

”Kreativitet och konst
som arbetsmetod för
personcentrerad vård och
arbetstagarnas välmående”



Hyvinvoiva hoiva

6.10 2021

Heli Vaartio-Rajalin, Åbo Akademi/Hälsovetenskaper

Biträdande professor i gerontologisk vård, Docent i klinisk vårdvetenskap

Kreativitet? Konstnärlighet?



- Kreativitet (latin *cre'o* 'skapa', 'frambringa'): förmåga till nyskapande, till frigörelse från etablerade perspektiv. Kreativitet handlar om att frambringa nya idéer, vara originell, genomföra idéerna och att bearbeta dem - skapa något nytt.

<https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/kreativitet>

- Konstnärlighet: någonting som avser eller utmärker en konstnär eller konst, en person som har naturlig begåvning för konst (jmf. karaktärsdrag), eller en resultat av någonting som har värde som konstnärlig

<https://sv.wiktionary.org/wiki/konstn%C3%A4rlig>

- Konstarter: bildkonst, (måleri, teckning, grafik, videokonst), musik, litteratur, teater, dans, arkitektur, skulptur
- Handarbete (*crafting, crafting arts*): stickandet, virkandet, vävandet, tuvandet, mosaik, glasarbete, lederarbete, träarbete, metallarbete osv.

- Kreativitet och konst kan användas passivt eller aktivt för att förstå eller uttrycka den andras eller de egna upplevelser och känslor, och lära sig av det = skapa mening av någonting man har upplevt, eller upplever som bäst; därmed att skapa nya färdigheter
 - emotionell lättnad (kris typ allvarlig sjukdom, tung behandling)
 - självkänedom
 - social interaktion, socialt välmående
 - sensorisk stimulering

→ Man kan njuta av att ta emot konstnärliga insatser (*receptive art engagement*) eller att göra/delta i konstnärliga processer (*active art engagement*)

Noice T, Noice H, Kramer AF. Participatory Arts for Older Adults: A Review of Benefits and Challenges. *Gerontol* 2014; 54(5): 741–753. DOI: 10.1093/geront/gnt138

Kreativitet och konst (*art making*) som arbetsmetod inom vård och omsorg

- Istället av fokus i symptom, funktionsförmåga, diagnoser och problem man borde ha fokus minst lika mycket i potential (ens förmågor, resurser) och tillfredsställande aktiviteter (vad hämtar njutning, tillfredsställelse)

“like a plant needs soil, water, and sunlight, so do people need autonomy, relatedness and competence to grow”

- Vårdkonst (*nursing art*): vårdteoretiker Watson, Rodgers, Abdellah, Widenbach och Parse har definierat vårdandet som konst:

“the intentional creative use of oneself, based upon skill and expertise, to transmit emotion and meaning to another. It is a process that is subjective and requires interpretation, sensitivity, imagination, and active participation”.

Jenner CA. The Art of Nursing: A Concept Analysis. Nurs For 1997; 32(4): 4-11.

<https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.1997.tb00970.x>

” nursing is an aesthetic knowledge (art), where the nurse must make use of his/her internal creative resources to transform others’ experiences”

Chinn P, Kramer M. Theory and Nursing integrated knowledge development. 5th ed. Missouri: Mosby; 1999. Chapter 1, Nursing’s fundamental patterns of knowing: 1-15.



- **Konstterapi:** målet att reflektera ens upplevelser/livslopp, anpassa sig till förändringar och utmaningar (psykiska, fysiska, sociala, existentiella) med en utbildad terapeut (register Tillstånds- och tillsynsverket för social- och hälsovården)

Knill PK, Levine SK, Levine EG. Principles and Practice of Expressive Arts Therapy: Toward a Therapeutic aesthetics. London: Jessica Kingsley Publishers; 2014.

- **Expressiv konstterapi:** fokus i process, inte i resultat – olika konstarter kombineras för att finna vägar att uttrycka sig och förstå sina känslor och handlingar

Rogers N. The Path to Wholeness: Person-Centered Expressive Arts Therapy. In: The Creative Connection: Expressive Arts as Healing, Science and Behavior Books; 2006.



Personcentrerad vård

- Passiv eller aktiv deltagandet i konst skapar möjligheter för personliga berättelser (narrativer)
 - Hur jag upplevde besöket till museum/konstutställning/teatern/konserten/trädgården/sinnenas rum
 - Hur jag upplever en viss föremål/dikt/bild/tavla/låt/pjäs/skulptur/färg/doft
- Vad tänker jag medan jag gör någonting kreativt
- Vad har jag upplevt tidigare, vad påminner det här mig om

= värderingar, önskemål, upplevelser, känslor

= vad är viktigt för mig, vad ger mig mening och tillfredsställelse

= väsentlig information för personcentrerad vård: respekterande planering, förverkligandet och evaluering av de bästa aktiviteter och handlingar för just mig, just här och nu



Ekman I, Swedberg K, Taft C, Lindseth A, Norberg A, Brink E, et al. Person-Centered Care — Ready for Prime Time. Eur J Card Nurs 2011; 10(4): 248-251. <https://doi.org/10.1016/j.ejcnurse.2011.06.008>.

McCormack B, McCance TV. Development of a framework for person-centered nursing. J Adv Nurs 2006; 56(5):472-479. 10.1111/j.1365-2648.2006.04042.x

Kitwood T. Dementia reconsidered: the person comes first. Open University Press, 1997.

- jmf individuell vård...

Open air museums provide unique opportunities to work with reminiscence for people with dementia. By providing a whole setting of an outdoor area, a house or a flat fully equipped with furniture and objects that can be used, all senses are activated. This book is based on the findings from the EU-funded project Active ageing and Heritage in Adult learning where five open air museums and three universities worked together to develop and evaluate reminiscence activities for people with dementia. There are also useful guidelines for other cultural heritage organisations wishing to work with reminiscence activities, as well as suggested course curriculums for providing learning opportunities for relatives or professional carers.



Reminiscence in open air museums

Results from the Erasmus+ project Active Ageing and Heritage in Adult Learning



ARTS EQUAL
POLICY BRIEF
1/2020

Toimenpidesuositus on suunnattu terveyspalveluja tuottaville tahoille, taidetta ja taidetoimintaa tuottaville palveluntarjoajille, sose- ja kulttuurialan kouluttajille ja opiskelijoille sekä näistä aloista vastaaville päättäjille.

Suosituksen tarkoituksena on kannustaa terveyspalvelujärjestelmää huomioimaan terveyden kulttuuriset ulottuvuudet ja integroimaan kulttuuria ja taidetta osaksi terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä.

Taru-Anneli Koivisto
Kai Lehtikoinen
Pauliina Lapiro
Liisa-Maria Lilje-Viherlampi
Sanna Salanterä

Kulttuuri ja taide sairaalassa ja muissa terveyspalveluissa

Kuva: Turun ammattikorkeakoulu, Taikasydän / Satu Aalto

- Den närmaste/vårdaren skall aktivt uppmuntra till personliga berättelser:
 - Du stickar fina strumpor, vill du berätta mer om det
 - Du har många tavlor/böcker/cd-skivor, vill du berätta om dem
 - Berätta mig hur det är/var att...
 - Vilken bok/dikt/bild/tavla/pjäs osv. är/har varit viktig för dig, varför
 - Rita/måla/skriv/sjung osv. hur du upplever dig/din kropp just nu
- Att göra någonting kreativt/konstnärlig tillsammans med andra (sina närmaste, andra klienter/patienter/boenden) har visat sig öka förståelse för den andras situation, livsvärld och beteende, utveckla gruppidentitet, minska ensamhet och social isolering, samt minska eventuella maktförhållanden

→ måla/spela/sjunga/dansa/göra kollage tillsammans, dela upplevelser nonverbalt och verbalt

Horhagen S, Josephsson S, Alsaker S. The use of craft activities as an occupational therapy treatment modality in Norway during 1952–1960. *Occ Ther Int* 2007; 14(1): 42–56. DOI: 10.1002/oti.222

WHO Regional Office for Europe. 2019. Intersectional action: art, health and well-being. http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0015/413016/Intersectoral-action-between-the-arts-and-healthv2.pdf?ua=1.

- I personcentrerad vård (eller i expressiv konstterapi) behöver vårdaren inte vara en utbildad terapeut, och klienten/patienten/boende inte en konstnär – men vårdaren skall veta vad kan göras, med vem/vilka, hur, varför och om det medför eventuella risker; och möjliggöra kreativa och konstnärliga aktiviteter
- Efter egna studier inom expressiv konstterapi började jag leta efter faktakunskap om kreativitet, konst, konstterapi och hälsa, vårdandet → en översiktsartikel från alla vetenskapliga studier publicerade mellan 2010-2020 (databaser CINAHL, EBSCO, Medline and ERIC)



Vaartio-Rajalin, H., Santamäki-Fischer, R., Jokisalo, P. & Fagerström, L. 2020. Art making and expressive art therapy in adult health and nursing care – a scoping review.

International Journal of Nursing Sciences 8, 102-119. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2020.09.011>

- 42 studier
- av vilka 27 hade fokus i aktiv kreativitet och konst (art making)
 - allt från primärvård till specialsjukvård, från anstaltsvård till öppen vård, målet att underlätta ångest eller stöda den individuella anpassningen
 - deltagare oftast >65 åriga, kvinnor, av vilka två kunde inte prata (stroke, demens)
 - valet av konstverk gjordes oftast av klienten men vårdaren/forskaren ansvarade över det trygga materialvalet
 - i majoritet av studier den personliga berättelsen vad är en del av skapandeprocess, medan i några producerades berättelsen efteråt
 - i 7 av 27 studier gjordes aktiviteter i grupp
 - enbart i 1 studie patientens närmaste var med i aktiviteten
 - i 1 studie vårdaren gjorde konstaktiviteten på basen av klientens berättelse!

Art making activities	Outcomes
Listening to music	Less wandering for a person with dementia [48] In group: Mental well-being [43]
Coloring	Less wandering in dementia [48] In group: Lower anxiety [38]
Modelling clay	Enhancement of own cognitive capacities [61] Together with a near-one: Enhancement of own cognitive capacities [49] Social inclusion [56] Together with a near-one: Social inclusion [49] Together with a near-one: Quality of life [49]
Singing	In group: Mental health [39] In group: Personal growth [39] In group: Human connectivity [39]
Dancing, moving	Mental health [40], In group: [39] In group: Personal growth [39] In group: Social inclusion [39] In group: Social interaction [47]
Taking photography	Emotional well-being [44] Acknowledgement of own unique experiences [52] Personal growth [44] In group: Personal growth [39] Social inclusion [56] In group: Mental well-being [43] In group: Mental health [39]
Playing an instrument, making music	Emotional well-being [45] In group: Mental health [39] In group: Personal growth [39] In group: Social inclusion [39]
Drawing	Together with a near-one: Enhancement of own cognitive capacities [49] In group: Lower anxiety [38] Emotional well-being [44] In group: Mental health [40] Personal growth [44] Acknowledgement of own unique experiences [56] Together with a near-one: Social inclusion [49, 56] Together with a near-one: Quality of life [49]
Painting	Enhancement of own cognitive capacities [61] Together with a near-one: Enhancement of own cognitive capacities [49] Acknowledgement of one's unique experiences [56] Involvement in activity [53, 55] In group: Less physiologic stress [54] Emotional well-being [44] In group: Mental well-being [43] Mental health [42] In group: Mental health [39, 40] In group: Personal growth [40] Social inclusion [56] Together with a near-one: Social inclusion [49]

	Together with a near-one: Quality of life [49] An assistive means in diagnosing [64]
Making a collage	Together with a near-one: Enhancement of own cognitive capacities [49] Together with a near-one: Social inclusion [49] Together with a near-one: Quality of life [49]
Writing, poetry	Mental health [42] In group: Mental health [40] Together with a near-one: Social inclusion [49]
Making a video or film	In group: Mental well-being [43] Personal growth [44] Together with a near-one: Quality of life [49]
Crafting*	In group: Mental health [40] Personal growth [44]
Cultural animation	In group: Co-creating new health indicators and community health [41]
Zine making	Acknowledgement of own strengths [51]
Narrative**	Acknowledgement of one's unique experiences [52, 56] Involvement in activity [53, 55] Positive emotions [60] Heightened self-esteem [46, 62] Quality of life [50] Together with a near-one: Quality of life [49] Better communication of own experiences and strengths with professionals [50] An assistive means in diagnosing [57, 59]
Drama	In group: Personal growth [40] In group: Social inclusion [40]

Note: *Sculpture, pottery, ceramics, glass work, beading, jewelry, furniture making, woodwork, textiles, sewing, knitting, needlework, quilting, embroidery, patchwork, crochet.

**Drawing an image of oneself, auto-photography and drawings, drawings on the theme of "my cancer", a tree of life poster, marking one's pain on a pre-printed body diagram, drawing one's melanoma prior to health care.

- Resultat av konstaktivitet/er var beskrivet/mätt som ökad insikt i egna styrkor, minskad ångest, bättre förmåga att kommunicera sina upplevelser med de närmaste och vårdpersonal, ökat aktivitetsnivå och social kontakt, bättre livskvalité

art making = förebyggandet av olika hälsoproblem?



- 15 av 42 studier hade fokus i expressiv konstterapi
- allt mellan hälsocentralens rådgivningsverksamhet till demensvård och palliativa vården, men också flyktingsvård, vård av hemlösa
- deltagarna oftast >70 åriga, av vilka en kunde inte prata
- i 11 studier arrangerades konstaktiviteter i grupp
- ansvariga för valet av aktivitet/er var utbildade terapeuter eller forskare
- inga studier med klientens närmaste eller med vårdpersonal

Table 4. Outcomes of expressive art therapy activities

Expressive art therapy activities	Outcomes
Listening to music	Improved cognitive skills [68]
Guided imagery	Improved cognitive skills [68] Decrease in depression [75] Decrease in anxiety [75]
Guided viewing of artworks	Improved cognitive skills [65] Decrease of depression level [70] Decrease of anxiety [70]
Coloring	Improved cognitive skills [66] Improved self-esteem [74] Decrease of depression level [74]
Clay modeling	Improved self-expression [78] Improved self-esteem [78] Decrease in depression [75] Decrease in anxiety [78] Improved connection with others such as family members and staff [67, 78]
Drawing	Improved self-expression [78] Individual therapy: improved self-expression [73, 77] Improved cognitive skills [65] Improved self-esteem [78] Self-empowerment [76] Decrease in depression [74, 75] Decrease in anxiety [70, 74, 75] Decreased in psychosocial stress [71] Connection with others such as family members and staff [67, 78] Individual therapy: Connection with others such as family members and staff [77, 78] Individual therapy: Quality of life [72]
Painting	Improved self-expression [78] Improved cognitive skills [65] Improved self-esteem [78] Self-empowerment [76] Decrease in anxiety [70, 75, 78] Connection with others such as family members and staff [67, 78] Individual therapy: Connection with others such as family members and staff [77]
Photography	Improved cognitive skills [68]
Collage	Individual therapy: Improved self-expression [73, 77] Improved cognitive skills [66] Decrease in depression [75] Decrease in anxiety [75] Connection with others such as family members and staff [67] Individual therapy: Connection with others such as family members and staff [77] Individual therapy: Quality of life [77]

Movement	Improved cognitive skills [68]
Sculpturing	Improved self-expression [78] Improved cognitive skills [68] Improved self-esteem [78] Decrease in anxiety [78] Connection with others such as family members and staff [78]
Weaving	Decrease in depression [75] Decrease in anxiety [75]
Writing, poetry	Improved cognitive skills [68]
Narrative*	Improved self-esteem [74] Improved self-efficacy [69] Decrease in depression [74, 70] Individual therapy: Decreased psychosocial stress [71] Individual therapy: Quality of life [71]

*Note: *Based on outcomes published in the literature with the exception of the development of a narrative

- Resultat av expressiv konstterapi var beskrivet/mätt som bättre kognitiva färdigheter, bättre självbild, bättre kontakt med andra, (närmaste och vårdare), minskat psykosocial stress, ångest och/eller depression

Konstterapi = vård och rehabilitering av redan existerande hälsoproblem?





- Kreativitet och konstnärlighet (aktiv, passiv, tillsammans)
 - för individer och grupper i alla åldrar och livssituationer, kulturer
 - för förebyggande/vårdande/rehabiliterande/palliativ vård
 - för psykiska och fysiska, akuta/kroniska/komplexa hälsoproblem
 - öppenvård och anstaltsvård, hemvård
 - väsentligt att skapa ett öppet och tillåtande atmosfär: stöda till kreativitet och konstnärliga aktiviteter, uppmuntra till personliga berättelser, respektera den andras (och egna!) styrkor, upplevelser och önskemål, beakta eventuella risker (giftiga eller vassa föremål – hot för en själv, de andra), pröva ut olika konstarter och kombinationer, och låta gå!
 - *Art making* skulle kunna bli en officiell, målmedveten vårdhandling – det finns tillräckligt forskningsevidens om det!

Annan forskningsevidens



- WHO:s sammanfattning och rekommendationer 2020: "Health Evidence Network synthesis report from the World Health Organization"
 - konst (passiv eller aktiv) kan fungera som preventiv, reparativ och rehabiliterande vårdaktivitet
 - vid akuta, kroniska och komplexa psykiska och fysiska hälsoproblem
 - under hela livsloppet – även inom demensvården, den palliativa vården
 - både passiv och aktiv engagemang i kreativa processer och konst har visat sig positiva följder både för klienter/patienter, deras närmaste och personalen
- Att ha konstnärliga aktiviteter under utbildningstiden och i arbetet har visat sig öka arbetstrivsel, arbetsmotivation och –engagemang, minska stress, ångest och burn-out

WHO Regional Office for Europe. 2019. Intersectional action: art, health and well-being.

http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0015/413016/Intersectoral-action-between-the-arts-and-healthv2.pdf?ua=1.

På gångs:

- Sjukhuset NOVA i Jyväskylä har ”Osallistavan taiteen suunnitelma”
- Åbo Akademi/Hälsovetenskaper tillsammans med CLL och Konstuniversitet inleder fortbildnings- och utvecklingsprojekt

”Kreativ personcentrerad vårdkonst - ett fortbildnings- och utvecklingsprojekt i Svenskfinland” 2021-2024

som avser att utveckla, implementera och evaluera kreativ personcentrerad vårdkonst, inkludera och utveckla arbetssätt och -verktyg för konst och kultur inom yrkesutbildningen och äldreomsorgen för att långsiktigt förändra vårdkulturen i Svenskfinland i samarbete med konstnärer

* **Projekt Kulttuurihyvinvoinnin osaamiskeskus** (Turun kaupungin, Turun yliopiston, Åbo Akademin, Turun ammattikorkeakoulu Oy:n, Suomen Humanistinen Ammattikorkeakoulu Oy:n, Turun musiikkiopetus Oy:n sekä Turku Science Park Oy:n yhteistyö) tavoitteena

- vahvistaa ja kehittää kulttuuri- ja taidealojen, sote-alojen, kasvatuksen, nuorisoalan osaamista kulttuurihyvinvointialalla ja kulttuurihyvinvointipalveluiden tuottamisessa
- edistää kulttuurihyvinvointialan toimintaedellytyksiä
- vakiinnuttaa kulttuurihyvinvointiin liittyviä hyviä toimintoja
- vahvistaa kulttuurihyvinvoinnin tunnistamista osana asukkaiden hyvinvointia