

KONST- UNIVERSITETET



**Kulturellt välbefinnande:
ett personligt förhållande till konst och kultur
som en resurs hos de äldre och i äldre vården**

Kai Lehtikoinen, PhD, MA
Forskningsinstitutet vid Konstuniversitetet
cERAda forskningsnätverket

15.2.2024

Fråga dig själv

- När deltog du senast i konstlivet?
- Vilken inverkan hade det på dig?
- Har du känt att ditt deltagande i konsten har påverkat ditt välbefinnande?
- Hur kände du igen denna inverkan?

×



Kunst



Konstens primära funktion är att vara konst.



Photo by form PxHere

Lyxtjänst?



Att uppleva konst som terapi

- konsten kan ha positiva effekter på kropp och själ och upplevas som terapeutisk utan att vara konstterapi
- kopplingar till konstens terapeutiska karaktär: minnen, hopp, sorg, balans i livet, självförståelse, tillväxt och uppskattning.

(de Botton ja Armstrong 2019)



”Åldrandet handlar om erfarenheter och
berättelser – konsten gör dem synliga.
Konsten skapar utrymmen, arbetssätt och verktyg
för mötet mellan jaget och andra:
den skapar deltagande, möjlighet att påverka,
bli hörd och vara relevant.”

(Malmivirta 2017, 47)

Erfarenhetsbaserad kunskap om kopplingarna mellan konst och välbefinnande under årtusendena

- ordens helande kraft: Egypt 3000 f.v.t. (Pinch, 2011)
- katharsis – den renande effekten av konstupplevelsen: det antika Grekland (Aristotle, ca. 335 f.v.t.)
- konsten i shamanska kulturer (McNiff, 2004)



Image: Wellcome Collection CC BY 4.0

Ett bredare perspektiv

- EU:s välfärdspolitik: fokus på social integration
- OECD (2013) vägledning: fokus på subjektivt välbefinnande
- ökad arbetslöshet, internationell migration, ekonomiska utmaningar och polarisering; ökande ojämlikhet (Putnam, 2015; Therborn, 2013)
- slutet på utbyggnaden av välfärdsstaten; ett hållbarhetsklyfta (Julkunen, 2017; Julkunen, 2011)
- nya lösningar för att trygga välfärden (Julkunen, 2011)
- deltagande i konst och kultur som en kraft för socialt välbefinnande och hälsa (Fancourt & Finn 2019; Clift & Camic 2016; Lelchuk Staricoff 2004; Liikanen 2010)



Välbefinnande

- levnadsstandard (Eriksson, 1993; Townsend, 1979)
- upplevd lycka (Campbell, 1972, Easterlin, 1974; Frey et al., 2000)
- frihet och kababiliteter: faktiska möjligheter (Sen, 1999; Nussbaum, 2011)
- holistisk: having, loving, being, doing (Allardt, 1989; Allardt, 1976)
- fysiskt, mentalt, socialt, känslomässigt och andligt
- personligt upplevt, mångdimensionellt, dynamiskt och alltid relaterat till något

Subjektivt välbefinnande

- beror inte bara på personens omständigheter utan också på hur personen uppfattar dem
- hur man tolkar och reagerar på den egna situationen påverkar välbefinnandet

(Diener & Biswas-Diener 2008)

16.2.2024

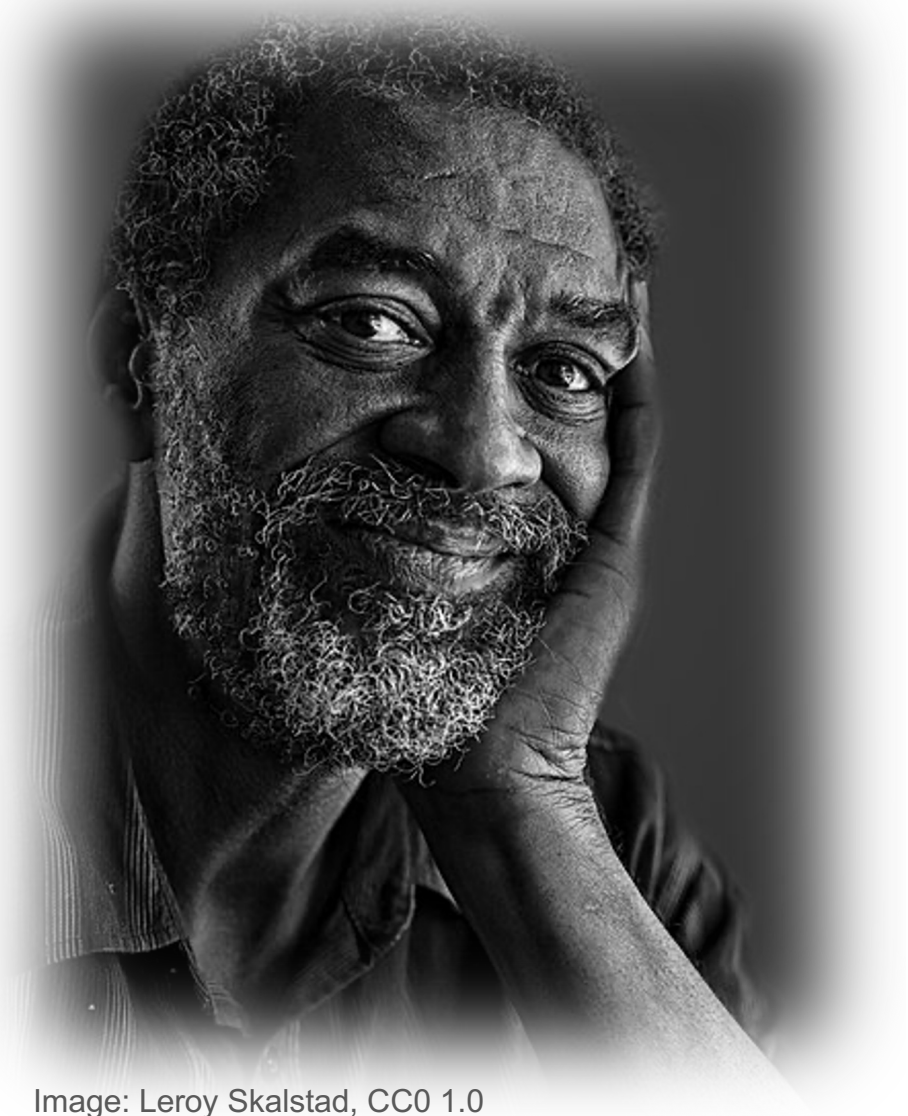


Image: Leroy Skaland, CC0 1.0

Hälsa

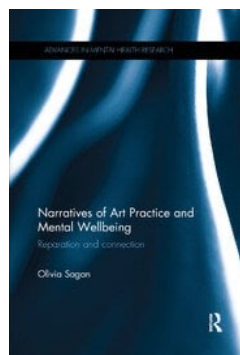
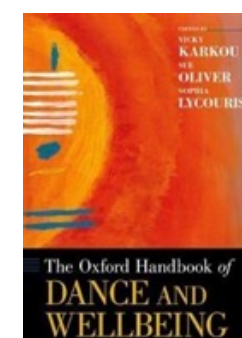
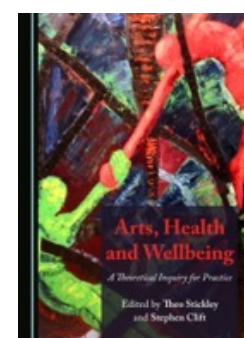
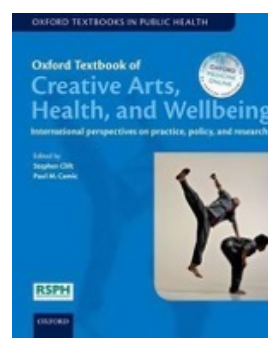
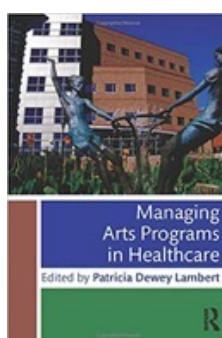
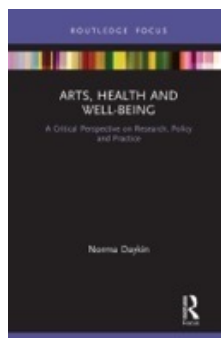
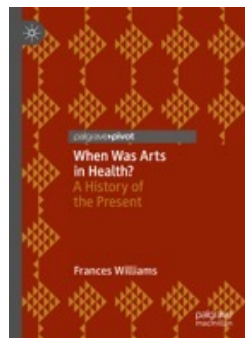


”ett tillstånd av fullständigt fysiskt, mentalt och socialt välbefinnande och inte enbart frånvaro av sjukdom”

(WHO, 1948)

- fysiskt, psykologiskt, kognitivt, emotionellt och socialt välbefinnande
- en värdefull resurs
- kräver förutseende, kompetenser och aktivt deltagande
- kräver tvärvetenskapligt samarbete mellan olika sektorer

(WHO, 2013; 2018; 2019)



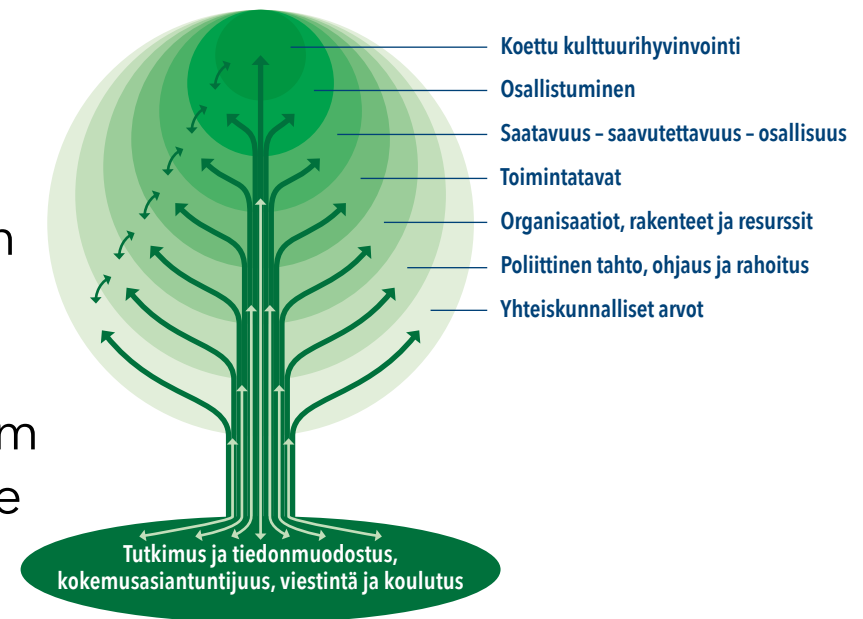
Konst, hälsa och välbefinnande



Kulturellt välbefinnande

- kultur och konst **förmedlar betydelser** som har med hälsa och välbefinnande att göra och **som har en inverkan**
- **ett tvärsektoriellt och tvärvetenskapligt område** som producerar innehåll, metoder och kunskap om kultur och välbefinnande
- **subjektiva upplevelser** av kultur och konst som bidragande till eller kopplade till välbefinnande

(Lilja-Viherlampi & Rosenlöf, 2019)



Konstens inverkan på hälsan: olika sammanhang

barnens utveckling

viktminskning och viktkontroll

diabetes

psykisk hälsa

posttraumatisk stress

smärtbehandling

hjärt- och kärlsjukdomar

neurologiska sjukdomar

åldersrelaterad svaghet

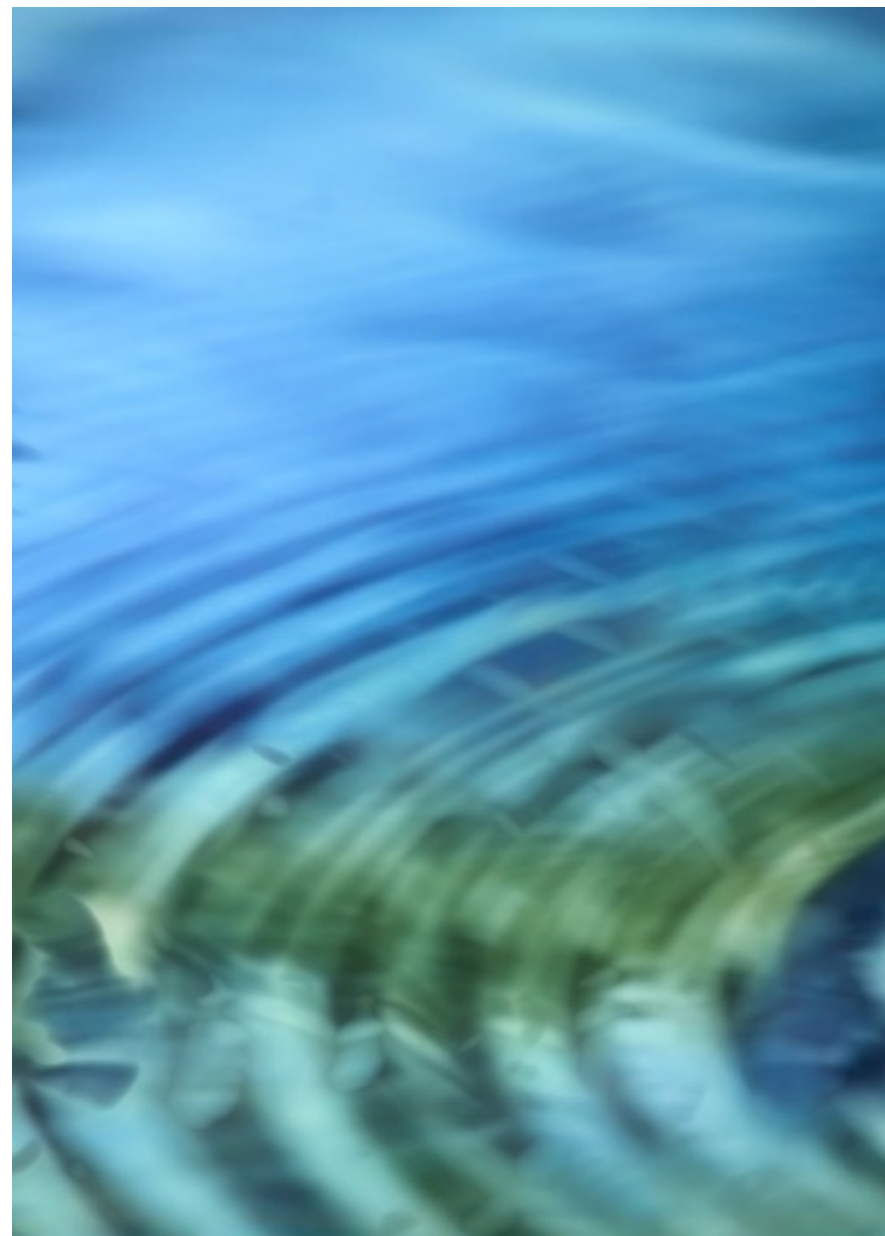
rehabilitering

förebyggande av för tidig död

palliativ vård

sorghantering

(Fancourt & Finn, 2019)





Konsten är multikanal: den kombinerar flera hälsofrämjande element

- deltagande i estetisk verksamhet
- användning av fantasi
- aktivering av sinnena
- väcka känslor
- kognitiv stimulering
- social interaktion
- fysisk aktivitet
- deltagande i hälsorelaterade ämnen
- interaktion med hälso- och sjukvårdsmiljöer

(Fancourt & Finn, 2019)

Positiva effekter av deltagande i konsten

självbild, självkänsla, självförtroende, identifiering av egna styrkor och förmågor, kritiskt tänkande, känsloreglering och coping

minskar stress och ångest

stärker immunförsvaret

minskar ensamhet och isolering; utvecklar interaktionsförmåga; social sammanhållning; vänskap

hjälp för lindriga och måttliga psykiska hälsoproblem

fysisk aktivitet, hälsosam livsstil, utveckling av färdigheter

förstärker upplevelsen av att bli sedd och hörd och av att ha inflytande över sina egna angelägenheter

integration, interkulturella möten, dialog

egenmakt, social utveckling av kognitiva färdigheter, empati



**UNIARTS
HELSINKI**
X CERADA

Dans och Parkinsons sjukdom

Fysiska fördelar: balans, koordination, flexibilitet, styrka, motorisk kontroll, gång- och hållningsproblem

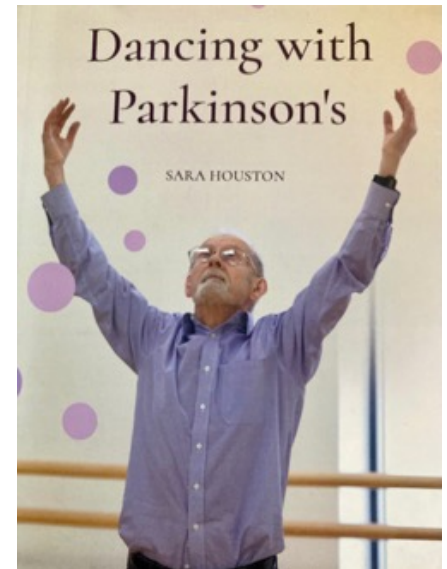
Kognitiva fördelar: koncentration, minnesåterställning, inläring, stimulerar hjärnan och den kognitiva funktionen

Emotionellt välbefinnande: glädje, självuttryck, social interaktion; minskar stress, ångest och depression

Socialt engagemang: kontakt med andra med liknande erfarenheter, socialt stödnätverk, känsla av gemenskap

Livskvalitet: upplevelser av framgång, självförverkligande och egenmakt.

2/16/24



Tanssikummit: ett exempel

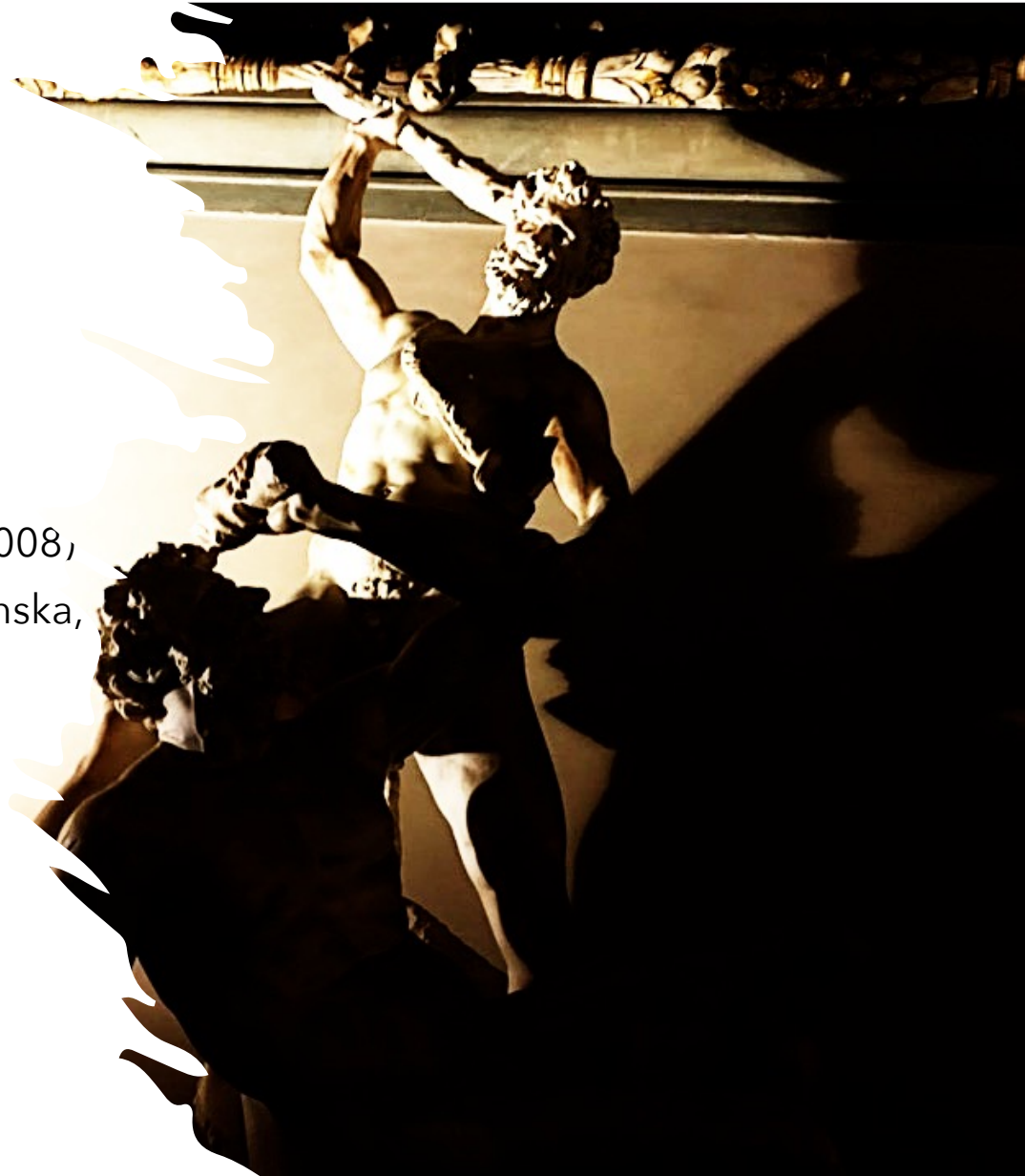
- professionella danskonstnärer
- tillämpad dans som en del av hemtjänsten och på servicehem
- rörelseövningar för att förbättra balans, koordination och motorik
- stimulerar sinnena och väcka känslor genom rörelse
- skapar mentala resor och utföra små danser på olika teman
- möjlighet att lyssna på musik eller inspireras av bilder och annan konst
- möjlighet att titta på dansföreställningar, diskutera dans och rörelse



Foto: Regionala Danscentret i Västra Finland

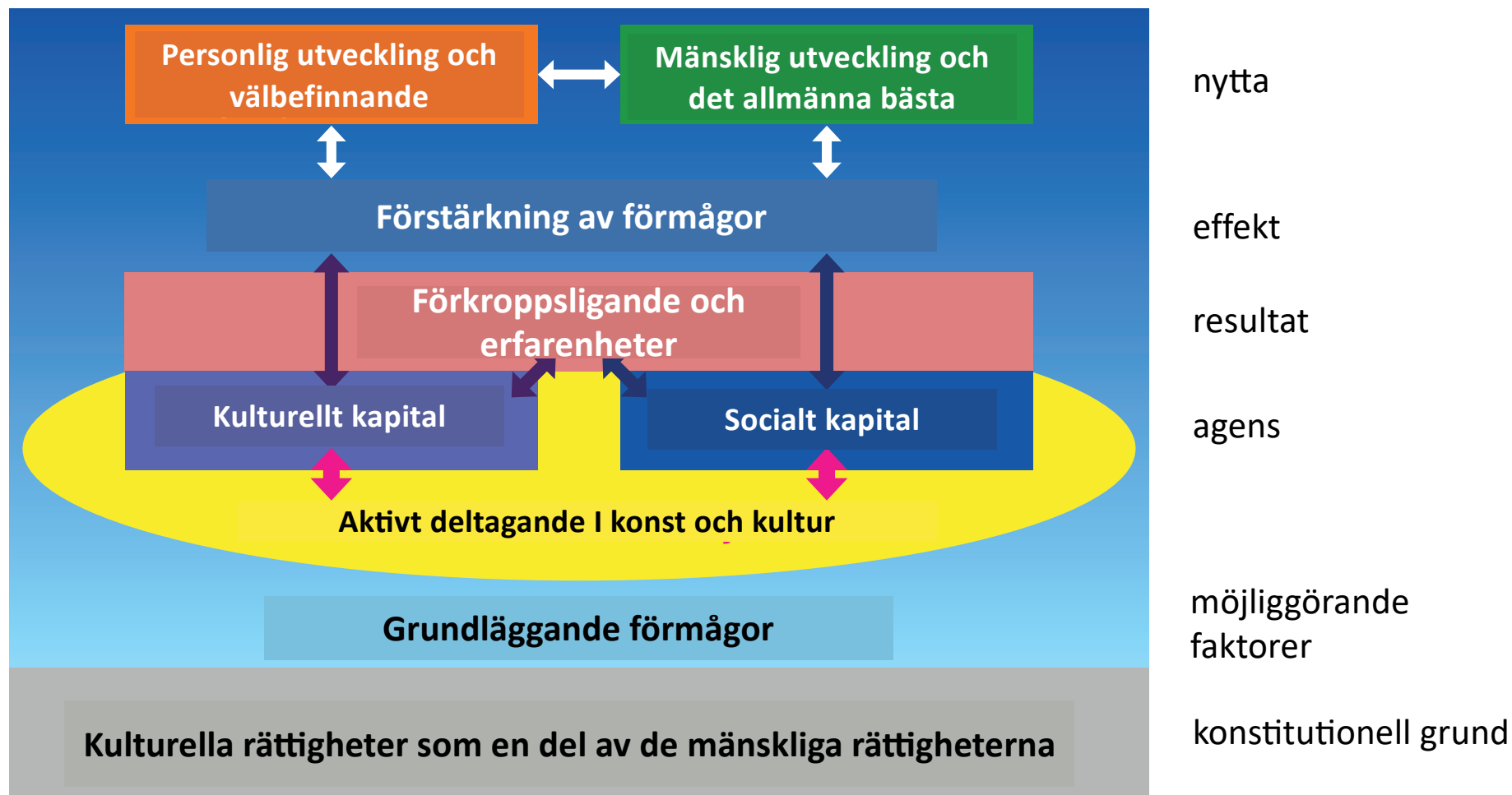
Kritik

- konstens egenvärde minskar (McQuilten et al., 2020; Røyseng et al., 2007)
- instrumentalism (Belfiore, 2012; Hadley & Gray, 2017)
- elitistisk lyx (Clift, Camic & Daykin 2010)
- stora globala hälsoutmaningar (WHO, CSDH; 2008,
- forskningskvalitet (Clift, 2020; Crossick & Kaszynska, 2016)
- utmaningen för statistiska studier av förväxlingsvariabler och kausalitetsriktning (von Otter, 2008)
- tidigare studier har varit förknippade med överskattning och oprecis generalisering av resultaten (Clift, 2020; Odendaal et al., 2017)
- neuromyter (Oodendal & Westerlund, 2016)



diskussionen om konstens inverkan förenklar
förhållandet mellan konsten och människan:
konst som ett aktivt inflytande och människor som
mer eller mindre passiva objekt för inflytande

(Matarasso 2010)



Kulturellt välbefinnande i termer av jämlikhet och kapabilitet

(Lehikoinen, 2021)

Ett personligt förhållande till konsten

- bygger på mötet med och aktivt deltagande i konsten
- är beroende av pedagogisk interaktion
- att betrakta människor som tänkande och iakttagande aktörer: individer med sin egen bakgrund, flerdimensionella identitet och intressen (Atkinson 2011; Collins & Bilge 2016)
- bör tillåtas utvecklas från tidig barndom och under hela livscykeln (Laes & Rautiainen 2020)





Whiplash (2014),
dir. Damien Chazelle

**Pedagogiska arbetssätt i
formella, informella och
vardagliga sammanhang**

**De många effekterna
av konstnärliga
möten bidrar till det
kulturella
välbefinnandet i
samhället.**



Mer information:

artsequal.fi

tietokäyttöön.fi

taikusydan.turkuamk.fi

kulttuurihyvinvointipooli.fi

kulturochhalsa.regionstockholm.se

<https://danceforparkinsons.org/>

<https://www.jameelartshealthlab.org/>

Videoklipp:

<https://www.youtube.com/watch?v=BQkPyQStXoc>

<https://www.youtube.com/watch?v=GYmbvFCBkyg>

<https://www.youtube.com/watch?v=eUISZt7GDKU>

16.2.2024



POLICY BRIEF 2023:14

Näkökulma ajankohtaisiin yhteiskunnallisiin hyönteisiin ja poliittisen päätöksenteon tueksi.
Tämä julkaisu on tarkoitettu sote- ja kulttuurialan toimijoille ja päätöksentekijöille. Se sisältää
tietoja sote- ja kulttuurialan toiminnasta ja yhteiskunnasta.

Kulttuurihyvinvointitoiminnan vaikuttavuus ja taloudellinen arviointi

Sonja Kippo, UEF, Taru-Anneli Koivisto, Taideyliopisto, Tomi Mäki-Opas, UEF, Kai Lehtikoinen, Taideyliopisto, Aku-Ville Lehtimäki, UEF, Pia Lavikainen, UEF, Minea Turtiainen, Kulttuurihyvinvointipooli, Janne Martikainen, UEF

Keskustelu kulttuurihyvinvoinnin merkityksestä ja vaikuttavuudesta väestön hyvinvointiin on lisääntynyt viime vuosina julkisessa keskustelussa Suomessa. Kulttuurihyvinvointitoiminnan taloudellinen arviointi: arvioinnin tulokset ja toimenpidesuosituksia niiden jatkokehytykseen Suomessa -selvityshankkeen (ArtWell) mukaan kulttuurihyvinvointitoiminta tarvitsee vaikuttavuusperusteista yhteiskäyttämistä, jotta sen laaja-alaisuus ja moniulotteinen luonne voidaan ottaa kokonaisvaltaisesti huomioon päätöksenteossa.

Kulttuurihyvinvointitoiminnalla tarkoitetaan taide- ja kulttuuriperusteista toimintaa tai palvelua, jonka tavoitteena on edistää yksilön tai yhteisön hyvinvointia.

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta
Statsrådens utrednings- och forskningsverksamhet



Tack!

kai.lehikoinen@uniarts.fi