

Artikkelen omhandler kunstterapi i forhold til demente

Artikkelen er skrevet av Øivor Håland student ved kunstterapiinstituttet i Danmark.

KUNSTTERAPI KAN GI BEDRE LIVSKVALITET HOS DEMENTE.

Jeg undrer på hva mitt tema i en slik gruppe må være og jeg har kommet til at det må være å satse på livskvalitet i nuet. Jeg har lest meg til at demente glemmer fort men følelsen av glede sitter igjen ganske lenge så da er jo mønstre klart. Jeg vil at disse menneskene skal få kjenne gleden prøve å fjerne uttrygghet og angst.

Dette skal bli spennende erfaringer som jeg på slutten av artikkelen konkludere med hva jeg kom frem til under arbeidet. Men først vil jeg med disse ord vise at det går å jobbe kunstterapeutisk med demente.

Her starter kunstterapi for demente jeg gjengir øvelser og hendelser!

Der satte alle 5 seg ned i gode stoler. Jeg har satt på nydelig panfløyte musikk, vi pratet om løst og fast en liten stund. Så begynner jeg med bevegelse meditasjon. Vi strekker ut armene spriker med fingrene mens vi spriker med fingrene er vi opptatt av hvilken form disse tar. Det blir latter av alle disse rare "mønstrene" så tar vi arm og skulder bevegelser, deretter bevegelse med føttene vi sitter i en ring slik at alle føttene er i kontakt med hverandre. Vi lager en liten fot lek. Føttene blir brukt i herdig her og vi ler og har det hyggelig de fleste er trygge i seg selv her og nå. Så har vi en liten pause før øvelsen gjentar seg og det med samme entusiasme. Så hvilepause hvor 2 dikt blir lest. Så starter den første kunstterapeutiske øvelse. Folie strimler skal bli "kunst" de skal lage noe med hendene kjenne etter hvordan det føles. De tar oppgaven forskjellig noen er veldig konsentrerte andre ler og synes dette er meget rart å holde på med, men alle er med og noen sitter med øynene lukket. Så er vi klare for å se hva hendene har klart å gjøre nesten av seg selv. Noe blir så glade over figuren sin. Det blir en orm, et egg, 2 porter og en bordløper, vi pratet litt rundt disse figurene alle ble så glade og stolte av at det faktisk ble til noe ut av denne strimmelen med folie jeg ser at de liker seg. Så kommer det spontant fra en klient "nå har vi det så bra at jeg får lyst til å syng" selvfølgelig blir det sang vi synger og tak høyden er stor under denne seansen. Jeg har på forhånd lagt hvit kraftpapir på bordet og satt en boks med farger på også. Jeg ser at noen begynner å se nysgjerrig bort på borden så jeg griper den sjansen ved å invitere dem til å sette seg rundt det. En av klientene marsjerte rett ut, noe så barnslig ville hun ikke være med på leke var for små barn. Jeg tenkte da at nå går alle sammen, jeg hadde hørt at de demente ofte følger etter det en annen gjør (lederen)men nei da. 4 klienter satte seg rundt bordet med farger og maling. Vi skulle dekorere "duken" det var fantastisk å se og føle hvordan de nærmet seg fargene. 2 av klientene var i herdige tegnere den 3dje sorterte fargene og matet oss andre med disse, hun føler hun har et stort ansvar i den jobben og tar den alvorlig. Den siste av klientene tegner et par streker til sist men brukte mesteparten av tiden til å være imponert av hva de andre fikk til. Den ene klienten tegnet et troll han sier plutselig at han alltid har likt troll. Vi snakker litt i gruppen om trollet og jeg spør om han kan fortelle oss hvorfor an er så glad i troll. JO det er vel noe alle vet svarer klienten, de er store, tøffe og kan gjøre som de vil selv ingen tør å motsi dem det. (disse ord taler for seg selv)



Klient bilde!

han har kaldt det

" tøffe troll"

Første dag som kunstterapeut er over og jeg følger dem opp på avdelingen de prater og er ved godt humør i heisen. En av pleierne kommenterer i det vi kommer ut av heisen at det er lenge siden jeg har sett dem i så godt humør. Det gleder meg også å høre siden tema er livskvalitet. Jeg ser allerede frem til neste gang.

For å kunne bringe budskapet mitt i denne artikkelen dit jeg ønsker vil jeg nå skrive om hva som skjedde noen ganger senere på kollektivet. Da vil jeg beskrive hva som skjer med damen som jeg her vil kalle Bente hun som gikk ut av gruppen første dag og som jeg har forsøkt fått med igjen flere ganger. Men denne dagen jeg nå vil skrive om har jeg endelig klart det. Hun er igjen med gruppen men gjentar at hun ikke vil være med på disse barnslige leketingene. Jeg må si jeg er ganske spent på hvordan hun i dag vil takle dette. Jeg har igjen beregnet at vi skal tegne eller male på hvit kraftpapir på bordet samme som sist. Men først så gjentar de samme tingene seg som alle de andre dagene. Gjntagelse er en fin ting å gjøre med de demente jeg ser at tryggheten stiger da. De husker ikke fra gang til gang men jeg føler sterkt at de fornemmer. De spør meg stadig om ikke de har vært der før. Og jeg gjentar at det har de og at vi da har gjort de samme tingene. De nikker fornøyd og sier høyt at det var det "jeg" visste.

I dag går jeg rett til siste økt hvor min klient Bente er tilbake og hun har faktisk satt seg ved tegnebordet. Hun kikker skrått på meg og smiler lurt som om hun husker at hun ikke ville være med første gang. Jeg sender bare et smil tilbake så er vi i gang. Bente spør faktisk om hun kan få tegne nå. Jeg sier sett i gang. Bente tar en farge og liksom føler seg frem. Hun lager hus trær vann og himmel. Men på "himmelen" lager hun små gule prikker, jeg spør henne om det er lys på himmelen hennes. Bente kikker da på meg og sier. NEI dette er noter!! Noter svarer jeg da så flott med musikk!!! Hun hører ikke hva jeg sier men bare fortsetter å fortelle i gruppen. Det ER noter og jeg kan ikke spille piano. Bare min mor og søster er flinke på piano men jeg måtte gå og lære å spille men jeg er ikke flink. Igjen sier hun fort videre. Min søster spiller i forsamlinger og det gjør min mor også men jeg spiller bare for min familie. Vi har piano hjemme hos oss også. Barna mine ja kun et av barna spiller. Jeg hater å spille piano men det kan jeg ikke si til mor alle må spille. Hvorfor ble ikke jeg flink bare de andre. Uff hvordan jeg strever og måtte streve. Jeg er såååå lei av det. Så blir hun stille akkurat som luften gikk ut av henne. De andre klientene har sittet stille og hørt på hennes utbrudd og nå kommer forskjellige reaksjoner på løpende bånd som; stakkars deg, det var ikke hyggelig, tenk å bli tvunget til slikt osv. Jeg spør henne om hvordan hun har det akkurat nå. Hun svarer du så deilig det er å få sakt dette jeg føler meg så

mye letter. I neste åndedrag lyder en setning som jeg kan kanskje spille for dere en dag. Jeg sier at det hadde vært hyggelig hun skal si i fra når dagen er der for det.

Da jeg kommer neste dag får jeg et stort smil av henne og hun spør meg om hvem er du og hva skal vi gjøre i dag. Det som gledet meg var smilet som kom så hurtig frem i en ellers så innelukket dame. Dessverre fikk jeg ikke tatt bilde av Bentes bilde det ønsket hun ikke så da ble det slik.

Jeg kan heller ikke skrive om endelig resultat av terapi med demente, man kan ikke gjøre dem friske men jeg ser tydelig at livskvaliteten kan gjøres noe med. Gleden av tingene vi gjør sammen har jeg fått bekreftet med mer en ord at det virkelig fungerer.

Jeg vil også nevne at jeg i gruppene arbeidet med ord og uttrykk, dikt lesning og Terje Vigen dag(er) Det er forbløffende å se hvor engasjerte de blir. Mye av disse tingene er kjente ting som "kroppen" husker. Terje Vigen kommenterte flere at de kjente han fra skoledagene.

Jeg ønsker å fortelle om hvordan det gikk når vi arbeidet med Terje Vigen. Vi samlet oss i tv stuen på avdelingen i dag og det kom mange. Jeg hørte de snakket om at denne mannen kjente de. Noen kjente han veldig godt og andre nevnte noen linjer av diktet.

En dame med navn "Lise" imponerte meg stort jeg legger merke til henne i det hun kommer inn. Hun setter seg ned og sier; Det bodde en underlig gråsprenget en ytterst på den nøgene ø, disse linjer gjentar hun mange ganger. Uff da sier hun jeg tror jeg har glemt dette diktet og det som jeg kunne på rams når jeg gikk på skolen. Det skulle jeg gjerne ha hørt igjen. Jeg forteller denne store gruppen at vi i dag skal høre diktet av Terje Vigen. (jeg har tenkt å ta noen vers) De nikker og setter seg godt til rette.

Jeg starter og det blir helt stille jeg leser og leser og de lytter intenst. Midtveis stopper jeg og spør om de er lei av å høre på og sammen kommer et NEI vi må jo høre resten. Jeg spør om noen husker hvordan det endte. Kun "Lise" svarer at det gjør hun ikke men hun vet inne i hodet sitt at det ikke er slutten enda. Jeg fortsetter og leser helt til siste ord. Legger så fra meg papiret og titter rundt på dem. Noen sier nydelig, ja for en mann, tenke han er herfra vår landsdel. Vi hadde jo om han når vi gikk på skolen sier "Lise" da kunne jeg dette på rams ja rart hvordan man glemmer. Så går diskusjonen over på det å glemme. En annen sier at det er jo ikke rart om vi glemmer en del nå når vi er blitt så gamle tenk på alt vi har lært som er i hodet vårt det blir jo helt fullt så noe detter ut, alle synes at dette var en grei forklaring på det. Så er vi tilbake til Terje Vigen. Lise og et par andre klienter begynner å si verset; det bodde en underlig gråsprenget en..... jeg hører at de husker mer av verset nå. Så sier en av klienten "han Terje Vigen var en ok fyr skulle gjerne hørt mer om han" noen flirer og sier at det er jo det vi har gjort men alle er enige om å høre det en gang til. Stemningen i stuen er stor, Det er smil og latter og de er med og leser de linjer høyt med meg som de nå gjenkjenner.

Jeg føler at kunstterapien i dag også har kunnet bidratt til høy trivsel faktor.

Jeg ønsker med det jeg har skrevet å kunne vise at kunstterapi er et godt redskap å bruke i arbeid med demente når det gjelder livsglede.

I denne gruppen jobber man ikke i dype lag, gleden ligger ganske lett tilgjengelig om man trykker på de rette knappene. Gleden og livskvalitet var mottoet for denne gruppe og den klarte jeg å få frem hos flere av dem og flere ville kjent denne gleden

om jeg fikk tildelt noen timer i uken. Så kanskje helse og omsorgsektoren burde en gang til se på hva kunstterapi kan bidra med selv for demente.



Bildene her viser fra folie arbeidet beskrevet i artikkelen.

Etter å ha arbeidet med demente i noen uker noen timer pr uke er det vanskelig å si hvordan jeg skal definere tilstanden ut i fra C G Jung sin tolkning. Men en ting som jeg har fanget opp i løpet av disse ukene er at de demente er i stor grad i det sanslige.

De trenger mye øye kontakt, nærhet, trygghet. De trenger stor respekt for den personen de er for å kunne fungere. De må helst bare fokusere på en ting av gangen.

De demente trenger ikke mange ord men kommunikasjon med nærhet.

I gruppe ser jeg fort at det dannes mønstre. I denne gruppen jeg jobbet med var det tydelig, en leder og det var en som tok omsorgsrollen for gruppen. De to grupperingene var sterkt fremtredende det vedvarte i de 6 ukene jeg jobbet med dem men skille på leder og omsorg ble litt mer avsløpet etter hvert og gruppen ble mer sammensveiset selv om leder og omsorgspersonen var til stede.