

TaM TaM

Musikkterapi og psykodrama

Gruppebehandling for ungdom

Gunn Karoline Fugle

Psykisk helsevern, poliklinikk for barn og unge, Førde BUP

Gunn.karoline.fugle@helse-forde.no



«TaM TaM»

Theater and Music- Therapy and Mentalisation

- Musikkterapi og psykodrama i behandling av utviklingstraumatisert barn/ungdom utsette for omsorgssvikt, vald og overgrep
- Barn/unge tilviste Psykisk helsevern for barn/unge, poliklinikk

TaM TaM Gruppeterapi

- Psykoterapeutisk arbeid, med metodane musikkterapi og psykodrama, med ungdom 15-18 år
 - har individualterapi og eventuelt medikamentell behandling i tillegg (føresetnad for deltaking i gruppa er at blit fylgt opp av individualterapeut mellom gruppesamlingane dersom det er ynskjeleg /naudsynt)
- Ulike tilstandsbilder, alle tilviste BUP pga store belastningar
 - diagnosar frå ulike diagnostiske grupper og symptom på reguleringsvanskar som tilbaketrekking/hyporeaksjonar og utagerande reaksjonar/hyperreaksjonar.
- Semiåpen gruppe, blanda kjønn
- Eksklusjonskriterier: Autisme, utviklingshemming, psykose, nære vener/kjærestar
- TamTam oppstod i møte mellom leiarane av gruppa sin kompetanse, musikkterapi og psykodrama
- Musikkterapi og psykodrama består av ulike former for interaksjon og -kommunikasjon
 - begge sjølvstendige retningar innan behandling, terapi og forskning.

Forskningsdesign

- Studien har eit kvalitativt, beskrivande forskningsdesign
- Forskingsspørsmål:
 - Korleis beskriv ungdomane sine opplevingar av å delta i gruppa?
 - Kva ved deltakinga i TamTam-gruppa beskriv deltakarane som positive og negative på deira fungering i dagligliv; skule og i deltaking blant vener, i venerelasjonar?
- Fokusgruppeintervju/individuellt motivasjonsintervju ved opptak til gruppa
- 8 informantar

Music, more than magic

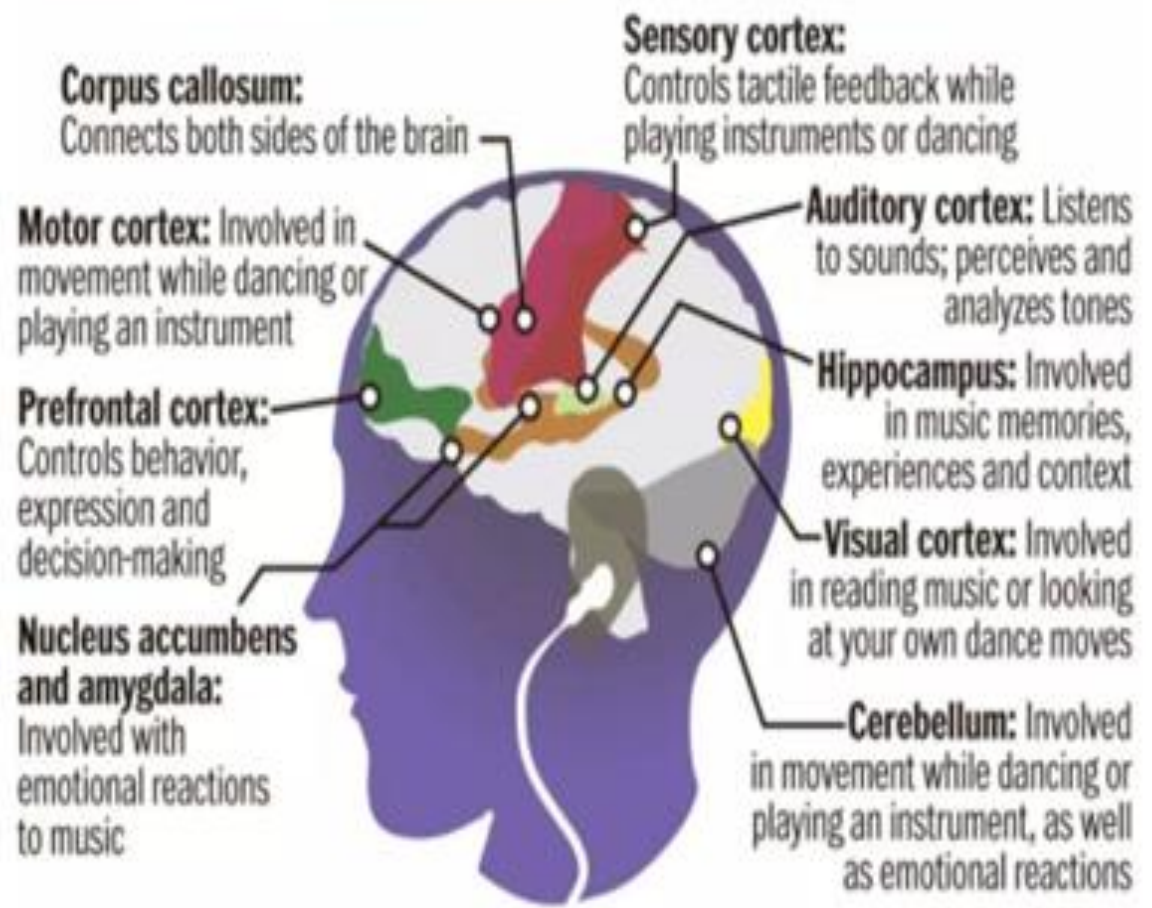
- Kva er det med musikkterapi som virkar ved utviklingstraumer?

Er musikkterapi framtidas traumebehandling?

- Kan musikkterapi anbefalast i behandling av traumutsatte barn/unge?
- Musikkterapi meir enn magi: Ein metaanalyse av musikkterapi for pasientar (barn, ungdom og vaksne) med ulike typar psykiske vanskar, konkluderer med at musikkterapi har signifikant effekt på overordna helse, symptombelastning, depresjon, angst og generell fungering (Gold et al., 2009).
- Mt - meir enn magi: Den nasjonale, faglege retningslinja for kartlegging, behandling og oppfølging av pasientar med psykoselidingar reflekterer og musikkterapi sin evidens i høve arbeid med pasientar med psykoselidingar. (Helsedirektoratet, 2013).

Music and the brain

Playing and listening to music works several areas of the brain



SOURCE: Music for Young Children

DESERET NEWS GRAPHIC

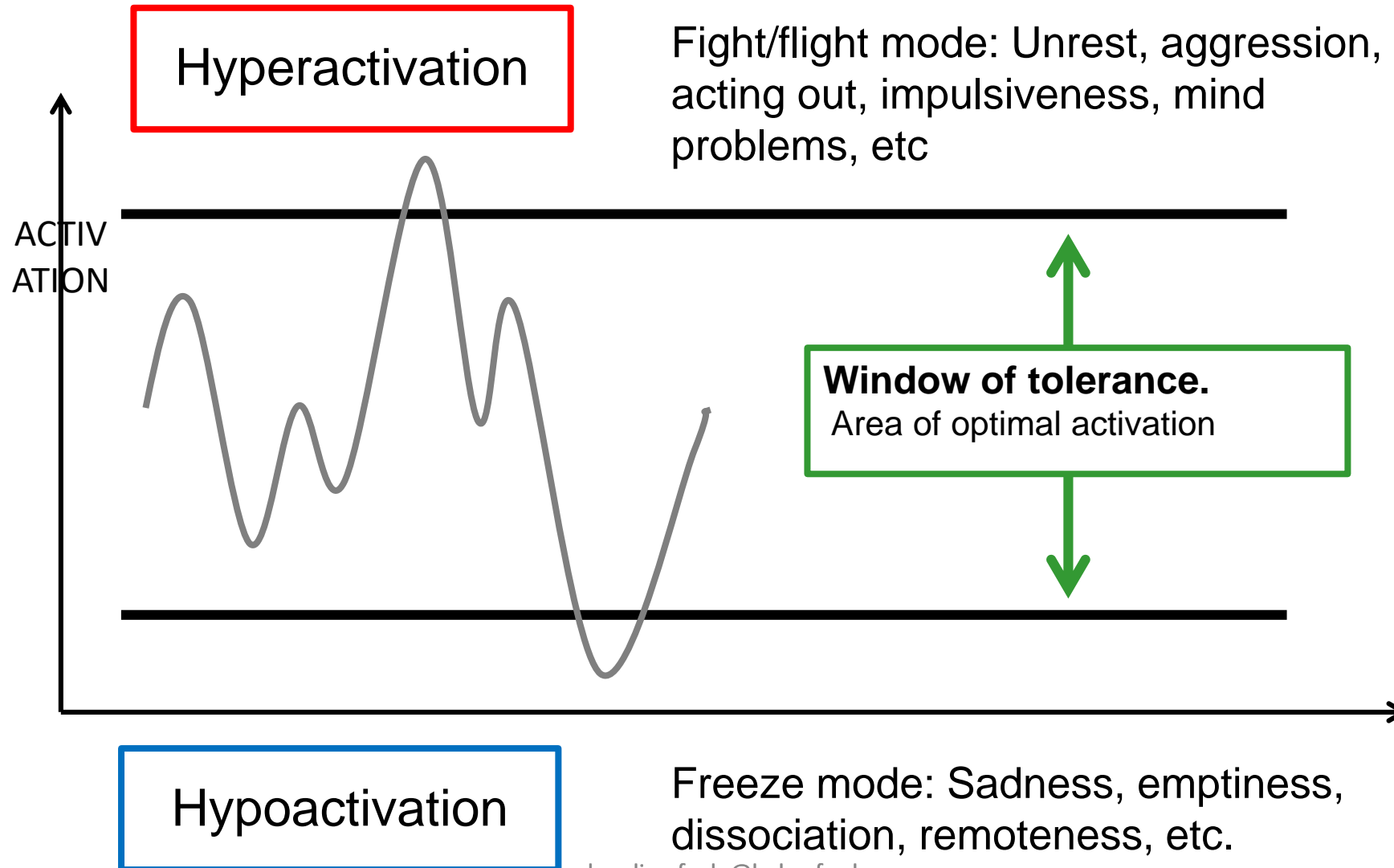
Vagusnerven

<http://mentalfloss.com/article/65710/9-nervy-facts-about-vagus-nerve>

- “Vagabondnerven”,- “vandrar rundt I kroppen”
- Kontrollerer kontakten mellom kroppen og hjernen
- Involverer forståinga av korleis vi kan behandle komplekst traumatiserte barn
- Vagusnerven er vital I sosiale situasjonar og korleis barn forstår harmlause/”farlege” situasjonar.
 - “tynn” vagusnerve betyr at alarmeren går ofte, unødvendig (overlevelsesmekanismene slår inn)

Window of tolerance, a useful tool, Daniel

Siegel, 2007



Teoretisk ramme traumefeltet

- John Briere
- Bessel Van der Kolk
 - Research on traumas and music/drama/dance environments
 - Research after September 11th, 2001
- Bruce Perry
 - suggests non-verbal communication and music activities in treatment

Psykoterapeutiske mål i terapi: Relasjonskompetanse-

- konsekvens av oppvekst og sårbarhetsfaktorer kan også være utfordringer med å knyte og vedlikeholde relasjoner til andre unge, men og til voksne. (Lehmann m fl, 2013)
- Terskelsamfunnet, utfordringer med å kvalifisere seg til voksenlivet (Frønes, 2016)
- Ungdommer med ulike utviklingstraumer opplever utfordringer i relasjon til jævnaldringer
 - Oftare konflikt, oftare situasjoner som er vanskelege å handtere
 - Eller tilbaketrekking-hypoaktivering

Terapeutiske faktorar i gruppepsykoterapeutisk forlaup (Yalom, 2005)

- Det å forstå seg sjølv og kjenne seg sjølv betre,
- Informasjonsutveksling mellom unge
- Håp
- korreksjon av emosjonar knytt til opplevingar i primærfamilie-, utvikling av sosiale evner og å lære å ta ansvar for eige liv og konsekvensar av eigne avgjerder

Funn

- Ein møtestad for å vere saman
- Ta styring –eigne kjensler- kvar kom dei frå? Kjenne sine kjensler og sjå framover
- Bringe fram det som er utsletta
- Veggen mot sjølvstende

Sosiale relasjonar

Regulering

- Endring i funksjonsnivå: skule, gjenopptaking av skule, søvn, venerelasjonar
- Opplever heling i det dei opplever relasjon til andre i gruppa
 - sosialt venskap
 - gjenkjenning
 - glede
 - tryggleik
 - sosiale og emosjonelle stimuleringar
 - sansestimulering gjennom kreativ aktivitet
 - førebur seg til framtida.

TaM TaM

The ability to regulate

- The nervous system of children and the ability to regulate
 - developed through experiences of
 - belonging,
 - synchronized interaction and
 - experience of own activity (Malloch & Trevarthen, 2009).

Musikk og Psykodrama i TaMTaM

- Synkroniserer nervesystema
 - Tilpassar oss til kvarandre
 - Speglar: kropp/rytme
- Intersubjektivitet
 - Puls, rytme, augekontakt
- Emosjonell kontakt
 - Erfaringar, kjensler, intensjonar og delt focus , glede
- Turtaking, bevisst etablert kontakt
- Finn rytme for felles oppleving

TaM TaM

- Aktiv musikkterapi
 - Improvisatorisk og strukturert samspel
- Body and emotion awareness, mirroring bodytasks, massasje to each other, stretching/bending with breath,-kind of yoga
- Reseptive Music Therapy (Imagery Music)
 - Induction with relaxation
 - Drawing or dancing while listening
 - Sharing in the group, the symbols in the drawing? Two and two? To all?