

Min arbejdsdag

Introduktion

Nana Hostrup Mørch

Cand. mag. i musikterapi. Ansat som musikterapeut i Dansk Flygtningehjælp. Arbejder desuden med børn, unge og voksne med funktionsnedsættelser. Kontakt: nana@musikterapien.dk

Jeg er fastansat 20 timer i Dansk Flygtningehjælp, Distrikt Sjælland. Det går der 3 dage med på en uge. De resterende 2 dage har jeg "mit eget", hvor jeg er på nogle aktivitetscentre og et børnehus for børn med funktionsnedsættelser. Den fordeling er jeg rigtig godt tilfreds med, og de forskellige klientgrupper giver mig en god bredde og nuancer i det musikterapeutiske arbejde.

Jeg har valgt at fortælle om en mandag på arbejde. Denne mandag kører jeg fra mit hjem i Roskilde til Ringsted, hvor Dansk Flygtningehjælp har aktivitetscenteret Mellem Broerne. Det er et sted for flygtninge og indvandrere med traumer og andre psykiske vanskeligheder. Hver bruger har et særligt tilrettelagt forløb, hvor målet kan være at komme på sprogskole, i praktik, afklares omkring pension, eller måske få et arbejde. På Mellem Broerne er der særligt tilrettelagt danskundervisning, psykosociale aktiviteter (musikterapi, familiearbejde, personlig støtte, mm), der er tilbud om fysisk træning, og der er erhvervsrettede aktiviteter. Jeg arbejder med behandling af såvel børn, unge som voksne.

Da jeg kommer til Mellem Broerne er personalet i gang med at ringe rundt til brugerne for at høre om de kommer – og ellers motivere dem til at komme. Denne formiddag skal kvinderne til træning i et lokalt fysioterapicenter. En aktivitet de fleste ikke vil deltage i når de starter på Mellem Broerne fordi de aldrig har prøvet at træne før,

og som mange af dem ender med at møde stabilt op til 3 gange om ugen, og som vi kan se, har en rigtig god effekt på alle andre forhold hos brugerne.

Jeg starter dagen med den første klient. En mand i 40'erne fra Irak, der nu bor i Danmark med kone og 4 børn. Han er kommet hos mig ugentligt i det sidste $\frac{3}{4}$ år. Han har en typisk flygtningebaggrund med deltagelse i krig, fængsling og tortur, flugt, asylcenter, familiesammenføring – men er også meget belastet af en hård opvækst med omsorgssvigt og tæsk fra forældrene. Selvom vi arbejder med disse emner, så er omdrejningspunktet i dette terapiforløb at få skabt og bibeholde tillid.

I sådan et terapiforløb er det vigtigt hele tiden at finde og skabe balance mellem en masse ting. Balance mellem at gå ind i traumet, men ikke være der for længe (så man risikerer en retraumatisering), balance mellem at stille de "farlige" spørgsmål og at klienten kan holde ud at være i terapien, balance mellem at arbejde med fortid, nutid og fremtid, og balance mellem de forskellige følelser der til tider er meget voldsomme i deres udtryk – især vrede. I dag taler vi om et valg klienten skal træffe der involverer hans familie, og som han har svært ved at tage stilling til. Det er altså et valg han skal træffe i nutiden, i sit liv her og nu, men han er hurtigt tilbage i fortiden, og taler om alle de valg han tidligere har truffet og er blevet tvunget til at træffe, hvor mange

af dem har haft ulyksagelige konsekvenser. Han bliver vred og ked af det, og så er det endnu sværere at skulle træffe den beslutning. Jeg bruger musikken til at holde ham i nutiden, og forestille sig konsekvenserne af sin beslutning. Til sidst snakker vi om hvad det er vigtigt han fokuserer på, når han skal træffe beslutningen.

Efter en pause hvor jeg skriver noter fra sessionen, kører jeg ud til en familie der bor i nærheden. Det er en ung familie med to små børn. Faren er, efter et pludseligt dødsfald i sin familie i Irak, blevet syg og er holdt op med at tale og er helt passiv. Han er blevet retraumatiseret efter dødsfaldet og er blevet psykotisk. Formålet med min kontakt og dialog med familien er dels at få afdækket deres situation dels at tage stilling til hvilke tiltag der skal ske i forhold til faren, samt støtte moren. Da moren ikke kan få faren med udenfor hjemmet, er det mest hensigtsmæssigt at jeg i første omgang kommer hjemme hos dem. Da jeg kommer i dag, taler jeg med moren om den medicin han nu får, efter at vi har indledt et samarbejde med Distriktspsykiatrien. Hun synes den begynder at virke. Jeg får også mulighed for at tale lidt med faren, der er begyndt at sige lidt. Han plages af mareridt og ondt i ryggen og spørger om jeg ikke kan hjælpe ham af med det. Samtidig skal han flere gange forsikres om, at jeg ikke er kommet for at tage hans kone og børn fra ham.

Efter mit besøg hos familien kører jeg tilbage til Mellem Broerne. Her skriver jeg noter fra mit besøg, og så er det tid til frokost. Jeg spiser sammen med mine kollegaer og nogle af brugerne – i dag er det en af brugerne der har lavet mad fra sit hjemland.

Efter frokost har jeg endnu en klient. Jeg når lige at snakke lidt med tolken inden vi starter. Det er en kvinde i 50'erne fra et Østeuropæisk land, der har mistet meget af sin familie. Hun har taget et stykke musik

med fra sit eget hjemland, og vi lytter til det, mens tårerne triller ned ad kinderne på hende. Det er pop-musik og sangerinden synger på russisk, og selvom jeg ikke forstår ordene, så er stemningen i musikken meget melankolsk. Vi snakker om hvad det stykke musik minder hende om, og kommer derigennem til at tale om både gode og dårlige ting fra hendes fortid. For at "samle" hende op og få hende tilbage til nutiden inden vi afslutter, bruger vi hendes sikre sted. Det sikre eller trygge sted, er et sted jeg i begyndelsen af et terapiforløb finder sammen med klienten. Det skal være et sted de kender, eller en eller flere personer de føler sig trygge ved. Vi bruger 2-4 sessioner på at gøre dette sted tydeligt ved at beskrive det, tegne det, sætte musik til det, m.m. Det sikre sted skaber en tryk base, hvor jeg kan tage klienten hen når han eller hun har været længe nok i det utrygge. Igen handler det om at skabe balance. Eksempler på sikre steder, mine klienter har, er et køkken, et sted i bjergene i hjemlandet, sammen med sin familie i hjemlandet, i sin mors mave.

Jeg skriver noter fra den sidste klient, og herefter har vi personalemøde på Mellem Broerne. Vi gennemgår brugerne, planlægger det fremtidige arbejde, følger op på forskellige kontakter, og taler om hvad vi skal have op i supervision om én uge.

Så er arbejdsdagen ved at være slut. I morgen skal jeg ud på en skole, hvor jeg har fire afghanske drenge i musikterapi, og derefter til supervision hos en psykolog i Røde Kors.

En tanke til sidst: Da jeg sad og læste min beskrivelse af min arbejdsdag igennem syntes jeg det hele lød så alvorligt. Det hele er ikke så alvorligt som det kan lyde. Jeg synes, at jeg har rigtig mange gode og givende og positive oplevelser i mit arbejde, og noget af det bedste er jo, når jeg kan se og andre kan se, at det jeg laver virker!