

Band – samspillgrupper. Om metoder, innhold og mål

Kerstin Dyblie Erdal og Liv Hovden

Innledning

Band og samspillgrupper er en viktig del av musikkterapeutens arbeid. Etter hvert er vi mange som jobber innenfor dette området. Et av de første bandene som ble startet for mennesker med spesielle behov, var *Ragnarock*. Dette bandet startet i 1983 som et samarbeidsprosjekt mellom Nordre Aasen skole og Ragna Ringdals dagsenter. Tom Næss og Bjørn Steinmo har drevet dette bandet i en årrekke, og har utviklet en samspillmetodikk som bygger på fargekoder (Steinmo & Næss 1995). Ragnarock er nå en del av undervisningstilbudet ved Oslo Voksenopplæring Åsen.

Innenfor psykiatrien har Ruth Eckhoff vært en sterk bidragsyter i forhold til samspillgrupper/band gjennom sitt arbeid ved Kongsskogen videregående skole. Hun har også bidratt med artikler, undervisning og kurs innenfor dette området både i forhold til barn, ungdom og voksne (Eckhoff & Oust 1993).

Venja Ruud Nilsen har med sitt prosjekt *Musikk i Fengsel og Frihet* gjort et stort arbeid i forhold til innsatte og løslatte kvinner ved Bredtveit fengsel. Fokus for hennes arbeid har vært i et samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv (2007). 15 år etter prosjektstart er det nå flere fengsler i landet som har dette tilbudet for sine innsatte og løslatte. Bente Mari Mortensen (2006) har skrevet en masteroppgave om betydningen av deltagelse i musikkterapitilbudet "Musikk i fengsel og frihet".

Vår erfaring med band og samspillgrupper er fra voksenopplæringen. Våren 1999 skrev vi hovedoppgaven *Personlig og sosial vekst i band* (Erdal & Hovden 1999). Vi har siden fortsatt å jobbe med band og samspillgrupper. Fra 2004 har vi jobbet på samme sted – et voksenopplæringscenter med stort mangfold. Det innebærer at våre arbeidsmetoder er utvidet og tilpasset de ulike elevgruppene.

Elevene vi jobber med får særskilt tilrettelagt opplæring i ulike fag, deriblant musikkterapi. Vi har elever med hørselshemming, synshemming, ulik grad av psykisk utviklingshemming, generelle lærevansker, autisme, ervervet skade eller psykiske vansker. Voksenopplæringscenteret legger stor vekt på musikkterapi, og det er ansatt fire musikkterapeuter her.¹

¹ www.skullerud.vo.oslo.no

Band/ samspillgruppe

I vårt arbeid bruker vi som regel betegnelsen samspillgruppe, men instrumentene vi benytter er gjerne de samme som man bruker i et band. Vi synes det kan være vanskelig å skille betegnelse fra hverandre. I denne sammenheng tenker vi oss at et band er en gruppe med faste medlemmer over tid, der medlemmene har relativt faste roller, føler samhørighet og forpliktelser overfor hverandre, og opparbeider seg et repertoar. Noe av motivasjonen for å øve er å opptre. De av gruppene våre som får undervisning i en lengre periode med liten utskifting av elever, får kanskje lettere en identitet som et band. Disse gruppene lager også ofte et navn på samspillgruppen. En samspillgruppe kan bestå av to eller flere elever. Gruppene våre teller fra to til åtte elever. Vi jobber som regel sammen med andre fagpersoner i gruppene. Dette kan være musikkterapeut, spesialpedagog eller assistent.

Band/samspillgrupper drives på mange forskjellige arenaer for barn, ungdom og voksne. Dette kan være en del av opplæring, en fritidsaktivitet, musikkopplæring, en musikkterapeutisk setting hvor fokus er egenutvikling og sosial vekst, bearbeiding av vanskelige situasjoner eller en kombinasjon av disse.

Eksempler på metoder og innhold i vårt arbeid

Fordi vi jobber med så ulike elevgrupper, kreves det også ulik tilnærming til prosessen i gruppene. Nedenfor presenterer vi fire ulike tilnærminger til grupper vi jobber med.

Eksempel 1

Vi starter øvelsen med en samtaledel, der alle sitter i en ring. I denne samtalen fokuserer vi på hver enkelt elev, og prøver å finne stemningsleiet til hver enkelt elev og gruppen. Vi snakker om det de har gjort den siste uken, om det har skjedd noe spesielt og om det er noe de er opptatt av i øyeblikket. Man kan på en måte si at hver enkelt "sjekker inn". Gjennom samtalen toner vi oss inn på hverandre. Hvis en av elevene har et tema hun eller han er veldig opptatt av, eller er i en spesiell sinnsstemning, kan vi i gruppen bli enige om å gi støtte til eleven gjennom en gruppeimprovisasjon. Med gruppeimprovisasjonen samles gruppen om et tema de kan engasjere seg i, og som har spesiell betydning for en eller flere av medelevene. Temaet blir bearbeidet med musikk som en kommunikasjonskanal. Musiske elementer blir brukt i et mellommenneskelig samspill. Hver enkelt elev blir tatt vare på, og elevene får anledning til å nærme seg gruppen på sin måte.

Eksempel 2

Gruppen hilser på hverandre i en åpningssang. Deretter følger en samtale som munner ut i hva vi skal spille sammen. Elevene velger seg instrument og får hjelp til å rigge opp. Vi har i utgangspunktet ingen spesialstemming av instru-

mentene. Musiseringen er som regel improvisasjon innenfor en avtalt ramme som for eksempel blues, en bestemt akkordrekke, kirketonearter med mer.

Eksempel 3

Et tredje eksempel er å spille låter med spesialstemte instrumenter og bruk av fargesystem. Vi spiller f.eks med tre akkorder; C-dur, F-dur og G-dur. Disse er representert ved tre ulike fargede lyspærer som styres av en av lederne. Ideelt sett skal akkorden varsles like før den skal spilles. Eleven som spiller el-bass spiller på løse, spesialstemte strenger merket med farget tape rundt tre av strengene. Eleven som spiller el-gitar har en spesialstemt gitar med farget tape på de tre aktuelle båndene. Vedkommende som spiller keyboard, spiller enten enkelttoner som er markert med farget tape eller terser ut fra disse. Tangentene som benyttes til soloer er også merket med tape. Vi har ingen form for partitur. Det hele er basert på fargesignalene, verbal instruksjon, imitasjon, enkel dirigering og auditiv hukommelse.

Eksempel 4

Dette er en gruppe hvor elevene har ervervet skade eller psykiske vansker, men som fungerer normalt kognitivt. Disse styrer i stor grad innholdet i timene selv. Flere kan spille et instrument fra før. De som ikke kan det, har en intensjon om å lære. Disse elevene får grunnleggende opplæring på instrumentet. De får også noe grunnleggende musikkteori hvor de lærer om noteverdier, akkordopbygging og tonearter. De velger ut låter selv. Av og til kan innholdet i teksten beskrive noe de har opplevd, situasjoner de har vært i, eller er i, og som trenger bearbeiding. Dette gjør de i gruppen. I denne gruppen bruker elevene samspillgruppen bevisst i forhold til egenerfaring og egenutvikling.

Mål

Målet for voksenopplæringen er å hjelpe den enkelte til et mer meningsfylt liv. Denne lov skal bidra til å gi mennesker i voksen alder likestilling i adgang til kunnskap, innsikt og ferdigheter som fremmer den enkeltes verdiorientering og personlige utvikling og styrke grunnlaget for selvstendig innsats og samarbeid med andre i yrke og samfunns- liv” (Lov om voksenopplæring § 1, 1991:1).

Vår fremste oppgave i forhold til vårt arbeid på voksenopplæringscenteret er å bidra til at elevene kan få et mer meningsfylt liv. Vi er klar over at vår mulighet til å bidra til dette, er veldig begrenset. Dette skyldes ikke minst det lave timetallet vi har til disposisjon i forhold til den enkelte elev. Spørsmålet blir om vi likevel kan bidra med meningsfylt innhold som elevene kan ta med seg videre i livet. Vi opplever at det å delta i band/samspillgruppe, betyr mye for den enkelte elev, noe de fleste gir tydelig uttrykk for.

Alle våre elever får individuell opplæringsplan. I den grad det er mulig skal eleven selv eller elevens representanter være med å utarbeide egen plan.

Voksenopplæringen ligger under grunnskolens område, og vi forholder oss dermed til *Kunnskapsløftet og Læreplan i musikk*. Hovedområdene i musikkfaget er; musisere, komponere og lytte. Læreplanen sier også noe om samspill:

I arbeid med musikk står den musikalske og menneskelige samhandlingen sentralt, og i musikkfaget skal samvær og samhandling balanseres mot mestring på en slik måte at elevene på alle årstrinn oppnår kvalitet i musikkutøvelsen på det nivået de befinner seg (<http://www.utdanningsdirektoratet.no>, Kunnskapsløftet – fag og læreplaner, læreplan i musikk).

I de siste årene har vi erfart at det i stadig større grad forventes at elevens målsettinger er målbare. Man ser gjerne at vi utarbeider mål som i evalueringsprosedyren kan vise til målbare forandringer. Elevene tilegner seg kvantifiserbare ferdigheter på de respektive instrumentene. Dette er relativt enkelt å måle, men kanskje ikke det viktigste? Vi opplever ofte at elevene oppnår mål som ikke så lett lar seg måle; personlig og sosial vekst. Sett ut fra det nye Kunnskapsløftet og fagplanen i musikk er også dette viktige målområder. Vår utfordring blir å finne gode evalueringsmetoder for disse målområdene.

Mål-konsekvenser

Vi har vært opptatt av å undersøke hvilke områder elevene forandrer seg på (Erdal & Hovden 1999). Dette har resultert i fire hovedkategorier; kunnskap, sosial interaksjon, identitet samt mening og livskvalitet.

Kunnskap

Vi mener at voksne mennesker med spesielle behov har utviklingsmuligheter og handlemuligheter, både i forhold til musikk og andre områder i livet. Som musikkterapeuter kan vi tilrettelegge og inspirere, slik at utvikling og læring kan finne sted. Elevenes egeninnsats er også viktig i læringsprosessen.

Noe som er minst like viktig, er i hvilken grad voksenopplærings-senteret ser musikk, herunder band/samspillgruppe, som en arena for læring. Er den type kunnskap man lærer i et band, kunnskap det er grunn til å satse på?

Stige (1995:52 ff.) presenterer tre ulike perspektiv på kunnskap: Det *positivistiske* perspektivet innebærer et objekt-perspektiv. Her eksisterer omverdenen uavhengig av det opplevende mennesket. Det hermeneutiske perspektivet er et *subjekt*-perspektiv, som tar utgangspunkt i hvordan mennesket opplever verden. Det *kritiske* perspektivet vektlegger samspillet mellom materien, samfunnet og det opplevende og skapende mennesket. Hvilke perspektiv vi velger eller blir pålagt, får konsekvenser for undervisningen.

I det positivistiske perspektivet skal læreren definere klare mål for undervisningen og finne passende metoder for måloppnåelse. Vurdering er sentralt, det vil si at det blir lagt stor vekt på om eleven har nådd de oppsatte målene. I det hermeneutiske perspektivet setter man fokus på prosessen. Her vil man gjerne mene at det er vanskelig å definere mål på forhånd. Læreren har ansvar for hvilken retning prosessen tar, men elevens medvirkning er viktig og vil kunne være med på å forme målene for undervisningen. Det som skaper

mening for eleven og hva eleven skaper av mening, står i fokus. Dialogen mellom lærer og elev er sentral i det kritiske perspektivet. Gjennom dialogen skal begge parter formulere undervisningens mål og innhold.

Som musikkterapeuter i voksenopplæring, er det for oss et ønske at vi i størst mulig grad nærmer oss det hermeneutiske perspektivet. I følge Stige (ibid.:56) er svært mye pedagogikk resultat av synteser i spenningsfelt mellom ulike perspektiv. Dette er også tilfelle med vår praksis.

Vi jobber ut fra en humanistisk psykologisk grunnholdning. Vi ser det som viktig å fremheve hele personen, – det fysiske, det psykiske og de sosiale omgivelsene personen er en del av. Hele mennesket og dets livssituasjon blir avgjørende for hvordan vi tilrettelegger det musikkterapeutiske arbeidet. Grunnleggende elementer i den musikkterapeutiske prosessen vil være å skape trygghet, oppnå oppmerksomhet, opparbeide konsentrasjon, skape og innfri forventning, gi rom for å stimulere til eget initiativ, gi mestringsopplevelser, og gi muligheter for kommunikasjon ut fra de forutsetninger elevene har.

Sosial interaksjon

I vårt arbeid møter vi ofte voksne elever som har manglende sosiale ferdigheter. Dette kan være problemer med å være sammen med andre, henvende seg til andre, samarbeide med andre og forholde seg til normer og regler. Andre utfordringer kan være vansker med å vente på tur, dele med andre, forstå og sette seg inn i andres situasjon og følelser, samt manglende evne til å hjelpe andre. Sosiale ferdigheter/sosial evne utvikles i samhandling med andre mennesker. Musikk, i denne sammenheng band/samspillgruppe, kan danne en ramme og struktur hvor elevene kan få mulighet til sosial erfaring, og ut fra det lære nye sosiale ferdigheter.

Sosialiseringsprosessen er en toveisprosess, et samspill mellom individ og gruppe, med gjensidig påvirkning. Det enkelte menneske er aktivt medvirkende i sin utvikling i fra fødselen av. Sosialiseringsprosessen innebærer evne til å sette seg inn i andre menneskers situasjon, forstå hvordan andre kan oppfatte en handling eller situasjon. Det enkelte menneske må overta og gjøre til sine egne, en del av de verdier og normer som gjelder for normer i ulike grupper (skolen, yrkesgrupper etc.), som de er en del av.

Mange av elevene har evne til å sette seg inn i andres situasjon. ”Empati betyr å oppleve kvaliteten i en følelse eller stemning uten å ta stilling for eller i mot” (Monsen 1990:140). Monsen viser til forskning som sier at man ikke trenger å ha bevissthet om sitt eget selv før man kan oppfatte eller forstå andre. Evnen til empati går dessuten forut for evnen til å danne og bruke begrep. Noen av elevene trenger likevel hjelp til å se ting fra en annens perspektiv. Dette kan eksempelvis være ved at vi verbalt fokuserer på en annens situasjon. Et eksempel på dette:

Da det var Kjells tur spurte den andre musikkterapeuten hvordan det var med ham. ”Dårlig,” svarte han. ”Det var leit å høre,” sa musikkterapeuten”. ”Har du lyst til å fortelle oss hvorfor?” ”Fuglen min er død,” svarte Kjell. De andre i gruppen syntes dette var trist, og vi begynte å snakke litt om dyr som vi har og har hatt. Musikkterapeuten

spurte Kjell om vi skulle lage musikk til fuglen, og det ville han. Pål var tett i nesa. Til dette svarte Maja: "Det kan ikke vi hjelpe deg med altså!" (fra loggbok).

Vi erfarer at noen elever som tidligere kommuniserte gjennom en tredje person, i større grad henvender seg direkte til hverandre etter å ha spilt sammen.

Kommunikasjon innebærer utveksling av menings- eller betydningsinnhold mellom mennesker ved hjelp av et felles system av symboler. Disse bruker vi for å overføre tanker og følelser til andre. Informasjonsutveksling kan foregå direkte fra en person til en annen ved hjelp av stemme/kropp eller gjennom et eller flere utenforliggende medium, for eksempel musikkinstrumenter.

I vårt hovedfagsarbeid fant vi at bandene/samspillgruppene utgjør et fellesskap hvor elevene føler seg inkludert (Erdal & Hovden 1999). Vi har noe felles å samles om, musikken, vårt felles repertoar, og ikke minst alt rundt musikken; "rigge opp" anlegg, øvelser, opptredener og så videre. Vi har etter hvert en del felles opplevelser som er med på å bygge opp det sosiale fellesskapet. Vi tror elevene har fått en "vi-følelse", ikke først og fremst som en gruppe funksjonshemmede, men som bandmedlemmer og deltagere i et sosialt fellesskap.

Det å musisere sammen med andre, knytter mennesker sammen. I en musikalsk sammenheng må hver enkelt ta ansvar for et felles resultat. Musikken i seg selv har en del regler man må forholde seg til, så som tempo, dynamikk og musikalsk uttrykk. "Det er umulig å spille sammen uten å tilegne seg noen sosiale regler samtidig" (Hammershøj 1997:41). Dette kan være store utfordringer for mange av elevene vi jobber med. Resultatet kan bli både en god musikalsk opplevelse samtidig som eleven får ny sosial kompetanse.

For det første gjenspeiles da sosial kompetanse i en persons *måte å opptre på* under sosialt samspill. (...) For det andre omfatter sosial kompetanse også *subjektive følelser* og *tanke*. (...) For det tredje er sosial kompetanse evnen til å *ta initiativ* når sosiale relasjoner er i utvikling, og til å *oppretholde* eksisterende relasjoner (Stensaasen & Sletta 1989:178).

Ofte har elevene et ønske om å møtes også utenom bandøvelsene. I hvilken grad de klarer å treffes på fritiden, er varierende. Elevenes funksjonsnivå kan ha innvirkning, om de bor langt fra hverandre, i tillegg til mobilitet. For de svakeste kommer det an på nærpersoner i boligen. I en gruppe som besto av tre elever gikk boligene sterkt inn for at elevene også kunne treffes på fritiden. Dette fortsatte de med etter at gruppen var oppløst. De reiser til og med på utenlandsturer sammen. Et annet eksempel er grupper som selv tar initiativ til å treffes på kafé, inviterer hverandre til middag og holder selskaper hvor alle er med.

I forhold til elever med psykiske vansker kan bandet/samspillgruppen være en trygg arena for å prøve ut egen person i forhold til andre, utvide egne grenser, tørre mer og stå tydeligere fram med egen person. Erfaringene elevene gjør i bandet/samspillgruppen kan føre til at de oppsøker liknende arenaer utenfor skolen. Resultatet kan bli utvidet sosialt område. Man får noen felles erfaringer, noe å snakke om, noe å ta med seg videre utenom skolen.

Musikk og identitet

I vårt arbeid er noe av det viktigste å bidra til å styrke elevenes selvtillit. Opplevelse av mestring og framgang er sentralt, og dette vil i neste omgang kunne føre til en indre trygghet, vissheten om at man *kan* noe. Dette gir selvtillit.

Identitet handler om hvem man er, hvem man føler at man er, hva man står for, hva man kan, hva man selv og omgivelsene har gjort en til, og hvem andre oppfatter deg som. Det handler om hvem man vil være, men også om hvem man ikke vil være. Monsen sier at våre handlemåter i forhold til mennesker påvirker hvilke gjensvar vi får, og med det hvilke erfaringer vi gjør oss. "Identitet blir derfor å betrakte som et prosessuelt begrep; identitet er ikke noe vi har, men det er noe vi hele tiden skaper i forhold til oss selv og i samhandling med andre" (Monsen 1990:37). Ruud har skrevet en bok om musikk og identitet. Han sier;

... identitet ikke er noe som er gitt oss en gang for alle, en slags indre kjerne som vi bærer med oss gjennom hele livet. Snarere er "identitet" noe vi skaper gjennom de historiene vi forteller om oss selv utfra viktige minner om opplevelser som har berørt oss (Ruud 1997:9f.).

Å føle seg kompetent til å være den man er, er viktig for selvfølelsen gjennom hele livet. Elevene bør få utfordringer innenfor realistisk rekkevidde. De bør også ha noe å strekke seg mot, men som for alle er det viktig at utfallet blir en følelse av å ha lyktes. Å føle seg vellykket i forhold til noe man liker å gjøre er igjen en viktig motivasjon for å delta i band/ samspillgruppe. Det å lykkes i gruppen kan også være en døråpner og motivasjon for delta i nye sammenhenger. På øvelsene viser elevene at de mener noe, på scenen viser de at de kan noe, og de får respons av andre på at de er noe.

Gjennom å spille kan man opparbeide selvfølelse. Man kan også uttrykke sin innerste selvfølelse. Man kan tilegne seg omgivelsene, og selv gi omgivelsene identitet. Man kan sette spor etter seg, være med på å "skrive" omgivelsenes historie. Det handler om å "tre fram" og være synlig med ens egen identitet.

Mening og livskvalitet

Ut i fra voksenopplæringsloven er det å bidra til at elevene kan få et mer meningsfylt liv, et viktig mål for undervisningen (Lov om voksenopplæring 1991).

Musikk kan sette i gang tanker, assosiasjoner og minner som det er knyttet følelser til. Følelsesmessige reaksjoner kan dermed utløses indirekte gjennom opplevelse av musikken (Jørgensen 1989). Jørgensen viser til McLaughlin som mener at musikk har den egenskapen at den kan uttrykke flere forhold samtidig, og derfor kan appellere til flere "lag" av vår personlighet.

Vi er opptatt av at musikk bærer i seg kvaliteter som vi ikke kan formidle språklig, men som ikke er mindre verdifulle av den grunn. Opplevelsessiden blir trukket fram som en viktig del av det å musisere. Opplevelse er viktig, men vanskelig å dokumentere.

Elevene viser følelser i forbindelse med opplevelser og ekspressivitet, og følelsene de viser er overveiende preget av glede. Vi ser det slik at elevene opplever glede, ikke bare fra musikken isolert, men også gjennom å være en betydningsfull deltager med reell påvirkningsmulighet i et musikalsk fellesskap. Dette innebærer mestringsopplevelser, det å være en del av et fellesskap og i tillegg få positiv respons på seg selv og det man kan.

Elevene gir uttrykk for at de er motiverte både i forhold til øvelser og opptredener. Samtidig uttrykker de fleste elevene at de blir glade av å øve. Følelser kan være motiverende og beveggrunner for våre handlinger.

Det man interesserer seg for, tror på og lever for vil oppleves som meningsfylt, likeledes å være sammen med mennesker som betyr noe for oss, være aktivt deltakende i hverdagen, være verdt noe og kunne glede seg *over* noe og *til* noe.

Vi ser det slik at elevene gjennom banddeltagelsen kan få del i mange av disse sidene som er med på å gjøre livet meningsfylt og øke den enkeltes livskvalitet.

Litteratur

- Eckhoff, R. & Oust, B. (1993). Musikkterapi innen voksenpsykiatrien. *Spesialpedagogikk* nr. 3.
- Erdal, K. D. & Hovden, L.B. (1999). *Personlig og sosial vekst i band. Et prosjekt med samspillgrupper for voksne mennesker med spesielle behov*. Hovedoppgave, Institutt for musikk og teater, Universitet i Oslo.
- Hammershøj, H. (1997). *Barnets musikalske vei. Barn og musikk fra 0-6 år*. Oslo: TANO.
- Jørgensen, Harald (1989). *Musikkopplevelsens psykologi*. Oslo: Norsk Musikforlag.
- Lov av 28. mai 1976 nr. 35 om voksenopplæring med endringer, sist ved lov av 31. mai 1985 nr. 41, 1991. Oslo.
- Monsen, J. T. (1990). *Vitalitet, psykiske forstyrrelser og psykoterapi*. Oslo:TANO.
- Mortensen, B. M. (2006). *Fra fengsel til storsamfunn med musikken som ledsager – En undersøkelse blant kvinnelig innsatte ved Bredtveit fengsel og sikringsanstalt om betydning av deltagelse i musikktilbudet "Musikk i fengsel og frihet"*. Masteroppgave i musikkterapi ved Norges Musikkhøgskole.
- Nilsen, V. R. (2007). *Musikk i fengsel og frihet – et samfunnsmusikkterapeutisk tilbud*. Hovedoppgave i musikkterapi, Norges Musikkhøgskole.
- Ruud, E. (1997). *Musikk og identitet*, Oslo: Universitetsforlaget.
- Steinmo, B. & Næss, T. (1995). *Lettrack. En lettfattelig samspillsmetode*. Nesoddtangen: Musikkpedagogisk Forlag AS.
- Stensaasen, S. & Sletta, O. (1989). *Gruppeprosesser. Læring og samarbeid i grupper*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Stige, B. (1995): *Samspel og relasjon*. Oslo: Samlaget.