



I det små der finder vi det store. Der finder vi dybden

– interview med Anne Steen Møller



Julie Ørnholt Bøtker
musikterapeut, ekstern lektor, ph.d,
oernholt@ikp.aau.dk



Anne Steen Møller
pensioneret musikterapeut,
Landsbyen Sølund,
annesteen@yomail.dk

I begyndelsen af 2024, da det meste af sneen på nogle af de største veje i Aarhus var blevet pløjet ud til siderne, mødtes jeg med Anne Steen i hendes hyggelige køkken i Holme til en samtale om de mange år som musikterapeut. Overskriften for min indgang til samtalen var "De skuldre vi står på". Anne Steen er, i min optik, en kæmpe legende indenfor musikterapi, og vi står alle sammen på skuldrene af det, som blandt andre hun har været med til at etablere.

Anne Steen er én af de tidligst uddannede musikterapeuter fra Aalborg Universitet, og har brugt hele sit arbejdsliv i Landsbyen Sølund: En institution i Skanderborg for mennesker med fysiske og psykiske funktionsnedsættelser. Nu er hun gået på pension, og jeg er nysgerrig på, hvad hun mon tager med sig fra sit lange arbejdsliv, og hvordan vi andre musikterapeuter kan bruge hendes erfaringer videre frem.

Jeg havde forestillet mig, at jeg ville sende Anne nogle spørgsmål på forhånd, så hun kunne få en idé om, hvad jeg ville spørge om.

Men ja, livet skete, og pludselig var det aftenen før interviewet, uden at jeg havde sendt noget af sted. Jeg skrev til Anne og beklagede mine manglende tilsendte spørgsmål, hvorefter Anne blot replicerede: "Det er helt OK. Så er vores snak mere åben". Og hér, på den anden side af interviewet, ser jeg jo tydeligt, at én af Annes mange spidskompetencer utvivlsomt er at gå åbent ind i tilværelsen og ind i mødet med et andet menneske. Og at den åbenhed både har dannet grundlag for en hel masse meningsfulde øjeblikke med så mange forskellige mennesker igennem hendes arbejdsliv, men faktisk også været afgørende for hendes vej ind i musikterapietaget:

Anne: Jeg er jo oprindelig læreruddannet og nåede at undervise i to år. Jeg sad på lærerværelset en dag og læste, at der var lavet en ny uddannelse i musikterapi. Jeg kendte ikke noget til det, men min interesse og glæde for musikken kombineret med, at jeg havde fokuseret på specialundervisning i min læreruddannelse, gjorde, at jeg tænkte: "Hold da op, de to interesser, de kan kombineres, hvor er det fantastisk."

Uddannelsen var begyndt, og det første år var allerede i gang, men jeg kontaktede dem og fik dispensation for basisåret, fordi jeg havde min læreruddannelse. Så jeg kom ind på andet år af den første årgang. Og det var jo fantastisk. Og jeg følte, at det nærmest var en åbenbaring. Tænk at der fandtes sådan en uddannelse.

Jeg siger tit: "Det smukkeste man kan give et menneske, det er altså noget musik". Hvis man vil give noget smukt: Find noget af det, som virkelig er hjertemusik for jer, og spil det for den anden ... lyt til det sammen med dem. Det er en gave at få sådan noget dejlig musik.

Anne Steen har været ansat på Sølund i hele sit virke som musikterapeut. Det var den første stilling, der blev oprettet for en musikterapeut uddannet fra Aalborg Universitet. På Sølund blev Annes stilling delt mellem selve Sølund, som er et bosted for voksne med fysiske og psykiske funktionsnedsættelser, og et nyoprettet småbørnscenter, som var et tilbud til 0-6-årige børn med diverse handicaps og deres familier. Igennem arbejdet og vekselvirkningen mellem de to aldersgrupper opstod en ny erkendelse hos Anne.

Anne: Noget af det jeg tænker, har formet min musikterapeutiske forståelse, det var, at når jeg sammenlignede børnene, jeg arbejdede med – også de meget handicappede børn – med de voksne, som jeg arbejdede med, så syntes jeg, at det var meget, meget sværere at få kontakt til de voksne. Børnene var der sådan umiddelbart hul igennem til med både musik og berøring, og der gik mange år, før jeg kom til at forstå det. Altså, det er jo grundlæggende mennesker, som ikke helt forstår verden og alt det, der foregår omkring dem, som bor på Sølund. Så hver især har de, i løbet af sådan et liv, måttet finde deres måde at være i verden på, og det er jo typisk også med nogle værn. Nogle måder at beskytte sig på. Med ritualer og med afstand til folk, eller med bestemte måder at placere sig i et rum. Og det tog mig mange år at forstå, at det er det, der sker: Fra de er helt små børn og så gennem den opvækst de har, bliver verden efterhånden mere og mere uoverskuelig for dem. Så kommer de i skole, og så kommer de på bosteder, verden udvider sig, og det synes jeg er så tydeligt. Og det har været nødvendigt for mig at forstå, for at komme ind bag ved alle deres værn og det, der beskytter dem.



Anne Steen Møller i musikterapien på Sølund

Jeg har holdt mange kurser for medarbejdere, hvor jeg altid har understreget: De vil gerne, men de kan ikke. Det er sådan, det er. Det er ikke noget med "Nå, men det gider de ikke" eller "Vi skal respektere, at han står i det hjørne. Det vil han helst, han vil bare være sig selv." Det er jo helt forkert. Alle har behov for at blive inddraget. Og jeg syntes, det var dejligt, da det ligesom faldt på plads for mig. Så jeg med stor sikkerhed kunne sige: "Nej, vi skal simpelthen arbejde på at komme bag alle deres værn og forsvar." Det var en ny måde – også for pædagogerne – at betragte det på. En forståelse af angsten for "hvad skal der nu ske?" og "hvorfor kommer den medarbejder hen til mig nu, hvad vil hun?" En forståelse af, at beboerne var nødt til at lave deres egen lille verden, hvor de kunne ... ja, være.

Denne erkendelse af noget, der gik tabt i bevægelsen fra barneårene til voksenlivet for menneskene på Sølund gav dels Anne Steen en forståelse for dynamikkerne bag deres måder at være i verden på, dels gav det hende nye inputs til det praktiske musikterapeutiske arbejde.

Anne: Jeg begyndte at arbejde meget mere med fysisk kontakt og berøring i det hele taget, men også leg. Meget mere leg ind i samværet. Jeg mødte f.eks. en ung mand, som var meget udadreagerende, og som faktisk tyranniserede hele huset, hvor han boede. Og den første gang, tænkte jeg: "Han har haft så mange nederlag og fået så mange skældud i løbet af sit liv, fordi han har været svær at forstå. Han skal ikke have nogle nederlag overhovedet. Det skal være fuldstændig enkelt." Så jeg havde taget en lille dåse med, hvor der var nogle småting inden i, og den raslede jeg lidt med, og så trillede jeg den over til ham lige så langsomt. Jeg tænkte: "Det kan være han tager den og kyler den i hovedet på mig", det er jo ikke til at vide, vel. Men det gik op for mig, at han var i stand til fuldstændig at komme ind i den puls og den ro. Han kunne tage imod den enkelhed, og han kunne gå ind i pulsen. Det var virkelig lærerigt, og det har egentlig været meget grundlæggende også for den bog, jeg har skrevet:

Vi skal helt ned i det enkle. I det små der finder vi det store. Der finder vi dybden. Fordi; dér får vi en forbindelse med dem, vi arbejder med.

Det er jo helt grundlæggende den menneskelige kontakt som det handler om, og som man skal søge. Det er helt sikkert, at når man selv mærker det, så gør den anden det også. Og det er jo det, der er så fantastisk. At vi har de dér antenner, hvor vi så tydeligt mærker, om der er forbindelse, eller der ikke er.

Anne Steen oplever, hvordan dette fokus på det helt enkle giver mening, også når hun på sine kurser videreformidler sine metoder til andre medarbejdere. De får mod på selv at prøve tingene af, fordi de er så nemme at gå til.

Anne: Det er min erfaring, at det skal være noget, hvor medarbejderne ikke skal gå og tænke "hvad pokker var det nu, vi lærte på det kursus?" Det duer ikke. Man skal kunne være nærværende med den personlighed man har og ja, fuldstændig kunne slippe alt andet, fordi det er det hér nu, det drejer sig om. Så det har været spændende at nå frem til, at enkelhed er egentlig det, vi skal stræbe efter. Og det er selvfølgelig også derfor, jeg har gjort det meget konkret med ganske enkle redskaber, man kan bruge, der også involverer berøring, som jeg synes er så utrolig vigtig. Der er jo nogle, der nærmest glemmer, hvordan det er at blive berørt. Der er nogle, der simpelthen ikke kan holde ud, at man rører ved dem.

Hun fortæller, hvordan inspirationen til en videre udforskning af metoder til nærvær gennem berøring rent faktisk opstod som følge af en stressmelding:

Anne: I 2013 blev jeg alvorligt ramt af stress, og kom i den forbindelse på et kursus i mindfulness. Og det var en enorm hjælp - den dér forankring i kroppen. Da jeg kom tilbage, kunne jeg se, at medarbejderne var stressede, men nogle af borgere var sandelig også stressede. Så der tænkte jeg: "Jamen, hvordan kan jeg lave mindfulness med de mennesker hér?" Og jeg forestillede mig, at det måtte være noget med at berøre kroppen med redskaber, så de kunne få fokus på deres krop på forskellig vis. Så jeg lavede nogle vimpler, sådan nogle af silkebånd, og brugte nogle fjer og ... jeg fik også fat i nogle bolde til lidt hårdere tryk. Og det viste sig at de allerfleste af borgerne, også dem der ellers ikke bryder sig om fysisk berøring med hænderne, at de bare nød det. De havde en sanselighed og en opmærksomhed, som virkelig overraskede mig. At berøre deres krop kunne få dem til at kigge på deres krop og mærke den på en ny måde. Og ... mellem fingrene, det er også gået op for mig, det er meget, meget følsomt, og nogle eeeelsker de



dér silkebånd mellem fingrene. Og jo langsomere man gør det, des større nærvær får man selv. Fordi langsomhed – den kontrollerede bevægelse – den kræver nærvær. Så på den måde er det også nogle gode redskaber for medarbejderne. At have fokus på langsomheden hele tiden, fordi det skaber nærvær. De får jo tid til at se reaktionerne og tid til at fornemme, hvornår borgerne f.eks. er parate til berøring i ansigtet, og hvornår er det bare på tøjet, det skal foregå. For der er også meget i dét, selvfølgelig, hvordan man berører, og at man hele tiden er opmærksom på, hvordan kan jeg ændre også denne hér berøring.

De enkle berøringer kræver gentagelser og tid, men netop det vil, ifølge Anne Steen, også muliggøre en ny og dybere kontakt:

Anne: Medarbejderne begynder med først at vise noget, og så gentage, gentage, gentage, så det bliver genkendeligt. Og til sidst så kommer forventningen. Og dér er der jo netop en åbenhed. Fordi, når borgerne begynder at forstå: ”Nå, det er dét, hun vil med sammen med mig”, så er de allerede ved at indstille sig på det. Og dén proces dér, den er enormt vigtig.

Og det kræver tid. Det gør det. Men altså netop hvis man på én eller anden måde får en rytme i dagligdagen, så bare 5 minutter til hver, så vil de jo efterhånden – begge parter – få den dér genkendelse og den dér forventning om, ”jamen, det er det hér, vi kan ... sammen”.

Jeg spørger Anne, om hun ikke vil mene, at hun går meget uforbeholdent ind i relationen til et andet menneske.

Anne. Jo, jamen det er rigtigt, men jeg kan da også mærke, at det har været en proces, og at det er blevet meget nemmere for mig, for nu ved jeg, at det er vejen frem. Fordi, hvis man virkelig vil et andet menneske noget, så er man jo nødt til at kunne se: ”Hvad er det du gør, og hvordan kommunikerer du? Og hvordan kan jeg så få lov til at vise dig min verden og min måde at kommunikere på? Hvordan kan vi få det flow mellem os? Hvordan kan vi få den gode energi og åbenhed?”

Og jeg mærkede det faktisk meget tydeligt, da jeg kom tilbage fra mit stress-forløb. Altså, jeg var virkelig nede på hælene, og jeg kan huske, at jeg skulle i gang med nogle nye grupper, og jeg kunne høre mig selv sidde og fortælle: ”Jamen, så gør jeg det, og så skal det foregå sådan og sådan”, og ved mig selv tænkte jeg: ”Gud, kan jeg det, overhovedet?” Jeg troede jo

overhovedet ikke på det selv. Og det, der hjalp mig, var mødet med borgerne. Der kunne jeg mærke, at der kunne jeg slippe al usikkerhed og bare være nærværende og mærke det flow og mærke den glæde, der var i det. Det var virkelig tankevækkende. Og jeg så det først et stykke tid efter. Der kunne jeg se, at det var altså det, der gjorde, at jeg kunne komme tilbage på arbejde. Jeg kunne bare sidde og være sammen med de hér mennesker. Og det var det, jeg i den grad havde brug for.

I det hele taget gør samtalen med Anne det tydeligt, at tingene sker i en proces. At man ikke kan det hele fra start, og at man hele tiden har mulighed for at lære nye ting og udvikle sin evne til at forstå andre mennesker:

Anne: De første år, var jeg usikker, og jeg syntes egentlig, at det var rart bare at sidde selv med beboerne og finde ud af ”hvad er det jeg laver?” I dag har jeg altid medarbejdere med, for de skal se, hvad jeg laver. Men i begyndelsen, i de første år, havde jeg endnu ikke forstået det dér med at give og modtage. Jeg syntes, at jeg gav og gav og gav, og jeg fik ikke noget tilbage. Og når jeg læser de rapporter, jeg har skrevet dengang Altså, jeg fik så meget tilbage fra dem, men jeg kunne ikke mærke det. Der var ét eller andet, der ikke hang sammen. Jeg havde nogle andre ambitioner eller forestillinger om, hvad der skulle komme ud af det, uden at jeg havde kunnet definere, hvad det var. Men jeg kan sådan undre mig over i dag, at jeg ikke var tilfreds dengang. Og ikke kunne mærke, at jeg fik så meget. Små lyde og øjenkontakt, som jeg jo i dag ville synes ... hold da op. Og det er det, der er så vigtigt. At man forstår de store succeser i de små ting, og at det er en stor glæde at modtage de små tilkendegivelser. At det giver rigtig meget. Men man skal virkelig også forstå det i det perspektiv, som det menneske har; Hvor stort det er at få øjenkontakt, eller at få lov til at holde i hånden med dem, eller ... ja. Så det har været en lang proces, det er klart.





Anne Steen Møller i forklædning

Når energien flyder imellem mennesker, og der ikke er en masse ord til at forstyrre ... det er fantastisk.

At Annes stilling, efter så mange år som en fast forankret del af fagligheden på Sølund, nedlægges efter hun er gået på pension, er et mysterium for mange. Anne forklarer, hvordan hun har vidst det længe, og hvordan den viden har været medvirkende årsag til endnu et nyt skridt fremad.

Anne: Det gode ved det var, at jeg kom til at tænke på, at der havde været musikterapeuter på Sølund før mig. En der hedder Merete Birkebæk, som er én af pionérerne. Hun var Nordoff-Robbins musikterapeut, og havde også en pianist med, men der var aldrig blevet skrevet noget ned om deres arbejde. Jeg havde ledt og ledt efter, hvad de havde lavet, men der var intet. Og så tænkte jeg: "Jeg må edderma'ne efterlade et spor". Og så kom idéen om,

at jeg måtte skrive en bog. Simpelthen. Og det er jeg enormt glad for, at jeg fik gjort. De skal ikke bare lige tro, at det slutter sådan. Og den bog jeg har skrevet, den blev jo så faktisk til en metode. For det var nødvendigt, syntes jeg, at få lavet en bog, der kunne læses og bruges af pædagogiske medarbejdere i en travl hverdag. Det dér med at sætte sig ned og overveje: "Hvad er det, jeg skal lave med den hér person?", det har de ikke tiden til. Så jeg tænkte, at det skulle være en pædagogisk bog, som selvfølgelig tog udgangspunkt i mine musikterapeutiske erfaringer i feltet, men som også var rettet mod den pædagogiske faggruppe, og selvfølgelig også andre faggrupper.

Selvom Anne er gået på pension, slutter hun dog ikke helt med musikterapi på Sølund, for hun er der sådan set stadigvæk. Hun fortsætter sit virke som musikterapeut, men nu på frivillig basis, med rådgivning til medarbejdere omkring de borgere, som kan være rigtig svære at få kontakt til.

Anne: Jeg arbejder frivilligt dernede lige nu, jeg kan jo ikke helt slippe det. Og jeg arbejder med en ung mand, som jeg havde, da han var 5-6 år. Jeg har beholdt mange af beskrivelserne, fordi det er jo bare så spændende. Og der har jeg kunnet læse om, hvad han kunne dengang: Spille i takt til musik, og indgå i fælles bevægelser til musik og den slags. Og så ser jeg ham i dag, og der må jeg sige; han har jo tabt så mange færdigheder. Altså, det dér, det kan han slet ikke længere. Og altså, der findes jo handicaps, hvor det kognitive degenererer, og man mister færdigheder med årene. Men så er der også det, som jeg tror tit er tilfældet med de hér færdighedstab; at det er på grund af understimulering, at man ikke er blevet mødt, at man ikke er blevet forstået. Det spurgte jeg medarbejderne om bagefter, og det var de helt enige med mig i. De tænker også, at det er det, der er sket.

Så det tænker jeg virkelig er et område, som kræver noget mere udforskning. Det går lidt i glemmebogen det dér med, at det handler om at gøre dem trygge i deres liv. Der er så mange nonverbale kommunikationsformer og helt grundlæggende færdigheder, som man jo egentlig kunne fokusere på. Sådan nogle helt grundlæggende menneskelige elementer - helt tilbage fra starten af livet; At blive berørt, blive sunget til, høre musik og blive leget med, turtagning, spænding, afspænding og så videre. At de forstår de hér ting, det synes jeg, at der burde være meget mere fokus på. At vi bygger op til, at de kan indgå i nogle samspil med andre mennesker, som er forståelige for dem. For det tænker jeg, at det har mange af dem mistet i deres liv. Det er en skam, at man ikke også definerer de non-verbale lærings- og sociale kompetencer, som man bygger op. De sociale kompetencer som vi kan have resten af livet. Det er jo det, man virkelig burde have med.

Jeg spørger Anne, om hun mon forestiller sig, at det med ham er lidt ligesom at lære at cykle igen. At når først de er kommet i gang med musikterapien, så vil han kunne finde de dér evner frem igen. Hvortil hun begejstret svarer:

Anne: Det er DET, jeg synes er spændende! Og derfor har jeg sagt til den afdeling hér, at jeg synes det kunne være enormt spændende at lave et forløb bare med ham. For det har jeg tid til og lyst til. Så kommer jeg hver tredje uge, og så skal medarbejderne så prøve nogle af de ting af, som jeg foreslår. Og så har jeg skrevet til dem, at jeg synes, at vi sammen skal se på; "Kan vi udvikle nogle af de evner, som jeg ved, at han har haft?". Og det bliver jo enormt spændende for mig selv også. Men jeg ved det

ikke. Altså, jeg kunne dårligt forestille mig, at han kunne holde om en kølle nu. Men noget jeg kunne læse i mine noter var, at han elskede mundharpen, og at han selv kunne spille på den dengang. Så jeg tænkte: "Jeg starter med selv at spille på mundharpen". Og så spillede jeg, og der sagde det fuldstændig 'bim' i øjnene på ham. Og så, når jeg holdt en pause, så lavede han en stemmelyd. Og så spillede jeg lidt og holdt pause, og så lavede han en stemmelyd og kiggede ud på mig. Så der var simpelthen bare så meget dialog dér, og det var jo skidespændende.

Ja, så jeg føler virkelig, at det er hele min læringsproces igennem livet i mange år, som jeg på én eller anden måde skal afprøve med ham. Det er jeg enormt taknemmelig over, at det kan lade sig gøre, og at de bakker op om det i huset dér.

Beboerne på Sølund er virkelig nogle stærke personligheder. Der er ikke én der ligner hinanden. Og somme tider tænker jeg "Gud, findes der også sådan én som dig". Der er en kæmpe mangfoldighed. Og det er helt fantastisk, synes jeg, at opleve hvordan man kan blive berørt af mennesker, der har så vanskelige vilkår. Og det er jo også derfor, at der er så mange medarbejdere, der er der i mange mange år.

Som afrunding på vores samtale spørger jeg Anne, hvad hun mon tager med sig fra sit lange arbejdsliv. Hvad står frem for hende?

Anne: Jamen jeg tror egentlig, det er det, vi snakker om nu. At grunden til, at jeg har lyst til at arbejde frivilligt, det er, at jeg ikke kan undvære de møder med borgerne. Det kan jeg faktisk ikke. Det giver mig så meget glæde og så meget mening. Og jeg synes, at jeg bruger mig selv på en helt særlig måde, som gør mig lykkelig. Det vil jeg faktisk sige. Det er jo ikke fordi, det bare er let, men altså ... det er jo sjovt at finde ud af, at: "Nå okay, det var lige lidt for meget, det skal jeg ikke gøre, nå, men så prøver jeg lige noget andet". Jeg synes, det er så meningsfuldt for mig og så livgivende, og det har jeg vidst længe. Det er de mennesker, der bor på Sølund, det er dem, der betyder noget. Og så er jeg glad for, at det er blevet sådan, at jeg rent faktisk kan få et forløb og kan fordybe mig lidt med den unge mand hér. Og jeg kender medarbejderne og lederen rigtig godt. Så det er også lidt som at komme hjem, altså. Jeg har jo været der så mange gange.