At bære et rum

Om det oversete arbejde i kunstbaserede trivselsindsatser



af **Cecilie Monrad**

Indledning

En gruppe mennesker sidder sammen omkring et værk i en faciliteret sammenhæng. Det kan være billedkunst, litteratur eller musik, men formen er i denne sammenhæng mindre afgørende. Noget i mødet har berørt en deltager.

Vedkommende deler pludselig en personlig og sensitiv erfaring, som værket har vakt. Det kan være en beretning om et overfald, tanker om døden eller en spontan gråd. En reaktion, der opstår uden forberedelse og rækker ud over den planlagte aktivitet.

Rummet ændrer karakter. Der opstår stilhed. Nogle reagerer med omsorg, måske med en hånd på skulderen.

For facilitatoren opstår der samtidig en række vurderinger, som ikke er synlige udefra, men som i situationen presser sig på: Hvordan følges der op? Hvad kræver situationen? Hvor meget opmærksomhed skal gives til den enkelte, og hvordan påvirker det de øvrige deltagere? Og hvordan bringes forløbet videre uden at efterlade nogen i en tilstand, de ikke selv kan regulere?

De situationer, der beskrives i denne artikel, er ikke konstruerede eksempler. De er hentet fra mere end 14 års arbejde med faciliterede kunst- og kulturforløb for sårbare målgrupper i museumsfaglig kontekst - et arbejde, der har givet et tæt kendskab til, hvad der faktisk er på spil, når kunst bringes ind i trivsels- og socialfaglige sammenhænge.

Den type situationer udgør ikke en undtagelse, men et vilkår, når kunst bringes ind i trivsels- og sociale indsatser. Netop fordi kunst kan åbne for følelser, erindringer og associationer, heldigvis primært af positiv karakter, kan mødet med et værk aktivere erfaringer, som ikke på forhånd er synlige for hverken deltageren selv eller for facilitatoren.

Denne dimension er samtidig en væsentlig del af forklaringen på, at kunst og kultur i stigende grad anvendes i sundheds- og socialfaglige sammenhænge. En voksende mængde forskning peger på, at kunstoplevelser kan have betydning for både mental og fysisk trivsel, særligt når de indgår i organiserede og faciliterede forløb (WHO, 2019; Fancourt, 2026). Alligevel omsættes denne viden ikke altid i den praksis, hvor mødet faktisk finder sted.

Inden for feltet har opmærksomheden i høj grad været rettet mod at dokumentere effekter og udvikle metoder. Der evalueres, måles og udvikles formater som demenskor, erindringsdans, guidet fælleslæsning, slow looking o.m.a. Dokumentationen er både væsentlig og nødvendig, fordi den har bidraget til at etablere feltets legitimitet og skabe tværfaglig opmærksomhed.

Samtidig træder en anden dimension i baggrunden, nemlig det, der faktisk udspiller sig i situationen, hvor mennesker møder kunst sammen: hvad der foregår i rummet mellem deltager og værk, og hvordan det rum formes og håndteres undervejs.

I dette rum står *facilitatoren*. Ofte med en kunstfaglig eller sundhedsfaglig baggrund og med et stort engagement i arbejdet. Men netop fordi arbejdet foregår i et krydsfelt mellem flere fagligheder, stiller det også en række krav, som kun i begrænset omfang er tydeligt formuleret eller fagligt forankret. Facilitatoren skal kunne tilrettelægge et forløb med afsæt i både metode og målgruppe, men står samtidig med ansvaret for at håndtere de situationer, der opstår undervejs, når deltagere reagerer uventet, når noget bliver personligt, og når rummet forskyder sig.

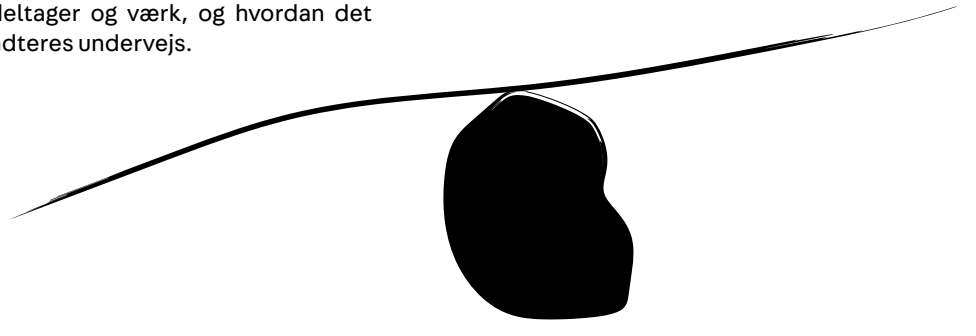
I denne artikel anvendes betegnelsen *facilitering* ikke alene om at formidle indhold, men om at åbne, holde og forme det rum, hvor mødet finder sted. Ikke som metode, men som et professionelt arbejde, der i dag spiller en central rolle i trivsels- og socialfaglige indsatser uden at være tilsvarende tydeligt beskrevet eller anerkendt.

Rummet

Den situation, der blev skitseret i indledningen, peger på noget grundlæggende: mødet mellem mennesker og kunst i en faciliteret sammenhæng er ikke blot en individuel oplevelse, men en situation, hvor flere lag er i spil samtidig.

Når en gruppe samles om et værk, fordeler opmærksomheden sig forskelligt i rummet. Som facilitator bliver det hurtigt tydeligt, at deltagerne orienterer sig på forskellige måder. Nogle træder frem og tager ordet. Andre afventer, lytter og positionerer sig, før de eventuelt deltager. Nogle genkender noget i værket, mens andre forholder sig mere tøvende eller oplever modstand.

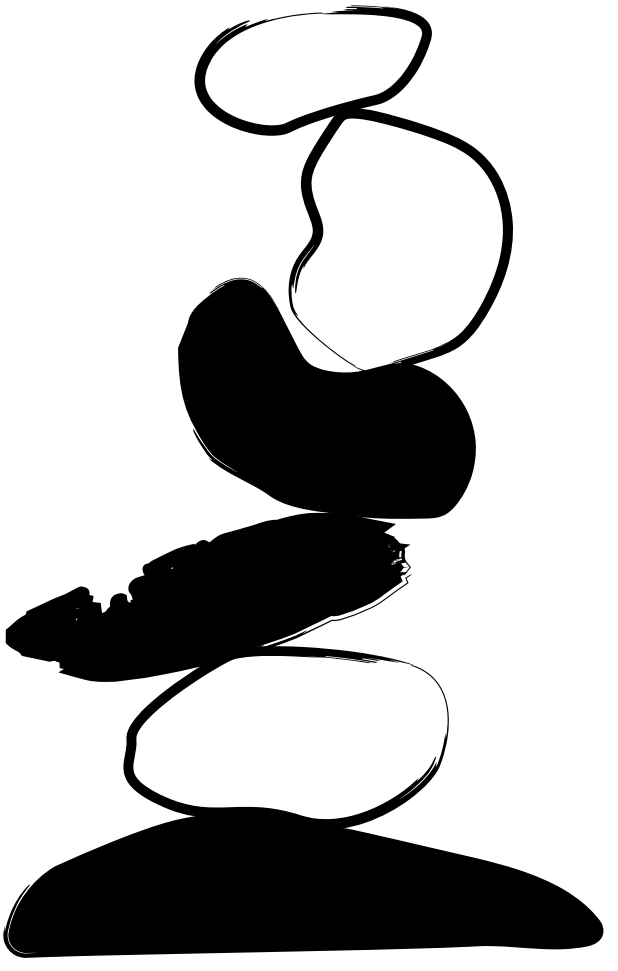
Det, der gør det muligt at være i situationen uden nødvendigvis at træde frem som person, beskrives ofte som det fælles tredje: et værk, som opmærksomheden kan samles om. Det skaber en forskydning, hvor deltagerne kan tale om noget uden for sig selv, samtidig med at de taler ind i det, de selv bringer med. Denne forskydning indebærer en dobbelthed. På den ene side en oplevelse af afstand og dermed en form for tryghed. På den anden side åbnes der for, at personlige erfaringer kobler sig til det, der deles. Det er ikke en enten-eller-situation, men en bevægelse, der udfolder sig undervejs.




Nørrebro, 2026
S2ZR T2F
40



Indre By, 2019



Situationen er ikke neutral. Rummet er socialt, og deltagerne orienterer sig løbende mod hinanden, mod værket og mod det sagte - og det usagte. Stilhed kan være et tegn på fordybelse, men også på usikkerhed. I situationen er det sjældent muligt at fastslå, hvad der er på spil. Ytringer får betydning ud over det sagte. Nogle åbner rummet og inviterer flere ind.

De situationer, der beskrives i det følgende, er baseret på reelle hændelser fra faciliterede forløb. Personlige oplysninger er anonymiseret.

I en netværksgruppe for ensomme og socialt isolerede ældre valgte en deltager under en præsentationsrunde at dele en stærkt personlig og grænseoverskridende erfaring fra sit liv. Situationen ændrede øjeblikkeligt karakter. Opmærksomheden samlede sig om den enkelte, og gruppen reagerede med medfølelse.

I en sådan situation må facilitatoren træffe et valg. Udsagnet blev anerkendt, uden at det blev foldet yderligere ud, og opmærksomheden blev derefter ført tilbage til gruppen. Bevægelsen var diskret, men havde betydning for, hvordan rummet udviklede sig. Den gjorde det muligt for deltageren at blive hørt, uden at fortællingen kom til at dominere situationen, og uden at de øvrige deltagere trak sig.

Personlige erfaringer kan åbne noget i situationen. Samtidig kan det forskyde balancen i rummet. Det, der begyndte som en fælles undersøgelse, kan blive mere sårbart eller mere intenst, og opmærksomheden kan samle sig omkring enkelte

deltagere. I sådanne øjeblikke kan rummet tippe. Ikke nødvendigvis dramatisk, men som en gradvis ændring i, hvad det kan bære, og hvem der kan være i det.

Denne bevægelse hører med til situationens karakter. Den omfatter ikke kun mødet med et værk, men en social dynamik, hvor relationer, positioner og følelser løbende er i bevægelse. Når mennesker samles om noget, der har betydning, opstår der også noget, som ikke kan planlægges på forhånd.

Samtidig hænger det, der sker i rummet, tæt sammen med de fysiske rammer. Hvordan deltagerne er placeret i forhold til hinanden, hvor opmærksomheden samler sig, og om der er ro til at blive i det, der opstår. Et rum kan invitere til deltagelse i den måde opsætningen er struktureret. Rundkreds, puder på gulvet eller lignende. Men det kan også gøre det vanskeligt at træde ind, hvis man ikke er parat til den type intimitet eller har funktionsnedsættelser, der ikke er taget højde for. Særligt for deltagere, der ikke er vant til at bevæge sig i kulturelle sammenhænge eller som befinder sig i en sårbar position.

Det relationelle og det fysiske hænger sammen. Det er i samspillet mellem de to, at rummet får sin karakter. Det er dette rum, der i praksis bliver genstand for facilitering, snarere end værket selv. Og det er her en faglighed træder i kraft, som kun i begrænset omfang er beskrevet.

Facilitatorens arbejde

Kunsten har en særlig evne til at aktivere følelser og erindringer. For nogle er det netop det, der gør den meningsfuld. For andre kan det åbne for erfaringer, som ikke lader sig håndtere i situationen, og for nogle opstår reaktionerne først, når rammen ikke længere er til stede. Det er en del af grunden til, at facilitatoransvaret ikke slutter, når aktiviteten er afsluttet, men strækker sig til måden, sessionen lukkes på. At afslutte et rum er ikke det samme som at stoppe en aktivitet. Det handler om at sikre, at deltagerne forlader situationen i en tilstand, de selv kan bære.

De fleste kender følelsen af at blive berørt af musik, litteratur eller andre æstetiske udtryk, nogle gange uventet. Som facilitator er opgaven en anden end terapeutens eller socialarbejderens. Hvor disse arbejder med den enkeltes situation, er facilitatorens mandat at holde opmærksomheden omkring det fælles tredje og sikre, at rummet kan bære det, der opstår, uden at den enkelte overlades til sig selv i det.

Når kunst bringes ind i trivselsarbejde, er der derfor altid en risiko for, at deltagere konfronteres med erfaringer, som er vanskelige at regulere i situationen. Den risiko kan ikke elimineres. Men den kan reduceres gennem måden rummet etableres og holdes på. F.eks. gennem en traumeinformeret tilgang, der anerkender, at traumatiske belastningsreaktioner kan være til stede i rummet, uden at man har en forhåndsviden derom. Traumatisk stress forstås her som en del af et spektrum af stressreaktioner, der strækker sig fra kroppens almindelige stressrespons til posttraumatisk stress og PTSD (Treleaven, 2025). At se bort fra denne mulighed er derfor ikke neutralt, men har både faglige og etiske konsekvenser.

I et museumsbaseret forløb med psykisk sårbare deltagere blev en deltager under en session tydeligt påvirket af det værk, gruppen arbejdede med. Vedkommende bad om at forlade rummet sammen med en fagperson, der var tilknyttet som støtte. Resten af gruppen fortsatte. Kort efter vendte deltageren tilbage og genindtrådte i situationen.

Det afgørende i denne situation var ikke, at reaktionen opstod, men at rammen kunne bære den. Deltagerne vidste, hvad der skulle ske, hvor længe det ville vare, og at de kunne trække sig uden at skulle forklare hvorfor. Situationen blev registreret, men ikke gjort til omdrejningspunkt. Det gjorde det muligt både at forlade og vende tilbage.

> En traumeinformeret tilgang tager udgangspunkt i, at noget kan være på spil uden at være synligt. Det handler blandt andet om at gøre situationen overskuelig og give deltagerne mulighed for at regulere deres egen deltagelse. At vide, hvad der skal foregå. At kunne blive i situationen. Og at kunne trække sig uden at skulle forklare hvorfor. Denne opmærksomhed hænger sammen med balancen mellem det trygge og det udfordrende. For nogle deltagere er det i sig selv en udfordring at være til stede i et rum med andre. Når der samtidig introduceres noget ukendt, som en kunstoplevelse kan være, opstår der let usikkerhed om, hvad der forventes, og hvordan man kan deltage. Rammesætningen får derfor en afgørende betydning, ikke som instruktion, men som en tydeliggørelse af, hvordan man kan være til stede.

Det indebærer ikke, at rummet skal være uden modstand. Mødet med kunst kan netop åbne for noget, der ikke er afklaret på forhånd. Opgaven består derfor ikke i at fastholde tryghed i en snæver forstand, men i at sikre, at det, der opstår, kan undersøges uden at blive overvældende. Bevægelsen fra det trygge til det mere udfordrende er ikke et mål i sig selv, men noget der kan finde sted, når rammen gør det muligt. Det forudsætter, at deltagerne oplever, at de kan trække sig, men også at de kan blive i det, der er ved at åbne sig.

For facilitatoren betyder det, at arbejdet består i at aflæse flere spor samtidig: hvem der tager ordet, hvem der trækker sig, hvordan tempoet udvikler sig, og om opmærksomheden fortsat er fælles eller begynder at samle sig omkring enkelte deltagere. Det? er tegn, som gentager sig i praksis. Rummet kan begynde at lukke sig, når svarene bliver kortere, eller når de samme deltagere tager ordet først.

Arbejdet kræver løbende prioriteringer af, hvad der skal have plads, og hvornår rummet må samles igen. I nogle situationer er det ikke tilstrækkeligt at holde rummet åbent. Noget må afgrænses eller samles op. Det kan være, når en deltager bevæger sig så langt ind i sin egen fortælling, at forbindelsen til det fælles svækkes, eller når stemningen ændrer sig på en måde, hvor flere trækker sig uden at sige det højt. Her ligger et ansvar i at kunne gribe ind uden at afbryde det, der er vigtigt. Opmærksomheden må kunne føres tilbage til det fælles, uden at det personlige lukkes ned. Det kan ske gennem måden et spørgsmål stilles på, eller i hvordan det sagte samles op. Det udelukker ikke, at den deltager, der fylder mest i rummet, netop kan være den, der har størst behov. At registrere dette er en del af det faglige ansvar. Men at handle på det hører til i et tværfagligt samarbejde, hvor den kunst- eller kulturfaglige facilitator videregiver sin observation til den sundheds- eller omsorgsfaglige partner. Det er ikke en kompetence, facilitatoren skal besidde alene, men et ansvar, der forudsætter, at der er nogen at give det videre til.

I disse situationer bliver dømmekraften i faciliteringen tydelig. Stilheden spiller en særlig rolle. Pausen efter en ytring kan føles længere, end den er, og det kræver en særlig disciplin at blive i den. For mange facilitatorer er det netop her, usikkerheden opstår, og fristelsen til at tale ind i pausen kan være stor. Samtidig er det her, refleksion får plads. At kunne blive i stilheden uden at udfylde den er en del af arbejdet.

Facilitering består i den forstand ikke blot i at sætte en aktivitet i gang, men i at arbejde aktivt med de betingelser, der gør det muligt for deltagerne at være i det, der opstår. Det bliver tydeligt, at effekten ikke ligger i kunsten alene, men i den måde mødet organiseres og understøttes på.

Det er et arbejde, der i praksis har stor betydning for, hvad deltagerne får ud af situationen, men som kun i begrænset omfang beskrives som en selvstændig faglig opgave.

Blinde vinkler i feltet

De senere år har dokumentationen for kunstens betydning i sundheds- og trivselsarbejde fået en central placering. Det har været afgørende for feltets udvikling og legitimitet. Samtidig har det ændret, hvad der får opmærksomhed, og hvad der i mindre grad bliver genstand for undersøgelse.

Forskningen peger i høj grad på, at effekter opstår i konkrete aktiviteter, hvor deltagelse, struktur og social interaktion spiller en væsentlig rolle. Inden for *arts and health* har Daisy Fancourt, en af de mest fremtrædende stemmer i feltet, fremhævet betydningen af organiserede og faciliterede forløb. Effekten knytter sig ikke alene til mødet med kunsten, men til den måde, det indgår i en ramme, hvor opmærksomhed, tid og deltagelse er tænkt ind fra begyndelsen.

Alligevel sker der ofte en forskydning, når denne viden bevæger sig fra forskning til praksis. Komplekse sammenhænge reduceres i formidlingen til mere entydige fortællinger om, hvad kunst kan. Dermed flytter fokus sig fra de betingelser, der gør deltagelse mulig, til det indhold, der præsenteres. Konsekvensen er, at det bliver mindre tydeligt, hvad der faktisk kræves for, at noget virker.

Denne forskydning kan aflæses i praksis. I projektbeskrivelser og ansøgninger inden for kunst- og kulturfeltet fremstår indholdet ofte klart: hvilken kunstform, hvilket forløb og hvilken målgruppe. Rammen omkring det er sjældnere beskrevet med samme præcision. Hvad deltagerne skal møde, er tydeligt. Hvordan de kan være i det, er det ikke nødvendigvis.

Her opstår en blind vinkel. Deltagelse fremhæves som et mål i sig selv, men behandles implicit som noget, der følger af sig selv, hvis tilbuddet er relevant. I praksis forholder det sig som nævnt anderledes.

Deltagelse opstår ikke automatisk, og manglende deltagelse bliver let forstået som et individuelt forhold frem for som en konsekvens af, hvordan rammen er tilrettelagt.



Frederiksberg, 2026

Dermed forskydes ansvaret. Ikke som en bevidst beslutning, men som en effekt af, hvad der gøres synligt. Deltagerens reaktion bliver det primære pejlemærke, mens de forhold, der former den, i mindre grad adresseres.

En anden blind vinkel opstår i afstanden mellem de intentioner, vi knytter til kunstbaserede indsatser, og det, der faktisk skal til for at indfri dem. Indsatserne begrundes ofte med deres mulighed for at skabe refleksion, fordybelse, fællesskab og relationer. Langt mindre synligt er det arbejde, der skal gøre disse kvaliteter mulige i den konkrete situation. Et forløb kan være designet med henblik på fordybelse, men hvis tempoet er for højt eller rammen er uklar, vil deltagerne i praksis bevæge sig igennem uden at nå ind i fordybelsen.

Konsekvensen er ikke nødvendigvis, at noget bryder sammen. Aktiviteten gennemføres, og deltagerne er til stede. Men det, der var intentionen, realiseres ikke. Forløb, der skulle skabe fordybelse eller fællesskab, fremstår i praksis som overfladiske eller fragmenterede. Netop derfor kan det være vanskeligt at få øje på problemet.

I arbejdet med sårbare deltagere bliver denne forskydning tydeligere. Her kan mødet med kunst aktivere erfaringer, som ikke er entydige eller lette at håndtere. Hvis rammen ikke kan bære det, der opstår, overlades deltagerne i praksis til selv at navigere i reaktioner, som kræver mere støtte, end situationen tilbyder. Det er ikke en undtagelse, men et vilkår.

I den sammenhæng fremstår facilitering let som noget sekundært. Som en måde at strukturere en aktivitet på, snarere end som en faglig praksis i sig selv. Noget, der kan tilføjes, men ikke nødvendigvis er afgørende.

I sociale og trivselsorienterede sammenhænge opstår der et fælles rum, hvor det, der sker, påvirker flere. I sådanne situationer er fraværet af kvalificeret facilitering ikke blot fraværet af styring, men fraværet af et fagligt ansvar for, hvordan rummet holdes og udvikler sig.

Har alle brug for en facilitator?

I individuelle sammenhænge kan oplevelsen være åben og selvstyret, og fraværet af en fast ramme kan være en kvalitet i sig selv. Her er det den enkelte, der bærer oplevelsen. Situationen ændrer sig, når kunst indgår i en fælles og trivselsorienteret sammenhæng. I sådanne sammenhænge bæres oplevelsen ikke alene af den enkelte, men også af den situation, deltagerne indgår i. Det forskyder, hvad der er på spil, og hvad der kræves for at mødet kan fungere.

Facilitering bliver her en forudsætning. Ikke som et ekstra lag, men som det, der gør det muligt overhovedet at arbejde med trivsel, relationer og refleksion i et fælles rum. Det gælder ikke mindst, når det fælles rum er en kulturinstitution, og mødet med kunsten er selve omdrejningspunktet. I denne sammenhæng handler facilitering ikke primært om formidling, men om ansvar. Ansvar for, hvordan rummet åbnes og for, hvilke muligheder deltagerne har for at være i det. Uden en kvalificeret ramme risikerer det fælles rum enten at blive utydeligt, så deltagelsen bliver usikker, eller at samle sig om få, så andre træder i baggrunden.

En traumeinformeret tilgang peger samtidig på, at dette ansvar ikke kun vedrører definerede målgrupper. Hvis man tager udgangspunkt i, at man ikke ved, hvad deltagerne bringer med sig, bliver det et grundvilkår for facilitering i det hele taget. Det handler ikke om at gøre alle situationer særligt hensynsfulde, men om at skabe en ramme, hvor deltagerne har et reelt valg: at kunne træde ind i situationen, men også at kunne trække sig uden at skulle forklare hvorfor.

Der ligger også en etisk dimension i dette. Ikke fordi alle situationer er sårbare, men fordi man som facilitator ikke på forhånd kan vide, hvad der er på spil for den enkelte. At arbejde traumeinformeret bliver dermed en måde at tage ansvar for situationen som helhed og ændrer betingelserne for at kunne være i selve kunstoplevelsen, Den skaber et rum, hvor deltagelse ikke forudsætter overskud eller fortrolighed på forhånd, men hvor det er muligt at finde sin egen måde at være til stede på.

Facilitering må på den baggrund forstås som en faglig praksis, der rækker ud over den konkrete aktivitet. Det er en opgave, der kræver viden, dømmekraft og en bevidsthed om, hvad der er på spil, også når det ikke er synligt. Opgaven kan ikke løses alene med gode intentioner. Den forudsætter en forståelse for både æstetiske processer, målgrupper og gruppedynamik samt en evne til at omsætte denne viden i konkrete valg i situationen.

Perspektiv: Et professionelt ansvar

Feltet har i de senere år opbygget en betydelig viden om kunstens betydning for trivsel, og samarbejdet på tværs af kultur, sundhed og sociale indsatser er blevet styrket. Denne

udvikling er væsentlig. Den er imidlertid ikke i samme grad blevet fulgt af en tilsvarende opkvalificering af den praksis i kultur- og museumsinstitutioner, der skal bære mødet mellem mennesker og kunst.

Der tegner sig dermed en ubalance. Forventningerne til, hvad kunst kan bidrage med, er stigende, mens ansvaret for at få det til at fungere i praksis ofte placeres hos den enkelte aktør. Kompetenceudviklingen sker i mange tilfælde undervejs og uden et fælles sprog eller en tydelig faglig ramme. Hvis denne ubalance skal adresseres, forudsætter det, at facilitering anerkendes som et selvstændigt kompetenceområde. Ikke som en metode blandt andre, men som en praksis, der rummer dømmekraft, situationsfornemmelse og evnen til at arbejde med det uforudsigelige.

Det peger på et behov for at styrke både uddannelse og efteruddannelse. I dag er fokus ofte rettet mod metoder, målgrupper og dokumentation af effekt. Mindre opmærksomhed rettes mod det arbejde, der foregår i selve situationen. Der er ikke tale om et behov for at standardisere praksis, men om at kvalificere den. Det kræver et fælles sprog for det arbejde, der i dag i høj grad bæres individuelt, og en styrkelse af det faglige grundlag for de beslutninger, der træffes i situationen.

Samtidig har spørgsmålet en strukturel dimension. Hvis kunstens rolle i trivselsarbejde skal tages alvorligt, må de rammer, der understøtter arbejdet, følge med. Det gælder prioritering af tid, ressourcer og kompetenceudvikling, men også en tydeligere forståelse af, hvad der faktisk efterspørges, når kunst bringes i spil fra kulturinstitutionernes side i social- og sundhedsfaglige sammenhænge.

Der knytter sig også en etisk dimension til dette arbejde. Ikke fordi alle situationer er sårbare, men fordi man som facilitator ikke på forhånd kan vide, hvad der er på spil for den enkelte.

Det næste skridt for feltet er derfor ikke alene at dokumentere, at kunst kan gøre en forskel, men at tage ansvar for, hvad det kræver at arbejde med denne forskel i praksis. Dét ansvar ligger ikke i kunsten, men i måden hvorpå den bringes i spil.



Cecilie Monrad

Cecilie Monrad har gennem mere end et årti arbejdet med at udvikle museers rolle i sundheds- og trivselsarbejde med særligt fokus på facilitering og æstetiske praksisser. Hun står bag en række udviklings- og forskningsprojekter inden for kultur og sundhed og har undervist og holdt oplæg om feltet både nationalt og internationalt. I dag arbejder hun med udvikling, rådgivning og undervisning i krydsfeltet mellem kunst, kultur og sundhed.

Litteratur

Arao, B. & Clemens, K. (2013): "From Safe Spaces to Brave Spaces: A New Way to Frame Dialogue Around Diversity and Social Justice." I: *The Art of Effective Facilitation*. Sterling, VA: Stylus.

Center for Kunst og Mental Sundhed (2022): *Kortlægning af kunst- og kulturtilbud i relation til mental sundhed i Danmark*. København: CKMS.

Fancourt, D. (2026): *Art Cure: The Science of How Art Changes Your Brain and Your Health*. London: Cornerstone Press.

Jensen, A. (2022): *Kultur og sundhed. Et mangfoldigt felt. Forskning, teori og praksis*. København: Samfundslitteratur/KLIM.

Jensen, A. & Houlberg Rung, M. (2017): "Participatoriske kunstprocessers betydning for sundhed og trivsel." I: Bøttcher, Louise & Dammeyer, Jesper (red.): *Handicap og samfund – en grundbog*. København: Hans Reitzels Forlag.

Levin, K. & Monrad, C. (2024): "Guided Slow Looking for Young Psychiatric Service Users: A Phenomenological Approach to Arts and Mental Health Recovery." *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 6(2).

Nosè, M. et al. (2025): "From Art to Mental Health: Exploring the Impact of a Museum-based Intervention on Psychological Well-being." *Frontiers in Psychology*, 16.

Treleaven, A. D. (2025): "*The Trama-Sensitive Mindfulness Workbook – a comprehensive guide for mindfulness teachers*" Norton Professional Books

World Health Organization (2019): *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. København: WHO Regional Office for Europe.



Indre By, 2022