

Dans och rörelse i palliativ vård

Åsa Elowson

Leg. Fysioterapeut, MSc, Specialist Mental hälsa, Danspedagog



WHO Health Evidence Network
synthesis report 67

What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?

A scoping review



Dans påverkar individen

Fysiskt

Psykologiskt

Fysiologiskt

Socialt

Existentiellt

Ökad resiliens.

(WHO, 2019)

Vad är dans?

Vad händer med oss när vi dansar?

Vad är dans?

Rörelsen kombineras med känslomässiga uttryck.

Ger form åt inre bilder, tankar och känslor.

I samvaro med andra.

Vad händer med oss när vi dansar?

Lämnar mentalt fokus.

Kroppsminnen bearbetas.

Bortom ord.

Uttryck och utforskande av känslor genom kroppsspråket.

Fantasin aktiveras.

Dans som befrielse från kroppsliga begränsningar - deltagarnas upplevelser av dans för personer med Parkinsons sjukdom

Syfte

Att undersöka och beskriva hur personer med Parkinsons sjukdom upplever att delta i dans.

Metod

16 personer med Parkinsons sjukdom deltog.

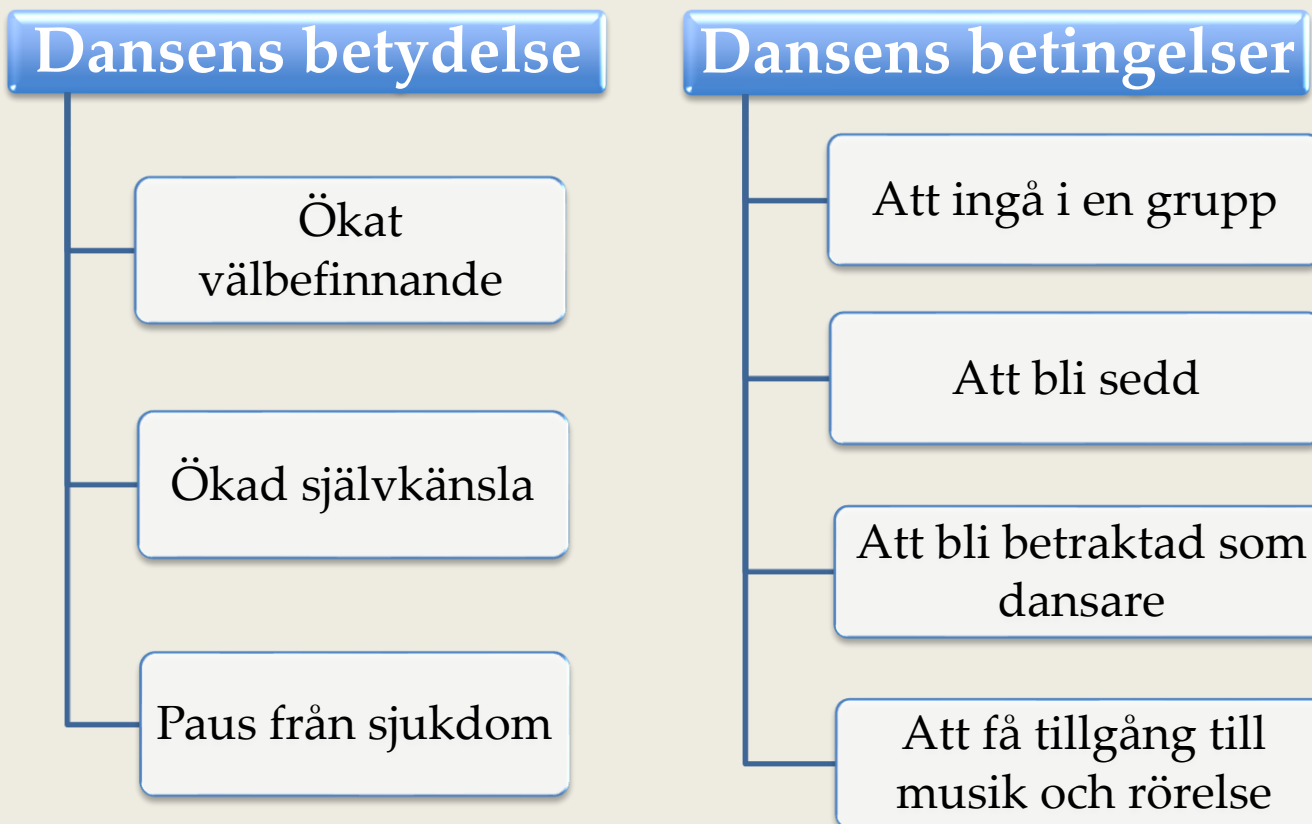
Två fokusgruppsintervjuer genomfördes efter deltagande i dans en gång/vecka under en termin.

Resultat

Dans som befrielse från kroppsliga begränsningar

- Vilken mening deltagarna ger dansen.
- Vilka betingelser som konstituerar dansen.

Dans som befrielse från kroppsliga begränsningar



”Ja, man är lätt när man går
härifrån. Man sitter ihop både
kroppen och själen och
sjukdomen och allting sånt där.”

”En del av att man blir så berörd, det tror jag är det att vi genomför någonting tillsammans, men vi gör det utifrån helt olika utgångspunkter. Och det är ok.”

”Man jobbar med varandra och man ser in i ögonen på varandra och känner varandras sorg samtidigt som man ger så mycket glädje. Men vi vet precis vad det här handlar om. Vi vet vad vi har för kropp. Och just det här mötet öga mot öga är helt fantastiskt.”

“Jag är inte sjuk. Men jag har Parkinson.”

”Jag känner mig tjugsig.”

Musik:

Mariage D'Amour med George Davidson

TACK!

Åsa Elowson

Leg fysioterapeut, MSc, specialist Mental hälsa och utbildad danspedagog

asa.elowson@gmail.com