



**LUNDS**  
UNIVERSITET



## **KOVU02, Konst, kultur och hälsa, 7,5 HP, kvartsfart, hösten 2024**

I samarbete med Primärvården i Region Skåne arrangerar Institutionen för kulturvetenskaper vid Lunds universitet en uppdragsutbildning om konst, kultur och estetik som resurs inom vård och omsorg. Kursen vänder sig till personal inom hälsa, vård och omsorg, socialt arbete, vid kulturinstitutioner, samt till alla med intresse för det tvärfackliga fältet kultur och hälsa.

### **Kursens syfte**

Syftet med utbildningen är att ge de studerande fördjupade kunskaper om konst, kultur och estetik som resurs inom hälso-, vård- och omsorgsarbete. Stor vikt läggs vid aktuell vetenskaplig forskning om hur utövande av konstarterna samt estetiska upplevelser kan främja hälsa, välbefinnande, läkande och rehabilitering. Kursen kombinerar medicinska och humanistiska perspektiv på människan och hennes förmåga att skapa och erfara skönhet och mening i ett hälso- och vårdsammanhang. Kursen innehåller såväl teoretiska som praktiska moment. Efter kursen kommer de studerande att ha kunskaper för att resonera teoretiskt om och praktiskt arrangera aktiviteter med konst, kultur och estetik för att främja hälsa och välbefinnande.

### **Målgrupp**

Kursen vänder sig till personal inom hälsa, vård och omsorg, socialt arbete, vid kulturinstitutioner, samt till alla med intresse för det tvärfackliga fältet kultur och hälsa.

### **Kursens innehåll**

Kursen ger teoretisk förståelse och praktiska färdigheter inom fältet konst, kultur och hälsa, utifrån såväl medicinska som humanistiska perspektiv. Kursinnehållet omfattar bland annat historiska perspektiv på kultur och hälsa, nutida forskningsrön om konstarternas effekter på hälsa, välbefinnande, läkande och rehabilitering, olika metoder för att mäta sådana effekter, samt medicinska och filosofiska perspektiv inom fältet.

Kursen ger insikt i och erfarenhet av att utöva och uppleva konstformer, såsom bildkonst, musik, litteratur samt dans och rörelse. Ett viktigt fokus är hur skapande och estetiska upplevelser praktiskt kan förmedlas i olika sammanhang, såsom i vårdmiljöer, på kulturinstitutioner och i vardagen. Kursen tar också upp den estetiska upplevelsens särart samt aspekter som skönhet, mening, närvaro, tolkning och inlevelse.

Vidare berör kursen pedagogik, vägledning, gruppdynamik, projektutvärdering samt etiska frågeställningar kopplat till konst, kultur och hälsa.

Kursens upplägg och innehåll reflekterar utvecklingen inom kultur och hälsa-fältet de senaste åren i Sverige, i Norden och internationellt. En stor mängd vetenskapliga studier, liksom rapporter från Världshälsoorganisationen och andra aktörer, har visat på konstarnas och kulturens reella och potentiella roll för hälsa och välbefinnande och därmed också för samhällsekonomin. I Sverige, Danmark och Norden i övrigt har flera regioner nu inrättat permanenta insatser för att utveckla och implementera kultur och hälsa-perspektiven inom hälsa, vård och omsorg, bland annat med fokus på mental hälsa och främjande av folkhälsa. Kursen förmedlar kunskaper och färdigheter som behövs för att förverkliga detta syfte.

### **Kursledare**

Anita Jensen, fil.dr., kultur- och hälsostrateg, Centrum för primärvårdsforskning, Region Skåne

Max Liljefors, professor i konsthistoria och visuella studier, Lunds universitet

### **Kursens lärare**

Birgitta Ahlsell, dansare och dans- och rörelsesterapeut

Katarina Bernhardsson, Universitetslektor i medicinsk humaniora med inriktning mot litteratur, Lunds universitet

Anita Jensen, fil.dr., kultur- och hälsostrateg, Centrum för primärvårdsforskning, Region Skåne

Max Liljefors, professor i konsthistoria och visuella studier, Lunds universitet

Anders Ohlsson, professor i litteraturvetenskap, Lunds universitet

Töres Theorell, MD, professor emeritus, Karolinska Institutet

Kirsti Øibakken Pedersen, musikterapeut och musiker

### **Kurstillfällen höstterminen 2024**

11–13 september, 17–18 oktober, 7–8 november och 5–6 december. Heldagar om inte annat anges i schemat.

### **Plats**

Helgonavägen 3 Entré D, 223 62 Lund. Vissa kursmoment ges på Skissernas Museum och Malmö Live.

### **Antal deltagare och avgift**

Avgiften per deltagare är 12 500 SEK exkl. moms. Vid färre än 20 deltagare ställs kursen in.

### **Sista anmälningsdag**

10 augusti 2024. Anmälan är bindande.

### **Kontakt kursledare och examinator**

Max Liljefors, professor i konsthistoria och visuella studier, Lunds universitet

070-173 07 98

[max.liljefors@kultur.lu.se](mailto:max.liljefors@kultur.lu.se)

Anita Jensen, fil.dr., kultur- och hälsostrateg, Centrum för primärvårdsforskning, Region Skåne

072-467 28 93

[anita.jensen@skane.se](mailto:anita.jensen@skane.se)

### **Kontakt intresseanmälan**

Alexandra Hertz, Avdelningen för uppdragsutbildning vid Lunds universitet

Tfn 046 222 01 39

[alexandra.hertz@education.lu.se](mailto:alexandra.hertz@education.lu.se)

## SCHEMA

*OBS: uppgifter om undervisningslokaler anges senare. Klockslag kan komma att justeras något efter lokalbokningen.*

### **Kurstillfälle 1. Onsdag 11 – fredag 13 september: Introduktion till kulturens och estetikens roll för hälsa**

#### **Onsdag 11 september**

#### **Konst, kultur och hälsa – introduktion till ett mångvetenskapligt fält**

Alltmer forskning visar att deltagande i konst- och kulturaktiviteter kan förbättra mental och fysisk hälsa på olika sätt. Det gäller mätbara effekter på fysisk hälsa och rehabilitering liksom på livskvalitet och välbefinnande, på individnivå och på folkhälsonivå.

I fältet kultur och hälsa samarbetar många vetenskaper med olika perspektiv på kunskap och hälsa. Kursens första dag introducerar dessa perspektiv och ger en övergripande förståelse för det tvärvetenskapliga fältet kultur och hälsa.

#### **10:15–11:00 Registrering och introduktion**

#### **11:15–13:00 Föreläsning: Konst, kultur och hälsa som ett mångvetenskapligt fält**

Föreläsningen ger en introduktion till fältet kultur och hälsa, med tonvikt på Norden och Storbritannien, samt en översikt över fältets historik med exempel på hur man har använt konst och kultur för hälsofrämjande effekter för individ och samhälle. Olika definitioner av hälsa diskuteras.

Kultur och hälsa är ett mångvetenskapligt fält som rymmer olika metoder för kunskapsinhämtning. Exempelvis kombineras kvantitativa mätmetoder från medicin och hälsovetenskaper med kvalitativa, tolkande perspektiv från humaniora. Föreläsningen ger insyn i dessa perspektiv och presenterar några konkreta projekt samt ett ramverk för att förstå evidenshierarkien i vetenskaplig forskning.

Plats: LUX sal. Lärare: Anita Jensen

#### **13:00–14:15 Lunch – vi bjuder!**

#### **14:15–15:00 Grupparbete: Hur kan kultur och hälsa-perspektivet bidra till din egen verksamhet?**

Plats: LUX sal. Lärare: Anita Jensen

I grupperna diskuteras hur kultur och hälsa-perspektivet skulle kunna bidra till deltagarnas egna verksamheter. De får också identifiera en konstform – bildkonst, musik, dans och rörelse eller litteratur – som verkar särskilt intressant för dem. I grupper diskuteras olika aspekter av implementering, såsom målgrupp, antal deltagare, krav på lokal, tidsåtgång och evaluering.

#### **15:15–16:00 Diskussion efter grupparbetet**

Plats: LUX sal. Lärare: Anita Jensen

## Torsdag 12 september

### **Estetiska upplevelser för hälsa och välbefinnande**

Att ha en estetisk erfarenhet är att bli medveten om vad vi upplever genom kroppens sinnen – syn, hörsel, beröring, känslan av rörelse, osv. Nästan all konst når oss genom sinnena och vill berika vår upplevelse av att vara förnimmade varelser.

Den här dagen ägnar vi åt att studera humanistiska och medicinska perspektiv på vad en estetisk upplevelse är för något. Vi prövar också konkreta metoder för att genom konsten skapa och förstärka sådana upplevelser hos oss själva och andra.

#### **10:00–12:00 Besök på Skissernas museum, Lund**

Plats: Skissernas museum, Lund. Lärare: Max Liljefors

Vi kommer att pröva olika konkreta metoder för att locka fram och förstärka estetiska upplevelser hos oss själva och andra, och att kommunicera dem. Vi kommer att träna vår varseblivning och fantasi och undersöka olika sätt att skapa mening i konsten.

#### **11:00–12:00 Lunch**

#### **13:15–15:00 Föreläsning: Den estetiska upplevelsens särart**

Plats: LUX sal. Lärare: Max Liljefors

Föreläsningen ger en introduktion till filosofiska och medicinska synsätt på vad en estetisk upplevelse är och hur den påverkar oss. Hur skiljer sig det estetiska medvetandet från vardagsmedvetandet? Sitter skönheten i konstverket eller i betraktarens öga? Vad betyder det att förstå ett konstverk? Genom att bekanta oss med olika synsätt på dessa frågor får vi verktyg att själva förhålla oss till den estetiska upplevelsen och dess potential för hälsa och välbefinnande.

## Fredag 16 september

#### **09.15–10.00 Sammanfattning av onsdag och torsdag inkl. frågor.**

Lärare: Anita Jensen & Max Liljefors

#### **10:15–12:00 Grupparbete: hur kan konsten användas i vårdmiljöer och för hälsofrämjande?**

Plats: Fri placering på studieplatser i LUX.

#### **11:00–12:15 Lunch**

**12:15–13:00 Grupparbete: hur kan konsten användas i vårdmiljöer och för hälsofrämjande?**

Plats: LUX sal B. Lärare Anita Jensen

**13:15–14:00 Diskussion**

Plats: LUX sal. Lärare Anita Jensen

## **Kurstillfälle 2. Torsdag 17 – fredag 18 oktober: Skönlitteratur och läsning**

### **Torsdag 17 oktober**

#### **Shared reading**

Skönlitteratur har i alla tider varit en port till människans inre värld. Böcker kan hjälpa henne att finna nya förhållningssätt gentemot livet i allmänhet och sin egen livssituation. Att dela sin läsupplevelse med andra kan vara ett sätt att knyta an, bryta känslor av isolering och integrera andras perspektiv i sin förståelse av tillvaron.

**10:15–12:00 Föreläsning: Litteratur, text och läsning i vård och omsorg**

Plats: LUX sal. Lärare: Anders Ohlsson

Föreläsningen utgår från forskningsprojektet ”Gemensam högläsning och socialt samspel” och presenterar delresultat från några olika studier, däribland en med deltagare på ett stadsbibliotek och en med deltagare på Smärtkliniken vid Skånes universitetssjukhus. *Shared reading* (ung. gemensam läsning) är en metod utvecklad av organisationen The Reader i Storbritannien och som forskning har visat kan stärka deltagarnas självkänsla, reducera deras upplevelser av ensamhet och vidga perspektivet på det egna livet. I *Shared reading* medverkar deltagarna inte i egenskap av patienter, utan som läsare och medmänniskor.

**12:00–13:00 Lunch**

**13:15–15:00 Seminarium och workshop: Shared reading**

Plats: LUX sal. Lärare: Anders Ohlsson, Mary Ingemansson  
Immi Lundin

I denna workshop får kursdeltagarna själva delta i en session med Shared reading.

**15:15–16:00 Avslutande diskussion**

Plats: LUX sal. Lärare: Anders Ohlsson

## **Fredag 18 oktober**

### **11.15–13:00 Föreläsning: Litteratur och empati i en vårdkontext**

Plats: LUX sal. Lärare: Katarina Bernhardson

Vad kan skönlitteraturen bidra med i en vårdkontext? På vilket sätt kan den fungera som en grund för gemensamma diskussioner som berör empati, vardagsetik och bearbetandet av olika perspektiv? Föreläsningen ger en bakgrund till narrativ medicin och medicinsk humaniora. Utifrån litterära exempel och mångårig erfarenhet av undervisning på läkarutbildningen ges en bred förståelse för litteraturens möjligheter, genom såväl läsning och diskussion av litteratur som skrivpedagogik för kreativt och reflekterande skrivande.

### **13:00–14:00 Lunch**

### **14:15–16:00 Grupparbete och seminarium: Kultur och hälsa i min verksamhet**

Plats: LUX sal. Lärare: Max Liljefors & Anita Jensen

## **Kurstillfälle 3. Torsdag 7 – fredag 8 november: Musik, Dans och Kultur på Recept**

### **Torsdag 7 november**

#### **Musik**

Musikens hälsostärkande potential ligger i att den kan påverka oss emotionellt, fysiologiskt och biologiskt. På senare år forskare undersökt musikens inverkan på oss, bland annat genom studier av hjärnan och kroppens biokemiska reaktioner. Att lyssna på musik som vi uppskattar kan öka halten av dopamin och oxytocin, som har positiva effekter på vårt humör och välbefinnande. Musiken kan också påverka vår hjärtfrekvens och andning samt vårt blodtryck. Den sporrar oss till kroppsrörelse, ger uttryck för våra emotioner och kan hjälpa oss att bryta känslor av isolering. Idag används musik framgångsrikt inom flera medicinska områden för terapeutiska och rehabiliterande syften.

### **09.15-10.00 Frågor om examinationsuppgiften – registrering av grupper**

### **10:15–12:00 Föreläsning: Varför musik?**

Plats: Malmö Live, Green Room. Lärare: Töres Theorell

I föreläsningen ges en rad exempel på forskning kring hur musik påverkar oss. En av utgångspunkterna är förmågan att hantera känslor. Omedelbara effekter av musiklyssning och musicerande fysiologiskt och psykologiskt beskrivs, och vi kommer även att diskutera långtidseffekter av musikträning på hjärnans emotionsreglerande system med stöd bland annat av forskning på tvillingar. De emotionella effekterna ligger nära de sociala och en annan utgångspunkt kommer att vara hur musik kan användas i skolan och i anhörigas hemvård av personer med demenssjukdom. Ett

nyligen publicerat experiment visar att framför allt de anhöriga kan få sänkta fysiologiska stressnivåer om patienten och den anhörige lyssnar tillsammans på självvald musik som en del av den dagliga rutinen.

### **12:00–13:00 Lunch**

### **13:15–15:00 Workshop: Med musiken**

Plats: Green Room, Malmö Live. Lärare: Kirsti Øibakken Pedersen

I denna workshop, som inte kräver musikalisk förkunskap, möts vi i musiken, både som lyssnare och utövare i en lekfull och trygg ram. Praktiska övningar följs upp av reflektion och exempel på olika användningsmöjligheter.

## **Fredag 11 november**

### **Kultur som hälsofrämjande**

Hur kan konst och kultur främja hälsa och välbefinnande? Hur kan vi skapa strukturer och platser där det känns tryggt och möjligt att tillsammans stimulera sinnen? Och hur kan hälso- och sjukvårdssektorn samverka med kultursektorn för att skapa sådana aktiviteter och gemenskaper?

### **09:15–11:00 Föreläsning: Kultur på recept (KuR)**

Vad är Kultur på recept? Vad är *Social prescribing*? Hur kan dessa koncept fungera i praktiken? Vad är effekten för individers hälsa och välbefinnande och hur kan hälso- och sjukvårdssystemet gynnas? I denna föreläsning tittar vi på forskning från studier där KuR har använts i olika sammanhang och ser på begreppen ur ett kritiskt perspektiv. Preliminära resultat från forskningsprojektet KuR i primärvården presenteras.

Plats: LUX sal. Lärare: Anita Jensen

### **11.15-14.00 Grupp eller individuellt arbete inför examinationen (inkl. lunch)**

Plats: Fri placering på studieplatser i LUX.

### **Dans och rörelse**

### **14:00–16.00 Dans- och rörelseworkshop: Dansens potential**

Plats: LUX Personal matsalen, C212. Lärare: Birgitta Ahlsell

I workshopen kommer vi att samtala om dansens hälsoeffekter, men framför allt praktiskt erfara kroppens potential, genom dans och rörelse. Vi kommer att göra enkla guidade övningar tillsammans, med mycket fokus på kontakten till kroppen. Övningar som deltagarna sedan kan praktisera själva. Vi kommer att utforska olika sätt att röra oss i rummet, i relation till musiken, oss själva och varandra. Kroppen är involverad i allt vi gör och ständigt kommunicerande. När vi uppmärksammar och lyssnar till

informationen från kroppen och vårt inre stärks självkänslan och vi blir mer närvarande. Genom dans och rörelse blir vi mer förankrade i oss själva och vi får tillgång till vår livskraft och kroppens inneboende resurser. I dansen kan hela människan involveras, både kroppsligt, kognitivt, emotionellt och socialt.

## **Kurstillfälle 4. Torsdag 5 – fredag 6 december: Examination**

Tid båda dagarna: 09:15 –16:00. Detaljerade examensinstruktioner ges vid kursstart.

Plats: LUX sal (torsdag & fredag). Lärare: Anita Jensen & Max Liljefors

Kursen examineras genom att deltagarna redovisar sina idéer för hur konst och kultur kan integreras i de egna verksamheterna. Deltagarna utför uppgiften i grupp, baserat på ett gemensamt intresse för olika konstformer och aktiviteter samt på vilket slags verksamhet man arbetar inom. Redovisningen sker inför helklass. Lärare och de andra deltagarna ger feedback.