

© Akademia Medycyny

# **Muzykoterapia w kontekście pomocy osobom z demencją** ***Music therapy in the context of helping people with dementia***

**Damian Myśliński**

Akademia Muzyczna im. Ignacego Jana Paderewskiego w Poznaniu

## **Streszczenie**

Demencja jest jednostką chorobową, która dotyka osoby w wieku podeszłym. Jest często niezwykle trudna do zaakceptowania dla najbliższej rodziny chorego, która to z różnych przyczyn nie podejmuje prób terapii. Muzyka jest jedną z możliwości terapeutycznych, które zaoferować można osobom z demencją. Muzyka, która dzięki swoim mechanizmom oddziaływania na psychosomatyczny ustrój człowieka – dociera do jego wnętrza stymulując jego mózg w różnorodny sposób. Dzięki muzykoterapii możemy w sposób zarówno aktywny, jak i receptywny wywierać pozytywny wpływ na potrzebujących – choćby za pomocą śpiewu, zajęć relaksacyjnych, czy techniki songwriting. Propozycje owe, nie wyczerpują możliwości terapii muzyką dla osób z demencją, jednak wydają się na tyle kompleksowe, że ich regularne stosowanie wśród tejsze grupy osób, w naszym mniemaniu, przynieść może wymiernie pozytywne skutki. *Geriatrics 2018; 12: 99-103.*

*Słowa kluczowe: muzykoterapia, demencja, wiek podeszły, relaksacja*

## **Abstract**

Dementia is a disease that often affects elderly people. This affliction is often extremely difficult to accept by the sick person's immediate family, who for various reasons do not make an attempt to seek medical treatment. Music therapy is one of the possibilities, which may be offered for those suffering from dementia. Due to its special mechanisms, music reaches the inside of a human being and stimulates the brain in many ways. Music therapy can be carried out both actively and receptively through forms such as singing, relaxation training and songwriting technique. These methods are not the only ones used in music therapy for people with dementia. However, in our opinion, they are comprehensive enough to significantly improve the life quality of the affected individuals when used regularly. *Geriatrics 2018; 12: 99-103.*

*Keywords: music therapy, dementia, elderly people, relaxation*