

Psykiatrien tur-retur

Anmeldt af **Helle Mumm**, *cand.mag.*
i musikterapi og Marte Meo terapeut.
Kontakt: ksmumm@sol.dk



Camille Thellefsen,
2016. Forlaget Mel-
lemgaard. Paperback
120 kr, e-bog 60 kr.

En kraftfuld plantespire bryder op gennem asfalt, så det slår revner, på forsiden af Camille Thellefsens personlige beretning om 18 indlæggelser i en periode på 15 år. Forlaget Mellemgaard har udgivet en stærk fortælling, som både oplyser, berører og formidler livskraft og håb.

Forfatteren Camille Thellefsen følger i sin anden bog op på den første, *Kunstmalerens datter* (2010), hvori hun beskrev en barndom med incest, sin ungdom og mødet med psykiatrien.

Psykiatrien tur-retur fortæller om de mange indlæggelser og om Camilles lidelse med stemmehøring, afmagt, selvmordsønsker, skam og selvskade. Man mærker som læser, hvor svært det er at være til med sådan forpinthed. Man mærker trangten til flugt. Samtidig er Camilles beretning gennemsyret af livsvilje og taknemmelighed, som bærer igennem. Skiftende læger, skiftende kontaktpersoner, skiftende diagnoser, skiftende behandlere og indlæggelsessteder – alt sammen formår Camille at se på med milde øjne og evnen til at finde og tillægge det hele mening.

Betydningen af mennesker, som ser, bemærker, spørger og forstår, fremgår. Betydningen af giftermål, forældreskab, daglig kontakt og pleje af interesser og evner fremgår. Og tillid groer.

Som læser bliver man klogere på mange måder. Man oplever, hvordan der kan være

utilstrækkeligt samarbejde i sundhedsvæsenet mellem det somatiske og det psykiatriske system. Man oplever det barske ved ophør af behandlingsrelationer efter mange år. Man oplever uroen i de mange skift af bolig og opholdssted. Man oplever, hvor svært det er at holde stemmehøring hemmelig – eller ikke at have erkendt den selv, mens man behandles for borderline. Og først gruen, siden lettelsen ved, at den indre verden med de pinefulde og livstruende stemmer bemærkes og finder udtryk, opdages, og kan få den rette støtte og behandling.

Camille fortæller i et kapitel om sin musikterapi med musikterapeut Charlotte Dammejer gennem 5 år. Camille beskriver, at hun hurtigt blev grebet af oplevelsen af at "komme af med følelser" gennem lydene i klaveret. Musikterapien blev en ventil, hvor hun kunne få afløb for sine frustrationer og bearbejde sine problemer på en tryk og kontrolleret måde. Metoden Guided Imagery and Music (GIM) hjalp hende til at tage kampen op med, integrere og bearbejde barndommens traumatiske overgreb. Hun beskriver oplevelser af at mobilisere indre tryghed, afprøve handlemuligheder, genopleve overgreb og komme ud af fastlåsthed, samt via kropsbevægelse til et specifikt betydningsfuldt stykke musik at kunne "afgifte" det, så hun ikke fik flashbacks, men kunne nyde det efterfølgende.

Lad os håbe at mange læsere vil få indsigt

fra denne fine udgivelse. Indsigt, som kan medvirke til, at vi arbejder for psykiatriens ligeberettigelse i sundhedsvæsenet. Alt for mange mennesker med psykiske lidelser dør yngre end gennemsnittet i Danmark af somatiske sygdomme (Dybbroe og Steenberg, 2013: "Giv psykiatrien en ordentlig indsprøjtning", Politiken).

Psykiatrien tur-retur er en prisværdig beretning om resiliens, empowerment og recovery. Camille Thellefsen indleder sin bog

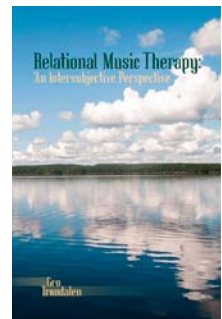
med en omskrivning af det kendte udtryk til: "Hvor der er håb, er der vej". Hun slutter med at ønske, at man i psykiatrien vil gøre alt, hvad man kan for udover den medicinske behandling at hjælpe folk med at håndtere de indre stemmer. Camille runder bogen af med at livsnødvendige samtaler og musikterapi hjalp hende til at bearbejde barndomstraumer og forstå sig selv, så hun kunne få kontrol over sygdom og blive mønsterbryder med mod på fremtiden.

BOGANMELDELSE

Relational Music Therapy: An Intersubjective Perspective

Anmeldt af Niels Hannibal, Kandidat i musikterapi, Lektor, Ph.d. Aalborg Universitet, Institut for kommunikation og psykologi. Aalborg. Kontakt: hannibal@hum.aau.dk

Gro Trondalen (2016). *Relational Music Therapy: An Intersubjective Perspective*. Dallas: Barcelona Publishers. Pris 28 \$ i paperback. I alt 177 sider.



Gro Trondalen, professor ved Norges Musikkhøgskole, leder af Center for Musikk og Helse, er en enorm kapacitet inden for emnet: intersubjektivitet og musikterapi. Jeg havde derfor store forventninger og forhåbninger, da jeg gik i gang med at læse. Og jeg skal love for, at Trondalen har meget på hjerte. Jeg har nu læst bogen intensivt igennem to gange og begynder at se hendes røde tråd: at terapi handler om, gennem mikroafstemning, at opbygge en relation, en mulighed for intersubjektiv deling. Både gennem krop og handling

og gennem ord og fortællinger. Dette kan der siges rigtig meget om, og det gør Trondalen.

Bogen tager udgangspunkt i teori og metateori, hvilket blandes med case-vignetter som illustrationer. Teorien er især centreret om professor i psykologi Daniel Sterns tænkning og forskning.

Bogen indledes (kap. 1) med at introducere, hvad Trondalen på engelsk kalder sit "interpretive phenomenological" perspektiv. Her mødes dét at ville fornemme og beskrive den