**Yngre mennesker med demens – Gruppemusikterapi pilotprojekt – Center for demens F2018**

*Notat efter deltagerobservation af 8. session og interviews med alle 7 deltagere.*

Deltagerobservationen (hvor der var 5 deltagere + en fra personalet + forskeren, prof. Lars Ole Bonde + musikterapeuten Hugo Jensen) dokumenterede alle de typiske sessions-elementer – se skema nedenfor).

I de 7 interviews (inkl. en deltager som holdt op efter 3. Session) gav deltagerne udtryk for stor tilfredshed med forløbet. Hver især havde de haft større eller mindre glæde af de forskellige elementer, men helheden havde fungeret udmærket. Et enkelt (oprindeligt planlagt, men ikke gennemført) element kunne måske med fordel have været inddraget. Her beskrives elementerne systematisk:

|  |  |
| --- | --- |
| SESSIONS-ELEMENT/Musikaktivitet | BEGRUNDELSE |
| MUSIKLYTNING:   1. guided afspænding med musik (musikterapeuten vælger musikken) 2. musiklytning til indre billeddannelse   (musikterapeuten vælger musikken)   1. musiklytning til deltagernes foretrukne musik – med diskussion af evt tekst | Alle deltagere havde i et interview før forløbet fortalt om deres foretrukne musik gennem livet (se punkt c)   1. Denne aktivitet skaber stor ro i krop og sind, hvad deltagerne har stærkt behov for 2. Deltagerne danner stadig indre forestillingsbilleder (visuelle, kropslige, følelse) og får mulighed for at tale om og dele deres oplevelser (glade og triste) 3. Gennem diskussionen knyttes der an til både den enkelte deltagers livshistorie og til de andre deltageres oplevelser. Sangene er ofte metaforiske |
| IMPROVISATION med rytmeinstrumenter, som deltagerne selv vælger | Deltagerne får non-verbalt mulighed for at vise ”hvem de er” – og samtidig lytte til og afpasse sig efter hinanden. Der er ikke ”rigtigt/forkert” i musikken |
| FÆLLESSANG med bredt repertoire | Mange af deltagerne har er stort sangrepertoire og har glæde af at synge med godt akkompagnement. Andre lytter eller brummer gerne med. |
| KROP OG STEMME | Selvom dette er uvant for de fleste, giver deltagerne udtryk for at det er fint at give sin krop opmærksomhed og sjovt at finde på lyde og bevægelser |
| BEVÆGELSE OG DANS | Deltagerne er vokset op med 60ernes frie dans (kun få har gået på danseskole) og især kvinderne har glæde af at danse spontant til velkendt musik fra 60-70-80erne – deres ungdom. |
| SANGSKRIVNING | Ingen gav udtryk for at have savnet dette. Men gruppens fhv musiker gav udtryk for at han måske kunne have haft glæde af dette (det var ofte svært for ham at blive mindet om alt det, han ikke længere kan musikalsk). |

Et enkelt element blev – på deltagernes opfordring – sløjfet ret tidligt i forløbet: En ”Goddag-sang” blev oplevet som ”for barnlig”. Pointe: **en værdig kommunikation i gruppen skal være *lige*værdig: yngre mennesker med demens kæmper for at bevare deres værdighed og vil ikke barnliggøres.**

Alle deltagere gav udtryk for, at gruppemusikterapi opleves som en god og meningsfuld aktivitet, som bør indgå i **en bredere vifte af aktiviteter, der gives som faste tilbud til yngre mennesker med demens**. Det er meget forskelligt, hvor begrænsede deltagerne er af deres sygdom, men de har glæde af at dele sorger og glæder med andre ”som er i samme båd”. De forstår stadig metaforer og har derfor glæde af at diskutere sangtekster og de indre billeder, som musikken kan fremkalde. I musikken møder de mange forskellige stemninger, som i gruppens trygge rum kan deles – også de tunge og triste følelser, som ellers ofte skubbes til side. *Lars Ole Bonde 130618*

**MUSIK OG DEMENS – EVIDENS:**

**Kan forskningen dokumentere, at musik (musikaktiviteter, musikmedicin, musikterapi) har en effekt?**

1. META-ANALYSER/RESULTATER AF KONTROLLEREDE UNDERSØGELSER (RCTs)

Ny forskning i musikterapi og demens: I et opdateret **Cochrane review** publiceret Maj 2017 var der for første gang studier nok (16 i alt, med samlet 620 deltagere) med tilstrækkelig kvalitet til at indgå i en meta-analyse. Således ses en stigning i antallet af forskningsundersøgelser der lever op til samme strenge standarder som medicinsk forskning, dog med en del svagheder. Fx kan der ikke gennemføres dobbeltblind-forsøg. I reviewet konkluders at fem eller flere musik-baserede terapeutiske interventioner vil kunne reducere depressive symptomer, men også at der mangler mere forskning. (Se [**van der Steen et al**](http://doi.org/10.1002/14651858.CD003477.pub3)., 2017)

I et **meta-review fra Kina** konkluderes at der er evidens for effekten af musikterapi på forstyrrende adfærd og angst hos personer med demens samt at der er en positiv tendens af musikterapi på kognitiv funktion, depression og livskvalitet. I den samlede analyse indgik 34 studier med næsten 2.000 deltagere. Musikterapi-interventionen blev beskrevet som enten interaktiv, hvor sang og spil indgik, eller såkaldt ”passiv” musikterapi hvor ”patienten” lyttede til musikterapeutens musik eller en CD. (Se [**Zhang et al.**](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28025173), 2017).

1. IGANGVÆRENDE FORSKNINGSPROJEKTER PÅ AALBORG UNIVERSITET (se også bagsiden)

En forskergruppe fra Institut for Kommunikation ved Aalborg Universitet bestående af Professor Hanne Mette Ochsner Ridder, postdoc Orii McDermott, ph.d.-studerende Julie Kolbe Krøier og ph.d.-studerende Jens Anderson-Ingstrup har fået bevilget 5.680.500 kr. fra Velux Fondens Kernegruppebevilling. I forskningsprojektet undersøges **”Person-afstemt interaktion i demensomsorgen.”** - Projektet tager udgangspunkt i, at menneskelige behov for at indgå i relationer stadig er essentielle, selvom en person rammes af demens. Hvis sådanne behov ikke mødekommes, kan det føre til adfærdsmæssige og psykologiske symptomer og medicinsk behandling. Det er omsorgsgiveres opgave at aflæse svært demensramtes udtryk og svare tilbage på en måde, som giver mening og sammenhæng. For at kunne udøve en sådan person-centreret omsorg er det vigtigt at udforske og kortlægge de elementer (gestik, mimik og stemmeføring), som er i spil i en gensidig kommunikation. I samarbejde med demensramte, omsorgsgivere, musikterapeuter og forskere i psykosociale metoder vil projektet identificere grundelementer for vellykkede interaktioner.

Projektet vil udvikle og evaluere metoder (manualer) til ”person-afstemt interaktion”, som kan implementeres i den daglige omsorg, særligt med fokus på musik og musikalske komponenter såsom rytme og timing. Se artiklen [**Musikterapi og personafstemt interaktion i demensomsorgen: Nyt forskningsprojekt**](http://vbn.aau.dk/da/publications/musikterapi-og-personafstemt-interaktion-i-demensomsorgen(b91c3522-d0ed-44f2-a9ad-f3ec245e3266).html)samt Nationalt Videnscenter for Demens: [**Musikterapi øger livskvalitet ved demens.**](http://www.videnscenterfordemens.dk/forskning/forskningsnyheder/2016/03/musikterapi-oeger-livskvalitet-ved-demens/)

\* [**Aase Marie Ottesen**](http://vbn.aau.dk/da/persons/aase-marie-ottesen%28d2f14891-7428-4fdd-b20b-91e7f8981f52%29.html), sygeplejerske og ph.d., har fået en bevilling fra Velux Fonden på 2,3 mio. kr. til en post.doc.-stilling hvor hun vil undersøge **rehabiliteringsindsatser hvor sang og musik bruges som en kommunikativ interventionsform til mennesker med demens**. På baggrund af undersøgelsen vil Aase Marie Ottesen i tæt samarbejde med de øvrige forskere på musikterapi udvikle en manual for, hvordan bl.a. institutioner kan implementere og forankre sang og musik i rehabiliteringsindsatsen over for mennesker med en demenssygdom. Se Sygeplejersken: [**Personer med demens skal have bedre vilkår**](https://dsr.dk/sygeplejersken/arkiv/sy-nr-2016-2/personer-med-demens-skal-have-bedre-vilkaar).

\* I samarbejde med [**Orii McDermott**](http://vbn.aau.dk/da/persons/orii-mcdermott%285662a588-6873-453e-b605-00716ee16843%29.html), [**Martin Orrell**](http://www.nottingham.ac.uk/news/pressreleases/2014/december/new-director-for-the-institute-of-mental-health.aspx), [**det norske Nettverket Musikk og Eldre**](http://uni.no/nb/news/2015/03/27/ressurshefte-musikkterapeuter-i-eldreomsorgen/0) og [**det danske netværk for musikterapi og demens**](http://www.musikterapi.org/?Professionelle_netv%26aelig%3Brk) arbejdes der på en oversættelse af **[assessmentredskabet Music in Dementia Assessment Scale (MiDAS)](http://vbn.aau.dk/da/publications/the-development-and-evaluation-of-music-in-dementia-assessment-scales-midas%28ee02eb03-d92a-4643-94b0-cb2438111515%29.html)**.  
Danske og norske musikterapeuter, psykologer, læger, sygeplejersker, neurologer og forskere har bidraget til en antologi om musik og ældre. Bogen **[Musikkterapi og eldrehelse](https://www.universitetsforlaget.no/nettbutikk/musikkterapi-og-eldrehelse-uf.html)** er redigeret af Brynjulf Stige og Hanne Mette Ridder

\*Hanne Mette Ridder, AAU, samarbejder med netværket Musikk og Eldre i Norge, og har bl.a. undersøgt effekten af 6 ugers individuel musikterapi på 14 danske og norske plejehjem. Forskningen er bl.a. omtalt på følgende hjemmesider:

* Alzheimerforeningen: **[Musikterapi beroliger demente](http://www.alzheimer.dk/nyheder/musikterapi-beroliger-demente)**
* Nationalt videnscenter for demens: **[Musikterapi bidrager til at dæmpe urolig adfærd](http://www.videnscenterfordemens.dk/forskning/forskningsnyheder/2013/06/musikterapi-bidrager-til-at-daempe-urolig-adfaerd)**
* Videnskab.dk: **[Musikterapi beroliger demente](http://videnskab.dk/kort-nyt/musikterapi-beroliger-demente)**

**Socialstyrelsen** har styrket formidlingen om socialfaglige metoder på demensområdet og har sat fokus på brugen af musik, dans og musikterapi. Fra dette link kan du finde omtale og resumeer af en lang række forskningsartikler vedr. musikterapi til demensramte: [**https://sundhedsstyrelsen.dk/da/aeldre/demens/viden-og-metoder/tema-om-musik**](https://sundhedsstyrelsen.dk/da/aeldre/demens/viden-og-metoder/tema-om-musik)

1. LINKS til hjemmeside med FORSKNINGSLITTERATUR OGVIDEOMATERIALE

<http://www.musikterapi.aau.dk/cedomus/neuro-kognitive_forstyrrelser/demens/>