

RAPPORT OM PROJEKTET MUSIK TIL COVID-19-VACCINE



AALBORG
UNIVERSITET

RAPPORT OM PROJEKTET MUSIK TIL COVID-19-VACCINE

BAGGRUNDSVIDEN & TEORI 3

METODE 4

Indledende procedure 4

Dataindsamling 4

Validitet 5

Dataanalyse 5

RESULTATER 5

Spørgeskemaresultater 5

Sammenfatning af observationer på dage med musik 6

Sammenfatning af interview med ansatte 7

DISKUSSION 7

Begrænsninger 7

Anbefalinger 8

KONKLUSION 8

REFERENCER 9

Rapporten er udarbejdet af Aalborg Universitet i 2021

Tekst: Bolette Daniels Beck, Charlotte Lindvang & Stine
Lindahl Jacobsen

RAPPORT OM PROJEKTET MUSIK TIL COVID-19-VACCINE

I samarbejde med den regionale ledelse af vaccineprogrammet i Nordjylland og højtalerfirmaet SOWA SOUND har studerende og forskere fra musikterapiuddannelsen på Aalborg Universitet i dette projekt undersøgt, hvordan udvalgt musik kan afspilles til gavn for både ansatte og borgere i forbindelse med vaccination. En 9 timers lang spilleliste er blevet udviklet og afprøvet, hvor musikken er sammensat med sigte på at berolige borgerne og også bidrage positivt til stemningen på vaccinstederne for personalet. Musikken kombinerer forskellige genrer, og varierer i forhold til grader af intensitet, kompleksitet og genkendelighed. Løbende er musikken blevet justeret under afprøvning på Håndværkervej i Aalborg i maj/juni 2021, hvor der er samlet data omkring borgere og personalets oplevelser på dage med og uden musik. I rapporten præsenterer vi kort baggrundsviden, metode og resultater samt diskuterer anvendelse, etik og anbefaling for videre brug.

BAGGRUNDSVIDEN & TEORI

Coronapandemien udgør en global krise af dimensioner, som for mange mennesker har medført en konfrontation med svære eksistentielle problemstillinger. Ifølge et internationalt systematisk review af undersøgelser, der rapporterer om generelle følgevirkninger af pandemien, har mange befolkninger, inklusiv den danske, oplevet et forhøjet niveau af ubehag, stress, angst, depression samt posttraumatisk stress (Xiong et al., 2020). Der påpeges, at særligt udsatte for psykiske følgevirkninger er kvinder, yngre (under 40 år), personer med kronisk/psykiatrisk sygdom, arbejdsløse, studerende, og personer der følger mediestrømmen om epidemien tæt. Efter langvarige karantæner og social distancering har adgangen til vacciner for mange mennesker betydet en positiv vej tilbage til "det normale". Dog lider mange af frygt for bivirkninger af vaccinerne, og selve vaccinationsproceduren kan udgøre en udfordring for de mellem 10 og 25 % af den voksne befolkning som lider af nåleskræk (Rigshospitalet, 2020; Wright et al., 2009). De ansatte vaccinatorer arbejder ofte under et stort pres for at få så mange gennem vaccinationsprogrammet som muligt, og håndterer dagligt mennesker med forskellig grad af uro og angst. Dette kræver udholdenhed og høj grad af motivation og koncentration.

Musiklytning anvendt af den enkelte i hverdagen som redskab til aktiv coping i form af emotionel regulering, afslapning, opladning m.m. er veldokumenteret (de Nora, 2020; van Goethem & Sloboda, 2011). Musiklytning af specifik musik udvalgt af musikterapeuter indgår des-

uden som en evidensbaseret behandlingsmetode inden for sundhedsvæsenet, som har en positiv indvirkning på både psykiske og fysiske problemstillinger (Bonde, 2014; Jacobsen et al., 2018). Musikafspilning som beroligende baggrund før, under og efter medicinske procedurer har været anvendt i årtier, under betegnelsen "musikmedicin", implementeret af sundhedspersonale eller af en fagligt uddannet musikterapeut. I en kritisk gennemgang af musikafspilning i venteværelser konkluderede forskere allerede i 2004, at musik kan anvendes som en simpel og cost-effective intervention, der kan reducere angst og effektivisere medicinske behandlinger, procedurer eller undersøgelser (Cooke et al., 2004). En række systematiske reviews af kontrollerede forsøg har samstemmende konkluderet, at der er målbare effekter af musikafspilning i forbindelse med medicinske procedurer, såsom en generel smertelindrende effekt (Lee, 2016), angstlindrende effekt præoperativt hos hjertepatienter (Bradt et al., 2013) samt forbedring af åndedræt og reduktion af angst hos patienter i mekanisk ventilation (Bradt et al., 2014). I musikterapeutiske interventioner, anvendt til "procedural støtte" under medicinske indgreb, f.eks. til lindring af ubehag og angst ved brug af nåle, har man både anvendt live musik og musiklytning (Birnie et al., 2018; Yinger & Gooding, 2015). Gooding et al. (2021) anbefaler musikterapi til støtte ved covid-vacciner til sårbare borgere. Musiklytning til reduktion af stress hos ansatte i sundhedsvæsenet er desuden veldokumenteret (Beck, 2013; Brooks et al., 2010). Kulturens generelle sundhedsfremmende effekter er ligeledes blevet fremhævet og dokumenteret i en

WHO-rapport fra 2018 samt flere nationale publikationer og rapporter (Fancourt et al, 2019; Jensen & Bonde, 2018; Jensen & Torissen, 2019).

I forbindelse med covid-pandemien har der været fokus på forskellige former for sang og musik som middel til at overkomme isolation, angst og nedstemthed, og musiklytning er i flere undersøgelser dokumenteret som virksomt redskab til stresshåndtering og stemningsregulering (Henry et al., 2020; Vidas et al., 2021). Musiklytning til kuraterede spillelister har endvidere hjulpet mennesker med at opleve en form for kontrol, genkalde positive minder og overkomme negative stemninger (Chiu, 2020). Musiktjenesten Spotify konstaterede i 2021 en stærk stigning i antallet af personlige "vaccine-playlists", og de lancerede også selv en spilleliste ("Vaccine Songs"), som er blevet kritiseret for ikke at have inddraget viden fra medicinsk fagpersonale om musikanvendelse for mennesker i sårbare situationer (Electronic dance music (edm.com), 21.4.2021). Med håb om at kunne støtte både borgere og ansatte igennem covid-vaccineprocedurerne, gennemførte vi nærværende undersøgelse.

METODE

INDLEDENDE PROCEDURE

I pilotprojektets første fase mødtes forskerne med ledelsen af vaccinehallen, fik en grundig rundvisning i hallen, samt lyttede til hvad der blev givet udtryk for, at der var brug for i hallen med tanke på både borgere og ansatte. Rundvisningen gav en umiddelbar oplevelse af, at lydmiljøet i vaccinehallen var karakteriseret af støj. Gruppen fik indkredset, at der i forhold til de ansattes behov især var brug for musik, der var afvekslende, roligt i stemningen uden at blive søvndyssende, samt at musikken virkede velkendt uden at være for stimulerende. I forhold til borgerne blev der indkredset behov for positiv afledning/stimulering, beroligelse og en rar atmosfære. Ud fra disse kriterier sammensatte vi 9 timers genremæssigt afvekslende og relativ rolig musik i en sammenhængende spilleliste via Spotify-appen. Det var afgørende at lytte indgående til overgangene mellem numrene med henblik på at skabe en spilleliste med en afvekslende og samtidig sammenhængende form. Spillelisten blev desuden udviklet ud fra intentionen om at skabe en intensitetskurve, hvor de første timers morgen og formiddagsmusik var det mest rolige på dagen, hen over middagstimerne blev rytme og tempo øget en anelse, for så igen at dale hen over eftermiddagen. I samarbejde med højtalermfirmaet SOWA brugte vi 2-3 timer på at sætte trådløse højtalere op i vaccinehallerne. Det kan være en udfordring at opstille højtalere, så de ikke står i vejen for borgere og personale samtidig med at skulle sikre lav ensartet lyd, og det var derfor en stor fordel med et trådløst setup.

Spillelisten blev tilgængelig ved hjælp af en iPad med Spotify installeret, som blev sat op ved personaleindgangen til hallen. Udvalgte ansatte blev instrueret i at betjene iPad'en, således at spillelisten kunne igangsættes om morgenen og slukkes om aftenen eller efter behov.

Undervejs i projektperioden finjusterede vi spillelisten to gange på baggrund af de foreløbige observationer, spørgeskemaer og samtaler med ansatte og ledelse. Eksempelvis erfarede vi, at eksempelvis instrumentale guitarstykker med tydelig melodi gik meget fint igennem i hallen, og vi implementerede flere stykker i denne genre. Ligeledes opfangede vi gennem interviews samt kvalitative kommentarer i spørgeskemaer til ansatte, at der var behov for at ændre intensitetskurven, således at eftermiddagens musik bevarede mere tempo og rytme, for at understøtte de ansattes energi og koncentration sidst på dagen. Desuden søgte vi at imødekomme ansattes udtalelser ved at udskifte en række numre, med henblik på at spillelisten generelt blev en anelse lettere i stemning, for eksempel ved at fjerne nogle af de meget langsomme numre og indsætte kendte melodier i instrumentale versioner med en anelse højere tempo.

DATAINDSAMLING

For at undersøge hvorvidt og hvordan musik kan afspilles til gavn for både ansatte og borgere i forbindelse med vaccination, anvendte vi dels felt-observationer og semi-strukturerede interviews af ansatte samt spørgeskemaer, udviklet til den konkrete undersøgelse, rettet mod både ansatte og borgere og deres oplevelse på dage med og uden musik. Alle borgere og ansatte er i undersøgelsen sikret fuld anonymitet, da der ikke er indsamlet personhenførbare oplysninger. Projektet er registreret hos Videnskabsetiske Komite for Region Nordjylland (journal nr. 2021-000438), og vi indgik licensaftale med KODA i forhold til at afspille musikken i en afgrænset periode.

Felt-observationer: På tilfældigt udvalgte dage observerede vi hallens forskellige afdelinger, og vi udviklede en guide til beskrivelse, hvor kategorierne bl.a. omfattede registreringer af lydlandskabet i hallen samt borgere og ansattes måde at være til stede på, herunder deres indbyrdes kontakt.

Interview af ansatte: På to tilfældige dage blev frivillige ansatte interviewet. Vi udviklede en interviewguide med fokus på at samle information om bl.a. ansattes registreringer af egne, kollegers og borgeres reaktion på baggrundsmusikken, og om musikken havde ændret oplevelsen af lydmiljøet /støj i hallen.

Spørgeskema til borgere: På udvalgte dage med og uden musik i hallen blev borgere spurgt om deres oplevelse af

vaccinationen. Borgerne blev mødt af en studenter-interviewer uden for hallens udgang, hvor de fik nogle få spørgsmål, og svarene blev efterfølgende indtastet af interviewereren i en sikret online database via tablet. Bl.a. blev borgerne spurgt til oplevelsen af stemningen i hallen, oplevelsen af ventetiden, af lydmiljøet samt deres oplevelse af musikken på dage med musik.

Spørgeskema til ansatte: På udvalgte dage med og uden musik i hallen, modtog ansatte pr. mail et link til et spørgeskema vedrørende generelle oplevelser på jobbet i vaccinehallen, herunder oplevelser af deres eget humør, af lydmiljøets påvirkning af kontakten med borgeren, af lydmiljøets påvirkning på samarbejde med kollegaer samt på dage med musik; hvordan musikken fungerede i forhold til udførelse af arbejdsopgaver. I forbindelse med projektets afslutning modtog alle ansatte et spørgeskema, hvor der specifikt blev spurgt ind til erfaringerne med musik i hallen.

I alle spørgsmål til borgere og ansatte brugte vi en 5-punkts Likert skala med følgende svarmuligheder; "meget dårlig", "dårlig", "midt i mellem", "god", "meget god" samt "ved ikke". For borgernes vedkommende blev svarkategorierne illustreret med et ark med smileys, der viste de forskellige kategorier og tilhørende farver (rød-gul-grøn).

VALIDITET

Valget af metoder til dataindsamling blev foretaget i tæt samarbejde med ledelsen i vaccinehallen for at sikre det præcise fokus, sikre etik og sikkerhed for borgere og ansatte samt sikre gennemførlighed af undersøgelsen. Undersøgelsen blev generelt forberedt, så spørgsmålene var neutrale og enslydende for borgerne og de ansatte på dage med og uden musik. Borgerne vidste således ikke, at undersøgelsen havde fokus på musikafspilning. Studentermedhjælperne, der indsamlede data fra borgerne, blev ligeledes instrueret i at være imødekommende og neutrale i deres måde at stille spørgsmålene på.

DATAANALYSE

De indsamlede felt-observationer og interviews er blevet analyseret ud fra en hermeneutisk-fænomenologisk tilgang, hvor data er gennemgået, kodet og kategoriseret med henblik på at beskrive nuancerne i en sammenfattende essens samt fortolket i mødet med forskernes erfaring og forståelseshorisont (Brinkman & Tanggaard, 2020; Kvale & Brinkman, 2009; Robson & McCartan, 2016). Spørgeskemabesvarelser er analyseret gennem deskriptiv statistisk og simple variansanalyser ved brug af softwareprogrammet SPSS, version 22 (Field, 2017; Robson & McCartan, 2016). Analyser af de forskellige datasæt er sammenholdt i en triangulering og på denne baggrund er resultaterne af pilotprojektet diskuteret og sammenfattet i en konklusion.

RESULTATER

SPØRGESKEMARESULTATER

Vi samlede data ind på 3 dage med musik og på 3 dage uden musik. 329 borgere svarede på dage med musik og 370 borgere svarede på dage uden musik. Tilsvarende har 23 ansatte svaret på spørgeskemaet på dage med musik, og 16 ansatte har svaret på dage uden musik. I alt indgår således 699 borgere samt 40 ansatte i undersøgelsen. Afslutningsvis spurgte vi alle ansatte om deres overordnede oplevelse og tanker om anvendelse af musik, hvor 14 ansatte svarede. Data fra de 2 første dage med musik blev brugt til at justere og afprøve musikspilleliste og teknik, og således beror de følgende analyser på 122 borgeres oplevelse af den færdige spilleliste på den tredje dataindsamlingsdag med musik samt 370 borgeres oplevelse af 3 dage uden musik på Håndværkervej i Aalborg. Se yderligere demografiske informationer i tabel 1.

	Med musik		Uden musik		SUM
Alder	M	SD	M	SD	
Ansatte	37.33	16.87	26.50	9.31	40
Borger	63.07	5.10	57.55	13.10	699

TABEL 1

Generelt var borgeres oplevelse af vaccinationsproceduren meget positiv med et gennemsnit over 4 (svarende til god eller meget god) på alle parametre på nær oplevelsen af lydmiljø, der var lige under 4. For de ansatte var der også en meget positiv oplevelse af stemning og humør, mens oplevelsen af lydmiljø, kontakt med borgeren og samarbejde også lå lidt under middel (se tabel 2 & 3).

	Dage med musik		Dage uden musik		SUM	
	Kvin- de	Mand	Kvinde	Mand	Kvin- de	Mand
Ansatte	80%	20%	56%	44%	28	12
Borger*	49%	51%	64%	36%	398	299

* 2 borgere har ikke angivet køn

TABEL 2

Når vi sammenligner borgernes oplevelser på tværs af dage med og uden musik, kan vi se, at der er en signifikant bedre oplevelse af humør, ventetid og lydmiljø på dagen med musik end på dage uden musik. Ligeledes kan vi se, når vi sammenligner de ansattes oplevelser, at der er en signifikant bedre oplevelse af deres kontakt med borgere og samarbejde med kollegaer på dage med musik end på

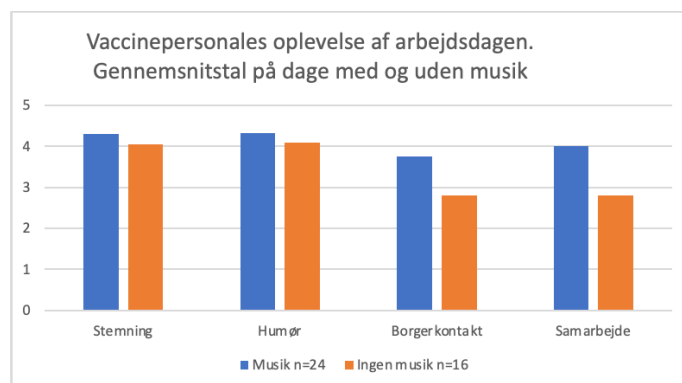
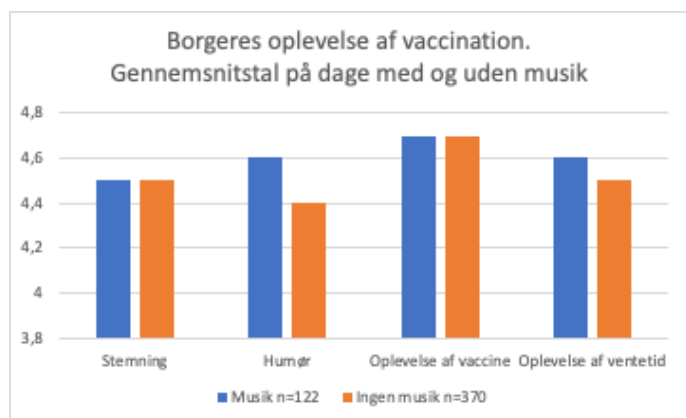
dage uden musik. Den største forskel ses for borgerne på oplevelse lydmiljø, mens den største forskel for de ansatte ses på oplevelsen af samarbejdet med kollegaer. Når vi kigger nærmere på data fra alle dage med musik, kan vi se, at borgernes oplevelse med musik forbedrede sig signifikant over tid.

Borgere	M	SD	Eta
Stemning			
Med musik	4.48	.59	.00
Uden musik	4.47	.61	
Vaccination			
Med musik	4.74	.55	.07
Uden musik	4.65	.60	
Ventetid			
Med musik	4.63	.56	.10*
Uden musik	4.53	.68	
Humør			
Med musik	4.62	.55	.15**
Uden musik	4.41	.65	
Lydmiljø			
Med musik	4.22	.79	.15**
Uden musik	3.93	.97	

**p < .01., * p < .05

TABEL 3

På nedenstående grafer vises gennemsnitsværdier fra spørgeskemaundersøgelsen.



Yderligere analyser viser, at der er sammenhæng mellem alder og borgernes oplevelse af vaccinationen, hvor få yngre borgere havde en mindre positiv oplevelse. Ligeledes spiller køn ind på borgernes oplevelse af ventetiden, hvor mænd har en mindre positiv oplevelse end kvinder. Tilsvarende kan vi også se, at alder spiller ind på de ansattes oplevelse af stemning, hvor yngre ansatte har en mindre positiv oplevelse af stemningen. Sluttelig er der også sammenhæng mellem de ansattes køn og deres oplevelse af deres eget humør, hvor kvindelige ansatte har en mere positiv oplevelse af deres eget humør end mandlige ansatte.

SAMMENFATNING AF OBSERVATIONER PÅ DAGE MED MUSIK

Vi opholdt os i vaccinehallen på 4 forskellige dage og observerede borgere og ansatte under musikafspilningen. Her observerede vi, at musikken var hørbar både i køen hen mod vaccineområdet og i selve vaccinationsområdet. Enkelte borgere på vej ind til at blive vaccineret vuggede lidt til musikken, og en borger der tøvede med at gå frem, blev hjulpet af en anden borger. De ansatte talte dæmpet sammen og var i nogle tilfælde aktive i forhold til at flytte højttalere eller justere på lydstyrken (efter at vi havde informeret om at det var en mulighed). Vagter og læger kommenterede spontant i dialogen, at de værdsatte musikken. I observationsområderne lagde vi mærke til, at der var en rolig stemning. Borgerne sad stille og lyttede hver for sig, nogle gange med lukkede øjne, og nogle gange med mobiltelefonen fremme. Nogle borgere satte sig tilsyneladende bevidst tæt på højttalerne, og flyttede sig ikke selvom lyden syntes høj.

Vi oplevede, at musikken skabte en rolig stemning især i formiddagstimerne. Hørbarhed af musikken afhang i høj grad af, hvor meget støj der i øvrigt var i vaccinehallen. I travle perioder midt på dagen var der i vaccinehallen en del højlydt snak fra informationsdisken og vaccineområdet, som ofte overdøvede musikken især i det andet observationsrum nærmest disken. En regnbyge trommede så meget på taget, at den overdøvede musikken. Musikken var mest tydelig i det første observationsrum, hvor de fleste borgere satte sig.

Samlet set har vi observeret og oplevet, at vaccinationerne foregik i en fredsommelig og rolig stemning med musikken som hørbar baggrund, mens musikken trådte lidt mere i baggrunden under spidsbelastningsperioder med meget støj.

SAMMENFATNING AF INTERVIEW MED ANSATTE

Vi interviewede i alt 9 frivillige ansatte, en læge og otte vaccinatorer med blandet faglig baggrund, bl.a. laborant og medicinstuderende. Alle interviewpersoner gav udtryk for, at musikken i hallen gav energi og hjalp dem gennem arbejdsdagen, samt at baggrundsmusikken generelt bidrog til et lettere humør og en behagelig stemning i hallen. Der var dog divergerende oplevelser og opfattelser af musikkens kvaliteter. Særligt de yngste vaccinatorer gav udtryk for, at en del af musikken var for rolig og kunne virke trættende, og ytrede ønske om mere melodi og rytme, samt flere kendte musiknumre. Andre oplevede, at det virkede bedst med stille og rolig instrumental musik, der dannede en behagelig baggrund og understøttede koncentrationen omkring deres opgaver, mens de kendte numre derimod tog for meget opmærksomhed og kunne virke forstyrrende.

Nogle af de ansatte havde registreret, at borgerne virkede mere afslappede og klar til at blive vaccinerede end de gjorde tidligere, hvor der ikke var musik i hallen. Flere gav udtryk for, at lydstyrken ikke måtte være for lav, da musikken så ikke kunne høres ordentligt, og derfor blev en del af baggrundsstøjen i hallen fremfor at bidrage til et mere behageligt lydmiljø. Det fremgik af interviewene, at dette var en delikat balance, da musikken heller ikke måtte være så høj, at det blev vanskeligt at tale med borgerne.

DISKUSSION

Borgerne var generelt meget tilfredse med deres vaccinationsoplevelse. I forhold til musikafspilning viste undersøgelsen størst effekt på ventetid og humør samt oplevelsen af lydmiljøet, hvilket også var vores forventning og sigte med undersøgelsen. For de ansattes vedkommende var der størst effekt på kontakt med borgere og samarbejde med kollegaer, hvilket var et positivt og mere overraskende resultat, der synes at ligge "maskeret" bag den umiddelbare og bevidste musikoplevelse. Dette peger på musikkens potentielle evne til at forbedre arbejdsklimaet i vaccinehallen.

Observation og interviewdata understøtter og uddyber disse fund og peger samtidig på, at oplevelsen af musikken blandt de ansatte var sammensat og kompleks. Eksempelvis påpegede flere ansatte også i det afsluttende spørgeskema, at de var kritiske overfor forskellige aspek-

ter af musikken, samtidig med at langt de fleste ansatte savnede musikken, når den ikke var der. Mange ansatte kunne se musikkens værdi for borgerne uagtet deres egne musikpræferencer. Dette kunne tyde på, at det i lignende undersøgelser er vigtigt at være opmærksom på, hvordan musikken kan have en gavnlig virkning uanset individets genrepræferencer. Ud fra den eksisterende faglige viden ved vi også, at langsom musik kan fremme en mere rolig tilstand ved at påvirke individets puls og vejrtrækning.

I sammensætningen af en spilleliste, er det vigtigt at variere tempo og genre, således at musikken både kan imødekomme borgere, som er stressede og angste, samt imødekomme de ansatte der måske har behov for energifyldt musik på en lang arbejdsdag. I løbet af undersøgelsen fandt vi eksempelvis ud af, at vores hypotese om tempovariation i løbet af dagen (mest stille musik først og sidst på dagen) måtte justeres, så der kom mere musik med højere tempo sidst på dagen. I forhold til tilpasning af spillelisten, musikafvikling og opsætning af højttalere er det ligeledes betydningsfuldt løbende at inddrage overvejelser om rummenes beskaffenhed og akustik.

På trods af at de ansatte scorede højt på borgerkontakt kommenterede flere, at høj musik kunne være et problem for borgere med hørenedsættelse, og på den anden side kunne musikken skærme den enkelte samtale i et åbent miljø, hvor de vaccinerede ellers kunne høre hinanden. Samlet set pegede interviewene og observationerne således på vigtigheden af, at fagpersonalet selv har mulighed for at regulere lydstyrken på nærmeste højttaler. Interviewene illustrerede forskellige præferencer og forskellige reaktioner hos de ansatte, hvilket peger på dels behovet for justerbare spillelister som er genrebæst varierede, dels behovet for mere information/undervisning af personalet omkring musikkens kvaliteter og tilsigtede effekt på både borgere og ansatte.

BEGRÆNSNINGER

Spørgeskemaresultaterne kan muligvis være påvirkede af underliggende variabler som vejret/dagsstemningen, aktuelle begivenheder (covid-relaterede), borgernes aldersgruppe, og sammensætning af ansatte på de tilfældigt udvalgte dage. En yderligere begrænsning i undersøgelsen er, at vi kun har sammenlignet dage uden musik med en enkelt dag med musik. Dette skyldtes bl.a., at der pga. tidspres var tekniske problemer med afspilningen på de første dage, hvorved data ikke var brugbare. En anden begrænsning er, at vi ikke har anvendt validerede spørgeskemaer, da vi ikke i denne indledende undersøgelse ønskede at spørge ind til borgernes og ansattes psykiske eller fysiske helbredstilstand, men derimod havde fokus på selve oplevelsen af at være på arbejde og at blive vaccineret med og uden musik.

ANBEFALINGER

Der bør anvendes musikafspilning fra en fagligt kurateret spilleliste, som er skabt til formålet og løbende kan justeres og varieres eksempelvis efter årstid og/eller aldersgrupper. Spillelisten skal være lang nok til at dække en hel arbejdsdag (så der undgås gentagelser). Der skal foretages lyd- og teknik-tjek og afprøvning med rundspørge til medarbejdere ved opstart og derefter med jævne mellemrum.

Afspilning bør være brugervenlig eventuelt på tablet/ipad eller anden device i offline tilstand, og bør opbevares sikkert uden for arbejdstid. Musikafspilning bør foregå med højkvalitets musikhøjttalere, så lydkvaliteten er så god som muligt, og opstilling og placering af højttalere bør foregå med hjælp fra lydtekniske fagpersoner. Det er svært at dække store arealer med passende lav ensartet lyd, hvilket det rette udstyr og den rette ekspertise. Der bør etableres et max./min. lydstyrkeniveau, som markeres på højttaleren, så ansatte kan nulstille efter perioder med op/nedregulering af lydstyrke. Der bør være mindst en "musikansvarlig" person, som sørger for at oplade afspiller, tjekke ledninger, tænde/slukke for musikken morgen og aften, og som jævnligt tjekker, om musikken er i gang. Denne person kan også skrue op for lydstyrken i travle perioder på dagen (hvis der eksempelvis er megen baggrundsstøj).

Medarbejderne bør orienteres om formålet med musikafspilningen, baggrunden for anvendelse af musik, samt instrueres i hvordan de selv kan regulere lydstyrken eller helt slukke for musikken i perioder på nærmeste højttaler i løbet af arbejdsdagen.

I fremtidige undersøgelser vil det være relevant at indsamle data om deltagernes psykofysiske tilstand og stressniveau, da andre undersøgelser peger på, at det muligvis er de mest sårbare borgere/ansatte, der har størst gavn af musikinterventionen.

KONKLUSION

Projektet 'Musik til covid-19-vaccine' har vist, at baggrundsmusik i forbindelse med vaccination kan have positiv effekt for borgere og ansatte, særligt hvad angår oplevelsen af ventetiden, humøret og lydmiljøet i vaccinehallen for borgernes vedkommende, og for ansattes vedkommende også i form af kontakt med borgere og samarbejde med kollegaer. Dog kan baggrundsmusikken også have modsatrettet virkning eksempelvis i spidsbelastede perioder med megen støj, hvor støjen overdøver musikken, hvis lydniveauet på musikken er for lavt, eller musikken kan forhindre samtaler med borgere med nedsat hørelse, hvis lydniveauet er for højt.

Det kræver professionel faglighed at udvikle en sammenhængende spilleliste samt løbende at justere sammensætningen af musik for at opnå størst mulig gavn for flest mulige borgere og ansatte. Det kræver tillige professionel faglighed at sørge for, at det tekniske set-up fungerer, herunder opsætning og justering af højttalere med henblik på at lyden af musikken er optimal.

Ansatte bør instrueres i reguleringen af lydstyrke samt informeres om baggrund og formål med den specifikke baggrundsmusik for at opnå størst mulig effekt af tiltaget. Inddragelsen af ansatte er desuden væsentlig i forhold til at tage hånd om etiske aspekter dels i forhold til at sørge for at samtale er mulig med alle borgere, dels at ansatte er fuldt informerede om fast installation af baggrundsmusik på deres arbejdsplads, hvor de opholder sig mange timer hver dag. Fremtidig forskning kan med fordel inkludere data om graden af sårbarhed hos borgere og ansatte, samt sætte fokus på at undersøge hvorvidt og hvordan musikken har effekt på trods af individets specifikke præferencer.

REFERENCER

- Beck, B. (2013). Forskning i musikterapi og arbejdsrelateret stress. *Dansk Musikterapi*, 10(2), 3-12.
- Birnie, K. A., Noel, M., Chambers, C. T., Uman, L. S., & Parker, J. A. (2018). Psychological interventions for needle-related procedural pain and distress in children and adolescents. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 10(10), CD005179. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD005179.pub4>
- Bonde, L. O. (Red.) (2014). *Musikterapi: Teori - Uddannelse - Praksis - Forskning: En håndbog om musikterapi i Danmark*. Forlaget Klim.
- Bradt, J., Dileo, C., & Shim, M. (2013). Music interventions for preoperative anxiety. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 6, CD006908. DOI: [10.1002/14651858.CD006908.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD006908.pub2)
- Bradt, J., & Dileo, C. (2014). Music interventions for mechanically ventilated patients. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 12, CD006902. DOI: [10.1002/14651858.CD006902.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD006902.pub3)
- Brinkman, S. & Tanggaard, L. (2020). *Kvalitative metoder. En grundbog*. (3. Udgave) Hans Reitzels Forlag.
- Brooks, D., Bradt, J., Eyre, L., Hunt, A., Dileo, C. (2010). Creative approaches for reducing burnout in medical personnel. *The Arts in Psychotherapy*, 37, 255-263.
- Chiu, R. (2020). Functions of Music Making Under Lockdown: A Trans-Historical Perspective Across Two Pandemics. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.616499>
- Edm.com staff (21 April 2021). Vaccine playlist. <https://edm.com/industry/spotify-vaccination-playlist>
- Field, A. (2017). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. 5th edition. Sage Publications.
- Fancourt, D. & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Health Evidence Network Synthesis Report 67. World Health Organization (WHO). Regional office for Europe: Available at <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>
- Gooding, L. F., Knott, D., & Else, B. A. (2021). *Music therapy and procedural support to aid vaccinations*. American Music Therapy Association. www.musictherapy.org
- van Goethem, A., & Sloboda, J. (2011). The functions of music for affect regulation. *Musicae Scientiae*, 15, 208-228. doi: [10.1177/1029864911401174](https://doi.org/10.1177/1029864911401174)
- Henry N, Kayser D and Egermann H (2021) Music in Mood Regulation and Coping Orientations in Response to COVID-19 Lockdown Measures Within the United Kingdom. *Frontiers in Psychology*, 12, 647879. doi: [10.3389/fpsyg.2021.647879](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647879)
- De Nora, T. (2020). *Music in everyday life*. Cambridge University Press.
- Jacobsen, S.L., Lund, H.N., & Bertelsen, L.R. (2018) Music as integral part of 'Culture on prescription'. I L. O. Bonde & T. Theorell (Red.), *Music and public health - A Nordic perspective*. Springer Publishing, NY: USA.
- Jensen, A., & Bonde, L. O. (2018). The use of arts interventions for mental health and wellbeing in health settings. *Perspectives in Public Health*, 138(5):288. PMID: 29708025.
- Jensen, A., & Torissen, W. (2019). Editorial. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 1. Available at <https://doi.org/10.18261/issn.2535-7913-2019-01-01>
- Kvale S. & Brinkmann, S. (2009). *Interview. En introduktion til et håndværk*. Hans Reitzels Forlag.
- Rigshospitalet (s. d.). *Procedurerelaterede smerter*. <https://www.rigshospitalet.dk/afdelinger-og-klinikker/julianemarie/videnscenter-for-boernesmerter/smerter-hos-boern/Sider/procedure-relaterede-smerter.aspx>
- Robson, C. & McCartan, K. (2016). *Real world research. A ressource for users of social research methods in applied settings* (4. udgave). Wiley.
- Torales, J., O'Higgins, M., Mauricio Castaldelli-Maia, J., & Ventriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, 1-4. DOI: [10.1177/0020764020915212](https://doi.org/10.1177/0020764020915212)
- Vaccine songs (2021). *Spotify*. <https://open.spotify.com/playlist/37i9dQZF1DWX5ZCZexKa9U?si=e47a-7270d8904a71>
- Vidas, D., Larwood, J. L., Nelson, N. L., & Dingle, G. A. (2021). Music Listening as a Strategy for Managing COVID-19 Stress in First-Year University Students. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647065>
- Wright, S., Yelland, M., Heathcote, K., Ng, S. K., & Wright, G. (2009). Fear of needles - nature and prevalence in general practice. *Australian Family Physician*, 38(3), 172-176. PMID: 19283260.
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M. W., Gill, H., Phan, L., Chen-Li, D., Iacobucci, M., Ho, R., Majeed, A., & McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 1(277), 55-64. doi: [10.1016/j.jad.2020.08.001](https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001)
- Yinger, O. S., & Gooding, L. F. (2015). A systematic review of music-based interventions for procedural support. *Journal of Music Therapy*, 52(1) 1-77. doi: [10.1093/jmy/thv004](https://doi.org/10.1093/jmy/thv004)