



“Cyflwyniad i therapi cerdd:
beth sydd gan wasanaeth therapi cerdd
i’w gynnig i bobl â dementia?”

Cyflwyno therapïau celf AaGIC:
Ebrill 2021

Dr Melissa Elliott



Yn gryno, beth yw therapi cerdd?

‘Defnyddio cerdd i ddibenion angherddorol’



Beth yw therapi cerdd mewn mwy o fanylder?

“Defnydd clinigol a seiliedig ar dystiolaeth o ymyriadau cerdd i gyflawni nodau unigol o fewn perthynas therapiwtig â gweithwyr proffesiynol cymwysedig sydd wedi cwblhau rhaglen therapi cerdd gymeradwy.”

(AMTA)

Beth yw therapi cerdd mewn mwy o fanylder?

- ▶ Mae therapi cerdd yn fath o seicotherapi sy'n defnyddio cerddoriaeth fel y prif ddull o gyfathrebu, neu fel ffordd ychwanegol ochr yn ochr â siarad â'r cleient.
- ▶ Mae pob therapydd cerdd wedi'u cofrestru â'r HCPC a'u corff proffesiynol cysylltiedig - Cymdeithas Brydeinig y Therapyddion Cerdd (BAMT)



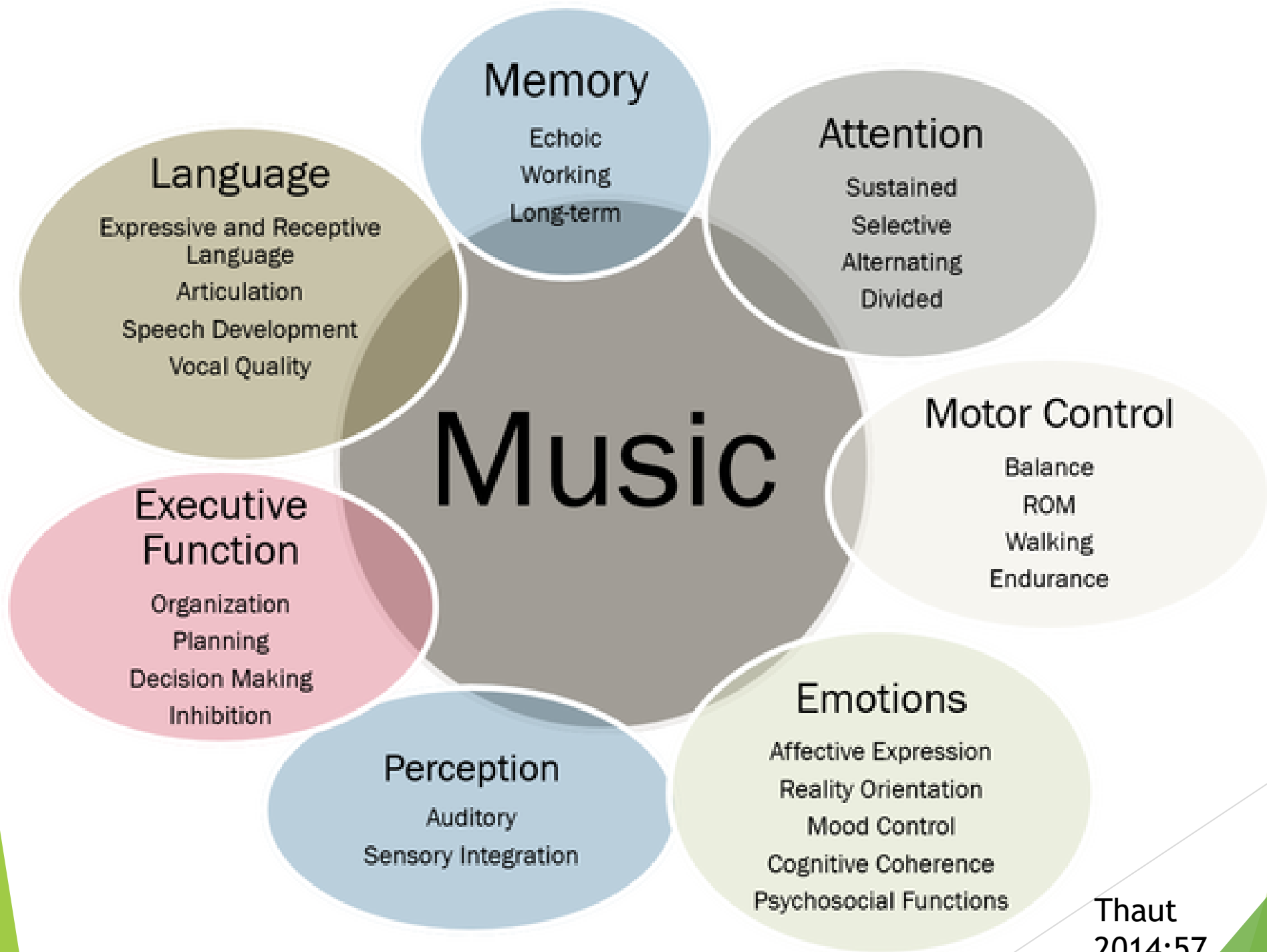
Tystiolaeth ddiweddar ar gyfer therapi cerdd a dementia

Adolygiad Systematig Cochrane “Music-based therapeutic interventions for people with dementia” van der Steen *et al.* (23/07/2018)

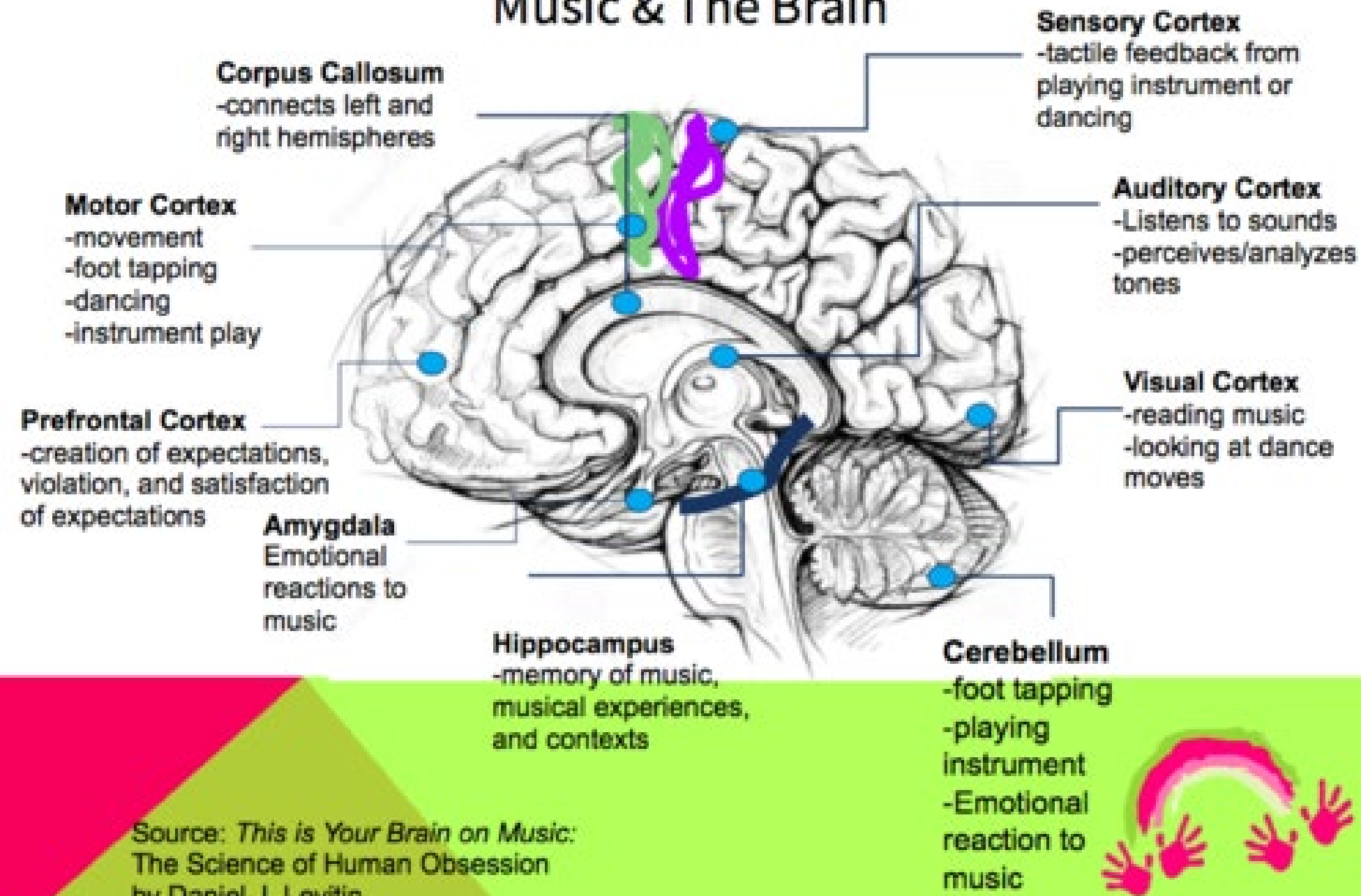
Cafodd y canlyniadau eu mesur drwy eu cymharu â gofal arferol neu weithgarwch arall i bobl â dementia mewn lleoliadau sefydliadol.

Canlyniadau positif yn y meysydd canlynol:

- ▶ Tarfu ar yr hwyliau neu effaith negyddol: iselder (tystiolaeth gymedrol)
- ▶ Problemau ymddygiadol: aflonyddwch neu ymddygiad ymosodol (tystiolaeth gymedrol)
- ▶ Problemau ymddygiadol: cyffredinol (tystiolaeth gymedrol)



Music & The Brain



Source: *This is Your Brain on Music: The Science of Human Obsession*
by Daniel J. Levitin



Defnyddio potensial cerddoriaeth mewn gwaith clinigol

Asesu pa agweddau sy'n fuddiol a pha rai sy'n achosi niwed

Enghraifft glinigol - Claf J

“Pan fydd cerddoriaeth claf yn cyfleu emosiynau, mae gan y claf y cyfle i wneud i'r gerddoriaeth gyfeirio at unrhyw beth neu at ddim...” (Hughes 2013)



Dulliau

- ▶ Gwneud cerddoriaeth - gwaith byrfyfyr ar y cyd
- ▶ Gwneud cerddoriaeth - cerddoriaeth a gyfansoddwyd gan eraill/cerddoriaeth gyfarwydd
- ▶ Technegau ailadroddus
- ▶ Ysgrifennu caneuon / cyfansoddi
- ▶ Ymarferion Therapi Cerdd Niwrolegol gan ddefnyddio cerddoriaeth (gan amlaf ar gyfer nodau echddygol, lleferydd)

Beth sydd gan wasanaeth therapi cerdd i'w gynnig?

- ▶ Bydd therapydd cerdd yn creu amgylchedd croesawgar, diogel, cefnogol, anfeirniadol a chyfrinachol bob amser .
- ▶ Ymyriad sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn i fynegi a phrosesu emosiynau, sy'n arwain at waith ystyrlon tuag at nodau clinigol penodedig.
- ▶ Ffyrdd o gyfathrebu a gwaith uniongyrchol â'r unigolyn â dementia pan fydd geiriau'n anodd neu'n annigonol.
- ▶ Argymhellion seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer y teulu a'r tîm ehangach, yn seiliedig ar asesiad trylwyr.



Rhesymau dros atgyfeirio a nodau therapi

Rhesymau dros atgyfeirio:

- Gorbryder
- Lefelau isel o hunan-barch
- Anhawster rheoleiddio emosiynau
- Teimlo'n "gaeth"
- Hwyliau isel
- Syniadau am hunanladdiad
- Teimlo/ymddangos yn ynysig
- Aflonyddwch
- Anhawster mynegi emosiynau'n briodol
- Anhawster mynegi eu hunain â geiriau
- Cael anhawster â pherthnasoedd

Nodau therapi:

- Gwella hwyliau
- Gwella llesiant
- Gwella ymdeimlad o bwrpas
- Gwella sylw/canolbwyntio
- Cymhelliad gwybyddol
- Gwella hyder/hunan-barch
- Cyfathrebu'n well
- Rheoli gorbryder yn well
- Sgiliau echddygol gwell
- Gwybodaeth ac argymhellion i gyfrannu at asesiad

Sut y gwyddoch os yw cleient yn addas neu y gallai elwa ar atgyfeiriad am therapi cerdd?

- ▶ Awydd i ymgysylltu'n therapiwtig
- ▶ Yn cael eu symbylu gan/diddordeb mewn cerddoriaeth
- ▶ Yn barod i roi cynnig ar therapi cerdd
- ▶ Awydd i ymgysylltu'n greadigol

“Mae ymennydd sy’n ymgysylltu â cherddoriaeth yn newid drwy
ymgysylltu â cherddoriaeth”
Michael H. Thaut

Os oes gennych unrhyw gwestiynau,
cysylltwch â mi yn

Melissa.Elliott@wales.nhs.uk