



SJÆLENS PALET

FÆLLESSKAB,
MOD OG
FORVANDLING

Rapporten er skrevet af:
Anne Cathrine Hulthén Andersen &
Stine Lindahl Jacobsen



SJÆLENS PALET

FÆLLESSKAB, MOD OG FORVANDLING

Rapporten er skrevet af:
Anne Cathrine Hulthin Andersen &
Stine Lindahl Jacobsen

Institut for Kultur og Kommunikation,
Aalborg Universitet 2024

Fotos: Jamal Mekdad & Malene Boll

Layout: Jacob Pedersen

INDHOLD

4	Introduktion
6	Sjælens Palet - et forskningsprojekt
8	Metode og etik
10	Temaer
10	Fællesskab
13	Mestring
16	Identitet
19	Dramamodalitet
20	Professionelle kompetencer
22	Opsamling
24	Konklusion
26	Referencer



Tak til:

LIMFJORDSTEATRET



INTRODUKTION

Forskningsfeltet kultur og sundhed har gennem de seneste to årtier udviklet sig fra et relativt nichepræget område til et anerkendt tværfagligt forskningsfelt. Hvor sundhedsforskning traditionelt har været domineret af biomedicinske forklaringsmodeller, er der i stigende grad kommet fokus på kunstens og kulturens betydning for menneskers trivsel, identitet, relationer og oplevelse af mening. Denne udvikling blev blandt andet katalyseret af WHO's omfattende kortlægning af feltet, som samlede evidens for kunst- og kulturaktiviteters betydning for sundhed og trivsel på tværs af livsfaser og målgrupper (Fancourt & Finn, 2019). Senere forskning har videreudviklet feltet ved i højere grad at fokusere på deltagelse, empowerment, fællesskab og holistiske sundhedsforståelser frem for alene sygdomsreduktion (Jacobsen, Glinthorg & Jochum, 2024; Jensen et al., 2024). Samtidig peger nyere studier på, at oplevede gevinster ved kunst- og kulturaktiviteter ofte opstår i samspillet mellem de kunstneriske processer, de sociale relationer og de fællesskaber, aktiviteterne skaber (Jensen et al., 2024; Jochum et al., 2024). Dette fremhæver en af feltets væsentligste metodologiske udfordringer: Kunst- og kulturinterventioner er komplekse og involverer ofte mange samtidige faktorer, herunder æstetiske oplevelser, sociale relationer, professionelle facilitatorer, organisatoriske rammer og deltagernes egne forventninger. Bungay, Jensen og Holt (2023) argumenterer derfor for, at forskningen bør bevæge sig væk fra simple spørgsmål

om, hvorvidt kunst "virker", og i stedet undersøge hvordan, for hvem og under hvilke betingelser kunstneriske aktiviteter skaber værdi. Denne pointe er særligt relevant i undersøgelser af drama- og teaterbaserede indsatser, hvor det ofte er vanskeligt at adskille betydningen af den kunstneriske aktivitet fra betydningen af de relationelle og sociale processer, som opstår omkring den.

En væsentlig del af forskningen har fokuseret på drama- og teaterinterventioners betydning for mental sundhed. En nyere systematisk litteraturgennemgang identificerer positive effekter af teaterinterventioner på symptomer relateret til angst, depression og posttraumatisk stress blandt voksne deltagere. Samtidig peger studierne på forbedringer i sociale relationer, selvforståelse og oplevelse af handlekraft, selvom evidensgrundlaget fortsat præges af relativt små studier og metodologiske udfordringer. Flere systematiske reviews konkluderer tilsvarende, at drama-baserede interventioner kan bidrage til både psykisk trivsel og oplevet velbefindende, særligt gennem processer relateret til kreativ udfoldelse, refleksion og social interaktion (Bayliss et al., 2026; Fernández-Aguayo & Pino-Juste, 2023).

Et særligt tema i dramaforskningen er identitetsarbejde. Til forskel fra mange andre kulturelle aktiviteter giver drama mulighed for direkte at eksperimentere med roller,

karakterer og sociale positioner. Gennem rollearbejde kan deltagere afprøve egenskaber, relationer og handlemåder i et fiktivt univers, som samtidig opleves virkeligt nok til at skabe personlige erfaringer. Dette aspekt genfindes også i nyere dansk forskning, hvor kulturelle aktiviteter beskrives som arenaer for identitetsudvikling, særligt blandt unge og mennesker i sårbare livssituationer (Hejlesen et al., 2025). I denne forståelse bliver identitet ikke betragtet som noget statisk, men som noget der løbende udvikles gennem deltagelse, fortællinger og sociale erfaringer.

Samlet peger den eksisterende forskning på, at drama og teater rummer et betydeligt potentiale inden for sundhedsfremme, særligt når sundhed forstås bredt som trivsel, identitet, deltagelse, fællesskab og oplevelse af mening. Samtidig er feltet fortsat under udvikling, og der efterlyses mere forskning, der undersøger de konkrete processer og mekanismer, som ligger bag deltagernes oplevede udbytte. I denne sammenhæng bidrager projekter som Sjælens Palet med vigtig viden, fordi de belyser, hvordan drama og teater opleves af deltagere i socialpsykiatrien, og hvilke betydninger aktiviteterne får i deltagernes egne fortællinger om fællesskab, mestring og identitet. 🌸

*“At give dem muligheden for
at fortælle sig selv”*

- Ansat



“Jeg får lov til at øve den person, jeg gerne vil være.”

- Borger

SJÆLENS PALET

ET FORSKNINGS- PROJEKT

Sjælens Palet er et samarbejde imellem Limfjordsteatret og Socialpsykiatrien i Morsø Kommune. Projektet er en del af Region Nordjyllands vision om tilgængelige kulturtilbud og undersøger, hvordan scenekunst kan styrke borgernes livskvalitet og sigter mod at skabe permanente tilbud. Projektet bygger videre på et succesfuldt pilotforløb fra 2024 og har i 2025 og 2026 tilbudt dramapædagogiske aktiviteter i professionelle rammer med fokus på fællesskab, kreativitet og personlig udvikling. Borgerne tilknyttet socialpsykiatrien introduceres til forskellige aspekter af teaterverdenen herunder skuespil, scenografi, stemmetræning og karakterarbejde. Aktiviteterne løber over en periode, der strækker sig fra august til midt oktober, og afsluttes med en stor Halloweenparade i Nykøbing by, som de seneste år har draget flere tusind mennesker, medier og turister til.

Denne rapport er baseret på 2 kvalitative gruppeinterviews, der havde til hensigt forskningsmæssigt at undersøge henholdsvis borgernes og de professionelles oplevelse som deltagende i projektet med særligt fokus

på drama-elementet i aktiviteten. Forventningerne var at få beskrivelser af, hvordan de to grupper oplevede temaer som trivsel, identitet, mestring og fællesskab, men også beskrivelser af ikke forudindtagede temaer, der kunne være relevante i forhold til projektet.

Projektet blev finansieret af Aalborg Universitet. Forskningsspørgsmål, studiedesign, interviewguides og analysemetode blev udviklet af forskerne ved Aalborg Universitet, som også havde det overordnede ansvar for undersøgelsens gennemførelse. Projektet blev planlagt og afviklet i tæt samarbejde med Limfjordsteatret, hvor samarbejdet primært bestod i løbende drøftelser af projektets fokus samt koordinering af praktiske og organisatoriske forhold. Rapporten er udført af Aalborg Universitet og henvender sig til fagpersoner, og andre, som er interesserede i, hvordan der arbejdes i krydsfeltet mellem sundhed og kultur, og specifikt hvordan teater som kunstform, kan bidrage med noget særligt. ➡





METODE OG ETIK

Data blev samlet på baggrund af 2 kvalitative gruppeinterviews, som begge varede omkring 1,5 time. Den ene gruppe bestod af de borgere, der deltog i projektet, og den anden gruppe bestod af de teateransatte og pædagoger, som faciliterede projektet. Der blev lavet 2 forskellige interviewguides, én til hver gruppe. Interviewguidesene bestod af en række semistrukturerede spørgsmål, der havde til formål at opnå fænomenologisk viden på baggrund af deltagernes oplevelser. Spørgsmålene kredsede i de professionelle interview især om temaet "faglighed", og i borgernes interview om temaer forbundet til deres "oplevelser" og hvad der gjorde "indtryk" på dem.

Interviewene blev analyseret i en abduktiv proces. Analysen tog afsæt i eksisterende forskning inden for kultur og sundhed og i undersøgelsens forskningsspørgsmål, som pegede på temaer relateret til blandt andet trivsel, identitet, mestring og fællesskab. Samtidig var analysen åben over for nye og uforudsete temaer, som opstod på baggrund af deltagernes beskrivelser. Først blev interviewene transskriberet og gennemlyttet flere gange af interviewer, og undervejs blev foreløbige temaer noteret. Efterfølgende blev transskriptionerne kodet af både interviewer og medkoder og inddelt i temaer og undertemaer. Herefter blev analyserne

sammenlignet, og forskerne identificerede de temaer, som gentog sig eller havde lignende betydninger. Interview- og analysemetoderne lændede sig op ad gængse kvalitative forskningsmetoder (Kvale & Brinkmann, 2015; Mayring, 2022).

For at skabe tryghed for deltagerne og opnå en større for forståelse var interviewer deltagende observatør ved en enkelt øvegang samt ved Halloweenparaden. Intervieweren gav plads til, at deltagerne kunne lade sig inspirere af hinandens svar, og til at samtalerne kunne udvikle sig frit inden for interviewets rammer. Samtidig blev der arbejdet med en åben og refleksiv interviewstil for at begrænse betydningen af interviewerens egne antagelser og for forståelser (Kvale & Brinkmann, 2015). Deltagerne blev informeret om projektet og afgav informeret samtykke før interviewet samt fik mulighed for at stille spørgsmål før, under og efter interviewet. Data blev opbevaret og behandlet i overensstemmelse med gældende GDPR-regler, og projektet blev registreret og etisk godkendt af Aalborg Universitet. 🍷



TEMAER

På baggrund af analysen blev der fundet 5 fælles hovedtemaer, som prægede de samlede beskrivelser i begge interviews. De fem temaer er: Fællesskab, Mestring, Identitet, Dramamodalitet og Professionelle kompetencer. Alle fem temaer har forskellige undertemaer knyttet dertil. Flere af undertemaerne relaterer til hinanden på tværs af hovedtemaerne, og der er enkelte overlap imellem dem. De forskellige temaer uddybes og præsenteres nedenfor.

Fællesskab

Borgerne beskriver en oplevelse af at deltage i et fællesskab i forbindelse med Halloweenparaden. De ansatte beskriver en oplevelse af at indgå i og skabe rammerne for et fællesskab, hvor mennesker mødes. Der samler sig 5 undertemaer under fællesskab som gennemgås nedenfor - accept, tryghed, sammenhold & venskab, at fejle sammen og at skabe sammen.

Accept

Borgerne beskriver en oplevelse af, at fællesskabet er præget af accept, hvor man kan deltage, uanset hvem man er, og hvilke udfordringer man har. De beskriver, at der er plads til forskellighed, og at deltagerne i gruppen er forskellige typer mennesker med hver deres problemer og baggrunde. Samtidig beskriver de, at de kan være til stede i fællesskabet også på dage, hvor de ikke deltager aktivt, og at der er mulighed for at åbne sig i kontakt med de andre. De ansatte beskriver ligeledes en oplevelse af, at deltagerne bliver mødt på en måde, hvor de kan opnå en oplevelse af at være accepteret og set som menneske. De oplever, at deltagerne i fællesskabet bliver forstået på en anden måde end i andre sammenhænge, og at dette kan være en proces, som udvikler sig over tid.

“.. alle er accepteret, uanset hvem du er. Uanset om du er handikappet på den ene eller den anden måde. Om det er fysisk, psykisk. Eller om du bare har lyst til at være med. Så bliver du accepteret i det her fællesskab”

- Borger

“.. der bliver accepteret at, det er ikke lige i dag, at jeg går frem alene, det er ikke lige i dag, at jeg er med til den her del, men jeg sidder bare lige, jeg er her, jeg lytter”

- Borger

“Jamen altså det, vi er mange forskellige typer, øh, fra den ene til den anden. Vi har hver især vores problemer, og jeg synes det er opfattelse i hvert fald, at heroppe, der bliver vi accepteret, uanset hvem vi er, og på hvad vi fejler”

- Borger

“Det er en lang proces for dem, øh og opnå, at jeg føler mig accepteret som menneske”

- Ansat

“Og det med at de bliver set og de bliver forstået på en helt anden måde, som de aldrig nogensinde har været set og forstået på før”

- Ansat

Tryghed

Borgerne beskriver en oplevelse af tryghed i fællesskabet, hvor der er støtte fra andre deltagere, også når noget går galt. De beskriver, at fællesskabet hjælper dem med at fortsætte i situationer, hvor de oplever udfordringer, og at der er en oplevelse af at blive støttet og mødt af andre, som man er glad for at være sammen med.

De ansatte beskriver tilsvarende en oplevelse af, at fællesskabet er rammesat som et trygt rum, hvor deltagerne indgår sammen med andre, som også har deres egne udfordringer. De ansatte oplever, at tryghed har betydning

for deltagerne mulighed for at indgå i aktiviteterne, og at det hænger sammen med, at deltagerne gradvist tør mere.

“Det faktum at man støtter hinanden, uanset hvor galt det end går.”

- Borger

*“Fællesskabet er ret gode til at få en til at fortsætte” [Borger]
“der er en masse støttende folk, man er glad for at se hinanden, og det er fællesskabet”*

- Borger

“de kommer ind i det rum her, der er trygge rammer, og alle er lige tossede, og har deres egne udfordringer”

- Ansat

Sammenhold & venskab

Borgerne beskriver en oplevelse af sammenhold og venskab i fællesskabet. De beskriver, at der opstår relationer mellem deltagerne, hvor man opmuntrer hinanden og har en oplevelse af at blive støttet af de andre. Samtidig beskriver de, at fællesskabet kan have betydning for deres daglige trivsel, idet samværet med de andre deltagere kan påvirke deres humør. Borgerne oplever også, at der opstår venskaber gennem deltagelsen, og at relationer kan ændre sig, herunder at relationer, der tidligere har været præget af konflikt, kan udvikle sig til venskaber. De ansatte beskriver tilsvarende en oplevelse af fælles tilhør i fællesskabet. De beskriver fællesskabet som noget, der er forbundet med menneskers behov for tilhør og mening, og hvor deltagerne indgår i en fælles proces, hvor man udvikler sig sammen.

“Det bruger jeg meget, altså. Jeg synes det er meget positivt, på den måde at man lærer at opmuntre hinanden”

- Borger



"det er det, jeg godt kan lide ved fællesskabet, vi har i den her lille gruppe. At, hvis man er muggen og, så kommer man op og ser nogle af alle de dejlige mennesker. Så kan man lige pludselig vende om, til at blive en god dag, resten af dagen. Det har jeg gjort mange gange"

- Borger

"Man bliver gode venner alle sammen"

- Borger

"helt fundamentalt, hvad er det vi mennesker vi har brug for? Jeg fik startet på det før, tror jeg. Men altså der er, det er nogle tilhørsforhold, det er noget mening med livet"

- Ansat

At fejle sammen

Borgerne beskriver en oplevelse af, at der er plads til at fejle i fællesskabet, hvor fejl ikke medfører negative konsekvenser for dem som personer. De oplever, at det er muligt at blive mødt med støtte fra andre deltagere, uanset hvordan situationen udvikler sig. Samtidig beskriver de, at latter indgår som en fælles del af samspillet, hvor det opleves som en reaktion på handlinger frem for personen selv. De ansatte beskriver tilsvarende en oplevelse af, at fællesskabet er et rum, hvor deltagerne kan afprøve sig selv uden at blive gjort til grin. De oplever, at deltagerne gennem erfaringer med fælles latter og deltagelse opnår mod til selv at handle.

"bare fordi en griner af dig, betyder det ikke, de synes, det er fordi du er sjov, som person, men fordi det, du gjorde, var sjovt."

- Borger

"Det faktum at man støtter hinanden, uanset hvor galt det end går."

- Borger

"jamen kan de gøre sig til grin uden at blive til grin, og få erfaringen af at, jamen vi griner med hinanden, så, så tør de også selv." - Ansat

At skabe sammen

Borgerne beskriver en oplevelse af at skabe noget sammen i fællesskabet, hvor der er plads til at bidrage med idéer, og hvor disse idéer bliver taget med i processen og arbejdet videre med. De beskriver, at der er en åbenhed i fællesskabet, hvor forslag kan fremlægges uden at blive afvist, og hvor der i stedet arbejdes videre med dem.

Borgerne beskriver derudover, at den skabende proces foregår i samspil, hvor deltagerne bidrager til den fælles udvikling af det kreative udtryk. De ansatte beskriver tilsvarende en oplevelse af en fælles skabende proces, hvor deltagerne indgår i et samspil, der er kendetegnet ved, at man lytter til hinanden og videreudvikler hinandens idéer. De oplever samtidig projektet som noget fælles, hvor deltagerne er med til at skabe noget sammen, og hvor deltagelse i processen har betydning for motivationen.

"der er jo ikke nogen idé, der er dårlig. Der er måske nogle idéer, der er svære at føre ud i livet - men der er jo ikke nogen, hvis jeg kommer og viser en ide til nogen - jamen lad os da se, hvad vi kan gøre med det."

- Borger

"den der ping-pong, frem og tilbage. Jamen jeg kunne godt det, kunne det så være sådan, og jeg vil gerne... sådan så man ligesom udvikler på det kreative sammen."

- Borger

"Og, og det der sker i en skabende proces, det er man både lytter til hinanden, og man, øh, og udvikler videre på hinandens tanker."

- Ansat

"det er et fælles projekt. Det er noget vi skaber sammen. Det også, altså det er essensen, hvad, som de, altså, der gør at de er motiverede"

- Ansat





Mestring

Borgerne beskriver en oplevelse af mestring gennem deres deltagelse i de kreative og performative aktiviteter. Mestring kommer til udtryk som en erfaring af at kunne mere, end man troede muligt, og som en oplevelse af at lykkes med opgaver, der kan være udfordrende eller grænseoverskridende. De ansatte beskriver tilsvarende, hvordan deltagelsen giver borgerne mulighed for at opdage egne ressourcer, bidrage aktivt og udvikle nye handlemuligheder. På tværs af interviewene træder tre undertemaer frem - stolthed, selvtillid og at flytte grænser.

Stolthed

Borgerne beskriver en oplevelse af stolthed ved at være en del af noget, som bliver vist frem for andre. Stoltheden knytter sig særligt til det færdige resultat og til oplevelsen af at have været med til at skabe noget, som andre værdsætter. De fortæller om glæden ved at optræde for et stort publikum og om følelsen af succes, når en forestilling eller parade lykkes. Anerkendelsen fra publikum bidrager til oplevelsen af at have præsteret noget betydningsfuldt. De ansatte beskriver tilsvarende, hvordan borgerne efterfølgende giver udtryk for stolthed over deres deltagelse. De observerer borgere, som glædes over at kunne fortælle andre om deres rolle i projektet, og som fremstår lykkelige og stolte over det, de har været med til at gennemføre. Stoltheden kommer dermed til udtryk som en oplevelse af anerkendelse og ejerskab over en fælles præstation.

"Det at være med til at skabe noget for, som andre skal opleve. Altså. Det giver en eller anden positiv følelse. Øhn, at vi ved, at, nå ja, nu er vi de her karakterer vi skal være, og at der så er nogle andre, at vi så skal ned og lave det foran nogle andre, der skal opleve det."

- Borger



"Der var jo 3000 nede og se paraden, den onsdag. Og vi var 100 i paraden. Det... Bare at se gågaden, fyldt, det giver virkelig en adrenalin. Så skal man 'okay'. Der er så mange, der gerne vil se den halve time-time det varer. Det er så fedt."

- Borger

"Deres stolthed løfter sig. Og de går og siger bagefter, folk spørger mig om øh, om jeg også var sammen med Limfjordsteatret, og det var jeg jo, jeg var jo skuespiller sammen med dem."

- Ansat

"Ja, fordi de er megastolte af at være i det. De får lov til at have den, og det er deres for en dag. Ja, stjerne for en aften. Ja, det er det."

- Ansat

Selvtillid

Borgerne beskriver, hvordan deltagelsen bidrager til en voksende selvtillid. De fortæller direkte, at deres selvtillid er blevet styrket gennem arbejdet, og at de i højere grad har fået tro på egne evner. Oplevelsen af at blive lyttet til, at kunne bidrage med idéer og at lykkes med opgaver, styrker deres tillid til, at de har noget værdifuldt at byde ind med. Selvtilliden kommer også til udtryk ved, at borgerne får mod til at indtage nye roller og opdager sider af sig selv, som de ikke tidligere har haft adgang til. De ansatte beskriver tilsvarende, hvordan deltagelsen understøtter borgernes tro på egne ressourcer. De oplever, at borgerne gradvist får en stærkere forståelse af, at de kan bidrage, at deres perspektiver har værdi, og at de har en plads i fællesskabet. Selvtillid handler dermed om udviklingen af et mere positivt syn på egne kompetencer og muligheder

"Den der adrenalin og selvtillid man får. Det kan jeg sgu godt det her. Den er vokset meget på mig i hvert fald."

- Borger

"Jamen en af de ting, der virkelig giver et selvtillidsboost, det er at, det er jo ikke bare folk, der kommer fem minutter væk fra. Det er jo også folk som kører en time-halvanden-to for at komme ned at se det."

- Borger

"Hvis jeg for eksempel laver en rolle, der har megameget selvtillid, så finder jeg også ud af, det kan jeg godt finde ud af."

- Borger

"De her borgere, de skal finde ud af, at de kan bruges. De skal finde ud af, at de ikke er forkerte. De skal finde ud af, at alt hvad de går og tænker af skøre ting, det giver også mening."

- Ansat

Flytte grænser

Borgerne beskriver en oplevelse af at gøre ting, som de tidligere ikke troede var mulige. Det kan handle om at stå foran mange mennesker, gennemføre krævende øvelser eller håndtere situationer, der opleves som usikre og udfordrende. Erfaringen af at kunne gennemføre disse situationer giver en oplevelse af personlig udvikling og udvider deres opfattelse af egne muligheder. Flere beskriver, hvordan de opdager, at de kan mere, end de selv havde forventet, når de bliver støttet til at prøve noget nyt. At flytte grænser bliver dermed ikke kun en konkret handling, men også en erfaring, der kan ændre forståelsen af, hvad man er i stand til at mestre i fremtiden. De ansatte beskriver, hvordan borgerne gradvist bevæger sig fra tilbageholdenhed til aktiv deltagelse. De fortæller om deltagere, som i begyndelsen undgår kontakt eller ikke tør deltage, men som over tid bliver mere synlige og tager aktiv del i aktiviteterne. De fremhæver samtidig, at det kræver tryghed at turde udfordre sig selv, og at modet til at overskride egne grænser udvikles gennem positive erfaringer og støtte fra fællesskabet. Flytte grænser handler således om at

overvinde usikkerhed og udvide sit handlerum gennem erfaringer med, at man kan lykkes med mere, end man først troede.

"Men jeg synes, det var en fed øvelse. Jeg havde bare rigtig svært ved den. Men det var mega fedt at se så mange gå derop."

- Borger

"Der er der ikke noget, der må gå galt. Altså, hvor vi står herinde, jamen der kan det godt gå galt, og så kan vi grine lidt af det. Men når du kommer derud, så skal den jo bare sidde lige i skabet."

- Borger

"Jeg kan ikke være omkring mange mennesker, som sagt, men øh, det faktum at når jeg går ned igennem gågaden, og der står 3000 mennesker og kigger på én. Det giver bare en helt anden, øh altså, det kan jeg godt."

- Borger

"Ikke ville tale med nogen af os, ikke at ville have øjenkontakt med nogen af os, til lige pludselig at rejse sig op og deltage i den aktivitet."

- Ansat

"Det er en følelse af at føle sig tryk, og også selv synes, at man kan bidrage med noget, der gør, at selvom hun står sådan her og ryster over hele kroppen som et espeløv, så gør hun det."

- Ansat

***”Et rum, hvor de
kan få lov til at være,
dem selv, i den
ekstreme grad, de
har lyst til at være.”***

- Ansat

Identitet

Borgerne beskriver, hvordan arbejdet med at skabe og spille roller giver dem mulighed for at undersøge og udforske forskellige sider af sig selv. Gennem de kreative processer afprøver de måder at være på, som både kan ligge tæt på og længere fra deres hverdagsidentitet. De beskriver, hvordan rollerne giver mulighed for at eksperimentere med personlige egenskaber, udtrykke erfaringer og reflektere over, hvem de er, og hvem de gerne vil være. De ansatte beskriver tilsvarende aktiviteterne som et rum, hvor borgerne kan udforske og udvikle deres identitet gennem kreativ deltagelse. På tværs af interviewene træder tre undertemaer frem - at skabe en rolle, at spille en rolle og spejling i egen identitet

At skabe en rolle

Borgerne beskriver en oplevelse af at være med til at skabe deres egne roller. De fortæller, at de selv er med til at bestemme, hvordan en figur skal se ud, opføre sig og spilles. Samtidig beskriver de, at de har frihed til at bruge deres fantasi og egne idéer i arbejdet med karaktererne. Oplevelsen handler om at få mulighed for at sætte sit eget præg på rollen og skabe en figur ud fra egne forestillinger. De ansatte beskriver tilsvarende, hvordan arbejdet med roller tager udgangspunkt i borgernes ønsker og idéer. De fortæller, at de lytter til det, borgerne gerne vil skabe, og understøtter dem i at forme og opbygge figuren. Oplevelsen beskrives som et samarbejde, hvor borgernes egne ønsker er udgangspunktet.

"Vi der får lov til at være med til at kreere vores egen rolle. Hvordan den skal se ud, hvordan den skal opføre sig. At vi lærer at gå og stå på den måde som. Altså, at vi ikke bare går som helt almindelige folk. Men, at vi går som i den rolle, som vi spiller. Det synes jeg er fantastisk sjovt at være med til."

- Borger

"Men vi kan få lov til at spille den rolle fuldstændig efter vores fantasi. Eller, hvordan vi synes at personen eller figuren skal være. Det synes jeg er vigtigt."

- Borger

"Du er selv med til at vurdere, hvordan den her figur, du gerne vil spille her, den skal spilles."

- Borger

"Jeg er meget lyttende på, hvad det er for et ønske, der er, og hvordan jeg så kan hjælpe med at forme det. Så ja, noget med at være enormt respektfuld overfor det menneske, hvem end det er, at man møder, og så være bekræftende i den idé eller det ønske, der er, og så sammen prøve at bygge det."

- Ansat

At spille en rolle

Borgerne beskriver en oplevelse af at træde ind i en rolle og afprøve andre måder at være på end i hverdagen. De fortæller, at kostumer og øvelser hjælper dem med at leve sig ind i karaktererne, og at de gennem rollerne kan afprøve forskellige personlighedstræk, udtryk og adfærd. Flere beskriver også, hvordan de gennem arbejdet med roller øver sig på bestemte egenskaber og oplever, at disse kan genkendes uden for rollen. De ansatte beskriver, hvordan deltagerne gennem rollerne får mulighed for at give udtryk for sig selv på nye måder. De fortæller, at nogle borgere oplever, at egenskaber, som de først møder gennem rollen, også kan genfindes hos dem selv. Samtidig beskriver de rollen som et frirum, hvor deltagerne får mulighed for at udtrykke sig.

"At man får lov til at være anderledes, end den du er til hverdag."

- Borger

"Spille den person, og lære at spille den person. Der er øvelser, hvor vi står f.eks. på en linje, og så skal man gå frem, og så skal man sige, eller spille en karakter, som at man er et 'lad'. Så går man jo stolt frem altså, og højlydt eventuelt. Eller hvis man er en lille forsagt person. Så går man stille og roligt, og har en meget fistel stemme, eller lav stemme."

- Borger

"Det er jo det der sker, når de påtager sig en rolle som kan, jamen som X sagde, jeg er sådan en som godt kan, eller det kan min rolle, så kan jeg. Så den her oplevelse af, at det smitter af på dem."

- Ansat

Egen identitet

Borgerne beskriver, hvordan arbejdet med roller giver mulighed for at bringe egne erfaringer, egenskaber og perspektiver i spil. De fortæller, at rollerne kan rumme både sider af dem selv, som de genkender, og sider, som de sjældent giver plads til i hverdagen. Flere beskriver, hvordan de gennem karakterarbejdet får mulighed for at udforske det uperfekte, det skæve eller det mere ekstreme ved et menneske uden at skulle leve op til bestemte forventninger om, hvordan man bør være. Samtidig giver arbejdet med roller anledning til refleksion over egne karaktertræk, erfaringer og ønsker for sig selv. Flere beskriver også en opdagelse af, at de har ændret sig over tid, eller at de rummer egenskaber, som de ikke tidligere har været bevidste om. Rollens bliver dermed et udgangspunkt for både at genkende sig selv, få øje på forandringer i sig selv og reflektere over, hvem man ønsker at være. De ansatte beskriver arbejdet med roller som en identitetsskabende proces, hvor deltagerne får mulighed for at udtrykke sig selv og afprøve sider af sig selv i trygge rammer. De fortæller, at aktiviteterne giver plads til, at deltagerne kan være sig selv i den grad, de har lyst til, og at erfaringerne fra arbejdet med roller kan tages med videre uden for aktiviteterne.

"Altså på en måde er det vigtigt for mig at lave en rolle, som jeg kan bruge ude i den virkelige verden, hvis jeg for eksempel laver en rolle, der har megameget selvtillid, så finder jeg også ud af, det kan jeg godt finde ud af."

- Borger

"Man kan opbygge en eller anden form for karakter eller rolle, eller følelse eller evne, når du er under karakter, men du oplever faktisk, at det også er noget du kan bruge i din hverdag."

- Borger

"Jeg får lov til at øve den person jeg gerne vil være, og jeg får nogle karaktertræk, øhm, som jeg har øvet ind heroppe, som jeg måske ikke havde i forvejen."

- Borger

"Man kan også uddybe en rolle, man skal spille, eller hvis andre skal hjælpe andre med at spille en rolle. Hvis der er en, der skal spille en psykisk syg person. Jamen, så har jeg kompetence for, jeg kan sige, jeg ville nok gøre sådan her, fordi det har jeg oplevet på tæt hånd."

- Borger

"Få lov til at skabe sig åndsvag... mere end man plejer. Det synes jeg er virkelig sjovt."

- Borger

"Det er en identitetsskabende proces, i det her, som flere har givet udtryk for, at de også kan tage med videre ud i det rigtige liv."

- Ansat

"Et rum, hvor de kan få lov til at være, dem selv, i den ekstreme grad, de har lyst til at være."

- Ansat

"Det er hun jo i virkeligheden siger er, at den rolle får mig til at vokse, sådan så jeg kan være noget andet, og den lærer mig noget, sådan så jeg faktisk, jeg har faktisk den power. Jeg har faktisk det i mig."

- Ansat





Dramamodalitet

Under temaet dramamodalitet beskriver borgerne hvordan de igennem teaterøvelser bliver bevidste om deres styrker og svagheder, og får erfaringer, som de kan gøre brug af i konkrete hverdagssituationer. De ansatte beskriver hvordan de faciliterer rammerne for øvelserne, og hvordan de faciliterer og forventer et professionelt setup. Samtidig beskriver de ansatte og borgerne også, at der lægges vægt på medbestemmelse. Borgerne beskriver hvordan de oplever stor frihed ved at deltage i teaterprojektet, og ved at arbejde med dem selv igennem rollearbejdet, samt deltage i fællesskabet. Vi vil fremhæve tre undertemaer, som er: rollearbejdet, rammer og frihed.

Rollearbejdet

Borgerne oplever, at de kan få lov at bruge deres udfordringer som kompetencer, når de skal spille en rolle, og de trækker på deres livserfaring og erfaring med psykisk sygdom i den kreative udvikling af en rolle. Samtidig beskriver borgerne hvordan rollearbejdet giver dem nye erfaringer med, hvordan de kan håndtere eventuelle udfordringer i deres hverdag. Dette tema er tæt knyttet til undertemaet identitet, men adskiller sig ved, at der også bliver lagt vægt på kropsbevidsthed, konkrete og fysiske dramaøvelser. Borgerne fortæller, at det har en betydning, at de bliver præsenteret for forskellige teaterøvelser, hvor de f.eks. lærer at gå og stå som den rolle de spiller, og hvor de øver sig i at tale med en høj eller en lav stemme. I den forbindelse fortæller nogle også om, at det har stor betydning, om de har kostume på eller ej. Kostumerne er med til at gøre rollearbejdet lettere, og at borgerne finder mod til at lave øvelserne, fordi man iklæder sig en rolle, og bedre kan lade som om.

"Hvis jeg for eksempel laver en rolle, der har megameget selvtillid, så finder jeg også ud af, det kan jeg godt finde ud af."

- Borger

“Jeg synes godt det kan være svært uden kostume på. Jeg synes det er nemmere, når man får kostume på.”

- Borger

“At vi lærer at gå og stå på den måde som. Altså, at vi ikke bare går som helt almindelige folk. Men, at vi går som I den rolle, som vi spiller.”

- Borger

“Eller hvis man er en lille forlagt person. Så går man stille og roligt, og har en meget fistel stemme, eller lav stemme.”

- Borger

Rammer

De ansatte forklarer at rammerne for Sjælens Palet fungerer ligesom på en hvilken som helst anden teaterproduktion. Det vil sige, at projektstyringen, og de ressourcer det optager, i forhold til dette, er noget nær det samme, som på en helt almindelig produktion. De ansatte fortæller, at forventningerne til resultatet er høje, og at de forventer et professionelt resultat. De ansatte oplever også, at de stiller krav gennem forventning om deltagelse og engagement. Selvom de ansatte sætter rammen, beskriver borgerne også, at de føler, at de er med til at sætte rammerne for indholdet og de karakterer, der skabes, og de oplever at deres drømme kan realiseres, når de ansatte følger op på deres idéer, f.eks. når de medbringer egne rekvisitter, får lavet specialsyede kostumer, og når fysiske hjælpemidler bliver lavet om til en del af forestillingen.

“Jo, det var det jeg nævnte med de rammer der. Altså alt, det er jo forarbejdet der gør det. Og det som jeg nævnte en gang, vi mødtes sidst, det er, at vi er en katalysator for at borgeren lykkes, med det her.”

- Ansat

“Vi stiller store krav. Vi øh, vi har behov for at det er professionelt, det er prangende, det er særligt, det er nyt, det er noget folk gider at se.” [Ansæt]

“Du er selv med til at lægge rammen for den figur du vil skabe.

- Borger

“Men vi har også nogen, der har eventuelt kan øvelserne lidt på forhånd, og fortæller os, og holder lidt styr på aftenen, så det hele det ikke bare går op i hat og briller. Men vi faktisk får lavet nogle bestemte øvelser, eller opvarmningsøvelser, eller trænet en rolle. Nogen der siger, nu skal vi lige prøve det her. Så det er ikke bare hver aften, går op i en eller anden hat og briller mønster. Men der er lidt struktur på, hvad det er vi skal den aften.”

- Borger

“Så vi prøvede på alle mulige måder, at få den der hat at se ud på en helt anden måde, og forsvinde ind i det der.”

- Ansæt

Frihed

Når borgerne kredser om effekterne af at gå til teater, beskriver flere en form for frihedsfølelse. En borger fortæller, at hun føler en lettet stemning, når hun går fra teater pga.: ”det faktum, at jeg har fået lov til at bruge min krop, og mine tanker, lidt anderledes end jeg normalt plejer på en hverdag.” Andre fortæller, at det er befriende at: ”få lov til at skabe sig åndsvag,” og at man til teater ”ikke behøver at være den der perfekte, søde skolepige hver eneste dag.” De oplever, at de kan være frie til at være lige så tossede, som de vil, fordi meningen er, at man skal spille tosset. Borgerne beskriver kort sagt et pusterum fra hverdagen, hvor de går gladere derfra, end da de kom, og bliver fyldt op med positiv energi. Borgerne oplever også, at der ikke bli-

ver sat for høje forventninger, og som tidligere beskrevet, at der er plads til at fejle, hvilket bidrager til en frihedsfølelse. De ansatte beskriver, at nogle af deres intentioner er at skabe et frirum, hvor borgerne føler sig rummet og frie til at give udtryk for dem selv.

“Jeg føler mig fri.”

- Borger

“Altså, der er ikke samme pres, eller stress på, som der kan være i hverdagen. Det er altså, to timer hver uge, hvor man kan sige, der skal du bare slå hovedet fra, og så alligevel ikke. Men slå hovedet fra på en måde, som man ikke normalt gør.”

- Borger

“Jamen en af de ting jeg rigtig godt kan lide, det er, at det skal ikke være seriøst hele tiden.”

- Borger

“Der er plads til at lave masser af fejl.”

- Borger

“Hvordan sådan, jeg kan sådan give fri, give mig selv frie tøjler og sige, du springer bare ud i det.”

- Borger

“At skabe et frirum, for den borgergruppe her, som egentlig er blevet mødt med afvigelse igennem et helt liv, hvor de også nævner det der med, de kommer ind i det rum her, der er trygge rammer, og alle er lige tossede, og har deres egne udfordringer.”

- Ansæt

“Men altså det der med at skabe et frirum, og noget frihed til at give udtryk for sig selv, det er jo egentlig det de har brug for.”

- Ansæt



Professionelle kompetencer

Dette tema fylder som udgangspunkt mest i de professionelles refleksion omkring deres egen faglighed, og hvordan den kommer i spil i dette projekt, og understøttes også af borgernes beskrivelser af deres oplevelser ved at deltage. Professionelle kompetencer, der særligt tillægges betydning i interviewene, er - at kunne tilpasse sin faglighed, rummelighed, og mod til at krydse faggrænser.

Tilpasse sin faglighed

De ansatte beskriver, at de i projektet trækker på tidligere arbejds erfaring, og at ingen af dem er "grønne" i deres fag. De beskriver, at de sætter klare og tydelige forventninger til og rammer for deltagelse, og forventer at, der er en seriøsitet omkring projektet. Der ligger en klar forventning til en professionel produktion. Til trods for disse forventninger presser de ikke borgerne, men giver dem lov til at deltage på deres egen måde, og i det tempo de kan, samt tilbyder dem et frirum. Borgerne beskriver, at de oplever, at der er en mening og tanke, bag de aktiviteter og øvelser de laver. Derfor har det en betydning, at de ansatte har erfaring, som de kan læne sig op ad. Beskrivelserne af de ansattes erfaring hænger også sammen med temaet "rammer", da de i høj grad anvender deres erfaring til at skabe de rammer, hvori forestillingen opstår.

"Så det vil sige, den faglighed man har, når man arbejder med nogle andre, altså i teaterprocesser, den trækker jeg jo helt klart på."

- Ansat

"Det er lige så meget erfaring. Altså sådan ren professionel erfaring, der gør sig ufattelig meget gældende i sådan et projekt som det her, som vi har kørt i snart, igennem rigtig mange år."

- Ansat

"Jeg føler min faglighed kommer i spil ved, jeg er en af dem, der kan realisere."

- Ansat

"Og der kan du sige, der er min faglighed også. Den bliver også bragt ind i det der, fordi det er det hele menneske, vi har øje for, og hvordan gør vi det, jamen det har vi en pissemasse erfaring med, øh, og det kommer an på hvilken hat jeg tager på."

- Ansat

Rummelighed

Temaet kredser både omkring rummelighed, ligeværd, og det som nogle ansatte beskriver som en medmenneskelig sensibilitet. De ansatte beskriver, at når man arbejder med mennesker, særligt aktuelle borgergruppe, skal der være et tillidsrum, og en gensidighed. Man skal som professionel også kunne aflæse de andre, afstemme, være i øjenhøjde og nærværende. De ansatte forklarer, at det kræver, at man lægger sine fordomme væk, og sin forudindtagethed væk. Det man tror, at man ved om teater, eller det man tror, at man ved om pædagogik, får ny betydning i denne sammenhæng, fordi de professionelle vælger at møde borgerne i øjenhøjde og med ligeværd. Eksempelvis har de professionelle teaterfolk ikke læst op på psykiatrien og diagnoser, men vælger at møde borgergruppen som medmennesker. Ligeledes deltager pædagogerne i teaterøvelserne, og når der skal performes, på lige fod med borgerne. Borgerne mødes med en åbenhed i, at deres idéer er okay, og at de ikke er forkerte. I interviewet beskriver de ansatte også en

intention om at ville skabe inklusion for borgergruppen, hvilket falder i tråd med den ligeværdige tilgang.

"Og i det rum, så er du, bliver du jo nødt til at aflæse mennesker, altså du bliver nødt til at være til stede og tale med dem, og lære dem at kende, og være nærværende og, øh, være i øjenhøjde med."

- Ansat

"Men jeg har i hvert fald kunne mærke, at jeg har skullet, øh, skulle skrælle noget af, af min egen viden, for at kunne gå ind i det her rum med min faglighed."

- Ansat

"Så det er meget noget med, sådan ja, sådan, sensitiv lytning. Vil jeg sige."

- Ansat

"De er fuldstændig på lige fod med, øh, alle andre, som laver kreative ting. Altså de er også med på billboards ude ved reklamen ude ved genbrugsstationen, hvor det er vores borgere, der, hvor de står, ik, og reklamerer for det. Øh de har fået en anden opfattelse af det, og har fundet ud af, at de faktisk godt kan bidrage."

- Ansat

"Og jeg tænker også at det er vigtigt, når vi for eksempel laver de der øvelser og sådan noget, at de kan spejle sig i, hvor meget X og jeg skaber os,"

- Ansat

"Her er vi ligestillede, synes jeg."

- Borger

“Fordi det, altså det er vigtigt, at det er nogle der er rummelige. Altså, at det ikke bliver overtaget af nogle, som der siger, ej, du må ikke være med, fordi dig kan vi ikke holde ud, eller. At det er folk, hvor der er plads til alle,”

- Borger

Mod til at krydse faggrænser

Det tværfaglige felt beskrives bl.a. ved at de pædagogisk ansatte træder ind i teaterverdenen, og at de teateransatte bliver konfronteret med en borgergruppe, som er helt udenfor deres normale regi. De teateransatte beskriver, at de indimellem kan blive usikre på, om de møder borgeren korrekt, hvis de oplever, at borgeren virker følelsesmæssigt i affekt, og reflekterer over, om det vil være en fordel at kende mere til pædagogiske værktøjer og diagnosekendskab. De pædagogisk ansatte beskriver, hvordan nogle af deres kollegaer, som har været med som støtte for borgerne, har haft svært ved at træde ind i teaterverdenen, og spille skuespil, f.eks. beskrives der en episode, hvor en borger siger til sin støtteperson: “Du skal op og sige noget, du kan godt.”, hvortil støttepersonen svarer: “Nu er du min hjælper.”. Derfor handler det tværfaglige arbejde i denne sammenhæng ikke kun om at kunne arbejde sammen med andre fagligheder end sin egen, men også at turde og have mod til at kaste sig ud i nye måder at bruge sin faglighed på, og at kaste sig ud i andre fagområder. De ansatte beskriver, at det kræver mod, og at det handler om at give slip på det man i forvejen ved, på samme måde som det bliver beskrevet i temaet Rummelighed. Det kræver at de teateransatte har en pædagogisk rummelighed, og at de pædagogisk ansatte tør kaste sig ud i at “skabe sig” med borgerne, lege og være i øjenhøjde (det kunstneriske udtryk). De ansatte beskriver også, at det kræver lydhørhed og en tydelig opgavefordeling, f.eks. at de pædagogisk ansatte har det overordnede ansvar for

borgernes ve og vel, og at de teaterfaglige har ansvaret for det kunstneriske udtryk.

“og så tænkte jeg bare sådan, jeg ved faktisk ikke, hvordan den her mand, sådan, øh, altså hvad er hans sygdom, eller hvordan kan han reagere. Det fandt jeg bare, der tænkte jeg bare, shit mand, jeg er nødt til at vide noget mere om sådan, hvordan jeg lige, navigerer i det her.”

- Ansat

“Øh, du skal ikke være bange for noget. Der er ikke noget her, der gør ondt. Vi kan godt, vi kan godt flytte grænser, eksempelvis det med at skulle stille sig op på en scene, og sige nogle, og sige nogle sætninger, og sådan noget der. Det er også angstprovokerende, men de overvinder det.”

- Ansat

“Jo men, det var også det jeg sagde før, det er jo sådan set dem, der er de sværeste. Folk som har besluttet sig for deres hverdagsudklædning, eller hvad skal man sige, skjold. Og det kender vi jo godt fra vores fag, altså folk, der ikke vil klæde sig ud, ik.”

- Ansat

“det kræver sateme meget af vores kollegaer, fordi vi er skadet, det er de ikke, men de har netop meget af den der, ah, måske modvilje, fordi det her det er et ukendt territorium for dem.”

- Ansat

“Altså, det kræver sindssygt meget lydhørhed. Og det kræver at, vi stoler på helt hundrede, I har ansvaret for borgernes ve og vel, vi har ansvaret for det kunstneriske,”

- Ansat



OPSAMLING



Under temaet Fællesskab fremhæves borgernes beskrivelser af fællesskabsfølelse i forbindelse med Halloweenparaden, samt de ansattes beskrivelser af, hvordan de oplever at indgå i og skabe rammerne for et fællesskab. Under temaet **Mestring** fremhæves borgernes oplevelser af mestring gennem deres deltagelse i de kreative og performative aktiviteter, samt de ansattes oplevelse af, hvordan deltagelsen giver borgerne mulighed for at opda-ge egne ressourcer, bidrage aktivt og udvikle nye hand-lemuligheder. Under temaet **Identitet** beskrives hvordan borgerne arbejder med at skabe og spille roller, hvilket giver dem mulighed for at undersøge og udforske forskel-lige sider af sig selv. De ansatte beskriver rolleaktiviteter-ne som et rum, hvor borgerne kan udforske og udvikle deres identitet gennem kreativ deltagelse. Under temaet **Dramamodalitet** beskrives det, hvordan borgerne igen-nem teaterøvelser bliver bevidste om og får nye erfaringer med deres personlige styrker og svagheder. De ansatte beskriver hvordan de faciliterer rammerne for øvelserne, og hvordan rammerne defineres af et professionelt setup. Under temaet **Professionelle kompetencer** fremhæves de ansattes refleksioner omkring deres egen faglighed, hvil-ket understøttes af borgernes oplevelser i deltagelsen. Det fremhæves særligt at projektet kræver en evne til at være rummelig og en evne til at skabe en ligeværdig stemning, hvor medskabelse tillægges betydning.

Igennem analysearbejdet træder det tydeligt frem, at teater og drama kan noget særligt i forhold til at arbejde med sin egen selvopfattelse i forhold til styrker, svagheder, erfaringer, oplevelse af identitet og oplevelse af sig selv i et fællesskab. Disse refleksioner træder tydeligt frem i be-skrivelser af rollearbejdet, som bliver beskrevet på kryds og tværs i interviewene og fremhæves i flere temaer. I beskrivelserne fra både de ansatte og borgerne, fortæller de om, at de udvikler sig undervejs. Selvudvikling kan ske i mange andre kontekster, men i denne kontekst er det interessant, at det er selve dramaøvelserne, der er med til at bære denne udvikling. De ansattes intentioner

Fællesskab	Mestring	Identitet	Drama modalitet	Professionelle kompetencer
Accept	Stolthed	At skabe en rolle	Rolle arbejdet	Tilpasse sin faglighed
Tryghed	Selvtillid	At spille en rolle	Rammer	Rummelighed
Sammenhold og venskab	Flytte grænser	Egen identitet	Frihed	Mod til at krydse faggrænser
At fejle sammen				
At skabe sammen				

bag projektet og etiske tilgang bør også fremhæves, da de beskriver en tydelig strategi, der handler om, at de skal være ligeværdige med deltagerne. Dette beskrives både af de ansatte, men også af borgerne selv.

Et særligt aspekt ved Sjælens Palet er den genre, projektet er forankret i. Halloween og horror rummer et æstetisk uni-vers, hvor det skræmmende, det anderledes og det normbrydende ikke blot er accepteret, men direkte efterspurgt. Flere borgere beskriver glæden ved at kunne være "farlige", voldsomme eller anderledes på en legitim og socialt accepteret måde. I denne kontekst bliver det muligt at udforske sider af sig selv, som der ellers sjældent er plads til i hverdagen. Det kan handle om at få lov til at fylde mere, bryde med sociale forventninger eller afprøve identiteter, der ligger uden for rollen som patient, borger eller den "søde og ordentlige". Horroruniverset synes dermed at skabe et særligt frirum, hvor afvigelse omfortolkes fra noget problematisk til noget værdifuldt og kreativt.

Samtidig rejser fundene interessante spørgsmål om genrens betydning. Er det netop horror- og Halloweenuniversets fokus på det monstrøse, det grænseoverskridende og det anderledes, der skaber disse muligheder for identitetsarbejde og frigørelse? Eller ville andre kunstneriske genrer skabe andre former for udvikling og deltagelse? Det kunne være relevant i fremtidige undersøgelser at sammenligne forskellige æstetiske formater og undersøge, hvordan genrevalg påvirker deltagernes oplevelser, identitetsudvikling og muligheder for deltagelse.. ➡



KONKLUSION

Samlet set understøtter fundene fra Sjælens Palet den eksisterende forskning inden for kultur og sundhed, som peger på, at kunstnerisk deltagelse kan bidrage til trivsel, fællesskab, mestring og oplevelser af mening blandt mennesker i sårbare livssituationer (Bayliss et al., 2026; Fancourt & Finn, 2019; Fernández-Aguayo & Pino-Juste, 2023; Jensen et al., 2024; Jochum et al., 2024). Rapportens resultater bekræfter således en række allerede kendte mekanismer i feltet, men bidrager samtidig med en mere nuanceret forståelse af drama- og teateraktiviteters særlige potentiale. Særligt analysen af identitetsarbejde peger på, hvordan rollearbejde kan fungere som et rum for afprøvning, udvikling og forhandling af personlige egenskaber og selvforståelser. Ligeledes fremhæver rapporten betydningen af de professionelle kompetencer og den tværfaglige organisering som centrale forudsætninger for, at sådanne processer kan opstå.

Rapporten bygger på et begrænset antal interviews og kan derfor ikke sige noget om effekter i bred forstand. Den giver derimod et indblik i deltagernes egne oplevelser og de betydninger, de tillægger deres deltagelse. Netop derfor bør resultaterne læses som eksplorative og hypotesegenerende snarere end som endelige konklusioner.

Samlet set peger fundene på et forskningsfelt med et betydeligt uudnyttet potentiale. Der er behov for mere viden om, hvordan forskellige kunstneriske genrer, kreative metoder og tværfaglige samarbejdsformer påvirker trivsel, identitet, mestring og social inklusion. Sjælens Palet illustrerer, at kunst og kultur ikke blot kan fungere som aktivitetstilbud, men også som arenaer for personlig udvikling, deltagelse og fællesskab. Fremtidig forskning bør derfor undersøge disse processer mere systematisk og på tværs af målgrupper og kunstformer for bedre at forstå, hvad der virker, for hvem, og under hvilke betingelser. 

*"Hvis jeg for eksempel laver
en rolle, der har megameget
selvtillid, så finder jeg også ud af,
det kan jeg godt finde ud af."*

- Borger



REFERENCER

Bayliss, L. T., Kelly, A., Krishnamoorthy, S., Lam, M., Hassall, L., & Kolves, K. (2026). Impact of theatre interventions on mental health: A systematic literature review and meta-analysis. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 80(4), 251-258. <https://doi.org/10.1136/jech-2024-223644>

Bungay, H., Jensen, A. & Holt, N. (2023). Critical perspectives on Arts on Prescription. *Perspectives in Public Health*, 144(6). <https://doi.org/10.1177/17579139231170776>

Fancourt, D. & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.

Hejlesen, I. F., Glintborg, C., Jacobsen, S. L., & Jensen, A. (2025). KULTURVITAMINER TIL UNGE: MENTAL SUNDHED, FÆLLESSKAB OG IDENTITET. *Psyke & Logos*, 46(1), 27-44. <https://doi.org/10.7146/plv46i1.157772>

Fernández-Aguayo, S., & Pino-Juste, M. (2023). Sustainable Health and Wellness: Effectiveness of a Drama Therapy Program to Improve the Wellbeing of People Affected by Mental Health Decline. *Sustainability*, 15(16), 12485. <https://doi.org/10.3390/su151612485>

Jochum, E., Egholm, D., Oliveira, A. S., & Jacobsen, S. L. (2024). The Effects of Folk-Dance in Schools on Physical and Mental Health for At-Risk Adolescents: A Pilot Intervention Study. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, Artikel 434661. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1434661>

Jacobsen, S.L., Glintborg, C. & Jochum, E (2024). Editorial: Beyond Psychotherapy: New Perspectives, Creative Interventions, and Methods for Researching and Evaluating Holistic Health. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*. Volume 6, No. 1-2024, p. 1-3 <https://doi.org/10.18261/njach.6.1.8>

Jensen, A., Holt, N., Honda, S. & Bungay, H. (2024). The impact of Arts on Prescription on individual health and wellbeing: A systematic review with meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1412306>

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). Interview: Det kvalitative forskningsinterview som håndværk (3. udg.). København: Hans Reitzels Forlag

Mayring, P. (2022). Qualitative content analysis: A step-by-step guide. SAGE.



”Det er en følelse af at føle sig tryk, og også selv synes, at man kan bidrage med noget, der gør, at selv om hun står sådan her og ryster over hele kroppen som et espeløv, så gør hun det.”

- Ansat

