



FREDRIKSTAD KOMMUNE

07.10.21 – Fagdag Sykehuset Innlandet Reinsvoll

Musikkterapi i Etat Friskliv og mestring

- Om utvikling av en praksis

Daniel Løset Kristiansen, musikkterapeut

Kort om meg

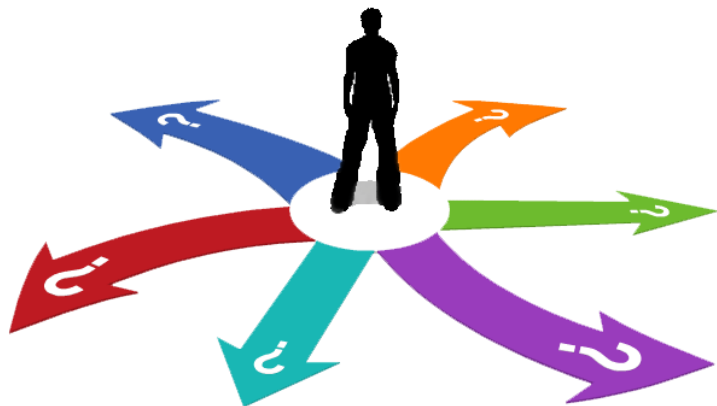
- 2012: Masterprosjekt Tyrilistiftelsen enhet Kampen
 - KoRus, Nettverk for musikkterapi i rus- og psykisk helsefeltet (tidl. Kultur, rus og samhandling).
- 2013: Master i Musikkterapi v/ NMH
 - Prosjektstilling Tyrili 40%
- 2014: Prosjektstilling Friskliv og mestring 60%

- *Et bryllup på Biri...*

Fra prosjekt til ordinær drift

- 2014: 60% stilling – Stimuleringsmidler fra KoRus-Øst
- 2015-2017: opp til 210% stilling – Tilskudd fra Helsedirektoratet, Fylkesmannen i Østfold og KoRus-Øst
- 2016: Del av fast drift/tiltak
- 2017: Fast årsverk, men fortsatt tilskuddsmidler
- 2018: 3 x 100% faste stillinger
- 2019: Omorganisering - Etablering av ressurscenter
- 2020: Starta bra...
- 2021: ... Gjenåpning og utviklingen fortsetter.

Oppstarten



Helsehuset på Kråkerøy



Individuelle timer

- Annen tilnærming en kun samtaler
- Å gjøre noe praktisk sammen!
- Individuell tilpassing



Grupper

- Sosial trening
- Tilhørighet
- Fellesskap



Tverrfaglig gruppeledelse:

- Erfaringskonsulent (voksne rus)
- Psykiatrisk sykepl. i ungdomsteam (Ungdoms.gruppe)



St.Croix-huset, Kommunalt kulturhus

Trinnmodell

- Inspirert av Musikk i Fengsel og Frihet/»Tretrinnsmodellen»



Mestringskoret – «Catch»

- Kveldstid, ukentlig
- Oppstart: Ansatte med på øvelsen
- Åpent tilbud: ta med en venn!

Suksessfaktorer:

- Riktige lokaler
- Tilrettelagt stemmeinndeling
- Tydelig dirigentrolle
- Nok ressurser
- Møteplass, tilrettelegging
- Sangoppdrag – deltakelse i ordinært kulturliv



«Catch» på Verdens overdosedagen 2017

Åpne tilbud/lavterskel

- Koret Catch
- Kom og lær!
 - Intro/Nybegynner
- Tilrettelagt grupper i boliger/miljøarbeid
- Musikkafé på Blå Kors Varmestua
 - Åpent tilbud

Miljøarbeider v/Varmestua

Konsserter/Fremføring/Prosjekt

- Riggegjeng – lyd/sceneteknikk
- Innspilling/studio

#MUSIKKTERAPITILFOLKET

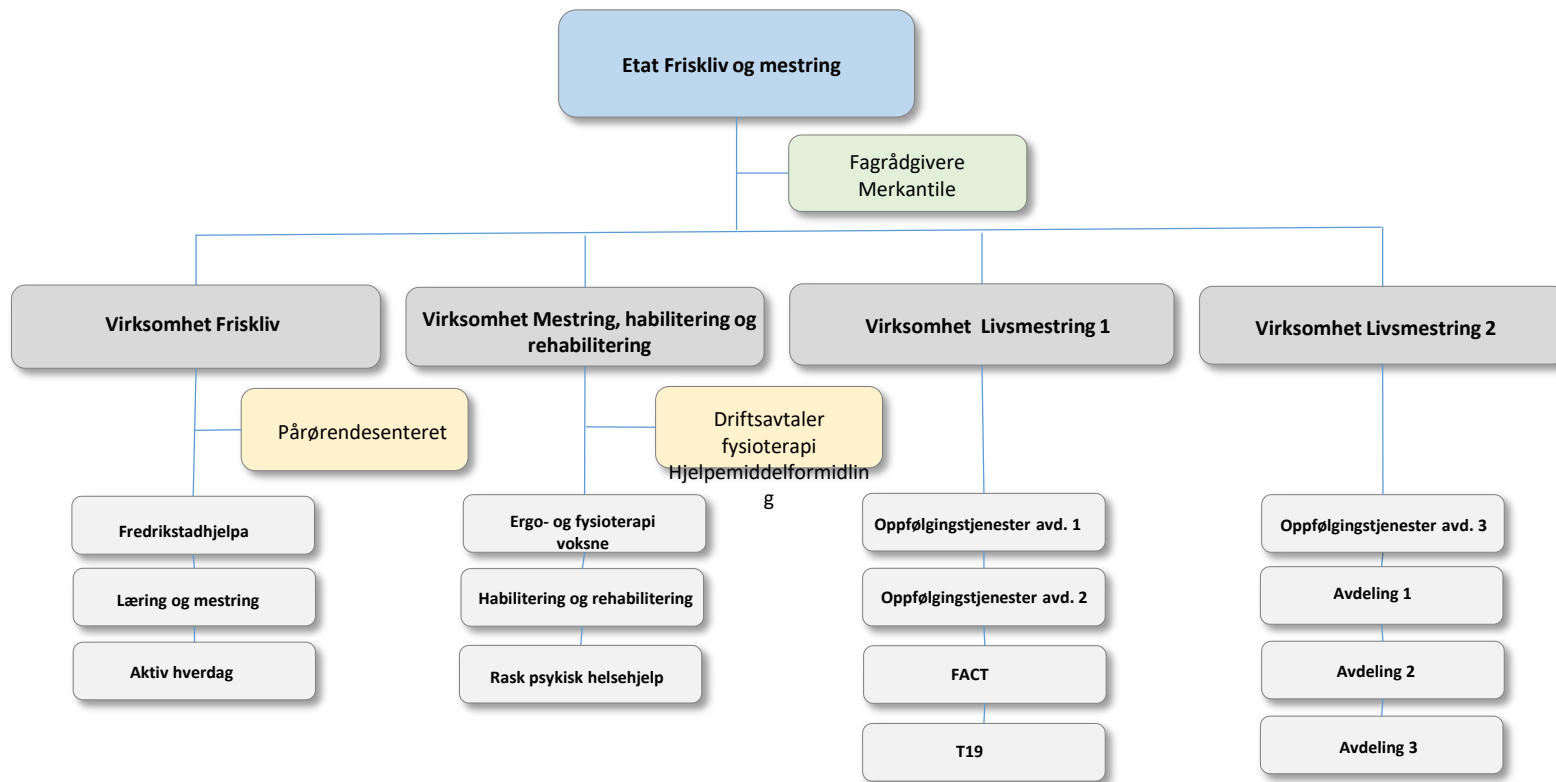
Rockovery
Fredrikstad

EST 2016



Organisering

- Musikkterapi som del av rus- eller psykisk helsetjeneste vs. Musikkterapi som selvstendig tjeneste
 - MT som primær behandling
 - Evaluering/FIT
- Musikkterapeutens rolle
 - Fra sekundær- til primærbehandler/kontaktperson



Rapport Korus- Øst 2015



Musikkterapi bidrar til:

Brukerne:

- Håp, mestring, selvrespekt og mening
- Noe å gå til og noe å snakke om
- Annen måte å uttrykke seg på (uten ord)

Ansatte:

- Mestringsopplevelser og sosial trening
- Et pusterom
- Å motivere brukere for endring og å senke terskelen for å ta imot hjelp.

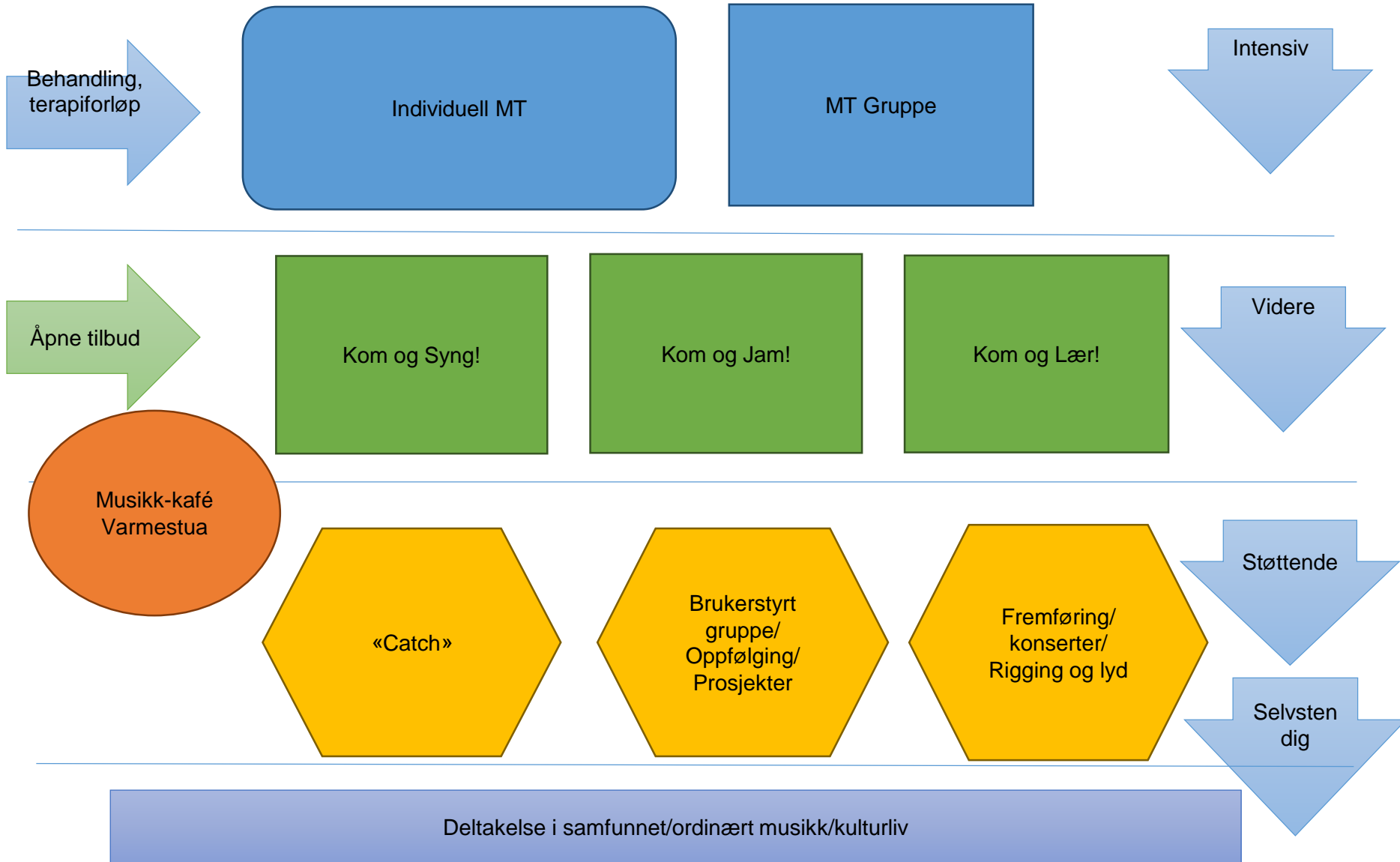
Rapport Korus- Øst 2017



Musikkterapi bidrar til:

- At brukerne i større grad klarer å nyttiggjøre seg av annen behandling. «*Mestring på ett område (her musikk) ser ut til å ha overføringsverdi på andre livsområder*»
- At noen reduserer både rusbruk, innleggelse i spesialisthelsetjenesten, og behandling i regi av kommunen.
- Å motvirke isolasjon og skape tilhørighet gjennom positive forpliktelser som kor og band.

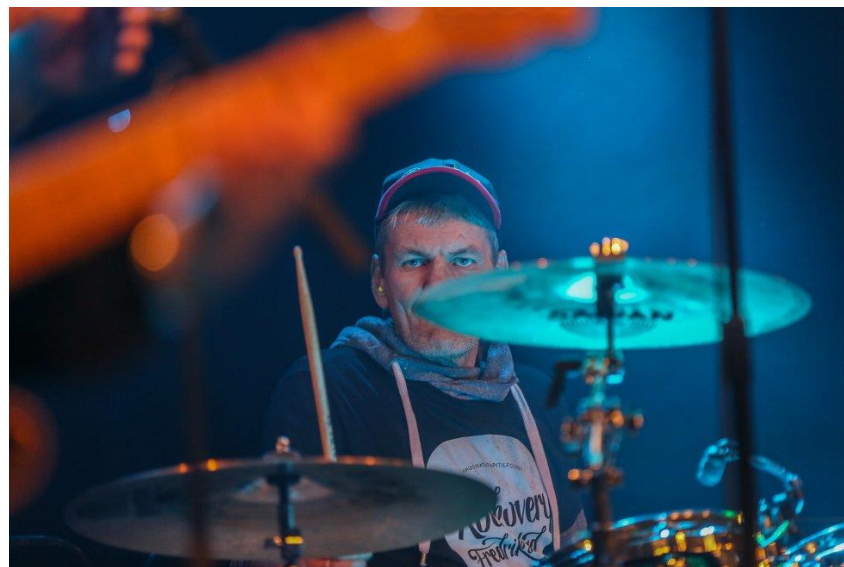
Musikkterapi i Etat Friskliv og mestring



Fremtiden

Virksomhetens visjon for fremtiden:

- Frisklivsfaktorer, helsefremmende arbeid
- Fra omsorg til egenmestring
- Fra individuell oppfølging til gruppevirksomhet
- Variert kompetansesammensetning
- Aktiv og meningsfull fritid
- Deltakelse, nettverk og tilhørighet i sosiale fellesskap



MUSIKKTERAPI!

Kontakt

Daniel Løset Kristiansen

Musikkterapeut

danikr@fredrikstad.kommune.no

Hilde Freim

Avdelingsleder Læring og mestring

hilfre@fredrikstad.kommune.no

[Fredrikstad kommune - Musikkterapi](#)



**FREDRIKSTAD
KOMMUNE**