



MUSIKKBASERT
MILJØBEHANDLING

Erfaringer med musikkbasert miljøbehandling

Fagseminar Musikkbasert miljøbehandling
Kristiansand 13.september 2018

Katrine Homdrum
Rådgiver helse og omsorg



Aldring og helse
Nasjonal kompetansetjeneste



NORD
universitet



Kultur, helse & omsorg
NASJONALT KOMPETANSESENTER



Røde Kors
Bergen Røde Kors Sykehjem

Bakgrunn

- **DRIVKRAFT:** Vi trenger gode verktøy 😊
- Avdelingslederne på våre to sykehjem, to ansatte fra hvert sted og jeg gjennomførte høsten 2016 opplæring i samlingsbasert MMB
- Utgjør «Ressursgruppa for MMB» i kommunen - møtes jevnlig og driver arbeidet fremover
- Vi fikk både i 2017 og 2018 kompetanse- og innovasjonstilskudd fra Helsedirektoratet til prosjektet: «Utvikling og implementering av musikkbasert miljøbehandling (MMB)».

Vi drømmer om

- ✓ at MMB er et gjennomgående tiltak i helse og omsorgstjenesten vår
- ✓ å skape bevissthet rundt bruk av musikk, og implementere musikk, berøring, bevegelse og rytme i «alt vi gjør» – med barn, unge, eldre og syke – som del av mestringsarbeidet!
- ✓ å ta i bruk flere av Myskjas helsefremmende teknikker (teknikker beskrevet i mange av hans bøker).

Formål med å bruke MMB

Gi helsepersonell nye
verktøy i
arbeidshverdagen
– «snille» miljøtiltak som
primærbehandling 😊



Hvordan kan kommunens ledelse bidra til at man lykkes med å implementere MMB?

«Å seile båten samtidig som den blir bygget om»

Sitat fra
professor Rudi Kirkhaug



FORANKRING OG LEDELSE

- Forankring i alle ledd (politikere, administrasjon, ledelse, ansatte)
- «Alle må med» - uansett profesjon og stillingsstørrelse
- Ledelse med vilje til å satse på implementering, og som pådriver

TILSTREKKELIG KOMPETANSE

- Kjennskap til metoden i alle avdelingene
- God kunnskap om MMB hos alle som skal utøve metoden

TID OG RESSURSER

- Økonomiske ressurser avsatt til møter og opplæring
- Tilstrekkelig tid til å motivere og gjennomføre – til å ta «pukkelkostnaden» som følger nye tiltak før effekten viser seg

Våre mål

- MMB er implementert som en arbeidsform i aktuelle tjenesteområder
- MMB benyttes i den daglige omsorgen der det er aktuelt
- Ansatte kjenner metoden godt og har «selvopplevde erfaringer»
- Brukere/pasienter opplever økt livsmestring
- Ansatte bruker mindre tvang (helst ikke) og unngår unødig medisinerings i samspillet med brukere/pasienter
- MMB bidrar til forebygging og helsefremming!

Status MMB

- Opplæring i MMB er gjennomført for alle ansatte i sykehjem og mange i habiliteringstjenesten
- Tema i personalmøter – leder som pådriver!
- Utarbeidet rutine for bruk av MMB
- Tiltak MMB blir opprettet i Profil og dokumenteres på
- Det utarbeides individuelle spillelister i Spotify
- Lydmiljø er kartlagt og tiltak iverksatt
- Informasjon om musikksmak er lagt inn i kartleggingsskjema
- Enkel fotmassasje og berøring er introdusert for ansatte
- R.A.S. brukes ifm. opptrening
- Høst 2018: frikjøp 20 % – større trøkk plo frem til jul 😊

Status forts.

Andre tjenesteområder:

- Habilitering: Hatt opplæring for ansatte i særskilt tiltak og i bofelleskap. Er i gang med mer opplæring, samt individuell tilpasning og systematisk oppfølging.
- Psykisk helse og rus: Introdusert elementer av MMB i lavterskeltilbud. Fokus på bevisstgjøring. Gruppetilbud med avspenning under planlegging.
- Hjemmesykepleien: Stort potensiale – er introdusert for metoden, mer opplæring på gang. Tilpasning av metoden aktuelt.
- Flyktningtjenesten: Har prøvd ut musikk/dans i voksenopplæringa - musikk i fellesskap (lytting/avspenning). Bevisstgjøring på individnivå.

Erfaringer med MMB

- GODE!
 - Oppleveres virksomt og som meningsfullt for ansatte!
 - Får de effektene av MMB som er skissert
 - Pårørende veldig fornøyd
 - Bruk av musikk, bevegelse, berøring bidrar til kvalitet!
 - Ansatte blir stadig berørt 😊
-
- Enklere å implementere i mindre enheter
 - Utfordrende å gjennomføre rutinen for MMB når det er stor «turnover» av pasienter.
 - Turnusarbeid gjør at ressurspersoner blir «litt borte». Har utvidet med flere personer for å bre tankegangen, samt liten ressurs en periode.

Ved Hornnesheimen



MUSIKKBASERT
MILJØBEHANDLING



Eksempel fra Hornnesheimen



MMB brukes aktivt både individuelt og i grupper

- Har musikktiltak på 5 av 8 beboere
- Ulike mål – i forbindelse med stell, for å forebygge uro, aggresjon, m.m
- Brukes også for å skape gode fellesstunder
- Er integrert - musikk vurderes alltid før «annen» behandling
- Tiltak med MMB har status som annen behandling – ansatte fristiller hverandre

Dokumentasjon – MMB prosess og MMB tiltak

- Alle ansatte må gjennomføre tiltaket og kvittere/dokumentere = systematikk
- Observere effekt: riktig dose, riktig musikk, riktig tiltak? Evaluere!
- Gjennomgående tema i personalmøter

Eks. pasient:

- 14 sanger (mest 3'ere) på spilleliste spotify – tar med pad inn ifm. morgenstell – stellet går nesten alltid lettere.

MMB i en kommunal modell?



- Det foreligger retningslinjer for bruk av metoden
- Det gjøres tilpasninger til ulike pasient- og brukergrupper
- Det foregår systematisk innhenting av informasjon om musikk i kartleggingssamtaler
- Ulike elementer i MMB tas i bruk
- MMB gjennomføres systematisk og dokumenteres på
- Frivillige involveres i gjennomføringen
- MMB er innarbeidet som tiltak i plan for helse og omsorg

Egenomsorg for ansatte – en super start på dagen

- Pust inn og løft armene over hodet
- Pust ut og la armene falle ned
- Gjenta 2-3 ganger
- Klapp, klapp og vekk opp kroppen!
- Dunk på brystet og på sidene
- Gå i diagonal-gang – løft ben og armer godt
- «Skrui i lyspærer» rett frem, rett opp og ut til sidene
- Marker ditt område – vridningsøvelse
- Form liggende 8-tall med armene foran kroppen
- Pust 2-3 ganger
- GOD VAKT 😊



Takk for
oppmerksomheten 😊

Kontaktinformasjon:

Katrine Homdrum

khomdrum@e-h.kommune.no

Tlf. 94505566

