

Undervisning af personer med demens

Kognitiv stimulation m.m. til kursister med demens på VUK-Aalborg

Helle Kousgaard Hansen, specialunderviser, psykomotorisk terapeut, SOSU-assistent og neuropædagog

Kim Michael Alberg Sørensen, speciallærer, Soc D. med speciale i demens og neuropædagog

Rehabilitering



Ud fra et ønske om at tilbyde mennesker med en demenssygdom den samme mulighed for rehabiliterende undervisning, som man tilbyder senhjerneskadede, oprettede VUK-Aalborg i år 2000 et undervisningstilbud til personer med demens.

VUK-Aalborg er en specialske for voksne under Aalborg Kommunes Skoleforvaltning, beliggende i Nørresundby.

VUK tilbyder undervisning til personer med kognitive vanskeligheder – herunder kognitiv stimulation, kommunikation og andre fag til personer med demens.

Undervisningen tilbydes i et tæt samarbejde mellem Aalborg Kommunes Skoleforvaltning og kommunens Ældre- og Handicapforvaltning.

Tilbuddet er et led i Aalborgs bestræbelser på at være en demensvenlig by.

Der er i øjeblikket indskrevet cirka 50 kursister med demens på VUK-Aalborg. Omkring 90 procent af kursisterne er bosat i Aalborg kommune, mens de øvrige kursister kommer fra nærliggende kommuner.

Al undervisning samt kørsel til og fra VUK-Aalborg er gratis for borgere i Aalborg Kommune. De omkringliggende kommuner arrangerer kørsel for deres borgere og betaler VUK for undervisningen.

Det overordnede mål med demensundervisningen på VUK-Aalborg er, at hver enkelt kursist med demens hjælpes til at bevare sine kognitive og praktiske færdigheder i så lang tid som muligt.

Kursisterne med demens spænder fra omkring 45 år til 80 år i alder – med en gennemsnitsalder på godt 70 år.

Det er det kognitive stadie, ikke alderen, der er afgørende for, hvorvidt en person med demens tilbydes undervisning på VUK-Aalborg. Hver kursist går på VUK så længe det pædagogisk set vurderes, at pågældende har gavn af undervisningen.

I gennemsnit kommer kursisterne på VUK-Aalborg en gang om ugen i 4-6 lektioner i cirka fire år, hvorefter de udsluses til diverse dagtilbud i kommunen.

Undervisningen på VUK-Aalborg er individuelt tilrettelagt, men foregår i grupper bestående af 2 til 12 kursister.

Eksempelvis er der kun 2 til 4 kursister på kommunikationsholdene, mens der på holdene med kognitiv stimulation kan være 8 til 12 kursister – flest kursister på holdene med de kognitivt bedst fungerende personer.

Indsatsen tilrettelægges ud fra en neuropædagogisk vinkel – med den viden, at menneskets hjerne er plastisk og hele tiden er under ombygning via dannelse af nye neurale netværk.

Demensundervisningen er samlet set på 32 lektioner om ugen fordelt på alle 5 hverdage.

Undervisningen er inddelt i fag og hold:

- Kognitiv Stimulation (Niveau 1, 2 og 3)
- Kommunikation (Til personer med ekspressiv afasi)
- Fokus og struktur (Til personer med frontotemporal demens o. lign.)
- Træ-værksted

- Musikterapi
- Livshistoriearbejde

Hovedvægten er lagt på Kognitiv Stimulation, hvor kursisterne er indplaceret på forskellige hold i forhold til deres kognitive færdigheder.

Undervisningen består af bred kognitiv stimulation samt vedligeholdelses-træning af udvalgte færdigheder – hvorfor indsatsen også tilrettelægges ud fra kursistens interesser.

Tanken med den kognitive stimulation er, at undervisningen skal opleves som at tage sin hjerne med i et motionscenter – hvorfor det er vigtigt, at både kursister og undervisere er bevidste om, hvilke færdigheder, der trænes med hver enkelt øvelse.

Det faglige indhold er udviklet ud fra undervisernes erfaringer samt ud fra målinger af undervisningens effekt.

Måling af undervisningens effekt

Igennem de seneste år har en gruppe britiske forskere udviklet og testet effekten af kognitiv stimulation til personer med demens – kaldet Cognitive Stimulation Therapy (CST).

CST er et emnebaseret og tidsbegrænset kognitivt stimulationsforløb på i alt 14 til 24 uger.

Via arbejdet med CST har forskerne påvist en positiv effekt af kognitiv stimulation hos personer med demens – både i form af en forbedring af de deltagende personers kognitive niveau og livskvalitet.

VUK-Aalborg foretog i 2015, i samarbejde med University College Nordjylland, en effekt-undersøgelse af træning af specifikke færdigheder hos personer med Alzheimers Sygdom.

I alt deltog 13 kursister af begge køn i undersøgelsen. Deltagernes gennemsnitsalder var 72 år og den gennemsnitlige MMSE-score var 21 point.

Kursisterne gennemførte 7 forskellige øvelser – med måling af:



Foto: © VUK-Aalborg

- Visuel hukommelse (Udført i 12 uger med 8 deltagere)
- Korttidshukommelse (Udført i 12 uger med 7 deltagere)
- Arbejdshukommelse (Udført i 12 uger med 7 deltagere)
- Taktile genkendelse (Udført i 12 uger med 7 deltagere)
- Evnen til ordmobilisering (Udført i 12 uger med 9 deltagere)
- Genkendelse af auditive stimuli (Udført i 12 uger med 8 deltagere)
- Evnen til at overføre indlært viden fra en aktivitet til en lignende aktivitet (Udført i 14 uger med 12 deltagere)

Deltagerne udførte 1 øvelse en gang om ugen i 12-14 uger, før der blev skiftet til næste øvelse.

Fokus blev rettet mod resultatet fra første forsøgsgang og resultatet fra sidste forsøgsgang, hvorefter disse to resultater blev sammenlignet.

Formålet var at se, om det er muligt for en person med Alzheimers Sygdom at opnå et forbedret resultat inden for 12-14 uger – efter træning af en specifik opgave en gang om ugen.

Succeskriteriet var i denne forbindelse ikke hvor meget personen havde forbedret sig, men om der overhovedet var sket en forbedring. Undersøgelsen viste fremgang i alle tests.

100 pct. af deltagerne viste fremgang efter træning af Visuel Hukommelse og Auditiv Hukommelse, mens 86 pct. viste fremgang i Taktil Hukommelse og 75 pct. viste bedre Ordmobilisering. 57 pct. viste fremgang i Korttidshukommelse og 43 pct. viste fremgang i Arbejdshukommelse. 78 pct. viste en positiv Overførselsværdi i forhold til udførelse af beslægtede opgaver.

En del af de øvrige deltagere bevarede status quo i forhold til udførelse af øvelserne i løbet af de 12-14 uger – hvilket kan betragtes som værende et positivt resultat, idet Alzheimers Sygdom som bekendt er en progredierende lidelse.

Udvikling af undervisningsmateriale

Resultaterne førte til en udvikling af nyt undervisningsmateriale (emneinddelt i 3 niveauer) ud fra den betragtning, at det er vigtigt at være bevidst om, hvilken kognitiv færdighed pågældende øvelse stimulerer.

Eksempelvis:

- *"Indret huset"* – som er en øvelse, der stimulerer semantisk hukommelse.
- *"Mærk hvad der er i lommerne"* – øvelsen stimulerer taktil hukommelse.
- *"I hvilken rækkefølge gør jeg det"* – øvelsen stimulerer procedural hukommelse.

Fokus og Struktur

Efter en henvendelse fra Ældre- og Handicapforvaltningen, vedrørende udfordringerne ved at rumme personer med frontalrelaterede vanskeligheder i kommunens dagtilbud, oprettede VUK-Aalborg i 2016 et undervisningstilbud til denne gruppe borgere.

Holdet fik benævnelsen "Fokus og Struktur", idet titlen beskriver den pædagogiske tilgang – som bygger på skabelse af tryghed for deltagerne via en positiv tilgang med en høj grad af forudsigelighed og en fast dagsorden.

Tiltaget har vist sig at være en succes – hvor deltagerne har flyttet sig fra kun at kunne arbejde med de kognitive opgaver i få minutter til nu at kunne arbejde koncentreret i mere end en halv time af gangen.

Faget "Kommunikation" tilbydes til personer med sproglige vanskeligheder, som følge af en demenssygdom, mens livshistorie-arbejde i forskellige former samt musik og træværksted tilbydes ud fra behov og interesse. Inspireret af VUK-Aalborgs undervisningsmodel er der oprettet undervisningstilbud til personer med demens i Hjørring, Frederikshavn, Aars, Thisted og Vejle – ligesom VUKs undervisere i øjeblikket medvirker til oprettelse af lignende tilbud i Northampton (England) og i Grimstad (Norge).



Foto: © VUK-Aalborg