



Øjebliksbilleder fra musikterapien

Serien **ØJEBLIKSBILLEDER FRA MUSIKTERAPIEN** er en serie i Tidsskriftet Dansk Musikterapi, hvor vi viser små klip fra hverdagen. Det er små historier, der viser de stunder, hvor musikterapien skaber glæde, autonomi, skønhed, kontakt eller selvværd hos vores klienter eller tænder lys i øjnene blandt nogle af de mennesker, som har det allersværest i vores samfund. Formålet er at give plads til konkrete øjeblikke i musikterapien uden en hel masse forhistorie og analyse. Historierne kan både fungere som inspiration til den gruppe af læsere, som ikke har førstehåndserfaring med musikterapi, samt være en påmindelse til os, der praktiserer musikterapi dagligt, om hvad der driver os i vores arbejde.

Skriv gerne, og del én eller flere af dine gode historier fra musikterapien. Så bringer vi den her i bladet.

Vores indbakke er åben
tdm.redaktion@gmail.com



Charlotte Dammeyer

cand.mag. i musikterapi, BMGIM-terapeut, Aalborg Universitetshospital Psykiatrien, Ambulatorium for Angst og Tvangssygdomme (PTSD-team), privatpraksis, charlotte@musikpsykoterapi.dk

Det anbefales at lytte til musikstykket 'Evig' af Anders Rogg under læsningen

Langsomme, minimalistiske og rummelige klange ... kvinden i lænestolen trækker vejret dybere, med lukkede øjne

Hun er henvist til traumefokuseret behandling med metoden BMGIM, The Bonny Method of Guided Imagery and Music, som er en musikpsykoterapeutisk behandlingsform, der faciliterer bearbejdning af klientens udfordringer med en kombination af guidet musiklytning, indre billeddannelse, kropssansninger og terapeutisk samtale.

Kvinden henvises på baggrund af bl.a. gentagne traumatiske fejloperationer udløsende en fobisk angst for hospitaler. I første session leder vi efter et muligt indre visuelt 'trygt' sted, som afsæt for den videre behandling. Mens musikken lyder ud i rummet, fortæller kvinden, at hun har svært ved at mærke sin krop:

Jeg står ved en sø i en skov

Søen er helt sort og her er næsten overnaturligt stille

Terapeut: Hvordan føles det at stå der ved søen?

Det er ikke skræmmende - store blade sidder fast ved bredden, mærker ro, køligt vand på mine fingre

Der ligger et lille mørkt hus

Bladene viser mig vejen

Huset har ingen dør, men det er trygt, og jeg synes jeg kender det

Jeg vender tilbage til søen, nysgerrig på huset, der er noget jeg skal se senere

Stiller mig ud på bladene i søen, de kan godt bære mig

Terapeut: Tillad dig selv at mærke, at bladene bærer dig.

Sætter mig på et af bladene, kigger ud over søen.

Kvinden sukker dybt.

Efterfølgende deler hun, at det var særligt betydningsfuldt at mærke følelsen af at blive båret. Samt oplevelsen af, at styrken fra bladet er inde i hende selv.





Clara Boeg

cand.mag. i musikterapi. Ansat ved
Bakkegården Demensboliger, Gladsaxe,
boeg.clara@gmail.com

Jeg møder Karl ved døren, der fører ud til haven. Karl vil gerne ud. Hans standard-sætning er »væk herfra«. Karl er 84 år og har en Alzheimers demens. Ud over at være »dørsøgende« og vandre på gangene kan han blive vred og højtråbende af bar frustration, når han ikke kan finde ud af at låse sin dør op eller give udtryk for, hvad han har behov for. De andre beboere bliver bange for ham i de situationer. Karl har ikke mange positive relationer qua hans sygdom og manglende sprog.

Jeg smiler til Karl, og spørger om jeg må følges med ham ud i haven, mens jeg rækker min arm ud mod ham. Han smiler tilbage og siger "ja ja". Vi går arm i arm, og jeg synkroniserer mig med ham ved at gå i samme tempo som ham og sætte samme ben foran. På et tidspunkt begynder jeg at nynne »la

la la« i takt med vores skridt. Det virker som om Karl lurer lidt på, hvad det er jeg laver, men så svarer han i en pause med »la la la«. Herefter fortsætter vi med at nynne i munden på hinanden og i takt til vores skridt. Karl smiler og siger ind i mellem »ak ja«.

Således afstemt når vi hjem til terrassen i nærheden af Karls bolig og grundlaget er lagt for en »samtale« via turtagning på rammetrommen, som jeg har med i tasken. Karl spiller også på min syngeskål og virker meget begejstret i sit ansigtsudtryk og sine for mig uforståelige ord. Vores impulsive session ender med at jeg spiller beroligende på chimes. Da jeg siger tak for i dag, giver han mig hånden og mens han kigger mig i øjnene, giver han mig et fast håndtryk.





Sofie Buchhave

cand.mag i musikterapi,
Ansæt ved Specialskolen Bramsnæsvig,
sob@bramsnaesvig.dk

Frigg er 12 år. Hun er træt i dag og kroppen har svært ved at bevæge sig rundt. Jeg hjælper hende ned at sidde ved xylofonen sammen med mig, og vi får hver en kølle i hånden. Jeg begynder at spille på xylofonen; langsomt med få toner, og jeg synger en improviseret melodi om at "nu spiller vi". Frigg har uro i kroppen, hun flakker lidt med øjnene og snakker i abrupte vendinger om forskellige ting, bl.a. om sin hest, om taxachaufføren, der kører hende i skole, og om at en anden elev har tisset på toilettet i dag. Jeg tuner mig ind på Friggs stemningsniveau og sætter små melodier på nogle af hendes ord, så hun kan høre sine fortællinger gentaget i musikken. Gradvist lægger jeg en mere fast puls og et tydeligere anslag på xylofonen. Frigg ændrer stille og roligt sit anslag på xylofonen; nu følger hun mig i min rytme, hendes krop bliver mere rolig, og hun har sin opmærksomhed rettet mod mig. Der kommer endda antydningen af et smil i hendes øjne. Nu begynder Frigg endda også selv at synge sine små fortællinger i stedet for at tale dem! Vi synger sammen nu. Vi har øjenkontakt og vores kroppe vugger i takt. Da vi slutter vores sang, er Frigg ivrig efter at komme ud og spise frokost med de andre elever. Hun ser lidt stolt ud.

