



En systematisk gennemgang af den internationale litteratur om Kultur og Sundhed

Værdien af kunst- og kulturaktiviteter som kliniske,
terapeutiske og rammesatte tiltag

Reviewet indeholder en gennemgang af peer-reviewed litteratur med fokus på brugen af kunst- og kulturaktiviteter på hospitaler og i andre sundhedstiltag i social- og sundhedssektoren.

En systematisk gennemgang af den internationale litteratur om Kultur og Sundhed

Værdien af kunst- og kulturaktiviteter
som kliniske, terapeutiske og
rammesatte tiltag

Introduktion

*Denne litteraturgennemgang undersøger forholdet
mellem kunst- og kulturaktiviteter og sundhed.*

*Formålet med reviewet er at skabe et vidensgrundlag
om brugen af kunst og kulturaktiviteter som et
redskab, der kan bidrage til fysisk og mental sundhed,
til forebyggelse, behandling, rehabilitering,
smertelindring samt trivsel og livskvalitet.*

Baggrund og kontekst

Reviewet undersøger den eksisterende viden om kultur- og
sundhedspraksis, som er relevant for Nordjysk Center for

Baggrund for feltet

• • •

Kultur og sundhed er en fællesbetegnelse for et felt, der omfatter en række praksisser der foregår primært i socialt omsorgsarbejde, sundhedspleje, patientforeninger og i lokalsamfundet: I feltet indsamles der faglig viden og erfaringer fra både kunst- og kulturområdet og det sundhedsfaglige område. Formålet er at fremme sundhed og trivsel gennem deltagelse i kunst- og kulturelle aktiviteter, som varierer fra enkeltstående begivenheder til langsigtede programmer, og hvor fokus kan være både på fysisk og psykisk sundhed.

Kultur og Sundhed (NOCKS – et samarbejde mellem Region Nordjylland, Aalborg Kommune, Aalborg Universitetshospital og Aalborg Universitet) med særlig henblik på at udvikle fagspecifik viden, kompetencer og tværfaglige samarbejder mellem aktørerne i feltet og med henblik på at belyse sammenhænge mellem kultur og sundhedsfremme.

I første omgang er formålet med reviewet at samle viden fra det internationale (og nationale) felt, som kan være med til at skabe et vidensfundament for en strategisk tilgang til kultur og sundhedsfremmende initiativer i Region Nordjylland, både fra et overordnet politisk perspektiv, fra en forskningsmæssig tilgang og i forhold implementering i praksis. Resultaterne fra reviewet vil bidrage til en grundlæggende vidensbank for NOCKS samt medvirke til at identificere områder, der fremadrettet skal sættes på.

Udarbejdet af Anita Jensen

Videnscenter for Kultur og Sundhed

Udgivet af NOCKS

Institut for Kommunikation

Aalborg Universitet, 2017



Indholdsfortegnelse

Baggrund for feltet	2
1. RESUMÉ	7
1.1 Introduktion	7
1.2 Baggrund	7
1.3 Metode	7
1.4 Hovedresultater	8
Effekten af kunst- og kulturaktiviteter på personer med sygdomme og diagnoser	8
Effekten af deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter på mental sundhed	9
Effekten af deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter på forskelligartede grupper af mennesker	9
Effekten af kunst- og kulturaktiviteter på steder og miljøer	10
Effektivisering	10
Skandinavisksproget litteratur	11
1.5 Konklusion	11
2. INDLEDNING	14
2.1 Baggrund for feltet	14
2.2 Praksis	14
2.3 Forskning	15
3. METODE	15
3.1 Termer og definitioner	15
3.1.2 Forkortelser	17
3.2. Søgestrategi	17
4. RESULTATER	18
4.1 SYGDOMME/DIAGNOSER	18
4.1.2 Kræft (16)	18
4.1.3 HIV – Human immunodeficiency virus (3)	23
4.1.4 Kardiovaskulære sygdomme (3)	23
4.1.5 Fibromyalgi (4)	25
4.1.6 Kroniske sygdomme/smerter (8)	26
4.1.7 Erhvervede hjerneskader (5)	29
4.1.8 Post-traumatisk stress syndrom (PTSD) (1)	31
4.1.9 Skizofreni (2)	31
4.1.10 Stress (1)	32
4.1.11 Depression (2)	32

4.1.12 Parkinsons (6)	33
4.1.13 Demens (9)	35
4.1.14 Opsummering af kategorien sygdomme og diagnoser	38
4.2 MENTAL SUNDHED	39
4.2.1 Trivsel (14)	39
4.2.2 Livskvalitet (4)	42
4.2.3 Kunst/kultur på recept (6)	44
4.2.4 Social inklusion (2)	46
4.2.5 Psykiatri (5)	47
4.2.6 Recovery (7)	49
4.2.7 Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter på mental sundhed	52
4.3 MENNESKER	53
4.3.1 Krigsveteraner (5)	53
4.3.2 Børn på hospitalet (8)	54
4.3.3 Sundhedsfagligt personale (9)	56
4.3.4 Ældre (22)	59
4.3.5 Folkesundhed - effekt på dødelighed og andre sundhedsindikatorer (9)	66
4.3.6 Opsummering af effekten i kategorien "mennesker"	70
4.4 STEDER OG MILJØER	71
4.4.1 Palliativ pleje/hospice/plejehjem (5)	71
4.4.2 Medicinsk- og sygeplejeuddannelse (5)	73
4.4.3 På hospitalet (7)	75
4.4.4 Museer og gallerier (3)	78
4.4.5 Opsummering af kategorien "steder og miljøer"	79
4.5 EFFEKTIVISERING (6)	80
4.5.1 Rapporter og undersøgelser	80
4.5.2 Opsummering af effektivisering	84
4.6 SKANDINAVISK LITTERATUR	85
4.6.1 Bøger om kunst, kultur og sundhed	85
4.6.2 Center for Research in Music and Health (CREMAH)	85
4.6.3 CEDOMUS	86
4.6.4 Center for Music in the Brain	89
4.6.5 Den kulturella hjärnan	89
4.6.6 Andre publikationer der er relevante for kultur- og sundhedsfremmeområdet:	89

4.6.7 Opsummering af skandinaviskproget litteratur.....	90
5. KONKLUSION.....	91
6. BIBLIOGRAFI.....	93

1. RESUMÉ

1.1 Introduktion

Reviewet præsenterer en opdateret systematisk gennemgang af den internationale litteratur inden for kultur og sundhedsfeltet (*Arts and Health*). Formålet med denne gennemgang er at dokumentere undersøgelser, der kan understøtte og informere om værdien af kunst- og kultur tiltag i social- og sundhedssektoren.

1.2 Baggrund

Der findes ikke, til dato, en evidensbase for kultur og sundhed i en dansk kontekst. I et forsøg på at samle viden, der antageligt kan bidrage til nogle af de samfundsmæssige udfordringer i social- og sundhedssektoren, undersøger dette review den eksisterende litteratur inden for kultur og sundhedsfeltet. Reviewet har ikke til hensigt at være den endelige evidensbase for kunst- og kulturinterventioner til sundhedsfremme, men at være relevant for Nordjysk Center for Kultur og Sundhed ved Aalborg Universitet (NOCKS – et samarbejde mellem Region Nordjylland, Aalborg Kommune, Aalborg Universitetshospital og Aalborg Universitet) med særlig henblik på at udvikle fagspecifik viden, kompetencer og tværfaglige samarbejder mellem aktørerne i feltet samt at belyse sammenhænge mellem kultur og sundhed.

1.3 Metode

Reviewet undersøger vigtige kunst- og kulturinterventioner, der kan bidrage til:

- kliniske effekter til gavn for patienter med forskellige sygdomme og diagnoser
- forbedring af mental sundhed og øget trivsel blandt diverse borgergrupper
- udvikling af faglige kompetencer blandt sundhedsfagligt personale
- positiv virkning på og i social- og sundhedsmiljøer
- effektivisering af indsatser og interventioner
- kendskab til skandinaviskproget litteratur om kultur og sundhed

Følgende databaser blev brugt til søgningen:

- Cochrane Library
- Primo
- Ebscohost
- ProQuest
- Web of Science,
- CINAHL
- PsycInfo
- PubMed
- Design & Applied Arts Index

Håndplukkede artikler er også inkluderet i reviewet.

Engelsksprogede søgeord inkludererede blandt andet:

arts engagement and health; arts engagement and hospital; arts engagement and recovery; arts hospital and evidence; arts in hospitals; arts wellbeing; evidence-based health practice; participatory arts for wellbeing; poetry health; literature health; dance health; singing health; ;community arts health; arts health cost-effectiveness; creative art or creative activity and health and hospital and recovery; arts mental health.

1.4 Hovedresultater

Effekten af kunst- og kulturaktiviteter på personer med sygdomme og diagnoser

Reviewet har identificeret undersøgelser der viser, at kunst- og kulturtiltag har ført til positive og pålidelige kliniske og psykologiske resultater på en række sygdomme og diagnoser.

Undersøgelserne dokumenterer forbedret mental sundhed på forskellige niveauer og blandt effekter er bedre coping, færre negative følelser, øget livskvalitet, forbedret trivsel, reduktion i angst, bedre kropsforståelse, reduceret agitation, positive distraktioner, forbedret social interaktion, reduktion af stress, øget selvtillid og selvværd, lavere depressions-niveau, større håb og forbedret evne til forbinde sig med værdifulde dele af sig selv.

Relateret til den fysiske sundhed viste undersøgelserne diverse fysiske forbedringer blandt andet øget funktionskapacitet, øget oxytocin-niveau, mindre træthed, lavere kortisol-niveau,

forbedret vokale færdigheder, mindsket forringelse af stemmebåndets funktion, bedre respiratorisk funktion, reducerede smerter, reduktion i udmattelse, forøget aktivitet, afværgelse af øget medicin forbrug, forstærket kognitiv funktion og reduktion af fysiologisk stress.

Effekten af deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter på mental sundhed

Det fremgår af undersøgelserne, at der er god og varieret dokumentation og evidens for at deltagelse i kunst-, kultur- og kreative aktiviteter kan fremme mental sundhed. Deltagerne i undersøgelserne er mennesker med psykiske lidelser og raske mennesker uden nogen form for diagnose eller sygemelding.

Effekterne rapporteres både som subjektive følelser af øget selvtillid og trivsel, at være en del af fælleskabet, at opbygge nye sociale relationer, at deltage i meningsfulde aktiviteter, at forbedre selvværdet, at forøge motivation og aspiration, at skabe forbindelse mellem krop og sind, at mindske depression, at fremme afslapning, at opbygge selvtillid, at fremme håb og at udvikle nye coping-mekanismer.

Fysiologiske effekter rapporteres som reduceret kortisol-niveau, forbedring af psyko-metriske målresultater, reduceret blodtryk og styrket immunforsvar. Positive samfundsmæssige bidrag som forbedret social kapital, sociale og ergo-aktivitetsmæssige muligheder, nye fremtidsmuligheder og øget engagement i fælleskaber rapporteres også som resultater i denne kategori.

Effekten af deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter på forskelligartede grupper af mennesker

Undersøgelserne viser effekten på mangfoldige målgrupper (krigsveteraner, børn på hospitalet, sundhedsfagligt personale, ældre og folkesundhed), som har deltaget i kunst og kulturaktiviteter i forskellige situationer.

De dokumenterede effekter af deltagelse blandt andet som forbedret fysisk og psykisk rehabiliteringsproces, øget selvtillid og trivsel, reduceret stress, reduktion af præoperativ stress, nemmere indtagelse af medicin, mindsket nervøsitet, nedsættelse af smerte og kvalme, forbedret mental sundhed, øget livskvalitet, empowerment, forebyggelse af sygdom, øget selvværd og bedre fysisk sundhed.

Andre rapporterede effekter er forbedret reintegration i samfundet, oplevelse af positive fællesskaber, forbedret arbejdsmiljø, øget organisatorisk engagement, forbedret arbejdsindsats, opbyggelse og styrkelse af relationer, positiv social inklusion og ny læring.

Der blev også fundet korrelation mellem deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter, god sundhed, trivels og dødelighed i lande som Sverige, Norge, Danmark, Australien, Finland, Storbritannien. Undtagelsen er Schweiz, hvor der ikke blev fundet en sammenhæng.

Effekten af kunst- og kulturaktiviteter på steder og miljøer

I kategorien "steder og miljøer" er palliativ pleje, hospice, plejehjem, medicin- og sygeplejeuddannelse, hospitaler og museer/gallerier repræsenteret som lokaliteter, hvor kunst- og kulturaktiviteter finder sted. Resultaterne (og effekterne på deltagerne) rapporteres som øget social interaktion, fællesskabsdannende, en måde at stimulere nye temaer på, lindring af smerter, mulighed for at udtrykke følelser, skaber håb, gavnlige effekt på præoperativ angst, øget trivsel, forbedring af lykkefølelse og forbedring af selvvurderet angst.

Resultaterne viser også, at kunst og kulturaktiviteter kan være med til at dække æstetiske behov og bidrage positivt til hospitalet som et fysisk miljø og reducere stress hos patienter, medarbejdere og familiemedlemmer, og at museer/gallerier kan spille en vigtig rolle som et sundsfremmende miljø.

Effektivisering

Som det fremgår af undersøgelser og rapporter i denne kategori, er der adskillige forsøg på at estimere samfundsmæssige besparelser relateret til brugen af kunst- og kulturaktiviteter som indsatser og tiltag i social- og sundhedssektoren. Med fokus på folkesundhed, brugen af kunstterapi, korsang, kunst og kultur på hospitalet samt kultur på recept rummer litteraturen både antagelser om og dokumentation af faktuelle besparelser. Det konkluderes overordnet set, at evaluering af omkostningseffektiviteten inden for kultur og sundhedsfeltet er en udfordring, og der opfordres til en større koordineret indsats for at måle virkning og effekt. Endvidere fremhæves det, at yderligere forskning kan være med til at danne en bedre forståelse af sammenhængen mellem kunst-kultur deltagelse og sundhed, som igen kan danne grundlag for samfundsmæssige besparelser.

Skandinaviskproget litteratur

Kategorien skandinaviskproget litteratur rummer en række forskellige eksempler på litteratur, der er relevant for kultur og sundhedsfelt. Den skandinaviske litteratur handler især om musikkens brug og indflydelse i sundhedsrelevante sammenhænge. Det skyldes, at der i Skandinavien primært har været fokus på musik som et redskab til forebyggelse, behandling, rehabilitering og lindring frem for andre kunstformer. En anden sandsynlig årsag er, at der ikke findes skandinaviske tidsskrifter med fokus på praksis og forskning inden for kultur og sundhedsområdet og dermed ikke publiceringsmuligheder på skandinaviske sprog.

1.5 Konklusion

Dette review inkluderer **179 artikler** fra den internationale litteratur om kultur og sundhed (ekskl. skandinavisk litteratur på nordiske sprog). Den systematiske gennemgang af litteraturen fremhæver værdien af kunst- og kulturaktiviteter som kliniske, terapeutiske og rammesatte tiltag og præsenterer god evidens for fordele ved kunst- og kulturaktiviteter og interventioner til sundhedsfremme.

Reviewet påpeger, at der i kliniske sammenhænge er god dokumentation for at kunst-, kultur- og kreative aktiviteter kan have en positiv effekt på både psykisk og fysisk sundhed. Det er også veldokumenteret, at både terapeutiske og andre rammesatte interventioner har en signifikant positiv terapeutisk effekt på mental sundhed.

Reviewet fremhæver som afgørende aspekter af kunst- og kulturbidrag til sundhedsfremme, at disse kan:

- Føre til positive psykologiske og somatiske ændringer i kliniske kontekster
- Bidrage med positive terapeutiske virkninger på mental sundhed
- Forbedre arbejdsglæde og trivsel på arbejdspladsen for sundhedsfagligt personale
- Fremme positive relationer mellem patienter og sundhedsfagligt personale
- Forbedre muligheder i psykiatrien og i recovery-orienteret behandling
- Bidrage til folkesundheden

Endvidere dokumenterer reviewet, hvordan diverse kunstformer bruges i bl.a. effektundersøgelser, i behandling af somatiske sygdomme, til lindring af symptomer, i terapeutiske tiltag og til at forbedre livskvalitet og mental sundhed hos forskellige

borgergrupper med mange forskellige sundhedsproblemer. Denne dokumentation er med til at tydeliggøre den eksisterende alsidige brug af kunst- og kulturaktiviteter til sundhedsfremme, og den sætter fokus på de mange fremtidige muligheder der er for at gøre brug af kunst- og kulturaktiviteter på diverse social- og sundhedsområder.

I Staricoffs systematiske review fra 2004 diskuteres det, om forskellige kunstformer har forskellige effekter på patienter, og her findes der primært dokumentation for den effekt musikken havde. Nærværende review har også fundet talrige undersøgelser, der dokumenterer effekten af musikaktiviteter og -interventioner, og det kan konkluderes at musik er den kunstform, der har den største dokumenterede effekt på psykisk og fysisk sundhed.

Musik kan alligevel ikke udpeges som én specifik kunstform, der har en mere gavnlig effekt på sundheden end andre. Der findes ikke teoretisk eller videnskabeligt belæg for, at én kunstform skulle være mere gavnlig end en anden, da der ikke foreligger nogen sammenlignende effektundersøgelser. Yderlig forskning er nødvendig for at forstå og eventuelt måle, hvordan forskellige kunstarter kan have en større eller mindre positiv effekt i forhold til specifikke diagnoser, sygdomme, mental sundhed, borgergrupper osv.

Desuden viser mange af undersøgelserne, at deltagelse i aktiviteter er fællesskabsdannende og derfor kan være en katalysator for social kapital, og der findes dokumentation af de formodede økonomiske gevinster ved brugen af kunst- og kultur aktiviteter i sundhedssektoren.

Størstedelen af de systematiske reviews, der er inkluderet i dette review konkluderer, at forskelle i research-designs besværliggør sammenligninger af undersøgelserne. Kvaliteten af forskningen på området skal også forbedres.

Det traditionelle fokus på evidensbaseret praksis i sundhedsregi er et dilemma for kultur- og sundhedsfeltet, som på mange måder, især i en dansk kontekst, befinder sig i støbeskeen. På dette stadie kan vi derfor med fordel fokusere på udviklingen af praksismodeller, pilotundersøgelser, diskurser, samarbejdsformer osv. i stedet for at have entydigt fokus på at producere evidens. Initiativer i feltet bør derfor ikke forstås som kortsigtede "regnestykker", men som langsigtede investeringer i indsatser, der kan supplere eksisterende social- og sundhedstiltag, i og uden for kliniske rammer, og indsatser som både kan bidrage til at forbedre folkesundheden og fokusere på specifikke målgrupper og særlige sundhedsudfordringer.

Anbefalinger for fremtidig forskning

Det anbefales, at der igangsættes forskningsprojekter med fokus på:

- Effekten af kunst- og kulturdeltagelse for folkesundheden i Danmark
- Effekten af kunst- og kulturaktiviteter som forebyggelse, behandling og rehabilitering i kliniske og ikke-kliniske sammenhænge
- Forståelsen af kunst- og kulturaktiviteter som en katalysator for fællesskaber, social inklusion og social kapital – og forståelsen af hvordan kulturinstitutioner kan være aktører i kultur- og sundhedsprojekter
- Opsamling af forskning i allerede eksisterende kultur- og sundhedsprojekter

2. INDLEDNING

2.1 Baggrund for feltet

Kultur og sundhed er en fællesbetegnelse for et felt, der omfatter en række praksisser primært inden for socialomsorg, sundhedspleje, patientforeninger og i lokalsamfundet, der sammenbringer faglig viden og færdigheder fra både kunst- og kulturområdet og det sundhedsfaglige område. Formålet er at fremme sundhed og trivsel gennem deltagelse i kunst- og kulturelle aktiviteter, som varierer fra enkeltstående begivenheder til langsigtede programmer, og hvor fokus kan være både på fysisk og psykisk sundhed.

Kultur- og sundhedsfeltet indbefatter forskellige kunstformer såsom dans, musik, teater, billedkunst, litteratur osv.

Forskellige nationale forhold/kontekster og udviklingsfaser dominerer dette internationale fagfelt, og kendetegnende for det er en variation i omfang og i praksis, forskning og politisk opbakning. I en dansk kontekst er det et relativt nyt forsknings-, videns- og praksisfelt.

2.2 Praksis

Feltet spænder vidt fra kliniske miljøer som hospitaler til steder, der er forankret i socialektoren, eksempelvis væresteder for psykisk syge, plejehjem og kommunale tiltag. Patientforeninger og interesseorganisationer er også aktører inden for området.

Praksis i feltet varierer og er kendetegnet ved mangfoldige projekter og programmer med forskellige målsætninger. For eksempel er der i en klinisk tilgang fokus på behandlingsorienterede interventioner, men aktiviteter foregår også inden for løsere rammer, hvor praksis ikke er en del af etablerede terapeutisk eller behandlingstiltag. Her er det selve kunst- og kulturaktiviteten, der er i fokus, og det terapeutiske kan opleves som en følgevirkning af deltagelse.

Eksempler på denne praksis i det nordjyske er blandet andet Kulturvitaminerne, som er et rammesat "kultur på recept"-program, hvor stress-, angst- og depressionsramte borgere har mulighed for at deltage i et 10 ugers kulturprogram. Aktiviteterne inkluderer korsang, guidet fælleslæsning, museumsbesøg, osv. med det formål at forbedre deltagernes mentale sundhed (Aalborg Kommune 2016). Erindringsdans er brugt på diverse plejehjem, hvor beboerne danser til kendte melodier. Erindringsdans tager udgangspunkt i en socialpædagogisk tankegang med

fokus på fælleskabet, den gode oplevelse og reminiscenstanken, der bygger på at genopfriske deltagernes erindringer og følelsesliv (Eckermann 2016).

Praksis forgår endvidere i forskellige sammenhænge, som inkluderer praksis med et forskningsafsæt, hvor formålet er at måle effekten af en intervention og forstå nogle sammenhænge mellem deltagelse, kunstform og sundhed. Praksis kan også være med henblik på at skabe fællesskaber baseret på deltagelse eller med formålet at række ud til en gruppe med specifikke sundhedsudfordringer, der kan hjælpes eller lindres ved deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter (Clift & Camic 2016).

2.3 Forskning

Forskning i feltet kan spores tilbage til slutning af 1980'erne, men det var først i begyndelsen af 2000'erne at feltet for alvor begyndte at tiltrække forskere fra forskellige discipliner, herunder humaniora og det sundhedsvidenskabelige område. En række universiteter i forskellige lande har etableret institutter dedikeret til forskning i kultur og sundhed som et tværfagligt praksisfelt (Jensen 2017). I de sidste 15 år er den evidensbaserede effekt af kunst og sundhedstiltag i stigende grad blevet dokumenteret, og metodologi og forskningsmetoder afspejler denne tendens.

3. METODE

3.1 Termer og definitioner

Creative Arts Therapy (CAT) kan oversættes til kreativ kunstterapi og kan forstås som et begreb, der omfatter både dans/bevægelse, musik, kunst, drama, yoga, og poesi som behandlingsformer.

Community-begrebet benyttes forholdsvis ofte i kultur og sundhedslitteratur og bliver i dette review oversat til og forstået som fællesskaber (f.eks. lokalsamfund, byområder, foreninger).

Danse/bevægelsesterapi er den psykoterapeutiske brug af bevægelse og dans til at understøtte og regulere intellektuelle, følelsesmæssige og motoriske funktioner via kroppen. Det er en ekspressiv terapiform, som fokuserer på sammenhængen mellem bevægelse og følelser.

Deltagelse skal forstås som både en aktiv tilgang som er participatorisk og som en mere passiv tilgang, fx det at være tilskuer til en event.

Emotional disclosure henviser til en terapeutisk teknik, hvor personer udtrykker følelser ved at tale eller skrive om de begivenheder, der har haft konsekvenser for dem.

Formålet med aktiviteten/intervention kan være terapeutisk defineret, eller der kan være fokus på oplevelsen af selve kunstformen.

Guidet fælleslæsning er en metode, som består af læsegrupper, hvor teksten bliver læst højt af en læseguide, som undervejs holder pauser, hvor tekstens handling og tema bliver diskuteret.

Kultur-begrebet er svær at lave en kritisk afgrænsning af, og i dette review anskues det bredt fra livsformer, traditioner og fælleskaber til yoga, madlavning og natur – og som et socialt sammenspil, der tilskriver verden mening og har en myriade af fortolkninger i både samfund og mellem samfund. Til trods for den brede forståelse af kulturbegrebet, er der i dette review primært fokus på kultur som kunstformer, der bl.a. inkluderer: dans, sang, musik, litteratur/poesi, billedkunst, scenekunst, mm.

Kunstterapi er en behandlingsform, som bruger maling, tegning, ler, bevægelse, rollespil og leg med den særlige hensigt at opdage eller genopdage ressourceområder i psyken, som af den ene eller den anden grund er uden for almindelig rækkevidde.

Mixed-metode er en forskningsmetode hvor forskellige kvalitative og kvantitative metoder integreres i forskningen, hvor der er behov for at validere og dokumentere resultaterne af en undersøgelse, eller for at styrke analysedesignet med brug af flere metodiske tilgange.

Musikterapi er en videnskabeligt baseret behandlingsform hvor udgangspunktet er musikkens evne til at skabe og regulere kontakt, kommunikation og relation, og hvor kognitive, fysiske, sproglige og sociale funktioner kan trænes, forbedres og udvikles.

Sundhed anskues fra et bio-psyko-socialt perspektiv og som en tilstand, der er fluktuerende og i konstant forandring afhængig af sociale, psykologiske og biologiske faktorer.

3.1.2 Forkortelser

CAT - Creative Arts Therapy

MME – Designed Music Environment

MTC - Music Therapeutic Caregiving

NHS - National Health Service

RCT - Randomised Controlled Trail

SRH - Self Rated Health

SOW – Sound of Wellbeing

QoL - Quality of life

3.2. Søgestrategi

Databaser der blev brugt til søgningen, inkluderer: Cochrane Library, Primo, Ebscohost, ProQuest, Web of Science, CINAHL, PsycInfo, PubMed, Design & Applied Arts Index.

De følgende engelsksprogede søgeord er benyttet:

“arts engagement” AND “health, “arts engagement” AND “hospital”, “arts engagement” AND “recovery”, “arts hospital” evidence, “arts in hospitals”, “arts wellbeing”, Evidence-based health practice, participatory arts for wellbeing, “poetry health”, “literature health”, “dance health”, “singing health”, “community arts health”, arts health cost-effectiveness”, "Creative art" OR "Creative activity" AND health AND hospital AND recovery”, “arts mental health”

Søgeresultaterne identificerede **1679 artikler** og efter en nærmere finsortering og gennemgang, blev **179 artikler** godkendt inden for inklusionskriteriet (som ikke inkluderede skandinavisksproget litteratur). Inklusionskriteriet for artiklerne var, at de havde empirisk indhold og var peer-reviewed

Ud over resultaterne fra databaserne er der også inkluderet håndplukkede artikler, som ikke kom op under søgningen, men som ikke desto mindre er relevante at inkludere i reviewet. Efter hver kategori angives i parentes hvor mange artikler, der omtales.

Et separat afsnit med skandinavisksproget er inkluderet og indeholder både artikler, rapporter og bøger, som er håndplukkede.

4. RESULTATER

Resultatet af litteraturgennemgangen er inddeling i temaer og kategorier, hvor kategorierne er følgende: *sygdomme/diagnoser, mennesker, steder og effektivisering.*

Under **sygdomme/diagnoser** indgår temaerne: *kræft, HIV, kardiovaskulære sygdomme, fibromyalgi, kroniske sygdomme/smerter (KOL, CFS/ME kronisk træthedssyndrom, multipel sklerose, kroniske smerter), erhvervede hjerneskader, PTSD, skizofreni, stress, depression, Parkinsons og demens.*

Under **mental sundhed** indgår temaerne: *trivsel, livskvalitet, kultur på recept, social inklusion, psykiatri og recovery.*

Kategorien **mennesker** består af: *krigsveteraner, sundhedsfagligt personale, børn på hospitalet, ældre og folkesundhed.*

Under kategorien **steder og miljøer** indgår: *palliativ pleje/hospice/plejehjem, medicinsk uddannelse, hospital, museer/gallerier.*

I kategorien **effektivisering** gennemgås litteratur, der diskuterer omkostningseffektive perspektiver i brugen af kunst og kultur i sundhedssammenhænge.

4.1 SYGDOMME/DIAGNOSER

I denne kategori omtales artikler om undersøgelser af hvordan kunst, kultur og kreative aktiviteter kan have en effekt i forhold til forskelligartede sygdomme og kliniske diagnoser.

4.1.2 Kræft (16)

Kræft opstår, når unormale celler deler sig uden kontrol og vokser ind i de nærliggende organer. En kræftsygdom får som regel navn efter det organ, den er opstået i. Behandlingen er forskellig fra kræftsygdom til kræftsygdom. Kræftsygdomme har ofte en lang række negative psykiske følger.

I en pilotundersøgelse af kvinder med brystkræft og effekten af komplimenterede kunstterapi blev det undersøgt, om interventionerne kunne forbedre den mentale sundhed i et randomiseret studie (Puig et al. 2006). En kvalitativ-undersøgelse udforskede, om deltagelse i

kunst og kreative aktiviteter kunne øge den subjektive trivsel hos kvinder med kræftdiagnoser (Reynolds & Kim 2007). Også kunstterapi blev anvendt i en undersøgelse af, om denne terapiform havde en målbar effekt på smerte og andre almindelige forekommende symptomer hos indlagte kræftpatienter. Et quasi-experimentelt design blev brugt i undersøgelsen (Nainis et al. 2006).

Resultaterne viser at meningsskabende kreative aktivitet kan være med til at forstærke psykosociale ressourcer såsom at vende fokus mod positive livserfaringer, et forstærket selvværd og identitetsopbygning, ved at skabe muligheder for at demonstrere kontinuitet, udfordring og præstation (Reynolds & Kim 2007). Brugen af kunstterapi resulterede i statistisk signifikant reduktion i 8 ud af 9 symptomer målt med Edmonton Symptom Assessment Scale (ESAS), og der var signifikante forskelle i de fleste af domænerne, der blev målt med Spielberger State-Trait Anxiety Index (STAI-S). Patienterne udtrykte, at de havde det godt med terapien og ville gerne fortsætte (Nainis et al. 2006).

I en oversigt over kreative kunstterapi (Creative Arts Therapies- CATs) med formålet at etablere effekten af brugen af denne terapiform hos kræfttramte, fandt man 27 studier som inkluderede RCT undersøgelser hvor angst, depression, smerte, træthed og eller livskvalitet var målt med en præ- og post intervention. CATs viste sig at kunne bruges til at reducere angst, depression, smerte symptomer og forbedre livskvalitet hos kræftpatienter, men denne effekt reduceres ved follow-up (Puetz et al. 2013).

Dans/bevægelsesterapi blev også brugt i et RCT-effektpilotstudie, som inkluderede en 12 ugers intervention, der hvor Breast Cancer Quality of Life (FACT-B), Shoulder Range of Motion (ROM) og Body Image Scale blev anvendt som måleredskaber for at forstå om, et danseprogram kunne være med til adressere fysiske og psykiske behov for kvinder efterfølgende behandling for brystkræft (Sandel et al. 2005). Et RCT-studiet med kvinder med brystkræft brugte dans/bevægelsesterapi med formålet at lære kvinderne at acceptere og genoprette et forhold til deres krop, opbygge selvtillid, forbedre selvudtryk og adressere følelser som isolation, depression, angst og frygt mere konstruktivt (Bradt et al. 2015). Hos kvinder, der deltog i et danse/bevægelsesprogram efter behandling for brystkræft, blev den brystkræft-specifikke livskvalitet forbedret. Dog er større studier nødvendige for at afgøre, om denne terapiform kan accepteres som en del af plejen for overlevende af brystkræft (Sandel et al. 2005). Livskvaliteten (QoL) hos deltagerne i danse/bevægelsesterapi indikerer en forbedring, men resultaterne viser sig at ikke have en effekt på kvindernes opfattelse af deres kropsimage. Der kan ikke konkluderes om danse/bevægelsesterapi har en psykologiske og fysiologisk effekt på

kræftpatienter på grund af den begrænsede forskning og studier inden for området (Bradt et al. 2015).

Et kvalitativt interview-studie undersøgte kræftpatienters forståelse af musikkens rolle i coping og trivsel (Ahmadi 2013). En kohort-undersøgelse havde som formål, at finde ud af om deltagelse i kulturelle aktiviteter som biograf- og teaterbesøg, museum- og galleribesøg samt musikkoncerter havde en sammenhæng med kræftrelateret dødelighed (Bygren et al. 2009). Vigtigheden af nøje at overveje hvilken slags musik, der bruges til kræftpatienter som deres coping-strategi, fremhæves, idet musik kan være henholdsvis skadeligt eller nyttigt afhængig af patientens situation (Ahmadi 2013). Resultater viser, at personer der sjældent eller nu og da deltager i kulturaktiviteter er mere tilbøjelige til at dø af kræft i løbet af opfølgningsperioden end personer, som hyppigt deltager i sådanne aktiviteter. Effekten er dog kun observeret blandt beboere i byområder (Bygren et al. 2009).

Amerikanske forskere har publiceret en oversigt over kliniske undersøgelser i brugen af musikterapi til kræftpatienter med det formål at sammenligne musikterapeutiske interventioner eller musik-medicinske interventioner og standardpleje med standardpleje alene eller med andre (ikke musik-baserede) interventioner for kræftpatienter. Alle RCT undersøgelser blev inkluderet samt quasi-randomiserede undersøgelser af musikinterventioner, der havde som mål at forbedre psykologiske og fysiske resultater hos kræftpatienter. Det systematiske review indikerede, at musikinterventioner kan have en positiv effekt på angst, smerte, humør og livskvalitet hos kræftpatienter. Endvidere kan musik have en lille effekt på hjerterytme, blodtryk og respiratorisk rytme. Resultaterne bør dog tolkes med forsigtighed, da mange undersøgelser var med høj risiko for bias (Bradt et al. 2011). I en anden oversigt over anvendelsen af musikterapi i kliniske sammenhæng blev der fundet 12 studier i perioden 2001 til 2011, der inkluderede 922 kræftpatienter. Studierne var enten RTC eller gennemført inden for pædiatrisk onkologi. Resultaterne af oversigten viste, at brugen af musikterapi som en del af en integrerede behandling af kræft er en terapeutisk mulighed, der har 'salutogenetisk' potentiale - såsom midlertidige humørforbedringer og øget afslapning, reduktion i udmattelse af angst samt bedre coping-mekanismer til at forholde sig til kræft og relaterede smerter (Boyde et al. 2012). En mixed-metode effektundersøgelse evaluerede virkningen af fotokunst hos indlagte kræftpatienter og søgte afkode patienternes præferencer for kunstmotiver (Hanson et al. 2013). Museumsobjekter blevet brugt i en kvantitativ-undersøgelse, hvor indlagte kvindelige kræftpatienter fik mulighed for at håndtere og diskutere et museumsobjekt med en facilitator i et forsøg på at dokumentere effekt på følelser, trivsel og lykkefølelse (Thomson et al. 2012).

Et andet studie brugte Photovoice¹ til undersøge effekten i forhold til unge, der overlevede kræft som børn. Ligeledes undersøgtes effekten på deres familie (Yi & Zebrack 2010). Et studie undersøgte om det at tegne kunne bruges som et redskab til at forstå oplevelsen af brystkræft. En præ- og post tegning produceret af patienterne under teamet 'min kræft' var inkluderet i en body-mind-spirit (BMS) psykosocial intervention (Ho et al. 2010). Kvinder med brystkræft deltog sammen med deres partner i en kvalitativ-undersøgelse af deres respons til brugen af kreative udtryksøvelser for at skabe en fælles opfattelse af oplevelsen af kræft (Fergus et al. 2016). Et pilotstudie brugte en mixed-metode til at undersøge, om korsang havde en effekt på livskvalitet og lungefunktionen hos personer, der har overlevet kræft samt effekten på deres plejere (Gale et al. 2012).

Patienters præferencer for fotokunst er påvirket af de psykofysiske og psykologiske kvaliteter af fotoerne, og de mest foretrukne var billeder med solnedgang over en sø, stenet å og efterårsvandfald. Sygeplejesker kan have en aktiv rolle i patients ophold på hospitalet ved at bruge distraktions- og restaurerings interventioner (Hanson et al. 2013). Niveauet af positive følelser, trivsel og lykkefølelse var signifikant øget hos ikke-kontrolgruppe patienter, der deltog i undersøgelsen. Undersøgelsen konkluderede, at der er belæg for en fremtidig brug af museumsobjekter i sundhedsregi (Thomson et al. 2012). Photovoice anbefales som en brugbar metode at unge, der har overlevet kræft og at de får målrettet undervisning i sociale relationer samt at der foranstalles støtte til familier og facilitering af en familiedialog (Yi & Zeback 2010).

Sammenligningen af præ- og postintervention viste, at tegninger ændres afhængig af emne og ledsagende følelser. Samlet set var der en tendens i retning af en mere fredelig og håbefuld holdning. Gennem brug af realistiske og symbolske billeder skulle deltagerne spejle en række følelser. Begrænsninger og anbefalinger for brugen af kunst som et vurderingsværktøj og intervention er adresseret (Ho et al. 2010), og foreløbige data antyder, at korsang kan forbedre QoL og depression trods det, at man ikke registrerer fysiologiske ændringer i de overlevende kræftpatienter og deres plejere. Korsang tilbyder en støtte for kræftpatienter, plejere og kan være relevante for andre kroniske tilstande. Yderlig forskning undersøger effektiviteten af denne intervention i et større kontrolleret studie, er begrundet (Gale et al. 2012).

¹ Photovoice er en gruppe analysemetode kombinere fotografering med socialhandling, og er almindeligt anvendt inden for udvikling af lokalsamfundet, folkesundhed og uddannelse. Deltagerne bliver bedt om at repræsentere deres lokalsamfund eller udtrykke deres synspunkter ved at fotografere scener, der fremhæver forskningstemaer. Disse fotografier fortolkes, og fortællinger kan udvikles, at forklare, hvordan billeder fremhæve et bestemt forskningstema. Fortællingerne bruges til bedre at forstå samfundet og hjælpe med at planlægge sundhed eller sociale programmer, adresse samfund har brug for. Photovoice er ofte brugt i arbejdet med marginaliserede grupper for få indsigt i, hvordan de konceptualisere deres situation og håb for fremtiden.

Et online kunstneriskprogram tilbyder en ny tilgang til at støtte de dyadiske coping-processer for unge par, der er ramt af brystkræft med at finde et fælles udtryk for sygdommen. Deltagerne synes om programmet og oplevede en fordel ved at deltage (Fergus et al. 2016).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter inden for kræft

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet kræft har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, og effekten ansues som følger:

Forstærket psykosociale ressourcer og øget selvværd blev rapporteret som positive effekter af deltagelse i kreativ aktivitet for kræftramte kvinder (Reynolds & Kim 2007).

Reduktion i udmattelse var et resultat af deltagelse i kunstterapi (Nainis et al. 2006) og musikterapi (Boyde et al. 2012) for indlagte kræftpatienter.

Forstærket identitet blev forbundet med deltagelse i kreative aktiviteter for kræftdiagnosticerede kvinder (Reynolds & Kim 2007).

Bedre coping-mekanismer blev rapporteret som et potentiale ved deltagelse i musikterapi (Boyde et al. 2012).

Reduktion i smertesymptomer blev målt hos kræftpatienter, der deltog i kunstterapi (Nainis et al. 2006) og musikinterventioner (Bradt, 2011).

Positiv effekt på angst blev målt hos kræftpatienter, der deltog i CAT (Puezt et al. 2013) og i musikaktiviteter (Bradt, 2011).

Reduktion i depression blev rapporteret af kræftpatienter, der deltog i CAT (Puezt et al. 2013) og korsang (Gale et al. 2012).

Forbedret livskvalitet blev rapporteret som en positiv effekt af deltagelse i danse/bevægelsesterapi for kvinder med brystkræft (Sandel et al. 2005, Bradt et al. 2015), deltagelse i musikinterventioner (Bradt, 2011) og korsang (Gale et al. 2012).

Distraktion kunne registreres som havende en positiv virkning ved brug af fotokunst hos indlagte kræftpatienter (Hanson et al. 2013), og **Photovoice** som redskab viste potentiale til at støtte unge overlever af kræft og deres pårørende (Yi & Zeback, 2010).

Bedre trivsel og lykkefølelse var effekten af deltagelse i et projekt, hvor patienter håndterede og diskuterede museumsobjekter (Thomson et al. 2012).

4.1.3 HIV – Human immunodeficiency virus (3)

HIV er et virus, der nedbryder en vigtig del af immunforsvaret, hvilket betyder, at kroppen får svært ved at forsvare sig mod andre sygdomme og infektioner.

Reviewet identificerede tre artikler under temaet HIV. I en RCT undersøgte man, hvorvidt det at skrive om følelsesmæssige emner sammenlignet med at skrive om neutrale emner havde en virkning på CD4+ lymphocyte tal og HIV viral belastning blandt HIV- inficerede (Petrie et al. 2004). En pilotundersøgelse, der brugte NCP intervention (Narrative Competence Psychotherapy), undersøgte, om det at udtrykke sig skriftligt havde en positiv indvirkning på det psykologiske funktionsniveau hos individer, der lever med HIV (Peterkin et al. 2013). I en kvalitativ pilotundersøgelse søgte man at finde ud af, om kunst- og kulturbaserede aktiviteter kunne forbedre trivslen blandt mænd, der var smittet med HIV (Teti et al. 2016).

Resultaterne viser, at deltagerne fandt værdi i at skrive, og at disse aktiviteter kan gavne HIV patienter (Petrie et al. 2004). At have mulighed for at udtrykke sig skriftligt havde også positive psykologiske virkninger såsom perspektivændringer og bedre coping (Peterkin et al. 2013), og kunst- og kulturaktiviteter kan være med til at adressere og nedbryde stigmatisering blandt HIV smittede (Teti et al. 2016).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter i forhold til HIV

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet HIV, har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, og effekten ansues som følger:

Bedre coping blev rapporteret af deltagere i et skriveprojekt (Peterkin et al. 2013).

Bedre psykologisk funktionsniveau blev fundet hos deltagere, der fik mulighed for at arbejde med et skriftligt udtryk (Peterkin et al 2013).

Nedbrydning af stigmatisering blev fundet blandt HIV smittede mænd, der deltog i et kunst/kulturprojekt (Teti 2016).

4.1.4 Kardiovaskulære sygdomme (3)

Personer med kardiovaskulære sygdomme har ofte en uhensigtsmæssig sundhedsadfærd samt nedsat funktionskapacitet.

Under temaet 'patienter med kardiovaskulære sygdomme' findes tre artikler, der er relevante i en kultur- og sundhedssammenhæng. Den ene er baseret på et 'community'-observationsstudie, hvor data fra en RCT bruges til at undersøge forbindelsen mellem deltagelse i kunst og kulturelle aktiviteter, sundhedsadfærd og den mentale sundhed i socialt belastede områder i London (Renton et al. 2012). Den anden artikel er baseret på en femårig undersøgelse af, hvordan den traditionelle Hawaii-dans Hula indvirker på patienter i kardio-rehabilitering eller patienter, der havde undergået bypassoperationer. Undersøgelsens resultater er baseret på en klassisk tematisk triangulationsanalyse (Maskarinec et al. 2014). En tredje artikel fokuser på musikkens rolle i 'recovery' for patienter, der har undergået åben hjertekirurgi. I en RCT undersøgtes niveauet af oxytocin i kroppen og den subjektive oplevelse af afslapning (Nilsson 2009).

Resultaterne af den første undersøgelse viser en sammenhæng mellem deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter, sundhedsadfærd og den mentale sundhed. Flere undersøgelser er dog nødvendige for at belyse forholdet mellem tilgang til sundhedsadfærd, mental sundhed og deltagelse i kunst og kulturaktiviteter (Renton et al. 2012). Hula-dans forbedrede patienternes funktionskapacitet, og aktiviteten tilbød et nyt, spirituelt forhold til det sociale miljø (Maskarinec et al. 2014). Brugen af musik ved sengeleje efter åben hjertekirurgi havde en positiv affekt på niveauet af oxytocin og selvoplevet afslapning (Nilsson, 2009).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter i forhold til kardiovaskulære sygdomme

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet kardiovaskulære sygdomme, har både kvalitative og kvantitative forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne og effekten anskues som følger:

Forbedret mental sundhed blev rapporteret som et produkt af deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter og viser en sammenhæng mellem deltagelse og sundhedsadfærd (Renton et al. 2012).

Øget funktionskapacitet blev fundet hos patienter, der deltog i hula-dans (Maskarinec et al. 2014).

Øget oxytocin-niveau blev målt hos patienter, der lyttede til musik efter åben hjertekirurgi og den subjektive afslapning blev rapporteret som øget hos patienterne (Nilsson 2009).

4.1.5 Fibromyalgi (4)

Fibromyalgi er en kronisk sygdom, hvor forstyrrelser i centralnervesystemet medfører, at de ramte lider af udbredte smerter, hurtig udtrætning, kognitive forstyrrelser i form af hukommelses- og koncentrationsproblemer samt en række andre symptomer.

Patienter med fibromyalgi, der medvirkede i et 'feasibility' studie blev trænet i brugen af teaterteknikker (krops- og stemmeudtryk), og de brugte disse teknikker i forbindelse med et stykke på scenen sammen med professionelle skuespillere, primært til at udtrykke følelsesmæssig respons på smerte (Horwitz et al. 2010).

En RCT målte stresshormoner før og efter brugen af danse/bevægelsesterapi hos kvindelige fibromyalgipatienter, hvor data var indsamlet over en periode på 14 måneder (Horwitz 2004).

I et forsøg på at identificere forskelligartede sundhedsfordele ved skriftlig tilgang blev Emotional Disclosure (ED) brugt i en undersøgelse om smertehåndtering. ED blev også brugt i en undersøgelse af, om ED kunne bruges til at reducere stress hos patienter med fibromyalgi og til at forbedre deres mentale sundhed. Aktiviteterne blev udført i hjemmet (Junghaenel et al. 2008). En anden undersøgelse søgte også at klargøre, om skriftligt udtryk kunne have en virkning på stress og negative følelser. En RCT blev brugt til at undersøge deltagernes humør og helbredsændringer (Gillis et al. 2006). Resultater af brugen af teaterteknikker i forbindelse med udtrykke følelsesmæssige respons på smerte viser, at en sammenhæng mellem emotionelle udtryk og formindsket smerte kunne observeres, og når patienter ikke var aktivt involveret i et teaterstykke blev deres selvestimerede smerter ikke formindsket (Horwitz, 2010). Brugen af drama og bevægelsesterapi viste en forandring i kortisol-niveauet, der var en anelse forskellige fra gennemsnitlige kortisol-niveauer mellem de to grupper ved baseline. Der var en forskel i de basale niveauer af hormonet mellem grupperne. Dog var niveauet af prolactin det samme i begge grupper. Drama/bevægelsesterapi havde en positiv indflydelse på patienternes egen vurdering af deres somatiske og psykiske symptomer (Horwitz 2003). Brugen af ED viste efter en tre-måneders follow-up, at de negative følelser hos patienterne, der var forbundet med den indledende fase, var forsvundet og undersøgelsen viser foreløbig evidens for, at ED kan hjælpe patienter med fibromyalgi (Gillis et al. 2006). Patienter klassificeret med 'interpersonal distress' (ID) oplevede en forbedring af mental sundhed, og reduktion i smerte og træthed. Denne bedring var større hos patienter med en højere uddannelse (Junghaene et al. 2008).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter i forhold til fibromyalgi

I undersøgelserne under temaet fibromyalgi har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, og effekten vurderes som følger:

Forbedring af/formindsket træthed viste sig at være en effekt af deltagelse i et projekt, hvor patienter brugte Emotional Disclosure (ED) til smertehåndtering (Junghaene et al. 2008).

Formindskede/færre negative følelser var forbundet med resultatet af brugen af ED hos patienter med fibromyalgi (Gills et al. 2006).

Positive indflydelse på deltagernes egen vurdering af deres somatiske og psykiske symptomer blev fundet hos patienter med fibromyalgi der deltog i drama/bevægelsesterapi (Horwitz 2004).

Formindskede/færre smerter blev rapporteret hos patienter med fibromyalgi som deltog i ED (Junghaene et al. 2008) samt hos de, der brugte teatertechnikker til at udtrykke følelser (Horwitz 2010).

4.1.6 Kroniske sygdomme/smerter (8)

Kroniske smerter og sygdomme kan påvirke mennesker både fysisk og psykisk. Nedenstående findes eksempler på undersøgelser, der inkluderer anvendelsen af kunst- og kulturaktiviteter for personer med forskelligartede kroniske lidelser og sygdomme.

Kronisk Obstruktiv Lungesygdom KOL (1)

KOL er en lungesygdom der obstruere luftvejene. Mange KOL-patienter lider af hoste og åndenød.

En mixed-metode undersøgelse omhandlede, hvorvidt deltagelse i et sangprojekt i 36 uger havde en virkning på respiratorisk funktion og selvrapporteret livskvalitet. Resultater fra undersøgelsen demonstrerede, at deltagelse i sangprojektet havde en forbedrende effekt, som fremstod trinvis i løbet af projektet. Den kvalitative del af undersøgelsen viste, at deltagerne var positive omkring mødet med andre KOL-patienter samt havde oplevet en forbedring i trivsel (Skingley et al. 2014).

CFS/ME kronisk træthedssyndrom (2)

Kronisk træthedssyndrom er en tilstand, hvor man har en unormal følelse af energisvigt og træthed over 6 måneders varighed, som hæmmer ens dagligdag. Betegnelsen syndrom betyder, at tilstanden er sammensat af en række forskellige symptomer og tegn.

En kvalitativ undersøgelse benyttede interviews og skriftelig journaler i et forsøg på at forstå meningen ved kreative skabelse for patienter, der lider af kronisk træthedssyndrom. Det blev undersøgt, hvorvidt disse kreative aktiviteter kunne have en indvirkning på deltagernes subjektive trivsel (Reynolds et al. 2008). I en anden kvalitativ-undersøgelse med fokus på identitet af personer der lider af kronisktræthedssyndrom, undersøgte man om deltagelse i kunst –og kulturaktiviteter kunne bidrage til en rekonstruktion af identiteten hos kvinder med CFS/ME. Interviews og reflekterende skriftlige beretninger blev brugt som fremgangsmetode (Reynolds & Vivat 2010).

Resultaterne viste, at det tog nogen tid før deltagerne opnåede positive livsstilsforandringer, og brugen/meningen med kreativ skabelse blev typisk først opdaget, når deltagerene havde accepteret den langsigtede karakter/forløb af CFS/ME. Kreativ skabelse kan være et redskab i en bredere accept- og justeringsproces i forhold til CFS/ME. Ligesom det kan skabe et psykologisk 'frirum' fra den afgrænsede livsverden (Reynolds et al. 2008). Nogle deltagere brugte kunst som en fritidsaktivitet, mens andre positivt identificerede sig selv som kunstnere og at kunstaktiviteter som følge heraf havde været med til at rekonstruere og reformulere denne identitet (Reynold & Vivat 2010).

Multipel sklerose (MS) (1)

Multipel sklerose er en kronisk, inflammatorisk, demyeliniserende sygdom i centralnervesystemet, der giver fysiske symptomer som træthed/mathed i kroppen, usikker balance, nedsat kraft i arme og ben samt føleforstyrrelser.

Et kvantitativt effekt-studie undersøgte, om deltagelse i kreative aktiviteter (akrylfarve, kollage, perle og strikke) kunne påvirke selvværd, håb, oplevelsen af støtte, handleevne til at leve med MS og at kunne kontrollere MS. De anvendte analyseinstrumenter inkluderede Rosenberg Self-Esteem Scale, the Herth Hope Index, the Modified Social Support Survey, the MS Self-Efficacy Scale og et socio-geografisk spørgeskema. Alle variablerne var signifikant positive hos MS patienterne efter deres deltagelse i det kreative program og havde en positiv virkning på både selvværd, håb, oplevelsen af støtte, handleevne til at leve med MS og handleevne til at kontrollere MS (Fraser & Keating 2014).

Kroniske smerter (4)

Emotional disclosure (ED) blev brugt i en undersøgelse med personer, der led af kronisk smerte. Formålet med undersøgelsen var findes ud af om, at udtrykke vrede kunne gavne kroniske smerteramte, og hvorvidt det kunne være med til at skabe mening (Graham et al.

2008). Et mixed-metode-studie målte, om en litteratur-baseret intervention kunne skabe psykologiske ændringer ved deltagelse i *Get into Reading* (GIR) (Billington et al. 2016). Personer med kroniske smerter deltog i en kvalitativ-undersøgelse om hvorvidt, det var muligt at deltage i kunst- og kreative aktiviteter på trods af smerte (Lynch et al. 2013). Kunstterapi blev brugt i en kvalitativ undersøgelse for at etablere om denne terapiform var brugbar som metode for, at kvinder bedre kunne håndtere deres kroniske smerter (Kelly et al. 2011).

Af resultaterne fremgår det, at ED havde en positiv virkning på at udtrykke vrede hos personer, der lider af kroniske smerter, især hvis det samtidigt var meningsskabende (Graham et al. 2008). Brugen af litteratur havde en positiv indvirkning på livskvaliteten, forbedret humør, fællesskabet og det skabte 'flow' (Billington et al. 2016). Kreative aktiviteter kan være med til at skabe transformation og robusthed (Lynch et al. 2013) og kan være en vigtig strategi for at styre kronisk sygdom samt bidrage til en følelse af reduceret smerte og øget trivsel hos personer med kroniske smerter (Kelly et al. 2011).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter for kroniske sygdomme/smerter

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet kroniske sygdomme/smerter, har mixed-metode, kvalitative, kvantitative forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, og effekten ansues som følger:

Bedre respiratorisk funktion blev rapporteret som effekt af deltagelse i et sangprojekt for KOL-patienter (Skingley et al. 2014).

Forbedret trivsel blev rapporteret som en effekt af deltagelse i et sangprojekt for KOL-patienter (Skingley et al. 2014) samt for mennesker med kroniske smerter, der deltog i kreative aktiviteter (Kelly et al. 2011).

Positive livsforandringer blev rapporteret af patienter med kronisk træthed, der deltog i kunst og kreative aktiviteter (Reynolds et al. 2008).

Reformuleret identitet var effekten hos nogle patienter med kronisk træthed, der deltog i kunst og kreative aktiviteter (Reynolds & Vivat 2010).

Bedre selvværd og håb blev rapporteret som en positiv virkning hos MS-patienter, der deltog i kreative aktiviteter (Fraser & Keating 2014).

Øget livskvalitet og forbedret humør blev positive effekter rapporteret af mennesker, som lider af kroniske smerter der deltog i et litteraturprojekt (Billington et al. 2016).

Robusthed var en af de positive effekter fundet hos patienter med kroniske smerter, der deltog i kunst og kreative aktiviteter (Lynch et al. 2013).

Reduceret smerte blev rapporteret som en effekt af deltagelse i kreative aktiviteter for patienter med kroniske smerter (Kelly et al. 2011).

4.1.7 Erhvervede hjerneskader (5)

En erhvervet hjerneskade - også kaldet en senhjerneskade - er en skade på hjernen, som opstår på grund af sygdom eller ulykke. Depressioner forekommer ofte hos mennesker med erhvervede hjerneskader, og adskillige undersøgelser har fokus på om deltagelse i kunst, kulturelle og kreative aktiviteter kan have en positiv indvirkning på den mentale sundhed og livskvalitet hos personer med erhvervede hjerneskader.

I en RCT undersøgelse af 150 patienter med erhvervede hjerneskader, modtog kontrolgruppen kunstterapi sammen med fysisk terapi to gange om ugen i fire uger på en rehabiliteringsafdeling for at eksaminere effekten på kognitive og fysiske funktioner, samt psykologisk trivsel og livskvalitet (Kongkasuwan et al. 2015). Et kvalitativt interview- og fokusgruppstudie undersøgte oplevelsen af deltagelse i kunstaktivitet hos personer med erhvervede hjerneskader samt mulige helbredelsesfordele i forhold til trivsel og livskvalitet (Beesley et al. 2011). Et andet kvalitativt studie adresserede mental sundhed hos patienter med erhvervede hjerneskader og undersøgte, om et one-to-one faciliteret kunstprogram havde en virkning på patienternes følelsesmæssige og mentale sundhed (Baumann et al. 2013). Resultaterne demonstrerede, at kunstterapi kombineret med fysisk terapi kan reducere depression signifikant samt øge fysiske funktioner og forbedre livskvalitet sammenlignet med fysisk terapi alene (Kongkasuwan et al. 2015). Implementering af et kunstprogram for personer med erhvervede hjerneskader viste sig at have en substantiel indflydelse på trivsel, selvtillid og livskvalitet hos de deltagende samt oplevelsen af at deltage i et fælleskab (Beesley et al. 2011). Den mentale sundhed blev forbedret hos deltagerne i et 'person-centred' kunstprogram og resulterede i en øget oplevelse af glæde og nydelse, kommunikation med kunstneren, mentale stimuli og læring samt at oplevelsen af at skabe forbindelse med værdifulde dele af sig selv (Baumann et al. 2013).

To artikler beskriver undersøgelser, der er undervejs. Den først er et 'feasibility' studie (undersøgelse af praktisk gennemførlighed) til en RCT undersøgelse af, om kreative

interventioner ved rehabilitering efter en hjerneblødning kan forbedre humør, selvværd, håb samt aspekter af den fysiske rehabilitering. Aktiviteterne planlægges og leveres af professionelle kunstnere på en afdeling med indlagte patienter i rehabiliteringsforløb (Morris et al. 2014). Et andet 'feasibility' studie undersøger, om der er basis for en RCT, der kan vurdere effektivisering af kreative aktiviteter i forhold til forbedringen af mental trivsel og selvtillid hos personer med erhvervede hjerneskader (Ellis-Hill et al. 2015).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter hos patienter med erhvervede hjerneskader

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet erhvervede hjerneskader, har både kvalitative og kvantitative forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, og effekterne anskues som følger:

Reduceret depression blev rapporteret som en effekt af deltagelse i kunstterapi kombineret med fysioterapi (Kongkasuwan et al. 2015).

At skabe forbindelse med værdifulde dele af sig selv var en effekt af deltagelse i et 'person-centred' kunstprogram (Baumann et al. 2013).

Forbedret livskvalitet blev fundet hos mennesker med erhvervet hjerneskade, der deltog i kunstterapi (Kongkasuwan et al. 2015). Endvidere blev **forbedret trivsel og selvtillid** rapporteret ved deltagelse i et kunstprogram (Beesley et al. 2011).

Øgede fysiske funktioner blev rapporteret som et resultat af deltagelse i kunstterapi (Kongkasuwan et al. 2015).

Forbedret mental sundhed – oplevelse af glæde - blev rapporteret som en effekt af deltagelse i et 'person-centred' kunstprogram for mennesker med erhvervet hjerneskade (Baumann et al. 2013).

4.1.8 Post-traumatisk stress syndrom (PTSD) (1)

Post-traumatisk stress syndrom (PTSD) er en psykisk tilstand, som opstår på baggrund af én eller flere traumatiske hændelser, for eksempel fysisk eller psykisk vold. PTSD svækker tilknytningsevnen og griber derfor omfattende ind i den enkeltes evne til at udføre de mest basale opgaver i hverdagen, ligesom traumatiseringen skaber sociale problemer og forårsager stærke, uhensigtsmæssige reaktioner i både sind og krop.

Kreative aktiviteter såsom at skrive og tegne blev brugt i en undersøgelse for at måle effekten af hos personer med PTSD forårsaget ved trafikuheld. Et RCT-design blev anvendt, og PTSD sværhedsgraden blev målt 2, 6 og 12 måneder efter uheldet. Undersøgelsen fandt ikke evidens, der understøttede hypotesen om, at kreative aktiviteter har en langsigtet effekt for undgåelse af PTSD symptomer. Resultaterne understøttede alene en kortsigtet effekt hos personer, der har været ramt af trafikuheld (Wang et al. 2015).

4.1.9 Skizofreni (2)

Skizofreni er en sygdom i hjernen, der medfører markante ændringer i tanker og adfærd. Sygdommen kan være præget af perioder, hvor man er ude af stand til at skelne mellem virkelighed og egne forestillinger.

En RCT søgte at måle den kliniske effekt af gruppekunstterapi for mennesker med skizofreni og testede, om der var flere fordele ved kunstterapi end ved en aktiv kontrolbehandling. Deltagerne var 417 personer med en skizofrenidiagnose. De blev tilfældigt udvalgt til enten 12 måneders ugentlig gruppekunstterapi plus standardbehandling, 12 måneders ugentlige aktivitetsgrupper og standardbehandling eller blev tilbudt standardbehandling alene. Kunstterapien og aktivitetsgrupperne havde op til otte medlemmer og varede i 90 minutter. I kunstterapien havde deltagerne adgang til en række kunstmaterialer og blev opfordret til at anvende disse til at udtrykke sig frit. Deltagerne i aktivitetsgruppen blev tilbudt forskellige aktiviteter, som ikke involverede brug af kunst- eller håndværksmaterialer og blev opfordret til kollektivt at vælge, hvad de ønskede.

Resultaterne viser, at der mellem de 417 deltagere, der blev fordelt på enten kunstterapi (n = 140), aktivitetsgrupper (n = 140), eller standardbehandling alene (n = 137), ikke var afvigelser i de primære effektmål. Undersøgelsen konkluderede, at der ikke kunne spores tegn på større forbedring i kliniske symptomer på skizofreni for dem med mere alvorlige negative symptomer eller dem med en præference for kunstterapi. Undersøgelsen konkluderede, at det forbliver

problematiske at identificere de patienter med skizofreni, som kan drage størst fordel af gruppekunstterapi (Crawford et al. 2012).

Et review gennemgik alle RCTs, der sammenlignede musikterapi med standardbehandling, placebo-behandling, eller ingen behandling. Reviewet inkluderede otte undersøgelser (i alt 483 deltagere) der undersøgte effekter af musikterapi over kort og mellemlang sigt (en til fire måneder) med behandlinger der varierede fra syv til 78 sessioner. Resultaterne viste at musikterapi som et supplement til standardbehandling hjælper mennesker med skizofreni til at forbedre deres globale tilstand, mentale tilstand (herunder negative symptomer) og social funktion, hvis et tilstrækkeligt antal af musikterapi sessioner leveres af kvalificerede musikterapeuter. Yderligere forskning bør især omfatte de langsigtede virkninger af musikterapi, dosis-respons relationer, samt relevansen af effektmålinger i forhold til musikterapi (Mössler et al. 2011).

4.1.10 Stress (1)

Langvarig stress er en uhensigtsmæssig tilstand og øger risikoen for udvikling eller forværring af sygdom. Stress kan give både fysiske og psykiske symptomer.

Et studie undersøgte virkningerne af skabende kunstaktiviteter for personer med stress. Virkningen hos disse blev sammenlignet med virkningen hos 57 raske universitetsstuderende (27 mænd og 30 kvinder). Deltagerne deltog i en af følgende kreative aktiviteter eller en kontrolaktivitet: (1) spiller klaver; (2) ler-formning; (3) kalligrafi (skrive med en pensel og blæk); og (4) forblive tavs (som en kontrolaktivitet). Kortisol-niveauer og State-Trait Anxiety Inventory (STAI-I) blev målt før og efter hver session. Post-session kortisol-niveauer blev markant nedsat efter klaverspil, ler-formning og kalligrafi, hvilket indikerer en reduktion i stress på grund af deltagelse i kreative aktiviteter. Effekten af klaverspillet var signifikant større end ler-formning og kalligrafi. Post-session STAI-scoringer faldt betydeligt i alle andre end kontrolgruppen, hvilket indikerer en reduktion i angst forbundet med at engagere sig i kreative aktiviteter. Den psykologiske og fysiologiske stress-reducerende virkninger af kreative aktiviteter, især ved klaverspil, blev påvist (Toyoshima et al. 2011).

4.1.11 Depression (2)

Depression er en sygdom, hvor man gennem længere tid føler sig dybt nedtrykt, mangler overskud og interesse for omgivelser. Depression tærer på selvværdet og selvtilliden, og man rammes af mange negative tanker og følelser. Kognitive funktioner som hukommelse, koncentration og opmærksomhed bliver også påvirket.

En studie med en kontrolgruppe undersøgte om danse/bevægelsesterapi havde en effekt på depression. Beck Depression Scale blev brugt som måleredskab for præ- og postintervention på et 12 ugers danseprogram, hvor deltagere mødtes tre gange om ugen (Akandere & Demir 2011). En mixed-metode-undersøgte effekten af et 'Get into Reading' programme på diagnosticeret depression og varede 12 uger, hvor deltagerne mødtes 2 gange om ugen (Dowrick et al. 2012).

Dans/bevægelsesterapi havde en positiv virkning på kontrolgruppen og formindskede deres depressions niveau (Akandere & Demir 2011). Resultaterne foreslog en reduktion i depressive symptomer for 'Get into Reading' deltagerene. Tre potentielle katalysatorer for at skabe forandring blev også identificeret: litterær form og indhold, herunder balancen mellem prosa og poesi; tilgang til gruppen, herunder social bevidsthed og kommunikative færdigheder, og gruppeprocesser som reflekterende og syntaktisk spejling (Dowrick et al. 2012).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter hos patienter med depression

I undersøgelserne under temaet depression kan effekten anskues som følger:

Reduktion i depressive symptomer blev rapporteret af deltagere i en dans/bevægelsesterapeutisk intervention (Akandere & Demir 2011).

Forandringsskabende var ligeledes en positiv effekt rapporteret af de depressionsramte, der deltog i litterære aktiviteter (Dowrick et al. 2012).

4.1.12 Parkinsons (6)

Parkinsons sygdom (PD) udvikler sig forskelligt fra person til person. Parkinsons sygdom forbindes ofte med bevægelsesproblemer, kendt som motoriske symptomer, men der findes også andre symptomer, blandt andet søvnforstyrrelser, kognitive symptomer og depression.

Et review opsummerer den relativt sparsomme litteratur om fordelene ved dans for mennesker med PD. Reviewet diskuterer hvilke hensyn, der skal tages i forhold til dosering af dans interventioner og potentielle mekanismer, som dans med fordel kan bruges til at opbygge. Reviewet konkluderede, at alle undersøgelser til dato af dans i relation til PD har brugt små stikprøvestørrelser, hvor man kun har undersøgt de kortsigtede effekter af danse programmer. Det fremtidige arbejde bør derfor omfatte større undersøgelser og vurdering af de langsigtede

effekter af dans for PD og optimal dosering af dansens interventioner med hensyn til hyppighed, varighed og intensitet. Disse undersøgelser bør også omfatte vurderinger af virkningerne af dans på andre faktorer såsom humør og kognition, som endnu ikke er udforsket. Yderligere forskning er nødvendig for at afgøre, hvilke mekanismer der ligger til grund de gavnlige virkninger af dans (Earhart 2009).

Et mixed-metode-studie undersøgte et 12 ugers danseprojekt for mennesker med Parkinsons sygdom, som var ledet af English National Ballet. Effekten på balance, stabilitet og postur blev målt med Fullerton Advanced Balance Scale samt en plumb-line analyse. Den kvalitative del af undersøgelsen tog afsæt i etnografiske metoder, Grounded Theory og Effort analyse (Houston & McGill 2013). I en kvantitativ forundersøgelse, der målte forandring i psykologiske effekter så som trivsel, krop og oplevelse af æstetik efter en enkelt Argentina Tango intervention for Parkinsonsramte, blev en præ- og post-metode brugt til at undersøge den psykologiske effekt hos deltagerne (Koch et al. 2016). Kreativ kunstterapi (Creative Arts Therapy – CAT) blev brugt i en undersøgelse med henblik på at reducere negative tanker hos folk med en Parkinson diagnose. Et kvantitativt præ- og post-design blev brugt til at måle effekten af interventionen (Goldblatt et al. 2010). Parkinsons-patienter kan udvikle problemer med stemmen og får ofte dårlige kommunikationsevner. Et studie undersøgte, om brugen af en kombination af vokalpædagogik og stemmeterapi, som inkluderede sang, kunne forbedre Parkinsonsramtes vokale evner. Fremgangsmåden var, at tage tid med et stopur og brugen af Visi-Pitch software programmet før og efter 12 interventioner (Tanner et al. 2016). I et andet studie, hvis effektmål var at finde en måde at forbedre og opretholde stemmedynamikken på samt muligvis at forbedre livskvaliteten hos de Parkinsonsramte deltagere, blev gruppesangtimer med en professional sangunderviser brugt som redskab for undersøgelsen. Frenchay Dysarthria-testen blev brugt til at måle effekten (Evans et al. 2012).

Resultater fra interventionerne med dans demonstrerer, at dans kan gavne deltagernes evne til at forbedre deres intellektuelle, kunstneriske, sociale og fysiske indsatser (Houston and McGill 2013). Også trivsel og krop-selvforståelse blev forbedret, og der kunne iagttages en forbedret æstetisk kvalitet i deres bevægelser (Koch, 2016). Deltagelse i kreativ kunstterapi (CAT) førte til en forbedret livskvalitet hos de deltagende Parkinsonramte, primært ved at forøge patienternes æstetiske oplevelse (Goldblatt et al. 2010).

Brugen af sang kan være med til at styrke de vokale færdigheder og bidrage til at opretholde/mindske forringelsen af stemmebåndets funktion hos Parkinsonsramte (Tanner et al. 2016). Undersøgelsen rapporterer også en selvoplevet forbedring af kommunikationsevner

samt en mindre, men statistisk signifikant forbedring på Frenchay Dysarthria skalaen over to år, ved deltagelse i sangtimerne (Evans et al. 2012).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter hos Parkinsonsramte

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet Parkinsons, har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne. Effekterne, som både er fysiske og psykiske, kan anskues som følger:

Forbedret kropsforståelse blev rapporteret som en positive effekt hos Parkinsonsramte, der deltog i danse aktiviteter (Koch et al. 2016) samt social og fysiske præstationer (Houston & McGills 2013).

Øget livskvalitet blev fundet som en effekt blandt Parkinsons-patienter, der deltog i et kunstterapiforløb (Goldblatt al. 2010).

Styrket vokale færdigheder var effekten ved deltagelse i sang (Tanner et al. 2016) samt **bedre selvoplevet kommunikationsevner** blev rapporteret (Evans et al. 2012).

Mindsket forringelse af stemmebåndes funktion ved deltagelse i sangaktiviteter var rapporteret som en effekt hos Parkinsonsramte (Tanner et al. 2016).

4.1.13 Demens (9)

Demens er en fællesbetegnelse for en række sygdomstilstande karakteriseret ved vedvarende svækkelse af mentale funktioner. Demens er således ikke en specifik sygdom, idet mange forskellige sygdomme kan medføre demens. Den mest kendt af disse er Alzheimers sygdom.

Et systematisk review af litteratur om virkningen af kunst- og kulturinterventioner på den kognitive funktion af demensramte resulterede i 17 relevante publikationer og konkluderede, at den eksisterende litteratur tyder på, at kunst- og kulturaktiviteter er nyttige interventioner i demenspleje. Dog eksisterer der ikke konsensus om retningen for fremtidig forskning, herunder udfordring, måling og betydningen af metodiske fleksibilitet. Det foreslås, at yderligere forskning skal identificere nogle af disse begrænsninger ved at undersøge, om effekten af interventionerne varierer afhængigt af kognitive evner (demens-stadier), og ved at sætte fokus på, hvordan kunst- og kulturinterventioner kan være til nytte på tværs af forskellige stadier af demens (Young et al. 2016). Et kritisk review gennemgik videnskabeligt litteratur og 'grey'

litteratur (materiale og forskning der er produceret af organisationer uden for de traditionelle kommercielle eller akademiske udgivelse og distributionskanaler), der omhandlede participatoriske kunst- og kulturaktiviteter med demensramte og fandt, at de participatoriske kunst- og kultur aktiviteter er i stand til at bidrage positivt til de, der lever med en demenssygdom. 63 artikler dannede grundlag for reviewet, og de positive effekter omfatter bedre kommunikation; tilskynde resterende kreative evner; fremme ny læring; bedre kognitiv funktion; øget selvtillid, selvværd og sociale relationer og en følelse af frihed, var blandt andet dokumenterede gavnlige fordele. Gennemgangen fremhæver også mangler i det eksisterende videngrundlag (Zeilig et al. 2014).

I en systematisk gennemgang af litteratur relateret til danseinterventioner for ældre mennesker med demens, der bor på plejehjem, blev ti studier inkluderet, hvor af syv undersøgelser var kvalitative og tre kvantitative. Reviewet havde til formål at øge kendskabet til danseaktiviteter på plejehjem. De inkluderede forskellige tilgange som terapeutisk dans, dans/ bevægelse terapi, danseterapi, social dans og psykomotorisk dansebaseret træning. Der var tegn på, at problematisk adfærd blev formindsket, og at social interaktion samt nydelse for både beboere og plejepersonale blev forbedret. Et par negative virkninger blev også fundet. Reviewet konkluderede, at evidens på effekten af dans på plejehjem er begrænset, dels på grund af de metodiske tilgange, og dels fordi yderligere forskning er nødvendigt for at forstå muligheder for at bruge dans til at fremme relationer og sensorisk stimulation for både beboere og personale (Guzmán-García et al. 2013).

En RCT blev brugt i et studie med henblik på at undersøge, om en musikintervention kunne have effekt på demensramtes engagement (Harrison et al. 2010). Et case study undersøgte effekten ved brug af sang i morgenrutiner hos demente og anvendte Music Therapeutic Caregiving (MTC). Interventionen blev optaget på video og analyseret med brugen af Observed Emotion Rating Scale og Resistiveness to Care Scale (Hammar et al. 2011). I et kvantitativ-pilotstudie blev ikke-randomiserede patienter placeret enten i en musik-interventionsgruppe eller i en sædvanlig behandlingsgruppe for at undersøge effekten på adfærdsmæssige og psykiske symptomer af patienter med demens (Choi et al. 2009). I et crossover-design blev det undersøgt, om musikterapi havde en effekt på sindsstemninger hos demente (Ridder et al. 2013).

Resultaterne fra undersøgelserne peger på, at brugen af musik og sang i arbejdet med demente har en positiv indvirkning, da deltagerne blev mere aktive (Harrison et al. 2010), at MTC kan være en effektiv metode for plejere i arbejdet med demente (Hammar et al. 2011), ligesom

resultaterne tyder på, at musik kan forbedre adfærdsmæssige og psykiske symptomer især hos patienter med demens og deres pårørende (Choi et al. 2009). Endvidere kan musikterapi reducere agitation og afværge et øget medicinforbrug hos dementramte. De positive tendenser i forhold til agitations-frekvens og livskvalitet lægger op til yderligere forskning med større omfang/flere deltagere (Ridder et al. 2013).

Et studie brugte en poesiintervention med henblik på at undersøge i hvilket omfang, kunst og reminiscens kan øge livskvaliteten og være en del af plejen for personer med demens. En kvalitativ-metode var anvendt i form af interviews, som var fortolket fænomenologisk (Gregory 2011). Et andet kvalitativt interviewstudie undersøgte effekten af en psykomotorisk dansebaseret intervention (Ballroom dans) (Guzmán-García et al. 2012).

Resultaterne viser, at poesiinterventionen blev værdsat af personalet, fordi den havde en positiv indvirkning på de demente og deres familier. Undersøgelsen af reminiscens-baserede poesiaktiviteter tyder på, at disse kan forbedre livskvaliteten og omsorgen samt hjælpe med at genoprette patienternes 'personlighed' (Gregory, 2011). Den psykomotoriske dansebaserede intervention øgede positive følelsesmæssige tilstande og skabte et generelt niveau af tilfredshed hos både personer med demens og deres plejepersonale (Guzman-Garcia et al. 2012).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter hos patienter med demens

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet demens har mixed-metode, kvalitative, kvantitative forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, og effekten anskues som følger:

Forøget aktivitet blev rapporteret som et resultat af deltagelse i en musikintervention (Harrison et al. 2010) samt **forbedret social interaktion** ved deltagelse i danseaktivitet (Guzman-Garcia et al. 2013).

Forbedret adfærdsmæssige og psykiske symptomer var effekten af hos dementramte, der deltog i musikintentioner (Choi et al. 2009).

Reduceret oprevet sindsstemning samt **afværget øget medineforbrug** blev rapporteret som positive effekter for dementramte, der deltog i musikterapeutiske aktiviteter (Ridder et al. 2013).

Formindsket problematiske adfærd var blandt de aktuelle effekter af deltagelse i danseaktiviteter for dementtramte på et plejehjem (Guzman-Garcia et al. 2013).

Øget selvtillid og selvværd blev rapporteret som en positiv effekt af deltagelse i partecipatoriske kunst- og kulturaktiviteter (Zeilig et al. 2014).

Forbedret livskvalitet blev rapporteret ved deltagelse i reminiscens-baserede poesi aktiviteter (Gregory, 2011).

Øget positiv følelser blev rapporteret som en positiv effekt af en dansebaseret intervention for demensramte (Guzman-Garcia et al. 2012).

Forstærkning af den kognitive funktion blev rapporteret som følge af deltagelse i partecipatoriske kunst- og kulturaktiviteter (Zeilig et al. 2014).

4.1.14 Opsummering af kategorien sygdomme og diagnoser

Reviewet har identificeret undersøgelser der viser, at kunst- og kulturinterventioner har ført til positive og pålidelige kliniske og psykologiske resultater på en række sygdomme og diagnoser.

Undersøgelserne dokumenterer forbedret mental sundhed på forskellige niveauer og blandt effekter er bedre coping, færre negative følelser, øget livskvalitet, forbedret trivsel, reduktion i angst, bedre kropsforståelse, reduceret agitation, positive distraktioner, forbedret social interaktion, reduktion af stress, øget selvtillid og selvværd, lavere depressions-niveau, større håb og forbedret evne til forbinde sig med værdifulde dele af sig selv.

Relateret til den fysiske sundhed viste undersøgelserne diverse somatiske forbedringer blandt andet øget funktionskapacitet, øget oxytocin-niveau, mindre træthed, lavere kortisol-niveau, forbedret vokale færdigheder, mindsket forringelse af stemmebåndets funktion, bedre respiratorisk funktion, reducerede smerter, reduktion i udmattelse, forøget aktivitet, afværgelse af øget medicin forbrug, forstærket kognitiv funktion og reduktion af fysiologisk stress.

4.2 MENTAL SUNDHED

Den mentale sundhed er vigtig for både livskvalitet og for risikoen for at udvikle sygdom. Mental sundhed handler om trivsel, at kunne udfolde sine evner, at kunne håndtere dagligdagens udfordringer og stress og om at indgå i fællesskaber.

Denne kategori spænder vidt med en bred forståelse af mental sundhed. Fra den ene ende af spektret hvor psykiatrien findes til den anden ende, der handler om trivsel og livskvalitet. Forskellige kunst- og kulturaktiviteter er brugt i undersøgelserne og disse undersøgelser forholder sig henholdsvis til effekter, som partcipatorisk deltagelse kan have på den mentale sundhed. Kategorien er inddelt i temaerne: trivsel, livskvalitet, kultur på recept, social inklusion, psykiatri og recovery.

4.2.1 Trivsel (14)

Trivsel er et udtryk for et velbefindende, der giver det enkelte menneske følelsen af overskud, gå-på-mod, handlekraft og glæde ved livet. Trivsel er oprindelig et generelt og holistisk sundhedsbegreb, der både udtrykker en persons subjektive oplevelse af egen situation og omgivelsernes såkaldt objektive vurdering.

Et kvalitativt studie undersøgte gravide kvinders oplevelser af deltagelse i kreative aktiviteter for at fremme fysisk- og mentale sundhed og trivsel. Studiets anvendte interviews, dagbog, feltnotater og et kort spørgeskema. Aktiviteterne inkluderede, sang, dans, fortællinger og vævning (Demecs et al. 2011). Et andet kvalitativt studie undersøgte deltagerenes fortællinger om deres engagement i et socialt kunstprojekt for at fremme mental trivsel. Ved brug af en narrativ tilgang blev deltagerne interviewet op til tre gange over en periode på et år (Stickley 2010). Et kvalitativt cross-country interviewstudie undersøgte trivslen af deltagere i et kunst-kulturprogram for at fremme trivsel (Jensen 2013).

Resultaterne viser at, deltagelse i de kreative aktiviteter agerede som en slags social støtte for de gravide kvinder, og at de positive oplevelser var med til at skabe en forbindelse til de andre kvinder og øge opfattelsen af en følelsesmæssig trivsel (Demecs 2011). Af narrativerne fremgik det, at deltagerne fandt nye personlige, sociale og ergo-aktivitetsmæssige muligheder fra deltagelse i kunst- og kulturprogrammet (Stickley 2010). Deltagere fra begge lande oplevede en følelse af at finde identitet, øget selvtillid og trivsel (Jensen 2013).

Et eksplorativt studie undersøgte potentialet af hip-hop-dans, for at engagere dårligt stillede unge i positive sociale aktiviteter i deres lokalsamfund. Over 600 deltog i et 12 ugers program (Harris et al. 2012). Dans var også i fokus i en online-undersøgelse af deltagernes egenopfattelse af fordele ved at danse (Quiroga et al. 2010). Et mixed-metode-studie undersøgte holdninger om sundhed og trivsel af 1964 personer, som deltog i danseaktiviteter, hvor hovedparten var over 50 år og ikke i arbejde (Stickley et al. 2015).

Resultaterne viser, at deltagelse i hip-hop-danse programmet var en positiv oplevelse, og deltagerne følte, at det var en værdifuld mulighed for at engagere sig både med deres jævnaldrende og det i større samfund. Resultaterne understøtter den opfattelse, at kunst og kultur er et værdifuldt redskab i sundhedsfremme, hvor formålet er at engagere unge i positive fællesskaber (Harris et al. 2012). Deltagelse i dans havde en positive indflydelse på trivsel i form af både fysiske, social og spirituelle dimensioner samt selvtillid og coping-mekanismer (Quiroga et al. 2010). Herudover kan dans være med til at fremme trivsel i landdistrikter i Storbritannien (Stickley et al. 2015).

En online-undersøgelse af 1124 korsangere brugte et WHOQOL-BREF spørgeskema til at måle fysisk, psykisk, social og miljømæssig velfærd samt 'effekter af korsang' målt på en særlig synge-skala. Der var en høj grad af enighed om positive fordele ved korsang. Kvinder var signifikant mere tilbøjelige end mænd til at anerkende værdien af sang for trivsel og sundhed. En væsentlig, men lille sammenhæng mellem psykisk trivsel og positive effekter af korsang var også målbar hos kvinder, men ikke hos mænd. Nogle deltagere med relativt lav psykisk trivsel (som vurderet med WHOQOL-BREF) scorede højere på synge-skalaen. Undersøgelsen foreslog seks mekanismer som sang kan have en positiv indflydelse på: trivsel og sundhed, fokuseret opmærksomhed, dyb vejrtrækning, social støtte, kognitiv stimulering og regelmæssig engagement (Clift & Hancox 2010).

Et kvalitativt studie havde til formål at undersøge personlige erfaringer fra medlemmer af et kor for mennesker med psykiske problemer og/eller handicaps i forhold til deres trivsel via brug af en fænomenologisk analysemetode (IPA) (Dingle et al. 2012). Et studie undersøgte effekten af at deltage i og/eller lytte til korsang på sekretorisk immunglobulin A (S-IgA), kortison-niveauet og forskellige følelsesstadier af deltagerne i et amatørkor (Kreutz et al. 2004). Den psyko-biologiske effekt af deltagelse i amatørkorsang blev undersøgt i et kvantitativt studie (Kreutz 2014). Et andet kvantitativt studie undersøgte de potentielle trivselseffekter af sang for både professionelle og amatørsangere (Grape et al. 2002). En cross-sectional-undersøgelse af en organisatorisk sangkursintervention kaldt 'Sound of Wellbeing' (SOW) undersøgte, om der var

sundheds- og organisatoriske fordele forbundet med korsang, og om der var et kønsspecifikt mønster i forhold til deltagelse og resultater (Vaag et al. 2015).

Fordele ved deltagelse i korsang vist sig blandt andet at være, at der blev formet en ny og værdifuld gruppeidentitet, hvilket deltagerne associerede med følelsesmæssige og sundhedsmæssige forbedringer (Dingle et al. 2014). Resultaterne indikerer flere signifikante virkninger. Især sang førte til stigninger i positiv affekt og S-IgA, mens negativ indflydelse blev reduceret. At lytte til kormusik førte til en stigning i negativ indflydelse og fald i niveauet af kortison. Resultater tyder på, at korsang har en positiv indflydelse både følelsesmæssigt og på immunforsvaret. Iagttagelsen at subjektive og fysiologiske reaktioner afveg mellem lytte- og sang betingelser, hvilket bør tilskynde til yderligere undersøgelser (Kreutz et al. 2004). Andre resultater tyder på, at sang forbedrer individuel psykologisk velbefindende samt inducerer en sociobiologisk bonding respons (Kreutz 2014).

Amatørsangere rapporterede en stigende glæde og opstemthed, mens de professionelle ikke gjorde, men begge grupper følte sig mere energiske og afslappede efter den sang lektion. Amatørerne brugte sangundervisning som et redskab til selvrealisering og selvudfoldelse og en metode til at frigøre følelsesmæssige spændinger. Sangtimerne fremmede mere trivsel og mindre ophidselse for amatører i forhold til de professionelle sangere, der oplevede mindre trivsel og mere ophidselse (Grape 2002). Kvindelige deltagere og udadvendthed blev knyttet til deltagelse i SOW. Kvinderne rapporterede betydelige ændringer i engagement og selv vurderet helbred, mens mændene rapporterede ændringer i jobkrav. Samlet set rapporterede deltagerne en stigning, mens ikke-deltagere rapporterede fald på førnævnte variabler. Fremtidige interventioner bør omfatte både aktive og receptive kreative aktiviteter (Vaag et al. 2015).

Et kvalitativt interviewstudie undersøgte oplevelsen af lyrikskrivning blandt studerende og pensionister. Deltagerne rapporterede en følelse at være i flow som ændret opfattelse af tid, og oplevelsen af balance mellem evne og indsats var især tydelig i deltagerens beskrivelse af deres kreative processer. Den yngre generation var mere tilbøjelig til at bruge deres sangkreationer til flere terapeutiske fordele. Sangskrivning var en fornøjelig måde at udforske sig selv på, øge humøret og skabe et tilfredsstillende kunstnerisk produkt (Baker & MacDonald 2014). I en kvantitativ undersøgelse i brugen af trommer deltog 180 elever fra 19 forskellige skoler i et 10 ugers DRUMBEAT-program. Resultaterne viste, at elevernes selvtillid var øget med 10 procent, og at DRUMBEAT-programmet kan bruges i arbejde med udsatte unge til at forbedre deres evner til at opbygge sociale relationer (Wood et al. 2013).

Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter for bedre trivsel

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet trivsel, har kvalitative og kvantitative forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, og effekten forbundet med trivsel ansues som følger:

Øget selvtillid blev rapporteret af deltagerne i et internationalt kunst- og kulturprogram (Jensen 2013), danseaktiviteter (Quiroga et al. 2010) og ved deltagelse i et DRMBEAT-program (Wood 2013).

Forbedret trivsel blev rapporteret som en effekt af deltagelse i amatørsang (Grape 2002), i et internationalt kunst- og kulturprogram (Jensen 2013), sangskrivning (Baker & MacDonald, 2014), korsang (Clift & Hancox, 2010) samt danseaktiviteter (Stickley et al. 2015).

Positive fællesskaber blev rapporteret som et resultat af deltagelse i hip-hop danse for unge (Harris et al. 2012).

Sociale- og ergo-aktivitetsmæssige muligheder var en positiv effekt af deltagelse i kunst og kultur aktiviteter, der blev rapporteret af deltagerne (Stickley, 2010).

Reduceret kortison-niveau blev rapporteret som et positivt resultat af deltagelse i korsang (Kreutz et al. 2004).

4.2.2 Livskvalitet (4)

Livskvalitet er betegnelse for det, der kendetegner et godt liv. Vurderingen heraf kan bero på personens subjektive bedømmelse af sit eget liv eller på andres objektive bedømmelse af en persons livsvilkår. Begrebet er af nyere dato og med en bred betydning, der er udfordrende at definere.

En undersøgelse målte virkningen af kunst- og kulturrelaterede aktiviteter på opfattet eller oplevet livskvalitet. Syv forskellige skalaer blev brugt til at måle deltagernes 1. selvvurdering af generelt helbred, 2. tilfredshed med livet (5 point scale), 3. tilfredshed med livskvalitet, 4. lykke i livet, 5. tilfredshed med livet (5 item index), 6. veltilfredshed med livet (5 item index), 7. subjektiv trivsel (Michalos & Kahlke 2008). Et kvalitativt studie undersøgte helbred, livskvalitet

og funktionsevne hos deltagere i et program med natur-kultur-sundheds aktiviteter.

Aktiviteterne i NaCuHeal-projektet inkluderede hiking, havearbejde, musik, sang, maling, dans, kønsinddelte dialoggrupper, etik og lokalhistorie (Batt-Rawden & Tellnes 2005).

En kvalitativ-undersøgelse brugte en eudiamonic-model af psykologisk trivsel i et *Invest to Save*² kunstprojekt (Swindells et al. 2013). Et samarbejde mellem et museum og en ergoterapeut udmøntede sig i et pilotprojekt med fokus på at bekæmpe isolation samt mentale og fysiske sundheds problemer hos mænd (Kindleysides & Biglands 2015). Et studie undersøgte, hvordan brugen af kulturinstitutioner og deltagelse i kunst- og kulturelle aktiviteter er associerede med selvvurderet helbrede (SRH) og livskvalitet (QoL) og brugte effektmåling samt socio-demografiske faktors i analysen (Nenonen et al. 2014).

Resultaterne viser at i forbindelse med alle prædiktorer, baseret på den relative betydning af alle kunst-relaterede aktiviteter og tilfredshed opnået fra disse aktiviteter på de syv livsvurderings variabler, bidrog aktiviteter og deres tilsvarende tilfredshed relativt lidt. Mangel på at finde større margin på oplevet livskvalitet kan være resultatet af brugen af de forkerte instrumenter til det store udvalg af værdier involveret (Michalos & Kahlke 2008). Deltagerene fra NaCuHeal-projektet rapporterede, at de havde forbedret deres sundhedstilstand, livskvalitet og funktion, især i forhold til deres egne evner og kreativitet. Deltagelse spillede en væsentlig rolle i at øge selveffektivitet og selvværd (Batt-Rawden & Tellnes 2005). Resultater fra *Invest to Save*-programmet foreslår, at deltagelse fremhævede meningsfuldt aktivitet, kognitive og kreative udfordringer, muligheder for autonom selvudtryk og øget koncentration (Swindells et al. 2013).

På trods af resultater som indikerede en positiv effekt på trivsel af de deltagende mænd, fremhævede pilotprojektet mangler i evalueringstilgange og i at sammenligne resultater med andre. Dette førte til yderligere undersøgelser med brug af mere hensigtsmæssige metoder (Kindleyside & Biglands 2015). Logistik regressionsmodeller korrigeret for de vigtigste socio-demografiske faktorer viste, at brugen af kulturelle aktiviteter var forbundet med god SRH og god QoL, men sammenhængen mellem aktiviteter og SRH og QoL var noget svagere. Yderligere

² INVESTTO SAVE in HEALTH – et samarbejde mellem Manchester Metropolitan University, Arts Council England, Region North West, Department of Health og Public Health North West. Et 3-årig HM Treasury finansieret projekt med formål at styrke kapaciteten i den nordvestlige region ved brug af kunst, kultur og sundhed gennem netværk, uddannelsesmuligheder. Formålet var også at opbygge evidensgrundlaget for effektivisering af kreativitet, kultur og kunst med sundhedsmæssige og økonomiske resultater.

undersøgelser med longitudinal-design er nødvendige for at undersøge kausalitet (Nenonen et al. 2014).

Opsummering af hvordan brugen af kunst- og kulturaktiviteter kan forbedre livskvaliteten

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet livskvalitet har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, der er forbundet med livskvalitet og kan anskues som følger:

Forbedret sundhedstilstand (funktion) blev rapporteret som en positiv effekt af deltagere i NaCuHeal-projektet (Batt-Rawden & Tellness 2005).

Autonom selvudtryk var en positiv effekt af deltagelse i kreative aktiviteter (Swindells et al. 2013)

Meningsfuld aktivitet blev rapporteret som en positiv effekt af deltagelse i kreative aktiviteter (Swindells et al. 2013).

Forbedret selvværd blev rapporteret af deltagere i et NaCuHeal- projektet (Batt-Rawden & Tellnes 2005).

Forbedret trivsel blev rapporteret hos mænd, der deltog i museumsaktiviteter (Kindleyside & Biglands 2015).

4.2.3 Kunst/kultur på recept (6)

Kunst/kultur på recept er også nogle gange refereret til som kunst/kultur på henvisning. Der er tale om en slags social ordination med en henvisningsproces, hvorved sundheds- eller social fagprofessionelle henviser personer til et rammesat program med kunst, kultur og kreative aktiviteter. Deltagerne er oftest personer, der oplever psykiske problemer og social isolation. Formålet med disse programmer er ikke at erstatte konventionelle behandlinger, men at de fungerer som et supplement, der fokuserer på en bedring gennem kreativitet, partcipatorisk deltagelse og et øget social engagement. Programmerne varierer i deres tilgange og indstillinger, men har henvisningsprocessen til fælles.

I et review af 'kultur på recept programmer' i Storbritannien, hvor programmene varierer både i tilgange og i, hvilke aktører der er involveret, samt hvor aktiviteterne foregår, blev det undersøgt, om kultur på recept-tilgangen kunne bruges som en del af løsningen i forhold til udfordringen i mental sundhed (Bungay & Clift 2010). Et andet review fokuserede på praksisser i Sverige, Norge og Danmark, og om der var læring at hente fra Storbritannien (Jensen, Stickley, Torrissen, et al. 2016). I en kvalitativ undersøgelse undersøgte oplevelserne i et 'kultur på recept-program', hvor deltagerne var eller havde været tilknyttet et mentalt sundhedscenter (Stickley & Hui 2012). Et kvalitativt interview-follow-up studie med deltagere, der havde medvirket i et kultur på recept program to år tidligere undersøgte, om deltagelse havde skabe en langsigtet ændring i deltagerens liv (Stickley & Eades 2013). I et mixed-metode studie undersøgte man påvirkninger af differentierede ændringer i målt trivsel hos deltagerne og blev trianguleret med resultaterne fra interviewene (van de Venter & Buller 2015). I et kvantitativt studie med henviste deltagere (med angst, depression, stress, lav selvtillid og selvsikkerhed, dårlig trivsel eller kronisk sygdom eller smerte) forsøgte man at forstå proces og resultater af sammenhænge mellem køn, progression gennem interventionen og ændring i trivsel. Programmet varede 10 uger, og 202 personer deltog i undersøgelsen (Crone et al. 2013)

Reviewet af kultur på recept-praksis viser, at der er resultater der indikerer, at disse programmer kan bidrage til opbygning af social kapital, engagement i fællesskaber, forbedre sundhed og trivsel. Kultur på recept som en slags social-ordination kan anvendes som et supplement til traditionelle behandlinger af dårlig mental sundhed og fremme socialt engagement for socialt isolerede grupper (Bungay & Clift 2010). Selvom der er interesse for tiltagene i både Sverige, Norge og Danmark, er det en relativ ny måde at tænke sundhedstiltag på, og det tager tid at udbrede brugen af kultur på recept, som det f.eks. ses i Storbritannien (Jensen et al. 2016). Deltagerne oplevede, at kultur på recept-programmet skabte et kreativt og terapeutisk miljø og oplevede sociale, psykiske og ergo-aktivitetsmæssige fordele. Nogle deltagere fandt nye muligheder for fremtiden (Stickley & Hui 2012). Kultur på recept-programmet havde været en katalysator for positive ændringer, og deltagerne rapporterede om øget selvtillid, bedre social- og kommunikationsfærdigheder samt forøget motivation og aspiration. I follow-up studiet var de samlede faktorer overvejende 'bløde' resultater som øget selvtillid og selvværd men også positive effekter i form af uddannelse og frivilligt arbejde kunne registreres (Stickley & Eades 2013). En forbedring af trivsel hos deltagere med kortvarige og langvarige mental sundheds problemer blev også fundet. Dog skal resultaterne læses med forbehold givet den begrænset prøvestørrelse (van de Venter & Buller 2015). Der var signifikante forbedringer at spore i trivslen hos de deltagende, og resultaterne viser, at kultur

på recept-interventionen var effektivt i forhold til at fremme trivsel, og når det målrettes mod kvinder, ældre og lavere socioøkonomiske grupper (Crone et al. 2013).

Opsummering af effekten af kultur på receptprogrammer

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet kultur på recept, har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, der kan ansues som følger:

Ergo- og aktivitetsmæssig fordele blev rapporteret som en effekt af deltagelse i et 'kultur på recept program' (Stickley & Hui 2012).

Forbedret trivsel blev rapporteret af deltagerne (Crone et al. 2013, van de Venter & Buller 2015).

Nye fremtidsmuligheder i form af frivilligt arbejde og uddannelse blev rapporteret af deltagere (Stickley & Hui 2012).

Opbygning af social kapital blev rapporteret som en af effekt af kultur på recept deltagelse i programmer (Bungay & Clift 2010).

Bedre social – og kommunikationsfærdigheder blev rapporteret som positive ændringer hos deltagere i et 'kultur på recept program' (Stickley & Eades 2013).

Øget engagement i fællesskaber var et positivt resultat for deltagere i et 'kultur på recept program' (Bungay & Clift 2010).

Forøget motivation, aspiration og selvtillid blev rapporteret som effekter af deltagelse (Stickley & Eades 2013).

4.2.4 Social inklusion (2)

Social inklusion er en overordnet politisk vision om at skabe et samfund, hvor alle borgere har lige muligheder for at deltage i samfundets demokratiske processer og har lige adgang til velfærdssamfundets ressourcer. Deltagelse forstås her bredt og både i forhold til lokalsamfund, uddannelse, arbejde, foreningsliv, skole- og boligbestyrelse, politik samt i forhold til at indgå i sociale fællesskaber med andre mennesker.

Ved litteraturgennemgang og semistrukturerede interviews gennemført i Australia undersøgtes kunst og kulturens rolle som et redskab til øget social inklusion og deltagelse i samfundslivet for at understøtte en modstandskraft over for ulighed. Deltagerne identificerede kunst og kultur som noget, der kunne styrke følelsen af fællesskabsidentitet. Kunst og kultur blev brugt som redskab til at fremme og muliggøre borgernes deltagelse, samt skabe muligheder for social interaktion og netværk, hvilket er afgørende for sundhed og trivsel i landdistrikterne.

Aktiviteterne præsenterer en kontekst for social deltagelse, og deltagerne oplevede, at der blev skabt forståelse mellem splittede og forskellige grupper. Det blev også bemærket, at udførelsen og motivation for kunst- og kulturaktiviteter og arrangementer var afhængig af tilgængeligheden af menneskelig kapital. Reviewet konkluderede, at i brugen af kunst- og kulturaktiviteter som et redskab til opbygning af modstandskraft i landdistrikterne i Australien, er der behov for yderligere forskning (McHenry 2011).

En praksis-baseret undersøgelse i Frankrig brugte en kunstner-i-residency som omdrejningspunkt for et kunstprojekt for socialt engagement for personer med psykiske problemer. Over tre måneder arbejdede deltagerne med kunstneren for at skabe en udstilling. Den positive feedback var især forbedret selvværd samt bekræftende gruppedeltagelse, men nogle fandt oplevelsen følelsesmæssigt stressende. Projektet var en værdifuld læringsproces for kunstneren og deltagerne. Det positive aspekt af social inklusion var en uventet observation (Leichner et al. 2013).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-kulturaktiviteter som et redskab for social inklusion

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet social inklusion, har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, som kan anskues som følger:

Fællesskabsidentitet og forståelse mellem splittede grupper blev identificeret som noget kunst og kulturelle aktiviteter kunne være medskabere af (McHenry 2011).

Forbedret selvværd blev rapporteret hos deltagerne af et socialt kunstprojekt samt en **positiv anerkendelse af gruppedeltagelse** (Leichner et al. 2013).

4.2.5 Psykiatri (5)

Psykiatri beskæftiger sig med forebyggelse, diagnosticering og helbredelse af psykiske sygdomme. Undersøgelser fra dette tema er primært fra psykiatriske hospitaler.

I en kvantitativ-undersøgelse der undersøgte det terapeutiske forhold mellem kreativ aktivitet og psykiske lidelser, deltog patienterne i kunst og kreative terapier på et privat psykiatrisk hospital over en 5-årig periode (Caddy et al. 2012). En anden undersøgelse brugte en musikterapeutisk tilgang i form af et kor, der inkluderede både patienter og sundhedsfaglige på en psykiatrisk enhed med høj sikkerhed for at forebygge en forværring af patienternes helbred og følelser af fremmedgørelse (Merrick & Maguire 2017). I en kvalitativ interviewundersøgelse for bedre at forstå, hvad der kvalificerede meningsgørende deltagelse for personer med psykiske lidelser, deltog patienter i en musik-og teaterbaseret workshop (Ørjasæter & Ness 2016). Et studie evaluerede værdien af danse/bevægelsesterapi i psykiatrien med brugen af Herth Hope Index (Froggett & Little 2012). Et andet kvalitativt studie brugte en danseintervention i et forsøg på at formindske depression og øge vitalitet og positivitet ved at sammenligne brugen af dans med musik (kun) og bevægelse (kun) (Koch et al. 2007).

Patienter, der deltog i kunst og kreative aktiviteter, viste en forbedring i form af kortere indlæggelse og hurtigere udskrivning på tværs af fire forskellige psyko-metriske målinger med moderat til stærke gennemsnitlige effekt størrelser. Reduktioner fra præ- til post-behandling i både selvrapporterede og kliniske symptomer var tydeligt demonstreret hos deltagerne. Forskningsresultater fastslår, at deltagelse i kreative aktiviteter har potentiale og fordele for mennesker, der oplever psykiske lidelser (Caddy et al. 2012). Både patienter og sundhedsfaglige oplevede, at koret var inkluderende, fornøjeligt og recovery-orienteret (Merrick & Maguire, 2017). Musik og teater-workshoppen skabte værdighed og en kreativ platform, og meningsfyldt deltagelse var betragtet som aktiviteter der var fleksible, person-centrede og ressource-orienterede og mulighed for deltagelse uanset symptomer, funktionsevne og om de foregik i hospitalsregi eller ej. Endvidere viste resultaterne, at det er vigtigt, at de fagprofessionelle tror på den kreative udvikling, og at der skabes en sygdomsfri zone (Ørjasæter & Ness, 2016). Dans kunne forbinde indre og ydre oplevelser og bidrog til en lovende men realistisk sans i forbindelsen mellem sind og krop, samt mellem sociale grupper inden for og uden for hospitalet. Undersøgelsen konkluderede, at dans kan skabe en passende udfordring for personer på et psykiatrisk hospital (Froggett & Little 2012). Dans kan have en positiv effekt på patienter med depression (Koch et al. 2007).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-kulturaktiviteter i psykiatrien

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet psykiatri, har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, der kan anskues som følger:

At skabe forbindelse mellem sind og krop var en positiv effekt af deltagelse i danseaktiviteter, der også skabte en passende udfordring for patienter i psykiatrien (Froggett & Little 2012).

Positive effekter på depression blev også rapporteret som effekter af deltagelse i danseaktiviteter (Koch et al. 2007).

Forbedring af psyko-metriske målinger blev rapporteret på et hospital, hvor patienter deltog i kunst- og kreative terapier (Caddy et al. 2012).

Meningsskabende deltagelse blev rapporteret som et resultat af deltagelse i en musik- og teater workshop (Ørjasæter & Ness 2016).

4.2.6 Recovery (7)

Recovery betyder 'at komme sig' af en psykisk lidelse og at understøtte det enkelte menneskes selvbestemmelse. Recovery er en personlig udviklingsproces, og målet er at blive i stand til at leve et liv, der giver mening for den enkelte. Den personlige proces er forskellig fra menneske til menneske. Dog kan processen overordnet inddeles i fire faser: 1. Stabilisering I: Fokus på kontrol over symptomerne og formindske lidelse, 2. Reorientering: Udforskning af umiddelbare tankeforbindelser i tilknytning til lidelsen, 3. Reintegration: Gendannelse af meningsfulde aktiviteter, sociale relationer og roller, 4. Stabilisering II: Opretholdelse af ønskværdig situation og begyndende rutiner i hverdagslivet.

I et systematisk litteratur-review af effektiviteten af kreative aktiviteter for bedre trivsel af personer med psykiske lidelser, var elleve artikler godkendt. Det var dog svært, at lave sammenligninger af artiklerne, da evaluerings metoderne varierede, men reviewet konkluderede, at kreative aktiviteter kan have en helbredende og beskyttende effekt på den mentale sundhed. De terapeutiske virkninger fremmer afslapning, kan være et redskab til selvudfoldelse, reducere blodtrykket, samt styrke immunsystemet og reducere stress. Evidensen til støtte for disse påstande er svage, og antagelserne manglede pålidelighed og gyldighed. At forstå virkningen af deltagelse i en skabende kunstproces er vanskelig på grund af en manglende sammenhæng af en klar definition, men det er vigtigt at identificere potentialet i kreative aktiviteter, som et terapeutisk og transformerende værktøj og ikke en terapeutisk intervention (Leckey 2011).

En kvalitativ observation- og interviewundersøgelse undersøgte oplevelsen af deltagelse i kunst/kulturaktiviteter hos brugere af sociale indsatser for personer med psykiske lidelser, samt potentialet i at indlejre disse aktiviteter i tilgange til mentale sundhedsindsatser (Sapouna &

Pamer 2016). Et studie undersøgte hvorvidt personer med psykiske lidelser på en venteliste, med allokeret plads på et kunst/kultur kursus (for at fremme recovery) ville opleve forbedret trivsel og en større social inklusion, end de personer på ventelisten, som endnu ikke var allokeret en plads. Undersøgelsen blev også brugt til at evaluere kurset og anvendte Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (WEMWBS) og Social Inclusion Scale (SIS) til dette formål (Margrove et al. 2013).

Et kvalitativt interviewstudie var gennemført som en del af en national (UK) undersøgelse for at vurdere virkningen af partipatorisk kunst/kultur tiltag for personer med psykiske lidelser. Studiet undersøgte om kunst/kultur projekter kunne være med til at facilitere nogle af nøglefaktorerne i recovery tilgangen (Spandler et al. 2007). En effektundersøgelse havde til formål at måle deltagelse i dans på gennemførlighed og virkninger på humør, funktionel mobilitet, og balance tillid på 12 personer med seriøs mental sygdom (serious mental illness – SMI). Deltagerne dansede en gang om ugen i en times lektioner i 10 uger. Før- og efter undervisningen blev deltagerne evalueret for gangart, hastighed, ét bens holdning, Timed Up and Go, og en 6 minutters gangtest. Deltagerne afsluttede med Beck Depression II og Beck Anxiety Inventories og Activities-specific Balance Confidence Scale. Post-intervention omfattede et exitspørgeskema, der vurderede deltagernes erfaringer (Hackney & Earhart 2010). Et mixed-metode-studie undersøgte effekten af museum outreach session på selvtillid, evnen til at være social og mental sundhed hos personer med psykiske lidelser og personer i rehabilitering for afhængighed. Begge grupper deltog i en ugentlig aktivitet (objekt- håndtering og museums besøg med kreative aktiviteter) (Morse et al. 2015). En kvalitativ undersøgelse søgte at forstå meningsgskabelse forbundet med kunstpraksis i livet af personer med psykiske lidelser. Undersøgelsen tog udgangspunkt i en i film, som illustrerede livet for de personer, der er involveret. Audio/visuelt data fra filmen blev analyseret for at undersøge temaer og spørgsmål, relevante for at forstå profilen af disse personer (Sagan 2012).

Resultaterne fra de partipatoriske kunst/kultur projekter for personer i recovery viser, at disse aktiviteter har potentiale til at skabe et miljø, der fører til recovery gennem 'empowerment', at skabe relationer, opbygge selvtillid, håb og skabe en historie. Ud over den generelle forståelse om det positive bidrag af kunst/kultur for psykiske syge, belyser undersøgelsen nogle af de udfordringer, der er med brugen af kreative tilgange og udtryk i traditionelle biomedicinske miljøer. Et meningsfuldt samarbejde mellem kultursektoren og psykiatrien er ikke bare en teknisk foranstaltning men kræver et radikalt skift i den måde, vi forstår, reagerer på og engagerer os med menneskelig nød (Sapouna & Pamer 2016). I undersøgelsen om personer på ventelisten viste der sig ingen betydelig forskel mellem trivslen af personer, der havde fået

tilsagn om en plads på holdet og de, der ikke havde, men efter deltagelse var der en signifikant højere score. Dette viste foreløbigt evidens for, at personer med psykiske lidelser kan øge trivsel og social inklusion ved at deltage i participatoriske kunst/kultur aktiviteter (Margrove et al. 2013).

Kunst- og kulturaktiviteter kan være med til at fremme håb, skabe en følelse af mening og formål, udvikle nye coping-mekanismer og restaurere identiteter for personer med psykiske lidelser. Disse effekter er svære at standardisere og måle men kan være de mest dybdegående og betydningsfulde resultater af deltagelse i sådanne projekter. Derfor, i forbindelse med et fokus på recovery-orienteret psykiatri, kunne kunst/kultur initiativer yde et væsentligt bidrag til fremtiden for mental sundhed og social omsorg (Spandler et al. 2007). Deltagelse i dans kan være fordelagtigt for mobiliteten af personer med SMI, som rapporterede at nyde dansen samt en interesse i at fortsætte. Dog viste undersøgelsen ikke væsentlige forbedringer i angst, depression, og balancetillid (Hackney & Earhart 2010). Andre resultater viser, at deltagelse i kreative aktiviteter på et museum øger deltagernes selvtillid, sociale relationer og trivsel, og studiet fremhævede museets værdi for personer i recovery (Morse et al. 2015). Narrativer kan bidrage til forståelsen af positiv psykologi og brugen af kunstpraksis for bedre trivsel. Positiv psykologi og psykoterapeutiske processer kan fremme vores forståelse af, hvordan kunstpraksis og dens fortællinger kan have en positiv indvirkning på personer med varige psykiske vanskeligheder (Sagan 2012).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-og kulturaktiviteter hos mennesker i recovery

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet recovery, danner forskellige forskningsmetoder grundlag for resultaterne, der kan anskues som følger:

At fremme afslapning hos mennesker i recovery var en effekt af deltagelse i kreative aktiviteter (Leckey 2011).

Et redskab for selvudfoldelse blev rapporteret som en positiv terapeutisk virkning af deltagelse i kreative aktiviteter for mennesker i recovery (Leckey 2011).

Reducere blodtryk blev rapporteret som en positiv effekt af deltagelse i kreative aktiviteter (Leckey 2011).

At skabe sociale relationer for psykiske syge blev rapporteret som en direkte effekt af deltagelse i museums- og kreative aktiviteter (Morse et al. 2015).

Opbygget selvtillid og håb var en effekt for recovery-deltagere i et kunst og kulturprogram (Sapouna & Pamer 2016).

Styrket immunsystemet og reduceres stress blev rapporteret som positive effekter hos mennesker i recovery, der deltog i kreative aktiviteter (Leckey 2011).

Skabe en historie blev rapporteret som et positivt resultat af deltagelse i kunst og kreative aktivitet for mennesker i recovery (Sapouna & Pamer 2016).

Udvikle nye coping-mekanismer og at fremme håb blev rapporteret som effekter af deltagelse i kunst- og kulturprogrammer (Spandler et al. 2007).

Forbedret trivsel kan blive forbundet med deltagelse i kunstpraksis som også kan have en positiv indvirkning på mennesker med varierede psykiske vanskeligheder (Sagan 2012).

4.2.7 Opsummering af effekten af brugen af kunst- og kulturaktiviteter på mental sundhed

Som det fremgår af undersøgelserne, er der god og varieret dokumentation og evidens for at deltagelse i kunst-, kultur- og kreative aktiviteter kan fremme mental sundhed. Deltagerne i undersøgelserne er mennesker med psykiske lidelser og raske mennesker uden nogen form for diagnose eller sygmelding.

Effekterne rapporteres både som subjektive følelser af øget selvtillid og trivsel, at være en del af fælleskabet, at opbygge nye sociale relationer, at deltage i meningsfulde aktiviteter, at forbedre selvværdet, at forøge motivation og aspiration, at skabe forbindelse mellem krop og sind, at mindske depression, at fremme afslapning, at opbygge selvtillid, at fremme håb og at udvikle nye coping-mekanismer.

Fysiologiske effekter rapporteres som reduceret kortisol-niveau, forbedring af psyko-metriske målresultater, reduceret blodtryk og styrket immunforsvar. Positive samfundsmæssige bidrag som forbedret social kapital, sociale og ergo-aktivitetsmæssige muligheder, nye fremtidsmuligheder og øget engagement i fællesskaber rapporteres også som resultater i denne kategori.

4.3 MENNESKER

Kategorien "mennesker" indbefatter undersøgelser, der inkluderer forskellige befolkningsgrupper og er tematiseret under følgende overskrifter: Krigsveteraner, børn på hospitaler, sundhedsfagligt personale, ældre og folkesundhed.

4.3.1 Krigsveteraner (5)

Krigsveteraner kan opleve forskelligartede fysiske og psykiske problemer efter hjemsendelse fra krig, som påvirker deres hverdag, trivsel og livskvalitet.

Et Pilates-program udviklet af den Kongelige Ballet Foundation og deres dansere blev brugt i et forsøg på at rehabilitere fysisk sårede danske soldater hjemvendt fra Afghanistan (Bowman 2015). Et 'Art Appreciation' kursus var udviklet for veteraner og bestod af kunstaktiviteter samt besøg på lokale museer og andre kulturinstitutioner. Undervisningen foregik på videregående uddannelsesniveau og var designet til at undgå den stigmatisering, som kan opstå ved at deltage en terapigruppe (Ketch et al. 2015). Et kvalitativt effektstudie undersøgte, om deltagelse i et musikbaseret stykke og instruktionsprogram påvirkede følelsen af engagement oplevet af deltagere fra veteranhjem, der befandt sig i en risikogruppe (Liebowitz et al. 2015). I en anden undersøgelse deltog veteraner i et teaterprojekt, hvor de havde mulighed for at fortælle deres egne historier på scenen (O'Connor 2017). En mixed-metode-undersøgelse bruger dans som et redskab for at undersøge virkningen hos veteraner med seriøse psykiske problemer som kronisk og funktions-svækkende psykoser, traumatisk stress-sygdom og humør- og angstsygdomme. Data var samlet over en tremåneders periode for, at vurdere effekten af deltagelse i dans på veteranernes trivsel (Wilbur et al. 2015).

Resultaterne fra undersøgelser med veteraner viser, at brugen af Pilates faciliteret af den Kongelige Ballet hjalp med både den fysiske og psykiske rehabiliteringsproces (Bowman 2015), og at deltagelse i 'Art Appreciation' kurset var med til at fremme både en subjektiv og en objektiv forbedring i rehabilitering og reintegration i samfundet for veteraner, der oplever kronisk svækkende følelsesmæssige problemer (Ketch et al. 2015). Musikbaseret engagement skabte mulighed for et fælleskab med andre gennem fælles interesse, ligesom koret muligvis har hjulpet med at bevirke forandring i et overskueligt tempo (Liebowitz et al. 2015).

Teaterprojektet var en terapeutisk oplevelse for veteraner, som også øgede deres trivsel og selvtillid samt skabte et tilhørsforhold (O'Connor 2017). Dans for veteraner har vist sig som en lovende tværfaglig ressource for veteraner med seriøse psykiske problemer, da det reducerede stress hos deltagerne (Wilbur et al. 2015).

Opsummering af effekten af brugen af kunst og kulturaktiviteter for krigsveteraner

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet krigsveteraner, har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, der anses som følger:

Forbedret fysisk og psykisk rehabiliteringsproces blev rapporteret som positive effekter af deltagelse i et Pilatesprogram for veteraner (Bowman 2015).

Øget selvtillid og trivsel blev rapporteret som effekter af deltagelse i et teaterprojekt for veteraner (O'Connor 2017).

Forbedret reintegration i samfundet blev opnået gennem deltagelse i et kunst- og kulturkursus (Ketch 2015).

Reduceret stress blev rapporteret som en positiv effekt af deltagelse i dans for krigsveteraner (Wilbur et al. 2015).

Mulighed for fælleskaber var en positiv effekt af deltagelse i musikbaserede aktiviteter for veteraner (Liebowitz et al. 2015), i et teaterprojekt (O'Connor 2016) og deltagelse i dans (Wilbur et al. 2015).

4.3.2 Børn på hospitalet (8)

Cirka 60.000 børn indlægges hvert år i Danmark. I de senere år har både fagfolk og forældre fået en større forståelse for, hvor meget det griber ind i et barns liv at være indlagt på hospitalet.

Et review af artikler mellem 2001 og 2011 om brugen af kunst i pædiatrien fandt 16 artikler, der opfyldte inklusionskriterierne. Af reviewet fremgik det, at kunst er mest almindeligt brugt i tilfælde af post-traumatisk stresssyndrom hos børn og børn med autisme. Resultaterne belyser brugen af kunst som en mekanisme til at facilitere eller reducere særlige forudsætninger, som børn kan have. Reviewet giver endvidere information om brugen af kunst i pædiatrien og identificerer mangler i den eksisterende forskning (Archibald et al. 2014).

En kvantitativ undersøgelse af kendskabet til og deltagelse i kunst/kulturaktiviteter i *Arts in Medicine* programmet, som er brugt på et kræftcenter for børn blev målet. Undersøgelsen viste, at der trods et højt deltagerantal var mangel på kendskab til programmet. Undersøgelsen

konkluderede, at information om programmet skulle udgives dagligt programme for at øge synligheden. Alle nyligt diagnosticerede patienter og deres familier skulle desuden informeres om programmet, ligesom en særlig indsats for at nå ud til teenagere skulle overvejes (Cowell et al. 2011). En mixed-metode pilotundersøgelse vurderede virkningerne af Creative Arts Therapy (CAT) på livskvalitet (QOL) af børn i kemoterapi. Forsøgsgruppen modtog CAT, som bestod af en sekvens af aktiviteter med bevægelse, lyd og grafiske aktiviteter (Madden et al. 2010). En anden mixed-metode undersøgelse bruger et præ- og postdesign og anvendte tegninger for at bedre kunne forstå livskvaliteten hos indlagte børn. De indlagte børn brugte billede til at udtrykke følelser (Rollins et al. 2012). Danse/bevægelsesterapi var introduceret som et tværfagligt redskab i en undersøgelse af kognitive, følelsesmæssige og sociale udviklingsprocesser samt stress og psykologiske justeringer af pædiatriske kræftpatienter (Cohen & Walco 1999).

Resultaterne af undersøgelsen, der brugte CAT, viste en i statistisk analyse af den randomiserede kontrollerede fase en overordnet forbedring af barnets smerte og kvalme. Den ikke-randomiserede fase viste bedre humør med statistisk signifikans på ophidselse og glæde samt mindre nervøsitet hos børnene. Med øget interesse for komplementær terapi til børn med kræft er der behov for fremtidig forskning i et større omfang for at dokumentere effekten af at inkorporere skabende kunst i helingsprocessen (Madden et al. 2010). I undersøgelsen, der brugte billeder, viste resultaterne en statistisk signifikant forbedring i opfattelsen af barnets øjeblikkelige livskvalitet og en effektiv metode til at kunne udtrykke deres tanker og følelser. De fleste forældre rapporterede, at de lærte noget om deres barn, som de ikke havde haft kendskab til før. Resultaterne viste en statistisk signifikant forbedring i opfattelsen af barnets øjeblikkelige livskvalitet (Rollins, 2012). Inklusionen af dans/bevægelsesterapi som en tværfaglig tilgang til kræftbehandling med fokus på en psykosociale og en holistisk tilgang bevirkede integration af faktorer med fokus på mestring (Cohen & Walco 1999).

I en undersøgelse, der evaluerede et *Arts for Life*³ program, viser resultaterne, at programmet giver en positiv effekt til miljøer og omgivelser i sundhedsregi (Styles-Turbyfill et al. 2016). En kvalitativ effektundersøgelse havde som formålet at undersøge, hvad der sker i legeterapi, når børn får mulighed for at bruge ekspressiv kunst som ler, maling, og /eller tekstil, og den betydning, som børn lægger i deres kunstgenstande. Temaerne som frygt, længsel, og magtesløshed var identificeret (Wikström 2005). Et pilotstudie undersøgte virkningen af

³ *Arts For Life* er en nonprofit organisation dedikeret til at støtte mennesker alvorlige sygdomme. Ved brugen af kunstprogrammer, beriges patienternes liv, pleje deres sind og ånd samt fremmer en positiv sundhedspleje oplevelse for børn og deres familier. <http://www.artsforlifenc.org/>

teaterforestillinger på indlagte børns trivsel. En mixed-metode tilgang blev brugt til at undersøge udviklingsprocessen for teater for syge børn inden for hospitalets rutiner (Sextou & Monk 2013).

Resultaterne viste også, at ekspressiv kunst var et medium for kommunikation. Undersøgelsen konkluderede, at udtryksfuld kunst bør anvendes som et redskab til at hjælpe børn med at udtrykke sig, når de er indlagt (Wikström 2005). Teaterforestillingerne skabte distraktion fra sygdom, hjalp børn med at forbedre åndedrættet og dermed lette indtagelsen af medicin, skabte en positiv effekt på præoperativ stress og havde desuden en terapeutisk effekt på børn, der var indlagt på hjerte- og onkologiske afdelinger (Sextou & Monk 2013).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-kulturaktiviteter for børn på hospitalet

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet børn på hospitalet danner både mixed-metode, kvalitative og kvantitative forskningsmetoder grundlag for resultaterne, der kan anskues som følger:

Reduktion af præoperativ stress blev rapporteret som en positiv effekt af teater for indlagte børn (Sextou & Monk 2013).

Nemmere indtagelse af medicin efter en teateroplevelse var en positiv effekt hos indlagte børn (Sextou & Monk 2013).

Mindsket nervøsitet hos indlagte børn var resultatet af brugen af CAT (Madden et al. 2010).

At udtrykke tanker og følelser blev muliggjort i forbindelse med brugen af billeder (Rollins 2012) og ekspressiv kunst (Wikström 2005) og var rapporteret som positive tiltag.

Forbedring af øjeblikkelig livskvalitet blev rapporteret som en positiv effekt af brugen af billeder til at forstå indlagte børns livskvalitet (Rollins et al. 2012).

Forbedring af smerte og kvalme blev rapporteret som en effekt af deltagelse i CAT (Madden et al. 2010).

4.3.3 Sundhedsfagligt personale (9)

Der er et øget fokus på sundhed og trivsel af medarbejdere i et samfund, hvor effektivisering tilsyneladende er dagsordenen. Særligt i sammenhænge hvor personalets beskæftigelse

involverer arbejdet med pleje/behandling af andre mennesker. Nedenstående er en række undersøgelser om brugen og virkningen af kunst- og kulturaktiviteter for at fremme trivsel i sundhedsfaglige miljøer.

I et kritisk review af litteratur, der omhandler sundhedsfagligt personales opfattelse af værdien og virkningen af kunst/kultur i sundhedsmiljøer mellem 2004 og 2014, var 27 studier inkluderet. Trods nogle metodiske begrænsninger i de gennemgåede studier blev det konstateret, at størstedelen af personalet i undersøgelserne mente, at engagement i kunst- og kulturaktiviteter har en positiv indvirkning på patienternes helbred og velbefindende. Resultaterne tyder på, at kunst- og kulturaktiviteter opfattes som havende en indvirkning på patienternes stress, humør, smerteniveauer og søvn. Desuden mente personalet, at kunst og kultur kan forbedre kommunikationen mellem personale og patienter og hjælpe med at opbygge og styrke relationer. Størstedelen af resultaterne var positive, og kunst- og kulturaktiviteter i sundhedsmiljøer blev oplevet som et redskab til at mindske stress, reducere udbrændthed, forbedre stemningen, arbejdsindsatsen, patient/personale relationer, arbejdsmiljø og trivsel. Reviewet konkluderer, at de overvejende positive opfattelser gjorde, at personalet kunne understøtte gennemførelsen af kunst- og kulturaktiviteter i sundhedsvæsenet, hvilket kan øge plejen og være til gavn for både patienter og sundhedspersonale (Wilson et al. 2015). Et mixed-metode-pilotstudie undersøgte effekten af kunst- og kulturelle aktiviteter i forhold til trivslen hos sundhedsfaglige. Programmet varede otte uger og aktiviteten var silkemaling (Karpaviciute, S. and Parkinson 2015). En kvalitativ undersøgelse undersøgte effekten af et kunst/kulturprogram på jobtilfredshed, stress, afdelingskultur, støtte, kvalitet i pleje og patient outcomes (Sonke et al. 2015). Et kvantitativt studie undersøgte forskellen mellem deltagelse og ikke-deltagelse i korsang (Sound of Wellbeing- SOW) af sundhedsfaglige på et hospital (Vaag et al. 2013). For at undersøge sammenhængen mellem trivselsindikatorer for sygeplejersker og deres deltagelse i kulturelle arrangementer (teater, koncerter, udstillinger, museer, sight-seeing, og musicals) var subjektiv trivsel målt for engagement, arbejdspladsens understøttelse af nye ideer, arbejdsglæde og oplevelsen af stress (Tuiskua et al. 2016).

En kvalitativ undersøgelse fokuserede på virkningen af tilfældig eksponering af musik for hospitalspersonale, og hvilken virkning det havde på deres arbejde (Preti & Welch 2012). Et kvantitativt studie undersøgte patienter og sundhedsfagliges mening om musik specielt designet til miljøet (Designed Music Environment (DME) (Thorgaard et al. 2005). I en randomiseret undersøgelse undersøgte der, om deltagelse i kulturelle events kunne være en katalysator for et forbedret helbred. Sundhedsfaglige deltog i otte uger og kunne vælge film, koncerter kunstudstillinger eller korsang og blev derefter randomiseret. Helbredet blev

vurderet før randomisering og efter interventionen. Resultaterne blev analyseret under anvendelse af et blandet design variansanalyse (Bygren et al. 2009). En randomiseret-intervention var brugt til at undersøge effekten af deltagelse i kunst-kultur aktiviteter hos sundhedsfaglige, der led af udbrændthed. Aktiviteterne inkluderede teater, film, dans, vokal improvisation, mindfulness og musical (Grape et al. 2015).

Resultaterne viser, at sundhedsfagliges deltagelse i kunst- og kulturaktivitet har en positiv virkning på det generelle helbred, og den mentale sundhed kan reducere arbejdsstress, øge fællesskabsfølelsen, selvtilliden samt arbejdsproduktiviteten (Karpaviciute & Parkinson 2015). Kunst- og kulturprogrammer kan have en positiv indvirkning på afdelingen, sygeplejerpraksis og kvaliteten af pleje på kortvarige ophold på medicinsk-kirurgiske enheder, men musik kan dog også medføre negativ distraktion for personale. Mens virkningerne i medicinsk-kirurgiske miljøer overvejende er positive, skal de potentielle negative virkninger også overvejes i udviklingen af praksisprotokoller (Sonke et al. 2015).

I forskellene mellem deltagere og ikke-deltagere i korsang (SOW) blev der fundet ændringer i beskrivende egenskaber såsom personlighed, engagement, generelt helbred samt deres selvvaluerede ændring i nogle af disse variabler. Desuden viste resultaterne øget engagement, organisatorisk engagement og selvrapporterede positive forandringer i forhold til det psykiske arbejdsmiljø og global sundhed hos deltagerne i forhold til ikke-deltagere. Der er lovende resultater i forhold til at indlejre kulturelle aktiviteter i arbejdsmiljøet, men der er behov for yderligere undersøgelser af effektiviteten af organisatoriske interventioner ved hjælp af et præ-post-design (Vaag et al. 2013).

Kollektiv deltagelse i kulturelle arrangementer har en positiv effekt på engagement på arbejdet og kan fremme aspekter af arbejdsrelateret trivsel (Tuisku et al. 2016). Resultater tyder på, at hospitalets personale har et positivt syn på musikintervention, da det opfattes som fordelagtigt for patienterne. Dog blev der rapporteret, at udvælgelse af musik havde en negativ effekt på deres arbejde, og at konsekvenser for udvikling af musikprogrammer til hospitaler bør diskuteres (Preti & Welch 2012).

En stærk korrelation mellem en positiv holdning til DME (Designed Music Environment) og graden af afslapning og tilfredshed blev fundet blandt patienter. Personalet havde en lige så positiv holdning til DME men varierede betydeligt i forhold til placering (Thorgaard et al. 2005). Kunst- og kulturstimuli kan forbedre den opfattede fysiske sundhed, social funktion, og vitalitet hos sundhedsfagligt personale (Bygren 2009). Symptomer i forhold til udbrændthed og aleksitymi samt selvvalueret helbred viste en øget forbedring i interventionsgruppen end det

gjorde i kontrolgruppen. Sundhedsfagligt personale blev også positivt påvirket, selv om de ikke havde deltaget i de kulturelle aktiviteter. Deltagerne oplevede et forbedret helbred og et nedsat niveau af udmattelse (Grape et al. 2015).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-kulturaktiviteter for sundhedsfagligt personale

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet sundhedsfagligt personale, danner forskellige forskningsmetoder grundlag for resultaterne, der kan anskues som følger:

Opbyggede og styrkede relationer samt **forbedret kommunikation** mellem patienter og personale blev rapporteret som en positiv effekt af kunst- og kultur aktiviteter i sundhedsregi (Wilson et al. 2015).

Mindsket stress i sundhedsmiljøer blev rapporteret som et resultat af brugen af kunst og kultur i sundhedssektoren (Wilson et al. 2015, Karpaviciute & Parkinson 2015).

Forbedret stemning og arbejdsindsats blev rapporteret af sundhedsfagligt personale som positive effekter af brugen af kunst og kultur tiltag (Wilson et al. 2015).

Reduceret udbrændthed og nedsat niveau af udmattelse hos sundhedsfaglig personale blev rapporteret som effekten af deltagelse i kunst og kulturelle aktiviteter (Grape et al. 2015).

Forbedret arbejdsmiljø og trivsel blev rapporteret som en positiv effekt af kunst og kultur aktivitet i sundhedsmiljøer (Wilson et al. 2015).

Forbedret mental sundhed hos sundhedsfaglige, der deltog i kunst- og kulturaktiviteter, blev rapporteret som en positiv effekt (Karpaviciute & Parkinson 2015, Tuisku et al. 2016).

Øget organisatorisk engagement og forbedret psykisk arbejdsmiljø blev rapporteret som en decideret effekt af deltagelse i korsang for sundhedsfaglige (Vaag et al. 2013).

Forbedret opfattelse af fysisk sundhed, social funktion og vitalitet hos sundhedsfaglige blev rapporteret som effekter af kunst og kulturstimuli (Bygren et al. 2009).

4.3.4 Ældre (22)

Forskningen i ældre, kunst, kultur og sundhedsfremmende aktiviteter tager udgangspunkt i forskellige nationale definitioner af kategorien "ældre", og der kan derfor ikke angives en

præcis aldersramme for dette tema. Dog kan det fastslås, at deltagerne i undersøgelserne alle er over 60 år.

Et review om, hvordan kunst og kultur kan bidrage til forbedret livskvalitet (QoL) og helbred for ældre havde til formål at kortlægge den eksisterende litteratur og inkluderede 94 artikler. Resultaterne viste, at de fleste undersøgelser blev offentliggjort efter 2000 (72%). De fleste af disse undersøgelser blev gennemført i USA (52%). Undersøgelserne anvendte kvalitative (49%), kvantitative (38%) eller mixed-metoder (10%). Den mest almindelige kunstform, der blev undersøgt, var musik (40%). Størstedelen var aktivt udøvende (ikke tilskuer) (70%), og aktiviteter forekom ofte i grupper (56%). Helbred og QoL blev konceptualiseret og operationaliseret på mange forskellige måder. Reviewet konkluderede, at der var et behov for at tilrettelægge forskningen inden for området mere koordineret i stedet for ad-hoc undersøgelser, at udvikle og anvende konceptuelle rammer og flere perspektiver for at opbygge viden om, hvordan kunst og kultur bidrager til sundhed og QoL for ældre (Fraser et al. 2015).

Et andet review gennemgik litteratur, der undersøgte værdien af at participatoriske kunst- og kulturaktiviteter i boliger med tilknyttet pleje til at forbedre sundhed og trivsel for ældre. En hurtig gennemgang af litteraturen publiceret mellem 2000 og 2013 fokuserede på deltagerne i alderen 65 år og derover, der deltog i kunstaktiviteter som musik, dans, sang og billedkunst. Forskningsmetoderne anvendt i undersøgelserne varierede, og en række forskellige resultatmål blev brugt, hvilket gør en samlet synopsis af undersøgelserne vanskelige. På trods af de metodiske begrænsninger af undersøgelserne peger resultaterne på, at deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter forbedrer humør, engagement og hukommelse på kort sigt. Der er tegn på, at deltagelse i kunst- og kulturbaserede aktiviteter kan spille i en positiv rolle i at forbedre livskvaliteten for ældre mennesker, der bor i boliger med tilknyttet pleje (Fraser et al. 2014).

Et tredje review afdækkede litteratur for at identificere fordele og ulemper for ældres deltagelse i kunst og kulturelle aktiviteter. Reviewet gennemgik litteratur om forbedring af sund aldring for ældre gennem aktiv deltagelse i kunst og kulturelle aktiviteter inkluderede 31 undersøgelser af dans, skrivning, musik (sang og instrumental), teater, og visuel kunst samt dokumentation af psykiske/fysiske forbedringer i hukommelsen, kreativitet, problemløsning, dagligdags kompetence, reaktionstid, balance /gangart og livskvalitet. Undersøgelserne viste overvældende positive kognitive / affektive / livskvalitet resultater for forskellige participatoriske kunstformer (Noice et al. 2014).

Museer og ældre

Et kvantitativt effektstudie undersøgte humørsvingninger relateret til en enkelt session med et reminiscensprogram baseret på brugen af museumsobjekt på et museum. 114 ældre deltog og et præ- og posttestdesign blev brugt (Smiraglia 2015). På et andet museum undersøgtes virkningen af museets bidrag til at stimulere skabelsen af fællesskaber blandt socialt ensomme ældre og her anvendtes interviews. Museet bidrog med aktiviteter, der havde til formål at stimulere relationelle processer (Overgaard & Sørensen 2015). En kvalitative interview undersøgelse af kunst- og kulturprogrammet *'Coffee, Cake and Culture'* for ældre søgte at identificere fordele og konsekvenser af kunst- og kulturdeltagelse for sundhed hos ældre mennesker med eller uden diagnosticeret demens og deres plejepersonale (Roe et al. 2016).

Resultaterne viser, at humør-scoren var signifikant højere efter programmet, og humørsvingninger var signifikant relateret til deltagernes interesse i programmets emne. Undersøgelsen understøtter brugen af museumsobjektbaseret reminiscens, da det tyder på, at denne metode kan have en betydelig kortsigtet indvirkning på humør. At tilpasse programmets indhold til aktuelle interesser hos deltagerene viste sig også at være vigtigt (Smiraglia 2015). Deltagerne fandt kunst- og reminiscensprojekter på museet meningsfulde, både socialt og kulturelt. Deltagerne rapporterede om livsberigende erfaringer og følte sig mindre ensomme, og museet så sig selv som en agent for social integration (Overgaard & Sørensen 2015).

Deltagelse i *'Coffee, Cake og Culture'*-projektet demonstrerer fordele for ældre og deres plejepersonale i form af trivsel, social engagement, læring, social inklusion og kreativitet. De fleste af de ældre og plejepersonalet havde ikke tidligere besøgt et museum (Roe et al. 2016).

Kreative aktiviteter og ældre

En kvantitativ spørgeundersøgelse undersøgte sundhedsrelaterede faktorer i forbindelse med deltagelse i kreative hobbyer hos 5.470 kvinder i firserne, der var bosat i Australien (Liddle et al. 2013). Betydningen af kunst og kultur for aldring og sundhed blev undersøgt i en mixed-metode undersøgelse, hvor en professional kunstner underviste i billedkunst (Greer et al. 2012). Et andet kvalitativ observations- og interviewstudie undersøgte, om kunst og kultur kunne være et redskab for at understøtte social inklusion for ældre (Moody & Phinney 2012).

Et mixed-method-studie søgte at evaluere en national kunstfestival i Irland, der fejrer kreativiteten hos ældre mennesker. Festivalen tilbyder en brede vifte af kunst- og kulturrelaterede aktiviteter og involverer forskellige organisationer såsom lokale myndigheder,

biblioteker, uddannelsesinstitutioner, sundheds- og plejeorganisationer, foreninger og frivillige organisationer for ældre (O'Shea & Léime 2011).

En kvalitativ interviewundersøgelse søgte at karakterisere komponenter, som indgår i engagement i kreative aktiviteter for ældre med livstruende sygdomme. Undersøgelsen blev foretaget på et plejehjem, og de ældre deltog i workshops med håndværk og kreative aktiviteter (la Cour et al. 2005). Et andet kvalitativt interviewstudie søgte at forstå de erfaringsmæssige faktorer hos ældre kvinder, som deltager i billedkunstaktiviteter senere i livet. Undersøgelsen brugte en fortolkende fænomenologisk analyse (Reynolds 2009).

Resultaterne af undersøgelserne af ældres engagement i kunst- og kulturaktiviteter viser, at kreative hobbyer blev positivt forbundet med fysisk sundhed, sundhedsrelateret livskvalitet (generel sundhed, social funktion) og andre sociale og demografiske indikatorer (Liddle et al. 2014). Deltagerne berettede om betydelige forbedringer i mental og psykosocial sundhed gennem øget socialt engagement, selvbevidsthed, empowerment, og en følelse af ro og afslapning. Undersøgelse peger på muligheder for professionelt leveret kreativ aktivitet som sundhedsfremmende hos seniorbefolkninger (Greer, 2012). Deltagelse i kunst- og kreative programmer kan være med til at støtte ældres evne til at bevare eller knytte forbindelse til samfundet på nye måder og en stærkere følelse af fælleskab og kan bidrage til social inklusion for ældre mennesker (Moody & Phinney 2012).

Deltagelse i kunst- og kulturfestivalen viste overvældende positive resultater i forhold til de personlige og sociale gevinster (O'Shea & Léime 2011). Andre resultater tyder på, at domænet for kreativ aktivitet kan påvirke forbindelsen til dagligdagen og styrke den ældres oplevelse af sig selv som en aktiv person på trods af livstruende sygdom (la Cour et al. 2005). Behovet for at fylde et tomrum har motiveret ældre kvinder til at skabe billedkunst, og de deltagende kvinder rapporterede om genvundet trivsel ved at udforske nye kreative tiltag (Reynolds et al. 2009).

Dans og ældre

Et studie undersøgte, om et fem-ugers danse/bevægelses-terapiforløb kunne forbedre livskvaliteten for ældre kvinder, der nyligt var flyttet til et 'retirement community'. Studiet brugte en fænomenologisk tilgang, hvor videooptagelser, feltnoter og fokusgruppeinterviews blev trianguleret (Kluge et al. 2012). En mixed-metode-undersøgelse målte effekten af en 6-måneders danseklasse (1 t / uge) på en gruppe af raske ældre personer sammenlignet med en kontrolgruppe. Effekten blev målt på forskellige områder som kognition, intelligens,

opmærksomhed, reaktionstid, motorik, taktile funktioner og posture præstation, såvel som subjektiv trivsel og hjerte-respiratorisk ydeevne (Kattenstroth et al. 2013).

Resultaterne fremhævede deltagernes følelse af at kunne realisere en ny og forbedret selvforbedring, at kunne bevæge sig friere og føle sig bedre tilpas. Deltagelse i dans ansås som et velegnet middel til at hjælpe ældre kvinder med at reducere flytningsstress ved at fremme personlig vækst og sociale tilknytningsmuligheder (Kluge et al. 2012). I dansegruppen blev gavnlige virkninger fundet i forhold til danse-relaterede parametre som kropsholdning og reaktionstider, men også i forhold til kognitiv, taktil og motorisk præstation samt subjektiv trivsel. Disse effekter var ikke forbundet med ændringer i hjerte-respiratorisk ydeevne. I kontrolgruppen blev der ikke fundet ændringer i ydeevnen. Korrelation af baseline ydeevne med forbedringen efter interventionen viste, at de personer, der havde gavn af interventionen, var dem, der viste den laveste ydelse før interventionen (Kattenstroth et al. 2013).

Fællesskaber og ældre

En mixed-metode undersøgelse evaluerede effekten af projekter, der havde til formål at reducere social isolation blandt ældre ved brugen af kunst- og sociale aktiviteter (Pearce & Lillyman 2015). En anden mixed-metode effektundersøgelse af et 12-ugers program for ældre med nedsatte sensoriske evner undersøgte, om deltagelse i kunst- og kulturbaserede aktiviteter kunne skabe bedre helbred og trivsel hos deltagerne (Vogelpoel & Jarrold 2014). Et kvalitativt interviewstudie undersøgte ældre kvinders (63 til 83 år) tilgang til arbejde og sundhed i et levetidsperspektiv. En fænomenologisk tilgang blev brugt (Forssén 2007). En mixed-metode-undersøgelse søgte at evaluere en kompleks intervention med det formål at mindske social isolation hos ældre mennesker ved brugen af kreative og sociale aktiviteter. Mentorere arbejdede med deltagerne, der indgik i fastlagte programmer med kreative, motions- og /eller kulturelle aktiviteter med fokus på social interaktion. 229 deltagere udfyldte Geriatrisk Depression Scale, SF12 Health Quality of Life og Medical Outcomes Social Support skala ved baseline, 6 måneder og 12 måneder efter intervention (Greaves & Farbus 2006).

I en kvalitativ interviewundersøgelse af ældre kvinders motivation for at lave billedkunst og deres subjektive oplevelser deltog 32, hvoraf 12 levede med kronisk sygdom og 20 rapporterede et godt helbred (Reynolds 2010). En praksis-baseret mixed-method-undersøgelse undersøgte muligheder for frivilliges bidrag til kunst- og kulturaktiviteter til bedre trivsel hos socialt isolerede ældre i landdistrikterne i Canada. Et 10 ugers program indeholdt kreative aktiviteter og var faciliteret af frivillige (Wilkinson et al. 2013).

Resultaterne fra undersøgelserne viser, at deltagelse i kunst, kultur og kreative aktiviteter førte til et øget niveau af selvværd og selvagtelse blandt deltagerne, nye venskaber blev skabt og muligheden for at prøve nye aktiviteter blev værdsat (Pearce & Lillyman 2015). Particinatoriske kunst- og kulturprogrammer kan altså bidrage til at bekæmpe social isolation hos de deltagende ældre personer med nedsatte sensoriske evner, og de kan være med til at øge selvtilliden og mental sundhed (Vogelpoel & Jarrold, 2014).

Andre resultater viser, at kulturelle aktiviteter med sociale, æstetiske og eksistentielle elementer kan skabe en følelse af selvanerkendelse og en oplevelse af at blive hørt. Humor, skønhed og kultur udgjorde en større del af kvinders overlevelsesstrategier end forventet, og dette behov bør respekteres i den sociale omsorg af ældre kvinder (Forssén 2007).

En række psykosociale og fysiske sundhedsmæssige fordele er blevet identificeret i en bred vifte af adfærdsændringer (både fysiske og følelsesmæssige), herunder øget årvågenhed, social aktivitet, selvværd, optimisme i forhold til livet, og positive ændringer i sundhedsadfærd. Stærkere, 'transformerende' ændringer blev rapporteret af nogle deltagere. Vigtige processer bag resultaterne var udviklingen af en positiv gruppeidentitet og opbygning af selvtillid/selveffektivitet. Selvom der kun i eget begrænset omfang kan tales om kausalitet i de ukontrollerede undersøgelser, tyder resultaterne på, at den forventede nedadgående tendens i nogle aspekter af deltagernes helbred er blevet vendt, og denne tilgang bør derfor undersøges yderligere (Greaves & Farbus 2006).

Deltagerne beskrev, at skabe kunst var berigerende for deres mentale sundhed, og at det kunne fremme nydelsen af sanselighed, farve og tekstur, skabe nye udfordringer og ambitioner. Skabende billedkunst var med til at bevare kvindernes identitet bl.a. ved at gå imod de stereotyper og udelukkelser, der er almindeligt forekommende senere i livet. (Reynolds 2010). Ældre fik mulighed for forbedret livskvalitet gennem en kreativ proces, og syv ud af otte frivillige der faciliterede aktiviteterne var interesserede i at fortsætte med programmet (Wilkinson et al. 2013).

Musik/sang og ældre

En kvantitativ effektundersøgelse havde til formål at måle effekten af professionelle, lokalt baserede kulturelle programmer på fysisk helbred, mental sundhed og sociale aktiviteter hos

personer i alderen 65 år og ældre. Deltagerne i undersøgelsen var 166 sunde, ambulante ældre, som blev fordelt på enten en interventionsgruppe (kor) eller en kontrolgruppe (sædvanlig aktivitet) og vurderet ved baseline og efter 12 måneder (Cohen et al. 2006). Et andet effektstudie undersøgte, om deltagelse i musikaktiviteter kunne støtte den sociale, følelsesmæssige og kognitive trivsel hos 337 ældre mennesker. Sammenligninger blev lavet mellem ældre mennesker, der deltog i en bred vifte af musikalske og andre aktiviteter i relation til Basic Psychological Needs Scales og Measure of Quality of Life (CASP-12). Målingen blev foretaget præ- og post aktiviteterne (Hallam et al. 2014).

Undersøgelsen af deltagelse i korsang viste positive resultater for effektiviteten af interventionen, idet interventionsgruppen rapporterede en højere samlet vurdering af fysisk sundhed, færre lægebesøg, et mindre medicinforbrug, færre tilfælde af fald og færre sundhedsproblemer generelt end kontrolgruppen. Interventionsgruppen rapporterede også en bedre moral og mindre ensomhed end kontrolgruppen. Den positive virkning af partcipatoriske kunst- og kulturprogrammer for ældre peger på vigtige sundhedsfremmende og forebyggende effekter og en reduktion af risikofaktorer i behovet for langvarig pleje (Cohen et al. 2006). Andre resultater viser, at aktiv deltagelse i musik har en gavnlig virkning på trivslen for ældre. Yderligere forskning er dog nødvendig for at identificere de mekanismer, hvorigennem musik er i stand til at opnå disse effekter (Hallam et al. 2014).

Opsummering af effekten af partcipatoriske kunst- og kulturaktiviteter for ældre

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet ældre, hvor både kvalitative og kvantitative forskningsmetoder har dannet grundlag for resultaterne, rapporteres resultaterne hyppigst som forskellige variationer af en forbedret mental sundhed hos deltagerne. Effekten af ældres deltagelse i kunst-, kultur- og kreative aktiviteter kan anskues som følger:

Øget livskvalitet blev rapporteret som en positiv effekt for ældre, der deltog i musikaktiviteter (la Cour et al. 2005), blandede partcipatoriske kunst- og kulturaktiviteter (Fraser et al. 2014, Greaves & Fabus 2010), kreative hobbyer (Liddle et al. 2014), korsang (Cohen et al. 2006), en kulturfestival (O'Shea & Leime 2012), engagement i en kreativ proces (Wilkinson et al. 2013) og billedkunst (Wilkinson et al. 2013).

Forbedret trivsel blev rapporteret i mange af undersøgelserne som en effekt af deltagelse i kunst og kulturelle aktiviteter (Fraser et al. 2014, Forssén 2007), billedkunst (Reynolds et al. 2009) og i musikaktiviteter (Hallam et al. 2013).

Empowerment var blandt ældres selv vurderede effekt af deres deltagelse i kreativ aktivitet (Greer et al. 2012).

Positiv social inklusion var resultaterne af både aktiviteter på museer (Roe et al., 2016, Overgaard & Sørensen, 2016), deltagelse i kunst- og kreative programmer, (Moody & Phinney 2012, Greer et al. 2012) samt deltagelse i en kulturfestival for ældre (O'Shea & Leime 2012).

Forebyggelse af sygdom, fremtidig pleje, færre lægebesøg og formindsket medicinforbrug var rapporteret som resultat af ældres deltagelse i korsang (Cohen et al. 2006).

Øget selvværd var blandt effekten rapporteret af ældre der havde deltaget i kunst, kultur og kreative aktiviteter (Pearce & Lillyman 2015).

Forbedrede sociale relationer var et positivt resultat af museumsbesøg (Roe et al. 2016), deltagelse i kunst- og kulturbaserede aktiviteter/programmer kan være med til at **bekæmpe social isolation** (Vogelpoel & Jarrold, 2014) samt **forstærke en følelse af fælleskab** (Moody & Phinney 2012).

Læring og nyt input var blandt de positive effekter rapporteret af ældre, der deltog i museumsbesøg (Roe et al. 2016), engagerede sig med billedkunst (Reynold et al. 2009) og kreative aktiviteter (Pearce & Lillyman 2015).

Bedre fysisk sundhed blev rapporteret som resultaterne af danseinterventioner (Kluge 2012, Kattenstroth 2013) og korsang (Cohen et al. 2006).

4.3.5 Folkesundhed - effekt på dødelighed og andre sundhedsindikatorer (9)

Adskillige store undersøgelser har beskæftiget sig med spørgsmålet om, hvorvidt deltagelse i kunst- og kulturelle aktiviteter har en indflydelse på determinanter for dødelighed. I både Norge, Sverige og Finland har man inkluderet spørgsmål om kultur- og kulturelle aktiviteter i folkesundheds-undersøgelser og derved kunnet påvise, om der findes en forbindelse mellem deltagelse i disse aktiviteter og dødeligheden.

I Sverige demonstrerede en stikprøve af et kohortestudie med 12.675 deltagere, at deltagelse i kulturelle begivenheder havde en positiv indvirkning på dødeligheden, og at personer der mere hyppigt deltog i kulturelle begivenheder havde en bedre chance at overleve end de, der sjældent gjorde. Uventet viste resultaterne også, at uddannelse ikke havde nogen signifikant

indflydelse på dødeligheden, når andre varianter var kontrolleret (Bygren et al. 1996). I en follow-up af undersøgelsen fra 1996 demonstrerede resultaterne, at det især var biografbesøg og deltagelse i koncerter, der viste en signifikant lavere dødsrisiko (Konlaan et al. 2000). HUNT-studiet fra Norge er et folkesundhedsstudie fra Nord-Trøndelag, hvor 50.797 personer deltog. Resultaterne viste, at både partecipatorisk deltagelse og som tilskuere til kulturelle aktiviteter var associeret med god sundhed og livstilfredshed, ligesom begge køn viste lavere depression og angstscores end de, der ikke deltog. Resultaterne viste også, at der var kønsafhængige associationer mellem deltagelse i kulturelle aktiviteter og selvopfattet helbred, angst, depression og tilfredshed med livet, og især hos mænd, der deltog som tilskuere, var helbredsassociationer i højere grad til stede. Folkeundersøgelsen bidrager til hypoteser om brugen af kunst- og kulturelle aktiviteter i folkesundhedsforebyggelse og i sundhedsregi (Cuypers et al. 2011).

Formålet med en australsk undersøgelse var at afdække en eventuel sammenhæng mellem kunst- og kulturengagement (timer om året) og trivsel i den almindelige befolkning. Hvis der blev demonstreret en sammenhæng, var undersøgelsens andet mål at kvantificere denne. I en stikprøve blandt voksne fra Western Australia blev 702 inviteret til at deltage i en telefonundersøgelse. Den afhængige variabel var det subjektive mentale velbefindende (Warwick-Edinburgh mentale velbefindende Scale, WEMWBS). Den uafhængige variabel var timer engageret i kunst/kultur i de sidste 12 måneder. Der blev fundet evidens for et forhold mellem et engagement i kunst- og kultur og trivsel i undersøgelsen. De, der beskæftiger sig 100 eller flere timer / år med kunst- og kultur-engagement (dvs. to eller flere timer/uge) rapporterede signifikant bedre trivsel end andre niveauer af engagement. Undersøgelsen konkluderede, at egnetheden af kunst- og kulturengagement som en populations-baseret strategi til at påvirke den mentale sundhed af befolkningen bør undersøges yderligere (Davies et al. 2016).

En litteraturgennemgang af undersøgelser af forholdet mellem kunst- og kulturinterventioner og trivsel og sundhed i Norge og Sverige i perioden 1995 -2009, inkluderede 'grey' litterature som bøger, 'white' og 'green'-rapporter samt evalueringer. Resultatet viste, at ganske få artikler var publiceret i forhold til folkesundhed, og de der var, var primært fra Sverige. I det norske sammenhæng var det primære emne musikterapi. Artiklen konkluderede, at der er behov for flere epidemiologiske og longitudinal-undersøgelser vedrørende årsag-effekt-forhold og formidlende mekanismer (Cuypers et al. 2011).

Et mindre studie i Storbritannien søgte at dokumentere og beskrive et folkesundhedsprojekt med unge landmænd, som brugte fotografi til at fremme selvtillid og selveffektivitet. Resultaterne viste, at de unge landmænd fik nye færdigheder og demonstrerede øget selvtillid (Syson-Nibbs et al. 2009).

I Finland undersøgte man, om der var en relation mellem deltagelse i kulturel aktivitet og dødelighed hos personer i fuldtidsarbejde. 7.922 personer deltog i 1986 i undersøgelsen, som havde en follow-up i 2004. Undersøgelsen viste, at deltagelse i kulturelle aktiviteter i høj grad er forbundet med en lavere risiko for at dø af eksterne årsager hos fuldtidsansatte personer. Høj engagement i kulturelle aktiviteter blev uafhængigt forbundet med nedsat dødelighed og eksterne dødsårsager efter justering for socio-demografiske faktorer, socioøkonomisk status, stress på arbejdet, sociale karakteristika, diabetes og forhøjet blodtryk. Høj engagement var også forbundet med en nedsat risiko for kardiovaskulær mortalitet efter kontrol for socio-demografiske faktorer og stress. Sammenhænge med død af alle årsager og dødsfald fra eksterne årsager forblev efter yderligere justering for adfærdsmæssige risikofaktorer. Bedre overordnet overlevelse af kulturelt engagerede medarbejdere skyldes i høj grad deres lavere risiko for at dø af ydre årsager (livsstil og miljø)(Väänänen et al. 2009).

En undersøgelse i Schweiz undersøgte potentialet ved engagement i kunst (spiller et instrument eller sang, maleri, skulptur) eller passiv kulturel deltagelse (gå i biografen, teater, opera og til udstillinger). Det schweiziske Household Panels studie blev anvendt til analyse. Data er repræsentative for den schweiziske befolkning i alderen 14 år og ældre med store demografiske variabler. Ved hjælp af longitudinal data viste undersøgelsen, at frivillige kulturelle aktiviteter af enhver type, passiv eller aktiv, ikke synes at have nogen sygdomsfremkaldende indflydelse på sundhed og trivsel. Resultaterne viste, at der ikke var væsentlig forbedring på den langsigtede sundhed og trivsel som følge af en specifik kultur aktivitet. Undersøgelsen konkluderede, at der ikke er tilstrækkelige beviser til at berettigede kunst og kultur som sundhedsfremmende. Resultaterne bestridende dog ikke, at aktiv eller passiv deltagelse i kultur- og kunst-relaterede aktiviteter kan være til gavn for sundhed og trivsel (Węziak-Białowolska 2016).

I Danmark findes der ingen folkeundersøgelser, der giver indsigt i hvordan deltagelse i kunst- og kulturelle aktiviteter kan påvirke dødeligheden. Dog har en undersøgelse vist en sammenhæng mellem at spille/synge dagligt og sundhed og den sundhedsrelaterede livskvalitet. Data stammer fra den Danske Sundheds og Sygelighedsundersøgelse fra 2013. Undersøgelsen var baseret på en stikprøve fra 25.000 voksne danskere (svarprocent: 57%). Ud over standard sundhedsrelaterede spørgsmål omfattede undersøgelsen otte specifikke musikspørgsmål baseret på en gennemgang af den sparsomme litteratur om musik og sundhed. På samme

grundlag blev daglig musicking defineret som mennesker, der normalt synger/spiller musikinstrumenter mindst 1 time/dag. Resultaterne viste, at både musikalsk aktive mænd og kvinder var mere tilbøjelige til at rapportere godt selv vurderet helbred end personer, der ikke var aktive musikalsk. Men resultaterne angav også, at musikalsk aktive kvinder var mindre tilbøjelige til at rapportere dårlig fysisk og mental sundhed end kvinder, der ikke var aktive musikalsk, mens dette mønster ikke blev fundet blandt mænd. Undersøgelsen konkluderede, at køn synes at spille en vigtig rolle i sammenhængen mellem "musicking" og sundhed, men mere forskning er nødvendig for at forstå disse forskelle og de underliggende mekanismer (Ekholm et al. 2016).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-kulturaktiviteter for folkesundheden

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet folkesundhed danner forskellige forskningsmetoder grundlag for resultaterne, og data er trukket ud af diverse national-baserede undersøgelser. Der er derfor svært at give en overordnet vurdering af hvilken effekt kunst og kultur har på befolkningen og folkesundheden generelt. Derfor er opsummering af resultaterne inddelt i relation til de specifikke lande, hvor undersøgelserne er foretaget.

I Sverige demonstrerede en stikprøve af et kohortestudie, at deltagelse i kulturelle begivenheder havde en positiv indvirkning på dødeligheden - at personer der mere hyppigt deltog i kulturelle begivenheder havde en bedre chance at overleve end de, der sjældent gjorde. (Bygren et al. 1996). I en follow-up af undersøgelsen fra 1996 demonstrerede resultaterne, at det især var biografbesøg og deltagelse i koncerter, der viste en signifikant lavere risiko (Konlaan et al. 2000).

I Norge viste HUNT-studiet, at partcipatorisk deltagelse og som tilskuere i kulturelle aktiviteter var associerede med god sundhed og livstilfredshed (Cuypers et al. 2011).

I Australien viste en undersøgelse at mennesker, der beskæftiger sig 100 eller flere timer / år med kunst- og kultur-engagement (dvs. to eller flere timer/uge) havde signifikant bedre trivsel end andre niveauer af engagement. Undersøgelsen konkluderede, at egnetheden af kunst- og kultur-engagement som en population-baseret strategi til at påvirke den mentale sundhed af befolkningen bør undersøges yderligere (Davies et al. 2016).

I **Storbritannien** beskrev et mindre folkesundhedsprojekt med unge landmænd som brugte fotografi til at fremme selvtillid og selveffektivitet, at de unge landmænd fik nye færdigheder og demonstrerede øget selvtillid ved deltagelse (Syson-Nibbs 2009).

I **Finland** demonstrerede en undersøgelse, at en relation mellem deltagelse i kulturel aktivitet og dødelighed hos personer i fuldtidsarbejde. Undersøgelsen viste, at deltagelse i kulturelle aktiviteter i høj grad er forbundet med en lavere risiko for at dø af eksterne årsager hos fuldtidsansatte personer. Høj engagement i kulturelle aktiviteter blev uafhængigt forbundet med nedsat dødelighed og eksterne dødsårsager. Bedre overordnet overlevelse af kulturelt engagerede medarbejdere skyldes i høj grad deres lavere risiko for at dø af ydre årsager (livsstil og miljø) (Väänänen et al. 2009).

I **Danmark** viste en undersøgelse et sammenhæng mellem at spille/synge dagligt og sundhed og den sundhedsrelaterede livskvalitet. Undersøgelsen dokumenterede, den voksne danske befolknings erfaring med musik som sundhed ressource. Mindst halvdelen af den voksne befolkning brug musik i hverdagen i forhold til at regulere fysisk og psykisk trivsel, og at der er en signifikant sammenhæng mellem aktiv musik adfærd (musicking- i sammenhængen defineret som min 1 times sang / spille om dagen) og selvrapporteret godt eller excellent helbred. Musicking kan have en vigtig funktion som en sundhedsfremmende aktivitet (Ekholm et al. 2016).

I **Schweiz** viste en longitudinal undersøgelsen, at frivillige kulturelle aktiviteter, passive eller aktive ikke syntes at have nogen sygdomsfremkaldende indflydelse på sundhed og trivsel. Undersøgelsen konkluderede, at der er fortsat et begrænset bevis for at berettige sundhedsfremmende budskaber som involvering med kunst. Ikke desto mindre bestrider resultaterne ikke, at aktiv eller passiv deltagelse i kultur- og kunst-relaterede aktiviteter kan være til gavn for sundhed og trivsel (Węziak-Białowolska 2016).

4.3.6 Opsummering af effekten i kategorien "mennesker"

Undersøgelserne viser effekten på mangfoldige målgrupper (krigsveteraner, børn på hospitalet, sundhedsfagligt personale, ældre og folkesundhed) som har deltaget i kunst og kulturaktiviteter i forskellige sammenhænge.

De dokumenterede effekter af deltagelse blandt andet som forbedret fysisk og psykisk rehabiliteringsproces, øget selvtillid og trivsel, reduceret stress, reduktion af præoperativ stress, nemmere indtagelse af medicin, mindsket nervøsitet, nedsættelse af smerte og kvalme,

forbedret mental sundhed, øget livskvalitet, empowerment, forebyggelse af sygdom, øget selvværd og bedre fysisk sundhed.

Andre rapporterede effekter er forbedret reintegration i samfundet, oplevelse af positive fællesskaber, forbedret arbejdsmiljø, øget organisatorisk engagement, forbedret arbejdsindsats, opbyggelse og styrkelse af relationer, positiv social inklusion og ny læring.

Der blev også fundet korrelation mellem deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter, god sundhed, trivels og dødelighed i lande som Sverige, Norge, Danmark, Australien, Finland, Storbritannien. Undtagelsen er Schweiz, hvor der ikke blev fundet en sammenhæng.

4.4 STEDER OG MILJØER

Denne kategori er fortolket bredt og inkluderer undersøgelser fra palliativ pleje/hospice/plejehjem, medicinsk- og sygeplejeuddannelse, hospitaler og museer/gallerier.

4.4.1 Palliativ pleje/hospice/plejehjem (5)

Den palliative indsats har til formål at fremme livskvaliteten for patienter og familier ved at forebygge og lindre lidelse gennem tidlig diagnosticering, vurdering og behandling af smerter og andre problemer af både fysisk, psykisk, psykosocial og åndelig art.

I en undersøgelse af, om poesi og/eller 'creative writing' på et hospice havde en positiv indvirkning på patienter, deltog patienter i både oplæsning af poesi og 'creative writing'. Både patienter og sundhedsfaglige deltog i evalueringen (Haraldsottir 2011). Et andet kvalitativt studie brugte fokus grupper og interviews til at undersøgte brugen af poesi hos ældre på et plejehjem (Seymour & Murray 2016). Brugen af danse/bevægelsesterapi i palliativ pleje undersøgtes i en case-study med fire patienter (Woolf & Fisher 2015). I et fænomenologisk studie på et hospice undersøgte forskerne terminalpatienters erfaringer med deltagelse i en udstilling med deres egne kunstværker (Kennett 2000). En kvalitativ-pilotundersøgelse af 'Art for life' projektet involverede patienter, terminale syge på plejehjem og i hjemmeplejen samt deres pårørende og praktikere. Praktikerne indbefattede en musikterapeut og en digitalkunstner (Gallagher 2008). I et andet studie blev det undersøgt, hvordan visuel kunst kan bruges til at stimulere samtale med ældre på et plejehjem. Malerier med forskellige temaer blev brugt som udgangspunkt for at diskutere forskellige emner (Wikström 2003). Et kvalitativt

studie brugte gruppe- og individuelle interviews til at beskrive oplevelsen af rekruttering, uddannelse og fastholdelse af pensionerede senior-frivillige, der faciliterede reminiscens og kreative aktiviteter for palliative patienter og deres pårørende (Allen et al. 2015).

Af resultaterne fremgår det, at poesi og/eller 'creative writing' i palliativ pleje giver en alternativ tilgang til kommunikation, der kan øge social interaktion og agere katalysator for at dele historier, som måske ellers ikke ville forekomme. En alternativ tilgang til kommunikation kan skabe et fællesskab og være en unik måde for patienterne at knytte forbindelse til hinanden på (Haraldsottir, 2011). Endvidere kan poesi være med til at stimulere nye temaer til diskussion (Seymour & Murray 2016).

En systematisk tilrettelagt danse/bevægelsesterapi kunne mindske smerter hos personer med terminale sygdomme og hjælpe dem med at udtrykke følelser af, hvem de er som mennesker (Woolf & Fisher 2015). Temaer fra undersøgelsen af patienters deltagelse i en udstilling blev fortolket som: *i)* positive udtryk for selvværd, *ii)* selvstændighed, *iii)* social integration og *iv)* håb. Antageligt er det muligt at identificere håb som essensen af fænomenet, og der kan bidrage med et alternativ, som er vigtigt i palliativ behandling, hvor aktive medicinske indgreb traditionelt er blevet ligestillet med håb (Kenneth 2000).

Deltagerne beskrev deres engagement i *Art for life* projektet som et middel til eskapisme, en hjælp til lindring af smerter og angst, samt en hjælp til for at forholde sig til det at miste. Resultaterne skal tolkes med forsigtighed som følge af pilotprojektets begrænsede omfang, men undersøgelsen peger på, at personer med forskellige diagnoser kan have forskelligt udbytte af deltagelse i et kunstprojekt; dog er større undersøgelser nødvendige (Gallagher 2008). Samtalerelateret dialog om malerier blev af sundhedspersonale betragtet som et instrument, der kunne bruges professionelt i sygeplejen – på en måde, som er meningsfyldt for den ældre. Undersøgelsen introducerer anbefalinger til, hvordan sundhedspersonale kunne øve samtaler med henblik på at stimulere ældre til at tage aktiv del i samtalerne (Wikström 2003). Frivillige rapporterede et stærkt ønske om at anbefale interventionen til andre som en meningsfuld frivillig aktivitet. De rapporterede også, at aktiviteterne havde en positiv indvirkning på den palliative pleje (Allen et al. 2015).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-kulturaktiviteter i palliativ pleje, på hospice og plejehjem

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet palliativ pleje/hospice/plejehjem har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, der kan anskues som følger:

Øget socialinteraktion og fællesskabsskabelse blev rapporteret som en positiv effekt af deltagelse i poesi og/eller 'creative writing' for patienter i palliativ pleje (Haraldsottier 2011).

Stimulere nye temaer for samtale blev rapporteret som en effekt ved brugen af malerier som samtalestimuli (Haraldsottier 2011) og brugen af poesi **stimulerede nye emner for diskussion** (Seymour & Murray 2016).

Lindring af smerter blev rapporteret som en effekt af deltagelse i dans/bevægelses terapi (Woolf & Fisher 2015) samt deltagelse i 'Art for life' (Gallagher 2008).

At udtrykke følelser var forbundet med deltagelse i dans/bevægelses terapi (Woolf & Fisher 2015).

At skabe håb var rapporteret som en antagelig effekt af deltagelse i et kunstprojekt på et hospice (Kennett 2000).

4.4.2 Medicinsk- og sygeplejeuddannelse (5)

Brugen af kunst og kultur i medicinsk- og sygeplejeuddannelse er blevet mere populær. Billedkunst, teater, poesi, narrative essays, musik osv. bruges til at formidle kendskabet til lægekunsten, fremme medfølelse og empati samt øge de studerendes observationsevner.

En kvalitativ effektundersøgelse søgte at finde ud af om engagement i kunstaktiviteter påvirkede medicinstuderende og praktikere personligt og professionelt (Cox et al. 2016). Et andet effektstudie undersøgte om croquis-tegning kunne bruges som et redskab for medicinstuderende i refleksionen og observation fra et nyt perspektiv (Fougner & Kordahl 2012).

Et studie undersøgte, om kunst og musik kunne forbedre sygeplejestuderendes observations- og auditive færdigheder. Et præ- og posttest eksperimentelt design blev brugt, og 77 deltagere på en Masteruddannelse blev randomiseret til enten at modtage musik/auditiv træning og observationstræning på et museum/i en koncertsal eller at se en DVD med en musikintervention og træne observation i et klasselokale ved hjælp af håndholdte billeder og grafik display (Pellico et al. 2014). Reflekterende skriveaktiviteter som at skrive et essay og/eller poesi blev brugt i en kvalitativ effektundersøgelse med formålet at udvikle færdigheder som omsorg og sensitivitet (Anderson & Schiedermayer 2003). En kvalitativ undersøgelse, hvor

medicinstuderende skabte kunst, søgte at bidrage til empirien, der understøtter kunstbaserede aktiviteter virkning på de studerende og deres professionelle udvikling (Jones et al. 2017).

Resultaterne viser, at engagement i kunstaktiviteter kan have en værdifuld rolle i den sundhedsfaglige uddannelse som et redskab til at skabe mening, at lære grundlæggende oplysninger og begreber i medicin. Et kreativt udtryk gennem kunstformer kan bruges som et redskab for studerende og praktikere til at udforske spirende følelser af faglig identitet og afklare værdier. Hertil kommer, at oplevelsen af at udtrykke sig kunstnerisk kan fremme trivsel og empati (Cox et al. 2016). Croquis-tegning er et effektivt redskab, som kan bidrage til forståelse af kroppen som objekt og subjekt, men det er imidlertid nødvendigt, at relevansen af denne forståelse gøres eksplicit i forhold til de studerendes kliniske undervisning (Fougner & Kordahl 2012).

Aktiviteterne i form af fremvisning af kunstværker og brugen af musik i observationsstudier og ræsonnement for sygeplejestuderendes lytte evner er lovende for de sundhedsfaglige uddannelser (Pellico et al. 2014). Medicinstuderende øgede deres forståelse af humaniora gennem oplæsninger, diskussioner, journalføring, skrivning og poesi, hvilket kan styrke deres professionelle tilgang til bedre at forstå og kommunikere med patienter (Anderson & Scheidermayer 2003).

Brugen af kunst- og kreative aktiviteter i medicinsk uddannelse førte til en følelse af personlig vækst og udvikling, herunder overvejelser om tidligere livserfaringer, selverkendelse og en bevidsthed om kunst som en kreativ afsætningsmulighed hos deltagerne. Deltagerne rapporterede også en øget følelse af fællesskab og udvikling af færdigheder i samarbejde og patientfokus. Undersøgelsen konkluderede, at kunst- og kreative aktiviteter kan bruges som et pædagogisk værktøj til at fremme en reflekterende, humanistisk lægepraksis (Jones et al. 2017).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-kulturaktiviteter i medicinsk- og sygeplejeuddannelse

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet medicinsk- og sygeplejeuddannelse har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, der kan anskues som følger:

Et redskab til at skabe mening blev rapporteret som et resultat af engagement i kunstaktiviteter hos medicinstuderende (Cox et al. 2016).

At lære grundlæggende informationer og begreber i medicin blev rapporteret som havnede en positiv effekt for medicinstuderende, der deltog i kunstaktiviteter (Cox et al. 2016).

At udforske følelser om faglig identitet og afklare værdier blev berettet som havende en positiv effekt hos medicinstuderende der havde deltaget i kunstaktiviteter (Cox et al. 2016).

Fremme trivsel og empati blev fremhævet som en værdi af et kreativt udtryk hos medicinstuderende (Cox et al. 2015).

Bedre forståelse af kroppen blev rapporteret som noget croquis-tegning kunne være et redskab for (Fougner & Kordahl, 2012).

Personlig vækst og udvikling blev berettet som havende en positiv effekt af deltagelse i kunst-baserede aktiviteter (Jones et al. 2017).

Forbedret akustiske og observations evner blev rapporteret som havende en positiv effekt af sygeplejerskers deltagelse i et projekt, som brugte kunst og musik (Pellico et al. 2014).

Bedre patient kommunikation var observeret som havende en positiv effekt af deltagelse i kreative aktiviteter for medicinstuderende (Anderson & Scheidermayer, 2013).

Øget følelse af fælleskab og udvikle færdigheder i samarbejde blev rapporteret som effekter af deltagelse i kunst-baserede aktiviteter (Jones et al. 2017).

At fremme reflekterende humanistiske lægepraksisser blev observeret som et resultat hos medicinstuderende, der deltog i kunst-baserede aktiviteter (Jones et al. 2017).

4.4.3 På hospitalet (7)

Hospitaler bliver ofte opfattet som kliniske miljøer, men de er også miljøer, hvor syge mennesker skal leve i kortere eller længere tid – med mange andre behov end de kliniske. Brugen af kunst og kreative aktiviteter på hospitalet bliver generelt modtaget positivt af både sundhedspersonale, patienter og besøgende og kan have positiv effekt på sindet.

Et review undersøgte, om kunst kan bidrage til at åbne muligheder for bedre helbred og trivsel samt en forbedret oplevelse blandt patienter, besøgende og hospitalspersonale på tre af Skotlands hospitaler. Reviewet konkluderede, at kunsten på hospitaler generelt ses som noget positivt af både patienter og personale, men at kvaliteten af evidens ikke var ensartet. Virkninger kan forstås som psykologiske reaktioner på farvenuance, lysstyrke og mætning. Farver, der fremkalder et højt niveau af fornøjelse med lavt niveau af ophidselse, er mest tilbøjelige til at bevirke en tilstand af ro, mens de, der forårsager ubehag og højt niveau af

ophidselse, kan fremkalde angst. Patienterne udtrykker ofte en præference for landskab og naturscener, hvilket er i overensstemmelse med denne observation og med evolutionære psykologiske teorier, der forudsiger positive følelsesmæssige reaktioner på blomstrende naturlige miljøer. I modsætning til abstrakt kunst som syge og stressede ikke altid kan forenes med, er den positive distraktion og tilstand af ro, som er skabt af blå og grønne landskaber og naturscener, foretrukket (Lankston et al. 2010).

Et andet systematisk review havde som formål at undersøge effekten af musikinterventioner med standardbehandling versus standardbehandling alene på præoperativ angst hos kirurgiske patienter. Reviewet inkluderede 26 randomiserede og kvasi-randomiserede undersøgelser, som sammenlignede musikinterventioner og standardbehandling med standardbehandling alene for at reducere præoperativ angst hos kirurgiske patienter. Resultaterne foreslog en lille effekt på hjertefrekvensen og diastolisk blodtryk, men der fandtes ingen virkning på reduktioner i systolisk blodtryk, respirationsfrekvens og hudtemperatur. De fleste forsøg blev vurderet til at være i høj risiko for bias på grund af manglende blinding, og derfor skal resultaterne fortolkes med forbehold. En stor undersøgelse, som var inkluderet i reviewet viste, at lytning af musik var mere effektivt end det beroligende præparat midazolam, som reducerer præoperativ angst og lige så effektivt til at reducere fysiologiske reaktioner og samtidig blev ingen bivirkninger identificeret. Reviewet konkluderede, at den systematiske gennemgang viser, at musik kan have en gavnlig effekt på præoperativ angst. Resultaterne er i overensstemmelse med resultaterne af tre andre Cochrane systematiske reviews om brugen af musikinterventioner for angstreduktion hos medicinske patienter. Derfor kan musikinterventioner være et sundt alternativ til beroligende midler og angstdæmpende medicin for at reducere præoperativ angst (Bradt et al. 2013).

En undersøgelse med kvalitativ tilgang fokuserede på effekten af billedkunst som et redskab for at facilitere samtale med patienter om deres sygdom og indlæggelse og forbedring af patienternes mestring og trivsel (Gelo et al. 2015). Et mixed-metode-studie undersøgte brugen af museumsobjekter som en intervention for øget trivsel. Deltagerne diskuterede og håndterede forskellige museumsobjekter med Positive Affect Negative Affect-skalen og Visual Analogue-skalaen som måleredskaber (Paddon et al. 2014). Et kvalitativt interviewstudie undersøgte, hvordan kunst- og kulturbaserede programmer kunne facilitere bedre patientudfald og hjælpe sygeplejersker til at bruge kunst/kultur i deres pleje af patienter og pårørende (Hurdle & Quinlan 2013). En pilotundersøgelse havde til formål at vurdere virkningen af kunst på patienternes tilpasning til hospitalets miljø samt hvilke faktorer, der kunne påvirke den effekt. Kunstneriske fotografier blev hængt på væggene på afdelingen, hvor

patienterne var oppegående, og deltagerne opholdt sig i på afdelingen i mindst tre dage (Trevisani et al. 2010). En mixed-method-undersøgelse fokuserer på den æstetiske rolle i forhold til helbredet hos hospitalsindlagte ældre. 150 personer deltog i undersøgelsen (Moss et al. 2015).

Resultaterne viser, at patienterne syntes godt om oplevelsen af at bruge billedkunst som et redskab for kommunikation, samt at billedkunst faciliterede samtale og øgede trivslen hos de deltagende patienter (Gelo et al. 2014). Museumsobjekter øgede humøret og den sociale interaktion samt forbedrede trivsel og lykkefølelse signifikant, hvilket understøtter behovet for museums- og galleriaktiviteter, der er trivsels-orienterede for socialt udsatte og sårbare i sundhedssektoren (Paddon et al. 2014).

Kunst kan være terapeutisk, kunst kan forvandle hospitalsmiljøet og spille en vigtig rolle for sygeplejersker og andet medicinsk personale. Det viser resultaterne fra undersøgelsen om hvordan kunst- og kulturbaserede programmer kan bruges i hospitalsregi. Betydningen af undersøgelser for sygeplejepraksis er, at kunst er et plausibelt redskab på hospitalet til at reducere smerter og depression for patienter samt reducere stress blandt medarbejdere og familiemedlemmer. Yderligere forskning er nødvendig for at forstå kunst som en intervention, som sygeplejersker kan bruge (Hurdle & Quienian 2013). Et klinisk miljø med kunstfotografier har en positiv effekt af tilpasning til indlæggelse hos de fleste patienter. Effekten påvirkede patienternes kliniske status og selvvaluerede angst (Trevisani et al. 2010).

Deltagelse i kunst –og kulturaktiviteter kan være en vigtig del af livet og et stort frafald af disse aktiviteter blev bemærket i året efter hospitalsophold. Undersøgelsen identificerede en tendens til, at aftagende eksponering for kunst og kultur starter med et hospitalsophold og konkluderer, at ældre mennesker med fordel kan støttes til at genoptage engagement i kunst og kultur efter et hospitalsophold. Yderligere forskning er nødvendig for at forstå de æstetiske præferencer af ældre på hospitalet (Moss et al. 2015).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-/kulturaktiviteter på hospitalet

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet ”på hospitalet” har forskellige forskningsmetoder dannet grundlag for resultaterne, der viser effekt på både sundhedsfagligt personale, patienter og besøgende. Effekterne kan ansues som følger:

Musikinterventioner blev rapporteret at have en **gavnlig effekt på præoperativ angst** (Bradt et al. 2013).

Musik blev identificeret som et **sundt alternativ til beroligende medicin** for præoperativ angst (Bradt et al. 2013).

Øget trivsel blev rapporteret af patienter, der deltog i et projekt, hvor billedkunst var et redskab for kommunikation (Gelo et al. 2014) og blandt de, der deltog i håndtering af museumsobjekter (Paddon et al. 2014).

Signifikant forbedring af lykkefølelse blev rapporteret som effekt af patienter, der deltog i håndtering af museumsobjekter (Paddon et al. 2014).

Kunst og kultur kan **forvandle hospitalsmiljøet** og spille en vigtig rolle for sundhedspersonale (Hurdle & Quinlan 2013).

Reduceret stress hos medarbejdere og familiemedlemmer blev rapporteret som en antagelig effekt af kunst på hospitalet (Hurdle & Quinlan 2013).

Forbedring af selvvurderet angst blev rapporteret positivt på baggrund af oplevelsen af kunst på en afdeling af oppegående patienter (Trevisani et al. 2010).

4.4.4 Museer og gallerier (3)

Forståelsen af sundhed og trivsel er under forandring. Sundhed anerkendes i stigende grad som et komplekst samfundsmæssigt problem, der er knyttet til flere faktorer såsom vedvarende uligheder i sociale og økonomiske mangler og livsstil. Forebyggelse, nytænkning og evnen til at kunne håndtere og tilpasse sig ændringer i sundhed og trivsel er i denne optik lige så vigtig som behandling. Dette har åbnet muligheder for, at museer og kulturelle organisationer engagerer sig med aktiviteter målrettet mod at fremme sundhed og trivsel.

To studier som var en del af et ph.d.-projekt undersøgte perception og oplevelse af kunst i museet, og hvordan dette kunne påvirke trivsel og følelsesbetonede reaktioner. Det ene studie omhandlede museets personale, mens det andet sammenlignede dem med hyppige og sjældne museumsgæster (Binnie 2010). Et kvalitativt studie undersøgte personer med psykiske lidelsers engagement i kunst- og kulturaktiviteter, herunder besøg på et museum (Jensen et al. 2016). Et andet kvalitativt studie undersøgte oplevelserne hos personer med psykiske lidelser, der deltog i et kunstbaseret program på Tate Modern Gallery (McKeown et al. 2016). En anden undersøgelse søgte at forstå om deltagelse i forarbejdet og kurateringen af udstillinger på et

museum havde en positive virkning på personer med psykiske lidelser og fysiske handicaps (Wilson et al. 2015).

Resultaterne viser, at museer og gallerier kan spille en vigtig rolle i trivslen og kan bidrage til et reduceret angstniveau hos deltagerne (Binnie, 2010). Deltagelse i kunst/kultur kan være vigtigt for personer med psykiske lidelser, men museumsfaglige formidlere skal have en passende faglighed for at inklusionen kan blive succesfuld (Jensen et al. 2016). En anden undersøgelse bidrager til den voksende mængde af evidens relateret til personer med psykiske lidelsers erfaringer med og refleksioner over kunst- og kulturrelaterede programmer rettet mod dem. Resultaterne viser, at arrangørernes fokus på, hvordan deltagerne oplever galleri-baserede programmer, kan bidrage til en mere nuanceret forståelse af forholdet mellem kunst og mental sundhed (McKeown et al. 2016). Interviews og deltagerobservation viste betydningen af ikke-elitært lederskab, gensidig tillid og en ikke-terapeutisk dagsorden. Lignende projekter kan rumme muligheder for at fremme udviklingen af forskellige kunstneriske miljøer, der vil 'empower' mennesker med handicaps og psykiske lidelser (Wilson et al. 2015).

Opsummering af effekten af brugen af kunst-/kulturaktiviteter som sundhedsfremme på museer og gallerier

Som det fremgår af undersøgelserne under temaet museer og gallerier, ligger der forskellige forskningsmetoder bag de fremlagte resultater og indsigter. Museer og gallerier kan bidrage til sundheden på forskellig vis. De kan:

- Spille en **vigtig rolle i trivslen for mennesker med psykiske lidelser** (Jensen et al. 2016, Binnie, 2010).
- Bidrage til at **reducere angst** (Binnie, 2010).
- Bidrage til en **nuanceret forståelse af forholdet mellem kunst og mental sundhed** (McKeown et al. 2016).
- Bidrage til **empowerment af mennesker med handicaps og psykiske lidelser** (Wilson et al. 2015).

4.4.5 Opsummering af kategorien "steder og miljøer"

I kategorien "steder og miljøer" er palliativ pleje, hospicer, plejehjem, medicin- og sygeplejeuddannelser, hospitaler og museer/gallerier repræsenteret som lokaliteter hvor kunst- og kulturaktiviteter finder sted. Resultaterne (og effekterne på deltagerne) rapporteres

som: øget social interaktion, fællesskabsdannende, en måde at stimulere nye samtaler på, lindring af smerter, mulighed for at udtrykke følelser, forstærket håb, gavnlig effekt på præoperativ angst, øget trivsel, forbedring af lykkefølelse og forbedring af selvvurderet angst.

Resultaterne viser også, at kunst- og kulturaktiviteter kan være med til at dække æstetiske behov og bidrage positivt til hospitalet som et fysisk miljø og til at reducere stress hos patienter, medarbejdere og familiemedlemmer. Museer/gallerier kan således spille en vigtig rolle som sundhedsfremmende miljøer.

4.5 EFFEKTIVISERING (6)

I de senere år har midler til offentlige projekter været forbundet med evnen til at præsentere økonomisk levedygtige argumenter. Som ethvert andet praksisfelt, der bygger primært på offentlige ressourcer, er kultur- og sundhedsfeltet også presset til at demonstrere økonomiske fordele forbundet med praksis. Dog er dokumentationen af disse fordele begrænset, primært fordi det er en kompleks proces at dokumentere, og ofte er der ikke ressourcer til rådighed for samarbejde med eksperter, der kan dokumentere de økonomiske fordele. Endvidere omhandler projekterne overvejende fremme af livskvalitet og mental sundhed, hvilket ofte er baseret på subjektive oplevelser, som det kan være udfordrende at måle og veje, og tildeling af faste kvantitative værdier til vilkårlige kvalitative koncepter som empowerment, sociale relationer, selvværd etc. kan resultere i tvivlsom præcision og give indtryk af, at målingen indeholder mere information end den der faktisk er tilgængelig.

Den igangværende debat om økonomiske beviser for kultur- og sundhedsområdets relevans er også knyttet til forskningsmetoder, og mens noget litteratur argumenterer for opbygning af evidensgrundlaget og udviklingen af relevante evalueringsredskaber, er der også argumenter for at metodisk rigiditet og evidensfokuseret praksis kan være problematisk for feltet. Som ofte i forbindelse med offentlige udgifter fokuseres der på omkostningseffektivitet. Brugen af RCTs anbefales, selvom denne designtype ofte er problemfyldt for feltet, idet sådanne kontrollerede undersøgelser er både omkostningsfulde, tidskrævende og kræver et vist antal deltagere (statistisk power) for at give mening. Forskere i feltet har imidlertid endnu som opgave at udvikle alternative evalueringsmetoder, som er rettet mod den interventionskarakter, der faktisk findes i feltet, og som samtidig kan tilfredsstille sundhedssektorens ønske om omkostningseffektiv evidens og praktiske løsninger. Her kunne en mixed-metode tilgang til forskningen være en mulig løsning.

4.5.1 Rapporter og undersøgelser

Diverse undersøgelser af kultur- og sundhedsaktiviteter har frembragt resultater, der understøtter og forbedrer mental sundhed samt illustrerer andre specifikke, både fysiske og psykiske fordele for patienter og borgere. Et fokus på omkostninger og effektivitet i sundhedsvæsenet vil utvivlsomt forblive en del af den neoliberale økonomiske tilgang, der

driver offentlige sundhedssystemer i mange dele af verden. Hvis kultur- og sundhedsfeltet ønsker at bidrage til sundhedssystemet, er der et behov for at udvikle og arbejde ud fra modeller, der ikke kun fokuserer på sundhedsresultater, men også omfatter økonomiske overvejelser. Indførelsen af kultur- og sundhedstiltag kræver altså et evidensgrundlag, og som dette review allerede har dokumenteret, findes der mange undersøgelser der viser, at sådanne interventioner har en sundhedsfremmende effekt på diverse borgergrupper.

World Health Organization⁴ (WHO) estimerer, at depression i 2020 er den næststørste globale sygdomsbyrde, og at den i 2030⁵ er den største. Endvidere viser en rapport fra Sundhedsministeriet⁶ fra 2015, at angst og depression er blandt de fem hyppigst diagnosticerede sygdomme i Danmark. I 2014 kostede psykiske lidelser og sygdomme som angst, depression og skizofreni samfundet ca. kr. 17,4 mia. om året i tabt arbejdsfortjeneste, førtidspensionering og tidlig død. Alene 28.400 besøg på skadestuen og sygehusene berørte angst og depression.

I takt med at der er kommet fokus på evidensbaseret praksis i social- og sundhedssektoren og at der gennemføres besparelser i både social- og sundhedssektoren og kultursektoren, er der i højere grad blevet brug for at dokumentere sammenhænge mellem deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter og sundhed. Der er dog kun få eksempler i litteraturen, der fokuserer på de økonomiske fordele og virkninger af kunst og kultur for sundhed og trivsel. En rapport fra Storbritannien (2014) identificerer besparelser i forskellige kategorier, og her anslås besparelsen ved at patienter er engageret som publikum i kunst og kultur eller ved at besøge et museum på lægebesøg eller psykoterapi som henholdsvis £ 396.6mio. (ca. DKK. 33.787,5 mio.) og £ 105.1 mio. (ca. DKK. 895,4 mio.). Disse besparelser er baseret på den antagelse, at en person vil have sundhedsmæssig gavn af kulturelt engagement og derved reducere omkostningerne ved kontakt med sundhedssystemet. Rapporten viser, hvordan kunst, kultur og sundhedsinitiativer kan bidrage til økonomiske besparelser i sundhedsvæsenet (Fujiwara et al. 2014).

En anden rapport undersøger sundhedsmæssige fordele ved kunst- og kulturaktiviteter fra et økonomisk teoretisk perspektiv og præsenterer en analyse af omkostningseffektiviteten ved en

⁴The World Health Report 2001. Mental Health. New Understanding. New Hope. Geneva WHO World Health Organization (2009). Financial crisis and global health: report of a high-level consultation. Geneva, World Health Organization

⁵ WHO Global Burden of Disease (2008): 2004 update. Geneva: World Health Organization. http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GBD_report_2004update_full.pdf (accessed Feb. 5, 2012)

⁶ Sygdomsbyrden i Danmark: https://www.sst.dk/da/nyheder/2015/~/_media/00C6825B11BD46F9B064536C6E7DFBA0.ashx

kunst-baseret intervention til behandling af mild til moderat depression. Rapporten ræsonnerer, at en sådan intervention sandsynligvis vil være yderst omkostningseffektiv. Endvidere konkluderes det, at mens økonomisk teori kan understøtte tanker om at subsidiere kunst, forstås de sociale og økonomiske konsekvenser af kunst og kultur stadig dårligt. En effekt, der endnu ikke findes fuld forståelse for, er den sundhedsmæssige påvirkning af et større omfang af deltagelse i kunst- og kulturaktiviteter, og hvordan denne kan bidrage til folkesundheden. Evidens er dog akkumuleret, og resultater viser, at en række af kunst- og kulturtiltag giver reelle sundhedsmæssige fordele for mennesker. Den økonomiske effektanalyse, der blev præsenteret i rapporten, viser, at gruppebaserede partcipatoriske kunst- og kulturprojekter kan anvendes som en effektiv, billig strategi til at bekæmpe milde til moderate psykiske problemer som angst og depression. Rettet mere bredt mod befolkningen har disse partcipatoriske kunst- og kulturprojekter potentiale til at fungere som effektive høj-afkastredskaber, der kan være med til at facilitere bedre sundhed samt bidrage til en række øvrige værdifulde fordele for samfundet (Craemer 2009).

En rapport opstillede argumenter for kultur på recept som værende omkostningseffektiv ud fra et sundhedsfagligt perspektiv og med besparelser for den offentlige sektor for øje. Rapporten bygger på resultater fra et 'kultur på receptprogram', der viser, at 10/21 patienter (47,6%) viste et opsving på effektmålingerne, og at disse programmer sandsynligvis er omkostningseffektive. Når større samfundsmæssige omkostninger tages i betragtning, som for eksempel udgifter til tabt af beskæftigelse på grund af depression, så er kultur på recept-programmer sandsynligvis omkostningsbesparende ud fra en samlet betragtning. Rapporten konkluderer, at hvis 'kultur på recept-programmer' skal være almindeligt og rutinemæssigt tilgængelige, er der behov for en større og mere robust vidensbase for omkostningseffektivitet. Rapporten opfordrer til en koordineret indsats på tværs af en række programmer og udbydere, således at evidens kan samles effektivt og anvendes i et helhedsperspektiv (Hamilton et al. 2015).

Et review undersøgte omkostninger ved klinisk gruppekunstterapi for mennesker med ikke-psykotiske psykiske lidelser gennem en systematisk gennemgang af litteratur og analyse af omkostningseffektiviteten. Elleve randomiserede kontrollerede forsøg blev inkluderet (i alt 533 patienter). En meta-analyse var ikke mulig på grund af klinisk heterogenitet og utilstrækkeligt sammenlignelige data om resultatmål på tværs af undersøgelser. Kontrolgrupperne varierede mellem studierne, men inkluderede: ingen behandling /venteliste, placebo kontrol og (sammenligning med) psykologisk terapi. Kunstterapi var forbundet med betydelige positive ændringer i psykiske symptomer i forhold til kontrolgruppen i 7 af de 11 studier. Kunstterapi i

grupper viste sig at være omkostningseffektiv sammenlignet med ventelistekontrol selvom generaliseringen til målgruppen var uklar.

Ud fra den begrænsede foreliggende dokumentation kan kunstterapi forbindes med positive effekter sammenlignet med kontrolgruppe i en række undersøgelser af patienter med forskellige kliniske profiler. De inkluderede studier var generelt af dårlig kvalitet og er derfor sandsynligvis med høj risiko for bias. Kunstterapi syntes at være omkostningseffektiv versus venteliste, men der er behov for yderligere undersøgelser for at bekræfte denne påstand. Reviewet konkluderede, at der ikke var tilstrækkelig dokumentation til en informeret sammenligning af omkostningseffektiviteten af gruppekunstterapi og verbal gruppeterapi (Uttley et al. 2015).

Et review fra 2004, som gennemgik den medicinske litteratur publiceret mellem 1990 og 2004, peger blandet andet på de økonomiske gevinster ved at indlejre kunst- og kulturaktiviteter på hospitaler. Der blev fundet fordele i forhold til: reducere af medicinindtag, øget mental sundhed, øget arbejdsglæde blandt personale, kortere hospitalsophold, bedre patient/lægerrelation samt positive fysiologisk og psykologiske forandringer i kliniske resultater. Reviewet havde som formål at underbygge eksisterende anekdoter og kvalitativ information, der demonstrerede den virkning, som kunst og kultur kan have på sundhed og helbred (Staricoff 2004).

En rapport evaluerede effekten af et socialt ordinations/henvisningsprogram gennem NHS i Gloucestershire, Storbritannien mellem 2014 og 2016. Her havde praktiserende læger mulighed for at henvise patienter med ikke-medicinske sundhedsbehov til lokale organisationer og tiltag, herunder kunst- og kulturgrupper/aktiviteter, træningshold samt til hjælp med juridiske problemer eller familielivet. I alt blev 2.047 patienter med en række problemer i relation til psykisk sygdom, sociale ydelser og bolig henvist til tiltaget (hovedsageligt af læger), og 81% tog imod tilbuddet. Undersøgelsen viste, at for de patienter der medvirkede, faldt antallet af lægebesøg med 21%, mens lægetelefonopkald blev reduceret med 6%. Antallet af hjemmebesøg af en læge faldt med 26%, i de seks måneder efter selve henvisningen sammenholdt med de forudgående seks måneder. Der var også en reduktion på 23% på akutte indlæggelser blandt henviste patienter i de seks måneder, sammenlignet med perioden før, mens akutte indlæggelser steg blandt patienter, der ikke deltog i forsøgsordningen. Patienter, der anvendte ordningen oplevede også statistisk signifikant forbedret trivsel og mental sundhed i seks måneder efter henvisningen. De samlede omkostninger til at levere ordningen i et år var £ 480.819 (ca. DKK. 4,1mio) (omkring DKK. 2.000 per patient), svarende til besparelser anslået til ca. DKK. 16,20 for hver DKK. 8,50 der var investeret (Kimberlee 2016).

4.5.2 Opsummering af effektivisering

Som det fremgår af undersøgelser og rapporter i denne kategori, er der adskillige forsøg på at estimere samfundsmæssige besparelser relateret til brugen af kunst- og kulturaktiviteter som indsatser og interventioner i social- og sundhedssektoren. Med fokus på folkesundhed, brugen af kunstterapi, korsang, kunst og kultur på hospitalet samt kultur på recept rummer litteraturen både kvalificerede antagelser om og dokumentation af faktuelle besparelser. Det konkluderes overordnet set, at evaluering af omkostningseffektiviteten inden for kultur og sundhedsfeltet er en udfordring, og der opfordres til en større koordineret indsats for at måle virkning og effekt. Endvidere fremhæves det, at yderligere forskning kan være med til at danne en bedre forståelse af sammenhængen mellem kunst-kultur deltagelse og sundhed, hvilket igen kan danne grundlag for samfundsmæssige besparelser.

4.6 SKANDINAVISK LITTERATUR

Den systematiske litteratursøgning fangede ikke artikler og bøger udgivet på skandinaviske sprog, da søgesproget var engelsk. Nedenstående liste indeholder forskellige titler som er fundet ad forskellige veje: nogle med et allerede eksisterende kendskab til udgivelserne eller forfatterne, andre via litteratursøgninger med skandinaviske søgeord. Denne sektion er udarbejdet i samarbejde med professor Lars Ole Bonde.

4.6.1 Bøger om kunst, kultur og sundhed

Kulturhälsoboxen af Horwitz, E.B. (red) (2014) er en samling af 6 små bøger, der formidler kulturelle oplevelsers sundhedsfremmende funktioner inden for områderne: Dans, Musik, Teater, Film og billeder, og Stilhed. Der er henvisninger til forskningen bag i de enkelte bøger. Boksen findes hos alle alment praktiserende læger i Sverige (Horwitz 2014).

Kultur och hälsa af Ahmadi, F. (Studentlitteratur, 2008) er en lærebog for medicinstuderende, som gennemgår området, bl.a. i et coping-perspektiv (Ahmadi 2008).

Kultur och folkhälsa. Antologi om forskning och praktik. Eddigeret af Horwitz, E., Hogstedt, C., Wisten, P og Theorell, T. Forlaget Tovnitton, (2015). Antologien rummer artikler af nordiske forskere om mange forskellige forskningsprojekter, der undersøger kunstopplevelsers og aktiv deltagelses sundhedsfremmende affekt (Horwitz et al. 2015).

4.6.2 Center for Research in Music and Health (CREMAH)

Center for Research in Music and Health (CREMAH) ved Norges Musikkhøgskole udgiver en antologiserie om musik og helse. De fleste af bøgerne rummer artikler på norsk (og enkelte på svensk og dansk), og de spænder over såvel klinisk musikterapi som bredere brug af musikoplevelser og musikaktiviteter med helseformål. Disse antologier er relevante for kultur og sundhed:

Hekta på Musikk (2013). Overå, M. (Om musik og musikterapi i misbrugs-behandling) (Overå 2013).

Antologi no. 5 (2012): *Barn, musikk og helse*. Eds. Trondalen, G. og Stensæth, K. (Trondalen & Stensæth 2012)

Antologi nr. 4 (2011): *Musikk, helse og identitet*. Eds. Stensæth, K og Bonde, L.O.

Antologi nr. 2 (2009): Musikk i psykisk helsearbeid med barn og unge. Ed. Ruud, E.

Den norske database Brage/Bibsys er indgang til en lang række norske tekster.

<https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/172107/discover> - giver 327 hits på kultur + helse.

Teksterne er en blanding af artikler, phd-afhandlinger og specialer. Mange enkeltbidrag fra CREMAHs antologier er indekseret her.

4.6.3 CEDOMUS

CEDOMUS er et virtuelt Center for Dokumentation og Forskning i Musikterapi, bemandet med musikterapiforskerne ved Aalborg Universitet:

<http://www.musikterapi.aau.dk/cedomus>

I arbejdet med forskellige diagnoser og sygdomme samt andre indsatser, finder der inden for musikterapien en række oversigtsartikler, som belyser de forskellige områder og udgivet af Tidsskriftet Dansk Musikterapi:

<http://www.danskmusikterapi.dk/tidsskriftet-dansk-musikterapi/>

Demens af Hanne Mette Ridder

At lytte til musik, eller at spille og synge, aktiverer bevægelse, følelser og erindring, og musikken involverer derfor mere intakte områder af hjernen, således at selv svært demensramte kan genkende og forholde sig til musik. Gennem fælles musikoplevelser i musikterapien kan grundlæggende psykosociale behov dækkes hvorved neuropsykiatriske symptomer på demens reduceres, fx agitation.

http://vbn.aau.dk/files/62961380/Ridder_2012_musikterapi_demens.pdf

Skizofreni af Inge Nygaard Pedersen

Der er forskningsmæssig evidens for, at musikterapi med voksne med en skizofrenilidelse har en signifikant effekt. Cochrane review og RCT undersøgelser viser, at musikterapi hjælper i forhold til nogle generelle symptomer som nedsat opmærksomhed, depersonalisation samt manglende motivation. Musikterapi kan dog primært reducere de negative symptomer (herunder emotionel og social tilbagetrækkethed, samt svigtende evner til kontakt og kommunikation).

http://vbn.aau.dk/files/63473958/2012F_skizofreni_inge_nygaard.pdf

Depression af Niels Jørgensen Hannibal

Musikterapi bryder den isolation, som er en konsekvens af depression. Ligeledes aktiveres kroppens motorik og det centrale nervesystem. Endelig etablerer musikterapi mulighed for interaktion, ekspression, kontakt og kommunikation. Musikterapi kan anvendes uanset om patienten er så medtaget af depressive symptomer, at verbal kommunikation er vanskelig eller helt udelukket. I musikterapien kan patienten arbejde med de interpersonelle og kognitive aspekter af depressionen. Musikterapi kan mindske symptomer, skabe en forbindelse fra den isolerede patient til omverdenen samt bidrage til at udvikle nye mestringsstrategier og bedre stresshåndtering.

<http://vbn.aau.dk/files/70969823/Hannibal.2012E.depression.pdf>

Stress af Bolette Beck Daniels

I en dansk RCT-undersøgelse med langtidssygemeldte stressramte var 83 % af deltagerne tilbage på arbejde 9 uger efter musikterapi-behandling. Musikterapi på arbejdspladsen i form af musiklytning eller musikalsk sammenspil som vej til et bedre socialt samspil og større gensidig opbakning kan have stor betydning for den enkeltes oplevelse af det psykiske arbejdsmiljø. Musikterapi kan på denne måde forbedre kommunikation, teambuilding og gensidig støtte på arbejdspladsen og dermed reducere isolation, udbrændthed og stress-sygemeldinger

http://vbn.aau.dk/files/158897866/2013E_arbejdsrelateret_stress.pdf

Palliativ pleje af Lars Ole Bonde

Musikterapi på det palliative område dækker behandlingen af mennesker med livstruende sygdomme og komplicerede symptomer i eget hjem, på særlige hospitalsafdelinger eller på hospice. Der findes 6 større, kontrollerede undersøgelser inden for området, og meta-analyser viser, at musikterapien kan have en positiv effekt på disse menneskers livskvalitet og åndelige velbefindende. Kvalitative undersøgelser dokumenterer den rolle, som aktiv musikudøvelse og musiklytning kan spille i forhold til patientens følelsesmæssige, sociale og eksistentielle velbefindende og deres selvværd. Også i forhold til pårørende har musikoplevelser stor værdi.

http://vbn.aau.dk/files/62940992/2012F_palliation.pdf

Funktionsnedsættelser af Ulla Holck

Der er forskningsmæssig evidens for, at musikterapi med børn og unge med fysiske og psykiske funktionsnedsættelser har en signifikant effekt. En meta-analyse påviser, medium-til-stor effekt i forhold til udviklings- og adfærdsmæssige problematikker. Mere specifikt påviser et

systematisk forskningsreview øget opmærksomhed, øjenkontakt, vokalisering, imitation, initiering og tur-samspil som følge af musikterapi. Effekten af musikterapi bliver markant højere, når forløbet er på 25 sessioner og derover.

http://vbn.aau.dk/files/76334558/13Forskning_i_MT_boern_med_fpf.pdf

Erhvervet hjerneskade af Søren Vester Hald

Flere undersøgelser viser også, at musikterapi kan have effekt på stemme og talefunktionen hos voksne med erhvervet hjerneskade. I musikterapien engageres personen med erhvervet hjerneskade i musiske aktiviteter, der har til formål at genoptræne, eller kompensere for, tabte funktioner og kompetencer (fysiske, verbale, kognitive, sociale, emotionelle og kommunikative kompetencer). Musikterapi har også vist sig virkningsfuldt i den følelsesmæssige bearbejdning af en ny livssituation med en erhvervet hjerneskade

http://vbn.aau.dk/files/197436344/Voksne_med_erhvervet_hjerneskade_Cedomus.pdf

Smertelindring af Karin Schou og Lars Ole Bonde

Cochrane reviews dokumenterer, at musikinterventioner kan reducere intensiteten af smerteoplevelsen, og at brugen af smertestillende medicin (fx morfin) kan reduceres med op til 50%, når patienter lytter til musik, sammenlignet med patienter, som får standardbehandling uden musik. Selvom større kvantitative undersøgelser kun dokumenterer lille generel effekt af musikinterventioner i forbindelse med operation, kan brugen af musik have stor betydning for den enkelte patients oplevelse af smerte og af indlæggelsesforløbet. Musikinterventioner kan bl.a. hjælpe patienter med at håndtere smerte, ubehag og evt. angst forbundet med de fremmede omgivelser.

http://vbn.aau.dk/files/62941232/2012F_smertebehandling_operationer.pdf

Autisme af Ulla Holck

Der er forskningsmæssig evidens for, at musikterapi med børn med en autisme spektrum forstyrrelse (ASF) har en signifikant effekt. Cochrane reviews påviser, at musikterapi fremmer verbal og navnlig nonverbal kommunikation hos børn med ASF. En RCT-undersøgelse viser endvidere en signifikant effekt af musikterapi i forhold til udvikling af fælles opmærksomhedsfokus hos 3-6årige børn med ASF. Sammenholdt med kontrolgruppen var der i musikterapien markant flere og længere situationer med glæde og følelsesmæssig synkronitet mellem barn og musikterapeut, og børnene tog flere spontane initiativer til at deltage i samspillet.

http://vbn.aau.dk/files/58272642/11ASF_CEDOMUS.pdf

4.6.4 Center for Music in the Brain

Center for Music in the Brain ved Aarhus Universitet er et grundforskningscenter, som også er hjemsted for forskning i anvendelsen af musik til kliniske formål (musikmedicin).

<http://musicinthebrain.au.dk/> Blandt centrets publikationer er "hvidbogen":

Music interventions in Health Care. Gebauer & Vuust 2014.

http://beta2.lydteknologi.dk/sites/default/files/Pdfer/whitepaper_digital_enkelsidet.pdf

Her gennemgås forskning i (primært) musikmedicin inden for en lang række kliniske områder.

4.6.5 Den kulturella hjärnan

Den kulturella hjärnan er et svensk forsknings- og formidlingscenter med hjemsted i Göteborg og med hjerneforskeren Gunnar Bjursell som leder. Hjemmesiden

<http://www.kulturellahjarnan.se/> rummer meget omfattende materiale, bl.a.

videoforelæsninger af førende hjerneforskere. Sundhed, rehabilitering og læring er de vigtigste fokusområder.

4.6.6 Andre publikationer der er relevante for kultur- og sundhedsfremmeområdet:

Det Dobbelte KRAM. Et tværfagligt arbejdsgrundlag for mental sundhed, helbred og trivsel.

Thybo, P. (2016). Hans Reitzels Forlag.

Det spirer og gror: læsegrupper for sårbare ældre. Rasmussen, J. D. (2013). Ensomme Gamles Værn.

Kultur og sundhedsfremme i en dansk kontekst. Jensen, A., Bonde L.O. og Hjelms, E. (2016). Aalborg Universitet.

http://vbn.aau.dk/files/238425704/2016_08_Kultur_og_Sundhedsfremme_WEB.pdf

Kunstneriske aktiviteter fremmer sundheden. Jensen, A. (2014). Ugeskrift for Læger, 176:V08130512. 0.

Mennesket i hjernen. Fredens, K. (2012). Hans Reitzels Forlag.

Noter om musik och hälsa. Theorell, T. (2009). Stockholm: Karolinska Institutet.

4.6.7 Opsummering af skandinavisksproget litteratur

Kategorien skandinavisksproget litteratur rummer en række forskellige eksempler på litteratur der er relevant for kultur og sundhedsfelt. Den skandinavisksprogede litteratur handler især om musikkens brug og indflydelse i sundhedsrelevante sammenhænge. Det skyldes, at der i Skandinavien primært har været fokus på musik som et redskab til forebyggelse, behandling, rehabilitering og lindring frem for andre kunstformer. En anden sandsynlig årsag er, at der ikke findes skandinaviske tidsskrifter med fokus på praksis og forskning inden for kultur og sundhedsområdet og dermed ikke oplagte publiceringsmuligheder på skandinaviske sprog.

5. KONKLUSION

Dette review inkluderer 179 artikler fra den internationale litteratur om kultur og sundhed (ekskl. skandinavisk litteratur på nordiske sprog). Den systematiske gennemgang af litteraturen fremhæver værdien af kunst- og kulturaktiviteter som kliniske, terapeutiske og rammesatte tiltag og præsenterer god evidens for fordele ved kunst- og kulturaktiviteter og interventioner til sundhedsfremme.

Reviewet påpeger, at der i kliniske sammenhænge er god dokumentation for at kunst-, kultur- og kreative aktiviteter kan have en positiv effekt på både psykisk og fysisk sundhed. Det er også veldokumenteret, at både terapeutiske og andre rammesatte interventioner har en signifikant positiv terapeutisk effekt på mental sundhed.

Reviewet fremhæver som afgørende aspekter af kunst- og kulturbidrag til sundhedsfremme, at disse kan:

- Føre til positive psykologiske og somatiske ændringer i kliniske kontekster
- Bidrage med positive terapeutiske virkninger på mental sundhed
- Forbedre arbejdsglæde og trivsel på arbejdspladsen for sundhedsfagligt personale
- Fremme positive relationer mellem patienter og sundhedsfagligt personale
- Forbedre muligheder i psykiatrien og i recovery-orienteret behandling
- Bidrage til folkesundheden

Endvidere dokumenterer reviewet, hvordan diverse kunstformer bruges i bl.a. effektundersøgelser, i behandling af somatiske sygdomme, til lindring af symptomer, i terapeutiske tiltag og til at forbedre livskvalitet og mental sundhed hos forskellige borgergrupper med mange forskellige sundhedsproblemer. Denne dokumentation er med til at tydeliggøre den eksisterende alsidige brug af kunst- og kulturaktiviteter til sundhedsfremme, og den sætter fokus på de mange fremtidige muligheder der er for at gøre brug af kunst- og kulturaktiviteter på diverse social- og sundhedsområder.

I Staricoffs systematiske review fra 2004 diskuteres det, om forskellige kunstformer har forskellige effekter på patienter, og her findes der primært dokumentation for den effekt musikken havde. Nærværende review har også fundet talrige undersøgelser, der dokumenterer

effekten af musikaktiviteter og -interventioner, og det kan konkluderes at musik er den kunstform, der har den største dokumenterede effekt på psykisk og fysisk sundhed.

Musik kan alligevel ikke udpeges som én specifik kunstform, der har en mere gavnlig effekt på sundheden end andre. Der findes ikke teoretisk eller videnskabeligt belæg for, at én kunstform skulle være mere gavnlig end en anden, da der ikke foreligger nogen sammenlignende effektundersøgelser. Yderlig forskning er nødvendig for at forstå og eventuelt måle, hvordan forskellige kunstarter kan have en større eller mindre positiv effekt i forhold til specifikke diagnoser, sygdomme, mental sundhed, borgergrupper osv.

Desuden viser mange af undersøgelserne, at deltagelse i aktiviteter er fællesskabsdannende og derfor kan være en katalysator for social kapital, og der findes dokumentation af de formodede økonomiske gevinster ved brugen af kunst- og kultur aktiviteter i sundhedssektoren.

Størstedelen af de systematiske reviews, der er inkluderet i dette review konkluderer, at forskelle i research-designs besværliggør sammenligninger af undersøgelserne. Kvaliteten af forskningen på området skal også forbedres.

Det traditionelle fokus på evidensbaseret praksis i sundhedsregi er et dilemma for kultur- og sundhedsfeltet, som på mange måder, især i en dansk kontekst, befinder sig i støbeskeen. På dette stadie kan vi derfor med fordel fokusere på udviklingen af praksismodeller, pilotundersøgelser, diskurser, samarbejdsformer osv. i stedet for at have entydigt fokus på at producere evidens. Initiativer i feltet bør derfor ikke forstås som kortsigtede ”regnestykker”, men som langsigtede investeringer i indsatser, der kan supplere eksisterende social- og sundhedstiltag, i og uden for kliniske rammer, og indsatser som både kan bidrage til at forbedre folkesundheden og fokusere på specifikke målgrupper og særlige sundhedsudfordringer.

Anbefalinger for fremtidig forskning

Det anbefales, at der igangsættes forskningsprojekter med fokus på:

- Effekten af kunst- og kulturdeltagelse for folkesundheden i Danmark
- Effekten af kunst- og kulturaktiviteter som forebyggelse, behandling og rehabilitering i kliniske og ikke-kliniske sammenhænge
- Forståelsen af kunst- og kulturaktiviteter som en katalysator for fællesskaber, social inklusion og social kapital – og forståelsen af hvordan kulturinstitutioner kan være aktører i kultur- og sundhedsprojekter
- Opsamling af forskning i allerede eksisterende kultur- og sundhedsprojekte

6. BIBLIOGRAFI

- Aalborg Kommune, 2016. *Kulturvitaminerne*. Center for Mental Sundhed.
- Ahmadi, F., 2008. *Kultur och hälsa*, Studentlitteratur.
- Ahmadi, F., 2013. Music as a method of coping with cancer: A qualitative study among cancer patients in Sweden. *Arts & Health*, 5(2), pp.152–165.
- Akandere, M. & Demir, B., 2011. Effect of Dance over Depression. *The Collegium Antropologicum*, 35(3), pp.651–656.
- Allen, R.S. et al., 2015. "It Was Very Rewarding for Me...": Senior Volunteers' Experiences With Implementing a Reminiscence and Creative Activity Intervention. *The Gerontologist*, 56 (2), pp.357–67.
- Anderson, R. & Schiedermayer, D., 2003. The Art of Medicine through the Humanities: an overview of a one-month humanities elective for fourth year students. *Medical Education*, 37(6), pp.560–562.
- Archibald, M., Scott, S. & Hartling, L., 2014. Mapping the waters: A scoping review of the use of visual arts in pediatric populations with health conditions. *Arts & Health*, 6(1), pp.5–23.
- Baker, F.A. & MacDonald, R.A.R., 2014. Experiences of creating personally meaningful songs within a therapeutic context. *Arts & Health*, 6(2), pp.143–161.
- Batt-Rawden, K.B. & Tellnes, G., 2005. Nature-culture-health activities as a method of rehabilitation: an evaluation of participants' health, quality of life and function. *International Journal of Rehabilitation Research*, 28(2), pp.175–180.
- Baumann, M. et al., 2013. The meaning and value of taking part in a person-centred arts programme to hospital-based stroke patients: findings from a qualitative study. *Disability and Rehabilitation*, 35(3), pp.244–256.
- Beesley, K. et al., 2011. Art after stroke: the qualitative experience of community dwelling stroke survivors in a group art programme. *Disability and Rehabilitation*, 33(22–23), pp.2346–2355.
- Billington, J. et al., 2016. A literature-based intervention for people with chronic pain. *Arts & Health*, 8(1), pp.13–31.
- Binnie, J., 2010. Does Viewing Art in the Museum Reduce Anxiety and Improve Wellbeing? *Museums & Social Issues*, 5(2), pp.191–201.
- Bowman, J., 2015. "Wounded warriors": Royal Danish Ballet dancers train repatriated wounded soldiers in Pilates. *Arts & Health*, 7(2), pp.161–171.
- Boyde, C. et al., 2012. The Use of Music Therapy During the Treatment of Cancer Patients: A Collection of Evidence. *Global Advances in Health and Medicine*, 1(5), pp.24–29.
- Bradt, J. et al., 2011. Music interventions for improving psychological and physical outcomes in cancer patients. *The Cochrane Library*.
- Bradt, J., Dileo, C. & Shim, M., 2013. Music interventions for preoperative anxiety. *The Cochrane database of systematic reviews*, (6), p.CD006908.
- Bradt, J., Shim, M. & Goodill, S.W., 2015. Dance/movement therapy for improving psychological

- and physical outcomes in cancer patients. *The Cochrane database of systematic reviews*, 1.
- Bungay, H. & Clift, S., 2010. Arts on Prescription: A review of practice in the UK. *Perspectives in Public Health*, 130(6), pp.277–281.
- Bygren, L.O. et al., 2009. Cultural Participation and Health: A Randomized Controlled Trial Among Medical Care Staff. *Psychosomatic Medicine*, 71(4).
- Bygren, L.O., Konlaan, B.B. & Johansson, S.-E., 1996. Attendance at cultural events, reading books or periodicals, and making music or singing in a choir as determinants for survival: Swedish interview survey of living conditions. *BMJ*, 313(7072), pp.1577–1580.
- Caddy, L., Crawford, F. & Page, A.C., 2012. “Painting a path to wellness”: correlations between participating in a creative activity group and improved measured mental health outcome. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 19(4), pp.327–33.
- Choi, A.-N. et al., 2009. Effects of Group Music Intervention on Behavioral and Psychological Symptoms in Patients with Dementia: A Pilot-Controlled Trial. *International Journal of Neuroscience*, 119(4), pp.471–481.
- Clift, S. & Camic, P.M., 2016. *Oxford Textbook of Creative Arts, Health and Wellbeing*, UK: Oxford University Press.
- Clift, S. & Hancox, G., 2010. The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing: findings from a survey of choristers in England, Australia and Germany. *Music Performance*, 3, p.79-.
- Cohen, G. 2006. Research on creativity and aging: the positive impact of the arts on health and illness. *Generations*, 30(1), p.7-15.
- Cohen, S.O. & Walco, G.A., 1999. Dance/Movement Therapy for Children and Adolescents with Cancer. *Cancer Practice*, 7(1), pp.34–42.
- la Cour, K., Josephsson, S. & Luborsky, M., 2005. Creating connections to life during life-threatening illness: Creative activity experienced by elderly people and occupational therapists. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 12(3), pp.98–109.
- Cowell, E., Herron, C. & Hockenberry, M., 2011. The impact of an arts program in a children’s cancer and hematology center. *Arts & Health*, 3(2), pp.173–181.
- Cox, S.M., Brett-MacLean, P. & Courneya, C.A., 2016. “My turbinado sugar”: Art-making, well-being and professional identity in medical education. *Arts & Health*, 8(1), pp.65–81.
- Craemer, R., 2009. The Arts and Health: From Economic Theory to Cost-Effectiveness. *The University of Melbourne Refereed e-Journal*, 1(4), pp.1–14.
- Crawford, M.J. et al., 2012. Group art therapy as an adjunctive treatment for people with schizophrenia: multicentre pragmatic randomised trial. *BMJ*, 344.
- Crone, D.M. et al., 2013. “Art Lift” intervention to improve mental well-being: an observational study from U.K. general practice. *International Journal of Mental Health Nursing*, 22(3), pp.279–86.
- Cuyppers, K. et al., 2011. Patterns of receptive and creative cultural activities and their association with perceived health, anxiety, depression and satisfaction with life among adults: the HUNT study, Norway. *Journal of Epidemiology and Community Health*. doi: 10.1136/jech.2010.113571

- Davies, C., Knuiman, M. & Rosenberg, M., 2016. The art of being mentally healthy: a study to quantify the relationship between recreational arts engagement and mental well-being in the general population. *BMC Public Health*, 16(1), p.15.
- Demecs, I.P., Fenwick, J. & Gamble, J., 2011. Women's experiences of attending a creative arts program during their pregnancy. *Women and Birth*, 24(3), pp.112–121.
- Dingle, G.A. et al., 2012. "To be heard": The social and mental health benefits of choir singing for disadvantaged adults. *Psychology of Music*, 41(4), pp.405–421.
- Dowrick, C. et al., 2012. Get into Reading as an intervention for common mental health problems: exploring catalysts for change. *Medical Humanities*, 38(1), p.15 LP-20.
- Earhart, G.M., 2009. Dance as Therapy for Individuals with Parkinson Disease. *European journal of physical and rehabilitation medicine*, 45(2), pp.231–238.
- Eckermann, A., 2016. *Erinderingsdans for demente*, København.
- Ekholm, O., Juel, K. & Bonde, L.O., 2016. Music and public health – An empirical study of the use of music in the daily life of adult Danes and the health implications of musical participation. *Arts & Health*, 8(2), pp.154–168.
- Ellis-Hill, C. et al., 2015. "HeART of Stroke (HoS)", a community-based Arts for Health group intervention to support self-confidence and psychological well-being following a stroke: protocol for a randomised controlled feasibility study. *BMJ open*, 5(8), p.e008888.
- Evans, C. et al., 2012. Can group singing provide effective speech therapy for people with Parkinson's disease? *Arts & Health*, 4(1), pp.83–95.
- Even, R., 2011. Musikk, identitet og helse. Available at: <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/172684>
- Fergus, K. et al., 2016. Metaphor and meaning in an online creative expression exercise to promote dyadic coping in young couples affected by breast cancer. *Arts & Health*, pp.1–15.
- Forssén, A.S.K., 2007. Humour, beauty, and culture as personal health resources: Experiences of elderly Swedish women. *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 35(3), pp.228–234.
- Fougner, M. & Kordahl, H.L., 2012. Nude drawing – a relevant tool in Health Professions Education? Developing skills in observation method for reflective physiotherapy practice. *Arts & Health*, 4(1), pp.16–25.
- Fraser, A., Bungay, H. & Munn-Giddigs, C., 2014. The value of the use of participatory arts activities in residential care settings to enhance the well-being and quality of life of older people: A rapid review of the literature. *Arts & Health*, 6(3), pp.266–278.
- Fraser, C. & Keating, M., 2014. The Effect of a Creative Art Program on Self-Esteem, Hope, Perceived Social Support, and Self-Efficacy in Individuals With Multiple Sclerosis: A Pilot Study. *Journal of Neuroscience Nursing*, 46(6), pp.330–336.
- Fraser, K.D. et al., 2015. A scoping review of research on the arts, aging, and quality of life. *The Gerontologist*, 55(4), pp.719–729.
- Fredens, K., 2012. *Mennesket i hjernen*, Hans Reitzels Forlag.
- Froggett, L. & Little, R., 2012. Dance as a Complex Intervention in an Acute Mental Health Setting: A Place "In-Between." *British Journal of Occupational Therapy*, 75(2), pp.93–99..

- Fujiwara, D., Kudrna, L. & Dolan, P., 2014. *Quantifying and Valuing the Wellbeing Impacts of Culture and Sport.*, London.
- Gale, N.S. et al., 2012. A pilot investigation of quality of life and lung function following choral singing in cancer survivors and their carers. *ecancermedicalscience*, 6.
- Gallagher, A., 2008. A pilot evaluation of the Arts for Life project in end-of-life care. *Nursing Standard*, 22(50), pp.42–46.
- Gebauer, L. & Vuust, P., 2014. *Music Intervention in Health Care*, Danish Sound Innovation Network.
- Gelo, F., Klassen, A.C. & Gracely, E., 2015. Patient use of images of artworks to promote conversation and enhance coping with hospitalization. *Arts & Health*, 7(1), pp.42–53.
- Gillis, M.E. et al., 2006. The health effects of at-home written emotional disclosure in fibromyalgia: A randomized trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 32(2), pp.135–146.
- Goldblatt, R. et al., 2010. Understanding clinical benefits of modeling clay exploration with patients diagnosed with Parkinson's disease. *Arts & Health*, 2(2), pp.140–148.
- Graham, J.E. et al., 2008. Effects of written anger expression in chronic pain patients: making meaning from pain. *Journal of Behavioral Medicine*, 31(3), pp.201–212.
- Grape, C. et al., 2002. Does singing promote well-being?: An empirical study of professional and amateur singers during a singing lesson. *Integrative Psychological & Behavioral Science*, 38(1), pp.65–74.
- Greaves, C.J. & Farbus, L., 2006. Effects of creative and social activity on the health and well-being of socially isolated older people: outcomes from a multi-method observational study. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 126 (3), pp.134–42.
- Greer, N., Fleuriet, K.J. & Cantu, A.G., 2012. Acrylic Rx: A program evaluation of a professionally taught painting class among older Americans. *Arts & Health*, 4(3), pp.262–273.
- Gregory, H., 2011. Using poetry to improve the quality of life and care for people with dementia: A qualitative analysis of the Try to Remember programme. *Arts & Health*, 3(2), pp.160–172.
- Guzmán-García, A. et al., 2013. Dancing as a psychosocial intervention in care homes: a systematic review of the literature. *International journal of geriatric psychiatry*, 28(9), pp.914–24.
- Guzmán-García, A., Mukaetova-Ladinska, E. & James, I., 2012. Introducing a Latin ballroom dance class to people with dementia living in care homes, benefits and concerns: A pilot study. *Dementia*, 12(5), pp.523–535.
- Hackney, M.E. & Earhart, G.M., 2010. Social Partnered Dance for People With Serious and Persistent Mental Illness: A Pilot Study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198(1).
- Hallam, S. et al., 2014. Does active engagement in community music support the well-being of older people? *Arts & Health*, 6(2), pp.101–116.
- Hamilton, K. et al., 2015. *Evidence Dossier The Value of Arts on Prescription Programmes for the Mental Health and Wellbeing of Individuals and Communities*, Cambridge.
- Hammar, L.M., Götell, E. & Engström, G., 2011. Singing while caring for persons with dementia. *Arts & Health*, 3(1), pp.39–50.

- Hanson, H. et al., 2013. Preferences for photographic art among hospitalized patients with cancer. *Oncology nursing forum*, 40 (4), pp.337-45.
- Haraldsottir, E., 2011. Poetry and creative writing in palliative care: an alternative approach to communication. *BMJ Supportive & Palliative Care*, 1(2), p.260
- Harris, N., Wilks, L. & Stewart, D., 2012. HYPed-up: Youth dance culture and health. *Arts & Health: An International Journal of Research, Policy and Practice*, 4(3), pp.239–248.
- Harrison, S. et al., 2010. Development of a music intervention protocol and its effect on participant engagement: Experiences from a randomised controlled trial with older people with dementia. *Arts & Health*, 2(2), pp.125–139.
- Ho, R.T.H. et al., 2010. Changes in breast cancer patients after psychosocial intervention as indicated in drawings. *Psycho-oncology*, 19(4), pp.353–60.
- Horwitz, E. et al., 2015. *Kultur och folkhälsa*, Tolvnitten Forlag AB.
- Horwitz, E.B., 2004. *Dance/movement therapy in fibromyalgia patients: Aspects and consequences of verbal, visual and hormonal analyses*, Uppsala University.
- Horwitz, E.B., 2014. *Kulturhälsoboxen*, Gothia fortbildning.
- Horwitz, E.B., Kowalski, J. & Anderberg, U.M., 2010. Theater for, by and with fibromyalgia patients – Evaluation of emotional expression using video interpretation. *The Arts in Psychotherapy*, 37(1), pp.13–19.
- Houston, S. & McGill, A., 2013. A mixed-methods study into ballet for people living with Parkinson's. *Arts & Health*, 5(2), pp.103–119.
- Hurdle, C.E. & Quinlan, M.M., 2013. A Transpersonal Approach to Care. *Journal of Holistic Nursing*, 32(2), pp.78–88.
- Jensen, A., Bonde L.O. & Hjelms, E. 2016. *Kultur og sundhedsfremme i en dansk kontekst*. Aalborg Universitet.
http://vbn.aau.dk/files/238425704/2016_08_Kultur_og_Sundhedsfremme_WEB.pdf
- Jensen, A., Stickley, T., Torrissen, W., et al., 2016. Arts on prescription in Scandinavia: a review of current practice and future possibilities. *Perspectives in Public Health*.
<http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1757913916676853>
- Jensen, A., 2013. Beyond the borders: The use of art participation for the promotion of health and well-being in Britain and Denmark. *Arts & Health*, 5(3), pp.204–215.
- Jensen, A., 2014. Kunstneriske aktiviteter fremmer sundheden. *Ugeskrift for Læger*, 176, pp.1047–1049.
- Jensen, A., 2017. *The benefits and challenges in interdisciplinary collaborations in art and health practice*. University of Nottingham.
- Jensen, A., Stickley, T. & Edgley, A., 2016. The perspectives of people who use mental health services engaging with arts and cultural activities. *Mental Health and Social Inclusion*, 20(3), pp.180–186.
- Jones, E.K., Kittendorf, A.L. & Kumagai, A.K., 2017. Creative art and medical student development: a qualitative study. *Medical education*, 51(2), pp.174–183.
- Junghaenel, D.U., Schwartz, J.E. & Broderick, J.E., 2008. Differential efficacy of written

- emotional disclosure for subgroups of fibromyalgia patients. *British journal of health psychology*, 13(1), pp.57–60.
- Karpaviciute, S. and Parkinson, C., 2015. Arts activity and well-being in the workplace: a pilot study of health service workers in Lithuania. *Neurologijos Seminarai*, 19(3).
- Kattenstroth, J.-C. et al., 2013. Six months of dance intervention enhances postural, sensorimotor, and cognitive performance in elderly without affecting cardio-respiratory functions. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 5, p.5.
- Kelly, C.G., Cudney, S. & Weinert, C., 2011. Use of Creative Arts as a Complementary Therapy by Rural Women Coping With Chronic Illness. *Journal of Holistic Nursing*, 30(1), pp.48–54.
- Kennett, C.E., 2000. Participation in a creative arts project can foster hope in a hospice day centre. *Palliative Medicine*, 14(5), pp.419–425.
- Ketch, R.A. et al., 2015. Art appreciation for veterans with severe mental illness in a VA Psychosocial Rehabilitation and Recovery Center. *Arts & Health*, 7(2), pp.172–181.
- Kimberlee, R., 2016. *Gloucestershire clinical commissioning groups social prescribing service: Evaluation report*. Bristol, University of West England.
- Kindleysides, M. & Biglands, E., 2015. “Thinking outside the box, and making it too”: Piloting an Occupational Therapy Group at an Open-Air Museum. *Arts & Health*, 7(3), pp.271–278.
- Kluge, M.A. et al., 2012. Let’s Keep Moving: A dance movement class for older women recently relocated to a continuing care retirement community (CCRC). *Arts & Health*, 4(1), pp.4–15.
- Koch, S.C. et al., 2016. The Embodied Self in Parkinson’s Disease: Feasibility of a Single Tango Intervention for Assessing Changes in Psychological Health Outcomes and Aesthetic Experience. *Frontiers in Neuroscience*, 10, p.287.
- Koch, S.C., Morlinghaus, K. & Fuchs, T., 2007. The joy dance: Specific effects of a single dance intervention on psychiatric patients with depression. *The Arts in Psychotherapy*, 34(4), pp.340–349.
- Kongkasuwan, R. et al., 2015. Creative art therapy to enhance rehabilitation for stroke patients: a randomized controlled trial. *Clinical Rehabilitation*, 30(10), pp.1016–1023.
- Konlaan, B.B., Bygren, L.O. & Johansson, S.-E., 2000. Visiting the cinema, concerts, museums or art exhibitions as determinant of survival: a Swedish fourteen-year cohort follow-up. *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 28(3), pp.174–178.
- Kreutz, G., 2014. Does Singing Facilitate Social Bonding? *Music & Medicine*, 6(2), pp.51–60.
- Kreutz, G. et al., 2004. Effects of Choir Singing or Listening on Secretory Immunoglobulin A, Cortisol, and Emotional State. *Journal of Behavioral Medicine*, 27(6), pp.623–635.
- Lankston, L. et al., 2010. Visual art in hospitals: case studies and review of the evidence. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 103(12), pp.490–499.
- Leckey, J., 2011. The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 18(6), pp.501–9.
- Leichner, P., Lagarde, E. & Lemaire, C., 2013. Windows to Discover: A socially engaged arts project addressing isolation. *Arts & Health*, pp.1–8.

- Liddle, J.L.M., Parkinson, L. & Sibbritt, D.W., 2013. Purpose and pleasure in late life: Conceptualising older women's participation in art and craft activities. *Journal of Aging Studies*, 27(4), pp.330–338.
- Liebowitz, M. et al., 2015. Participatory choral music as a means of engagement in a veterans' mental health and addiction treatment setting. *Arts & Health*, 7(2), pp.137–150.
- Lynch, M. et al., 2013. Resilience and art in chronic pain. *Arts & Health*, 5(1), pp.51–67.
- Madden, J.R. et al., 2010. Creative Arts Therapy Improves Quality of Life for Pediatric Brain Tumor Patients Receiving Outpatient Chemotherapy. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 27(3), pp.133–145.
- Margrove, K.L. et al., 2013. Waiting list-controlled evaluation of a participatory arts course for people experiencing mental health problems. *Perspect Public Health*, 133(1), pp.28–35.
- Maskarinec, G.G. et al., 2014. Patient Perspectives on the Hula Empowering Lifestyle Adaptation Study. *Health Promotion Practice*, 16(1), pp.109–114.
- McHenry, J.A., 2011. Rural empowerment through the arts: The role of the arts in civic and social participation in the Mid West region of Western Australia. *Journal of Rural Studies*, 27(3), pp.245–253.
- McKeown, E. et al., 2016. Art engagement and mental health: experiences of service users of a community-based arts programme at Tate Modern, London. *Public Health*, 130, pp.29–35.
- Merrick, I. & Maguire, A., 2017. From let it be to it must be love: the development of a choir for patients and staff at a high secure hospital. *Arts & Health*, 9(1), pp.73–80.
- Michalos, A.C. & Kahlke, P.M., 2008. Impact of Arts-Related Activities on the Perceived Quality of Life. *Social Indicators Research*, 89(2), pp.193–258.
- Moody, E. & Phinney, A., 2012. A community-engaged art program for older people: fostering social inclusion. *Canadian Journal on Aging*, 1(1), pp.55–64.
- Morris, J.H. et al., 2014. Feasibility study of the effects of art as a creative engagement intervention during stroke rehabilitation on improvement of psychosocial outcomes: study protocol for a single blind randomized controlled trial: the ACES study. *Trials*, 15(1), p.380.
- Morse, N. et al., 2015. Effects of creative museum outreach sessions on measures of confidence, sociability and well-being for mental health and addiction recovery service-users. *Arts & Health*, 7(3), pp.231–246.
- Moss, H., Donnellan, C. & O'Neill, D., 2015. Hospitalization and aesthetic health in older adults. *Journal of the American Medical Directors Association*, 16(2), p.173.
- Mössler, K. et al., 2011. Music therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like disorders. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (12).
- Nainis, N. et al., 2006. Relieving Symptoms in Cancer: Innovative Use of Art Therapy. *Journal of Pain and Symptom Management*, 31(2), pp.162–169.
- Nenonen, T. et al., 2014. Cultural services and activities: The association with self-rated health and quality of life. *Arts & Health*, 6(3), pp.235–253.
- Nilsson, U., 2009. Soothing music can increase oxytocin levels during bed rest after open-heart surgery: a randomised control trial. *Journal of clinical nursing*, 18(15), pp.2153–61.

- Noice, T., Noice, H. & Kramer, A.F., 2014. Participatory Arts for Older Adults: A Review of Benefits and Challenges. *The Gerontologist*, 54(5), pp.741–753.
- O'Connor, A., 2017. Coming home to the arts: theatre with military veterans and families. *Journal of Public Mental Health*, 16(1), pp.12–14.
- O'Shea, E. & Léime, A.N., 2011. The impact of the Bealtaine arts programme on the quality of life, wellbeing and social interaction of older people in Ireland. *Ageing and Society*, 32(5), pp.851–872.
- Overgaard, I. & Sørensen, N.Ø., 2015. Can an art museum help in combating loneliness? *Journal of Applied Arts and Health*, 6(2), pp.187–203.
- Overå, M., 2013. Hekta på musikk. Available at: <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/227597> [Accessed March 1, 2017].
- Paddon, H.L. et al., 2014. Mixed methods evaluation of well-being benefits derived from a heritage-in-health intervention with hospital patients. *Arts & Health*, 6(1), pp.24–58.
- Pearce, R. & Lillyman, S., 2015. Reducing social isolation in a rural community through participation in creative arts projects. *Nursing Older People*, 27(10), pp.33–38.
- Pellico, L.H. et al., 2014. Artwork and music: Innovative approaches to physical assessment. *Arts & Health*, 6(2), pp.162–175.
- Peterkin, A. et al., 2013. A pilot study of a narrative competence group to enhance coping and quality of life in patients with HIV. *Arts & Health*, 5(1), pp.5–18.
- Petrie, J. et al., 2004. Effect of Written Emotional Expression on Immune Function in Patients With Human Immunodeficiency Virus Infection: A Randomized Trial. *Psychosomatic Medicine*, 66(2), pp.272–272.
- Preti, C. & Welch, G.F., 2012. The incidental impact of music on hospital staff: An Italian case study. *Arts & Health*, 4(2), pp.135–147.
- Puetz, T.W., Morley, C. & Herring, M., 2013. Effects of creative arts therapies on psychological symptoms and quality of life in patients with cancer. *JAMA Internal Medicine*, 173(11), pp.960–969.
- Puig, A. et al., 2006. The efficacy of creative arts therapies to enhance emotional expression, spirituality, and psychological well-being of newly diagnosed Stage I and Stage II breast cancer patients: A preliminary study. *The Arts in Psychotherapy*, 33(3), pp.218–228.
- Quiroga, C.M. et al., 2010. Shall we dance? An exploration of the perceived benefits of dancing on well-being. *Arts & Health*, 2(2), pp.149–163.
- Rasmussen, J.D., 2013. Det spirer og gror: læsegrupper for sårbare ældre, Ensomme Gamles Værn.
- Renton, A. et al., 2012. Think of your art-eries: Arts participation, behavioural cardiovascular risk factors and mental well-being in deprived communities in London. *Public Health*, 126(1), pp.2–9.
- Reynolds, F., 2009. Taking up Arts and Crafts in Later Life: A Qualitative Study of the Experiential Factors That Encourage Participation in Creative Activities. *British Journal of Occupational Therapy*, 72(9), pp.393–400.
- Reynolds, F. & Lim, K.H., 2007. Contribution of visual art-making to the subjective well-being of

- women living with cancer: A qualitative study. *The Arts in Psychotherapy*, 34(1), pp.1–10.
- Reynolds, F. & Vivat, B., 2010. Art-making and identity work: A qualitative study of women living with chronic fatigue syndrome/myalgic encephalomyelitis (CFS/ME). *Arts & Health*, 2(1), pp.67–80.
- Reynolds, F., Vivat, B. & Prior, S., 2008. Women's experiences of increasing subjective well-being in CFS/ME through leisure-based arts and crafts activities: A qualitative study. *Disability and Rehabilitation*, 30(17), pp.1279–1288.
- Ridder, H.M.O. et al., 2013. Individual music therapy for agitation in dementia: an exploratory randomized controlled trial. *Aging & Mental Health*, 17(6), pp.667–678.
- Roe, B. et al., 2016. Coffee, cake & culture: Evaluation of an art for health programme for older people in the community. *Dementia: The International Journal of Social Research and Practice*, 15(4), pp.539–559.
- Rollins, J., Drescher, J. & Kelleher, M. Lou, 2012. Exploring the ability of a drawing by proxy intervention to improve quality of life for hospitalized children. *Arts & Health*, 4(1), pp.55–69.
- Ruud, E., 2009. Musikk i psykisk helsearbeid med barn og unge. Available at: <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/172629>
- Sagan, O., 2012. Connection and reparation: Narratives of art practice in the lives of mental health service users. *Counselling Psychology Quarterly*, 25(3), pp.239–249.
- Sandel, S.L. et al., 2005. Dance and movement program improves quality-of-life measures in breast cancer survivors. *Cancer Nursing*, 28(4), pp.301–9.
- Sapouna, L. & Pamer, E. (Rudie), 2016. The transformative potential of the arts in mental health recovery – an Irish research project. *Arts & Health*, 8(1), pp.1–12.
- Sextou, P. & Monk, C., 2013. Bedside theatre performance and its effects on hospitalised children's well-being. *Arts & Health*, 5(1), pp.81–88.
- Seymour, R. & Murray, M., 2016. When I am old I shall wear purple: a qualitative study of the effect of group poetry sessions on the well-being of older adults. *Working with Older People*, 20(4), pp.195–198.
- Skingley, A. et al., 2014. "Singing for Breathing": Participants' perceptions of a group singing programme for people with COPD. *Arts & Health*, 6(1), pp.59–74.
- Smiraglia, C., 2015. Museum programming and mood: Participant responses to an object-based reminiscence outreach program in retirement communities. *Arts & Health*, 7(3), pp.187–201.
- Sonke, J. et al., 2015. The effects of arts-in-medicine programming on the medical-surgical work environment. *Arts & Health*, 7(1), pp.27–41.
- Spandler, H. et al., 2007. Catching life: the contribution of arts initiatives to recovery approaches in mental health. *Journal of psychiatric and mental health nursing*, 14(8), pp.791–9.
- Staricoff, R.L., 2004. *Arts in health: a review of the medical literature*, Arts Council England.
- Stensæth, K. & Bonde, L.O., 2011. *Musikk, helse og identitet*, Antologi nr. 4. Norges musikkhøgskole.

- Stickley, T. et al., 2015. Dancing for life: an evaluation of a UK rural dance programme. *International Journal of Health Promotion and Education*, 53(2), pp.68–75.
- Stickley, T., 2010. The art, identity and belonging: A longitudinal study. *Arts & Health: An International Journal for Research, Policy and Practice*, 2, pp.23–32.
- Stickley, T. & Eades, G., 2013. Arts on prescription: A qualitative outcome study. *Public Health*, 127(8), pp.727–734.
- Stickley, T. & Hui, A., 2012. Social prescribing through arts on prescription in a UK city: Participants' perspectives (Part 1). *Public Health*, 126(7), pp.574–579.
- Styles-Turbyfill, H. et al., 2016. Effectiveness of Arts For Life programming: combating negative effects of hospitalization in children. *Arts & Health*, pp.1–13.
- Swindells, R. et al., 2013. Eudaimonic well-being and community arts participation. *Perspectives in Public Health*, 133(1), pp.60–65.
- Syson-Nibbs, L. et al., 2009. Young farmers' photographic mental health promotion programme: A case study. *Arts & Health*, 1(2), pp.151–167.
- Tanner, M., Rammage, L. & Liu, L., 2016. Does singing and vocal strengthening improve vocal ability in people with Parkinson's disease? *Arts & Health*, 8(3), pp.199–212.
- Teti, M. et al., 2016. Photo-stories of stigma among gay-identified men with HIV in small-town America: A qualitative exploration of voiced and visual accounts and intervention implications. *Arts & Health*, 8(1), pp.50–64.
- Theorell, T., 2009. *Noter om musik och hälsa*, Karolinska University Press.
- Thomson, L.J. et al., 2012. Enhancing Cancer Patient Well-Being With a Nonpharmacological, Heritage-Focused Intervention, *Journal of Pain and Symptom Management*, 44(5), pp.731–74.
- Thorgaard, P. et al., 2005. Designed sound and music environment in postanaesthesia care units—a multicentre study of patients and staff. *Intensive and Critical Care Nursing*, 21(4), pp.220–225.
- Thybo, P., 2016. *Det Dobbelte KRAM. Et tværfagligt arbejdsgrundlag for mental sundhed, helbred og trivsel*. Hans Reitzels Forlag.
- Toyoshima, K., Fukui, H. & Kuda, K., 2011. Piano playing reduces stress more than other creative art activities. *International Journal of Music Education*, 29(3), pp.257–263.
- Trevisani, F. et al., 2010. Art in the Hospital: Its Impact on the Feelings and Emotional State of Patients Admitted to an Internal Medicine Unit. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 16(8), pp.853–859.
- Trondalen, G. & Stensæth, K., 2012. *Barn, musikk og helse*, Center for Research in Music and Health, Norges musikkhøgskole.
- Tuiskua, K., Pulkki-Raback, L. & Virtanen, M., 2016. Cultural events provided by employer and occupational wellbeing of employees: A cross-sectional study among hospital nurses. *Work*, 55(1), pp.93–100.
- Uttley, L. et al., 2015. The clinical and cost effectiveness of group art therapy for people with non-psychotic mental health disorders: a systematic review and cost-effectiveness analysis. *BMC Psychiatry*, 15(1), p.151.

- van de Venter, E. & Buller, A.M., 2015. Arts on referral interventions: a mixed-methods study investigating factors associated with differential changes in mental well-being. *Journal of Public Health*, 37(1), pp.143–150.
- Vinding, C. et al., 2015. “The culture palette”—a randomized intervention study for women with burnout symptoms in Sweden. *British Journal of Medical Practitioners*, 8(2), a813.
- Vogelpoel, N. & Jarrold, K., 2014. Social prescription and the role of participatory arts programmes for older people with sensory impairments. *Journal of Integrated Care*, 22(2), pp.39–50.
- Väänänen, A. et al., 2009. Engagement in cultural activities and cause-specific mortality: Prospective cohort study. *Preventive Medicine*, 49(2), pp.142–147.
- Vaag, J. et al., 2013. Sound of well-being – choir singing as an intervention to improve well-being among employees in two Norwegian county hospitals. *Arts & Health: An International Journal for Research, Policy and Practice*, 5(2), pp.93–102.
- Vaag, J. et al., 2015. “Sound of well-being” revisited - Choir singing and well-being among Norwegian municipal employees. Available at: <https://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/273756>
- Wang, X. et al., 2015. Creative arts program as an intervention for PTSD: a randomized clinical trial with motor vehicle accident survivors. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 8(8), pp.13585–13591.
- Wikström, B.-M., 2005. Communicating via Expressive Arts: The Natural Medium of Self-Expression for Hospitalized Children. *Pediatric Nursing*, 31(6), pp.480–485.
- Wikström, B.-M., 2003. Health professionals’ experience of paintings as a conversation instrument: a communication strategy at a nursing home in Sweden. *Applied Nursing Research*, 16(3), pp.184–188.
- Wilbur, S. et al., 2015. Dance for Veterans: A complementary health program for veterans with serious mental illness. *Arts & Health*, 7(2), pp.96–108.
- Wilson, C. et al., 2015. Healthcare professionals’ perception of the value and impact of arts in healthcare settings.
- Wilson, L. et al., 2015. Therapeutic outcomes in a museum? “You don’t get them by aiming for them”. How a focus on arts participation promotes inclusion and well-being. *Arts & Health: An International Journal for Research, Policy and Practice*, 7(3), pp.202–215.
- Wood, L. et al., 2013. “To the beat of a different drum”: Improving the social and mental wellbeing of at-risk young people through drumming. *Journal of Public Mental Health*, 12(2), pp.70–79.
- Woolf, S. & Fisher, P., 2015. The role of dance movement psychotherapy for expression and integration of the self in palliative care. *International journal of palliative nursing*, 21(7), pp.340–8.
- Węziak-Białowolska, D., 2016. Attendance of cultural events and involvement with the arts—impact evaluation on health and well-being from a Swiss household panel survey. *Public Health*, 139, pp.161–169.
- Yi, J. & Zebrack, B., 2010. Self-Portraits of Families with Young Adult Cancer Survivors: Using

- Photovoice. *Journal of Psychosocial Oncology*, 28(3), pp.219–243.
- Young, R., Camic, P.M. & Tischler, V., 2016. The impact of community-based arts and health interventions on cognition in people with dementia: a systematic literature review. *Aging & Mental Health*, 20(4), pp.337–351.
- Zeilig, H., Killick, J. & Fox, C., 2014. The participative arts for people living with a dementia: a critical review. *International Journal of Ageing and Later Life*, 9(1), pp.7–34.
- Ørjasæter, K.B. & Ness, O., 2016. Acting Out. *Qualitative Health Research*, <http://dx.doi.org/10.1177%2F1049732316679954>