

Sluttrapport

Verksemdsområde: Helse og rehabilitering

Prosjektnummer: 2017HE1161328

Prosjektnamn: Utan Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet

Søkarorganisasjon: Rådet for psykisk helse



Forord

Denne rapporten gjer greie for prosjektet *UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet*. Prosjektet fekk støtte av ExtraStiftelsen på søknad sendt gjennom Rådet for psykisk helse. Det vart løyva til saman 1,5 million kroner til eit 2-årig prosjekt (2017 – 2018). Prosjektleiar ved *UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet* har vore førsteamanuensis og musikkterapeut Lars Tuastad (UIB), musikkterapeutar i prosjektet har vore Elin Sofye Rabbevåg og Vegard Wikne, og brukarrepresentant har vore Bjarte Johansen. I tillegg har musikkterapeut Øystein Lydvo ved Bjørgvin DPS vore ein viktig samarbeidspartnar i prosjektet.

Takk til deltakarane ved MOT82 for mot, samarbeid og store musikkopplevingar. Utan dykk, ingen prosjekt. Takk og til aktørar på U82-huset ved frivilligsentralen og kulturarbeidarar ved Åsane kulturkontor som er med på å fylle huset med innhald, mening og eit pulserande miljø. Vidare må samarbeidspartnarar i Bergen kommune og Bjørgvin DPS/Helse Bergen takkast for nødvendige tilretteleggingar som gjorde det mogleg å realisere prosjektet. Takk til POLYFON kunnskapsklynge for musikkterapi for økonomisk støtte til evalueringsrapport, og for organisering av konferansar der ein kunne presentere funn frå prosjektet. Ein ekstra stor takk til ExtraStiftelsen gjennom Rådet for psykisk helse for uunnverleg støtte til å drifte prosjektet i to år frå 2017 -2018.

Samandrag

Prosjektet *UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet* er ei utvikling og vidareføring av musikkoppfølgingstilbudet MOT82. Dei to siste åra har Rådet for psykisk helse/ExtraStiftelsen si støtte gitt moglegheit til å drifte prosjektet. I *UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet* har ein jobba for å implementere musikkterapi i psykisk helsearbeid med vektlegging av å ha eit meningsfullt musikktilbod i ein oppfølgingsfase. Hovudmålet har fokusert på at deltakarane vert aktive aktørar i det regulære musikk/kulturlivet. Målgruppa er vaksne menneske med stemnings- eller psykoseliding, og ungdom som er i risiko for å utvikle psykiske lidningar. Tilhaldsstadene har vore kulturverkstaden U82-huset i Åsane, der ein har hatt moglegheit for å drive ei rekke ulike musikkaktivitetar.

Hovudmålet for *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* har vore å få fleire menneske med psykisk lidning til å delta i det regulære musikk/kulturlivet i Åsane. Ei Brukar Spør Brukar evaluering tilseier at ein delvis har klart å nå målsetjinga. Prosjektet har i liten grad ført til at brukarar har tatt skrittet ut til lokale korps, kor, teaterlag eller liknande. Derimot har det utvikla seg eit yrande musikkmiljø på U82-huset, med høg deltaking på musikkaktivitetar som bandøvingar, lågterskeltilbodet musikkafé, kor, innspelningar, konsertar og individuelle musikkterapitimar.

Musikkterapitilbodet ved *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* er bygd på ei økologisk samfunnsmusikkterapeutisk tenking som vektlegg samspelet mellom individ og samfunn. Vidare har ein hatt ei ressursorientert tilnærming som mellom anna vektlegg tankegods frå empowerment-filosofien og nyare tilfriskningsperspektiv frå recovery-tradisjonen. I praksis inneberer dette eit fokus på blant anna brukarinvolvering, samarbeid, inkludering, deltaking, empowerment, nettverksbygging, og eit syn på musikk som ein kvardagslivsressurs og verksemd ein aktivt tar del i. Aktivitetar i musikkterapitilbodet har vore bandsamspel, songskrivning, samspelsaktivitetar, lågterskelkafè, improvisasjon, musikklytting og refleksjonar om musikk, og kor. I tillegg er det blitt jobba med studioinnspelning og

konserterverksemd. Hovuddelen av musikkaktivitetane er leia av musikkterapeut, men det har utvikla seg tre-fire band som er eigendrivne og som øver utan terapeut.

UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet har resultert i ein Brukar Spør Brukar evalueringsrapport. Funn i rapporten indikerer at brukarane hovudsakeleg har vore nøgde: U82-huset vert opplevd som ein trygg plass som gir rom for mestring, vennskap og positive opplevingar. Musikktilbod som føregår på U82 huset i regi av MOT82, vert slik opplevd som eit reelt lokalt kulturtilbod. Brukarane trakk og fram områder som var vanskelige, slik som kjensla av ekskludering og tema knytt til stigma og psykisk helse. Her gir ein tydelig uttrykk for eit ønske om å tone ned fokuset på psykisk helse og tone opp viktigheten av å drive med musikk.

UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet har vore eit innovativt prosjekt i psykisk helsefeltet. Det har ført til at fleire menneske med psykisk liding er blitt kultur deltakarar i lokalsamfunnet. Bergen kommune ved byrådsavdeling klima, kultur og næring overtar og gjer MOT82 til eit fast permanent tilbod frå 1/1 2019. UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet kan vere ein god modell for korleis ein kan jobbe med oppfølgingstilbod i psykisk helsearbeid lokalt i Bergen, men og nasjonalt og globalt.



Bilde frå ein av mange innhaldsrike konsertar i prosjektet.

Innholdsliste

Forord	1
Samandrag	1
Bakgrunn og målsetjing.....	4
Prosjektgjennomføring/Metode	4
Resultat og resultatvurdering	6
Oppsummering, konklusjon og vidare planar	9
Litteraturliste	10

Bakgrunn og målsetjing

UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet er eit prosjekt som jobbar for å få fleire personar med psykisk lidning til å delta i musikk og kulturaktivitetar i lokalsamfunnet. Målgruppa er vaksne menneske med stemnings- eller psykoseliding, og ungdom som er i risiko for å utvikle psykiske lidningar. Prosjektet er ei utvikling og vidareføring av musikkoppfølgingstilbudet MOT82, som starta opp hausten 2015 ved hjelp av samhandlingsmidlar frå Helse Vest. Dei to siste åra, 2018-2019, har Rådet for psykisk helse/ExtraStiftelsen si støtte gitt moglegheit til å drifte prosjektet med ein full musikkterapistillingsressurs.

Hovudintensjonen for *Utan Terapeut – MOT82 ut i lokalsamfunnet* MOT82 har vært å tilby ulike musikkaktivitetar for menneske med psykisk lidning som er i ein oppfølgingsfase. Dei som har hatt musikkterapi i ein behandlingssfas har dermed fått moglegheit til å fortsette i musikkterapi ved å delta i musikk- og kulturaktivitetar i lokalsamfunnet med hjelp og støtte frå ein kvalifisert musikkterapeut. Prosjektet har base i U82-huset i Åsane. U82 er ein kommunal kulturverkstad som blei etablert i 1982 og inneheld blant anna eit bandrom, studio, grupperom og eit rom som kan nyttas som konsertsal. Brukarar har deltatt i ein-til-ein undervisning på instrument, band-samspel, innspeling, musikk-kafé, kor og songskriving. Det har og blitt lagt til rette for deltaking på konsertar og at brukarane kan nytte seg av musikkaktivitetar på andre arenaer enn U82 (f.eks. på workshops eller konsertar). *Utan Terapeut – MOT82 ut i lokalsamfunnet* har hatt eit uttalt mål om å jobbe for at fleire menneske med psykisk lidning får sjansen til å delta i musikk/kulturaktivitetar i lokalsamfunnet.

Prosjektgjennomføring/Metode

Musikkterapeutilbodet ved *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* er bygd på ei økologisk samfunnsmusikkterapeutisk tenking som vektlegg samspelet mellom individ og samfunn (Ansdell, 2014; Stige 2002, 2012; Stige & Aarø 2012; Stige et al. 2010). Vidare har ein hatt ei ressursorientert tilnærming (Rolvsjord, 2007, 2010) som mellom anna vektlegg tankegods frå empowerment-filosofien (Rolvsjord 2004) og nyare tilfriskningsperspektiv frå recovery-tradisjonen (Solli, 2012, 2014). I praksis inneberer dette eit fokus på blant anna brukarinvolvering, samarbeid, inkludering, deltaking, empowerment, nettverksbygging, og eit syn på musikk som ein kvardagslivsressurs og verksemd ein aktivt tar del i (DeNora, 2000; Small, 1998). Aktivitetar i musikkterapeutilbodet har vore bandsamspel, songskriving, samspelsaktivitetar, lågterskelkafé, improvisasjon, musikklytting og refleksjonar om musikk, og kor. I tillegg er det blitt jobba med studioinnspeling og konsertverksemd. Hovuddelen av musikkaktivitetane er leia av musikkterapeut, men det har utvikla seg tre-fire band som er eigendrivne og som øver utan terapeut.

Målgruppa for prosjektet *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* er menneske med psykisk lidning. Dette omfattar vaksne menneske med stemnings- eller psykoselidingar og ungdom med psykiske vanskar som er i risikogruppe for å utvikle psykiske lidningar. Fleire av brukarane i *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* har vanskar med å delta i vanlege sosiale settingar. For å nå målet om deltaking i det regulære kulturlivet treng ein såleis tilrettelegging og tryggleiksgjering. Dette inneberer at ein bør tilby ulike måtar å delta på. For nokre av brukarane vil det vere eit mål å kunne møte på kulturaktivitetshuset for å delta på musikkaktivitetar som går føre seg på U82. Andre brukarar vil ha som mål å kome ut i lokale

kulturtilbod og vil kunne trenge hjelp i denne prosessen. Eitt av tiltaka som er skissert for å lette overgangen ut til lokalsamfunnet er bruk av musikkontaktar. I samarbeid med musikkterapeutane ved Bergensklinikkane er det arrangert kurs for musikkontaktar. Sidan prosjektstart er det blitt haldt til saman tre kurs. To av brukarane av MOT82 jobbar i dag aktivt som musikk-kontaktar og nyttar mellom anna musikkfasilitetane ved U82 til å musisere med dei som dei er ansvarlege musikk-kontaktar for.

For å undersøke om mål vart nådd, er det blitt jobba med kartlegging og ein evalueringsrapport er blitt laga. Kartlegginga har hatt som formål å dokumentere kor mange som brukar tilbodet, oppmøte og fråfall, samt at det er laga ei oversikt over eksisterande musikk/kulturtilbod som finst i lokalsamfunnet Åsane. Desse er lagt inn i ei liste over aktuelle tilbod for brukarar. Oversikta teller 45 aktuelle kulturtilbod i Åsane området, som femner om kor (15), korps (14), teater (4), dans (3) og sosiale møtestader (9). Ei facebookside er blitt laga der mellom anna denne oversikta er lagt ut.

Evalueringsrapporten *Bruker spør bruker - Evaluering av prosjektet MOT82* (Tuastad, Johansen & Østerholt, 2018) fokuserer på å beskrive og forstå deltakarane sine subjektive opplevingar av å delta i prosjektet. I evalueringsrapporten vart Brukar Spør Brukar nytta som metode. Brukarrepresentant Bjarte Johansen ved MOT82 samarbeida tett med musikkterapistudent Astrid Linnea Østerholt og prosjektleiar Lars Tuastad ved MOT82 i utforming av intervjuguide og planlegging av intervju. Intervjua blei gjennomført av brukarrepresentant. Brukarrepresentant har også vært med å analysere data og skrive evalueringsrapport. Datamaterialet vart analysert ved hjelp av tematisk analyse (Braun & Clarke, 2006), og utført som ei blanding av eige arbeid og fellessamlingar. I alt var det seks fellesmøter med eit omfang på tre timer kvar gong. Ein viktig komponent ved arbeidet har vore å styrke medforskningskompetansen, og fellesmøta innebar ein undervisningsdimensjon i bruk av kvalitative metodar, refleksjonar rundt funn og praktisk gjennomgang av datamaterialet.

I evalueringsrapporten kom det fram at brukarane i all hovudsak var nøgde. MOT82 blir opplevd som ein trygg plass som gir rom for meistring, vennskap og positive opplevingar. Denne gode omtalen av tilbodet samsvarer slikt godt med førre evalueringsrapport som var særst positiv (Bjotveit, Wormdahl & Tuastad, 2016). Bruker Spør Bruker evalueringa inneheld til samanlikning fleire nyansar, kritiske innspel og forslag til utbetring. Desse kan kort summeras opp i fem punkter:

1. Kulturdeltaking: Deltaking i MOT82 har ikkje nødvendigvis ført til større deltaking i kulturlivet i lokalsamfunnet. Brukarane deltar på musikktilbod som føregår på U82 huset i regi av MOT82, og uttrykker at dette faktisk er eit lokalt kulturtilbod som dessutan er tilpassa til dei. For fleire vil det truleg også i framtida vere eit behov for dei trygge rammene og den tette oppfølginga som musikkterapeuten kan tilby ved U82 huset. Dette utelukkar ikkje at deltakarar i MOT82 vil ha behov for å delta i lokale kulturtilbod i framtida. Ei vidareutvikling av MOT82 vil kunne innebere systematisk jobbing med ulike former for overgangar til deltaking i lokale tilbod.
2. Rammer: Brukarane av MOT82 uttrykker at dei er nøgde med tilboda og aktivitetane som føregår. Det vert gitt stort rom for brukarmedverknad og påverknad. Brukarane gir imidlertid også uttrykk for eit ønske om større fleksibilitet. Dei fleste ønsker seg lenger økter, at det føregår fleire gonger i uka og at det er eit meir opent tilbod. Vidare kjem det innspel om at ein vil ha fleire konsertar, og at ein utvidar flata av arenaer slik at det blir fleire plasser enn U82 å ha konsertar på. Enkelte vil ha tettare oppfølging frå musikkterapeut gjennom individuelle timar. I tillegg vert det gitt tilbakemeldingar på

at det er behov for meir og betre informasjon om MOT82 og om aktuelle kulturtilbod som finnes i lokalsamfunnet.

3. Inkludering: MOT82 blir trekke fram som ein trygg og vel-fungerande forankringsstad. Her får ein anledning til å utfalde seg både musikalsk og sosialt, og får oppleve å høyre til i eit sterkt fellesskap. Dette er og noko som bidrar til å bryte tilbaketrekning og sosial isolasjon hjå brukarane.
4. Ekskludering: Fjerde punktet er ein motsats til inkludering, nemlig ekskludering. Fleire uttrykte vanskar når det gjaldt å ta imot nye deltakarar og at det kunne vere vanskelig for nye å få innpass i ei vel-etablert gruppe. Her bør ein vektlegge tilrettelegging og tiltak retta for å ta imot nye deltakarar på ein god måte.
5. Stigma: Fleire av brukarane var kritisk til å bli satt i bås gjennom diagnose og nemningar på konsertarrangement. Det verkar som at ein hadde ønske om å tone ned fokuset på psykisk helse og tone opp tydinga av å drive med musikk. Ein vil vere ein person som spelar i band framfor å vere ein person med psykisk lidning som spelar i band.

Resultat og resultatvurdering

Hovudmålet ved *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* har fokusert på at deltakarane vert aktive aktørar i det regulære musikk/kulturlivet. Utifrå dette vart det satt opp to hovudmål for prosjektet:

1. Fleire deltakarar frå prosjektet *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* skal delta i eksisterande musikk/kulturtilbod i lokalsamfunnet Åsane, ved å delta i til dømes lokale kor, korps, teaterlag eller band.
2. Fleire deltakarar frå prosjektet *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* skal vere aktørar i det lokale kulturlivet i Åsane, ved deltaking på ulike lokale arrangement (til dømes konsertar, teaterframsyningar, e.l.).

På mange vis står det framleis mykje systematisk arbeid att før desse måla er oppnådd. Til dømes er det få brukarar som har tatt skrittet ut til lokale korps, kor eller teaterlag. Derimot ser ein at eit yrande miljø har fått utvikle seg på U82-huset. På dagtid treff MOT82 deltakarar frå frivillighetssentralen, og på ettermiddag/kveldstid har møtepunktet vore med ungdom som nyttar huset. Brukarane i MOT82 deltar på musikkaktivitetar som bandøvingar, lågterskeltilbodet musikkafé, kor, innspelningar, konsertar og individuelle musikkterapitimar. Det er fleire nye konstallasjonar og egedrive rockeband som er starta opp utan terapeut gjennom prosjektet. I tillegg har studio ved U82-huset blitt nytta flittig av brukarane. U82-huset er dessutan brukt som konsertarena, mellom anna har konserten treffpunkt MOT82-U82 blitt gjennomført hausten 2017 og 2018. Treffpunkt MOT82-U82 er ein samarbeidskonsert som skal spegle det yrande musikklivet og mangfaldet som føregår på U82, og er ein del av programmet på Kulturfest Åsane. Ein av brukarane i *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* opptredde på Åsane senter under opninga av Kulturfest Åsane 2017. I samarbeid med frivilligsentralen har ein også hatt konsertar ute i friluft ved U82-huset våren 2017 og 2018 i forbindelse med bondensmarknad arrangement.

UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet er drive etter ein tre-trinnsmodell som er adaptert frå prosjektet Musikk i Fengsel og Frihet (MIFF) som prosjektleiar har jobba med i fleire år (Tuastad & Finsås, 2010; Tuastad, 2014). Tilbodet inneheld komponentane inne, ute og egedrive:

1. Trinn: Musikkterapitilbod inne på Bjørgvin DPS og i Klinikk psykisk helsevern for barn og unge.
2. Trinn: Musikkterapitilbod ute ved U82-huset.
3. Trinn: Musikk som egedriven aktivitet i lokalsamfunnet.

Tre-trinnsmodellen viser til korleis musikkterapi kan organiserast som eit gjennomgåande tilbod i Bergen ved spesialisthelsetenesta (trinn 1 - psykisk helsevern, DPS), i kommunalt bydelsnivå ved kulturaktivitetssentra (trinn 2- U82), og ut i det lokale kulturliv (trinn 3- U82/lokalsamfunnet). Med utgangspunkt i tre-trinnsmodellen kan vi sjå korleis rekrutteringsprosessen har fungert i *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet*.

Via trinn 1 har mange av deltakarane i MOT82 blitt rekruttert frå Bjørgvin DPS. Musikkterapeutane og behandlarar har her vore flinke til å informere om at det finst eit oppfølgingstilbod etter avslutta behandling. Musikkterapeut har dessutan hatt moglegheit til å følge med i overgangen frå DPS og ut til oppfølgingstilbodet MOT82. Her er erfaringane at musikkterapeut har vore eit relasjonelt bindeledd og trygt ankerpunkt som har mogleggjort vegen frå DPS til kommunale tilbod for mange brukarar. Det er rekruttert 25-30 personar frå Bjørgvin DPS sidan prosjektstart. Frå Klinikk psykisk helsevern for barn og unge (PBU) er det rekruttert 8-10 personar.

På trinn 2 har det vore stabil høg aktivitet. Kulturaktivitetshuset U82 med musikkterapeut til stades er blitt tatt i bruk alle vekedagar på dagtid og nokre ettermiddagar/kveldar. Gjennomsnittleg har 30-40 personar nytta ulike tilbod ved U82-huset kvar veke sidan prosjektstart. Brukarar har deltatt på bandøvingar, kor, innspelningar, konsertar og individuelle musikkterapitimar. I tillegg har lågterskeltilbodet musikkafé blitt etablert som eit populært tilbod. Musikkafé er ei uformell musikksamling som er etablert to timar fast kvar veke, og synes å fungere som eit springbrett for at nye musikktilbod vert etablert utan terapeut. Musikkaféen har hatt oppmøte frå 10 – 15 personar kvar gong.

På trinn 3 skal deltakarane ta i bruk eksisterande kulturtilbod i lokalsamfunnet. Sidan januar 2017 er fire egedrive band starta opp, og involverer 10-12 personar. I tillegg jobbar to brukarar som musikk-kontaktar og instruktørar ved musikktilboda på U82. Deltaking i prosjektet *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* har dessutan motivert ein av brukarane til å fullføre Erfaringskonsulent-kurs. Brukarar har og delteke med framlegg på ulike konferansar og vore med på undervisningsopplegg ved musikkterapiutdanninga på Griegakademiet, Universitetet i Bergen. Det kan og nemnast at ein brukar og musikkterapeut har hatt eit samarbeidsprosjekt med Bergensbiblioteka og hatt konsert på fire bibliotek i Bergensregionen. Etter kvart har det vore ein aukande tendens til at fleire brukararar deltar på ulike musikkscenar i Bergen, til dømes har mange opptredd saman med andre artistar på det månadlege arrangementet Pøbelscenen.

Dei siste to åra har Musikkterapifestivalen 1-2-3 blitt arrangert av musikkterapeutane ved Bjørgvin DPS og MOT82. Musikkterapifestivalen tar utgangspunkt i artistar frå tre-trinnsmodellen med komponentane "inne, ute og egedrive", og har gitt målgruppa i prosjektet *UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet* moglegheit til å delta innanfor ramma: 3 konsertar, 3 dagar, 3 trinn Det er og blitt gjennomført fleire publikasjonar og konferanseframlegg med utgangspunkt i *UTAN Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet*. Ein evalueringsrapport er publisert gjennom Helse Bergen, eit bokkapitel er publisert og to fagfelleverderte artiklar er sendt inn for fagfellevurdering. Formidlingsliste er lista opp nedanfor:

Publikasjoner:

Lydvo, Ø. Frå gymsal til Garage. Samfunnsmusikkterapi på DPS. I T. Næss og E. Ruud (red.) Musikkterapi i praksis (s. 127–150). Oslo: NMH-publikasjoner 2017:1.

Tuastad, L.; Johansen, B.; Østerholt; A. L. (2018). *Bruker spør bruker - Evaluering av prosjektet MOT82*. Bergen: Helse Bergen, Bjørgvin DPS. <https://helse-bergen.no/seksjon/bjorgvin%20dps/Documents/MOT82%20evalueringssrapport%202018.pdf>

Tuastad, L. (2019). «Eg hadde ikkje klart det uten». Bruker Spør Bruker evaluering av musikkoppfølgingstilbudet MOT82. *Musikkterapi*.

Tuastad, L. (2019). Plassert ved sida av Rolling Stones – ei case-fortelling om musikkoppfølgingstilbudet MOT82. *Tidsskrift for psykisk helse*.

Konferanseframlegg:

Tuastad, L.; Johansen, B. & Østerholt; A. L. (2017a, 21. november). *Utan Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet. Noen erfaringer fra Bruker spør Bruker evalueringen*. Presentasjon på POLYFON konferansen: Musikkterapi gjennom livet, på Studentsenteret (egget) ved Universitetet i Bergen.

Tuastad, L. & Lydvo, Ø. (2017b, 21 november). *Kulturfestivalen 1-2-3*. Presentasjon på POLYFON konferansen: Musikkterapi gjennom livet, på Studentsenteret (egget) ved Universitetet i Bergen.

Tuastad, L. & Johansen, B. (2018, 4. juni). *Utan Terapeut – MOT82 UT i lokalsamfunnet. Erfaringer fra Bruker spør Bruker evalueringen*. Presentasjon på startseminar for POLYFONs brukerpanel, på Sydneshaugen skole ved Universitetet i Bergen.

Tuastad, L.; Johansen, B. & Østerholt; A. L. (2018, 9 juni). *Medforskning og utforskning – om brukarmedvirkning i prosjektet MOT82*. Presentasjon ved den femte norske konferansen i musikkterapi, Fana Folkehøyskole utanfor Bergen.

Tuastad, L. & Lydvo, Ø. (2018, 8 juni). *Musikkterapifestivalen 1-2-3*. Presentasjon ved den femte norske konferansen i musikkterapi, Fana Folkehøyskole utanfor Bergen.

Tuastad, L. & Lydvo, Ø. (2018, 10 august). *Music therapy festival 1-2-3 – an example of music therapy practice in the mental health field*. Presentasjon på 9 Nordisk konferanse i musikkterapi: Come together. Body and Soul, Heart and Brain, ved Rönneberga Conference Center utanfor Stockholm.

Tuastad, L. (2018, 25 oktober). *MOT82 – ei fortelling om eit musikkoppfølgingstilbud for menneske med psykisk lidning*. Presentasjon på konferansen: Musikk er livet! – musikk som verktøy i arbeid med barn og unge i utfordrende overganger, teori, praksis og formidling.

Tuastad, L. & Johansen, B. (2018, 22. november). *MOT82: Praksiserfaringar frå brukar spør brukar evalueringssrapport*. Presentasjon på POLYFON konferansen: Musikkterapi og samhandling, på Studentsenteret (egget) ved Universitetet i Bergen.

Tuastad, L. & Lydvo, Ø. (2019, 22 januar). *Tretrinnsmodellen. Hvordan musikkterapi er organisert som et gjennomgående tilbud ved spesialisthelsetjenesten (trinn 1 – DPS), i primærhelsetjenesten (trinn 2 – MOT82) og ut i det lokale kulturliv (trinn 3 – UT82)*. Presentasjon på konferansen: PSYKISK HELSE – 2019 hvor står du? – hvor går du?, ved Radisson Blu Royal Garden Hotel Trondheim.

Oppsummering, konklusjon og vidare planar

Musikkterapi er i vinden som aldri før, noko ein særskilt merker innan psykisk helsefeltet. Eit eksempel som synleggjer musikkterapien sin posisjon er Helsedirektoratet sine nasjonale retningslinjer for utreiing, behandling og oppfølging av psykoselidingar (2013) der musikkterapi vert tilrådd på det sterkaste, basert på høgste evidensnivå: «Forskning viser at musikkterapi er særlig effektiv for å redusere negative symptom. Musikkterapi er like effektivt for pasienter som er innlagt på døgnheter, som for dem som får poliklinisk behandling. Det er også indikasjoner på at virkningen av en slik behandling er til stede seks månader etter at intervensjonen er avsluttet. Forskning viser at musikkterapi både kan inngå i behandling innan psykisk helsevern og i kommunalt arbeid» (Helsedirektoratet, 2013, s. 71). Dette set store krav i høve å kunne realisere nokre av intensjonane som ligg i retningslinene, og inneber at ein aktivt jobbar for å få implementert musikkterapi innan feltet psykisk helsevern og innan psykisk helsearbeid i kommunen. I *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* er det blitt jobba for å implementere musikkterapi i psykisk helsearbeid med vektlegging av å ha eit meningsfullt musikktilbod i ein oppfølgingsfase. Eit slikt tilbod har truleg bidrege til å redusere tilbaketrekning og isolasjon, i tillegg til å kunne hatt ein førebyggjande effekt når det gjeld å forhindre tilbakefall og (re)-innlegging.

Hovudmålet for *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet* har vore å få fleire menneske med psykisk lidning til å delta i det regulære musikk/kulturlivet i Åsane. Brukar Spør Brukar evalueringa tilseier at ein delvis har klart dette. Prosjektet har i liten grad ført til at brukarar har tatt skrittet ut til lokale korps, kor, teaterlag eller liknande. Derimot har det utvikla seg eit yrande musikkmiljø på U82-huset, med høg deltaking på musikkaktivitetar som bandøvingar, lågterskeltilbodet musikkafé, kor, innspelingar, konsertar og individuelle musikkterapeutimar. Dette lokale kulturtilbodet ved U82-huset vert beskrive som ein trygg plass som gir rom for mestring, vennskap og positive opplevingar. I evalueringsrapporten trakk brukarane også fram områder som var vanskelige, slik som kjensla av ekskludering og tema knytt til stigma og psykisk helse. Temaet stigma dannar utgangspunkt for eit framtidig forskingsprosjekt med tittelen: «Fra stigmatisering til involvering? – et forskningsprosjekt om stigma i musikkterapifeltene psykisk helse og rus». Prosjektleiars Lars Tuastad og brukarrepresentant Bjarte Johansen vil samarbeide om dette prosjektet. Dei har fått støtte frå POLYFON kunnskapsklynge for musikkterapi til å utarbeide ein søknad, og planlegg å søke midlar gjennom ExtraStiftelsen sine forskingsmidlar til prosjektet.

Dei to siste åra, 2017 – 2018, har midlar frå ExtraStiftelsen gitt mogelgheit for ein 100% stillingsressurs til musikkterapeut knytt til prosjektet *UT – MOT82 ut i lokalsamfunnet*. Bergen kommune ved byrådsavdeling klima, kultur og næring overtar med ein 50% musikkterapistilling og gjer MOT82 til eit fast permanent tilbod frå 1/1 2019. Det vert jobba vidare for å få sikra full stillingsressurs til MOT82, og ei lokal legatordning frå Meyer familien med pengar øyremerka MOT82 ser ut til å mogleggjere dette. Det er og planar om å utvide oppfølgingstilbodet til fleire bydelar i Bergen, og få ein heilskapsplan for musikkterapeutilbod innan psykisk helsefeltet. Tre-trinnsmodellen viser til korleis musikkterapi kan organiserast som eit gjennomgåande tilbod i Bergen ved spesialisthelsetenesta (trinn 1 - psykisk helsevern, DPS), i kommunalt bydelsnivå ved kulturaktivitetssentra (trinn 2- U82), og ut i det lokale kulturliv. Med musikkterapifestivalen 1-2-3 har ein fått moglegheit til å delta på ein eller fleire konsertscenar. Tre-trinnsmodellen kan vidareutviklast og nyttast som grunnlag for korleis ein kan organisere musikkterapi på dei ulike nivåa i psykisk helsefeltet. MOT82

kan vere ein god modell for korleis ein kan jobbe med oppfølgingstilbod i psykisk helsearbeid lokalt i Bergen, men og nasjonalt og globalt.

Litteraturliste

- Ansdell, G. (2014). *How music helps in music therapy and everyday life*. Farnham: Ashgate.
- Braun, Virginia, & Clarke, Victoria. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- DeNora, T. (2000) *Music in everyday life*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Helsedirektoratet. (2013). *Nasjonale faglige retningslinjer for utredning, behandling og oppfølging av personer med psykoselidelser*.
- Rolvsvjord, R. (2004). Therapy as empowerment. Clinical and political implications of empowerment philosophy in mental health practises of music therapy, *Nordic Journal of Music Therapy*, 13 (2), 99 – 111.
- Rolvsvjord, R. (2007). *“Blackbird singing”: Exploration of resource-oriented music therapy in mental health care*. Unpublished doctoral dissertation. Aalborg University.
- Rolvsvjord, R. (2010). *Resource-oriented music therapy in mental health care*. Gilsum, NH: Barcelona.
- Small, C. (1998). *Musicking: the meanings of performing and listening*. Hanover, N.H.: University Press of New England.
- Solli, H. P. (2012). Med pasienten i førersetet. Recovery–perspektivets implikasjoner for musikkterapi i psykisk helsevern. *Musikkterapi i Psykiatrien Online*, 7, 23 – 44.
- Solli, H. P. (2014). *The groove of recovery: a qualitative study of how people diagnosed with psychosis experience music therapy*. Doktoravhandling. Universitetet i Bergen.
- Stige, B. (2002). *Culture-centered music therapy*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Stige, B. (2012). *Elaborations toward a notion of community music therapy*. Gilsum: Barcelona Publishers.
- Stige, B., Ansdell, G., Elefant, C. & Pavlicevic, M. (2010). *Where music helps*. Farnham: Ashgate.
- Stige, B. & Aarø, L. E. (2012). *Invitation to community music therapy*. New York, NY: Routledge.
- Tuastad, L. & Finsås, R. R. (2008). *Jeg fremfører, altså er jeg : en studie av deltakernes opplevelser i to rockeband tilknyttet musikktilbudet "Musikk i fengsel og frihet"*. Masteroppgave. Universitetet i Bergen.
- Tuastad, L. (2014). *Innanfor og utanfor – Rockens rolle innan kriminalomsorg og ettervern*. Doktoravhandling. Universitetet i Bergen.
- Tuastad, L.; Johansen, B.; Østerholt; A. L. (2018). *Bruker spør bruker - Evaluering av prosjektet MOT82*. Bergen: Helse Bergen, Bjørgvin DPS. <https://helse-bergen.no/seksjon/bjorgvin%20dps/Documents/MOT82%20evalueringsrapport%202018.pdf>