

IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

Orii McDermott, Martin Orrell, Hanne Mette Ridder (2014). *The importance of music for people with dementia: the perspectives of people with dementia, family carers, staff and music therapists*. V: <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13607863.2013.875124> (sprejem: 4. 9. 2015)

POMEN GLASBE ZA OSEBE Z DEMENCO

Glasba in profesionalna uporaba glasbenih prijemov, h katerim lahko prištejemo tudi glasbeno terapijo, ugodno vplivata na počutje ljudi z demenco. Da bi razumeli, kako in zakaj glasba vpliva na počutje oseb z demenco, so se Orii McDermott, Martin Orrell in Hanne Mette Ridder (2014) odločili raziskati pomen in korist glasbe za osebe z demenco ter učinke glasbe, ki so jih pri osebah z demenco zaznavali njihovi svojci, negovalno osebje in glasbeni terapevti. Raziskali so tudi, kakšna je povezava med psihosocialnimi dejavniki in rezultati raziskave, da bi lahko oblikovali teoretični model uporabe glasbe pri obravnavi demence.

V raziskavi so se osredotočili na naslednji ključni skupini vprašanj.

- 1) *Kaj vam pomeni glasba? Kaj si mislite o aktivnostih glasbene terapije? Ali vam je glasba pomembna in zakaj?*
- 2) *Kakšne spremembe in odzive opazite po glasbeni terapiji pri vaših družinskih članih? Kako veste, da je glasba za nekoga pomembna?*

V raziskavi je sodelovalo: 12 oseb z demenco, ki so bile vključene v institucionalno varstvo; 4 osebe z demenco, vključene v dnevno varstvo; 15 družinskih oskrbovalcev; 14 članov

negovalnega osebja in 8 glasbenih terapevtov. Z osebami z demenco so izvedli intervjuje, ostale sodelujoče pa so porazdelili v šest raziskovalnih skupin. Večina sodelujočih oseb z demenco je izrazila zanimanje za sodelovanje, vendar ni razvidno ali je na njihovo odločitev za sodelovanje vplivala demenca, zato so bili pri intervjujih prisotni tudi družinski člani. Izvedba intervjujev se je izkazala za primerno metodo raziskovanja, saj so avtorji na ta način lahko opazovali direktne interakcije med stanovalci in njihovimi družinskimi člani ter odzive oseb z demenco na pripovedovanje njihovih svojcev.

V nadaljevanju povzemamo glavne ugotovitve raziskave.

Glasbena izkušnja oseb z demenco

Spoznanja o glasbeni izkušnji oseb z demenco so avtorji razdelili v tri sklope: *Tu in sedaj*, *Kdo si* in *Povezanost*.

Tu in sedaj

Glasba je lahko dostopen medij in pomemben miselni dražljaj. Družinski oskrbovalci, osebje in terapevti so opisali spodbudne vplive glasbe. Opazili so takojšnje odzive na glasbene dražljaje ter vidne pozitivne učinke na bolnikovo razpoloženje, sproščenost, večjo pozornost in zanimanje za okolico. Sproščena glasba je posledično ugodno vplivala tudi na bivalno okolje.

Za osebe z demenco je bilo poslušanje glasbe ter to, da so zanje igrali na glasbila in peli, zelo čustvena in pomembna izkušnja. Družinski člani in glasbeni terapevti so bili

pogosto presenečeni nad čustvenimi odzivi oseb celo v zadnji fazi demence.

Sodelovanje pri miselnih aktivnostih pripomore k izboljšanju spomina in kognitivnih spretnosti, še posebej na začetni stopnji demence. S tem se poveča kakovost življenja starega človeka. Nerealno je pričakovati večje napredke oseb z demenco, kratkotrajni učinki pa so bili opazni.

Kdo si?

Pri večini sodelujočih v raziskavi je bila glasba že od nekdaj pomemben del življenja. Osebe z demenco so ohranile spomin na melodije in besedila pesmi, ki so jih prej poznale, saj je glasba močno povezana z življenjskimi dogodki, z osebno in s kulturno identiteto posameznika ter z njegovo preteklostjo. Čeprav so pozabljale vsakdanje stvari, so zelo pogosto uspele priklicati v spomin pesmi iz mladosti.

Za razumevanje odklonilnega vedenja oseb z demenco in potencialnih pozitivnih učinkov glasbene terapije je ključnega pomena poznavanje psihosocialnih dejavnikov. Sklop rezultatov *Kdo si?* tvorijo prepletene povezave med glasbeno in kulturno identiteto, življenjsko zgodovino in spomini ter osebnostnimi lastnostmi in pojavom demence. Izbira in prepoznavna glasbe sta bili za posameznike izrazito osebni izkušnji. Ugotovitve tega sklopa kažejo, da lahko glasba pomaga osebi z demenco ohraniti njeno identiteto.

Povezanost

Glasbeno ustvarjanje je bilo za mnoge od sodelujočih nova izkušnja, ki jim je omogočila ustvarjanje *povezanosti* in ohranjanje odnosov z drugimi. Kako dolgo se je ohranila povezanost pri stanovalcih tudi po koncu glasbene terapije ni jasno, negovalno osebje pa je poročalo, da so bili stanovalci po glasbeni terapiji bolj družabni in komunikativni. Zdi se, da je glasbena terapija med osebami, vključenimi

v dnevno varstvo, spodbudila izmenjevanje izkušenj o življenju z demenco. Stanovalci so bili kljub demenci ter omejenim telesnim in kognitivnim spretnostim zmožni vzdrževati in razvijati kratkotrajne odnose s terapevti. Med glasbenimi interakcijami se je razkrivala posameznikova edinstvenost (*Kdo si?*). Vzpostavila sta se povezanost z drugimi in občutek pripadnosti. To je za dobro počutje ljudi z demenco bolj pomembno kot pa dolgoročnost učinkov.

Vpliv glasbene izkušnje na osebe z demenco

Glasbene aktivnosti v domu so ponudile možnosti za razvoj socialnih interakcij med stanovalci in osebjem, kar je ugodno vplivalo na bivalno okolje. Glasbene aktivnosti so pomagale izboljšati razpoloženje oseb z demenco, učinki so bili takojšnji in vidni. Strokovnjaki sicer niso mogli predvideti, kako dolgo bodo učinki vplivali na stanovalce, kljub temu so opaženi kratkotrajni učinki ugodno vplivali na izboljšanje razpoloženja.

Glasba je imela pozitivne učinke tudi na svoje stanovalce in bivalno okolje. Ob večerih se je pri stanovalcih pogosto pojavil nemir. Negovalno osebje je predvajalo glasbo, kar je učinkovalo zelo sproščujoče. Mnogi so opazili in pohvalili pozitivne učinke in bolj socialen pristop, vendar nekateri niso uživali v poslušanju predvajane glasbe, saj ni bila v skladu z njihovim glasbenim okusom. Pomanjkanje upoštevanja identitete posameznika in občutljivosti za njegove potrebe lahko preprečita pozitivne učinke. Izkristaliziralo se je spoznanje, da mora biti osebje pozorno na posameznikov glasbeni okus in individualne želje, da bodo osebe z demenco s pomočjo glasbe bolje ohranjale svojo osebnost.

Vrednotenje glasbene terapije in uporaba končnih rezultatov

Pokazala se je predvsem potreba po večji povezanosti med strokovnjaki, po enotnem

modelu obravnave in boljši komunikaciji med glasbenimi terapevti in negovalnim osebjem. Njihove različne vloge v ustanovi in pomanjkanje časa so bili pogost razlog za nesoglasja, zato so se strinjali, da bi bilo za zagotovitev ustrezne celostne obravnave oseb z demenco potrebno oblikovati enotnejši pristop.

Teoretični model

Avtorji so ugotovitve raziskave povezali s psihosocialnim dejavnikom življenjskih dogodkov in z ostalimi dejavniki, kot so razpoloženje, duševno stanje, osebna in socialna psihologija in okolje, ter oblikovali teoretični psihosocialni model uporabe glasbe pri obravnavi demence. Tri glavne komponente Kdo si?, Tu in sedaj ter Povezanost so med seboj povezane. Natančno organizirana glasbena terapija nudi priložnosti za podporo posameznikovi osebni psihologiji in pomaga vzdrževati dobro socialno psihologijo v bivalnem okolju. Uspešno sodelovanje v trenutku »Tu in sedaj« osebam z demenco omogoča vzdrževati osebno identiteto »Kdo sem?«, kar vodi v »Povezanost« z drugimi ljudmi in okoljem. Model še ni bil empirično preizkušen.

Omenjena raziskava, ki je preučevala izkušnje ter pomen in koristi glasbene terapije za osebe z demenco s perspektive družinskih oskrbovalcev, negovalnega osebja v domu za stare ljudi, glasbenih terapevtov in oseb z demenco, je prva poglobljena raziskava o pomenu in koristih z vidika teh štirih ciljnih skupin. Obstoječe študije glasbene terapije so se osredotočale predvsem na vpliv glasbe na vedenjske in psihološke simptome ter telesne spremembe. Potrebna bi bila tudi longitudinalna raziskava, ki bi preučevala, kako in zakaj glasba vpliva na osebe z demenco.

Rezultati raziskave so pokazali, da glasba ni samo orodje, s katerim lahko vplivamo na vedenjske težave, temveč je tesno povezana s človekovo osebno identiteto in življenjsko

zgodovino. Glasba je del širšega razumevanja življenja. Posamezniki lahko, ne glede na stopnjo demence, dostopajo do svojega glasbenega spomina, njihov glasbeni okus je ohranjen. Pri obravnavi demence je torej zelo pomembno poznavanje posameznikove glasbene preteklosti. Njeno ohranjanje nam pomaga ohranjati identiteto osebe in dviga kakovost bolnikovega življenja.

Maja Kulovec

Julie Guy, Angela Neve (2005). Music Therapy & Older Adults Fact Sheet. V: http://www.themusictherapycenter.com/sites/default/files/images/factsheets/mtcca_olderadults.pdf (sprejem 2. 9. 2015)

DEJSTVA O GLASBENI TERAPIJI

Glasba igra v našem življenju pomembno vlogo v vseh življenjskih obdobjih. Avtorici Julie Guy in Angela Neve sta glasbeni terapevtki in ustanoviteljici organizacije *The Music Therapy Center of California*. S pričujočim člankom želita prikazati kako pomembna je glasbena terapija v procesu staranja.

Prebivalstvo ZDA se stara in predvideti je mogoče, da se bo v prihodnjih 50 letih število starejših zelo povečalo. Ti se večinoma soočajo s kroničnimi starostnimi boleznimi, kot so povišan krvni tlak, artritis, bolezni srca in ožilja, rakava obolenja, sladkorna bolezen in sinusitis. Po poročilih se je leta 1997 več kot polovica te populacije srečevala z bolj ali manj omejujočimi telesnimi ali psihosocialnimi težavami in zaradi tega poiskala pomoč. Starostne bolezni vplivajo na pojav novih potreb, ki se nanašajo na posameznikove motorične, kognitivne, socialne in čustvene spretnosti. Pri osebah z demenco ali drugimi organskimi prizadetostmi možganov pride do upada kognitivnih funkcij. Bolezni, kot so kap, Parkinsonova bolezen, osteoporoza in druge, močno vplivajo na sposobnosti govora, izražanja, komuniciranja in ne nazadnje razumevanja. Prizadenejo