

I takt med praksis

I takt med praksis er en artikelserie, der sætter fokus på livsnære skildringer af musikterapeutisk praksis indenfor forskellige målgrupper. Det er inspiration til arbejdslivet i form af konkrete beskrivelser af aktiviteter, sange eller redskaber.

Bamse Molodi

En aktivitet for voksne med udviklingshandicap



Inge Klejs Rasmussen
socialpædagog og dramapædagog,
ansat ved Sødisebakke i Mariager.
ikr@rn.dk



Anne Mikkelsen
cand.mag. i musikterapi,
ansat ved Sødisebakke i Mariager.
anbomi@rn.dk



Anne Mikkelsen sammen
med Bamse / Inge Klejs Rasmussen

Med denne artikel ønsker vi at synliggøre vores samarbejde omkring et projekt med figuren Bamse. Hver uge oplever vi solstrålehistorier sammen med beboerne på forskellig vis. Vi ønsker at dele disse både rørende, bevægende og livsbekræftende oplevelser og forhåbentlig inspirere andre til også at inddrage dramapædagogiske elementer i deres musikterapeutiske arbejde.

Helt stille åbner Bamse døren ind til beboerens lejlighed. Imens fremfører musikterapeuten sangen "Det er dejligt" med sang og guitarakkompagnement. Bamse går hen til beboeren og sætter sig i sofaen. Bamse tager beboerens hånd og siger "goddag".

Musikterapeuten tilpasser og afstemmer det musiske indhold i besøget efter beboerens yndlingsange og kropssprog. Indimellem gøres et ophold i en sang og beboeren synger det ord, der mangler. Efter sangen er endt siger Bamse "Hvor er du dygtig, Bamse kan godt li' dig". Og henvendt til musikterapeuten: "Bamse var også dygtig, syntes du ikke Anne?"

Bamse rækker armene ud mod beboeren for at indbyde til en stor krammer. Beboeren putter sig ind til Bamse. Imens synger musikterapeuten "Nydningen" samt andre blide aftensange, f.eks. "Pjerrot sagde til månen", der nærmest intuitivt appellerer til rolige og vuggende bevægelser.



Bamse tager beboerens hånd og siger "goddag"

Baggrund for aktiviteten.

Bamse-projektet har fungeret som aktivitet i et par år på afdelingen for autismespektrumforstyrrelser på Sødisebakke. De voksne beboere er på et tidligt udviklingsstrin, og mange af dem har ikke noget verbalsprog. Enkelte har sprog og/eller anvender Tegn til Tale. For at aktiviteten kan fungere bedst muligt, er der på forhånd lavet aftaler med personalet på afdelingen angående tidsrum og hvilke beboere, der skal have besøg, men det er forskelligt hvordan hvert besøg former sig hos den enkelte beboer. Selve Bamsekostumet er dog så tungt og varmt, at varigheden af et besøg af Bamse på afdelingen ikke varer længere end en time. Enkelte besøg er uden musikledsagelse, da det bliver for meget stimuli for beboeren.

Bamse er en stor gul bamse, og kostumet ligner til forveksling den bamse, der kendes fra DR's udsendelser om Bamse og hans venner. Flere af beboerne kender denne figur fra fjernsynet, og genkendeligheden afspejles hos mange af beboerne i mødet med Bamse: De kender ham, siger hans navn og vil gerne have en krammer.

En bamse er en universel figur og kan være genkendelig fra opvæksten. Bamsen kan have været ens bedste ven, givet trøst og hengivenhed, og denne erfaring kan overføres til den

store Bamse. Bamse virker ufarlig og stiller ikke krav, hvilket også stemmer overens med tankerne bag 'Snoezel' begrebet.

Snoezel henviser til blid og ikke-krævende sansestimulering i arbejdet med mennesker med f.eks. udviklingsforstyrrelser. Læs mere på: <https://snoezelnet.dk/viden/hvad-er-snoezelen/>

Om at være Bamse og møde Bamse

Kulturskaber, dramapædagog og socialpædagog Inge Klejs Rasmussen er kvinden indeni "Bamse". Hun fortæller om møderne mellem Bamse og beboerne:

"Når jeg tager Bamsedragten på, sker der en transformation til at blive figuren Bamse. Jeg begynder at tale og opføre mig anderledes for at give figuren liv. Forberedelsen ligger i at lytte til dialoger og videoer fra Bamses Billedbog, hvor jeg bliver inspireret med sætninger, ord og bevægelser".

Som musikterapeut ligger min opgave i at skabe en musikalsk ramme om kontakten mellem beboeren og Bamse. Til det anvender jeg forskellige virkemidler, for eksempel sange fra "Bamses molodibog", sange med "Tegn til Tale", eller sange uden ord. Følelser og stemninger understøtter jeg improvisatorisk. Jeg anvender også indimellem forskellige årstids-sange. Inspiration til årstidssange kan findes på følgende link: www.sangglad.dk

Bamse i et neuroaffektivt perspektiv

Inge Klejs og jeg har haft et arbejdsfællesskab gennem nu 17 år, og vi har en god føling med hinanden i forhold til at skabe og understøtte kontaktøjeblikke med beboeren. Vi arbejder med det sansende og følende område af beboerens nervesystem. Dette kan understøttes med følgende citat af Colwyn Trevarthen (2017).

"Hvis et menneske f.eks. ikke har oplevet gentagne hændelser af synkronisering, hvis det overvældes og i perioder af sit liv ikke kan finde den indre balance, eller hvis neurale områder er gået tabt gennem f.eks. senhjerneskade eller demens, kræver det en særlig indsats at støtte dette menneskes selvorganiseringsproces. Det er bl.a. etableringen eller genetableringen af den forverbale evne for rytme og synkronisering og de oplevelser, der følger med, der gør musikterapi så effektivt." (Trevarthen, 2017, s. 54-55)

Vores arbejde er ligeledes inspireret af Susan Hart og hendes neuroaffektive forståelse. Vi arbejder bl.a. med det, hun kalder den relatio-

nelle makroregulering, som handler om at skabe synkroniseringer mellem mennesker f.eks. via leg (Hart, 2017). Vi tilrettelægger legefyldte aktiviteter til hver enkelt beboer - f.eks. "borte-borte-tit-tit" - for at skabe synkroniserede oplevelser og oplevelsen af samhørighed.

I det praktiske arbejde finder vi også megen inspiration hos Anne Steen Møller (2021) og hendes praksisbog, der fokuserer på trygheds- og meningsskabende samvær i form af fysisk kontakt, leg og gentagelser. Det kan være sekvenser, hvor Bamse danser med beboeren, krammer eller sidder og holder i hånden. Vi aflæser tegn på glæde ved at se efter kropsbevægelser, ansigtsudtryk, øjenkontakt og blikretning. Den umiddelbare glæde er smittende. Bamse kender efterhånden flere af beboerne godt og bruger de virkemidler, der som regel åbner op for kontakt og kommunikation fra beboerne i form af ansigtsmimik, smil og glædesudbrud. Det kan f.eks. være at Bamse stryger beboeren blidt på kinden, imens Bamse fortæller, at beboeren er sød eller sender fingerkys mod beboeren. Bamse kan række en pote frem, som bliver grebet af beboeren, eller åbne sine arme op og invitere beboeren ind til et kram.

Vi afstemmer os begge to hele tiden i forhold til beboeren, mærker impulser fra beboeren og tilpasser nærværet og kontakten ud fra det, der skabes i relationen. Bamse improviserer ud fra tidligere erfaret samspil med beboeren, og prøver indimellem også at udbygge kontakten



En beboer og Bamse nyder udsigten sammen

med nye bevægelser, stemmeføring, lyde og kropssprog. Improvisationsarbejdet, både det dramapædagogiske og det musikterapeutiske, handler om at bruge de impulser og den energi, der er til stede her og nu, og ikke mindst om at give plads til beboeren og få vedkommende til at føle sig tryk, sikker og betydningsfuld.

Arbejdet kan forstås i lyset af Harts (2017) tredelte niveaudeling af hjernen; det autonome (sansende) nervesystem, det limbiske (følende) system og det præfrontale cortex (tænkende, mentaliserende). I relation til det autonome-sansende niveau anvender vi auditiv og visuel stimulation til at skabe et "resonansfelt" (Hart, 2017 s. 73). Vi observerer beboerens åndedræt, kropssprog og hudens kulør. I forhold til det limbiske-følende niveau afstemmes de musikalske stimuli og Bamses kontakt med beboeren. Dette sker gennem legefyldte og musiske oplevelser med det formål at "aktivere følelser i nuet" (Hart, 2017, s.74).

Timing

Vi drøfter ofte et begreb som "timing" (Hart, 2017, s.74). Det er helt centralt i aktiviteten. Det er tydeligt, når timingen lykkes eller ikke lykkes. I tilfælde af at timingen ikke er rigtig, kan beboeren f.eks. gå ud af lokalet eller blive selvskadende. En anden situation kunne være, at vi ikke får afsluttet aktiviteten på det rigtige tidspunkt, og hermed bliver beboeren overstimuleret. Andre gange taler vi om, at "*i dag sad den lige i skabet*". Her oplever vi en helt særlig kontakt – et mødeøjeblik som er kontaktskabende i nuet (Hart, 2017). Vi oplever øjeblikkene som værende autentiske. Ifølge Hart kan man ikke skabe mødeøjeblikke uden denne form for nærvær. Med mødeøjeblikkene får beboerne ny erfaring, som kan integreres efter mange gentagelser i nervesystemet.

"At mærke hvordan en beboer tager imod en invitation til et stort kram, giver mig så megen glæde", siger Inge Klejs. "Når en beboer læner sig ind til Bamse og langsomt bliver mere og mere afslappet i Bamses favn, kan jeg mærke hvordan beboerens åndedræt bliver mere roligt, og nogle gange falder beboeren næsten i søvn. Da kan det være svært at slippe øjeblikket, da kontakten føles så intens og betydningsfuld, men varmen fra beboeren forplanter sig også i mig, og til sidst er jeg drivvåd af sved", afslutter Inge Klejs med et smil.

Aktiviteten afsluttes med en kort farvelsang, som tegn på at besøget er slut.



En beboer får en rolig stund i Bamses favn

Bamse-effekten

Afdelingernes personale har indimellem observeret Bamses og Annes besøg hos beboerne og giver følgende respons på, hvad de registrerer hos nogle af beboerne:

"Hun sidder roligt og holder fokus, smiler og har glade lyde. Hun virker koncentreret og lader sig ikke aflede."

"Hun er altid parat og klar til aktivitet. Hun skal ikke have forberedelsestid."

"Hun har glæde i øjnene, og de dejligste grinelyde. Hun giver Bamse tilladelse til at komme tæt i kontakten."

"Lykken er gjort, når Bamse kommer på besøg. Bamse er en tryk figur og giver umiddelbar glæde i nuet. Beboeren lyser op i ansigtet, kropssproget bliver positivt som et barn der glæder sig til juleaften."

Se billeder på facebook siden Aktivitets-og samværstilbuddene. Sødlsbakke

www.facebook.com/profile.php?id=100077331022649

Referencer

Møller, A. S. (2021) *Musik, Leg og liv*. Udgiver Anne Steen Møller.

Hart, S. (2017). Introduktion til neuroaffektive processer i musikterapi. I C. Lindvang & B. D. Beck (Eds.), *Musik, krop og følelser. Neuroaffektive processer i musikterapi*. Frydenlund Academic.

Treværthen, C. (2017). Musikalitet som kultur og terapi for sjælen – ideer i forandring. I C. Lindvang & B. D. Beck (Eds.), *Musik, krop og følelser. Neuroaffektive processer i musikterapi*. Frydenlund Academic

Links

www.lulleby.dk
www.sangglad.dk
www.snoezelnet.dk