

Demensplejesange som musikterapeutisk metode

Poul Ilsøe, cand.mag. i musikterapi.
Demenscenter Skovgården, Mariager-
fjord kommune.
Kontakt: pilso@mariagerfjord.dk.



På Demenscenter Skovgården, Hadsund, har jeg været ansat som musikterapeut på fuld tid i næsten 5½ år. Mine arbejdsopgaver er mangeartede, lige fra dagcenterniveau (for hjemmeboende mennesker med demens) til den sidste tid (palliation) for demenscenterets beboere. Sangskrivning og plejesange, hvor plejesange skal forstås som terapeutiske kompositioner, der skrives til konkrete plejesituationer, er blevet en del af mine opgaver, og på disse sider vil jeg fortælle lidt om tre af de sange, som jeg har skrevet tekst og musik til.

Uanset hvem du er

Den første sang: *"Uanset hvem du er"* er skrevet sammen med de borgere med demens, der kommer i Dagcenter Krogen. Sangen indgår som en del af et forskningsprojekt, som postdoc. Aase Marie Ottesen er i gang med at udarbejde på AAU¹. Vi var tre fra personalet samt Aase Marie Ottesen til at gennemføre sangskrivningsprocessen. Sangen er skrevet på baggrund af tidligere erfaringer med sangskrivning i denne

borgergruppe. Sangen har mange vers, fordi hver enkelt deltager skulle have mulighed for at komme til orde i sangen. I 6. vers var det f.eks. en kvinde, der er meget glad for tysk musik, der kom til orde – og jeg flettede hendes ord sammen, så versefødderne kunne passe til melodien. Vers nr. 4 blev udviklet, da en kvinde kom 'til orde', fordi hun rent faktisk blev rørt over sangskrivningsprocessen. Derfor gav hun mig lov til at skrive: *"Musikken den kan røre os alle dybt et sted"*. Hun nåede ikke direkte at 'sætte ord' ind i teksten, men hendes følelser blev alligevel synliggjort og valideret i teksten, hvilket hun og hendes familie blev meget stolte over.

Der var i alt 6 borgere med demens til at skrive denne sang. Sangen er blevet et hit på Demenscenter Skovgården, men jeg har også spillet den for andre mennesker med demens, der end ikke kendte sangen/melodien. Selv borgere med svær demens har jeg erfaret, kunne synge med på i hvert fald omkvædet af sangen: *"Uanset hvem du er, så kan du være med, vi samles i musikens skønne sted"*.

1 Læs mere om forskningsprojektet på: <https://www.musikterapi.aau.dk/forskning/musikogdemensrehabilitering/>

Uanset hvem du er

Poul Ilsøe m.fl.

$\text{♩} = 120$
C G F G

Mu - sik - ken ska - ber stem ning, og der - med fin ku - lør.

5 C C G F G

Og når vi syn - ger sam - men, så får vi godt hu - mør.

9 C F G C -/h

For u - an - set hvem du er, så kan du væ - re med.

13 Am -/g F G C

Vi sam - les i mu - sik - kens skøn - ne sted.

2. Når vi synger og spiller sammen
- en særlig samværsform.
Og sindet det kan føles
som stilhed før en storm.
For uanset hvem du er...

3. At komme her i Krogen
det føles ganske rart.
I sangen kan vi samles,
selvom man er lidt sart.
For uanset hvem du er...

4. Musikken den kan røre
os alle dybt et sted,
og så kan man jo mærke,
at alle de er med.
For uanset hvem du er...

5. Når vi samles i familien,
og musikken spiller op,
så kan vi synge sammen
og danse krop mod krop.
For uanset hvem du er...

6. Da jeg gik i sjette klasse,
og jeg skulle have tysk,
fik jeg lyst til alt det tyske,
selvom jeg jo bar' var jysk.
For uanset hvem du er...

7. Alle folk på denne klode,
båd' fra nord, syd, øst og vest,
kan med hjerte og med hoved'
i musikken samles bedst.
For uanset hvem du er...

8. I musikken kan man føle
en unik samhørighed.
Det som medicin kan bruges,
båd' når man er glad og ked.
For uanset hvem du er...

9. Når vi alle sammen hjælper,
når vi løfter som en flok,
kan vi skabe små mirakler,
og det føles helt i top.
*For uanset hvem du er,
Så kan du være med.
Vi samles i musikkens skønne sted.
Ja, uanset hvem du er,
så kan du være med.
Vi samles i musikkens skønne sted.*

1-2-3 nu skal vi op at stå

Den anden sang "1-2-3 nu skal vi op at stå", er skrevet til en mand, der ikke forstod, hvad det ville sige at rejse sig op fra sin stol, når han eksempelvis skulle føres fra ét sted til et andet. Men når sangen blev spillet i et rask tempo, appellerede musikken, og måske teksten til, at han rejste sig op, og så kunne vi gå videre til anden del af teksten: "1-2-3- nu skal vi ud at gå.....". Igen i et rask tempo, appellerede dette til, at kroppen kom i bevægelse.

Manden, som nu er død, havde en god fysik og var vant til at vandre, men hans verbale forståelsesniveau var meget skadet, da jeg skrev sangen. Han blev altid så glad når jeg spillede eller sang denne sang for ham, og han vidste hurtigt, hvad hensigten var. I et lidt roligere tempo bliver sangen i dag brugt på Demenscenter Skovgården til eksempelvis at give beboerne en god start på morgenen, eller til at hjælpe dem i dagcenter m.v.

1, 2, 3, så skal vi op at stå

Swing
♩ = 70
D

Poul Ilsøe

1, 2, 3, så skal vi op at stå. 1, 2, 3, så skal vi gå i - gen. 1, 2, 3, så skal vi op at stå. 1, 2, 3, vi skal i - gang, min ven.

5 D A D

1, 2, 3, så skal vi op i - gen. 1, 2, 3, tag fat i hån - den min. Op at stå, min ven. Tu - ren bli - ver fin.

Mange blide kys

Den tredje sang "Mange blide kys", er skrevet som en kombination af en 'afskedssang', en 'palliationssang' og en 'takkesang'. Denne sang synger jeg ofte i den demente borgers sidste levetimer/dage og også gerne, når den døendes pårørende er til stede. Sangen faciliterer ro, og mange pårørende har været taknemmelige for, at jeg har spillet og sunget den for dem. Jeg blev opfordret til at skrive

en sådan sang, da jeg efterhånden havde fået mig en bred erfaring med mennesker, der ligger for døden og deres pårørende. Teksten var oprindeligt længere, men jeg vendte stadig tilbage til de tre vers, der nu er i sangen. Hvis jeg har kendskab til, at en familie ikke har været så harmonisk eller at far eller mor ikke har været 'den kærlige type', undlader jeg at spille den, mens de pårørende hører på den. I de tilfælde nynn timer jeg bare melodien.

Mange blide kys

Poul Ilsøe

$\text{♩} = 90$
G Am D G -/f#

Du kom her til ver - den. Lil - le smuk og sår - bar.
Og i - gen - nem li - vet, ih, hvor har du gi - vet
Li - vet har en en - de. Din er næs - ten nå - et,

5 Em Am D G

Al - le vil - le se på dig, så dej - lig som du var.
kær - lig - hed og liv og lys og man - ge bli - de kys.
men vi tak - ker dig i - gen for alt, du gav, min ven.

Sangskrivning er altså aktuel i flere faser af en demenssygdom, også for en musikterapeut. Det gør mig naturligvis glad, at borgerne synger med på sangene, hvor de er i stand til det, men under udarbejdelsen af den første sang, „Uanset hvem du er“, havde jeg også en mand

i tankerne, som faktisk ikke var i stand til at synge mere. Han kunne imidlertid spille på djembe, og ved afslutningen af sangene, fik han muligheden for at 'slå det sidste slag' og stoltheden lyste ud af ham. Han følte, at han var med i det musikalske fællesskab.