

Min arbejdsdag

Signe Marie Lindstrøm cand. mag. i musikterapi. Ansat på KamillianerGaardens Hospice og Rehabiliteringscenter for flygtninge i Aalborg. Kontakt: sml@hospice-aalborg.dk



Mit mangfoldige arbejdsliv

Som mange andre musikterapeuter har jeg flere jobs med helt forskellige klientgrupper i forskellige kontekster og kollegiale kulturer. Jeg har siden august 2008 været fastansat på KamillianerGaardens Hospice i Aalborg med 25 timer/uge. Siden september 2010 har jeg også været tilknyttet Rehabiliteringscenter for flygtninge i Aalborg (RCF) 10-11 timer ugentligt. Her har jeg bl.a. tæt samarbejde med en psykolog/kunstterapeut omkring en gruppe af traumatiserede flygtningekvinder. Endvidere har jeg 2 individuelle og 1 gruppemusikterapiforløb med flygtninge.

Og så lige det "løse"... jeg er forskningsassistent i Stine Lindahl Jakobsens ph.d.-projekt om familiemusikterapi og assessment af forældrekompetencer. 5-10 gange årligt er jeg desuden gæsteunderviser på sygeplejeuddannelser og videreuddannelser i Aalborg og København, på hospice (palliationskurser) samt på Løgumkloster høj-skole (workshops for unge i sorg).

En arbejdsdag

Torsdag morgen kl. 8.30 møder jeg på RCF og går med det samme i gang med at gøre centerets store centrale kantine klar

til musikterapi. Stearinlysene tændes, jeg trækker gardiner for og slæber instrumenter, tegnegrej samt kaffe og te ind. Klienterne, to mænd og to kvinder (40-65 år fra 3 forskellige lande) og to tolke ankommer. For nylig oplevede en af klienterne, "Eli", et skuddrama i Aalborg Øst, hvilket rystede ham. Gennem afspænding og visualisering arbejder vi med at etablere/genetablere kontakten til 'et trygt sted' enten oplevet eller i fantasien, hvilket herefter tegnes. To klienter oplever fuldstændig afspænding, indre ro og positive indre billeder af smuk natur med vand og himmel. "Eli" oplever at være i et lukket rum uden mulighed for at kunne komme ud, selvom han prøver – en variation af tidligere sessioners tema. Han oplever dog det positive i at forsøge. Gennem øvelser med stemme og krop fortæller han, at han "kan slippe noget ud via åndedrættet". Han mærker tryghed og kan endda grine lidt. Vi bliver enige om at en halv eller en hel times tryghed og velvære ud af 24 er bedre end ingen.

Senere kommer "Amir" til individuel musikterapi. Han fortæller, at han har haft det skidt den sidste uge med trælse tanker om den dårlige fremtid, krigen som nu er indeni ham og uvisheden om og savnet efter

familien, der er tilbage i den kurdiske del af Irak. Sammen lister vi de negative tanker op på tavlen og finder musik, der kan rumme det: Eminem fra hans mobiltelefon. Han brainstormer, mens musikken spiller. Det samme gør vi med hans positive tanker, som han ikke kan finde fra nutiden, men kun fra det tidspunkt hvor han efter en hård flugt ankom til Danmark, endelig færdig med at være børnesoldat. Vi aftaler, at vi næste gang skal prøve at omsætte alle stikord fra det negative og det positive til musikimprovisation og tegning.

Journalskrivning på computeren. Jeg konstaterer, at jeg igen i dag får en kortere pause end planlagt, før jeg skal møde ind på hospice. Heldigvis er der kun 200 meter derover.

Kl. 13.00 starter min ugentlige aftenvagt på hospice, og jeg orienterer mig på oversigten over husets aktuelle patienter for at se, om nogen er død siden sidst. Jeg bemærker, at en af de patienter jeg arbejdede med for to dage siden – ikke helt overraskende – døde i går og skal udsynges i eftermiddag. Kl. 13.30 er der tværfaglig konference, hvor jeg sidder rundt om bordet med bl.a. sygeplejersker, læger, fysioterapeut, præst, psykolog og socialrådgiver. Vi drøfter nyttilkomne, udskrevne og døde patienter ud fra vore forskellige perspektiver, og jeg glæder mig over, at musikterapi er så fuldt integreret et tilbud til vore patienter og pårørende.

Så kører dagen slag i slag: udsyngning, hvor jeg akkompagnerer sange og selv spiller lidt blid musik på "dronelyren", som den afdøde patient og hendes familie fandt megen ro, varme og afslapning i, mens hun levede. Besøg på 3 patientstuer, hvor der bl.a. synges sange fra livets store øjeblikke og tales om minder. En af patienterne får

dybde afspænding og visualiserer frit til den levende musik: at flyve i det smukkeste mørkeblå, hvor nogen siger "du skal ikke være så bange" – frirum fra smerte og bekymring. En anden drøfter muligheden for at forberede sig til døden. Hun ønsker, at der skal ligge en mappe med breve og sange til hendes datter og mand, og vi tager hul på at nedfælde vigtige beskeder og tanker blandet med lidt grin og lidt tårer.

Af og til en kort pause med et varmt møde med en af mine uundværlige sygeplejerskekolleger, et knus, en lille fortælling, der udløser grin eller eftertænksomhed eller en udveksling omkring patienternes her og nu.

Kl. 21.00 ender min ugentlige "marathonarbejdsdag". Jeg er træt og igen en smule forundret over, hvor hurtigt de 12 ½ timers rejse gennem mange verdener smuttede. Og jeg føler mig glad og privilegeret over at have et arbejde, hvor musikkens og kreativitetens magiske rum skaber så mange meningsfulde øjeblikke. Øjeblikke hvor der kan opstå virkelig udveksling, sande menneskemøder og næring til alle parter *på trods* af kriser, fysisk/psykisk/eksistentiel smerte eller at man ser – eller har set – døden lige ind i ansigtet. Jeg funderer over, at vores medium både kan tilføre energi, bevægelse og livsglæde, men også rumme og give plads til svære følelser og transformere dem til en udholdelig form. Og dermed også skabe lindring og afbalancering for mennesker, der befinder sig i kronisk stress med alarmberedt nervesystem. Og ikke mindst mærker jeg, at musikken er yderst vigtig for mig selv, for at kunne være til stede med alle de ting, jeg bliver vidne til som musikterapeut.



"Dronelyre"