

Musik & Sundhed håber vi i Dansk Musikterapeutforening på, at vi kan være med til at løfte sundhedsfremmende musikanvendelse højere op på den politiske dagsorden, så musikens mange indvirkningsmuligheder kan komme endnu flere patienter og pårørende til gode i det danske sundhedssystem.

Lars Ole Bonde (professor emeritus i musikterapi) og Ilan Sanfi (cand.mag. og ph.d. i musikterapi), har sammen med andre forskere bidraget med meget viden og forskning i forbindelse med tænketankens udvikling og opståen. Lars Ole Bonde udtaler til Dansk Musikterapeutforening:

"Tænketanken Musik & Sundhed er den første brede tværfaglige organisering af de mange forskellige aktører, som i disse år prøver at indtænke og implementere musikoplevelser på hospitaler og andre steder i sundhedssektoren (jf. nedenstående '5 tilgange' som sætter navn på aktørerne og beskriver deres kompetencer). Der er et stort behov for dialog

om, og om muligt en fælles forståelse af, hvad de forskellige interessenter kan bidrage med, og hvordan de kan samarbejde. Jeg ser musikterapeuterne som kernefaggruppen blandt aktørerne, for i kraft af deres uddannelse har musikterapeuter faglig kompetence til at hjælpe, vejlede og instruere mange af de andre aktører. Jeg ser Musik & Sundhed, som et lovende bud på en fælles organisation, der både kan sprede viden og tage konkrete initiativer til at få musikken meget mere i spil i fremtidens sundhedsvæsen."

Læs mere om Tænketanken Musik & Sundhed, og de aktiviteter der foregår på: www.musiksundhed.dk

Tænketanken Musik & Sundhed arbejder ud fra en oversigt, hvor sundhedsfremmende musikanvendelse er inddelt i 5 forskellige tilgange. Inddelingen er udarbejdet af Lars Ole Bonde.

5 tilgange til sundhedsfremmende musikanvendelse

Lars Ole Bonde, professor emeritus i musikterapi, Aalborg Universitet og i Musik & Helse, Norges Musikkhøgskole. Kontakt: lobo@hum.aau.dk

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 behand-

lingssystemet af universitetsuddannede musikterapeuter (kandidater i musikterapi), og følgende opgaver er typiske: (1) at behandle patienter med særlige behov 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 musikterapeutitilbud 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 Universitetshospital Psykiatrien. Live musikmedicin er emnet for Margrethe Langer Bros ph.d.-afhandling (forsvaret 310119 på SDU).

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 pt. i vækst – parallelt med hospitalsklovnene, som også er et ikke-behandlingsrettet tilbud, finansieret 100% af private fondsmidler.

Eksempel: "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*, pp.87-96. 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

kunstopplevelser, som bruges sundhedsfremmende – ikke som behandling udbudt af behandlere, men ud fra en viden om at præcist formidlede kunstopplevelser 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.

Eksempel: ”Kulturvitaminer”, projekt for langtidssygemeldte i Aalborg Kommune.

Litteratur:

Bonde (2014), kap. 3.11.

Jensen, A. (2018). Kulturvitaminer – Kultur på Recept i Aalborg Kommune. Forskningsrapport udgivet af AAU (NOCKS). www.musikterapi.aau.dk/digitalAssets/449/449538_kulturvitaminer_rapport.pdf

5. **Musik som afledning/underholdning på hospitaler og institutioner.** Der udvikles for tiden flere teknologiske løsninger så som apps specielt rettet mod hospitalspatienter 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.

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

Litteratur:

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