

# **GUDSTJENESTER OG ANDAGTER PÅ PLEJE- OG DEMENSAFDELINGER.**

Med fokus på det musikalske samvær

v/Anne-Mette Riis, lektor ved Det Kgl. Danske Musikkonservatorium og tidl. musikpædagogisk konsulent i Roskilde Stift.

## **INTRODUKTION**

### **Observation og forberedende besøg**

Igennem de 2 år, som projektet har kørt, besøgte jeg en række plejecentre og observerede andagter, gudstjenester og musikalske aktiviteter. Salem i Gentofte og Sølund i København; Holberghjemmet og Rosenhuset i Sorø; Smedegade i Slagelse samt Birgittehjemmet i Hillerød. Hertil kommer mange års praksis som kirkesanger på plejehjem i bla Farum.

I projektperioden havde jeg lejlighed til at samtale og sparre med Inger Kamstrup, organist i Holstebro, som jeg kendte som kursist i babysalmesang, samt en lang række af præster - ikke mindst Lis Samuelsen i Sorø.

En række samtaler med plejepersonale og ikke mindst afdelingsleder og demenssygeplejerske i Rosenhuset Susanne Kjelkvist har ligeledes dannet grundlag for mine videre iagttagelser og kvalificeret mit musikalske arbejde med målgruppen.

Endelig har jeg deltaget i kursus i musikterapi i Løgumkloster som led i mine forberedelser.

### **Litteratur**

Sideløbende har jeg naturligvis læst en række teoretiske værker om aldringsproces og sygdommen demens og har især haft fokus på musikkens betydning. Det er bemærkelsesværdigt at forfatterne til disse bøger med anden end musikalsk/musikteoretisk baggrund (fx neurologer, læger, sociologer, sygeplejersker) fremhæver musikkens unikke mulighed for at rumme stimulation og livgivende nærvær på alle planer. Se litteraturlisten bagest.

Alt dette for at danne mig et indtryk af nuværende praksis og de muligheder, der evt. kunne være for at fokusere den liturgiske praksis og musikalske samvær.

## **FRA BABYSALMESANG TIL SALMER I NÆRVÆR PÅ DEMENSAFDELINGEN**

Jeg har igennem de sidste 14 år arbejdet intenst med musikalsk samvær med babyer og deres forældre og blev foregangskvinde for babysalmesangen i Danmark. De parametre, der ligger til grund for samværet i den aldersgruppe er:

- Ro
- Nærvær
- Forudsigelighed i bevægelserne
- Fokus på helhed og stemninger
- Enkelhed
- Gentagelser
- Ømhed
- Rum for aktiv deltagelse
- Bred sansestimulering (visuel, taktil, kinæstetisk, auditiv, vestibulær)
- Pauser
- Nuancer/kontraster

Jeg blev opmærksom på, at alle disse parametre også gør sig gældende i arbejdet med ældre og demente. Hertil kommer en overordnet respekt for den, man står overfor, hvor man stiller sig lyttende an og selv er autentisk og opmærksom på at ”afpasse” sin henvendelse i forhold til den enkeltes grænser

## **ROSENHuset**

### **Forberedelse og dialog med plejepersonalet**

Jeg tilrettelagde 8 andagter i Rosenhuset i Sorø, som er en demensafdeling. Forud for disse havde jeg dels overværet gudstjenester og andagter på stedet og dels haft samtale med plejepersonalet. Jeg kan stærkt anbefale at give sig tid til en samtale med plejepersonalet. Dels for at fortælle om ens egne ideer og intentioner med det gudstjenstlige samvær. Herunder ikke mindst at få klare aftaler om rammerne, så alle unødvendige sanseindtryk elimineres (fx skal der ikke køre en opvaskemaskine eller radio i baggrunden, og det skal ikke foregå omkring et kaffebord). Men også for at inddrage personalet som observatører og hjælpere, der tillige kan være budbringere til den daglige omsorg for beboerne og kontakt til deres pårørende.

### **Gestik, rekvisitter og gudstjenestenærhed**

Jeg afprøvede forskellige ideer og rekvisitter i forbindelse med andagten og sørgede samtidig for, at der var enkelte gentagelser fra gang til gang for at observere en eventuel genkendelsesglæde.

I forbindelse med andagten eksperimenterede jeg med:

- Enkle bevægelser med arme, hænder og fødder, fx gestik til salmerne<sup>1</sup>
- Rekvisitter, fx risposer og kors
- Visuelle stimuli, fx sæbebobler og stjerneparaply
- Salmebog hhv ikke-salmebog<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Se vedlagte eksempel fra Rosenhuset, februar 2012

<sup>2</sup> Fordelen ved ikke at bruge salmebog er, at man har mulighed for at 1) at ledsage salmen med sansestimulation og 2) knytte an til ”musikalsk reminiscens”, dvs. at beboerne får vakt deres erindring om netop denne salme. Når vi er fri af salmebogen, har vi mulighed for at repetere de vers, der er stærkest i hukommelsen.

Fordelen ved at inddrage salmebogen er naturligvis den kendte tryghed, der er for den vante kirkegænger og for personalet.

- Opstilling af stole mv, så rummet får andagtskarakter<sup>3</sup>
- Lytning til musik<sup>4</sup>, fx undertiden at bruge optaget musik
- ”Gudstjenestenærhed”, således at opbygningen minder mest mulig om en kirkelig handling<sup>5</sup>

## Det muliges kunst

Mange præster og organister fortæller, at de som regel gør, som ”man plejer” at gøre det pågældende sted. Har man - før man kommer som ny præst - siddet ved kaffeborde og modtaget nadver af dessertvinsglas, videreføres denne brug. Ofte uden at tænke nøjere over det. Da jeg spurgte en præst: ”Hvordan plejer du at have stolene stillet op”, svarede hun: ”Av! og jeg, som eksperimenterer med konfirmanderne, jeg har ikke skænket det en tanke”. Det samme gælder prædikenens traditionelt centrale plads i den lutherske gudstjeneste. En anden præst fortalte, at han plejede at holde en forkortet udgave af sin søndagsprædiken...

Det muliges kunst opfattes således som at affinde sig med skik og brug. Men det muliges kunst bør i stedet være at blive sig muligheder bevidst uden at give køb på gudstjenesten særegenhed. Man kan fx spørge:

- Hvordan kan det være, at vi til de mennesker, som har allermest tid, ofte tilrettelægger gudstjenester af den aller korteste varighed?
- Hvordan skabe og vedligeholde en kontakt igennem hele andagten fra man har sagt goddag til man siger farvel? Hvordan undgå faren ved at ”aflire” det, man havde bestemt hjemmefra, hvis modtageren åbenlyst ikke forstår det? Det gælder såvel det talte som det sunge.

En grundlæggende viden om aldring og aldersrelaterede sygdomme samt en anerkendelse af, at de mennesker, der sidder på plejehjemmene, ofte er hårdt ramt af sygdom, viser at musikken og salmerne, er det, der taler stærkest.

Det muliges kunst bliver med andre ord at finde balancen imellem sansestimulation på den ene side og respekt for ritualen på den anden side. Det er helt konkret muligt at udnytte behov for sansestimulation ved fx at bruge rigtige alterbægre, ikke sidde ved kaffeborde, men omstille rummet til det, det er nu; en gudstjeneste osv.

## MUSIKALSKE FIF

### At synge med nærvær

- Læg mærke til, hvordan det lyder, når du synger! Altid med samme kraft eller sommetider mere blidt og indfølelse?

<sup>3</sup> Se vedlagte eksempel fra Rosenhuset, februar 2012. Her stillede vi stolene i kreds for at se, om det skabte større nærhed og bedre fokus.

<sup>4</sup> Det handler om klanglig variation i rummet, så de musikalske stimuli bliver af forskellig karakter. Er organisten med, kan et prælude spilles på klaveret, mens postludiet kan være en CD indspilning med anden instrumentering. Kontrast og nuancer er vigtige for vitalitetsfølelsen.

<sup>5</sup> Bedeslag spillet på klokkespil. Opstilling af alter med lys, kors og hvid dug og generel skabelse af gudstjenestestemning er væsentlig for at skabe kontrast til det, som rummet anvendes til i det daglige.

- Skal de enkelte vers i en salme formes forskelligt i forhold til tekstens stemning, betoning og nuancer?
- Hvordan vælge toneart? Det kan være relevant at sætte salmerne i et lidt dybere toneleje end i koralbogen. Men – salmerne kan komme til at ligge så dybt, at det bliver uskønt og svært genkendeligt. Vend det kollegialt organist og præst imellem!

### **At have noget i hånden**

Det auditive er ikke altid nok. Derfor kan det være en god idé samtidig med sangen at have noget i hænderne. Så længe det ikke spærrer for forkyndelsen.

- Det er en god idé til en enkelt salme at holde hinanden i hånden. Det understøtter oplevelsen af samhørighed og nærvær. Kvaliteter der er fælles for gudstjeneste og fællessang.
- Det er en god idé at få noget i sin hånd, fx et lille (træ-)kors, en pose med ris eller lign. Fordi man hermed taktilt understøtter den opmærksomhed, som man gerne vil holde ved lige, mens man synger.

### **Instrument eller ikke-instrument**

- Man bør overveje, om der altid skal være klaverledsagelse til (alle) salmerne. Så længe vi alene har sangen, hjælper vi opmærksomheden, fordi det musikalske samvær er mere enkelt og fokuseret.
- Varierer man salmesangen mellem musikledsagelse og à capella får man et mere nuanceret musikalsk input og dermed en ”rigere” gudstjeneste.

### **Repetition, lytning, genkendelighed**

- Det er en god idé at repetere vers, evt. at nynne melodien. Det skaber fortrolighed med musikken og, hvis man ikke kender salmen, at ”få den lært”. Alt i alt bibringer det en fornemmelse af ”menighedsfællesskab”.
- At sørge for forskellige klanglige inputs i andagtsrummet vækker vores evne til at bevare opmærksomheden. Derfor er det vigtigt at lytte og tilbyde lytteoplevelser, fx et mellemspil på klaver eller CD.
- 50-75% af valgte salmer skal være kendt stof for de fleste. Genkendelighed skaber glæde og inklusion. Man er fælles om en gudstjeneste via sang, som vitterlig er fælles.

## TO KONKRETE GUDSTJENESTER

Nedenfor følger to konkrete eksempler fra hhv. Rosenhuset i Sorø og Birgittehjemmet i Hillerød. Der er tale om mine arbejdspapirer til præsten og mig selv. Andagten i Sorø er på en demensafdeling. Gudstjenesten i Hillerød på en almindelig, men blandet, plejeafdeling.

### Rosenhuset i Sorø – demensafdeling - februar 2012

#### Salmer og andagt, musik og sansestimulation.

Program med kommentarer og stikord.

Ankomst og hilse på hver enkelt. Jeg fortæller, at jeg er kommet, fordi jeg gerne vil synge salmer med dem. En enkelt replicerer frejdigt ”at så må vi da håbe du ka synge” – vi smiler sammen og jeg siger, at ellers må hun sige til.

Jeg indleder hver gang med samme goddag-ritual, - og den 3. gang smiler én af de ældre kvinder og siger, da hun ser mig ”nå, så skal vi synge i dag”.

Lis, præsten, går ligeledes rundt og tager sig lidt tid til den enkelte. Og får i øvrigt den samme gode genkendelsens glæde senere efter forløbet.

Navne – aftale med personale om hjælp til navne. Jeg lærer navnene den første gang og skriver dem ned, hvis ikke jeg har fået dem forinden på skrift.

Alle er placerede i rundkreds på stole eller kørestole. Der er fri gulvplads.

CD – afspilleren er parat og de øvrige rekvisitter ligeledes.

Et bord med en hvid dug og 2 stearinlys står ”med i kredsen”.

Vi sidder alle stille og i stilhed.

#### Indledning

Jeg rejser mig op og fortæller at jeg vil starte med bedeslagene – som er 3 gange 3 slag (Lis – og flere andre præster sagde efterfølgende, at det var en god ramme at give. Jeg vil prøve at se, om det vækker en genkendelse i slutningen af forløbet).

#### Bedeslag (på klokkespil)

Sang til den enkelte: **Morgen er nær** –

Klokkespil indledning – bedeslag – herefter spilles en kvint (grundtone + kvint)

Et vers til hver enkelt, som indledes med navn på lille terts.

Jeg står foran hver enkelt (så vidt muligt i øjenhøjde) og indleder verset ved at synge navnet.

( det fornemmes som en varm og fredfyldt stund – og en fra personalet siger da også spontant :

”Åh – hvor var det dejligt og varmt”)

### Salme i samvær: **I østen stiger solen op (vers 1 – 2 – og 7)**

Jeg beder alle holde hinanden i hænderne og vi løfter langsomt hænderne på den første linje.

Vugger

langsomt i puls i en bevægelse nedad til de 2 næste og sænker hænderne helt på den sidste. Vi synger første vers flere gange, og jeg lytter ind til, hvordan hukommelsen er, når jeg skifter til 2. (evt. – 3. ) og sidste vers.

På 2. vers holder vi stadig hinanden i hænderne. Løfter dem først fra ”lyst”, således at de er højest oppe på ”store” og sænkes med det samme på ”små”.

Første vers repeteres nogle gange – ligeledes 2. vers.

På sidste vers kan håndfatning evt. suppleret med let pulsbevægelse være fint, evt. slippes håndfatning til slut, og vi holder på vores eget hjerte på ”paradis”.

### **Læsning**

Herren er min hyrde

### **Trosbekendelse**

Salme med sansestimulation.

### **Her vil ties (vers 1 +2 + sidste)**

Talt introduktion:

”Det er vinter og koldt derude. Naturen sover. I får hver en lille pude i hånden”. Jeg nynner salmen, mens jeg giver god tid til uddelingen.

Under denne salme begynder ”Sonja” at ”svinge” risposen fra den ene hånd til den anden – en bevægelse, jeg følger op på og efterligner.

På 2. vers ”Trange tider” – stamper jeg let med h og v fod – skiftevis.

Nogle tager bevægelsen i fødderne til sig og ”stamper” med.

På sidste vers har vi ofte blot siddet stille og mærket på puden. Hvis en finder på en bevægelse, vil jeg i lighed med 1. vers følge op på det.

### **Fadervor**

Nynner atter **Her vil ties** – mens jeg samler risposerne ind

### **Musiklytning**

Samme musik hver gang ”Mit hjerte altid vanker” i instrumental udgave.

Jeg blæser sæbebobler imens.

### **Velsignelse**

### **Op al den ting**

Til denne salme deles salmebøger ud i lighed med sidste gang.

Dagny, som ellers har virket lukket, synger med stor energi.

(til eftertanke for mig – og også en øjeåbner for personalet – personalet, som budbringer)

### **Salme til den enkelte med stjerneparaply:**

Dagen går med raske fjed vers 1. Evt. slår jeg over i Altid frejdig – hvis jeg starter med at nynne de vil det sandsynligvis være den tekst, de ældre vil begynde på.

Efter andagten sidder vi stille en stund, hvorefter jeg bryder stilheden med at sige, at vi nu nok kan

trænge til noget at drikke. Personalet serverer saft, og vi sidder sammen og drikker og sludrer stadig i kredsen.

Herefter - ”Tak for i dag. Det var dejligt, at jeg måtte komme og synge sammen med jer. Jeg glæder mig til at komme om 14 dage.”

Går derefter rundt og siger farvel til den enkelte.

## Gudstjeneste – Birgittehjemmet – 25. oktober 2012

(Pianist er på: Præludium – I skovens dybe stille ro, Nu vågne alle Guds fugle, Du gav mig O Herre).

Velkommen (fortæller at denne gudstjeneste er anderledes, - vi sidder i kreds - vi synger salmer – nogle af dem uden salmebog – hører prædiken og skal have nadver )

Bedeslag

**Præludium (I skovens dybe stille ro – på klaver)**

Indgangsbøn

**1. salme: Nu vågne alle Guds fugle små** – med salmebog og klaverledsagelse

Læsning: Mattæus kap. 6 vers 25 - 34

Trosbekendelsen

**2. salme: Vi pløjed og vi så`de 1. vers** – uden salmebog og uden klaver – med bevægelse til. Holder hinanden i hænder.

Prædiken\* alm. Herefter til hver enkelt, mens man mærker i fadet med kerner (rugkerner, jeg nynner indimellem ”nu er det længe siden”)

**3. ”salme” Nu er det længe siden** - uden bog og uden klaver- holder hinanden i hænder og jeg synger vers 1, 3 og 7.

Nadver: Opstandne Herre og Frelser – O, du Guds lam – Fadervor – indstiftelsesord – absolution – Jesus Krist du gav mig livet eller Alle gode gaver

Velsignelse

**4. salme: Du gav mig O Herre**

Udgangsbøn

**Postludium (I skovens dybe stille ro – på anlæg – jeg blæser bobler til)**

**\*Prædikenen tager tråden op fra læsningen om Himlens fugle og markens liljer. Præsten afslutter med en henvendelse til hver enkelt (som kan udvides eller forenkles). Præsten holder et fad med rugkerner og mærker sammen med den enkelte.**

Mærk kernerne i din hånd.

Kan du mærke hvad det er? – (det er rugkerner.)

Var vi fugle, frie fugle, kunne vi flyve langt, langt bort over hav og land og komme himlen nær.

Men vi er mennesker. Og det er godt.

Ligesom rugkernerne i dine hænder er du forbundet til livet på jord.

Af det er du groet.

Her var du barn, ung, mand/kvinde, voksen. (Evt. Var du barn på landet?)

Klædt i Guds kærlighed blev dit liv enestående, stærkt og vigtigt.

Fred være med dig!

Under talen til den enkelte nynnede jeg sagte ”Nu er det længe siden”.

## AFSLUTNING

Sidst men ikke mindst skylder jeg en stor tak for den velvilje, jeg har mødt de steder, jeg er kommet i forbindelse med i pilotprojektet. Det gælder personale på plejecentrene og de tilknyttede præster.

I en lang årrække har det kirkelige arbejde med børn og unge fået en stor og nødvendig opmærksomhed, skal Folkekirken fortsat kunne tiltale nye generationer. Lige så nødvendigt er det efter min overbevisning at huske på den generation, hvis liv har været en væsentlig del af kirken hidtil. Det ”åndelige velvære” er jo vigtigt i alle faser af livet. Hvis folkekirken kan komme til at spille en større rolle for de mennesker, der bor på plejehjem, vil den helt naturligt også spille en større rolle for deres børn og børnebørn.

Det er min klare overbevisning, at der ligger et stort og vigtigt stykke arbejde for Folkekirken i at opkvalificere den gudstjenstlige praksis i forbindelse med arbejdet med ældre og demente. Det gælder også musikken og sangen, som er en af de stærkeste og mest forenende livsytringer.

Set i det musikalske perspektiv rummer musik og sang en rigdom af muligheder for trøst, lindring, livskvalitet og glæde.

Anne-Mette Riis

December 2012

## **Litteraturliste – Ældre – Musik - Demens**

- Baggers, Johnna "Håndbog i aktiviteter" Munksgaard 2009
- Bertelsen og Laursen "Musik i øjeblikket" Unitas 2011
- Bjørkvold, Jon Roar "Det musiske menneske" Reitzel 1992
- Bonde, Lars Ole "Musik og menneske" Samfundslitteratur 2009
- Dahl, Ove "Husker du?" Nørrebro Erindringscenter – Dansk center for reminiscens
- Fagius, Jan "Hemisfærernas musik" Bo Ejeby Förlag 2001
- Fredens, Keld "Mennesket i hjernen" Academica
- Friis, Synnøve "Musik i ældreplejen" Munksgaard 1987
- Glasdam, Stinne og Esbensen, Bente Appel (red) "Gerontologi – Livet som ældre i det moderne samfund", Nyt Nordisk Forlag 2009
- Havelund og Møller Jensen "Reminiscens og livshistorie" Munksgaard 2006
- Melin, Else og Olsen, Rolf Bang "Håndbog i demens" Omsorgsorganisationernes Samråd 1997
- Myska "Musik som medicin" Borgen 2005
- Poulsen, Camilla Bettina "Kaos, kaffe og kærlighed" Zalamanca
- Ridder, H.M.O. "Musik og demens" Klim 2005
- Riis, Anne-Mette "Salmer i dans og bevægelse" Det kgl. Vajsenhuset forlag 2009
- Svejgaard, Tove red. "Sidste kapitel" Frydenlund 2003

### **Foreninger mm:**

- Dansk Gerontologisk Selskab
- Nationalt Videnscenter for Demens (Rigshospitalet)
- Alzheimerforeningen
- Sund aldring
- Ældresagen

*Anne-Mette Riis, Hostrupsvej 1, 3400 Hillerød. [www.annemetteriis.dk](http://www.annemetteriis.dk) – 50 90 31 76*