



Copyright © 2025 by
Kulturdirektoratet, Arts and Culture Norway
All Rights Reserved
Utgitt av Kulturdirektoratet i kommisjon hos Vigmostad & Bjørke AS

ISBN: 978-82-810-5172-0

Grafisk produksjon: John Grieg, Bergen

Kulturdirektoratet
Postboks 4808 Nydalen
0422 Oslo
Tlf.: +47 21 04 58 00
E-post: post@kulturdirektoratet.no

Materialet er vernet etter åndsverkloven. Uten uttrykkelig samtykke er eksemplarframstilling bare tillatt når det er hjemlet i lov eller avtale med Kopinor.

For mer informasjon om Kulturdirektoratet og Kulturdirektoratets utgivelser: www.kulturdirektoratet.no

Utgivelsen er en del av Kulturdirektoratets og Kulturrådets notatserie. I notatserien publiseres både interne arbeider og mindre rapporter utarbeidet av eksterne leverandører. Notatserien omfatter blant annet kunnskapsoppsummeringer, interne vurderinger, mindre utredninger, statistikk og analyse, årsoppsummeringer, konferansebidrag og foreløpige forskningsresultater. Vurderinger og konklusjoner som kommer til uttrykk i utgivelsene, gjenspeiler ikke nødvendigvis Kulturdirektoratets eller Kulturrådets oppfatninger.

 **Kulturdirektoratet**

Vigmostad & Bjørke AS er Miljøfyrtårn-sertifisert.



Miljøfyrtårn®

Forord

Denne kunnskapsoversikten gir en introduksjon til eksisterende forskning om kunstens og kulturens betydning for og innvirkning på helse og velvære. Det finnes mange studier på området. Oversikten er ikke fullt dekkende, men representerer et utvalg forskning fra ulike fagfelt.

Utgivelsen er en oversettelse av et utdrag fra kunnskapsoversikten *Kulturens roll och nytta i samhällsutvecklingen* som er utført av Pelle Amberntsson ved Myndigheten för kulturanalys i Sverige og utgitt i 2023. Den har en ny innledning og avslutning som oppsummerer forskningen. Deler av den opprinnelige teksten er bearbeidet eller utvidet for å gjøre formidlingen tydeligere innenfor det korte formatet. Enkelte nyere eller særlig relevante kilder innen helseforskningen er inkludert.

Kunnskapsoversikten har et nordisk fokus og vektlegger studier og politikkutvikling fra de nordiske landene. Utdraget er i tillegg supplert med flere kilder som omhandler norske forhold. Oversikten er opprinnelig godkjent av Nordisk ministerråd, og kan innholds- og formmessig sammenlignes med formatet *rapid review*, som kan oversettes til hurtigoversikt på norsk. Samtidig er oversikten ikke en fagfellevurdert utgivelse, og inngår dermed i kategorien forskningsformidling.

Oslo, 17. mars 2025

Marcus Zackrisson

avdelingsdirektør, avdeling for kulturanalyse

Kulturdirektoratet

Innhold

Innledning	5
Forskning om kulturens betydning for helsen	8
Kulturens positive påvirkning på helse og velvære	9
Kultur kan fremme en sunn livsstil og bidra til å forebygge sykdom	10
Kultur kan fremme tilknytningsprosesser og ferdigheter	10
Symptomlindring og reduserte bivirkninger	10
Positive effekter på sykdomsforløp og sosial utvikling	12
Nytten og den positive påvirkningen problematiseres	12
Forskningsområdet preges av en publikasjonsskjevhet	12
Koblingen til kunst og kultur problematiseres	15
Fokus på kultur og helse blir et substitutt for viktigere tiltak	15
Risiko for disiplinering av kunsten og kulturen	15
Studier om norske forhold og politisk oppmerksomhet	16
Sammendrag	17

Innledning

Kunnskapsoversikten *Kunst, kultur og helse* sammenstiller kunnskap om hvilken rolle kunst og kultur har i helsefremmende arbeid, hvilken nytte den kan ha for helsen, og hvilke forskningsfunn som støtter eller utfordrer kunsten og kulturens positive betydning for helsen. Målet er å gi en kortfattet oversikt over kunsten og kulturens betydning for og innvirkning på helse og velvære. Samtidig peker oversikten på de metodologiske utfordringene innen forskningen og behovet for mer forskning og metodologisk utvikling for å bedre forstå virkningen av kunst og kultur på helse.

I Norden er det stor tillit til at kunst og kultur kan bidra positivt til ulike samfunnsområder, inkludert helse. Kulturpolitikken fremhever den positive samfunnspåvirkningen av kunst og kultur, inkludert hvordan deltakelse i kunst- og kulturaktiviteter kan bidra til bedre fysisk og mental helse samt forebygging og behandling av sykdommer. Det finnes mange eksempler på politiske initiativer i de nordiske landene som har som mål å styrke koblingen mellom kultur og menneskers helse og velvære, samt å bruke kultur aktivt i medisinske og helsefremmende sammenhenger. For eksempel er et av målene i finsk kommunelov å «stärka befolkningens välfärd och hälsa samt delaktighet och samhörighet genom kultur och konst», noe som viser troen på kulturens positive effekter på helsen.¹

Stortingsmeldingen *Kulturens kraft. Kulturpolitikk for fremtida* anerkjenner at kulturpolitikken kan gi viktige bidrag til måloppnåelse på områder som folkehelsepolitikk, men de norske kulturpolitiske målene omhandler ikke spesifikt kultur og helse.² Heller ikke i Sverige er helse inkludert i de kulturpolitiske målene,³ men koblingen mellom kunst, kultur og helse er tydeligere til stede i våre nabolands politiske styringsdokumenter og politikkgjennomføring. Blant annet er et område som «kultur på resept», som vil si at helsetjenesten skriver ut resepter på kulturopplevelser, langt mer utforsket og utbredt i Sverige og Danmark. En positiv utvikling i norsk sammenheng er at Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg i 2024 ble tildelt midler av Helse- og omsorgsdepartementet for å gjøre konseptet «Kultur på resept» kjent i Norge.⁴

Innenfor Den europeiske union (EU) er det en økende tro på at deltagelse i kulturelle aktiviteter henger tett sammen med god helse. Ulike initiativer og forskningsprosjekter anerkjenner kulturens betydning for helse og velvære. For eksempel utforsker prosjektet *Culture for Health*, som er delvis støttet av Europakommisjonen, sammenhengen mellom kultur og helse.⁵ Prosjektets forsknings-team står bak en rapport om kulturens bidrag til helse og velvære (2022), som bygger videre på en kunnskapsoppsummering fra Verdens helseorganisasjon (WHO) fra 2019. Studien som også refereres i denne utgivelsen, peker mot en sammenheng mellom kunstrelaterte kulturaktiviteter og positive helseeffekter. Det inkluderer økt generell livskvalitet, også ved kroniske lidelser, økt psykologisk velvære og sosialt engasjement, en reduksjon i opplevelse av depresjon og angst, utvikling av kognitive, emosjonelle og sosiale ferdigheter samt forebygging av kognitiv svekkelse hos eldre.⁶

Verdens helseorganisasjon (WHO) har også økende oppmerksomhet om sammenhengen mellom kultur og helse. I den hittil mest omfattende kunnskapsoppsummeringen på feltet fra 2019 er konklusjonen basert på evidens fra over 3000 studier at kunst og kultur kan ha betydelige positive effekter på helse og velvære, både i forebygging, helsefremmende arbeid og behandling av sykdom.⁷ Konklusjonen har imidlertid vært gjenstand for vesentlig kritikk, noe som understrekes i inneværende kunnskapsoversikt, hvor mye av forskningen er hentet fra rapporten. Clift et al. har pekt på at flere av de individuelle studiene som WHO's kunnskapsoversikt viser til, er langt mer

1 Finnish Parliament 2019.

2 Meld. St. 8 (2018–2019), s. 17–18.

3 Prop. 2009/10:3: s. 26.

4 «Kultur på resept» er en «helsefremmende tilnærming der primærhelsetjenesten skriver ut 'kulturresepter' til pasienter», noe som gir dem tilgang til ulike kulturelle aktiviteter. Det kan være tilrettelagte besøk til konserter, museer, kunst- og teaterforestillinger og deltakelse i kulturaktiviteter slik som kor, dans, maling og håndverk. (Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, 2016.)

5 Cultureforhealth u.å.

6 Zbranca et al., 2022, s. 11.

7 Fancourt & Finn, 2019, s. vii–viii.

tvilende til kunstens og kulturens positive effekter enn det som kommer frem i oversikten, og at det kan risikere å føre til en feilinformert politikkutvikling.⁸ Det er viktig å være klar over denne kritikken når konklusjonen for eksempel benyttes for å argumentere mot kommunale nedskjæringer på kunst- og kulturfeltet.⁹

Det er i sammenhengen også viktig å påpeke at deler av helseforskningen som WHO-rapporten og denne oppsummeringen refererer til, peker på samvariasjon mellom kulturaktivitet og markører for god helse, ikke årsakssammenhenger. Positive helseutslag kan dermed skyldes andre faktorer som klasse og livsstil. Dette er viktig å ta høyde for når man vurderer og benytter forskningsresultatene. Videre erkjenner mange forskere at det er vanskelig å skille kunst- og kulturopplevelsens effekter fra andre kontekstuelle faktorer, slik som sosialt samvær eller fysisk og mental avspenning.

En økt aktualisering av kulturens positive samfunnsmessige effekter, inkludert helse, kan styrke legitimeringen i møte med kommunale budsjettkutt og krav om offentlig effektivisering fra ulikt hold. Samtidig er spørsmålet om en økende vektlegging av samfunnsnyttige formål kan føre til at kulturen og kunstens egenverdi får for lite oppmerksomhet. Dette er spesielt relevant i helseforskning, hvor begrepene «kunst» og «kultur» også brukes på ulike måter. Kunst er utfordrende å definere, men visse tverrkulturelle egenskaper er gjennomgående, blant annet at kunstobjektet verdsettes i seg selv og ikke kun som middel til å oppnå noe annet.¹⁰

I denne sammenhengen forstås kunst og kultur bredt som menneskelige uttrykksformer og aktiviteter med estetisk, emosjonell og sosial betydning. Kunst omfatter kreative praksiser innen musikk, scenekunst, visuell kunst og litteratur. Disse er preget av originalitet og spesialiserte ferdigheter, som relaterer seg til estetiske prinsipper for form, komposisjon eller uttrykk.¹¹ Kultur inkluderer både kunstneriske uttrykk og bredere samfunnsbaserte praksiser, som museumsbesøk og festivaler. Forskningen undersøker hvordan både aktiv deltakelse i kunstneriske aktiviteter og annen kulturbruk kan ha forebyggende, terapeutiske og rehabiliterende effekter på fysisk og psykisk helse.

På samme måte forstås helse bredt i de kunnskapsoversiktene denne gjennomgangen bygger på. Ifølge WHO er helse ikke bare fravær av sykdom, men en tilstand av fysisk, mentalt og sosialt velvære.¹² Den er forankret i sosiale og kulturelle forhold og påvirkes av forebyggende tiltak og helse-determinanter, som vil si påvirkningsfaktorer for helse. I dag inkluderer helsebegrepet også evnen til å håndtere kronisk sykdom. Helse forstås som en dynamisk prosess, der individets evne til å tilpasse seg, mestre utfordringer og opprettholde velvære i samspill med omgivelsene er sentralt.¹³

8 Clift et al., 2021.

9 Aurebekk, 2025. Se også kronikken «Har du vurdert å ta kulturvitaminer i vinter» der positive effekter av kultur brukes som argumenter for å fjerne økonomiske hindre for kulturdeltagelse (Andreasen, 2025).

10 Fancourt & Finn, 2019, s. 1.

11 Fancourt & Finn, 2019, s. 1.

12 Fancourt & Finn, 2019, s. 2.

13 Fancourt & Finn, 2019, s. 2.



» **Bilde 1** Hans Gjesme: Utsikt fra pasientbygning A Mann, vinter (1969). Maleri. Olje på lerret. Sogn og Fjordane Kunstmuseum. © Hans Gjesme / Sogn og Fjordane Kunstmuseum og Lærdal Kommune. Bildet ble malt da kunstneren var pasient på Gaustad Sykehus for psykiatri i Oslo.



➤ **Bilde 2** Henrik Rom: *Syk pike* (ca. 1914). Maleri. Olje på lerret. Nasjonalmuseet for kunst, arkitektur og design, Billedkunstsamlingene. Foto: Børre Høstland / Nasjonalmuseet. CC BY 4.0-lisens. Bildet ble malt da kunstneren var pasient på Reknes Sanatorium for tuberkuløse i Molde.

Forskning om kulturens betydning for helsen

Når det gjelder kulturens rolle innenfor ulike samfunnsområder, er betydningen og effektene av kultur for menneskers helse og velvære det mest utforskede området, målt i antall publikasjoner. Studiene inkluderer forskning innen forskjellige deler av det medisinske feltet, folkehelseforskning, forskning på kulturpolitikk og barne- og ungdomsforskning. Det finnes flere vitenskapelige tidsskrifter dedikert til denne tematikken, slik som *Arts and Health*, *International Journal of Arts Therapy*, *Music and Medicine* og *Journal of Poetry Therapy*.

På nordisk nivå finnes forskningsnettverket *Nordic Arts & Health Research Network*, og siden 2019 det vitenskapelige tidsskriftet *Nordic Journal of Art, Culture and Health*. Tidsskriftet publiserer løpende vitenskapelige artikler om temaer som «kultur på resept»¹⁴ og kunstens og kulturens betydning for å forebygge og behandle psykisk uhelse.¹⁵ Mye forskning publiseres også i andre tids-

¹⁴ Se f.eks. Holt, 2023.

¹⁵ Se f.eks. Heiskala, 2023; Lundenmark, 2020.

skrifter rettet mot medisin, psykiatri og folkehelse. Forskningsfeltet er relativt ungt, og forskning på helseeffektene av kunst og kultur økte i omfang rundt 2000.¹⁶

Studiene tar i bruk ulike metoder, inkludert intervjustudier, observasjonsstudier, spørreskjemaer, psykologiske tester og avanserte målinger av biologiske endringer hos mennesker som deltar i eller skaper kultur. Mye av forskningen er sammenstilt i metaanalyser, som igjen er sammenstilt i forskningsoversikter. I flere tilfeller er disse utført på oppdrag fra nasjonale eller internasjonale organisasjoner som Verdens helseorganisasjon, Den europeiske union eller enkeltlandenes kulturråd.¹⁷

I den følgende gjennomgangen av forskningen om kunstens og kulturens rolle for helse og velvære, henvises det i stor grad til forskningsoversikter og de overordnede konklusjonene som presenteres i disse. Det gis også eksempler på enkeltstudier. Deretter følger en gjennomgang av forskningen som på ulike måter problematiserer resultatene som presenteres i disse oversiktene.

Kulturens positive påvirkning på helse og velvære

Kulturens positive påvirkning på menneskers helse og velvære er basert på at ulike typer deltakelse i kunst og kultur involverer komponenter som er kjent for å være helsefremmende. Dette inkluderer estetisk engasjement, involvering av fantasi og følelser, kognitiv stimuli, læring, eller sosialt samvær og fysisk aktivitet.¹⁸ Disse er knyttet til psykologiske, fysiologiske, sosiale eller atferdsmessige responser, og kan føre til ulike typer av positiv påvirkning på helsen.¹⁹ For eksempel kan sosialt samvær gjennom kunst redusere ensomhet og mangel på sosial støtte, noe som er knyttet til uønskede fysiologiske reaksjoner og psykiske lidelser.²⁰ På et overordnet nivå kan det store mangfoldet av studier på området deles inn i to grupper: Den første gjelder studier av kulturens betydning i det forebyggende og helsefremmende arbeidet; den andre omfatter studier av kultur i medisinsk behandling.

Det forebyggende og helsefremmende arbeidet inkluderer forskning om kunstens og kulturens betydning for folkehelsens sosiale påvirkningsfaktorer, barns utvikling og arbeidet med å støtte livsstilsendringer og helsefremmende atferd.²¹ Forskning på medisinsk terapi inkluderer studier om bruk av kunst og kultur under svangerskap, ved kirurgi, i pediatri, i behandling av psykisk uhelse og autisme, ved nevrologiske sykdommer, ved langvarige og alvorlige sykdommer (f.eks. kreft) samt i palliativ behandling.²² Forskning utføres både på helseeffektene av å oppleve kultur og av å være kreativt skapende, og både i relasjon til individuelle helseeffekter og effekter på samfunnsnivå.²³ Det er dermed et bredt spekter av studier som fremhever kunstens og kulturens positive helseeffekter. På et overordnet nivå kan konklusjonene oppsummeres i følgende fire punkter:

- Kunst og kultur kan fremme en sunn livsstil og forebygge dårlig helse.
- Kunst og kultur kan bidra til å styrke menneskers evne til tilknytning og empati, samt bidra til økt selvtilit, bedre selvfølelse, humor, velvære og livstilfredshet. Samlet sett vurderes dette å kunne motvirke psykisk uhelse og bidra til bedre fysisk helse.
- Kunst og kultur kan bidra til symptomlindring ved sykdom.
- Kunst og kultur kan bidra til å støtte sykdomshåndtering og bidra til en bedre pasientopplevelse gjennom sykdomsforløpet.

16 Fancourt & Finn, 2019, s. vii.

17 Se f.eks. Carnwath & Brown, 2014; Fancourt & Finn, 2019; Staricoff, 2004; Zbranca et al., 2022.

18 Fancourt & Finn, 2019, s. 2–3.

19 Fancourt & Finn, 2019, s. 2–4.

20 Fancourt & Finn, 2019, s. 4.

21 Se f.eks. Jones et al., 2013; Kreutz, 2014; Shenfield et al., 2003.

22 Se f.eks. Aguilar, 2017; Barnish et al., 2020; Kühnman et al., 2018; Liu et al., 2016; Nyashanu et al., 2021; Shi et al., 2016.

23 Se f.eks. Zbranca et al., 2022.

Kultur kan fremme en sunn livsstil og bidra til å forebygge sykdom

Både forskningsoversikter og enkeltstudier peker på at deltakelse i kunst og kultur blant voksne og barn og unge korrelerer med et sunnere liv og mer fysisk aktivitet. Ifølge flere studier er det en generell samvariasjon mellom høy kulturdeltakelse og god helse.²⁴

Konkrete eksempler viser at didaktisk innrettet kunst, slik som teateraktiviteter for barn og unge i skolen med fokus på ernæring og sunn mat, øker elevenes kunnskap om ernæring. Det endrer holdninger til mat i en sunnere retning og forbedrer selvfølelsen knyttet til kroppslig selvbilde.²⁵ Teateraktiviteter av samme type rettet mot voksne har også vist seg å kunne redusere BMI. Dramaaktiviteter rettet mot eldre barn og tenåringer har også positive resultater når det gjelder rusmiddelbruk.²⁶

Andre studier peker på at kulturaktiviteter som å lytte til musikk, spille instrumenter og lese for fornøyselsens skyld, korrelerer med mindre midjemål blant tenåringsjenter, men ikke blant gutter. I visse tilfeller korrelerer det også med bedre vektkontroll blant voksne menn.²⁷ Studier viser også at sang i kor og grupper kan forbedre respirasjons- og hjerte-kar-funksjon, kognitiv funksjon og psykologisk velvære.²⁸

Andre studier peker på musikkens fordeler for den aldrende befolkningen. For eksempel kan musikklytting og gruppesang redusere depresjon og angst hos eldre, inkludert de med økt risiko for demens. Det kan også forbedre sosiale relasjoner, mestring og kognitive funksjoner i sistnevnte gruppe.²⁹

Kultur kan fremme tilknytningsprosesser og ferdigheter

Bruk av musikk har vist seg å ha positive effekter på tilknytningsprosesser, spesielt forholdet mellom mødre og deres spedbarn.³⁰ Forskningsoversiktene refererer også til mange studier som peker på at deltakelse i ulike former for kulturaktiviteter kan styrke både voksnes og barns selvfølelse, selvtillit og velvære. Dette vurderes å ha en generelt fremmende effekt på menneskers helse.³¹ Deler av forskningen legger vekt på kunstens og kulturens evne til å frembringe positiv sosial atferd samt bidra til følelser av tilhørighet og redusert isolasjon, noe som også kan få positive helseeffekter.³²

Symptomlindring og reduserte bivirkninger

Når det gjelder symptomlindring og reduserte bivirkninger, handler denne forskningen først og fremst om kunstens og kulturens evne til å bidra til redusert uro og angst. Den fungerer lindrende for pasienter i ulike deler av helsevesenet. Eksempler på dette kan være bruk av kunstterapi ved fødselsangst og for barn med kreft.³³ Besøk av sykehusklovner har vist seg å redusere stress og angst hos barn og deres foreldre i forbindelse med sykehusinnleggelser, invasive medisinske undersøkelser og inngrep, slik som kirurgi.³⁴ Det finnes også studier som peker på kunstens muligheter til å redusere angst ved alvorlige sykdommer som kreft eller hjerte-kar-sykdommer og i palliativ pleie.³⁵

24 Fancourt & Finn, 2019; Cuypers et al., 2011; Løkken et al., 2018; Renton et al., 2012; Zbranca et al., 2022.

25 Bush et al., 2018; Mora et al., 2015; Fancourt og Finn, 2019, s. 16.

26 Fancourt & Finn, 2019, s. 16.

27 Cuypers et al., 2012; Kouvonen et al., 2012.

28 Hagemann, 2021; Zbranca et al., 2022, s. 34.

29 Feng et al., 2020; Coulton et al., 2015; Zbranca et al., 2022, s. 158.

30 Fancourt & Finn, 2019, s. 12.

31 Fancourt & Finn, 2019; Gao et al., 2021; Hansen et al., 2015; Zbranca et al., 2022.

32 Se f.eks. Murrock & Graor, 2016.

33 Se f.eks. Aguilar, 2017; Sezen et al., 2018.

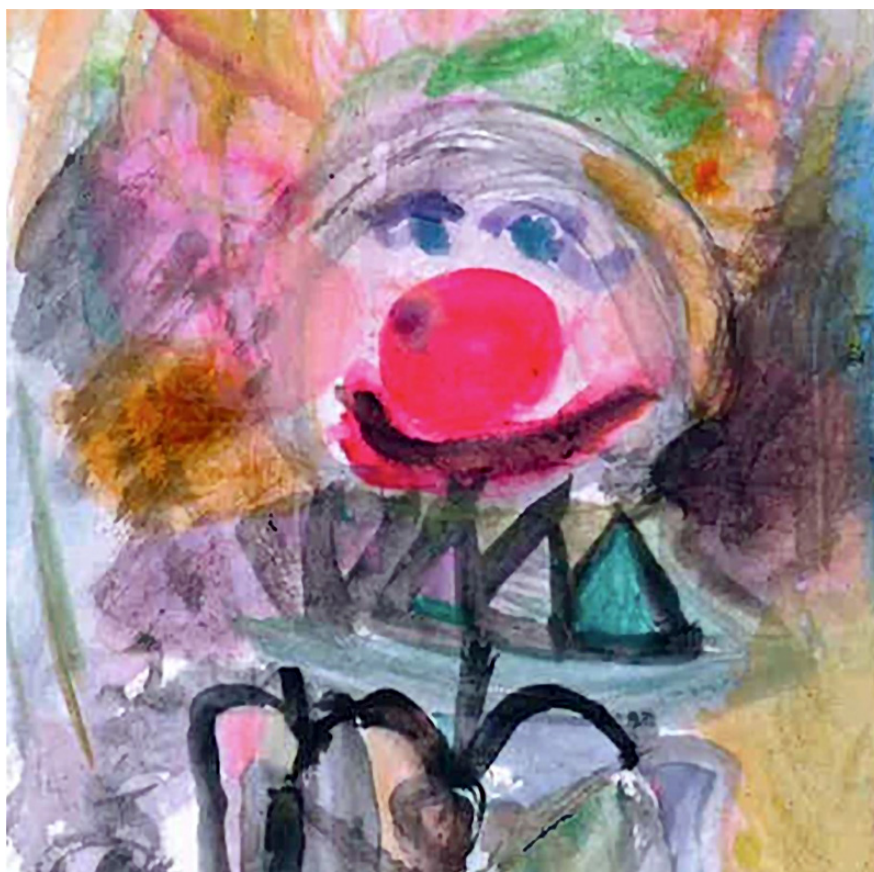
34 Alcântara et al., 2016; Sridharan & Sivaramakrishnan, 2016.

35 Se f.eks. Burns et al., 2018; O'Kelly & Koffman, 2007.

Mange studier viser til musikkterapiens positive effekter i lindring av symptomer. Eksempelvis har musikkterapi vist seg å være effektiv for å forbedre emosjonell uttrykksevne og redusere angst etter måltider hos pasienter med anorexia nervosa.³⁶ Det er imidlertid behov for mer metodisk solid og sammensatt forskning på musikkterapiens effekt i behandlingen av spiseforstyrrelser.³⁷

Forskning viser også til musikkterapiens positive effekter på andre pasientgrupper, slik som krigsveteraner med posttraumatisk stresslidelse.³⁸ En dansk studie målte stressnivåer hos veteraner og en kontrollgruppe før og etter lytting til spesialtilpassede symfonikonsserter. Begge grupper opplevde redusert stress, med signifikante endringer i kontrollgruppen. Det var også en markant nedgang i høyt stress blant veteranene.³⁹ Forskerne påpeker imidlertid at musikkens stressreduserende effekt er vanskelig å skille fra andre faktorer som kan bidra til et positivt resultat.

Ytterligere eksempler er studier som har vist at musikklytting kan ha en smertelindrende effekt ved fødsler og lindre bivirkningene av kreftbehandlinger.⁴⁰ De kulturformene som er mest vanlig i disse lindrende behandlingene er musikklytting, billedkunst og dans.⁴¹



➤ **Bilde 3** Emma Aasbakk Engen, 10 år: *Klovnehjerte* (2016). Maleri. © Emma Aasbakk Engen. Bildet ble auksjonert bort til inntekt for Sykehusklovnene.

36 Ahonen et al., 2023; Robarts & Sloboda, 1994; Bibb et al., 2015.

37 Trondalen, 2016, s. 36–37.

38 Else et al., 2014; Story, 2018.

39 Vámosi et al., 2024.

40 Se f.eks. Bilgiç & Acaroğlu, 2017; Chuang et al., 2018; Tuinmann et al., 2017.

41 Fancourt & Finn, 2019.

Positive effekter på sykdomsforløp og sosial utvikling

Det er mer uvanlig med studier som viser kunstens og kulturens evne til å få direkte positive effekter på sykdomsforløp. Det vanligste er studier som viser kunst og kultur som en del av behandlingen av psykisk uhelse.⁴² I kunnskapsoversikten til WHO vises det også til flere studier hvor musikkterapi har ført til positive resultater for personer med søvnløshet eller søvnforstyrrelser.⁴³ Videre henvises det til at aktiv deltakelse i ulike former for kultur kan ha positive effekter på personer med nevrologiske sykdommer. Eksempelvis fremheves prosjekter med dans for Parkinson-pasienter som fremgangsrrike⁴⁴ og kulturdeltakelse med positive effekter på kognisjon og minne hos mennesker med demens.⁴⁵ Det finnes også eksempler på at musikkprosjekter basert på *El Sistema*-pedagogikken har hatt positive effekter på atferd hos barn som har vært utsatt for vold.⁴⁶ Denne pedagogikken benytter musikkopplæring til sosial inkludering, mestring og utvikling, særlig for barn i utsatte miljøer, og vektlegger orkesterspill fra tidlig alder og læring gjennom samspill fremfor individuell opplæring.

Nytten og den positive påvirkningen problematiseres

Forskningsresultatene om kunstens og kulturens positive effekter på helse og velvære har blitt stilt spørsmål ved og problematisert fra flere perspektiver. På flere måter minner denne kritikken om innvendinger mot andre typer av effekter av kultur. Kritikken kan oppsummeres i følgende punkter:

- Forskningsfeltet preges av en publikasjonsskjevhet til fordel for studier som bekrefter kunstens og kulturens positive helseeffekter.
- Sammenhengen mellom helse og kunst og kultur samt studienes evne til å avklare årsak-virkningsforhold blir stilt spørsmål ved.
- Fokuset på kulturens helsefremmende effekter avleder oppmerksomheten fra mer grunnleggende årsaker til uhelse.

Det er i sammenhengen også viktig å nevne at selv de kunnskapsoversiktene som er publisert på oppdrag fra Verdens helseorganisasjon, Arts Council England og EU-kommisjonen i noen grad problematiserer forskningen om kunstens og kulturens positive helseeffekter.⁴⁷ Mens denne typen av kritikk retter seg mot studiene og metodikken i seg selv, går en annen type kritikk ut på at fokuset på kunstens og kulturens helseeffekter risikerer å forme kunsten og kulturen i bestemte retninger.

Forskningsområdet preges av en publikasjonsskjevhet

Flere forskningsoversikter erkjenner at forskningsfeltet lider av en publikasjonsskjevhet. Det innebærer at studier som viser positive helseeffekter av kunst og kultur, publiseres i større grad enn undersøkelser som ikke kan påvise slike resultater eller som viser negative sammenhenger.⁴⁸ Dette er også noe som er kjent som et generelt problem i medisinsk forskning. Minaric et al. peker på flere problemer med denne publikasjonsskjevheten. Blant annet forvrenger den resultatene i de metaanalysene som utføres. Dette risikerer å føre til at politikktutviklingen på området baseres på en overdreven tro på

42 Fancourt & Finn, 2019.

43 Fancourt & Finn, 2019, s. 30–31. Se f.eks. Feng et al., 2018.

44 Fancourt & Finn, 2019, s. 42–43. Se f.eks. Sharp & Hewitt, 2014.

45 Fancourt & Finn, 2019, s. 44–45. Se f.eks. Jacobsen et al., 2015.

46 Se f.eks. Alemán et al., 2017; se også Fancourt & Finn, 2019, s. 11.

47 Se Fancourt & Finn, 2019; Staricoff, 2004; Zbranca et al., 2022.

48 Clift et al., 2021; Fancourt & Finn, 2019; Zbranca et al., 2022.

kunstens og kulturens positive innvirkning på helsen.⁴⁹ Publikasjonsskjevheten kan være et utslag av at fagfeltet ennå er forholdsvis ungt, og at forskning som viser positive effekter, legitimerer fagfeltets eksistens.

Det konstateres samtidig at kunst og kultur i flere tilfeller har vist seg å ha negative effekter, ingen effekter i det hele tatt, eller at de positive effektene er små eller forbigående.⁵⁰ Flere studier peker også på at kunst- og kulturutøvelse kan assosieres med en negativ innvirkning på helsen.⁵¹ Musgrave fremhever paradokset om at musikk assosieres med helsebringende effekter, mens flere studier viser at profesjonelle musikere har høyere forekomst av psykiske plager enn den generelle befolkningen. Dette skyldes imidlertid trolig yrkesmessige utfordringer som økonomisk usikkerhet.⁵²

I en gjennomgang av WHO-rapporten *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review* konkluderer Clift et al. med at forskningsresultatene om kultur og helse gjengis på en misvisende måte. Dette risikerer igjen å føre til en feilinformert politikkutvikling.⁵³ Clift et al. peker særlig på at flere av studiene som rapporten baseres på, er langt mer tvilende til kunstens og kulturens positive effekter enn det som fremkommer i selve rapporten. Det fremheves spesielt at den positive innvirkningen som måles, ofte er meget liten, og at det nesten utelukkende handler om kortsiktige effekter. Clift et al. hevder også at mange studier er av lav kvalitet, og at variasjonene i studienes resultater er så store at generalisering bør unngås.⁵⁴ I tillegg viser Grebosz-Haring et al. at kvalitetssikringen og veiingen av forskningen i metastudiene ofte er for dårlig.⁵⁵ En grunn til at mange studier blir stilt spørsmål ved, og at mange forskere selv er forsiktige med å trekke langsiktige konklusjoner, skyldes studienes utforming. Blant annet handler det om resultater som er basert på små populasjoner og casestudier der kontrollgrupper mangler.

En sentral observasjon når det gjelder både kunnskapsoversikter og enkeltstudier, er også at de positive konklusjonene vanligvis formuleres som at kunsten og kulturen *kan* ha (snarere enn *har*) positive helseeffekter på ulike områder, noe som også gjelder denne oversikten.⁵⁶

Forskning på helseeffektene av kunst og kultur er ennå i ferd med å få anerkjennelse som et eget fagfelt innen helsevitenskap. Integreringen av kunstbaserte tiltak i helsetjenester og folkehelseinnsats er ennå ikke utbredt.⁵⁷ Når det er sagt, er integrasjonen av kunst i helsetjenesten stadig økende i flere europeiske land, som England, Irland, Norge og Sverige, og støttet av ulike politiske initiativer.⁵⁸ Kunst og kultur på «resept» har vært benyttet i to tiår i England og har blitt mer utbredt i Danmark og Sverige i senere år.⁵⁹

49 Minaric et al., 2017.

50 Se f.eks. Abell et al., 2017; Bungay et al., 2023; Efstathopoulou & Bungay, 2021; Silvia, 2009; Weziak-Białowolska, 2016; Weziak-Białowoska & Białowolski, 2016.

51 Gross & Musgrave, 2020; Zinn-Kirchner et al., 2023; Musgrave, 2023.

52 Musgrave, 2023.

53 Clift et al., 2021. Se også Clift, 2020; Grebosz-Haring et al., 2022.

54 Clift et al., 2021. Se også Glew et al., 2021.

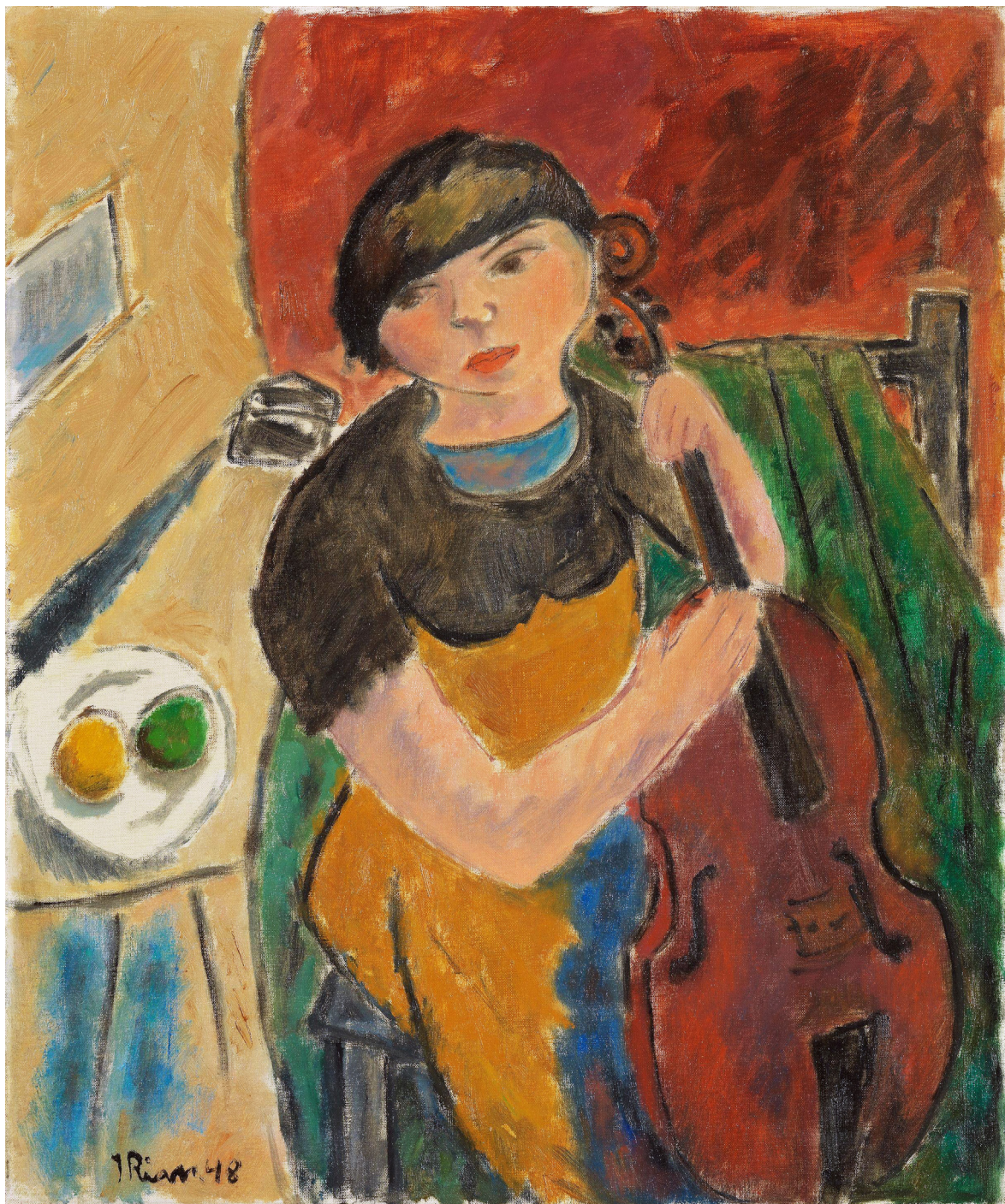
55 Grebosz-Haring et al., 2023.

56 Se f.eks. Fancourt & Finn, 2019; Zbranca et al., 2022.

57 Sajanani & Fietje, 2023.

58 Fancourt & Finn, 2019, s. 5.

59 Fancourt & Finn, 2019, s. 22; Jensen et al., 2017; Jensen & Bonde, 2020; Jensen, 2019, 2022; Hvidtfeldt & Høgedal, 2024.



➤ **Bilde 4** Johs Rian: *Piken med celloen* (1948). Maleri. Olje på lerret. Nasjonalmuseet for kunst, arkitektur og design, Billedkunstsamlingene. © Johs Rian / BONO 2025

Koblingen til kunst og kultur problematiseres

En generell problematikk som fremheves, er at det sjelden går an å fastslå at eventuelle positive effekter har med selve kunsten og kulturen å gjøre.⁶⁰ Igjen handler det om at forskningen ikke lykkes i å klargjøre mekanismene bak de eventuelle effektene. Det fremheves også at selve påvirkningen ofte er vag og bygger på subjektive opplevelser, og at det er generell usikkerhet om effektens varighet. Videre stilles det også spørsmål ved om de observerte positive effektene skyldes kunst og kultur som noe unikt helsebringende, eller om de like gjerne kan forklares med sosial deltakelse eller det å engasjere seg i noe meningsfylt og lystbetont.⁶¹ Mye av forskningen som undersøker sammenhengen mellom kultur og helse, problematiserer dette. I noen tilfeller, som for eksempel når det gjelder dansens positive påvirkning på Parkinson-pasienter, skriver Clift et al. at resultatene snarere peker mot at dans ikke har noen tydelig positiv påvirkning. I stedet er det spesifikt designede bevegelsesprogrammer som har vist seg å ha effekt, men disse har svært lite med dans (og kultur) å gjøre.⁶² Sajanani & Fietje har etterlyst flere epidemiologiske studier for å bedre kunne forstå og dokumentere sammenhenger mellom deltakelse i kulturaktiviteter og positive helseeffekter.⁶³

Fokus på kultur og helse blir et substitutt for viktigere tiltak

En annen problematikk som løftes frem, er risikoen for at kulturprosjekter for helse og velvære blir et substitutt for tiltak som på en mer grunnleggende måte kunne ha adressert folkehelseproblemer og psykisk uhelse. Forskningen peker i så måte særlig på når kunst og kultur settes inn som et mer generelt folkehelseiltak eller mot psykisk uhelse og mangel på velvære i områder med sosiale problemer.⁶⁴ Denne kritikken inkluderer spørsmål om hvorvidt ressursene som brukes på området, kunne blitt brukt mer effektivt og hatt større positive helseeffekter gjennom en alternativ bruk.⁶⁵

Risiko for disiplinering av kunsten og kulturen

Forskningen problematiserer også hvordan oppmerksomhet om helseeffekter av kunst og kultur kan få konsekvenser for kunstens og kulturutøvernes autonomi. Det advares mot at fokuset på kunstens nytte for helsen fører til at spørsmålet om kunstnerisk kvalitet blir sekundært. Dessuten er et viktig spørsmål hvordan kunsten skal utformes for best mulige kliniske resultater. Akkurat som når det gjelder økonomisk eller sosial nytte, fremheves risikoen for at kunsten og kulturen begynner å bli verdsatt med målestokker som i bunn og grunn er fremmede for kunstnerisk virksomhet.⁶⁶ I denne sammenhengen finnes det i en nordisk kontekst eksempler på konflikter rundt det kunstneriske innholdet, for eksempel når kunstnere har deltatt i statlige helsekampanjer.⁶⁷

60 Clift et al., 2021; Kelly et al., 2016; Mirza, 2006; se også Weziak et al., 2016.

61 Se også Baklien, 2000.

62 Clift et al., 2021; se også Thaut et al., 2018.

63 Sajanani & Fietje, 2023.

64 Se f.eks. Pritchard, 2020.

65 Se f.eks. Clift et al., 2021; Mirza, 2006.

66 Se f.eks. Mirza, 2006.

67 Diurlin & Norén, 2021.

Studier om norske forhold og politisk oppmerksomhet

Forskningen på kunst og kultur som helsebringende tiltak i Norge er fortsatt noe begrenset. Det finnes imidlertid mange eksempler på relevante bidrag.⁶⁸ Norsk forskning samsvarer med internasjonale studier som viser at kunst og kultur kan bidra til positive helseeffekter.⁶⁹ Samtidig har utfordringen med å avgrense kulturens direkte effekter på helse fra andre medvirkende faktorer vært understreket av flere. Det er behov for mer omfattende epidemiologiske studier.⁷⁰

Området har også fått oppmerksomhet fra offentlig kultursektor. I 1997 startet Norsk kulturråd og Sosial- og helsedepartementet et program for å bruke kultur i helsefremmende arbeid, som viste at kultur kan bidra til å integrere marginaliserte grupper.⁷¹ En kunnskapsoversikt om kultur og frivillighet, utarbeidet på oppdrag fra Kulturdepartementet, viser at både kultur og frivillighet kan bidra til økt livskvalitet for enkeltindivider og spille en rolle i forebyggende politisk arbeid.⁷²

Bergen kommune har hatt et større prosjekt som fremmer kulturens rolle i å bedre mental helse. Oslo har flere mindre tilsvarende prosjekter, og enkelte kommunale frisklivssentre har hentet inspirasjon fra det britiske konseptet «Arts on Prescription».⁷³ Et nyere politisk initiativ som viser troen på kulturens betydning for livskvalitet og helse, er støtten til etableringen av mange demenskor i Oslo i samarbeid med Norges musikkhøgskole.⁷⁴ Tiltaket og den kjente NRK-serien Demenscoret bygger på forskning som fremhever positive effekter av korsang for personer med demens.⁷⁵

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg har, som nevnt innledningsvis, også nylig fått midler til å innføre «Kultur på resept» i Norge gjennom «Helsesamarbeid i Barents og Den nordlige dimensjon» i Helse- og omsorgsdepartementet. Kompetansesenteret tilbyr også en videreutdanning i «kunst og kultur i helse og omsorg» og «musikkbasert miljøbehandling» i samarbeid med NTNU.

68 Se f.eks. Knudtsen et al., 2005 som gir en oversikt over tidligere forskning, samt nyere studier: Løkken et al., 2018, 2020; Løkken, 2023.

69 Se øg Jensen & Bonde, 2018.

70 Knudtsen et al., 2005; Holmen et al., 2016.

71 Baklien & Carlsson, 2000.

72 Loga, 2010, s. 104.

73 Jensen et al., 2017.

74 Oslo kommune 2024.

75 Baker et al., 2022; Thompson et al., 2021. Se øg Osman et al., 2024. Se øg Stænseth et al., 2022 som fant at deltagerne i Demenscoret hadde signifikant bedre humør etter korøvelsene.



➤ **Bilde 5** Bilde fra tv-serien Demenskoeret på NRK, produsert av Nordisk Banijay. Foto: Anna Sørmarken Vestly / NRK. © NRK. Kim Wigaard var dirigent for Demenskoeret, og Ingrid Gjessing Linhave var programleder for serien.

Sammendrag

- Forskningsfeltet som omhandler kunstens og kulturens påvirkning på helse, er både omfattende og mangfoldig. Det finnes en betydelig mengde studier som fremhever de positive helseeffektene av kulturdeltakelse. Forskning viser at både det å skape og oppleve kunst og kultur kan ha en positiv innvirkning på fysisk og mental helse. Dette inkluderer blant annet å redusere stress, styrke selvfølelsen og sosial tilhørighet, forbedre kognitive funksjoner og øke livskvaliteten. Dette gjelder både innen forebyggende helsearbeid og som en del av medisinsk behandling. Andre eksempler på positive helseeffekter inkluderer redusert risiko for demens og lindring av symptomer ved ulike lidelser og sykdommer.
- På den annen side er det også rettet vesentlig kritikk mot forskningen på dette feltet. Kritikken peker på metodologiske svakheter, som publikasjonsskjevhet og manglende klarlegging av årsakssammenhenger. Noen studier viser at kunst og kultur ikke alltid har de påståtte positive effektene, og at de i enkelte tilfeller kan ha negative eller ingen helseeffekter. Dette understreker behovet for mer forskning og grundigere analyser, spesielt epidemiologiske studier, for å forstå kunstens og kulturens påvirkning på helse.
- Forskere understreker behovet for en dypere og mer nyansert forståelse av kunstens og kulturens rolle som bidrag til helse, samt viktigheten av at beslutningstakere er bevisste de reelle effektene og begrensningene ved å benytte kulturaktiviteter i helsearbeid. Det er nødvendig med en balansert tilnærming som både anerkjenner de positive bidragene, og som inkluderer potensielle utfordringer og begrensninger.

Kilder

- Abell, R. V., Baird, A. D., & Chalmers, K. A. (2017). Group singing and health-related quality of life in Parkinson's disease. *Health Psychology*, 36(1), 55–64. <https://doi.org/10.1037/hea0000412>
- Aguilar, B. A. (2017). The efficacy of art therapy in pediatric oncology patients: An integrative literature review. *Journal of Pediatric Nursing*, 36, 173–178. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.06.015>
- Ahonen, H., Mitchell, E., Remers, S., Shah, P., & Van Blyderveen, S. (2023). The impact of group music therapy for individuals with eating disorders. *Approaches: An Interdisciplinary Journal of Music Therapy*, 15(1), 36–57. <https://doi.org/10.56883/ajmt.2023.87>
- Alcântara, P. L., Wogel, A. Z., Rossi, M. I. L., Neves, I. R., Sabates, A. L., & Puggina, A. C. (2016). Effect of interaction with clowns on vital signs and non-verbal communication of hospitalized children. *Revista Paulista de Pediatria*, 34(4), 432–438. <https://doi.org/10.1016/j.rppede.2016.02.011>
- Alemán, X., Duryea, S., Guerra, N. G., McEwan, P. J., Muñoz, R., Stampini, M., & Williamson, A. A. (2017). The effects of musical training on child development: A randomized trial of El Sistema in Venezuela. *Prevention Science*, 18(7), 865–878. <https://doi.org/10.1007/s11121-016-0727-3>
- Andreasen, E. M. (2024, 11. november). Har du vurdert å ta kulturvitaminer i vinter? *Fædrelandsvennen*. <https://www.fvn.no/mening/kronikk/i/qP381z/har-du-vurdert-aa-ta-kulturvitaminer-i-vinter>
- Aurebekk, I. (2025, 30. januar). Kulturdeltagelse er en investering i samfunnets fremtid. *Fredrikstads blad*, s. 13.
- Baker, F. A., Lee, Y. C., Sousa, T. V., Stretton-Smith, P. A., Tamplin, J., Sveinsdottir, V., Geretsegger, M., Wake, J. D., Assmus, J. & Gold, C. (2022). Clinical effectiveness of music interventions for dementia and depression in elderly care (MIDDEL): Australian cohort of an international pragmatic cluster-randomised controlled trial. *Lancet Healthy Longevity*, 3(3), e153–165. [https://doi.org/10.1016/S2666-7568\(22\)00027-7](https://doi.org/10.1016/S2666-7568(22)00027-7)
- Baklien, B. (2000). Culture is healthy. *International Journal of Cultural Policy*, 7(2), 235–257. <https://doi.org/10.1080/10286630009358145>
- Baklien, B., & Carlsson, Y. (2000). *Helse og kultur. Prosessevaluering av en nasjonal satsing på kultur og helsefremmende virkemiddel*. NIBR.
- Barnish, M. S., & Barran, S. M. (2020). A systematic review of active group-based dance, singing, music therapy and theatrical interventions for quality of life, functional communication, speech, motor function and cognitive status in people with Parkinson's disease. *BMC Neurology*, 20(1), 371. <https://doi.org/10.1186/s12883-020-01938-9>
- Bibb, J., Castle, D., & Newton, R. (2015). The role of music therapy in reducing post meal related anxiety for patients with anorexia nervosa. *J Eat Disord*, 3(50). <https://doi.org/10.1186/s40337-015-0088-5>
- Bilgiç, Ş., & Acaroğlu, R. (2017). Effects of listening to music on the comfort of chemotherapy patients. *Western Journal of Nursing Research*, 39(6), 745–762. <https://doi.org/10.1177/0193945916660527>
- Bungay, H., Jensen, A., & Holt, N. (2023). Critical perspectives on Arts on Prescription. *Perspectives in Public Health*, 144(6), 363–368. <https://doi.org/10.1177/17579139231170776>
- Burns, D. S., Meadows, A. N., Althouse, S., Perkins, S. M., & Cripe, L. D. (2018). Differences between supportive music and imagery and music listening during outpatient chemotherapy and potential moderators of treatment effects. *Journal of Music Therapy*, 55(1), 83–108. <https://doi.org/10.1093/jmt/thy001>
- Bush, R., Capra, S., Box, S., McCallum, D., Khalil, S., & Ostini, R. (2018). An integrated theatre production for school nutrition promotion program. *Children (Basel)*, 5(3), 35. <https://doi.org/10.3390/children5030035>
- Carnwath, J. D., & Brown, A. S. (2014). *Understanding the value and impacts of cultural experiences: A literature review*. Arts Council England. https://www.artscouncil.org.uk/sites/default/files/download-file/Understanding_the_value_and_impacts_of_cultural_experiences.pdf

- Chuang, C. H., Chen, P. C., Lee, C. S., Chen, C. H., Tu, Y. K., & Wu, S. C. (2019). Music intervention for pain and anxiety management of the primiparous women during labour: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 75(4), 723–733. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jan.13871>
- Clift, S. (2020). Fancourt, D. & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 2(1), 77–83. <https://iris.who.int/handle/10665/329834>
- Clift, S., Phillips, K. & Pritchard, S. (2021). The need for robust critique of research on social and health impacts of the arts. *Cultural Trends*, 30(5), 442–459. <https://doi.org/10.1080/09548963.2021.1910492>
- Coulton, S., Clift, S., Skingley, A. & Rodriguez, J. (2015). Effectiveness and cost-effectiveness of community singing on mental health-related quality of life of older people: randomised controlled trial. *Br J Psychiatry*, 207(3), 250–255. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.113.129908>
- Cultureforhealt. (u.å.). *What is CultureForHealth?* <https://www.cultureforhealth.eu/about-the-project/>
- Cuypers, K., De Ridder, K., Kvaløy, K., Knudtsen, M. S., Krokstad, S., Holmen, J., & Lingaas Holmen, T. (2012). Leisure time activities in adolescence in the presence of susceptibility genes for obesity: Risk or resilience against overweight in adulthood? The HUNT study. *BMC Public Health*, 12, 820. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-820>
- Cuypers, K., Krokstad, S., Holmen, T. L., Skjei Knudtsen, M., Bygren, L. O., & Holmen, J. (2011). Patterns of receptive and creative cultural activities and their association with perceived health, anxiety, depression and satisfaction with life among adults: The HUNT study, Norway. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 65(8), 737–744. <https://doi.org/10.1136/jech.2010.113571>
- Diurlin, L., & Norén, F. (2021). Cultural policy as a governmental proxy tool for improved health: The Swedish National Board of Health and Welfare's collaborations with cultural workers 1970–1975. *International Journal of Cultural Policy*, 27(5), 667–682. <https://doi.org/10.1080/10286632.2020.1829609>
- Dow, R., Warran, K., Letrondo, P., & Fancourt, D. (2023). The arts in public health policy: progress and opportunities. *Lancet Public Health*, 8, 155–160. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(22\)00313-9](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(22)00313-9)
- Efstathiopoulou, L., & Bungay, H. (2021). Mental health and resilience: Arts on Prescription for children and young people in a school setting. *Public Health*, 198, 196–199. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.07.021>
- Else, B., Clair, A., Elis, E., Farbman, A., Garrison, J., Haynes, T., Hunter, B., Pinkerton, J., Reuer, B., Rook, J., Rorke, M., Simpson, J., & Vaudreuil, R. (2014). *Music therapy and military populations: A status report and recommendations on music therapy treatment, programs, research, and practice policy*. American Music Therapy Association. https://www.musictherapy.org/assets/1/7/MusicTherapy-MilitaryPops_2014.pdf
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?* A scoping review. Health Evidence Network Synthesis Report 67. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/329834#:~:text=Results%20from%20over%203000%20studies,of%20illness%20across%20the%20lifespan.>
- Feng, F., Zhang, Y., Hou, J., Cai, J., Jiang, Q., Li, X., Zhao, Q., & Li, B.-A. (2018). Can music improve sleep quality in adults with primary insomnia? A systematic review and network meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 77, 189–196. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2017.10.011>
- Feng, L., Romero-Garcia, R., Suckling, J., Tan, J., Larbi, A., Cheah, I., Wong, G., Tsakok, M., Lanskey, B., Lim, D., Li, J., Yang, J., Goh, B., Teck, T. G. C., Ho, A., Wang, X., Yu, J. T., Zhang, C., Tan, C., Chua, M., Li, J., Totman, J., Wong, C., Loh, M., Foo, R., Tan, C. H., Goh, L. G., Mahendran, R., Kennedy, B. K., & Kua, E. H. (2020). Effects of choral singing versus health education on cognitive decline and aging: A randomized controlled trial. *Aging*, 12(24), 24798–24816. <https://doi.org/10.18632/aging.202374>
- Finnish Parliament. (2019). Lag om kommunernas kulturverksamhet. <https://www.finlex.fi/sv/laki/alkup/2019/20190166>

- Gao, Q., Hall, A., Linder, S., Leonard, A., & Qian, M. (2021). Promoting Head Start Dual Language Learners' social and emotional development through creative drama. *Early Childhood Education Journal*, 50, 761–771. <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01198-x>
- Glew, S. G., Simonds, L. M., & Williams, E. I. (2021). The effects of group singing on the wellbeing and psychological outcomes of children and young people: A systematic integrative review. *Arts & Health*, 13(3), 240–262. <https://doi.org/10.1080/17533015.2020.1802604>
- Grebosz-Haring, K., Thun-Hohenstein, L., Schuchter-Wiegand, A. K., Bathke, A. C., & Clift, S. (2023). The need for robust critique of arts and health research: Dance-movement therapy, girls, and depression. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1525(1), 128–139. <https://doi.org/10.1111/nyas.15006>
- Grebosz-Haring, K., Thun-Hohenstein, L., Schuchter-Wiegand, A. K., Irons, Y., Bathke, A., Phillips, K., & Clift, S. (2022). The need for robust critique of arts and health research: Young people, art therapy and mental health. *Frontiers in Psychology*, 13, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.821093>
- Gross, S. A., & Musgrave, G. (2020). *Can music make you sick? Measuring the price of musical ambition*. University of Westminster Press.
- Hagemann, V. (2021). Benefits of collective singing: An international systematic review on «choral research».
- Hansen, E., Sund, E., Knudtsen, M. S., Krokstad, S., & Langaas Holmen, T. (2015). Cultural activity participation and associations with self-perceived health, life-satisfaction and mental health: The Young HUNT study, Norway. *BMC Public Health*, 15, 544. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1873-4>
- Heiskala, K. (2023). Dance Movement Therapy with a person who is a refugee and diagnosed with post-traumatic stress disorder. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 4(2), 1–6. <https://doi.org/10.18261/njach.4.2.8>
- Holmen, J., Nguyen, C., Håpnes, O. S., Rangul, V., & Espnes, G. A. (2016). Kultur og helse i HUNT – En metodeevaluerende. *Norsk Epidemiologi*, 26(1–2). <https://doi.org/10.5324/nje.v26i1-2.2026>
- Holt, N. J. (2023). The impact of remote arts on prescription: Changes in mood, attention and loneliness during art workshops as mechanisms for wellbeing change. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 5(1), 1–13. <https://doi.org/10.18261/njach.5.1.1>
- Hvidtfeldt, K., & Høgedal, A. (2024). *Evaluering af Fynsk Kultur på Recept*. Syddansk Universitet. https://findresearcher.sdu.dk/ws/portalfiles/portal/263145429/Evaluering_af_Fynsk_Kultur_p_Recept-SDU-2024-FINAL.pdf
- Jacobsen, J. H., Stelzer, J., Fritz, T. H., Chételat, G., La Joie, R., & Turner, R. (2015). Why musical memory can be preserved in advanced Alzheimer's disease. *Brain*, 138(8), 2438–2450. <https://doi.org/10.1093/brain/awv135>
- Jensen, A. & Bonde, L. O. (2018). The use of arts interventions for mental health and wellbeing in health settings. *Perspectives in Public Health*, 138(4), 209–214. <https://doi.org/10.1177/1757913918772602>
- Jensen, A. (2019). Culture Vitamins – an Arts on Prescription project in Denmark. *Perspectives in Public Health*, 139(3), 131–136. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1757913919836145>
- Jensen, A. (2022). Arts on prescription (AoP) in primary healthcare in Sweden. *Perspectives in Public Health*, 142(2), 64–65. <https://doi.org/10.1177/17579139211072772>
- Jensen, A., & Bonde, L. O. (2020). An arts on prescription programme: Perspectives of the cultural institutions. *Community Mental Health Journal*, 56(8), 1473–1479. <https://doi.org/10.1007/s10597-020-00591-x>
- Jensen, A., Stickley, T., Torrisen, W., & Stigmar, K. (2017). Arts on prescription in Scandinavia: A review of current practice and future possibilities. *Perspectives in Public Health*, 137(5), 268–274. <https://doi.org/10.1177/1757913916676853>
- Jones, M., Kimberlee, R., Deave, T., & Evans, S. (2013). The role of community centre-based arts, leisure and social activities in promoting adult well-being and healthy lifestyles. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10(5), 1948–1962. <https://doi.org/10.3390/ijerph10051948>

- Kelly, S., Davies, L., Harrop, D., McClimens, A., Peplow, D., & Pollard, N. (2016). Reviewing art therapy research: A constructive critique. Arts & Humanities Research Council. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2250.5841>
- Knudtsen, M. S., Holmen, J., & Håpnes, O. (2005). Kulturelle virkemidler i behandling og folkehelsearbeid. *Tidsskrift for Den norske legeforening*, 125, 3434–3436. <https://tidsskriftet.no/2005/12/om-helsetjenesten/kulturelle-virkemidler-i-behandling-og-folkehelsearbeid>
- Kouvonen, A., Swift, J. A., Stafford, M., Cox, T., Vahtera, J., Väänänen, A., Heponiemi, T., De Vogli, R., Griffiths, A., & Kivimäki, M. (2012). Social participation and maintaining recommended waist circumference: Prospective evidence from the English Longitudinal Study of Aging. *Journal of Aging and Health*, 24(2), 250–268. <https://doi.org/10.1177/0898264311421960>
- Kreutz, G. (2014). Does singing facilitate social bonding? *Music Medicine*, 6(2), 51–60. <https://mmd.iammonline.com/index.php/musmed/article/view/MMD-6-2-9>
- Kühlmann, A. Y. R., de Rooij, A., Kroese, L. F., van Dijk, M., Hunink, M. G. M., & Jeekel, J. (2018). Meta-analysis evaluating music interventions for anxiety and pain in surgery. *British Journal of Surgery*, 105(7), 773–783. <https://doi.org/10.1002/bjs.10853>
- Kulturdepartementet. (2017). *Uppdrag till Statens kulturråd att genomföra en nationell översyn av området kultur och hälsa*. <https://www.regeringen.se/contentassets/93fa5ec46d084abca29a2f9b9186ed50/uppdrag-till-statens-kulturrad-att-genomföra-en-nationell-oversyn-av-omradet-kultur-och-halsa/>
- Liu, Y. H., Lee, C. S., Yu, C. H., & Chen, C. H. (2016). Effects of music listening on stress, anxiety, and sleep quality for sleep-disturbed pregnant women. *Women Health*, 56(3), 296–311. <https://doi.org/10.1080/03630242.2015.1088116>
- Loga, J. M. (2010). *Livskvalitet: Betydningen av kultur og frivillighet for helse, trivsel og lykke*. Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor. <https://samfunnsforskning.brage.unit.no/samfunnsforskning-xmlui/handle/11250/2445364>
- Løkken, B. I. (2023). *Engagement in cultural activity and public health: The HUNT Study, Norway* [Doktorgradsavhandling, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet]. NTNU Open. <https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmlui/handle/11250/3064857>
- Løkken, B. I., Merom, D., Sund, E. R., Krokstad, S., & Rangul, V. (2020). Cultural participation and all-cause mortality, with possible gender differences: An 8-year follow-up in the HUNT Study, Norway. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 74(8), 624–630. <https://doi.org/10.1136/jech-2019-213313>
- Løkken, B. I., Rangul, V., Merom, D., Ekholm, O., Krokstad, S., & Sund, E. R. (2018). Are playing instruments, singing or participating in theatre good for population health? Associations with self-rated health and all-cause mortality in the HUNT3 study (2006–2008). I L. O. Bonde & T. Theorell (Red.), *Music and public health: A Nordic perspective* (s. 33–54). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-76240-1_3
- Lundenmark, E. (2020). A positive breathing space: Participatory theatre at a psychiatric ward in Stockholm. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 2(1), 68–73. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-7913-2020-01-06>
- Meld. St. 8 (2018–2019). *Kulturens kraft – Kulturpolitikk for framtida*. <https://www.regjeringen.no/contentassets/9778c28ab1014b789bbb3de0e25e0d85/nn-no/pdfs/stm201820190008000dddpdfs.pdf>
- Minaric, A., Horvat, M., & Smolic, V. S. (2017). Dealing with the positive publication bias: Why you should really publish your negative results. *Biochemica Medica*, 27(3), 1–6. <https://doi.org/10.11613/BM.2017.030201>
- Mirza, M. (2006). The arts as painkiller. I M. Mirza (Red.), *Culture vultures: Is UK arts policy damaging the arts?* (s. 93–110). Policy Exchange. <https://www.policyexchange.org.uk/wp-content/uploads/2016/09/culture-vultures-jan-06.pdf>
- Mora, M., Penelo, E., Gutiérrez, T., Espinoza, P., González, M. L., & Raich, R. M. (2015). Assessment of two school-based programs to prevent universal eating disorders: Media literacy and theatre-based

- methodology in Spanish adolescent boys and girls. *ScientificWorldJournal*. <https://doi.org/10.1155/2015/328753>
- Murrock, C. J., & Graor, C. H. (2016). Depression, social isolation, and the lived experience of dancing in disadvantaged adults. *Archives of Psychiatric Nursing*, 30(1), 27–34. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2015.10.010>
- Musgrave, G. (2023). Music and wellbeing vs. musicians' wellbeing: Examining the paradox of music-making positively impacting wellbeing, but musicians suffering from poor mental health. *Cultural Trends*, 32(3), 280–295. <https://doi.org/10.1080/09548963.2022.2058354>
- Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg. (2016, 24. oktober). Kultur på resept. <https://kulturoghelse.no/prosjekter/kultur-paa-resept/>
- Nyashanu, M., Ikhile, D. & Pfende, F. (2021). Exploring the efficacy of music in palliative care: A scoping review. *Palliative and Support Care*, 19(3), 355–360. <https://doi.org/10.1017/S1478951520001042>
- O'Kelly, J., & Koffman, J. (2007). Multidisciplinary perspectives of music therapy in adult palliative care. *Palliative Medicine*, 21(3), 235–241. <https://doi.org/10.1177/0269216307077207>
- Oslo kommune. (2024, 28. november). Fem nye bydeler får demenskor. <https://aktuelt.oslo.kommune.no/fem-nye-bydeler-far-demenskor>
- Osman, S. E., Tischler, V., & Schneider, J. (2016). 'Singing for the Brain': A qualitative study exploring the health and well-being benefits of singing for people with dementia and their carers. *Dementia*, 15(6), 1326–1339. <https://doi.org/10.1177/1471301214556291>
- Pritchard, S. (2020). The artwashing of gentrification and social cleansing. I P. Adey, m. fl. (Red.), *The Handbook of Displacement* (s. 179–199). Palgrave.
- Proposition 2009/10:3: Tid för kultur. <https://www.regeringen.se/contentassets/5afd813ffae94dae91e9db0f8725c3b6/tid-for-kultur-prop-2009103>
- Region Skåne. (2023). Hela människan, hela livet. Region Skånes strategi för kultu och hälsa 2022–2030. https://utveckling.skane.se/siteassets/publikationer/strategi-kultur-och-halsa-2022-2030/strategi_kultur_och_halsa.pdf
- Renton, A., Phillips, G., Daykin, N., Yu, G., Taylor, K., & Petticrew, M. (2012). Think of your art-eries: arts participation, behavioural cardiovascular risk factors and mental well-being in deprived communities in London. *Public Health*, 126(suppl. 1), S57–S64. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2012.05.025>
- Robarts, J. Z., & Sloboda, A. (1994). Perspectives on music therapy with people suffering from anorexia nervosa. *Journal of British Music Therapy*, 8(1), 7–14. <https://doi.org/10.1177/135945759400800104>
- Sajnani, N., & Fietje, N. (2023). The Jameel Arts & Health Lab in collaboration with the WHO–Lancet global series on the health benefits of the arts. *The Lancet*, 402(10414), 1732–1734. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)01959-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)01959-1)
- Sezen, C., & Ünsalver, B. Ö. (2018). Group art therapy for the management of fear of childbirth. *The Arts in Psychotherapy*, 64, 9–19. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2018.11.007>
- Sharp, K., & Hewitt, J. (2014). Dance as an intervention for people with Parkinson's disease: A systematic review and meta-analysis. *Neuroscience and Biobehavioural Reviews*, 47, 445–456. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2014.09.009>
- Shenfield, T., Trehub, S. E., & Nakata, T. (2003). Maternal singing modulates infant arousal. *Psychology of Music*, 31(4), 365–375. <https://doi.org/10.1177/03057356030314002>
- Shi, Z. M., Lin, G. H., & Xie, Q. (2016). Effects of music therapy on mood, language, behaviour, and social skills in children with autism: A meta-analysis. *Chinese Nursing Research*, 3(3), 137–141. <https://doi.org/10.1016/j.cnre.2016.06.018>
- Silvia, P. J. (2009). Looking past pleasure: Anger, confusion, disgust, pride, surprise, and other unusual aesthetic emotions. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 3(1), 48–51. <https://doi.org/10.1037/a0014632>
- Sridharan, K., & Sivaramakrishnan, G. (2016). Therapeutic clowns in pediatrics: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *European Journal of Pediatrics*, 175(10), 1353–1360. <https://doi.org/10.1007/s00431-016-2764-0>

- Staricoff, R. L. (2004). *Arts in health: A review of the medical literature*. Research Report 36. Arts Council England. <https://www.americansforthearts.org/sites/default/files/ArtsHealthReviewMedicalLiterature.pdf>
- Stensæth, K., Aasskildt, K. K., Brean, A., Johansson, K., Stedje, K., & Kvamme, T. (2022). Kor, demens og livskvalitet. Kvantitative resultater fra en korttids pilotstudie av et korprosjekt for mennesker med demens. *Musikkterapi*, 45(2), 8–19. <https://doi.org/10.69625/318192.HBVZ3091>
- Story, M. K. (2018). *Guided Imagery and Music with military women and trauma: A continuum approach to music and healing* [Doktorgradsavhandling, Aalborg Universitet]. https://vbn.aau.dk/ws/portalfiles/portal/549462984/PHD_KMS_E_pdf.pdf
- Thaut, M. H., Rice, R. R., Braun Janzen, T., Hurt-Thaut, C. P., & McIntosh, G. C. (2018). Rhythmic auditory stimulation for reduction of falls in Parkinson's disease: A randomized controlled study. *Clinical Rehabilitation*, 33(1), 34–43. <https://doi.org/10.1177/0269215518788615>
- Thompson, Z., Baker, F. A., Tamplin, J., & Clark, I. N. (2021). How singing can help people with dementia and their family care-partners: A mixed studies systematic review with narrative synthesis, thematic synthesis, and meta-integration. *Front Psychol*, 12, 764372. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.764372/full>
- Trondalen, G. (2016). The future of music therapy for persons with eating disorders. I C. Dileo (Red.), *Envisioning the future of music therapy* (s. 31–44). Temple University. <https://scholarshare.temple.edu/server/api/core/bitstreams/6736d7e6-5b9a-4fb1-8f99-8024d75e3b0d/content>
- Tuinmann, G., Preissler, P., Böhmer, H., Suling, A., & Bokemeyer, C. (2017). The effects of music therapy in patients with high-dose chemotherapy and stem cell support: A randomized pilot study. *Psycho-Oncology*, 26(3), 377–384. <https://doi.org/10.1002/pon.4142>
- Vámosi, M., Beck, B. D., Andreassen, C. M., & Angel, S. (2024). «I felt filled up with beauty.» Attending a classical symphonic concert improved veteran wellbeing. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 6(2), 1–14. <https://www.idunn.no/doi/10.18261/njach.6.2.4>
- Weziak-Białowolska, D. (2016). Attendance of cultural events and involvement with the arts: Impact evaluation on health and well-being from a Swiss household panel survey. *BMC Public Health*, 16(1), 161–169. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2016.06.028>
- Węziak-Białowolska, D., & Białowolski, P. (2016). Cultural events – does attendance improve health? Evidence from a Polish longitudinal study. *BMC Public Health*, 16, 730. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3433-y>
- Zbranca, R., Dâmaso, M., Blaga, O., Kiss, K., Dascăl, M. D., Yakobson, D., & Pop, O. (2022). *Culture-ForHealth Report. Culture's contribution to health and well-being: A report on evidence and policy recommendations for Europe*. CultureForHealth. https://www.cultureforhealth.eu/app/uploads/2023/02/Final_C4H_FullReport_small.pdf
- Zinn-Kirchner, Z. M., Alotaibi, M., Mürbi, D., & Caffier, P. P. (2023). For fiddlers of the roof and in the pit. Healthcare and epidemiology of playing-related problems in violinists. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 16, 2485–2497. <https://doi.org/10.2147/jmdh.s425406>