

OVERSIGT: 5 TILGANGE TIL SUNDHEDSFREMMENDE MUSIKANVENDELSE

Tænketanken Musik & Sundhed arbejder ud fra denne oversigt, hvor sundhedsfremmende musikanvendelse er inddelt i fem tilgange. Inddelingen er udarbejdet af professor emeritus i musikterapi, [Lars Ole Bonde](#), Aalborg Universitet og i musik & helse, Norges Musikkhøgskole. Sundhedsfremmende musiktiltag kan designes inden for denne inddeling:

- 1 Musikterapi** er den specialiserede ekspertise i brugen af musik som behandling af såvel psykiske som somatiske lidelser. Musikterapi miljøet på Aalborg Universitet står for hovedparten af den eksisterende danske forskning inden for feltet. Musikterapi praktiseres i behandlingssystemet af universitetsuddannede musikterapeuter (kandidater i musikterapi), og følgende opgaver er typiske: (1) at behandle krævende patienter en-til-en; (2) at tilbyde skræddersyede tilbud til større eller mindre grupper, (3) at udvikle miljøterapeutiske tilbud, (4) at rådgive og uddanne sundhedsfagligt personale i at bruge musikinterventioner og musikmedicin i institutionens eller hospitalets hverdag, (5) at lave musikterapitilbud for sundhedspersonalet med fokus på øget trivsel og modvirke arbejdsrelateret stress.

Eksempler:

Case fra psykiatrien – i Bonde (2014), s. 262-268. Mange andre cases i samme bog.

Litteratur:

Bonde, L.O. (red.) (2014). Musikterapi. Teori - Uddannelse - Praksis - Forskning. Aarhus: KLIM

AAU har et virtuelt forskningscenter, CEDOMUS: <https://www.musikterapi.aau.dk/cedomus/> - med omfattende introduktioner til musikterapi i teori, praksis og forskning - artikler, links, videoer mm.

- 2 MusikMedicin** er brugen af musik (spillet live eller via forskelligt, ofte specialdesignet afspilleudstyr) til gavn for hospitalspatienter, ambulante patienter eller borgere på specialinstitutioner, i behandlings- såvel som rehabiliteringsfasen og i palliativ pleje. Mange forskellige aktører er på banen her; en del komponister leverer specialkomponeret musik til forskellige formål, fx musik i ambulancer. Professionelle musikere spiller for patienter med et erklæret behandlingsmål, fx mindskelse af angst og uro. Musikmedicin bør ordineres i tæt dialog med læger, sygeplejersker og uddannede musikterapeuter.

Eksempler:

"Musikstjernen", en app udviklet af musikterapeuterne på Aalborg UH Psykiatrien.

Live musikmedicin er emnet for Margrethe Langer Bros ph.d.-afhandling (forsvar 2019)

Litteratur:

Bonde (2014), kap. 3.9

Lund, H., Bertelsen, L., & Bonde, L. O. (2016). Sound and music interventions in psychiatry at Aalborg University Hospital. SoundEffects - An Interdisciplinary Journal of Sound and Sound Experience, 6(1), 48-68. <https://doi.org/10.7146/se.v6i1.24912>



- 3 **“Helsemusikere”** er oftest professionelle musikere, som bruger deres kompetencer og engagement til at skabe glæde og forbedret livskvalitet for patienter på hospitaler og plejecentre gennem specielt tilrettelagt og personafstemt live-optræden. Dette er hverken musikterapi eller musikmedicin, da det ikke har en tilsigtet behandlingskomponent, men derfor kan der udmærket være tale om en terapeutisk effekt alligevel. Området vil i et vist omfang kunne være selvregulerende og er p.t. i vækst – parallelt med hospitalsklovnene, som også er et ikke-behandlingsrettet tilbud, finansieret 100 % af private fondsmidler.

Eksempler:

“MusikbeRiget” – Lisbeth Sagens mangeårige projekt for patienter på Riget.

Litteratur:

Ruud, E. (2012) The New Health Musicians. I: MacDonald, R., Kreutz, G. & Mitchell, L. Eds.) (2012). Music, health, & Wellbeing. Oxford: Oxford University Press.

- 4 **Musik som sundhedsfremme.** Specielt tilrettelagte musikoplevelser indgår – på linje med andre kulturoplevelser – i “Kultur på recept”-projekter, bl.a. i Aalborg Kommune – inspireret af svenske erfaringer. Her taler vi om autentiske kunstoplevelser, som bruges sundhedsfremmende – ikke som behandling udbudt af behandlere, men ud fra en viden om at kunstoplevelser kan have en helsefremmende funktion. I Aalborg eksisterer NOCKS, som er et tværfagligt og tværsektorielt forsknings- og udviklingscenter, der udvikler tiltag inden for dette delfelt.

Eksempler:

“Kulturvitaminer”, projekt for langtidssygemeldte i Aalborg Kommune

Litteratur:

Bonde (2014), kap. 3.11

- 5 **Musik som afledning/underholdning på hospitaler og institutioner.** Der udvikles for tiden flere teknologiske løsninger såsom apps specielt rettet mod hospitalpatienter eller mennesker med demens. Området er interessant i konteksten, hvis der indgår specialkomponeret musik, og/eller hvis musikvalget er baseret på en faglig ekspertise om fx musik til regulering af arousal.

Eksempler:

“MusicMind” – app. med spillelister udviklet specielt til plejecentre (med elementer af musikmedicin, da et af formålene er regulering af arousal)

Litteratur:

<https://musicmind.me/#!/>

Oversigten er udarbejdet af Lars Ole Bonde, professor emeritus i musikterapi, Aalborg Universitet og i musik & helse, Norges Musikkhøgskole.

Kontakt: lobo@hum.aau.dk