

Im November 2019 veröffentlichte die Europäische Sektion der Weltgesundheitsorganisation (WHO) mit Sitz in Dänemark eine Übersichtsarbeit zur Frage »Welche Erkenntnisse gibt es über die Rolle der Künste bei der Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden? – ein Scoping Review« (Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67, 2019)<sup>1</sup>. »Scoping Reviews werden dann eingesetzt, wenn zunächst eine Orientierung über den Stand der Forschungsliteratur erlangt werden soll. Sie werden beispielsweise erstellt, um vorläufige Arbeitsdefinitionen festzulegen oder Themen bzw. Themenfelder konzeptionell abzugrenzen«. (Information der Deutschen Gesellschaft für Health Consumer Ethics (DCHCE)<sup>2</sup>. Der folgenden Zusammenfassung liegt eine Übersetzung des englischen Originals durch eine Übersetzungs-Software zugrunde.

Verena Hopfner | Volker Bernius

## Rolle der Künste bei Gesundheit

*Zusammenfassung des Scoping Reviews der WHO*

### Hintergrund

Seit Beginn des 21. Jahrhunderts hat die Forschung zur Auswirkung der Künste auf Gesundheit und Wohlbefinden stark zugenommen. Zeitgleich entwickelten sich kunstbezogene Interventionen zur Gesundheitsförderung weltweit weiter und auch berufspolitisch gab es einige, ganz unterschiedliche Veränderungen. Besonders die berufspolitischen Neuerungen haben sich in den verschiedenen Mitgliedstaaten der europäischen WHO-Region uneinheitlich entwickelt<sup>3</sup>. Dies mag auf das mangelnde Bewusstsein der politischen Entscheidungsträger:innen zur vielvorhandenen Evidenzlage zum Einsatz der Künste für die Gesundheit zurückzuführen sein.

Geringes Bewusstsein der Politik

Der Begriff *Kunst* ist nur schwer zu definieren, aber unter Berücksichtigung einer Reihe von kulturübergreifend gültigen Merkmalen (z. B.: fantasievolle Erfahrung, emotionale Reaktion, Kreativität, Neuartigkeit, Ausdruck uvm.) können folgende Kategorien der Kunst bestimmt werden:

Darstellende Künste (Musik, Tanz, Theater, uvm.), Bildende Künste, Design und Handwerk, Literatur, Kultur sowie Online-, digitale- und elektronische Kunst (Filmemachen, uvm.).

Jede dieser Kunstkategorie enthält unterschiedlichste gesundheitsfördernde Komponenten, die sich positiv auf die Gesundheit des Menschen auswirken können (z. B.: ästhetische Aktivität, sensorische Aktivierung, Hervorrufen von Emotionen, Soziale Interaktion oder körperliche Aktivität).

Als *künstlerische Interventionen*, in *aktiver* oder *rezeptiver* Form, werden im Review der WHO alle Interventionen bezeichnet, die **Die Künste und künstlerische Interventionen**

- im täglichen Leben,
- im Rahmen von Kunstprogrammen mit gezielten Zielen der Gesundheitsförderung oder auch
- als therapeutische Angebote von ausgebildeten Therapeut:innen angeboten werden.

## Ziel

Das Scoping Review der Weltgesundheitsorganisation zielt darauf ab, die Bewusstseinslücke politischer Entscheidungsträger:innen zu schließen, indem die derzeit verfügbaren *Forschungserkenntnisse im Bereich Kunst und Gesundheit* abgebildet werden. Die Leitfrage ist also: »Welche wissenschaftlichen Beweise gibt es für die Rolle der Künste bei der Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden?«

## Methode

Eine Literaturrecherche wurde in englischer und russischer Sprache durchgeführt. In online Datenbanken und relevanten Journals wurde nach Publikationen von Januar 2000 bis Mai 2019, weltweit, gesucht. Alle vorhandenen Ergebnisse unterschiedlichster Forschungsmethoden wurden einbezogen (Pilotstudien, Fallstudien, Ethnographien, RCT's, uvm.), um das breite Spektrum der vorhandenen Evidenz abbilden zu können – sowohl was die Tiefe als auch die Breite der Forschung auf diesem Gebiet betrifft. Eingeschlossen wurden alle Studien, welche sich mit der Teilnahme von Menschen an künstlerischen Aktivitäten beschäftigt hatten und eine Ergebnismessung enthielten in Bezug auf die

**Förderung –  
Prävention –  
Behandlung**

- Förderung,
- Prävention,
- Behandlung oder
- Parameter psychischer oder physischer Gesundheit.

Zur Ergebnisanalyse und –auswertung wurde eine thematische Codierung vorgenommen.

## Ergebnisse

Anhand der Literaturrecherche mit vordefinierten Suchbegriffen konnten über 900 Veröffentlichungen eingeschlossen werden. Mehr als 200 dieser Publikationen waren Übersichtsarbeiten, systematische Übersichtsarbeiten und Metaanalysen in welchen mehr als 3000 Studien und über 700 weitere Einzelstudien enthalten waren.

*[Anmerkung: Weitau mehr als 400 der 900 eingeschlossenen Publikationen sind Studien zum Thema Musiktherapie, –pädagogik oder –medizin.]*

In einem unabhängigen Codierungsprozess durch zwei Forscherinnen konnten zwei übergeordnete Themenbereiche zur Rolle der Kunst identifiziert werden:

- Prävention und Förderung
- sowie Krankheitsbewältigung und Behandlung.

Diesen Themenbereichen konnten weitere Unterthemen zugeordnet werden.

Die folgende exemplarische Auflistung der in der Originalarbeit genannten Artikel<sup>4</sup> konzentriert sich *ausschließlich* auf musikspezifische Beispiele<sup>5</sup>.

## 1. Prävention und Förderung

In Bezug auf das Thema Prävention und Förderung konnten fünf Bereiche identifiziert werden, welche durch die aktive oder rezeptive Teilnahme an künstlerischen und kulturellen Aktivitäten beeinflusst werden können.

### 1.1 Soziale Faktoren von Gesundheit

In rund 50 Publikationen wurde die positive Wirkung von Kunst auf den *sozialen Zusammenhalt* und die *soziale Ungleichheit* beschrieben. Ein Musikprojekt in norwegischen Schulen zeigt beispielsweise, dass die Einstellung junger Schüler:innen gegenüber Migrant:innen beeinflusst werden kann, indem sie mit Musik aus aller Welt vertraut gemacht werden. Eine andere Studie zeigt, dass bei Kindern, die anhaltender Misshandlung und Armut ausgesetzt sind, das Musizieren in der Gruppe die Entwicklung von Depressionen, Angstzuständen, Aufmerksamkeitsproblemen und Rückzugsverhalten reduzieren kann.

### 1.2 Entwicklung von Kindern

Über 90 Publikationen beschreiben die positive Wirkung von Kunst auf die *Mutter-Kind-Bindung*, die Entwicklung der *Sprache* und des *Sprechens*, und die *schulische Leistung bzw. Entwicklung*. Mehrere Studien konnten nachweisen, dass Singen die Mutter-Kind-Bindung positiv beeinflussen kann und spezifisch die Modulation von Erregungszuständen des Säuglings sowie die emotionale Synchronisierung von Mutter und Kind verbessert. Auch konnten in einer Reihe von Studien strukturelle Unterschiede in der grauen und weißen Substanz bei Kindern festgestellt werden, welche sich (besonders in der frühen Kindheit) mit Musik beschäftigten, im Vergleich zu jenen, die dies nicht tun. Für Kinder aus einkommensschwachen Verhältnissen oder mit dem Risiko einer schlechteren sozio-emotionalen Entwicklung und kognitiven Leistungen kann der Musikunterricht die sozialen Fähigkeiten verbessern und den Stresshormonspiegel, Hyperaktivität, autistische Verhaltenstendenzen und Problemverhalten reduzieren.

### 1.3 Gesundheitsfördernde Verhaltensweisen

Mehr als 130 Publikationen beschreiben die positive Wirkung der Künste auf eine *gesunde Lebensweise*, *Kommunikation* und *Vermittlung von Gesundheitsthemen*, die *allgemeine Gesundheitsversorgung*, die *gesundheitsbezogene Stigmatisierung* und die *Einbindung von Randgruppen*. So sollen laut Studien Songwriting-Workshops bei Patient:innen mit Substanzmissbrauchsstörungen das Konsumverhalten reduzieren oder auch die Entwicklung von Hip-Hop-Songs zur Präven-

tion für HIV-positive oder -gefährdete Jugendliche hilfreich sein. Auch konnte in mehreren Studien nachgewiesen werden, dass das Abspielen beruhigender Musik in Zahnarztpraxen Blutdruck, Stresshormone und Angst bei Patient.innen reduzieren kann.

#### 1.4 Prävention von Krankheiten

In rund 90 Publikationen wurde die Wirkung von Kunst auf das *Wohlbefinden*, *Psychische Gesundheit*, den *Verlust kognitiver Funktionen*, *Gebrechlichkeit im Alter*, und auf *frühzeitige Sterblichkeit* beschrieben. Studien konnten einen Zusammenhang zwischen der Teilnahme an kulturellen, künstlerischen und musikalischen Aktivitäten und dem Wohlbefinden eines Menschen über die Lebensspanne hinweg feststellen. In einer Reihe von Studien konnte nachgewiesen werden, dass Aktivitäten wie Musizieren und Hören von Musik, Tanzen, Kunst und der Besuch kultureller Stätten eine Auswirkung auf Stressbewältigung und -prävention zeigen. Proband.innen zeigen geringere biologische Stresswerte im täglichen Leben und geringere tägliche Angstzustände. Die Teilnahme an künstlerischen Aktivitäten kann sich positiv auf Selbstwert, Selbstakzeptanz, Selbstvertrauen und das Selbstwertgefühl auswirken, was sich wiederum positiv auf die Prävention von psychischen Krankheiten auswirkt.

#### 1.5 Unterstützend zur Pflege

Über 70 Publikationen beschrieben die positive Wirkung von Kunst bei der *Hilfe zum Verständnis von Krankheit*, *klinische Fähigkeiten*, sowie zur *Unterstützung der Pflegekräfte*. Es zeigte sich beispielsweise, dass Aktivitäten wie Trommeln, Singen oder Musikhören die Entspannung und das Wohlbefinden von Betreuungspersonen verbessern kann und deren Angst und Stresslevel dadurch vermindert wird.

## 2. Krankheitsbewältigung und Behandlung

Zum Thema Krankheitsbewältigung und Behandlung konnten weitere fünf Bereiche identifiziert werden, welche durch die aktive oder rezeptive Teilnahme an künstlerischen und kulturellen Aktivitäten beeinflusst werden können.

#### 2.1 Erleben bei psychischen Erkrankungen

In mehr als 121 Publikationen wird die Wirkung von Kunst auf *leichte bis mittelgradige* als auch *schwere psychische Krankheiten*, *Trauma und Misshandlung* sowie *perinatale psychische Störungen* beschrieben. Studien konnten einen positiven Einfluss von Aktivitäten wie Singen oder Trommeln in der Gruppe, auf Stress, Depressionssymptomatik und Angst und eine damit einhergehende Verbesserung des Wohlbefindens und der sozialen Zugehörigkeit bei Erwachsenen und Jugendlichen feststellen. Auch kann das Hören von Musik während der Schwangerschaft das Risiko der Entwicklung einer postnatalen Depression verringern.

#### 2.2 Menschen mit akuten Erkrankungen

Über 85 Publikationen beschreiben die Wirkung von Kunst bei *Frühgeborenen*, *Stationären Behandlungen*, *Operationen und invasiven Maßnahmen* als auch in der *Intensivbehandlung*. Studien zeigten, dass sich das Hören von Musik bei Frühgeborenen positiv auf deren Herzfrequenz, die Atmung, die Sauerstoffsättigung, die Saug- und Fütterungsfähigkeit sowie deren gesamtes Ver-

halten auswirken kann. Ebenso wird in Systematischen Reviews und Meta-Analysen der Nutzen von Musik bei Operationen beschrieben. Sie können so Herzrate und Blutdruck reduzieren sowie die Bereitschaft für Folgeoperationen erhöhen.

### 2.3 Menschen mit neurologischen Entwicklungsstörungen und neurologischen Erkrankungen

In mehr als 150 Publikationen wird der wirkungsvolle Einsatz der Künste bei *Autismus, Cerebralparese, Schlaganfall*, und *anderen erworbenen Hirnschädigungen, Demenz* als auch bei *degenerativen neurologischen Erkrankungen* beschrieben. So zeigen Studien, dass Musik- und Kunsttherapie die Kommunikation, einschließlich sozialer Interaktionsfähigkeiten, Sinneswahrnehmung und Sprache bei Kindern mit Autismus-Spektrum-Störung verbessern kann.

### 2.4 Erleben nichtübertragbarer Krankheiten

Über 90 Publikationen beschreiben die positive Wirkung der Künste bei *Krebs, Atemwegserkrankungen, Diabetes* und *Herz-Kreislauf-Erkrankungen*. Studien konnten belegen, dass aktives Musizieren sich positiv auf die Krankheitsbewältigung bei Krebspatient:innen auswirken kann und Stress, Ängste und depressive Symptomatik reduzieren kann sowie zur Verbesserung der allgemeinen Lebensqualität führt. Des Weiteren zeigen Studien, dass Singen und das Hören von Musik die körperliche Leistungsfähigkeit während des Trainings bei Menschen mit chronischen atemwegserengenden Lungenerkrankungen verbessern kann. Nebeneffekte sind Reduktion von Ängsten sowie eine langfristig verbesserte Lebensqualität.

### 2.5 Palliativversorgung

In rund 26 Publikationen wurde die Wirkung des Einsatzes von Kunst in der *Palliativversorgung* und der *Trauerbegleitung* beschrieben. Studien zeigten, dass Musiktherapie am Lebensende unterstützend auf Entspannung, Selbstwahrnehmung und körperliche Beschwerden einwirken kann.

### Forschungsmethoden

Zu den Forschungsmethoden der einbezogenen Studien zählten psychologische Verfahren, biologische Marker und neuronale Bildgebungen, physiologische Tests, Verhaltensbeobachtungen, Interviews und Analysen klinischer Aufzeichnungen (Patient:innenakten).

*Einschränkung:* Die Studien wurden vor dem Hintergrund unterschiedlichster Professionen durchgeführt und unterscheiden sich wesentlich in ihrem Evidenzniveau!

## Politische Schlussfolgerungen

Eine Reihe von Überlegungen lassen sich aus den dargestellten Ergebnissen ableiten, welche sowohl auf den Kultursektor als auch auf den Gesundheits- und Sozialsektor abzielen.

### Austausch von Wissen – Unterstützung der Forschung

Zum einen soll die wachsende Evidenz zur Rolle der Künste bei der Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden politisch gewürdigt werden. Die Implementierung von künstlerischen Interventionen zu denen bereits Evidenz besteht, ein länderübergreifender Austausch von Wissen zur Wirksamkeit künstlerischer Anwendungen, als auch die aktive Unterstützung der Forschung in den Bereichen Kunst und Gesundheit soll dieses Vorhaben fördern.

Des Weiteren soll dem gesundheitlichen Nutzen der Künste auch Anerkennung geschenkt werden, indem sichergestellt wird, dass kulturell vielfältige Formen der Kunst für alle gesellschaftlichen Gruppen verfügbar und zugänglich sind.

Kunst- und Kulturorganisationen sollen gefördert werden, Gesundheitsthemen in deren Arbeit zu integrieren und auch das öffentliche Bewusstsein über den potentiellen Nutzen der Künste soll gestärkt werden.

Öffentliches Bewusstsein der Potenziale stärken

Genauso soll der sektorübergreifende Charakter des Bereichs *Kunst und Gesundheit* gefördert und genutzt werden. Dies schließt die Stärkung der Strukturen und Mechanismen für die Zusammenarbeit zwischen dem Kultur-, Sozial- und Gesundheitssektor ein, wie z. B. die Einführung von Programmen, die aus verschiedenen Budgets finanziert werden (etwa Musiktherapie an Schulen) oder die Einführung eines Überweisungsprocedere aus dem Gesundheits- und Sozialwesen zu Kunst- und Kulturprogrammen.

Vernetzung von Kultur, Sozialwesen und Gesundheit bei der Versorgung erforderlich

## Diskussion

Das Scoping Review der WHO bildet die Erkenntnisse über den potenziellen Wert der Künste ab – über die gesamte Lebensspanne hinweg:

- bei der Förderung der Gesundheit,
- der Verbesserung oder Vorbeugung von psychischen und physischen Gesundheitszuständen und
- der Behandlung von akuten und chronischen Erkrankungen.

Aufgrund methodischer Machbarkeit konnte weder eine systematische Literaturrecherche durchgeführt werden, noch konnten die methodischen Stärken und Schwächen der eingeschlossenen Studien ausführlich diskutiert werden.

Letztlich besteht die Stärke dieser Übersichtsarbeit jedoch darin, dass sie weltweite Forschungsergebnisse unterschiedlichster methodischer Vorgehen analysiert, auswertet und zusammengefasst übersichtlich abbildet.

Stärken und Schwächen des Scoping Reviews

**Fazit:** Die gesamte vorhandene Evidenz zu Kunst und Gesundheit stützt die Behauptung, dass Künste einen positiven Einfluss auf die psychische und physische Gesundheit des Menschen nehmen können.

## Kommentar

### *Wie kam es zum Scoping Review der WHO?*

In dem Wissen um die Wichtigkeit einer zuverlässigen, aktuellen Informationsquelle für Politiker:innen, Gesundheitsversorger:innen und Entscheidungsträger:innen, initiiert das WHO-Regionalbüro Europa im Jahre 2003 das *Health Evidence Network (HEN)*<sup>6</sup>. Das HEN fungiert als Plattform zur Verbreitung globaler wissenschaftlicher Erkenntnisse zum Thema *Gesundheit in der Allgemeinbevölkerung*. Auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse werden dort die Gesundheit betreffende systemrelevante Fragestellungen bearbeitet und politische Handlungsempfehlungen abgeleitet. Diese sollen in weiterer Folge die politischen Prozesse zur Entscheidungsfindung erleichtern.

Im Rahmen des seit 2015 bestehenden Projekts *Kulturelle Kontexte von Gesundheit und Wohlbefinden* (CHH – Cultural Contexts of Health and Well-being) des WHO-Regionalbüros für Europa entstand schließlich die Übersichtsarbeit von Dr. Daisy Fancourt und Saoirse Finn zur *Rolle der Künste bei der Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden*. Im November 2019 wurde dieser Artikel als *HEN synthesis report* publiziert. Die Übersichtsarbeit zählte noch im Jahr 2019 zu der am häufigsten gelesenen (gemessen an der Anzahl an Downloads) Publikation des WHO-Regionalbüros für Europa und wurde durch die Finnische Gesellschaft für Ästhetik sogar mit dem Globalen Ästhetikpreis 2019 ausgezeichnet. Noora-Helena Korpelainen, eine Vertreterin des Preisverleihungskomitees der Finnischen Gesellschaft für Ästhetik bezeichnet das Review als *weltweit zukunftsweisend für Forschung wie auch Praxis* in Bezug auf die Wechselbeziehung zwischen Kunst und Wohlbefinden<sup>7</sup>.

1 Daisy Fancourt & Saoirse Finn. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 13.11.2019 (Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67).

2 <https://dghce.de/wissen/scoping-review/>, abgerufen: 17.05.2021)

3 In Bezug auf Musiktherapie hat die europäische Musiktherapievereinigung (EMTC) auf ihrer website den unterschiedlichen Anerkennungsstand von Musiktherapie in Europa zusammengestellt: [www.emtc-eu.com/](http://www.emtc-eu.com/) (country information)

4 Auf detaillierte Quellenangaben wird aufgrund des Umfangs, zur besseren Lesbarkeit, verzichtet. Diese können dem Originalartikel entnommen werden.

5 Die Fokussierung auf Musik wurde vorgenommen, um einen guten Überblick bei ausgewählten Beispielen zu ermöglichen. Weitere zusammenfassende Berichte in Bezug auf andere künstlerische Therapien (Kunst, Tanz, Theater) wären sinnvoll.

6 WHO-Regionalbüro für Europa. (o.D.). Health Evidence Network [Evidence-informed policy-making]. <https://www.euro.who.int/de/data-and-evidence/evidence-informed-policy-making/health-evidence-network-hen>

7 WHO-Regionalbüro für Europa. (o.D.). Projekt der WHO gewinnt Globalen Ästhetikpreis 2019. <https://www.euro.who.int/de/data-and-evidence/evidence-informed-policy-making/news/news/2020/01/who-project-wins-the-global-aesthetic-achievement-of-the-year-award>



Verena Hopfner, Heidelberg  
[verena.hopfner@mailbox.org](mailto:verena.hopfner@mailbox.org)



Volker Bernius, Steinbach  
[volker.bernius@musiktherapie.de](mailto:volker.bernius@musiktherapie.de)