

## Preferansebasert musikk og sang

Artikkelforfatter: Kristi Stedje

09.03.2020

Det å kartlegge beboernes musikkpreferanser kan være helt avgjørende for å lykkes med systematisk bruk av sang og musikk som hjelp i omsorgssituasjoner[1]. Vi kan tenke oss selv – dersom noen i beste mening ville prøve å gi oss en god start på dagen ved å vekke oss med musikk vi ikke kan fordra, ville vi ikke få lyst til å stå opp eller samarbeide om et morgenstell. Derfor er det viktig at man utarbeider rutiner i avdelingen for kartlegging av musikkpreferanser, og at alle i personalet kjenner til disse, slik at alle kan bruke rett sang musikk for de ulike beboerne.

Opplysninger om dette kan man få fra beboerne selv, enten gjennom samtale eller observasjon, eller man kan bruke pårørende som hjelp. På syngsammen.no finner du skjemaet «Musikalsk profil», som kan være en god måte å komme i gang på. Skjemaet kan fylles ut en gang, brukes og tas vare på, og videre suppleres etter som man gjør flere observasjoner. Dere kan velge å bruke Musikalsk profil, eller dere kan finne deres egen metode for kartlegging. Husk at sang- og musikkpreferanser ikke bare handler om hva beboeren liker – kunnskap om hva hun/han ikke liker kan være like viktig, minst!

Uansett hvilken metode man velger for kartlegging, må opplysningene være tilgjengelige for alle ansatte, gjennom for eksempel beboerens livshistorieskjema eller i journalsystemet. Ved noen institusjoner har man hengt opp laminerte lister med preferansebaserte sanger på hvert enkelt beboerbad og beboerrom, slik at man enkelt kan komme på en sang å synge som egner seg for nettopp denne beboeren. Laminerte sangkort for hver beboer kan også lages, og disse sangkortene kan være med i lommen til den pleieren som har hovedansvar for beboeren gjennom dagen.

Det at vi skal jobbe preferansebasert, betyr ikke at vi skal la være å variere. Når man har funnet frem til noen sanger som man vet fungerer godt, er det lurt å prøve videre med sanger i samme sjanger, fra samme tidsepoke eller med samme tema. Variasjon er godt for alle, også personer med demens. Vi skal heller ikke være redde for å prøve med sanger eller musikk som er ukjente for beboeren. Kanskje viser det seg at beboere har bredere preferanser enn vi først var klar over? Eller kanskje setter han eller hun pris på å bli presentert for noe nytt, å utvide horisonten?

1. Bragstad, L. and M. Kirkevold (2010). *Individualisert musikk for personer med demens*. Sykepleien. **2010**(5): s. 110-118.