

## Populärvetenskaplig resultatsammanfattning för projekt — finansierat av Ekhagastiftelsen

Populärvetenskaplig resultatsammanfattning ska lämnas inom 3 månader efter projektslut.

|   |  |
|---|--|
| Diarienummer:                               | 2011–66; 2012–27   |
| Projekttitel:                               | Musikterapi för kvinnor behandlade för gynekologisk cancer |
| Anslagsmottagare:                           | Expressive Arts Stockholm AB                               |
| Projektledare/Kontaktperson:                | Margareta Wärja  |
| Projektstart:                               | 2011   |
| Projektslut:                                | 2018   |
| Totalt av Ekhagastiftelsen beviljade medel: | 600 000 SEK  |

Resultatsammanfattning: (max 900 ord)

Varje år diagnostiseras omkring 2900 fall av gynekologisk cancer i Sverige. Många kvinnor som genomgått behandling för gynekologisk cancer är negativt påverkade av sina sjukdomserfarenheter, såsom i kroppsuppfattning, självkänsla, sexualitet och reproduktionsförmåga. Psykologiska effekter av sjukdomsbehandlingar och fysiska seneffekter är ofta långvariga, en del är livslånga. De har uppmärksammats i tidigare studier inom Klinisk Cancer Epidemiologi (KCE, Karolinska Institutet, Stockholm och Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborg) och visar på behovet av en psykoterapeutisk behandling för denna specifika grupp av canceröverlevare.

Målet med vår forskning har varit att skapa och utvärdera en korttidsterapi för kvinnor som varit onkologiskt färdigbehandlade för gynekologisk cancer. Projektet kan relateras till området för psykosocial, integrativ, behandling och rehabilitering av patienter i ett existentiellt kristillstånd. Forskningen har genomförts i samarbete mellan Aalborg Universitet, Karolinska Institutet, Karolinska Universitetssjukhuset och Expressive Arts Stockholm AB. Populationen för studien var patienter på kontrollbesök på Radiumhemmet vid Karolinska Universitetssjukhuset i Stockholm.

Studien startade med en förberedande kvalitativ fas och inkluderade en intervjustudie som resulterade i avgränsningen av fyra framträdande problemområden: kroppsbild, sexuell hälsa, rädsla för återfall i cancer samt existentiella svårigheter. Den kvalitativa fasen innehöll även en pilotstudie, samt utveckling av studiespecifika mätinstrument i enlighet med beprövade metoder vid KCE och utveckling av behandlingsprotokoll.

Två separata konstnärligt inriktade psykoterapi-interventioner utformades, den ena i form av en individualterapi omfattande 13 enskilda 60 min sessioner och den andra en gruppterapi över åtta veckor där deltagarna träffats 2.5 timmar varje gång. Sex terapeuter har varit involverade i genomförandet av behandlingarna. En musikterapeutisk metod KMR - Korta Musikresor - integrerad med annan konstnärlig metodik (expressive arts) tillämpades. Ett grundantagande i metodiken är att kropp och psyke är en sammansatt enhet. Den teoretiska ramen är psykodynamisk och existentiell med särskild inriktning på implicita och omedvetna

(icke verbala) processer, affekter och affektreglering. Vi avsåg att de psykoterapeutiska interventionerna skulle kunna ge deltagaren möjlighet att känna och bearbeta material inom ett brett område av emotionellt lidande förknippat med cancersjukdomen, såsom sorg, förlust, uppdämda känslor och affekter kring bl.a. rädsla för återfall eller kring stigma knutna till kroppsupplevelse, sexualitet och kroppsbild. I avhandlingen redovisas resultaten av interventionens effekter på variabler inom forskningens problemområden.

Ett urval om 57 personer randomiserades till de två terapiformerna. De psykologiska effekterna av interventionerna efter avslutad terapi har utvärderats genom självskattningar i både kvantitativ och kvalitativ form (text och bild). Data insamlades och kvantifierad information bearbetades och analyserades statistiskt.

Våra resultat visade att genomgången terapi inom tre av problemområdena kunde ge goda förbättringar, såsom en minskning av existentiella svårigheter, förbättrad kroppsligt välbefinnande och kroppsbild samt sammantaget en ökad livskvalitet (QoL;  $p = \leq 0.05$ ). Effektstorlekarna (Cohens  $d$ ) i dessa variabler varierade från medium ( $d = 0.47$ ) till stark ( $d = 0.83$ ). Effekterna kvarstod vid en uppföljning efter sju månader. Inom området sexuell hälsa fann vi dock ingen eller endast en svag förbättring. Vi fann också att en stödjande terapigrupp kunde ge särskilt goda resultat kring möjligheten att föra fram, bearbeta och acceptera tidigare ofta skambelagda upplevelser, såsom känslan av kroppen som skadad eller främmande förknippat med en låg självkänsla. I samtliga dessa variabler skedde förbättringar.

Deltagarna visade vid utvärdering med få undantag en stor tillfredsställelse (särskilt för individualterapi) över att ha deltagit i terapiarbetet. Vår slutsats är, att konstnärligt inriktad psykoterapi, enskilt eller i grupp, bör kunna användas i rehabilitering för canceröverlevare inom gynekologisk onkologi för att minska denna patientgrupps psykologiska svårigheter inom definierade problemområden samt härigenom bidra till en ökad livskvalitet i stort. Det är dock en liten studie med begränsningar och bristande möjligheter till långtgående slutsatser och implikationer. Fortsatt forskning och utvärdering är därför starkt rekommenderad.

Avhandlingen är sammansatt av sex artiklar samt denna övergripande ramberättelse. En publikation behandlar tidigare forskning och två den av oss tillämpade psykoterapeutiska metodiken. En artikel som är under review, är mer kvalitativt inriktad och presenterar en utvärdering med ett nytt utvecklat analysverktyg för förståelsen av våra forskningsdeltagares målade bilder kring sina kroppsupplevelser. Två artiklar är ännu i manusform och redovisar resultaten vid baseline och en annan effekterna av de båda psykoterapeutiska interventionerna. Dessa kommer att bearbetas för publikation under hösten 2018.

Artiklar inkluderade i PhD thesis:

Wärja, M., & Bonde, L. O. (2014). Music as co-therapist: Towards a taxonomy of music in therapeutic music and imagery work. *Music and Medicine*, 6(2), 16–27.

Wärja, M. (2015). KMR (short music journeys) with women recovering from gynecological cancer. In D. Grocke & T. Moe (Eds.), *Guided Imagery and Music (GIM) methods for individual and group therapy* (pp. 253–266). London, UK: Jessica Kingsley Publishers.

Hertrampf, R. S., & Wärja, M. (2017). The effect of creative arts therapy and arts in medicine on psychological outcomes in women with breast or gynaecological cancer: A systematic review of arts-based interventions. *Arts in Psychotherapy*, 56, 93–110. doi.org/10.1016/j.aip.2017.08.001

Wärja, M., Nyberg, T., Forss, G., & Bergmark, K. (2017). Reclaiming the Body after Gynecological Cancer: A randomized trial of the effects of arts-based psychotherapy on body image, sexuality, and existential distress. Manuscript in preparation.

Wärja, M., Nyberg, T., Forss, G., & Bergmark, K. (2017). Wing-clipped bodies after gynecological cancer: Characteristics and quality of life reported within a complex intervention of arts-based psychotherapy. Manuscript in preparation.

Gerge, A., Wärja, M., Gattino, G., & Pedersen, I. N. (2017). The body in the mind – The appearance of the phenomenological self assessed through pictures before and after an arts-based psychotherapy intervention for gynaecological cancer survivors. Manuscript submitted for publication.

Avhandlingen försvarades vid Ålborg Universitet den 4 maj 2018.

PhD kommitté:

Professor, PhD, Mary Jane Esplen, University of Toronto, Canada

Professor emeritus, PhD, Denise Grocke, University of Melbourne, Australia

Associate Professor, PhD, Niels Hannibal, Aalborg University, Denmark