

Rom til hvile i en tid for handling? – Refleksjoner rundt en bærekraftig arbeidshverdag for musikkterapeuter i lys av konsept "egentid" på Akershus Universitetssykehus

*(P/I) Presentasjon av praksiserfaringer / Innspill til refleksjon og diskusjon
13.45-14.10, Spor 4*

Foredragsholder

Monika Overå, Norges musikkhøgskole, monikaov@nmh.no

Sammendrag

Det er et stort helsepotensial i musikk. Samtidig som musikk tilbyr noe mange kan ha glede av å ta del i, er det en utfordring at musikkterapeuter gir så mye av seg selv til andre at det kan gå på bekostning av egen helse. Denne presentasjonen inneholder refleksjoner og praksiserfaringer som kan danne et grunnlag for videre diskusjon om hvordan legge til rette for bærekraftige musikkterapitilbud i en tid med satsning på økt produktivitet og effektivitet innen helse- og omsorgssektoren.

I en hektisk arbeidshverdag på sykehus, innførte musikkterapeutene Tora S. Gaden og Monika Overå konsept "egentid", noe som gjorde det lettere å legge bak seg utfordrende pasientmøter og å bli klar for å møte nye pasienter. Dette igjen førte til mer overskudd i arbeidshverdagen og en påkobling til egen musikkglede. Innhold og utvikling av konseptet vil bli gjennomgått i presentasjonen med musikkseksempler.

Det er lite oppmerksomhet rundt hva som kreves for å lage og opprettholde et musikkterapitilbud som fungerer godt for pasienten og som samtidig tar vare på de som tar vare på andre. Musikkterapeuter forteller om forventninger fra arbeidsplassen om å nå over mye på en dag og at et veiledningstilbud ofte er manglende. Hvordan kan det legges til rette for en god arbeidshverdag for musikkterapeuter som jobber tett på mennesker i sårbare situasjoner, i et helsevesen med satsning på økt produktivitet og effektivitet? Er det rom til hvile i en tid for handling?