

Stafetten

- en musikterapeut beretter,
inspireret af en interesseret
fagkollegas spørgsmål

Livets glæde, livets alvor – om skiftende roller i arbejdet som palliativ musikterapeut på hospice

Hugo Jensen spørger: Hvordan ser du dit arbejdsliv i forhold til kompetencerollerne beskrevet i "Anbefalinger til kompetencer for musikterapeuter i den palliative indsats"? Hvad brænder du mest for og hvorfor?

majlundmusikterapi@gmail.com



Mit navn er Annette Majlund. Jeg arbejder som palliativ musikterapeut på Hospice Sydvestjylland i Esbjerg. I mit arbejde indgår jeg i et tæt og nært samarbejde med dygtige

og tværfaglige kolleger, hvor vi sammen bringer hospicefilosofiens værdier i spil i mødet med det hele menneske. Det er for mig en kilde til daglig arbejdsglæde. Som palliativ musikterapeut er der mange forskellige roller, jeg må udfylde og være i berøring med. Kompetencebeskrivelserne for Dansk Multidisciplinær Cancer Gruppe for Palliativ Indsats (DMCG-pal), beskriver de skiftende roller, og i nærværende skrift, vil jeg reflektere over, hvordan jeg oplever at bringe dem i spil (Lindstrøm et al. 2020).

Med afsæt i rollebeskrivelserne og kompetenceanbefalingerne for musikterapeuter i palliation, vil jeg beskrive, hvor bred en vifte af kompetencer arbejdet egentlig rummer.



Kompetenceanbefalingerne

Med kompetenceanbefalingerne for DM-CG-pal har vi som faggruppe fået nedfældet et systematisk overblik over de kompetencer og kompetencebehov, som danske musikterapeuter bør følge. Anbefalingerne udgør et meget detaljeret kompendium, hvor forfatterne har gjort sig umage med, dels at identificere og dels beskrive de arbejdsområder, palliative musikterapeuter er i berøring med. Anbefalingerne er et stort skridt på vejen til netop at synliggøre de forskellige kompetencer, arbejdet faktisk rummer. Derudover er anbefalingerne med til at tydeliggøre optimale kompetencer til at praktisere på højeste, faglige niveau og kan yderligere inddrage og orientere om den nyeste nationale og internationale forskning på området. Anbefalingerne er ikke tænkt som specifikke krav, men kan være til inspiration i forhold til den enkeltes kompetenceudvikling, og et stærkt fagligt dokument, der kan anvendes i forbindelse med lønforhandling og information til arbejdspladsen om de mange sammenhænge, musikterapeuten kan indgå i. De syv roller, som beskrives i anbefalingerne er: faglig ekspert, professionel, sundhedsfremmer, kommunikator, samarbejder, leder/koordinator og akademiker/formidler. Alle roller er væsentlige og optræder på skift i mit arbejde, og jeg må kontinuerligt orientere mig mod, hvordan jeg bedst kan tage ansvar for, hvad de hver især kræver af mig fagligt og personligt. I det følgende beskriver jeg de roller, der for mig skaber en særlig signifikans i mit arbejdsliv.

Rollen som faglig ekspert

omhandler den centrale integrative musikterapeutrolle. En nøglefunktion, der adskiller musikterapeuten fra andre fagpersoner.

Som faglig ekspert må jeg have en solid forståelse af både musikterapiens metoder og teorier samt de specifikke behov og udfordringer, som patienter i palliativ pleje står overfor. Det inkluderer viden om smertehåndtering, psykosocial støtte og kommunikation med patienter og pårørende. Jeg har desuden en væsentlig erfaringsrygsæk, der omhandler palliative patienters behov og viden om, hvordan det urolige nervesystem arbejder. Al den erfaring er med mig, når jeg udfører musikterapi, og når jeg med musik skaber lindring for patienterne. Dét, hvor jeg for alvor mærker, at jeg adskiller mig fra mine tværfaglige kolleger, er i min viden om og erfaring med, hvordan musikalske parametre kan have indflydelse på et menneskes fysiologi. Det er et værdifuldt supplement i samspillet, som på mange måder

matcher så fint ind i den øvrige behandling, vi tilbyder på hospice. Musikken, jeg spiller på hospice i fællesområder er med til at skabe en beroligende atmosfære for alle dem, der færdes i huset. Jeg er bevidst om min rolle her som stemnings- puls- og toneangiver. Det betyder meget for patienter og pårørende, at atmosfæren giver plads til den følelsesmæssige tunge byrde, de bærer på. Jeg er bevidst om min rolle som faglig ekspert og er til stadighed ydmyg i mødet med den proces, der sker omkring døden. Jeg vil altid undres og stille spørgsmål. Hver dag er en ny læring. Ingen forløb er ens. Musik i nærhed med døden skaber en sammenhæng, som blot er større, end jeg nogensinde kommer til at forstå. Jeg må overgive mig til, at ikke alt kan forklares og forenkles.



Rollen som professionel

omhandler forståelse for klienternes og pårørendes oplevelser og helbredssituation, etiske overvejelser og organisationens værdisæt.

Palliativ musikterapi kræver en høj grad af empati og evne til at skabe en tryk og støttende relation til patienten. For at hospicefilosofien kan efterleves, er det derfor nødvendigt, at musikterapeuten kan lytte til patientens behov og ønsker og tilpasse interventionerne

derefter. Jeg oplever, at det er i rollen som professionel at min 'nærværsmuskel' aktiveres; både i det stille nærvær med patienten, men også som skaber af de toner, der skal matche ind i en given situation. I praksis må jeg ofte være kort og konkret i min præsentation af, hvad musikterapien kan tilbyde, hvis jeg skal opnå patientens tillid til, at mit faglige bidrag kan gøre en positiv forskel. Akutsituationer kan kræve, at jeg hurtigt aflæser patienten og pårørende og finder mod til at se virkeligheden i øjnene og handler derefter. Patienten skal mærke, at jeg er oprigtig, og at jeg fra øjeblik til øjeblik er rolig og nærværende og tør være med det, der er, uden at flygte eller undvige. Rollen som professionel må også være hørbar i den musik, jeg skaber sammen med patienten, så der er overensstemmelse mellem min intention og handling. At være i nærhed med døden stiller krav til mange etiske overvejelser om, hvordan det er muligt at begå sig musikterapeutisk i et rum så intimt og privat for familien. Hvordan finder musikterapeuten sin plads dér på sengekanten hos den døende? Tæt nok på til at kunne observere de mimiske forandringer, der sker i de sidste dage og kostbare minutter uden at tage pladsen fra de pårørende? At trække vejret sammen med patienten, skabe ro og ledsage gradvist på vej. Jeg har ofte tænkt: *"fat mod, for det er det rigtige, du gør. Mærk blot, hvor det hjælper patienten"*. Min fornemmelse bekræftes ofte, når pårørende kommer til mig efterfølgende, berørte og taknemmelige over at være med, så nært og i kontakt helt til sidste åndedrag. En ægtefælle udtrykte sig således: *"Hvor var det smukt, den måde du fulgte min hustru på. Det betød meget for alle os, der var der, at hun fik din hjælp til det sidste"*. Og tilføjede så med et smil i øjet: *"Men, det er et farligt job du har – folk dør jo af det..."*.

Rollen som sundhedsfremmer

omhandler evnen til at anvende sin ekspertise til at fremme klienten og de pårørendes kontakt til egne ressourcer og livskvalitet samt lindringsbehov.

Jeg er fra barnsben pianist og har som musikterapeut altid haft klaveret som mit foretrukne instrument. I dag er klaveret med rundt på stuerne som mit vigtigste redskab. Klaveret spiller også en væsentlig rolle, når jeg igennem de seneste år har arbejdet med udviklingen af specialdesignet musik til særligt sårbare patienter. Jeg indspiller musik som forener ro, nænsomhed og anslag, og som har til hensigt at berolige og tage vare på et uroligt nervesystem (Majlund, 2023). Der er en stor faglig tilfredshed forbundet med nu så tydeligt at



kunne forene de to ben, som jeg står så solidt på – musikeren og musikterapeuten – og opleve, at den erfaring jeg gennem de sidste mange år har tilegnet mig med de palliative patienter, kan danne grobund for og blive hørbar i den musik, jeg skaber til denne gruppe af patienter. Indspilningerne bliver anvendt på hospice, sygehusafdelinger og demensafsnit. Jeg har indspillet både egne improvisationer, men også mere kendte numre – alle er de tilgængelige på platformen MusicMind (Majlund, 2023). Patienter på Hospice Sydvestjylland lytter ofte til disse indspilninger på deres stuer og beskriver, at musikken er lindrende og har en særlig beroligende effekt. Musikken tilfører rummet en behagelig lydlig diversitet og puls, som står i naturlig forlængelse af den stemning, som ellers kan mærkes i huset. Mange giver udtryk for, at det er rart at lytte til musik som musikterapeuten har indspillet – også når jeg ikke er på arbejde. Kolleger anvender også mine indspilninger, og flere af dem beskriver, hvordan musikken tilfører dem en ro, balance og langsomhed i det arbejde, de udfører på stuerne. Jeg erfarer således, at meget af den musik, der spilles på Hospice Sydvestjylland – såvel på stuer som i fællesarealer, er musik, som jeg har indspillet. Musikken er ensartet og er så meget til stede på hospice i bidrag til, at det over indlæggelsesperioden er med til at give mange en oplevelse af, at musikken

binder elementerne af den samlede indsats sammen. En form for tilgængelig følelsesmæssig afstemning, som alle kan træde ind og ud af efter behov, men som for mange bare helt grundlæggende danner en behagelig grundtone og stemning i huset.

Rollen som kommunikator

omhandler evnen til effektivt at facilitere de dynamiske, verbale udvekslinger i terapeut-klient- relationen, herunder også relationen til familie og pårørende.

Jeg sidder og spiller til fællessang ved flyglet i fællesrummet. Duften fra madvognen fylder huset, og sætter fødder i gang fra kælder til kvist. Nogle kommer trissende i hjemmesko, andre går friskt ned ad gangen. Det er middag på Hospice Sydvestjylland, – et tidspunkt på dagen, hvor forventning og glæde skaber små

smil og samler folk i gemytligt samvær om musik og mad. Vi har sunget sammen, og de fleste har nu kurs mod tallerknerne. Et ungt par er på vej. Hun i kørestol, han bagved. De kommer helt hen til flyglet. "Er du færdig med at spille nu?", spørger hun. "Det lyder så dejligt, vil du spille lidt mere for os?" Jeg har ikke set dem før. Hun er ny patient, han er ægtefælle, og de er lige ankommet i formiddag. Jeg nikker til dem og lader efterklangens toner fra "Halleluja" finde vej i endnu et vers. De sidder stille og lytter tæt sammen. Snart løber tårerne på deres kinder. Musikken klinger af, og jeg rejser mig for at hilse på dem. Jeg sætter mig på knæ, og lægger blot en forsigtig hånd på hendes ben. Siger efter en rum tid: "Velkommen her. Jeg fornemmer, at der løber meget igennem jer i dag..." Hun ser på mig og svarer: "Ja...det var ikke nogen nem kuffert at pakke..."



Når først man er patient på hospice, er der mange overvejelser, der er gået forud, og der er mange beslutninger, der er truffet. Det lys, der er tilbage, brænder i håbet om, at den sidste tid må være god. At der er tryk og ro, mens de sidste skridt skal tages. At der er forvisning om, at der er lindring, medicinsk og menneskeligt. At nogen gør sig umage helt til det sidste farvel. Tanker om døden kan vibrere i luften. Til tider er det godt, at nogen spørger ind til dem. Andre gange er det rart bare at være stille. Vi skal som musikterapeuter være med til at skabe et rum, hvor begge dele får plads. Patienter og pårørende kan opleve, at musik og musikterapi kan åbne op for kommunikation mellem dem, især når ord kan være svære at finde. For disse to blev musik et fælles sprog, der gjorde det lettere for dem at dele deres følelser og tanker. Den første stund de

delte med mig ved flyglet, blev åbningen på et forløb, som sidenhen fortsatte på stuen, og der var stunder, hvor deres børn var med. Og sætningen *"Det var en svær kuffert at pakke"*, samlede i få ord mange af de overvejelser, frustrationer og svære tanker, som var del af deres historie. Ikke alt skal nødvendigvis italesættes. Stærke følelser har en evne til at gøre, at ord forsvinder. Jeg kan ofte tænke, at det må være vanskeligt for patienter og pårørende at være i rum sammen med personale på hospice, som ser og registrerer alting, selvom man krampagtigt forsøger at skjule det. Jeg kan give dem plads ved at anerkende, at jeg ser det menneske, der lige nu forsøger at holde sammen på familien og på sig selv. Jeg kan fornemme, at vedkommende bruger mange ressourcer på netop det, og det er ok og en væsentlig styrke. Der kommer en tid igen, hvor det bliver muligt at trække vejret dybt og få talt om det, hvis der bliver behov for det. Men den tid er ikke lige nu.

Rollen som samarbejder

omhandler evnen til at arbejde i og kommunikere med et tværfagligt behandlingsteam for at opnå optimal palliativ indsats.

I komplekse situationer, hvor det for plejepersonalet er vanskeligt at lindre udelukkende ved brug af medicin og specialiseret pleje, kan det være særligt meningsgivende at inddrage musikken aktivt. Her er jeg med på stuen, hvor jeg spiller og regulerer aktivt, imens en plejesituation udføres. Det sker eksempelvis i forbindelse med komplicerede sårskifte og svære smerteproblematikker. Forud for et sengebade eller et sårskifte må vi tage højde for patientens habitus og ønsker: er det et ønske at være mest mulig smertefri eller mest mulig vågen og nærværende, måske set i lyset af, at der om få timer kommer længe ventede gæster? Har pårørende ønsker og behov, der bør imødekommes? Har kolleger supplerende viden og erfaring fra tidligere vagter? Den samlede information kan danne beslutningsgrundlaget for hvilken behandling eller intervention, vi som team vælger at anvende. Vi må overveje balancen mellem hvilke omkostninger det har for patienten – tid og kræfter – og hvilket udbytte og menneskelig kvalitet patienten kan opnå ved den tilgang, vi vælger. Balancen heri kan ændre sig fra dag til dag og fra time til time. Altid må vi tage højde for den grad af fleksibilitet, der er nødvendig for at tilpasse vores indsats omkring en given situation. Og altid er fokus rettet mod den bedst mulige livskvalitet og mindst mulige belastning af patienten. Så konstant er det en øvelse for os i at være sansende og registrere,



hvornår ”vinduet står åbent”. Når et vindue står åbent, er noget muligt. Og da er det vores opgave at gribe det nu og få ting til at ske. At arbejde tværfagligt sammen på stuerne er for mig en væsentlig kilde til nytænkning og bedre behandlingsløsninger. Ideer og løsninger vokser, når vi gør fleksibelt gavn af hinandens faglighed for at nå tilstrækkeligt i mål med en opgave. Vi lykkes, fordi vi vil hinanden, og fordi vi har tillid og respekt for hinandens faglighed og kompetencer, og fordi vi oplever en gensidig forpligtelse mellem de involverede parter. Vi bringer hospiceværdierne aktivt i spil, mærker vores egen grad af nærvær ind i en plejesituation, hvor vi fælles registrerer at lige nu, er vi sammen der, hvor vi rører ved noget, og vi gør en forskel. Ofte formår vi i samspil at skabe en sådan ro omkring patienten, at smertestillende medicin ikke er nødvendig, eller kun skal gives i lav dosis. Patienten registrerer en dybfølt ro og en overensstemmelse mellem den intention, vi siger, vi kommer med – vi gør os umage, og musikken følger hver bevægelse helt notorisk og fører sygeplejerskens kærlige, rolige hænder.

Livets glæde- livets alvor

Jeg bevæger mig i et arbejdsrum, hvor livets glæde og livets alvor er i spil hele tiden i alle husets kroge. Jeg må navigere imellem kontrasterne og sanse den hårfine kant af, hvornår hvad er i spil. Stemninger kan skifte med minuts varighed i samme rum. Bedst som glæden munter sig gennem smil og højlydt latter, må den respektfuldt vige pladsen for det, som kræver en helt anden form for nærvær. Jeg må turde møde livet præcis som det er for patienter og pårørende. Jeg ser en enorm tillidserklæring fra dem i at invitere os personale så ærligt med ind i deres historier gang på gang, og give os mulighed for at ledsage dem i en del af deres liv, som på mange måder er så skelsættende, privat og væsentlig. Vi får lov at være vidner, og vi får lov at være med, når det væsentlige påkalder sig opmærksomhed. Hvad end det er i fællesrummet, i haven, i spisestuen eller på patienternes egne stuer, det sker. Jeg tænker, at det kun forekommer, fordi vi som personale sammen evner at skabe et miljø, hvor det er naturligt, at vi er med. Et miljø, hvor hospiceværdierne er i spil, og hvor der er overensstemmelse

imellem det, vi siger, og det vi gør og hvor den samme grundstemning er nærværende i huset på tværs af vagtskifte, nat og dag. En stemning, der er båret af tillid, ærlighed og en professionel tilgang til den enkeltes behov. Jeg nærer stor respekt for, at vi som ansatte hver især har forskellige skiftende roller og et ansvar at løfte for at bidrage hertil. Personligt er jeg meget optaget af den helhedsorienterede indsats, vi som personalegruppe er fælles forpligtede i at skabe omkring patienter og pårørende. En indsats, hvor mit bidrag som musikterapeut flytter sig fra at foregå konkret på patientens stue bag en lukket dør, til at være med i alt hvad jeg er i berøring med, når jeg er på hospice. I det hus er jeg musikterapeut hele tiden, uanset om jeg spiller til aftensang i fællesrummet, laver afspænding, eller jeg ledsager patientens åndedræt ind i døden de sidste kostbare minutter af et levende liv. For dybest set handler det aller mest væsentlige om den totale oplevelse, vi skaber sammen – fra det øjeblik en patient træder ind ad døren på hospice, hvor vi tager imod, og til den stund hvor patienten og pårørende forlader hospice igen, og følges helt til døren på en ordentlig og respektfuld måde. Alt det, der sker derimellem – alt det, der *vibrerer* i det felt i den periode, nat og dag, – den lindring er vi som personalegruppe *fælles* om at tilvejebringe og tage vare på med alt, hvad det indebærer. Det første, som patienterne nævner ved indlæggelsen, er roen. Det næste er venligheden, og nærværet. Jeg er stolt af at være del af en arbejdskultur, hvor netop de værdier er så tydelige.

Jeg sender stafetten videre til Amalie Gerner Larsson med spørgsmålene:

Jeg ved at du i 2022 fik en stor sum penge fra Helsefonden til et projekt ved Fællesskabets Hus i Ry. Jeg vil derfor gerne spørge dig: Hvordan er projektet gået og hvad tager du med dig af erfaringer videre i dit arbejdsliv?

Referencer

Lindstrøm, S. M., Falk, M., Knudsen, B. L., Bøtker, J. Ø., Hyldgaard, U. L., & Rasmussen, L. (2020). Anbefalinger til kompetencer for musikterapeuter i den palliative indsats. Udgivet i et samarbejde mellem DMTF, DM & DMCG-PAL. Dmccpal.dk

Majlund, A. (2023): Beroligende klaverimprovisationer m.fl., [spilleliste under kategorien: Palliation]. MUSICMIND, InstoreX.

