, E, Peñalba, A., and Manzolli, J. (2018). Digital Instruments and Their Uses in Music Therapy. *Nordic Journal of Music Therapy, Vol. 27, No. 5*, 399-418.
- [18] Stegemann, T., Geretsegger, M., Phan Quoc, E., Riedl, H. and Smetana, M. (2019). Music therapy and other music-based interventions in pediatric health care: an overview. *Medicines, Vol. 6, No. 1*, 25.
- [19] Twyford, K., and Watson, T. (2008). *Integrated team working: Music therapy as part of transdisciplinary and collaborative approaches*. London – Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.