

KOSTNADSFRITT WEBBINARIUM

MUSIK SOM MEDICIN

mätbarhet och möjligheter

Onsdagen den 17 april kl. 9-12

**Grethe Fochsen • Sissela Nutley
Jonas Engström • Katarina Lindblad
Pernilla Hugoson • Viktor Bergendal
Broula Barnohro Oussi • Maria Lindström m.fl.**

MODERATOR: Pia Litzell Berg



**Sveriges
Kommuner
och Regioner**



1

Musik som medicin

En nationell strategi för kultur och hälsa!?

2

3

4

5

6



Jonas Engström

Körledare och föreläsare

Initiativtagare och med i styrgruppen Musik som medicin
Kursledare Kören som växtplats
Startade Helsingborgs Världskör 2022
Nätverket **ReChaired** - kulturdriven samhällsutveckling

Stora utmaningar



Samhället i stort och inte minst hälso- och sjukvården står inför stora utmaningar.

Vi behöver se över alla tillgängliga resurser för att skapa en förändring.

Vi får inte missa musikens möjligheter.



Körsång är inte lösningen på alla problem.
Men det är i princip alltid en bra start!

Den gemensamma sången är en unik mötesplats
där vi tränar oss i sampel, delaktighet och tillit,
oavsett om det handlar om 1100 sångare på Malmö
Live, 100 sångare i Helsingborgs Världskör eller i
en utsatt vårdssituation.

I princip alla har en stark relation till musik,
även om vi inte sjunger eller spelar vet vi
vilken musik och vilka artister som berör oss.

Det gäller även dem du möter!
Hur kan vi ta till vara på den möjligheten?



Vad är det bästa med musik?



-Jag blir lugn. -Den hjälper mig att känna saker.
-Det är enda gången jag slipper tänka på jobbiga saker.
(Högstadiееlev vid Musik i Syds projekt Break the Silence)

Musik erbjuder en stunds ordning i en värld av kaos.

Mycket på gång inom kultur och hälsa

Förutom allt spännande som händer lokalt och regionalt (som vi ska få lyssna till senare idag) händer det även mycket positivt nationellt

Pionjären och proffesor em. Gunnar Bjursell tilldelades Bernadottepriset 2024 för grundandet av och sitt långvariga arbete med Den Kulturella Hjärnan

Svenska Gospelverkstaden har beviljats det treåriga arvsfondsprojektet "Körsång för psykisk hälsa"

Kungl. Musikaliska Akademien/Sjungande barn startar en ny kunskapsbank kring Kultur och hälsa på sin hemsida



Centrum för
Kultur, Kognition & Hälsa

Det handlar om livet



I oktober 2023 arrangerade delar av Socialutskottet riksdagsseminariet "Musik som räddar liv - en resurs att räkna med" med anledning av "Det handlar om livet - Nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention" som Folhälsomyndigheten och Socialstyrelsen tillsammans med 24 andra myndigheter har tagit fram.

I dag ska vi få höra medicine doktor och utredare Grethe Fochen från Folhälsomyndigheten berätta om arbete med nya litteraturöversikten "Kulturens betydelse för hälsa och välbefinnande".



Det handlar om livet



Vi behöver påminna oss om att musik inte i första hand är en självförverkligande hobby för några få, utan en mänsklig rättighet som möter betydligt mer grundläggande behov som Trygghet och Gemenskap.

I slutändan handlar det inte om musik, utan om människor. Det handlar om hur musik kan skapa harmoni i en kaotisk vårdmiljö, stärka det friska och underlätta kommunikation.



Hör gärna av dig!

Jonas Engström, *körledare och föreläsare*

- * jonas@soulfulmusic.se
- * **Soulful Music / ReChaired**
- * soulfulmusic.se / rechoired.se
- * facebook.com/SoulfulMusicSweden
- * instagram.com/JonasEngstromSweden



Folkhälsomyndigheten

Kultur i ett folkhälsoperspektiv

Grethe Fochsen, Folkhälsomyndigheten



Att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa



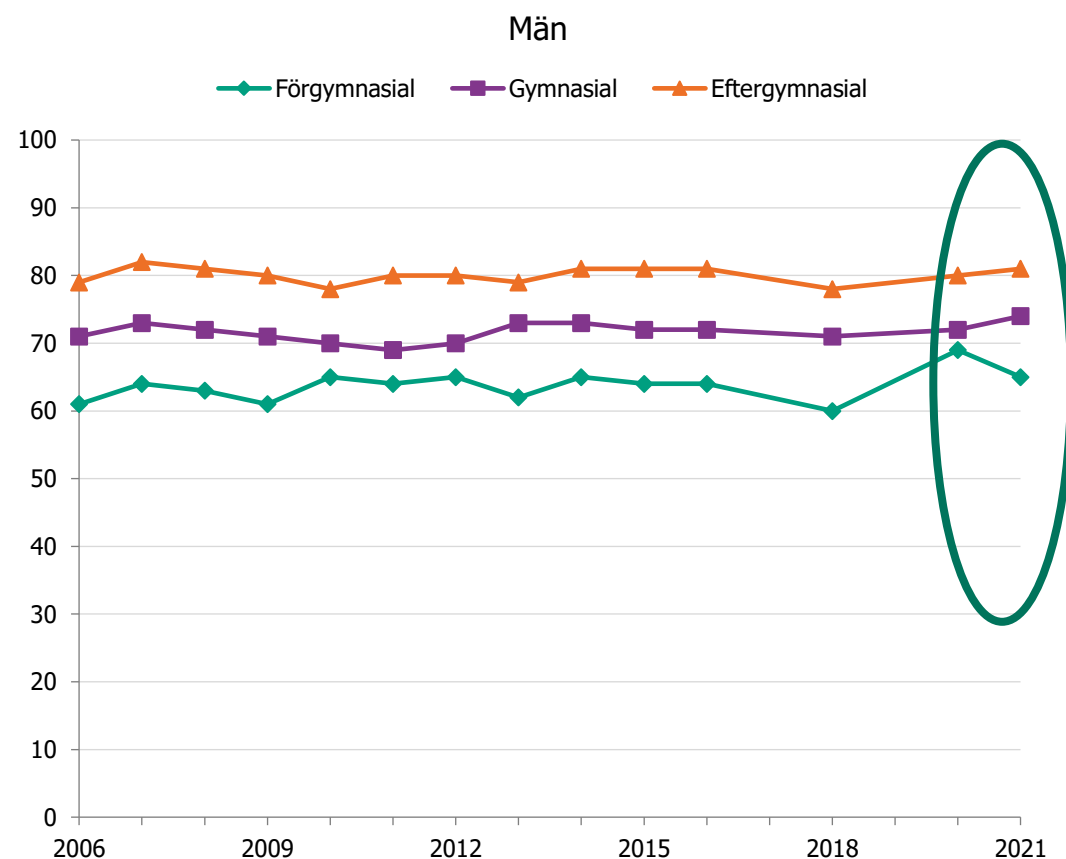
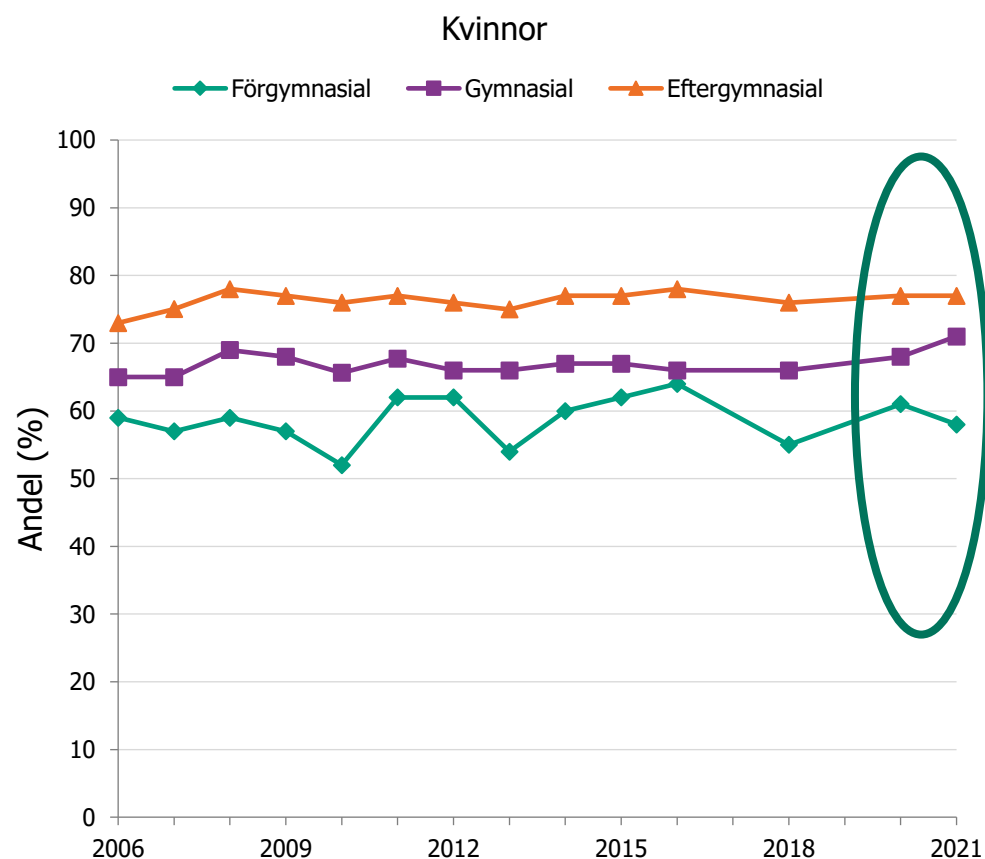
En god och jämlik hälsa – åtta målområden

Folkhälsans utveckling

- Folkhälsan är överlag god och för stora delar av befolkningen utvecklas hälsan positivt
- Men hälsan är ojämlikt fördelad mellan olika grupper
 - Utifrån faktorer som t.ex. ålder, kön, socioekonomi, födelseland.



Skillnader i god självskattad hälsa utifrån utbildningsnivå



Källa: Nationella folkhälsoenkäten "Hälsa på lika villkor?", Folkhälsomyndigheten.

Forskning om kultur och hälsa

- Rapport som sammanfattar forskningen inom området
- Bygger på ett europeiskt projekt "Culture for health"
- Drygt 300 studier från hela världen



Kulturformer som har studerats

- **Musik och sång**
- Teater
- **Dans och rörelse**
- Läsand, skrivande och berättande
- Fotografi och film
- **Skapande konst**
- Arkitektur och design
- Clowner i sjukhusmiljöer
- Museibesök och kulturarv



Studerats inom olika arenor och på olika nivåer



Skapa förutsättningar för
hälsa och välbefinnande
på samhällsnivå



Främja hälsa och
förebygga ohälsa på
grupp -och individnivå



Vård och behandling

Att främja det
friska

Att **sjunga i kör eller grupp**
kan främja

- Social inkludering och
samhörighet
- Psykisk hälsa och livskvalitet

Att lindra
det svåra

Att **sjunga i kör eller grupp**
kan lindra symtom hos personer
med långvariga
sjukdomstillstånd

Att **lyssna på musik** kan
minska oro, stress och smärta i
samband med operation

Några utmaningar

- Begränsad kunskap om många kulturformer
- Finns inte ett enhetligt sätt att utvärdera kulturens effekter på hälsa
- Studierna undersöker sällan negativa effekter



....och möjligheter

- Olika vetenskapliga traditioner "möts" och tillför kunskap från olika perspektiv (humaniora, medicinsk forskning osv.)
 - Vad funkar?
 - Varför funkar det?
 - Hur upplevs det?
- Forskning+ beprövad erfarenhet=kunskapsutveckling



Fortsättningsvis

- Kommunikationsinsatser
- Följa kunskapsutvecklingen
- Kulturen som en del av det tvärsektoriella arbetet för en god och jämlik hälsa



En god och jämlik hälsa – åtta målområden

Tack!



Folkhälsomyndigheten

www.fohm.se • fohm.se/nyhetsbrev • [LinkedIn](#) • [Facebook](#) • [X](#)

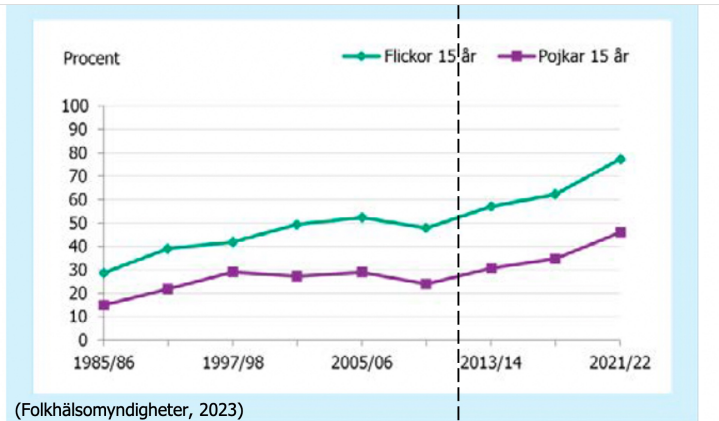
DEN HÅLLBARA HJÄRNAN

Sissela Nutley
Medicine doktor i kognitiv neurovetenskap



**Karolinska
Institutet**

Trender kring psykiska ohälsa, empati och kognition över tid



Psykiska besvär ökar i Sverige...

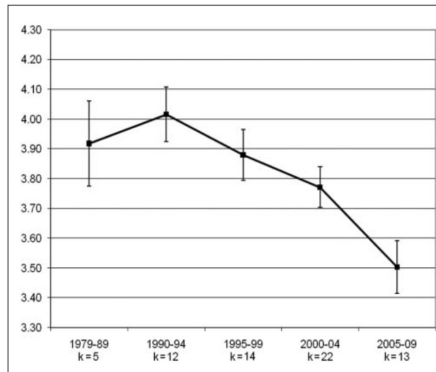
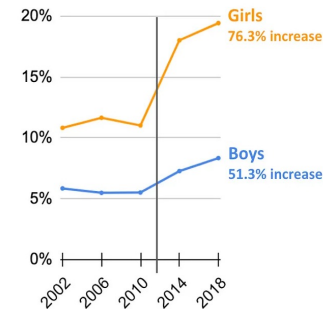


Figure 1. College students' Empathic Concern scores by period
Note: Capped vertical bars denote ± 1 SE.

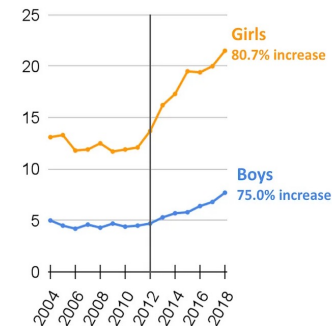
Konrath et al., 2011

Empatin sjunker

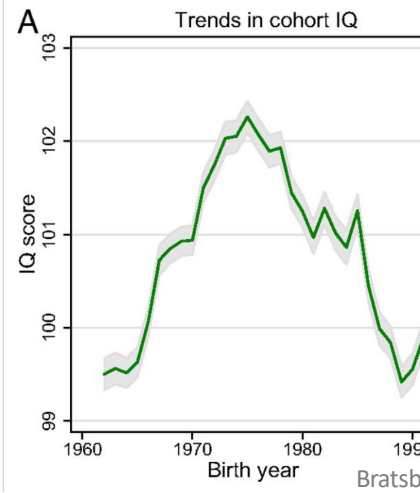
Percent of Nordic Teens with High Psychological Distress (Ages 11-15)



Percent of American Teens with Major Depression (Ages 12-17)



Jonathan Haidt, 2023



Bratsberg & Rogeberg, 2018

IO sjunker

RESEARCH ARTICLE | PSYCHOLOGICAL AND COGNITIVE SCIENCES | ●
Flynn effect and its reversal are both environmentally caused

Bernt Bratsberg and Ole Rogeberg [Authors Info & Affiliations](#)

Edited by Richard E. Nisbett, University of Michigan, Ann Arbor, MI, and approved May 14, 2018 (received for review ...)

...delvis pga digitala medier

Nivins, S., Mooney, M. A., & Klingberg, T. (2024, January 26). Screen time use and longitudinal effects on ADHD symptoms in children.

BUDSKAP

INTRYCK

VÅR PSYKISKA HÄLSA FÖRKLARAS AV

GENER

LIVSSITUATION

VAD VI GÖR



BUDSKAP

INTRYCK

TANKAR

KÄNSLOR

**PSYKOLOGISKA
FÖRMÅGOR
OCH KOMPETENSER**

KROPP & SINNE

RELATIONSHANTERING

STRESS/FÖRÄNDRINGSHANTERING

KOGNITIVA

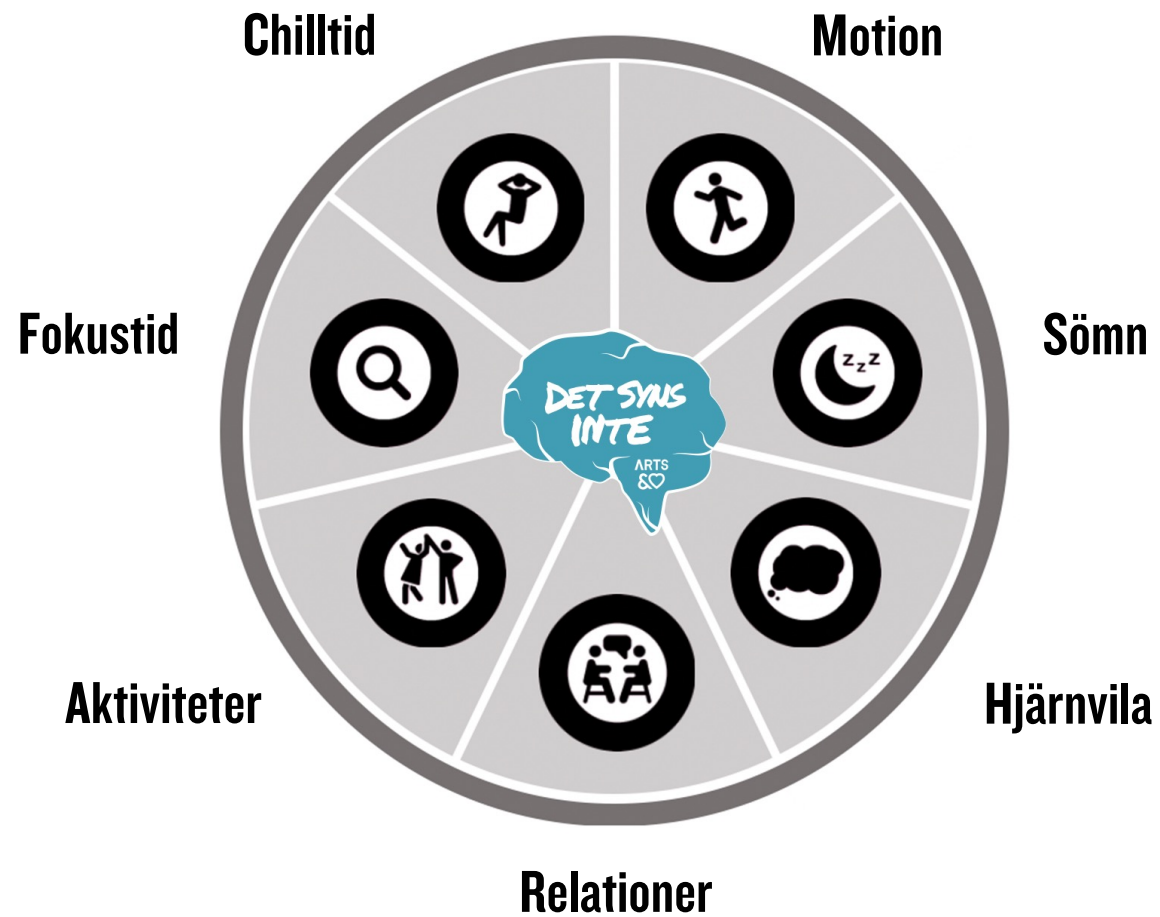
KÄNSLOMÄSSIGA



HUR SKAPAR VI TRÄD SOM KLARAR OVÄDER?



DEN MENTALA TALLRIKSMODELLEN – ATT TA HAND OM ”TRÄDET”



“SCHMARF”

Rock & Siegel, 2012

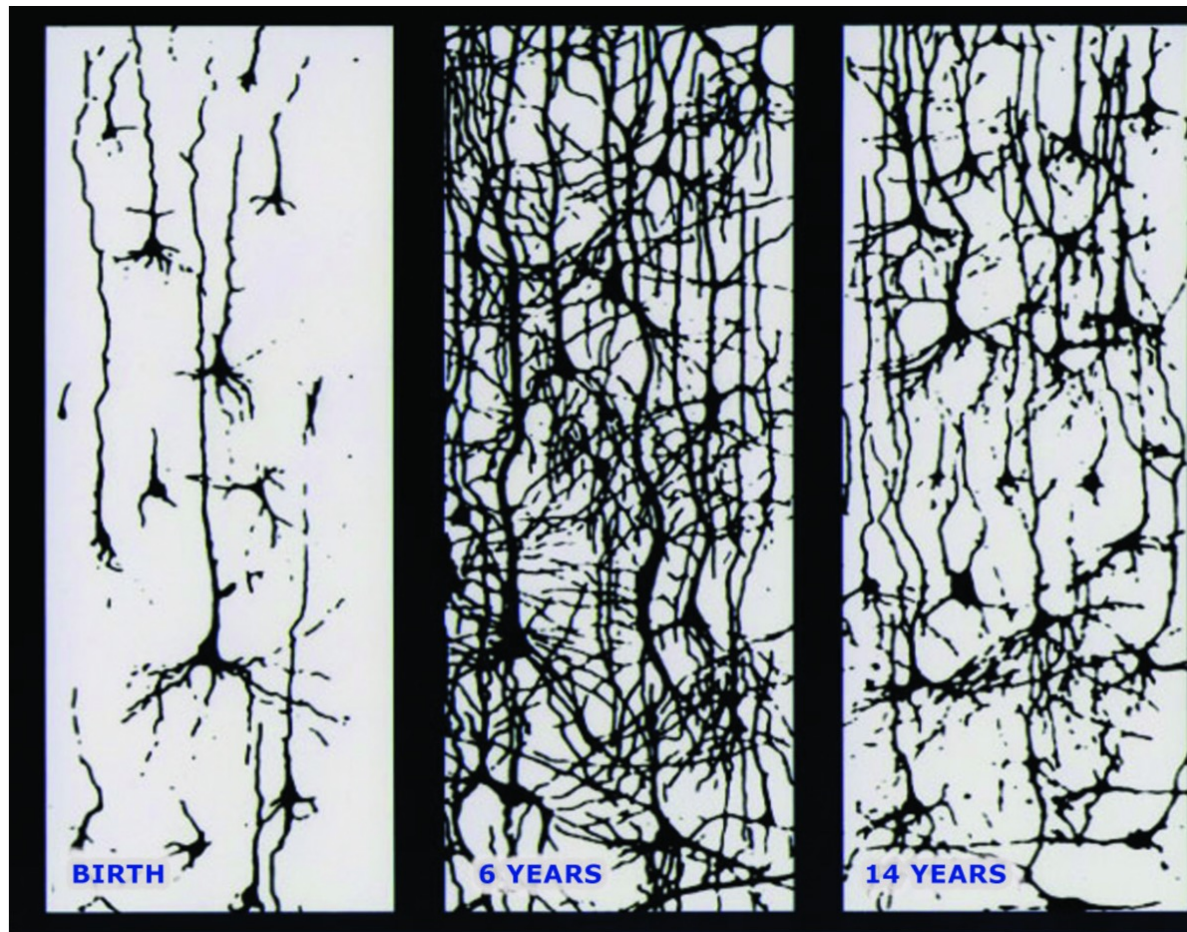
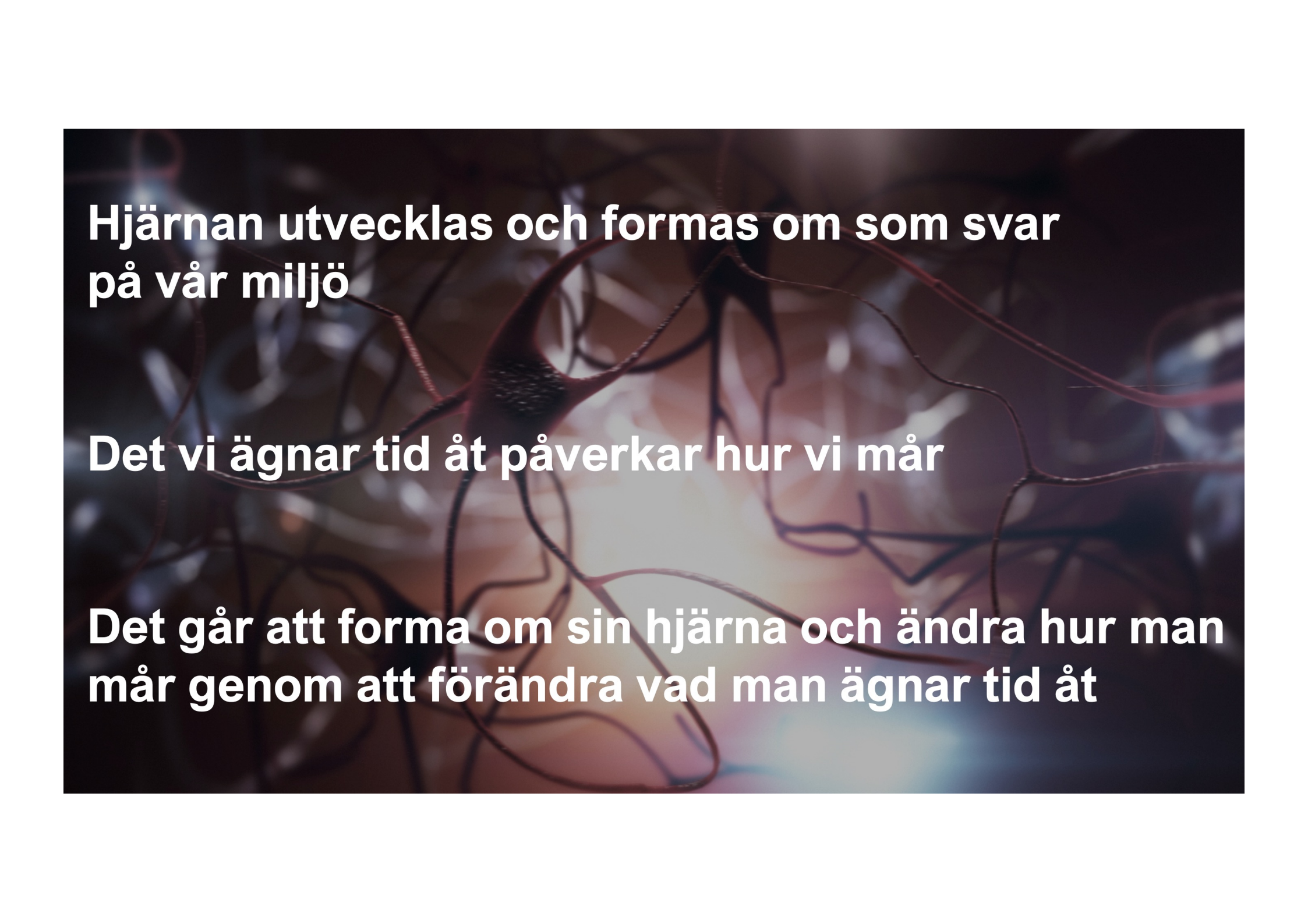


Image source: Conel, J.L. The postnatal development of the human cerebral cortex. Cambridge, Mass: Harvard University Press, 1959.

I

Sissela Nutley



**Hjärnan utvecklas och formas om som svar
på vår miljö**

Det vi ägnar tid åt påverkar hur vi mår

**Det går att forma om sin hjärna och ändra hur man
mår genom att förändra vad man ägnar tid åt**

A close-up, slightly blurred photograph of a piano keyboard. The white keys are in the foreground, and the black keys are visible in the background. The lighting is soft, creating a moody atmosphere. Overlaid on the center of the image is the text "MUSIK SOM LIVSVIKTIG RESURS" in a bold, white, sans-serif font.

MUSIK SOM LIVSVIKTIG RESURS

Tidig musikträning (<2 år) är kopplat till

- Socio-emotionell mognad och prosociala beteenden
- Tidig fonologisk medvetenhet och kommunikativa gester

Trainor et al., 2012
Degé & Schwartz, 2011

Musikträning i förskoleålder (<6 år) är kopplat till

- Utvecklad intelligens
- Uppmärksamhet och kognitiv kontroll
- Empati, samarbetsvilja, prosociala beteenden och högre självkänsla

Schellenberg, 2012
Moreno et al., 2011
Kirschner & Tomasello., 2010
Papageorgi et al., 2022

Musikträning ökar IQ

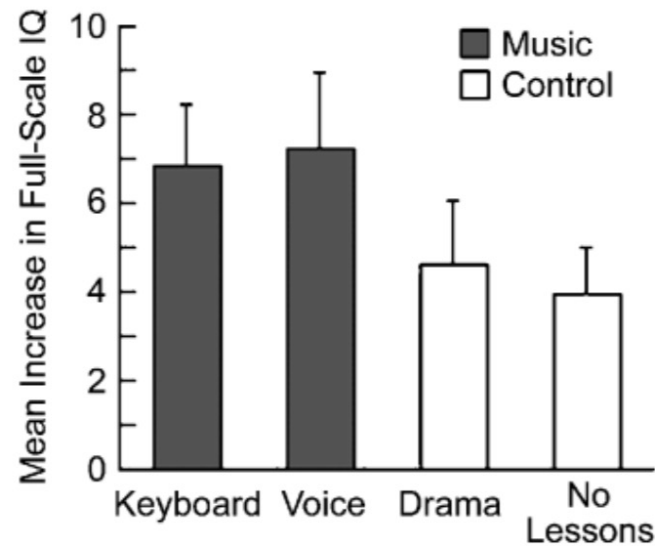


Fig. 1. Mean increase in full-scale IQ (Wechsler Intelligence Scale for Children–Third Edition) for each group of 6-year-olds who completed the study. Error bars show standard errors.

PSYCHOLOGICAL SCIENCE

Research Report

Music Lessons Enhance IQ

E. Glenn Schellenberg

University of Toronto at Mississauga, Mississauga, Ontario, Canada

ABSTRACT—The idea that music makes you smarter has received considerable attention from scholars and the media. The present report is the first to test this hypothesis directly with random assignment of a large sample of children ($N = 144$) to two different types of music lessons (keyboard or voice) or to control groups that received drama lessons or no lessons. IQ was measured before and after the lessons. Compared with children in the control groups, children in the music groups exhibited greater increases in full-scale IQ. The effect was relatively

This combination of experiences could have a positive impact on cognition, particularly during the childhood years, when brain development is highly plastic and sensitive to environmental influence (Huttenlocher, 2002).

Previous findings are consistent with the hypothesis that music lessons promote intellectual development. For example, musical aptitude is associated with literacy (Anvari, Trainor, Woodside, & Levy, 2002; Lamb & Gregory, 1993) and general intelligence (Lynn, Wilson, & Gault, 1989). Presumably, music lessons would increase musical



Music practice is associated with development of working memory during childhood and adolescence

Sissela Bergman Nutley*, Fahimeh Darki and Torkel Klingberg

Neuroscience Department, Developmental Cognitive Neuroscience, Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden

Edited by:

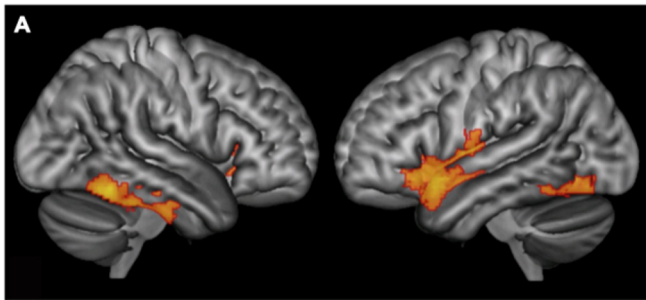
Merim Bilalic, University Tübingen –
University Clinic, Germany

Reviewed by:

E. Glenn Schellenberg, University of
Toronto, Canada
Hervé Platel, Université de Caen –
Inserm U1077, France

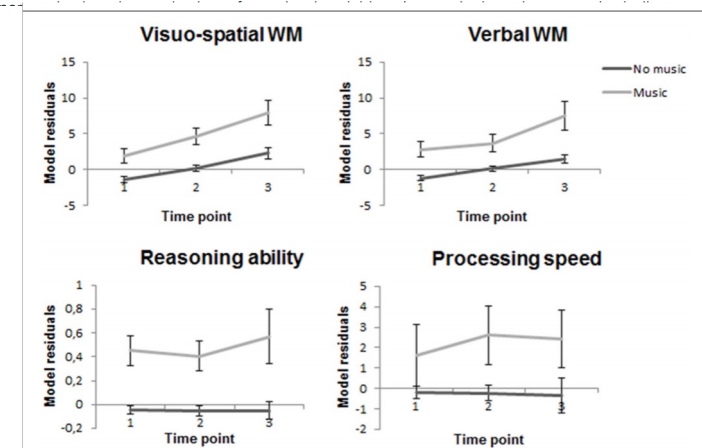
***Correspondence:**

Sissela Bergman Nutley,
Neuroscience Department,
Developmental Cognitive
Neuroscience, Karolinska Institutet,
SE-171 77 Stockholm, Sweden
e-mail: sisselanutley@gmail.com



Musikträning under uppväxten (<25 år) gav en brantare utveckling av kognitiva förmågor och var kopplad till mer grå substans i hjärnan i delar viktiga för matematik och empati.

Practicing a musical instrument is associated with cognitive benefits and structural brain changes in correlational and interventional trials; however, the effect of musical training on cognition during childhood is still unclear. In this longitudinal study of child development we analyzed the association between musical practice and performance on reasoning, processing speed and working memory (WM) during development. Subjects ($n = 352$) between the ages of 6 and 25 years participated in neuropsychological assessments and neuroimaging investigations ($n = 64$) on two or three occasions, 2 years apart. Mixed model regression showed that musical practice had an overall positive association with WM capacity (visuo-spatial WM, $F = 4.59$, $p = 0.033$, verbal WM, $F = 9.69$, $p = 0.002$), processing speed, ($F = 4.91$, $p = 0.027$) and reasoning (Raven's progressive matrices, $F = 28.34$, $p < 0.001$) across all three time points, after correcting for the effect of parental education and other after school activities. Music players also had larger gray matter volume in the temporo-occipital and insular cortex ($p = 0.008$), areas previously reported to be related to musical notation reading. The change in WM between the time points was proportional to the weekly hours spent on music practice for both WM tests (VSWM, $\beta = 0.351$, $p = 0.003$, verbal WM, $\beta = 0.261$, $p = 0.006$) but this was not significant for reasoning ability ($\beta = 0.021$, $p = 0.090$). These effects remained when controlling for



ORIGINAL ARTICLE

Same Genes, Different Brains: Neuroanatomical Differences Between Monozygotic Twins Discordant for Musical Training

Örjan de Manzano and Fredrik Ullén

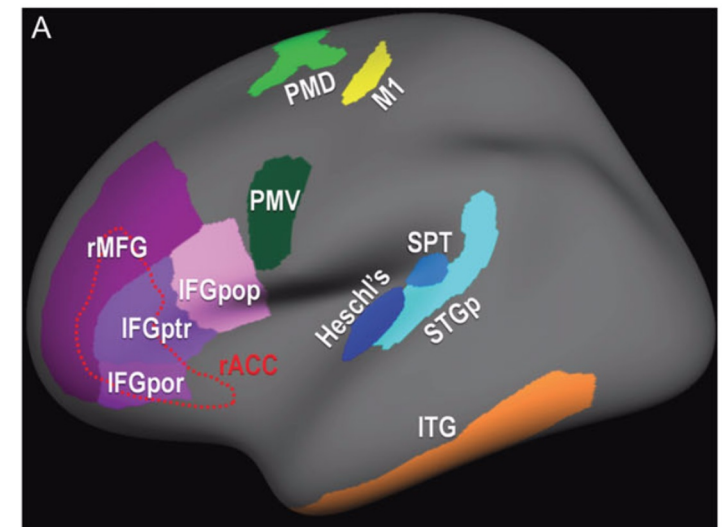
Department of Neuroscience, Retzius väg 8, Karolinska Institutet, 17177 Stockholm, Sweden

Address correspondence to Örjan de Manzano, Department of Neuroscience, Retzius väg 8, Karolinska Institutet, 17177 Stockholm, Sweden.
Email: orjan.demanzano@ki.se.

Abstract

Numerous cross-sectional and observational longitudinal studies show associations between expertise and regional brain anatomy. However, since these designs confound training with genetic predisposition, the causal role of training remains unclear. Here, we use a discordant monozygotic (identical) twin design to study expertise-dependent effects on neuroanatomy using musical training as model behavior, while essentially controlling for genetic factors and shared environment of upbringing. From a larger cohort of monozygotic twins, we were able to recruit 18 individuals (9 pairs) that were highly discordant for piano practice. We used structural and diffusion magnetic resonance imaging to analyze the auditory-motor network and within-pair differences in cortical thickness, cerebellar regional volumes and white-matter microstructure/fractional anisotropy. The analyses revealed that the musically active twins had greater cortical thickness in the auditory-motor network of the left hemisphere and more developed white matter microstructure in relevant tracts in both hemispheres and the corpus callosum. Furthermore, the volume of gray matter in the left cerebellar region of interest comprising lobules I-IV + V, was greater in the playing group. These findings provide the first clear support for that a significant portion of the differences in brain anatomy between experts and nonexperts depend on causal effects of training.

Musik träning
leder till mer
utvecklade hjärnor



Breda effekter av musikterapi inom vården

Ångstreducering vid demens

Clinical effectiveness of pharmacological and non-pharmacological treatments for the management of anxiety in community dwelling people living with dementia: A systematic review and meta-analysis

Danielle Nimmons ¹, Narin Aker ², Alice Burnand ², Kelvin P Jordan ³, Claudia Cooper ⁴, Nathan Davies ², Jill Manthorpe ⁵, Carolyn A Chew-Graham ³, Tom Kingstone ³, Irene Petersen ², Kate Walters ²

Välbefinnande vid kroniska sjukdomar

A mixed-studies systematic review of self-administered music interventions (SAMIs) for psychological wellbeing in people with chronic health conditions: Meta-analysis and narrative summary

Napak Pakdeesatitwara ¹, Imogen Clark ², Jeanette Tamplin ³

Stressreducering

Music therapy for stress reduction: a systematic review and meta-analysis

Martina de Witte ^{1 2 3 4}, Ana da Silva Pinho ⁵, Geert-Jan Stams ¹, Xavier Moonen ^{1 6}, Arjan E R Bos ⁷, Susan van Hooren ^{4 6 7}

Smärtreducering vid cancer

[Review](#) > [Cochrane Database Syst Rev](#). 2021 Oct 12;10(10):CD006911.

doi: 10.1002/14651858.CD006911.pub4.

Music interventions for improving psychological and physical outcomes in people with cancer

Joke Bradt ¹, Cheryl Dileo ², Katherine Myers-Coffman ³, Jacelyn Biondo ^{1 4}

Affiliations + expand

PMID: 34637527 PMCID: [PMC8510511](#) DOI: [10.1002/14651858.CD006911.pub4](#)

[Free PMC article](#)

Ökat intag av mat och bättre humör vid ätstörningar

Research | [Open access](#) | [Published: 15 January 2024](#)

Tuning in to recovery: influence of music on emotional well-being during mealtime in inpatient facilities for eating disorders

Paolo Meneguzzo , Elisa Baron, Silvia Marchesin, Anna Maria Andretta, Lisa Nalesso, Sonia Stella & Patrizia Todisco

[Journal of Eating Disorders](#) 12, Article number: 7 (2024) | [Cite this article](#)

**MUSIK ENGAGERAR STORA DELAR AV
HJÄRNBARKEN**



BUDSKAP

INTRYCK

TANKAR

KÄNSLOR



**BYGGA RESILIENS?
ANVÄND MUSIKENS
KRAFT**

KROPP & SINNE

RELATIONSHANTERING

STRESS/FÖRÄNDRINGSHANTERING

KOGNITIVA

KÄNSLOMÄSSIGA



SÄTT UPP MUSIKALEN I SKOLAN

<https://detsynsinte.se/en/musikalen/>

detsynsinte.se/en/musikalen/



Home

Musikalen

Kreatörer

English

DET SYNUS INTE

Musikalen om vårt psykiska välbefinnande och våra digitala liv



KORT FAKTA

Manus och musik fritt tillgängligt för skolor, kulturskolor och andra representanter för unga

Rekommenderad ålder:

Mest relevant för 12 år och uppåt



En akt om ca 90
minuter



11 musiknummer
med sing back



10 eller flera karaktärer
på scen



Minimal
scenografi



Soundtrack för
instudering på
Spotify



För publik i alla åldrar
eller när man börjar
interagera med en
smartphone

Musik och mänsklig medicin



Vem är jag?

- Viktor Bergendal
- Specialist i allmänmedicin och ST-läkare i geriatrik
- Musiker
- Författare

Varför skriva en bok?

- Det mänskliga i läkaryrket
- Intressanta och inspirerande livsöden
- Upprätta primärvårdens och allmänläkarnas rykte

Högst ovetenskaplig egen erfarenhet

- Anhörig som på operation får välja att lyssna på favoritmusik → subjektiv smärt- och ångestlindring
- Samtal om musik → glädje och lugn hos patienter
- Omvårdnadspersonal som spelar patientens favoritmusik på rummet → glädje och lugnare patient
- Framföra musik på SÄBO → glädje och delaktighet för boende

Vardagen på sjukhus

- Inneliggande patienter har ofta mycket tid
- Fylla väntan med meningsfulla och glädjeskapande aktiviteter
- Patienten får utrymme att vara något annat än "sin sjukdom"
- Som doktor mycket tacksam för alternativ till morfin, benso osv...

Tankar framåt

- Som läkare på sjukhus har frågan om musikterapi aldrig väckts mig veterligen
- Det finns ute i kommuner/SÄBO
- Man “hinner” inte lära nytt i en pressad miljö?
- Man bör kunna använda och “marknadsföra” musikterapi som ett alternativ/komplement till opiater, bensodiazepiner och andra läkemedel för att minska potentiella biverkningar
- Anordna workshops, kom till sjukhusen!

Tack för mig!

- Medverkar gärna inom ramen för andra samarbeten/föreläsningar!
- Boken finns att köpas på [Adlibris.se](https://adlibris.se) [Bokus.se](https://bokus.se) [Akademibokhandeln.se](https://akademibokhandeln.se) [Idus.se](https://idus.se) m.fl...

Viktor Bergendal

Specialist allmänmedicin och ST-läkare geriatrik.

viktorbergendal86@gmail.com

www.viktorbergendal.se





MUSIKTERAPI – I LIVETS BÖRJAN OCH SLUT

Katarina Lindblad, fil.dr, lektor NTNU Trondheim, musikterapeut

Pernilla Hugoson, doktorand, musikterapeut Sachsska barnsjukhuset

MUSIK SOM MEDICIN – MÄTBARHET OCH MÖJLIGHETER

- ▶ Är musik en «medicin»?
- ▶ Är resultaten mätbara?

Music therapy for depression (Review)

Aalbers S, Fusar-Poli L, Freeman RE, Spreen M, Ket JCF, Vink AC, Gold C

Clinical Psychology Review 29 (2009) 193–207



Contents lists available at ScienceDirect

Clinical Psychology Review

Dose–response relationship in music therapy for people with serious men disorders: Systematic review and meta-analysis

Christian Gold ^{a,*}, Hans Petter Solli ^{b,c}, Viggo Krüger ^b, Stein Atle Lie ^a

^a Unifob Health, Bergen, Norway

^b University of Bergen, Norway

^c Lovisenberg Diakonale Hospital, Oslo, Norway

Music therapy for people with schizophrenia and schizo disorders (Review)



Contents lists available at ScienceDirect

Brain, Behavior, and Immunity

journal homepage: www.elsevier.com/locate/ybrbi

Full Length Review

The psychoneuroimmunological effects of music: A systematic r and a new model

Daisy Fancourt ^{a,b,c,*}, Adam Ockelford ^b, Abi Belai ^a

^a Department of Life Sciences, Roehampton University, London, United Kingdom

^b Applied Music Research Centre, Roehampton University, London, United Kingdom

^c Centre for Performance Science, Royal College of Music, London, United Kingdom

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Article history:
Received 27 June 2013
Received in revised form
Accepted 15 October 201
Available online 21 Octol

Keywords:
Music
Psychoneuroimmunolog
Music therapy

> *Lancet Haematol.* 2021 Mar;8(3):e172. doi: 10.

Music therapy for childre transplantation

Lena Uggle ¹

Affiliations + expand

PMID: 33636141 DOI: [10.1016/S2352-3026\(21\)00035-1](https://doi.org/10.1016/S2352-3026(21)00035-1)



OPEN ACCESS

Article On BV Matziorinis AM Ockelford C

SCIENCE PROGRESS

Science Progress
2021, Vol. 104(2) 1–18
© The Author(s) 2021
Article reuse guidelines:
sagepub.com/journals-permissions
DOI: [10.1177/00368504211019856](https://doi.org/10.1177/00368504211019856)
journals.sagepub.com/home/sci



Article

The use of saliva steroids (cortisol and DHEA-s) as biomarkers of changing stress levels in people with dementia and their caregivers: A pilot study

Tores Theorell ^{1,2}, Gabriella Engström ³, Helena Hallinder ⁴, Anna-Karin Lennartsson ⁵, Jan Kowalski ⁶ and Azita Emami ^{7,8}

¹Swedish Research Institute, Stockholm University, Stockholm, Sweden

PLOS ONE

STUDY PROTOCOL

Study protocol for the Alzheimer and music therapy study: An RCT to compare the efficacy of music therapy and physical activity on brain plasticity, depressive symptoms, and cognitive decline, in a population with and at risk for Alzheimer's disease

Birthe K. Flo ^{1*}, Anna Maria Matziorinis ¹, Stavros Skouras ¹, Tobba Therikidsen Sudmann ², Christian Gold ^{3,4,5}, Stefan Koelsch ^{1*}

¹ Department of Biological and Medical Psychology, University of Bergen, Bergen, Norway, ² Department of Health and Function, Western Norway University of Applied Sciences, Bergen, Norway, ³ NORCE Norwegian Research Centre AS, Bergen, Norway, ⁴ Grieg Academy Department of Music, University of Bergen, Bergen, Norway, ⁵ Department of Clinical and Health Psychology, University of Vienna, Vienna, Austria

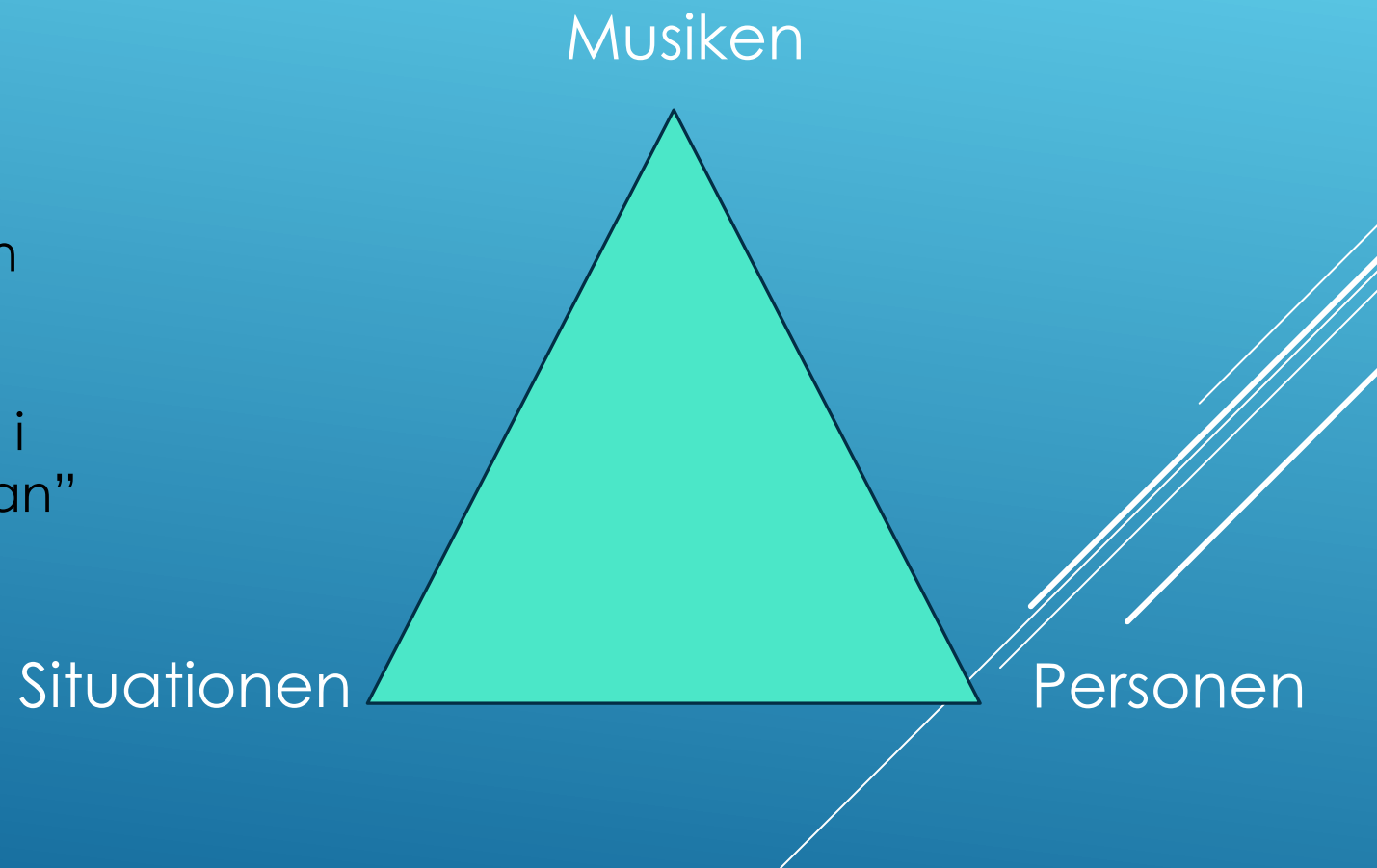
* birthe.flo@uib.no (BKF); stefan.koelsch@uib.no (SK)

Music therapy for autistic people (Review)

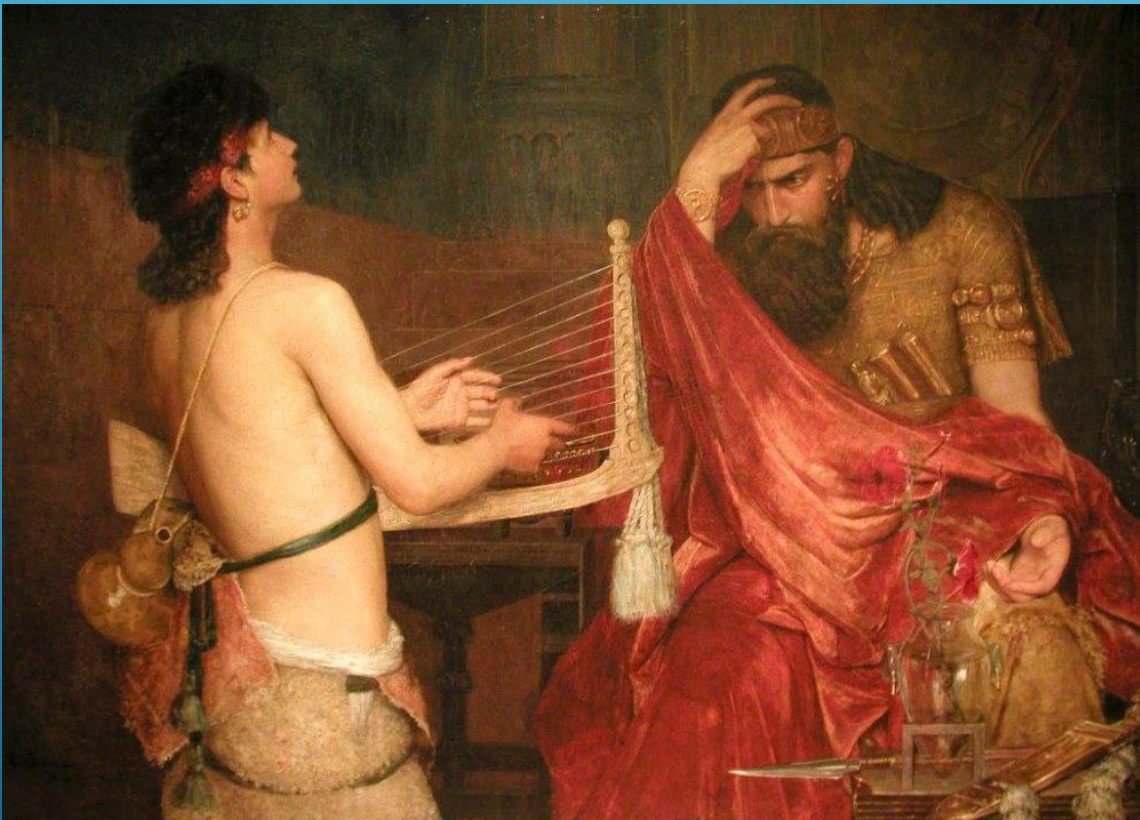
Geretsegger M, Fusar-Poli L, Elefant C, Mössler KA, Vitale G, Gold C

MUSIKUPPLEVELSER ÄR KOMPLEXA

- ▶ Ett relationellt och kulturellt fenomen
- ▶ Personen - situationen – musiken
- ▶ Personen är alltid aktiv medskapare i upplevelsen, ingen ensidig "påverkan"
- ▶ I den meningen fungerar musik INTE som en medicin



I ALLA TIDER OCH KULTURER...



- ▶ Helande och hälsofrämjande syften
 - ▶ Andliga, existentiella upplevelser
 - ▶ Gemenskap
-
- ▶ Platon
 - ▶ Einstein
 - ▶ Florence Nightingale

MUSIK SOM KOMMUNIKATION – INTE PRESTATION



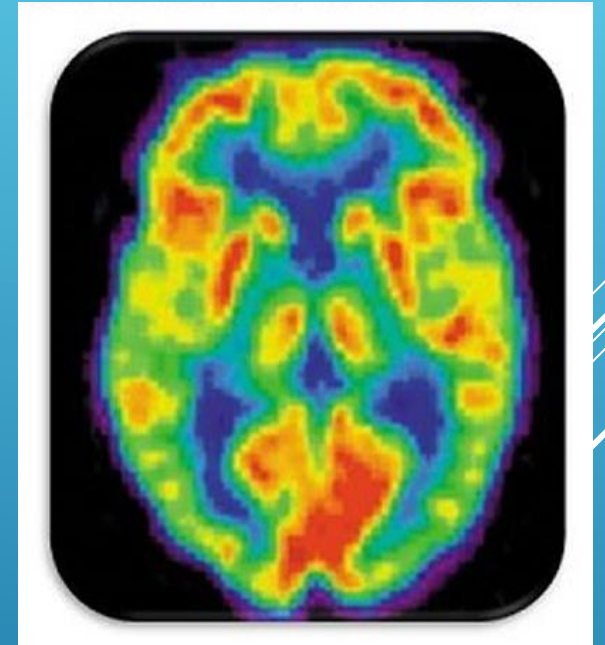
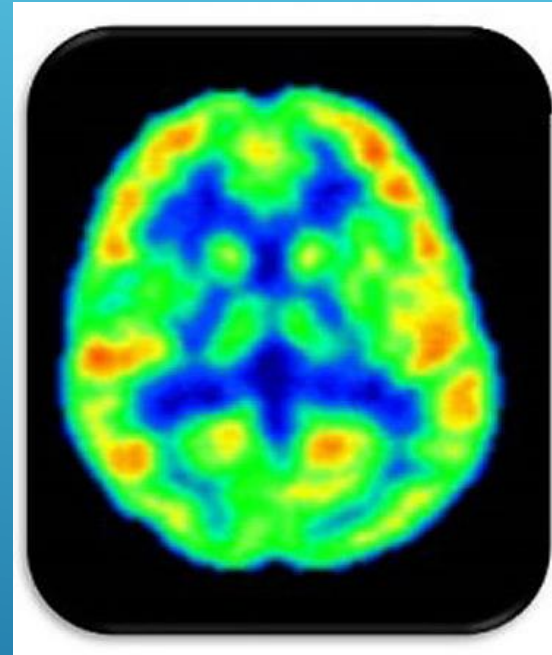
- ▶ Vårt första språk
- ▶ Redan innan vi föds
- ▶ Utvecklas före orden
- ▶ Utvecklar förmågan till samspel, empati och att reglera känslor

Alltså:

FÖRMÅGAN TILL MUSIKALISKT SAMSPEL ÄR
MEDFÖDD HOS ALLA MÄNNISKOR

MUSIK OCH HJÄRNAN

- ▶ Finns inget särskilt musikcentrum
- ▶ Aktiverar hela hjärnan och nervbanorna mellan delarna
- ▶ Motivation, uppmärksamhet, känslor, minnesfunktioner, språkförmåga
- ▶ Lugn-och-ro-hormonet oxytocin
- ▶ Belöningssystemet, dopamin
- ▶ Stresshormonet kortisol kan sjunka



MEN: MUSIK KAN OCKSÅ STRESSA OCH SKAPA OBEHAG

VAD ÄR MUSIKTERAPI?

- ▶ Evidensbaserad, internationellt etablerad behandlingsform
- ▶ Legitimationsgrundande i England, Österrike och Baltikum
- ▶ Bygger på konstnärlig och humanistisk grund
- ▶ Resurstärkande
- ▶ Ett forskningsområde – inkl "musik som självterapi"
- ▶ Rekommenderas av Socialstyrelsen för psykossjukdomar och palliativ vård för barn.
- ▶ Kandidatutbildning på Kungl Musikhögskolan, KMH
- ▶ Fristående kurser i "musik och medicin" och "musik och hälsa" på KMH



Hur går det till?

- ▶ Sjunga - låtar och improvisation
- ▶ Spela – på enkla instrument
- ▶ Lyssna på musik
- ▶ Skriva egna låtar
- ▶ Dansa, röra sig
- ▶ Samtal om livet och musiken
- ▶ Kräver inga musikaliska förkunskaper

MUSIKTERAPI I SVERIGE

Var finns vi?

- ▶ Särskola, kulturskola
- ▶ Barnsjukhus, bl a genom MusikBojen**
- ▶ Psykiatri, BUP
- ▶ Äldre- demensboenden
- ▶ Kris- och traumacenter
- ▶ Centrum för ätstörningar
- ▶ Privata mottagningar (psykoterapeutisk inriktning)
- ▶ Missbruksvård (Norge)
- ▶ Fängelser (Norge)

VAD KAN EN MUSIKTERAPEUT BIDRA MED?

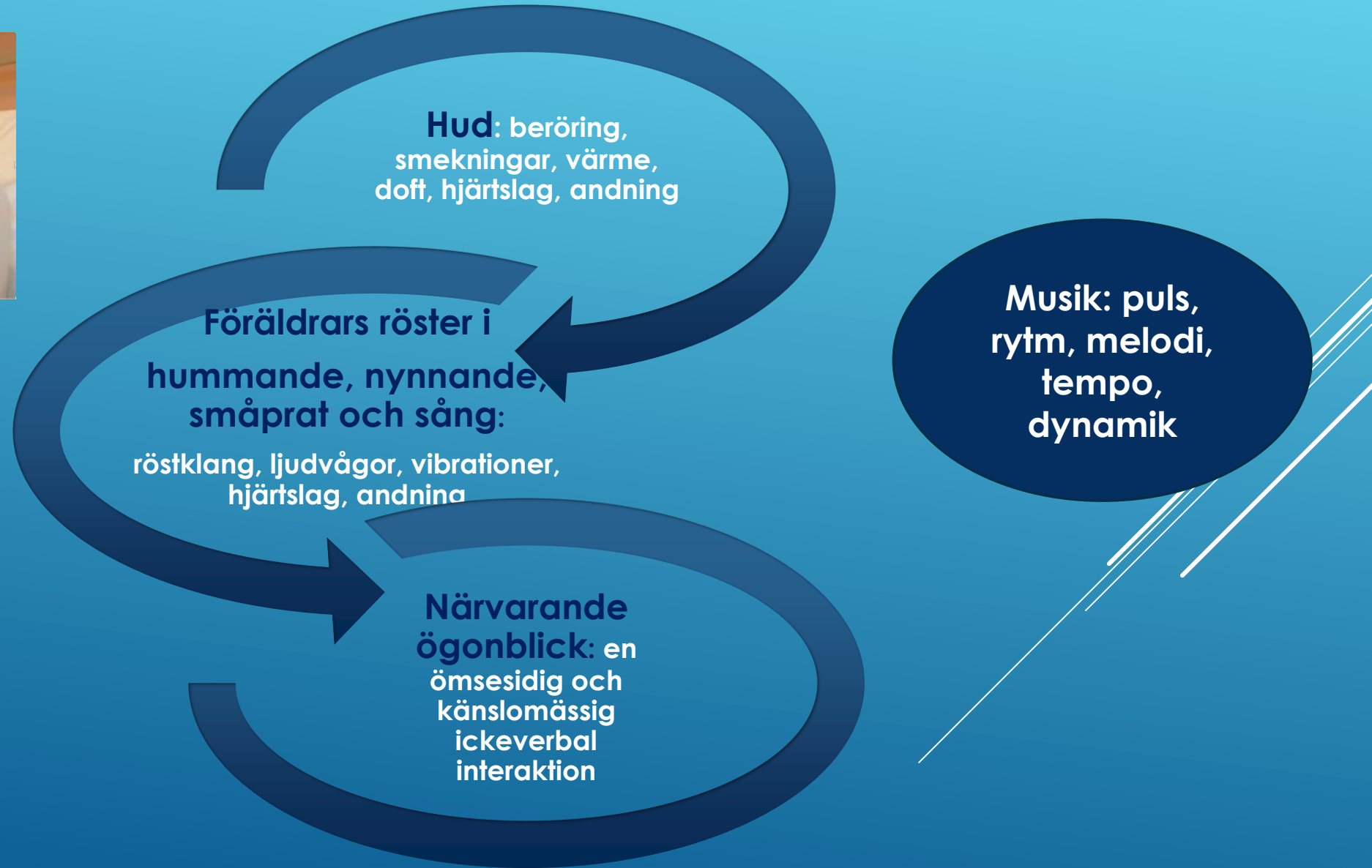
- ▶ Både musiker och terapeut
- ▶ Kunskap om musik – om hur musik påverkar, hur musikalisk interaktion fungerar och hur vi kan anpassa musiken och den musikaliska samvaron för den specifika personen/gruppen, för det specifika terapeutiska målet
- ▶ Kunskap om livsutmaningar som: depression, trauma, autism, ADHD, demens, stroke, missbruk, familjeproblem





DEN FÖRSTA MUSIKEN

EN ÖMSESIDIG MULTIMODAL FORM AV SAMPEL SOM STÖTTAR UPPLEVELSER AV
NÄRHET, NÄRVARO OCH DELADE KÄNSLOSTÄMNINGAR MELLAN BARN OCH FÖRÄLDRAR

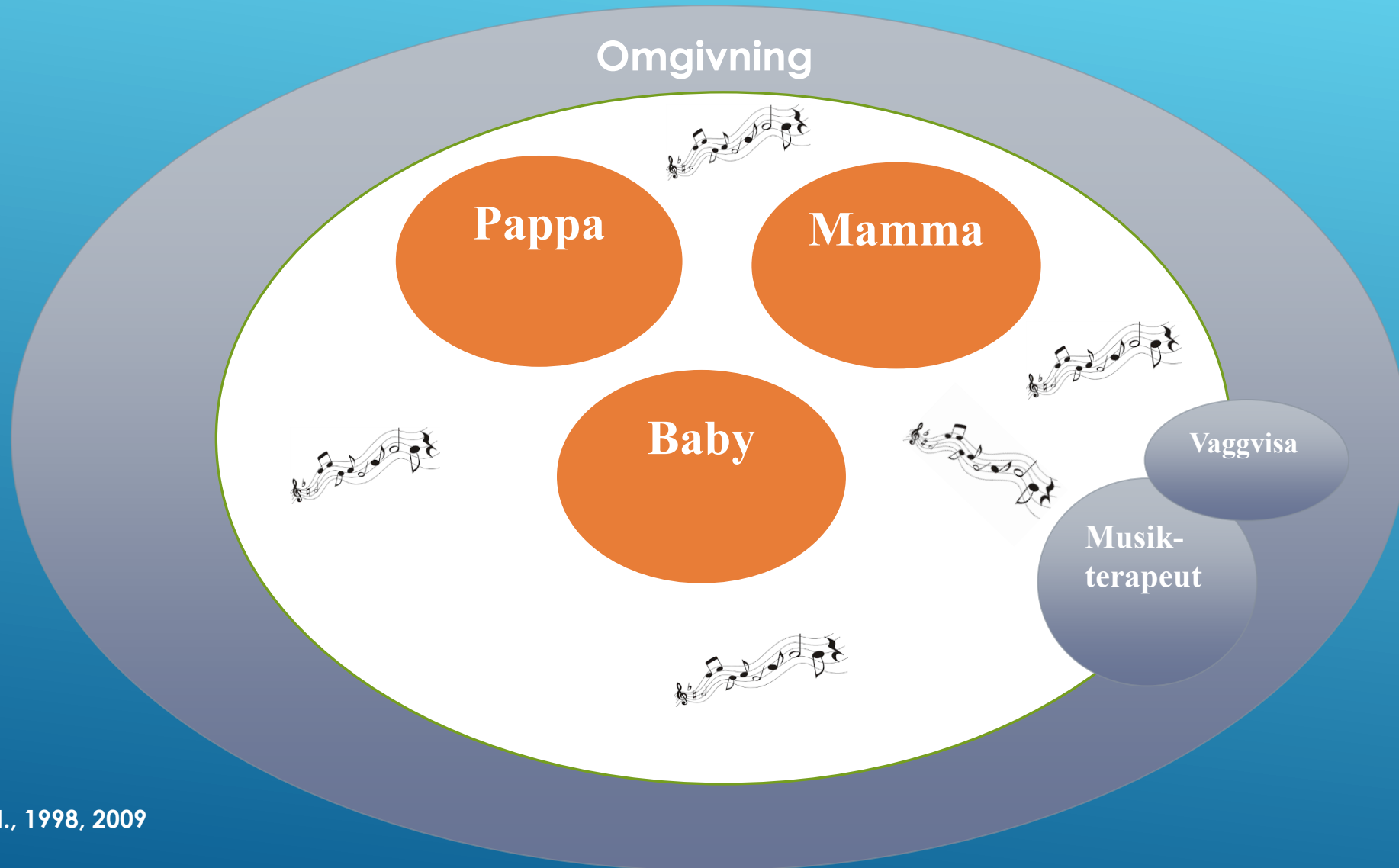


I musikterapi kan utvecklingen av anknytning/bindning och det tidiga samspelet mellan små barn och deras föräldrar varsamt och lustfyllt stöttas



Broberg et al., 2006, 2016
Edwards, 2011, 2014
Hugoson, 2022
Haslbeck and Hugoson, 2017
Hugoson et al., 2024 (under peer review)

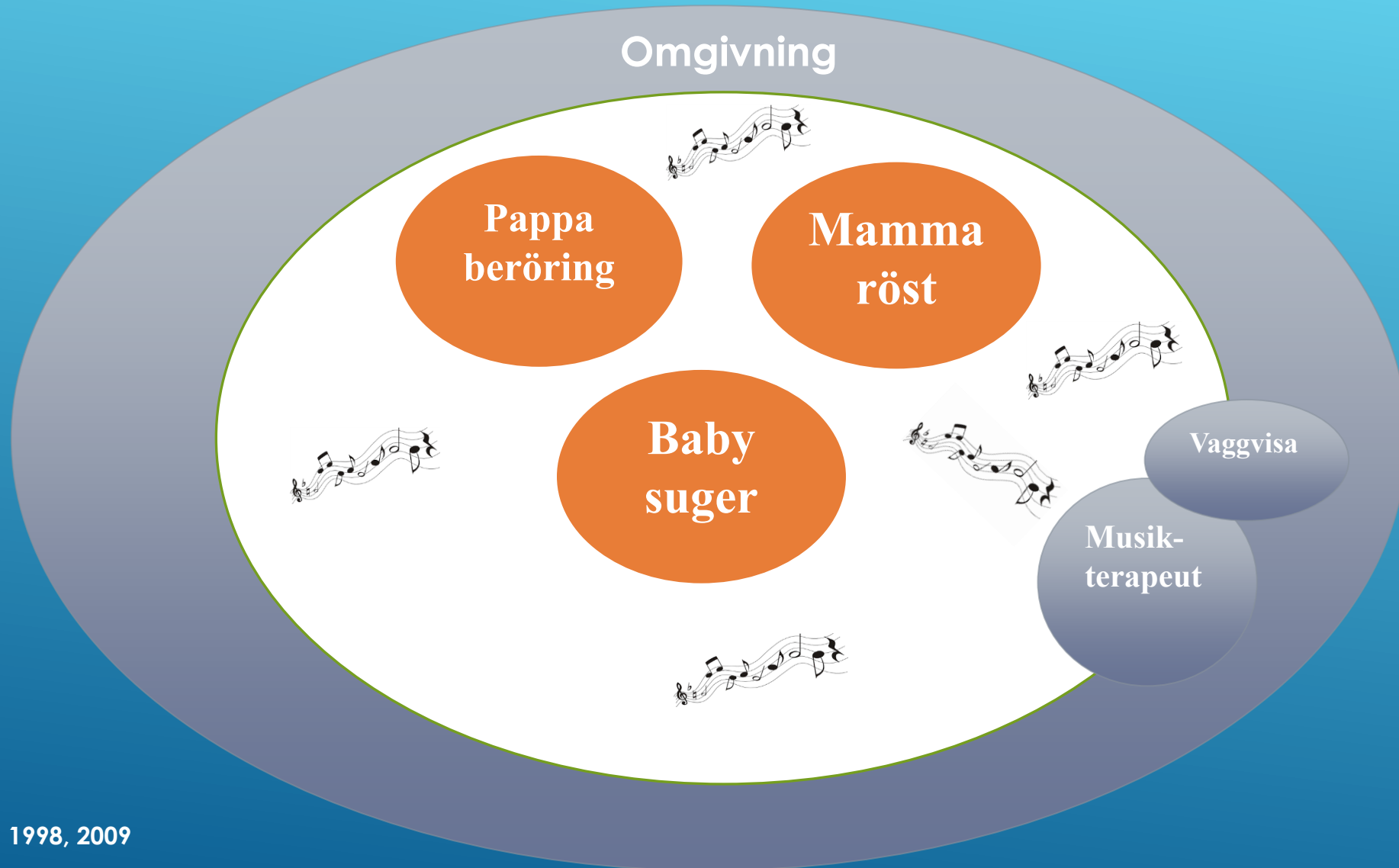
Barn och familjecentrerat musikterapeutiskt möte på neonatalvårdsavdelning



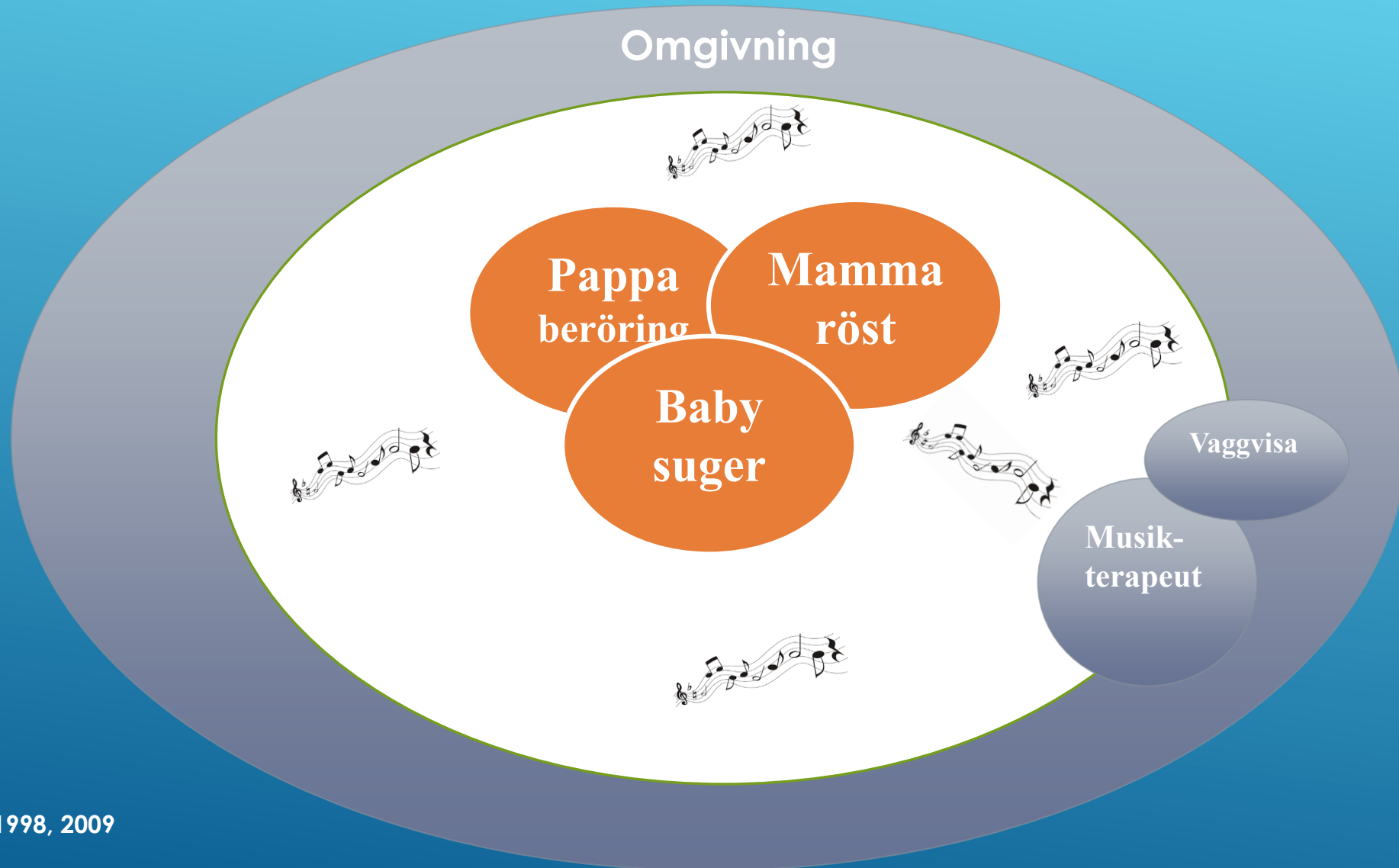
Stern, D. N., 2005

Bruschweiler-Stern N., 1998, 2009

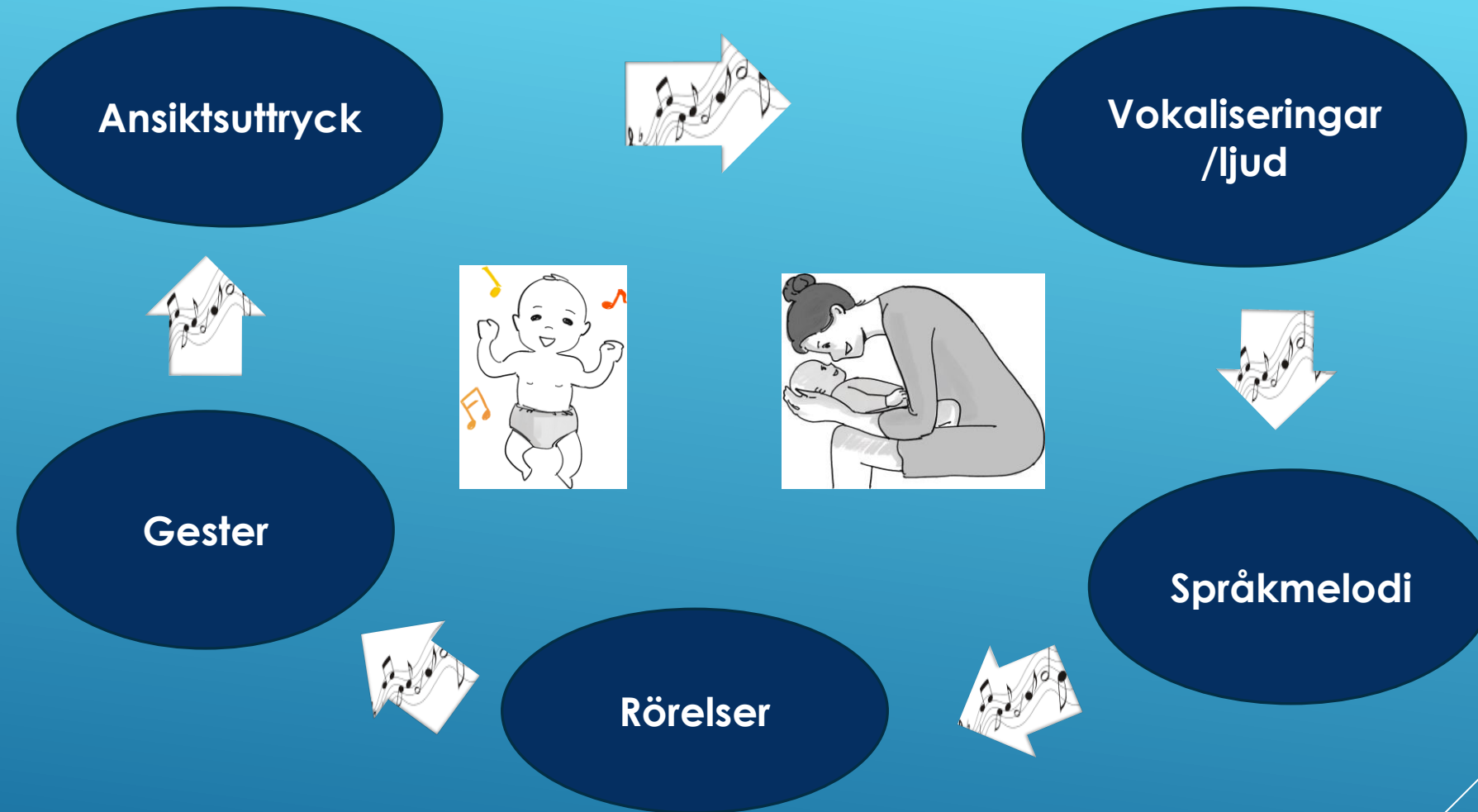
Närvarande ögonblick/nu-ögonblick



Mötesögonblick



COMMUNICATIVE MUSICALITY- A DANCE OF WELLBEING



Barn och föräldrar kommunicerar intuitivt med hela kroppen när de samspråkar. Det är ett elegant, följsamt och kreativt samspel som flödar mellan dem. Pauser, nya påhitt och reparationer uppkommer naturligt och de turas om att leda. Närvaro och närhet manifesteras och i denna trygga samvaro befästs deras relation där fröet till anknytning och bonding kan gro och växa.

Malloch and Trevarthen, 2009
Trevarthen and Malloch, 2000

THE POLYVAGAL THEORY

VAGUSNERVEN PÅVERKAR

Parasympatiska
nervsystemet

Sociala engagemangssystemet

Sympatiska
nervsystemet

Stänger ner
"Freeze"
"Spelar död"

Lugn och ro
Avslappnad

Trygghet
Gemenskap
Interaktion och kommunikation
Lugn och glädje

Uppmärksamhet
Fokus
Energi

Varvar upp
"Fight/flight"

Vagusnerven reglerar bl.a.:

- vissa ansiktsmuskler
- vissa delar i mellanörat
- vissa muskler involverade i vokalisering
- muskler i lungorna, hjärtat och magen

Dessa funktioner
är djupt
involverade i all
mänsklig
interaktion!

Ett salutogent perspektiv på barn och familjecentrerad, utvecklingsstödjande musikterapi



Antonovsky, 1979, 1987
Handbook of Salutogenesis, 2017
Flacking et al., 2016
Hugoson et al., 2024 (under peer review)

**Eino Partanen^{1,2,3*}, Gustaf Mårtensson⁴, Pernilla Hugoson^{4,5,6}, Minna Huotilainen^{1,2,7},
Yrjö Fellman^{8,9} and Ulrika Aden¹⁰**

¹Cognitive Brain Research Unit, Department of Psychology and Logopedics, Faculty of Medicine, University of Helsinki, Helsinki, Finland; ²Center of Functional Imaging Neurosciences (CFIN), Department of Clinical Medicine, Århus University, Aarhus, Denmark; ³Centre of Excellence in Music, Mind, Body and Brain (MAMBB), Department of Psychology and Logopedics, Faculty of Medicine, University of Helsinki, Helsinki, Finland; ⁴Department of Women and Children's Health, Karolinska Institute, Stockholm, Sweden; ⁵Department of Music, Art, and Culture Studies, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Jyväskylä, Jyväskylä, Finland; ⁶Department of Nursing Science, Sophiahemmet University, Stockholm, Sweden; ⁷CIERO Learning Network, Faculty of Educational Sciences, University of Helsinki, Helsinki, Finland; ⁸Department of Pediatrics and Clinical Sciences, Lund University, Lund, Sweden; ⁹Children's Hospital, University of Helsinki, Finland

As the human auditory system is highly malleable in infancy, perinatal risk factors such as prematurity, may affect auditory development. In comparison to healthy full-term infants, preterm infants show abnormal auditory brain responses at term age which may have long-term detrimental outcomes. To achieve an optimal neonatal care environment for preterm-born infants, many early interventions have been developed. Sensory interventions developed for neonatal intensive care units (NICUs) have shown beneficial effects on vital functions and weight gain of preterm infants and might also influence basic auditory processing and thereby enhance outcomes. In the present study, we tested the effect of parental singing during kangaroo care on auditory processing of standardized audio stimuli. Preterm infants (born between 24 and 32 weeks of gestation) were randomized to singing intervention ($n = 13$) or control ($n = 8$) groups. The auditory processing was tested using two audio paradigms assessed with magnetoencephalography (MEG) at term corresponding age. To verify that the paradigms elicit responses in MEG, we studied 12 healthy full-term infants. In the singing intervention group, parents were instructed by a music therapist twice a week for 4 weeks to sing or hum during kangaroo care in an infant-directed way. The control group received standard kangaroo care. The results show that the infants in the singing intervention group show larger neural responses than those in the control group when controlling for the total amount of singing during kangaroo care. Our findings suggest that incorporating singing into kangaroo care may be beneficial for preterm infants but the effect may not be due to exposure to singing but instead positive parenting improved parental self-esteem and improved caregiver sensitivity.

Keywords: auditory event related potential, auditory processing, infant-directed singing, mismatch response, preterm birth, source discrimination

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37626777/

Save Email Send to Display options

> [Acta Paediatr](#): 2023 Apr 6; doi: 10.1111/apa.16788. Online ahead of print.

No impact of parental singing during the neonatal period on cognition in preterm-born children at 2-3 years

Kaisaari Kostiainen¹, Penilla Hugoson², Anu Haavisto³, Eino Partanen^{1,4}, Kaja Mikkola⁵, Minna Huotinen^{1,4}, Susu Partanen¹, Catarina Fumariak⁶, Ulla-Liisa⁴, Virena Fallman⁴

Affiliations + expand
PMID: 37026777 DOI: 10.1111/apa.16788

Abstract

Aim: Studies examining the long-term effects of neonatal music interventions on the cognition of children born preterm are scarce. We investigated whether a parental singing intervention before term care improves cognitive and language skills in preterm-born children.

Methods: In this longitudinal two-country Singing Kangaroo randomised controlled trial, 74 preterm infants were allocated to a singing intervention or control group. A certified music therapist supported parents of 48 infants in the intervention group to sing to him during daily skin-to-skin care (Kangaroo care) from neonatal care until term care. Parents of 26 infants in the control group conducted standard Kangaroo care. At 2-3 years of corrected age, the cognitive and language skills were assessed with the

FULL TEXT LINKS
WILEY
Full Text Article

ACTIONS
Cite
Collections

SHARE
Twitter Facebook LinkedIn

PAGE NAVIGATION
Title & authors
Abstract
Similar articles

Effective stress 1.pdf

Stress and health.pdf

Puthussary et al., 2016.pdf

12887_2018_Art1..pdf

View all



The Oxford Handbook of Early Childhood Learning and Development in Music
Margaret S. Barrett (ed.), Graham F. Welch (ed.)
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190927523.001.0001>
Published: 2023 Online ISBN: 9780190927554 Print ISBN: 9780190927523

CHAPTER 4

4.4 Familiar Music, Comfort, and Pain in the NICU

Penmilla Hugboson, Louise Erlau

<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190927523.013.044> Pages 886–704

Published: 20 November 2023

Abstract

The underlying assumption in music therapy for preterm-born infants and their parents is that music can be provided to address treatment goals relating to psychological care, pain management, developmental skill enrichment, and family issues. In the NICU (Neonatal Intensive Care Unit), music therapists use singing, vocal improvisation, and instruments to support families to socialize and to strengthen the bonding within the family. The music therapist addresses immediate experiences of music to prevent loss of equality where that might be expected, address immediate psychological needs for the parents and/or caregivers, and remEDIATE acute needs such as pain, stress, or distress in both baby and parents. Within an ecological framework that places the infant at the center of the family and then in the wider setting, this chapter incorporates theory and evidence to illustrate the specialized integration of music therapy methodologies to support the needs of the infant with pain.

Keywords: bonding, care, family, infant, music therapy, NICU, pain management, psychological needs

Subject: Music Education and Pedagogy, Music

Collection: Oxford Handbooks

Series: Oxford Handbooks Online

Downloaded from <https://academic.oup.com/oxfordhb/advance-article-abstract/doi/10.1093/oxfordhb/9780190927523.013.044/advance-article-abstract/doi/10.1093/oxfordhb/9780190927523.013.044> by Oxford University user on 02 November 2023

Kids: FAIRIS Självständigt arbete 15 hp	Wahlström, M. (2017) <i>Wahlström, M. (2017) Page 121 86</i>	Ståhl, C. (2017) <i>Live Lullaby Singing During Neonatal Pain</i>
2013	<i>Full Length Article</i>	
Phylotypic magisterexamen i smittskyddslära med inriktning	Efficacy of Live Lullaby Singing During Procedural Pain in Preterm and Term Neonates.	
institutionsdelen för smittskydd, pediatrik och sjuksköterska	Alexandra Ullrich ¹ , Perleth Hargreaves ¹ , Mats Forberg ¹ , Lisa Ferrelstad ¹ , Maria Klovén ¹ , Emma Olsson ¹ , Ulf Valgeus ¹ , Benny Wasth ¹ , ² , Ulrika Lohr ¹ , Lena Berggren ¹ , Maria Eriksson ¹	
	¹ Department of Maternity, School of Health, Medicine and Arts, Örebro University, Sweden.	
	² Department of Clinical Research, Västerås Children's Hospital, Karlstad, Sweden.	
	³ Department of Health, University of Pittsburgh, United States.	
	⁴ Department of Women's and Children's Health, Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden.	
	⁵ County Council of Dalarna, Åre Hospital, Sweden.	
	⁶ County Council of Västermanland, Sörhöfd Hospital, Sweden.	
	⁷ County of Clinical Research, Västerås Children's Hospital, Sweden.	
	⁸ Department of Pediatrics, Faculty of Medicine and Health, Örebro University, Sweden.	
	⁹ Department of Maternity, School of Health, Medicine and Arts, Örebro University, Sweden.	
	¹⁰ Department of Women's and Children's Health, Karolinska Institutet, Karolinska University Hospital, Stockholm, Sweden.	
	¹¹ National Research Unit, Department of Women's and Children's Health, Karolinska Institutet, Karolinska University Hospital, Årstadängens Children's Hospital, Stockholm, Sweden.	
	¹² Department of Clinical Sciences, Interventions and Technologies, Unit of Pediatrics, Karolinska Institutet, Karolinska University Hospital, Stockholm, Sweden.	
	¹³ School of Medicine and Health, School of Health Sciences, Örebro University, Örebro, Sweden.	

Pernilla Hugoson

Infant Directed Singing

En pilotstudie om vaggning vid rutinsmässiga blodprovstagning kan minska smärtreaktions hos för tidigt födda barn.

Abstract

This clinical trial tested the pain relieving effect of live lullaby singing on behavioral and physiological pain responses during venipuncture in 38 preterm and full term neonates. Acute and repeated pain, as well as the use of analgesic drugs, may have long term negative effects on infants' development of stress responses. This study was designed to complementarily appraise how to pain management such as music therapy.

Infants underwent lullaby singing and live lullaby and music interventions were provided for all neonates. Behavioral responses with regard to pain were assessed with Premature Infant Pain Profile-Revised (PIPP-R) and the Neonatal Infant Pain Scale (NIPS). Heart rate, respiratory rate and oxygen saturation were also monitored. This study was a non-randomized controlled trial.

Although the live lullaby singing did not show a statistically significant effect on the infants' pain scores, there was a significant acute behavior benefiting from lullaby singing and oxygen saturation was significantly higher in the lullaby intervention group than in the live lullaby control group. The lullaby intervention group also showed a non-significant trend towards higher oxygen saturation levels and calmer heart rate in the lullaby intervention group than the control condition in the pre-needle stage. There were no significant indications of lower and shorter skin puncture with lullaby singing. More research is needed to explore such positive trends in the data.

Keywords: newborn infant, preterm infant, pain, music therapy, lullaby

multipeppars.se | pmid | nndiscovery.com

UPPSALA
UNIVERSITET

Institutionen för kvinnors och barns hälsa
Specialistsjuksköterskeprogrammet



**Karolinska
Institutet**

Institutionen för kvinnors och barns hälsa
Utbildningsenheten för barns och ungdomars hälsa

"Som ett andrum"

En kvalitativ studie om föräldrars upplevelser av musikerapi på en neonatalvårdsavdelning

"As a breathing space"

A qualitative study about parents' experiences of music therapy in a neonatal care unit

FÖRFATTARE	Emelie Henriksson
PROGRAM/KURS	Specialistjukkötterskeppet - barn och ungdom med inriktning mot neonatal omvårdnad
	Magisterexamen VT 2021
OMFATTNING	15 högskolepoäng
HANDLERARE	Penilla Hugoson, institutionen för kvinnor och barns hälsa Lena Jäggla, CLINTEC, enheten för pediatrik
EXAMINATOR	Nina Andersson, Institutionen för kvinnors och barns hälsa

 **Karolinska
Institutet**

**Institutionen för Neurobiologi,
Vårdvetenskap och Samhälle**
Sektionen för Omvårdnad
Specialistutbildning för sjuksköterskor inriktning Barn och Ungdom
Hösterminen 2018
Examinarbete 15 hp

Melodier för de minsta

Musikterapi för det prematurfödda barnet

Melodies for the tiniest

Music therapy for the premature born child

Författare: Anna-Lisa Lundqvist
Stephanie Gaete

Handledare: Lise-Lott Rydström, Institutionen för neurobiologi,
vårdvetenskap och samhälle

Examinator: Anita Berlin, Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap

Völ 99 Nr 5 och 6 (2022)

Klingande närvaro i stilla ro. Barn och familjecentrerad utvecklingsstödande musikerapi på en svensk neonatalvårdsavdelning

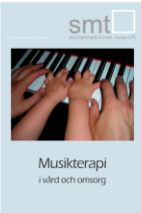
TEMA: MUSIKTERAPI I VÅRD OCH OMSORG

Publicerad 2022-11-01

Pernilla Hugoson *

Abstract

Denna artikel beskriver hur barn och familjecentrerad utvecklingsstödande musikerapi kan gestalta sig på en svensk neonatalvårdsavdelning/neonatalmottagning för familjer med för tidigt födda barn. Artikeln fokuserar på att beskriva det kliniska arbetet genom några vinjetter och visa på de bärande komponenter som musikerapi består av. Dessa är: stunder av lugn och ro, krävtöst förhållningssätt, närvaro, lustfylld samvaro, utrymme för att dela tanke och känsla, att lyfta fram, belysa och dela det som sker här och nu.



Effective stress l...pdf

Stress and Health...pdf

Puthusser et al...pdf

12887_2018_Arti...pdf

Visa alla

VO/Administrativ avdelning

Sektion / enhet

	Sachsska barn- och ungdomssjukhuset	Neonatalvårdssektionen, neonatalvårdsavdelningen, neonatalmottagningen
--	-------------------------------------	--

Titel

Barn och familjecentrerad utvecklingsstödjande musikterapi

Sammanfattning av riktlinjen

Barn och familjecentrerad utvecklingsstödjande musikterapi innebär fokus på både barnets och föräldrarnas behov av att vara fysiskt och känslomässigt nära varandra. Den utgår från både barnets och föräldrarnas aktuella mående och bör följa den nyblivna familjens rytm och behov av integritet för att på bästa sätt kunna stödja barnets utveckling, föräldrarnas föräldrablivande samt relationen dem emellan. Barn och familjecentrerad utvecklingsstödjande musikterapi kan erbjudas tidigt i vårdförloppet som ett stöd för familjen i syfte att erbjuda både barn och föräldrar ett utrymme för närhet, vila, stabilisering och anpassad stimulans utifrån varje enskild familjs unika behov. Barn och familjecentrerad utvecklingsstödjande musikterapi kan även erbjudas familjer på neonatalmottagningen och i neonatala hemsjukvården, enskilt eller i grupp, där behov finns av ett utökat stöd kring samspel mellan barn och föräldrar, barnets utveckling samt föräldrablivande.

Sökord

Barn och familjecentrerad utvecklingsstödjande musikterapi, musikterapi, psykoterapi, psykosocial omvårdnad, barn och familjecentrerad utvecklingsstödjande vård, hudnära vård, för tidigt födda barn, sjuka nyfödda barn, nyfödda barns utveckling, föräldraskap, föräldrablivande, barn och familj, välmående.

Giltig fr o m

Författad av

2022 05 23

Pernilla Hugosson, musikterapeut RMT-SAM, psykoterapi steg 1

Fastställd av

Fredrik Stenius, verksamhetsområdeschef

Video Article

Clinical Practice Protocol of Creative Music Therapy for Preterm Infants and Their Parents in the Neonatal Intensive Care Unit

Friederike B. Haslbeck¹, Dirk Bassler¹

¹Department of Neonatology, University Hospital Zurich, University of Zurich

Correspondence to: Friederike B. Haslbeck at friederike.haslbeck@usz.ch

URL: <https://www.jove.com/video/60412>

DOI: [doi:10.3791/60412](https://doi.org/10.3791/60412)

Keywords: Medicine, Issue 155, preterm infants, parents, creative music therapy, responsiveness, communicative musicality, entrainment, empowerment, infant-directed singing, lullaby

Date Published: 1/7/2020

Citation: Haslbeck, F.B., Bassler, D. Clinical Practice Protocol of Creative Music Therapy for Preterm Infants and Their Parents in the Neonatal Intensive Care Unit. *J. Vis. Exp.* (155), e60412, doi:10.3791/60412 (2020).

Abstract

Creative music therapy for preterm infants and their parents (CMT) has emerged as a promising family-integrated early intervention involving communicative musicality to improve infant development, parental well-being, and bonding. It aims at relaxing and nurturing the infant as well as promoting safety and social interaction for the parent-infant dyad. A music therapist specially trained in CMT hums or sings in an infant-directed, improvised, lullaby style continually adjusting to the individual needs, expressions, and breathing pattern of the preterm infant. Based on the principles of family-integrated care, the family is incorporated individually in the therapeutic process, namely by delivering CMT during kangaroo care (KC) and by motivating and facilitating parental vocal interaction with their infant to strengthen the parent-infant bonding. CMT aims at relaxing, stimulating, and coregulating premature infants at a time when many other interventions are still risky and can overwhelm the vulnerable patient group. CMT may be advantageous not by educating and teaching parents, but rather by uncovering the intuitive capacities of parenting that are often overshadowed by the traumatic experience of preterm birth. However, CMT can only be provided when the infants are clinically stable. CMT with parental integration is feasible when parents are available and receptive to participate. This paper presents a detailed protocol on how to use CMT to empower preterm infants and their families.

REFERENSER

- ▶ Bradt, J. (2013). *Guidelines for music therapy practice in pediatric care*: Barcelona Publishers.
- ▶ Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T., Risholm Mothander, P. (2010). *Anknytningsteori. Betydelsen av nära känslomässiga relationer: Natur och Kultur*.
- ▶ Edwards, J. (2011a). *Music therapy and parent-infant bonding [Elektronisk resurs]*. Oxford: Oxford University Press
- ▶ Edwards, J. (2011b). The use of music therapy to promote attachment between parents and infants. *The Arts in Psychotherapy*, 38(3), 190-195. doi:<https://doi.org/10.1016/j.aip.2011.05.002>
- ▶ Edwards, J. (2014). The role of the music therapist in promoting parent infant attachment. *Canadian Journal of Music Therapy*, 20(1), 38-48.
- ▶ Edwards, J. (2016). *The Oxford handbook of music therapy*: Oxford University Press.
- ▶ Edwards, J. m. t. (2011). *Music therapy and parent-infant bonding*: Oxford : Oxford University Press, 2011.
- ▶ Filippa, M., Kuhn, P., & Westrup, B. (2017). *Early Vocal Contact and Preterm Infant Brain Development: Bridging the Gaps Between Research and Practice*: Springer.
- ▶ Gerhardt, S. (2004). *Kärlekens roll. Hur känslomässig närhet formar barnets hjärna.:* Karneval Förlag.
- ▶ Hart, S. (2008). *Neuroaffektiv utvecklingspsykologi. Hjärna, samhörighet, personlighet*: Gleerups.
- ▶ Hart, S. (2011). *The impact of attachment*: Norton

REFERENSER

- ▶ Haslbeck, F. B. & Bassler, D. 2020. Clinical practice protocol of creative music therapy for preterm infants and their parents in the neonatal intensive care unit. *JoVE (Journal of Visualized Experiments)*, e60412.
- ▶ Haslbeck, F. 2014a. Responsiveness-die zentrale musiktherapeutische Kompetenz in der Neonatologie/Responsiveness, the central music therapy competence in neonatology. *Musiktherapeutische Umschau*, 35, 170-177.
- ▶ Haslbeck, F., & Hugoson, P. (2017). Sounding Together: Family-Centered Music Therapy as Facilitator for Parental Singing During Skin-to-Skin Contact. In M. Filippa, P. Kuhn, & B. Westrup (Eds.), *Early Vocal Contact and Preterm Infant Brain Development : Bridging the Gaps Between Research and Practice* (pp. 217-238). Cham: Springer International Publishing.
- ▶ Hugoson, P. (2022). Klingande närvaro i stilla ro - Barn och familjecentrerad utvecklingsstödande musikterapi på en svensk neonatalvårdsavdelning. *Socialmedicinsk Tidskrift*. 99(5 och 6), 719–727.
- ▶ Hugoson, P. & Eulau, L. 2023a. Familiar Music, Comfort, and Pain in the NICU. In: BARRETT, M. S. & WELCH, G. F. (eds.) *The Oxford Handbook of Early Childhood Learning and Development in Music*. Oxford University Press.
- ▶ Hugoson, P., Haslbeck, F., Eulau, L. (under peer review) Parental Singing during Kangaroo Care: Parents' Experiences of Singing to their Preterm Infant in the NICU. *Frontiers of Neuroscience*.
- ▶ Malloch, S. E., & Trevarthen, C. E. (2009). *Communicative musicality: Exploring the basis of human companionship*: Oxford University Press.
- ▶ Nöcker-Ribaupierre, M. (2004). *Music therapy for premature and newborn infants*,: Barcelona Publishers.
- ▶ Porges, S. and Furman, S. (2011). The Early Development of the Autonomic Nervous System Provides a Neural Platform for Social Behavior: A Polyvagal Perspective. *Infant Child Dev* . 2011 February ; 20(1): 106–118. doi:10.1002/icd.688.
- ▶ Shoemark, H. (2017). Empowering Parents in Singing to Hospitalized Infants: The Role of the Music Therapist. In M. Filippa, P. Kuhn, & B. Westrup (Eds.), *Early Vocal Contact and Preterm Infant Brain Development : Bridging the Gaps Between Research and Practice* (pp. 205-215). Cham: Springer International Publishing.
- ▶ Stern, D. N. (1985). *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*: Karnac Books.
- ▶ Stern, D. N. (2005.) *Ögonblickets psykologi. Om tid och förändring i psykoterapi och vardagsliv: Natur och Kultur*.
- ▶ Ullsten, A., Gaden, TS. and Mangersnes, J. (2020) Nordic Countries; Family-Centered Cultural Sensitivity- A Cornerstone in Neonatal Music Therapy Implementation In *Music Therapy in Neonatal Intensive Care: Influences of Culture* / [ed] Helen Shoemark & Mark Ettenberger, Dallas, TX: Barcelona Publishers, 2020
- ▶ Ullsten, A. (2019). Singing, sharing, soothing. Family-centred music therapy during painful procedures in neonatal care. Avhandling Örebro Universitet.

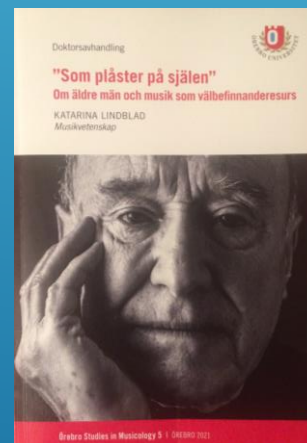


Tack för att ni har lyssnat!

Demens

Palliativ
vård

Äldre män i
riskzonen för
suicid



I LIVETS SLUT

MUSIK I DEMENSVÅRDEN

Modell för hur vårdpersonal och anhöriga kan använda musik i omvårdnaden av personer med demens

Finns i Norge, Danmark, England, Nederländerna m fl

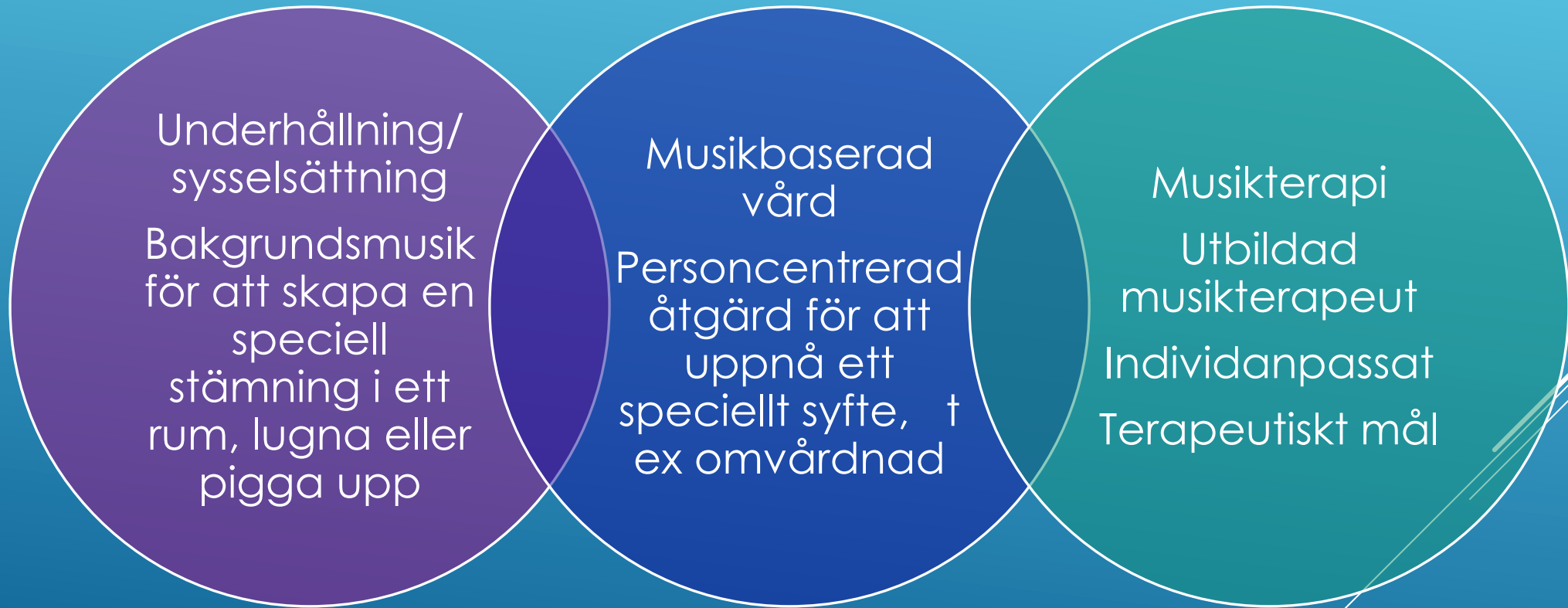
Vårdtagarna kan bli både lugnare och mer uppiggade, och kontakt och kommunikation underlättas

Personalen behöver utbildning och kontinuerligt stöd om det ska bli hållbart" på sikt

FoU-projekt 2012-2014 - kostnadsfri webbutbildning på Svenskt Demenscentrum, "Mötas i musik"



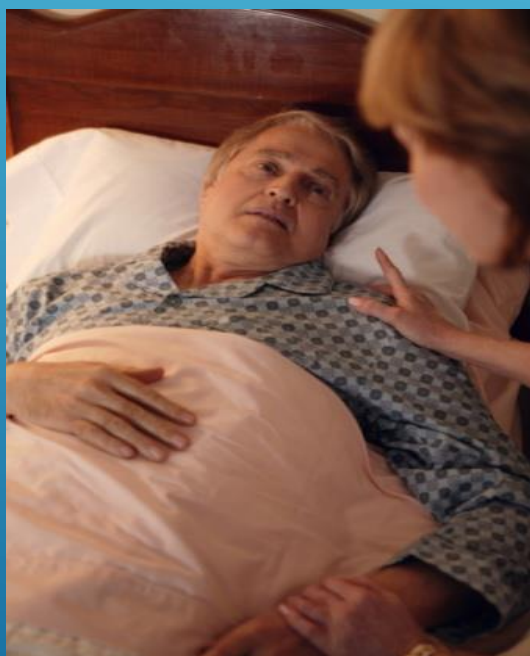
MUSIK I ÄLDREOMSORGEN



<https://www.youtube.com/watch?v=QG7X-cy9iqA>

<https://vjdementia.com/video/cvb0ehgg8yw-each-to-their-own-personalizing-music-therapy/>

MUSIKBASERAD VÅRD



Vårdarsång och inspelad musik:

Personal sjunger med och för vårdtagaren under omvårdnad

Evidensbaserat sedan 20 + år, i många upprepade studier

Vårdtagaren blir lugnare, samarbetet går smidigare, de verkar förstå bättre vad som ska göras – och ofta går det fortare

Rekommendation i Socialstyrelsens riktlinjer: "Vårdarsång och strukturerade insatser med musik, sång och dans"

MUSIK SOM AKTIVITET FÖR ÖKAD TRIVSEL

Syfte:

- ▶ Gemenskap
- ▶ Motverka ensamhet
- ▶ Skapa trygghet och trivsel
- ▶ Uttrycka sig
- ▶ Stärka självkänslan
- ▶ Känna sig levande
- ▶ Identitet



Aktiviteter:

Spontan - strukturerat
Sångstund
Dans/rörelse till musik
Aktiv musiklyssning
Samtal om musik
Skapa stämning

Hinder:

- ▶ En inställning att kultur är "svårt", "fint", till för dem som är intresserade.
- ▶ Attityder kring vad som är viktiga/riktiga arbetsuppgifter
- ▶ Pinsamt och obekvämt att sjunga, dansa, måla
- ▶ Inte fått någon utbildning
- ▶ Ny personal blir inte insatt

Framgångsfaktorer:

- ▶ Praktisk utbildning
- ▶ Kontinuerligt stöd
- ▶ Att det finns en person som ansvarar för att kunskapen hålls vid liv
- ▶ Att det finns gott stöd och förståelse från chefer och annan arbetsledning

INTE NÅGON SJÄLVKLARHET



MUSIKTERAPI I PALLIATIV VÅRD

Projekt på Capho Sollentuna sjukhus



ATT FÅ VARA EN HEL MÄNNISKA

Effekter av musikterapi:

- ▶ Det friska i patienten bejakas
- ▶ Fokus på hela människan och inte bara sjukdomen eller livssituationen
- ▶ Resurser och kompetenser kommer fram
- ▶ Sinnet kan förflyttas i tid och rum
- ▶ Nyckel till livsberättelsen
- ▶ Nyckel till kontakt med närstående

- ▶ En låt kan säga det som är svårt att formulera i ord
- ▶ Musik är normaliserande
- ▶ Musik kan väcka minnen – gemensamma minnen
- ▶ Patienten får något att berätta för de närstående
- ▶ De närstående får något konkret att ge
- ▶ Stöd också för de närstående själva
- ▶ Viktigt för familjemedlemmar att se sin anhörige "som förr"

MUSIK I RELATIONEN MED DE NÄRSTÅENDE

GLÄDJE TILL ALLA PÅ AVDELNINGEN

- ▶ *“Glädje som sprids. Musik på avdelningen bidrar till en trevlig avslappnad miljö.”*
- ▶ *“Trevligt inslag på avdelningen som kan få dystra tankar att få lite andrum.”*
- ▶ *“Ett trevligt inslag och förhöjer livskvalitén för en patient. Även ett trevligt inslag på hela avdelningen.”*
- ▶ *“Glädje som sprids hos pt när du spelar samt på avd uppskattas av både personal, anhörig och pt. Det ger avslappnad känsla och miljö.”*



- ▶ *”Jag tror patienter känner också att hon kommer in med musiken och har TID. De känner att hon har tid för mig, och vi andra, vi kanske springer in och ut och ja, kanske bara har lite tid på sig.”*
- ▶ *”Just med musiken att ibland är det ju liksom ute i dagrummet på avdelningen och så hör man musik i hela korridoren och det blir ju liksom en glädje som sprids till alla vi som arbetar, och anhöriga som går förbi...det är ju på ett annat sätt än om man har en diakon eller en vårdhund. Det ger inte gemenskap på samma sätt.”*

CITAT FRÅN FOKUSGRUPP MED PERSONALEN

MUSIK SOM KOMMUNIKATIONSVERKTYG

Modell för hur vårdpersonal kan arbeta
med musik i palliativ vård

1. Samtala om och lyssna på musik
2. Skapa stämning genom medvetet vald musik.
3. Sjung själv med och för, nynna, sjung med i inspelad musik.



- ▶ Från «trevlig underhållning» till vårdresurs
- ▶ Ingick i vårdteamet, journalförde och deltog på ronder och team-möten
- ▶ Tvärprofessionellt samarbete
- ▶ Fick delvis andra berättelser från patienterna
- ▶ Såg andra kompetenser
- ▶ Frigjorde tid och avlastade övrig personal
- ▶ Minskade etisk stress hos övrig personal

MUSIKTERAPI SOM EN RESURS I DET TVÄRPROFESSIONELLA TEAMET



ÄLDRE MÄN,
MUSIK OCH
VÄLBEFINNANDE



VARFÖR ÄLDRE MÄN?



Ensamhet och isolering
Oppptäckt depression
Ökad risk för självmord

DEPRESSION HOS MÄN



- ▶ Aggressivitet
- ▶ Självmedicinering med alkohol
- ▶ Självvald isolering
- ▶ Skam
- ▶ Förlust av kontroll
- ▶ Avmaskuliniserande
- ▶ Sätter det i kroppen
- ▶ Avstängdhet
- ▶ Tomhet

LÄNKAR TILL FILMER

Musik och sånglek på BVC | Kulturförvaltningen Region Stockholm (mediaflowportal.com)

Musikterapi i palliativ vård | Kulturförvaltningen Region Stockholm (mediaflowportal.com)

Musikbojens dokumentär om musikterapi: <https://youtu.be/hH-4UD1uZio>

Capios utbildningsfilm om musikterapi i palliativ vård: [Video – Betaniastiftelsen](#)

Nordoff Robbins-metoden med Kate som har autism https://www.youtube.com/watch?v=NLuvEwu_dew

Musikterapi i norsk missbruksvård: <https://vimeo.com/680924380>

WHO:s minidokumentär om musikterapi med Arve som har haft ett tungt missbruk:
https://youtu.be/y7UhiJ_VTbk?si=Yf1pnS4_WPvVL1SX

[Alive Inside Clip of Henry - newz.com.au \(youtube.com\)](#)

[Gladys Wilson and Naomi Feil \(youtube.com\)](#)

[Still Face Experiment Dr Edward Tronick \(youtube.com\)](#)

- ▶ Batt-Rawden, K. B., Vegard Berg, G., & Andersson, A.-P. (2023). Music-based environmental therapy and training programme: a qualitative evaluation study, Norway. *Health promotion international*, 38(4).
- ▶ Dowson, B., McDermott, O., & Schneider, J. (2019). What indicators have been used to evaluate the impact of music on the health and wellbeing of people with dementia? A review using meta-narrative methods. *Maturitas*, 127, 26-34.
- ▶ Götell E, Brown S, Ekman S-L. (2002). Caregiver Singing and Background Music in Dementia Care. *Western Journal of Nursing Research*. 24(2):195-216.
- ▶ Marmstål Hammar, L.; Emami, A.; Engström, G. & Götell, E (2011). Communicating through caregiver singing during morning care situations in dementia care, *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 25(1), 160-168.
- ▶ McDermott, O., Orrell, M., & Ridder, H. M. (2014). The importance of music for people with dementia: the perspectives of people with dementia, family carers, staff and music therapists. *Aging & Mental Health*, 18(6), 706-716.
- ▶ Pedersen, S. K. A., Andersen, P. N., Lugo, R. G., Andreassen, M., & Sütterlin, S. (2017). Effects of Music on Agitation in Dementia: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 8, 742.
- ▶ Ridder HM, Stige B, Qvale LG, Gold C. Individual music therapy for agitation in dementia: an exploratory randomized controlled trial. *Aging & Mental Health*. 2013;17(6):667-78.
- ▶ Särkämö, T., Tervaniemi, M., Laitinen, S., Numminen, A., Kurki, M., Johnson, JK., Et al.(2014). Cognitive, emotional, and social benefits of regular musical activities in early dementia: randomized controlled study *Gerontologist*.54(4):634–50.
- ▶ Thompson, Z., Baker, F. A., Tamplin, J., & Clark, I. N. (2021). How Singing can Help People With Dementia and Their Family Care-Partners: A Mixed Studies Systematic Review With Narrative Synthesis, Thematic Synthesis, and Meta-Integration. *Frontiers in Psychology*, 12.
- ▶ van der Steen, JT., Smaling, HJA., van der Wouden, JC., Bruinsma, MS., Scholten, RJPM. & Vink, AC. (2018). Music-based therapeutic interventions for people with dementia. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Issue 7. Art. No.: CD003477.
- ▶ Watt, A; Goodarzi, Z & Ver, A. (2019). Comparative Efficacy of Interventions for Aggressive and Agitated Behaviors in Dementia. A Systematic Review and Network Meta-analysis. *Annals of Internal Medicine*. Nov 5;171(9):633-642.
- ▶ Zhang Y, Cai J, An L, Hui F, Ren T, Ma H, et al (2017). Does music therapy enhance behavioral and cognitive function in elderly dementia patients? A systematic review and meta-analysis *Aging Research Reviews* 351–11.

FORSKNING OM MUSIK OCH DEMENS

FORSKNING OM MUSIKTERAPI I PALLIATIV VÅRD

- ▶ Bonde, L-O. (2012). Forskning i musikterapi: den palliative indsats. *Dansk Musikterapi*, 9(1), 13-20.
- ▶ Clements-Cortés, A. (2016). Development and efficacy of music therapy techniques within palliative care. *Complementary Therapies in Clinical Practice* 23, 125 - 129.
- ▶ Dileo, C., & Dneaster, D. (2005) "Music Therapy at the End of Life: State of the Art" i C. Dileo & J. Loewy (red). *Music Therapy at the End of Life*. Cherry Hill, NJ: Jeffrey Books.
- ▶ Gao Y, Wei Y, Yang W, Jiang L, Li X, Ding J et al. The effectiveness of music therapy for terminally ill patients: a meta-analysis and systematic review. *J Pain Symptom Manage*. 2018;57(2):319–29. doi: 10.1016/j.jpainsymman.2018.10.504.
- ▶ Kirkwood, J., Graham Wisener, L., McConnel, T., Porter, S., Reid, J., Craig, N. & Vorster, A. (2019). The MusiQual treatment manual for music therapy in a palliative care inpatient setting. *British Journal of Music Therapy*, 33(1), 5–15.
- ▶ Lefèvre C, Ledoux M, Filbet M. Art therapy among palliative cancer patients: aesthetic dimensions and impacts on symptoms. *Palliat Support Care*. 2016;14(4):376–80. doi: 10.1017/S1478951515001017.
- ▶ McConnell T, Porter S. Music therapy for palliative care: a realist review. *Palliat Support Care*. 2017;15(4):454–64. doi: 10.1017/S1478951516000663.
- ▶ Munro, S. & Mount, B. (1978), Music Therapy in Palliative Care, *Canadian Medical Association Journal*, 119(9), 1029.
- ▶ Olofsson, A. (1999). "Möten på existentiell klangbotten - musikterapi i cancervård", i E. Grönlund, A. Alm & I. Hammarlund; *Konstnärliga terapier. Bild, dans och musik i den läkande processen*, 346-356, Stockholm: Natur och Kultur.
- ▶ Sandman, L., Molander, U. & Benkel, I. (2017). Developing organisational ethics in palliative care: A three-level approach. *Nursing Ethics*, 24(2), 138-150.
- ▶ Vesel T, Dave S. Music therapy and palliative care: systematic review. *J Pain Symptom Manage*. 2018;56(6):e74. doi: 10.1016/j.jpainsymman.2018.07.016.
- ▶ Warth M, Keßler J, Hillecke TK, Bardenheuer HJ. Music therapy in palliative care. *Dtsch Arztebl Int*. 2015;112(46):788–94. doi: 10.3238/arztebl.2015.0788.

- ▶ Katarina.lindblad@ntnu.no
- ▶ +46 739 265842

TACK FÖR I DAG!



Kultur på recept

**Kulturunderstödd
rehabilitering**

KUR

**Upplevelser Aktiviteter
Eget skapande**

Paula Bergman, doktorand

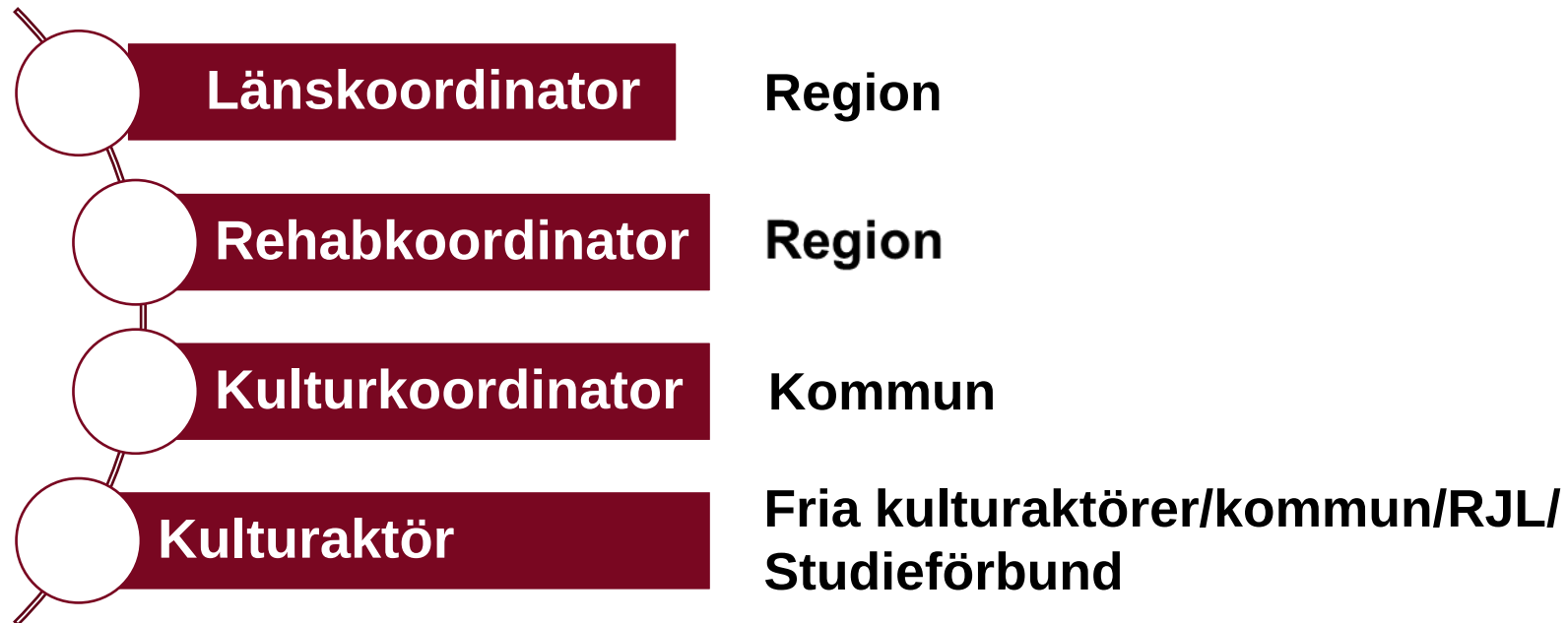
Målgrupp (i studien)

- 18-65 år
- Pågående eller i riskzonen för sjukskrivning för:
 - Psykisk ohälsa
 - Långvarig ospecificerad smärta
- Exklusionskriterier är svår psykisk ohälsa, känt pågående missbruk eller suicidrisk.

Syfte KUR

- Främja psykisk hälsa och välbefinnande
- Minska sjukskrivning
- Arbetsförberedande
- .

Samverkansmodell Jönköpings län



Kulturunderstödd rehabilitering (KUR)

- 2 tillfälle/vecka á 2,5 timmar/10 veckor; 20 tillfällen
+ Info-träff innan och återträff ca 3 veckor efter avslut
 - Aktiviteterna genomförs på olika platser där gruppen träffar olika kulturaktörer. Deltagarna ska kunna resa till kulturaktiviteterna själva
 - Aktiviteterna kombineras med samtal, frågeställningar och diskussioner om det upplevda
 - Genomförs i grupp ca 5 – 9 deltagare.
 - Ingen ledare följer gruppen
 - Att delta i KUR är kostnadsfritt för deltagarna, förutom resor till och från aktiviteterna.
-

Innehåll KUR

- Sång i grupp
- Drama/teater
- Skrivande
- Dans/rörelser
- Eget skapande; måla, dreja, tova, luffarslöjd, pilflätning, trä- och textilslöjd
- Konstutställning, teaterföreställning, konsert, stadsvandring



Musik som medicin 20240417



Forskningsresultat KUR

‘No one forced anybody to do anything – and yet everybody painted’: Experiences of Arts on Referral, a focus group study

Paula Bergman

*Ph.D. student, School of Health and Welfare, Jönköping University and
Public Health and Healthcare, Region Jönköping, Sweden*

paula.bergman@ju.se

Inger Jansson

Ph.D., Department of Rehabilitation, Jönköping University, Sweden

Pia H Bülow

*Professor, Department of Social Work, School of Health and Welfare, Jönköping University, Sweden and Department of
Social Work, University of the Free State, South Africa*

Abstract

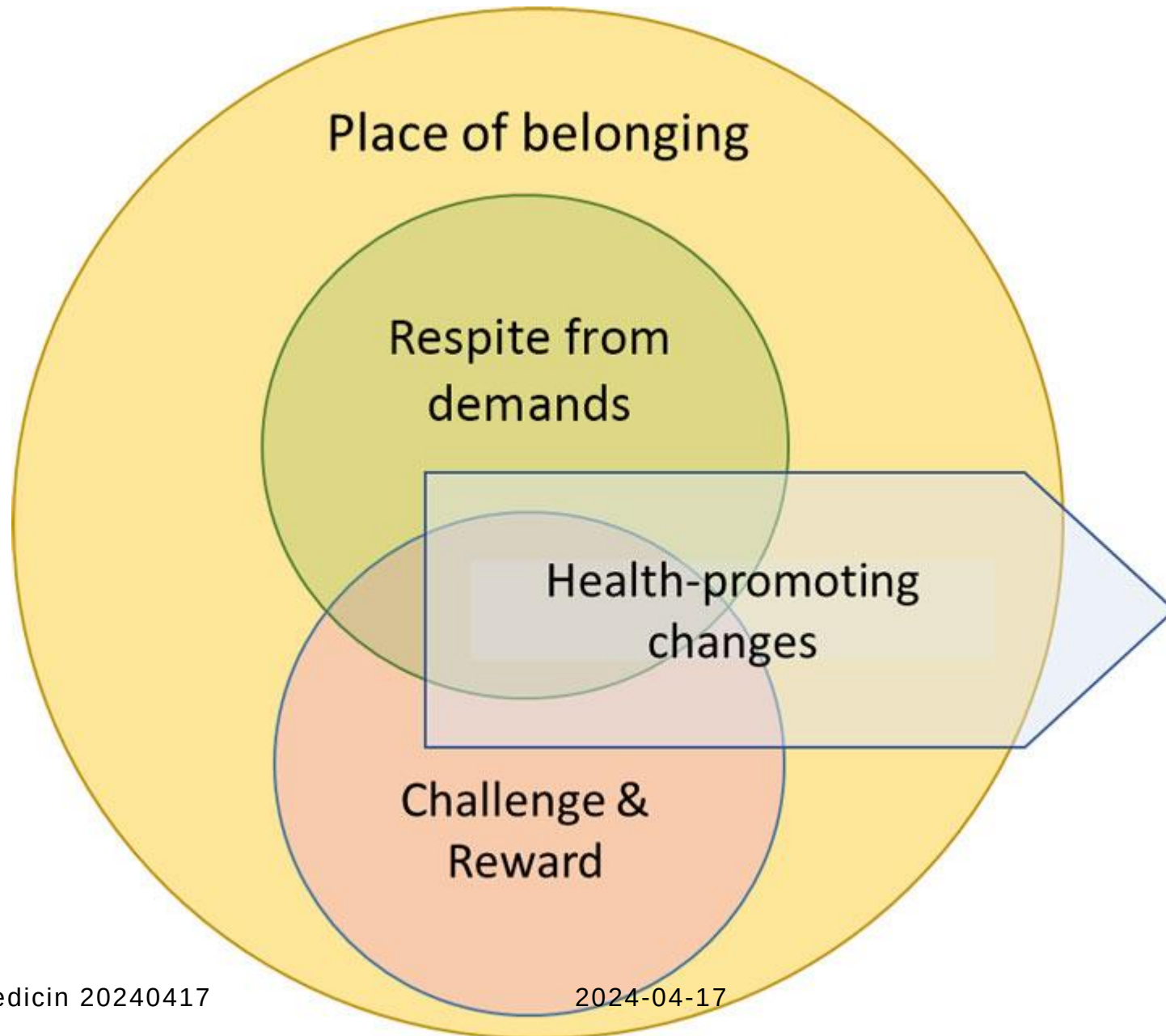
Arts on Referral (AoR) is a complementary intervention used to support people who are on sick leave due to common mental disorders (CMD) and/or musculoskeletal pain, challenging public health.

Aim: To deepen the understanding of how AoR works from a health-promoting perspective and how people with CMD and/or musculoskeletal pain experience AoR.

Design: The study adopted a qualitative approach. Thirty women (21–65 years old) participated in a total of five focus groups after the AoR intervention, which consisted of two sessions a week for ten weeks.

Findings: A qualitative content analysis of the focus group identified four categories: 1. Place of belonging including descriptions of social connectedness and understanding of experiences of AoR as a respite from demands; 3. Arts activities offering challenge and reward; and 4. Contributing to health-promoting changes. The findings were dis-

2024-04-17





Received: 13 February 2023
Accepted: 05 July 2023

*Corresponding author: Paula Bergman, Research School of Health and Welfare, Jönköping University, Barnarpsgratan 39, 551 11, Jönköping, Sweden
E-mail: paula.bergman@ju.se

Reviewing editor:
Joe Thomas, School of Global Health, Institute of Health and Management, Australia

Additional information is available at the end of the article

PUBLIC HEALTH & PRIMARY CARE | RESEARCH ARTICLE

Effects of arts on prescription for persons with common mental disorders and/or musculoskeletal pain: A controlled study with 12 months follow-up

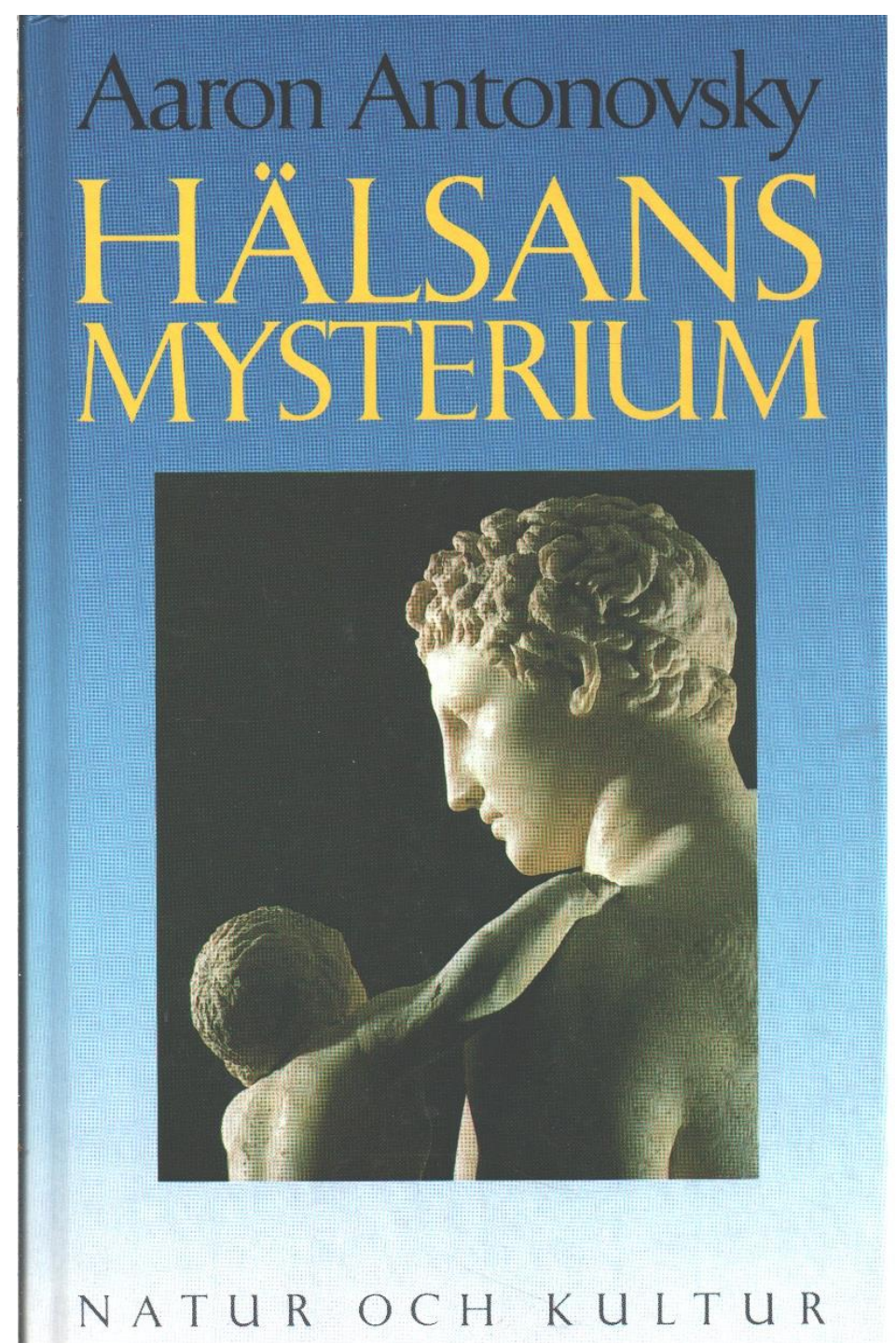
Paula Bergman^{1,2*}, David Rusaw³, Pia H Bülow^{4,5}, Mikael Skillmark⁴ and Inger Jansson³

Abstract: Aims: Involvement in arts has shown potential to promote mental health. Thus, arts may be able to complement conventional healthcare to address common mental disorders (CMD). The aim of this study was to evaluate the long-term effect of a 10-week Arts on Prescription program regarding CMD (stress, anxiety, depression), compared to conventional healthcare. The study also aimed to examine whether CMD differed between groups. Methods: A quasi-experimental prospective design with intervention and control group and 6- and 12-month follow-up was used to evaluate an Arts on Prescription program in Sweden, focusing on the effects on stress, anxiety, and depression. Participants were on sick leave due to CMD and/or musculoskeletal pain. Data was collected using questionnaires. Results: The study population consisted of 479 participants ($n = 247$ intervention group, $n = 232$ control group). The result indicates a greater effect size (η) in the intervention group

Känsla av sammanhang KASAM

Preliminära resultat.....

Hanterbarhet
Begriplighet
Meningsfullhet



Fråga Doktorn



Fråga doktorn

Mån 29 apr • 44 min

Sänds mån 29 apr

Om att må bättre med hjälp av kultur istället för av medicin. Vi träffar ett gäng som fått bättre hälsa med hjälp av Kultur på recept. Jens Persson, specialist i allmänmedicin, svarar på tittarnas frågor.

Programledare: Sofia Rågenklint.

SÄNDS

Mån 29 apr

KAN SES

Lör 2 nov

PRODUKTIONSÅR

2024

RÄTTIGH

Kan ses i

♡ LÄGG TILL I MIN LISTA



Må bra med kultur och natur – Östgötamodellen

Maria Linderström, Utvecklingsledare Kultur Natur och Hälsa

17 april 2024

Kultur

- **Definition:** Skapande och konstnärliga uttryck, innefattar även natur och miljö
(Folkhälsomyndigheten, 2005)
- **Aktivitetsvalet** är baserat på det estetiska kulturbegreppet (de klassiska konstarterna): Musik, konst, teater, dans och litteratur.
- Natur och trädgård (uppleva natur, Skogsbad)
- **Kultur som uttryck och språk**



Ge uttryck för dina uttryck



MÅ BRA
MED KULTUR
OCH NATUR

Må bra med kultur!

Kulturen har en läkande kraft och kan vara ett komplement till vård och behandling för dig som mår dåligt av stress, oro eller smärta. Prata med din behandlare som anmäler dig.

- 2012 Region Östergötland har beslutat att kultur ska ingå i hälso- och sjukvårdens hälsofrämjande arbete
- Hälso- och sjukvårdsnämnden
- Hälso-och sjukvården i samverkan kultur- och naturaktörer

Evidens



Forskning visar att kultur- och naturaktiviteter på flera sätt kan vara en hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande kraft

Tillämpning

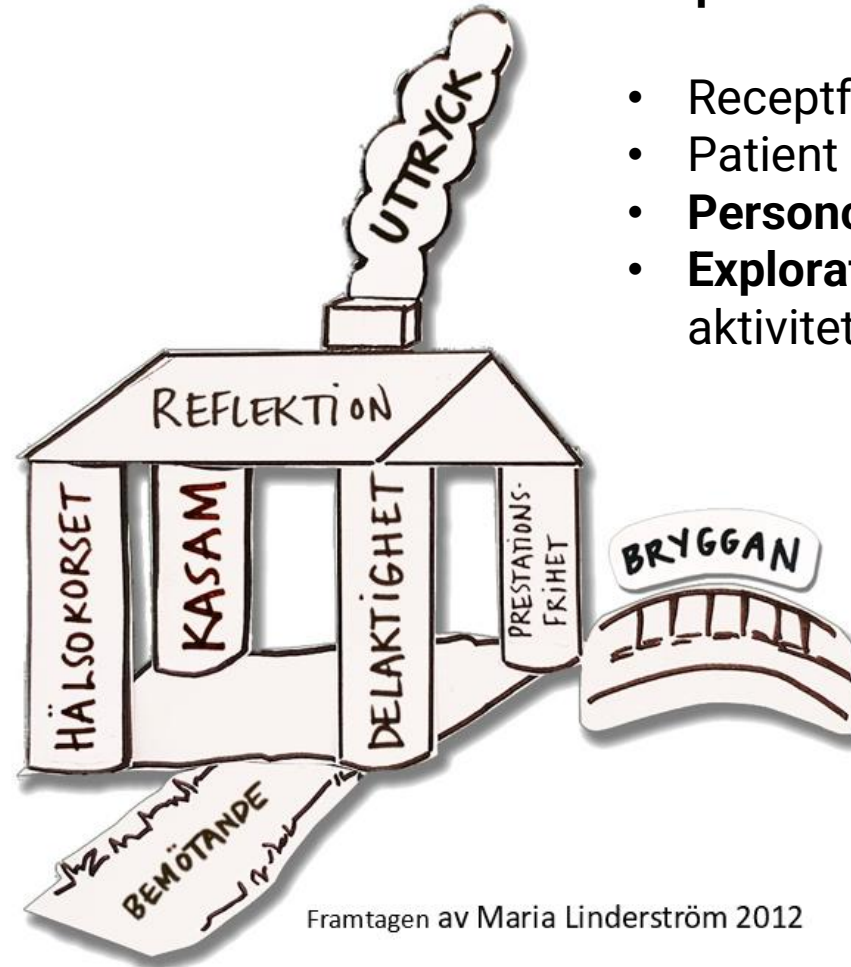
Utmaningen: "...att göra det så att så många som möjligt kan få ta del av det? (Gunnar Bjursell, professor em, 2011)



Uppdraget: Initiera och implementera modell
Vägen: Delaktighet & medverkan

Förklaringsmodeller för Östgötamodellen

- Evidens kulturens betydelse för hälsa
- Hälsa, WHO 1948 /Hälsa, Socialstyrelsens termbank 2016
- Hälsa skapas i människors vardagsliv, Ottawa Charter 1986
- HÄLSOKORSET (Katie Eriksson, 1984)
- KASAM (Araron Antonofsky, 1991)



Empowerment

- Receptfritt - eget **hälsobeslut**
- Patient blir **deltagare**
- **Personcentrering**
- **Explorativt** förhållningssätt i aktivitet

MÅ BRA
MED KULTUR
OCH NATUR

"The challenge is to find a model which allows it to happen"

Nils Fietje, research officer WHO Europe, at HPH-Red noses webinar 240305

- Grupp 8-12 deltagare
- Ingen övre åldersgräns
- Separat ungdomsspår
- 1 g/ vecka
- 8-10 ggr
- Ett och samma kultur- eller naturuttryck
- Endast aktörer med ett ordinarie utbud
- Olika behandlande vårdprofessioner anmäler



Ge uttryck för dina uttryck

Komplement till vård och behandling

Infrastruktur för två världar som ska mötas



Anmälan via
vårdkontakt

e-kurs

Det
medicinska
ansvaret

Alla behandlande vårsprofessioner
inom primärvård och specialistvård

Patienter
blir
Deltagare

Hälso-och
sjukvården har
ett avtal med
civilsamhället

LoU: Kultur som välfärdstjänst

Programutbud
på kultur- och
naturaktörens
arena, avtal med
underleverantörer

e-kurs

Ansvar för
innehåll och
bemötande



Huvudleverantör med underleverantörer

Resultat:

1.Modellen som sådan 2.Kunskap från utvärderingar 2012 ff

Deltagare

- Innehållets betydelse
- Den sociala betydelsen
- Verktyg för att må bättre

3 svarsgrupperingar, över 1000 svar (2012-2019)

Anmälade professioner

- Enkelt att använda
- Bra komplement
- Flera vård-professioner
- Nytt i yrkesroll

93% ser stor betydelse för yrkesroll och bred nytta för patient (2024)

Kulturaktörer

- Utvecklar kärnverksamhet
- Nå nya målgrupper
- Nytt forum för kulturens betydelse

43 serier, 360 tillfällen (2023)

Sammantaget beprövad erfarenhet: Riktade och anpassade kultur- och naturupplevelser kan nå komplexa problem där andra åtgärder inte lyckas

Ge uttryck för dina intryck

*"Jag har fått mer kraft och livsglädje
Jag har orkat ta itu med saker i mitt liv
på ett mer tillfredsställande sätt
och orkat genomföra jobbiga saker,
så jag är nöjd med mig själv"*

*"Jag har börjat förändra min
negativa syn på mig själv"*

"En fristad för själen"

"Jag har fått kontakt med mig själv"

"Gemenskap"

A WORKING MODEL

- Fler målgrupper
(unga & medarbetare)
- Fördjupa
utvärdering
- Sprida



"Fått insikten att jag duger"

Tack för att ni lyssnade!

maria.linderstrom@regionostergotland.se

Nära vård

<https://naravard.regionostergotland.se/nv/projekt-och-aktiviteter/gemensamt/ma-bra-med-kultur-och-natur>

Vårdgivarwebb

<https://vardgivare.regionostergotland.se/vgw/kunskapsstod/psykisk-halsa/ma-bra-med-kultur-och-natur>

1177

<https://www.1177.se/Ostergotland/liv--halsa/psykisk-halsa/ma-bra-med-kultur-i-ostergotland/>

Regional Utveckling

<https://utveckling.regionostergotland.se/ru/utvecklingsomraden/kultur/kulturliv-for-alla/ma-bra-med-kultur-och-natur>

SKR Dela Digitalt, utbildningsmaterial, Må bra med kultur och natur-Östgötamodellen

Ge uttryck för dina intryck



Nationella nätverket Kultur och hälsa



- 1999
 - Bildades ursprungligen som en följd av forskningsprogrammet Kultur i vården/Vården som kultur
- Forum för ömsesidigt utbyte av kunskap och erfarenheter för yrkesverksamma inom området
 - Träffas en gång om året på olika platser i Sverige
- [medlemsförteckning: bobo.akerros@scenkonstvasternorrland.se](mailto:bobo.akerros@scenkonstvasternorrland.se)



- Kultur och hälsa-perspektivet utgår från en *helhetssyn* på människan, där kultur ses som ett *komplement* till den medicinska vården.
- Kulturbegreppet ges en bred definition som inkluderar de *estetiska kulturyttringarna* såsom konst, dans, teater, musik, litteratur samt olika former av hantverk.
- Kultur och hälsa-begreppet utgår från en *evidensbaserad relation mellan hälsa och kultur*, där kultur ses som en viktig *friskfaktor* i olika slag av *hälsofrämjande arbete, rehabilitering och behandling*.

Nätverkets mål:

- Att öka kunskapen om vad kultur och hälsainsatser kan innebära för enskilda människor och för samhället i stort.
- Att *stimulera till samverkan* mellan företrädare inom utbildnings- och kultursektorn, hälso- och sjukvårdssektorn samt kommunernas vård och omsorg.



Nätverket eftersträvar:

- Minst en medlem från varje region med strategiskt uppdrag inom kultur och hälsa.
- Representanter för kommuner och organisationer med detta uppdrag är också välkomna i nätverket.
- Medlemskapet ska vara förankrat hos arbetsgivaren, likaså möjligheten att någon gång vara värd för ett sådant möte.
- **Status 240417:** 47 aktiva medlemmar (29 region, 14 stad/kommun, 4 fr studieförbund)

"... brist på etablerade strukturer för att arbeta långsiktigt och verksamhetsintegrerat med kultur i vård och omsorg. [...] begränsad kunskap hos vårdgivarna om vad konst och kultur i vården innebär" (från förstudie, Helseplan Consulting Group, 2016)

Kompetenscentrum för kultur och hälsa

Uppdrag att integrera kultur i ordinarie verksamhet och främja ett integrerat och humanistiskt synsätt på kultur och hälsa, samt sprida evidensbaserad forskning på området. Prioriteringar:

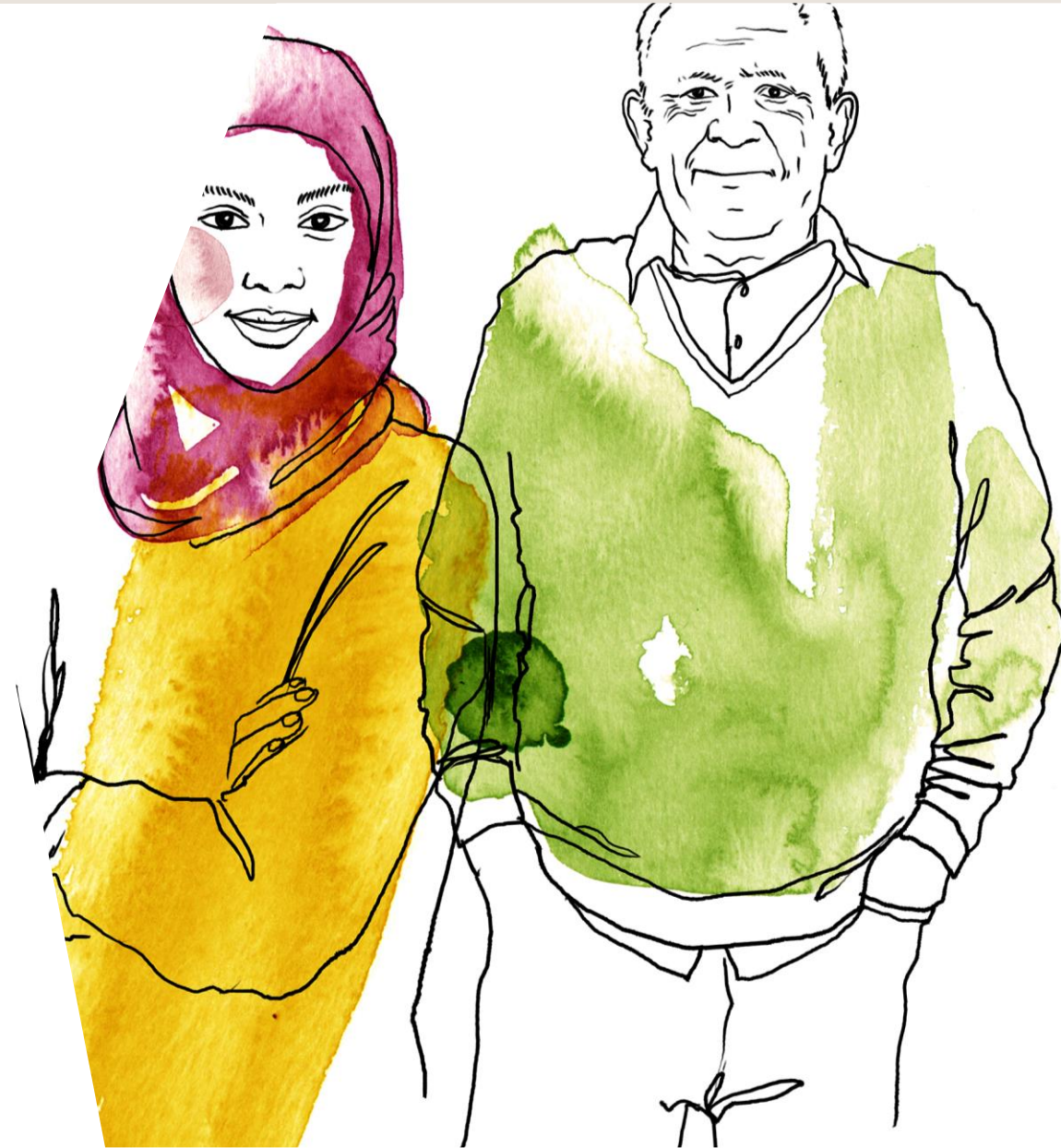
- Vård av barn och unga
- Psykiatrisk vård
- Palliativ vård



Utmaningar för regionen med 2,45 milj. länsinvånare

- snabbt växande region
- kompetensförsörjning - innovationscentra
- stora hälsoklyftor i befolkningen

"Region Stockholm – för en jämlik, öppen, hållbar och konkurrenskraftig Stockholmsregion där invånarna ges likvärdiga livschanser och hög livskvalitet."



Ett ökat intresse för kultur och hälsa

- Tydligt ökat intresse från vårdgivare, kulturutövare och forskare
- Förfrågningar om samordning, tjänstedesign och följeforskning/utvärdering
- Innovation och social hållbarhet/resiliens
- Hälsoekonomiska fördelar
- Existentiella hälsoaspekter



Några exempel på projekt som Kompetenscentrum för kultur och hälsa arbetar med:

- Samarbete med Beroendecentrum Stockholm
- Shared reading inom rättspsykiatri
- Antistigma-teater inom psykosvården

Patientcentrerad vård	Personcentrerad vård	Potentiella effekter
↓	↓	↓
Fungerande liv	Meningsfullt liv	Reducerad etisk stress för personal
↓	↓	↓
Nödvändig objektivering i patientsituationen	Människans förståelse som subjekt, utgångspunkt i det friska	Patienten känner sig sedd och bekräftad som en hel människa



Spaning

- Gemensam plattform för erfarenhetsutbyte
- Ökad samverkan mellan myndigheter i kultur- och hälsa-frågor
- Främjande arbete i samverkan med civilsamhället
- Hälsoekonomisk analys



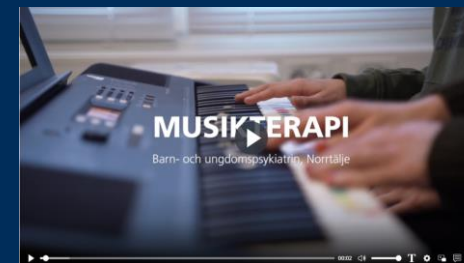
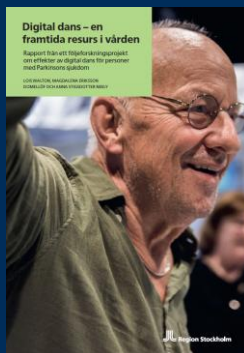
Tack!

Broula Barnohro Oussi, strateg

Kompetenscentrum för kultur och hälsa

kompetenscentrum.kultur@regionstockholm.se

Metodbeskrivningar, följeforskningsrapporter och filmer finns på
regionstockholm.se/kompetenscentrum





Utbilda för Kulturunderstödd vård och rehabilitering?

Louise Eulau
Lektor Sophiahemmet Högskola



Lärandemål i kursen Personcentrerad vård SHH 2011

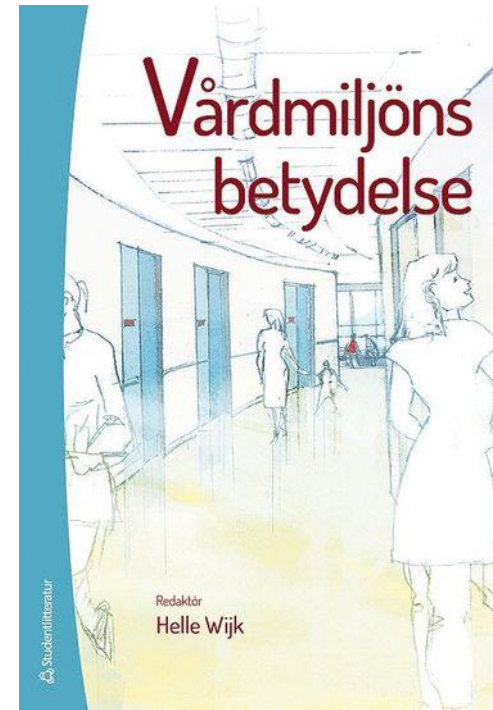
”Efter avslutad kurs ska studenten visa kunskap om och förståelse för vårdmiljöns och estetikens betydelse för hälsa och välbefinnande”



Vårstreck av Martin Hansson
(Miljögestaltning, 1996). I Fågelvägen, innanför
huvudentrén till Astrid Lindgrens barnsjukhus,
Karolinska universitetssjukhuset, Solna..
Foto: Louise Eulau

Områden som tas upp i undervisningen

- Vårdmiljöns betydelse
- Färg, form, arkitektur
- Park, plantering, hortikultur
- Bild- och bildterapi
- Musikterapi - vårdarsång
- Dans och dansterapi



Eulau, L. (2014). Estetikens nycklar till våra inre rum. I Helle Wijk (red.) *Vårdmiljöns betydelse* (347-363). Studentlitteratur.

Evidens för kultur och estetik i vården...

Regelverk och förhållningssätt

- Styrdokument för högre utbildning
- KAM-utredningen SOU 2019:28
 - Utredningen föreslår utbildning om KAM motsvarande 1–2 högskolepoäng på grundutbildningar för viss legitimerad personal inom hälso- och sjukvården. Syftet är att patienter och hälso- och sjukvårdspersonal ska kunna föra samtal om KAM-metoder och därmed underlätta för patienter att fatta informerade beslut om sin vård.

Carper, B. A. (1978). Fundamental patterns of knowing in nursing.
Advances in nursing science, 1(1), 13-24.

Kulturunderstödd vård och omvårdnadshandling



Kulturunderstödd vård – Fördelar

- Distraction
- Främja välbefinnande för såväl patienter som vårdpersonal
- Minska stress, främja en hållbar kompetensförsörjning i vården
- Fungerar som ett alternativt kommunikationsmedel
- Optimerar person- och familjecentrerad vård

FANOURT, D. & FINN, S. 2019. *Health Evidence Network synthesis report 67. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being*. World Health Organization. Regional Office for Europe.

GIORDANO, F., SCARLATA, E., BARONI, M., GENTILE, E., PUNTILLO, F., BRIENZA, N. & GESUALDO, L. 2020. Receptive music therapy to reduce stress and improve wellbeing in Italian clinical staff involved in COVID-19 pandemic: A preliminary study. *Arts Psychother*, 70, 101688.

HAMMAR MARMSTÅL, L., EMAMI, A., ENGSTRÖM, G. & GÖTELL, E. 2011. Communicating through caregiver singing during morning care situations in dementia care. *Scandinavian journal of caring sciences*, 25, 160-168.

HASLBECK, F. & HUGOSON, P. 2017. Sounding together: family-centered music therapy as facilitator for parental singing during skin-to-skin contact. *Early Vocal Contact and Preterm Infant Brain Development*. Springer.

LOEWY, J. V. & HARA, A. F. 2002. *Caring for the Caregiver: The Use of Music and Music Therapy in Grief and Trauma*, ERIC.

PAULANDER, A.-S. & EULAU, L. 2020. PCMusic – Support during Pain Management, Part 1. *Universal Journal of Public Health*, 8, 127-134.

Behov av ytterligare insatser

- Support från styrdokument (KAM-utredningens förslag om utvidgade examensmål i Högskoleförordningen förverkligas)
- Begränsad kunskap om de känslor och uttryck som musik kan framkalla hos en människa – svårt generalisera
- Konkurrerar med andra kompletterande terapier (arbetsterapi, fysioterapi...)
- Tidskrävande
- Påverkar arbetssituationen för vårdpersonalen (på gott och ont) - samverka i team
- Gott om kvalitativ och kvantitativ forskning – behov av fler studier med mixed method

KUUSE, A.-K., PAULANDER, A.-S. & EULAU, L. 2023. Characteristics and Impacts of live music interventions on health and wellbeing for children, families and health care professionals in paediatric hospital care: a scoping review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Wellbeing*, Open access 1-32.

PRETI, C. & WELCH, G. F. 2012. The incidental impact of music on hospital staff: An Italian case study. *Arts & Health*, 4, 135-147.

FANCOURT, D. & FINN, S. 2019. *Health Evidence Network synthesis report 67. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being*. World Health Organization. Regional Office for Europe.



Tack för att ni har lyssnat!

Louise.eulau@shh.se

