

Musikkbasert miljøbehandling (MMB)

Nasjonalt opplæringsprogram i *miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse*
for ansatte i helse- og omsorgstjenestene

Inngår i Kompetanseløft 2025

Inngår som tiltak i kvalitetsreformen for eldre - *Leve hele livet*



Kultur, helse & omsorg
NASJONALT KOMPETANSESENTER

Ansvarlig:



Aldring og helse
Nasjonal kompetansetjeneste

Hva er musikkbasert miljøbehandling?



MUSIKKBASERT
MILJØBEHANDLING

- Bruk av sang, musikk og bevegelse i den daglige pleie og omsorgen benyttet av helse- og omsorgsarbeidere og andre
- Individuelt tilpasset og systematisk brukt, uavhengig av hvem som er på jobb og uavhengig av musikalsk bakgrunn
- Er faglig forankret i forskning og god praksis og bygger på elementer fra nevrologisk musikkterapi, musikkterapi og musikkpedagogikk
- Musikkbasert miljøbehandling er miljøbehandling og ikke terapi, men tiltakene kan ha terapeutisk effekt

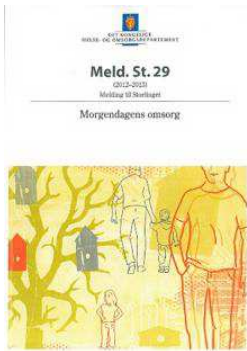
Opplæringsprogrammet «*Miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse*»

Mål:

«at individuelt tilpasset bruk av sang, musikk og bevegelse skal skje ved at helse- og omsorgsarbeidere får kompetanse om bruk av musikktiltak tilpasset den enkelte bruker/pasient.

Dette kan skje ved at deltakerne gis verktøy og metoder til å kartlegge brukernes/pasientenes behov og preferanser. Med utgangspunkt i kartleggingen skal de sørge for at musikk og sang tilpasset den enkeltes behov tas i bruk og dokumenteres gjennom journalføring på lik linje med andre typer behandling og medikamenter.»

(Fra Konkurransesgrunnlaget 2015-06-15)



Miljøbehandling med musikk forankret i nasjonale planer

I St.Meld. St. 29 (2012-2013) *Morgensdagens omsorg*, kap 5.2.1 står det:

“Det har gradvis utviklet seg ulike miljøbehandlinger og måter å møte pasientgrupper på, som har vist seg å ha effekt på behandling, velvære, medisinbruk og personalressurser.

Nyere studier viser at når ansatte får muligheten til å bruke sang og musikk terapeutisk, fungerer det mot uro og depresjon ved demens eller mot utagering ved stell og daglige aktiviteter”

Myskja 2012, Sandell 2013

Meld. St. 15

(2017–2018)

Melding til Stortinget

Leve hele livet

En kvalitetsreform for eldre



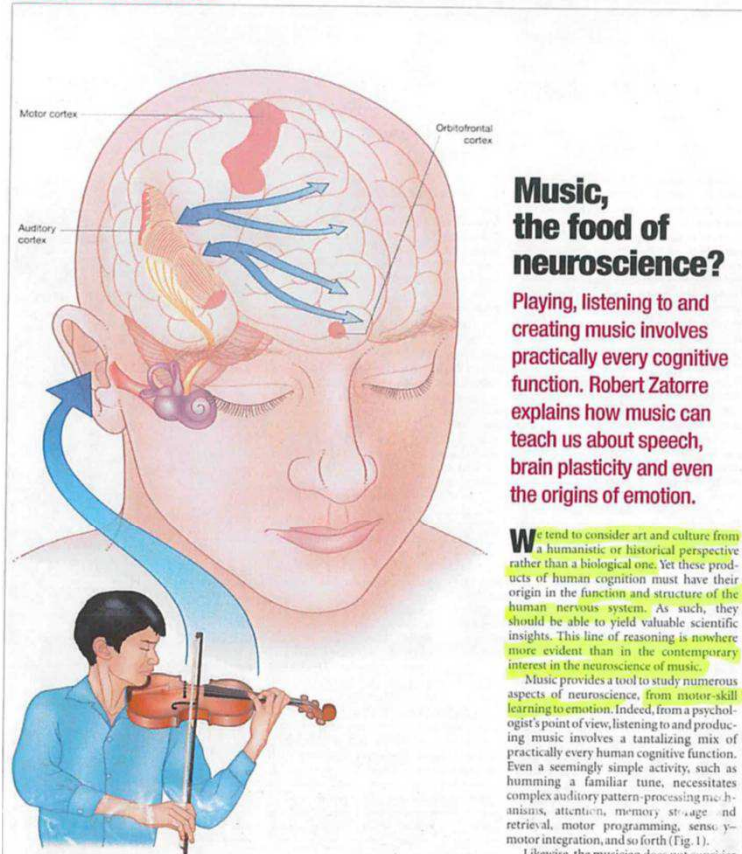
Miljøbehandling kan øke mestring og velvære, skape nye muligheter for kommunikasjon, dempe angst og uro og redusere unødig legemiddelbruk hos eldre. Miljøbehandling kan inneholde integrert bruk av musikk og andre kulturuttrykk i behandling og daglige aktiviteter, minnearbeid, gjenkjenning og sansestimulering.

Meld.St. 15 (2017-2018) *Leve hele livet*

Musikkbasert miljøbehandling er inn som ett tiltak i
«Leve hele livet»

Musikkstimulering - forankring i forskning

artists on science



Music, the food of neuroscience?

Playing, listening to and creating music involves practically every cognitive function. Robert Zatorre explains how music can teach us about speech, brain plasticity and even the origins of emotion.

We tend to consider art and culture from a humanistic or historical perspective rather than a biological one. Yet these products of human cognition must have their origin in the function and structure of the human nervous system. As such, they should be able to yield valuable scientific insights. This line of reasoning is nowhere more evident than in the contemporary interest in the neuroscience of music.

Music provides a tool to study numerous aspects of neuroscience, from motor-skill learning to emotion. Indeed, from a psychologist's point of view, listening to and producing music involves a tantalizing mix of practically every human cognitive function. Even a seemingly simple activity, such as humming a familiar tune, necessitates complex auditory pattern-processing mechanisms, attention, memory storage and retrieval, motor programming, sensory-motor integration, and so forth (Fig. 1).

Likewise, the musician does not consider music to be monolithic, but recognizes within it multiple features including melodies, chords, themes, riffs, rhythms and tempos. This complexity — both psychological and musical — makes music a challenging topic for a scientific research programme. Increasing numbers of investigators are convinced that music can yield valuable information about how the brain

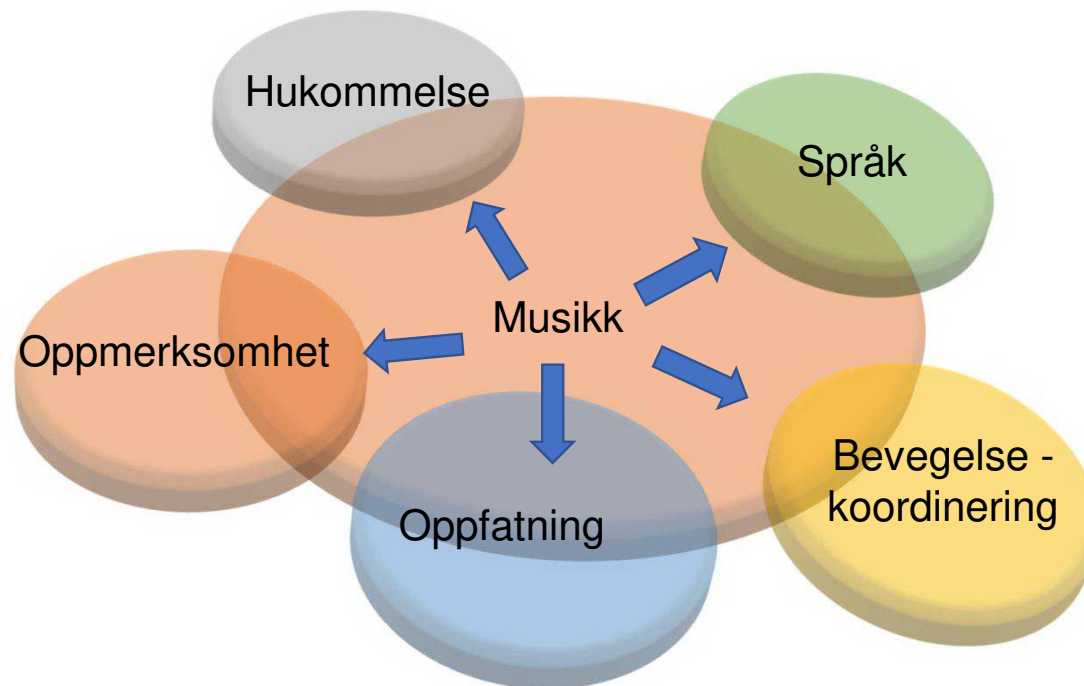
Figure 1 The processing of sound waves from a musical instrument. After being transduced into neural impulses by the inner ear, information travels through several waystations in the brainstem and midbrain to reach the auditory cortex. The auditory cortex contains distinct subregions that are important for decoding and representing the various aspects of the complex sound. In turn, information from the auditory cortex interacts with many other brain areas, especially the frontal lobe, for memory formation and interpretation. The orbitofrontal region is one of many involved in emotional evaluation. The motor cortex is involved in sensory-motor feedback circuits, and in controlling the movements needed to produce music using an instrument.

Å lytte til, skape og spille musikk involverer de aller fleste kognitive funksjoner i hjernen

(Science, 2005)

Musikk, sang og bevegelse bidrar til økt konsentrasjon og bedre hukommelse, også hos personer med sykdom

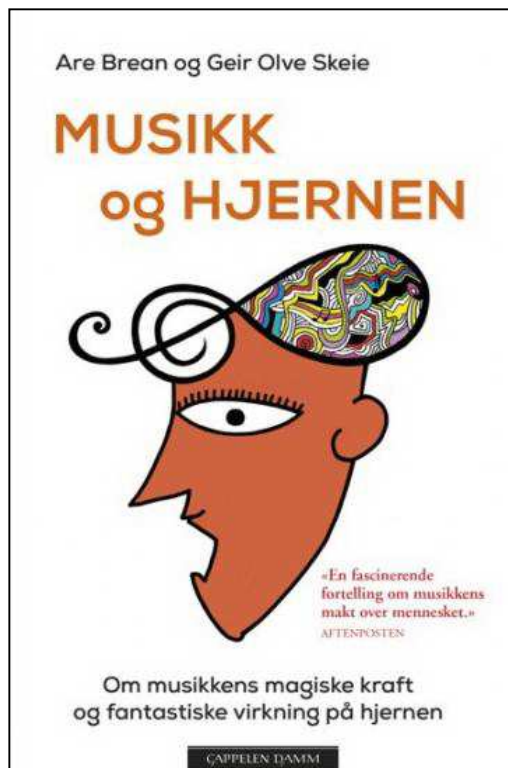
Musikk påvirker ulike funksjoner i hjernen og bidrar til samhandling mellom ulike sentre



Michael Thaut,
nevrologisk musikkterapeut
Thaut, (2016)

Fra *Handbook of Nevrologic Music Therapy*

Oversetting figur: Odd Håpnes



Kognitivt arbeid foregår slik at store deler av hjernen samarbeider i kompliserte nettverk.

Et komplekst nettverk tåler at flere punkter og forbindelser blir slått ut (for eksempel ved kognitiv svikt).

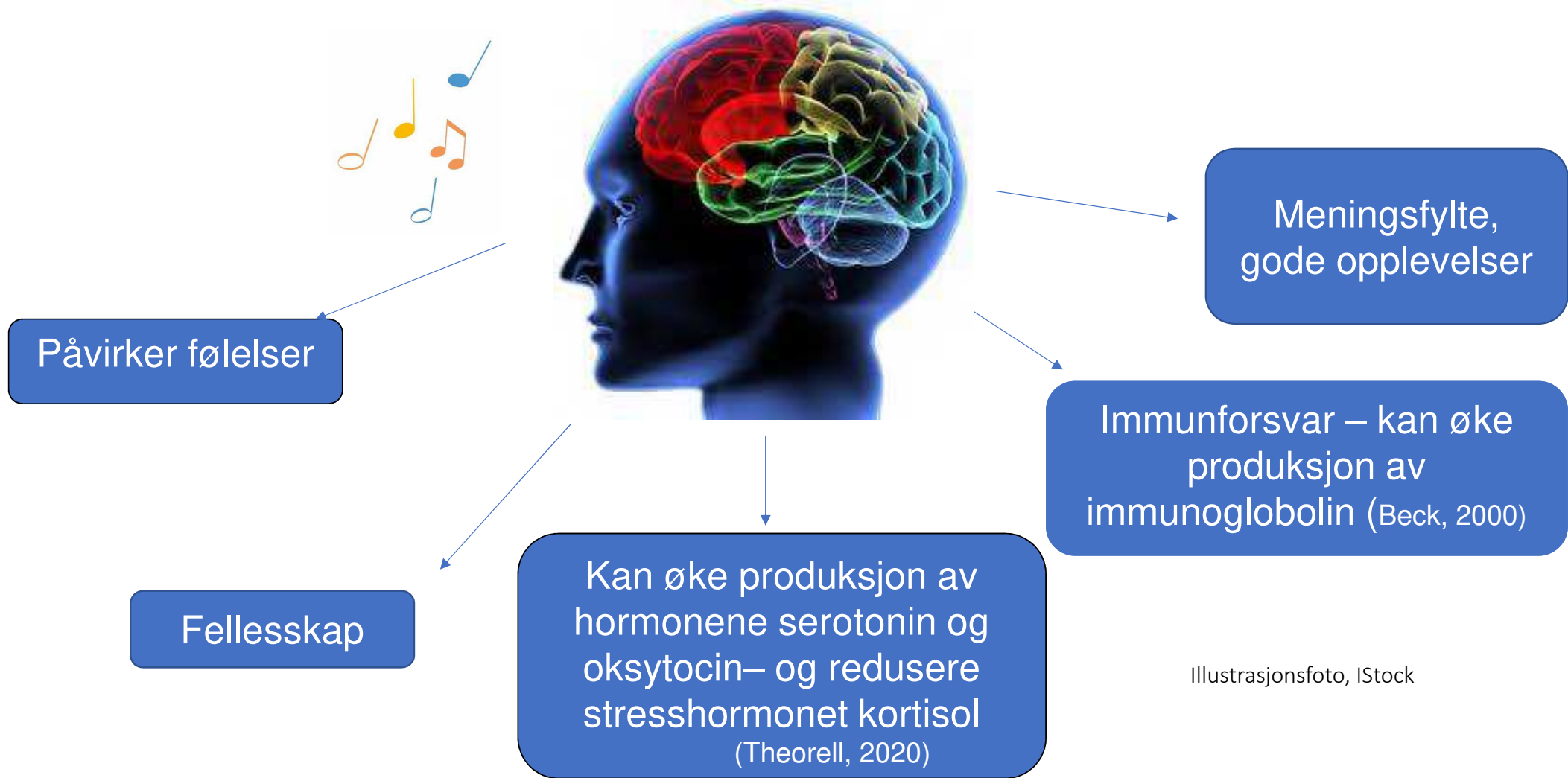
Musikk kan bidra til å gjøre hjernen mer kompleks – og trolig mer robust

Brean, Skeie (2019)

Musikken har en egen evne til å skape en *kognitiv reserve*

Ridder (2018)

Musikk påvirker hjerne, kropp og sinn



Illustrasjonsfoto, IStock

Musikkbasert miljøbehandling i praksis - elementene



Enkle musikkbaserte verktøy i mestrings- og omsorgsarbeid

- Lydmiljøet – bevisstgjøring og tilrettelegging for et godt lydmiljø
- Bruk av uroskjema/døgnvariasjonsskjema evt. andre måter for vurdere status
- Kartlegging av musikkpreferanser
- Musikktiltak individuelt og i grupper (inkl. spillelister)
- Omsorgssang ved stell og andre situasjoner
- Stimulering av de dypere sanser: berøring, - bevegelse, berøring og bevegelsestrening
- Rytme som støtte ved forflytning
- Sang, musikk og bevegelse som bidrag til variert fysisk aktivitet
- Dokumentasjon og journalføring på lik linje med andre tiltak

Bruk av Ressursbanken:

www.musikkbasertmiljøbehandling.no/ressursbank/

Dokumenter

Navn	Kategori	Beskrivelse
Kartlegging av musikkpreferanse – SPOTIFY	DIVERSE SKJEMA	Kartleggingskjema. Denne spillelisten lig... 
Tiltaksplan Musikkbasert miljøbehandling	DIVERSE	
Trim og trall	DIVERSE	Enkelt trim-program med sang 
Tekniske løsninger ved musikkavspilling	DIVERSE	Tekniske løsninger ved musikkavspilling 
Rettigheter ved avspilling av musikk på sykehjem/h...	DIVERSE SKJEMA	Rettigheter ved avspilling av musikk på ... 
Sangliste	KJENTE SANGER/VISER	Alfabetisk liste over kjente og kjære san... 
Samtykke-/rettighetserklæring	DIVERSE SKJEMA	Tillatelse til foto/video 
Vurdering av musikkpreferanse	MUSIKK-KARTLEGGINGSVERK...	Skjema/veiledning: Kartlegging av musik... 
Plan for systematisk MMB-prosess	KARTLEGGINGSVERKTØY	Plan for systematisk MMB-prosess 
Plan for kartleggingverktøy	KARTLEGGINGSVERKTØY	Plan for kartleggingverktøy 
Registrering av døgnrytme/atferd	KARTLEGGINGSVERKTØY	Registrering av døgnrytme/atferd 
Preferansebestemmelse via sjangere og musikkekse...	MUSIKK-KARTLEGGINGSVERK...	Kartleggingsskjema med musikkeks. fra ... 
Preferansebestemmelse via musikksjangere og pref...	MUSIKK-KARTLEGGINGSVERK...	Kartleggingsskjema med musikkeks. fra ... 



Kartlegging av musikkpreferanse - SPOTIFY

Denne spillelisten ligger i sin helhet på Spotify, søk på "MMB kartlegging av musikkpreferanser"

Score:

3 – liker svært godt: "min musikk"

2 – liker: "bra musikk"

1 – ok, nøytralt; verken godt eller dårlig; lydkulisse 0 – støy; liker ikke: "slå av musikken!"

Sang:	Artist:	Sjanger:	Score: 0,1,2,3	Pasientens/brukerens bevegelser/pust/uttrykk/reaksjoner:
De nære ting	Kurt Foss og Reidar Bø	Kjente sanger		
Lys og varme	Åge Aleksandersen	Kjente sanger		
Tango for to	Alf Prøysen, Torhild Lindal	Kjente sanger		
Blåmann, Blåmann bukken min	Geirr Lystrup	Barnesanger/skolesanger		
Eg heiter Anne Knutsdotter	Lina Ivarson	Barnesanger/skolesanger		
Den fyrste song	Herborg Kråkevik	Barnesanger/skolesanger		
I natt jag drömde något som	Cornelis Vreeswijk	Viser		
Gie meg handa di	Anne Karin Kaasa	Viser		
Blåveispiken	Kurt Foss	Viser		
What a wonderful world	Louis Armstrong	Gamle slagere/Evergreens		
My Way	Frank Sinatra	Gamle slagere/Evergreens		
You Raise Me Up	Secret Garden	Gamle slagere/Evergreens		

ABC Musikkbasert miljøbehandling



En del av ABC-modellen til Nasjonal kompetansetjeneste for Aldring og helse.

- En fagdag.
- Egen ABC-perm med seks hefter.
- Arbeid i refleksjonsgrupper på arbeidsplassen.



Samlingsbaserte kurs

Større grad av fordypning. Gir spesifikke ferdigheter blant ansatte i helse- og omsorgstjenestene.

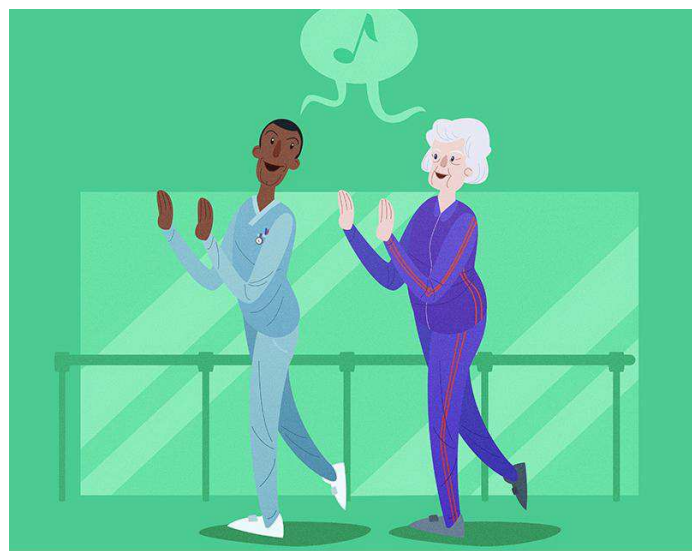
- Tre samlinger (3+2+1 dag)
- Praktisk hjemmeoppgave i grupper, med utprøving av metodene på arbeidsplassen.



Høyere utdanning

- **Musikkbasert miljøbehandling** 15 stp.
- **Kunst og kultur i helse og omsorg** 15 stp.
- **Masteremne Musikkbasert miljøbehandling**, NTNU, Gjøvik 15 stp. oppstart høst 2021
- **Fagdag** studenter bachelor sykepleie.
- Pilot Brønnøysund – flersektorielt samarbeid

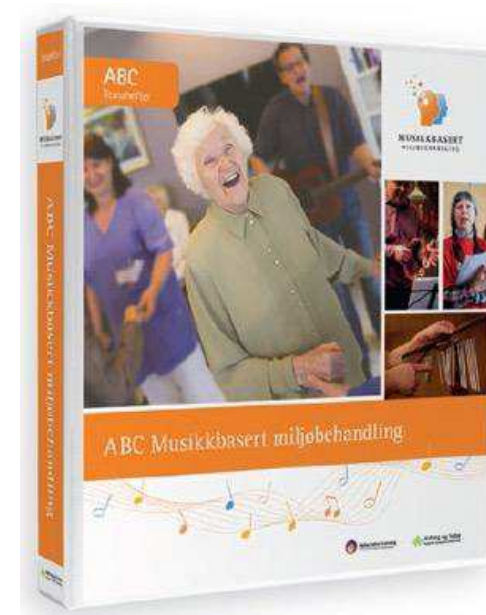




ABC Musikkbasert miljøbehandling

Musikkbasert miljøbehandling er et opplæringstilbud om integrert musikk, sang og bevegelse i miljøbehandling.

Nå kan ansatte i helse- og omsorgssektoren lære hvordan de kan integrere musikk, sang og bevegelse som miljøbehandling i det daglige pleie- og omsorgsarbeidet. Målet er at denne typen miljøbehandling skal bli en naturlig del av hverdagen til pasienter/brukere og helsearbeidere som møter dem. Opplæringen gir kompetanse i bruk av musikk for å øke livskvalitet, mestring og egenverd for pasienter og brukere, og gi nye verktøy for å bedre ansattes hverdag.



Innhold i permen

- 1: [Musikkbasert miljøbehandling, En innføring](#)
- 2: [Demens](#)
- 3: [Personsentrert omsorg og musikk, sang og bevegelse](#)
- 4: [Musikkbasert miljøbehandling, En videreføring](#)
- 5: [Terapeutisk lydmiljø](#)
- 6: [Observasjon, kartlegging og dokumentasjon ved musikkbasert miljøbehandling](#)

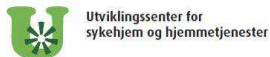
Ny ABC- perm i Musikkbasert miljøbehandling for mennesker med utviklingshemming fra høst 2021

ABC Musikkbasert miljøbehandling



En del av ABC-modellen til Nasjonal kompetansetjeneste for Aldring og helse.

- En fagdag.
- Egen ABC-perm med seks hefter.
- Arbeid i refleksjonsgrupper på arbeidsplassen.



Samlingsbaserte kurs

Større grad av fordypning. Gir spesifikke ferdigheter blant ansatte i helse- og omsorgstjenestene.

- Tre samlinger (3+2+1 dag)
- Praktisk hjemmeoppgave i grupper, med utprøving av metodene på arbeidsplassen.



Høyere utdanning

- **Musikkbasert miljøbehandling** 15 stp.
- **Kunst og kultur i helse og omsorg** 15 stp
- **Masteremne Musikkbasert miljøbehandling**, NTNU, Gjøvik 15 stp oppstart høst 2021
- **Fagdag** studenter bachelor sykepleie.
- Pilot Brønnøysund – flersektorielt samarbeid



Musikkbasert miljøbehandling - eksempler

- **Feviktun bo- og omsorgssenter** i Grimstad
 - større oppmerksomhet på beboernes restressurser
 - mer interessant og variert arbeidsdag for de ansatte
 - mindre uro, aggresjon og bruk av tvang
- **Ytterøy helsetun** i Levanger
 - CD-spillere på alle pasientrom
 - sang og musikk i stellsituasjoner og under måltider
 - reduksjon i bruk av psykofarmaka og sovemedisiner

Resultater og erfaringer

- Bidrar til å **dempe** uro og aggresjon
- **Løfte personer** som sover unødvendig på dagtid – redusert vandring på natta
- Bruk av sove- og innsovningsmedisin **redusert**
- Dokumentert **reduksjon i bruk av tvang** hos beboere på sykehjem
- **Aktiverer** beboernes egne ressurser, mer fornøyde pårørende
- Mere **fornøyde** ansatte

4200 studenter og helsearbeidere
har fått opplæring siden 2015.

www.musikkbasertmiljobehandling.no

www.aldringoghelse.no

www.kulturoghelse.no



Foto: Martin Lundsvoll,
Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse