

Brug af klaver og improvisation i palliativt arbejde på et hospice

Hilde Skrudland, cand.mag. i musikterapi. Ansat som musikterapeut på Hospice Djursland fra 2011 til 2016. Ansat som musikterapeut samt faglig koordinator i FamilieFokus ved IKH, Specialrådgivningen, Region Midtjylland. Kontakt: hilde.skrudland@ps.rm.dk

I denne artikel beskriver jeg mit brug af klaver og klinisk improvisation på klaver i palliativt arbejde med voksne patienter på et hospice.

Patienter bliver visiteret til hospice på baggrund af komplekse palliative problemstillinger. Det kan være med baggrund i fysiske, psykiske, åndelige eller eksistentielle problemstillinger, men også, og ofte, en kombination af disse. I gennemsnit var indlæggelsestiden på Hospice Djursland i 2015 19 dage, medianen var 13 dage (Hospice Djursland 2015). Tal viser, at det er i den helt sidste levetid patienterne opholder sig på hospice. Enkelte patienter udskrives fra hospice til eget hjem eller fx plejecenter efter et lindrende ophold. Patienterne kommer fra sygdomsforløb der kan have strakt sig fra mange år til få uger. Langt størstedelen af patienterne er diagnosticeret med cancer.

Den palliative indsats på hospice retter sig både mod patienten, men også de pårørende. Pårørende kan være medindlagt eller komme på besøg døgnet rundt, og der er opmærksomhed på de pårørendes behov for samtaler

og opfølgning. De kan deltage i musikterapi på stuen, eller indgå i egne musikterapiforløb uden at patienten selv deltager.

Musikterapi til patienter kan strække sig over flere gange eller være et enkelt besøg på stuen. Det giver derfor sjældent mening at tænke i forløb i traditionel forståelse, hvor vi fortsætter den terapeutiske proces fra gang til gang. Patientens tilstand ændres fra dag til dag, ofte også fra time til time, og der kan derfor sjældent planlægges intervention før mødet med patienten. Mange patienter har ikke brug for eller overskud og kræfter til dybdegående terapeutiske forløb der giver indsigt og erkendelse. Målene handler ofte mere om at finde ro, lindring af angst, uro og smerte, men ofte også fokus på at skabe glæde og følelse af liv i en svær tid. Der er dog patienter der er indlagt i længere tid og hvis almentilstand gør at længerevarende og mere afklarende terapiforløb er et behov og en mulighed.

Som musikterapeut har jeg brugt en bred vifte af musikterapeutiske metoder med udgangspunkt i patientens ønsker og behov.

Der søges at balancere mellem, hvad patienten selv mener vil være godt, og den faglige vurdering jeg kan have, når det gælder valg af metode.

I løbet af en arbejdsuge kan jeg både spille små klassiske stykker på klaver, spille og/eller synge sange som har betydning for patienten, lave små musikrejser med musik fra cd, Music and Imagery, samtale, lave afspænding med og uden musik. Musikken bliver altid tilpasset patientens og evt. pårørendes behov; fx tempo der lægges med udgangspunkt i vejrtrækning, tempo sænkes for at give ro, dynamiske forskelle udviskes for at give stabilitet, sange lægges meget dybt så de kan synges med på, pauserne er lange for at komme langsommere sansebearbejdning i møde.

I denne tekst vil jeg koncentrere mig om en case, hvor jeg primært brugte klaver-spil og samtale, og jeg vil beskrive, hvordan musikken flyttede sig fra komposition til musikterapeutisk improvisation for at støtte nogle af patientens behov gennem processen fra liv til død.

Case

Niels er 65 år, han er akademisk uddannet og har arbejdet som journalist og forfatter. Jeg hilser på ham og fortæller kort om musikterapi. Niels siger at det vil han gerne prøve, men at han gerne vil være lidt forberedt på det og tænke sig lidt om. Vi aftaler tid dagen efter. Før jeg siger farvel spørger han om jeg kan spille "Nu er jord og himmel stille", som han har lært som barn på en spejderlejr, og "Danmark nu blunder den lyse nat". Det siger jeg, at jeg kan gøre, når jeg kommer ind til ham igen.

At tage udgangspunkt i noget patienten kender og ønsker er et naturligt sted at starte et musikterapiforløb med mange patienter der

er kognitivt bevidste. Patienten har derved mulighed for at huske sit eget liv og genhøre og måske genopleve oplevelser og sansninger fra sit liv. Der er også en underliggende mulighed for at bevare kontrol og genkendelse af sig selv ved at kunne vælge sange og musik, der har eller har haft betydning. Derved kan der for nogle patienter også bevares en følelse af en hvis kontrol over sin egen situation.

Som aftalt går jeg ind på Niels' stue dagen efter. Hilser på ham og spørger om han er klar til at jeg tager klaveret med. Det er han, og jeg kører klaveret ind og placerer det, så jeg kan se Niels mens jeg spiller, men ikke så tæt på sengen at lyden kan blive for overvældende.

Niels fortæller, at han har mange smerter, at jeg må have ham undskyldt, hvis han vrider sig under musikken. Jeg siger det er betænksomt af ham at fortælle mig det. Niels beder mig om at spille de to sange. Jeg spørger om det er ok med klaver, eller om han også gerne vil høre sang til, "Nej, gud fri mig for det" svarer Niels, og vi smiler sammen. Vi aftaler at Niels har ret til både at sige stop hvis han ikke kan holde musikken ud, og falde i søvn hvis han har brug for det. Efter sangene spørger Niels hvad jeg har lyst til at spille for ham. Jeg siger, at det er Bellman der har komponeret den ene, og at jeg derfor gerne vil spille lidt mere af ham, og jeg fortæller at jeg holder meget af svenske viser. Det udvikler sig til flere svenske sange og en samtale om viser, sange og musik. Niels siger som afslutning at det har flyttet fokus fra smerterne, og det har han været glad for. Vi aftaler ny tid to dage efter.

Der er mange patienter der undskylder for sig selv. Som Niels om at han vrider sig af smerte, men det kan også være undskyldning for at falde i søvn efter kort tid, for sår der

ser voldsomme ud, for hårdt er ikke vasket, for at der ikke er kræfter til et godt håndtryk. Som fagperson kan en første reaktion på dette være, at fortælle at det er vi vant til i vores arbejde, det skal de ikke tænke på – vi søger at trøste. Det kan være godt til nogle patienter. Det kan dog også være at tale ned til andre, og ikke at lytte til det de siger. I deres undskyldning for dem selv kan der ligge et ønske om, at vi lærer dem at kende som den de har været, en sorg over at have tabt sig selv, et ønske om at være ligeværdig med mig. Hos Niels vælger jeg at sige, at jeg hører det som betænksomt. For at give ham en oplevelse af at jeg hører ham tage hensyn til mig, og at han tager værtskab på sig inde på sin egen stue. Da det kun er anden gang jeg er inde ved ham, kender vi ikke hinanden og har ikke en relation, vi kan læne os op ad.

Niels vælger sange, der har betydning for ham, som giver minder fra hans liv. Han inviterer også mig til at vælge. Måske for at være høflig. Jeg hørte det dog mere som en nysgerrighed overfor hvem jeg var, hvad jeg ville byde ind med. Jeg valgte at tage udgangspunkt i det han havde valgt, Bellman, men åbnede også op for hvem jeg er, ved at fortælle at jeg holder af svensk musik. Derved tager jeg imod invitationen til at være mig, men bevæger mig indenfor samme genre, jeg afstemmer mig Niels' valg af musik, men med en variation.

Vi havde ikke talt om musik som smertelindring, men Niels oplevede det sådan og havde overskud til at fortælle mig det, og at han var glad for det. Han valgte selv at følge op på musikken med ord, det var ikke noget jeg bad ham om.

Det er ikke en selvfølge i palliativ musikterapi at patienten har overskud til at tale, verbalisere. Træthed, afspænding, søvn, kognitiv svækkelse eller glæde over at være fri for at bruge ord kan være vigtigere end

en verbal tilbagemelding på musikterapien. Det er derfor vigtigt både at lægge mærke til signaler fra krop, mimik, vejrtrækning, og tilbagemeldinger fra pårørende eller andet personale. Og også at lytte til, og vurdere, ens egen oplevelse af situationen.

I starten af musikterapien med Niels brugte jeg klaveret udelukkende til at spille de ønskede sange på. Jeg legede en smule med melodierne, typisk i anden gennemspilning, men uden at improvisere eller lave overgange til anden musik. Musikken var derved det, vi mødtes i, vores fælles fokus, men hvor Niels konstaterede at det flyttede fokus fra smerter, bragte han også fokus udenfor musikken ved at fortælle mig om det.

Inden næste gang læser jeg lidt op på Bellmann, da jeg ved Niels selv har været en grundig researcher.

Jeg kommer som aftalt ind to dage efter. Niels siger: "Jeg er egentlig for træt. Jeg er slået ud af nogle piller". Jeg siger det er helt ok, at jeg kommer næste gang jeg er i huset, hvorefter Niels siger: "Det skal ikke have lov til at bestemme over mig. Nu er det tid for musik!" Han vil gerne høre en Bellmann vise igen. Jeg foreslår "Ulla min Ulla", og spiller den for ham, med to gennemspilninger. Niels spørger ind til hvornår musikken er fra. Det taler vi lidt om, Niels siger: "Tænk at nogen kunne komponere noget så smukt mens Europa stod i flammer". Jeg siger at det nok ofte har været sådan at nogen har komponeret over rædslerne, andre om tiden før, eller håbet om noget bedre bagefter. Niels bliver stille, svarer: "Ja, det er jo sådan det er". Han beder mig spille "Ulla min Ulla" igen, før vi siger farvel til hinanden.

Jeg respekterer patienternes valg. Men tillader mig at udfordre dette, hvis jeg tænker at det kan være gavnlige for patienten. At sætte min

erfaring og viden i spil hvis jeg vurderer at det kan gøre en situation bedre for patienten. Ved Niels hører jeg, at han er for træt til musik og anerkender det i mit svar, jeg prøver ikke at overtale. Måske er dette med til at Niels bestemmer sig for at være bestemmende over sig selv, ikke lade trætheden bestemme, og inviterer musikken ind. Niels fortsætter fra sidste gang ved at vælge Bellmann, jeg vælger "Ulla min Ulla" som jeg kender som både melodios, men også overraskende og med både præg af vise og klassisk stykke. Min research om Bellmann gør, at jeg kan gå ind i den kognitive samtale om musikken. Forlade selve indtrykket af musikken og kigge mere på kompositionen for den. Hvilket giver Niels mulighed for, at tale om politik, historie, emner han er dybt optaget af. Dog tænker jeg, om Niels tænker over sin egen situation i lyset af vores snak om hvad musikken illustrerer. Jeg spørger ham ikke, han inviterer ikke med ord eller kropssprog til det, jeg er bare i situationen sammen med ham.

Fem dage efter er jeg på hospice igen. Niels er trist da jeg kommer ind til ham. Han har set sig selv i et spejl og siger: "Det går kun nedad med mig. Snart er jeg kun knogler". Han beder mig spille musik der kan give ham en lysere følelse end den tristhed han har. Han vil gerne høre "Ulla min Ulla", derefter vælger vi engelske og franske sange han husker fra sit liv, og Niels fortæller om de associationer det giver til hans liv. Niels siger han er glad, da jeg siger farvel.

Musikken kan både være med til at understrege den følelse der er, og den kan være med til at ændre følelsen. Niels har ikke lyst til at gå ind i snakken om hans krops forfald, men vil gerne have en bedre følelse, og har tillid til at musikken kan hjælpe ham til dette. Han bruger musik fra gangen før, "Ulla min

Ulla", måske fordi han oplevede det som lys og glad musik som han kan bruge i denne situation. Efter denne musik har han overskud til at tale om sit liv gennem de sange han vælger. Han flytter her fokus også kognitivt fra tanker om kroppens forfald til det liv han har levet. Jeg spiller sangene så tæt op ad gængse udgivelser af dem som muligt, da Niels ser ud til at glædes over fortællingen om rejser han har været på, mennesker han har mødt, og musikken der illustrer disse. Han møder sig selv i en anden version end kun knogler.

Jeg har derefter en uges ferie, og en enkelt tanke dukker op om Niels i løbet af ugen: "jeg skal foreslå klaverimprovisation næste gang".

Næste besøg ved Niels starter med at han siger "Jeg er blevet træt af Bellmann." Jeg foreslår klaverimprovisation. Fortæller at det er musik der opstår ud fra en tanke, et tema, hvad der er i rummet. Niels beder mig om at spille nogle eksempler, og jeg improviserer over 'Ro,' Lys,' Storm' og til sidst bare en lille melodi uden tema. Niels taler derefter om finanskrisen, det økonomiske Europa der tales om, og at det kommer han nok ikke til at opleve. Han siger han har sagt farvel. Vi taler om at der nok dukker flere emner op, hvor det bliver konkret for ham at han skal dø, hvad det er han ikke skal opleve. Niels siger han gerne ville have fulgt udviklingen. Til sidst spørger han hvornår vi kan ses igen.

Jeg prøver i mit arbejde at holde fri, når jeg holder ferie, men der kan dukke en tanke op som jeg registrerer og tager med mig. Som tanken om at jeg skal foreslå improvisation. Det gør at jeg på en måde er forberedt, når Niels siger at han er træt af Bellmann. En sådan form for synkronitet har jeg oplevet i mange forløb med patienter. Ikke som

noget jeg kan forklare, men som jeg har lært at respektere som en del af det terapeutiske arbejde.

Når jeg laver klaverimprovisationer lytter jeg både til det patienten siger, til kropssprog, vejrtrækning og indad i mig selv. Hvis der kommer en toneart eller en lille melodi til mig, inddrager jeg dette i musikken, ser jeg et billede inde i mig, søger jeg at sætte musik til dette billede. Musikken er ofte fra starten af en improvisation meget enkel, med få toner, tonal, mens jeg lægger mærke til reaktioner hos patienten.

Derefter kan musikken udvikle sig, afhængig af tema, patientens reaktioner, mine egne reaktioner. Jeg bruger min viden om klaverimprovisation bl.a. fra undervisning af Tony Wigram på Aalborg Universitet, og fra hans bog "Improvisation". Men også med rødder i min egen klaveruddannelse, mit eget musikalske stof og forskellige musikgenrer. Hvis jeg ved patienten har holdt af Dansktopmusik, er min musik ofte enkel, med få akkorder og enkel melodi fra start af, men kan via overgange blive atonal, hvis jeg kan se det er godt for patienten.

Niels aflyser næste gang, han har brug for at sove, "hvis det er ok for dig" siger han. Det er det.

I ugen efter beder han mig om at improvisere over 'sne', det er vinter udenfor. Han fortæller derefter om et sommerminde fra sit barndomshjem da han var 10 år. Søndag morgen hvor faren laver morgenmad, lyden når han skraber rundstykkerne for det der er blevet for hårdt ristet. Havemøblerne udenfor. Han beder mig om at spille musik til dette minde. Vi fortsætter med danske sommersange, og afslutter med en improvisation vi kalder 'lys'. Niels taler derefter om, hvor meget det går nedad med ham, hans træthed, og om ikke at have håb længere om at blive rask. Vi

taler om afvikling i stedet for udvikling. Niels håber han kan opleve en sommermorgen igen, og ender med at sige: "Det gjorde jeg så i musikken". Vi aftaler ny terapi om fem dage.

Hvor vi tidligere ofte var omkring mange emner kognitivt, om politik, nationaliteter, musik, var forløbet nu koncentreret om Niels tanker om sig selv og sit liv. Han var nu blevet fortrolig med klaverimprovisationerne og havde selv et ønske om tema. Hvor improvisationerne ved vores forrige møde var eksempler jeg gav på, hvordan det kunne være, havde han nu selv et ønske om tema, og der dukkede billeder op hos ham. Han ønskede vintermusik, sne, og der dukkede et sommerminde op. Måske var det den lidt kølige stemning jeg søgte at spille der dannede kontrasten til billedet, måske lød mine snefnug i musikken mere af solstrejf for Niels – men samtalen om hans egen dødsproces, og dog oplevelsen af lidt sommer, så ud til at være god for Niels.

Niels sover næste gang, og han er lige ved at aflyse. Men åbner øjnene og siger: "Jeg har jo brug for musik". Han tager sine middagspiller, drikker et lille glas juice og siger han er klar. Han spørger hvad jeg vil foreslå, jeg siger "ro og stilhed". Jeg starter i d-mol, og har flere små overgange til D-dur, langsomt, stille og med en lille enstemmig melodi. Niels smiler efter musikken, siger han gerne vil høre mere, men at "det kan være svært at få noget der er ligeså smukt". Jeg får et billede af en der svømmer i mit hoved, og spørger Niels om han kan lide at svømme. Niels fortæller han har svømmet 1000 m fire gange om ugen før han blev syg. Jeg spørger om han kan forestille sig at svømme, og starter klaverimprovisation med regelmæssig puls og tonalt præg. Efter noget tid laver jeg overgang til musik uden puls, og ender med toner der atonalt flyder og



drypper som vand i bevægelse. Niels fortæller efter musikken, at det blev helt anderledes end når han har svømmet før, hvor han hver gang har konkurreret mod sin egen tid. Her havde han været udenfor, ladet sig føre af vandet, givet slip og bare været i det. Niels er meget glad for denne oplevelse, og spørger om jeg kan afslutte med "en lille smule forårsskov". Niels takker meget for musikken, det har været rigtig godt for ham, siger han.

Hvor billedet af en der svømmer kommer fra, kan jeg ikke forklare, men jeg er vant til at arbejde med at bruge det der dukker op, i tillid til at patienten fortæller hvis det ikke giver mening. Det gjorde det i dette tilfælde og blev for mig et billede på Niels som han var før, lange svømmeture i en svømmehal, og som han var nu, ikke i konkurrence med

sig selv længere, men havde givet slip og lod sig føre med. På samme måde som han havde erkendt at han ikke kom til at blive rask. Det var ikke noget vi talte om, det inviterede Niels ikke til, og jeg havde fuld tillid til at han var i sin egen proces og bevidst om det.

To dage efter er Niels meget svækket, han åbner ikke øjnene men siger: "Hvis du selv kan finde på. Du ved jo, hvad jeg kan li". Jeg siger ikke noget, spiller en lille improvisation og går uden at sige farvel, Niels sover.

Dagen efter ved jeg at Niels er yderligere svækket og for det meste hviler. Jeg beder sygeplejersken nævne at jeg er på arbejde, hvis hun skønner det kan være godt for Niels. Han siger nej-tak i et vågent øjeblik, og dør en time senere.

Jeg bruger elementer fra improvisationer fra vores forløb til en lille improvisation på gangen, hvor hans datter tænder lys ved skiltet med hans navn på.

Litteratur

- Hospice Djursland (2015). Årsskrift, udgivet af Hospice Djursland
- Wigram T. (2004). *Improvisation. Methods and Techniques for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. London & New York: Jessica Kingsley Publishers