

Palliativ GIM terapi – Forsoning ved livets afslutning

Lisbeth Andreassen

Cand. Mag. i musikterapi, ansat som musikterapeut på Sct. Maria Hospice Center i Vejle, foredragsholder, formand for MTL; MusikTeraapeuternes Landsklub, i gang med afsluttende del af GIM uddannelsen. Mail: lisbetha@stofanet.dk

Resumé: Denne artikel er uddrag af en godkendt GIM case fra den afsluttende del af GIM uddannelsen. Casen omhandler palliativ GIM terapi med en døende patient på et hospice. Med fokus på forsoning illustrerer casen temaerne skyld og skam og nødvendigheden af at komme til en accept og forsoning med dele af det levede liv.

Indledning

Det tema, som jeg i denne artikel vil fokusere på er forsoning. Jeg vil gennemgå få nøglebilleder fra et palliativt GIM forløb for derigennem at illustrere, hvorledes det er muligt at arbejde med temaet forsoning i palliativ GIM terapi.

Fra 2000 – 2004 tog jeg, på det første hold i Danmark, GIM (Guided Imagery and Music) uddannelsens kurser. Holdet bestod af seks danskere og seks nordmænd med meget forskellige terapeutiske baggrunde og erfaringer. GIM uddannelsen er bygget op omkring 3 niveauer, hvoraf det 3. niveau er det længste og består af 5 kurser.

En af opgaverne på niveau 3 er en GIM casestudy. Der er bestemte guidelines for en GIM casestudy, så denne artikel vil, af pladshensyn, blive en forkortet udgave af den oprindelige casestudy. Den oprindelige casestudy blev fremlagt og godkendt i foråret 2004 på det 5. og sidste GIM 3 kursus.

Palliativ GIM terapi

En almindelig GIM session varer typisk 1½ - 2 timer, hvoraf musikrejsen varer 30-40 minutter. Igennem rejserne anvender terapeuten forskellige GIM programmer, alt afhængig af patientens problematik og parathed til terapien.

Når jeg bruger GIM terapi i mit arbejde på hospice med døende mennesker er det

nødvendigt at lave modificerede GIM sessioner. Patienterne har ikke kræfter til at lytte til musik i lang tid endsige tale i særlig lang tid. Det har derfor været nødvendigt at udvikle en GIM metode, som afkorter sessionerne væsentligt samtidig med, at der er fokus på både musik og samtale. Denne modificerede metode kalder jeg for palliativ GIM terapi.

Mennesker, tæt på livets afslutning, oplever ofte, at deres sanser er skærpede. I forhold til musik beskriver de ofte, at musik indvirker stærkere nu end tidligere. At det forholder sig sådan, erfarer jeg ofte i GIM terapien. Induktionen behøver blot at være en kort guidning eller få ord; patienten er ofte allerede i en let ændret bevidsthedstilstand og musikstykkerne fra de såkaldte begynderprogrammer (Bruscia, 1996) virker ofte meget stærkere på døende mennesker end på raske mennesker.

I forskellige afskygninger går mange af de samme temaer igen hos døende mennesker. De fleste har behov for at dele deres livshistorie for på den måde at sikre sig, at noget af dem lever videre i andre mennesker eller for at finde en mening med deres liv. Andre har brug for at finde nye håb (så som håbet om en fredelig død), tale om skyld og skam og komme til en forsoning, mange kommer i kontakt med dødsangst og så videre. Denne artikel vil illustrere, hvordan

en patient kommer i kontakt med skyldfølelsen og gradvist arbejder med dette tema hen mod en forsoning gennem et palliativt GIM terapi forløb.

At forsone sig med sin skyld

Skyld er en grundlæggende følelse i al sorg (Olivius, 2003) og dermed også i den sidste fase i livet. Skyld i forhold til relationer man har haft gennem livet, ting der skulle

være sagt eller undladt at være sagt. Skyld hører med til menneskets eksistens, og kan give sig til kende på mange måder. Det er vigtigt at give patienten mulighed for at udtrykke og arbejde med sin skyld. Skyld kan ikke fratages mennesket af sig selv, men ved at arbejde med skylden kan såret forhåbentligt renses, så blot et år bliver tilbage. At forsone sig med sit liv er en eksistentiel del af livets afslutning. (Andreassen, 2005)

Case præsentation

Hans (navn og andre personlige data er ændret) på 52 år er indlagt på hospice med coloncancer. Da jeg hilser på ham efter nogle få dage er han glad for at være kommet på hospice og fortæller samtidig, at han er kommet i en fase, hvor han har stærkt brug for at se tilbage på sit liv og "bearbejde diverse traumer. Og det kan ikke gå stærkt nok nu", fortæller han mig. Han ønsker musikterapi til det formål, og vi aftaler et GIM forløb.

Hans er i begyndelsen meget ambivalent i forhold til musikterapien. Han siger, han gerne vil og alligevel aflyser han alle sessioner, hver gang jeg kommer ind på stuen i de første fire uger. Efter en måned med aflysninger, er han klar til at starte et GIM forløb og i løbet af den efterfølgende måned bliver det til 8 GIM sessioner. Derpå bliver han fysisk dårligere, og der bliver dage, hvor han i stedet ønsker, at jeg skal synge salmer for ham og at vi skal lytte til musik sammen. Den sidste dag Hans lever, laver jeg en form for GIM rejse med ham og hans hustru, og det bliver hendes afsked med sin mand.

Sessionerne er meget lange og desværre er det kun muligt her at beskrive de mest centrale billeder.

De 8 GIM sessioner har jeg valgt at dele op i 3 faser:

Fase 1

Session 1-2-3: "Jeg er her - men gemmer mig også" At arbejde med sin egen skyld, erkende den og stå ved den, kræver et stort mod. En ting er at skulle erkende sin skyld over for sig selv, en anden ting er at dele det med et andet menneske med risiko for at blive forladt og

måske hånet for sin skyld. Set i bakspejlet er det tydeligt, at de mange afvisninger som Hans giver i gennem de første uger, hvor han hver gang aflyser musikterapien, er en test af terapeuten. Kan hun bære at blive afvist gang på gang, forsvinder hun ligesom jeg selv har gjort det gennem livet? Eller er hun stærk nok til at vide besked om min skyld? De første to musikrejser er præget af at han gemmer sig i huler og i træer. Han lærte som barn at gemme sig for sine søskende, og det er en mekanisme, han har brugt igennem sit liv. Han har et ønske om at komme ud af hulen, åbne op samtidig med at det er forbundet med stor angst. Vi leger så at sige gemmeleg; han gemmer sig og jeg tillader at han gemmer sig, forsøger ikke at finde ham, hvilket viser sig at være ny og vigtig dimension i hans såkaldte gemmeleg.

3. session “Ud af gemmehullet” Det bliver en 1½ time lang samtale stort set uden musik. Hans er kommet ud af gemmehullet og fortæller om dele af sin skyld og skam problematik. Han har været udsat for seksuelle overgreb som barn, og som far har han været voldelig over for sine børn. Den ene af døtrene har han ikke længere kontakt til, men har et ønske om at nå at mødes med hende, inden han dør. Han ser tilbage på sit liv fuld af svigt (både af ham og til ham). Han har ingen positive erindringer fra sin barndom. Det er én lang og tung samtale. Hans bliver meget træt, og vi afslutter sessionen med et kort stykke af Bizet (intermezzo fra Carmen), som giver Hans mulighed for at hvile sig og være-med-sig-selv.

Fase 2

Session 4-5-6 session fire er Hans ambivalent. Han er meget berørt af de oplevelser han åbnede op for dagen før og ved ikke helt, om han vil have musikterapi denne dag. “Det er hårdt, men det gør også godt.” Jeg har erfaringer med, at Shostakovich’s 2nd piano concerto fra cd’en Supportive (Bruscia, 1996) kan repræsentere ambivalente sider i mennesket. Det lette og flyvende kontra det triste og tyngende og jeg vælger derfor det stykke musik.

Igennem musikken får han kontakt til datteren, som kun nærer stærke negative følelser for ham. Han forsøger at række ud efter sin datter men det lykkes ikke. Hans mærker meget tydeligt sin skyldfølelse og sin magtesløshed.

Til Bachs koncert for 2 violiner, hulker Hans længe og siger gang på gang "jeg er skyldig. Der er så meget jeg gerne ville lave om.

Det er en rejse hvor der er ét stærkt billede, nemlig billedet af datteren som ser på ham med kolde øjne og ikke ønsker sin fars kontakt.

I næste session, nogle dage efter, er Hans meget tung og trist. Det er oplagt at bruge musikstykker fra programmet *Grieving* (Bruscia, 1996), som netop udtrykker tyngde og sorg. Hans får billeder af at være til en begravelse og giver sig selv lov til at være i det sorgfulde. Midt i det sorgfulde får Hans kontakt til sin barndom igen. Men denne gang er det positive erindringer der dukker frem. Billeder af at han lige er startet i skolen, og at han har gode legekammerater. Hans sukker dybt et par gange, som om han er helt lettet over at opdage positive minder fra sin barndom.

Efter rejsen er Hans lettet og smiler. Han har for første gang i mange år fået kontakt til noget der var positivt i barndommen. De positive billeder fylder mere end billedet af begravelsen. Måske var det ikke en person der blev begravet, men noget tungt fra hans liv, som han ved at se på og ikke gemme sig for, kunne begrave? Derved blev der plads til noget andet.

6. session: Hans mærker, at han fysisk bliver dårligere. "Jeg kan ikke gemme mig mere. Jeg kan ikke selv stå ud af sengen og flygte længere." Hans mister langsomt kontrollen over sin krop - det er utrolig smertefuldt, når kroppen forandrer udseende og kræfterne forsvinder. Der breder sig en stilhed, som Hans afbryder ved at sige: "jeg vil så gerne rejse, det plejer at hjælpe mig." Jeg vælger musik fra programmet *Mournful* (Bruscia, 1996), da han skal mødes i sin sorg samtidig med at han har behov for at søge noget smukt midt i det meningsløse. Han kommer i kontakt med legekammeraterne igen og sin barndomsven hunden - og smiler. Til musikken af Goreczki (3th Symphony) (Bruscia, 1996) får han kontakt til en tidligere kæreste og mærker et savn. Hun giver ham den sætning, som jeg tror er en vigtig del i erkendelsesprocessen og begyndelsen til forsoning. Hun siger til ham: "Det er ok at du har dine følelser, det er nødvendigt at mærke dem." Til Shostakovich lægger han hånden på sit hjerte og giver efterfølgende udtryk for, at han finder plads til ordene dér.

Fase 3

Session 7-8 Dagen efter er han glad og smilende. Ordene har han taget til sig, og det er som om han blevet lettet for en byrde. Jeg vælger hele Peak Experience programmet (Brusia, 1996) (Det er 1.gang jeg bruger et helt program til ham) og slutter af med Puccinis Madame Butterfly. Det program er et arbejdsprogram, som kan være godt efter en række krævende og vigtige rejser. Hans får igen kontakt til sin barndom under 2. verdenskrig og frygtelige krigsminder kommer frem. Til Wagner oplever han at være i et helvede midt i krigen. Jeg afslutter rejsen med nynnerekoret fra Puccinis Madame Butterfly. Et stykke musik som han tidligere har lyttet til, hvor han føler at stemmerne i musikken synger til ham. Han afslutter rejsen med at sige "Jeg har så ofte fokuseret på det negative, rejserne lærer mig at finde det positive frem."

I samtalen efter musikken er temaet for ham at prøve at acceptere barndommen som den var, og som han husker den. Man kan ikke ændre på sin barndom, og den eneste måde at slutte fred med det på er gennem tilgivelse af sig selv og omgivelserne. Så vidt det kan lade sig gøre. Derfor bliver de positive minder også meget betydningsfulde for ham, fordi de er med til at gøre det lettere for ham at forsones sig med de svære oplevelser. At tilgive kan virke umuligt og derfor er det vigtigt, at han nu mærker *viljen* til at tilgive og acceptere.

I 8. session har han brug for at hvile sig og nyde musik. Musikken skal være tryk for ham og derfor vælger jeg igen at bruge Puccini. Det er et kort stykke musik på 2,38 min, og jeg spiller det 5 gange, hvor han nyder musikken og den til sig.

Efter disse 8 intense rejser bliver der en pause i 14 dage, og da jeg kommer tilbage, er han blevet meget dårligere og har ikke lang tid tilbage. Han har ikke længere kræfter til GIM terapien og siger at han nu har forsøgt at lægge sin konfliktfyldte barndom bag sig og i stedet er blevet mere fokuseret på at leve den sidste tid. Han har ikke tidligere beskæftiget sig med det religiøse, men mærker nu en længsel efter noget større end ham selv og er begyndt at bede til Gud. Han beder mig om at synge salmer og nogle få gange lytter vi til et stykke musik sammen, men ikke som GIM rejser. Han har fået kontakt til sin datter og har talt med hende. Jeg møder hende på hans stue og hører hendes fortælling på et tidspunkt, hvor Hans ligger bevidstløs i sengen.

9. rejse: Den sidste dag i Hans' liv er hustruen ved hans side. Hun

spørger til GIM og kunne ønske sig en GIM rejse sammen med ham. Høresansen er den af vore sanser, vi bevarer længst, og derfor gav det mening at lave en slags rejse med dem begge to, i tillid til at Hans stadig kunne høre os og ville kunne genkende musikken. Hun holder ham i hånden og jeg laver en induktion, hvor jeg guider dem ud i naturen til nynnepiet fra Puccinis Madame Butterfly. Hustruen sidder stille med lukkede øjne og græder. Efter musikken guider jeg hende tilbage igen, og hun fortæller mig, at hun lige har danset sammen med Hans ved vandet. Hun var meget rørt og følte at hun lige havde taget afsked med ham. Hans døde få timer senere.

Afslutning

Det er ofte meget stærkt at få lov til at være sammen med mennesker, der ved, at de snart skal dø. Det er meget forskelligt, hvordan patienter tager imod tilbuddet om musikterapi, og hvilke behov og ønsker de har. Hans valgte at lukke op for nogle konfliktfyldte temaer. Han havde et behov for at forsøge at forsones sig med den tid og den måde det havde præget hele hans liv på. Jeg tror ikke, at Hans nåede at forsones sig med alt, men både kognitivt og følelsesmæssigt fik han fat i viljen til at forsones sig, hvilket kan være det tætteste et menneske kommer på selve forsoningen.

Forsoning er et stort emne, og henviser i denne artikel udelukkende til Hans' proces.

I forløbet med Hans var der mange temaer - forsoning blot var et enkelt af dem. Den interpersonelle relation var et andet vigtigt tema, som afspejlede hans proces i øvrigt, da relationen ændrede sig markant som forløbet skred frem.

Det kan fremstå, som om det er GIM terapien alene, der har hjulpet ham til at bearbejde dele af sin fortid. Sådan er det ikke ment, da musikterapien var ét af flere

tilbud, som han tog imod den sidste tid. Jeg har forsøgt at illustrere den musikterapeutiske del af hans proces og at beskrive, hvorledes GIM terapien kan være med til at hjælpe en patient igennem en svær og konfliktfyldt proces.

Litteraturliste

- Andreassen, L. et al. (2005) *Sjælesorg – refleksioner efter Emmaus Sommer Seminar 2005*. Århus
- Bonny, H. (2002) *Music Consciousness: The Evolution of Guided Imagery and Music* Barcelona Publishers
- Bruscia, K. (1996) *Music for the Imagination*, Barcelona Publishers, Licensed by Naxos of America
- Bruscia, K. & Grocke, D. (2002) *Guided Imagery and Music: The Bonny Method and Beyond* Barcelona Publishers
- Nielsen, R. & Kaasgaard, M. (2003) *Roserne vokser i dale* Valby: Unitas Forlag
- Renz, M. (2000) *Zeugnisse Sterbender. Todesnähe als Wandlung und letzte Reifung* Paderborn: Junfermann Verlag
- Olivius, A. (2003) *At møde mennesker* Valby: Unitas Forlag