

# Koncert bag lukkede døre: Musik hjælper psykisk syge



Stephanie Meincke gav intimkoncert på Psykiatrisk Sygehus i Aalborg

LYT TIL ARTIKLEN

0:00 / 2:07

06. dec 2023, kl. 19:45

af Robert Bedsted  
Journalist og VJ

## Folk, der hører musik, føler sig mere raske, lyder en af forklaringerne.

Mange psykiske patienter tilbringer store dele af dagen inde i afkroge af sindet, hvor de fleste andre aldrig rigtigt kommer på besøg.

Det er svært, selv med medicin, at få patienterne ud af deres psykoser, vrangforestillinger og depressioner, men enkelte ting virker ofte overraskende godt. En af de ting er musik.

- Forskningen fra undersøgelser i de skandinaviske lande viser, at der er et lille, men robust sammenfald mellem deltagelse i kulturelle aktiviteter og folks opfattelse af deres helbred. Folk, der hører musik, føler sig med andre ord generelt mere raske, forklarer Helle Nystrup Lund, der er musikterapeut og Ph.D ved Psykiatrisk sygehus i Aalborg.



Musik hjælper på helbredet, forklarer Helle Nystrup Lund, musikterapeut og Ph.D

På det psykiatriske sengeafsnit i Aalborg Øst er det præcis samme oplevelse personalet har, når patienterne tilbydes sociale og kulturelle arrangementer.

Onsdag var der således koncert for patienterne. Singer-songwriter Stephanie Meincke gav koncert og udtrykte i en række af sine egne sange den sårbarhed og kamp med følelserne, som mange af patienterne selv oplever

- Patienterne reagerer meget forskelligt. Nogle går, og andre lukker øjnene og drømmer sig væk. Jeg har spillet i helt tomme lokaler, og så er patienterne lige så stille kommet ind og har sat sig ned. Fælles for alle koncerterne er, at personalet hver gang efterfølgende har fortalt, at det har gjort en stor forskel for patienterne, forklarer Stephanie Meincke, der bakkes op af aktivitetsmedarbejder Julie Vestergaard Larsen, der har været med til at arrangere dagens koncert:



Aktivitetsmedarbejder Julie Vestergaard Larsen mener, at musikken hjælper patienterne

- Mange patienter kommer næsten ikke ud til arrangementer, så det gør en kæmpe forskel. For en række af vores patienter er det måske den eneste koncert, de har været til i rigtig mange år.

Koncerterne arrangeres af foreningen "Håb i psykiatrien", der afholder sociale arrangementer i psykiatrien overalt i Danmark. I følge foreningen er der brug for håb i et presset psykiatrisk system:



Louise Maria Hansen, der er projektleder i Håb i psykiatrien, arrangerer koncerterne

- Vi afholder omkring 200 kulturelle arrangementer om året, og det er alt fra kreaværksteder til koncerter. Det har en enorm betydning for patienterne og giver lidt håb og mening i en ellers meningsløs hverdag, slutter Louise Maria Hansen, der er projektleder i Håb i psykiatrien.