

Stafetten

- en musikterapeut beretter,
inspireret af en interesseret
fagkollegas spørgsmål

Erfaringer og perspektiver på demensområdet og palliation



Hugo Jensen

cand.mag. i musikterapi, pædagogisk diplomuddannelse i psykologi (UCC), og konservatorieuddannet organist (DKDM). Ansat på Diakonissestiftelsens Hospice på Frederiksberg og Center for demens – Lindehusene, København. Tilknyttet Simeon – Sankt Johannes Sogn til demensvenlige gudstjenester og sangeftermiddage. Hugo75002@yahoo.com

Inge Nygaard Pedersen: Jeg vil gerne sende Stafetten videre til musikterapeut Hugo Jensen, som gennem mange år har arbejdet både inden for palliativ pleje og demensområdet i København. Hugo er meget aktiv på de sociale medier og der er altid megen positiv energi i de (for)omtaler Hugo lægger ud omkring sit arbejde.

Mit første spørgsmål til Hugo lyder: Hvad tænker du er vigtigst at formidle inden for musikterapi i palliativ pleje og demensområdet med henblik på at få musikterapi inden for palliativ behandling/pleje anbefalet af Sundhedsstyrelsen?

Vejlen til at få beskrevet og anerkendt musikterapi som en faglig indsats, som borgere skal have adgang til, må være gennem solid argumentation på baggrund af valid forskning i god praksis. For at synliggøre vores praksis er det vigtigt, at vi deltager i tværfagligt samarbejde og dokumenterer musikterapien.

Det er vigtigt at skelne mellem musikterapi, indirekte musikterapi, musikmedicin og helsemusicering, samt tydeliggøre, hvornår der er tale om behandling, sundhedsfremme eller rehabilitering. De antagelser bygger jeg på de erfaringer, som jeg har gjort siden 2017 i mine to fastansættelser: 18,5 timer om ugen på Diakonissestiftelsens hospice på Frederiksberg og 10 timer om ugen med demensrehabilitering i Center for demens – Lindehusene på Nørrebro. Jobopslagene handlede begge steder udelukkende om musikterapi, men over tid er jeg også kommet til at arbejde med indirekte musikterapi, musikmedicin og helsemusicering. Begge arbejdspladser anerkendte behovet for at bruge afspillet musik på lovlig vis (også af andre faggrupper) i f.eks. musikmedicin og musikaktiviteter, hvorfor der blev tegnet abonnement til musiktjenesten MusicMind.

I det følgende vil jeg kort beskrive de forskellige former for musikterapi og hvordan jeg har praktiseret og formidlet dem gennem mit arbejde.

Indirekte musikterapi

I disse år blomstrer den indirekte musikterapi på demensområdet takket være PAMI-forskningsgruppens fantastiske arbejde på AAU under ledelse af professor i musikterapi, Hanne Mette Ochsner Ridder. Det er indirekte musikterapi, når musikterapeuter underviser og opkvalificerer andre fagpersoner i brugen af musik og egen krop og stemme i deres praksis. I Center for demens – Lindehusene har jeg undervist kollegaer i forbindelse med min certificering i PAMI (Personafstemt musikalsk interaktion), hvor deltagerne blev trænet i øget kropsbevidsthed og brugen af afspillet musik i plejesituationer, aktiviteter eller fællesrum. Jeg er optaget af modellen om Ramme, Regulering og Relation, der er udfoldet i bogen *Stemning* (Ridder & Krøier, 2022). En systematisk tilgang som PAMI er også relevant for palliationen og andre områder. På hospicet har jeg i en resourcegruppe for åndelig omsorg, bestående af tre sygeplejersker og præsten, revideret den kliniske vejledning, så der er kommet mere fokus på det nonverbale og kroppens musik.

I 2019 blev musikterapi anbefalet i Sundhedsstyrelsens kliniske retningslinje som behandling af adfærdsmæssige og psykiske symptomer (BPSD-adfærd) hos personer med en demenssygdom. Næste skridt må være at stræbe efter en anbefaling af den indirekte musikterapi.

Musikmedicin og palliativ indsats

"I musikmedicin er det musikken selv, der 'gør arbejdet'. Her bruges særligt udvalgt eller specialkomponeret musik til at påvirke behandlingssituationen ved at aflede ens opmærksomhed fra støj og smerte og i stedet støtte afspænding og stimulere fantasien", præciserer en hjemmeside fra Kræftens bekæmpelse. På hospicet blev der efter min ansættelse indkøbt nye musikanlæg og højttalere og installeret en iPad til personalestyret afspilning af musik på alle stuer og i fællesrummet. Signe Marie Lindstrøm og Annette Majlund, erfarne musikterapeuter fra palliationen, sammensatte nye spillelister i MusicMind til bl.a. smertelindring og terminale patienter. Ledelsen på

hospicet støttede op om at gøre musikmedicin til indsatsområde, hvorfor en tværfaglig resourcegruppe for musikmedicin (med sygeplejersker og en fysioterapeut) blev oprettet. Som undervisningsmateriale til den samlede personalegruppe valgte resourcegruppen en pjece, 'Musik som lindring', udarbejdet af Lise Høy Laursen, der er ansat på Videnscenter for Lindring i Københavns kommune, samt artiklen fra Kræftens bekæmpelses hjemmeside. Til patientstuerne blev der udarbejdet et infoark, hvor patienterne opfordres til 1) at bruge musik fra tidligere i livet (helse-musicering), 2) at anvende musikmedicin efter vejledning fra personalet og 3) tage imod muligheden for musikterapi. Jeg mener, at musikmedicin kan og bør betragtes som en variant af indirekte musikterapi, så der på baggrund af musikterapeutiske kompetencer sikres en forsvarlig implementering og anvendelse af musikmedicin.

I palliationen er der med udgivelsen af Anbefalinger til kompetencer for musikterapeuter i den palliative indsats (Lindstrøm & Falk, 2020) et glimrende afsæt for forskning og anerkendelse. Vi må forsøge at styrke både musikterapien, musikmedicinen og undervisningen i krop og stemme. En udfordring er, at meget forskning (f.eks. i musik og smertelindring) ofte laves med forskellige musikinterventioner. I Danmark har vi nu dannet to forskellige netværk i den specialiserede palliation: Fagforum for palliativ musikterapi (for kandidatuddannede) og Netværk for musikansatte på hospice. Mit håb er, at der i de respektive vejledninger på hospice for f.eks. behandling af smerter eller åndenød, vil komme beskrivelser af både musikterapi, musikmedicin og personalets brug af krop og stemme som non-farmakologisk behandling. At arbejde tættere sammen med fysioterapeuter om f.eks. åndedrætsøvelser, kunne danne afsæt for at styrke det tværprofessionelle samarbejde med også sygeplejerskerne. Det er stort, at musikterapien er med i en ny klinisk retningslinje om "Eksistentielle og åndelige aspekter i palliativ indsats".

Helsemusicering

På demensområdet er jeg ansat i dagtilbuddet 'Huset' for yngre og hjemmeboende personer med en demenssygdom. Foruden en morgensamling for alle medlemmer med musik, sang og bevægelse, laver jeg hver uge aktiviteterne Musik og bevægelse og kor i samarbejde med et tværfagligt team. Der er ikke tale om musikterapi, da jeg ikke laver assessment og evaluering og heller ikke dokumenterer. Der er nærmere tale om helse-musicering.

I 2018 lavede jeg, i samarbejde med AAU og professor emeritus Lars Ole Bonde, et pilotprojekt om gruppemusikterapi med medlemmer fra Huset. Projektet blev præsenteret med et oplæg om forskellen på musikterapi og helsemusicering i 2022 på Nordisk Gerontologisk Kongres. Analyser af gruppemusikterapien beskrev udbyttet for deltagerne (Jensen & Bonde, 2021). Resultaterne pegede på, at musikterapeuter kan vejlede personer med en demenssygdom og deres pårørende til en sundhedsfremmende eller rehabiliterende anvendelse af musik på et tidligt stadie i sygdomsforløbet.

Kan vejledning i helse-musicering også betragtes som en form for indirekte musikterapeutisk praksis, når det ikke er rettet mod omsorgspersonale på plejehjem? Det skal jeg nu som gæsteforsker ved CEDOMUS undersøge i et 2-årigt projekt, hvor andre faggrupper gennem undervisning ud fra manualer skal lære at planlægge og afvikle henholdsvis demenskor (rundt om i landet) og musikaktiviteter (i et læringsforløb for aktivitetsmedarbejdere i Københavns kommune).

Ovenstående eksempler viser hvordan vi kan formidle musikterapi i det daglige arbejde, gennem tværfaglige arbejdsgrupper, undervisning og vejledning til kolleger, forskning, foredrag og udgivelser. Og derved arbejde henimod at få musikterapi i demensomsorg og palliation anbefalet af Sundhedsstyrelsen.

Inge Nygård Pedersens andet spørgsmål lyder: Er der nogle milepæle inden for dit arbejde du specifikt gerne vil fremhæve?

En milepæl er arbejdet omkring at udvikle en mere demensvenlig folkekirke. De første år efter konservatorieuddannelsen i 2006 var jeg tilknyttet pastoralseminariet som vejleder i gudstjenesteplanlægning for organist- og teologistuderende. En naturlig brobygning fra kirkemusikken til musikterapien begyndte på PROMUSA-uddannelsen (som nu går under navnet 'Musik, psykologi og sundhed', red.).

I 2014 søgte jeg organistjobbet ved De gamles bys kirke og plejecenter Sølund på Nørrebro, fordi der i stillingsopslaget var formuleret et ønske om at udvikle kirkens musik, så den bedre kunne imødekomme og favne mennesker ramt af en demenssygdom. I 2016 undersøgte jeg i et projekt ved UCC, en metode til at lave demensvenlige gudstjenester. Da jeg i 2017 skiftede organistjobbet ud med musikterapien, fik jeg heldigvis mulighed for at beholde arbejdet med at lave demensvenlige gudstjenester og sangeftermiddage i sognet på Nørrebro. Jeg holder meget af det, og det passer fint ved siden af mine to andre ansættelser.

I 2019 blev jeg underviser med min præstekollega, Jeppe Carsce Nissen, på en gerontologisk efteruddannelse for ansatte i folkekirken. Han har skrevet en kompetenceprofil for præster på demensområdet hvor begreberne Ramme, Regulering og Relation indgår. Med Lars Ole Bonde skrev jeg i 2020 et kapitel om kirke, musik og sang i bogen 'Salmesang med demensramte'. I foråret 2024 skal jeg for første gang undervise de studerende på pastoralseminariet i at lave demensvenlig kirke, og i efteråret skal jeg på nordisk kirkemusiksymposium holde et seminar om det. Kirken rummer muligheder og kan rette sig mere og bedre mod mennesker med en demenssygdom og deres pårørende, f.eks. ved også at arrangere demenskor i lokalsamfundet og på plejehjem.

Må 2024 blive året hvor demenskor ved vores fælles hjælp kommer til at klinge over hele landet - både i og udenfor kirkerne.

De kommunale besparelser på demensområdet i 2023 har været katastrofale. De er sket på trods af Sundhedstilsættelsens anbefalinger. Må det hurtigt vende til flere og bedre ansættelser af musikterapeuter, både i palliationen og demensomsorgen. PAMI-forskningsgruppen har vist en god vej for indirekte musikterapi i demensomsorgen på plejehjem. Jeg har her forsøgt at indkredse, hvordan den indirekte musikterapi – ud fra mine erfaringer – også har relevans indenfor palliationen, samt i demensrehabiliteringen i tiden før livet i plejebolig. Undervisning på sundhedsfaglige uddannelser ser jeg også som en langsigtet investering, en form for indirekte musikterapi, der sigter mod at styrke både personalets kropsbevidsthed og brugen af musik i fremtidens sundhedsvæsen. For at opnå anerkendelse hos Sundhedstilsættelsen af både musikterapi og den indirekte musikterapi (med de forskellige grene indenfor f.eks. musikmedicin, helsemusicering og uddannelse), bør vi forske i og synliggøre de respektive indsatsområder, også i andre fagblade og tidsskrifter. Jeg tror, at udvikling og anerkendelse også kan ske gennem et øget samarbejde med f.eks. REHPA, 'Videnscenter for Rehabilitering og Palliation'.

Jeg sender Stafetten videre til Annette Majlund med spørgsmålene:

1. 'Hvordan ser du dit arbejdsliv og udviklingen af det over tid, i forhold til de syv kompetenceroller beskrevet i 'Anbefalinger til kompetencer for musikterapeuter i den palliative indsats' (s. 23): Faglig ekspert, Professionel, Sundhedsfremmer, Kommunikator, Samarbejder, Leder/koordinator, Akademiker/formidler?

2. Hvad brænder du mest for og hvorfor?

Referencer

Jensen, H., & Bonde, L. O. (2021). Hjerterum og plads til hvem du er – gruppemusikterapi med yngre mennesker med demens. *Dansk Musikforskning Online*. https://danishmusicologyonline.dk/arkiv/arkiv_dmo/dmo_saernummer_2021/dmo_saernummer_2021_musikkens_faellesskaber_04.pdf

Lindstrøm, S. M., Falk, M., Knudsen, B. L., Bøtke, J. Ø., Hyldgaard, U. L., & Rasmussen, L. (2020). *Anbefalinger til kompetencer for musikterapeuter i den palliative indsats*. Udgivet i et samarbejde mellem DMTF, DM & DMCG-PAL.

Ridder, H. M. O., & Krøier, J. K. (2022). *Stemning. Musikalsk interaktion i demensomsorgen*. Gyldendal.