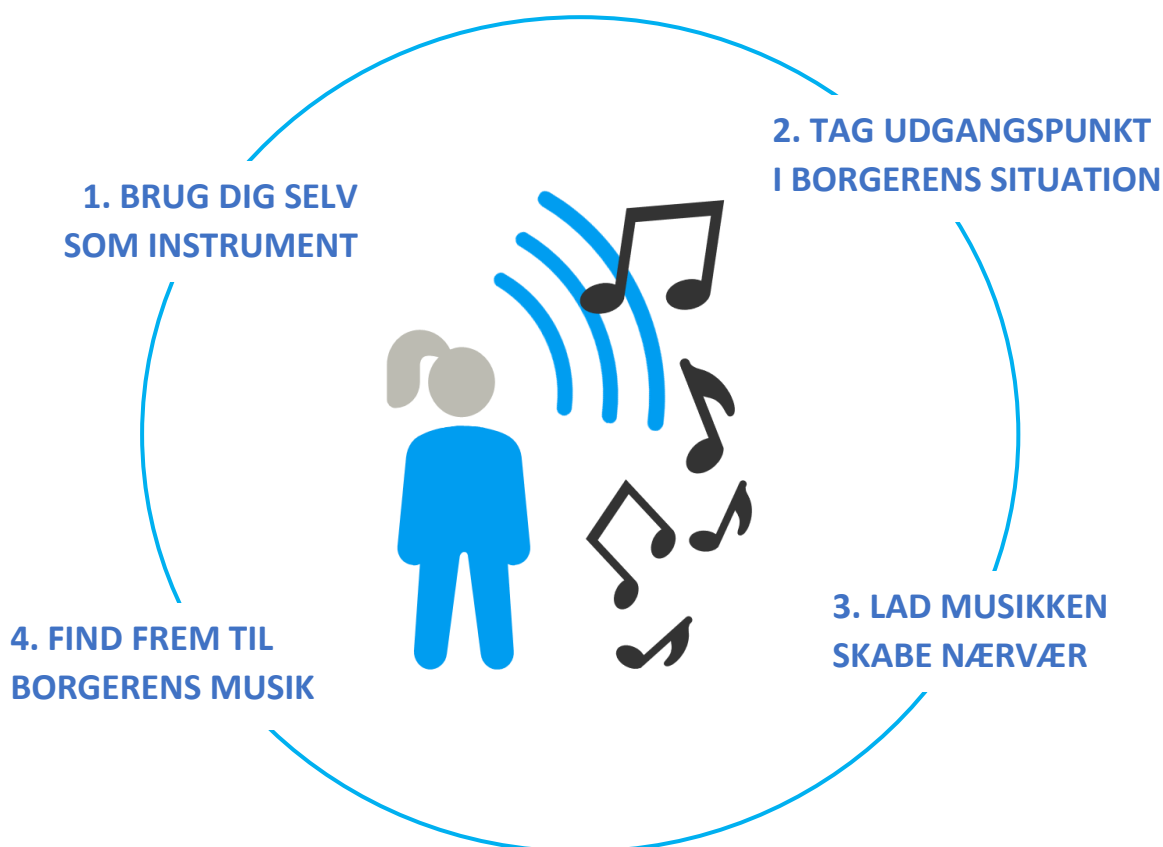


BORGERE MED DEMENS HAR GLÆDE AF SANG OG MUSIK

Musik og sang er en nøgle til bedre trivsel for beboere med demens på Demenscenter Skovgården. Personalet bruger musikken til at skabe kontakt og styrke relationen til beboerne i en værdig pleje og omsorg.

Der er hver dag musikterapi på programmet på Demenscenter Skovgården. Centret har ansat musikerterapeut til at stå for det, og som også hjælper det øvrige personale med at få musikken ind i hverdagen. Figuren herunder giver gode råd til at anvende musik i plejesituationer, og rådene uddybes på næste side.



Vi kan se og mærke, at brugen af musik og sang har stor effekt på vores beboere og deres livskvalitet. De trives bedre, de får en følelse af at kunne noget og lykkes med noget, også selv om de har en demenssygdom.

Dorte Brix Lyng Isaksen, leder af Demenscenter Skovgården

BORGERE MED DEMENS HAR GLÆDE AF SANG OG MUSIK

Fire gode råd til musikterapi

1. Brug dig selv som instrument

Medarbejderne kan synge med og dermed tage aktivt del i musikken. Det kan hjælpe med til at styrke relationen mellem borgere med demens og medarbejderne og bl.a. forebygge svære pleje- og omsorgssituationer. Blid sang, nynnen eller nonverbal kommunikation gennem musik kan også være vejen til at skabe kontakt. Medarbejdernes brug af stemme, kropsholdning, bevægelser og vejrtrækning er af stor betydning i den forbindelse.

2. Tag udgangspunkt i borgerens situation

Medarbejderne med demens kan have svært ved at se sammenhæng mellem fortid, nutid og fremtid og er "overgivet" til det, som sker netop nu. Med musik og sang kan medarbejderne være med til at vække minder og skabe mening for borgeren.

3. Lad musikken skabe nærvær

Sange og musik egner sig til at skabe nærvær og lade ro og tryghed sprede sig. Medarbejderne kan derfor give musikken tid og afvente, at roen indfinder sig, frem for at anvende musikken med et konkret formål nu og her.

4. Find frem til borgerens musik

For at kunne opretholde identitetsoplevelsen hos en borger med demens gennem musik kan medarbejderne indsamle oplysninger om personens musiksmag, fx gennem dialog med borgeren eller med pårørende. Musik og sange, der har haft betydning for personen igennem livet, kan være bedre til at skabe ro, nærvær og kontakt.

Musikterapien er baseret på forskning

Brugen af musikterapi på Demenscenter Skovgården er udviklet som led i et forskningsprojekt på Aalborg Universitet. Forskningsprojektet har bl.a. vist, at sang og musik har disse fordele i plejesituationer:

- Borgernes positive erindringer og følelsesmæssige begivenheder kan fås frem via bestemte sange eller musikstykker.
- Når musikken afspilles under den personlige pleje, bliver borgerne mindre urolige og udadreagerende.
- Musikken kan løfte humøret og de sociale færdigheder - ikke mindst hvis medarbejderne og eventuelt også familie aktivt deltager.

På bundlinjen står, at musik og sange kan bidrage til, at grundlæggende psykosociale behov hos borger med demens dækkes, og at neuropsykiatriske symptomer på demens reduceres.

Mere viden

Dorthe Lynge, leder af Demenscenter Skovgården, giver i denne video gode råd til,

hvordan plejepersonalet kan komme i gang med at bruge sang og musik:
Opmærksomhedspunkter og gode råd

Forskningsbaggrunden samt en manual til at anvende musik og sang i pleje af personer med demens kan findes her: <https://www.manual.musikogdemensrehabilitering.aau.dk/>

