Rytmen mellom oss

Musikkterapi i psykisk helsevern for barn og unge, Førde BUP

Psykisk helse- utfordringar

- Reguleringsvanskar
  - Tankar, kjensler, kroppen, åtferd
  - nede/oppe, depressive taknar/uro, hypo/hyper

Barn har grunnleggande behov for hjelp til sjølvregulering
Slik utviklar barnet motstand mot stress og resiliens

Rytme samspel

- Evne til regulering utviklast i interaksjon med andre, i ein affektiv/kjensleprega dialog basert på rytme, tonefall, merksemd og rørsle (Stern, Trevarthen)
- Rytmer smittar, påverkar energi og opplevinga av vitalitet, og fører til synkronisering av nervesystema. (Hart)

Rytmisk samspel, teoretisk ramme reguleringsvanskar

- Bessel Van der Kolk, 2012
  - Forsking/traumesenter Boston musikk/drama/dans
  - Forsking etter 11. september 2001
- Bruce Perry, 2014
  - Foreslår rytme og musikksamspel i behandling av barn med reguleringsvanskar

gunn.karoline.fugle@helse-forde.no

Musikkterapeuten i psykisk helsevern for barn og unge

- **TamTam** (Theatre and Music, Therapy and Mentalisation) . Gruppe for ungdom
- **Individuell** behandling barn med reguleringsvanskar (tilviste med komplekse traumer, åtferdsvanskar, depresjon…)
- **Rettleiing** til skule og barnehage
- **Teamet vårt** og musikk

TamTam

- Theatre and Music, Therapy and Mentalisation
- Kombinert metode musikkterapi og psykodrama
- Ungdom 15-18
- **Kombinere mikroprosessar med narrativ frå ungdomane sitt liv**
- Forsking: «gruppe virkar på alt»

Individuelt arbeid

Komplekst traumatiserte barn
Andre barn som har reguleringsvanskar. (Tilviste for «åtferdsvanskar»)

Mikroprosessar
Mekanismene i inntoning, relasjonsbygging
Musikksamspel er verktyet for innntoning, oppbygging av rammer, mikroprosessar, som fører til bedre regulering

Tett samarbeid med føresette og 1. linja, skule og helseteneste

Relasjonsarbeid

- Oppleving av glede i ein relasjon er viktig
  - Produserer hormonet Dopamin som er viktig for hjernefunksjonar
  - Gledesaktivering ved ”no- augeblink” (D. Stern: synkroniseringa mellom to nervesystem på full styrke når vi får til det).
  - Relasjonsarbeid lukkast når vi får til mange no-augeblinkar.

Rettleiing til 1. linjeteneste

- Skulepersonale
- Barnehagar
  - Motivere og inspirere til å bruke musikk for utvikling av bedre regulering, synkronisering av nervesystema mellom vaksne/elevane, vaksne/barna, dei innstiller seg på kvarandre, utvikling av empati

Musikk i teamet

- Musikk i oppmerksomhetstrening
- Musikklytting for kontakt med det ubevisste, arbeid med symbolisering, viktig for stressmeistring og resiliens i jobb

- Vi rommar andre sin smerte
- Musikken kan romme våre opplevingar og gje håp, trøyst, fred

- Avslutning: Tord Gustavsen Ensemble, «A child within»
- Anton Bruckner, Strykekvintett i F- dur, 3. sats, Wiener Philharmonic Orchestra

Tord Gustavsen Ensemble «A child within»

Oppsummering

- Tilby ulike måtar å kommunisere og uttrykke seg på gjennom ulike musikkterapimetodar: musikksamspel (aktiv, reseptiv(Imagery Music), dans og teikning til musikk)
- Forsterke barnet si oppleving av deltaking, påvirking i samspelet

Ressursfylket

- Fylkeskommunen: Jorunn Bakke Nydal
- Kommunane:
- Førde (Indre sfj PPT): Aase Eikenæs,
- ViK: Brit Eli Vassli,
- Askvoll: Øyvind Selvik,
- Bremanger: Tor Olav Heldal,
- Høyanger: Randi Fassmer og Sonja Aasen
- Årdal, Årdal/Lærdal: Laila Asperheim,
- Gloppen: Margot, Simona Fraas, Hanne Oftedal
- Måløy, Eid?

- Vers 1
  - There was a time a bear
  - And he had some fear
  - His Mother died after a fight, a fight, a fight……

  - He had good friends to lean on
  - When his mother passed away,
  - passed away, passed away…….

  - His friends lived by the waterfall
  - they fished and they playing in the river
  - His mother came as an angel
  - And he could see her when he went up at the mountain