

# KULTUR OG SUNDHED



**3 X 5 = MEGET MERE**



Evaluering af kunstnerworkshops  
med plejehjemsbeboere, specialbørnehaver,  
familier, ungdomsklubber og  
ungdomsskoler i Vadehavskommunerne

UNIVERSITY COLLEGE  
SYDDANMARK  
UCSYD.DK

# FORORD

## KULTUR OG SUNDHED - 3X5 = MEGET MERE

Med dette hæfte vil vi gerne sætte fokus på, når kultur flytter grænser og gør en forskel.

Med afsæt i 18 workshops, som har været afholdt med forskellige professionelle kunstnere – og med forskellige udsatte målgrupper lige fra plejehjemsbeboere, en specialbørnehave, til familier, ungdomsklubber og ungdomsskoler i Vadehavskommunerne har Jens Juulsgaard Larsen, videreuddannelseschef, UC Syddanmark nyligt skrevet "en master", der tager afsæt i de afholdte workshops.

Omdrejningspunktet har været, om man kan "sans" effekten af kulturtilbud?

Er der tegn, som viser, at kulturen kan gøre en forskel og har en fremadrettet effekt – også i forhold til et sundhedsbegreb?

Vi har i dette hæfte bedt flere aktører, kunstnere og ikke mindst Jens Juulsgaard Larsen om at fortælle om oplevelserne i forbindelse med de afholdte workshops.

Det er af stor værdi i forhold til kultur og et udvidet sundhedsbegreb, at der nu er blevet sat fokus på mulighederne for målrettet aflæsning af de tegn og spor, et kunstnerbesøg kan sætte. Og vigtigt er det også, at der har været set på den efterfølgende virkning. Derfor er det os en glæde at kunne være med til at præsentere "et lille hjørne" af dette vigtige felt med projektet "3 x 5 = meget mere", som er støttet af Kulturaftale Vadehavet.

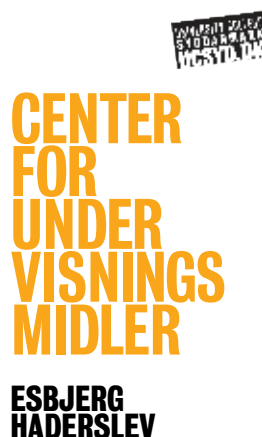
Vi håber på, at denne synliggørelse af kulturens værdi og betydning i forhold til udsatte grupper, kan bevirke, at der på sigt bliver mulighed for at tilbyde flere forløb med professionelle kunstnere i et krydsfelt mellem kultur og sundhed.

Rigtig god fornøjelse!

*Birgitte Boelt*

*Kulturformidler*

*Center for Undervisningsmidler, University College Syddanmark*



# KULTUR OG SUNDHED

## **Af Jens Juulsgaard Larsen UC Syddanmark**

Kultur, inklusiv kunst og æstetiske kunstneriske processer og oplevelser, er et vidensområde, der i sig selv rummer muligheder og spørgsmål nok til fordybelse.

Herudover er kunst og kultur gennem en række år, i forskellig grad og med varierende styrke, trukket ind i andre vidensområder, f.eks. i pædagogisk form af kombinationsbegrebet Leg og Læring, det psykologiske i form af dobbeltbegrebet Kulturel Intelligens og sundhedsområdet i form af koblingen mellem kultur og sundhed.

I koblingen mellem kultur og sundhed ser man muligheder for at bruge kulturelle og kunstneriske processer i en sundhedsfremmende proces. Kulturen tænkes her ind i et bredt sundhedsbegreb, som går fra at betragte sundhed som fravær af sygdom til at betragte sundhed som hvilende på livsglæde og det gode liv. Det kendes f.eks. fra motion på recept eller fra kunstterapiforløb i psykiatrien. Denne tilgang baseres især på Antonovskys teorier om salutogenese.<sup>1</sup>

I alle disse kulturens grænseområder er udfordringen at fastholde kulturens og de kunstneriske oplevelser, aktiviteter og processers egenart. Kunsten, legen, kulturen er sit eget formål og forandres, hvis den bliver til et middel til opnåelse af noget andet - f.eks. læring, sundhed, mersalg.

Vi har ønsket at sætte fokus på koblingen mellem kultur og sundhed især på den del, der drejer sig om at synliggøre koblingen. Hvordan kan man beskrive og synliggøre de effekter, som kunstneriske og kulturelle aktiviteter, oplevelser og processer har for en bredt defineret sundhedstilstand?

Gennem projektet: "**3 x 5 = meget mere**", som Vadehavets Kulturpulje og Kulturministeriet bevilgede midler til, har der været lejlighed til at eksperimentere med og skaffe sig viden om, hvordan denne synliggørelse kunne formes og italesættes. Projektets grundidé er at gennemføre 3 stk. kunstneriske/kulturelt skabende processer overfor 6 forskellige målgrupper.

Der anvendes professionelle kunstnere til de 18 arrangementer i projektet. Målgrupperne udvælges, så det er såkaldt udsatte grupper og/eller grupper, der har relativ få erfaringer med sådanne arrangementer.

Formålet med projektet er 2-delt. Dels at skabe kunstneriske processer, der får målgruppen til at motiveres til deltagelse i kunstneriske aktiviteter, dels at finde en model for at beskrive og observere sundhedsmæssige effekter ved deltagelse i kunstneriske aktiviteter.

### **Kort beskrivelse af de medvirkende målgrupper og de afviklede aktiviteter**

I Tønder Kommune var det *Projekt Stjernestunder*, der var samarbejdspart.

Stjernestunder er et samarbejde mellem kommunens sundhedsforvaltning og socialforvaltning. Målgruppen er udsatte familier i forståelsen af familier, hvor de voksne er ramt af længerevarende sygdom og/eller sociale faktorer, der gør, at familien betegnes som udsat - især i forhold til familiens børn. De 3 arrangementer var dels en workshop med en billedkunstner, en workshop omkring musik og rytmik dels en koncert for familier.

I Varde Kommune var det *Børnehaven Sol-sikken*, der var samarbejdspart.

Børnehaven er en specialbørnehave med 8 handicappede børn. Børnehaven er sammenhængende med en almindelig børnehave, så ved de 3 arrangementer var der børn fra begge børnehaver med som deltagere. De 3 arrangementer var her en koncert med musikerduo, en workshop omkring rytmik og musik samt en teaterforestilling med professionelt børneteater.

I *Esbjerg Kommune* var der 3 institutioner med.

*Bøndergårdsvejs Fritidsklub* er i dagtimerne en klub for de 10-13 årige og om aftenen en ungdomsklub for de 13-18 årige. Klubben ligger i et såkaldt belastet boligområde med mange 2-sprogede beboere. Klubben fokuserede i projektet på et stompforløb over 3 arrangementer med den samme kunstner. Forløbet kørte både i fritidsklubben og i ungdomsklubben.

<sup>1</sup> Antonovsky, Aaron: Helbredets mysterium, Hans Reitzels Forlag, 2002

*Klub Ringgården* er på samme måde en flerleddet klub som fritidsklub, pigeklub, ungdomsklub og weekendklub. Også denne klub ligger i et udsat boligområde og har stort set udelukkende 2-sprogede som medlemmer. I projektet fokuserede klubben på rap, dels at en professionel rapper samlede alle (inkl. forældre) i klubben til koncert, dels afholdt workshop for henholdsvis drengene og pigerne i klubben.

*Den Kommunale Ungdomsskoles 10. klasse tilbud* er sidste samarbejdspart i Esbjerg. Ungdomsskolen kører en række skoletilbud til særligt udsatte unge.

I projektet var det skolens 2 klasser for ikke-uddannelsesparate unge, der deltog. Også her blev der lavet et samlet forløb omkring STOMP, hvor samme kunstner arbejdede med begge klasser over 3 workshops.

til narrative fortællinger, som eleverne efterfølgende holdt fortælleeftermiddag for plejehjemmets beboere.

### EFFEKTER

Det blot at deltage i et kunstnerisk-kulturelt arrangement/workshop er i sig selv en effekt.

Der er flere i de forskellige målgrupper, der aldrig tidligere har deltaget i sådanne aktiviteter - og bl.a. klubberne i Esbjerg giver udtryk for, at det er disse børns eneste mulighed for at få sådanne oplevelser.

Så alene oplevelsen hos disse børn og unge kan give afsæt til flere kommende kulturelle aktiviteter.



På Fanø er det *øens plejehjem*, der er samarbejdspart; men forløbet har også inddraget en 6. klasse på Fanø Skole (Nordby Skole). Plejehjemmets beboere er svage ældre - de fleste med en grad af demens.

Det ene arrangement var med en billedkunstner, der lavede workshop for henholdsvis mandlige og kvindelige beboere. De 2 andre arrangementer var et sammenhængende forløb med en professionel historiefortæller, der indsamlede gode historier blandt plejehjemmets beboere og efterfølgende sammen med eleverne i 6. klasse bearbejdede disse

Hertil kommer, at der i de deltagende målgrupper har givet anledning til glæde og begejstring over deltagelse - og det har en effekt i forhold til fremtidig indsats.

### Eksempler

Stjernestunder i Tønder Kommune er nu et fast tilbud, og der vil også i 2014 blive arrangeret forskellige former for kunstnerisk-kulturelle aktiviteter/workshops.

Solsikken i Varde har aftaler med musikterapeut omkring længerevarende forløb om





rytmik og musik og vil fremover igen forsøge med musikforestillinger for de handicappede børn.

Bøndergårdsvejs Fritidsklub har indkøbt udstyr til STOMP og har et særligt STOMP-hold med til et DM for klubber. De laver STOMP-aktiviteter fremover. Ét af medlemmerne blev så optaget, at han selv derhjemme har købt og bygget STOMP-musikinstrumenter. Esbjerg Ungdomsskoles alternative 10. klasser har indkøbt udstyr, så de kan fortsætte med STOMP med egne musiklærere. Har planer om at lade STOMP indgå i skolens sommerafslutning.

Ringgårdens fritidsklub har set nye sociale relationer som følge af RAP-workshop. Én af de deltagende drenge fik et stort løft i selvtillid, så han nu fungerer som hjælper, når andre skal bruge lydudstyret.

Fanø Plejecenter bruger de producerede malerier som samtaleanledning med de ældre. Én af beboerne har fundet tegneglæde igen, og de har udvidet kredsen af

frivillige hjælpere med en person, der hjælper med tegne- og maleaktiviteter. På Fanø Skole kan man konstatere, at eleverne i 6. klasse i forskellige fag og i fremlæggelser gør brug af de fortælleteknikker, de fik ud af projektet. Samtidig deltager klassen i den kommende fortællefestival på øen og samarbejder her med den lokale pensionistforening om at skabe fortællinger.

## RESULTATER

Masterafhandling til masterstudie i børne- og ungdomskultur på Syddansk Universitet. Emne: Sundhed og Kultur.

I forbindelse med kombination af projekt og studie er der udviklet en observationsramme i forhold til en italesættelse af og observation af sundhedstegn som effekt af kunst- og kulturaktiviteter. Observationsrammen bygger på en salutogenesisk forståelse af sundhed.

Som afslutning på projektet afholdes den 24. marts 2014 formidlingsevent om sammenhænge mellem kultur og sundhed.



## DET SUNDHEDSMÆSSIGE ASPEKT

Den medicinske forskning har gennem flere hundrede år været centreret om at forske i sygdomme, og hvad der kan helbrede eller forebygge sygdomme i en forståelse af at sundhed er lig med fravær af sygdom, hvilket er udmøntet i patogenese (læren om sygdommenes opståen og udvikling). Men siden 1970'erne er der opstået en anden form for forskning på sundhedsområdet som forsker i sundheden, og hvordan sundhed opstår i den forståelse, at sundhed er meget mere og andet end blot fravær af sygdom. Dette går under betegnelsen salutogenese (læren om sundhedens opståen og udvikling).<sup>2</sup>

Salutogenesen som teori tilskrives især den israelske forsker, læge og professor Aaron Antonovsky.

Han præsenterer heri de grundlæggende ideer omkring forståelsen af de psykosociale mekanismer, der har indflydelse på vores helbred.

Grundelementet for det enkelte menneskes sundhed er følelsen af *sammenhæng* i sit liv. Jo højere følelse af sammenhæng, jo sundere er man, Gennem følelsen af sammenhæng får man en *robusthed* til håndtere livet. Antonovsky og andre forskere kalder det at *mestre* sit liv.

<sup>2</sup> Fredens m.fl. 2011, Sundhedsfremme i hverdagen, Munksgaard

Denne følelse af sammenhæng skal læres gennem det levede liv<sup>3</sup> og Antonovsky beskriver 3 centrale begreber<sup>4</sup>: *meningsfuldhed, begribelighed og håndterbar*. Begribelighed handler om livssituationen og tilværelsen, der skal opfattes som kognitiv forståelig, ordnet, sammenhængende og med tydelig information i modsætning til oplevelser af tilværelsen som kaotisk, usikker, tilfældig eller uforklarlig.

Håndterbar handler om tilværelsen, der skal opleves håndterbar og med en følelse af kontrol. Individet føler sig som subjekt og aktør i eget liv og ikke som offer for omstændigheder.

Meningsfuldhed handler om tilværelsen, der skal opfattes meningsfyldt og forståeligt følelsesmæssigt.

Individet oplever det meningsfuldt at investere følelsesmæssig energi og engagement i de udfordringer, situationer, problemer og krav, tilværelsen indeholder.

Jo mere vi oplever, at tilværelsen er meningsfuld, begribelig og håndterbar på trods af udfordringer, sygdom m.m., jo bedre vilkår gives følelsen af sammenhæng og dermed sundheden.<sup>5</sup>

<sup>3</sup> Kobling til Habermas ide om livsverden og systemverden

<sup>4</sup> Antonovsky, A.: Helbredets mysterium, Hans Reitzels Forlag, 2000

<sup>5</sup> Fredens, m.fl.: 2011



Følelsen af sammenhæng forhindrer ikke i sig selv, at man bliver syg, men i Antonovskys forskning er det to forskellige dimensioner. Der er en "syg-rask" akse, der handler om helbred og knyttet til den biologiske forståelse af sundhed og henter forklaringer på fænomener fra den naturvidenskabelige forskning, mens "Sund-Usund-aksen" er hentet fra det levede liv og handler om vitalitet, glæden ved og lysten til at leve, følelsen af at kunne håndtere livets udfordringer.

Derved bliver *Sundhed* en relativ størrelse i forhold til det enkelte individ, da folks forskellige temperamenter, personligheder, mål og drømme gør, at det, der er sundt for den ene, ikke nødvendigvis er sundt for den anden. Sundhed bliver derfor individuelt og personligt.

Det betyder, at skal man observere en sundhedsmæssig effekt af kunstnerisk skabende processer, bliver man nødt til at udvikle en observationsramme, der tager højde for denne individuelle, subjektive og kontekstafhængige forståelse.

### **OBSERVATIONSRAMME**

Derfor er der i projektet udviklet en observationsramme, der udover salutogenesens elementer bygger på teorier som fænomnologi, hermeneutik, Habermas' teorier om livsverden og systemverden, forskning i livskvalitet, resilienceforskning, Flow-teorien samt mestringsteorier.

Disse sammensættes med kulturforskning og viden, teorier m.m. om børne- og ungdomskultur (Flemming Mouritsen, Beth Juncker, Hans Georg Gademer m.fl.).

Der tages afsæt i begrebet TEGN fra den pædagogiske SMTTE-model.<sup>6</sup>

I SMTTE-modellen beskrives TEGN som sansindtryk - på hvilke måder skal vi kunne "se", at vi er på vej mod målet?

I den oprindelige model fastlægger man således på forhånd hvilke tegn, man vil lede efter. På den måde bliver tegnene både en hjælp i planlægningsarbejdet og undervejs i forløbet, hvor man kan justere, hvis man ikke observerer det ønskede/forventede. Samtidig er tegnene særdeles brugbare såvel i en evalueringsproces som i en observationsammenhæng.

I den aktuelle sammenhæng hentes begrebet TEGN fra SMTTE-modellen og udvikles til en observationsramme.

For det første er det ikke et spørgsmål om at bruge tegnene til at sige, om noget er rigtigt eller forkert eller for at fastslå, om man når et bestemt mål. Her er det et spørgsmål, om man ved hjælp af tegn kan få øje på sammenhænge mellem kultur og sundhed - altså der findes ikke et sæt rigtige sammenhænge, tegnene skal passes ind i.

For det andet skal observationen efter tegn være af en opdagende karakter. Man kan overveje forud og dermed have nogle forventninger til tegn; men samtidig skal man også kunne fange tegn, der ikke er overvejet eller forventet; men som optræder spontant i situationen.

Der skal skabes en parathed til accept af tegn, der opstår i situationen.



## TEGN omsat i den aktuelle projekt sammenhæng

De 3 kulturarrangementer fastlægges i samråd med de pågældende institutioner.

Forud for afviklingen er der kontakt til institutionen igen omkring det praktiske samt omkring en kort information om at se efter mulige tegn. Ved selve arrangementet er undertegnede tilstede, og sammen med kontaktpersoner på stedet observeres efter tegn på en sammenhæng mellem kultur og en bred sundhedsdefinition.

Observationen går på dels at se efter forud forventede tegn og samtidig være opdagende nysgerrig efter andre tegn, der opstår og som - måske - viser en sammenhæng.

Der optages også video og/eller foto såvel som dokumentation for arrangementet som observation for tegn.

I forbindelse med arrangementerne tales også med de professionelle kunstnere om deres oplevelser og observationer.

Et par måneder efter arrangementerne tages en opfølgende samtale med repræsentanter for arrangøren om tegn, der efterfølgende måtte være dukket op i tiden efter arrangementet.

Igen sker det med en forud forventede tegn og en opdagende nysgerrighed efter andre tegn, der er observeret.

Næste spørgsmål er, hvilke former for TEGN skal observatøren være opmærksom på?

I forhold til de centrale begreber vil det være TEGN, der kan tolkes som værende udtryk for:

- En særlig rettet bevidsthed om aktiviteten som fænomen
- En individuel bevidsthed
- De 10 kvaliteter ved æstetisk virksomhed<sup>7</sup>
- En fuldstændig optagethed af aktiviteten
- Flow<sup>8</sup>
- Nydelse
- Aktivitet, nysgerrighed, lærelyst
- Tilpasning af udfordringer til færdighederne
- Koncentration og fokus
- Anerkendelse med tegn på selvtillid, selvverd og selvrespekt<sup>9</sup>
- Kærlighed, frihed og solidaritet<sup>10</sup>

I forhold til teori-delen primært salutogenese vil det være TEGN, der kan tolkes som værende udtryk for:

- Oplevelse af sammenhæng
- Oplevelse af mening
- Oplevelse af indflydelse
- Oplevelse af begribelighed
- Oplevelse af håndterbarhed
- Mestring
- Robusthed
- Glæde, latter, smil, engagement
- Samarbejde, fællesskab, sociale relationer
- En legende tilstand med kendetegn på leg
- Selvtillid – tillid til egen formåen
- Evne til at overskue situationer
- Forhandling om regler og præmisser
- Forståelse af den kulturelle kontekst
- Velvære
- Dialog
- Erkendelser
- Aktivitet
- Samhørighed
- Selvfølelse
- Opsøge støtte
- Opbyggelse af identitet
- Egne æstetiske udtryk

Observationsramme	Under aktiviteten	Efter aktiviteten
Forventede TEGN (hypotese)		
Ikke-forventede TEGN (tolkning i konteksten)		

<sup>7</sup> Astring, B. og Sørensen, M.: Æstetik og Læring, Hans Reitzels Forlag, 2006

<sup>8</sup> Csikszentmihalyi, M.: Flow – optimaloplevelsens psykologi, Dansk Psykologisk Forlag, 2006

<sup>9</sup> Honneth, A. (2006). Kampen om anerkendelse - sociale konflikters moralske grammatik. København: Hans Reitzels Forlag

<sup>10</sup> Honneth, A. (2006)



## **UDVALGTE OBSERVATIONER**

Der ligger et omfattende video- og fotomateriale fra de 18 arrangementer.

Hertil kommer optagelse af samtaler samt noter fra observationerne.

Der er her udvalgt enkelte observationer i forhold til nærmere beskrivelse. Det er ikke her opgaven at gennemgå samtlige observationer omkring alle medvirkende.

Der er også en del af de medvirkende, hvor der ikke er observeret, hvad der kan tolkes som relevante TEGN. Det betyder ikke, at der ikke er tegn, de er blot ikke observeret.

Den følgende beskrivelse er således et udvalg af observationer fra de 6 målgrupper.

Et udvalg, der i den givne kontekst kan tolkes som udtryk for en sammenhæng mellem kultur og sundhed og i overensstemmelse med observationsrammen.

I selve udvalget af observationer er der foretaget en vurdering og analyse om, at de ligger inden for det opsatte undersøgelsesfelt. Dette begrundes ved de enkelte observationer og i tilknytning hertil sættes en tolkning med reference til teori og begreber.

### **Stjernestunder i Tønder Kommune**

Den udvalgte observation ligger fra den første workshop i billedkunst.

Billedkunstner Rick Towle starter med en opgave omkring et navnebillede. Drengens Rasmus går i gang og får med sin tegning skabt en form for grafisk mønster af sit navn.

Allerede her er han begyndt at være optaget. Han kan godt lide sit eget billede og det udtryk, han fik skabt og er glad for den anerkendelse, han får hos Rick og de andre deltagere. Rasmus får gennem workshoppen lavet 7-8 tegninger, og man kan se, hvordan hans streg bliver mere sikker, og hans stil udvikler sig. Det bliver mere sikkert, og tegningerne får et personligt præg.

I takt med anerkendelsen vokser hans egen fornemmelse for, hvad han kan. Højdepunktet kommer, da han tegner en fugl efter et foto. Fuglen får helt sit eget udtryk og står meget tydeligt som et personligt kunstnerisk produkt. Undervejs har han været helt opslugt og næsten ikke holdt pause.

Med fuglen får han stor ros og anerkendelse. Han prøver efterfølgende også at tegne andet; men vender tilbage til formen med fuglen – her er han ved noget, han kan.

Da workshoppen slutter, er han meget omhyggelig med at få samlet alle sine tegninger sammen. De skal med hjem, og han har med sin mor aftalt, at billedet af fuglen skal indrammes.

Rasmus her vokser tydeligt med opgaven. Han får anerkendelse, udvikler selvtillid og bliver sikker på sin egen formåen. Han er optaget og fordybet - i flow - og udviser glæde ved anerkendelsen og glæde over sine tegninger.

I den konkrete kontekst har han fundet et ståsted, der giver mening for ham, og han kan mestre det, han har behov for.

### **Børnehaven Solsikken, Varde Kommune**

Børnehaven er en specialbørnehave for handicappede børn. De fleste af børnene har ikke noget normalt sprog, men bruger lyde.

Andre er meget urolige og bevæger arme eller ben det meste af tiden. Andre er multihandicappede med ansigtsmimik som en af få muligheder for at give udtryk for oplevelser. Her er den udvalgte observation fra teaterforestillingen. Teatergruppen Madam Blå viste deres sansemættede forestilling om årstiderne. Forestillingen rummer både oplæsning, tale, sang og musik og har en opbygning med mange delelementer med lyd - ting, man kan se - ting, man kan føle på og høre, f.eks. dryppende vand.

Der er flere udtryk for den påvirkning, forestillingen har på børnene. Ved et par af børnene ses tydeligt, at selve musikken og lydene får dem til at være stille også kropsligt. De bliver rolige og efterhånden afslappede som en reaktion på lydene. Der optræder en form for velvære.

Forestillingen bruger flere store paraplyer, der kan klappes ud, og som inden under rummer ting, der svarer til årstiden, og som også indeholder lyd - f.eks. små runde hvide plader, der illustrerer sne eller en masse tørrede blade ved efteråret. Hver gang, der sker et skift af årstid, går skuespillerne rundt med paraplyen og kommer tæt på de enkelte børn, så de kan se, røre og høre.

Den multihandicappede dreng får hver gang et overrasket udtryk i ansigtet, som derefter opløses i et stort smil. Det må med personalets hjælp tolkes som udtryk for en glæde over oplevelsen som en æstetisk oplevelse, der giver mening.

En anden af drengene kommer med begejstringsudbrud over forestillingen. Han har ikke et sprog, men lyde, og personalet kan høre på lydene, om drengen er tilfreds eller vred eller bange osv. Lydene, der kommer under forestillingen, er alle i kategorien tilfredse, indtil det går op for ham, at forestillingen er slut. Så bliver lydene utilfredse. Tolkningen er, at han nyder den æstetiske oplevelse og er glad og føler velvære.

Han ønsker at fortsætte i den tilstand, som måske kan tolkes som en form for flow.

### **Esbjerg Kommune**

De 3 medvirkende steder i Esbjerg Kommune (Klub Ringgården, Bøndergårdsvejs Fritidsklub og Esbjerg Ungdomsskoles alternative 10. klasse) har en række fællestræk.

Deltagerne er unge - i de fleste tilfælde betegnet som udsatte - og de har alle valgt en kunster, der skal lave 3 workshops i det samme - altså en form for et forløb. To af dem bruger musikeren Jesper Falch til et STOMP-forløb, og et sted bruger de rapperen Andy Up til et rap-forløb.

Jeg har allerede i indledningen og i relation til begreber og teori beskrevet de udvalgte observationer. Fælles for dem er anerkendelsen og stoltheden over at have optrådt - også det at klare udfordringen og netop optræde. Det kan tolkes over i en større selvtillid, en mere sikker fornemmelse af egen formåen og især en glæde over anerkendelsen og produktet. I Bøndergårdsvejs Fritidsklub beretter de om, at deltagerne møder til tiden - endog før - det er nyt, ligesom de ikke vil stoppe og holde pause. De vil blive i og fastholde oplevelsen - i flow. Alle tre steder fortæller, at deltagerne omtaler kunstneren som "vores" og bruger nogle af de udtryk, der blev brugt under workshop-pene. Alle steder har de googlet kunstneren og set klip fra andre optrædere.

I Ringgården fortæller de, at Ahmed er steget i hierarkiet og også påtager sig et ansvar - f.eks. er han den, der hjælper og underviser andre, der vil bruge musikanlægget.

I ungdomsskolen fortæller de om et markant bedre socialt fællesskab i klassen - en bedre sammenhængskraft - der er skabt sammenhæng, situationen har været håndterbar for dem, og de er lykkedes med at overskue situationer. Der fortælles om stor tillid til hinanden i klassen.

Flere har fået styrket selvtilliden gennem aktivitet, samhørighed, øget selvfølelse og ikke mindst glæde. Selv de mest cool attituder fra ungdomsskolen kan man på videoerne fra workshop-pene se smile, når de lige glemmer attituderne. Der er rigtig megen glæde og smil på optagelserne.

### **Fanø plejehjem og Fanø Skole**

De udvalgte observationer er fra forskellige workshops for de to deltagende institutioner. På plejehjemmet stod billedkunster Rick Towle for en workshop i billedkunst. Blandt deltagerne på mændenes workshop var Erik. Han havde haft en blodprop og var blevet delvis lam og sad i kørestol. Han tegnede først et mønster og farvelagde en del af mønstret. Da han var færdig, blev han bedt om at sætte sin signatur på den. Det er en lidt maskinagtig skrift - sirlig printet.



Senere i workshopen tegner han pludselig en spændende komposition med sneglehuse og konkylier på stranden, og da han denne gang skriver under, så er der sket noget med underskriften. Den har fået sving og krummelurer.

Det er tydeligt, at Erik har fundet sin selvtillid som tegner igen. Han opbygger sin identitet igen. Han oplever, at det giver mening, og han er sikker på sin formåen. Det er begribeligt og håndterbart for ham. Det viser sig, at han var arkitekt og tidligere har tegnet og malet meget, men helt havde lagt det på hylden som umuligt efter sin blodprop.

Da hustruen kom og så resultatet, græd hun og fortalte, at de havde staffeli m.m. liggende pakket ned derhjemme. Det er nu fundet frem igen, og plejehjemmet har fundet en frivillig, der kommer og forestår tegning og maleri en gang i mellem. På plejehjemmet fortæller de også, at de mange malerier, der blev produceret, hænger rundt på gangene. De giver anledning til, at man kan bruge dem som samtaleemne, mens man bringes, selv går eller kører rundt på gangene hen mod spisestuen og retur. Så tegningerne og billederne har været med til at skabe en social sammenhængskraft og dialog. Der er skabt en samhørighed.

På Fanø skole havde de besøg af fortælleren Hans Laurens. Han besøgte først plejehjemmet og fik en række historier med fra nogle af beboerne.

Disse genfortalte han for eleverne i 6. klasse.

Eleverne fik også en række tips og træning i at fortælle. Derefter skabte de nye skrøner af plejehjemsbeboernes historier. De besøgte så plejehjemmet og fortalte deres nye historier for beboerne.

Det interessante var, at et par af beboerne kunne genkende deres historie og så bygge videre igen på elevernes fortælling.

6. klasses lærer fortæller, at selve oplevelsen har været stor; men især det at stå og fortælle har givet selvtillid, og den anerkendelse, de mødte, har betydet et løft for klassens sociale sammenhængskraft. De har fået en tro på, hvad man kan. Det kan spores i andre fremlæggelser og produktioner.

Så tolkningen her siger selvtillid, samhørighed, mening, mestring og glæde.

## KONKLUSION

Generelt har det været et spændende projekt, hvor mange forskellige målgrupper og kunstnere har skullet spille sammen.

Det har været en udfordring, at observationerne har skullet fokusere på andet end kulturprocessen, nemlig koblingen til sundhedsbegrebet.

Opgaven har blandt andet været at finde en måde at synliggøre koblingen mellem kultur og sundhed. Det skulle ske på en måde, der var håndterbart og kunne italesættes.

Disse kriterier er projektet lykkedes med. Begrebet Tegn giver en synlighed, der kan skabes dialog og mening omkring. Det er ved opbygningen med centrale begreber og teori gjort håndterbart.

Det er naturligvis kun et lille udsnit af de mange observationer, der er anvendt, så brugbarheden kan ikke siges at være påvist i forskningsmæssig forstand, men tendensen er tydelig. Den metodiske tilgang er brugbar og opfylder problemformuleringens ønske om synliggørelse, italesættelse og håndterbarhed.

I forhold til, at det, metoden skal bruges til, nemlig at vise effekten af kulturelle aktiviteter på deltageres sundhed i en salutogenesisk forståelse, så er konklusionen heller ikke evidensbaseret alene af dette lille projekt; men der er tydelige tegn på, at den salutogenesiske ramme korresponderer fint med kunst- og kulturaktiviteter med æstetiske processer.

I projektet er der en række eksempler på, at det påvirker selvfølelse, glæde, selvtillid, anerkendelse, samhørighed og velvære, når det står på, mens det er svagere i de valgte eksempler at se effekten på lidt længere sigt. Det vil kræve en anden form for observation.

Det giver mening at anvende kultur og æstetiske skabende processer på en måde, så en bieffekt kan være en sundhedseffekt i et salutogenesisk perspektiv.

Sammenfattende har projektet vist, at der findes mulige veje for at synliggøre og dokumentere effekter i forhold til vanskelige begreber som glæde, selvtillid, mestring, mening, velvære, samhørighed, selvfølelse m.m.



# KUNSTEN SOM SUNDHEDSSKABENDE STRATEGI

## Af Rick Towle, billedkunstner (BKF)

I forbindelse med en masterafhandling deltog jeg som professionel billedkunstner i et forskningsprojekt, hvor jeg skulle tilrettelægge kreative maler- og tegneworkshops for udsatte familier i Ribe og ældre demente på et plejehjem på Fanø.

I mit første projekt planlagde jeg en afslappet tegne- og maleriworkshop, så forældre og børn med sociale problemer kunne være sammen på en sjov, kreativ og skabende måde.



Workshoppen foregik i en spejderhytte beliggende i et naturskønt område i nærheden af Ribe. Jeg startede med et kort oplæg om tegning som den mest basale visuelle udtryksform og fortalte om forskellige tegneteknikker og grafiske udtryk samt en kort introduktion til materiale. Børn og forældre arbejdede først sammen om fælles tegneprojekter og efterfølgende med individuel opgaver.

I starten arbejdede de med enkle tegneopgaver for at blive fortrolige med deres personlige streg - derefter med muligheder for at udtrykke følelser gennem streg, rytmi, figur, form, lys og mørke. Vi eksperimenterede med forskellige tegneredskaber og tegneopgaver, hvor alle kunne være med. Forskellige aldersgrupper skulle lære at lege sammen igennem æstetiske processer, hvor tegning og farver fungerer som et fælles sprog med visuelle udtryk, følelser og tanker - en helt ny måde for både voksne og børn at være sammen på.

De opnåede en ro og et kreativt samvær gennem leg og eksperimenter med grafiske udtryk og farve- og formundersøgelser. Ved enkle øvelser og opgaver lærte børn og voksne nye værktøjer og teknikker, som de kunne fortsætte med efter workshoppen afslutning. Kontaktpersoner og de sociale rådgivere kunne iagttage og registrere, hvordan glæden og lysten til at lege sammen voksede for både begge parter ved workshoppen. Der blev skabt en ny ramme for fælles aktiviteter og interesser ved kunstneriske udfoldelser.

De deltagende familier lærte at være sammen om en fælles interesseområde og kunne kommunikere på en non verbalt og kreativ måde. De opdagede et nyt fælleskab gennem billedsproget, hvor de kunne udveksle og udtrykke følelser og ideer gennem streg, figur og farver. Alle deltagende familier var glade og stolte over deres kreative udfoldelser og de nye måder, hvorpå de kunne være sammen.

Den anden workshop foregik på et plejehjem med demente ældre patienter i Nordby på Fanø. Workshoppen blev opdelt, så jeg først arbejdede med kvindelige demente - dernæst med de mandlige demente patienter. Plejepersonalet var med til at støtte de patienter, som sad i rullestole eller var fysisk besværet eller problemer med at forstå mine instrukser.

For at gøre patienter fortrolige med tegning som visuelt udtryk fik de meget enkle tegne- og materialeøvelser. De arbejdede med grafitstifter på stort papirark og med enkle grafiske øvelser, så de igen kunne mærke glæden ved at kunne tegne og udtrykke sig frit.

Efterhånden lærte de at arbejde med geometriske former, som kunne kombineres i en form for grafiske mønsterbilleder.

Derefter gik vi over til øvelser med varme og kolde samt complimentær farver. Patienternes glæde ved at udtrykke sig med pensel og farver kunne tydeligt mærkes af personalet.

Værkerne blev løbende hængt op i det lille værksted, så de kunne se egne og andres kreative arbejde. Patienter begyndte at tale om billederne og kunne huske fra tidligere

i deres liv, hvor de havde tegnet og lavet billeder. De var glade for at udtrykke sig igennem billeder og der kom mange erindringer og minder frem under vores workshop. Plejepersonalet bemærkede også patienternes glæde og udvikling ved workshoppen - det var en rar oplevelse for begge parter, som blev enige om, at de ville prøve at arrangere flere tegne- og malerworkshops som en fast aktivitet til gavn for patienternes velvære.

Samværet og samtalen omkring deres billeder var også med til at stimulere og give patienterne en ny måde at udtrykke følelser og erindringer.

Som professionel udøvet billedkunstner kunne jeg mærke den positive og gavnlige virkning disse kreative tegne- og malerworkshops fik på både udsatte familier og ældre demente patienter.

Lysten og glæden ved at udtrykke sig gennem billedsprog, og den nærvær og det meningsfulde samvær var tydelige resultater for begge workshops. Kunsten har et stort potentiale til at forbedre livskvalitet og skabe velvære blandt mennesker.





# FORTÆLLEHISTORIER PÅ NORDBY PLEJECENTER OG NORDBY SKOLE

## *Af Hans Laurens, fortæller*

Det var med lidt sommerfugle i maven, jeg ankom til Nordby plejecenter for at interviewe nogle af beboerne.

Det havde jeg slet ikke haft grund til.

De var søde og snakkesagelige og ville gerne fortælle fra deres lange liv på Fanø.

Det var ældre mennesker, og deres beretninger kunne have huller og referencer til steder og mennesker, jeg ikke kendte. Det blev en fantastisk eftermiddag.

Næste dag skulle jeg møde 6.B på Nordby Skole. Jeg havde forberedt en række genfortællinger af de historier, jeg havde fået dagen før på Plejehjemmet.

Ideen var, at elevernes nysgerrighed skulle vækkes for historierne og for gamle dage på Fanø. Hullerne i historierne, var de steder en historie åbner sig og kan udvide sig og blive til en fortælling og en skrøne. På den måde kom eleverne til at arbejde med de gamles historier på samme måde som forfatteren af historiske noveller må digte til for at skabe en troværdig helhed ud af de ofte mangelfulde facts, de har.

Eleverne tog udfordringen op og skabte en række sjove, vilde og overraskende historier ud af de gamles beretninger.

Anden del af opgaven var at fortælle historien eller rettere performe historien så lytterne bliver fanget.

Vi øvede og øvede, og efterhånden fik de styr på nerverne og opbygget det mod, der skal til for at stå frem for fremmede.

Det er præcis det, der altid er mit mål med at undervise i mundtlig fortælling.

Lære eleverne at skabe fortællinger ud af et givent materiale. Bearbejde dem uden at skrive ned og få tillid til hukommelsen.

Og sidst men ikke mindst få modet og selvtilliden til at stå frem.

På den måde blev historierne først transmitteret til børnene, som lærte.

Eleverne i 6B gjorde det, og de gjorde det rigtig godt og etablerede derved en lille varm dialog med de gamle.







## FORTÆLLINGEN BYGGEDE BRO MELLEM BØRN OG GAMLE PÅ FANØ

*Af Benny Schmidt, klasselærer*

6B på Nordby Skole tager gerne handsken op, når de stilles over for en udfordring.

Det var dog med lidt rystende hånd, at klassen i efteråret 2013 gik ind i et samarbejde med historiefortælleren Hans Laurens.

Normalt foregår klassens fremlæggelser i trygge rammer på skolen; men denne gang skulle eleverne på plejehjemmet for at fortælle skrøner for de gamle.

Det fik de fleste elever til at svede, og spørgsmålene var mange.

Eleverne skulle dog ikke gribe historier ud af luften - Hans havde en plan!

Han besøgte nemlig først plejehjemmet, hvor han fik et par håndfulde gode historier, som dog havde det til fælles, at de var ret ufuldstændige.

Der manglede simpelthen informationer i historierne, så de stillede en masse spørgsmål.

Og det var her eleverne kom ind i billedet, for de skulle fylde hullerne, så historierne blev komplette.

Eleverne overtog historierne og gav dem et nyt liv. Der blev lagt til og trukket fra, og efter et par dage var eleverne klar til at præsentere historierne for plejehjemets beboere.

Der blev grint og klappet, da eleverne fortalte skrønerne, som jo var bearbejdet til næsten ukendelighed.

Flere af historiernes ophavsmænd genkendte dog deres historier, og det kom der nogle gode snakke ud af.

Det blev en dejlig dag på Fanø Plejecenter.

Efterårets fokus på historiefortællingen medførte, at eleverne blev mere selvsikre som formidlere, og de har større tro på egne evner. Da klassen efterfølgende blev indbudt til at deltage i National Fortælldag den 24. januar, valgte halvdelen af klassen at stille op. Det var ulønnet, en fredag aften, og foran en masse ukendte mennesker; men alligevel stillede de op og gav den fuld skrue med nye, hjemmelavede skrøner.

Det kan man da kun vippe anerkendende med kasketten for!

# PROJEKT STJERNESTUNDER

Et samarbejde mellem  
kompetencecentret og Sundhedsafdelingen

**Af Ann Møller Gram,  
projektkoordinator Tønder Kommune**

Selvom det var dejligt vejr udenfor, var de fleste deltagere meget optaget af at lave billeder.

Det, at forældre/barn i fællesskab havde lavet et billede, var de efterfølgende meget stolte af.

Det var en god måde at være sammen på.

Musik og sang var en god afslutning på lejren. Jeg tror, en af drengene efterfølgende er begyndt at gå til spil.

Deltagerne var alle glade for lejren, og vi var glade for at kunne tilbyde gode aktiviteter, der var med til, at det blev så god en lejr.



# BESØG I KLUB RINGGÅRDEN



## **Af Andreas Seebach - AndyOp, rapper**

Besøget i Klub Ringgården var en helt særlig oplevelse.

De unge mennesker, der går der, er egentlig ikke så meget anderledes end alle andre unge i det her land, og så alligevel.

De fleste af dem har det til fælles, at de bor i et udsat område og ikke har dansk som modersmål.

De har det svært i skolen og vælter sig ikke ligefrem i succesoplevelser.

Men de kan rappe. Eller de vil i hvert fald gerne. Hvis de ellers bare turde.

Som kunstner er noget af det vigtigste for mig, at folk kan relatere til det, jeg laver. At de kan bruge det til noget og blive inspireret. Se tingene fra en anden vinkel eller måske bare få et smil frem.

Allerbedst er det, når det lykkes at tænde en gnist og sætte gang i noget. Og det skal jeg love for, at det gjorde i Klub Ringgården.

En nervøs start blev afløst af en mindre åbenbaring, da nogle af drengene fandt deres indre rapper frem og viste nye sider af sig selv. Sider som de formentlig altid har haft, men bare ikke har været i kontakt med før. De fandt en udtryksform.

De skrev løs og rappede på fuld hammer, og de kunne slet ikke stoppe igen.

Drengene, der normalt ikke kan sidde stille og har svært ved dansk sad pludselig dybt koncentreret og skrev rim og tekster om deres liv – på dansk.

Det var ren magi, en utrolig forvandling. Og man kunne se det i øjnene på dem. Der var lys.

De fik en succesoplevelse, de fandt noget, de var gode til, og de fik krydset nogle grænser. At arbejde usædvanlig fokuseret er én ting, at optræde foran andre mennesker noget helt andet. De gjorde begge dele.

En af dem lagde et billede af mig og gruppen op på Facebook med teksten "Den bedste dag i mit liv".

Det gjorde stort indtryk på mig, både som kunstner og som menneske.





## JESPER FALCH'S ERFARINGER

### ***Af Jesper Falch, musiker***

Jesper Falch har i projektet '3x5 = meget mere' besøgt Esbjerg Ungdomsskole.

Her har Jesper Falch arbejdet med både 10. klasse samt den flerkulturelle klasse.

Kursets omdrejningspunkt har været det levende møde med en kunstner – i dette tilfælde en musiker, som fik eleverne til både at danse, synge, rappe og spille på STOMP-instrumenter.

Vi har lavet SSB, Sang Spil og Bevægelse – et koncept, hvor musikken erfares auditivt, visuelt og kropsmotorisk.

Eleverne har gennem det musikalske forløb oplevet fællesskabet blive styrket, fordi alle har kunnet være med - på hver deres niveau.

Alle har kunnet bidrage med noget og følt sig set og værdsat.

Slutteligt men ikke mindst, vil jeg sige, at der har været meget god opbakning og alle eleverne har udvist stor motivation og glæde og er mødt op til alle timerne med positiv forventning om, hvad der skulle ske.

En fornøjelse at arbejde med unge mennesker og se hvordan musikken kan være med til at 'rykke' indenfor flere områder.



