

SEMINARER

1. Musik og sang som psykosocial indsats i demensomsorgen

Aase Marie Ottesen, sygeplejerske, Marte Meo terapeut, ph.d., postdoc ved Institut for Kommunikation, Aalborg Universitet

Julie Kolbe Krøier, musikterapeut, ph.d. studerende ved Institut for Kommunikation, Aalborg Universitet

Musikterapi

Demensindsats



Oplægsholderne lægger ud med at citere Hanne Mette Ritter, der har forsket i brug af musik i demensomsorg og som i 2012 skrev følgende:

"Forskning viser, at musik, når den anvendes i forskellige former for musikaktiviteter, musikterapeutisk eller i sammenhæng med plejesituationer, kan medvirke til at øge livskvalitet og sociale færdigheder samt reducere agiteret adfærd, angst og depression hos mennesker med demens".

Forskning viser således, at der gennem de senere år har været stor fokus på sang og musik som kommunikativ interventionsform, og at musikaktiviteter og musikterapeutiske aktiviteter har en betydning. Oplægsholderne belyser i seminaret fire områder:

- Målrettet brug af musikpræferencer,
- validering af følelser,
- musikalsk nærvær,
- brug af arousalregulering og cues.

Musik er en relationsskabende kommunikationsproces, hvor man altid skal tage udgangspunkt i "den anden". Musik er så at sige indgangsporten til den anden. Musik kan skabe tilknytning, kan trøste, kan afspejle en identitet og musik kan inkludere. Det NU som kan etableres gennem et stykke musik skabes med udgangspunkt i den enkeltes livshistorie.

Musik kan betragtes som livsnødvendig på linje med ernæring og hygiejne eller som et sundhedsfrem-

mende og et forebyggende tiltag i plejesituationer.

En deltager fortæller, hvordan musikken er brugt som en nøgle til forståelse for borgeren, en anden har et eksempel på, hvordan musik har skabt stemning og dermed ændret en borgers stemning.

Det bliver pointeret fra begge oplægsholdere, at den personorienterede tilgang er grundstenen i brug af musik, og at den personorienterede tilgang er nødvendig uanset metode. Derfor er anbefalingen, at der arbejdes målrettet med brug af musikpræferencer og musikbiografi.

Deltagere og oplægsholdere drøfter, at musik ikke bare er at synge og danse (noget som tilsyneladende foregår mange steder), men at musik også er et terapeutisk instrument, der kan bruges som hjælp i pleje og omsorg for den enkelte borger. Oplægsholderne viser et videoeksempel på, hvordan musik kan være med til at validere følelser. Det bliver pointeret, at hvis musik bruges på denne måde, kræver det den særlige faglige viden, som f.eks. en musikterapeut har tilegnet sig.

Det er nyt for flere, at det er muligt gennem service-loven at blive visiteret til et musikterapiforløb.

At musik kan bruges til validering af følelser bliver klart for alle gennem et par videoklip – ikke mindst gennem klippet med Naomi Veil, der vækker en ældre sort kvinde fra sin stilstand i demensen gennem musik.

Anne Marie Ottesen viser grafiske eksempler på, hvordan plejepersonalet kan benytte forskellige sange til at regulere arousal-niveauet i en fælles musiksession (se slides for inspiration), og Julie Kolbe Krøier viser ideer til plejesange afhængig af årstid og tid på dagen, samt et eksempel på en plejesang, der hjalp borgeren til at vide, hvad der nu skulle foregå (se slides for inspiration).

Der er mange gode idéer til brug i praksis fra oplægsholdere, og seminardeltagere spiller også ind fra deres hverdag. Her er et udpluk:

- Udvikling af individuelle spillelister – også afhængig af, om det var morgen eller aften, der skabte genkendelighed hos borgeren ift., hvad der nu skulle foregå (op eller i seng)
- Brug af rim og remser, som skaber glæde og grin og afleder tanker
- Udarbejd en musikalsk omsorgsplan, som er en måde at arbejde struktureret med musik i en medarbejdergruppe. En omsorgsplan kan indeholde informationer om, hvilken musik borgeren holder af, hvordan borgeren gerne vil lytte til musik og hvor længe og evt. en evaluering i medarbejdergruppen
- Hvilken musisk kommunikationsform, der skal bruges i de forskellige demenstilstande – f.eks. det at nynne frem for andet er godt sent i et demensforløb, men også hvis arousal er høj og skal bringes ned.

En deltager spørger, hvad man skal gøre, når man ikke har musikterapi på et plejecenter. Anne Marie Ottesen fortæller, at en manual er på trapperne, som forhåbentlig kan bruges af mange.

Seminaret er meget praksisnært og veksler mellem oplæg, videoklip fra praksis, cases og drøftelser med deltagerne.

Der er god inspiration at hente i oplægsholdernes slides – ideer der er lige til at bruge hjemme.



Oplægsholderne henviser til disse links for mere inspiration

[Musicmind.me](https://musicmind.me) – der er udviklet af musikterapeuter

danskmusikterapi.dk

Find slides fra Anne Marie Ottesens og Julie Kolbe Krøiers oplæg [her](#)