

Indre billeder fra 12. europæiske GIM-konference 2016

Catharina Messell, Musikterapeut og GIM-terapeut. Aktuelt involveret i forskningsprojekt på børnekræft-afdelingen på Rigshospitalet. Driver desuden selvstændig virksomhed, der bl.a. udbyder workshops omhandlende musik og mindfulness. Deltog i 2015 i pilotprojekt på "Klinik for Traumatiserede Flygtninge" under Psykiatrien i Region Sjælland. Projektet havde til formål at undersøge modificeret GIMs potentiale i behandlingen af traumatiserede flygtninge. Kontakt: c_messell@hotmail.com



GIM-konferencen i år blev på smukkeste vis arrangeret og afviklet af vores græske GIM-kolleger, som havde valgt at indlogere os alle på et badehotel en halv times kørsel fra Athen. Således blev dette års læring, inspiration og samvær akkompagneret af middelhavets brusen, cikadernes sang, duften af krydderurter og solens nærende varme og lys. Og sikke en rejse der udfoldede sig her; en mangfoldighed af billeder præsenterer sig for mit indre blik og gør mig det ene øjeblik bevæget og blød, det næste øjeblik sprudlende af latter...

Hovedkonferencen – som jeg deltog i – blev åbnet af Denise Grocke, som er præsident for den australske GIM-sammenslutning. Denise Grocke præsenterede os for de erfaringer, man i Australien har gjort sig i processen med at udvikle et fagligt netværk, som kan støtte op om træning, videreuddannelse og jobmuligheder for de australske GIM-studerende og uddannede.

Anledningen til dette emne var den bevægelse, der har rejst sig blandt europæiske

GIM-terapeuter gennem en længere årrække, mod at frigøre sig fra den amerikanske GIM-sammenslutning og i stedet skabe en europæisk. Ønsket om dette bunder bl.a. i en voksende opmærksomhed på de kulturelle forskelle på hhv. USA og Europa, som ofte afspejler sig i de måder, vi ønsker at uddanne og strukturere os samt at praktisere på. Processen mod en løsrivelse fra 'moderskibet' har været følelsesladet – ikke kun for Europa, men også for USA – og det er min oplevelse, at europæerne i højere grad ønsker at se etableringen af en europæisk sammenslutning som værende en gren, der vokser ud af stammen på GIM-træet, fremfor en decideret løsrivelse.

Efter Grockes præsentation overtog én af GIM-terapiens 'grand old ladies', amerikanske Marilyn Clark, som har været med i de tidlige år under tilblivelsen og udviklingen af Helen Bonnys metode. Hun trak tråde tilbage til den forskning og vidensudvikling, der foregik i 1960'erne og 70'erne, i forbindelse

med psykoterapi assisteret af psykedeliske stoffer. Hun refererede til den nyopståede interesse for sådanne stoffers potentiale i forbindelse med bl.a. kræftbehandling og i behandlingen af depression og afhængighed, og gjorde os opmærksomme på, at vi GIM-terapeuter har nogle vigtige kvalifikationer, som der er brug for i forbindelse med udviklingen af dette område. Af kvalifikationer nævnte hun bl.a. vores erfaring med og viden om at arbejde med mennesker i ændrede bevidsthedstilstande, vores erfaring med at slippe vores 'ego' og have tillid til, at musikken åbner for den rejse og de indsigter, som giver mest mening for klienten, samt vores træning i at guide og være nærværende under disse omstændigheder.

Jeg blev meget inspireret af Clarks præsentation, da dette også er noget, der rører på sig i Danmark, hvor man fx på Rigshospitalet er begyndt at forberede forskning i psilocy-

bins påvirkning af hjernen i forbindelse med depression.

Danske musik- og GIM-terapeuter var rigtig godt repræsenterede på konferencen, hvor vi bidrog med præsentationer indenfor flere områder: Ilan Sanfi og Bolette Beck havde lavet et oplæg om potentialet i GIM ved behandlingen af kroniske smerter, Charlotte Dammeyer bidrog med et oplæg, hvor hun, med udgangspunkt i en case, beskrev sammenhæng mellem udvikling af kernemetaforer og forsvarsmønstre i GIM med traumatiserede patienter i psykiatrien.

Torben Moe, Bolette Beck, Steen Lund Meyer og jeg præsenterede metoder og resultater fra vores pilotprojekt sidste år, hvor vi undersøgte modificeret GIM i behandlingen af traumatiserede flygtninge. Hertil supplerede vi med små casebeskrivelser og videomateriale fra forløbet.

- Guided Imagery and Music (GIM) er en dybtgående musikpsykoterapeutisk metode, hvor specielt udvalgt klassisk musik bruges til at skabe indre oplevelser. (Goldberg 1995).
- Metoden blev udviklet i starten af 1970'erne af violinisten og musikterapeuten Helen Bonny, Ph.d., og udsprang af samarbejdet med bl.a. Stanislav Grof omkring forskningen i LSD-terapi på Maryland Psychiatric Research Center. I GIM opnås ændret bevidsthedstilstand via afspænding og induktionsøvelser.
- Uddannelsen til GIM-terapeut er bygget op over tre trin:
 - Trin 1 er et fem dages internatkursus, hvor deltagerne introduceres til metoden, og er bl.a. en obligatorisk del af overbygningen på musikterapiuddannelsen.
 - Trin 2 og 3 strækker sig over tre år og henvender sig til terapeuter eller andet sundhedsfagligt personale, som ønsker at bruge GIM-metoden i deres arbejde.
- Når man er uddannet som GIM-terapeut hedder det, at man er blevet "Fellow" af GIM-sammenslutningen, og fejres med en ceremoni på næstkommende GIM-konference.
- For yderligere information om GIM-metoden se i øvrigt:
<http://www.gimterapi.dk/gim-info/index.html>, www.ami-bonnymethod.org

I forlængelse af dette præsenterede jeg en case omhandlende et GIM-forløb med en traumatiseret flygtning. Fokus for denne præsentation var at blive klogere på sammenhængen mellem traumer og kroniske smerter samt på GIM-metodens potentiale i forbindelse med smertelindring. Lars Rye Bertelsen sluttede konferencen af med at introducere 'Musikstjernen', som er omtalt i forrige nummer af dette blad.

Overordnet var der på konferencen en stor interesse for og en voksende viden om GIMs potentiale i behandlingen af traumer og ved kroniske smertetilstande. Den neuropsykologiske viden om hvilke områder af hjernen, der aktiveres under GIM, samt en forståelse af hvordan dette kan relateres til de psykologiske teorier, vi arbejder med, var ligeledes til stede i flere præsentationer.

Den græske psykiater Orestis Giotakos holdt en keynote, hvor han præsenterede os for omkring 250 slides på en time – nogle endda på græsk. Han gennemgik de neuropsykologiske aspekter af kreativitet og emotionel hukommelse. Det gik nok lidt vel hurtigt for de fleste, men vi er blevet lovet hans slides, og jeg vil tro, der er stof til fordybelse til det næste års tid.

De græske myter, sagn og traditioner vævede sig på forunderlig vis ind i konferencen. Konferencen blev åbnet med en koncert af LyrAvlos Emsemble, som introducerede os til nogle af de første instrumenter, man har kendt til fra den græske oldtid. GIM-terapeuterne Leslie Bunt fra England og Margareta Warja fra Sverige præsenterede myten om Ariadne og Theseus og drog paralleller til strukturen i vores GIM-rejser til det underbevidste og tilbage igen. Fredag drog vi på en bustur til Posseidon templet, hvor vi blev indviet i sagnet om Posseidon af

vores græske guide Irinni. Hendes morale var enkel: Græske mænd er pragmatiske og går hellere efter penge og sikkerhed, end efter kærlighed.

Om lørdagen blev de nye GIM-fellows fejret ved en fin ceremoni, og jeg selv kunne langt om længe slutte mig til denne gruppe. Et digt om rejsen til Ithaka blev bl.a. læst op for os. Pointen i digtet er, at det ikke handler om, at komme hurtigt til destinationen, men om at nyde og lære af rejsen dertil. Ja, vi har helt sikkert alle haft en lang og indholdsrig rejse fuld af både indsigter og udfordringer på vej mod fuldførelsen af denne uddannelse, og rejsen er langt fra slut. Den vil fortsætte resten af livet. Jeg husker stadig min første introduktion til GIM på et kloster i det jyske og den intense følelse, der vågnede i mig, da jeg vidste, at det her var noget jeg ville. Det var som at finde hjem til en del af mig selv, som jeg altid havde længtes efter – og den følelse har ikke ændret sig siden.

– Og det er vel også den passion, som kendetegner så mange af de mennesker, der indgår i GIM-fællesskabet (og i musikterapi-fællesskabet i øvrigt). For det, der bandt hele konferencen sammen, var alle de spændende samtaler, den måde vi lyttede til hinanden på, den måde vi blev som små, kåde børn, der fnisede inderligt sammen, gav den fuld skrue på dansegulvet og delte vuggeviser med hinanden kl. to om natten i fuldmånens skær efter en fælles natte-dukkert.

Den næste GIM-konference vil vores irske GIM-kolleger være værter for – og denne vil være den første konference som EAMI: European Association for Music and Imagery. Jeg glæder mig til endnu en rejse sammen med nye og gamle venner akkompagneret af irsk folkemusik og den smukke irske natur...