

# Huset imellom verdener

Et samarbeid mellom en musikkterapi-student og deltakere ved et rusfritt lavterskeltilbud om å utvikle en samspillsgruppe.

Daniel Næsheim



Tegning: Hedda H.F. Haga

Masteroppgave i  
musikkterapi  
Vår 2021



Norges  
musikkhøgskole  
Norwegian Academy  
of Music

## Om Master i musikkterapi

Masterstudiet i musikkterapi er en kombinasjon av det praktiske og det teoretiske, med emner som improvisasjon, relasjonskunnskap, vitenskapsteori og forskningsmetode. Studiet gir både en akademisk grad og en profesjonsutdanning, og inneholder teoretisk og praksisnær undervisning.

Musikkterapistudiet fokuserer på ferdigheter innenfor kommunikasjon og sosialt samspill. Musikalsk improvisasjon står sentralt, siden dette er et viktig redskap for å komme i kontakt med - og utvikle relasjonelle og kommunikative ferdigheter.

På Musikkhøgskolen er musikkterapi et sterkt fagmiljø som omfatter Senter for forskning i musikk og helse (CREMAH).

## Om Norges musikkhøgskole

Norges musikkhøgskole er en vitenskapelig høgskole med Norges største fagmiljø innen musikk.

Vi utdanner instrumentalister, sangere, kirkemusikere, dirigenter, komponister, musikkteknologer, pianostemmere, musikkpedagoger og musikkterapeuter.

750 studenter og om lag 350 ansatte arbeider i en stor sjangerbredde som særlig omfatter klassisk, samtidsmusikk, jazz og folkemusikk.

På NMH kan studentene ta bachelor, master og doktorgrad i musikk – både utøvende og teoretiske emner. I tillegg tilbyr vi ettårsemner og videreutdanning fra 15 til 60 studiepoeng for dem som trenger faglig påfyll.



## Forord

Da jeg begynte på masterstudiet i musikkterapi høsten 2016, slo det meg ikke at det skulle ta hele fem år å fullføre, men livet har mange overraskelser. Senvirkninger av cellegift er ikke noe å spøke med, og selv om jeg en tid var nære ved å kaste inn håndkle, er jeg nå både stolt og glad for at jeg valgte å fullføre prosjektet jeg påbegynte i 2018. Det føles riktig, ikke bare for min del, men fordi historiene til deltakerne i dette prosjektet har et budskap jeg mener det er viktig å formidle. Det er derfor med stolthet og glede jeg nå leverer oppgaven fra meg, og avslutter tilværelsen som evig student (for denne gang).

Listen av mennesker jeg vil takke har ikke blitt noe mindre i årene som har gått. Takk til deg Karette Stensæth, for din tålmodighet, fleksibilitet og støtte i det som til tider har vært en krevende studiehverdag (jeg har ikke glemt at du ga meg twist, da jeg av utmattelse holdt på å sovne på pulten første semester). Takk for at du har holdt tak i mine mange teoretiske sidesprang, og gitt innsiktsfulle tilbakemeldinger! Takk også til min praksisveileder Bente Almås, fordi du så noe verdifullt i det jeg holdt på med da jeg selv var usikker!

En varm takk til alle deltakerne i dette masterprosjektet, for deres engasjement, innsikt og smittende glede med musikk. Uten dere hadde ikke dette prosjektet blitt det samme! En spesiell takk til Hanne, som har bidratt med korrektur (knotekur) : )

I årene det har tatt å skrive denne masteroppgaven, har mange mennesker bidratt med viktig støtte. Takk til alle nære venner, familie og kollegaer som har hjulpet meg gjennom en krevende tid, og takk til Svåne, for å ha holdt liv i musikken! Sist, men ikke minst, takk til deg Margrete for all din tålmodighet, støtte og forståelse. Nå ser jeg virkelig frem til å sprekke denne master-bobla for godt, og nyte glade dager med deg!

Oslo, 2021

Daniel Næsheim

## Abstract

Music therapy has gained recognition in addiction treatment in Norway. National guidelines put weight on recovery-based practices, and suggest the use of music therapy in both treatment and health promotion in drug-rehabilitation. However, there are few studies to suggest implications for music therapy practice with people with former substance abuse in a community health-setting. This qualitative study seeks to describe the perspectives of participants involved in a collaborative project with a music therapy student in a non-institutional, drug-free community-center. The aim of the study was to form a music group to address the participants' needs at the center. Through participatory action research the members were encouraged to share their experiences in forming the music group, and playing together. The methods of data collection involved focus-groups, participant observation and interviews.

The results suggest that scaffolding the music group required an awareness of the ways the participants used music as a health resource in the community at the center, and working with the participants in promoting an inclusive environment for collaborative musicking. The collaboration highlighted some key therapeutic competencies, among them *Scaffolding* and *Moderating* the dialogue with the participants and the musical relationships between the group-members. The improvisations inspired the term *Tabu-therapy*, as liminal and communal experiences of trust and acceptance, in overcoming stigma and social isolation. This led to an exploration of the therapeutic role of the *Juggler*, in bringing play and laughter into the music experience. The discussion surveys the possible health resources in collaborative musicking and reflects on the many sided therapeutic work and roles in a community context.

Keywords: music therapy, music group, substance abuse, qualitative study, participatory action research, collaborative musicking, non-institutional, drug-free, health promotion, improvisation, recovery.

## Sammendrag

Musikkterapi er anbefalt i tre nasjonale retningslinjer i rus- og psykisk helsearbeid. Retningslinjene legger stor vekt på recovery i behandling og oppfølging av personer med rusavhengighet, men det er foreløpig få studier som dokumenterer hvordan musikkterapi kan implementeres ved møteplasser, og i oppfølgingstilbud for mennesker med tidligere rusproblematikk. Denne kvalitative studien beskriver erfaringene fra en deltakende aksjonsstudie med deltakere ved et rusfritt lavterskeltilbud. Målet for prosjektet var å utvikle en samspillsgruppe tilpasset deltakernes ønsker og behov. Feltarbeid ble anvendt for å invitert til dialog om tilbudet hvor deltakerne ble oppfordret til å dele sine erfaringer i fokusgruppe. Senere ble de intervjuet om deres erfaringer fra prosjektet. Samspillsgruppen som tok form, møttes over 5 uker, hvor øktene bestod av improvisasjon, bandmetodikk og uformell sosialisering i miljøet ved tiltaket.

Resultatet antyder at det å utvikle Samspillsgruppen krevde en bevissthet om deltakernes bruk av musikk som en helseressurs i miljøet ved tiltaket, og å jobbe med dem for å skape et inkluderende og trygt klima for samspillet. Samarbeidet pekte mot noen mulige musikkterapeutiske kompetanser, blant dem rollen som *Stillasbygger* og *Moderator* i dialogen med deltakerne, og i de musikalske relasjonene mellom deltakerne i Samspillsgruppen. Improvisasjonene i Samspillsgruppen ga inspirasjon til uttrykket *Tabu-terapi*, som en beskrivelse av liminale musikkopplevelser av tillit og aksept hvor deltakerne kunne kaste hemninger og utfordre stigma og utenforskap. Dette ledet til en utforsking av en annen terapeutisk rolle i *Gjøgleren*, i det å bringe leken og latteren inn i musikken. Studien peker på mulige forebyggende helseressurser i kollaborativ musicking, og reflekterer over utfordringer med deltakelse, musikkterapi-kompetanse og rolleforventninger på en arena utenfor behandlingsapparatet.

Emneord: musikkterapi, musikk, gruppe, kvalitativ studie, deltakende aksjonsforskning, rus, marginalisering, rusfritt lavterskeltilbud, improvisasjon, forebyggende helsearbeid, kollaborativ musicking, recovery.

## Innholdsfortegnelse

<b>DEL 1: INNLEDNING</b> .....	<b>1</b>
PROLOG: HUSET IMELLOM VERDENER .....	1
«RATS AND RABBITS AND THE TINY MOUSE».....	2
<i>Utvikling av problemstilling(er)</i> .....	3
AVGRENSNING OG SENTRALE BEGREPER .....	5
<i>Samspillsgruppen</i> .....	5
<i>Deltakerne</i> .....	5
<i>Min musikkterapeutiske forforståelse</i> .....	7
<i>Humanistisk musikkterapi</i> .....	7
<i>Samfunnsmusikkterapi</i> .....	8
<i>Improvisasjon i musikkterapi</i> .....	9
<i>Min musikalske bakgrunn</i> .....	10
FOREBYGGENDE HELSEARBEID I RUS- OG PSYKISK HELSEFELTET .....	10
<i>Recovery-perspektivet</i> .....	11
MUSIKKTERAPI I RUS- OG PSYKISK HELSEFELTET .....	12
<i>Forskning og praksiserfaringer</i> .....	13
<i>Oversikt over oppgaven</i> .....	15
<b>DEL 2: TEORETISK RAMMEVERK</b> .....	<b>16</b>
DEFINISJON(ER) AV MUSIKKTERAPI .....	16
EN ØKOLOGISK MODELL .....	17
KOLLABORATIV MUSICKING.....	19
PERFORMANCE OG IDENTITET .....	21
MUSICAL PERSONHOOD .....	22
DET LIMINALE OG KARNEVAL.....	22
LATTER OG VITALITET .....	23
ET RELASJONELT HELSEPERSPEKTIV .....	24
TERAPEUTISKE ROLLER .....	26
<b>DEL 3: METODE</b> .....	<b>27</b>
VALG AV FORSKNINGSMETODE .....	27
STUDIENS DESIGN .....	27
<i>Feltarbeid og utvalg</i> .....	28
<i>Fokusgruppe</i> .....	29
<i>Fasene i studien (over fem uker)</i> .....	29
VITENSKAPSTEORETISK STÅSTED .....	32
SKAPE DATA .....	33
<i>Deltakende observasjon og loggføring</i> .....	33
<i>Semistrukturert livsverdenintervju</i> .....	34
ANALYSE AV DATAMATERIALET .....	35
<i>Valg av analysemetode</i> .....	35
<i>Analysetrinn</i> .....	36
FORSKNINGSKRITERIER .....	40
ETIKK.....	40

<i>Utvalg og databehandling</i> .....	41
<i>Makt</i> .....	42
STUDIENS KVALITET .....	43
<b>DEL 4: RESULTATER</b> .....	<b>46</b>
FORHANDLINGER.....	47
<i>Regulere støy</i> .....	47
<i>Lavere terskel</i> .....	47
<i>Å skape et Vi</i> .....	48
TERAPEUTENS ROLLE(R).....	49
<i>Moderator</i> .....	49
<i>Autentisk</i> .....	50
<i>Spille gruppen god</i> .....	50
<i>Tillit</i> .....	51
Å VEKKE DET KREATIVE .....	52
<i>Uten press</i> .....	52
<i>Å lytte</i> .....	53
<i>Tabu-terapi</i> .....	54
<i>Å le sammen</i> .....	55
PUSTEROM.....	56
<i>Glemme konflikten</i> .....	56
<i>Ferie for hodet</i> .....	56
<i>Spilleglede</i> .....	58
<i>Selvregulering</i> .....	58
FELLESSKAPETS RINGVIRKNINGER .....	59
<i>Hører hjemme her</i> .....	59
<i>Å være noe for andre</i> .....	60
<i>Ut av skapet</i> .....	61
<b>DEL 5: DISKUSJON</b> .....	<b>63</b>
STÅSTEDER I MUSIKKFELLESSKAPET .....	63
FORHANDLINGER.....	64
<i>Kulturendring</i> .....	65
I RANDSONEN: TABU-TERAPI.....	66
<i>Flyt, latter og vitalitet</i> .....	67
<i>Å skape et Vi</i> .....	68
«FELLESKAPT»: Å VÆRE NOE FOR ANDRE.....	69
TERAPEUTENS ROLLE(R).....	70
<i>Stillasbygger</i> .....	71
<i>Moderator</i> .....	72
<i>Gjøgler</i> .....	73
KONKLUSJON: HUSET IMELLOM VERDENER.....	75
<i>Studiens relevans</i> .....	77
<b>LITTERATURLISTE</b> .....	<b>78</b>
<b>VEDLEGG</b> .....	<b>89</b>

# Del 1: Innledning

## Prolog: Huset imellom verdener

En plass midt i byen står et grønt, lite trehus. Da Oslo het Kristiania gled det antagelig ubemerket inn i bybildet, men mye har skjedd siden den gang. Høyreiste blokker og murbygg har kommet til rundt det vesle huset, og får det til å fremstå som en fremmed i egen by. Kanskje er det bare passende at livet på innsiden følger en annen rytme enn storsamfunnet ellers? Vi som holder til her, kaller det bare for «Det Grønne Huset». Her har jeg tatt del i jam og kaffeprat, og ledet aktiviteter som låtskriving, gitarkurs og band de siste årene. På denne måten har jeg kommet tett på menneskene som har bidratt til dette masterprosjektet. Fra utsiden ville du neppe gjette at det har foregått en liten musikalsk revolusjon i det vesle huset (med mindre du hører musikken og latteren fra gata). En allsidig instrumentpark, bandrom og studio har kommet til, gjennom et sterkt engasjement fra både musikkterapeuter og enkeltpersoner i musikkmiljøet ved *Møteplassen*.

Møteplassen er navnet jeg i denne oppgaven vil bruke om stedet hvor jeg gjennomførte mitt masterprosjekt. Det er et rusfritt lavterskeltilbud, i regi av en av de større ideelle aktørene innen rusomsorgen. Her hadde jeg praksis i musikkterapi høsten 2017, etterfulgt av egenpraksis våren 2018, med påfølgende engasjement i en 20 %-stilling som miljøterapeut med musikkterapeutiske oppgaver, frem til i dag (april, 2021). For menneskene som er innom Møteplassen, handler det en del om overganger, enten det dreier seg om å etablere nye nettverk etter en tid med rus, institusjonsopphold, eller andre former for marginalisering som gjør at en trenger et sted å gå. Slik som «Det Grønne Huset» hvor vi spiller musikk sammen, befinner menneskene her seg gjerne litt imellom verdener, men i fellesskapene ved Møteplassen finner mange òg tilhørighet.

Møteplassen er et behandlingsfritt tilbud og krever ingen henvisning. Besøkende blir ikke spurt om sin bakgrunn, og kalles *deltakere* for å gjenspeile at vi er sammen om å skape en hverdag det er verdt å holde seg rusfri i. Tillit og ansvar er nøkkelord i det daglige arbeidet mellom ansatte og besøkende med å virkeliggjøre mål om



normalisering og samarbeid. Musikkterapien befinner seg i et grenseland utenfor tradisjonelle terapeutiske kontrakter, hvor det kan være krevende å legitimere hva kompetanse og fagidentitet egentlig handler om. Fra én dag til en annen kan jeg fylle rollen som trommis i en deltakerstyrt jam, holde gitarkurs, eller bidra når et av Møteplassens band spiller konsert i byen.

I det vesle grønne huset foregår det meste av musikkaktivitetene ved Møteplassen. Det er et samlingssted for alle med tilhørighet til musikkmiljøet, og rommer både uformell «henging» og spilling, og faste grupper og timer. Her ble dette masterprosjektet gjennomført våren 2018 som en deltakende aksjonsstudie, etter et lengre feltarbeid. Utgangspunktet var besøkendes innmeldte behov og ønsker knyttet til å utvikle en ny samspillsgruppe. Enkelte dager ville du antagelig hørt oss, om du hadde passert forbi. Da ville du sikkert bitt deg merke i energien, latteren og spillegleden.

Det er lett å tenke seg at Møteplassens lille musikkhus er et slags mikrosamfunn på grensen til den øvrige byen. Deltakernes beskrivelser gjennom dette masterprosjektet, har fått meg til å innse at musikklivet her, òg befinner seg på grensen av to mer abstrakte verdener: mellom storsamfunnets normer, og krav til funksjonalitet, og kunsten og musikkens kreative virkelighet – som, ved å romme det tilsynelatende unyttige, rare og vitale, kan skape håp og gi næring til nye drømmer.

## «Rats and Rabbits and the Tiny Mouse»

Arbeidet med å lande på et tema for denne oppgaven har vært en gradvis prosess, og har endret seg etter som jeg har blitt bedre kjent med menneskene og miljøet ved Møteplassen. Men jeg hadde nok ganske tidlig en formening om at jeg synes rammene for musikkterapi ved Møteplassen skaper en interessant spenning mellom myndiggjøring og medvirkning på den ene siden, og musikkterapeutisk rolleforståelse og kompetanse på den andre. Da jeg ble gjort oppmerksom på tilbakemeldinger om utfordringer flere besøkende hadde med den faste *Onsdagsjammen* ved Møteplassen, så jeg en mulighet til å bruke min egen forskning til å gå i dialog med dem om hvordan tilbudet kunne se ut. Kanskje kunne dette gi erfaringer som ikke bare var nyttige for dem selv, men også bidra med å tydeliggjøre rammene for det

musikkterapeutiske arbeidet ved Møteplassen? Onsdagsjammen var da en åpen og delvis deltakerstyrt jam-gruppe, som i sin tid ble startet av en tidligere ansatt og deltakere ved Møteplassen. Senere utviklet det seg til en uformell jam, ledet av noen dedikerte musikere med fartstid i miljøet. Som et godt besøkt tilbud, var det til tider mange innom, varierende hensyn og ta, med fantastiske høydepunktopplevelser når alt klaffet. Dette fikk jeg selv erfare de gangene jeg deltok. Men, i tiden før mitt masterprosjekt ble det slutt på den gode stemningen, og etter gjentatte forsøk fra ulike ansatte og deltakere på å lede Onsdagsjammen, ble det rapportert om personkonflikter og et dårlig klima for samspill.

Jeg innledet da et feltarbeid, for å avdekke hva det var deltakerne ved Møteplassen opplevde som utfordrende, med et mål om å tilpasse problemstilling og tema etter deres behov. Gjennom samtaler med dem, merket jeg fort at det ville kunne oppfattes problematisk om jeg gikk inn og overtok det som var en aktivitet mange følte eierskap til. Etter å ha lyttet til deres ønsker kom da ideen til meg om et forskningsprosjekt hvor de selv fikk påvirke utviklingen av en ny samspillsgruppe. Her kunne vi prøve oss frem med ulike virkemidler og samspillsformer. Dette arbeidet ble understøttet av regelmessige fokusgruppe-møter, hvor personene som ble rekruttert til prosjektet fikk komme med sine tilbakemeldinger og ønsker underveis. Det som etter hvert tok form var en deltakende aksjonsstudie, hvor jeg forsket *med* deltakere ved Møteplassen. Prosjektgruppen ga seg selv navnet «Rats and Rabbits and the Tiny Mouse», som en humoristisk referanse til deres rolle i prosjektet som forsøksdyr og medforskere. Hva aksjonsforskning er, og hvordan jeg har gått frem for å inkludere deltakerne i denne studien, vil jeg forklare nærmere under metodekapittelet i denne oppgaven.

### Utvikling av problemstilling(er)

Etter det innledende feltarbeidet formulerte jeg følgende, åpne problemstillinger, med en forutsetning om at de ville kunne endre seg etter som deltakerne og jeg trengte mer inn i temaene i prosjektet:

Hvordan beskriver deltakerne sine erfaringer med samspillsgruppe og musikkfellesskapet?

Og:

Hvilke musikkterapi-kompetanser peker deres beskrivelser mot?

Dette var problemformuleringene som ble kommunisert i samtykkeskjemaet til dem som deltok, med en lengre beskrivelse av prosjektet, under tittelen: «*Musikkfelleskap for endring: en utforskende casestudie om deltakelse og musikkterapi-kompetanse ved et rusfritt fritidstilbud*»<sup>1</sup>. Samspillsgruppe omfattet i denne problemformuleringen erfaringer med å spille sammen, mens *musikkfelleskapet* siktet til mulige ringvirkninger av endringsarbeidet deltakerne og jeg ville foreta oss i fokusgruppe. På grunn av deltakernes eierskap til musikktilbudet ved Møteplassen, ønsket jeg opprinnelig ikke å gå inn som musikkterapeut, men som deltaker og forsker. Hvilken rolle musikkterapi/musikkterapeuten kunne tenkes å ha i et slikt prosjekt, var en del av tematikken jeg i masteroppgaven ville drøfte og problematisere. Dette omfattet òg eventuelle kompetanser, som deres beskrivelser kunne peke mot.

Fokusgruppen ga imidlertid anledning til å snakke med deltakerne som ble med i studien, om blant annet problemstillinger, roller og mål. Der jeg først var redd for at en for tydelig musikkterapeutisk vinkling ville være uheldig for deres eierskap til prosjektet, viste det seg at flere ønsket å bidra til å utvikle musikkterapi-tilbudet og forskningen på feltet. Selv om ingen ønsket å komme med direkte innvendinger til de opprinnelige problemstillingene, gjorde de meg oppmerksom på at min rolle var viktig å få med. Med tid, fikk studien en tydeligere forankring i aksjonsforskning, noe som òg ga innspill til en omformulering av de opprinnelige problemstillingene, hvor min bakgrunn og samarbeidet med deltakerne kom mer frem:

Hvordan beskriver deltakere ved et rusfritt lavterskeltilbud samarbeidet med en musikkterapi-student om å utvikle en samspillsgruppe, og hvordan opplever de det å delta i samspillet?

Prosjektet fikk også en tydeligere identitet i rusfeltet, som inviterte til følgende oppfølgingssspørsmål:

---

<sup>1</sup> Se Vedlegg 1: Samtykkeskjema

Hva kan prosjektet fortelle om deltakererfaringer med musikk i gruppe, med betydning for musikkterapeuters rolleforståelse og kompetanse innen forebyggende helsearbeid i rus- og psykisk helsefeltet?

## Avgrensning og sentrale begreper

Problemstillingene inneholder flere elementer jeg nå vil belyse nærmere ved å forklare hvordan prosjektgruppen så ut og hvem som deltok. Deretter vil jeg ta for meg mitt grunnsyn på musikkterapi, før jeg plasserer prosjektet i perspektiv av forebyggende helsearbeid i rus- og psykisk helsefeltet. Jeg vil avslutte dette kapittelet med en gjennomgang av et utvalg av relevant forskning og praksiserfaringer med musikkterapi i grupper, innen rus- og psykisk helsearbeid.

## Samspillsgruppen

Problemstillingen viser til deltakernes opplevelser med å utvikle en samspillsgruppe, og å spille sammen. I masterprosjektet brukte vi forhandlingene i Fokusgruppen som et utgangspunkt for hva vi ønsket å beholde og/eller endre ifra Onsdagsjammen. Samspillet som etter hvert tok form, bestod både av improvisasjon og bandmetodikk. Til disposisjon hadde vi et velutstyrt bandrom med trommer, piano, akustiske gitarer, el-gitarer, mikrofoner, bass, klokkespill, munnsspill, rytmeegg m.m. Gruppen var lukket, og møttes utenfor Møteplassens åpningstid i fem uker. Vi startet hver samling med en liten prat, før vi spilte sammen i rundt 45 min., avbrutt av enkelte pauser. Se metodekapittelet for en nærmere oversikt over hva vi gjorde, og når, samt en mer utfyllende beskrivelse av prosessen i Fokusgruppen.

## Deltakerne

Deltakerne i dette masterprosjektet har alle tilhørighet til musikkmiljøet ved Møteplassen. Gruppen som ble rekruttert til studien bestod av to kvinner og fire menn, enkelte med lengre fartstid i miljøet ved Møteplassen, og andre som nylig hadde begynt å bruke tilbudet. Når det gjaldt tidligere erfaring med musikk, var det både nybegynnere og rutinerne musikere, men alle hadde tidligere deltatt i Onsdagsjammen. De fleste deltakerne kjente hverandre fra før, blant annet fra Onsdagsjammen, men sammensetningen i prosjektgruppen var ny. Med unntak av én, deltok samtlige på alle samlingene i løpet av masterprosjektet, både i

Fokusgruppen og i Samspillgruppen. Alle deltakerne har i denne masteroppgaven blitt anonymisert, og fått nye navn. Se metodekapittelet for detaljer om utvalg og etiske overveielser.

Møteplassens åpne og behandlingsfrie profil, gjør det komplisert å snakke om en enhetlig gruppe. Ikke alle besøkende har rusbakgrunn, og kan være marginaliserte av andre grunner, enten det dreier seg om psykisk helse, og/eller sosio-økonomiske forhold. Jeg spurte derfor deltakerne i masterprosjektet hvordan de ønsket å bli omtalt i denne oppgaven. Flere svarte at de anså seg selv som musikere i rammene av prosjektet, men var åpne om at de delte en form for sårbarhet, enten på grunn av tidligere rus, helseutfordringer, og/eller andre grunner som gjorde at de fant veien til Møteplassen. Mitt inntrykk var at det som virkelig forente deltakerne ved inngangen til masterprosjektet, var en lidenskap for musikk og et visst fellesskap i det å stå sammen i utenforskapet. Denne litt flertydige identiteten har jeg forsøkt å ta høyde for i denne oppgaven.

For å plassere dette masterprosjektet i kontekst, vil jeg anvende litteratur og forskning innen rus- og psykisk helsearbeid for å løfte frem mulige helseressurser som ligger i at mennesker samles og spiller musikk sammen. Referansene til rusavhengighet og psykisk sykdom vil være sparsomme, og vil kun brukes til å skape en ramme for det forebyggende helseperspektivet som utvikles i oppgaven. I dette masterprosjektet har det vært viktig å forhandle om roller og finne nye måter å være sammen på (Gergen & Gergen, 2008). Det kommer i masteroppgaven til uttrykk ved en betoning av prosjektgruppens unike prosess, fremfor å vektlegge medlemmenes tidligere identiteter (Reason & Bradbury, 2008). I denne sammenheng, har jeg valgt å omtale dem som deltok som *deltakere*, for å fremheve deres status som borgere og medforskere i masterprosjektet, til forskjell fra klienter eller brukere (Volden, m.fl., 2019). I dette ligger det forventninger om likeverd, samarbeid og normalisering, på en arena i rusomsorgen utenfor behandlingsapparatet. I det hele tatt, forsøker jeg i denne oppgaven å finne et balansepunkt mellom en nødvendig posisjonering av prosjektet, og behovet for å omtale menneskene i studien på måter de kan vedkjenne seg. Det gjelder for så vidt òg min egen rolle, som har vært gjenstand for kritisk refleksjon og forhandling underveis i studien. Det vil jeg si mer om under metodekapittelet.

## Min musikkterapeutiske forforståelse

Da masterprosjektet ble gjennomført, hadde jeg egenpraksis i musikkterapi gjennom et vikariat ved Møteplassen. Jeg var også student ved masterprogrammet i musikkterapi ved Norges musikkhøgskole. For å tydeliggjøre min egen bakgrunn vil jeg under presentere noen sentrale perspektiver og begreper som er relevante for mitt grunnsyn på musikkterapi og musikk ved inngangen til dette masterprosjektet.

## Humanistisk musikkterapi

Både i Norge og internasjonalt, henter mange musikkterapeuter inspirasjon fra humanistiske perspektiver (Ansdell & Stige, 2018).<sup>2</sup> Det kan sies å utgjøre et slags grunnsyn i norsk sammenheng, og gir et felles verdi- og kunnskapsgrunnlag for forskning og praksis på musikkterapi (Ruud, 2008). Humanismen interesserer seg for menneskers livsverden, og har normalt motsatt seg reduksjonistiske modeller som et grunnlag for å forstå menneskers potensial og muligheter (Ruud, 2008). Ruud knytter et humanistisk perspektiv i musikkterapi an til et flerdimensjonalt menneskesyn, som anerkjenner at menneskers handlemuligheter både har biologiske, psykologiske og sosio-kulturelle aspekter (Stige, m.fl., 2021, s. 477). I et slikt perspektiv er ikke musikk et objekt, og har ikke kurativ effekt, slik som en teknisk medisinsk inngripen kan tenkes å påvirke en medisinsk tilstand. Musikkterapi og musikkopplevelser må forstås som relasjonelle og kontekstavhengige hendelser, som under rette forhold kan skape muligheter for mennesker til fritt å involvere seg med musikk på helsefremmende måter (Ruud, 2008, Ansdell & Stige, 2018).

For å unngå fremmedgjøring og objektivisering, har jeg forsøkt å møte menneskene i prosjektgruppen med nysgjerrighet og respekt, både med tanke på den rådende musikkulturen ved Møteplassen, deres opplevelser med musikk, og tidligere bakgrunn. Dette er viktige humanistiske verdier, og gjør improvisasjon og innlevelse til avgjørende egenskaper (Ruud, 2008). Musikkterapeuter som praktiserer etter humanistiske prinsipper, jobber ressursorientert med å skape mestringsopplevelser med musikk, innenfor en støttende terapeutisk relasjon (Rolvjord, 2008). Her

---

<sup>2</sup> Se forøvrig samme artikkel fra Ansdell & Stige (2018), for en interessant kritikk av enkelte av grunnideene i Humanismen. Dette er tanker som går igjen i denne masteroppgavens performance-perspektiv på musikk, helse og Selvet i musikkterapi.

oppfattes musikkterapeuten gjerne som en type tilrettelegger i en endringsprosess som involverer et samarbeid mellom terapeut og deltaker(e) (Stige, m.fl., 2021).

## Samfunnsmusikkterapi

Ved Møteplassen er det av flere grunner naturlig å plassere musikkterapien innenfor en samfunnskontekst. Enkelte deltakere befinner seg i en fase av livet hvor det handler om å løsrive seg fra tidligere rusrelaterte nettverk og etablere en ny identitet som rusfri. Og har man ikke direkte erfaring med rus, vil man likevel kunne bruke fellesskapet ved Møteplassen som et springbrett inn i arbeid og studier, eller som et tilholdssted, hvor man en tid kan koble av, finne nye interesser, og føle tilhørighet. Prosessen med å normalisere eget liv – om dette er målet – krever stor egeninnsats, og fordrer et kontinuerlig arbeid med å reforhandle roller og status i møte med samfunnets forventninger og normer.

Dette gjør det naturlig å se deltakernes livssituasjon i sammenheng med muligheter for økt samfunnsdeltakelse. Samfunnsmusikkterapien gir et teoretisk grunnlag for å beskrive bruk av musikk i forebyggende helsearbeid, med mennesker og miljøer utenfor kliniske rammer for terapi (Stige & Aarø, 2012). I samfunnsmusikkterapien står begreper som empowerment og medvirkning sterkt. Deltakernes ressurser og helse må kobles til deres omgang med lokalsamfunnet, og mulighetene musikk tilbyr når det gjelder å utvikle ferdigheter, og fremføre positive sosiale roller og identiteter på nye livsarenaer (Ansdell & Pavlicevic, 2004). Det å redefinere og normalisere hjelperelasjoner vil være et viktig steg på veien mot økt kontroll over eget liv. Terapien kan i bred forstand forstås som omsorg og tilrettelegging, og omfatter både forebyggende helsearbeid og sosial aktivisme (Stige & Aarø, 2012). Med dette tenker man seg at det vil kunne eksistere dyptliggende sosiale årsaker som hemmer individer eller grupper muligheter til å utfolde seg på nyttige og meningsfulle måter i sitt nærmiljø, eller i samfunnet. Det vil, for eksempel, kunne være nødvendig å jobbe aktivt med miljøet ved en institusjon for å endre statusen til pasienter, jobbe med holdninger til musikk, og tilgangen mennesker har til viktige sosio-musikalske møteplasser (Aasgaard, 2002, Solli, 2012). Individets vekst og muligheter må ikke kun tenkes som en tilpasning til institusjonen eller omverdenen, men som et gjensidig forhold, hvor samfunnet òg tar til seg personene, musikken og musikkterapien (Ruud, 2015, s. 105).

Gitt rammene for musikkterapi ved Møteplassen, er samfunnsmusikkterapi et svært relevant perspektiv. Valget av deltakende aksjonsforskning som en filosofisk-metodisk orientering av masterprosjektet, er en konsekvens av å se min mastergradsstudie som en forlengelse av målene for samfunnsmusikkterapien, og arbeidet ved Møteplassen, om å fremme dialog, samarbeid og borgerstatus (Volden, m.fl., 2019, Stige & Aarø, 2012). For at dette ikke bare skal bli tomme ord har det vært viktig å komme deltakerne i møte, og utfordre ulike former for marginalisering og rolleforventninger (Procter 2004, Stige & Aarø, 2012). Se metodekapittel for hvordan jeg i praksis har gått frem for å involvere deltakerne i studien.

### Improvisasjon i musikkterapi

Improvisasjon er både et verdisyn og en metode i musikkterapi (Ruud, 2015, Bruscia, 2014). Som en type livssyn påpeker Ruud (2015) at improvisasjon er en nødvendig motvekt til kontroll og manipulasjon. For at musikkterapien skal kunne tilpasse seg skiftende kontekster, og skape likeverdige møter, må terapeuten være tilstrekkelig åpen og fleksibel. Denne grunnholdningen har jeg tatt med meg inn i møtet med deltakerne i prosjektet, hvor det har vært viktig å følge veien som prosjektgruppen har gått opp underveis, og leke med alternative samværsformer i musikken (Gergen, 2015).

Musikkterapeutisk improvisasjon (også kalt klinisk improvisasjon) bygger på musikkens potensial som en kommunikasjonsform, hvor underliggende erfaringer, tanker og dynamiske følelsetilstander, kan gis symbolsk betydning innenfor rammen av et musikalsk samspill (Stern, 2010, Wigram, 2004, Ruud & Næss, 2015). Et eksempel på dette finner vi innen Kreativ musikkterapi. I samspill med barn uten språk viste Nordoff og Robbins (i Ruud & Næss, 2015), hvordan en musikalsk dialog kunne etableres og utvides gjennom en regulering av kommunikative gester, som skapte et forståelig og interaktivt hendelsesforløp for barnet. I klinisk improvisasjon bruker musikkterapeuter musikalske og terapeutiske teknikker for å anerkjenne, støtte og utvikle klientens musikalske innspill (Wigram, 2004). Dette krever ingen musikalske forkunnskaper hos klienten. Den performative kvaliteten i musikken er som regel ikke av betydning, da improvisasjonen har til hensikt å etablere et rom for mellommenneskelig kontakt mellom terapeut og klient (Trondalen, 2016). Den



improviserende, dialogorienterte musikkterapien, fokuserer på å fostre likeverdige møter gjennom en samskaping av symbolsk mening, hvor det overordnede målet er å fremme kommunikasjon, uttryksmuligheter og helse (Ruud, 2015, Pavlicevic, 2000). Dette var for meg sentrale referanser i samspillet med deltakerne i prosjektet, selv om musikkulturen her òg avvek fra klinisk improvisasjon på vesentlige måter.

Det er nødvendig å skille mellom klinisk improvisasjon, og bruk av improvisert musikk i grupper og band i samfunnsmusikkterapi (Aigen, 2014, Pavlicevic, 2000). Den etablerte jam-kulturen ved Møteplassen i tiden før masterprosjektet, hadde et tydeligere performativt preg, hvor musikalske konvensjoner som puls, rytme, harmoni, akkordprogresjoner og tekst utgjorde viktige elementer (Pavlicevic, 2000). Til forskjell fra klinisk improvisasjon var det ingen streng rollefordeling mellom deltakerne, og musikalsk identitet og sjangerkoder påvirket samspillet i stor grad. Mitt inntrykk var at forventninger om musikkens kvalitet var mer fremtredende i samspillet enn de mellommenneskelige relasjonene. Likevel lå det i denne jam-kulturen en kime til å utforske et bredere spekter av uttryksformer og mellommenneskelige prosesser innenfor den eksisterende kulturen. Jeg vil ha mer å si om improvisasjon i teorikapittelet, og i resultatkapittelet beskriver deltakerne sine erfaringer med å bringe elementer fra improvisasjon inn i Samspillgruppen, og hvordan gruppen måtte jobbe med relasjonene mellom deltakerne for å bedre samspillet.

### Min musikalske bakgrunn

Da denne oppgavens problemstilling ønsker å belyse mulige kompetanser i samarbeidet med deltakerne, opplever jeg det som viktig å informere kort om min musikalske bakgrunn. Jeg har spilt gitar og sunget siden jeg var 16 år, og opparbeidet det jeg vel kan kalle en grunnleggende forståelse for de fleste bandinstrumenter. Tidligere har jeg undervist i sang, piano og gitar ved en privat musikk-skole, og jeg spiller selv i band. Min tilnærming til musikk er for det meste gehørbasert, og jeg har bakgrunn fra improvisert musikk i rock, bluegrass og folkemusikktradisjonen.

### Forebyggende helsearbeid i rus- og psykisk helsefeltet

Innenfor rusfeltet befinner musikkterapeuter seg både i spesialisthelsetjenesten (TSB), i kommunale rustjenester, i kriminalomsorgen og i ideelle lavterskeltilbud

(Stige, m.fl., 2021). Som et ideelt lavterskeltilbud er Møteplassen et av få behandlings- og rusfrie ettermiddagstilbud i Oslo. Det er en sosial møteplass, et *Kom-og-bidra* sted og aktivitetstilbud for mennesker med tidligere rusproblematikk, eller som opplever marginalisering av ulike årsaker. Arbeidet som utføres her er naturlig å plassere i et forebyggende helseperspektiv. En fersk rapport om folks psykiske helse, livskvalitet og rusmiddelbruk under koronapandemien, anbefaler en styrking av det frivillige og ideelle lavterskeltilbudet (Kjøs, m.fl., 2021).

Ekspertutvalget foreslår en tettere tilknytning mellom det offentlige hjelpeapparatet og frivilligheten, og ønsker tiltak for å øke kompetansen i lavterskeltjenester, for å lette byrden på spesialisthelsetjenesten, og styrke samfunnets beredskap i et folkehelseperspektiv. Tidligere rapporter og veiledere i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne, har pekt på behovet for tettere oppfølging i ettervernet av mennesker med tidligere rusproblematikk, og etterspurt muligheter for deltakelse og sosial støtte i rusrehabilitering (Helsedirektoratet, 2014). Det vises til at det er et betydelig samfunnsoppdrag å redusere forekomsten av angst, depresjon og rusmiddelproblemer for «... å sikre enkeltmennesker bedre livskvalitet og redusere totalbelastningen for samfunnet» (s. 3). Denne utviklingen må foregå med «Brukeren som viktigste aktør» (s. 3), sies det.

### Recovery-perspektivet

Rusfeltet er i stadig endring og har de siste årene opplevd en dreining mot samfunnsrettede og tverrfaglige tjenester (Helsedirektoratet, 2016). Det er talende for denne utviklingen at den er drevet frem av en revurdering av sosiale stigma rundt rusmiddelbruk, avhengighet og psykisk helse (Bye, 2015). En ny rusreform står òg på trappene, og er et tegn på at debatten om rus og psykisk helse er på vei i en mer sosial-preventiv retning (Stortinget, 2021). Et viktig innspill til utviklingen av tjenestene for rus- og psykisk helsefeltet finner vi i recovery-perspektivet (Helsedirektoratet, 2014). Både i Norge og internasjonalt har musikkterapeuter fått øynene opp for recovery-bevegelsens naturlige forbindelse med ressurs- og brukerorienterte tilnærminger i musikkterapi (McCaffrey, m.fl., 2018). Her i landet, har særlig Hans Petter Solli vært en foregangsfigur (2014).

Recovery-filosofien har sitt utspring i brukeropprør ifra tidligere «overlevende» i psykiatrien (Hense, 2015). Stemmer fra innsiden har fortalt sine historier om

overdreven patologisering, stigma, og negative konsekvenser av lengre institusjonsopphold og skjevfordeling i maktforholdet mellom behandler og pasient (Solli, 2014). Dette har ledet til en kamp om brukernes rett til å bli behandlet som likeverdige, og til å påvirke egen behandling. Recovery-perspektivet skiller seg fra et tradisjonelt syn på behandling, blant annet ved å utfordre biodynamiske og psykoterapeutiske forklaringsmodeller på mennesket. Innenfor et slikt behandlingsparadigme har det tradisjonelt vært terapeutene som er ekspertene, ved å være ansvarlige for riktig administrering av vitenskapsfunderede løsninger på målbare biomarkører, eller diagnosekriterier (Solli, 2014, DeNora, 2013). Recovery-bevegelsen argumenterer på sin side for at bedring er en dypt personlig prosess, som kun kan skje gjennom iherdig egeninnsats (Anthony, 1993). Hjelp og støtte er også viktig, men denne hjelpen kan ikke skje utenfra, fordi det involverer en objektivisering av mennesker (Solli, 2014). Da mennesker er mer enn sine lidelser, er det å leve funksjonelle og meningsfulle liv til tross for sykdom, et uttalt mål. Dette gjør bedring til en prosess, snarere enn et resultat.

Recovery-bevegelsen har bidratt til et stemningsskifte i psykisk helsearbeid. Oppmerksomheten har endret seg ifra ren symptombehandling, til holistiske og tverrfaglige behandlingsmodeller, med mål om å støtte den enkelte i sin bedringsprosess imot økt kontroll over eget liv, og deltakelse i lokalsamfunnet (Hense, 2015, Solli, 2014). I recovery er det nødvendig å utforske alternative narrativer forbundet med sosiale stigma, marginalisering, helse og fungering (McCaffrey, m.fl., 2018). Her grenser recovery-perspektivet til borgerrettighetsbevegelsen kamp for alle menneskers rett til inkludering på ordinære livsarenaer, og anerkjennelse som likeverdige *borgere* (Volden, m.fl., 2019).

## Musikkterapi i rus- og psykisk helsefeltet

Etter å ha gjennomført analysen av datamaterialet i dette masterprosjektet, gjorde jeg et avgrenset litteratursøk på forskning og praksiserfaringer med musikkterapi og musikkaktiviteter i grupper innenfor rus- og psykisk helsefeltet. Jeg vil her presentere utvalgte funn jeg opplever er relevante for masterprosjektet. Da denne oppgaven har forankring i et humanistisk verdisyn, har jeg lagt hovedvekten av gjennomgangen på kvalitative studier og brukeropplevelser. I litteratursøket har jeg brukt følgende

databaser: RILM, PubMed, Nordic Journal of Music Therapy, Voices, Google Scholar, Journal of Music Therapy, NMH-Oria, Uio Oria, Helsebiblioteket, Taylor and Francis online og Cochrane Reviews. Jeg benyttet søkeord som: music therapy/musikkterapi + addiction, avhengighet, rusfri, rusrehabilitering, health care, community, ettervern, after care, groups, rehabilitering, rehabilitation, health promotion, substance abuse/misuse/use, group music therapy, rehab, community, rusbehandling, stofmisbrug, action research, recovery, oppfølging og forebygging.

## Forskning og praksiserfaringer

Litteratursøket bekreftet min innledende antagelse; det eksisterer svært få studier og erfaringer med musikkterapi innen rusfrie lavterskeltilbud eller oppfølgingstilbud. Selv om musikkterapi i rusfeltet har få selvstendige studier å vise til, pekes det blant annet på forskning om bruk av musikkterapi innen psykisk helse og forebyggende helsearbeid (Stige, m.fl., 2021). Helsedirektoratets anbefaling for bruk av musikkterapi i behandling og rehabilitering av rusmiddelproblemer og avhengighet, baserer seg blant annet på dokumentert effekt av musikkterapi innen psykisk helsearbeid til å redusere negative symptomer, depresjon og angst (Gold, m.fl., 2009, Helsedirektoratet, 2016). De refererer også til Monika Overås (2013) studie ved avgiftningsenheten ved Akershus universitetssykehus, som viste til at deltakelse i en musikkterapigruppe ved avrusning ga muligheter til avkobling fra vanskelige tanker og situasjoner, og fremmet mestringsopplevelser som påvirket motivasjonen til å stå i behandlingen (Helsedirektoratet, 2016).

Det er blitt gjort et grundig arbeid med å dokumentere brukererfaringer gjennom sju erfaringsrapporter fra kommunal rus- og psykisk helsetjeneste og rusbehandling i spesialisttjenesten (Kielland, m.fl., 2020). Tilbakemeldingene tilsier at musikkterapi kan (s. 8):

1. Skape mestringsopplevelser med overføringsverdi til andre områder av behandling og i hverdagen.
2. Bidra til innhold og mening i hverdagen.
3. Skape rammer for økt medvirkning og opplevelse av ansvar og tilhørighet.
4. Styrke opplevelsen av egen identitet.
5. Bidra til å bli kjent med, bearbeide og regulere følelser.

En masteroppgave om ruspasienters opplevelse av eget ettervern konkluderte blant annet med at etter at de somatiske symptomene til pasientene var ivaretatt, trengte de emosjonell, mental og sosiale støtte for å holde seg rusfrie (Sunde, 2017). Procter (2001), har beskrevet hvordan musikkterapeutisk improvisasjon i en behandlingsfri ramme innenfor psykisk helsearbeid, kan gi terapeuter frihet til å danne likeverdige relasjoner til deltakere og skape miljøer i og rundt musikk som styrker deltakernes evne til å tre ut av pasientrollen. Ansdell (2010) reflekterer på lignende måte over erfaringer med samfunnsmusikkterapi innen psykisk helsevern i London, og hvordan musikk i grupper muliggjorde økt deltakelse, kollektive identiteter, og et utvidet rollerepertoar blant deltakerne. En finsk studie fant også støtte for at musikkterapi i grupper ga tidligere alkoholmisbrukere «higher spirits», bedre selvtillit, muligheter til å finne ro, og styrket sosiale relasjoner med nære andre (Hairo-Lax, 2005).

Enkelte kvalitative studier har dokumentert erfaringer med musikk i grupper i rusbehandling og/eller kommunale og ideelle lavterskeltilbud. Her må det nevnes at Solum (2016) allerede har skrevet en masteroppgave om gruppemusikkterapi ved Møteplassen. Han beskrev opplevelsene til deltakere i en musikkgruppe, hvor improvisasjon og sang var viktige samværsformer. Resultatene viste til hvordan musikkterapi av denne typen kan tilby deltakere «... et viktig rom for personlig utvikling, emosjonell utprøvning og regulering, fellesskap, og tilhørighet» (s. 57). Kristiansen (2016) viser på sin side til mulighetene som ligger i sangdelen som gruppetilbud i rusbehandling. Ved å ta utgangspunkt i musikkpreferanser som en ressurs i uformelle sangdelingsgrupper, kan musikkterapi bidra i identitetsarbeid, øke emosjonell tilgjengelighet, samt fostre deltakelse og behandlingsmotivasjon som fremmer ressurser og forebygger tilbakefall (s. 211). En annen studie av gruppemusikkterapi i døgnbehandling viser til behovet for å jobbe med å skape et trygt gruppemiljø, slik at musikken kan bli en ressurs som fremmer mestring (Førsund, 2017).

Den sterke forankringen i bruker- og ressursorienterte perspektiver i musikkterapi, har blitt ansett som et potensial til å fornye tjenestene i rusomsorgen (Stige, m.fl., 2021). Forskning på virksamhetsfaktorer i recovery viser for eksempel stor grad av overlapp med resultater fra musikkterapeutiske brukererfaringer i rusfeltet, og det vises det til at musikkterapi lett kan tas ut av terapirommet og være en del av et

oppfølgingsarbeid av deltakere på nye fremføringsarenaer ute i samfunnet (Leamy m.fl., 2011, Tuestad, 2014). Med en økende interesse for hvordan forskning på musikkterapi kan tette gapet mellom teori, praksis og brukererfaringer har flere forskere begynt å anvende perspektiver fra deltakende aksjonsforskning (Stige & McFerran, 2016). Hense (2015) beskriver, for eksempel, et prosjekt med å forme en ungdomsgruppe innen psykisk helsearbeid, hvor hun jobbet *med* deltakerne med å utvikle et relevant musikkoppfølgingstilbud i overgangen mellom institusjon og samfunn. Deltakernes tilbakemeldinger, resulterte i opprettelsen av en musikkgruppe utenfor institusjonen for å møte gruppens behov i deres pågående bedringsprosess.

### Oversikt over oppgaven

Denne oppgaven består av fem hoveddeler: *innledning, teori, metode, resultater og diskusjon*. I neste del vil jeg ta for meg teori som er relevant for å belyse erfaringene fra dette masterprosjektet. Her vil jeg legge hovedvekten av gjennomgangen på gruppeperspektiver med musikkterapi i et forebyggende helseperspektiv, med særlig vekt på performance-teori og improvisasjon. Under metode vil jeg forklare hvordan jeg har gått frem for å involvere deltakerne i studien, hvordan jeg kom frem til resultatene, og hvilke metodiske grep jeg har tatt for å sikre studiens kvalitet og etiske forsvarlighet. Deretter følger en gjennomgang av resultatene, før oppgaven avsluttes med en drøfting, i lys av teori, med henvisning til studiens implikasjoner for videre forskning og praksis.

# Del 2: Teoretisk rammeverk

I arbeidet med masteroppgaven har jeg søkt teori som kan bidra til å belyse erfaringene ifra masterprosjektet. Under vil jeg presenterer sentrale begreper, avgrensninger og teori som danner grunnlaget for den avsluttende drøftingen av denne oppgavens resultater.

## Definisjon(er) av musikkterapi

Til tross for at musikkterapeuter arbeider innenfor en rekke ulike praksisfelt, har det blitt gjort helhjertede forsøk på å utarbeide definisjoner for musikkterapi-faget, slik som hos Bruscia (2014, s. 36):

Music therapy is a reflexive process wherein the therapist helps the client to optimize the client's health, using various facets of music experience and the relationship formed through them as the impetus for change. As defined here, music therapy is a professional practice component of the discipline, which informs and is informed by theory and research.

Det er bred enighet om at grunnlaget for musikkterapi baserer seg på vår medfødte kapasitet til, og motivasjon for, ikke-språklig kommunikasjon gjennom lyd og rytme, og at både musikalske og mellommenneskelige relasjoner er nødvendige aspekter ved endringsprosesser i musikkterapi (Stige, m.fl., 2021, s. 477, Trondalen, 2016). Musikkterapeuter jobber ressursorientert og bruker musikk til å skape kommunikasjons- og uttrykksmuligheter som bidrar til utvikling og vekst, innen helsefremmende arbeid.

Bruscias definisjon er et viktig innspill i en pågående diskusjon om musikkterapeutisk fagidentitet og kompetanse (Aigen, 2014). Likevel opplever jeg den som noe mangelfull for mitt bruk. Definisjonen tar utgangspunkt i en dyadisk relasjon mellom terapeut og klient, og gjenspeiler i liten grad gruppe- og/eller miljøprosesser i musikkterapeutisk arbeid. Videre forutsetter den en relativt tydelig terapeutisk ramme, hvor terapeutens intervensjon hjelper klienten med å optimalisere dennes helse. Her vil jeg innvende, som flere andre musikkterapeuter, at både ordet *klient* og

*hjelp* kan være problematiske, og i liten grad gjenspeiler virkeligheten til musikkterapeuter som jobber med å bringe terapien ut av terapirommet (Stige & Aarø, 2012, Solli, 2012, Rolvsjord, 2006b). Min egen erfaring er at om musikkterapi skal bidra til å fremme normalisering, og bistå mennesker i å ta kontroll over egne liv, må det foregå kontinuerlige forhandlinger om rammene for det musikalske samarbeidet, med sikte på å myndiggjøre deltakere i egen bedringsprosess. Jeg støtter meg derfor til Stige, med flere, som argumenterer for at musikkterapi er en situert og refleksiv praksis, som må skapes i møte med lokale behov og betingelser (Stige & Aarø, 2012, Ansdell, 2014, DeNora, 2013).

I dette teorikapittelet vil jeg forsøke å utvide det terapeutiske blikket ifra en terapeut-klientrelasjon til relasjonelle gruppeprosesser, i et forebyggende helseperspektiv. Dette er for å danne et grunnlag for kritisk refleksjon om deltakererfaringer med samspill, på en arena i rusomsorgen hvor jeg opplever å bevege meg i en gråsoner utenfor tradisjonelle behandlingsparadigmer og terapeutiske kontrakter. Dette håper jeg vil skape en forståelig ramme for drøftingen av problemstillingene senere i diskusjonskapittelet.

## En økologisk modell

Gary Ansdell og Tia DeNora argumenterer for behovet for nye økologiske perspektiver på musikk og helse (DeNora, 2013, Ansdell, 2014, DeNora & Ansdell, 2016). De baserer seg på en sosiokulturell tilnærming til hvordan musikk erfaringer kan innvirke på vår helse, og oppfordrer til å utvikle praksisnære og helhetlige modeller som beskriver hvor, når og hvordan musikken fungerer for mennesker. I det følgende støtter jeg meg til Gary Ansdells oppsummering av hovedprinsippene i denne modellen (2013, s. 8):

1. *Kontinuitetsprinsippet* – Det er ikke en essensiell forskjell, men et slektskap mellom hvordan musikken påvirker oss i hverdagslivet, og hvordan den brukes av spesialister (musikkterapeuter), til å fremme helse og livskvalitet. Det er følgelig en myk overgang mellom musikkens bruk innen utdanning, terapi, sosialarbeid og i rekreasjon.



2. *Et para-musikalsk prinsipp* – Frasen «The power of music» er en grov forenkling av hvordan musikk tilbyr muligheter for mennesker. Musikken har ingen iboende virkning, som kan adskilles fra situasjoner hvor mennesker handler, søker sammen og uttrykker seg gjennom musikken. Det para-musikalske prinsippet handler om hvordan musikk alltid er noe vi gjør, og at det vi gjør tillegger musikken betydning som er lokalt og kulturelt forhandlet (DeNora, 2000, Small, 1998). Det betyr ikke at musikken ikke har fysiologisk effekt, men at den er sosio-kulturelt mediert gjennom vår tilgang på relasjoner og kulturelle artefakter (Stige, 2002). Det DeNora (2013) kaller musikalsk appropriering er hvordan vi tilegner oss, og utnytter, potensialet i musikk til å tjene bestemte formål. Dette er bestemmende for hvordan musikken får mening for oss, som et medium som tillater bestemte væremåter, uttrykksformer og fellesskapsopplevelser, for å nevne noe.
3. *Et salutogenetisk prinsipp* – Det musikken gjør er ikke primært å behandle mennesker, men den kan bidra til å fremme helseressurser som gjør mennesker bedre i stand til å stå imot sykdom og meningstap. Musikkens mål er rettet mot helsefremmende aktivitet, men må også ta høyde for patologi og smerte i menneskers møte med musikk. Jeg vil si mer om helse i et senere avsnitt.
4. *Et økologisk prinsipp* – Musikken bidrar ikke kun ved å innvirke på hjernen, eller psyken vår, eller ved å påvirke dyadiske relasjoner og sosiale strukturer. Poenget er at det er lite hjelpsomt å redusere musikalske opplevelser til enten psykologiske, sosiale eller eksistensielle fenomener. Ansdell oppfordrer til å rette vår oppmerksomhet som musikkterapeuter mot den totale økologien, og relasjonene som forbinder musiske mennesker, med musikalske artefakter og møteplasser. Det er i dette samspillet man finner måtene musikken mobiliserer, transformerer og skaper nye handlemuligheter. Det at musikk foregår på bestemte steder, med bestemte ting, mennesker og miljøer, gjør at ulike *musikalske verdener* tar form (Ansdell, 2014, s. 26). Som Ansdell sier: «Music is always something between and amongst. Making music is making social life» (2014, s. 27). Tia DeNora (2013) bruker begrepet *Musical Asylums* om slike sosio-musikalske møteplasser. Dette er steder hvor mennesker kan koble seg på musikkopplevelser i fellesskap som tilbyr ly, trygghet, et sted å være og utvikle seg, og et rom å utfolde seg i, skape, leke og hvile (s. 33).

## Kollaborativ musicking

Slik som Ansdell, oppfordrer Christopher Small (1998) oss til å se på musikk som noe vi gjør, heller enn et objekt eller et produkt som er adskilt fra oss selv. Begrepet Small bruker til å beskrive dette er *musicking*. Det handler om relasjonene som formes gjennom, og av musikk, og omfatter både utøvere, publikum, dem som lager kaffe imellom spillingene, eller slår av en prat backstage. Kort sagt, alle måtene musikken kobler seg på, og skaper ringvirkninger til omverdenen. I tråd med dette minner Pavlicevic (2010) oss på at det musikalske rommet er mye mer enn musikken. Selv uten at det spilles eller synges, kan for eksempel et musikkrom fungere som et samlingssted i kraft av å knyttes til identitet, tilhørighet og forventninger, som nærmest ligger i veggene. Men, musikk har også en betydelig sosial «ripple effect», og lar seg sjelden begrense til øvingsrommet (Ansdell, 2010). Begge disse karakteristikene er beskrivende for musikken i Samspillsgruppen i dette prosjektet, hvor den musikalske atmosfæren, både rommet mer eller mindre strukturerte samspillsøkter, uformell sosialisering, og drømmer om prosjekter på nye arenaer.

Ansdell og Pavlicevic (2005) har foreslått begrepet «*Collaborative Musicking*» for å analysere gruppeprosesser i musikk. Her har de tatt utgangspunkt i Trevarthen & Malloch's idé om kommunikativ musikalitet (Malloch & Trevarthen, 2010). Trevarthen og Malloch støttet seg på mikroanalyser av det tidlige samspillet mellom mor og barn. Her avdekket de et før-språklig repertoar hos barnet i form av en implisitt forståelse av grunnleggende musikalske modaliteter, som puls, rytme, regulering av tonehøyde, intensitet og tur-taking. Det er dette som gjør det mulig for barnet å ta del i et meningsfullt, mellommenneskelig samspill med signifikante andre. Enten det er snakk om dans, musikalsk improvisasjon, eller barnets før-språklige utvikling, har musikk kvaliteter som kan strukturere og synkronisere kroppslig samhandling. Dette kalles gjerne entrainment på fagspråket (DeNora, 2013). Av dette oppstår muligheter for å oppleve delt tid og intersubjektivitet, som både er grunnlaget for anerkjennelse, og mer komplekse former for sosial samkoordinering (Trondalen, 2016).

Teorien om kollaborativ musicking starter med menneskers naturlige evne til å delta i musikalske proto-dialoger, men utvider denne til å omfatte fremvoksende kultur- og gruppeprosesser (Ansdell, 2014, Pavlicevic, 2016). Interaksjonen mellom den

musikalske dialogen, samt sosial læring og konvensjoner, muliggjør mer avanserte former for musicking og samhold. Ved at det sosiale rommet utvides og tydeliggjøres for deltakerne, kan det oppstå muligheter for samarbeid og samhandling innenfor en delt musikalsk referanseramme. Kollaborativ musicking er en anvendelig modell for å analysere handlingene og intensjonene til deltakerne og meg i dette masterprosjektet, ettersom vi samarbeidet om å utvikle og opprettholde de sosiale og musikalske prosessene i Samspillgruppen (Pavlicevic, 2016). Det omfatter alt fra rigging av lydanlegg og kaffepauser, til instrumentene vi brukte, samt spilleregler, musikalske virkemidler og kroppslig og sosial kommunikasjon som latter, gester og blikk. Alt dette, med mer, medvirket til den musikalske opplevelsen av å være en del av akkurat dette samspillet. Dette vil jeg si mer om i resultatkapittelet og i den avsluttende diskusjonen.

Ansdell og Pavlicevic anerkjenner at kollaborativ musicking ofte vil ha en «musikalsk-terapeutisk» agenda (Ansdell, 2014). I musikkterapi betyr dette at musikkaktivitetene gjerne involverer mennesker i sårbare relasjoner, noe som gjør det viktig å sikre deres muligheter til å delta i et så gunstig samspill som mulig. I sårbare relasjoner kan musikkterapeutens kompetanse være avgjørende for å tilrettelegge samspillet på måter som gjør deltakelse både mulig og meningsfylt for de involverte, påpeker Ansdell (2014). Pavlicevic har skrevet om gruppeprosesser i musikk, og reflekterer over behovet for å utvikle en kultur rundt etablerte normer og verdier, og terapeutens rolle som fasilitator i å forme gode og støttende musikkopplevelser i grupper (2010). I det Pavlicevic (2016, s. 100) kaller «optimal collaborative musicing», brytes skillet mellom terapeut og deltakere ned, og erstattes av et likeverdig musikalsk samarbeid om å holde samspillet flytende og levende.

Jeg finner det noe problematisk å omtale deltakerne i dette masterprosjektet som direkte sårbare. Som en ressurssterk gruppe, ville de ha funnet måter å spille sammen på, helt uavhengig av meg. Men, uten å foregripe resultatene for mye, beskrev de hvordan trygge rammer, miljøarbeid og tydelig lederskap, var viktig i en jam-setting.

## Performance og identitet

Performance-teori tar utgangspunkt i likhetstrekk mellom måtene vi spiller ut og ivaretar roller og identiteter i hverdagslivet, og performative aspekter fra teaterkunst og fremføring (Goffman, 2008). Performance-perspektiver har blitt brukt til å analysere hvordan konsertvirksomhet og fremføring kan tilby deltakere i musikkterapi sosialt formative erfaringer, med betydning for hvordan de blir sett av andre, og opplever seg selv (Jampell, 2011, Ansdell, 2005, Ruud & Næss, 2015). Selv om det finnes teoretikere som anvender performance-begrepet innenfor terapeutiske behandlingsteorier, har det òg blitt brukt som del av en motkultur til tradisjonelle teorier om terapi (Aigen, 2014, Gergen, 2015).

Den mer dyptgripende innsikten fra sosio-kulturell utviklingspsykologi, er at det vi normalt oppfatter som individuelle tanker og hendelser, er et uttrykk for tidligere kulturelle prosesser, og således alltid har et publikum (Vygotsky, 2001). Vi er ikke først avgrensede og autentiske selv som møter verden; vår identitet og vårt selvbilde formes kontinuerlig av hvordan vi ikler oss roller gjennom meningsfulle presentasjoner av selvet i ulike sosiale situasjoner (Gergen, 2015). Dette gjør terapi til et langt mer utvendig prosjekt. Det å bli et selv er noe som må læres. Vi tilegner oss ferdigheter og rolleforståelse gjennom det som kan minne om et slags maskespill på tvers av ulike sosiale arenaer. Ved å speile vår egen atferd, og prøve ut ulike måter å være på, blir vi fortrolige med et repertoar av ferdigheter og identiteter, som definerer oss som personer (Ansdell, 2005). Som psykologen Kenneth Gergen sier: «Give me the right audience and enough encouragement, and who knows what I might become?» (2015, s. 137).

Performance-begrepet forbindes gjerne med fremføring for et publikum i musikkterapi, men jeg finner det nyttig å støtte meg til en bredere forestilling om performance «... as presentation of the self in everyday contexts» (Stige, 2004. s. 3). Dette gjør det naturlig å anvende performance-perspektivet på de interne gruppeprosessene og relasjonene i masterprosjektet, for å forstå hvordan musikkfellesskapet muliggjorde nye roller og identitetskonstruksjoner (Ruud, 2013). Samtidig minner det oss på at performative aspekter er til stede i alle

hverdagssituasjoner, men kan tydeliggjøres og forsterkes som del av gruppe-musikalske prosesser, både backstage og frontstage (DeNora, 2013).

## Musical Personhood

Ansdell (2014) foreslår begrepet *Musical Personhood* for å fange inn hvordan vårt selv, grunnleggende sett er formet og opprettholdt av relasjoner. Dette baserer han på Kitwoods teori om *Personhood*. Kitwood var opptatt av at det å være en person er en status, eller tilstand andre må gi oss. Vi kan følgelig ikke definere en person ut fra individuelle egenskaper, eller forklare hvem vi er basert på diagnosekriterier. Det å være ansvarlig for et annet menneske er, som Løgstrup (i Brinkmann, 2017) har vært inne på: å holde noe av den andre i våre hender, fordi denne personen ikke kan anerkjennes i sin menneskelighet uten vår hjelp. Personhood formes i relasjon til hvem vi er med, og hvor vi er, påpeker Ansdell (2014, s. 99). Dette er dypest sett et spørsmål om anerkjennelse, respekt og tillit. Som Procter (2001) påpeker, kan de sosiale konsekvensene av sykdom, eller uhelse henge igjen lenge etter at eventuelle biologiske symptomer er borte. De uheldige psykososiale konsekvensene av stigma handler om hvordan vi formes av andres forventninger, både negative og positive. Det gjør tillit og anerkjennelse til noe mer enn moralske imperativ; det utgjør krefter som kan endre verden (Bregman, 2020).

Ansdell mener vi kan ivareta de samme mellommenneskelige, og relasjonelle prosessene gjennom musicking. Dette baserer han på vår iboende kommunikative musikalitet, og hvordan vi som musikkterapeuter kan speile, anerkjenne og utvide selvets rollerepertoar gjennom musikalske dialoger og samspill. Han sier videre: «Musical personhood is fully realised when people find themselves at home together in music» (2014, s. 100). Dette er perspektiver jeg opplever finner gjenklang i prosjektdeltakernes beskrivelser av utenforskap, og det å finne tilhørighet i musikkfellesskapet i Samspillsgruppen.

## Det liminale og karneval

I innledningen til denne oppgaven tok jeg for meg mitt grunnsyn på improvisasjon. Her vil jeg utvide dette synet ved å vise til teori om det liminale, og karneval i musikkterapeutisk improvisasjon. Dette finner jeg særlig nyttig for å forstå noen av de

mer grenseoverskridende høydepunktsopplevelsene deltakerne beskrev i improvisasjonene vi hadde i masterprosjektet. Ruud (2015) viser til den tyske musikkterapeuten Frank Grootaers når han beskriver overgangsritualer i improvisasjon, som foregår i randsonen av vår virkelighetsforståelse. Det han kaller liminale erfaringer, er prosesser som preges av usikkerhet og fravær av faste holdepunkt for mening og rasjonalitet. Ved at den normale orden tilsidesettes, oppstår det et kreativt spillerom, hvor virkeligheten må limes sammen på nye, meningsfulle måter. Her spiller lek rundt kommunikative gester og musikalske konvensjoner en avgjørende rolle i musikalsk improvisasjon (Ruud, 2015).

Slike grenseoverskridende erfaringer i musikkterapeutisk improvisasjon er Stensæth (2017) også opptatt av. Her ser hun til dialogfilosofen Bakhtins karnevalsteori, for å forklare hvordan musikkterapeutisk improvisasjon kan tjene som en demokratiserende frigjøringspraksis. Stensæth argumenterer for at karnevalet snur tradisjonelle roller og hierarkier på hodet, gjennom lekende utforskning i demokratiske mikro-kulturer (s. 151). Dette analyserer Stensæth i lys av caser i musikkterapi, hvor improvisert musikk er den primære kontaktformen. Det Bakhtinske karnevalet har tre hovedkarakteristikk som fremmer en slik agenda (151–152):

1. Det skaper et sted for gjenkjennelig, fri interaksjon mellom mennesker, som bringer dem sammen og oppfordrer til samarbeid på tvers av ulikheter.
2. Karnevalet rommer fremmede og merkelige handlinger i sin utforskning av nye og kreative uttrykksformer, hvor det irrasjonelle og uakseptable har sin plass.
3. Karnevalet har en unik tiltrekningskraft. Mennesker søker seg til, og har behov for arenaer hvor de kan uttrykke seg fritt og uhemmet, med glede og begjær.

## Latter og vitalitet

Musikkens evne til å forløse latter og vitalitet var viktig for deltakerne i dette masterprosjektet, og spiller en rolle i Stensæths sammenkobling av Bakhtins karnevalsteori med responsivitet i musikkterapeutisk improvisasjon. Hun viser til at Bakhtin gjenintroduserer det middelalderske karnevalet som en latterkultur. Her hadde latteren en avgjørende, og frigjørende rolle i en strengt regulert, og autoritært samfunn (2017, s. 115). Karnevalet skaper situasjoner hvor hierarkier faller, og autoriteter mister sin makt, noe som åpner opp for å le av det som ellers er umoralsk,

uangripelig eller irrasjonelt. Dette er i overensstemmelse med hvordan Hermundstad (2008) beskriver humorens evne til å degradere autoritet i musikkterapi, og normalisere det unormale (s. 297).

Jeg ser mange likhetstrekk mellom en slik analyse av karnevalets sosiale funksjon, og Henri Bergsons teori om latter. Bergson forstod det å le som en dypt menneskelig aktivitet. Latter er alltid latteren til en bestemt gruppe, hevdet Bergson, og fordrer en delt referanseramme (Herring, 2020). Ifølge Bergson er alt liv kjennetegnet ved et iboende potensial han kalte *élan vital* – en kreativ drivkraft som alltid er bevegelig, spontan og utilregnelig. Latter, i Bergsons filosofi, utgjør en viktig motkraft til mekanistiske tendenser i sosialt liv, fordi det introduserer en nødvendig dynamikk og fleksibilitet til sosiale strukturer. Det å le hindrer mennesker og samfunn fra å stivne, og minner oss på hva det vil si å være (le)vende, spontan og fri. Slik leser Emily Herring, Bergsons teori om latter (2020).

## Et relasjonelt helseperspektiv

I oppsummeringen av den økologiske modellen jeg innledet dette kapittelet med, påpeker Ansdell at musikkterapiens mål ikke er å kurere, men å fremme helseressurser gjennom kollaborativ musicking. Det salutogenetiske prinsippet nyanserer en patologisk forståelse av helse, ved å peke på faktorer som fremmer menneskets evne til tilpasning, med betydning for mestring, helse og livskvalitet (Antonovsky, 1979). Ruud (2006) viser til hvordan helse kan oppfattes både som en tilstand, en opplevelse, som en ressurs og prosess. Som en opplevelse handler helse om hvordan vi lever med og uten sykdom, hvordan vi opplever velvære og gir livet mening. I motsetning til helse som en tilstand, vil opplevd helse være en dynamisk prosess, hvor det ikke er tydelige skiller mellom helse og sykdom, og hvor vår evne til å *skape* helse i samspill med våre omgivelser står sentralt. Slik kan helse òg bli en ressurs – en type sosial kapital vi mobiliserer i møte med utfordringer, til å delta i fellesskap, eller til å oppnå mål i livet (Ruud, 2006, Procter, 2011). Jeg har allerede skrevet om recovery-bevegelsen, og vi kan nå forstå dette opprøret, til dels på bakgrunn av en ubalanse i synet på sykdom som en tilstand, fremfor en opplevelse og prosess. De ulike veiene inn i recovery, gjør det mulig å snakke om

helse(r), for å gjenspeile de mange narrative rundt personlig recovery (Denora & Ansdell, 2016).

Helse og funksjon er likevel ikke kun en personlig prosess, og vil påvirkes av tilrettelegging, og måtene samfunnet konstruerer skiller mellom helse og sykdom på (DeNora, 2013). Dette er lett å se når det gjelder å kompensere for funksjonsnedsettelse, men skillelinjene kan være vanskeligere å få øye på når mennesker faller utenfor jobb, familieliv, og sosiale nettverk. Da jeg lyttet til deltakernes historier i løpet av dette prosjektet, fikk jeg særlig inntrykk av at de tidligere hadde manglet arenaer til å reforhandle positive roller og identiteter. Dette kan fort bli et samfunnsproblem om det leder mennesker inn i dypere helseproblematikk (Volden, m.fl., 2019). Et relasjonelt helseperspektiv utfordrer forestillinger om autonomi, selvrealisering og individualisme, og spør i hvilken grad vi kan holde individer ansvarlige for sykdom og helse (Brinkmann, 2017). Tia DeNora viser til at en helhetlig forståelse av helse, må ta høyde for at helse både er noe som tilskrives oss, noe vi fremfører, og noe vi opplever (2013, s. 26). Denne måten å gripe an helse som fenomen på, viser hvordan vi er avhengige av andre mennesker og fellesskap for å kunne spille ut vår egen helse i både nære, og mer perifere relasjoner. Det er dette David Aldridge sikter til med hvordan musikkterapi kan være en form for helse-performance, hvor deltakere finner nye måter å fremføre sider ved egen helseopplevelse gjennom musikk på (2005).

Til slutt vil jeg òg påpeke at mange forskere viser til hvordan det å oppleve *flyt* har betydning for opplevd sammenheng og mening i tilværelsen (Ruud, 2006). Dette var et tema flere deltakere pekte på i intervjuet. Flyt er ifølge Csikszentmihalyi en tilstand av optimal tilpasning mellom egne ressurser og utfordringer i en gitt situasjon (i Tia DeNora, 2013). Som Tia DeNora påpeker, er flyt antitesen mellom kjedsomhet og angst (s. 46). Det innebærer å være involvert i aktivitet i sitt miljø på måter som er effektive og uhindrede, hvor skillet mellom en selv og andre opphører i kraft av å være totalt opplukt av det man driver på med. Csikszentmihalyi har skrevet om forholdet mellom flyt og kreativitet. Her knytter han flyt til muligheter for å skape og reforhandle et rom for selvet å utfolde seg i. Dette handler om hvordan mennesker tilpasser seg, men også endrer forhold ved sine omgivelser, for å tillate mer fleksible og gunstige former for samvær. Tryggheten og mestringen som ligger i at mennesker



vinner nye arenaer hvor de kan utfolde seg kreativt og uhindret, kan forstås som både en faktor i, og årsak til velvære og mening, ifølge DeNora (2013, s. 46).

## Terapeutiske roller

Det sosio-kulturelle og relasjonelle perspektivet på musikk og helse som er formulert i dette teorikapittelet, antyder at dette er fenomener som ikke kun eksisterer i hodene på enkeltindivider, men lever imellom oss (Brinkmann, 2017). Musikkterapeuter har pekt på hvordan mennesker, ved å delta i musikalske praksisfellesskap og grupper, gjør erfaringer og tilegner seg kompetanse som er viktig for å oppleve mestring, og kunne delta i samfunnet (Procter, 2011, Tuestad 2014). Her kan musikkterapeuter være både deltaker, tilrettelegger, kompanjong, akkompagnatør og stillasbygger (Hense, 2019, Pavlicevic, 2010). Et bredt rollerepertoar blant musikkterapeuter bidrar til en betydelig forvirring om faglig identitet, men er på samme tid en styrke i å tilby helhetlige og fleksible tjenester i overgangen fra terapirommet til samfunnet (Procter, 2001). Dette er refleksjoner jeg kjenner godt igjen fra mitt masterprosjekt, hvor jeg opplevde min rolle som flytende og stadig gjenstand for forhandlinger. I diskusjonskapittelet vil jeg gå nærmere inn på enkelte roller som ble viktige i dette prosjektet: *Stillasbygger*, *Gjøgler* og *Moderator* (Hense, 2019, Stensæth, 2017, Procter, 2011).

# Del 3: Metode

I det følgende vil jeg vise hvordan jeg har gått frem for å belyse denne oppgavens problemstillinger, og hvordan jeg har innhentet data og involvert deltakerne i studien.

## Valg av forskningsmetode

Denne mastergradsstudien kom i stand etter at flere besøkende ga tilbakemeldinger om utfordrende forhold i Onsdagsjammen ved Møteplassen. Som ansatt ble jeg engasjert av deres ønske om endring, og ideen om å invitere et utvalg deltakere til å utvikle en ny samspillsgruppe ble til. Det har vært viktig for meg å la dette samarbeidet gjenspeiles i valg av metode. Følgende punkter oppsummerer hvilke hensyn jeg har latt meg lede av:

1. Et ønske om å holde meg tett på deltakernes opplevelser, for å lære om deres erfaringer med musikk, helse og deltakelse ved et rusfritt lavterskeltilbud i rusomsorgen.
2. Behovet for å respektere den rådende musikkulturen ved Møteplassen, og deltakernes eierskap til tilbudet.
3. Gi deltakerne muligheten til å påvirke egen hverdag og, om mulig, bidra til en reell kulturendring ved tiltaket.

## Studiens design

Ønske om å få innsikt i deltakernes subjektive og unike erfaringer plasserer denne oppgaven innenfor kvalitativ forskning. Kvalitativ metode er et kritisk verktøy for forskere som står i komplekse, menneskelige fenomener, som krever innlevelse for å forstå og systematisere (Thaagaard, 2013). Her bruker forskeren både seg selv, og relevante teknikker og datakilder, for å fortolke og rekonstruere en gitt meningssammenheng.

I kvalitativ forskning regnes nærhet som en forutsetning for forståelse. Dette skaper bånd mellom forsker og forskningen som kan være problematiske (Denzin & Lincoln, 1994, Alvesson & Sköldberg, 2007). Denne mastergradsstudien har i tillegg til ønske om å forstå, hatt til hensikt å jobbe for en endring i samarbeid med deltakerne. Dette finner gjenklang i kritiske perspektiver på kvalitativ metode og deltakende

aksjonsforskning (Reason & Bradbury, 2008). Her har jeg gått aktivt inn for å påvirke gjennom et problemløsende samarbeid med deltakerne i masterprosjektet (Fangen, 2015). Dette reiser spørsmål jeg vil behandle nærmere under etikk og metodekritikk.

Deltakende aksjonsforskning er en særlig egnet metode når målet er å få en bestemt gruppe mennesker til å ta del i endringsprosesser de selv kan dra nytte av, eller hvor de sitter på viktige erfaringer. Målet er å finne praktiske løsninger lokalt, som støtter deltakerne i å endre sine omgivelser på meningsfulle og nyttige måter (Stige & McFerran, 2016). Jeg har vært avventende med metodiske og teoretiske valg, for å ta høyde for nye innsikter fra prosjektgruppen. Dette karakteriserer studien som utforskende (Babbie, 2007, Stige & McFerran, 2016). Det har tillatt meg å følge gruppens prosess tett, for deretter å tilpasse metode og teori. Jeg gikk for eksempel bort ifra en case-studie, da det viste seg vanskelig å avgrense «casen» til Samspillgruppen, eller til et bestemt produkt (en sang, improvisasjon) vi hadde hatt. En annen metodisk tilpasning som dukket opp underveis, var gjen-intervju av deltakerne. Kritisk refleksjon og improvisasjon i rollen som forsker og deltaker har vært viktigere enn streng metodisk kontroll (Rolvsjord m.fl., 2005, Alvesson & Sköldbberg, 2007).

## Feltarbeid og utvalg

Gjennom feltarbeid ønsker forskeren å oppnå innsikt i hvordan en kultur forstår seg selv, ved å bygge relasjoner til deltakere og oppholde seg i deres miljø over tid (Atkinson, 2017). Mitt feltarbeid foregikk i hovedsak i løpet av min egenpraksis ved Møteplassen, våren 2018, men jeg benyttet meg òg av kontakter jeg hadde opparbeidet meg ifra praksisperioden, høsten 2017, ved samme tiltak. Feltarbeidet var viktig for å skape tillit mellom deltakerne og meg, og sørge for at masterprosjektet ble forankret i deres ønsker (Bolger m.fl., 2018). Utvalget foregikk først gjennom uformelle samtaler/spilling med dem som var innom musikktilbudet ved Møteplassen. Dette ga meg en innledende forståelse for utfordringene de hadde med Onsdagsjammen, og noen henvendte seg her direkte til meg med et ønske om å delta i dette masterprosjektet. Senere utvidet jeg rekrutteringen ved å sende melding til ca. 30 deltakere som hadde vært innom enten musikk- og/eller musikkterapitilbudet. Jeg oppga følgende betingelser for at man kunne få delta i studien:

1. At man forpliktet seg til å stille opp de fem ukene studien tok.
2. Hadde tidligere erfaring med Onsdagsjammen.
3. Ønsket å samarbeide med meg om å utvikle en ny samspillsgruppe.

Utvalget kan karakteriseres som en blanding av pragmatisk og strategisk utvalg (Leavy, 2017, s. 79). Formålet var å tilpasse studien til deltakernes innmeldte behov, invitere til samarbeid og få innsikt i en bestemt musikk-kultur ved Møteplassen. Etter at seks personer hadde svart at de ønsket å være med, lukket jeg gruppen.

### Fokusgruppe

Fokusgrupper brukes gjerne til å samle inn holdninger og ideer fra mennesker som anses å ha viktige kunnskaper innen et avgrenset felt (Krueger & Casey, 2015). Fokusgruppen i dette masterprosjektet ble et viktig metodisk grep for å opprette en dialog med deltakerne. Det foregikk som relativt uformelle gruppesamtaler, før og etter vi hadde spilt sammen i Samspillsgruppen. Første gangen snakket vi sammen i 30–40 minutter. Jeg brukte tid på å informere om rammene for masterstudien og ba deltakerne dele sine forventninger til prosjektet. De ble også oppfordret til å gi tilbakemeldinger om sine erfaringer med Onsdagsjammen. Dette ga oss et utgangspunkt for hva vi ønsket å få til med Samspillsgruppen. Deretter brukte vi mellom 10 og 15 minutter på å *sjekke inn* med hverandre, før og etter hver gang vi hadde spilt sammen, og evaluerte hvordan tiltakene vi iverksatte fungerte. Selv om prosjektet kun varte i fem uker, gjorde denne vekslingen mellom utprøving i Samspillsgruppen og forhandlinger i Fokusgruppen det mulig å bevare noe av aksjonsforskningens sykliske karakter, hvor ideer ble prøvd ut og evaluert underveis (Reason & Bradbury, 2008).

### Fasene i studien (over fem uker)

Aktivitet/Fase	Varighet	Antall deltakere	Hovedinnhold
Fokusgruppe 1	30–40 min	5	-Presentasjon av studien. -Tilbakemeldinger fra

			<p>Onsdagsjammen: Støy, manglende rammer og lederskap. -Ønske om fri improvisasjon. -Avklare min rolle.</p>
Samspillsgruppe 1	ca. 45 min	5	-Utprøvende improvisasjon som jeg ledet.
Fokusgruppe 2	10–15 min	6	<p>-Tilbakemeldinger: Fint at jeg ledet, lett å få plass i improvisasjonen. -Ønske om flere pauser, rullere mer på instrumenter, lytte til hverandre.</p>
Samspillsgruppe 2	ca. 60 min	6	-Improvisasjon med rulling på instrumenter + vokalimprovisasjon
Fokusgruppe 3	10–15 min	6	<p>-Tilbakemelding: Gøy å rullere, deilig å le, befriende å slippe seg løs. -Kan bli mer dynamikk, alle trenger ikke spille samtidig.</p>

Samspillsgruppe 3	ca. 60 min	6	Oppvarmings- improvisasjon + vokal- og instrument- improvisasjon.
Fokusgruppe 4	10–15 min	5	-Tilbakemeldinger: For kort tid, vil spille mer. -Deilig å kunne henge, ikke bare spille. -Må være trygg for å være sårbar.
Samspillsgruppe 4	ca. 60 min	5	Akustisk improvisasjon + lytting til opptak av improvisasjonen.
Fokusgruppe 5	10–15 min	5	-Tilbakemeldinger: Blitt mer samspilte, lettere når det er mindre støy. -Samspillet fungerer ikke om alle er likestilte – noen må lede. -Ønske om å ta for seg sjangere.
Samspillsgruppe 5	ca. 60 min	5	Sjanger- improvisasjon (funk) + «Play that funky music».

## Vitenskapsteoretisk ståsted

Hvilken kunnskapstradisjon forskeren forholder seg til vil påvirke datainnhenting, analyse, og slutningene en kan trekke av de vitenskapelige resultatene (Gergen & Gergen, 2008). Det har også betydning for hvilken status deltakerne tildeles i studien. Denne oppgaven er plassert i en humanistisk musikkterapi-tradisjon, hvor det har vært viktig å behandle deltakerne som sosiale aktører og medforskere (Ruud, 2008, Stige & McFerran, 2016). Et nærliggende kunnskapssyn er *Sosialkonstruktivismen*. Dette perspektivet søker å forstå hvordan vår virkelighetsforståelse oppstår gjennom menneskelig interaksjon og samspill (Berger & Luckmann, 2011). Det vektlegges hvordan kunnskapsproduksjon er en kollektiv prosess, og at data og resultater skapes i møte mellom deltakere og forsker (Aasgaard, 2002). Denne mastergradsstudien har hatt til hensikt å tilrettelegge for en kunnskapskultur med praktisk verdi for deltakerne. Med en forankring i sosialkonstruktivismen og aksjonsforskning, har jeg ønsket å ta høyde for at masterprosjektet er med på å påvirke hva deltakerne og jeg opplever underveis, og ikke bare beskriver våre erfaringer (Law, 2004). Samarbeidet med deltakerne sikter derfor til noe mer enn et ideal, og peker mot en mer grunnleggende forståelse av virkeligheten som *samskapt* (Gergen, 2015, Brinkmann, 2017).

Jeg har gjort et betydelig fortolkningsarbeid i denne oppgaven. Dette fjerner meg fra den opprinnelige interaksjonen med deltakerne, med fare for å fremstille dem på måter de ikke kjenner igjen. *Hermeneutikken* lærer oss at vi aldri kan søke noe slikt som en opprinnelig mening, fordi vi alltid tolker våre omgivelser ut fra vår gjeldende forståelseshorisont (Thornquist, 2015, s. 151–191). Den hermeneutiske utfordringen for min forskning, har vært at deltakerne tolker seg selv og sine omgivelser, og jeg tolker dem (Fangen, 2015). Dette skaper en interessekonflikt jeg vil ha mer å si om under etikk og metodekritikk, men hvor det viktigste for meg har vært å forholde meg til det som kom ut av samarbeidet mellom deltakerne og meg, og samtidig balansere min påvirkning som forsker og deltaker i møte med deres behov. Som forsker, har jeg forholdt meg til dette ved å la deltakerne korrigere mine tolkninger gjennom gjenintervju og delt mine refleksjoner underveis i Fokusgruppen. Jeg har også avventet å

søke teori til etter resultatene var ferdig analysert, for å la kulturen i prosjektgruppen avdekke interessante sider ved vårt samspill, og på denne måten la resultatene lede an i teoriutviklingen.

## Skape data

I løpet av prosjektet har jeg nærmet meg deltakernes opplevelser gjennom det de har fortalt meg, og det jeg har kunnet lære ved å oppholde meg i deres miljø.

Datainnsamlingsmetodene jeg benyttet for å få tilgang til deres historier er semistrukturerte intervju og deltakende observasjon med logg.

### Deltakende observasjon og loggføring

Ifølge Fangen (2015) brukes deltakende observasjon gjerne synonymt med feltarbeid, hvor forskeren engasjerer seg i deltakerne og deltar i samspillet. Da prosjektet begynte, var jeg åpen om at jeg var usikker på hva slags rolle jeg skulle ha. Tilbakemeldingen her tilsa at deltakerne ønsket at jeg var en aktiv del av samspillet, og tok et visst lederansvar i prosjektet. I Samspillgruppen valgte jeg å kaste penn og papir, for å kjenne musikken og fellesskapet i gruppen mer på kroppen, mens jeg i Fokusgruppen gjerne tok litt tydeligere styring for å holde tak i ting som oppstod underveis.

Min erfaring var at det tidligere feltarbeidet, og min rolle som ansatt i miljøet ved Møteplassen, skapte en trygg relasjon mellom deltakerne og meg. Jeg opplevde at de i løpet av prosjektet delte villig, og stort sett ikke var redde for å si ifra om ting. Jeg måtte heller be gruppen om å avslutte refleksjoner i Fokusgruppen og i intervjuet, for at vi ikke skulle gå utover den oppmålte tiden. Det å kjenne samspillet på kroppen, hjalp meg med å komme på innsiden av de musikalske øyeblikkene mange vendte tilbake til i intervjuet, og ga meg mye nyttig informasjon om både deltakerne og gruppedynamikken.

For å gi et så rikt og ferskt bilde av deltakernes erfaringer som mulig, førte jeg logg.<sup>3</sup> I Samspillgruppen skrev jeg loggen rett etter hver økt, mens jeg i Fokusgruppen gjorde det mens vi holdt på. I loggen noterte jeg hendelsesforløpet, og kommentarer

---

<sup>3</sup> Loggene er ikke vedlagt denne masteroppgaven av hensyn til personvern.



fra deltakerne, men tillot meg å reflektere fritt rundt hendelsene og min egen rolle. Jeg så på loggen som et endringsverktøy, og brukte den aktivt til å minne meg selv og gruppen på hva vi hadde gjort, og delte egne refleksjoner med gruppen underveis i prosjektet. Da det kom opp i Fokusgruppen at deltakerne ønsket å ta opp samspillet, spurte jeg om jeg kunne bruke opptakene fra samspillet i min loggføring, og dette ga de meg lov til. Det hadde den heldige konsekvensen at det frigjorde meg mer i de musikalske møtene med deltakerne.

### Semistrukturert livsverdenintervju

Jeg gjennomførte individuelle intervjuer med deltakerne for bedre å forstå deres opplevelse av å delta i prosjektet. Intervjuene ga anledning til å få frem forskjellene mellom deltakerne, og gå mer i dybden, enn i Fokusgruppen hvor vi var mer opptatt av praktiske løsninger og konsensus. Intervjuene foregikk som semistrukturerte intervjuer på 30–60 min. De fleste intervjuene ble avholdt 1–3 dager etter siste samspillsgruppe, mens ett av intervjuene ble gjennomført rundt 14 dager senere.

Intervjuformen jeg benyttet kaller Kvale og Brinkmann (2018) for semistrukturert livsverdenintervju. Det brukes for å gå i dybden på intervjupersonens livsverden, med ønske om å forstå hvordan denne fortolker et bestemt fenomen under utforskning (s. 47). Rammene for intervjuet plasserer seg et sted mellom en uformell, åpen samtale og spørreskjema, og lar gjerne en intervju-guide danne utgangspunktet for temaene i samtalen.<sup>4</sup> Jeg ønsket å skape en avslappet atmosfære, og nølte ikke med å la intervju-guiden ligge om samtalen fløt. Før intervjuet begynte, informerte jeg deltakerne om at jeg aldri før hadde gjort et forskningsintervju, og at vi måtte finne veien sammen. Underveis kunne jeg spøke om min rolle som intervjuer, eller snakket åpent ut om jeg følte at et spørsmål ble for ledende. Vi lo mye, noe jeg forstår som et tegn på at det ble skapt et trygt rom for å dele. Jeg opplevde at deltakerne hadde tydelige meninger, som adskilte seg fra mine egne, og at de korrigerte meg om jeg ikke forstod det de sa.

Ved å gjøre opptak ble det lettere å la samtalen flyte som en vanlig dialog. Likevel merket jeg noen ganger at det var utfordrende å få deltakerne til å prate om selve masterprosjektet. En forklaring på dette kan være at enkelte kjente meg fra før, og

---

<sup>4</sup> Vedlegg 2: Intervju-guide

derfor ikke skilte skarpt mellom prosjektet og tidligere erfaringer fra musikktilbudet ved Møteplassen. I disse situasjonene, forsøkte jeg gjerne å gjenintrodusere temaer fra intervju-guiden, men noen ganger ledet digresjonene også til viktige kunnskaper om deltakernes bakgrunn og deres forhold til musikk.

Den underliggende holdningen til intervjuet som er valgt for dette prosjektet kan beskrives med reisen som metafor (Kvale & Brinkmann, 2018, s. 71). Det får frem at kunnskap ikke er noe vi finner, men samskaper i prosessen med å forstå hverandre. For ytterligere å få frem dette i praksis, lot jeg deltakerne avslutte intervjuet med å stille meg spørsmål. Ikke alle ønsket å bruke denne muligheten, men de som gjorde det ville gjerne vite hva jeg hadde fått ut av å delta. Dette rollebytte ga meg muligheten til å oppleve intervjusituasjonen fra andre siden av bordet, samtidig som deltakerne fikk lede an i å utforske temaer de selv var opptatte av.

## Analyse av datamaterialet

I analyseprosessen har jeg gått gjennom et råmateriale bestående av seks semi-strukturerte intervjuer, samt logg fra Samspillgruppen, Fokusgruppen og gjen-intervju av deltakerne. Den store datamengden gjorde at jeg valgte å la intervjuene utgjøre hovedtyngden av analysen, mens loggen(e) ble brukt til å bekrefte eller avkrefte konstruerte temaer, og utfylle datamaterialet.

### Valg av analysemetode

Jeg landet på «tematisk analyse» som analysemetode, fordi det ga meg mulighet til å kombinere en åpen metodisk tilnærming med en kontekstsensitiv analyse av dataene. Jeg ønsket å holde meg tett på deltakernes erfaringer, uten å underspille min rolle i å forme hypoteser og gjengi deltakernes historier i lys av egne tolkninger og teori (Gergen & Gergen, 2008). Braun & Clarke (2006) beskriver tematisk analyse som en kvalitativ analysemetode som er teoretisk fleksibel. Det finnes ikke én enkelt oppskrift på hvordan tematisk analyse bør utføres, og Braun og Clarke oppfordrer til kreative og kritiske tilpasninger til forskningens formål. Hovedmålet for analysen, er å formulere temaer som er nært forbundet med forskningsmaterialet, og som kan bidra til å belyse forskerens hypoteser på interessante måter. De skisserer en 6-trinns modell jeg har latt meg inspirere av (Braun & Clarke, s. 15–23).

## Analysetrinn

I kvalitativ forskning hviler resultatenes gyldighet og overførbarhet på hvorvidt forskeren kan kommunisere viktige veivalg i forskningen. I det følgende presenteres de ulike stegene i analyseprosessen min.

### Steg 1 – Å gjøre seg kjent med dataene

Før transkriberingen begynte, hadde jeg flere timer med opptak fra intervjuene å gå gjennom. Jeg startet med å lytte til alle opptakene på nytt i to runder. Under første gjennomlytting tok jeg ikke notater, men forsøkte kun å få et helhetsinntrykk av dataene og forstå det som ble sagt. Andre gang satte jeg meg i intervjusituasjonen på nytt, og noterte meg steder hvor jeg var usikker på meningen, eller hvor deltakerne brukte språklige vendinger jeg med prosjektet friskt i minne ønsket å notere meg. Dette fikk meg til å avklare to episoder i intervjuet, hvor jeg var usikker på hva deltakerne hadde ment.

### *Transkribering*

Etter dette begynte jeg transkriberingen. Dette var et tidkrevende prosjekt, da flere av intervjuene hadde en varighet på opp mot én time. Braun og Clarke (2006, s. 17) minner om at fortolkning er en stor del av denne fasen i analysen, og fraråder forskeren å tenke at det kun dreier seg om en mekanisk overføring av verbal tale til ord. Det ble også tydelig for meg, da jeg måtte ta en del aktive valg da jeg skulle gjengi deltakernes meninger i språklig form. Jeg bestemte meg for å ta med ekspressive sider ved kommunikasjonen oss imellom, som gester, latter og nøling i samtalen, hvor jeg oppfattet at det ga et ekstra lag til tolkningen. Følgende sitat illustrerer dette:

Og så plutselig, så bare, hvæm! [knipser]. Da løsna alt!

Alt i alt, har jeg ønsket å gjengi den verbale samtalen med et visst detaljnivå, og ikke pyntet på verken mine eller deltakernes måter å formulere seg på. Riktignok merket jeg at deltakerne, og jeg, tok mye sammenhengen for gitt i intervjuet. Der jeg har sett behov har jeg gjengitt det som implisitte antydes i samtalen, slik at meningen

kommer tydeligere frem. Et eksempel kan se slik ut, hvor ordet i klammer er min innskytelse:

Nei, hvis hver jam kunne vært sånn som det ble etter hvert på ...  
[Samspillgruppen], så er det bare fantastisk.

## Steg 2 – Generere foreløpige koder

I denne fasen skrev jeg eksplorative notater med utdypende kommentarer, som jeg så ordnet i foreløpige koder for hvert intervju. I tillegg skrev jeg en refleksjonslogg, hvor jeg noterte alle ideer og referanser til teori. Dette gjorde jeg for å *tømme meg*, og tydeliggjøre egen forforståelse (Smith, Flowers & Larkin, 2019). Jeg ønsket foreløpig å beholde så mye som mulig av kompleksiteten i dataene, og behandlet hvert intervju relativt uavhengig av hverandre, for å skape mange potensielle koder.

Så fulgte en fase hvor jeg så etter likheter på tvers av dataene. Jeg fargekodet de eksplorative notatene og ordnet alle intervjuene i et nytt dokument, for å trekke ut kategorier som gikk igjen i dataene. Da satt jeg igjen med en lang liste, hvor sitater ble plassert under relativt generelle koder, som for eksempel: *felleskap*, *mestring*, *vitalitet*, *flyt*, *identitet*, *endring* m.m. Mange av kodene kunne òg ha flere overskrifter på dette tidspunktet, og noen av sitatene plasserte jeg under flere koder. Jeg laget også en kategori jeg kalte *diverse*, for alle sitater som ikke passet inn noe sted.

## Steg 3 – Søke etter temaer

Deretter begynte jeg å se etter temaer som kunne samle de mange kodene og sitatene i større meningsbærende enheter (Braun & Clarke, 2006). Dette var kanskje det aller mest tidkrevende arbeidet. Jeg opplevde at tolkningen av dataene på dette tidspunktet kunne gå i mange retninger, og følte at noe av det karakteristiske ved prosjektet druknet litt i mylderet av de genererte kodene.

## Gjen-intervju

I denne analysefasen ønsket jeg å involvere deltakerne i tolkningsarbeidet. De ble invitert til et uformelt gruppeintervju, hvor jeg presenterte mine foreløpige koder for dem. Denne samtalen førte jeg logg fra. Kvale og Brinkmann (2018) snakker om å bruke gjen-intervju som en del av sirkulær intervjumodell, hvor forskeren kan ha behov for å analysere intervjuhistoriene på nytt.

I gjen-intervjuet snakket jeg løst rundt mine foreløpige refleksjoner omkring temaer, og lot deltakerne komme med innspill. Dette var en svært nyttig prosess for meg. Deltakerne bekreftet enkelte av kodene og løftet frem helt nye kategorier jeg selv hadde oversett i dataene. Et eksempel på dette var hvordan flere opplevde lederskapet mitt som en viktig del av prosjektet. Dette temaet opplevde jeg selv som vanskelig, da jeg så det som en mulig interessekonflikt mellom min rolle som deltaker og forsker i prosjektet. Deltakerne ga meg tro på at dette var et tema verdt å utforske.

#### Steg 4 – Gå over temaene

Møte med deltakerne hjalp meg med å innsnevre de mange innledende kodene til et utvalg på 5–7 begynnende temaer. Men fortsatt var det mye jobb igjen. Jeg lagde nye dokumenter på pc-en hvor jeg prøvde meg frem med ulike temaformuleringer. Jeg fant sitater som kunne underbygge temaene og kryssjekket disse med loggen og kodene. Dette arbeidet var til tider overveldende, med svært mange dokumenter og *kladder* på ulike temaformuleringer.

Her må det også nevnes at jeg måtte ta en pause fra masteroppgaven, grunnet helseutfordringer. Temaanalysen ble derfor først fullført over ett år senere. Da jeg tok opp igjen oppgaven, var det til god hjelp at jeg hadde vært nøye med de tidligere analysefasene. Det gjorde at jeg kunne følge trådene i min opprinnelige analyse.

#### Steg 5 – Definere og navngi temaene

Jeg opplevde mine innledende temaformuleringer som for avgrensede og statiske – de sa kanskje noe om produktet, men lite om prosessen til gruppen. Fokusgruppen fikk for eksempel lite plass, og noen undertemaer fremstod altfor uavhengige av sammenhengen de var en del av. Noe av dette skyldtes nok at både deltakerne og

jeg hadde det musikalske samspillet mer friskt i minne under intervjuene. Denne unnlåtelsen forsøkte jeg nå å kompensere for ved å trekke loggen mer aktivt inn i bearbeidingen av temaene.

Jeg begynte å skrive ut temaene på nytt, men la til detaljer fra Fokusgruppen og egne refleksjoner. Dette hjalp meg med å se sammenhengen mellom temaene på en tydeligere måte, samtidig som jeg fikk bakt inn mer av prosessen i prosjektet. Med den økende forståelsen for hva temaene kunne tjene til å si noe om, flyttet jeg både undertemaer og sitater rundt, og noen hovedtemaer fikk nye navn og grenseoppganger.

## Steg 6 – Skrive ut rapporten

Jeg satt nå igjen med fem hovedtemaer: *Vekke det kreative*, *Terapeutens rolle(r)*, *Pusterom*, *Fellesskapets ringvirkninger* og *Forhandlinger*, med tilhørende undertemaer. Den ferdigskrevne rapporten er resultatkapittelet i denne oppgaven. Dette er ikke ment å være en uttømmende re-presentasjon av datamateriale, men et utsnitt av deltakernes erfaring jeg opplever kan gi et interessant utgangspunkt for en drøfting av denne oppgavens problemstillinger.

Her vil jeg kort nevne hvordan sitatene i resultatkapittelet er brukt. Hvert undertema introduseres med et hovedsitat fra en deltaker som på en treffende måte fanger inn hva det dreier seg om. Disse sitatene er rammet inn av en boks, og står uten hermetegn. Ellers har jeg forholdt meg til at sitater kortere enn 25 ord står i teksten, innrammet av hermetegn, mens sitater lengre enn 25 ord får et eget avsnitt, og står i kursiv skrift.

Sitatene opptrer naturlig nok i en annen setting enn de først ble ytret i. For å få med noe av sammenhengen de oppstod i, har jeg av og til inkludert mine spørsmål og svar. Ellers har jeg forsøkt å skille mellom deltakernes sitater og mine tolkninger, ved å bruke ord som, *tror*, *merker* o.l. når jeg selv tolker. Andre ganger har jeg latt lengre sitater snakke for seg selv, for å sørge for at deltakernes stemmer kommer tydelig frem. Jeg har forsøkt å ha en fortellende stil, for å få frem noe av sammenhengene mellom både temaene og rammene for prosjektet.

Navnet *Vekke det kreative* er lånt fra Hanne i gjen-intervjuet. Ellers er resten av temaene mine formuleringer. Jeg valgte navnet *Terapeutens rolle(r)* fremfor en mer nøytral tittel, fordi jeg opplevde at deltakernes bevissthet om at de var en del av et musikkterapi-prosjekt var stor, selv om jeg var musikkterapi-student på dette tidspunktet.

## Forskningskriterier

I det følgende vil jeg ta for meg hvordan jeg har forholdt meg til etiske problemstillinger i løpet av prosjektet, før jeg avslutter med metodekritikk og en vurdering av studiens kvalitet.

## Etikk

Etiske overveielser inngår i alle ledd av forskningsprosessen (Murphy, 2016). Aksjonsforskningen bringer derimot den etiske dimensjonen enda tydeligere inn i hvordan forskeren forholder seg til menneskene i de ulike forskningsstegene (Stige & McFerran, 2016). Jeg har allerede forklart hvordan jeg har gått frem for å invitere deltakerne inn i *deler* av forskningsprosessen. Jeg sier *deler*, fordi det har vist seg vanskelig og tidkrevende å etterleve enkelte av idealene for aksjonsforskning i praksis. Jeg har, for eksempel, i mindre grad involvert deltakerne i forskningsspørsmålene. Feltarbeidet før prosjektets start ble brukt til å tilpasse problemstillingen til deltakernes innmeldte behov, og avklare betingelsene for prosjektet med dem før studiens oppstart. Fokusgruppen ble deretter brukt til å forme Samspillsgruppen etter deres tilbakemeldinger. Dette ga en ramme for prosjektet, som var ganske satt. For de fem ukene vi var sammen, anså jeg det ikke særlig realistisk å gjøre mer enn dette. Tanken har derfor vært at det er bedre å gjøre litt av det aksjonsforskning oppfordrer til, enn ingenting.

Men, jeg vil nevne at det må være legitimt at en studie kan avdekke et ønsket om å bidra i forskningen, ikke nødvendigvis gjenspeiler deltakernes behov, og heller gir uttrykk for forskerens forventninger. Etter først å ha tenkt at vi måtte utnytte den begrensede tiden vi hadde, skjønte jeg fort at dette var et uttrykk for mitt kontrollbehov, snarere enn et ønske fra deltakerne. De ønsket seg en avslappet og

uformell atmosfære med mindre vekt på problemløsning, og mer tid til samspill. Jeg ga deltakerne mulighet til å komme med innspill på mine problemstillinger, men dette lot de i stor grad være opp til meg. Jeg har likevel forsøkt å ha med meg en bevissthet rundt spørsmålet: Hvem er forskningen for? Og med dette tilstrebet å gjøre prosjektet så aktuelt for deltakerne som mulig underveis. Denne bevissthet har jeg tatt med meg inn i forskerrollen med mål om å la deres innspill og ideer få påvirke teoriutviklingen.

## Utvalg og databehandling

Stige og McFerran (2016), skriver at idealet i aksjonsforskning selvfølgelig er at forskeren blir oppsøkt av deltakerne selv, og ikke tvunget inn i en endring som er fremmed for dem. Dette har vært et svært viktig ankepunkt for meg gjennom hele mastergradsstudien, men krevende i praksis, på grunn av tidsbegrensningene som et slikt prosjekt har. Når det er nevnt, var det både entusiasme og stor grad av tilslutning til nødvendigheten av prosjektet blant deltakerne. Da først ryktet om prosjektet begynte å spre seg, tok noen deltakere direkte kontakt med meg og uttrykte interesse for å delta. Resten ble med på de betingelsene jeg oppga, hvor det å samarbeide om å utvikle Samspillsgruppen var et vesentlig premiss. Flere ga i intervjuet tilbakemelding om at nettopp frivillighet var en viktig del av det som gjorde prosjektet så attraktivt for dem. Noen uttrykte også begeistring for å kunne bidra til å utvikle forskning på musikkterapi. Det at prosjektgruppen ga seg selv navnet «Rats and Rabbits and the Tiny Mouse», som en ironisk referanse til at de ble forsket på, mener jeg er et tydelig tegn på at de var komfortable med rammene for prosjektet.

Før oppstart ble studien behandlet av Norsk senter for forskningsdata, for å påse at datainnhenting overholdt krav til forsvarlig bearbeiding, lagring og deling.<sup>5</sup>

Deltakerne som etter feltarbeid og informasjon på SMS, svarte at de var interessert i å delta, fikk tilsendt et *samtykkeskjema*.<sup>6</sup> Her kunne de lese om studiens formål, og eventuelt reservere seg fra deler av prosjektets datainnhenting. Dette var viktig for å gi deltakerne muligheten til et fritt og informert samtykke (Fangen, 2015). I skrivet la jeg til at deltakerne når som helst kunne trekke seg fra studien uten konsekvenser,

---

<sup>5</sup> Se vedlegg 3: Meldeskjema NSD.

<sup>6</sup> Se vedlegg 1: Samtykkeskjema



og at eventuelle data da ville slettes umiddelbart. Studiedeltakerne ble vurdert som kompetente til selv å gjøre et informert valg om risikoen ved å delta.

Alle deltakerne har blitt anonymisert i studien. Dette var ikke egentlig et krav alle deltakerne følte de hadde behov for, men jeg tok et valg om anonymisering da enkelte var ambivalente til dette. Jeg vurderte det slik at risikoen var større for at full åpenhet kunne gjøre skade senere, og at anonymisering var et mindre onde for dem som eventuelt ønsket å beholde navnet sitt i oppgaven. Både tiltaket og deltakerne har fått nye navn av meg.

## Makt

Forskning som har til hensikt å jobbe for likeverd og samarbeid kan fort bli en ny tvangstrøye, om man er blindet for maktrelasjonene som alltid vil være til stede i mellommenneskelige relasjoner (Falzon, 1998). I dette masterprosjektet har jeg selv hatt en aktiv rolle i å påvirke fenomenene under utforskning (Reason & Bradbury, 2008). Målet med prosjektet har ikke vært å fjerne eller oppheve maktrelasjoner, men å tilrettelegge for et miljø for samarbeid, hvor deltakerne kunne påvirke prosjektets gang på meningsfulle måter.

Mitt sosiale avtrykk i studien har vært stort (Hunt, 2005). Ikke bare har jeg vært deltaker, men jeg har satt mye av agendaen for prosjektet, ved å lede samspillet og arbeidet i Fokusgruppen. I tillegg har jeg som forsker fått det endelige ordet om hva vi gjorde og hva vi eventuelt lærte. Aller helst skulle jeg selvfølgelig skrevet denne masteroppgaven sammen med deltakerne, men i fravær av et så utstrakt samarbeid, har jeg selv måttet forvalte deres stemmer. Her må jeg nevne at deltakeren jeg har valgt å kalle Hanne i dette masterprosjektet, har vært behjelpelig med korrekturlesing og tilbakemeldinger om deltakerperspektivet i løpet av denne masteroppgaven.

Utover dette har min aktive tilstedeværelse og relasjonene til deltakerne underveis i masterprosjektet vært avgjørende for å imøtekomme utfordringer knyttet til eventuelle interessekonflikter og etiske betenkeligheter som melder seg i deltakende aksjonsforskning. Ved å gå tett på, har det vært mulig å forstå deres opplevelser fra innsiden og forhandle om prosjektets innhold (Stige & Ledger, 2016). Jeg har måttet avfinne meg med at jeg ikke kan unngå å påvirke prosjektet, og har forsøkt å bruke

denne innflytelsen på en bevisst måte (Gergen & Gergen, 2008). Jeg har fulgt det sosiale samspillet og sjekket inn med deltakerne underveis. Slik har jeg fanget opp om enkelte har fått lite plass, fått tilbakemeldinger om min rolle, og funnet det som har virket som en slags balanse mellom de ulike stemmene i prosjektet. Faktisk er det ganske tydelig at mange av de samme utfordringene vi jobbet med i musikken, finner gjenklang i forskningsprosessen. Som for eksempel å etablere en kultur for samspill hvor flere i gruppen fikk rom, hvor vi lyttet til hverandre, og det var greit å si ifra. En viktig tilbakemelding fra deltakerne var at dette arbeidet krevde lederskap, og at de satte pris på at jeg tok plass for å skape rom for andre.

Det har vært viktig å være åpen om min rolle som musikkterapi-student, og at prosjektet kunne avdekke ny kunnskap innenfor musikkterapi. Samtidig har jeg ikke ønsket å påtvinge gruppen mitt syn på verken musikk eller musikkterapi. I møte med deltakerne har jeg vært tydelig om mulige rollekonflikter, men likevel brukt min posisjon og min musikk-kunnskap i samspillet. Selv om en av ambisjonene for prosjektet har vært å jevne ut asymmetrien mellom meg og gruppens deltakere, er en av erfaringene med dette prosjektet at roller er en nødvendighet for å skape en struktur for å delta. De problematiske sidene ved min egen påvirkning, har jeg forsøkt å forholde meg til ved å forklare overfor deltakerne hva jeg har tenkt, forventet og tvilt på underveis. Det har forhåpentligvis gjort flere av veivalgene i mastergradsstudien synlige for gruppen og muliggjort forhandlinger om roller og verdier (Reason & Bradbury, 2008, Stige & McFerran, 2016).

## Studiens kvalitet

Fordi kritisk refleksjon og forskningens kvalitet henger så tydelig sammen i kvalitativ forskning, ønsker jeg å behandle metodekritikk og kvalitet sammen i avslutningen av dette kapitlet. Ved å ta for meg spørsmål om studiens troverdighet, håper jeg å belyse noen av fallgruvene ved min egen forskning, og rekkevidden av resultatene.

Det er vanlig at forskning forholder seg til ulike måter å vurdere kvalitet på, avhengig av kunnskapstradisjonen studien inngår i. I kvalitativ forskning handler kvalitet om hvorvidt funnene er troverdige (Thagaard, 2013). Det vil si om studien er gyldig, pålitelig og overførbar. At forskeren klarer å formidle veivalg og gjøre refleksjoner

synlige, er avgjørende for at andre skal kunne ettergå dataene og eventuelle funn (Alvesson & Sköldberg 2007).

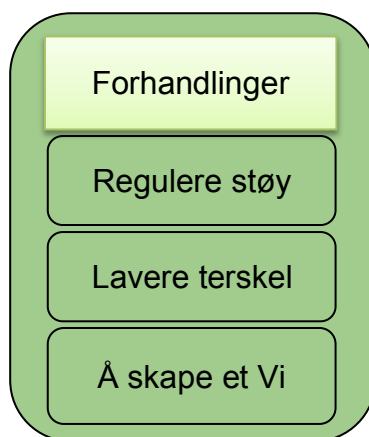
For denne mastergradsstudien har den etiske dimensjonen ved prosjektet vært viktigere enn å skape gyldige data som kan generaliseres på tvers av mange tilfeller. Som i aksjonsforskning ellers har målet vært mer pragmatisk. Masterprosjektet har vært orientert mot det forskningen har kunnet frembringe, av ideer og perspektiver, snarere enn å avdekke en objektiv virkelighet, eller å danne grunnlag for prediksjon (Gergen & Gergen, 2008). Denne utforskende holdningen til forskningspraksis er gjenspeilet i Henry David Thoreaus retoriske spørsmål: «What sort of science is that which enriches the understanding but robs the imagination?» (Furtak, 2019). Å beholde et rom for improvisasjon, lek og humor i møte med vitenskapelig kontroll og nøyaktighet, har vært viktig for meg i møte med deltakerne. Etiske spørsmål jeg har latt meg lede av har vært hvorvidt masterprosjektet har kunnet tilby deltakerne noe underveis, og om de kjenner seg igjen i historien om prosjektet etter som den utvikler og endrer seg. Dette gir studien et vesentlig performativt aspekt, ved å formidle en bestemt fortelling om deltakernes opplevelser med musikk og helse (Ansdell & DeNora, 2016). I aksjonsforskning kan narrativet forskningen formidler ha en funksjon i forskerens agenda, ved å bidra til et nytt syn på en marginalisert gruppe, eller løfte frem stemmer man sjelden hører fra i behandlingsapparatet eller i musikkterapi-praksis (Stige & McFerran, 2016). Dette er en ambisjon denne oppgaven deler. Prosjektet gir et talerør, som kan påvirke utformingen av fremtidige tilbud, og dette opplevde jeg at flere av deltakerne mente var viktig å bidra til. I tråd med det vitenskapsteoretiske perspektivet jeg har plassert meg i, er mine tolkninger kun én av mange mulige historier som kan skapes av dataene (Kvale & Brinkmann, 2018, Gergen, 2015).

Ifølge Ruud (2015) må forskning på musikkterapi forholde seg til at tolkningene og eventuelle funn som formidles skaper diskurser om virkeligheten vi selv tror på, eller ønsker at andre skal tro på. Slike historier farger vår virkelighetsforståelse ved å fremme bestemte verdier og perspektiver som mennesker bruker til å orientere seg i verden på. Etiske utfordringer forbundet med dette er om historiene *oppleves* som sanne, og om de er nyttige (Ruud, 2015, s. 45, Gergen, 2015) Jeg har brukt både fokusgruppe og gjen-intervju for å la deltakerne korrigere enkelte av mine

fortolkninger i løpet av dette mastergradsprosjektet. Likevel har jeg måtte forholde meg til at tolkningsprosessen ikke kan foregå i det uendelige, og at et masterprosjekt nødvendigvis legger visse begrensninger på hvor nøye en slik prosess kan være. Om målet kun var å holde seg til deltakernes perspektiver, hadde derimot mye av poenget med å forske falt bort. En fare ved feltarbeid er nettopp at forskeren går så opp i den studerte kulturen at utsideperspektivet og overblikket forsvinner (Atkinson, 2017). I denne mastergradsstudien er det først og fremst spenningen mellom deltakernes opplevelser, mitt forskerblick og eventuelle teoretiske innsikter som gir muligheter for nye perspektiver på praksis. Ved å knytte deres opplevelser an til relevant teori i musikkterapi, som performance-perspektiver og økologiske modeller i samfunnsmusikkterapi, har jeg ønsket å gå dypere inn i deler av vårt samarbeid. Jeg opplever at dette er teori som både er åpen og relevant for resultatene, og lar dataene og teorien spille ball med hverandre.

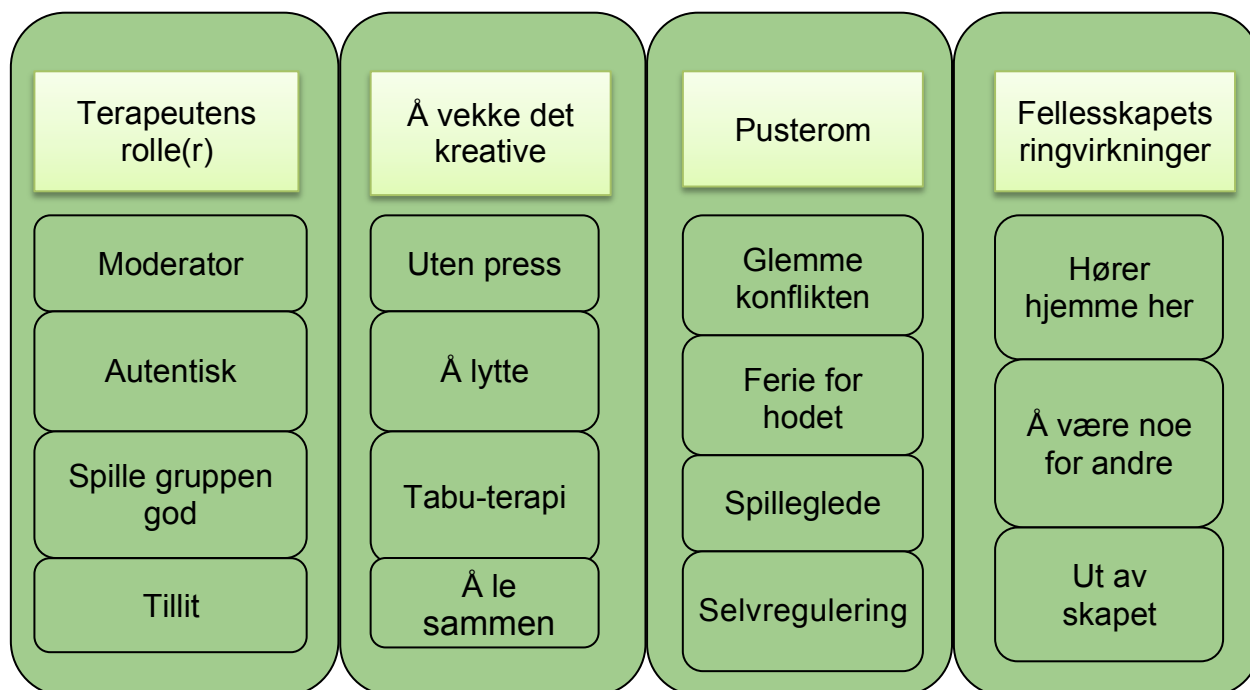
# Del 4: Resultater

I denne mastergradsstudien har jeg intervjuet deltakere ved et rusfritt lavterskeltilbud om deres opplevelser med å utvikle og delta i en samspillsgruppe. I foranledning til prosjektet dannet jeg en fokusgruppe, hvor de ble oppfordret til å dele erfaringer fra en av de faste musikkaktivitetene ved tiltaket, kalt Onsdagsjammen. For å gi en nødvendig bakgrunn til resultatene fra Samspillsgruppen, vil jeg først starte med deres tilbakemeldinger om Onsdagsjammen. Temaet berører utfordringer og endringsforslag og ser slik ut:



Deretter følger hovedfunn fra analysen av deltakernes erfaringer med aktiviteten vi utviklet, kalt Samspillsgruppen, med fire tilhørende hovedtemaer og underkategorier.

Disse er fordelt slik:



Hvert tema innledes med en kort beskrivelse, før underkategoriene introduseres med et typisk sitat fra en av deltakerne, etterfulgt av mine kommentarer og sitater som underbygger tolkningen. Der jeg har brukt logg er dette markert med (L), ellers er alle sitater hentet fra intervjuene.

## Forhandlinger

For å forstå deltakernes opplevelser med å utvikle Samspillsgruppen, er det viktig å få innblikk i deres erfaring med den faste Onsdagsjammen, og hvordan de foreslo å møte utfordringene de pekte på her. Temaet presenteres i underkategoriene *regulere støy*, *lavere terskel* og *å skape et Vi*.

### Regulere støy

Når alle vil spille sitt instrument høyest og gjør mest ut av det, så er det forståelig at det blir sånn. Det er den bobla man er i, liksom. (Hanne)

Deltakerne rapporterte om et lite trivelig lyd miljø i Onsdagsjammen. Flere beskrev situasjoner hvor man måtte kjempe om å bli hørt, og hvor det var vanskelig å få kontakt med andre deltakere. Olivia sammenlignet lydbildet med «... å sette på en vinyl-plate med hakk», uten pusterom og pauser.

Andre forklarte at det var så mye støy til tider at de måtte forlate lokalet. Kristoffer sa: «Huff! Masse lyd og, nesten sånn ... da må jeg ut og bare gå. En time eller to, for å lande litt».

I Fokusgruppen ble vi enige om å jobbe mer med dynamikken i musikken og introdusere flere pauser.

### Lavere terskel

Og det er jo sånt som det har vært snakk om på den vanlige jammen, at folk kommer, og så: «Nei, de her er for gode», og så tør de ikke gå inn en gang. (Olivia)

En annen tilbakemelding var at forventninger til prestasjon ga enkelte høye skuldre i Onsdagsjammen. Noen følte at de ikke holdt nivået til de faste deltakerne og fortalte at de opplevde å bli kjeftet på av andre om de spilte feil. Espen sa:

*Jaja. Det er litt det jeg sier òg, da, det er viktig at folk får lov til å prøve seg uten å bli kjeftet på. Det skaper bare negativitet. Jeg føler det har vært litt sånn der oppe. Det er derfor jeg ikke har giddet å være på onsdagsjammene, det er derfor jeg ikke har vært så mye der oppe, sånn sett.*

Flere deltakere tok opp at de ønsket å bruke Samspillsgruppen til å jobbe med å skape mindre press på å prestere i musikken. De ønsket at det skulle være lavere terskel for å delta.

### Å skape et Vi

Men som jeg har opplevd tidligere på Møteplassen, så er det to–tre som dominerer hele tiden, som tar altfor mye plass ... Det kan bli vanskelig for andre å ta sin egen plass. Okey, noen er bedre enn andre, og noen vil ha det til litt mer enn andre, men det handler om å se andre òg, og hva de ønsker å være med på og kunne hjelpe dem litt videre. (Eспен)

En gjentakende utfordring for mange deltakere var at noen tok mye plass på bekostning av andre i Onsdagsjammen. Dette skapte igjen grobunn for konflikter, og flere fortalte at de holdt seg vekk på grunn av slike episoder. Truls forklarte årsaken til misnøyen slik, og pekte på det flere opplevde at manglet, nemlig tydeligere lederskap og mer plass til hver enkelt:

*Men blir det for mange apekatter, så ... eller for mye egoer – vi har jo noen av dem her. Vi har vel alle den i oss, men da er jeg på en måte ferdig. Sånn hvis det blir bare det. Hvis man ikke har noen klar leder av noe slag, så blir det jo fort sånn.*

Men enkelte nyanserte dette synet noe. Espen mente at det Onsdagsjammen først og fremst manglet var et «Vi»:

*Det trenger ikke å være noen sjef i gruppen. Jeg trodde musikk handlet litt om å skape noe sammen. Ikke være sjef, for da er du en kontrollfrik, og det hører ikke hjemme i musikken, synes jeg da.*

## Terapeutens rolle(r)

Tilbakemeldingene tilsa at lederskap var noe som var etterlengtet i Onsdagsjammen, og etter en vurdering med deltakerne valgte jeg derfor å ta på meg en mer aktiv rolle i det videre prosjektet. Følgende underkategorier handler om deres erfaringer med min deltakelse i Samspillsgruppen: *moderator, autentisk, spille gruppen god og tillit.*

### Moderator

Hanne: [Ler] ... Jo, men det er jo viktig likevel, altså som gruppe, som en jam-gruppe ... så kreves det, synes jeg. Ellers så blir det nødvendigvis sånn at noen ikke får plass, og de andre tar alltid alt.

Daniel: Så lederskap er viktig *for* at folk kan delta?

Hanne: Ja.

For å skape plass i Samspillsgruppen var det viktig å passe på at musikken ikke overskred et kritisk støynivå, og holde tak i spillereglene gruppen hadde blitt enig om, mente mange. Dette fikk enkelte til å sammenligne meg med en slags moderator, som sørget for god dialog innad i gruppen. Flere kommenterte at det var fint at jeg tok på meg denne rollen, for å sikre at alle ble hørt og fikk plass i samspillet.

Kristoffer sa:

*... så det er guds lykke at du er her nå. [Ler]. Synes jeg, egentlig. Du har på en måte en rolle der, samtidig som du glir inn, men når det blir kaotisk, så er det bare sånn – hei, nå må vi liksom ... Nå må vi lande litt.*

Andre fortalte at de fant en trygghet i å ha en å henvende seg til i samspillet. Hanne nevnte dette: «Men da henvender jeg meg gjerne til deg. Jeg ser på deg, liksom. For der får jeg kontakt.» Hun var en av flere som mente at dette gjorde det lettere å ta plass i Samspillsgruppen, enn i Onsdagsjammen: «Det har hjulpet meg veldig at du har vært her», forklarte hun.



## Autentisk

Truls: Mhm, jeg har jo sett det! Det synes jo. Det er også dritkult. Men det er gøy å se, at du koser deg òg. Hyggeligere det enn å se kassadama på Kiwi hate jobben sin.

Daniel: Så det er et poeng at man kanskje viser følelser og glede og ...

Truls: Absolutt! Hvert fall de positive.

Det var stor enighet blant deltakerne om at jeg òg burde delta i samspillet. I denne sammenheng ga enkelte tilbakemelding om at de satte pris på at jeg viste entusiasme for musikken og var autentisk i rollen. Espen sa:

*Jeg legger merke til lidenskapen bak det. Og det har jeg lagt veldig merke til med deg ... kjenner at det brenner: «Det her liker jeg!»*

Selv om jeg fikk en slags lederrolle i gruppen, mente flere at denne rollen ikke sprang ut av ovenfra-og-ned-holdning, men en felles entusiasme for musikken, som gjorde meg til en del av gjengen. Espen sa han ble inspirert av dette:

*Nei, du er også sånn som meg, at når du synes noe er kult, så har du det i hele ansiktet, både øya og smilet – du har det hele.*

Likevel pekte Kristoffer på en episode hvor han syntes det var vanskelig å be om pause i en spillsituasjon, fordi han så at jeg også koste meg med musikken. Jeg spurte ham: «Men synes du det hadde vært vanskelig å si ifra til meg i den situasjonen?» Kristoffer svarte:

*Jeg vet ikke. For jeg ser at du også liker det. Og jeg vil ikke være douchebag [drittsekk] mot deg, eller mot alle andre heller.*

## Spille gruppen god

Men så kom du med en begynnelse, og bare: «Wow!» Det ble enda kulere enn jeg hadde tenkt da. Det ble noe bra noe. Så jeg ble veldig glad for det, det gjorde jeg.

Jeg syntes det var kjempekult, og da følte jeg meg privilegert. Rett og slett, for at jeg kunne få være med på det. (Espen)

Noen deltakere var opptatt av at en leder må kunne spille gruppen god. De løftet frem at jeg ga pedagogisk støtte, og brukte egen musikalitet til å gjøre musikken i gruppen interessant. Truls kommenterte at i en jam-gruppe er det viktig å ha denne type kompetanse:

*Ikke minst at det er litt musikkkompetanse. Det du driver med er absolutt musikkterapi. I mitt hode i hvert fall. Så er du i tillegg flink til å lære bort, som går mer på sånne pedagogiske skills, men det er ikke feil det heller.*

Olivia kommenterte mer direkte hvordan det var viktig å ha noen som kunne omsette ideer til noe som fungerte musikalsk. Hun sa: «Kult at man bare kan nynne noe, og så tar du det!»

Flere nevnte at det ga dem mye at det var en viss kvalitet over musikken, og kommenterte at de ble overrasket over hvor bra vi fikk det til å låte selv om nivåforskjellene i gruppen var store. Jørgen sa:

*Og det har man godt blandet her da, altså noen som ikke spiller i det hele tatt, og noen som har holdt på jævlig lenge. Det er en utfordring bare det, å få det til å bli en interessant greie. Så ikke folk tenker at: «Ah, det her er jo nybegynnernivå», men jeg synes vi har fått til det bra.*

## Tillit

Det skal du ha, at du tror på oss! (Truls) (L)

Noen deltakere tok opp hvor viktig det er å bli vist tillit. Det ligger tillit i at man som leder tør å utfordre, eller gi andre ansvar i fellesskapet. Noen mente at de musikalske utfordringene jeg ga gruppen viste at jeg ikke sydde puter under armene deres, og behandlet dem med en tro på at de skulle få det til. Truls sa:

*Men så synes jeg vi har fått til mye kult òg, da. På liten tid. Det må jeg si. Og noen av de sakene du har dratt frem, har vært over middels vanskelige òg, da.*

Flere forklarte at de opplevde det som positivt å bli møtt som musikere, og at dette innebar at musikken holdt en viss kvalitet. Hanne sa:

*Og, jeg hadde ikke hæla, må jeg innrømme, hvis det hadde vært bare litt sånn ... labert og umusikalsk, og folk som spiller bare litt sånn på moro.*

Mange i gruppen hadde mye musikalsk kompetanse, og dette forsøkte jeg å løfte frem. Noen kommenterte hvordan de opplevde å få sine ferdigheter inkludert i samspillet. Kristoffer sa:

*Du kan lære masse bort på gitar, men jeg kan lære masse bort på trommer. Og da fyller jeg trommerollen, når ikke du klarer, og omvendt. Og da kan man samarbeide. Jeg føler vi jobber ganske bra sammen. Og da er det bare sånn, fett!*

Han var derimot klar på at det å bli vist tillit kan være utfordrende:

*Du [jeg] har jo ansvar. Så er spørsmålet: Klarer jeg å ta det ansvaret? Blir det for mye press? Da må man på en måte yte ... da blir man et serviceyrke, kan du si da.*

## Å vekke det kreative

Mange deltakere mente at Samspillgruppen var viktig fordi den lyktes med å skape et rom for kreativ utfoldelse. Temaet ser nærmere på hva som gjør det mulig å delta i det skapende, hva det forløste i fellesskapet, og hvordan det påvirket den enkelte. Dette presenteres i underkategoriene *uten press*, *å lytte*, *tabu-terapi* og *å le sammen*.

### Uten press

Det er klart, folk er trygge i den gruppa. At man er trygge, og at ... her er det ingen som skal prestere noe og sånn, ikke sant. (Olivia)

I Fokusgruppen snakket vi om at vi ønsket mindre press på å prestere i Samspillsgruppen. Før hver økt minnet vi hverandre på dette, samtidig som vi tilrettela for mer fri improvisasjon. Det nye samspillet som tok form kunne basere seg på en enkel bassgang, en akkordrekke eller et ostinat, som skapte en ramme for våre instrument- og vokal improvisasjoner over temaet. Flere opplevde at disse tiltakene virket og at de opplevde mindre press på å prestere. Jørgen svarte følgende på mitt spørsmål om gruppen hadde utviklet seg:

*Ja, det har den. Jeg tror den har utviklet seg på flere ... I alle fall for min egen del – jeg tør å gjøre mer. Det gjør ikke noe om du slår feil på trommene, det gjør ingenting om du synger noe som kanskje ikke har noen mening. Man lager en tekst, og så ser hvordan det blir.*

Andre delte erfaringer med å overvinne prestasjonsangst i løpet av prosjektet. Hanne sa:

*Altså, fra sånn jeg var før, da – å være så opptatt av prestasjon at jeg ender med ikke å gjøre noen ting i det hele tatt, med mindre jeg har garanti for at det er perfekt, og det har jeg jo ikke – det har jeg jo kommet mye videre fra.*

## Å lytte

Fra første gangen vi snakket sammen, og snakket om at vi skulle lytte til hverandre, som er så viktig. For meg så er det noe av det viktigste, som gjør at det er behagelig. For man får jo mye mer ut av det, det blir jo døds Kult ... (Olivia)

I Fokusgruppen ble vi enige om å lytte mer til hverandre, rullere og bruke flere akustiske instrumenter. Alle deltakerne beskrev en markert bedring i lyd miljøet i Samspillsgruppen. Kristoffer sa om utviklingen: «Blitt mer samspilte. Hører mer på hverandre. Skaper mer dynamikk. Det er ikke bare full guffe, hele sangen.»

Mange kommenterte at et karakteristisk trekk ved Samspillsgruppen var at deltakerne spisset ørene, og ble mer sensitive for hverandres innspill. Det å jobbe med å lytte til

hverandre, skapte et rom til å utforske samspillet i større grad, og bedret de kreative betingelsene for å lage musikk sammen. Hanne forklarte:

*Det er positivt med gruppen vi har nå. Der har vi jobbet med akkurat det. Den dynamikken, at okey, nå demper vi andre oss litt, og så får den spille litt, og tar litt solo på det og litt sånn ... At vi faktisk hører, hva er det vi spiller? Og at nå er det bra for musikken at det kan dempes litt, og at det ... så kommer vi opp igjen og drar i gang, og så ... skjer det naturlig, da. Men da må man jo lytte på en annen måte.*

## Tabu-terapi

Nei, altså, men jeg tror jo det at vi startet med «Ta på puppa, ta på puppa», man blir jo i godt humør ... [ler] ... Det er ikke til å unngå ... Det skaper jo frihet. Kommer ikke utenom det. (Hanne)

I løpet av prosjektet kom begrepet «Tabu-terapi» spøkefullt opp (L). I improvisasjonene opplevde flere at det var rom for å si ting som ellers kunne oppfattes vulgært og upassende. Flere mente at det hjalp både dem og gruppen med å flytte grenser.

Allerede i en av de første improvisasjonene i prosjektet, oppstod det mye kreativ utforsking rundt en enkel gjentagende strofe: «Ta på puppa!». Kristoffer forklarte at denne episoden var viktig for gruppens utvikling:

*Den var helt priceless! Det var egentlig den, sånn ... det løsna. Det løsna for alle sammen, tror jeg. Det var noe som skjedde. De første 10–15 minuttene, så var det sånn – hvor er vi i ... hvor er vi i gruppa? Og så plutselig så bare, hvæm! [knipser]. Da løsna alt.*

Flere fortalte at det lå noe grensesprengende i situasjonen, og at de ble overrasket over måten gruppen tok tak i ideene som kom. Det å ha vært igjennom en slik improvisasjon skapte en spesiell trygghet i Samspillgruppen, ifølge flere. Jørgen sa:

*Ja, og så når du får andre til å bli med på det òg, så synes jeg det er kult. Da er det en bra gruppe. Det er ikke det du begynner å synge på om du ikke er trygg. Så det utvikler seg til det at gruppen blir trygg da.*

Det å bryte tabuer ble av enkelte assosiert med en enorm frihetsfølelse og en sunn grensetesting i en gruppe. Når et slikt initiativ møtes, utvides rommet for hva som er mulig å si og gjøre. Flere forklarte at dette rommet gjorde det mulig å bruke musikken til å arbeide med seg selv. Hanne sa:

*Det er viktig. Tørre å slå seg løs! Det er viktig for musikkterapi. Du [man] har så mye hemninger, som sitter overalt i systemet. Og det å greie å åpne opp litt der, det er jo veldig sunt. Og har selvfølgelig sammenheng med andre deler av livet.*

### Å le sammen

Sånn – man står og smiler og ler og har det godt og hyggelig. Det er ikke noe sånt som går over heller, når man pakker ned gitaren. Det varer. Man tar jo med seg de gode vibbene. Det vil jeg tro smitter på resten av gjengen her òg, når man kommer en fire–fem stykker og er sprudlende glade og hoppende, dansende, syngende. Det smitter jo det. Det gjør jo det. (Truls)

Deltakerne beskrev det å le som smittende, avvæpnende og samlende. Deres tilbakemelding tyder på at det å le skapte mye positiv energi i Samspillsgruppen, og lettet den kreative flyten.

Jeg merket meg at latteren var særlig fremtredende i gruppen når samspillet var famlende, eller avventende, i påvente av at nytt tema skulle oppstå i musikken. Det virker å støtte at gruppen brukte latter til å avvæpne situasjonen. Hanne var innpå dette:

*Vi ler jo masse, så det blir veldig god stemning da. Og da er det mye lettere å slippe seg løs òg, at vi er trygge på hverandre og at det er god stemning. At alle koser seg. Det er tydelig. Når alle koser seg, da blir det bra.*

Truls påpekte hvordan latteren hadde en tendens til å spre seg i rommet når gruppen kjente at de fikk til noe, og alles blikk møttes i en slags felles anerkjennelse av at dette er bra og gøy. Han sa: «Det er ikke alltid like lett å få til sånne øyeblikk.»

## Pusterom

I intervjuet fortalte deltakerne at Samspillgruppen ga et etterlengtet pusterom fra konflikter og utfordringer i Onsdagsjammen, som hjalp dem med å bruke musikken til å få en pause fra tunge tanker, og finne overskudd i hverdagen. Temaet presenteres i underkategoriene *glemme konflikten*, *ferie for hodet*, *spilleglede* og *selvregulering*.

### Glemme konflikten

Du åpner nye muligheter for andre. Så glemmer man litt den konflikt-greia, og tenker: «Kult det her, da.» (Espen)

Deltakerne beskrev hvordan det å skape ny musikk sammen ble en positiv kontrast til tidligere konflikter i Onsdagsjammen. Det ga gruppen ro til å legge vekk det gamle, og finne nye måter å være sammen på.

I løpet av samlingene vi hadde, merket også jeg at det skjedde en endring i fra problemløsning, til utforskning av musikken. Fra først å skulle ta tak i utfordringene fra Onsdagsjammen, ønsket nå flere å ta opp øktene, lytte til improvisasjonen og jobbe mer med samspillet. Olivia var en av dem som uttrykte glede over at gruppen fant en ny vei:

... *Ja. Nei, hvis hver jam kunne vært sånn som det ble etter hvert på ...*

*[Samspillgruppen], så er det bare fantastisk. Men vi får til noe, og vi lagde mye rart òg. Bare fant en akkordrekke og så ble det sånn.*

Hun avsluttet med: «Vi fant på en måte vår greie.»

### Ferie for hodet

Jørgen: Jeg vet ikke helt, men jeg merker at man ikke tenker på så mye annet enn akkurat det man holder på med, så det blir jo terapi i seg selv, det da. Det er ikke

sånn at du sitter og tenker på regninger, og alt du skulle ha gjort, eller alt du skal gjøre, mens du spiller trommer, og du har jo de jævla trommene å tenke på. [Ler].

Daniel: Så det er det at det blir en slags distraksjon, eller?

Jørgen: Ja, det blir jo det, eller hva skal man si, det blir som en ferie. En liten ferie for hodet, og det er jo bra.

Noen deltakere forklarte at de brukte musikken i Samspillsgruppen som en form for egenerapi. Ved å fordype seg i samspillet slapp de å tenke på vonde ting, eller føle på smerte. Truls sa:

*Nei det blir en sånn boble, som ... Ja, ting blir borte, som er ugreit. Enten det er vonde fysiske smerter, eller man går og gruer seg til noe.*

Det er særlig opplevelser av flyt som skaper denne pause-effekten av at tid og sted opphører, mente flere. Hanne sa:

*Det å kunne drive med det, og havne i den flytsonen og bare være i det og glemme alt annet. Så det blir en pause fra ... Så den pause-effekten er veldig viktig.*

Det er derimot ingen selvfølge at man opplever flyt i musikken. Til det må mange ting være på plass i en gruppe, mente deltakerne. Kristoffer forklarte at han også i Samspillsgruppen kunne kjenne at han ble sliten av mange inntrykk, men sa at han likevel merket en bedring ifra Onsdagsjammen:

*Når man opplever noe uro, eller noe som er uavklart, så klarer man ikke helt å finne flyten eller slappe av. På fredagen hos deg nå, så har det bare vært oss faste. Og det er veldig greit, synes jeg.*



## Spilleglede

For jeg har hatt noen dårlige dager når jeg kommer hit. Jeg er bare sånn, huff! Hva gjør jeg her i verden? Og så kommer du hit, treffer folk, og du begynner å spille, så glemmer du alle sånne kjipe ting. Så bare, oi! Så går du ut her med et smil. Bedre enn det kan du ikke få det, tror jeg. (Kristoffer)

Musikken kan hjelpe med å skape avstand til det som er tungt og vanskelig, men deltakerne beskrev også hvordan det å spille sammen ga motivasjon og energi. Flere forklarte at de gledet seg til de faste møtene, og brukte Samspillsgruppen til å finne nye krefter. Kristoffer sa:

*Yes! Det er fredag! Man kan spille med gjengen. Og man gleder seg til fredager. Det er ikke sånn ... hva skal vi finne på i dag, da? ... Og jeg som sliter med å stå opp, liksom, har faktisk klart å komme til klokka 11.*

Mange sa at de utviklet en sterk spilleglede i løpet av øktene vi hadde sammen. Noen nevnte at de kunne spille i timevis etter at vi var ferdige, eller gikk og nynet på sangene vi hadde laget. Det å ha en aktivitet man kun søker av egen vilje, som gir en glede og overskudd, kan gi en sterk følelse av sammenheng og mening. Hanne sa:

*Det betyr så utrolig mye, sånn for helheten. Livet mitt nå – at jeg kan drive med noe som gir meg så mye glede, da, og at det er ... – for det har jeg ikke hatt tidligere altså. Altså, alt har bare vært av plikt, og tungt og ... og egentlig litt trist. Er det sånn livet er? Men så nå, så har jeg det som jeg bare gleder meg til. Selv om jeg er sliten, så er det lystbetont. Og jeg vet at når jeg går inn i det, så er jeg bare i det. Og det er ren medisin.*

## Selvregulering

Elsker å være en del av miljøet. Kan henge, bare lytte ... (Hanne) (L)

En viktig komponent flere deltakere pekte på i samspillet, var muligheten til å regulere egen deltakelse. For noen, var det positivt at Samspillsgruppen tillot ulike

former for deltakelse, som innebar muligheten til å ta pauser, «henge» og lytte. Det avgjørende var at samspillet hadde et uformelt preg, som tillot at man kunne koble seg på, og av, musikken etter eget behov. Slik som Hanne, fortalte enkelte om at de hadde stor glede av å omgi seg med den musikalske atmosfæren i Samspillsgruppen, og at det å hvile i gruppen òg betydde å ta pauser fra musikken.

## Fellesskapets ringvirkninger

Deltakerne beskrev på ulike måter hvordan fellesskapet i samspillsgruppen påvirket både dem og gruppen. Til temaet tilhører underkategoriene *hører hjemme her, å være noe for andre og ut av skapet*.

### Hører hjemme her

Jeg har prøvd, har jeg følt. Jeg prøver og prøver, og vil gjerne være del av noe, og så har det ikke føltes ekte. At jeg er ikke helt med. Og så blir det en litt vond erkjennelse at: «Du får ikke til det, ja!» – «Greier det ikke nå heller». Og sånn har det vært i veldig mange år. Så det her er første gang i livet mitt at jeg faktisk føler at: «Jo, men her er jeg med, altså. Hører hjemme her.» [Ler]. (Hanne)

Mange deltakere snakket om betydningen av tilhørighet, og beskrev en sterk følelse av felles identitet og formål i Samspillsgruppen. Noen delte åpent om tidligere erfaringer med å kjenne utenforskap på kroppen, og uttrykte et savn etter arenaer hvor man ble møtt med forståelse og aksept. Dette mente flere de fant i både Samspillsgruppen og i fellesskapet i musikkmiljøet ved Møteplassen.

Det å ha en felles interesse for musikk og frivillig ha søkt seg til prosjektet, var en viktig kilde til samhold, ifølge mange. At kjemien i gruppen fungerte så godt, ble trukket frem som en stor ressurs for prosjektet. Truls var en av dem som kommenterte dette: «Det sier jo noe, at folk er mer ... Den gjengen du har hatt med deg, er kanskje over middels interessert.» Mange mente òg at det å spille sammen skapte sterke bånd, og var med på å utvikle et tydelig «Vi» i Samspillsgruppen. Olivia var inne på dette:

*Jeg har blitt mye mer glad i alle sammen. [Ler]. Jeg kan bli veldig forelsket i musikalitet. Det gjelder ... alle. Det er ikke det at jeg ikke liker personer som ikke liker musikk, men det blir noen bånd. Jeg vet ikke hvordan jeg skal forklare det.*

Hanne fortalte om det å føle seg som feilvare, og forklarte at Samspillsgruppen ga henne muligheten til å være seg selv, og snu på dette narrative. Hun sa: «Men her er vi litt feil alle sammen, som gjør at vi egentlig bare er riktig.» Hun beskrev musikkfellesskapet i Samspillsgruppen som et slags positivt «ekkokammer», hvor man fikk mye viktig bekreftelse fra folk som en selv (L).

Hvordan Samspillsgruppen skapte et fellesskap i utenforskapet, er Kristoffer også inne på:

*Og det sier også litt om samholdet her, alle menneskene. Det er ikke A4 folk. Det takler jeg ikke. Er du for A4 så...Det er ikke et menneske jeg vil snakke med, fordi de har ikke livserfaringer, de har ikke forståelse for ting. Det slipper jeg her.*

Å være noe for andre

Ønsket mitt er å kunne lære og bidra og gi noe som jeg kan videre. (Kristoffer)
---

Flere deltakere svarte at det var viktig for dem å bidra. De så det som meningsfylt å gi noe tilbake til fellesskapet. Helt fra begynnelsen av prosjektet, opplevde jeg et stort sosialt engasjement fra flere deltakere, når det gjaldt å løfte frem både musikkterapi og andre, ved Møteplassen. Olivia var en av flere som uttrykte dette:

*Jeg tenkte i hvert fall at det ville vært døds Kult å være med på å kanskje utvikle noe som kan fungere. Og så leverer du kanskje oppgaven der, og så blir det kanskje brukt av andre musikkterapeuter. Bare det er døds gøy. Og så har det faktisk gitt resultater, da.*

Hun ga òg uttrykk for at de kunne tenke seg å bidra etter endt prosjekt: «Derfor hadde jeg tenkt til å spørre, når [N.N.] skal starte et sånt nybegynnerband – hvis han gjør det – at, jeg godt kan støtte, jeg.»

Lysten til å bidra kommer naturlig når man selv har blitt husvarm, og fått mer kontroll over eget liv, ifølge noen. De mente at de fikk lyst til å støtte og løfte frem, fordi de så seg selv i andre. Truls sa:

*Så er det jo også en sann glede å se andre – at det skjer akkurat det samme med andre mennesker enn meg selv. Og kanskje enda større kvantesprang òg. Det er stas å få være med på.*

Noen hadde også mye erfaring på ulike instrumenter, og brukte sin kompetanse til å hjelpe andre. Ikke minst var flere i gruppen teknisk kompetente og kunne hjelpe både meg og andre med lydanlegget. Kristoffer forklarte hva det ga ham å hjelpe andre med å utvikle seg musikalsk:

*De blir jo kjempe-happy når de får mestringsfølelse. Og de klarer noe som er kult. Og det er en betaling i seg selv. Man må ikke få det i pengeform, men ... Det er noe med å kunne lære bort, uansett hva det gjelder. Og den gleden vedkommende viser ... du blir bare ooooo!!*

Flere deltakere forklarte at de opplevde det tryggest å gi denne støtten i samarbeid med meg, og uttrykte at det var nødvendig å prøve seg litt frem i en slik ansvarsrolle. Kristoffer sa for eksempel:

*Og jeg vil ikke trække noen på tærne, for jeg vet at folk sliter med psykiatri her. Og da er det sånn, hva er greit, og hva er ikke greit?*

Ut av skapet

Her har du folk som har gjemt seg i skapet de siste 20 årene. Og plutselig er det Rockefeller neste. Det er ganske heftig. Når man kjenner på det. Det er stort.  
(Truls)

Deltakerne omtalte hvordan det å være en del av Samspillgruppen og musikkmiljøet ved Møteplassen ga næring til nye drømmer og identiteter. Flere forklarte at de turte

å tro på at musikk var noe for dem. Noen uttrykte òg at det å ha et støttende fellesskap i ryggen, ga en lyst til å prøve seg på nye arenaer utenfor Møteplassen.

I intervjuet vendte flere deltakere tilbake til dette. De opplevde prosjektet som givende, men kort. Og som enkelte påpekte, hadde de nå fått smaken på å spille sammen. Truls sa:

*Vi har jo for så vidt snakket etterpå. Om at det var litt kort, at det hadde vært gøy å gjøre mer; hadde vært gøy å fremføre noe med den gjengen.*

# Del 5: Diskusjon

Det er tid for å samle trådene. Denne masteroppgaven har omhandlet et samarbeidsprosjekt med deltakere ved Møteplassen. I inngangen til prosjektet ble jeg drevet av en nysgjerrighet om hvordan de selv opplevde musikktilbudet her og hvilken rolle (om noen) en musikkterapeut kan tenkes å ha ved et slikt tiltak. Dette er spørsmål jeg har forsøkt å nærme meg gjennom et avgrenset forskningsprosjekt, hvor deltakerne og jeg har samarbeidet om å utvikle en samspillsgruppe. Her vil jeg minne om problemstillingene:

Hvordan beskriver deltakere ved et rusfritt lavterskeltilbud samarbeidet med en musikkterapi-student om å utvikle en samspillsgruppe, og hvordan opplever de det å delta i samspillet?

Og:

Hva kan prosjektet fortelle om deltakererfaringer med musikk i gruppe, med betydning for musikkterapeuters rolleforståelse og kompetanse innen forebyggende helsearbeid i rus- og psykisk helsefeltet?

## Ståsteder i musikkfellesskapet

*Nei, det er ikke gitt at musikken alene gir den effekten. Absolutt ikke, for det handler jo mye om det vi skaper sammen, og at det er god stemning.* (Hanne)

Diskusjonen som følger, ser nærmere på enkelte av de sosio-musikalske betingelsene for samspillet i masterprosjektet, i tråd med den økologiske modellen denne oppgaven støtter seg til (DeNora, 2013, Ansdell, 2014, DeNora & Ansdell, 2016). Her finner jeg det anvendelig å låne begrepet *Ståsteder* fra Svend Brinkmann (2017, s. 35–37). *Ståsteder* er geografiske og sosiale praksisfellesskap hvor mening oppstår fordi: « ... fenomener får lov til å tre fram i seg selv med en iboende verdi.» (s. 37). I slike fellesskap bruker mennesker de symbolske ressursene som samskapes, til å regulere tanker, følelser og handlinger. Denne forståelsen er nært

beslektet med Tia DeNoras bruk av begrepet *Musical Asylums*, om sosio-musikalske møteplasser, hvor kollaborativ musicking endrer de sosiale betingelsene for samværet mellom mennesker (DeNora, 2013). Flere av deltakernes beskrivelser i resultatkapittelet peker i retning av at samarbeidet i prosjektgruppen var avgjørende for å forme miljøet i, og rundt, Samspillsgruppen på gunstige måter. Slik jeg forstår det, hadde utfordringene i Onsdagsjammen avskåret enkelte fra å bruke musikken og miljøet her på måter de selv fant meningsfulle og utviklende. Derfor var det nødvendig å jobbe målrettet med å forme nye *ståsteder* i samspillet mellom oss som deltok. Som Hanne er inne på i sitatet over, var erfaringen fra Samspillsgruppen at musikk er noe mer enn lydene som lages. Det handler om summen av relasjonene i en gruppe, som gjør det å skape musikk til en bestemt måte å være sammen på (Small, 1998).

I gjennomgangen som følger vil jeg forsøke å gi plass til de særegne måtene vår kollaborative musicking virket i prosjektgruppen (Ansdell & Pavlicevic, 2005). Jeg henviser leseren til teorikapittelet for en nærmere avklaring av de teoretiske ideene som danner grunnlaget for denne diskusjonen. Som en del av denne drøftingen vil jeg ta for meg min egen rolle, med henvisning til erfaringer med musikkterapeutisk kompetanse og rolleforståelse i prosjektet. I konklusjonen *Huset imellom verdener* forsøker jeg å trekke de større linjene fra prosjektet, før jeg avslutter med en drøfting av studiens relevans for videre forskning og praksis.

## Forhandlinger

Pavlicevic (2010) skriver om betydningen av å skape rammer i musikkgrupper. Det innebærer blant annet å avgjøre hva slags type gruppe det er snakk om, og å ha et relativt avklart forhold til normer, verdier og spilleregler. Hun viser videre til forskning på ulike faser av gruppedannelse:

Norming (everyone identifying what they have in common), storming (identifying how different they are from one another), forming (coming together once again with a more realistic and balanced understanding of one another), and performing (the group functions as a whole, aware of similarities and differences, and performing its tasks (Pavlicevic, 2010, s. 46).

Erfaringene fra Samspillsgruppen peker i retning av at forhandlinger om rammer i en innledende fase er viktig, og at det i Onsdagsjammen ikke hadde blitt gjort tilstrekkelig arbeid med å identifisere et felles prosjekt mellom deltakerne (norming). Feltarbeidet til denne studien virker for eksempel å ha vært viktig for deltakernes frivillige tilslutning til endringsfellesskapet i Samspillsgruppen. Bolger m.fl. (2018) beskriver dette som en viktig komponent i relasjonsbygging og samarbeid i aksjonsforskning i musikkterapi, i ulike forhandlingsfaser de kaller *hanging out*, *buying in*. Dette ble godt hjulpet av deltakernes tilbakemeldinger underveis i Fokusgruppen. Erfaringene var at rammene for samspillet stadig måtte forhandles om for å gi plass til gruppens prosess og deltakernes skiftende behov, og at det var viktig å ha en dialog om dette. Det å ivareta Samspillsgruppens kollaborative musicking i løpet av prosjektet, handlet om å jobbe systematisk med både musikalske og para-musikalske aspekter ved samspillet (Ansdell, 2014).

## Kulturendring

Som vi har sett, ga deltakerne uttrykk for at prestasjonspresset i Onsdagsjammen innsnevret rommet for deltakelse, og at en utfordring var at det var lite kommunikasjon i samspillet. Det var et uttalt ønske om både bedre relasjoner, og å løfte kvaliteten på musikken. Fra mitt musikkterapeutiske ståsted, vil jeg si at elementer fra musikkterapeutisk improvisasjon, «henge-kulturen» ved Møteplassen, og performative elementer, interagerte i gruppens forhandling om å finne et nyttig balansepunkt for disse ambisjonene. Det å trekke inn elementer av improvisasjon, ble av mange ansett som en positiv motvekt til en mer utpreget fremføringskultur i Onsdagsjammen. Forhandlingene om Samspillsgruppen fant også inspirasjon fra «henge-kulturen» ved Møteplassen, da det for deltakerne var viktig å skape et uformelt preg over samspillet. Erfaringen var at det å introdusere pauser, og akseptere en mer løs oppslutning om musikkaktiviteten, gjorde det lettere å avpasse deltakelsen i gruppen etter dagsform og behov. Resultatet antyder at disse endringene bedret de kommunikative betingelsene i Samspillsgruppen, gjorde samspillet mer inkluderende, og hevet kvaliteten på musikken.



## I randsonen: Tabu-terapi

*Det er de der: «Ta på puppa!». De der oppleggene der. [Latter]. Når Hanne og jeg har vært helt fri til å: «Dutdu-dutduridu» og såne ting, og du har jo bidratt litt òg. Så er det sånn gåsehud mens man synger. Det er innmari kult. (Olivia)*

Ett av de mer nyttige konseptene som kom ut av dette prosjektet, mener jeg er begrepet *Tabu-terapi*. Det var en henvisning til situasjoner, hvor deltakerne opplevde å skyve grenser og overraske seg selv ved å tørre å kaste seg utpå i samspillet. Enkelte knyttet dette til et dypere behov for å utfolde seg fritt og utfordre etablerte rammer for konformitet. Opplevelser av flyt, tilhørighet og vitalitet var en integrert del av disse opplevelsene, ifølge deltakerne. Derfor oppfatter jeg det som et kjernekonsept, som forener mange av deres erfaringer ifra resultatet.

Resultatkapittelet antyder hvordan liminale faser i samspillet ble brukt til å spille ut nye rammer for deltakelsen i Samspillgruppen (Ruud, 2015, Pavlicevic, 2010). Her er Kristoffers kommentar under temaet *vekke det kreative* talende, da han beskrev hvordan deltakerne, i en tidlig fase, befant seg i en slags limbo, hvor ingen helt visste verken hvem, eller hvor de var i gruppen. Han, med flere, mente at det å improvisere sammen ga alle et tydelig svar på både hvem, hvor og hvorfor.

Slik jeg oppfatter det var opplevelsene med *Tabu-terapien* sterkt forankret i de musikalske dialogene i gruppen, hvor vi begynte å legge merke til hverandres innspill og svar. Dette gjorde det mulig å regulere samspillet av kroppslige gester og språklige uttrykk i en forståelig musikalske ramme, som ga disse en kommunikativ funksjon i samspillet (Ansdell & Pavlicevic, 2005, Stern, 2010, DeNora, 2013). Etter en innledende fase, hvor vi enda ikke hadde funnet et fast holdepunkt for samspillet, var det brått som om famlingen ble avløst av et kreativt overskudd, som skapte en rekke nye relasjoner og muligheter i improvisasjonene. I disse relasjonene kunne deltakerne, og jeg, plutselig bevege oss inn i tematikk og kroppslige utskielser, som i de aller fleste hverdagssituasjoner ville bli oppfattet som upassende, eller usammenhengende. Det var uventet, men i samspillet var dette nå lov! Med Ruud (2015) kan vi si at det som utspilte seg her var liminale opplevelser i

musikkfellesskapet, hvor vi i gruppen beveget oss inn i en overgangsfase, som tillot en utprøving og forhandling om rammene for samspillet.

Det er i denne sammenheng det er naturlig å vise til likheter mellom deltakernes opplevelser, og det bakhtinske karnevalet (Stensæth, 2017). Ved å snu de etablerte lovene på hodet, kastet gruppen av seg mange av forventningene til musikken og rollene i samspillet. Dette virker å ha muliggjort en lek med de musikalske konvensjonene i gruppen, som innbydde til å prøve ut nye masker og væremåter, hvor deltakerne var både publikum og medsammensvorne (Ansdell, 2016, Gergen, 2015). Dette mener jeg selv var det tydeligste eksemplet på det Pavlicevic (2016) kaller «optimal collaborative musicing» i løpet av prosjektet, hvor de musikalske dialogene brøt ned de etablerte skillelinjene mellom oss som deltok. Ingen kunne ha styrt seg frem til det endelige resultatet. Det var kun mulig som en flerstemmig musikalsk samtale, hvor ethvert bidrag var en del av helheten (Stensæth, 2017). Derfor er det heller ikke helt uventet at deltakerne koblet disse episodene til en sterk tilhørighet i gruppen, og opplevelser av frihet.

### Flyt, latter og vitalitet

*Mhm ... I gruppa di så har jo det gått ball i hatt, det med å smile til hverandre og: «Yes!» og le og ... Det er rimelig klar mimikk på at dette funker bra. Og at du og du og du, og at dette er fint og gøy. (Truls)*

Min antagelse er at tabu-terapien ikke kun var isolerte hendelser, men var med på å reforhandle det musikalske rommet deltakerne og jeg beveget oss i. Samspillet før og etter de omtalte improvisasjonene, var ikke det samme. Det hadde *vekket det kreative*, og skapt en slags økologisk nisje, eller et spor det var mulig å besøke på nytt for oss i gruppen (DeNora, 2013). Deltakerne kunne fortelle at de søkte seg tilbake til dette rommet, for å koble av fra vonde tanker og finne overskudd. Improvisasjonene trakk dem inn i øyeblikkene i musikken, i et slags oppmerksomt nærvær av anerkjennende nikk, latter og blikk, beskrevet av Truls over.

Det går an å forstå flyt som et psykologisk fenomen, men i en gruppesammenheng mener jeg som Tia DeNora (2013), at vi må anerkjenne hvordan flytopplevelser har et mer relasjonelt og sosio-kulturelt opphav. Deltakerne beskrev for eksempel

hvordan latter og humor var en integrert del av flytopplevelsen. Med støtte fra Henri Bergson (2020) kan vi si at det å le sammen var hjelpelig med å holde samspillet løst, ledig og (le)vende, og samlet gruppen i de liminale overgangsfasene beskrevet over. Det var nok også avgjørende for å ufarliggjøre, og normalisere de mer absurde krumspringene i musikken, ved å skape en nødvendig ironisk distanse til det gruppen gjennomgikk (Hermundstad, 2008). Dette ga oss en felles plattform, hvor vi alle var implisert i leken.

På et mer personlig plan kreves det, ifølge Bergson, en viss emosjonell balanse eller sinnsro for at humoren i en situasjon skal gripe oss (Herring, 2020). Slik som flyt er antitesen til kjedsomhet og angst, er latter, i hvert fall delvis, uforenlig med bekymringer og negative emosjoner, hevder Bergson. Det bringer det å le tett på beskrivelser av å være i flytsonen, samtidig som det gir flytopplevelsen en mer sosial karakter. Latter griper inn i selve det sosiale rommet i en gruppe, og åpner for et mer friksjonsfritt og fleksibelt samspill. Det er i disse øyeblikkene deltakerne beskrev at de var mest hjemme i gruppens aktivitet, i kontakt med seg selv, musikken og de andre deltakerne (Ansdell, 2014).

Med Bergson kan vi kanskje si at musikken og latteren satte deltakerne i gruppen i forbindelse med hva det grunnleggende sett vil si å være (le)vende, spontan og fri (Herring, 2020). Slik jeg ser det, brukte deltakerne *Tabu-terapien* til å skape et rom for seg selv i samspillet, hvor det var plass til å by seg frem og utfordre grenser, men òg finne ro og overskudd i fellesskapet. Ved å oppsøke randsonene i det musikalske samspillet i prosjektgruppen, kunne vi som deltok koble oss på vitale opplevelser, som var formgivende for de opplevde handlemulighetene i musikkfellesskapet (Ruud, 2008, Stern, 2010). Som Ruud (2013) påpeker, vil musikk som fremføres, endre måtene vi oppfatter virkeligheten på gjennom et « ... spill med symbolske betydninger ...» (s. 72).

## Å skape et Vi

*Bare en liten pling er jo viktig.* (Olivia)

I teorikapittelet har jeg beskrevet hvordan Stensæth (2017) oppfatter improvisasjon i musikkterapi som en mulig demokratiserende frigjøringspraksis. Jeg mener at *Tabu-*

*terapien* over kan leses som et spesielt tilfelle av det bakhtinske karnevalet, hvor det unormale en tid ble normalisert, og etablerte roller og skillelinjer mellom oss som deltok opphørte. Oppi dette virker musikken å ha gitt en forståelig ramme for gruppens utfoldelse, hvor vi kunne ta imot hverandres innspill og holde hverandre oppe, i et felles prosjekt om å la samspillet flyte og leve (Pavlicevic, 2016). Vi kan kanskje si at dette fellesskapet var uforenlig med autoriteter og hierarkier, og virket samlende nettopp fordi vi alle ønsket å holde leken og samspillet gående (Stensæth, 2017).

Ruud (2015) låner begrepet *communitas* fra antropologen Victor Turner, for å beskrive hvordan liminale erfaringer har en tendens til å skape sterke bånd mellom mennesker. I lys av dette er det naturlig å tenke seg at den typen av kollaborativ musicking som tok form i Samspillsgruppen, var medvirkende i det deltakerne beskrev som opplevelser av gjenkjennelse og tilhørighet i musikkfellesskapet. Denne demokratiske mikro-kulturen, virker å ha gitt oss som deltok anledninger til å forme relasjoner imellom oss, som muliggjorde erfaringer av aktørskap og samarbeid. Eller som deltakerne selv påpekte i Fokusgruppen: I Samspillsgruppen ble det å vise sårbarhet møtt med aksept og tillit (Bregman, 2020, Ansdell, 2014).

### «Fellesskapt»: Å være noe for andre

*Det er jo flere som er et produkt av det at vi har vært her for hverandre, i større eller mindre grad. (Truls)*

*Jeg har fått mye god respons her. Det betyr faktisk noe for folk om jeg er her eller ikke. (Hanne)*

Det filosofiske grunnlaget for denne oppgaven portretterer mennesket som forbundet, forpliktet og avhengig av andre mennesker for å spille ut sider ved egen helseopplevelse (Brinkmann, 2017, Gergen, 2015, Ansdell, 2014, Aldridge, 2005). I denne sammenheng mener jeg at deltakernes beskrivelser av *å være noe for andre* i musikkfellesskapet kan ha flere betydninger. Det handler om å bidra, og bety noe for hverandre, men òg hvordan vi lærer hvem vi er, eller *kan være*, i relasjon til andre

mennesker. Tabu-terapien er bare ett eksempel; tilhørigheten, og rollene i prosjektgruppen, tok også mange andre former i vår kollaborative musicking.

Deltakerne beskrev erfaringer med å gi, og få, støtte i løpet av prosjektet, og hvordan de ønsket å bidra i det øvrige miljøet ved Møteplassen, eller fremføre musikk for andre mennesker. Med fellesskapet i ryggen, kunne vi som deltok strekke oss mot nye roller, ferdigheter og drømmer, som med litt støtte var innen rekkevidde (Ansdell, 2005). Det er i denne sammenheng Gary Ansdell beskriver hvordan performance i musikk handler om: «Being who you aren't, doing what you can't» (2005). Vi approprierer nye roller og ferdigheter i fellesskap, hvor vi strekker oss mot vår «nærmeste utviklingszone» (Vygotsky, 2001). Med støtte fra sosialterapeuten Fred Newman og utviklingspsykologen Lev Vygotsky, påpeker Ansdell at når samspillet i en gruppe virkelig svinger, er vi alltid et hode høyere (2005).

Truls' kommentar under overskriften for dette avsnittet er beskrivende. Den peker mot en forståelse av at deltakerne var der for hverandre, og at dette fellesskapet hadde betydning for hvem de selv opplevde å være, og kunne være. Slik jeg forstår det, gjorde kollaborativ musicking i Samspillsgruppen det mulig å se seg selv gjennom andres øyne, og bli formet av de positive forventningene i fellesskapet (Ansdell, 2014, Bregman, 2020). Ved *Å være noe for andre*, inntok deltakerne i prosjektet roller i Samspillsgruppen og i musikkmiljøet ved Møteplassen, enten dette dreide seg om å gi moralsk støtte, bidra til å løfte andre frem, eller noe så grunnleggende som å være savnet, som Hanne påpeker. Dette omtaler Ansdell som avgjørende komponenter ved Musical Personhood (2014). Det handler om hvordan kollaborativ musicking kan romme opplevelser av å være der man ønsker å være, med andre som ser deg slik du selv vil bli sett.

## Terapeutens rolle(r)

*Du ... veileder folk til å få glede av musikken. Du veileder folk på alle mulige nivåer til å få glede av musikken, og vise at de får til noe. Tenker jeg da. Og at du observerer hva musikken gjør med folk. Og at du gjør at musikk blir noe fint for folk. Og sånn er det jo. (Olivia)*

Resultatet tyder på at lederskap var viktig for å skape en nødvendig struktur for deltakelsen i prosjektet. Som Olivia antyder i sitater over, virker det å vært medvirkende i gruppens prosess med å skape en gunstig ramme for samspillet. Det er et litt overraskende resultat i dette masterprosjektet, hvor jeg gikk inn med en forventning om at det beste for gruppen ville være at jeg hadde en så minimal rolle som mulig.

Jeg må legge til at jeg ikke ville brukt ordet terapeut, eller terapi, om dette ikke hadde vært en del av begrepsrepertoaret i prosjektgruppen. Min diskusjon forutsetter at begge disse begrepene er kontekstuelle, og at det i denne masterstudien har vært en prosess med å forhandle om min rolle. Avsnittene under kan forstås som en utforskning av mulige terapeutiske rolleforståelser og kompetanser, i lys av erfaringene i masterprosjektet. Jeg vil understreke at disse springer ut av den lokale kunnskapskulturen i prosjektgruppen.

### Stillasbygger

*Jeg hadde jo aldri turt å være med på noe som helst, hvis ikke jeg hadde hatt en liten hånd å holde i. Det kan være alt fra et smil, til å lære en akkord. (Truls)*

En stillasbygger kan være en hvilken som helst omsorgsperson, som avhjelper lærings- og utviklingsprosesser i praksisfellesskap, slik at mennesker kan strekke seg mot sin «nærmeste utviklingsone». Hense (2019) beskriver for eksempel det allsidige terapeutiske arbeidet som ligger bak å fostre støttende relasjoner og terapeutiske muligheter i overgangen mellom institusjon og nye samfunnsarenaer. Hun peker på nødvendigheten av å ha et reflektert forhold til terapeutens rolleforståelse i møte med nye sosiale arenaer og skiftende behov blant deltakerne. Musikkterapeutens rolle som stillasbygger handler om å etablere miljøer, i, og rundt musikk, slik at mennesker kan utfolde seg, nå sine mål, og stå på egne ben (Procter, 2011, Hense, 2019). Dette var en rolle flere deltakere i dette masterprosjektet mente var viktig for å møte sårbarhet, og behovet for støtte i Samspillgruppen. I det musikalske samspillet er det naturlig å forbinde dette med tilrettelegging for situasjoner av «optimal collaborative musicking» (Pavlicevic, 2016).

Arbeidet i Fokusgruppen og i Samspillgruppen krevde fortløpende vurderinger av hva som ville tjene gruppens og deltakernes prosess. Dette ble godt hjulpet av medlemmenes aktive bidrag med å foreslå endringer og en agenda for samspillet, men det var også viktig å legge til rette for dialog, og holde tak i det som kom frem. Ikke minst var stillasbygging en avgjørende del av selve samspillet, i form av veiledning på instrumenter og å bidra til at samspillet levde opp til forventningene blant deltakerne. Deres tilbakemeldinger tyder på at dette var et arbeid hvor det var viktig å integrere pedagogiske, musikalske og mellommenneskelige ferdigheter, og å legge til rette for støttende relasjoner mellom deltakerne.

I lys av perspektivet på aksjonsforskning i denne oppgaven, anser jeg stillasbyggeren som en endringsaktør og miljøbygger, som ved å gjøre sitt sosiale avtrykk synlig, skaper muligheter for andre (Gergen & Gergen, 2008). Det involverer å kjenne sin besøkelsestid og bygge ned stillasene når disse ikke lenger trengs. Men å fjerne stillasene for tidlig kan være en like stor feil. Deltakerne beskrev selv hvordan min involvering pekte ut en ny vei for Samspillgruppen, og var instrumentell i å tilrettelegge for samarbeid og samspill. Det peker muligens mot at musikkterapeuters blikk for komplekse sosio-musikalske økologier er noe som kan være viktig å tydeliggjøre som en del av forhandlingen om det terapeutiske samarbeidet. Og at det å ta plass kan være nødvendig for å skape miljøer i musikk, hvor mennesker kan utfolde seg på gunstige måter. Dette opplever jeg er en interessant refleksjon med tanke på den introduserte spenning mellom medvirkning og fagkompetanse, som jeg innledet denne oppgaven med.

## Moderator

*Man trenger jo ikke mer enn å se på deg, så skjønner man at du vil at man skal gjøre et eller annet. For eksempel: ned i volum, opp i volum, ta en liten pause ... Det henger jo litt sammen med at noen holder i det. (Truls)*

I samspillet i dette prosjektet har vi sett hvordan rollen som *moderator* ble løftet frem av deltakerne. Slik jeg forstår det, er moderatorens oppgave å sørge for den *gode samtalen*, slik at alle involverte parter får anledning til å ytre seg i tråd med spillereglene for en konstruktiv meningsutveksling. Moderatorens hovedfunksjon er å

ta plass for at andre skal bli inkludert i fellesskapet ved å gripe inn når vilkårene for dialogen er truet.

I en musikkterapeutisk sammenheng finner jeg det naturlig å forbinde rollen som moderator med et politisk ideal om å løfte frem stemmer, og bidra til dialog og inkludering i musikkfellesskap på ulike samfunnsarenaer (Stige & Aarø, 2012). I en musikkgruppe vil dette kunne involvere å fremme gode kommunikative betingelser for et gjensidig og inkluderende samspill, og å sikre tilgangen til fellesskapets ressurser (Procter, 2011). Ifølge deltakerne i dette prosjektet er moderatoren noe mer enn en ordstyrer. I Samspillgruppen beskrev de hvordan det var viktig å bruke musikalske ferdigheter til å forsterke, forskjønne og løfte frem innspill, og å være følelsesmessig og kroppslig tilgjengelig, for å regulere det dynamiske samspillet i gruppen på gunstige måter (Trondalen, 2016).

## Gjøgler

*Så kan det ha noe med måten du er på også. Hvordan du møter alle oss andre. Det er ikke den der strenge: nå skal vi gjøre sånn og sånn! [streng stemme]. Det er ikke den der. Og du er veldig avslappa. Og det tror jeg spiller inn på gruppa også. (Kristoffer)*

Stensæth (2017) er en av flere som har utforsket *Gjøgleren* som en mulig rolleforståelse for musikkterapeuter. Det opplever jeg har relevans for erfaringene med lek, latter og improvisasjon i dette masterprosjektet. Gjøgleren var opprinnelig en profesjonell klovn som i middelalderen var ansvarlig for det psykososiale miljøet ved hoffet til kongen eller adelige (Stensæth, 2017, s. 158). Slik som gjøgleren, må også musikkterapeuter sørge for å skape en avslappet og trygg atmosfære, hvor det å improvisere, eller spille musikk, blir noe positivt for dem som deltar. Dette kan formuleres som en moralsk forpliktelse vi har i å ivareta den andre som en dialogisk partner i leken (Stensæth, 2017).

Basert på erfaringene i dette masterprosjektet vil jeg hevde at gjøgleren vil kunne ha en sentral rolle i endringsarbeid i grupper, ved å by seg frem som rollemodell i det å ufarliggjøre det ukjente og spontane. Kanskje gir dette et interessant perspektiv på hvordan vi som fagpersoner kan virkeliggjøre mål om medvirkning og samarbeid? I



recovery-perspektivet, og i det relasjonelle helseperspektivet i teorikapittelet, har vi sett hvordan helse blir en dypt personlig bedringsprosess. Det sokratiske dilemma helsepersonell står overfor, er det samme som Kierkegaard har formulerte rundt indirekte kommunikasjon, og kan omskrives til denne oppgaven: Hvordan er det mulig å formidle etisk (helse-) kompetanse, når mennesker selv må oppdage denne? Interessant nok, i lys av tidligere avsnitt om latter og det karnevalske, har ironi i Kierkegaards tenkning både en rolle i indirekte kommunikasjon, og en funksjon i å balansere et moralsk standpunkt mellom viten, og ikke-viten (Evans, 2009). Den ironiske karakter er seg bevisst at eget ståsted er midlertidig, og har således et varsomt og distansert forhold til absolutte sannheter. Den ironiske holdning inviterer til lek og latter, og utforsking av alternative virkelighetsforståelser (Gergen, 2015). Dette er en holdning jeg mener er svært viktig, og som jeg opplevde at deltakerne i prosjektet beskrev som en type tillit og autentisitet i samspillet og i leken.

Men i tråd med erfaringen fra denne masterstudien, er det også viktig å gi plass til en utvidet og uformell ramme for det karnevalske, hvor det er mulig å koble seg av og på musikken, og leken. Derfor må gjøgleren vite når det er tid for lek, når det tid for hvile, og når det er tid for ettertanke. Jeg merket selv hvordan det var vanskelig for meg å motstå fristelsen til å «fylle» rommet imellom meg og deltakerne med en slags terapeutisk agenda. Hvor kommer denne forventningen fra, kan man kanskje spørre? Studietiden? Behovet for å legitimere egen fagidentitet? En av lærdommene fra dette masterprosjektet, er at det kan være nødvendig å legge til side forventninger til terapi og fagidentitet, for å romme et bredere repertoar av samværsformer innenfor «det musikkterapeutiske rommet» (Pavlicevic i Stige, 2018). Kanskje antyder nettopp dette en kompetanse som er viktig i en utvidet rolleforståelse utenfor terapirommet, hvor musikkterapeuten evner å romme deltakernes vekslende behov for både støtte og autonomi i det «fellesskapte»?

## Konklusjon: Huset imellom verdener

*Det e kommet nåkka nytt imellom oss*

*Eller det e kommet nå tebake*

*Kommet gjennom vinduet ei natt*

*Sotte sæ i veggan og i taket*

(Nytt imellom oss – Kari Bremnes)

Vi er tilbake der denne oppgaven startet, i *Huset imellom verdener*. Ved å beskrive erfaringene fra dette prosjektet, har jeg forsøkt å fylle huset med ting, møbler og mennesker, og gi det tak og vegger. Med dette ønsker jeg å invitere til følgende metafor for endringsarbeidet i Samspillsgruppen: slik som et hus, må også rommene i, og rundt musikken, innredes og vedlikeholdes for at det skal være trivelig å oppholde seg der. Å innrede huset måtte prosjektgruppen gjøre sammen, og slik som Kari Bremnes synger, virker musikken vi skapte å ha: «*sotte sæ i veggan og i taket.*» Det nye som fikk plass, *imellom oss*, var en uformell atmosfære og et sosialt og musikalsk fellesskap, som deltakerne søkte seg til. Dette brukte vi både som en trygg base, som en sosialiserings- og læringsarena, og som et sted vi fant ro, påfyll og motivasjon i hverdagen.

Musikken vi utforsket sammen hadde kvaliteter som var grensesprengende, absurd og merkelig til tider. I dette lekne fellesskapet var det takhøyde nok til at det var mulig å finne måter å være med og bidra, og komme sammen om *Å vekke det kreative*. Jeg mener at deltakernes beskrivelser viser til et potensial som ligger i å oppsøke randsonene, som *Tabu-terapien* ble et eksempel på i prosjektet. Her kan vi hente næring og koble oss på erfaringer og fellesskap hvor vi kan utfolde oss, og kaste hemninger. Men randsonen har òg en annen funksjon: den innsetter en ny orden, hvor det gamle må vike, og man kan komme sammen om noe nytt. Det er i dette jeg finner en slags essens i deltakernes erfaringer i prosjektet med å reforhandle roller og identiteter slik at feil og utenforskap ble noe riktig, og innenfor, som Hanne og Kristoffer påpeker under temaet *Hører hjemme her*. Tittelen *Huset imellom verdener*

sikter til musikkens rolle i å skape alternative virkeligheter hvor det liminale kan slippes til og utfordre det etablerte. Den fornyende og vitale kraften som ligger i dette, tror jeg er noe vi alle trenger, men det blir nok enda viktigere når man selv står *imellom*. Da må det være lov å undre seg over om vi i en nytteorientert tid, rett og slett har for lite plass til det lekne og vitale? Kanskje trenger vi flere møteplasser hvor vi som Tia DeNora (2013) påpeker kan: « ... dream in the medium of action.» (s. 42), for å skape håp og retning i hverdagen? I slike praksisfellesskap kan vi forme *ståsteder* som er avgjørende for at vi opplever å bety noe, ikke av nytte, eller plikt, men fordi vi er dem vi er, og fordi det som betyr noe, er der Vi er. Og her ligger det et budskap som retter seg mot de mange politiske festtalene om brukermedvirkning og recovery, at disse husene må bygges fra grunnen av, der mennesker møtes og frivillig kommer sammen om å skape noe meningsfylt.

Det er en kraft i frivillige fellesskap som Samspillsgruppen i dette prosjektet er et eksempel på. Her synes jeg det er interessant å henvise til begrepet *borger*, som kort ble introdusert i innledningen av denne oppgaven, i forlengelsen av recovery-perspektivet (Volden, m.fl., 2019). Er det mulig å se Samspillsgruppen som et borgerskap av musikere; en gruppe av likesinnede og likeverdige aktører på grensen til storsamfunnet? Som vi har sett, var det å finne et hjem i musikken med på å gi en følelse av normalitet og tilhørighet, som vekket en lyst til å bidra, og å være noe for andre, for deltakerne i dette prosjektet. Kanskje kan vi bli flinkere til å la slike fellesskap få blomstre og finne veien inn i samfunnet som tillitskulturer, som er med på å gjøre samfunnet mer fargerikt og inkluderende (Bregman, 2020)?

I dette prosjektet har følgende spørsmål tatt form: Hva skal til for at mennesker får lyst til å ivareta og verne om slike møteplasser i musikk? Og hvordan kan jeg med min erfaring og kompetanse fremme frivillighet og engasjement, som sikrer mennesker tilgang til helseressursene som finnes i slike fellesskap? Deltakernes tilbakemeldinger peker på at det lå et betydelig håndverk bak det å forhandle om betingelsene for vår kollaborative musicking i prosjektet, og at både tilrettelegging og tillit var avgjørende for at Samspillsgruppen skulle få utvikle seg på en naturlig og inkluderende måte. *Gjøgleren*, *Moderatoren* og *Stillasbyggeren*, beskrevet i dette kapitlet, utgjør roller og kompetanser som kan medvirke til å forløse, vekke noe, holde vedlike, og spille en gruppe god. Disse rollene har det til felles at de er en

integreert del av sine omgivelser, og former disse på ulike måter for å skape rom og muligheter i musikkfellesskapet. Om det er noe som er felles for kompetansene deltakerne og jeg har pekt på i dette masterprosjektet, er det kanskje villigheten til å la seg lede av det som kommer, invitere inn, og å ivareta det «fellesskapte». Likevel sitter jeg igjen med spørsmål: Bidrar legitimeringen av musikkterapeuters fagidentitet og kompetanse til nye muligheter i møte med mennesker, eller risikerer vi å skape mindre rom for reelt samarbeid når dette ikke samsvarer med våre forventninger til terapi og musikk? Kan det noen ganger være nok bare å være sammen, og stole på at vår profesjonalitet ligger i å ivareta det som måtte komme?

## Studiens relevans

I metodekapittelet har jeg forsøkt å nyansere hva man kan forvente av en begrenset kvalitativ studie som denne. Her må jeg nå tilføye et punkt til, nemlig forskningens *økologiske validitet* (Ruud, 2010, s 11). Det vil si om det er grunn til å tro at måten studien er gjennomført på gjør det mulig å si noe om hvordan ting forholder seg ute i den virkelige verden. Og her møter vi på et lite paradoks i aksjonsforskning, som nettopp beskjeftiger seg med endringsprosesser i naturlige miljøer. Om studien følger mennesker tett, kan det godt hende at resultatet er troverdig, uten at det dermed er sagt at resultatene er direkte overførbare til andre situasjoner. Dette har med aksjonsforskningens betoning av endring, det unike, og lokale. Jeg har forsøkt å utfordre dette noe, ved å påpeke at forskning ikke trenger å handle om å frembringe objektiv og generell kunnskap, men kan oppfattes som en bestemt type performance (Gergen, 2015). Gyldige mål for vitenskapen kan være å skape ideer og endring, inspirere til alternative ståsteder, eller gi innsikt i nye miljøer. Slik kan denne studien ha relevans. På dette grunnlaget vil jeg oppfordre til å være varsom med å trekke for bastante konklusjoner, men samtidig oppfordre til lek og fantasi i overføringen av resultatene fra denne studien til nye musikkarenaer. Som Gary Ansdell sier det: «Music therapy is made, not found!» (Ansdell, 2014, s. 24).

# Litteraturliste

Aasgaard, T. (2002). *Song Creations by Children with Cancer: Process and Meaning*. Doktorgradsavhandling, Institut for Musikterapi, Aalborg Universitet.

Aigen, K. S. (2014). *The Study of Music Therapy: Current Issues and Concepts*. Routledge. [Kindle].

Alvesson, M. & Sköldbberg, K. (2007). *Tolkning och reflektion: Vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Studentlitteratur.

Aldridge, D. (2005). *Music Therapy and Neurological Rehabilitation*. London: Jessica Kingsley Publishers. [Kindle].

Ansdell, G. (2005). Being Who You Aren't; Doing What You Can't: Community Music Therapy & the Paradoxes of Performance. *Voices: A World Forum for Music Therapy*, 5(3). <https://doi.org/10.15845/voices.v5i3.229>

Ansdell, G. (2013). Foreword: To Music's Health. I: Bonde, L. O. Ruud, E. Skåland, M. S. Trondalen, G. (Red.). *Musical Life Stories: Narratives on Health Musicking*.

Ansdell, G. (2014). *How Music Helps in Music Therapy and Everyday Life*. Routledge. [Kindle].

Ansdell, G. (2006). Introduction: The Ripple Effect. I: Pavlicevic, M. (Red.). *Community Music Therapy*. London: Kingsley. [Kindle].

Ansdell, G. (2010). Reflection: Belonging through Musicing: Explorations of Musical Community. I: Stige, B., Ansdell, M. Elefant, C. Pavlicevic, M. (Red.). *Where Music Helps: Community Music Therapy in Action and Reflection*. Ashgate. [Kindle].

Ansdell, G. (2003). The Stories We Tell. *Nordic Journal of Music Therapy*, 12:2,

192-159, DOI: [10.1080/08098130309478085](https://doi.org/10.1080/08098130309478085)

Ansdell, G. & DeNora, T. (2016). *Musical Pathways in Recovery: Community Music Therapy and Mental Wellbeing*. Routledge. [Kindle].

Ansdell, G. & Pavlicevic, M. (2004). *Community Music Therapy*. Jessica Kingsley Publishers. [Kindle].

Ansdell, G. & Pavlicevic, M. (2005). Musical Companionship, Musical Community: Music Therapy and the Process and Values of Musical Communication. I: Miell, Dorothy, Raymond MacDonald and David Hargreaves (red.). *Musical Communication*. Oxford: Oxford University Press.

Ansdell, G., Stige, B. (2018). Can Music Therapy Still Be Humanistic? *Music Therapy Perspectives*, Volume 36, Issue 2, Fall 2018, Pages 175–182, <https://doi.org/10.1093/mtp/miy018>

Anthony, W. A. (1993). Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990s. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16(4), 11–23. <https://doi.org/10.1037/h0095655>

Antonovsky, A. (1991). *Health, Stress, and Coping*. San Francisco. Jossey-Bass Publishers.

Atkinson, P. (2017). *Thinking Ethnographically*. Sage Publications. [Kindle].

Berger, P. L. & Luckmann, T. (2011). *Den Samfunnsskapte Virkelighet*. Fagbokforlaget AS. Bergen.

Bolger, L, McFerran K. S, Stige, B. (2018). Hanging out and buying in: Rethinking relationship building to avoid tokenism when striving for collaboration in music therapy. *Music Therapy Perspectives*, Volume 36, Issue 2, Fall 2018, Pages 257–266, <https://doi.org/10.1093/mtp/miy002>

Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2). pp. 77-101. Hentet fra: <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>

Bregman, R. (2020). *Humankind*. Bloomsbury Publishing. [Kindle].

Brinkmann, S. (2017). *Ståsteder: 10 gamle ideer til en ny verden*. Forlaget press. Oslo.

Bruscia, K. E. (2014). *Defining Music Therapy*. Tredje utgave. Barcelona Publishers. [Kindle].

Bye, K. D. (2015). *Musikkterapi og rusmiddelfeltet: Holdninger til behandling av mennesker med rusmiddelproblematikk beskrevet gjennom litteratur fra musikkterapi og statlige dokumenter*. Masteroppgave. Universitetet i Bergen.

Creswell, J. Poth, C. (2018). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing among five approaches*. Fjerde utgave. Sage Publications. [Kindle].

DeNora, T. (2000). *Music in Everyday Life*. Cambridge University Press.  
doi:10.1017/CBO9780511489433

DeNora, Tia. (2013). *Musical Asylums: Wellbeing Through Music in Everyday Life*. Ashgate. [Kindle].

Denzin, K. N. & Lincoln, Y. S. (1994). Introduction: Entering the Field of Qualitative Research. I: Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. *Handbook of Qualitative Research*. Sage Publications. Thousand Oaks. London.

Evans, C. S. (2009). *Kierkegaard: An Introduction*. Cambridge University Press. [Kindle].

Falzon, C. (1998). *Foucault and Social Dialogue: Beyond Fragmentation*. Routledge, London.

Fangen, K. (2015). Kvalitativ metode. Hentet fra:

<https://www.forskningsetikk.no/ressurser/fbib/metoder/kvalitativ-metode/>

Furtak, R, A. (2019). Henry David Thoreau. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Edward N. Zalta (red.), Hentet, 5. mai, 2021, fra:

<https://plato.stanford.edu/archives/fall2019/entries/thoreau/>

Førsund, A (2017). *Delte musikkopplevelser: En kvalitativ studie av gruppemusikkterapi ved et rusbehandlingssenter*. Masteroppgave. Norges musikkhøgskole. Oslo.

Gergen, K. J. (2015). *An Invitation to Social Construction*. Tredje utgave. Sage Publications. [Kindle].

Gergen, K. J. (2015). *Relational being: Beyond self and community*. Oxford. [Kindle]

Gergen, K. & Gergen, M. (2008). Social Construction and Research as Action. I: Reason, P. & Bradbury, H. (red.). *Handbook of Action Research*. Thousand Oaks, California: Sage Publications. [E-bok].

Gold C., Solli H. P., Krüger V. & Lie S. A. (2009). Dose-response relationship in music therapy for people with serious mental disorders: systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Rev*. 2009 Apr;29(3):193-207. doi: 10.1016/j.cpr.2009.01.001. Epub 2009 Jan 22. PMID: 19269725.

Goffman, E. (2008). *The Presentation of Self in Everyday Life*. New York. Anchor Books.

Hairo-Lax, U. (2005). *Musiikkiterapiaprosessin merkittävät tekijät ja merkittävät hetket päihteettömän elämäntavan tukijoina*. Helsinki: Sibelius-Akatemia.



Helsedirektoratet (2016). Behandling og rehabilitering av rusmiddelproblemer og avhengighet: Nasjonal faglig retningslinjer. Hentet, 15.04.2021, fra: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/behandling-og-rehabilitering-av-rusmiddelproblemer-og-avhengighet>

Helsedirektoratet (2014). Lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid: Sammen om mestring. Veileder i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne: Et verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten. Hentet, 3. mai, 2021, fra: [https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/sammen-om-mestring-lokalt-psykisk-helsearbeid-og-rusarbeid-for-voksne/Lokalt%20psykisk%20helsearbeid%20og%20rusarbeid%20for%20voksne%20%E2%80%93%20Veileder.pdf/\\_attachment/inline/739b0cbe-9310-41c7-88cf-c6f44a3c5bfc:8f8b02ae7b26b730d27512d01420ec947d5ead97/Lokalt%20psykisk%20helsearbeid%20og%20rusarbeid%20for%20voksne%20%E2%80%93%20Veileder.pdf](https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/sammen-om-mestring-lokalt-psykisk-helsearbeid-og-rusarbeid-for-voksne/Lokalt%20psykisk%20helsearbeid%20og%20rusarbeid%20for%20voksne%20%E2%80%93%20Veileder.pdf/_attachment/inline/739b0cbe-9310-41c7-88cf-c6f44a3c5bfc:8f8b02ae7b26b730d27512d01420ec947d5ead97/Lokalt%20psykisk%20helsearbeid%20og%20rusarbeid%20for%20voksne%20%E2%80%93%20Veileder.pdf)

Hense, C. (2015). Forming the Youth Music Action Group. *Voices: A World Forum for Music Therapy*, 15(1). <https://doi.org/10.15845/voices.v1i1.810>

Hense, C. (2019). Scaffolding Young People's Journey from Mental Health Services into Everyday Social Music Making. *Voices: A World Forum for Music Therapy*, 19(1). Hentet fra: <https://voices.no/index.php/voices/article/view/2580>

Hermundstad, B. A. (2008). Humor og musikkterapi. I: Trondalen, G. & Ruud, E. (Red.). *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med musikkterapi*. NMH-publikasjoner 2008:3. Skriftserie fra Senter for musikk og helse.

Herring, E. (2020). Laughter is vital. *Aeon*. Hentet fra: <https://aeon.co/essays/for-henri-bergson-laughter-is-what-keeps-us-elastic-and-free>

Hunt, M. (2005). Action Research and Music Therapy: Group Music Therapy with

Young Refugees in a School Community. *Voices: A World Forum for Music Therapy*. Tilgjengelig på: <https://voices.no/index.php/voices/article/view/1709/1469>

Jampel, P. (2011). Performance in Music Therapy: Experiences in Five Dimensions. *Voices: A World Forum for Music Therapy*, 11(1).  
<https://doi.org/10.15845/voices.v11i1.275>

Kielland, T., Solli, H. P., Trondalen, G. (2020). *Etableringshåndbok: for musikkterapi i rus og psykisk helsetjeneste*. NMH-publikasjoner 2020:2. Norges musikkhøgskole.

Kjøs, P. (2021). Livskvalitet, psykisk helse og rusmiddelbruk under Covid-19-pandemien: Utfordringsbilde og anbefalte tiltak. Rapport fra regjeringsoppnevnt ekspertgruppe. Hentet, 3. mai, 2021, fra:  
<https://www.regjeringen.no/contentassets/f3f79f0e0acf4aebaa05d17bfdb4fb28/rapport-fra-ekspertgruppe-livskvalitet-psykisk-helse-og-rusmiddelbruk.pdf>

Kristiansen, D.L. (2016). Å dele av seg selv. Om sangdeling som metode musikkterapeutisk arbeid med rusmiddelavhengighet. I: K. Stensæth, V. Krúger og S. Fuglestad (red.), *I transtitt – mellom til og fra: om musikk og deltakelse i barnevern* (s. 210-230). Oslo: NHM-publikasjoner.

Krueger, R. A. Casey, M. A. (2015). *Focus Groups: A Practical Guide for Applied Research*. Femte utgave. Sage Publications. [E-bok].

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2018). *Det kvalitative forskningsintervju*. 3. Utgave. Gyldendal. Oslo.

Leamy M, Bird V, Le Boutillier C, Williams J & Slade M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. *Br J Psychiatry*. 2011 Dec;199(6):445-52. doi: 10.1192/bjp.bp.110.083733. PMID: 22130746.

Leavy, P. (2017). *Research Design: Quantitative, Qualitative, Mixed Methods, Arts-Based, and Community-Based, Participatory Research Approaches*. Guilford

Publications. [Kindle].

Malloch, S & Trevarthen, C. (2010). *Communicative musicality: Exploring the Basis of Human Companionship*. Oxford University Press.

McCaffrey, T., Carr, C., Solli, H. P., & Hense, C. (2018). Music Therapy and Recovery in Mental Health: Seeking a Way Forward. *Voices: A World Forum for Music Therapy*, 18(1). <https://doi.org/10.15845/voices.v18i1.918>

Murphy, K, A. (2016). Ethical Thinking in Music Therapy Research. I: Wheeler & Murphy (red.). *Music Therapy Research*. Tredje utgave. Barcelona Publishers. [E-bok].

Overå, M., Haugstad, E., & Norges musikkhøgskole. (2013). *Hekta på musikk*. Oslo: Norges musikkhøgskole.

Pavlicevic, M. (2010). *Groups in music: Strategies From Music Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers. [Kindle].

Pavlicevic, M. (2000). Improvisation in Music Therapy: Human Communication in Sound. *Journal of Music Therapy*, Volume 37, Issue 4, Winter 2000, Pages 269–285, <https://doi.org/10.1093/jmt/37.4.269>

Pavlicevic, M. (2016). Reflections: Let the Music Work: Optimal Moments of Musical of Collaborative Musicing. I: Stige, B., Ansdell, M. Elefant, C. Pavlicevic, M (Red.). *Where Music Helps: Community Music Therapy in Action and Reflection*. Ashgate. [Kindle]

Procter, S. (2001). Empowering and enabling. *Voices: A World Forum For Music Therapy*, 1(2). doi:[10.15845/voices.v1i2.58](https://doi.org/10.15845/voices.v1i2.58)

Procter, S. (2004). Playing Politics: Community Music Therapy and the Therapeutic Redistribution of Musical Capital for Mental Health Simon Procter. I: Pavlicevic, M. (Red.). *Community music therapy*. London: Kingsley. [E-bok]

Procter, S. (2011) Reparative Musicing: Thinking on the Usefulness of Social Capital Theory Within Music Therapy, *Nordic Journal of Music Therapy*, 20:3, 242-262, DOI: 10.1080/08098131.2010.489998

Reason, P. & Bradbury, H. (2008). Introduction. I: Reason, P. & Bradbury, H. (red.). *Handbook of Action Research*. Thousand Oaks, California: Sage Publications. [Kindle].

Rolvjord, R. (2008). En ressursorientert musikkterapi. I: Ruud & Trondalen (red.). *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med norsk musikkterapi*. NMH-Publikasjoner, 2008:3.

Rolvjord, R. (2006b). Whose power of music? A discussion on music and power-relations in music therapy. *British Journal of Music Therapy*, 20(1), 5–12.

Rolvjord, R, Gold, C. & Stige, B. (2005). Research Rigour and Therapeutic Flexibility: Rationale for a Therapy Manual Developed for a Randomised Controlled Trial, *Nordic Journal of Music Therapy*, 14:1, 15-32, DOI: [10.1080/08098130509478122](https://doi.org/10.1080/08098130509478122)

Ruud, E. (2008). Et humanistisk perspektiv på norsk musikkterapi. I: Ruud & Trondalen (red.). *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med norsk musikkterapi*. NMH-Publikasjoner, 2008:3.

Ruud, E. (2015). *Fra musikkterapi til musikk og helse: Artikler 1973-2014*. Bind 2. Senter for musikk og helse. NMH-publikasjoner 2015:4.

Ruud, E. (2006). Foreword: Reclaiming Music. I: Pavlicevic, M. (Red.). *Community Music Therapy*. London: Kingsley. [Kindle].

Ruud, E. (2015). Improvisasjon som liminal erfaring. Om jazz og musikkterapi som overgangsritualer. I: Ruud, E (red.). *Fra musikkterapi til musikk og helse. Artikler 1973-2014*. Bind 2. Senter for musikk og helse. NMH-publikasjoner 2015:4.

Ruud, E. (2010). *Music Therapy: A Perspective from the Humanities*. Barcelona Publishers. [Kindle Utgave].

Ruud, E. (2006). Musikk gir helse. I: Aasgaard, T. (Red.). *Musikk og helse*. Cappelen Akademiske forlag. Oslo.

Ruud, E. (2013). *Musikk og identitet*. 2. utgave. Universitetsforlaget. Oslo.

Ruud, E. & Næss, T. (2015). Audible Gestures: From Clinical Improvisation to Community Music Therapy. I Ruud, E. *Fra musikkterapi til musikk og helse. Artikler 1973-2014*. Bind 2. Senter for musikk og helse. NMH-publikasjoner 2015:4.

Small, C. (1998). *Musicking: The meanings of performing and listening*. Hanover: University Press of New England. [Kindle]

Smith, A. J, Flowers, P & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis Theory, Method and Research*. Sage Publications. [Kindle].

Solli, H. P. (2012). Med pasienten i førersetet. Recovery-perspektivets mulige implikasjoner for musikkterapi i psykisk helsearbeid. MIPO. *Musikterapi i psykiatrien Online*, 7(2). doi:10.5278/ojs/mipo/2edleel2

Solli, H, P. (2014). *The Groove of Recovery: A Qualitative Study of How People Diagnosed With Psychosis Experience Music Therapy*. Doktorgradsavhandling. Universitetet i Bergen.

Solum, E, B, D. (2016). *Et biopsykososialt perspektiv på musikkterapi: En studie av deltakeres opplevelser av egen helse i en musikkterapigruppe i et rusfritt fritidstilbud*. Masteroppgave. Norges musikkhøgskole. Oslo.

Stensæth, K. (2017). *Responsiveness in Music Therapy Improvisation: A Perspective Inspired by Mikhail Bakhtin*. Barcelona Publishers.

Stern, D. N. (2010). *Forms of vitality: Exploring dynamic experience in psychology, the arts, psychotherapy, and development*. Oxford University Press. [Kindle].

Stige, B. (2002). *Culture-centered music therapy*. Barcelona Publishers. [E-bok]

Stige, B. (2004). On defining Community Music Therapy. [Contribution to Moderated Discussions]. *Voices: A World Forum for Music Therapy*. Hentet fra: [http://www.voices.no/discussions/discm4\\_05.html](http://www.voices.no/discussions/discm4_05.html)

Stige, B. (2013) Health Musicking: A Perspective on Music and Health as Action and Performance. I: MacDonald, R. A. R., Kreutz, G., & Mitchell, L. (red.). *Music, health, and Wellbeing*. Oxford: Oxford University Press.

Stige, B. (2018). Moments and Open Doors: a Tribute to Mercédès Pavlicevic. *Voices: A World Forum for Music Therapy*. DOI: [10.15845/voices.v18i2.1027](https://doi.org/10.15845/voices.v18i2.1027)

Stige, B., Aarø, L. E. (2012). *Invitation to Community Music Therapy*. Routledge. [Kindle].

Stige, B. & Ledger (2016). Ethnographic Research. I: Wheeler, B. & Murphy, K. (red.) *Music Therapy Research*. Barcelona Publishers. Tredje Utgave. [Kindle].

Stige, B. & McFerran, K. (2016). Action Research. I: Wheeler, B. & Murphy, K. (red.) *Music Therapy Research*. Barcelona Publishers. Tredje Utgave. [Kindle].

Stige, B. Solli, H. P. Ghetti, C. (2021). Musikkterapi. I: Lossius, K. (red.). *Håndbok i rusbehandling*. Tredje utgave. Gyldendal. Oslo.

Stortinget (2021). Endringer i helse- og omsorgstjenesteloven og straffeloven m.m. (rusreform - opphevelse av straffansvar m.m.) Hentet, 3. mai, 2021, fra: <https://www.stortinget.no/no/Saker-og-publikasjoner/Saker/Sak/?p=83557>

Sunde, B. (2017). *Ruspasientens opplevelse av eget ettervern. En syntese av kvalitative studier*. Masteroppgave. Høgskolen i Volda. Volda.

Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode*. 4. utgave. Fagbokforlaget. Bergen.

Thornquist, E. (2015). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag*. 6 opplag. Fabokforlaget. Bergen.

Trondalen, G. (2016). *Relational Music Therapy: An Intersubjective Perspective*. Barcelona Publishers. [Kindle].

Tuestad, L. (2014). *Innanfor og utanfor: Rockens rolle innen kriminalomsorg og ettervern*. Doktorgradsavhandling. Universitetet i Bergen. Bergen.

Vygotsky, L. (2001). *Tenkning og tale*. Gyldendal Akademisk. Oslo.

Waksvik, G., Habberstad, T., Volden, O. (2019). *Den blå hesten: Beretninger om likeverd og fellesskap*. 1. utgave. Abup forlag.

Wigram, T. (2004). *Improvisation: Methods and techniques for music therapy clinicians, educators and students*. London: J. Kingsley Publishers.

## **Vil du være med i forskningsprosjektet:**

### **Musikkfellesskap for endring**

#### **“En utforskende casestudie om deltakelse og musikkterapi-kompetanse ved et rusfritt fritidstilbud”**

**Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å gjøre erfaringer med å utvikle musikktilbudet på Stedet i samarbeid med deltakere. I dette skrevet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.**

#### **Formål**

Dette masterprosjektet i musikkterapi, vil involverer deltakere på Stedet i å utforme en ny samspillsgruppe (jam). Foranledningen for prosjektet, er tilbakemeldinger fra deltakere som har vært med på onsdags-jammen. Dette er et populært tilbud, og en viktig musikalsk møteplass på Stedet, men det har også vært et uttrykt ønske om at tilbudet kan bli mer inkluderende og tilpasset. Dette masterprosjektet, er en anledning til å forske sammen for å utvikle musikktilbudet på Stedet.

Prosjektet legger opp til at du som deltaker, vil få anledning til å påvirke problemstillinger og være med på å forme aktiviteten underveis gjennom dine tilbakemeldinger. Det er planlagt totalt fire samlinger. Samarbeid er en viktig del av prosjektet, både i musikken, og utenom. Du må ha tenkt gjennom om du kan være med alle gangene jammen avholdes, og har anledning til å stille til intervju i etterkant. Tidspunkt for samlingene vil bli satt med hensyn til når det når det passer for de involverte. Det samme gjelder intervjuene.

Som deltaker vil du få spørsmål om ditt personlige utbytte av å delta i samspillsgruppen, og om dine erfaringer med å endre tilbudet underveis mens masterprosjektet pågår. Intervjuene er individuelle, og vil gjennomføres etter siste samling. Det vil gjøres opptak av intervjuene. I tillegg vil det før hver jam, bli åpnet for at du som deltaker kan komme med innspill foran dagens gruppe.

Masteroppgaven vil fokusere på hvordan prosjektet kan gi innsikt om deltakelse og musikkterapi-kompetanse, av betydning for Stedet, og lignende tiltak.

Forskningsspørsmål:

*Hvordan beskriver deltakere sine erfaringer med samspillsgruppe og musikkfellesskapet?*

*Hvilke musikkterapi-kompetanser peker deres beskrivelser mot?*

*Hva kan Stedet, og lignende tiltak, lære om brukermedvirkning i musikkterapi fra et slikt prosjekt?*



## Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

*(Norges musikkhøgskole)*

### Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du får spørsmål om å delta, fordi du er en deltaker på Stedet, og fordi du er aktiv enten i musikkmiljøet her, eller har tidligere erfaringer med musikkterapi på Stedet. Andre kriterier for å bli spurt, eller vurdert for studien, er at du: 1. Kan forplikte deg til å stille opp de fire ukene studien gjennomføres, 2. Har interesse av tilbudet 3. Vil samarbeide med meg og andre om å utvikle musikkaktiviteten.

Studien vil trenge mellom 5-7 deltakere. Utvelgelseskriterier for gruppen kan da gå på ting som behov, interesse, og variasjon i bakgrunn og alder.

### Hva innebærer det for deg å delta?

Jeg vil benytte meg av intervjuer og deltakende observasjon til denne studien. Intervjuene vil være individuelle, på rundt 30 min, og utføres i etterkant av samspillsgruppen. Du må derfor sette av tid til å bli intervjuet, helst samme dag, eller dagen(e) etter siste samspillsgruppe. Jeg vil også føre logg fra aktiviteten i samspillsgruppen, hvor jeg er deltakende observatør.

Svarene dine i intervjuene vil bli anonymisert i den endelige masteroppgaven. Andre opplysninger du velger å dele om deg selv eller andre underveis i prosjektet, vil ikke kunne spores tilbake til deg, og vil slettes så fort som praktisk mulig. I masteroppgaven vil både Stedet og deltakere bli anonymisert.

Det vil være behov for å kommunisere med deltakere underveis i prosjektet. Jeg vil derfor trenge e-post, eller lignende, for å sikre at informasjon som skal gis blir gitt.

Det er viktig at du ikke legger ut bilder, video, kommentarer eller lignende fra samspillsgruppen, på sosiale medier, som kan identifisere deltakere.

### Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ved ønske om å trekke tilbake ditt samtykke kan det sendes en e-post til [danielnaesheim@gmail.com](mailto:danielnaesheim@gmail.com), eller du kan ta kontakt med meg på Stedet i min arbeidstid, mandag kl. 13-17, eller fredag kl 13-19.

Deltakelse vil heller ikke påvirke din bruk av Stedet på noen negativ måte. Alt som kommer frem under intervjuer, er konfidensielt.

### Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Jeg, Daniel Næsheim, og ved behov, min veileder Karette Annie Stensæth, vil ha tilgang til opplysninger.
- Det vil bli gjort tiltak for å sikre at ikke uvedkommende får tilgang til personopplysningene i denne studien. Opptak og logg vil sikres og låses inne, mens datainnsamlingen pågår. Dataene

vil bli slettet ettersom de er ferdig bearbeidet og analysert. Ditt navn vil anonymiseres i det informasjonen overføres til pc, slik at den ikke er mulig å spore tilbake til deg.

Masteroppgaven vil kun benytte informasjon som kommer frem i intervjuene, og i loggen. Utsagn, eller hendelser herfra vil anonymiseres i oppgaven. Du vil få anledning til å lese gjennom og godkjenne bruken av sitater eller tolkninger i oppgaven.

### **Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Prosjektet skal etter planen avsluttes mai 2019. Personopplysninger og data vil systematisk bli slettet og anonymisert ved prosjektets slutt.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra (*Norges musikkhøgskole*) har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Hvor kan jeg finne ut mer?**

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- (*Norges musikkhøgskole*) ved (Veileder: Karette Annie Stensaeth, e-post: [karette.a.stensaeth@nmh.no](mailto:karette.a.stensaeth@nmh.no), Masterstudent: Daniel Næsheim, e-post: [danielnaesheim@gmail.com](mailto:danielnaesheim@gmail.com)).
- Vårt personvernombud: ([personvernombud@nmh.no](mailto:personvernombud@nmh.no)).
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost ([personvernombudet@nsd.no](mailto:personvernombudet@nsd.no)) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig  
(Forsker/veileder)

Eventuelt student

---

## **Samtykkeerklæring**

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet (Musikkfelleskap for endring: En utforskende casestudie om brukermedvirkning og musikkterapi-kompetanse ved et rusfritt fritidstilbud), og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i (Fokusgruppe)
- å delta i (Samspillsgruppen)
- å delta i (Intervju)

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca. (Mai 2019)

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Intervju-guide

Semi-strukturert, individuelt intervju.

Varighet: ca. 45 min. Intervju etter fire samlinger:

### **Spørsmål:**

Innledning:

- Hva betyr musikk for deg?
- Hva betyr det å spille med andre?

Opplevelsen:

1. Hvordan har det vært for deg å delta på samspillsgruppen over disse fire ukene?
2. Har du noen erfaringer du vil dele fra samlingene vi har hatt?
  - *Var det noe du syntes var fint, eller som fungerte bra? Kom gjerne med eksempler. Var det noe du syntes var vanskelig, eller som ikke fungerte? Eksempler.*
3. Har du hatt opplevelser i musikken, eller musikkfellesskapet, enten positive eller negative, som du vil dele?
4. Hva var det som gjorde disse episodene til gode eller dårlige opplevelser?

Musikkfellesskapet:

5. Hvordan har du opplevd samarbeidet om å utvikle denne aktiviteten?
6. Opplever du at det har vært en utvikling av samspillsgruppen i løpet av disse ukene? Hva har i så fall blitt bedre? Er det noe som kan bli bedre?
7. Synes du musikken har påvirket samarbeidet på noen måte? I så fall hvordan?

### Refleksjoner/Deltakelse:

8. Hvilke erfaringer har du gjort deg ved å delta i dette prosjektet?
9. Har du opplevd å være inkludert?
10. Er det noe du opplever som vanskelig med det å få plass og ansvar?
11. Ser du noen utfordringer eller fordeler med slike samarbeidsprosjekter, med betydning for fremtiden?

### Musikkterapi:

- Hva tenker du på når jeg sier musikkterapi?
- Vil du si at fellesskapet og musikken her, handler om musikkterapi?
- Hva betyr et tilbud som dette for deg?

### Oppsummering:

12. Er det noe du vil tilføye som jeg ikke har spurt om?

Spørsmål til meg:

# NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

## NSD sin vurdering

### Prosjekttittel

Musikkfellesskap for endring: En eksplorativ casestudie om brukermedvirkning og musikkterapi-kompetanse ved et rusfritt fritidstilbud.

### Referansenummer

501422

### Registrert

29.10.2018 av Daniel Næsheim - daniel.naesheim@student.nmh.no

### Behandlingsansvarlig institusjon

Norges musikkhøgskole / CREMAH - Senter for forskning i musikk og helse

### Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Karette Annie Stensæth, karette.a.stensaeth@nmh.no, tlf: 23367230

### Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

### Kontaktinformasjon, student

Daniel Næsheim, danielnaesheim@gmail.com, tlf: 45237080

### Prosjektperiode

20.11.2018 - 15.06.2021

### Status

01.06.2021 - Vurdert

### Vurdering (3)

---

#### 01.06.2021 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 31.05.2021.

Vi har nå registrert 15.06.2021 som ny sluttdato for behandling av personopplysninger. Vi gjør oppmerksom på at ytterligere forlengelse ikke kan påregnes uten at utvalget informeres om forlengelsen.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

### **01.03.2021 - Vurdert**

NSD har vurdert endringen registrert 01.03.2021.

Vi har nå registrert 31.05.2021 som ny sluttdato for behandling av personopplysninger. Vi gjør oppmerksom på at ytterligere forlengelse ikke kan påregnes uten at utvalget informeres om forlengelsen.

NSD minner om at data må sikres og lagres i tråd med institusjonens retningslinjer. Bruk av skylagring/spørreskjemaleverandør/andre databehandlere må følge retningslinjene til Norges musikkhøgskole.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsa Amundsen  
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

### **18.01.2019 - Vurdert**

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet 18.01.2019 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

#### **MELD ENDRINGER**

Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringen gjennomføres.

#### **TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET**

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helse og alminnelige personopplysninger frem til 31.05.2019.

#### **LOVLIG GRUNNLAG**

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

#### **PERSONVERNPRINSIPPER**

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen:

- om lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet



## DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

## FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

## OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsa Amundsen  
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)