

Å være, sammen

Anne Torø Eggen

Tre fortellinger om musikkterapi med elever med multifunksjonshemming

Langt inne i drømmeland

Osman og jeg har time sammen, slik vi har hatt mange ganger. Osman sover, slik han har gjort mange ganger før. Jeg har lagt ham på en stor klangkasse, med en pute under hodet. Jeg begynner å slå an våre vante toner, legger på min egen stemme etter hvert, rolig, i takt med Osmans pust. Det er det jeg kan se at han gjør akkurat nå, ved siden av at han sover. Han smiler i søvne. Jeg starter å syng: «Osman og Anne har time i dag, Osman og Anne har time.» Osman slår opp øynene og beina begynner å gå, samtidig som han stemmer i med sine egne, helt unike lyder: NNNG NNNG NNNG! Jeg henger meg på og NNNG'er sammen med ham.

Jeg er sint!

Kari blir kjørt inn til timen vår, hun er skikkelig sint! Høye klagelyder kommer ut av munnen, og hun biter seg i hånden. Vi setter i gang med «lydsangen» vår, der jeg komper oss på piano. Kari og jeg bytter på å lage lyder og vokalisere sammen. Kari klager stadig høylydt, og jeg skjønner at det ikke er tid for noen nedregulering av stemning, snarere tvert imot! Jeg roper tilbake til Kari og spiller høye, voldsomme akkorder på pianoet. Hun blir først litt stille, så klikker hun ivrig. Det er hennes måte å si «ja, jeg vil mer»! på. Jeg roper høyt igjen, og Kari klikker. Jeg spiller ut Karis raseri, både på piano og med min stemme, og hun klikker og klikker. 30 minutter senere triller hun fornøyd ut av time. Jeg sitter igjen, temmelig utslitt etter å ha uttrykt hennes raseri hele den siste halvtimen...

Å være, sammen

Å, så fjern Erik virker i dag, og langt inni seg selv. Jeg lurer på hva det er han opplever akkurat nå? Ingen av de aktivitetene han vanligvis er glad i å gjøre, har gjort særlig inntrykk i dag. Jeg løfter opp hele Erik og setter meg på pøllehuska med Erik på fanget. Jeg vet at han kan kjenne meg bak ryggen sin, og den ørlille bevegelsen i pølla kjenner han kanskje også? Jeg tenker at nå vil jeg ikke plage ham. Vi kan bare sitte her litt, sammen, uten at det skjer så altfor mye. Etter en liten stund kommer et lite smil og en lys, liten lyd, timens første!

Multifunksjonshemning

Osman, Kari og Erik har gått og går i en M-gruppe i Osloskolen på en 1-7 skole, der jeg jobber som musikkterapeut. Alle tre befinner seg i kategorien multifunksjonshemning. Turid Horgen skriver at multifunksjonshemning medfører ofte mange diagnoser på en gang, samt en stor, kognitiv svikt. Det innebærer betydelige problemer med å oppfatte og forstå det som skjer i omverdenen. Oftest kommer dette i kombinasjon med bevegelses-, syns- og hørselshemning. Skadene virker sammen, forsterker hverandre og skaper store kommunikasjonsvansker og problemer med livsutfoldelse og læring. Utviklingsmessig er de på et tidlig trinn. De vil alltid trenge hjelp til alle dagliglivets aktiviteter (Horgen, 2010: 7).

Alle våre elever har et musikkterapitilbud fra 1-7 klasse. Om timene er individuelle, eller i små grupper (to–tre elever) avhenger av hva de har størst utbytte av, og at vi ikke alltid har en til en dekning. Men de tre elevene jeg har hentet fortellinger fra innledningsvis, har alle to–tre individuelle timer i musikkterapi hver uke. Osman og jeg hadde opp til fire timer i uka gjennom flere år, fordi det var i disse timene han var mest våken og viste størst glede og engasjement.

Musikkterapi – improvisasjon og gjentakelse

For meg som musikkterapeut i møte med Osman, Kari og Erik blir det viktig å se etter hva de gjør og uttrykker, i gester, mimikk og faktisk gjerning, som høye lyder eller dyp søvn. Hva av dette kan jeg ta tak i når vi er sammen? Hvordan kan jeg sørge for at vi begge skal få mulighet til å delta i et felles samspill og samhandling? Hva er meningsfullt, og for hvem?

Min tilnærming er i utgangspunktet improvisatorisk, basert på det jeg kan se at elevene uttrykker, men etter hvert som vi blir kjent med hverandre, kan det utvikle seg meloditemaer og rytmiske temaer. Jeg kombinerer ofte sang/stemme, rytme og bevegelse, sikkert fordi dette føles naturlig for meg, og fordi jeg ser at dette vekker elevenes oppmerksomhet. Mine elever blir mest oppmerksomme og konsentrerte når det vi gjør sammen sentrerer seg rundt deres kropp, og det de selv har mulighet for å kunne uttrykke. Gjenkjennelse og gjentakelse over tid er viktige forutsetninger for å lykkes i å etablere en kontakt som kan oppleves trygg og oversiktlig for eleven.

Min ramme i individualtimene består ofte i å forflytte eleven rundt i rommet og ha ulike «poster» som gir mulighet for ulike fysiske, sansemessige og taktile erfaringer for ham/henne. Eksempler på «poster» kan være: Trampoline, pøllehuske, klangkasse (også kalt Schlitstrommel eller Schlagwerk Log Drum), saccosekk, matte. Hver post gir rom for ulike aktiviteter og nye erfaringer, og innebærer også en bekreftelse av tidligere erfaringer for elevene, fordi de gjentas over tid. Det er ikke et mål at vi skal komme oss igjennom alle postene i løpet av den tiden vi er sammen, men at det skal fungere som et «mulighetsrom» for både eleven og meg til å oppleve og skape noe sammen.⁴ Hvor får vi best kontakt i dag?

Som den voksne fagpersonen med mange tanker og ideer i hodet og etter hvert en solid mengde verktøy i kassa, møter jeg stadig på en grunnleggende utfordring: Hvordan unngå å gjøre for mye når den jeg gjør det for har så små og utydelige signaler og få handlemuligheter? Med utgangspunkt i de innledende små fortellingene vil jeg prøve å beskrive hva som gjorde at jeg følte at vi lyktes med å etablere en kontakt der elevene er viktige bidragsyttere.

⁴ Begrepet «mulighetsrom» stammer fra Albert Pessos begrep «possibility sphere» (se Røkenes og Hansen, 2012).

For å forstå den andre, må man forstå seg selv

Osman og jeg har hatt 3-4 timer individuell musikkterapi i uka siden han startet i første klasse. Denne lille fortellingen er fra det siste året han gikk hos oss. Vi har sakte men sikkert bygd opp vår relasjon. Utgangspunktet mitt har alltid vært det samme: Hvor er Osman i dag? Er han veldig trøtt? Er han veldig aktiv, og på en måte som gjør det vanskelig å få kontakt med ham? Krøller han seg sammen som en liten ball på fanget mitt og gløtter opp på meg? Smiler han og kommer med godlyder? Er han alvorlig og fjern? Hvordan viser jeg Osman at jeg prøver å forstå ham, at jeg liker å være sammen med ham? For en stor del handler vår relasjonsbygging om at jeg prøver å stille meg inn på og møte hans behov. Jeg viser med gester, lyder og mimikk at jeg ser ham. Til gjengjeld, viser Osman meg at han blir glad og aktiv når jeg kommer bort til ham.

Han begynner raskt med lyder, ler hjertelig når jeg kiler ham, våkner når jeg snakker med ham og tar på ham. Jeg tenker at vi har begge mye kunnskap om hverandres måte å være på, og jeg er ganske sikker på at vi begge har forventninger til samværet vårt, at vi har laget oss en slags felles kontrakt for samværet.

Osman sover mye i perioder, på grunn av stor epileptisk aktivitet. Til tross for det, har jeg for det meste opplevd at han våkner når vi starter timen vår. Jeg har blitt godt vant med at de første slagene på klangkassa, og det at jeg starter opp med å synge til ham, er nok til å vekke ham opp fra en tilsynelatende dyp søvn. I det siste har Osman sovet ekstra mye, og det er ikke lenger nok å bare starte timen, slik jeg er vant til. Dette oppleves frustrerende for meg! Jeg har ofte med meg studenter, og føler sterkt på at jeg må jo ha noe å vise fram! Det var en student som ga meg nøkkelen til å gjennomføre en time der Osman sov tungt hele tiden: «Hvorfor ikke improvisere rundt pusten hans?» Jo, det var jo klart!

Osman sov og jeg tonet meg inn på pusten hans. Både studentene og jeg holdt pusten etter hvert (bokstavelig talt!), så spennende ble det å observere at Osman sin pust ble mer tydelig og avslappet i takt med rolige slag på klangkassen, og min egen pust som innrettet seg mer og mer etter hans pust. Alle var enige om at det hadde vært en flott stund!

I timene etterpå tror jeg at jeg klarte å akseptere og respektere at Osman hadde behov for mye søvn i akkurat denne perioden, med det resultat at han plutselig slo øynene opp med et stort smil og var klar for alt det vi pleide å gjøre, slik det kommer fram i den lille fortellingen. Jeg er ganske sikker på at min bekreftelse gjennom å improvisere

rundt Osmans pust, var en medvirkende årsak til at han var klar for samspill og moro etterpå. Ikke minst tror jeg at dette var med på å opprettholde kontrakten mellom oss. «Anne maser ikke med meg når jeg sover, hun viser at hun ser meg, og da er jeg klar for å være sammen med Anne når *jeg* er klar for det.»

Jeg var inne på en dårlig vei før improvisasjonen som dreide seg om Osmans pust: Jeg ville tvinge ham til å våkne, for «det virker jo alltid når jeg gjør dette sammen med deg, Osman!» Forutsetningen for å kunne fortsette vår gode relasjon, var at jeg viste at jeg aksepterte og anerkjente Osmans behov for søvn og søkte å finne han der. Dette er på papiret en selvfølge, men neimen ikke alltid like lett å etterleve i praktisk gjerning!

Jeg er sint!

*Om å se og uttrykke seg selv gjennom den andre.*⁵

Kari og jeg har også hatt mange timer sammen gjennom 7 år. Denne lille fortellingen er hentet fra det siste året Kari gikk hos oss. Kari har mange lyder som hun elsker å eksperimentere med, en rammesang rundt det å leke med lyder utgjør derfor en stor og viktig del av våre stunder sammen. Rammesangen er viktig for Kari, hun er oppriktig glad i musikk og liker klanger og melodier, noe hun viser gjennom å bli helt stille og kikke bort på pianoet, og ved å klikke for å få meg til å fortsette hvis jeg stopper å spille.

Kari er også vant til å bli møtt på sine følelsesuttrykk ved at jeg toner meg inn på hennes lyder, noe som krever at jeg også klarer å speile hennes tidvis heftige temperament på denne måten. Et av mine mål er jo å møte eleven der han/hun er på en måte som de kan forstå. Kari har derfor en tydelig forventning om å bli møtt gjennom syv års erfaring med å være en del av vår relasjon.

Kari blir trillet inn, og hun er svært sint, hun uttrykker dette ved å komme med høye, klagende lyder og å bite seg selv i hånden, hun kaster på hodet og spenner seg i kroppen. Her kan jeg velge to tilnæringsmåter: Enten tone meg inn med hovedtanken om å roe henne ned, eller ved å faktisk speile hennes sinne med alt jeg har tilgang til: Lyder, gester, ansiktsuttrykk og piano. Kari var ikke interessert i å bli roet ned, hun ville fortelle meg hvor sint hun var! Det var veldig interessant å observere hvor ivrig Kari

⁵ Røkenes & Hansen, 2012: 49.

var, hvor oppmerksom hun ble, ja til og med tilløp til smil kunne jeg skimte mens jeg øste ut sinneuttrykk gjennom tretti minutter. Etter timen triller Kari fornøyd ut, sinnet er som blåst bort. Tilbake sitter en ganske utslitt, men også fornøyd musikkterapeut.

Speiling av den andre er en nyttig og viktig tilnæringsmåte når man jobber med elever uten talespråk. Ved å speile Karis følelser, viser jeg henne at jeg ser henne og forstår henne. Her er det viktig å tenke på at jeg ikke skal bli Kari, jeg skal vise henne at jeg forstår henne og tilby henne å få uttrykt, i dette tilfellet, sitt sinne uten ord. Vi har nærmest en samtale om det å være sint og at dette er lov uten å bruke ord. Jeg tenker at dette er viktig for Karis mentale utvikling, og at hun opplever å bli tatt på alvor.

Om å være – sammen

Får æ holde dæ i handa
holde fast ei lita stund
slippe taket i alt anna
og bare holde uten grunn

Kjerstin Aune

Erik og jeg har ikke hatt individualtimer sammen siden første klasse, men vi har vært sammen i mange andre settinger gjennom skoledagen og kjenner hverandre relativt godt. De tre siste årene har vi hatt to individualtimer sammen hver uke. Erik uttrykker vanligvis både forventning og glede gjennom smil og lyder, og han elsker bevegelse og rare lyder, men akkurat denne dagen er han veldig fjern og langt inne i seg selv.

Jeg er litt redd for å bryte rutinen vår med å bevege oss fra sted til sted i rommet, så jeg prøver litt forsiktig å introdusere ham for de ulike stedene, uten synderlig resultat, jeg føler nærmest litt på at jeg plager ham med det jeg også gjenkjenner som mitt eget behov for at det skal skje noe.

Vi ender opp på pølla, en stor huske som er festet i taket, der vi begge har god plass til å sitte. Jeg setter meg på pølla med Erik foran meg og forholder meg helt rolig. Jeg puster i takt med Erik og jeg prøver å rense alle egne forventninger ut av hodet. Holder det ikke å bare være, sammen? Jo, det ser ut til at Erik er enig, et lite smil kommer til syne, og en bitte liten lys lyd slipper ut av munnen hans, dagens første.

Temaet for dette møtet er kanskje først og fremst anerkjennelse. For å ta opp tråden fra eksemplet med Osman, der jeg ikke klarte å vekke ham før jeg faktisk klarte å anerkjenne hans behov for å sove: Veien inn til Erik denne dagen var nettopp å våge å anerkjenne ham og kanskje også selve situasjonen: Dette var ikke dagen for liv og lek, men for kun å være sammen. Det hender at kloke ord fra min gamle praksislærer Sissel Bakken dukker opp i hodet mitt: «*Ta nå den utfordringen det er å bedrive ingenting for en stund!*» (Bakken, 1998: 23).

Dette blir litt i overført betydning, siden jeg jo faktisk har Erik på fanget, finner en god stilling for ham slik at han kan slappe av, finne en god stilling for meg selv, så jeg kan slappe av og fokusere på ham. Men alt i alt er det tilstedeværelsen, og å legge til rette for kun å være sammen her og nå som er fokuset i denne lille fortellingen. Det er når jeg først klarer å *legge til side mine egne prosjekter for å se barnets* (Horgen, 2010: 14), at Erik får anledning til å delta på sin måte, slik han orker akkurat da.

Avslutning

Hensikten med å beskrive disse tre situasjonene er å illustrere viktigheten av å forsøke å nullstille seg i møte med det enkelte barn, gang på gang, selv etter flere år sammen, med daglige møter. Jeg har som målsetting i mitt arbeid å bevare åpenhet og nysgjerrighet, helt til jeg går av med pensjon! Jeg har også som målsetting at barna skal få styrket sin selvbevissthet, at de skal oppleve seg selv som viktige bidragsytere hver gang vi er sammen i time.

I dette arbeidet er improvisasjon, gjentakelser og rammeaktiviteter viktige metodiske og terapeutiske arbeidsredskaper, og en forutsetning for å lykkes med å skape en samhandling som oppleves meningsfull for begge parter.

Litteratur

- Bakken, S. (1998). *Når gleden er målet. Musikk, lek og samhandling med barn og voksne*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Horgen, T. (2010). Å sette seg selv i spill: Om ansvar, moral, etikk og utfordringer i møtet med barn med multifunksjonshemming. I K. Stenseth, A. T. Eggen og R. S. Frisk (red.): *Musikk, helse, multifunksjonshemming*, s. 5-22. Skriftserie fra Senter for musikk og helse, vol. 3. Oslo: Norges musikkhøgskole
- Røkenes, O. H. og Hanssen, P. H. (2012). *Bære eller bryte. Kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker*. Bergen: Fagbokforlaget