

## Integration of traumatic memory in music therapy: A qualitative research

אינטגרציה של זיכרון טראומטי בתרפיה במוזיקה : מחקר איכותני

**Moshe Bensimon**

**Objective:** The importance of integration in psychotherapy is a growing area of research, theory and practice, especially regarding traumatic events. Although research relates to integration in the context of music therapy with trauma survivors, it has rarely been the main focus of research. The current study investigates the meaning of integration for music therapists who work with trauma survivors and techniques that they use in order to implement integration.

**Method:** Using the phenomenological approach, analysis of semi-structured interviews with 41 experienced music therapists working with traumatized populations was conducted to identify themes regarding their perception on integration.

**Results:** The findings yielded three different modes of integration. *Body integration* entails the ability of active music playing to serve as a sensorial stimulus that bypasses linguistic and logical mediation and enables clients to live in peace with their body. *Event integration* relates to a process by which a repressed traumatic event re-emerges into consciousness through music and leads to emotional and cognitive integration of that event. Lastly, *life story integration* relates to the process of embedding a trauma into the natural flow of a life story through music and achieving emotional and cognitive integration.

**Conclusions:** Three modes of multidimensional integration of trauma through music are discussed in relation to its physical, emotional and cognitive aspects. The physical dimension is reflected through body integration, which enables clients to live in peace with their body. The emotional dimension relates to the ability to accept more easily emotional responses to a traumatic experience, while the cognitive dimension relates to the ability to newly perceive a traumatic event as ordered, sequential and logical.

### אינטגרציה של זיכרון טראומטי בתרפיה במוזיקה : מחקר איכותני

מטרת המחקר: המחקר, התיאוריה והפרקטיקה בנוגע לחשיבות האינטגרציה הנפשית בפסיכותרפיה הולכים ומתפתחים. על אף שהמחקר בתרפיה במוזיקה התייחס לחשיבות האינטגרציה בקרב שורדי טראומה, הרי שנושא זה תופס לעיתים מאוד רחוקות את מרכז תשומת הלב המחקרית. מטרת המחקר הנוכחי היא לבחון את משמעות האינטגרציה עבור מטפלים במוזיקה על טכניקות העבודה בהם הם נוקטים בעבודתם עם שורדי טראומה.

שיטה: התקיימו ראיונות על פי הגישה הפנומנולוגית עם 41 מטפלים במוזיקה מנוסים העובדים עם אוכלוסייה נפגעת טראומה במטרה לזהות תמות בכל הנוגע לתפיסתם את המונח אינטגרציה בטיפול.

ממצאים: ממצאי המחקר מצביעים על שלושה ממדים של אינטגרציה. אינטגרציה גופנית כוללת את האפשרות של פעילות מוזיקלית לשמש כגרייה חושית שעוקפת את המסננת הלשונית והלוגית ובכך מאפשרת למטופלים לחיות טוב יותר עם גופם. אינטגרציה של האירוע הטראומטי עוסקת בתהליך במסגרתו זיכרונות מודחקים מהאירוע הטראומטי עולים למודעות דרך המוזיקה ובכך מאפשרים אינטגרציה רגשית וקוגניטיבית. לבסוף, אינטגרציה של סיפור החיים מתייחסת לתהליך הכרוך בהטמעת הזיכרון הטראומטי בזרם הטבעי של סיפור החיים דרך מוזיקה ובכך מאפשרת אינטגרציה רגשית וקוגניטיבית. מסקנות: הדיון מתמקד בשלושה מצבים של אינטגרציה רב-ממדית של טראומה באמצעות מוסיקה המתייחסים לממד הגופני, רגשי וקוגניטיבי. הממד הגופני בא לידי ביטוי באמצעות אינטגרציה גופנית המאפשרת למטופלים לחיות בשלום עם גופם. הממד הרגשי מתייחס לקלות היחסית בה ניתן לקבל תגובות רגשיות לאירוע הטראומטי באמצעות מוזיקה, בעוד שהממד הקוגניטיבי מתייחס לאפשרות לתפוס באופן מחודש את האירוע הטראומטי בצורה מאורגנת, עקיבה והגיונית.

### Biography

**Moshe Bensimon** is an associate professor and the head of the rehabilitative criminology M.A. programme in the Department of Criminology at Bar-Ilan University, Israel. As a victimologist and music therapist, his research focuses on healing processes of trauma victims through music therapy. This includes the establishment of group music therapy

models for victims of war and terror, relational needs of victims in music therapy settings, mental and body integration for victims in music therapy, and a music therapy model for children victims of war.

For more information see <http://criminology.biu.ac.il/en/bensimonm>

### **Recent publications and conference presentations**

#### **Publications:**

Bensimon, M. (2020). Relational needs in music therapy with trauma victims: The perspective of music therapists. *Nordic Journal of Music Therapy*, 29(3), 240-254.

Bensimon, M. (2020). Perceptions of music therapists regarding their work with children living under continuous war threat: Experiential reframing of trauma through songs. *Nordic Journal of Music Therapy*, 29(4), 300-316.

Wiess, C. & Bensimon, M. (2020). Group music therapy with uprooted teenagers: The importance of structure. *Nordic Journal of Music Therapy*, 29(2), 174-189.

#### **Recent conference presentations:**

2020: Integrating the missile's boom into a song: Experiential reframing of trauma through songs (ERTS) with children living under continuous war threat. World Congress of Music Therapy, 2020 ONLINE. Pretoria, South Africa, July, 2020.

2020: Integrating the missile's boom into a song: Experiential Reframing of Trauma through Songs (ERTS) with children living under continuous war threat. The 20th Annual Conference of the European Society of Criminology, Bucharest, September, 2020.