

KULTUR MÅR MAN BRA AV

TEXT: ANNA MATTSSON FOTO: MATTIAS LUNDBLAD

Han vill nå ut till så många som möjligt med kunskapen om kulturens betydelse för folkhälsan. Han menar att om tillräckligt många kommer till insikt om kulturens betydelse och effekterna dokumenteras och utvärderas kommer samhället att förändras. Då kan det med tiden ske viktiga politiska förändringar.

Jag har en plan! säger professor Gunnar Bjursell, en av Sveriges mest eftertraktade och bejublade föredragshållare och ledare för Centrum för Kultur och Hälsa vid Göteborgs universitet. Han får ungefär fem invitationer i veckan, har gjort, som han själv uttrycker det, ”mer än 200 nedslag” de senaste åren, i Sverige, Norden och USA. Han tackar ja till allt han hinner, från mindre möten med 20-talet deltagare till fullpropade konferensarenor. Och han gör det inte av fåfänga. Utan som sagt enligt en plan.

Planen går kort och gott ut på att tala om för människor, alla möjliga människor i olika sysslor och befattningar i samhället att kultur är bra för hälsan! Det gjorde han till exempel på Studieförbundet Verksamhetskonferens i Stockholm i oktober. Och fick flera av deltagarna att spontant utbrista; ”Det var väl det vi visste, att vi gör rätt!”

Långtidsprojekt

– Om man träffar väldigt många vanliga människor, och de finns där ute, alldeles vanliga människor med en enorm vitalitet och omtanke och som sällan uppmärksammas, om man träffar dem och förmedlar sin kunskap, så kommer de till slut att rösta fram rätt politiker, de som lyssnar, tar till sig av forskningens kunskaper och är beredda att handla enligt den!

– Det är förstås inget jag kommer att få uppleva under min livstid, tillägger Gunnar Bjursell. Men han tycker det är hans skyldighet som forskare att föra ut sin kunskap så långt som möjligt i samhället. (Han inser själv att han låter lite som en känd politisk ledare i sin entusiasm över de där vanliga människorna, men säger att han bjuder på

det, att det finns en poäng i det där med vanliga människor.)

Beprövad erfarenhet

Sambandet mellan kultur och hälsa är väl beforskat. Forskning som säger att musiken, dansen och andra kulturformer är bra för hälsan. I rent behandlande syfte av till exempel Parkinson-, afasi- och strokepatienter och som förebyggande folkhälsoåtgärd. Han utför inför förtjusta åhörare en liten pantomim om en Parkinsonpatient som plötsligt kan gå stadigt om han får göra det till musik och han slänger ut en fråga om hur mycket mer man egentligen orkar springa om man har en musiksnäcka i örat. ”Trettio procent! Trettio procent mer!”

– Ohälsan kostar mycket pengar. Sjukvården, de stora sjukhusen, är egentligen inte så dyra, det är själva ohälsan som kostar. 75 procent av alla sjukdomar är livsstilsrelaterade. Kan man komma åt ohälsan så har man stora vinster att vänta.

Motivationen

– När man pratar om till exempel att förebygga hjärtsjukdomar genom folkhälsoinsatser så handlar det mest om att äta rätt och att motionera. Man glömmer bort motivationen, att det är lusten som driver oss. Missnöje kan faktiskt i sig driva fram hjärtsjukdomar! Och lusten, drivkraften den kan alltså skapas genom kulturen. Genom att lyssna till musik, genom att utöva musik, dans eller någon annan kulturform.

Hjärnan behöver stimulans, hjärnan behöver ha roligt. Gunnar Bjursell återkommer i föreläsning och intervjusamtal till hjärnan och dess funktioner. I en hjärna som

håller igång, jobbar, tränar och har roligt bildas nya celler. Här kommer den förebyggande demensvården in men i andra ändan också förstås skolan. Gunnar tillhör kritikererna av den svenska skolan, men på sitt eget sätt.

– Det har forskats alldeles för lite på hur barn vill lära sig saker! Vi har bundit fast oss i ett tänkande som kanske var bra under industrialismen, men nu när vi kommit in i en annan fas behövs det något nytt!

Det finns massor av kunskap om att regelbundna inslag av musik, dans och annan rörelse i undervisningen stimulerar barnen. ”Elever i musikskolor har ofta även bra betyg i matte och de som är bäst i gymna är ofta bäst i matte också.” Förklaringen är inte bara så enkel att det är en viss kategori barn som sätts i musikskola, menar Gunnar Bjursell. Som alltså antyder att en roligare och mer stimulerande skola kan vara en bättre väg till ökade kunskaper än en skola med hårdare kontroll och disciplin.

Folkbildningen

Skolan har alltså en viktig roll i det förebyggande folkhälsoarbetet, och det har också folkbildningen med sin bredd av kulturverksamhet. Studieförbunden har en fantastisk uppgift att fylla, inte minst genom att locka med lustuppfyllande, och det kan vara en utmaning att inte bara genomföra till exempel en stor musikverksamhet utan faktiskt gå vidare och se till att stimulansen som musiken skapar kommer till användning på olika sätt.

Vården/omsorgen och folkbildningen har sålunda lite olika roller enligt Gunnar Bjursell och har kanske inte totalkläm på folkbildningens gränsöverskridande verksamhet på det här området. I vilket fall bör de terapeutiska metoder som springer ut ur Centrum för Kultur och Hälsas verksamhet föras ut till dem som jobbar inom vård och omsorg.

Ett ord, förutom hjärna och kultur, som återkommer ofta under samtalet är ”utvärdering”. För att en vettig kunskapsöverföring ska ske måste goda projekt, på äldreboende, inom vården, inom folkbildningen, utvärderas, rapporter måste skrivas så att



andra kan ta del. Plötsligt blev alltihop väldigt formaliserat och byråkratiskt, kan tyckas, men Gunnar Bjursell menar att det är nödvändigt.

Utvärdering

– Det slösas bort en massa pengar på projekt som inte utvärderas och följs upp! Jättebra projekt dras igång och läggs ned. För att det här området ska utvecklas måste vi lära av varandra. Vi vill på vår hemsida (Centrum för Kultur och Hälsa) kunna visa på de goda exemplen, visa på att det som fungerar i New York skulle kunna fungera även i Arvika.

Det är här de där goda politikerna som Gunnar Bjursell nämner i början kommer in. De som tar forskningen kring kultur–hjärna–hälsa på allvar, ser till att rätt verktyg sätts i händerna på dem som behöver dem och inte minst ser till att standarden på den svenska forskningen höjs, så att det inte bara finns resultat från alla de där universiteten ute i världen att hänvisa till utan även inhemsk forskning.

Bra forskning och bra utvärdering – det är nyckelorden för att driva på utvecklingen i ett samhälle som vill främja sambanden mellan kultur och hälsa och minska ohälsan. ■



Gunnar Bjursell

ÄR PROFESSOR i molekylärbiologi vid Göteborgs universitet och ledare för universitetets Centrum för kultur och hälsa, som har till uppgift att samla och främja forskning om sambandet mellan kultur och hälsa. Han är även en av grundarna av den internationella Vetenskapsfestivalen i Göteborg vars uppgift är att föra ut forskningsrön till allmänheten, och han är ledamot av statliga Vetenskapsrådets utbildningsvetenskapliga kommitté.