



MALMÖ HÖGSKOLA

Hälsa och samhälle

EFFEKTEN AV BILDTERAPI OCH BILDSKAPANDE VID VÅRD AV PATIENTER MED CANCER

EN LITTERATURSTUDIE OM PATIENTERS
UPPLEVELSER AV KREATIVT ARBETE

IDA MARIA KAPUSTA
WENDY RUNNSTRÖM CROTON

Examensarbete i omvårdnad
Nivå 61-90 p
Sjuksköterskeprogrammet
Januari 2008

Malmö högskola
Hälsa och samhälle
205 06 Malmö

EFFEKTEN AV BILDTERAPI OCH BILDSKAPANDE VID VÅRD AV PATIENTER MED CANCER

EN LITTERATURSTUDIE OM PATIENTERS
UPPLEVELSER AV KREATIVT ARBETE

IDA MARIA KAPUSTA

WENDY RUNNSTRÖM CROTON

Kapusta, I M & Runnström Croton, W. Bildterapi och dess effekt vid vård av patienter med cancerdiagnos- en litteraturstudie om patienters upplevelser av kreativt arbete. *Examensarbete i omvårdnad 15 poäng*. Malmö Högskola: Hälsa och Samhälle, utbildningsområde omvårdnad, januari 2008.

Många patienter med cancerdiagnos lider av fysiska symtom såväl som psykologiska såsom ångest, oro och depression. Bildterapi kan bland annat hjälpa patienter att bearbeta känslor och upplevelser knutna till sjukdomen. Arbetets syfte var att undersöka den komplementära behandlingsmetoden bildterapi och självständigt bildskapande och dess effekt vid vård av vuxna patienter med cancersjukdom. En systematisk litteraturstudie utfördes med litteratursökningar i databaserna PubMed och Cinahl/Ebsco. Litteraturstudien baseras på tio vetenskapliga artiklar. Kvalitetsgranskning av artiklarna utfördes av båda författarna, oberoende av varandra, utifrån ett protokoll för kvalitetsbedömning av kvalitativa respektive kvantitativa studier av Willman et al (2006). Resultatet presenteras i form av fem kategorier med tillhörande subkategorier, som belyser olika effekter av bildterapi eller bildskapande: genom engagemang ändra fokus, uttryck av känslor, reducerade psykologiska och fysiska symtom, utvecklande av sociala relationer samt utvecklande av inre styrka och autonomi. Bildterapi och bildskapande har en mängd positiva effekter och kan hjälpa cancerpatienter till ett ökat välbefinnande. Sveriges hälso- och sjukvård behöver bli mer öppen för nya eller komplementära behandlingsformer så att fler patienter med cancersjukdom får möjlighet att ta del av bildterapi.

Nyckelord: bildskapande, bildterapi, cancer, komplementära behandlingsmetoder, känslor, symtom

EFFECTS OF ART THERAPY AND ART- MAKING IN CANCER CARE

PATIENT PERSPECTIVES

IDA MARIA KAPUSTA

WENDY RUNNSTRÖM CROTON

Kapusta, I M & Runnström Croton, W. Art therapy and art-making in cancer care: patient perspectives. *Degree project, 15 academic credits*, Malmö University: Faculty of Health and Society, Department of Nursing, January 2008.

Patients with cancer often experience psychological distress alongside physical symptoms such as pain and fatigue. Art therapy and art-making provide a way for patients with cancer to express and come to terms with a debilitating array of emotions such as anxiety, fear and depression. The aim of this study was to investigate the field of art therapy and the effects of its application in the care of adults with cancer. The study is a literature review based on qualitative and quantitative research articles retrieved from two databases, PubMed and Cinahl/Ebsco. The articles were screened independently by both authors, using protocols for quality assessment of qualitative and quantitative research studies devised by Willman et al (2006). In-depth analysis and comparison of all 10 research articles resulted in the formulation of five categories (including subcategories) describing and summarizing major aspects of patients' perceptions of the effects of art therapy and/or art-making: development of an alternative focus through involvement in creative activities, expression of emotions, reduction of psychological and physical symptoms, enhanced social relationships, and development of inner strength and autonomy. The conclusion drawn by the authors of this study is that art therapy and art-making offer a host of benefits to adult patients with cancer who are experiencing various forms of psychological stress. The Swedish health care establishment needs to cultivate a more open-minded approach to new or complementary forms of treatment which have proven beneficial to patients, including making art therapy available to adult cancer patients.

Keywords: art-making, art therapy, cancer, complementary medicine, emotions, symptoms

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING	4
BAKGRUND	4
Vad är bildterapi?	4
Bildterapi ur ett historiskt perspektiv	5
Cancer	5
Bildterapi, bildskapande och cancerpatienter	6
Lagar	6
Sjuksköterskans kompetensområde	7
Komplementär- och alternativmedicin	8
Lekterapi	9
Tidigare forskning	9
SYFTE	9
METOD	9
Inklusions- och exklusionskriterier	10
Vetenskaplig artikel enligt Polit & Beck	10
Artikelsökning	10
Artikelgranskning	11
Kvalitetsbedömning av kvantitativa artiklar	12
Kvalitetsbedömning av kvalitativa artiklar	12
Artikelbearbetning	13
RESULTAT	13
Genom engagemang ändra fokus	13
Att uppleva distraktion	14
Att skapa en fristad	14
Uttryckande av känslor	15
Reducerade psykologiska och fysiska symtom	17
Utvecklande av sociala relationer	18
Utvecklande av inre styrka och autonomi	19
Ökade copingresurser	20
Personlig utveckling	20
Känsla av mening	21
Stärkande av identitet	21
Känsla av kontroll	22
Resultatsammanfattning	23
DISKUSSION	23
Metoddiskussion	23
Artikeldiskussion	24
Resultatdiskussion	26
Slutsatser och implikationer för framtiden	28
REFERENSER	29
BILAGOR	
Bilaga 1: Matris: artikelsammanfattning och kvalitetsbedömning	

INLEDNING

En cancerdiagnos och cancersjukdom innebär för de flesta patienter stora psykologiska påfrestningar (Ericsson & Ericsson, 2002). Rädsla, ångest, oro och depression är vanligt förekommande besvär hos cancerpatienter. Det är därför av yttersta vikt att sjuksköterskor och annan vårdpersonal vårdar och behandlar patienter med cancer utifrån en helhetssyn, där fokus inte enbart ligger på den medicinska åkomman utan även på de psykologiska aspekterna av sjukdomen. Komplementära metoder, speciellt sådana som använder sig av konstnärliga uttrycksformer såsom bild-, musik- och dansterapi har som huvudsyfte att förbättra det psykologiska välbefinnandet (National Center for Complementary and Alternative Medicine, 2007). Konstnärliga terapier såsom bildterapi kan således hjälpa individen att bättre hantera de psykologiska påfrestningarna som en cancersjukdom medför (Deane et al, 2000).

BAKGRUND

Bildterapi som komplementär metod vid omvårdnaden av cancerpatienter har tillämpats både i Sverige och i övriga världen under de senaste decennierna. Gabriel et al (2001) och Nainis et al (2006) är några av dem som i vetenskapliga studier undersökt bildterapiens effekter i detta sammanhang.

Vad är bildterapi?

British Association of Art Therapists definierar bildterapi som en interaktion mellan patienten, bilden och terapeuten (Waller & Gilroy, 1992). Genom att skapa bilder på egen hand får patienten möjlighet att uttrycka tankar och känslor som för patienten är omedvetna eller svåra att verbalisera. Med terapiens hjälp kan inre upplevelser finna sina yttre uttrycksformer i ett symboliskt språk (a a).

Bildterapi är en konstnärlig terapiform som omfattar både konst och psykoterapi (Lagercrantz, 1998). Enligt Andersson (2000) behöver patienten inte vara konstnärligt begåvad för att ha nytta av terapien. Det tomma pappret blir till en plats där patienten kan uttrycka sina tankar och känslor. Inre upplevelser får genom bildterapi ett yttre uttryck och blir därmed synliga (a a). Enligt Alm (1999) utvecklas och fördjupas bildskapandet inom en psykoterapeutisk relation. Mellan patient och bildterapeut sker en dialog där bilden som är synlig för båda är utgångspunkten för terapien. Patienten skapar bilden på egen hand, därefter tolkas alstret verbalt tillsammans med terapeuten. Tolkningarna inom bildterapi baseras på patientens egna upplevelser och insikter. Bildterapeuten använder sin kunskap för att hjälpa patienten att ge uttryck åt emotionellt laddat material i skapandet (a a). Det spontana uttrycket är det primära i bildterapi och det kan räcka med ett penseldrag för att individen ska kunna varsebli eller närma sig olika känslor eller upplevelser (Andersson, 2000).

Inom bildterapi används olika material såsom färg av olika slag, kol, papper, textilier, trä och lera (Lagercrantz, 1998). Bildterapi lämpar sig för alla patientkategorier och är särskilt passande för barn och vuxna som har svårigheter att uttrycka sig verbalt (a a). Bildterapi kan genomföras både individuellt och i grupp

(Alm, 1999). Eftersom bilden finns kvar i ofördärvat skick finns möjligheten att gå tillbaka till bilden för att se eller följa patientens utveckling (a a).

Genom att uttrycka sig med bilder och aktivt skapa något på egen hand stärks jagkänslan (Lagercrantz, 1998). I bilder möts känsla och intellekt och genom det konstnärliga skapandet öppnas vägen till det omedvetna där förnekade minnen och känslor finns (Lagercrantz, 1998). I patientens bild förmedlas personlig historia men även stundens känsla (Alm, 1999). Inre upplevelser kan finna sina yttre uttrycksformer i ett symboliskt språk. Ångest kan på samma sätt komma upp till ytan och medvetandegöras. Bildterapi kan bidra till att lätta på spänningar som annars kan kännas olidliga, och patienten har möjlighet att arbeta sig igenom traumatiska händelser genom serier av bilder (a a).

Bildterapi ur ett historiskt perspektiv

Bildterapi har använts i över 60 år som komplementär behandling (eller tillvägagångssätt) inom barn- och vuxenpsykiatri och psykologi samt vid undervisning av barn med särskilda behov (Waller & Gilroy, 1992). Konstläraren och bildläraren Edith Kramer betraktas som en av bildterapiens förgrundsgestalter. Under 1930-talet upptäckte Kramer, då hon arbetade med traumatiserade flyktingbarn från Tyskland, att barnens reaktioner på stress kom till uttryck i deras konstnärliga skapande (Kramer, 1975). Kramer fortsatte under sin levnadstid i USA att utveckla bildterapi som behandlingsmetod.

Ungefär samtidigt började den amerikanska psykoanalytikern Margaret Naumberg, som även var en entusiastisk amatörkonstnär, att införa ett konst-terapeutiskt tänkande i sitt arbete med patienter (Waller & Gilroy, 1992). År 1958 formulerade Naumberg en definition av bildterapi, där hon framhöll att det är mer naturligt för människan att uttrycka sina mest fundamentala, omedvetna tankar och känslor i bilder än i ord, och att varje individ har en inneboende förmåga att uttrycka inre konflikter i visuell form (a a).

Kramers och Naumbergs inflytande spred sig efter andra världskriget till England, där olika yrkesgrupper inom psykiatri, psykologin samt konstpedagogiken började använda sig av bildterapi för att hjälpa krigstraumatiserade individer och grupper (Waller & Gilroy, 1992). Under 1950-talet och framåt växte intresset för bildterapi enormt inom olika yrkesgrupper, och under 1980-talet började bildterapeuter i olika delar av världen att även arbeta med patienter med somatisk sjukdom bland annat med cancer-patienter (a a).

Cancer

Cancer är ett samlingsbegrepp för ett stort antal tumörsjukdomar som orsakas av störningar i cellens tillväxtreglering (Folkhälsorapport, 2005). Sjukdomen drabbar i första hand äldre personer, två tredjedelar är över 65 år vid insjuknandet. Bröstcancer är den vanligaste cancerformen hos kvinnor medan prostatacancer är den cancerform som mest frekvent förekommer bland män (a a). Cellnybildning sker ständigt i vävnaderna och likaså eliminering av gamla celler (Ericsson & Ericsson, 2002). Normalt sker detta i jämvikt och under kontrollerade former så att ingen vävnad tillväxer för kraftigt eller gör intrång i annan vävnad. När vissa cellers delningshastighet blir störd och dessa börjar tillväxa snabbare än äldre omgivande celler hinner dö, uppstår en tumör som kan vara av både benign och malign karaktär. Karakteristiskt för malign celltillväxt är att den sker okontrollerat utan respekt för omkringliggande vävnad, det vill säga infiltrerar annan vävnad och har

förmågan att metastasera till andra organ där den ger upphov till dottersvulster (a a). Tumörstorleken har betydelse för sjukdomens allvarlighetsgrad (Andersson et al, 2004). Ju större tumören är vid upptäckt desto större risk för att den hunnit metastasera (a a). Enligt Folkhälsorapporten (2005) förväntas drygt hälften av patienterna med cancerdiagnos leva lika länge som sina jämnåriga. Cancersjukdom är idag den näst vanligaste dödsorsaken efter hjärt- kärlsjukdom i Sverige. Överlevnaden bland patienter med cancer har konstant ökat sedan 1960-talet. Tidigare upptäckt och diagnostiserande av sjukdomen är den främsta orsaken till den ökade överlevnaden, men även förbättrade behandlingsformer har betydelse (a a).

Bildterapi, bildskapande och cancerpatienter

Patienter som lider av cancer är ofta fullt upptagna med att hålla ångest och rädsla under kontroll (Andersson, 2000). Det är viktigt att stärka patientens egna resurser och förmåga att uppleva hopp och förtröstan inför framtiden, därmed är jagstödande terapi passande (a a).

Känslan av att förlora sin identitet och i stället identifieras med sin cancerdiagnos är vanligt förekommande bland patienter med cancer (Reynolds & Prior, 2006). Enligt Edith Kramer (1975) kan bildterapi bidra till att stödja jaget, skapa en starkare identitetskänsla och bygga upp en inre styrka som gör det möjligt att klara yttre påfrestningar utan att använda sig av försvarsmekanismer (a a). Många patienter ställs inför existentiella frågor i samband med sjukdomsdebuten (Gabriel, 2001). Funderingar såsom vem man egentligen är, vad för sorts liv man levt samt meningen med livet förekommer ofta, likaså huruvida det finns ett liv efter detta (a a).

Enligt Ericsson (2002) är det vanligt med krisreaktioner hos patienter som fått en cancerdiagnos. Patienten måste få tid och hjälp för att bearbeta det svåra beskedet. Ångest, oro, depressiva tillstånd och sömnstörningar utgör en del av symtomen hos dessa patienter, vilket vårdpersonalen måste beakta (a a).

Enligt American Cancer Society (2007a) är känslor såsom ångest och rädsla mycket vanligt förekommande bland patienter som fått en cancerdiagnos och ett normalt sätt att reagera på den stress som en sådan diagnos innebär. American Cancer Society påpekar även att depression, ibland av svår art, är en vanlig reaktion på en cancerdiagnos eller cancersjukdom. Personer som drabbas av cancer är ofta oroliga för framtiden och rädda för det okända, för lidande och smärta. Många upplever ångest till följd av försämrad kontroll över det egna livet och på grund av kroppsliga förändringar. Även förmågan att arbeta eller ta hand om familjen kan påverkas vilket kan upplevas ångestfullt. Många patienter kan av denna anledning behöva hjälp med att hantera sina känslor (a a). Att komma i kontakt med, uttrycka och bearbeta känslor kan emellertid vara svårt att åstadkomma enbart med verbala metoder (Waller & Gilroy, 1991). Enligt Deane et al (2000) kan bildterapi hjälpa patienter att komma i kontakt med och bearbeta känslor knutna till cancersjukdomen.

Lagar

Enligt Lagen om yrkesverksamhet på hälso- och sjukvårdens område (1998: 531) är sjukvårdspersonal skyldig att utföra sitt arbete i enlighet med vetenskap och beprövad erfarenhet. Vården ska i största möjliga mån utformas och genomföras i samråd med patienten. Patienten ska även visas omtanke och behandlas med

respekt. Den som bär ansvaret för vården av en patient måste se till att patienten ges individuellt anpassad information om sitt hälsotillstånd samt om de metoder och behandlingar som finns att tillgå. Vid de tillfällen då det finns flera behandlingsalternativ i överensstämmelse med vetenskap och beprövad erfarenhet skall sjukvårdspersonal se till att patienten ges möjlighet att välja det alternativ som denne prefererar (a a).

Målet för Hälso- och sjukvården är enligt Hälso- och sjukvårdslagen (1982: 763) god hälsa och vård på lika villkor för hela befolkningen. Vården av patienter ska ges med respekt för alla människors lika värde och för den enskilda människans värdighet. I Hälso- och sjukvårdslagen behandlas även krav på hälso- och sjukvården. Hälso- och sjukvården ska bedrivas på ett sätt som säkerställer kraven på god vård. Den ska vara av god kvalitet och tillgodose patientens behov av trygghet under vård och behandling. Vården av en patient ska även bygga på respekt för patientens integritet och autonomi. Hälso- och sjukvården ska arbeta för att förebygga ohälsa och patienter ska när det är lämpligt ges information om metoder för att förebygga ohälsa (a a).

Enligt Socialstyrelsens allmänna råd om omvårdnad inom hälso- och sjukvården (1993:17) är syftet med omvårdnad att stärka hälsa och förebygga ohälsa och sjukdom, bevara eller återställa hälsa utifrån patientens individuella möjligheter och behov samt minska lidande. Omvårdnaden innefattar åtgärder som syftar till att skapa en hälsofrämjande miljö, eliminera smärta och obehag samt ge stöd åt patienter i deras reaktioner på sjukdom, funktionshinder, trauma och i behandlingssituationer (a a).

Kommittén för komplementär- och alternativ medicin (KAM) är en branschorganisation för förbund inom den komplementär- och alternativmedicinska sektorn och samarbetar med Socialstyrelsen, Läkemedelsverket samt Statens beredning för medicinsk utvärdering (KAM, 2007). KAM verkar bland annat för rätten för medlemsförbundens komplementär- och alternativmedicinare att utöva komplementär- och alternativmedicinska terapier i Sverige. Kommittén arbetar även för en god utbildningsnivå hos ingående förbundsmedlemmar, ett gemensamt medicinskt regelverk samt att sprida information och öka patientsäkerheten i samband med komplementär- och alternativmedicinska behandlingsmetoder. KAM strävar också efter att skapa en dialog mellan utövare av komplementär- och alternativmedicinska behandlingsformer och berörda myndigheter i fackliga, juridiska och etiska frågor samt frågor rörande utbildning. Individens rätt att fritt välja terapiform är en annan sakfråga som KAM verkar för. KAM har fastställt ett antal etiska regler som varje yrkesverksam terapeut ansluten till KAM är skyldig att följa. Terapeuten skall enligt KAM inte delta i verksamhet där denne saknar frihet att handla efter dessa etiska regler. Terapeuten är bland annat skyldig att följa för branschen tillämpliga lagar och förordningar, förhållandet till patienten får inte påverkas av livs- åskådning, nationalitet eller politisk åsikt. Terapeuten har tystnadsplikt, skall föra journal och se till att den förvaras på ett för patienten betryggande sätt. Terapeuten skall inte arbeta utanför sitt kompetensområde och är skyldig att avhålla sig från oseriös marknadsföring (a a).

Sjuksköterskans kompetensområde

Sjuksköterskan skall enligt Kompetensbeskrivning för legitimerade sjuksköterskor (Kompetensbeskrivning för legitimerad sjuksköterska, 2005) ha förmåga att ta

vara på det friska hos varje patient, och bland annat tillämpa kunskaper i beteendevetenskaper. Patientens basala och specifika omvårdnadsbehov ska tillgodoses, både fysiska, psykiska, sociala, kulturella och andliga. Vid behov ska sjuksköterskan hantera förändringar i patientens fysiska och psykiska tillstånd, samt ansvara för organisationen av teamarbete runt patienten. Sjuksköterskan ska stödja och vägleda patienten så att denne ges möjlighet till optimal delaktighet i den egna vården och behandlingen. Patientens resurser och förmåga till egenvård ska identifieras och bedömas. Sjuksköterskan förväntas ägna sig åt kritisk reflektion över befintliga tillvägagångssätt, samt uppmuntra till diskussion om införande av ny kunskap. Litteratur och information skall bearbetas med avsikt att tillämpa nya kunskaper och på så sätt bidra till att omvårdnaden bedrivs enligt vetenskap och beprövad erfarenhet. Även ett kontinuerligt engagemang i den egna professionella kompetensutvecklingen ingår i sjuksköterskans ansvarsområde (a a).

Komplementär- och alternativmedicin

En forskningsrapport på uppdrag av Landstingsförbundet definierar komplementär- och alternativmedicin som: metoder för hälso- och sjukvård som inte lärs ut på grundutbildningarna till konventionell hälso- och sjukvårdspersonal (Eklöf & Kullberg, 2004). Komplementära metoder utövas först och främst utanför kulturellt och politiskt dominerande system för hälso- och sjukvård (a a). Komplementärmedicin innebär behandlingsformer som generellt används tillsammans med en konventionell behandling, medan alternativmedicin används i stället för konventionella metoder (National Center for Complementary and Alternative Medicine, 2007).

Inom komplementär- och alternativmedicin återfinns ett stort antal olika fokus och inriktningar (National Center for Complementary and Alternative Medicine, 2007). Manipulativa och kroppsbaserade metoder inkluderar olika former av massage, kiropraktik, osteopati samt reflexologi. Biologiskt baserade metoder använder ämnen med ursprung från naturen såsom örter, mat och vitaminer. Qi gong, Reiki och therapeutic touch är exempel på några terapiformer som enligt utövarna påverkar energifält som anses omge människokroppen. Traditionell kinesisk medicin innefattar bland annat akupunktur och örtmedicin, medan den indiska Ayurvedan fokuserar på diet, massage och meditation. Bland metoder som har som mål att öka sinnets förmåga att påverka kroppsliga symtom eller funktioner (Mind-body medicine) ingår meditation, biofeedback, mentalt helande, hypnos, avslappning och visualisering. Konstnärliga terapier såsom bild-, dans- och musikterapi ingår i denna kategori (a a).

Ett antal komplementära behandlingsmetoder såsom akupunktur vars effektivitet vetenskapligt bevisats har på senare tid inkluderats inom den konventionella hälso- och sjukvården i Sverige (Eklöf & Kullberg, 2004). Det är även viktigt att beakta att behandlingsmetoder har en stark kulturell anknytning. Det som i Sverige betraktas som komplementära eller alternativa behandlingsformer kan utövas av behörig hälso- och sjukvårdspersonal i andra länder. Örtmedicin utövas exempelvis av behörig sjukvårdspersonal i Kina. Inför regeringsbildningen 2002 enades regeringspartierna om åtgärder för att förbättra den svenska hälso- och sjukvården. Ett av huvudmålen var att förbättra dialogen mellan komplementär- och alternativmedicinen och skolmedicinen, bland annat genom att hälso- och sjukvårdspersonal får bättre undervisning om komplementär- och alternativmedicin i sin grundutbildning (Eklöf & Kullberg, 2004).

Enligt National Cancer Institute (2007) vänder sig många patienter med cancer till komplementära eller alternativa metoder för att få hjälp att minska oro och andra cancerrelaterade stressymtom. De vill även uppleva att de aktivt bidrar till och styr över sin egen vård och behandling. The National Cancer Institute erbjuder av denna anledning information på sin hemsida om komplementära och alternativa behandlingsmetoder (a a).

Lekterapi

Lekterapi är en verksamhet som strävar efter att ge stöd åt det friska i barnet och är därmed en viktig del i barn eller ungdomars behandling på sjukhus (Föreningen Sveriges Lekterapeuter, 2007). Lekterapi är en lagstadgad rättighet i enlighet med Skollagen (1997: 1212). Det är av stor vikt att barnet i största möjliga omfattning fortsätter med sina normala lek- och fritidsaktiviteter (Föreningen Sveriges Lekterapeuter, 2007). För barnet är leken ett sätt att ta in och bearbeta nya erfarenheter. Lekterapeuten är ett pedagogiskt och psykologiskt stöd som ingår i vårdteamet runt barnet och dess familj och ska med sitt arbetssätt och terapeutiska förhållningssätt stödja den normala utvecklingen hos barnet. Lekterapeuten ska också erbjuda barnet eller ungdomen möjlighet att genom lek, skapande verksamhet och social samvaro med andra barn bearbeta känslor såsom rädsla och utsatthet (a a).

Tidigare forskning

Sedan mitten av 1990-talet har ett antal kvalitativa och kvantitativa forskningsstudier genomförts som undersöker och bekräftar sambandet mellan bildterapeutiska insatser hos cancerpatienter och ett ökat välbefinnande. Olika perspektiv har undersökts och en rad positiva effekter har konstaterats. Öster et al (2006) har studerat hur bildterapi kan stärka copingresurser hos cancerpatienter. Återuppbyggandet av identitetskänslan med hjälp av bildterapi har berörts av Collie (2006) och Reynolds et al (2006). Monti et al (2006) har studerat sambandet mellan bildterapi och lindring av psykologiska symtom såsom ångest och depression. Även lindring av fysiska symtom såsom smärta har studerats, bland annat av Nainis et al (2006). En pilotstudie bland benmärgs-transplanterade vuxna patienter visade att bildterapi kunde hjälpa dessa patienter att återvinna ett positivt tänkande och lösa känslomässiga konflikter (Gabriel et al, 2001).

SYFTE

Syftet med denna studie var att undersöka den komplementära behandlingsmetoden bildterapi och självständigt bildskapande, och dess effekt vid vård av vuxna patienter med cancersjukdom.

METOD

Arbetet har i huvudsak grundats på vetenskapliga artiklar relevanta i förhållande till arbetets syfte. För att uppfylla arbetets syfte valdes att göra en litteraturstudie. Vetenskapliga artiklar söktes i första hand i databaserna PubMed med MeSH-termer och i Cinahl/Ebsco. Vid fem tillfällen, då PubMed inte erbjöd länk till

kostnadsfri fulltext, erhöles de önskade artiklarna genom Samsök (Malmö Högskolas sökmotor). En artikel från 1996 som inte fanns att tillgå via den elektroniska databasen hittades i en tryckt upplaga på Hälsa och samhälles bibliotek. Ytterligare en artikel som härstammar från en Cinahl/Ebsco-sökning erhöles via fjärrlån med hjälp av Malmö högskolas bibliotek.

Inklusions- och exklusionskriterier

Artiklarna som skulle inkluderas i litteraturstudien behövde uppfylla kraven på vetenskaplighet enligt Polit & Beck (2006). Hög relevans i förhållande till arbetets syfte krävdes, vilket innebar att artiklarna skulle beröra vuxna patienter med cancer med erfarenheter av bildterapi och/eller bildskapande. Artiklarna skulle dessutom vara skrivna på engelska.

Vetenskaplig artikel enligt Polit & Beck

De artiklar som inkluderats i litteraturstudien uppfyller kraven på vetenskaplighet enligt Polit & Beck (2006). En vetenskaplig artikel ska innehålla följande delar: titel, abstract, bakgrund, metodbeskrivning, resultat samt diskussion som bör innehålla ställningstagande med hänsyn till framtida värde, implikationer och rekommendationer. Studiens huvudsakliga frågeställning samt vilka studiens deltagare är ska klart framgå av titeln. Ett abstract skall på ett klart och kortfattat sätt sammanfatta studiens bakgrund, metod, resultat och diskussion. I bakgrunden skall frågeställningen samt aktuella begrepp och fenomen som studien undersöker förklaras och belysas, likaså tidigare forskning inom området. Under rubriken metod skall forskningsmodellen, urvalsförfarandet, studiedeltagarna samt datainsamlingsmetoden noggrant beskrivas. I studiens resultat förklaras dataanalysmetod och huvudfynd sammanfattas. Diskussionen innefattar en tolkning av huvudfynden och tar upp implikationer och rekommendationer (Polit & Beck, 2006).

Artikelsökning

Artikelsökningarna i databaserna PubMed och Cinahl/Ebsco utfördes med ett antal begränsningar: artiklar skrivna på engelska, med vuxna studiedeltagare samt tillgång till abstract. De kombinationer av söktermer som resulterade i artiklar som lämpade sig för läsning alternativt granskning var följande: art therapy and neoplasms, art therapy and cancer, art therapy and breast neoplasms, art therapy and palliative care samt art therapy and bone marrow transplantation. Sökningar i PubMed på orden "cancer", "tumour", "malign diseases" och "leukemia" ledde alla till sökordet "neoplasms", däremot fanns ordet "cancer" med som sökterm i databasen Cinahl/Ebsco. För antal träffar hänvisas till Tabell 1 nedan. En av de inkluderade artiklarna Reynolds & Prior (2003) hittades på PubMed via länken "relaterade artiklar" från en annan artikel av samma författare, Reynolds & Prior (2006), som använts till litteraturstudien. Således finns inte denna artikel redovisad i tabellen över artikelsökningar.

Vid varje kombinerad sökning på PubMed eller Cinahl/Ebsco visades ett antal titlar, varav vissa kunde gallras bort direkt på grund av bristande relevans i förhållande till frågeställningen. Exempel på exkluderade studier var artiklar som fokuserade på andra perspektiv än patientens. Vissa studier undersökte bildterapeutiska interventioner applicerade på anhöriga medan andra studerade vårdpersonalens upplevelser av bildterapeutiskt arbete. En fortsatt gallring skedde vid genomgång av de återstående artiklarnas abstract. Då framgick det tydligare huruvida artikeln i fråga var vetenskaplig i enlighet med Polit & Becks (2006)

kriterier för vetenskapliga artiklar. Ibland visade sig artikeln handla om exponering av patienterna för bildkonst, exempelvis genom besök på ett museum eller konstgalleri, i stället för en undersökning av patienternas eget bildskapande. Således baseras litteraturstudien på tio vetenskapliga artiklar.

Tabell 1. Artikelsökningar

Söksystem	Sökord	Limits	Träffar	Lästa abstract	Lästa artiklar	Granskade artiklar	Använda artiklar	Datum
PubMed	Art Therapy AND Neoplasms	Items with abstracts, adults 19+, English	16	12	10	9	6	2007/09/17
PubMed	Art Therapy AND Breast Neoplasms	Items with abstracts, adults 19+, English	7	1	1	1	1	2007/09/17
PubMed	Art Therapy AND Oncologic Nursing	Items with abstracts, adults 19+, English	1	1	0	0	0	2007/09/17
PubMed	Art Therapy AND Palliative Care	Items with abstracts, , adults 19+, English	5	3	1	1	1	2007/11/07
PubMed	Art Therapy AND Medical Oncology	Items with abstracts, adults 19+, English	1	1	0	0	0	2007/09/17
Cinahl via Ebsco	Art Therapy AND Cancer	Items with abstracts, Research articles, all adults, English	15*	1	1	1	1	2007/11/07
Cinahl via Ebsco	Art Therapy AND Palliative Care	Items with abstracts, Research articles, all adults, English	2*	0	0	0	0	2007/11/07
Cinahl via Ebsco	Art Therapy AND Oncology	Items with abstracts, Research articles, all adults, English	3*	1	0	0	0	2007/11/07
Cinahl via Ebsco	Art Therapy AND Oncologic Nursing	Items with abstracts, Research articles, all adults, English	2	1	0	0	0	2007/11/07

*Samtliga artiklar med markering hade redan hittats via PubMed-sökningarna.

Artikelgranskning

Av de 18 artiklarna som valdes för preliminär granskning, behölls 13 studier för vidare granskning. De artiklar som gallrades bort vid detta stadium bedömdes vara av för låg vetenskaplig kvalitet, eller visade sig handla om interventioner där

patienterna inte själv utförde den skapande verksamheten. Detta hade i dessa fall inte framgått av abstraktet. Ett flertal exkluderade artiklar berörde nyintroducerade bildterapeutiska program på sjukhus, dessa var av beskrivande snarare än undersökande karaktär.

De återstående 13 artiklarna granskades noggrant med hjälp av protokoll för kvalitetsbedömning (Willman et al 2006). Detta resulterade i att tre av studierna exkluderades. Anledningen till att den ena exkluderades var att artikeln handlade om bildterapi på distans, vilket författarna betraktade som avvikande i förhållande till övriga inkluderade artiklar. Studien fokuserade inte heller enbart på patienters upplevelse av bildterapi utan involverade andra grupper. Den andra artikeln som exkluderades var inte tillräckligt vetenskaplig utan av beskrivande karaktär. Den sista artikeln exkluderades på grund av att studiens metod och resultat var undermåligt beskrivna och saknade trovärdighet. Tio vetenskapliga artiklar inkluderades efter kvalitetsgranskning enligt Willman et al (2006).

Kvalitetsbedömning av kvantitativa artiklar

Vid granskning av kvantitativa artiklar användes "Bilaga G" som är ett protokoll för kvalitetsbedömning (Willman et al, 2006). Vid applicering av granskningsprotokollen beaktades formen av forskningsmetod, det vill säga om studien var randomiserad eller inte, innehöll kontrollgrupp med mera. Patientkaraktäristika noterades i fråga om antal deltagare, kön och ålder samt huruvida exkluderings- och inkluderingskriterier av studiedeltagare var adekvata. Om det förekom en intervention skulle detta beskrivas, likaså studiens syfte. Vidare granskades urvalsförfarandet, om det var representativt, hur randomiseringen utförts samt om grupperna var likvärdiga vid start. Likaså beaktades om det i studien förekom blindning av olika slag. Bortfall av deltagare uppmärksammades beträffande storlek och orsak till bortfall. En bedömning utfördes beträffande huruvida statistisk metod var adekvat samt om etiskt resonemang förekom i studien. När det gällde tillförlitlighet hos resultatet bedömdes mätinstrumentets validitet och reliabilitet. Likaså beaktades resultatets generaliserbarhet. Studiens huvudfynd noterades inklusive konfidensintervall, statistisk signifikans, powerberäkning med mera. Om intervention ingått i studien noterades effekten och metoder för att beräkna detta. Slutligen skedde en sammanfattande bedömning av artikelns kvalitet med något av följande omdömen: bra, medel eller dålig. Vid granskning av de kvantitativa studierna följdes protokollet punkt för punkt, rutor kryssades i (ja, nej eller vet inte) i samband med de olika frågorna. Huvudfynd och andra betydelsefulla element noterades i granskningsformuläret.

Kvalitetsbedömning av kvalitativa artiklar

Vid kritisk granskning av kvalitativa artiklar användes protokoll för kvalitetsbedömning av studier med kvalitativ metod, "Bilaga H" (Willman et al, 2006). Inledningsvis bedömdes tydlighet och avgränsning beträffande studiens problemformulering. Därefter behandlades patientkaraktäristika på samma sätt som vid granskning av kvantitativa artiklar. Huruvida studiens kontext var presenterad beaktades liksom förekomst av etiskt resonemang. Bedömning av urvalets relevans och karaktär noterades likaså huruvida urvalsförfarandet, datainsamlingen och dataanalysen var tydligt beskrivna. Bedömning av studiens resultat utfördes beträffande data- och analysmättnad. Likaså beaktades huruvida resultatet var logiskt och begripligt, om resultatet redovisades klart och tydligt samt om det redovisades i förhållande till en teoretisk referensram. Huruvida

studien genererade en teori beaktades, likaså vilka studiens huvudfynd var samt om beskrivning och analys var adekvat. Slutligen utfördes en sammanfattade bedömning med samma betygskriterier som vid granskning av kvantitativa artiklar. På liknande sätt som vid granskning av kvantitativa studier applicerades granskningsprotokollet på samtliga artiklar. Protokollets ordning och struktur följdes som sedan resulterade i ett eget omdöme om studiens kvalitet.

Artikelbearbetning

Samtliga inkluderade artiklar lästes noggrant ett flertal gånger. Båda författarna kvalitetsgranskade fem artiklar vardera. Därefter läste författarna varandras artiklar och gjorde en egen kvalitetsgranskning, således utfördes en form av triangulering (Polit & Beck, 2006). Efter utformning av matrisen (bilaga 1) markerades alla huvudfynd under rubriken resultat. Därefter utformades en lista av alla huvudfynd/teman från artiklarna, vilket var över 50 stycken. För att underlätta skapandet av egna kategorier och subkategorier skrevs de mest markanta och övergripande resultaten upp. Detta resulterade i 18 preliminära kategorier. Därefter fördes liknande resultat/teman in under relevant subkategori eller kategori. Ett flertal resultat kunde hänföras till olika kategorier. Därför valdes att börja med den skriftliga bearbetningen av de mest entydiga och klart avgränsade resultaten. Efter hand reducerades preliminära kategorier i antal, genom att liknande eller tangerande resultat slogs samman. Nya kategorier skapades som innefattade tidigare kategorier och subkategorier. För att en kategori skulle inkluderas beslutades att det krävdes underlag i minst två artiklar. Några kategorier exkluderades av denna anledning, medan andra uteslöts på grund av otillräcklig relevans i förhållande till arbetets syfte. Antalet kategorier reducerades slutligen till fem med varierande antal subkategorier.

Tabell 2. Översikt över kategorier och subkategorier

Huvudkategori	Subkategorier
Genom engagemang ändra fokus	Att uppleva distraktion Att skapa en fristad
Uttryck av känslor	
Reducerade psykologiska och fysiska symtom	
Utvecklande av sociala relationer	
Utvecklande av inre styrka och autonomi	Ökade copingresurser Personlig utveckling Känsla av mening Stärkande av identitet Känsla av kontroll

RESULTAT

Vid genomgång och jämförelse av samtliga inkluderade artiklar kunde återkommande resultat beträffande patienters upplevelser av bildterapi och/eller bildskapande urskiljas. Litteraturstudiens resultat kommer att presenteras i form av fem kategorier med respektive subkategorier som speglar författarnas analys av de inkluderade studiernas huvudfynd.

Genom engagemang ändra fokus

Ett flertal av de inkluderade studierna visade att bildterapi och bildskapande kan ha distraherande effekt, det vill säga att fokus dras från sjukdomen till något annat

(Reynolds & Prior, 2003), (Reynolds & Prior, 2006), (Nainis et al, 2006), (Deane et al, 2000). Flera studier visade även att bildterapi eller bildskapande av många deltagare upplevdes som en fristad eller tillflyktsort (Predeger, 1996), (Collie et al, 2006), (Deane, 2000).

Att uppleva distraktion

Ett flertal studier belyste bildterapiens eller bildskapandets distraherande egenskap (Deane et al, 2000), (Reynolds & Prior, 2003), (Reynolds & Priors 2006), (Nainis et al, 2006).

Studiedeltagarna i en kanadensisk kvalitativ studie (Deane et al, 2000) upplevde att ett omfattande bildterapiprogram med inkluderad konstvetenskaplig utbildning hjälpte dem att föra tankarna bort från upplevelser knutna till sjukdomen (a a).

Reynolds & Prior (2003) tog i sin kvalitativa studie fram ett tema som betecknades "att distrahera tankarna från sjukdomen" (a a, s 788, författarnas översättning). Studiedeltagarna var kvinnor med cancer och andra kroniska sjukdomar som regelbundet ägnade sig åt textilkonst på egen hand. Textilkonst erbjöd studiedeltagarna ett sätt att hantera överväldigande känslor, inte genom förträngning utan genom att erbjuda ett positivt alternativt fokus för uppmärksamheten (a a).

"Medan man arbetar kreativt, tänker man inte på saker som gör ont, smärtor eller värk, spasmer och så vidare, eller ens huvud som snurrar då man blir yr, allt som drabbar en, inkontinens, allt äckligt som händer" (a a, s 788, författarnas översättning).

I en senare studie av samma författare (Reynolds & Priors 2006) studerades effekten av konstnärligt arbete hos patienter med cancer, som på egen hand vänt sig till visuell konst av olika slag efter fastställd diagnos. Samtliga studiedeltagare uppgav att konstnärliga aktiviteter hjälpte dem att avleda negativa tankar och känslor. En av studiens deltagare uttryckte att bildskapandet gett upphov till en välkommen distraktion från rädsla och obehag. Genom att fokusera på det konstnärliga arbetet upplevde två av deltagarna att de bättre kunde kontrollera smärta och insomningssvårigheter (a a).

Den kvalitativa studien av Nainis et al (2006) undersökte hur en timmes individuell bildterapi kunde påverka cancerrelaterade symtom och emotioner. Forskarna ställde efter avslutad bildterapi tre öppna frågor beträffande deltagarnas upplevelser av bildterapi, detta som komplement till den kvantitativa datan. 90 % av studiens deltagare ansåg att bildterapi hade distraherande verkan och gav fokus åt något positivt (a a).

Att skapa en fristad

Denna subkategori kan tolkas på två olika sätt. Att fördjupa sig i och gå in i den skapande processen kan upplevas som en tillflyktsort. Likaså kan en stödjande miljö där patienten känner sig trygg och i harmoni med andra gruppmedlemmar och bildterapeuter, där patienterna känner sig bekväma i att fritt uttrycka känslor, upplevas som en fristad eller tillflyktsort.

Den kvalitativa studien av Predeger (1996) studerade kvinnor med bröstcancer och deras upplevelser av bildterapi i grupp. Artikelförfattaren använder uttrycket

”att skapa en trygg hamn” (a a, s 55, författarnas översättning) för att belysa studiedeltagarnas upplevelse av bildterapi-sessionerna. Dessa upplevdes som tillfällen då deltagarna fick möjlighet att slappna av, släppa fasaderna och ge uttryck åt sina känslor i en trygg miljö (a a).

”Jag betraktar gruppen som en trygg hamn mitt i livets storm. Det är en tröst att få vara bland er och få styrka från er allihop” (a a, s 55, författarnas översättning).

Studiedeltagarna i den kvalitativa studien av Collie et al (2006) beskriver sina upplevelser av bildskapande och bildterapi som en oas där man kan ta skydd från ett omtumlande liv präglad av cancersjukdom. Deltagarna som alla led av bröstcancer kände sig, när de ägnade sig åt bildterapi eller bildskapande, accepterade och trygga i sin situation som cancersjuka (a a).

”Det var första gången på två månader som jag inte tänkte på cancer. Det var första gången som mardrömmen höll upp. När jag var där, kändes det bara som ett mjukt regn som föll ned på mig” (a a, s 765, författarnas översättning).

Enligt Deane (2000) upplevde studiedeltagarna att bildterapiprogrammet gav dem en unik möjlighet att fritt uttrycka svåra känslor som tidigare undertryckts. Deltagarna upplevde att programmet erbjöd en trygg, omsorgsfull och stödjande miljö, där de kunde dela med sig av sina känslor till varandra (a a).

” Bildterapi hjälpte mig att uttrycka vissa saker som jag förträngt. Där fick jag släppa ut en del av vreden. Och jag fick frigöra mig från en del av det oavsett om det var sorg eller lycka /.../ bara att vistas i den miljön med andra människor, du vet, det gjorde det bättre” (a a, s 150 författarnas översättning).

Uttryck av känslor

Denna kategori är ett av de mest framträdande och frekvent förekommande resultaten i de bearbetade artiklarna. Ett stort antal studiedeltagare uppgav att bildterapi och/eller bildskapandet givit nya möjligheter att komma i kontakt med och uttrycka känslor som varit svåra att verbalisera eller helt omedvetna (Deane et al, 2000), (Collie et al (2006), (Gabriel et al, 2001) (Predeger, 1996), (Reynolds & Prior, 2003). Med anledning av att bildterapi ofta innehåller verbala tolkningar eller diskussioner runt skapandet, kan uttryck och bearbetning av känslor även uppmuntras och växa fram ur de verbala elementen, samt av gruppens dynamik och ömsesidiga förtroende. Det kan därför vara svårt att skilja på den känslobearbetning som kommer direkt från den skapande processen och den som delvis kommer av den interpersonella kontakten.

I den kvalitativa studien av Deane et al (2000) uppgav studiedeltagarna att de genom bildterapi blivit mer benägna att komma i kontakt med sina egna känslor och uttrycka dem. Bildterapi med dess skapande och terapeutiska element betraktades som ett medel för att uttrycka känslor. Bildterapi beskrevs av en studiedeltagare som:

”fritt utbyte av känslor vilket oftast är omöjligt att uttrycka i det vardagliga livet” (a a, s 149, författarnas översättning).

Deltagarna fick tidigt i programmet formulera personliga mål för sitt bildterapeutiska arbete som senare utvecklades och förändrades under arbetets gång då deltagarna bättre förstod värdet av att genom konsten uttrycka känslor.

”Jag trodde att det bara var en konstnärlig angelägenhet, du vet. Och sen fick vi handskas med mer personliga företeelser vilket /.../ det var ganska bra för /.../ jag behövde ta reda på en massa saker som pågick inom mig” (a a, s 149, författarnas översättning).

Predeger (1996) belyste i sin kvalitativa studie att samtliga studiedeltagare upplevde ett överväldigande behov av att uttrycka sig. Genom det konstnärliga arbetet kunde de uttrycka känslor på ett påtagligt sätt och kände sig därefter befriade från bördan av outtryckta känslor (a a).

”Första gången jag diagnostiserades med cancer/.../ det blev en väckarklocka, jag behövde komma i gång med saker och ting. Jag visste att jag behövde uttrycka mig” (a a, s 52-53, författarnas översättning).

Uttryck och bearbetning av känslor genom bildterapi eller bildskapande var även ett av huvudfynden i den fenomenologiska studien av Collie et al (2006). Majoriteten av studiedeltagarna upplevde att bildskapande och bildterapi hjälpt dem att bearbeta känslor och frigöra sig från känslomässig smärta (a a).

Bildterapi *”visar dig exakt vad du känner”* (a a, s 766, författarna översättning).

Ett flertal av studiens deltagare hade upplevt intensiva känslor av sorg och förlust samt ett överskott av negativa känslor (a a).

”Slutresultatet är kanske inte alltid det man ville ha eller önskade, men det berättar olika saker om det som pågår inuti en. /.../ Jag tycker att det är ett bra sätt att komma i kontakt med sina känslor. /.../ Jag tror, att uttrycka dem, och släppa ut dem, och lära känna vad de är för några, och tillåta sig själv att gå igenom alla faser, du vet, chock och fasa, och sorg /.../ jag menar, man behöver något sätt att hantera det, därför att det bara är för mycket känslor – rädsla och vrede, och allt som kommer upp” (a a, s 767-768 författarnas översättning).

Ett antal av studiens deltagare ansåg att det var den fysiska aspekten av bildskapandet, de fysiska rörelserna, som var det mest väsentliga, som tillät dem att arbeta sig igenom och göra sig fri från negativa känslor (a a). Detta perspektiv var unikt för denna studie.

I en pilotstudie av Gabriel et al (2001) studerades isolerade benmärgs-transplanterade patienter och deras upplevelser av individuell bildterapi. Varje studiedeltagare tolkade sina bilder tillsammans med bildterapeuten. Efter insamling och bearbetningar av samtliga bilder och tolkningar kunde artikel-författarna urskilja tre bildkategorier, en av dem var *”Bilder av ett plågat sinnestillstånd”* (a a, s 117, författarnas översättning). Studiedeltagarna hade med hjälp av bildterapeuterna tolkat bilder tillhörande detta tema som uttryck för mycket smärtsamma och plågsamma känslor som var svåra att kommunicera till närstående individer. Känslor såsom vrede, splittring, förargelse, misslyckande, förbittring samt känslan av att inte vara älskad var frekvent förekommande bland

studiens deltagare. En studiedeltagare som kände sig oälskad av sin familj, kommenterade en av sina bilder:

”Detta är mitt hjärta, blödande i mörker och vrede: jag känner mig övergiven av min familj” (a a, s 119, författarnas översättning).

”Glaset är krossat; däckerna och hjulen har lossnat från fordonet; jag är fåret som har lämnats kvar” (a a, s 119, författarnas översättning).

Patienterna upplevde att bildskapandet, tolkningarna och de fria associationerna kopplade till bilderna tillät dem att uttrycka, för att sedan släppa, känslor av sorg, förnedring, vrede och förlust (a a).

Enligt Reynolds & Prior (2003) upplevde ett flertal av studiedeltagarna att det skapande arbetet var ett medel genom vilket de kunde uttrycka komplexa känslor (a a).

”Nu, när jag tittar tillbaka, ser jag att jag gjorde väldigt ruskiga, skämmande teckningar /.../ jag antar att det speglar hur jag mådde /.../ (a a, s 788, författarnas översättning).

Reducerade psykologiska och fysiska symtom

Två av de inkluderade kvantitativa studierna visade att bildterapi och bildskapande kan reducera en rad olika symtom hos patienter med cancersjukdom (Nainis et al, 2006), (Monti et al, 2006).

I en kvantitativ kvasi-experimentell forskningsstudie (Nainis et al, 2006) undersöktes konsekvenserna av att ge patienter med cancer en timmes bildterapi. Bildterapiens effekt på cancerrelaterade besvär och emotioner mättes med hjälp av ESAS (Edmonton Symptom Assessment Scale) och STAI-S (Spielberger State-Trait Anxiety Index). ESAS är en numerisk skala med 10 komponenter utvecklad för symtomskattning i samband med palliativ vård. Respondenten skattar allvarlighetsgraden från 0-10 för varje symtom: smärta, trötthet, illamående, depression, ångest/oro, dåsighet, aptitlöshet, välbefinnande samt andfåddhet. Summan av dessa nio symtom utgör The Global ESAS Distress Score. STAI-S är ett instrument för att mäta ångest/oro hos vuxna individer. I den aktuella studien användes instrumentet för att mäta deltagarnas psykologiska tillstånd före och efter interventionen. Poängtalet ökar vid psykisk stress och minskar vid avslappning. Deltagarna fick efter bildterapi även svara på tre öppna frågor för att få klarhet i deras upplevelser av terapi. Informanterna tillfrågades om de skulle vilja delta i bildterapi igen, hur bildterapi påverkade deras välbefinnande samt om de kände sig bekväma i skapandet av konst.

Efter en timmes bildterapi uppvisade studiens deltagare signifikant reduktion av nio av tio symtom på ESAS-skalan. De symtom som förändrades var: smärta, trötthet, depression, ångest/oro, dåsighet, aptit, välbefinnande, andfåddhet. Även ESAS Global Distress Score, det vill säga summan av de nio olika symtomen, uppvisade signifikant förändring. Det enda symtom som inte påverkades positivt av bildterapi var illamående. Även mätinstrumentet STAI-S uppvisade signifikant förändring beträffande de flesta emotionella tillstånden. De emotioner som påverkades var: lugn, trygghet, spänning, upprördhet, känsla av orättvisa, skakighet, vila, ångest, behag, osäkerhet, nervositet, spändhet, avslappning,

belåtenhet, glädje samt angenämhet. De symtom som inte påverkades positivt av bildterapi var känsla av att vara omskakad, ånger, känsla av lättsamhet samt oro (a a).

Monti et al (2006) undersökte i sin kvantitativa kontrollgruppsstudie huruvida en psykosocial bildterapeutisk gruppintervention, (Mindfulness-based Art Therapy/MBAT) kunde lindra stressrelaterade psykologiska symtom och öka hälsorelaterad livskvalitet hos cancerpatienter. Studiens intervention var en kombination av mindfulness-meditation och gruppbaserad bildterapeutisk aktivitet. Deltagarna randomiserades till en studiegrupp alternativt kontrollgrupp. För att mäta eventuell lindring av stressrelaterade psykologiska symtom användes mätinstrumentet The Symptoms Checklist Revised (SCL-90-R) direkt före och efter MBAT-interventionen. SCL-90 är en checklista där deltagaren skattar svårighetsgraden beträffande nio olika symtom: somatisering, tvångssyndrom, överkänslighet i personliga relationer, depression, ångest, fiendlighet, fobier, paranoida föreställningar samt psykotiska drag. Undersökningen visade statistiskt signifikant reduktion av följande stressrelaterade psykologiska symtom: ångest, fiendlighet, överkänslighet i personliga relationer samt depression. Hälsorelaterad livskvalitet skattades med hjälp av ytterligare ett mätinstrument, The Medical Outcomes Study Short-Form Health Survey (SF-36) direkt före och efter interventionen. Detta frågeformulär avser att skatta deltagarnas upplevelser och uppfattning av 8 hälsorelaterade företeelser, varav en berör upplevelsen av mental hälsa och innefattar ångest, depression och allmänt välbefinnande. Resultatet av denna mätning visade statistiskt signifikant reduktion av ångest och depression samt ökat allmänt välbefinnande (a a).

Utvecklande av sociala relationer

Denna kategori inbegriper tre olika sociala företeelser eller dimensioner. Ett flertal av de olika studiernas deltagare uppgav att de genom bildskapande eller bildterapi fått förbättrade relationer till personer sin omgivning (Öster et al, 2006), (Deane et al, 2000), (Monti et al, 2006). Andra deltagare framhöll att de utvecklat helt nya sociala relationer (Predeger, 1996), (Reynolds & Prior, 2003). Detta var en effekt av både den skapande verksamheten i sig samt den gemenskap som utvecklades då bildterapi bedrevs i grupp. Några studier presenterade som effekt av konstnärligt arbete upplevelsen av att inte längre känna sig ensam i sin situation (Deane et al, 2000), (Predeger, 1996).

I en kvantitativ randomiserad kontrollgruppsstudie av Öster et al (2006) studerades effekten av bildterapi bland kvinnor med bröstcancer. Studien visade att fem sessioner av individuell bildterapi resulterade i signifikant ökade copingresurser, vilket mättes med Coping Resources Inventory (CRI). CRI är ett instrument som identifierar resurser som individer använder för att klara av stress av olika slag. Instrumentet omfattar 60 påståenden uppdelade på fem olika domäner: kognitiv, social, emotionell, spirituellt/filosofisk samt kroppslig. I samband med varje påstående anger informanten hur ofta den har upplevt viss företeelse under de senaste 6 månaderna. Det totala antalet CRI är en summering av poängen från de fem olika domänerna. Högt antal poäng innebär högre copingresurser hos individen. Informanterna tog del av frågeformulär och intervju före strålbehandlingens start samt två respektive 6 månader efteråt. Den mest framträdande förbättringen av copingresurser uppkom beträffande den sociala domänen på CRI-skalan, vilket definieras som i vilken utsträckning individer är involverade i sociala nätverk som kan skänka stöd vid stressfulla skeden i livet.

Således upplevde studiegruppens deltagare i kontrast till kontrollgruppen att sociala nätverk och relationer till andra genom bildterapi avsevärt förbättrats (a a).

Deane et al (2000) belyste i sin studie deltagarnas upplevelse av ett bildterapi-program. Studiedeltagarna uppgav att bildterapi och konstundervisningen lett till personlig utveckling, vilket i sin tur gjort det lättare att kommunicera med närstående personer i sin omgivning. Ett flertal deltagare uppgav att de kände ett gemensamt band som utvecklats genom ömsesidig förståelse och empati. Studiens deltagare upplevde att det var värdefullt att se personer som inte låtit sjukdomen bryta ner dem (a a).

”Jag hade möjlighet att skapa några fantastiska kontakter med andra som gått igenom eller fortfarande kämpande med cancerrelaterade problem, medicinska såväl som emotionella” (a a, s 150 författarnas översättning).

Reynolds & Prior (2003) belyste i sin kvalitativa studie att individer med cancer och andra kroniska sjukdomar hanterar sin situation mycket bättre om de har ett bra socialt stöd. I studien uppgav flertalet deltagare att de hade träffat nya människor och knutit nya kontakter genom involvering i kreativa aktiviteter. En deltagare som anmält sig till en konstkurs efter att ha tvingats gå i pension av medicinska skäl uttryckte sin glädje över det utvidgade sociala nätverket:

”/.../ jag har träffat nya människor / .../ det känns som om jag har kommit hem på något sätt. Jag kan prata om saker som jag vill prata om.” (a a, s 791, författarnas översättning).

Predeger (1996) betraktar utvecklingen och upprätthållandet av känslomässiga band inom gruppen som studiens viktigaste resultat. Studiedeltagarna beskrev hur de skapade känslomässiga band med varandra och upptäckte att de inte längre var ensamma i sin önskan att finna mening i upplevelsen av sjukdomen (a a).

”Jag har idag med mig olika sorters systrar, olika bakgrund, olika nationaliteter, religiösa bakgrunder, osv. Vi binds samman av en sak /.../ bröstcancer. Vi kämpar oss tillbaka till ett rikare, hälsosammare liv” (a a, s 55, författarnas översättning).

Monti et al (2006) undersökte i sin kvantitativa kontrollgruppsstudie huruvida en Mindfulness-Based Art Therapy (MBAT) intervention kunde bidra till ökad hälsorelaterad livskvalitet hos cancerpatienter. Bland de hälsorelaterade företeelserna som skattades med hjälp av The Medical Outcomes Study Short-Form Health Survey (SF-36) ingick social förmåga eller kompetens, där en statistiskt signifikant förbättring kunde konstateras (a a).

Utvecklande av inre styrka och autonomi

Denna kategori omfattar en rad olika upplevelser av bildterapi och/eller bildskapande som alla bidrar till en ökad inre styrka och autonomi. Denna kategori inbegriper förbättrade copingresurser (Öster et al, 2006), (Deane et al, 2000), upplevelse av personlig utveckling (Kennett, 2000), (Deane et al, 2000) Reynolds & Prior, 2003), (Predeger, 1996), känsla av mening (Kennett, 2000), (Collie et al, 2006), stärkande av identitet (Collie, 2006), (Reynolds & Prior, 2003), (Reynolds & Prior, 2006), (Deane et al, 2000) samt en känsla av kontroll

över sitt liv (Predeger, 1996), (Nainis et al, 2006), (Reynolds & Prior, 2003), (Reynolds & Prior, 2006), (Deane et al, 2000).

Ökade copingresurser

Två vetenskapliga studier visade att bildterapi som bedrivs individuellt respektive i grupp, kan resultera i förbättrade copingresurser (Öster et al, 2006), (Deane et al, 2000). Lazarus & Folkman (1984) definierar coping som realistiska och flexibla tankar och gärningar som bidrar till att lösa problem och därigenom reducera stress av olika slag.

I den kvantitativa randomiserade studien av Öster et al (2006) undersöktes effekten av bildterapi bland kvinnor med bröstcancer. Fem sessioner av individuell bildterapi ledde till signifikant ökade copingresurser hos deltagarna i studiegruppen. Förändringar i copingresurser mättes med hjälp av Coping Resources Inventory (CRI). Artikelns resultat visade att kvinnorna som deltagit i bildterapisessionerna överlag hade högre CRI-resultat jämfört med kvinnorna i kontrollgruppen. Deltagarna i studiegruppen hade signifikant (p -värdet = $< 0,05$) ökat sina copingresurser vid andra intervjutillfället beträffande den sociala domänen, det vill säga förbättrat socialt nätverk och relationer till andra. Det totala poängantalet CRI var signifikant högre för studiegruppen jämfört med kontrollgruppen vid det andra tillfället, vilket innebär att kvinnorna som tagit del av bildterapi överlag hade högre copingresurser i förhållande till kontrollgruppen beträffande alla fem domäner (a a).

En annan vetenskaplig studie som i sitt resultat visade ökade copingresurser och förbättrade copingstrategier var Deane et al (2000). Studiedeltagarna betraktade bildterapi som ett instrument för att lära sig nya copingstrategier och uttrycka känslor. Deltagarna uppgav att bildterapi hjälpte till att få förståelse för svåra känslor och kunskap om hur man kan klara av och hantera fysiska och psykologiska aspekter av cancerupplevelsen. Bildterapiprogrammet hjälpte deltagarna att bena upp och arbeta sig igenom en del av deras personliga problem.

”Jag upptäckte genom kreativitet och dialog ett bättre sätt att klara av och förstå” (min situation) (a a, s 149, författarnas översättning).

Personlig utveckling

Några artiklar presenterar i sitt resultat personlig utveckling i någon av följande former: självförverkligande, bredare perspektiv, förvärvande av nya kunskaper, nya aktiviteter och framtida planer (Kennett, 2000), (Deane et al, 2000) (Reynolds & Prior, 2003), (Predeger, 1996).

I en fenomenologisk studie av Kennett (2000) studerades deltagarnas upplevelse av att delta i ett bildkonstprojekt knuten till en hospiceverksamhet, vilket resulterade i en konstutställning. Studiedeltagarna var terminalt sjuka patienter i åldrarna 23-80 år som under projektets gång tillsammans skapat väggmålningar. Deltagarna uppgav att det kollektiva bildskapandet och bildterapi gett upphov till nya kunskaper och en känsla av prestation (a a).

En annan artikel som visade på bildterapis egenskap att förmedla personlig utveckling är den kvalitativa studien av Deane et al (2000). Studiedeltagarna upplevde att bildterapiprogrammet ledde till personlig tillväxt, utveckling samt självförverkligande. Bildterapi och de verbala samtalen under sessionerna, gav

upphov till en klarare förståelse av personliga problem. Detta ledde till att ett flertal deltagare blev uppmuntrade till att försöka vända problem till utmaningar (a a).

Studiedeltagarna i den kvalitativa studien av Reynolds & Priors (2003) uppgav att fördjupandet i det konstnärliga skapandet vidgade deras vyer och ledde till att de började ägna sig åt nya aktiviteter, startade upp olika projekt och formulerade kort- och långsiktiga mål. Dessa aktiviteter och mål hjälpte deltagarna att fokusera på det positiva snarare än det negativa i livet, och ledde till positiv tillväxt (a a).

” /.../ Jag har egentligen inte tid att göra alla de underbara saker jag planerat, allt jag startat upp, alla projekt, alla böcker, alla saker på min lista. Jag har gjort mitt liv mycket njutbart /.../” (a a, s 792, författarnas översättning).

Enligt Predeger (1996) upplevde studiedeltagarna en önskan att vidga sina vyer och hitta nya projekt och mål i sina liv. Studiens deltagare blev mer proaktiva och framtidsinriktade, ett flertal började exempelvis engagera sig politiskt eller kulturellt.

Känsla av mening

Två studier belyste hur bildterapi och bildskapande kunde bidra till en känsla av mening i tillvaron (Kennett, 2000), (Collie et al, 2006).

Deltagarna i den kvalitativa studien av Kennett (2000) upplevde att kollektiv bildterapi gav upphov till en känsla av mening och ett incitament för att nå mål. Deltagarna var terminalt sjuka och tillhörde en hospiceverkssamhet som anordnat ett konstprojekt som slutligen ledde till en utställning. Ett flertal av deltagarna uppgav att det kreativa arbetet bidrog till en känsla av mening (a a).

”Jag tror inte att jag skulle ha stigit upp om jag inte varit tvungen att komma hit /.../ det ger en anledning att leva” (a a, s 422, författarnas översättning).

” /.../ det var något att se fram emot, och det gav utan tvivel mening till livet” (a a, s 422, författarnas översättning).

Collie et al (2006) studerade hur kvinnor med bröstcancer använde sig av bildterapi och eget bildskapande för att ta itu med sina psykosociala behov, med särskild fokus på meningsskapande. Mening kan enligt författarna innebära en känsla av att leva ett liv där man själv spelar huvudrollen i en sammanhängande berättelse, där jaget betraktas som värdefullt, unikt och bestående. Mening kan emellertid även innebära en känsla av att livet i sig är meningsfullt och att man har mål och något att leva för. De fyra teman som studien resulterade i: bildterapi/bildskapande som tillflyktsort, att få distans och en klarare syn, att uttrycka och bearbeta känslor samt stärkande av självkänslan, betraktas av forskarna som olika aspekter av, och vägar till, en känsla av mening (a a).

Stärkande av identitet

Ett flertal av de bearbetade artiklarna visade att upplevelsen av ökad självkänsla eller stärkt identitet var en av effekterna av bildterapi eller bildskapande (Collie et al, 2006), (Reynolds & Prior, 2006), (Reynolds & Prior, 2003), (Deane et al, 2000). Denna subkategori inbegriper både social och personlig identitet.

Samtliga 16 kvinnor i den kvalitativa studien av Collie et al (2006) uppgav att bildterapi och bildskapande hade hjälpt dem att bygga upp, utveckla och återuppliva ett jag som hade förminskats eller skadats av cancersjukdomen. Ett flertal av studiedeltagarna upplevde att de hade förlorat sin ursprungliga identitet och reducerats till enbart "cancerpatient". En av studiedeltagarna konstaterade att utan sina konstnärliga aktiviteter skulle hon inte varit något annat än "denna jävla cancer" (a a, s 768, författarnas översättning).

Reynolds & Prior (2003) visade i sin studie att flertalet studiedeltagare upplevt en känsla av återvunnen självkänsla genom skapandet av textilkonst. De kände sig stolta över sina skapade produkter och nöjda med den positiva feedback de fick av andra. Vid socialt umgänge kunde fokus flyttas från sjukdomen till det konstnärliga arbetet. Kvinnorna lyckades, genom det skapande arbetet, återfå en förlorad känsla av myndighet, medverkan och duglighet (a a).

"Det är en hemsk känsla, att man inte kan prestera någonting. Uppenbarligen kan jag inte arbeta just nu men jag kan göra sådana här saker (handgjorda kuddfodral och överkast) /... / saker bara för mig själv. Det känns mycket viktigt, tror jag, för att jag bara gör det för mig själv, jag gör inte det för någon annan, och det är väldigt viktigt för mig att göra bra saker för mig själv, du vet, för att hålla upp min självkänsla, för att behandla mig själv väl. Så, om jag gör någonting som gör min omgivning vacker är det jätte, jätteviktigt för mig. /.../ " (a a, s 791, författarnas översättning).

Även studiedeltagarna i den vetenskapliga artikeln av Reynolds & Prior (2006) upplevde att bildskapande och annan konstnärlig aktivitet hjälpte till att stärka identitetskänslan. Samtliga deltagare kämpade aktivt emot att identifieras med sin cancersjukdom. Bildskapandet hjälpte dem att se på sig själv som en aktiv och presterande människa. Det konstnärliga arbetet stärkte enligt deltagarna både social och personlig identitet. Det aktiva konstnärliga arbetet medverkade till att bibehålla en positiv självbild (a a).

Deane et al (2000) visade i sin kvalitativa studie att bildterapiprogrammet hade positiva effekter på deltagarnas syn på sig själva. Studiedeltagarna upplevde att de genom bildterapi återfått sitt självförtroende (a a).

"Jag nådde en ökad medvetenhet, en del omedvetna känslor och problem kom upp till ytan /.../ genom att komma i kontakt med vissa saker kom fler positiva aspekter av mig själv fram" (a a, s 149 författarnas översättning).

Studiedeltagarna i ett bildterapeutiskt projekt som genomfördes i ett hospice i London (Kennett, 2000) uttryckte stolthet och glädje över de konstnärliga arbeten de producerat. Upplevelsen av prestation och av att ha förvärvat nya kunskaper och färdigheter bidrog till en ökad självaktning (a a).

Känsla av kontroll

Ett stort antal deltagare i olika studier uppgav att bildterapi eller bildskapandet gett upphov till en känsla av kontroll över sitt liv (Predeger, 1996), (Nainis et al, 2006), (Reynolds & Prior, 2003), (Reynolds & Prior, 2006), (Deane et al, 2000).

Känslan av att genom det skapande arbetet återvinna kontrollen över sin livssituation var ett av huvudfynden som Predeger (1996) och hennes medforskare

(studiedeltagarna) kom fram till. Känslan av kontroll kunde enligt dem återvinnas genom att först tillåta sig att förlora kontrollen, genom att våga öppna sig för de andra i gruppen, och dela med sig av personliga känslor både verbalt och genom bilder (a a).

Som svar på en av de tre öppna frågorna som ställdes i den kvantitativa studien av Nainis et al (2006) efter avslutad bildterapeutisk intervention, svarade ett flertal av deltagarna att bildterapi och det konstnärliga skapandet hjälpte dem att återfå en känsla av kontroll över sin livssituation (a a).

Reynolds & Prior (2003) betonade att sjukdom ofta upplevs som ett berövande av kontroll och valfrihet. Studiedeltagarna upplevde med hjälp av bildskapandet en ökad valfrihet och kontroll. De fann tröst och glädje i att själv kontrollera de produkter som skapades, likaså i självvalda kreativa aktiviteter såsom kurser och utställningar (a a).

I en senare studie av samma författare (Reynolds & Prior, 2006) uppgav samtliga studiedeltagare att det konstnärliga skapandet ökade deras känsla av valfrihet och kontroll (a a).

Deane et al (2000) presenterade i sin kvalitativa studie ett liknande resonemang. Studiedeltagarna upplevde att bildterapiprogrammet hjälpte dem att återvinna en känsla av kontroll över sin situation. Deltagarna uppgav att bildterapisessionerna hjälpte dem att återvinna disciplin i sina liv, för att fortsätta och förbli fokuserade (a a).

Resultatsammanfattning

Bildterapi och bildskapande kan på flera sätt hjälpa cancerpatienter till ett ökat välbefinnande. Den skapande verksamheten kan flytta fokus från sjukdomen till något annat och har således en distraherande effekt. Bildterapi eller bildskapande kan också upplevas som en fristad. En annan effekt av bildterapi eller bildskapande är uttryck av känslor som kan upplevas som en frigörelse från känslomässig börda. Vidare effekter av kreativt arbete är reducerande av fysiska och psykologiska symtom, liksom utvecklande av relationer till andra. På olika sätt kan skapande verksamhet bidra till en utveckling av inre styrka och autonomi, detta genom ökade copingresurser, personlig utveckling, känsla av mening, stärkande av identitet samt en känsla av kontroll.

DISKUSSION

Litteraturstudiens diskussion kommer inledas med ett resonemang kring arbetets metod, vilka problem som uppstått samt vad som eventuellt kunnat göras på annat sätt. Vidare kommer positiva och negativa aspekter av de inkluderade artiklarna diskuteras under rubriken artikeldiskussion. Slutligen kommer arbetets resultat diskuteras i förhållande till bakgrund i kombination med egna tankar och slutsatser.

Metoddiskussion

Valet att göra en litteraturstudie baserades på en önskan om att få en övergripande bild av forskningssituationen samt i vilken utsträckning bildterapi och

bildskapande används bland cancerpatienter. Likaså för att få kunskap om olika tillvägagångssätt inom ramen för bildterapi samt vilka effekter som påvisats.

Litteraturstudiens arbete har präglats av svårigheter att finna vetenskapliga artiklar adekvata i förhållande till arbetets frågeställning. Under arbetets gång konstaterades att det finns mycket begränsad forskning kring bildterapi och somatiska sjukdomar såsom cancer. Gabriel et al (2000) uttryckte att det utförts ytterst få vetenskapliga studier som rör cancer och bildterapi. Med anledning av svårigheterna att finna adekvata vetenskapliga artiklar söktes på en mängd olika sökord och sökordskombinationer på två olika medicinska sökmotorer (PubMed och Cinahl/Ebsco). Vid litteratursökning i de olika databaserna återkom samma artiklar, vilket tyder på mättnad beträffande datainsamlingen. Några artiklar tillhandahölls genom Samsök, fjärrlån samt tryckt utgåva. Eventuellt skulle ytterligare medicinska databaser kunnat användas såsom Cochrane Library.

De inkluderade artiklarna lästes och granskades av båda författarna oberoende av den andra, vilket ökar arbetets trovärdighet genom en form av triangulering. Svårigheter att finna artiklar med hög kvalitet var ett problem som tillstötte. Granskningen av artiklar gjordes med hjälp av protokoll för kvalitetsbedömning av kvalitativa respektive kvantitativa studier av Willman et al (2006). Vissa svårigheter med att sätta betyg på artiklarna uppstod emellertid då granskningsprotokollet inte ger entydig vägledning i detta avseende. Med anledning av detta hade det eventuellt varit bättre att ha använt sig av en annan granskningsmall exempelvis checklistan av Forsberg & Wengström (2003) med klarare vägledning vid bedömning av kvalitet.

Bearbetningen av studiernas resultat gjordes genom att författarna tillsammans grupperade ihop huvudfynden från olika artiklar till gemensamma kategorier och subkategorier. Kategorier reducerades stegvis från 18 till det slutliga antalet fem. Arbetets författare var eniga om grupperingen och formulerade tillsammans nya beteckningar på kategorier och subkategorier, som bättre fångade resultatens kärna.

Under arbetet var författarna villiga att applicera ett genusperspektiv på litteraturstudien. Detta blev emellertid omöjligt med anledning av att det fanns för lite fakta av detta slag i de inkluderade artiklarna. Samma företeelse förklarar varför det inte finns något resonemang kring etnicitet.

Artikeldiskussion

De studierna som inkluderades var både av kvalitativ och kvantitativ art och kommer från olika delar av världen, vilket kan betraktas som en styrka. De har en mängd olika fokus men i många avseenden stora likheter beträffande resultat. Två av artiklarna har inkluderat deltagare med andra sjukdomar än cancer, vilket inte är idealt ur arbetets synvinkel. Med anledning av det mycket begränsade utbudet beträffande vetenskapliga artiklar rörande detta område, behölls emellertid dessa två artiklar efter noggranna överväganden. Studiedeltagarna i de två nämnda studierna, Reynolds & Prior (2003) och Kennett (2000) som inte hade cancersjukdom hade andra kroniska sjukdomar såsom multipel skleros, artrit, post-poliosyndrom, kronisk trötthetssyndrom, svåra kroniska luftvägssjukdomar samt neuromotorisk sjukdom. Det är emellertid tänkbart att dessa patientgrupper reagerar eller upplever sjukdom på liknande sätt som patienter med cancer.

Därmed är det möjligt att det faktum att ett fåtal andra patienter är inkluderade inte påverkar arbetets resultat i någon större utsträckning.

Nedan följer diskussion kring några av de inkluderade artiklarna med lägre kvalitet.

Studien av Deane et al (2000) hade en mängd mycket intressanta resultat men dessa var ot tydligt presenterade och svårövergripliga, vilket är anledningen till att artikeln bedömdes ha medelhög kvalitet.

Den kvalitativa studien av Kennett (2000) som undersökte effekten av ett bildterapiprojekt knuten till en hospiceverksamhet för terminalt sjuka patienter bedömdes vara av låg kvalitet. Enligt vår åsikt var resultatet ot tydligt beskrivet, av tio presenterade teman redogjordes bara för ett fåtal i detalj. I studiens diskussion omgrupperas teman till fyra huvudområden som enligt vår mening borde ha gjorts i resultatdelen. En annan svaghet med studien var det faktum att artikelförfattaren som utförde alla intervjuer med studiedeltagarna var föreståndare för verksamheten. Detta togs upp i studiens diskussion samt åtgärder för att minimera bias. Artikeln hade emellertid ett flertal styrkor. Studien är ensam om att studera bildterapiens effekt hos terminalt sjuka patienter som vårdas palliativt. Studien hade också ett antal mycket belysande citat, som ökade trovärdigheten. Av de tio terminalt sjuka studiedeltagarna hade åtta cancer och två någon form av neuromotorisk sjukdom.

Den kvantitativa studien av Nainis et al (2006) bedömdes vara av medelhög kvalitet. Detta med anledning av att etiskt resonemang saknades samt det faktum att interventionen bestod av enbart en timmes individuell bildterapi. Cancerrelaterade symtom, både fysiska och känslomässiga, mättes före respektive efter interventionen. Enligt vår uppfattning var interventionen inte tillräcklig för att uppfylla studiens syfte. Det kan ifrågasättas huruvida effekterna var specifika för just bildterapi, eller om liknande resultat skulle ha uppnåtts med hjälp av en annan intervention med distraherande och uppmuntrande verkan såsom musik- eller dansterapi.

Den kvalitativa studien av Predeger (1996) är en av de första vetenskapliga artiklarna som behandlar detta område och som ofta refereras till i andra studier. Artikeln har emellertid en mängd brister vilket resulterade i att kvaliteten bedömdes som låg. En av studiens huvudsakliga frågeställningar besvarades enligt vår mening inte av resultatet. Studiens syfte var att undersöka effekten av bildterapi bland kvinnor med bröstcancer och huruvida det har en helande effekt. Urvalet var inte relevant i förhållande till syftet; eftersom deltagarna redan från början var aktiva i stöd-grupper för kvinnor med bröstcancer var det enligt vår åsikt inget representativt urval för kvinnor med bröstcancer. Studien presenterade emellertid en mängd intressanta resultat. Den gruppdynamiska dimensionen av bildterapi och dess positiva effekter framställdes mycket övertygande i studien. Likaså var den säregna metoden där studiedeltagarna tillsammans med forskarna analyserade studiens resultat intressant och unik.

Den kvalitativa artikeln av Reynolds & Prior (2003) bedömdes ha hög kvalitet. Det enda negativa med studien var att studiedeltagarna hade andra sjukdomar än cancer. Studiedeltagarna hade förutom cancer andra sjukdomar såsom multipel

skleros artrit, post-poliosyndrom, kronisk trötthetssyndrom samt svåra kroniska luftvägssjukdomar.

Den senare artikeln av samma författare, Reynolds & Prior (2006) bedömdes ha medelhög kvalitet med anledning av att studien hade ett litet urval och för att resultaten inte var presenterade på ett tydligt vis. En av studiens styrkor var de djupa intervjuerna med deltagarna som var mycket väl skildrade i artikeln.

Resultatdiskussion

Nedan kommer litteraturstudiens mest framträdande och intressanta resultat att diskuteras i förhållande till arbetets bakgrund och syfte. Litteraturstudiens syfte var att undersöka den komplementära behandlingsformen bildterapi och självständigt bildskapande, och dess effekt vid vård av vuxna patienter med cancer. Genom bearbetning av artiklar har ett flertal viktiga aspekter av patienters upplevelser av bildterapi eller bildskapande framkommit, varav flertalet även berördes eller presenterades i bakgrunden.

En aspekt av patienternas upplevelser av bildterapi eller bildskapande som inte berördes i bakgrunden men som av författarna bedömdes betydelsefull, var möjligheten att genom kreativt arbete flytta fokus från sjukdomen till något annat (Deane et al, 2000), (Reynolds & Prior, 2003), (Reynolds & Prior, 2006), (Nainis et al, 2006).

En annan effekt av skapande verksamhet som inte berördes i arbetets bakgrund eller i den litteratur som låg till grund för denna, var det kreativa arbetets effekt beträffande relationer till andra. Detta är enligt författarna det mest oväntade resultatet och bedöms vara en av de mest betydelsefulla, med påfallande mycket stöd från många studier. Beträffande de interventioner där bildterapi utfördes i grupp, utvecklades nya sociala relationer inom gruppen. Deltagarna utbytte känslor och tankar kring både de skapade bilderna och cancerupplevelsen samt gav stöd åt varandra, med tiden utvecklades vänskapliga relationer. Även då bildterapi utfördes individuellt eller bildskapande utfördes på egen hand förbättrades befintliga relationer (Deane et al, 2000), (Monti et al, 2006) och nya sociala relationer utvecklades (Reynolds & Prior, 2003), (Predeger, 1996), (Öster et al, 2006).

Sjuksköterskans ansvar beträffande patientens sociala behov framgår tydligt av Kompetensbeskrivning för sjuksköterskor (2005). I sjuksköterskans ansvarsområde ingår att tillgodose patientens omvårdnadsbehov, både psykiska, fysiska kulturella och sociala. Av denna anledning är det av stor vikt att sjuksköterskor informerar patienter om komplementära behandlingsformer som kan bidra till ökat socialt välbefinnande.

Möjlighet att genom bildterapi eller bildskapande uttrycka känslor var ett av de mest påfallande och övertygande resultaten som framkom genom bearbetningen av artiklar. Deane et al (2000), Predeger (1996), Collie et al (2006), Gabriel et al (2001) samt Reynolds & Prior (2003) visade i sina studier att studiedeltagarna genom bildterapi och bildskapande fick hjälp att komma i kontakt med, bearbeta och uttrycka känslor. Det kreativa arbetet ledde enligt många deltagare till en känsla av befrielse från känslomässig börda (Predeger, 1996), (Collie et al, 2006). De effekter av kreativt arbete beträffande uttryck av känslor som de bearbetade studierna presenterar, överensstämmer i hög grad med den litteratur som arbetets

bakgrund baserats på. En av bildterapiens förgrundsgestalter, Edith Kramer, som under 1930-talet arbetade med traumatiserade flyktingbarn, visade att konstnärligt skapande hjälpte barnen att bearbeta traumatiska händelser och svåra känslor (Kramer, 1975). Margaret Naumberg framhöll att känslor som var svåra att verbalisera eller helt omedvetna lättare kunna komma till uttryck genom bilder (Waller & Gilroy, 1992). Enligt American Cancer Society (2007) lider många patienter med cancersjukdom av psykologiska symtom såsom ångest, rädsla och depression, av denna anledning behöver många patienter hjälp med att hantera sina känslor (a a).

Två av de bearbetade artiklarna visade övertygande hur bildterapi kunde reducera en mängd olika cancerrelaterade psykologiska och fysiska symtom. Enligt Nainis et al (2006) och Monti et al (2006) lindrades genom bildterapi psykologiska symtom såsom depression, ångest och oro. Även fysiska symtom såsom trötthet och smärta påverkades positivt (Nainis et al, 2006). Eftersom många patienter med cancersjukdom lider av ovannämnda symtom är det av stor vikt att de får hjälp med att hantera dessa. Litteraturen som ligger till grund för bakgrunden belyser denna problematik. Ericsson & Ericsson (2002) uppger att flera psykologiska symtom ofta uppstår i samband med cancersjukdom. Ångest och oro, sömnstörningar samt depressiva tillstånd är några symtom som drabbar många patienter med cancer. Cancerpatienter behöver av denna anledning tid och hjälp för att bearbeta det svåra beskedet (a a). Enligt The National Cancer Institute (2007) vänder sig många cancerpatienter till komplementära behandlingsformer för att minska oro och andra stressrelaterade symtom med anknytning till sjukdomen (a a). Av denna anledning finns information och vägledning till olika komplementära terapier på institutets hemsida. Även American Cancer Society (2007) uppger att en cancerdiagnos ofta ger upphov till psykiska symtom såsom ångest, rädsla och depression. Cancerpatienter är ofta oroliga för framtiden och därmed i behov av att få stöd och hjälp med att hantera sina känslor (a a). Enligt Alm (1999) kan bildterapi bidra till att lätta på spänningar som är relaterade till sjukdomen. Sjuksköterskan ska enligt Kompetensbeskrivning för legitimerade sjuksköterskor (2005) beakta patientens psykiska välbefinnande. Enligt Socialstyrelsens allmänna råd om omvårdnad (1993: 17) ska omvårdnaden av en patient innefatta åtgärder som syftar till att skapa en hälsofrämjande miljö, eliminera smärta och obehag samt ge stöd åt patienten i dess reaktion på sjukdom, funktionshinder och trauma (a a).

En central effekt av bildterapi eller bildskapande som i arbetet presenterats var utvecklande av inre styrka och autonomi. Detta resultat av kreativt arbete innefattar fem subkategorier som alla bidrar till utvecklande av inre styrka och autonomi: ökade copingresurser, personlig utveckling, känsla av mening, stärkande av identitet samt känsla av kontroll. Utvecklande av inre styrka genom konstnärligt arbete är en effekt som överensstämmer med de källor som bakgrunden baseras på. Edith Kramer hävdade att bildterapi kan bidra till att stödja jaget, skapa en starkare identitetskänsla och bygga upp en inre styrka. Enligt Lagercrantz (1998) kan jagkänslan stärkas genom uttryck och aktivt skapande av bilder på egen hand. American Cancer Society (2007a) uppger att många personer med cancer upplever ångest till följd av försämrad kontroll över det egna livet och på grund av kroppsliga förändringar. Som tidigare nämnts kan bildterapi bidra till en känsla av återvunnen kontroll över sin tillvaro (Predeger, 1996), (Nainis et al, 2006), (Reynolds & Prior, 2003), (Reynolds & Prior, 2006), (Deane et al, 2000). National Cancer Institute (2007) belyser cancerpatienters

behov av att känna att de till viss del själv styr över sin vård och sin situation (a a).

Enligt Hälso- och sjukvårdslagen (1982: 763) ska vården av en patient bygga på beaktande av patientens integritet och autonomi. Detta kan kopplas till bildterapiens verkan och effekter och vikten av att informera patienten om bildterapiens möjligheter och positiva effekter. Enligt lagen om yrkesverksamhet på hälso- och sjukvårdens område (1998: 531) ska vården så långt som möjligt genomföras i samråd med patienten. Den som bär ansvar för vården av en patient är skyldig att se till att patienten ges individuellt anpassad information om sitt hälsotillstånd samt de metoder och behandlingar som finns att tillgå. Patienten ska i de fall möjlighet finns själv få välja det behandlingsalternativ som denne föredrar (a a). Därmed ökas patientens känsla av delaktighet, autonomi och egenmakt. Enligt Kompetensbeskrivning för legitimerade sjuksköterskor (2005) ska sjuksköterskan sträva efter att ta vara på det friska hos patienten och genom dialog ge stöd och vägledning för att göra det möjligt för patienten att vara delaktig i sin vård och behandling (a a). Med anledning av detta resonemang är det viktigt att vårdpersonalen för patienten möjliggör valet att ta del av komplementära behandlingsformer såsom bildterapi. En annan aspekt av delaktighet i detta sammanhang är att bildterapi är en behandlingsform där patienten aktivt medverkar, därmed ökas känslan av delaktighet och kontroll. En annan av sjuksköterskans uppgifter är enligt Kompetensbeskrivning för legitimerade sjuksköterskor (2005) att identifiera och bedöma patientens resurser och förmåga till egenvård. Med hjälp av bildterapi och bildskapande kan patienten utveckla eller ta vara på sina inre resurser och utveckla inre styrka och autonomi.

Slutsats och implikationer för framtiden

Detta arbete har genom sammanställning och bearbetning av vetenskapliga artiklar visat på bildterapiens många positiva egenskaper och effekter. Enligt vår mening borde bildterapi och andra komplementära behandlingsformer användas i mycket större utsträckning inom den svenska hälso- och sjukvården och inte minst inom den somatiska vården. Detta med anledning av att vården av en patient enligt vår uppfattning ofta innehåller förhållandevis lite beaktande av den psykiska hälsan eller ohälsan. Eftersom psykisk och fysisk hälsa så starkt hör samman och påverkas av varandra är det av största vikt att båda dimensionerna uppmärksammas i vården av en patient.

Behandlingsformer som klassificeras som komplementära inkorporeras då och då i den konventionella hälso- och sjukvården (Eklöf & Kullberg, 2004). I Sverige har exempelvis akupunktur förändrats från att vara en komplementär metod till att användas i den konventionella vården av patienter, bland annat av barnmorskor (a a). Enligt Kompetensbeskrivning för legitimerade sjuksköterskor (2005) ska sjuksköterskan ägna sig åt kritisk reflektion över befintliga tillvägagångssätt inom vården, samt uppmuntra till diskussion om införande av ny kunskap. Litteratur och information skall bearbetas med avsikt att tillämpa nya kunskaper (a a). Enligt vår mening är en förutsättning för att Sveriges hälso- och sjukvård ska kunna utvecklas att det finnas en öppenhet för nyare eller komplementära terapier.

Det är idag allmänt känt och vedertaget att barn som vistas på sjukhus behöver stöd och hjälp för att bearbeta sina upplevelser och känslor, vilket sker genom lek och kreativt arbete (Föreningen Sveriges Lekterapeuter, 2007). Tillgång till lekterapi är numera en laglig rättighet för barn och ungdomar enligt Skollagen

(1997: 1212). Det finns stora likheter mellan lekterapi för barn och ungdomar och den komplementära behandlingsformen bildterapi. Det som enligt vår åsikt är oförståeligt är hur det kan förväntas av vuxna individer, det vill säga 18 år eller äldre, som lider av allvarlig sjukdom att klara sig helt utan stöd eller möjlighet att bearbeta sina upplevelser och känslor. Borde inte vuxna patienter inom den svenska hälso- och sjukvården ha rättighet till en terapi motsvarande barn- och ungdomars lekterapi?

Enligt Kompetensbeskrivning för legitimerade sjuksköterskor (2005) ska vården av en patient präglas av en helhetssyn och ett etiskt förhållningssätt. Således måste sjuksköterskan ta hänsyn till patientens psykiska och sociala hälsa i lika hög grad som den fysiska. Bildterapi är en behandlingsform som naturligtvis inte passar alla individer eller patienter, däremot är författarna övertygade om att det finns många patienter, både somatiskt och psykiskt sjuka, vars hälsa och välbefinnande skulle kunna påverkas på ett positivt sätt. Det finns emellertid även vissa risker förknippade med utövande av bildterapi. Starka känslor av olika slag kan genom det skapande arbetet komma upp till ytan, vilka kan vara svåra att hantera för både patient och bildterapeut. Det krävs således både hög kompetens och lyhördhet från bildterapeutens sida.

Bland dagens sjukvårdspersonal finns enligt vår uppfattning begränsat med kunskap om bildterapi och andra komplementära behandlingsformer. Under den treåriga sjuksköterskeutbildningen får studenter lära sig att de ska arbeta med patienten utifrån ett helhetsperspektiv. Trots detta ingår ingen undervisning om komplementära behandlingsformer och deras effekter. Enligt rapporten av Eklöf & Kullberg (2004) avser regeringen att förbättra dialogen mellan alternativmedicinen och skolmedicinen bland annat genom att hälso- och sjukvårdspersonal får bättre undervisning om komplementär- och alternativmedicin i sin grundutbildning (a a). Hur ska sjuksköterskor på ett korrekt sätt kunna erbjuda individuellt anpassad information om möjliga behandlingsformer, såsom lagen om verksamhet inom hälso- och sjukvård kräver, om inte kunskapen finns om komplementära metoder?

Detta forskningsområde är i högsta grad i behov av fortsatt utveckling. Nya vetenskapliga studier som berör patienter med cancer och deras upplevelser av bildterapi behöver utföras. Det vore av stort värde att studera vilken form av bildterapi som är mest effektiv, exempelvis om den utförs på individuell basis eller gruppvis eller som en kombination av båda. Likaså vore det värdefullt att få kunskap om vilken omfattning av bildterapi som är mest fördelaktig, det vill säga hur många sessioner som bör erbjudas för att få ut största möjliga effekt av terapin.

REFERENSER

Alm, A (1999) De konstnärliga terapiernas särart. I: Grönlund, E (Ed) *Konstnärliga terapier: Bild, dans och musik i den läkande processen*. Stockholm: Natur och Kultur, 31-50.

American Cancer Society (2007a) What can I do if I am anxious and fearful?

>http://www.cancer.org/docroot/PN/answers/faq_anxious.asp?filter=Newly+Diagnosed&filtertype=Situation&subfilter=Yourself&subfiltertype=Audience< 2007-12-13.

American Cancer Society (2007b) What should I know and do about depression? >http://www.cancer.org/docroot/PN/answers/faq_about_depression.asp?filter=Newly+Diagnosed&filtertype=Situation&subfilter=Yourself&subfiltertype=Audience< 2007-12-13.

Andersson, B (2000) *Den spröda tonen bortom glömskan: En bok om musikterapi och uttryckande konstterapi*. Linköping: LjungArt.

Andersson, R et al (2004) *Kirurgiska sjukdomar: patofysiologi, behandling, specifik omvårdnad*. Lund: Studentlitteratur.

Collie, J et al (2006) A Narrative View of Art Therapy and Art Making by Women with Breast Cancer. *Journal of Health Psychology*, 11, 5, 761-775.

Deane, K et al (2000) An innovative art program for cancer patients. *Canadian Oncology Nursing Journal*, 10, 4, 147-151.

Eklöf, M & Kullberg, A (2004) Komplementär medicin, forskning, utveckling, utbildning. En rapport på uppdrag av Landstingsförbundet. ><http://www.skl.se/artikel.asp?A=8725&C=4157>< 2007-12-13.

Ericsson, E & Ericsson, T (2002) *Medicinska sjukdomar*. Lund: Studentlitteratur.

Föreningen Sveriges Lekterapeuter (2007) Vad är lekterapi? ><http://www.sverigeslekterapeuter.se/lekterapi.htm>< 2007-12-11.

Gabriel, B et al (2001) Art Therapy with Adult Bone Marrow Transplant Patients in Isolation: A Pilot Study. *Psycho-Oncology*, 10, 114-123.

Hälso- och sjukvårdslagen, 982: 763

Kennett, C (2000) Participation in a creative arts project can foster hope in a hospice day centre. *Palliative Medicine*, 14, 419-425.

Kramer, E (1975) *Bildterapi med Barn*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.

Lagen om yrkesverksamhet på hälso- och sjukvårdens område, 1998: 531

Lagercrantz, A (1998) Bildterapi. I: Theorell, T (Ed) *När orden inte räcker*. Stockholm: Natur och kultur, s 94-97.

Lazarus, R.S & Folkman, S (1984) *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.

Kommittén för alternativ medicin (2007) Vad är KAM- målsättning och ändamål, Etiska regler. ><http://www.kam.se>< 2007-12-11.

- Monti, D et al (2006) A randomized, controlled trial of Mindfulness-based Art Therapy (MBAT) for Women with Cancer. *Psycho-Oncology*, 15, 363-373.
- Nainis, N et al (2006) Relieving Symptoms in Cancer: Innovative Use of Art Therapy. *Journal of Pain and Symptom Management*, 31, 2, 162-169.
- National Cancer Institute (2007) Reasons People with Cancer Choose CAM. ><http://www.cancer.gov/cancertopics/thinking-about-CAM/page2/print?page=&keyword=< 2007-12-13>.
- National Center for Complementary and Alternative Medicine, National Institutes of Health, Bethesda, Maryland, USA (2007) What is CAM? ><http://nccam.nih.gov/health/whatiscam/< 2007-12-13>.
- Predeger, E (1996) Womanspirit: a Journey into Healing Through Art in Breast Cancer. *Advances in Nursing Science*, 18 (3), 48-58.
- Polit, D & Beck, C (2006) *Essentials of Nursing Research: Methods, Appraisal and Utilization* (6:th edition). Philadelphia PA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Reynolds, F & Prior, S (2006) The role of art-making in identity maintenance: case studies of people living with cancer. *European Journal of Cancer Care*, 15, 333-341.
- Reynolds, F & Prior, S (2003) "A lifestyle coat-hanger": a phenomenological - study of the meanings of artwork for women coping with chronic illness and disability. *Disability and Rehabilitation*, 25(14), 785-794.
- Skollagen, 1997: 1212
- SOSFS 1993: 17, Allmänna råd om omvårdnad inom hälso- och sjukvårdens område.
- Socialstyrelsen (2005) Folkhälsorapport 2005, Artikelnr: 2005-111-2.
- Socialstyrelsen (2005) Kompetensbeskrivning för legitimerad sjuksköterska, Artikelnummer: 2005-105-1.
- Waller, D & Gilroy, A (1992) *Art Therapy: A Handbook*. Buckingham, UK, Open University Press.
- Willman, A et al (2006) *Evidensbaserad omvårdnad: en bro mellan forskning och klinisk verksamhet*. Lund: Studentlitteratur.
- Öster, I et al (2006) Art Therapy improves coping resources: A randomized, controlled study among women with breast cancer. *Palliative and Supportive Care*, 4, 57-64.

BILAGOR

Bilaga 1: Matris: artikelsammanfattning och kvalitetsbedömning

Bilaga 1: Matris: artikelsammanfattning och kvalitetsbedömning

Författare År Land	Titel	Syfte	Metod	Deltagare	Resultat	Studietyper Kvalitet
Collie, J et al 2006 UK	A Narrative view of Art Therapy and Art Making by Women with Breast Cancer	Att få en förståelse för hur kvinnor med bröstcancer använde sig av bildterapi och bildskapande för att fylla och ta itu med sina psykosociala behov, med särskild fokus på meningsskapande i livet.	Datainsamling: Ostrukturerade, djupa intervjuer, 1-2 timmar långa Dataanalys: Innehållsanalys	n=17 Kvinnor med bröstcancer som vänt sig till bildterapi eller bildskapande efter fastställd diagnos	Innehållsanalysen av berättelserna resulterade i fyra teman: bildskapande/bildterapi som tillflyktsort; att få en klarare syn; att bearbeta känslor och därmed lätta på känslomässigt tryck; att berika och återuppliva jaget.	Kvalitativ Hög
Deane, K et al 2000 Canada	An innovative art therapy program for cancer patients	Att beskriva den subjektiva upplevelsen hos cancerpatienter som deltagit i ett program innehållande bildterapi och utbildning på konstmuseum.	Datainsamling: intervju via telefon en vecka efter avslutat program, eller ifyllande av frågeformulär med öppna frågor samt likertskala. Deltagarna fick gruppvis ta del av utbildning i konsthistoria och konstvetenskap på konstgalleri eller museum samt skapa konst på egen hand. Studiedeltagarna diskuterade och analyserade tillsammans sina verk i samarbete med en bildterapeut.	n= 21 19 kvinnor och 2 män med olika former av cancer (bland annat bröstcancer, magsäckscancer, ovarialcancer och coloncancer). Mellan 30-70 år.	Studiedeltagarna upplevde att bildterapi gav: känsla av självförverkligande, distraktion från sjukdomen, lättare att komma i kontakt med sina egna känslor och uttrycka dem på ett positivt sätt, känsla av distans och klarare syn, personlig utveckling och tillväxt som gjorde det lättare att kommunicera med sin omgivning, upplevelse av att inte vara ensam i sin situation, nya copingresurser upptäcktes,	Kvalitativ Medel Resultat: något otydligt framställt

			Dataanalys: innehållsanalys		känsla av kontroll och ökad energi och förmåga till aktivering, upplevelse av renande effekt och helande process, uppmuntrande och motiverande.	
Gabriel, B et al 2001 USA	Art Therapy with Adult Bone Marrow Transplant Patients in Isolation: A Pilot Study	Att bedöma huruvida bildterapi är en bra metod för att motarbeta negativa psykologiska effekter hos isolerade benmärgstransplanterade patienter med cancersjukdom.	Datainsamling: ostrukturerad observation och intervju under pågående bildterapi. Patienterna fick vid cirka tio tillfällen måla bilder utifrån olika teman och fick redogöra för sina känslor/tankar inför terapeuten. Dataanalys: tematisk analys av bilderna; processanalys av förändringar i patientens inställning till sig själv och andra under bildterapiprocessen.	n=9 Patienter som vistades (isolerade) på en avdelning för benmärgstransplantationer under en tremånadersperiod	Fyra huvudsakliga förändringar kunde konstateras hos patienterna: en utveckling från en passiv till en aktiv inställning; från att känna sig upprörd till att känna sig lugn; från en känsla av splittring till en känsla av helhet; från att känna sig psykologiskt isolerad till en känsla av att stå i relation till andra.	Kvalitativ Medel Metod: tillvägagångs sätt bristfälligt beskrivet.
Kennett, C 2000 UK	Participation in a creative arts project can foster hope in a hospice day centre	Att få insyn i upplevelser av kreativt arbete hos individer med långt framskriden sjukdom. Att utveckla en tydligare förståelse för hur en omgivning som främjar kreativitet kan etableras samt hur	Fenomenologiskt perspektiv Datainsamling: Individuella djupa, semistrukturerade intervjuer med informanter som deltog i konstnärlig verksamhet i form av ett gemensamt projekt som resulterade i en utställning. Även	n=10 Av deltagarna var 6 män och 4 kvinnor 23-80 år 8 deltagare hade cancerdiagnos medan två hade neuromotorisk sjukdom. n=11 lärare, handledare och annan	Studiens resultat utgjordes av tio olika teman: känsla av njutning, stolthet, överraskelse över arbetets kvalitet, prestation och förvärvande av nya kunskaper, känsla av mening, konkurrens, värdesättande av ömsesidigt stöd, viss oro för att skapandet inte är tillräckligt	Kvalitativ Låg Bias: intervjuerna utfördes av dagcentralens föreståndare. Resultat: något

		man kan utveckla en dagcenterverksamhet genom ständigt uppmärksammande av patienters upplevelser.	personal involverade i projektet intervjuades. Dataanalys: innehållsanalys	personal.	bra, belåtenhet samt hopp.	otydligt framställda. Inte enbart cancerpatienter inkluderade i studien.
Monti, D et al 2006 USA	A randomized, controlled trial of Mindfulness-based Art Therapy (MBAT) for Women with Cancer	Att bedöma huruvida en psykosocial gruppintervention för cancerpatienter kan lindra stressrelaterade psykologiska symtom och öka hälsorelaterad livskvalitet.	Randomiserad kontrollgruppstudie Datainsamling: två olika mätinstrument användes: the Symptoms Checklist Revised (SCL-90-R) och the Medical Outcomes Study Short-Form Health Survey (SF-36) både före och direkt efter en Mindfulness Based Art Therapy- intervention, vilken integrerar mindfulnessmeditation med gruppbaseade bildterapeutiska aktiviteter.	n=111 Kvinnor med en nydiagnostiserad- eller recidiverande cancer. 26-82 år	Studiens resultat visade statistiskt signifikant reduktion av stressrelaterade psykologiska symtom: ångest, depression, fientlighet, överkänslighet i personliga relationer, tvångstankar, somatisering av psykiska symtom samt sömnstörningar. Beträffande hälsorelaterad livskvalitet förelåg statistiskt signifikant förbättring av generell hälsa, mental hälsa, sociala förmågor samt vitalitet.	Kvantitativ Hög
Nainis, N et al 2006 USA	Relieving symptoms in Cancer: Innovative use of Art Therapy.	Att empiriskt undersöka effekten av bildterapi i samband med smärta, ångest och andra cancerrelaterade problem.	Kvasi-experimentell design Studiedeltagarna deltog i en timmes bildterapi. Datainsamling: före och efter interventionen fick informanterna rangordna allvarlighetsgraden av en	n=50 29 kvinnor och 21 män med olika former av cancer (leukemi, lymfom, bröstcancer, colorectalcancer, gynekologisk cancer)	Deltagarna uppvisade signifikant reduktion av nio av tio symtom på ESAS-skalan: smärta, trötthet, depression, ångest/oro, dåsighet, aptitnedsättning, välbefinnande, andfäddhet. Även ESAS Global Distress	Kvantitativ Medel Inget etiskt resonemang

			<p>uppsättning psykiska och fysiska symtom på två olika skalor (ESAS, STAI-S). Efter bildterapisessionen fick deltagarna dessutom svara på tre öppna frågor rörande upplevelsen av terapin.</p>	19-82 år	<p>Score var signifikant förändrad. Det enda symtom som inte påverkades positivt av bildterapin var illamående. Även Mätinstrumentet STAI-S uppvisade statistiskt signifikant förändring beträffande de flesta känslor: lugn, trygghet, spänning, behag, upprördhet, känsla av orättvisa, vila, ångest, osäkerhet, nervositet, spändhet, avslappning, belåtenhet, skakighet, glädje, angenämhet. 92% av deltagarna ville ägna sig åt bildterapi igen, 90% ansåg att terapin distraherade dem och gav fokus åt något positivt. 96 % ansåg att de kände sig bekväma i situationen.</p>	
Predeger, E 1996 USA	Womanspirit: A journey into healing through art in breast cancer	Att förstå vad den psykologiska läkningsprocess som sker genom bildskapande och andra former av konstnärligt arbete innebär för kvinnor med bröstcancer.	Feministisk, estetisk, kooperativ, postpositivistisk undersökning Datainsamling: följande material samlades in och bearbetades av forskare och studiedeltagare: deltagarnas egna reflektioner, skapade	n=18 Kvinnor med bröstcancer som redan var aktiva inom någon stödgrupp för bröstcancer. 39-70 år.	<p>Artikelförfattaren och studiedeltagarna enades om ett antal teman som belyser det konstnärliga skapandets effekt på studiens deltagare. Nedan presenteras de mest framträdande teman som vuxit fram under studiens gång: att göra sig av med känslomässig börda genom</p>	<p>Kvalitativ Låg</p> <p>Urval: inte relevant i förhållande till syfte</p> <p>Resultat: otydlig och</p>

			<p>bilder, forskarens fältanteckningar, samtal samt inspelade sessioner som senare transkriberades.</p> <p>Studiedeltagarna ingick som ”co-researchers”, det vill säga som forskare på samma villkor som artikelförfattaren.</p> <p>Kvinnorna träffades i grupp varannan vecka under 6 månader. Efter en diskussion där alla fick redogöra för sina känslor, började kvinnorna måla, rita med mera.</p> <p>Dataanalys: feministisk kooperativ metod. Varje session avslutades med en diskussion där deltagarna reflekterade över och tolkade sina och andras bilder samt identifierade och analyserade teman.</p> <p>Artikelförfattaren ställde frågor och gjorde fältanteckningar. Alla sessioner spelades in, transkriberades, diskuterades och analyserades av gruppen vid nästföljande session.</p> <p>Dataanalys med reflektion</p>		<p>uttryck av känslor; att återvinna en känsla av kontroll över sitt liv; att med hjälp av det skapande arbetet nå fram till ett förändrat perspektiv; att kunna höja sig över sin ångest, börja hjälpa andra i samma situation och bli mer aktiv i sitt liv; upplevelse av att inte längre vara ensam genom att skapa förhållanden med andra kvinnor i liknande situation; att skapa en tillflyktsort för sig själv; att hitta sin inre kreativitet.</p>	<p>delvis svårbegriplig</p>
--	--	--	--	--	---	-----------------------------

			och revidering av teman skedde kontinuerligt inom gruppen och av artikelförfattaren under hela studiens gång.			
Reynolds , F & Prior, S 2006 UK	The role of art-making in identity maintenance: case studies of people living with cancer	Att förstå varför vissa individer vänder sig till visuell konst efter att ha fått en cancerdiagnos. Att få förståelse för hur konstnärligt självuttryck kan bidra till bevarande eller återskapande av en positiv självbild.	Datainsamling: djupgående semistrukturerade intervjuer (1-2 h). Deltagarna hade på egen hand börjat ägna sig åt olika former av konstnärligt skapande (skulptur, textilkonst med mera) och redogjorde för upplevelsen av detta. Dataanalys: tolkande fenomenologisk analys där artikelförfattarna identifierade teman och nådde konsensus.	n=3 två kvinnor med bröstcancer och en man 47-59 år med magsäcks- och lungcancer	Att ägna sig åt visuell konst hjälpte enligt studiens deltagare att behålla en positiv självbild och personlig- såväl som social identitet. Det bidrog också till att motverka identiteten som cancerpatient något som samtliga deltagare aktivt kämpade emot. Genom att ägna sig åt visuell konst lyckades deltagarna hålla sig sysselsatta och distraherades därmed från negativa tankar, rädsla, obehag mm.	Kvalitativ Medel Deltagare: begränsat antal Resultat: otillräcklig kommunikation
Reynolds , F & Prior, S 2003 UK	“A lifestyle coat-hanger”: a phenomenological study of the meanings of artwork for women coping with chronic illness and disability	Att undersöka betydelsen av konstnärligt textilarbete för kroniska sjukdomar.	Datainsamling: semistrukturerade intervjuer. Studiedeltagarna ägnade sig redan åt konstnärligt textilarbete på egen hand. Dataanalys: tolkande fenomenologisk analys	n= 35 Kvinnor med cancer och andra kroniska sjukdomar, som ägnade sig åt konstnärligt textilarbete på egen hand.	Studiens resultat visade 11 teman som reflekterade deltagarnas upplevelser av konstnärligt arbete: den kunde distrahera tankarna från sjukdomen; hjälpa till att uttrycka sorg; fylla en yrkesmässig tomhet; öka valfrihet och känsla av kontroll; öka känslan av att leva i nuet; tillåta upplevandet av flöde och	Kvalitativ Hög Inte enbart cancerpatienter inkluderade i studien.

					spontanitet; hjälpa till med att omvärdera prioriteringar; underlätta för humor och andra positiva känslor; bidra till att bygga nya sociala relationer; leda till ett bredare perspektiv med nya aktiviteter och framtidsplaner .	
Öster, I et al 2006 USA	Art Therapy improves coping resources: A randomized, controlled study among women with breast cancer.	Att beskriva effekterna av bildterapi som interventionsprogram på copingresurser hos kvinnor med bröstcancer.	Randomiserad kontrollgruppsstudie. Databasinsamling: informanterna svarade på frågeformulär (CRI) som rörde coping, livskvalitet, symtom samt självbild, detta gjordes i samband med tre intervjutillfällen: före postoperativ strålbehandling samt två respektive 6 månader efter dess start. Informanterna fick ta del av en timmes individuell bildterapi/vecka. Genom bildterapi fick studiegruppen bland annat skapa visuella bilder som uttryck för olika känslor, skapa bilder efter egna önskemål med hjälp av olika material samt avslutningsvis skåda alla sina verk och skapa en	N=41 kvinnor med bröstcancer 37-69 år varierande socioekonomisk bakgrund	Studiegruppen som tagit del av bildterapi hade signifikant förbättrade copingresurser jämfört med kontrollgruppen. Signifikant skillnad förelåg mellan grupperna beträffande social domän efter det andra och tredje intervjutillfället. Likaså förelåg signifikant högre totalt CRI-resultat hos studiegruppen i förhållande till kontrollgruppen.	Kvantitativ Hög

			bild som summerade den konstnärliga utvecklingen. Dagbok skrevs veckovis av informanterna under studieperioden.			
--	--	--	--	--	--	--