

## **Konstprojekt i Upplands-Bro kommun**

### **Bakgrund**

Demensvården har behov av alternativa pedagogiska metoder som bidrar till att höja de äldres livskvalitet. En sådan metod är konst som beskrivs nedan.

Projektet började februari 2010 i Upplands-Bro kommun.

Idag har Upplands-Bro kommun i varje äldreboende samt i dagverksamheten en konstgrupp.

Alla deltagarna har en diagnostiserad demenssjukdom.

I december 2010 startades också en konstgrupp på det nya äldreboendet Hagtorp samtidigt som Kungsgården etablerar sin andra konstgrupp.

Vägen är målet och inte resultatet utan målprocessen är viktig.

Vackra målningar är en sideeffekt av ett värdefullt arbete.

Den 21 september organiserade Upplands-Bro kommun en vernissage med 36 målningar i Kommunhuset. Utställningen kommer att visas i Bro Bibliotek från mitten av januari till mitten februari 2011.

Marja Kammouna och Mirjam Brocknäs belönades med ett diplom från Upplands-Bro kommun för att ha initierat, startat och genomfört ett projekt där äldre personer med demenssjukdom får möjlighet att med kreativa verksamheter uppleva skapandets glädje vilket utmynnat i en vacker- och tankeväckande- utställning.

Att producera konst är inte målet med målandet utan mycket mer.

**Syftet** är att hjälpa den sjuke att bevara sin känsla av identitet, uttrycka känslor och motverka isolering.

**Målet** är att

- Konstgruppen ska ge en positiv effekt på den demenssjukes stämning och välbefinnande
- Att de sjuka kan uttrycka sig själv genom målning, någonting den drabbade av demens ofta inte kan
- Genom målning erbjuds positiv upplevelse och deltagarna känner att "Jag kan fortfarande någonting". Det har en positiv effekt på deras självkänsla.
- Att minska risken för aggressivt beteende. Speciellt när detta beteende kommer pga. den egna självkänslan blir eftersatt
- Motverka social isolering och öka social interaktion

### **Metod**

Varje grupp består av 3-4 boende. Deltagarna träffas en gång per vecka för ungefär en halv timme. Varje enhet har utsett en nyckelperson "konst" som driver grupperna efter en kort utbildning samt handledning av Upplands-Bros äldrepedagog.

Varje tillfälle har ett tema.

### **Plan för gruppen ser ut som följande:**

15 min förberedelse

5 min uppvärmning, introduktion

20 min måla

5-10 min döpa målning - avslutning

10-15 min- tvätta penslar etc.

**I följande text beskrivs övningar som har varit väldigt uppskattade, det finns en idé bakom varje övning.**

**Tema: vinter**

**Kombinera konst och reminiscens**

Vad är reminiscens?

Reminiscens är en metod där man arbetar med historia och traditioner för att öka lusten och viljan att kommunicera. Genom att använda minnesväckare väcks associationer och personen kan minnas sådant som hon trodde sig ha glömt för länge sedan.

Genom att läsa upp en kort historia kan minnet väckas:

Exempel:

*Gunnel/vinter 1950: "Idag gick jag till sjön med en spade för att skotta fram en isbana för att åka skridskor. Då hade vi varm choklad och ostsmörgås med oss".*



E., ♀, 83 år

Solrosen "Snödroppar eller dinosaurier" 2010

**Tema: Regnbågen**

För personer med demens är metoden "vått i vått" bra. Då blandar man akvarellfärger med vatten och blöter pappret med en svamp. Bredvid står ett glas fyllt med vatten för rengöring av penseln. Att måla regnbågar är en bra första övning.

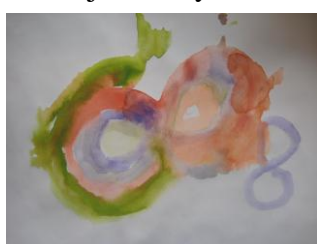


B., ♀, 84 år

Allégården, utan namn 2010

**Tema: Liggande åtta**

För att få personer med demens och skakningar att komma igång med målandet är det lättast att börja med rytmiska former som t.ex. liggande åttor.



Anonym  
Norrgården



M., ♂, 81 år  
Norrgården

### Tema: Fyrkant

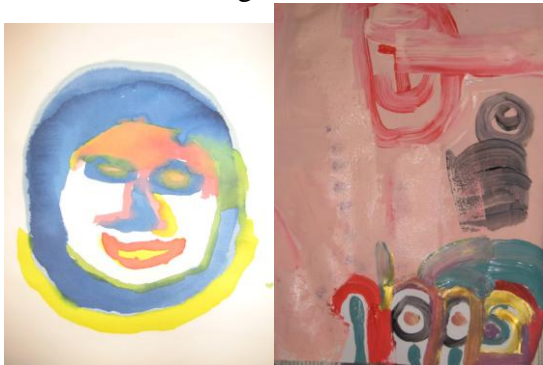
Symboler som t.ex. fyrkanten har en viktig betydelse i den analytiska psykologin. En fördjupning i detta läge skulle vara att gå för långt. För att enkelt beskriva detta kan man säga att målet med denna övning är att genom att måla en fyrkant bör säkerhetskänslan stärkas.

K., ♀, 66 år →  
Solrosen  
”Röda rosa” 2010



### Tema: Självporträtt

En avancerad övning är att måla självporträtt. Detta är intressant att se hur olika deltagarna genomföra övningen. Gruppledare kan lära sig mycket om deltagarna genom att observera dem under målningen.



Kungsgården, Solrosen, 2010

### Levnadsberättelse

Levnadsberättelse är till stor hjälp vid val av passande aktiviteter. Genom levnadsberättelsen kan man finna kunskaper och egenskaper som passar personen.

Demenssjuka har i regel lättare att komma ihåg det som hände för länge sedan (långtidsminnet) än det som nyligen skett (korttidsminnet).

I en grupp har vi haft flera personer från Stockholm, därför målade vi Stockholms Stadshus, vilket har varit väldigt uppskattat. Första reaktionen från en kvinna som tyckte att det var svårt sade ”Javisst, varför inte direkt slottet”!

Vi har skrattat mycket i grupperna, vilket är viktig för oss alla.

Solrosen, 2010



### Erfarenheten i Upplands-Bro

Erfarenheten i Upplands-Bro är väldigt positiv.

I början är deltagarna lite blyga och tror inte att det klarar av att måla. Denna inställning ändrar sig snart, de är ofta överraskade av vad de kan och känner sig glada och stolta över sina verk.

Oroliga demenssjuke visar sig vara lugna och tillfreds. Gruppupplevelsen är också viktig och har en positiv påverkan, konstnärerna uppmuntrar varandra och säger t.ex. ”Vad fint du har målat”.

Något som är speciellt spännande är vår ritual att döpa teckningarna, roliga namn är t.ex. ”Romans” ”Storm” eller ”Ingen aning”.

## Fallbeskrivningar

För att belysa vilka resultat som den nya metodiken ”konst” kan föra med sig om den används på rätt sätt, presenteras fyra fallbeskrivningar med fingerade namn.

Det första exemplet visar utvecklingen baserad på vår dokumentation. Det andra exemplet via bilderna. De två sista exemplen via observation/beskrivningar av personalen.

Fallbeskrivningar påvisar exempel att kreativiteten utvecklas och att brukaren känner sig tryggare och visar mer självförtroende efter flera gånger. Samtidigt minskar man oron och ångesten hos brukaren samt att man kan höja brukarens livskvalitet.

Studien har för få personer för att kunna dra några direkta slutsatser, men stöder att forskning skall fortsätta och att erfarenheten med andra deltagare har varit positivt.

## Beskrivning dokumentation

Målet för gruppen är att öka sociala interaktionen samt välbefinnandet. För att bekräfta vår hypotes observerade vi deltagarna av gruppen under de 8 första tillfällena och fyllde efter varje tillfälle i ett frågeformulär.

## Social interaktion

Personalen får tre frågor om ”social interaktion”. Vi observerade om 1, hon/han pratar eller lyssnar till de andra i gruppen, 2 om hon/han har ögon- eller kroppskontakt (t.ex. kramar) och om han/hon 3, motiverar de andra. Detta betygsätts på en skala mellan 0-3, där 0 står för inte/aldrig, 1 står för sällan, 2 står för ofta och 3 står för mycket ofta.

## Välbefinnande

Vi undersökte detta efter en likadan struktur som vi gjorde för ”social interaktion”. Personalen får tre frågor om ”välbefinnande” (1, Trivs bra/känner sig glad, 2, visar självförtroende (inte blyg) och 3, har energi (inte trött) som han/ hon betygsätts på en skala mellan 0-3, där 0 står för stämmer inte, 1 står för lite, 2 står för stämmer och 3 står för mycket ofta.

Texten nedan är ett exempel på den dokumenterade positiva utvecklingen av Louise.

## Louise Andersson

Louise är 86 år gammal och har varit drabbad av demens under flera år.

Hon bor på Allégården och har aldrig målat i sitt liv. När vi frågade henne om hon vill vara med i konstgruppen sade hon ”nej”. Hon vill absolut inte och är övertygad om att hon inte klarar av det ”Jag kan inte”. Nu började vårt motivationsarbete.

Vi säger att det vore kul om hon bara var med och satt sig bredvid oss, ”Det kan jag göra” svarar hon. Som första övning valde vi att måla ”regnbågen” med akvarell färger. Deise som är ansvarig för konstgruppen på Allégården började måla och frågade Louise om hon inte kunde hjälpa henne och plötsligt målade Louise själv. Hon var stolt över sitt verk och döpte sin teckning till ”Storm”.

Den andra gången är Louise väldigt tveksam och hon vill inte måla. ”Jag kan inte” säga hon igen. Efter motivationsarbetet börjar Louise att måla och hon är stolt över sitt verk som hon döper till ”stå still.”



”Storm” Tema: ”Regnbågen” / Teknik: Akvarell



“ Stå still” Tema: ”Cirkel” / Teknik: Akvarell

Vid det tredje tillfället var hon i början tveksam och blyg, vi fick övertala henne att delta i gruppen, men när hon kom igång märktes det att hon trivdes. Vid fjärde gången säger Louise att "konstgruppen" är trevlig" och hon följer med oss och sätter igång med att måla utan protest. När vi visade henne vad hon hade målat tidigare var hon väldigt överraskad "Har jag gjort det"? "Det kommer jag inte ihåg". Men hon är positivt överraskad och glad. Speciellt stolt är hon över sitt verk "Sommar eller fotboll i Sydafrika"

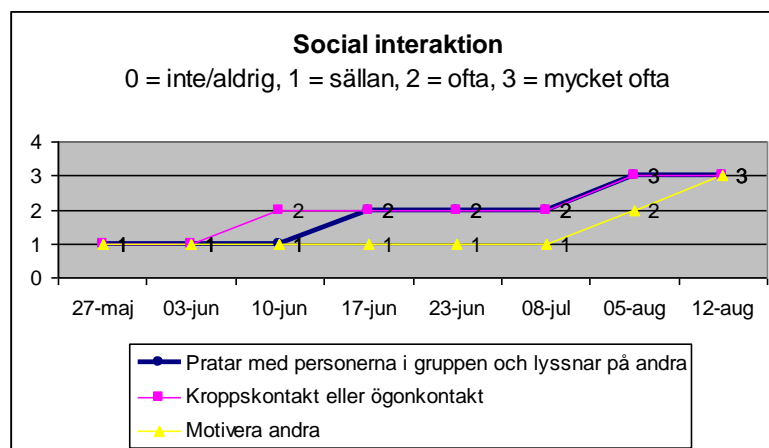


"Sommar eller fotboll i Sydafrika"

### Social interaktion

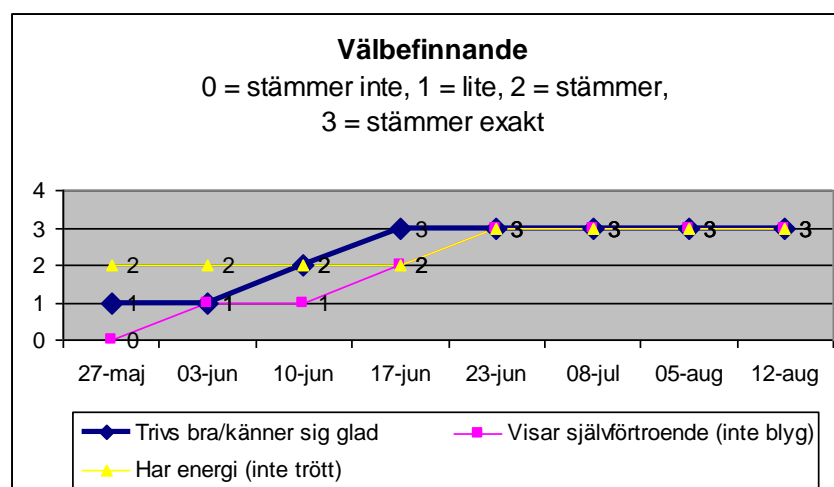
I dokumentationen visar att vi har nått vårt mål med Louise. Vi motverkade social isolering och stärkte hennes sociala interaktion.

Louise börjar bygga upp en positiv relation med de andra deltagarna. Under målningen ler hon och skrattar och ropade "Det är trevligt" vilket motiverade alla. Till slutet säger hon också till hennes "kamrater" "Vad fint du har målat".



### Välbefinnande

Dokumentationen visar att vi nått målet att öka hennes välbefinnande. Vi undersökte detta enligt samma struktur som "social interaktion". Louise började med ett lågt betyg t.ex. att hon var väldigt blyg. Men på slutet fick hon bara 3:or som påvisar ett väldigt högt välbefinnande.



Exemplet ovan visar utvecklingen via dokumentation. Nästa exempel visar en positiv utveckling som vi kan påvisa genom målningarna.

## Martina Holm, Solrosen

Fallbeskrivning visar ett exempel där man tydligt kan se att kreativiteten utvecklas och att brukaren känner sig tryggare och visar mer självförtroende genom målningarna allteftersom. De första målningarna var väldigt enkel med endast ett par linjer. Hennes senaste verk är målningar med expressiva färger och det syns att hon har blivit modigare, att hon vågar måla stora ytor med starka färger (orange) istället för smala linjer.

Martina Holm, februari 2010:



Martina Holm, februari 2010:



Martina Holm, mars 2010:



Martina Holm, mars 2010:



Martina Holm, mars 2010:



Martina Holm, april 2010:



Två andra exempel som jag bara kort beskriver kommer från Kungsgården.

**Rune Svensson** är 84 och har en demensdiagnos.

Är de flesta dagarna väldigt trött och passiv. Under konsttiden är han plötsligen vaken och målar koncentrerat. Ofta är han den sista som målar och han vill vid de flesta tillfällen inte sluta att måla. Efter konstgruppen är Rune glad, tillfredställd och stolt över sitt konstverk. Då Rune visar sig vara positiv så uppmuntrar jag forskarna att undersöka om konst har en positiv effekt på sömn/dygnsrytm.



Ögon



Självporträtt

## **Ida Antonsson 81**

Ida är i en avancerad sjukdomsfas och personalen beskriver henne som väldigt orolig. Vid första tillfället ”konst” vill hon inte sitta med oss utan försvann direkt. Då vi andra började måla blev hon nyfiken och kom tillbaka till gruppen. Hon målar koncentrerat och verkade nöjd. Den andra gången kom hon direkt efter frukost till gruppen och började själv att måla. Under de följande tillfällena målade hon gärna och verkade positiv. Trots hennes afasi hittade hon på roliga namn till hennes målningar som t.ex. ”flytande ö” eller ”små... mjölk”. I en uppföljning med personalen berättade de för mig att de såg en positiv utveckling hos Ida. Konstgruppen har en positiv effekt på hennes oro, hon verkade lugn och fredställd, vilket betyder en avlastning för personalen och naturligtvis en högre livskvalitet för henne.



”flytande ö”



”små... mjölk”

## **Sammanfattning**

Projektet har bevisat positiva effekter på flera plan och Upplands-Bro kommun kommer att fortsätta sitt arbete med konst som metod 2011.

## **Referensgrupp**

### **Mirjam Brocknäs**

Mirjam Brocknäs är anställd som äldrepedagog för Upplands-Bro kommun och arbetar som projektledare för ett demensprojekt i kommunen. Hon är utbildad till pedagog och gerontolog samt vidareutbildad i konstterapi.

**Marja-Liisa Sten** (Tf. avdelningschef äldre- och handikappomsorgen)

**Marja Kammouna** (Tf. socialchef, Upplands-Bro kommun)

## **Källor**

Fusgen et al, Zukunftsforum Demenz, Tyskland 2004

Dr. med Albrecht Warning, Nonverbale kommunikative Therapie bei demenziellen Prozessen  
Doron Elia, The Creator as Being Reborn by Himself-Touching “The inner child “- through the Creation.

Kunst Reiz Neurobiologische Aspekte künstlerischer Therapien“, Ruth Hampe et al. Tyskland 2009