

Aktivitets-understøttende musikterapi

– musikterapi i tværfagligt samarbejde i en neurorehabiliteringsenhed

Maja Frommelt, musikterapeut, cand. mag. Privatpraktiserende inden for erhvervet hjerneskade området i firmaet "Musik i Livet". Deltidsansat i Plejeboligerne Østervang, Frederiksberg, herunder Østervang rehabiliteringsafdeling. Kontakt: majafrommelt@gmail.com

Traumatiske hjerneskader skaber komplekse neurologiske udfordringer, der kalder på komplekse tværfaglige løsninger, hvor det hjerneskadede menneske udfordres og stimuleres gennem mange modaliteter og faglige vinkler. Igennem en case med Nina, en 24-årig kvinde ramt af traumatisk hjerneskade efter et trafikuheld, illustreres, hvordan en musikterapeut er en relevant medspiller i den tværfaglige rehabiliteringsindsats.

I musikterapi skabes en samarbejdsrelation ud fra det eksistentielle møde, der opstår i musikken. Delt musikoplevelser er en unik mulighed for at møde den ramtes emotionelle behov. At kombinere træningen i en fysioterapeutisk behandling med musikterapeutisk behandling skaber øget motivation, koncentration og opmærksomhed hos beboeren, og gør dermed den motoriske træning mere effektiv, samtidig med at grundlæggende behov for kontakt og samhørighed inkorporeres. I artiklen præsenteres en række konkrete eksempler på hvordan samarbejdet mellem musikterapeut, og de øvrige medspillere i rehabiliteringsteamet, udmønter sig i aktivitetsunderstøttende musikterapi, der møder en lang række af de behov Nina har brug for.

Musikterapi i neurorehabilitering

Mennesker som rammes af traumatisk hjerneskade er berørte af tab, der både hidrører deres funktionelle, emotionelle, sociale og kulturelle eksistens (Gilbertsen & Aldridge 2008). Der er som oftest tale om omfattende skader, hvis senfølger er komplekse og har store ødelæggende konsekvenser for den ramte, de pårørende og de professionelle omkring det traumatisk skadede menneske (Hitzen, Magee & Soeterik 2010). Der er brug for multidisciplinære og helhedstænkende reha-

biliteringsprogrammer, der tilpasses den enkelte ud fra borgerorienterede tilgange, hvor den hjerneskadede person sættes i centrum for rehabiliteringsprocessen (Sundhedsstyrelsen 2011).

Den musikterapeutiske metode Auditiv Rytme Træning (Rhythmic Auditory Stimuli) er med i Sundhedsstyrelsens seneste anbefaling om metoder til implementering i neurorehabilitering. Denne metode er målrettet træning af gangfunktion, og der er god evidens for, at denne metode øger ganghastig-

hed, skridtlængde og gangsymmetri (Sundhedsstyrelsen 2011). Dog kan musikterapeuter, der arbejder inden for dette felt, tælles på to hænder. Musikterapeuter arbejder med emotionelle, kognitive, sociale og motoriske kompetencer. Musikterapeuter har således berøringsflader med mange andre faggrupper, og en musikterapeut kan være en kreativ medspiller i teamet, der finder innovative løsninger på fastlåste kliniske problemstillinger (Baker & Tamplin 2006). I forhold til de, af Sundhedsstyrelsen fremhævede begreber om borgerorientering, deltagelse og aktivitet, har musikterapien desuden noget helt særligt at tilbyde med musik, der skaber fællesskab og aktiv involvering af alle deltagere. Sat lidt på spidsen, kan en musikterapeut i teamet være garant for, at de interpersonelle aspekter af menneskets eksistens ikke glemmes i neurorehabiliteringen, hvor det dominerende fokus er fysisk og kognitiv genoptræning (Hald 2014; Magee 1999).

Her følger en case om en ung kvinde, som et eksempel på hvordan en musikterapeut indgår som teamspiller i en rehabiliteringsenhed. Den unge kvinde og hendes mor har givet tilladelse til at her bringes fotos og at hendes fornavn nævnes.

Præsentation af case

Nina, som i dag er 24 år, pådrog sig i 2011 et svært hovedtraume i forbindelse med en trafikulykke. Hendes senfølger er omfattende hukommelsesproblemer og ingen sikker dag til dag hukommelse. Nina har en højresidig spastisk hemiparese; hun er kørestolsbruger og liftes ved alle forflytninger. Nina har afasi (mixed transcortical aphasia), som betyder vanskeligheder med at tale og forstå, men en intakt evne til repetition. Hun kan mobilisere enkelte ord, men sjældent hele sætninger.

Nina er en livsglad, udadvendt, musik- og teater interesseret ung pige med mange sociale kompetencer.

Samarbejde mellem fysioterapeut og musikterapeut

Hjerneskadekoordinator i Frederiksberg Kommune, Dorte Lausten, anbefalede musikterapi, og fysioterapeuten, Benedikte Arildsen, overværede en musikterapisession og inviterede herefter til direkte samarbejde. Udgangspunktet for invitationen fra fysioterapeuten er, at det er svært at motivere Nina til træning, fordi hun ikke umiddelbart ser et formål med det. På Ninas tidligere bosted blev hun motiveret til træning via "godbidder" i form af småkager, hvilket resulterede i overvægt, hvilket er uhensigtsmæssig i forhold til rehabiliteringsmålene omkring selvstændig vægtbæring og forflytning. Fysioterapeut og musikterapeut har på nuværende tidspunkt arbejdet tværfagligt sammen omkring Nina igennem lidt mere end et år i en time 1-2 gange ugentligt.

De overordnede mål for Ninas fysiske træning er, at hun kan genvinde selvstændig ståfunktion samt evnen til selvstændig forflytning. Arbejdsformen er, at jeg, som musikterapeut, udspørger fysioterapeuten: Hvad er Ninas udgangspunkt, og hvad er delmålene i forhold til, hvor vi ønsker, at hun bevæger sig hen? Præcise svar fra fysioterapeuten og afprøvninger af bevægelser på egen krop er baggrundsviden for, at jeg som musikterapeut udarbejder sange og små lege, hvor Nina udfordres motorisk hen imod målene.

Musikterapeuten har i forløbet haft fokus på at skabe kontakt og kommunikation igennem musikoplevelser. Fysioterapeuten har i forløbet haft fokus på at udføre og tilrettelægge den



Nina i ståstøttebord sammen med fysioterapeut Benedikte Arildsen og musikterapeut Maja Frommelt

motoriske træning. Fysioterapeut Benedikte Arildsen udtrykker, at det er inspirerende, hvordan musikterapi adresserer de emotionelle behov og skaber en samarbejdsrelation omkring den motoriske træning gennem det eksistentielle møde, der opstår i musikken. At kombinere fysioterapeutisk træning med musikterapeutisk behandling skaber øget motivation, koncentration og opmærksomhed hos Nina og gør dermed fysioterapien mere effektiv. Man kan sige, at vi udnytter det faktum, at musik giver cues til bevægelse, og at Nina i legen forføres til at udvise en større udholdenhed og dermed træner mere intenst. I arbejdet med Nina har vi desuden fokus på

sprogtrænings elementer eftersom hun er afatisk. Det er betydningsfuldt, at der sættes ord på (synges) de handlinger der udføres, fordi Nina indlærer ord i konkrete sammenhænge.

Jeg vil her give nogle eksempler på arbejdsmetoder i den kombinerede fysio- og musikterapeutiske behandling.

Musik til understøtning af ståfunktion

For at opnå bedst mulig selvstændighed er opøvelse af ståfunktion vigtig for Nina. Vi laver træning af ståfunktion ved hjælp af et ståstøttebord (se foto af Nina i ståstøttebord), hvor Nina støttes af en sele og liftes op til stående.

Jeg står op på mine ben...

Jeg

står op på mi-ne ben. Jeg står op så flot.

Jeg

står op på mi-ne ben og ret-berryg-gen ud

Jeg en

hej hej hej hej! hej hej hej hej!

pig'!

Detailed description: This is a handwritten musical score on a single sheet of paper, tilted slightly to the right. It features four staves of music in G major and 4/4 time. The lyrics are written below the notes. The first staff begins with a treble clef, a key signature of one sharp (F#), and a 4/4 time signature. The lyrics 'Jeg står op på mine ben...' are written above the first staff. The second staff continues with 'Jeg' and 'står op på mi-ne ben. Jeg står op så flot.' The third staff continues with 'Jeg' and 'står op på mi-ne ben og ret-berryg-gen ud'. The fourth staff continues with 'Jeg en' and 'hej hej hej hej! hej hej hej hej!'. The piece ends with a double bar line and a repeat sign.

Node 1

"En høj pige:
Jeg står op
på mine ben"

Nina net og ny

Nim Nina Ni-m net og ny står på fødderne på jerd bryst mod sky

Armen op. Armen ned Armen op Armen ned Ar-men op og Ar-men ned!

Detailed description: This is a handwritten musical score on a single sheet of paper, tilted slightly to the right. It features two staves of music in G major and 4/4 time. The lyrics are written below the notes. The first staff begins with a treble clef, a key signature of one sharp (F#), and a 4/4 time signature. The lyrics 'Nina net og ny' are written above the first staff. The second staff continues with 'Nim Nina Ni-m net og ny står på fødderne på jerd bryst mod sky'. The third staff continues with 'Armen op. Armen ned Armen op Armen ned Ar-men op og Ar-men ned!'. The piece ends with a double bar line and a repeat sign.

Node 2

"Bevægelsessang:
Nina net og ny"

I ståstøttebordet træner Nina blandt andet vægtbæring over fødderne, midtlinje korrigering og styrketræning af rygmuskulaturen. Jeg har lavet en sang, der beskriver det, Nina gør, og som har et instruerende element om at rette ryggen. Teksten er udformet ud fra de ord, Nina valgte, da vi bad hende rette ryggen, nemlig: "en høj pige" (se node 1) Vi træner Ninas sprog når jeg spørger hende: "Hvad laver du?" og hun svarer sangens ordlyd: "Jeg står op på mine ben."

Et eksempel på en anden sang til brug under ståtræningen findes gengivet i node 2, som ligeledes har beskrivelse og instruerende elementer, men som også har en variabel del, hvor Nina opfordres til yderligere at lave en aktiv bevægelse flere gange (f.eks.: "Stræk benet ud og slap af").

Nina er meget glad for at synge, og hun finder stor tryghed i den gentagne struktur i musikken. Når hun synger, samtidig med at hun står i ståstøttebordet, er hendes engagement større, og hendes udholdenhed og koncentration betydelig bedre end ellers. Ofte vil hun have sangen igen og igen, når vi ellers gør tegn til at afrunde aktiviteten.

Musik til understøtning af truncus stabilitet

Nina har brug for at styrketræne ryg, mave og inderlår for at kunne holde sin overkrop opret (truncus stabilitet). På den elektroniske hest, der mekanisk bevæger sig mere eller mindre forudsigelig alt efter programvalg, træner Nina sin truncus stabilitet samt balance og koordineringsevne (se foto af Nina på "hesten"). Vi synger flere forskellige hestesange, blandt andet på vers og omkvæd af: "Jeg har min hest, jeg har min lasso" (Gyldmark/Skaarup). Teksten lyder (vers): "Jeg sidder her på



Nina på den elektroniske hest sammen med fysioterapeut Benedikte Arildsen og musikterapeut Maja Frommelt

hesten og jeg følger med. Jeg retter ryggen u-ud og rider fint af sted. Jeg har min hest, jeg har min lasso (...). Vi synger Poul Kjøllers: "Jeg er en glad lille cowboy", og Nina udfordres til at slippe grebet om håndtaget med sin velfungerende venstre hånd og i stedet spille på instrumenter. Legen med at producere lyd er så attraktiv, at Nina glemmer tryghedsbehovet med at holde fast. Fysioterapeuten eller jeg holder en tamburin frem, som vi bevæger rundt, så hun udfordres maksimalt i sin balance, når hun rækker ud for at kunne ramme den. Nina træner endvidere sin øje/håndkoordination, alt sammen indenfor den meningsfulde ramme som musikkens struktur skaber, hvor Nina kan høre, hvornår hun skal ramme tamburinen, for at det passer med rytmen i sangen. Hun får et auditiv feedback på sine fysiske bevægelser, hvilket er direkte motiverende for Nina.

Michael Thaut (2005) har publiceret flere

kontrollerede og randomiserede forskningsforsøg, der underbygger, at rytme i musik er en effektiv stimulus, der giver cues til planlægning og udførelsen af bevægelse med større kvalitet og præcision.

Nina genvandt så mange færdigheder på den elektroniske hest, at det for nogle måneder siden var muligt at overføre til ridning på en levende hest. Fysioterapeuten og jeg ledsagede Nina den første gang, inden ridefysioterapeuterne tog over – med guitar og de velkendte sange, der overførte trykningen fra den elektroniske hest til den nye situation.

Musik til understøtning af forflytning, opmærksomhed og ADL træning

Jeg har udarbejdet egentlige instruerende sange med beskrivelse af, hvilke bevægelser Nina skal udføre f.eks. en sang i forbindelse med træning af forflytning på briks. Her synges eksempelvis meget konkret: "Flyt venstre ben og flyt så det højre, og en, to, tre og skub."

Nina har ikke muskelfunktion i sin højre hånd og arm, og som fysioterapeuterne siger: "Use it or loose it". Vi bestræber os derfor på at inddrage højre hånd med spil på instrumenter og samtidig opfordre den venstre hånd til at understøtte den paretiske højre hånd for at minde hjernen om at den højre hånd og arm stadig findes. Til Sanne Salomonsens sang: "Jeg er i live", som Burhan G. har nyindspillet, har jeg skrevet en tekst, der bruges som ramme for, at Nina stimulerer sin højre hånd og arm med sin funktionsdygtige venstre hånd. Teksten på første vers lyder: "Her er min højre arm. Jeg ka' massere den varm. Trykke, massere og trykke. Åh jeg kan mærke min højre arm. (Omkvæd som original): Jeg i live, du ved jeg står og venter. Hvornår får du øje på mig? Jeg jo lige her (...)."

Jeg eksperimenterer med mange forskellige håndpercussion instrumenter for at udfordre Nina motorisk. Baker og Tamplin (2006) har udførligt illustrerede beskrivelser af instrumenter, der kan bruges i træningen af specifikke motoriske funktioner. For Nina fungerer det godt, at placere et lille rasleæg i den paretiske højre hånd og bruge den funktionsdygtige venstre hånd til at hjælpe med at rasle. Nina får hermed inddraget sin højre hånd, som hun i mange andre situationer hurtigt ville opgive at bruge. Kort efter en guidet opfordring fortsætter hun en hel sangs længde med at spille. Bevægelsen har et formål og en mening i den musikalske kontekst, mere end hvis det blot var en øvelse, der skulle gøres (Baker & Tamplin 2006).

Musikterapi inddrages også i hverdagsrehabiliteringen i ADL træningen på rehabiliteringsafdelingen, hvor Nina bor. Jeg har siddet med min guitar i døråbningen, mens Nina blev hjulpet i bad, og sunget en sang, der udvidede Ninas ordforråd omkring ritualerne i morgenbadet. I kort tid har en "tandbørstebues" været afprøvet som svar på, at Nina holder børsten det samme sted, hvorved emaljen bliver helt slidt, og at hun ofte bliver irriteret, når personale beder hende om at afslutte tandbørstningen. De første tilbagemeldinger jeg fik, efter den indspillede blues med instruerende tekst blev afprøvet (se uddrag af teksten, vers 1-3), var at Nina bevægede tandbørsten mere rundt i munden, og at hun accepterede at afslutte tandbørstningen, når hun hørte at sangen sluttede. Jeg synes, at det er en stor fornøjelse, når kollegaer i teamet giver mig konkrete opgaver; når kollegaerne beskriver et problem, som jeg som musikterapeut skal udtænke en løsning på ved hjælp af musik. Eksempelvis: Det er svært at få bade dragten på Nina, kan du foreslå en sang?

NINAS TANDBØRSTEBLUES (VERS 1-3)

*Jeg skal børste mine tænder. Tag håndklædet ned.
Det skal rundt om hovedet - bare bliv ved.
For jeg skal børste mine tænder - mine hvide venner.
Jeg skal børste mine tænder. Så nu tar jeg tandbørsten frem.*

*Tandbørsten i hånden, nu er jeg klar.
Tandpasta på - åh nu kør' det bar'.
Tænde for vandet. Nu skal vi ikke andet.
Vand på børsten, og ind i munden, vi er klar.*

*Børste foroven i den ene side, og børste i den anden.
Øj, hvor bli'r de hvide.
Børste og børste - lige med det første.
Børste og børste og foroven er det fint.*

"Ninas tandbørsteblues" – tekst og melodi af musikterapeut Maja Frommelt

Hitchen, Magee og Soeterik (2010) beskriver mange praktiske eksempler på, hvordan musik kan bruges adfærdsregulerende for at skabe større selvstændighed i ADL med mennesker med eksekutive funktionsnedsættelser som følge af hjerneskader. Baker og Tamplin (2006) giver ligeledes eksempler på, hvordan musikalske cues kan bruges til at prompte (hjælpe et svar på vej) hos mennesker med erhvervede hjerneskader, og hvordan sange kan bruges som "huskestrategier" for at genkalde sig information i den korrekte rækkefølge. Sådanne metoder kan kun implementeres succesfuldt, hvis rammerne for egentligt tværfagligt samarbejde er til stede. Det kræver god dialog med personalet, som har den praktiske daglige erfaring i ADL træningen, og med ergoterapeuterne, der kan hjælpe med at opdele eksempelvis tandbørstning i små

sekvenser, som det giver mening at gentage. Live musik er naturligvis meget mere fleksibelt, hvor musikterapeuten kan møde den respons klienten kommer med. Det er imidlertid interessant, når en optaget sang kan afspilles, og musikterapeuter kan bidrage til det sundhedsvæsenet er optaget af for øjeblikket, nemlig hverdagsrehabilitering.

Musik til hjælp til sygdomserkendelse

I februar sidste vinter reagerede Nina pludselig med gråd og fortvivlelse efter en træning og pegede på os. "Gå", sagde hun undrende og så efterfølgende ned af sig selv i kørestolen, og hun pegede på sit højre ben, som hun omtalte som "punkteret". "Hvorfor?" Nina blev ved med at efterspørge svar, og hun reagerede positivt, når vi forklarede hende, at hun havde

været ude for en bilulykke, og at det er derfor, at kroppen er forandret. Hun glemte imidlertid hurtigt svaret og vendte tilbage med samme spørgsmål med gråd og fortvivelse. Jeg skrev en tekst på to gentagne omkvæd af Anne Linnets melodi: "Tusinde stykker" (Alting kan gå itu...):

"Jeg kørte i bilen. Pluds'li' skete der et uheld,
og jeg slog hovedet.
Nu er det svært at styre arm og ben.
Alting kan gå itu. En hjerne den kan gå i stykker.
Men jeg overleved' – vi er sammen lige her."

Nina synger sangen spontant, når hun har brug for at forklare nye mennesker, hvad der er hændt hende, eller hvis hun er i en sammenhæng, hvor hun har svært ved at følge med, som en slags forklaring til sig selv om, hvorfor hun er forandret. Musik kan støtte udviklingen af en ny selv-identitet efter en erhvervet hjerneskade (Gilbertson & Aldridge 2008). Baker og Tamplin (2006) beskriver, hvordan såkaldte "orienteringssange" kan være vigtige redskaber til at præsentere og indlære information, fordi kombinationen med ord og musik skaber en stærkere indkodning af informationen i hukommelsen, så den lettere kan genkaldes. Musikterapien har her skabt en begyndende sygdomsindsigt, som er en vigtig kognitiv udvikling i Ninas rehabiliteringsforløb.

Tanker om fremtiden for Nina

Mennesker, der er traumatisk skadede, rehabiliterer ofte langsommere end mennesker med senfølger efter apopleksier, fordi skaderne oftest er omfattende og komplekse. Vi ved i dag, at hjernen er plastisk, og det er et stort håb i neurorehabiliteringen. Vi ved ikke, hvor langt vi kan nå i den fysiske rehabilitering med Nina, men vi kæmper stødt ved hendes

side. Et er imidlertid sikkert: Nina har behov for at udtrykke sig, som det levende sociale menneske hun er, og hun har brug for at føle sig forbundet og betydningsfuld i samspillet med andre mennesker for at trives. Det gør hun let og legende i musikken.

Litteratur

- Baker, F. & Tamplin, J. (2006). *Music therapy methods in neurorehabilitation – A clinician's manual*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Gilbertson, S. & Aldridge, D. (2008). *Music Therapy and Traumatic Brain Injury – A Light on a Dark Night*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Hald, S. V. (2014). Forskning i musikterapi – voksne med erhvervet hjerneskade. *Tidsskriftet Dansk Musikterapi*, 11(1). 3-12.
- Hitchen, H., Magee, W. L. & Soeterik S. (2010). Music therapy in the treatment of patients with neuro-behavioral disorders stemming from Acquired Brain Injury. *Nordic Journal of Music Therapy*, 19(1). 63-78.
- Magee, W. (1999). "Singing my life, playing my self". Music therapy in the treatment of chronic neurological illness. In Wigram, T. and Backer, J.D. (Eds). *Clinical Applications of Music Therapy in Developmental Disability, Pediatrics and Neurology*. 201-223. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Sundhedsstyrelsen (2011), Sundhedsdokumentation *Hjerneskaderehabilitering – en medicinsk teknologivurdering*. København: Sundhedsstyrelsen, Sundhedsdokumentation, Serienavn 2011; 13 (1).
- Thaut, M. (2005). *Rhythm, Music and the Brain: Scientific Foundations and Clinical Applications*. New York and London: Routledge.