

***Opplett:* Fra musikkterapi til musiker**



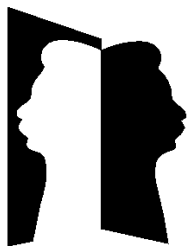
Eirik Sejersted Vognstølen

**MASTEROPPGAVE I MUSIKKTERAPI
GRIEGAKADEMIET INSTITUTT FOR MUSIKK
UNIVERSITETET I BERGEN HØST 2022**

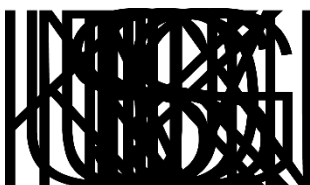
Denne oppgaven dediserer jeg til alle der ute som føler at en sitter fast i «hengemyren», og ønsker å komme seg videre.

Opplett: Fra musikkterapi til musiker

Eirik Sejersted Vognstølen



Griegakademiet



Universitetet i Bergen
Fakultet for kunst,
musikk og design

Forord:

Først av alt vil jeg begynne med å takke alle mine medspillere over disse årene, som har bidratt til en sosial, musikalsk og intellektuell ny vår for meg. Blant disse vil jeg takke alle i mitt forrige kull, og alle i mitt nye kull. Men spesielt vil jeg takke Frida, Frida, Frida, Stine, Eir, Erlend, Karoline, Olav og Eivind. Samtidig vil jeg takke Ole Kristian og Pablo for å få meg inn på denne veien. Calle Hamre er en kriger i musikken og musikkterapiens tegn, og en god venn jeg har hatt mange gode samtaler med i løpet av studietiden. Tusen takk til dere alle sammen!

Så, spesielt takk til min veileder, bandkompis, medforsker og etter hvert gode venn, Lars Tuastad, uten din tålmodige og vise veiledning, til alle døgnets tider, hadde dette aldri gått.

Til alle i bandet *Oppløst*, det blir litt av en reise vi har begitt oss ut på nå. Jeg vil også spesielt rette en takk til Morten – dine erfaringer, tekster og smittende vesen har hjulpet meg gjennom denne perioden, og kommer til å hjelpe mange flere fremover.

Til min familie, tusen takk for at dere er dere.

Sist, men ikke minst: min bestevenn, sparringspartner og samboer Kine, som har med kjærlighet, tålmodighet og ikke minst en hel del modighet latt meg styre på, med skylapper rettet mot datamaskinen og bøkene. Du er min trygge havn og motivator når jeg selv er på dypt vann.

Da jeg gikk på langhaugen sin musikklinje for snart 15 år siden var jeg full i forventning. Endelig skulle jeg treffe likesinnede som likte musikk og spilling like mye som meg selv. I løpet av de tre årene utviklet jeg meg masse som musiker, fikk masse nye venner, og endte opp med et vitnemål som ikke kun brukes til annet enn å skamme seg og grue seg til å ta opp fag. Skole ble plutselig veldig vanskelig for meg, og min lett rebelske ungdommelighet gikk dårlig hjem hos de fleste lærerne, bortsett fra en, gitarlæreren. Det var også det eneste faget jeg fikk 6 i. Denne perioden skulle forme meg fremover mer enn jeg hadde trodd, og uten vitnemål ble det fort til at jeg befant meg bak kassen på McDonalds, hvor jeg på fritiden brukte min tid på musikk. Her lærte jeg veldig fort hva som virkelig betydde noe for meg, og tanken om å kaste vekk dyrebar tid på et studie jeg mest sannsynlig ikke kom til å like, bidro ikke akkurat til en snar start på akademia. Noen år etterpå, mens jeg var på jobb i byens gitarbutikk, dukker min gode venn Ole Kristian Einarsen opp, som fortalte meg om et studie han hadde begynt på, som han mente passet meg perfekt, musikkterapi. Riktignok gikk det to år før jeg søkte meg inn,

grunnet min manglende evne til å overholde frister, et mønster jeg ikke har begynt å plukke opp på før det siste året. Men til slutt kom jeg meg inn på musikkterapi. Her har jeg gjort meg utrolig mange fine erfaringer, og har lært mer enn jeg hadde turt å drømme om, ikke bare musikk, men det å jobbe med mennesker. Det å jobbe med mennesker viser seg å være den eneste jobben utenom aktiv musiker, som ikke kjeder meg etter to timer. Seks år etter, på bakgrunn av nok en gang å glemme frister, har jeg med god hjelp av min mentor i musikkterapi, Lasse kommet meg frem til det som forhåpentligvis blir et mål og en milepæl, etter 15 år.

Sammen har vi i vårt band *Opplett* forsket på nettopp hvordan en skal unngå stagnasjon, selv om denne prosessen er innenfor musikk og musikkterapi i vårt tilfelle, så klarer jeg ikke unngå å dra sammenlikninger til mitt eget liv.

Bergen, 15.11.2022

Eirik Sejersted Vognstølen

Summary:

Opplett: from music therapy to musicians

This master thesis approaches music therapy through a community music therapeutic perspective. My goal has been to find new pathways towards a music therapy where its user's ambitions of reaching for the free and established music scene, are taken more seriously. This thesis is rooted in a hermeneutic theory, where action research on different activities in a band, and the bands development through its course out of music therapy, represents its findings. To find new approaches and pathways, I've also had to look through certain members music therapeutic history. This, combined with the further analysis of field notes, observations, and a finishing interview, forms the basis for the discussion in this thesis. The concluding findings suggest that music therapy can benefit from collaborating with the free musical scene. Through both an academic approach on an institutional level at Griegakademiet, or the different social networks in the community around music therapists and musicians, bridges between music therapy and music can be made.

Sammendrag:

Denne oppgaven omhandler musikkterapi i et samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv, hvor målet er å finne nye veier til et tilbud som tar brukeres ønske om å nå ut i det frie musikkmiljøet på alvor. Denne oppgaven ligger forankret i en hermeneutisk tankegang, hvor aksjonsforskning rundt aktivitetene i et band og dets utvikling ut av musikkterapien utgjør forskningens funn. For å kunne stake ut en eventuell ny vei, har en også vært nødt til å se tilbake på historien til enkelte medlemmer i bandet, og hvordan musikkterapien foregikk der. Dette, sammen med analysen av feltnotater, observasjoner og et avsluttende intervju, danner grunnlaget for det som diskuteres i denne oppgaven. Gjennom funnene som er blitt gjort, viser det seg at musikkterapien kanskje kan være tjent med å samarbeide med det åpne musikkmiljøet. Både gjennom akademiske samarbeid på et institusjonelt plan som Griegakademiet, og i sosiale nettverk i samfunnet rundt musikkterapeuter og musikere, kan broer mellom musikkterapi og musikk skapes.

Innholdsfortegnelse

1. Introduksjon	s.9
1.1. Bakgrunn for valgt tema	s.9
1.2. Problemstilling	s.10
1.3. Gjennomføring av praksis	s.12
1.4. Begrepsavklaring	s.13
1.4.1. Musikkterapi.....	s.13
1.4.2. Brukermedvirkning.....	s.13
1.4.3. Samfunnsmusikkterapi.....	s.13
1.4.4. Identitet.....	s.14
1.4.5. Musicking.....	s.14
1.4.6. Omtale av Morten, og fjerning av anonymisering.....	s.15
1.5. Litteratursøk	s.15
2. FORSKNINGSMETODE OG VITENSKAPSTEORI	s.17
2.1. Valg av forskningsmetode	s.17
2.2. Hermeneutikk	s.17
2.3. Aksjonsforskning	s.18
2.4. Aksjonsforskning og musikkterapi	s.20
2.5. Feltnotater	s.21
2.6. Kvalitativt forskningsintervju	s.21
2.6.1. Semistrukturert intervju.....	s.22
2.7. Datainnsamling og analyse	s.23
2.8. Kritisk vurdering av forskningen og etiske problemstillinger	s.24
3. Teori	s.26
3.1. Praksisfellesskap	s.26
3.2. Sosiokulturelt læringsperspektiv	s.29
3.3. Samfunnsmusikkterapi	s.29
3.4. Tre-trinnsmodellen	s.31
3.5. Musikkcentrert perspektiv	s.32
3.6. Musikk og identitet	s.32
4. Resultat	s.33
4.1. Presentasjon av aksjonene	s.33

4.1.1. Øving og praksis før starten av aksjonsforskningen.....	s.36
4.1.2. Øving i nytt lokale.....	s.37
4.1.3. Planlegging av materiale å spille inn i musikkstudio – øving og «self care»?.....	s.38
4.1.4. Studiotid.....	s.40
4.1.5. Planlegging av konserter etter studio.....	s.41
4.2. Funn fra intervju.....	s.42
4.2.1. Brobygging som musikkterapi.....	s.43
4.2.2. Musikeren Morten.....	s.45
4.2.3. Nytt band – nye muligheter.....	s.48
4.2.4. Utfordringer og endringsforslag.....	s.48
4.2.5. Konkretisering av viktige poeng fra intervju.....	s.51
5. Diskusjon.....	s.53
5.1. Bandfelleskap.....	s.53
5.2. Tre-trinnsmodellen sitt mulige fjerde trinn.....	s.56
5.3. Samfunnsmusikkterapeuten som politisk brobygger i eget fagfelt.....	s.61
5.4. Deltakerbaner og musikkterapi.....	s.62
5.5. Musikk og identitet.....	s.62
5.6. Etske refleksjoner.....	s.63
6. Oppsummering.....	s.65
7. Konklusjon.....	s.66
Litteraturliste.....	s.67
Vedlegg.....	s.71

1. Introduksjon

1.1. Bakgrunn for valgt tema

I alle mine år som ung voksen, og derav også i tiden min som student, har jeg hatt lyst å jobbe innenfor psykisk helse og eller rusomsorg. Ved siden av studiene har jeg jobbet flere år i både utelivsbransjen og på psykiatrisk akuttmottak. Felles for disse, er at en jobber med mennesker i forskjellige livssituasjoner, med hver sin unike historie, selv om en tilsynelatende kan ligne på hverandre. Gjennom ulike praksiser i musikkterapi, har jeg jobbet med brukere innenfor geriatri, kriminalomsorg, psykiatri og unge voksne tilknyttet musikkterapeutiske enkelttiltak. Disse erfaringene har blant annet vist meg hvor stor forskjell det er mellom de ulike behovene disse institusjonene presenterer, men samtidig også hvor tilsynelatende like de praktiske og teoretiske metodene for terapien kan være i sitt fundament, med mellommenneskelig relasjon gjennom musikk som en viktig byggestein.

I løpet av tiden jeg praktiserte med Lars Tuastad, lærte jeg mye om hvordan *samfunnsmusikkterapi* foregikk på både et individnivå og satt i virke på et samfunnsnivå. Her ble jeg også inspirert til å tenke utenfor de musikkterapeutiske rammene. Dette gjennom samarbeid med musikeren, erfaringskonsulenten, og tidligere bruker av musikkterapi, Morten Sommerbakk. Det å se hans reise på nært hold, fikk meg til å innse at selv om musikkterapien er dynamisk av natur, har den helt klart sine brukerrelaterte og musikkterapeutiske begrensende rammer, som for mange brukere og terapeuter er bra, men for noen, kanskje ikke bra nok.

Morten Sommerbakk kom med som et nytt tilskudd i et bandprosjekt Lars hadde jobbet med i sin doktorgradsavhandling, *Innanfor og utenfor* (2014). Morten jobbet for tiden med egen rusproblematikk, og fikk stort utbytte av øvingene og konsertene dette samarbeidet fulgte med seg. Etter hvert som Mortens personlige utvikling skjøt fart, fikk han også større ansvar, hvor Lars tok han med som medkonferansier i temaer rundt samfunnsmusikkterapi. Det interessante med denne historien, er at Morten egentlig aldri har vært bruker av et konvensjonelt musikkterapeutisk tilbud. Men gjennom det unike samarbeidet han og Lars hadde, uttaler han flere ganger at musikkterapi faktisk reddet livet hans. Dette kommer vi senere i denne oppgaven til å dykke ned i dypere.

Etter hvert som jeg ble bedre kjent med Morten, og bandøvingene fikk opparbeidet seg et tosifret antall timer, kom det frem at Morten opplevde at slik bandpraksisen foregikk, sammenfalt ikke hans ambisjoner for musikken og det nettverket han ble eksponert for. Det

kokte av en grunn alltid ned til at det føltes som musikkterapi, når han egentlig ville spille musikk, for musikkens skyld.

Denne historien åpner opp for en del spennende spørsmål som vi har diskutert innad i bandet. Forhåpentligvis vil spørsmålene også kunne invitere til en konstruktiv måte å tenkte nytt på, med det formålet å utvide rammene og verktøykassen for musikkterapien. Innad i bandet var det et sett med spørsmål som hadde en tendens til å melde seg gjentatte ganger:

- Er kanskje musikken på sitt mest terapeutiske for noen personer når den ikke har et terapeutisk fokus? Er det da kanskje i noen tilfeller lite musikkterapeutisk å ha en terapeutisk tilnærming med denne gruppen brukere?
- Gjennom aksjonsforskning med forskjellige delmål, med et tilhørende avslutningsintervju, kommer jeg til å prøve å belyse problematikk og mulige nytenkninger innenfor praksisen i musikkterapi.
- Hva gjør en som musikkterapeut når en musikkterapibruker slutter, og vil ut i det eksisterende musikkmiljøet?
- Har musikkterapien de rette verktøyene for en slik prosess?

Videre ut fra disse spørsmålene så har jeg prøvd å ekstrahere det viktigste poenget, og stille dette spørsmålet på en måte som gir det mest mulig moment. Slik har problemstillingen jeg har endt opp med, blitt et produkt av mange forskjellige diskusjoner, som sirkulerer temaet i denne oppgaven.

1.2. Problemstilling

“A historical perspective suggests that the work of Music Therapists and Community Musicians grew from a common source, which initially diverged into different territories but which now shows signs of converging again. This leads us to question whether the two traditions can again beneficially share their experience and possible futures? For Music Therapists, a broader model of Community Music Therapy has been developing in some national traditions as a precedent of a flexible and context-sensitive practice and theory. The question here is whether this initiative represents a side-show or a prelude to a developing consensus.” (Ansdell, 2002)

Spørsmålene Ansdell stiller i sitatet over, kommer fra en artikkel han publiserte i *Voices* i 2002. Her diskuteres forholdet rundt forståelsen av likhetene og forskjellene mellom «samfunnsmusikeren» og «musikkterapeuten», innenfor et samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv. Her påpekes det blant annet at et samarbeid mellom disse virkene kanskje vil være naturlig og ikke minst konstruktivt, for begge parter (2002). Mulighetene som diskuteres i artikkelen, som ble publisert for over tjue år siden, ser en – etter min erfaring – dessverre bare antydninger av i dagens samfunnsmusikkterapeutiske praksis. Videreføringen og utviklingen av et liknende tankesett, praktisk og teoretisk, blir derfor et viktig tema i denne oppgaven.

Mer konkret, ønsker jeg å finne ut hvordan musikkterapi kan være med å hjelpe brukere i sluttfasen av et terapiforløp, også omtalt som det tredje trinnet i *tre-trinnsmodellen* (Tuastad, 2016), om en tenker på musikkterapi i et samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv. Formålet er å finne verktøy og handlingsrom som musikkterapeuter kan bruke i denne prosessen. Dette vil jeg gjøre i form av aksjonsforskning og et semistrukturert intervju med Morten, med tilhørende analyser, som sammen danner grunnlaget for denne masteroppgaven.

Morten Sommerbakk, Lars Tuastad, undertegnede og resten av bandet, *Opplett*, har gjennom en periode over nesten to år, sakte, men sikkert nærmet oss denne problemstillingen, i form av samtaler rundt tema, øvinger, konserter og dilemmaer som har oppstått.

Musikkterapi har også de senere årene i voksende grad åpnet opp for et brukerstyrt, eller brukersentrert perspektiv, som tar utgangspunkt i at brukeren er med å stake ut den terapeutiske veien, sammen med terapeuten (Solli, 2020). I lys av datamaterialet som er kommet frem under samtaler, musikalsk samspill og intervju, har denne oppgaven naturlig nok også endret seg litt – men uten at fundamentet har forandret seg. Oppgaven setter en i tankesettet om hvordan en musikkterapeut, ved å tenke nytt rundt egen praksis, kan hjelpe brukere å ta sin identitet tilbake, ikke bare som bruker eller eksbruker, men som musikalsk menneske, integrert og selvstendig i samfunnet.

Musikk har for mange den rollen i livet at det er mer enn bare underholdning, hvor det viser seg å faktisk være noe vi ofte definerer oss med, identiteten vår, selvfølelsen, slik Even Ruud beskriver det i *Musikk og identitet* (Ruud, 2013). Mortens reise, som har handlet om med mye mer enn bare å ta tilbake sin identitet som musiker, har også blitt en betydelig resurs for musikkterapeuter og andre brukere, gjennom personlige foredrag for det musikkterapeutiske

fagmiljøet og jobb som erfaringskonsulent i rusomsorgen. Selv om mye er blitt bedre, føler Morten fortsatt at han ikke kommer videre i musikken. Selv om musikkterapien har ordnet med musikkarrangement (Gjenklang, Kom Nærmere, Pøbelscenen m.m) og skapt en scene, for og sammen med sine brukere, føler Morten at han stagnerer i utviklingen av sin musikalske identitet. Denne problemstillingen har gått fra å skulle favne etiske utfordringer innenfor musikkterapi i slutfasen, til å gjennomgå hele reisen til Morten og Lars med et analytisk blikk. Vi har sammen funnet ut at for å finne et tydelig og forskningsmessig forsvarlig grunnlag, har vi måttet se på hele historien og samtidig peile blikket fremover med den informasjonen en har fått, og sammenfatte fortid og nåtid, for å finne kloke løsninger. Denne oppgaven bærer derfor også preg av dette, og har følgende problemstilling:

- Har musikkterapien de rette verktøyene for å gi et tilfredsstillende tilbud til brukere som vil ut i det eksisterende og åpne musikkmiljøet, og eie identiteten sin som musiker?
- Hvilke endringer må til for å kunne forbedre dette tilbudet?

Med denne problemstillingen vil jeg utrede om forskjellige opplevelser og overganger i Morten sitt liv, hvor musikkterapi har vært betydelig, både direkte og indirekte. I lys av dette har jeg også stilt han kritiske spørsmål, om hva som kunne vært gjort annerledes eller ikke. Gjennom aksjonsforskning har jeg også analysert øvinger, låtskriving, konserter og studioarbeid, hvor jeg selv har deltatt, på både et musikkterapeutisk, sosialt og musikalsk nivå.

1.3. Gjennomføring av praksis

Jeg traff først Morten og hans daværende band, Sommerbakk, i praksis under Lasse Tuastads vinger. I løpet av tiden hvor vi også på fritiden jobbet frem et band som skulle være noe utenfor musikkterapiens rom, vokste det frem interessante diskusjoner og dilemmaer. Disse diskusjonene utviklet seg til å bli et gryende masterforløp, som egentlig startet lenge før selve forskningen ble et tema. Dette har jeg selvfølgelig avklart med alle undertegnede og har fått godkjent de nødvendige formelle krav som gjelder etter retningslinjer satt av NSD (se vedlegg).

Etter hvert ble det tydelig at aksjonsforskning ville være den forskningsmessige mest gunstige metoden, da mye av kjernen ligger i brukervedvirkning.

Selve forskningen i seg selv har foregått gjennom vanlige bandaktiviteter og noen planlagte mål, som vi kommer videre inn på i metodisk del av denne oppgaven.

1.4. Begrepsavklaring

I denne oppgaven vil det bli brukt en del ord og uttrykk som er viktige å forstå betydningen av, om en skal kunne følge den røde tråden. Det er også slik, av min oppfatning, at mye av denne oppgavens kjerne ligger i å definere hva som er hva. Derav vil en del viktige ord og uttrykk bli skrevet i *kursiv*. Denne påfølgende listen har den intensjon å være en praktisk og lettforståelig forklaringsverktøy når enkelte ord og uttrykk blir brukt.

1.4.1. Musikkterapi

Musikkterapi handler om et helseorientert samarbeid mellom terapeut og klient, hvor søkelyset på utvikling og *mestring* er i høysetet. Gjennom relasjonelle aspekt og *brukermedvirkning* i forskjellige musikalske aktiviteter, enten det er terapeut og klient alene eller i gruppe, er endringsprosessen for hver enkelt som individ og som samfunnsdeltaker viktig (Bruscia, 2014). I Norge er musikkterapien godt forankret i en humanistisk tradisjon, med de overnevnte aspektene i førersetet.

1.4.2. Brukermedvirkning

De senere årene har brukermedvirkning fått mer og mer plass i norsk musikkterapi (Solli, 2020), hvor en mer og mer lar brukeren få ta del i sitt eget og andres terapeutiske arbeide. Tidligere klienter har blitt tatt inn som resurspersoner, og fått muligheten til å hjelpe andre med liknende historier. Gjennom lønnet arbeid gjort av erfaringskonsulenter, har musikkterapien i Norge blitt beriket med mye viktig lærdom og kompetanse innenfor sitt eget virke, og ikke minst essensiell informasjon av hvordan brukere vil bli møtt. Dette har som tidligere nevnt, vært helt essensielt for denne oppgaven.

1.4.3. Samfunnsmusikkterapi

Samfunnsmusikkterapi i denne oppgaven kan enkelt forklares med et sitat av Kenneth Bruscia, (Defining Music Therapy, 1998, s. 237)

In community Music Therapy, the therapist works with clients in traditional individual group music therapy settings, while also working with the community. The purpose is twofold: to prepare the client to participate in community functions

and become a valued member of the community; and to prepare the community to accept and embrace the clients by helping its members understand and interact with the clients.

Med andre ord handler *samfunnsmusikkterapi* om å hjelpe klienter inn i samfunnet igjen, ved hjelp av musikk.

1.4.4. Identitet

Om en søker opp *identitet* i Store Norske Leksikon, står det at *identitet* kan være alt fra hvordan en oppfatter seg selv som enkeltperson, hvilke klær en går i, hvilken musikk en hører på, og favner rundt både et psykologisk, sosiologisk og sosiokulturelt plan (Tetzchner, 2020). *Identitet* i denne oppgaven kommer til å dykke ned i alle disse formene, men vektlegge hvordan enkeltmenneskets identitet kan bygges gjennom musikkterapi og brukervedvirkning, både innenfor musikk og innenfor andre instanser som jobb og det sosiale livet. Samtidig har Even Ruud skrevet boken *Musikk og identitet* (2013), som ikke bare har fått anerkjennelse innenfor musikkterapien, men også blant psykologer, sosiologer og musikkvitenskapen. Her grer Ruud ut om hvordan musikken påvirker oss alle på forskjellige viktige arenaer i livet, og hvordan den har en sterk meningsbærende funksjon i forhold til hvordan vi ser på oss selv som individer, og hvordan vi distingverer oss selv mellom hverandre. Slik kan en også trekke linjer til Christopher Small (1998) sin teori om *musicking*, som også er et viktig begrep å ta innover seg i denne oppgaven.

1.4.5. Musicking

Christopher Small (Small, 1998) definerer *Musicking* som noe annet enn det å bare musisere. *Musicking* er ment som et verb, med den betydningen at når et menneske musiserer, er samspillet ikke bare musikeren og andre musikere, samt publikum imellom på et auditivt nivå, men også et relasjonelt plan (Small, 1998). *Musicking* går ifølge Small enda lenger enn innenfor den hørbare lydets grenser. Den omhandler også alle som bidrar for at musikken skal kunne oppstå der den gjør, hvor billetselgere, bartendere og dørvakter blant annet er en del av denne aktiviteten (Small, 1998). Grunnen til at jeg velger å ta dette med i oppgaven, er nettopp fordi *musicking*, som det filosofiske begrepet det er, tillater en å tenke langt utenfor de gitte normer og satte rammer som er. Den inviterer til å tenke på musikk som et samfunnsmessig fenomen, som går begge veier, mer enn at det bare er en musiker som spiller for et publikum.

1.4.6. Omtale av Morten, og fjerning av anonymisering

Mye av tematikken i denne oppgaven ligger rundt hvordan vi forstår hverandre som mennesker, i og utenfor et terapiforløp. Noen er terapeuter, andre er brukere av tilbudet terapeuten gir. Det har de siste årene vært et stort tema i fagmiljøene, men også i media, hvordan en skal omtale mennesker i en livssituasjon hvor en får helsemessig hjelp (Fairchild & Bibb, 2016). Ekstra prekært blir det også i denne oppgaven, da Morten faktisk ikke har vært en «bruker» av det konvensjonelle musikkterapitilbudet. Likevel, om han hadde vært en bruker, er det fortsatt relevant å problematisere hvilke ord vi bruker og ikke. I løpet av forskningsperioden ville også Morten endre statusen sin i forhold til anonymisering, hvor vi har endt opp med å ikke anonymisere. Dette er også noe vi sammen har funnet ut vil gagne oppgavens troverdighet. Derav, vil jeg bruke «Morten» når jeg omtaler han. Dette er også viktig om en skal ta stigma blant brukere på alvor, hvor i dette tilfelle det ikke bare er snakk om en som ikke har vært bruker, men en som likevel har følt på dette stigmaet.

1.5. Litteratursøk

Jeg vil her presentere hva som finnes av relevant litteratur og forskning på temaet jeg skriver om. Gjennom søkemotorer som Google Scholar, Bibsys, Oria, Idunn og vanlig Google, har jeg søkt etter relevant informasjon og forskning. De søkeordene jeg har brukt er:

musikkterapi, slutfase, etikk, brukerstyrt, brukermedvirkning, forskjell, identitet, etikk.

De overnevnte ordene har jeg kombinert på forskjellige måter, både på norsk og engelsk, uten å riktig helt finne noe som treffer mitt tema direkte. Det nærmeste jeg har kommet mitt tema, er artikler skrevet om *brukermedvirkning* (Tuastad, Østerholt, & Johansen, 2018) og *stigma* (Tuastad, Østerholt, Nielsen, & McIvor, 2022). Disse artiklene har på mange måter vært til god nytte, da de peker i en retning jeg har funnet nyttig å putte mitt søkelys mot. Videre er essensiell litteratur og forskningsartikler skrevet innenfor et musikkterapeutisk perspektiv av Lars Tuastad (2014), Randi Rolvsjord (2008), Brynjulf Stige og Leif Edvard Aarø (2012) og Even Ruud (2013) med å supplere innenfor de gitte rammene vi har i musikkterapien i dag. Samtidig har jeg også tatt i bruk litteratur fra det sosiokulturelle perspektivet, representert gjennom Jean Lave og Etienne Wenger (Lave & Wenger, 1991) og Lev Vygotskij (1978), (Bruner, 1986). Urie Bronfenbrenner (1979) sin økologiske modell er også tatt i bruk, for å vise til sammenhenger mellom samfunnsmusikkterapi og sosiologi i et økologisk perspektiv.

Brynjulf Stige og Leif Edvard Aarø (2012) har sammen gitt ut *Invitation to Community Music Therapy*. Denne boken forteller grundig hva *samfunnsmusikkterapi* kan være, både teoretisk, praktisk som politisk. Med PREPARE-modellen utbroderer de blant annet hva en musikkterapeut innenfor den samfunnsmusikkterapeutiske modellen bør være innebefattet med (2012). Denne modellen er like fullt, som den tar for seg musikkterapi innenfor de gitte rammer som er definert, et skue utover de rammer som er, og derfor slik jeg ser det, en invitasjon til å se utover.

Lars Tuastad (2014) har gjennom sin doktorgradsavhandling, *Innanfor og utanfor, Rockens rolle innan kriminalomsorg og ettervern*, undersøkt rock som musikkterapeutisk verktøy i kriminalomsorgen og ettervern. Fundamentet for denne forskningen er fra prosjektet *Musikk I Fengsel og Frihet*, og aksjonsforskningen, Me and THE BAND'its. Tuastad, sammen med bandet som består av tidligere innsatte i et etterverntiltak, finner her ut av forskjellige måter musikken har vært en viktig faktor i forhold til det å «holde seg på rett side av loven». Blant annet trekkes det frem at samholdet i bandet, på både et personlig og musikalsk nivå, har hjulpet hver og en med å passe på at alle, samlet, har holdt seg på rett kurs. Flere spennende og ganske inngående skildringer av situasjoner hvor bandmedlemmene blir utfordret med fortiden sin, blir her presentert, med et sterkt fokus på respekt for enkeltmennesket, og med etiske dilemmaer som sammen legger fundamentet for et av de viktige elementene i doktorgradens konklusjon – samholdet i bandet hjalp hvert enkelt medlem å hjelpe hverandre.

Randi Rolvsjord (2007) skrev avhandlingen *Blackbirds singing: Exploration of Resourceoriented Music Therapy in Mental Health Care*. Rolvsjord utviklet *Resursorientert Musikkterapi*; en teoretisk og praktisk retning som tar utgangspunkt i empowermentfilosofien, salutogenese og positiv psykologi (2008). Prosjektet som beskrives i avhandlingen foregår innenfor et psykiatrisk sykehus, hvor Rolvsjord og sykehusets pasienter skriver sanger sammen. Gjennom sangskrivning viser det seg her at klientene lettere kommer inn på vanskelige følelser og temaer, i tillegg til å oppleve mestringsfølelse og en bedre kontakt med seg selv (2007).

2. FORSKNINGSMETODE OG VITENSKAPSTEORI

I dette kapitlet vil jeg redegjøre for hvilken forskningsmetode jeg har valgt, og hvorfor.

2.1. Valg av forskningsmetode

Denne oppgaven og dens forskning ligger forankret i et hermeneutisk tankesett, hvor den kvalitative metoden ligger i dens fundament (Malterud, 2019). Jeg har valgt aksjonsforskning, nærmere bestemt, *Deltakerbasert aksjonsforskning* (Reason & Bradbury, 2006) som inviterer alle involverte i prosjektet til å delta, og på mange måter bli «medforskere». En høy grad av brukermedvirkning settes som en forutsetning for denne formen for forskning (Malterud, 2019). I dette tilfellet er både Morten, bandet, Lars og undertegnede involvert i selve forskningsbiten. Dette ser jeg som helt nødvendig for at denne oppgaven ikke skal være selvmotsigende. Disse poengene kommer jeg videre til å utdype videre i de kommende kapitlene. Men først kommer jeg til å gjøre rede for hva hermeneutikk og aksjonsforskning faktisk er.

2.2. Hermeneutikk

Det er alle de involverte sine subjektive opplevelser og meninger som danner det empiriske grunnlaget i denne oppgaven. Med datainnsamlingen jeg har gjort meg mellom hver enkelt aksjon, samt påfølgende intervju og deltakende observasjoner og påfølgende notater, må jeg analysere og fortolke underveis, diskutere videre og til slutt komme frem til en endelig tolkning. Hermeneutikk er læren om fortolkning og forståelsen av den, og ligger med dette som et stødig fundament under forskningen som gjøres i denne oppgaven (Alvesson & Sköldbog, 2009).

Hele grunnlaget for denne forskningen baserer seg på en forståelse og tolkning av en situasjon jeg har vært eksponert for over lengre tid. Dette vil helt klart være med å påvirke mitt subjektive syn rundt tema, og hvordan jeg fortolker videre funn. Dette kommer jeg til å gjøre i en serie med ledd som bygger på informasjon som bygger videre på hverandre, i en form som også kalles for *aksjonsspiralen* (Malterud, 2019). Dette danner i sin helhet det som er selve metoden, praktisk og teoretisk, *aksjonsforskning* (Malterud, 2019).

2.3. Aksjonsforskning

Aksjonsforskning er en spennende og samtidig utfordrende måte å drive forskningsarbeide på. Den krever at en er dynamisk, på den måten at en tilpasser seg situasjoner som oppstår, bearbeider materialet en har hentet inn, og stiller nye spørsmål med det en oppdager i forskjellige *aksjoner*, slik Malterud beskriver det i *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (2019).

Hilary Bradbury og Peter Reason er redaktører i boken *The Handbook of Action Research* (2006), som er en moderne bauta innenfor aksjonsforskningsmetodikken. Her får leseren utforske og studere forskjellige metoder innenfor aksjonsforskningens natur, hvor det også utredes med en politisk stemme så vel som faglig – mye av grunntanken bak aksjonsforskning ligger i at en skal unngå en akademikerelite som får for mye definisjonsmakt i samfunnet (Reason & Bradbury, 2006).

Aksjonsforskning har sin opprinnelse i USA, under Kurt Lewin på MIT, som da også var den første til å definere metoden (Reason & Bradbury, 2006). Formålet her var å endre på rasefordommer, og bidra til en form for *sosial rettferdighet* (Reason & Bradbury, 2006). For denne oppgaven virket det mest naturlig å jobbe slik, ettersom problemstillingen ble tydeligere og tydeligere, etter hvert som en diskuterte viktige temaer og emner i selve forskningen. Hele denne prosessen, som startet i 2019, var en serie av problemstillinger som vi diskuterte og prøvde ut, før det faktisk ble en reell forskningssituasjon. Årene før selve forskningen startet, har på mange måter vært uvurderlig for hvordan vi har valgt å sette opp de forskjellige aksjonene. Det er samtidig viktig å understreke at informasjon som har kommet frem utenfor forskningstiden, har blitt gjenprøvd og diskutert under forskningen, for å sikre både etiske hensyn, så vel som legitimitet.

Aksjonsforskning er en strategi der vi arbeider for endring samtidig som vi bruker prosessen til å lære og utvikle ny kunnskap. Denne tilnærmingen er utviklet i grenseflaten mellom samfunnsvitenskapelig forskning og politisk aktivitet, og sikter mot påvirkning av sosiale systemer. (Malterud, 2019, s. 159)

I starten av hele denne prosessen spilte jeg i en bandkonstellasjon med Lars og Morten, gjennom et praksisprogram i musikkterapi. Morten var en – tilsynelatende – tidligere bruker,

som sammen med Lars holdt foredrag gjennom konserter. Dette, sammen med musikkterapeutiske jobberelaterte aktiviteter, dannet grunnlaget for selve praksistiden i det gjeldende semesteret. Det viste seg i denne perioden å være noe annerledes i denne bandkonstellasjonen. Morten ville starte et skikkelig band, men var ikke helt sikker på hvilke medlemmer han trengte, eller hvordan dette skulle gjøres. Tidligere erfaringer, som kommer til å belyses i intervjudelen, tilsa at det ikke var like lett å danne et band innenfor de rammer han hadde som forutsetning. Dette ble et diskusjonstema, og samtidig som at bandet, bestående av oss tre, hadde et tilfredsstillende uttrykk, var ingen av oss, og Morten spesielt, helt fornøyd. Dette førte til at vi prøvde å ta inn andre bandmedlemmer, med varierende hell. Samtidig oppstod det en diskusjon om hva som egentlig var musikkterapi, og hva som var musikk – for musikkens skyld, ene og alene. Dette ble et gjentakende tema, som engasjerte alle tre stort. Når tiden for at jeg skulle gå i gang med masterplanlegging, dukket dette opp igjen – hvor resten blir en del av det som blir aksjonsforskning. Grunnen til at jeg nevner denne tiden, før aksjonsforskningens start, er at denne tiden satt et fundament for hvordan vi skulle jobbe videre.

Når vi startet prosessen «på nytt», valgte vi å starte fra begynnelsen – med nye bandmedlemmer. Vi utarbeidet derfor en plan for hva vi ville oppnå. Dette satt vi systematisk opp, med enkle og tydelige målsettinger. Ikke enkle som i at de nødvendigvis var enkle å gjennomføre på et musikalsk og sosialt plan, men heller tydelige og lette å analysere etterpå. Første steg mot å løsrive bandet fra «musikkterapien», var å flytte bandøvingene til nye lokaler, som jeg disponerte med andre band jeg spilte i. Parallelt med dette prøvde vi å finne bandmedlemmer som ikke bare hadde erfaringer fra musikkterapi eller lignende praksis. Dette for å styrke bandets og Mortens identitet som løsrevet musiker og selvstendig band. Disse forskjellige aksjonene kommer jeg til å presentere systematisk senere i oppgaven. Men jeg nevner disse startpunktene for å klargjøre hvordan forskningen startet. Kort oppsummert, satt vi oss flere «hårete mål» som vi skulle prøve å oppnå. Samtidig, diskuterte vi underveis om hvordan, hvorfor og hvorfor ikke valgene våre kunne bidra positivt til formålet, som var å finne ut hvordan en kan løsrive seg fra «musikkterapien». Videre har jeg også gjort meg notater på øving og etter øving, hvor jeg har planlagt deretter, med en åpen diskusjon sammen med alle i prosjektet.

,

2.4. Aksjonsforskning og musikkterapi

Musikkterapi er i praksis et ganske dynamisk virke, hvor terapeuten skal sitte på evnen til å tilpasse seg klientens behov (Stige & Aarø, 2012). En slik måte å arbeide på, er på mange måter ikke så rent ulikt måten en jobber på i aksjonsforskning, hvor en tolker, tilpasser og setter nye mål, mens en er midt i forskningen (Malterud, 2019). En kan nesten påstå at fra et praktisk ståsted, er musikkterapi skreddersydd for en slik tilnærming, forskningsmessig. En må selvfølgelig ha etiske hensyn i bunn av enhver avgjørelse.

Slik Stige og Aarø (2012) referer til i akronymet og det teoretiske verktøyet *PREPARE* (2012), som skal synliggjøre en musikkterapeuts ansvar – både praktisk, etisk og teoretisk, i et sosiologisk og kulturelt perspektiv innenfor det *samfunnsmusikkterapeutiske virket* – må musikkterapeuten ta høyde for en rekke andre kvalitetskriterier i terapien. Hvor *P* står for *participatory*, *R* for *resource-oriented*, *E* for *ecological*, *P* for *performative*, *A* for *activist*, *R* for *reflective*, *E* for *ethics-driven*, er spesielt *participatory*, *ethics-driven* og *reflective* relevant som verktøy i bruk med aksjonsforskning (Stige & Aarø, 2012).

- *Participatory* baserer seg på at musikkterapi er noe en deltar i, hvor begge parter i et terapeutisk forhold er viktig for å skape endring.
- *Resource-oriented* har en direkte link til teorien om å jobbe mot brukerens tilfriskning, ved å vektlegge, styrke og aktivt bruke de iboende ressursene som er hos brukeren (Rolvsvjord, 2008).
- *Ecological* poengterer det gjensidige forholdet mellom samfunnet, sosiale grupperinger, nettverk og individet. Her har musikkterapeuten ofte blitt beskrevet som en brobygger mellom disse samfunnsmessige lagene, sterkt inspirert av Urie Bronfenbrenner (1979) sine teorier om samfunnets økologiske dynamikk i *The Ecology of Human Development. Experiments by Nature and Design*.
- *Performative* handler om at mennesket utvikler seg gjennom utøvelse av relasjoner innenfor en sosioøkologisk kontekst (Stige & Aarø, 2012).
- *Activist* symboliserer musikkterapien og terapeutens politiske rolle. Som forkjemper for likeverd, skal musikkterapien i et samfunnsorientert perspektiv jobbe for menneskers rettigheter, til ikke bare behandling, men også tilgang til musikk.
- *Ethics-driven* er på mange måter selvforklarende i enhver forskningssituasjon. Men spesielt i aksjonsforskning, hvor formålet fra begynnelsen av, var å fjerne

undertrykkelse gjennom deltakelse, og at alle involverte sine meninger og erfaringer sees på som viktige for veien mot ny lærdom, blir etikk et tungtveiende tema.

- *Reflective* har også en direkte tilknytning til denne oppgaven, hvor i musikkterapien det oppfordres til at en terapeut skal reflektere over sine valg. Slik er det også med aksjonsforskning, hvor den kontinuerlige prosessen en befinner seg i, ved å prøve ut, lære, og ta nye valg for å nå et mål, står i senter.

De øvrige punktene lever i en slags symbiose, hvor det ene punktet støtter oppunder det andre. En av de viktigste grunnene til at jeg har valgt aksjonsforskning, er nettopp fordi den bærer preg av de overnevnte punktene, noe som er med å ta forskningen ned fra den elitistiske pødestallen som akademiske miljø av og til kan oppfattes som. Lars Tuastad, som er veilederen i dette prosjektet, skrev selv en doktorgradsavhandling, som blant annet benyttet seg av aksjonsforskning, dette også for å gi brukerne et viktig talerør (2014).

2.5. Feltnotater

Gjennom hele perioden med aksjonsforskning har jeg notert ned forskjellige refleksjoner, hendelser og samtaler som har foregått sammen med Morten og bandet. Det har vært en prosess som har foregått enten under eller rett etter bandets samlinger. Disse notatene har vært viktig for meg å tenke gjennom til neste samling, hvor alt fra musikkrelaterte temaer til mer personlige temaer har vært tatt opp i lys av disse. Feltnotatene har også vært uvurderlig i ettertid, når en sitter og skriver om helheten etterpå. Når en driver en slik nærmest spontan form for forskning, er det viktig å ha et skikkelig system for hva som er hva (Thagaard, 2009). Derfor har jeg lagret de forskjellige notatene i forskjellige kategorier, hvor beskrivelser, kommentarer, samtaler og musikkrelaterte emner har fått hver sine egne dokumenter, med datering på hver enkelt. Analysen jeg videre gjorde av denne dataen, var også med å forme det endelige intervjuet jeg hadde med Morten.

2.6. Kvalitativt forskningsintervju

Intervjuer med individuelle deltakere kalles av og til for dybdeintervjuer eller ustrukturerte intervjuer. En bedre betegnelse er semistrukturerte intervjuer...Hvor dypt samtalen skal gå, er avhengig av prosjektets problemstilling og av relasjonen mellom intervjuer og deltaker (Malterud, 2019)

Det kvalitative forskningsintervjuet, slik Malterud (Malterud, 2019) skriver, er ute etter de subjektive opplevelsene hos deltakeren. Et godt kvalitativt intervju inviterer deltakeren til å være seg selv, og føle seg komfortabel nok til å svare konsist og ærlig, og av og til utdypende om forskjellige spørsmål. Slik Malterud også referer til i dette sitatet:

Den rikeste kunnskapen får vi tak i hvis vi klarer å invitere deltakeren til å dele sine egne erfaringer i form av konkrete hendelser, som leder til en opplevd historie som hadde en spesiell betydning angående en bestemt sak. (Malterud, 2019)

Derav, med det forholdet og tilliten som er bygget mellom de involverte i dette prosjektet, ble det helt naturlig å gå inn for et *semistrukturert intervju*. Dette intervjuet foregikk, symbolsk som det kanskje er, men også av praktiske grunner på Morten sin nye arbeidsplass (etter stengetid).

2.6.1. Semistrukturert intervju

Før selve intervjuet snakket jeg og Morten om hvordan de foregående ukene hadde vært, med en hovedvekt på perioden vi hadde i studio, og tanker om hvordan vi skulle gå videre med bandet. Intervjuet ble tatt opp via en sikker kilde, hvor også Morten ble spurt om det var greit at vi satte på opptak under samtalen som ledet inn til intervjuet. Dette viste seg å være svært matnyttig, hvor naturen i et semistrukturert intervju er å skape en atmosfære hvor følelsen av en mer fri dialog, men med overordnede temaer, er målet. Slik gled samtalen og intervjuet veldig fint over i hverandre.

I enden av prosessen med å drive aksjonsforskning, har jeg opparbeidet meg en hel del med notater fra samtaler under øvinger, plateinnspilling og turer til og fra de nevnte aktivitetene. Disse notatene er skrevet med bakgrunn i samtaler som har foregått mellom Morten, bandet og meg. Temaet jeg skriver om i denne oppgaven har vært viktig i mange av disse samtalene, og derav har en del av utsagnene fra forskjellige involverte, og spesielt Morten, vært viktige pekepinner, sammen med selve aksjonserfaringene vi gjorde oss. Dette har jeg analysert og utarbeidet til et intervju som ble gjort mellom meg og Morten. Her ville jeg etterprøve en del av utsagnene og erfaringene som ble gjort, i en lengre samtale med en intervjuguide som mal for selve samtalen. Måten dette intervjuet foregikk på, var at jeg og Morten snakket om overhengende tema, hvor jeg etter hvert spisset det inn mot mer konkrete spørsmål. Selv om spørsmålene ble brukt som en overordnet mal, kom det frem en del spennende punkt, som vi endte opp med å utdype videre. Slik sett, vil dette intervjuet kvalifiseres mer som et

semistrukturert intervju, hvor objektet har stor grad av frihet til å påvirke intervjuets retning, men med en viss grad av struktur gjennom noen spørsmål en likevel skal gjennom. Slik Malterud (2019) beskriver det her:

Intervjueren skal skape en situasjon der det er mulig for deltakeren å fortelle meningsinnholdet – hvilken betydning det vi snakker om, har for ham eller henne. Det er et mål å utvikle en samtale der det kvalitative får stemme – der ordenene formidler kunnskap om egenskaper og kjennetegn ved det vi snakker om. Kvale anbefaler at vi skal stille spørsmål der svarene blir mest mulig spesifikke, slik at vi kan se tydelige konturer av noe som deltakeren faktisk har opplevd, og ikke bare er uttrykk for allmenn konversasjon. (Malterud, 2019)

Slik startet vi intervjuet med en god prat om emnet, hvor vi etter hvert, på en naturlig måte nærmet oss mer og mer konkrete spørsmål og svar. Blant spørsmålene jeg hadde skrevet i intervjuguiden, viste det seg, at de mest interessante svarene kom frem i de påfølgende samtalenene, etter spørsmålet ble svart på.

2.7. Datainnsamling og analyse

Analysearbeidet har vært en eklektisk form for generering av meninger, historier og opplevelser, der ulike ad hoc-metoder og begrepstilnæringer er tatt i bruk (Brinkmann & Kvale, 2015). Dette fordi en konstant er i en aktiv analyserende og forskende tilstand, hvor en observerer, agerer, og noterer på det en er deltaker i og samtidig observerer. Jeg har lest gjennom feltnotater og intervju, og deretter analysert dette der hovedpoenget har vært å få frem Morten og bandets historie. Analysen er dermed en narrativ tilnærming som vektlegger fortellingene som kilde for å undersøke menneskelig forståelse, erfaringer og handlinger (Barthes, 1977) (Ricoeur, 1992).

Intervjuet ble først skrevet i form av en intervjuguide godkjent av NSD, som Morten også fikk forhåndskunnskaper om, uten at han skulle tenke for mye på spørsmålene. Intervjuet ble tatt opp auditivt, lagret på en sikker lydopptaker, og har senere vært transkribert. Ved å lytte gjennom intervjuet, først uten å analysere for mye, fikk jeg med meg de mer subtile uttrykk i talemålet, tonefall og generell stemning i samtalen. Etter dette, gikk jeg mer metodisk til verks og skrev ned tidssignaturer for viktige poeng, som jeg deretter har lyttet til, både i

kontekst, men også isolert. Her merket jeg meg viktige temaer som ble diskutert i den mer frie samtalen, men som også dukket opp under spørsmålene, gjerne som et tema som ikke direkte var forbundet med spørsmålet som ble stilt. Slik kokte jeg ned intervjuet ned i forskjellige kategorier for tema i samtale, og samtidig også det jeg ser på som en del av det som utgjør pekepinnene mot funn:

1. Gjentakende temaer
2. Gjentakende temaer som også overprøver retning i intervju
3. Viktige meninger
4. Eventuelle overraskende svar

2.8. Kritisk vurdering av forskningen og etiske problemstillinger

Prosjektet som i utgangspunktet ikke var tiltenkt å være sentrum for forskning, men mer som et jevnbyrdes samarbeid mellom forskjellige parter med forskjellige erfaringer, både som bruker, eksbruker, terapeut, praksisstudent og foreleser, bringer med seg diverse etiske og metodiske utfordringer. Ikke bare er det forskjellige dobbeltroller, som en innad og med godkjenning av NSD, må få klarert i forhold til legitimitet, men også etikk. Det som startet som grunntanken i denne forskningen, ligger nettopp i denne «gråsonen» for hvor langt en terapeut kan gå, med formålet å etterstrebe en musikkterapi som ivaretar brukerne, uten å bryte med etiske hensyn. Derav ble det også naturlig å velge aksjonsforskning som metode. Aksjonsforskningens inkluderende natur virket både konstruktiv og spennende av flere grunner, hvor blant annet den grunnleggende interessen og nysgjerrigheten rundt forbedringspotensialet vedrørende det aktuelle temaet, var delt av alle involverte i prosjektet.

Alle parter i denne forskningen er voksne mennesker, med hver sin historie. Likevel er det ikke mulig å komme utenom det faktum at Morten, som på mange måter er hovedinformanten, er den som kanskje er mest «utsatt». Interessant og ikke minst like viktig, er det at Morten i løpet av prosjektet hadde lyst å gå vekk fra anonymisering. Dette for å styrke resonnementene og erfaringene han bidrar med sin legitimitet, men ikke minst, også poengtere viktigheten, politisk som faglig, av brukere og tidligere brukeres synspunkt på musikkterapeutiske praksiser. På den andre siden, har Lars Tuastad, som er hans tidligere terapeut, nå gode venn og medmusikant, også en hel del lagt inn i dette prosjektet. Ikke bare bygger denne forskningen videre på utallige timer med arbeid de to har gjort som tidligere terapeut og bruker, men forskningen beveger seg inn i en fase hvor de ikke lenger har dette

forholdet. Den kommer inn i fasen hvor gråsonen mellom profesjonalitet og privatliv lever i en overgangsfase. Slik vi har kommet frem til, og har diskutert før dette prosjektet ble satt i verks, er det såpass lenge siden de to hadde den relasjonen, at det nå etisk, etter vår bedømmelse er gjennomførbart. I tillegg, selv om Lars og Morten har hatt en terapeutisk relasjon, er denne likevel ikke offisiell, noe som gjør denne problemstillingen ekstra interessant. En ser også i ettertid at Morten har opplevd nettopp dette som særdeles virkningsfullt i sin bedringsprosess – det at relasjonen ikke har vært terapibasert til å begynne med.

I kvalitativ forskningsteori hevdes det at relasjonene mellom forsker og subjektene ikke må være for nær, men samtidig ikke for fjern heller (Alvesson & Sköldbberg, 2009). Dette for å sikre forskningens legitimitet. Rollestrukturen slik den var før prosjektets start, da også praksisperioden min, var at Morten var tidligere bruker, og Lars var min praksisveileder i musikkterapi. Han og Morten hadde på et punkt i deres historie hatt noe som kan sees på som et terapeut-bruker-forhold. Noe som også viser seg å være en sannhet en kan diskutere, med bakgrunn i at den aldri var offisiell. Likevel må en ta høyde for at det mest sannsynlig, i dette opplevde terapeut-bruker-forholdet, var et maktforhold som hadde gjort forskningen i denne oppgaven ganske annerledes enn den er i dag. Maktforhold har derfor vært et tema som Lars, Morten og meg, samlet alene, og etter hvert også i bandet har diskutert. Før forskningen var det utelukkende Lars, Morten og meg som diskuterte dette temaet, med tanke på at en måtte få klarhet i hvordan det eksisterende maktforholdet faktisk var, og hva hver enkelt, og spesielt Morten følte rundt dette. Forskningen begynte også med utgangspunktet om å anonymisere Morten, selv om det åpenbart ikke er tilfelle lenger. Dette var et valg Morten selv tok, og forteller kanskje noe om at maktforholdet har blitt enda jevnere i løpet av denne prosessen. Slik har også relasjonene i dette prosjektet, som ikke minst med bakgrunn i at det er gjennom bandaktivitet, også utviklet og vokst på seg. Gjennom hele forskningsperioden, har jeg prøvd å forholde meg refleksiv i forhold til temaer og dilemmaer som har oppstått. Om en ser til PREPARE-modellen (Stige & Aarø, 2012), er refleksivitet ikke bare viktig i aksjonsforskning, men også viktig for relasjonelt arbeid med mennesker, og derav en essensiell egenskap i musikkterapivirket.

Når en baserer forskning på noe så lite konkret som «samtaler» og «observasjoner» en gjør i øyeblikket, hvor en samtidig er like opptatt med å spille musikk og være deltakende, er det viktig å ha en solid grunntanke om hva man faktisk vil finne ut av, og hva en skal ta med og ikke. Om ikke kan feltnotatene fort bli en «dagbok» som på mange måter også kan være

interessant, men uten å ha samme tyngde som det er i et nøye gjennomført stykke forskningsarbeide. Derfor har jeg notert alt jeg har bitt meg merke i, men samtidig lest kritisk gjennom alt som har vært notert. Slik jeg ser det, er det viktig å få en helhet på ting. Om noen nevner noe en gang, og aldri snakker om det siden, er det kanskje ikke så viktig. Men de små tingene som nevnes igjen og igjen, der ligger det noe. Slik har jeg notert og silt alt jeg har opparbeidet meg av datamateriale. Sammen med veileder, Lars, har jeg gått gjennom det oppsamlede datamaterialet, for å finne de viktige og interessante temaene, som samtidig representerer noe mer enn «vanlig prat». Nettopp av hensyn til det å være kritisk til egne inntrykk, notater og forskning, utarbeidet jeg et intervju basert på feltnotatene og mine betraktninger, hvor Morten stod fritt til å svare slik han mente var rett. Det som var interessant, var at noen av mine forutinntatte holdninger i forhold til enkelte temaer, ble totalt motbevist i intervjuet.

3. TEORI

Denne oppgaven ligger, som tidligere nevnt, godt forankret i et samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv, med et stort fokus på brukermedvirkning. Derav vil jeg i dette kapitlet forklare litt dypere om hvilke teoretiske rammeverk som ligger rundt denne forskningen.

3.1. Praksisfellesskap

For min egen del, bare det å skrive denne masteren er en reise i det å feile og mestre, en runddans som til sammen utgjør det ferdige produktet, som er masteroppgaven. Men den virkelige «premien» bak dette arbeidet, er ikke nødvendigvis utelukkende å sitte igjen med en utdanning. For min del, hvor jeg parallelt med hele prosjektet venter på utredning for ADHD, etter i alle år ha slitt med konsentrasjon og det å gjennomføre oppgaver som tar lang tid, er det faktumet å ha gjennomført som sitter høyest. Praksisfellesskap, som en ofte finner i rockeband, har for min del vært en av de viktigste måtene å lære samarbeid med andre mennesker, som likeverdige deltaker. Bandpraksis har vært min hovedarena, ved siden av skolen, som læringsbase. Etter hvert som jeg ble eldre, og skole ble vanskeligere å følge opp, ble bandrommet et av mine viktigste steder for personlig utvikling, ikke bare musikalsk, men som person. Her fikk jeg utfordret meg både som sosialt menneske, og selvfølgelig også som musiker. På mange måter kan en si at jeg har bygget hele min identitet utad – den jeg viser til folk – på et fundament som er forankret i det å være en musiker. Slik har jeg i stor grad overført disse kunnskapene og personlige evnene mine, både bevisst og ubevisst inn i dette prosjektet, som omhandler akkurat det samme – musikk og bygging av mennesket.

Hadde jeg skulle sittet helt alene å gjøre denne oppgaven, hadde jeg mest sannsynlig gitt opp. Men ved å selv kunne jobbe sammen med Morten, Lars og bandet, har jeg kunnet overføre mye av praksisfellesskapets læring til egen læring, og dernest produksjon av denne oppgaven. Grunnen til at jeg tar dette opp, er at i aksjonsforskningen har vi alle sammen lært av, og bidratt for hverandre.

I alle band, orkester eller andre ensemble bestående av flere mennesker som har et felles mål i det å spille musikk, vil det på en eller annen måte oppstå en form for *praksisfellesskap* (Wenger, 1998). I praksisfellesskap utvikles mening, praksis, fellesskap og identitet (1998, s. 5). Slik sett er bandpraksis kanskje et perfekt eksempel på et praksisfellesskap som enten kan funke, eller ikke funke. I bandet vårt, som etter hvert ble kalt for Opplett, etter å lenge ha diskutert og forsket på bandnavn, etter Mortens ønske om å gå vekk fra «soloprojekt» til det å bli et band, har det gjennom denne aksjonsforskningen gradvis kommet på plass et bedre, mer dynamisk og mer naturlig samarbeid. Morten har også gjennom denne perioden fått ta mer eierskap til bandet og låtene, gjennom det å oppleve at de andre musikerne gjør det samme. Det blir på mange måter mer genuint, enn i en situasjon hvor musikkterapeuten egentlig «bare er på jobb», og følger opp en bruker. Gjennom dette *praksisfellesskapet*, som egentlig startet med Tuastad og Morten for flere år siden, har flere kommet på banen, samtidig som flere utfordringer er lagt bak som erfaringer og seire. Jean Lave og Etienne Wenger forklarer i sin bok *Situated Learning* (1991) om hvordan læring er et essensielt sosialt fenomen, hvor læring i hovedsak skjer gjennom deltakelse i praksisfellesskap (1991). De definerer læring i praksisfellesskap gjennom forskjellige *deltakerbaner*, som omhandler forskjellige arenaer og situasjoner for læring. Individet lærer og utvikler seg over tid i videre samhandling med de forskjellige arenaene og situasjonene for læring. Det skilles også mellom tre hovedgrupper for *deltakerbaner* (1991):

1. Personlige

Den personlige deltakingsbanen handler om de individets mål, utviklingen og realiseringen av disse. Over tid, ved hjelp av læring og erfaring, bygger en sin egen vei av muligheter og over tid sin personlige identitet.

2. Institusjonelle

Den institusjonelle deltakingsbanen omhandler at individet må oppfylle institusjonelle krav for å kunne være en deltaker.

3. Samfunnsmessige

Den samfunnsmessige deltakerbanen viser til en organisering av forskjellige deltakerbaner som samfunnets medlemmer kan oppsøke og følge etter sine egne personlige og eller institusjonelle deltakerbaner.

Lave og Wenger ser læring som ein sosialiseringsprosess der legitime perifere deltakarar vert fullverdige deltakarar i eit praksisfellesskap ved hjelp av meisterlæra. Gjennom praksisforankra læring i autentiske kulturar går læringen på dette viset stegvis gradene til etterkvart sjølv å bli ein som vert meister. (Tuastad, 2014, s. 22)

Slik Tuastad beskriver det i doktorgraden sin, kan en si at prosessen vi har hatt i dette prosjektet har en del fellestrekk med Lave og Wengers teori. Om en ser på Mortens reise, med Tuastad som *mester*, har de to jobbet på plass en arena hvor Morten kan få uttrykke seg fritt, bli akseptert som et fullverdig menneske gjennom bandøvinger og konserter, som der igjen har åpnet opp en ny arena for samfunnsdeltakelse, som musiker. Dette har vært med å styrke Morten sitt forhold til seg selv, gjennom bygging av en positiv identitet og gjentatte oppnåelige utfordringer som bidrar til mestringsfølelse. Etter hvert som Morten har oppnådd flere delmål, har også Tuastad invitert til utfordringer utenfor den musikalske sfæren. Her har Morten og Tuastad hatt en mer likeverdig tilnærming, som kollegaer, hvor begge er avhengige av hverandre for å gjennomføre på en tilfredsstillende måte. Gjennom foredrag og musikkterapikonferanser har de to åpnet opp for at Morten kunne gå inn i en ny rolle, som erfaringskonsulent, som der krever en del av *individet*, slik Lave og Wenger beskriver den *institusjonelle deltakerbanen* (Lave & Wenger, 1991). Dette prosjektets mål er å bygge videre på et slikt fundament, der målet er å finne en god løsning for å kunne fullt og helt ta musikken tilbake, og inn på det en kan beskrive som den *personlige* deltakerbanen igjen.

Morten har de siste årene, etter å ha knyttet et sterkt kontaktnettverk gjennom musikkterapimiljøet, også kontakter i rusomsorgen. Samtidig som å ha jobbet i flere stillinger i erfaringskonsulentvirket, gjennom rusomsorgen, har han også et politisk engasjement som leder for Foreningen for Human Narkotikapolitikk for avdelingen Vestland. Nå er han en del av teamet som initierte og driver «Huset» i Bergen. Dette er et brukerstyrt tilbud, av og for brukere i rusmiljøet i Bergen (Løkkevik & Bøe, 2022). Om en ser på Morten i dag, er han en selvstendig samfunnsborger som nå går sine egne veier. Musikkterapien har hjulpet Morten på mange måter å komme dit han er i dag, men likevel, på en måte puttet et slags «fengsel» rundt selve musikken, hvor den som regel blir forbundet med terapi og musikkterapeutiske

kontekster. Derfor, ved å se til forskjellige modeller innenfor det sosiokulturelle læringsperspektivet, har vi prøvd å finne nye måter å angripe dette problemet.

3.2. Sosiokulturelt læringsperspektiv

Sosiokulturelt læringsperspektiv tar utgangspunkt i at vi som individer og fellesskap lærer de essensielle evnene til å fungere som individ og samfunnsborger, ved å bruke språket vårt i samhandling med hverandre (Bruner, 1986). En av de viktigste skikkelsene innenfor dette perspektivet er Lev Vygotskij (1978). Han la frem tre hovedpunkter for sosial utvikling; levekår, redskaper og språk. Med dette mener Vygotskij at levekår spiller en avgjørende rolle for hvordan vi tenker, og hvordan vi samhandler med fellesskapet rundt oss, og vår evne innenfor dette fellesskapet til å forstå hverandre. Med *redskaper* kommer han inn på teorien om *mediering*, som henviser til at forskjellige artefakter, fysiske som abstrakte, enten det er en gitar eller en situasjon, hjelper mennesker å forbedre sine levekår, gjennom samhandling rundt den enkelte artefakt. Slik sett kan en si at øvingsrommet som bandet samles og spiller sammen i, er et redskap som hjelper oss som gruppe å forbedre våre *levkår* som musikere. En kan også si at musikken i seg selv også har den egenskapen, som et felles mål og til og med språk, med en samlende funksjon, som også inviterer til utvikling, som individer og samfunnsborgere. Dette skaper også da et sterkt fellesskap innad i bandet, som der igjen inviterer til personlig utvikling gjennom utfordringer og tillit til å utvikle seg innenfor de gitte rammene.

3.3. Samfunnsmusikkterapi

Samfunnsmusikkterapi er en form for musikkterapi som vektlegger musikkens evne til å invitere til samarbeid mellom mennesker innenfor kultur og samfunn (Ansdell, 2002). Musikken blir en form for sosial kapital, som kan hjelpe individet å oppnå utvikling, sosialt, kulturelt, og generell integrering i samfunnet. I Norge har flere generasjoner med musikkterapeuter utviklet samfunnsmusikkterapien stegvis videre, i samarbeid med musikkterapeuter fra hele verden. Samarbeid mellom forskjellige institusjoner har også vært med å bidra til denne utviklingen, hvor alt fra musikkterapi med barn i barnevernet (Krüger, 2012) til det å hjelpe personer i kriminalomsorgen inn i samfunnet igjen (Tuastad, 2014), har vært med å utvikle disse rammene. Innenfor psykisk helse og rusomsorgen, har også musikkterapi fått en bredere aksept, og i tillegg til å anbefales av de nasjonale retningslinjene for psykosebehandling (Helsedirektoratet, Nasjonal, faglig retningslinje for behandling av av personer med psykoselidelser., 2013), blant annet også blir anbefalt som behandling for

personer som sliter med depresjon og rusmiddelavhengighet (Helsedirektoratet, 2009), (Helsedirektoratet, 2016).

Slik Vygotskij (1978) beskriver *mediering*, er musikken, enten gjennom instrumenter, øvingslokale, selve musikken eller andre musikkaktiviteter et artefakt som legger til rette for et felles mål, og kan ta vekk litt av det ubehagelige fokuset en persons problemer kan få i en terapeutisk situasjon. Slik inviterer musikken til en mindre farlig måte å bevege seg inn på utfordrende tematikk. Vygotskij snakker også, slik Lave og Wenger (1991) nevner, om mesterlæren, og hvordan en mester kan hjelpe personer med å komme seg over forskjellige utfordringer i livet. Bruner omtaler dette som *stillasbygging* (1986), gjennom at *mesteren* gir nye utfordringer etter hvert som *lærlingen* utvikler seg.

I forskningsperioden i denne oppgaven, ble ansvarsområder utforsket og fordelt, hvor alle involverte fikk hver sin oppgave rundt det å drive bandvirksomhet. I starten holdt det gjerne med at Morten skrev låtene, og vi andre supplerte med musikken til disse låtene. Det i seg selv kan for mange være en veldig byggende prosess. Men der hvor Morten var kommet i sitt *stillas*, følte det naturlig å utfordre videre, med oppgaver som omhandler annen drift av band, på et mer logistisk og organiserende plan. Dette følte også veldig rett, med tanke på at Morten ellers i sitt profesjonelle liv har oppnådd, gjennom karriererelaterte mål, å opprette og drifte landets første brukerstyrte lavterskeltilbud for rusmisbrukere, gjennom starten og driften av «Huset» i Bergen. På mange måter funker musikk og bandaktiviteter på samme måte. Det å nå ut til andre aktører innenfor uteliv- og kulturbransjen er en vital del av det å spille og utvikle et aktivt band. Dette, slik jeg har erfart gjennom flere prosjekter med både voksne og unge innenfor musikkterapi, kan være en utfordrende barriere å krysse. Dette er nok fordi musikk gjerne oppleves av mange, som mer nakent og personlig, enn det vil være å kontakte en arbeidsplass i form av en jobbsøknad. Det må helt klart poengteres at dette også vil variere fra person til person. Hvor det å skulle søke jobb, og ta steget ut som en resurs for samfunnet, enten det er som musiker eller kassaarbeider i en butikk vil oppleves utfordrende for mange. Men det er nettopp her samfunnsmusikkterapi har som mål å styrke hver enkelt person sin selvtillit, gjennom gjentatt stimulering av mestringsfølelse etter beseirede utfordringer.

En kan på mange måter si at samfunnsmusikkterapi putter terapeuten inn i rollen som en brobygger, hvor målet er å hjelpe personer å skape kontakt mellom forskjellige instanser i samfunnet, for til slutt å bli en fullverdig samfunnsyter med sine unike resurser. Som tidligere

nevnt i oppgaven, har Stige og Aarø beskrevet og definert de ulike rollene og funksjonene innenfor samfunnsmusikkterapien med akronymet PREPARE (Stige & Aarø, 2012).

Det jeg i denne oppgaven virkelig prøver å belyse, gjennom utfordringen av disse grensene, er nettopp hvor langt en slik rolle egentlig kan gå. Der mange tidligere brukere av musikkterapi, gjerne kan trenge å trenes og hjelpes ut i det etablerte musikkmiljøet, uten å konstant bli påminnet om at det som praktiseres er «musikkterapi». For å oppnå det siste målet, har vi prøvd å viske ut grensene mellom terapeut og bruker, og musikkterapi og musikk. Dette hadde vi ikke kunnet gjøre om ikke en i stor grad hadde et brukerstyrt fokus, hvor Morten i økende grad inviteres til å ta ansvar for hele musikkprosjektet, gjennom samarbeid og samhandling på et likeverdig plan med oss andre, slik et rockeband ofte praktiserer det.

I samfunnsmusikkterapien er det mye som sammenfaller med musikkpraksiser utenfor musikkterapien, hvor øvingslokaler for kor, band og andre musikalske konstellasjoner innenfor flere sjangre møtes til samspill. Det som skiller disse to praksisene viskes mer og mer ut etter hvert som nye terapeuter med nye ideer slipper til, hvor musikkterapi før var plassert innenfor en institusjonell ramme, er det nå musikkterapi å finne på kulturhus og scener over hele landet. Videreutviklingen av dette vil kanskje dra det enda lenger utenfor de «trygge» rammene, som en gang var skissert. Dette har videre blitt testet ut, forsket på og praktisert av en rekke musikkterapeuter de siste 20 årene, hvor både Gary Ansdell (2002), Lars Tuastad (2014) og Viggo Krüger (2012), for å nevne noen, har vært med å dra dette både teoretisk og praktisk, til videre etterfølgelse. Tre-trinnsmodellen (Nilsen, 2007) beskriver her hvordan en kan bruke musikk aktivt til å hjelpe personer ut i samfunnet igjen.

3.4. Tre-trinnsmodellen

Tre-trinnsmodellen ble utviklet av Venja Ruud Nilsen (Nilsen, 2007), og har som formål å illustrere og forklare på en lettfattelig måte hvordan en gjennom tre forskjellige steg kan bevege seg ut i samfunnet som egenpraktiserende bruker i musikkterapi. Følgende modell ble også brukt av Lars Tuastad (2016) i prosjektet *UT – MOT82*, og viser til de samme tre stegene, satt i sammenheng med brukere innenfor psykisk helseomsorg. Det er samtidig også disse tre trinnene denne oppgaven prøver å gå gjennom i aksjonsmessig forskning, med det formålet å kanskje utvikle den til flere trinn. De følgende eksisterende tre trinnene som ble brukt av Lars Tuastad er slik:

- 1. Trinn: Musikkterapitilbod inne på Bjørgvin DPS og i Klinikk psykisk helsevern for barn og unge.
- 2. Trinn: Musikkterapitilbod ute ved U82.
- 3. Trinn: Musikk som egedrive aktivitet i lokalsamfunnet. (Tuastad, 2016)

3.5. Musikkcentrert perspektiv

Kenneth Aigen er en av de fremste teoretikerne rundt det som kalles *Musikkcentrert perspektiv*, og har skrevet boken *Music-Centered Music Therapy* (2005) og viser til teorier om hvordan musikken i seg selv er kilden til positiv endring.

Morten sin omgang med musikk, har i hovedsak handlet om musikk ene og alene, men også med en funksjon av å «hele» seg selv med sangskrivning om eget liv. Bandøvingene vi har hatt, har på mange måter handlet om å ta «musikken» tilbake. Dette, gjennom å bygge en musikalsk identitet gjennom vår musikk, med musikken som fremste verktøy. Derfor kan en si at forskjellige aspekter ved en musikkcentrert musikkterapi også ligger i bunnen av vårt tankesett.

3.6. Musikk og identitet

Gjennom musikken knyttet vi sterke personlige kontakter. Lyttingen var ikke bare en måte å tilegne seg de musikalske kodene på. For en musikerspore var det nødvendig virkelig å lære seg å imitere mesterimprovisjonene. Å gi seg over til en musikalsk «flow», den frie strømmen av toner med den tilhørende medrivende opplevelsen skapte gode opplevelser. Gjennom lyttingen ble vi en sterkt sammensveiset gjeng med gode felles opplevelser, med felles humor og livsorientering. Vi var ikke bare et musikalsk fortolkende fellesskap, men utviklet også et erindringsfellesskap som holdt oss sammen i viktige år av ungdommen. (Ruud, 2013, ss. 31-32)

Even Ruud sin applauderte bok *Musikk og Identitet* (2013) tar her opp hvordan musikk ble et samlende og byggende element i livet til en ung voksen. Selv om dette sitatet tar utgangspunktet i tidlige år i et liv, mener jeg det fullt og helt kan overføres til hvordan en kan oppleve det å spille i et band, uansett alder. Det er andre faktorer enn alder som spiller inn, selv om det i ungdomsårene kan ha en ekstra formende effekt.

Gjennom de forskjellige *rommene* (Ruud, 2013), forklarer Ruud hvordan vi former vår identitet i en slags symbiose basert på samspillet mellom oss selv og musikk på forskjellige plan. Gjennom våre første opplevelser med musikk i *det personlige rom*, distingveringen og defineringen av hvem og hvor vi står blant annet samfunnsmessig, kjønnsmessig, og sosialt i *det sosiale rom*, viser Ruud til at vi som mennesker ikke bare bruker musikk som et verktøy til å definere oss selv. Men vi bruker det også som et redskap som underbevisst og bevisst forteller oss hvor og når vi var forskjellige steder i livet, både metaforisk som kulturelt og fysisk, gjennom *tiden og stedets rom*. Rundt hele denne sameksistensen i musikk, gir musikken også muligheter for mennesket å oppleve «noe» som er større enn seg selv, og skaper følelser og opplevelser som kan gi en dypere innsikt og mening i livet, enten det er religiøst, spirituelt eller rent musikalsk. Gjennom endringer av bevissthetstilstanden, som kobler en på *det transpersonlige rom*, kan en eksemplifisere med alt fra ekstatiske opplevelser gjennom musikkens kraft under blant annet konserter og i samspill, og følelser av tilhørighet med *Gud*, eller andre spirituelle opplevelser med musikk som katalysator og bærende element i forskjellige situasjoner. Disse *rommene* lever ikke bare hver for seg, men som en samlet enhet, hvor de påvirker hverandre, og sammen utgjør det som blir vårt liv med musikk – musikk og identitet. Dette har vært en viktig meningsbærende faktor for hvordan vi har gått frem, og hvilke aktiviteter vi har valgt som aksjoner i denne oppgaven. Musikken vi lager skal føles ekte for alle parter i bandet, gjennom en gjensidig tilførsel av personlig uttrykk. Målet har vært å sammen som band skape en følelse som representerer ikke bare Morten, men alle i bandet, og vårt uttrykk samlet – noe som er større enn oss selv. Det skal også handle om å møte hverandre på godt og vondt, utenfor en ellers «profesjonell» arena». Sammen har målet vært å legge til rette for at «alt skal være lov», noe som krever tillit mellom medlemmene. Dette er selvfølgelig noe som ikke nødvendigvis passer i alle musikkterapeutiske kontekster, men som likevel kan være med å bygge mye for en person som vil videre, ut av musikkterapien, og til sin egen identitet som musiker.

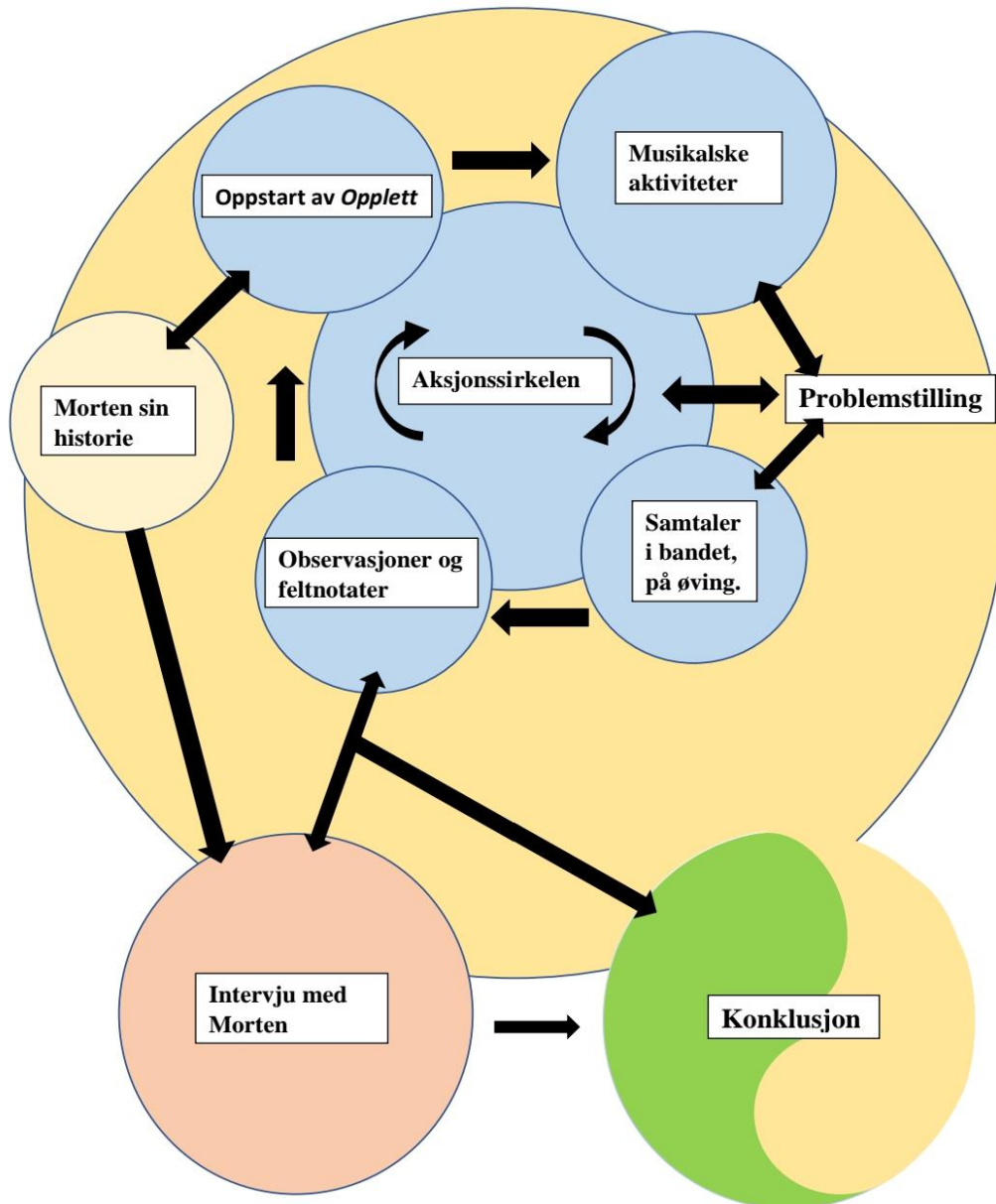
4. Resultat.

4.1. Presentasjon av aksjonene og medfølgende modell

I denne delen av oppgaven vil jeg presentere hvordan vi gjennom forskjellige aksjoner, planlagte mål, tilpasninger og møter, sammen har utviklet denne prosessen, og derav kommet frem til en del interessante poeng innenfor det vi ser på som mulige nye måter å tenke musikk

i musikkterapi på. I forbindelse med dette har jeg også laget en modell, som viser til hvordan de forskjellige aksjonene sitt samspill mellom hverandre, i en kontinuerlig prosess som har gått frem og tilbake og frem igjen, har lagt grunnlaget for forskningen i denne oppgaven:

Modell for hvordan aksjonsforskningen har foregått:



(Vognstølen, 2022)

Som en ser i denne modellen, består den av forskjellige sirkler og piler i forskjellige størrelser og farger. Den største sirkelen er den som ligger som fundamentet for alle sirklene, og representerer oppgavens «Problemstilling». Den har en egen farge, som også symboliserer at den står for seg selv. Alle de andre sirklene forholder seg til hverandre, som forskjellige atskilte aksjoner eller temaer, med denne som et felles grunnlag.

«Morten sin historie» er den sirkelen som setter i gang alle de andre småsirklene, hvor den først sparker i gang de blå sirklene gjennom «oppstart av *Opplett*», og samtidig legger et historisk grunnlag for intervjuet, hvor pilen som peker mot «Intervju med Morten» symboliserer dette. «Morten sin historie» har også fått en toveis pil mellom seg og «Oppstart av *Opplett*», på bakgrunn av at prosessene i aksjonene foran den, fort vil kunne påvirke Morten sitt liv videre.

Alle sirklene som utgjør aksjonene i denne forskningen har samme blåfarge, fordi de er avhengige av hverandre, og sammen blir aktivert av «Aksjonssirkelen», som ligger under disse, og figurerer en kontinuerlig prosess. Denne prosessen har ikke nødvendigvis en gitt rekkefølge, fordi «Oppstart av *Opplett*», «Musikalske aktiviteter», «Samtaler i bandet, på øving» og «Observasjoner og feltnotater» går litt om en annen og beriker hverandre.

I tillegg kan en se at «Aksjonssirkelen», «Musikalske aktiviteter» og «Samtaler i bandet, på øving» har fått toveis-piler som peker mot «Problemstilling», og symboliserer hvordan musikken og samtalene også har vært med på å påvirke hvordan selve problemstillingen og derav også aksjonene har utviklet seg.

«Observasjoner og feltnotater» har fått en pil som går frem og tilbake mellom «Intervju med Morten», og krysser inn mot «Konklusjon», som betyr at aksjonene og feltnotatene er med å danne grunnlaget, ikke bare for intervjuet, men også er direkte med i prosessen mot en konklusjon. Det at pilen går begge veier mellom «Observasjoner og feltnotater» og «Intervju med Morten», er at disse, som et par andre prosesser i denne forskningen, nærer på hverandre.

«Intervju med Morten» har til sammen tre piler, som også kobler den med «Morten sin historie» og «Konklusjon». Her er formålet å vise at intervjuet, i tillegg til å være basert på de observasjoner og feltnotater som er gjort, også inneholder en del viktige momenter fra Morten sin tidligere historie, samtidig som den peker mot en konklusjon. Sirkelen med «Konklusjon», kobles også mot «Observasjoner og feltnotater», med den grunntanken at konklusjonen ikke er tenkt å bare være et endelig svar. Konklusjonen i denne oppgaven er

ment og også kunne peile ut nye måter og tankesett en kan drive videre forskning på. Men grunnet at denne oppgaven faktisk også må avgrenses, er det mer symbolsk, som et pek mot veien videre. Samtidig kan en også se at «Konklusjon» smelter sammen med «Problemstilling», hvor symbolikken er at problemstillingen og konklusjonen i denne oppgaven, på et fundamentalt plan, former hverandre.

4.1.1. Øving og praksis før starten av aksjonsforskningen

Som jeg har beskrevet tidligere, kommer selve forskningsdelen i denne oppgaven på dagsorden en god stund etter viktige og avgjørende erfaringer ble gjort innad i gruppen. Morten, Lars og jeg begynte å spille sammen gjennom praksisutplasseringsprogrammet som er inkorporert i musikkterapistudiet. Her hadde vi en helt annen sjargong for hvordan vi forholdt oss til musikken, øvingene, men også sosialt. For min del var dette standard praksis, med et fokus på det å lære av å være utplassert i musikkterapifeltet. Sammen øvde vi til faste tider hver uke, og hadde som regel fremfor oss et mål om å spille på enten Gjenklang, Pøbelscenen eller andre musikkterapirelaterte arrangement. Musikkterapi ble snakket om av oss tre involverte på et plan som gjorde at jeg fort skjønnte at dette er en form for musikkterapi utenfor «musikkterapien» jeg hadde lært, lest eller hørt om. Likevel forholdte vi oss alle sammen til denne konstallasjonen som et musikkterapiprojekt. Men det som fort ble klart for oss tre, var at vi hadde en spesiell musikalsk kjemi. For meg ble det ganske fort tydelig at denne musikken handlet om mer enn musikkterapi for Morten. Det var snarere et musikalsk samarbeid som har oppstått i ettertid av noe som kan til dels sees på som en «ny form for musikkterapi», som har utviklet seg til å bli et rikere musikalsk samspill.

Gjennom disse praksistimene ble vi kjent, ikke bare som musikkterapeuter og tidligere bruker, men som musikere og mennesker. Noe jeg i ettertid har skjønnet har vært noe av det mer essensielle og avgjørende for samarbeidet mellom Lars og Morten.

Etter endt praksisperiode, fortsatte vi dette musikalske samarbeidet. Øvingene fikk et helt annet fokus – musikk. Vi fant sammen ut av at vi ønsket å utvide besetningen med bassist og trommis. Vi hadde forskjellige musikere innenfor og utenfor musikkterapimiljøet inne på «prøvespill», og etter prøving og feiling, endte vi opp med en besetning som passet dynamikken i bandet, både musikalsk og sosialt. I denne perioden, før aksjonsforskning ble et tema, diskuterte jeg, Lars og Morten min kommende masteroppgave, og kom frem til at vi sammen kunne beskrive en måte å legge til rette for at musikkterapeuter i dag kunne få en utvidet verktøykasse i samhandling med brukere som vil ut i det eksisterende musikkmiljøet.

Slik vil vi arbeide frem en mulig måte for brukere å dyrke sin identitet som musiker, hvor musikkterapien er terapi isolert, og musikken får en utvidet rolle, utenfor terapiens rom. Slik har vi sett tilbake på vår prosess, men også med et systematisk fremoverlent syn, og satt valg vi gjorde i kontekst, som der igjen inviterer til diskusjon rundt aksjonene som en musikkterapeutisk praksis.

Etter vi jobbet oss frem til en besetning av musikere, som passet inn og samtidig genuint ville være med på denne musikalske reisen, var det et spørsmål om hvordan vi enklere kunne organisere øvinger. Her diskuterte vi det å ta i bruk det lokalet jeg som «musiker» bruker i mine band privat. Det å kunne planlegge øvinger som ikke var avhengig av kulturhus sine åpningstider og andre kompliserende faktorer ble vår neste prioritering og aksjon.

4.1.2. Øving i nytt lokale

Mange band, både musikkterapiprojekt og rent musikkcentrerte prosjekt, øver i forskjellige kulturhus, som ligger under kommunens styre. Her kan en leie lokalet for en gitt sum. Flere musikkterapi tiltak bruker denne ordningen av forskjellige årsaker, hvor kanskje et av hovedpunktene er at det er lett tilgjengelig for alle, for å forhindre forskjellsbehandling, økonomisk så vel som i forhold til spesielle tilretteleggelser for diverse brukere som skulle trenge spesielle hjelpemidler. Andre musikalske samarbeid, utenfor musikkterapien bruker også disse lokalene, enten det er kulturskolen eller private prosjekt. Det forekommer likevel at musikkterapeuter tar i bruk andre lokaler, som også er leid av andre aktører.

For andre vedvarende musikalske prosjekter svarer det som regel seg å leie seg et lokale, som en disponerer fritt selv, sammen med bare et par andre band som en deler en leieavtale med. Dette åpner opp for større frihet i forhold til både øvingstid og hvordan en velger å bruke lokalet. Samtidig er dette en økonomisk god måte å leie lokaler på. Blant annet kan en ha sitt eget utstyr stående der. Det er praktisk å forholde seg til forutsigbarheten i en slik ordning, hvor eget utstyr og egne regler er forutsetningen – hvor motsetningen er at en deler lokalet med et utall av forskjellige prosjekter som bare er innom.

Om en ser forbi det rent praktiske med en slik ordning, er det andre argument for at vi valgte å bytte øvingslokale. En av de viktigste argumentene var at det å bytte øvingslokale fra et lokale som ofte er blitt forbundet med musikkterapi, til et lokale som brukes av band utenfor denne rammen, kan være med på å styrke identitetsskapingen i bandet.

Ved å starte øvinger i et lokale som bare styres av en liten gruppe som kjenner hverandre, kunne vi også utfolde oss bedre som musikere.

Hvor kulturhus ofte har en gitt stengetid, som er innenfor en forsvarlig ramme om en tenker på ansvarsområder og personalets arbeidstid, har andre uavhengige øvingsrom ofte en døgnåpen praksis. Dette åpner opp for at en lettere kan kombinere jobb og andre aktiviteter med øving, enten det er sent på kvelden eller det er helg. En kan øve så kort og lenge en vil, uten å måtte betale et leiebeløp som representerer en enkelttjeneste, men heller dele et månedsbeløp på flere parter.

Etter bandet kom i nytt lokale og kunne planlegge øvinger, etter en tidsplan som passet for alle, merket vi kollektivt at samarbeidet ble mer produktivt. Flere samtaler innad i bandet, og spesielt med Morten i spissen, handlet om hvor bra det var for bandet å få «sitt eget lokale». En tar altså lettere eierskap til prosjektet om en føler frihet på flere felt enn det som bare er musikalsk. Satt i kontekst med *musicking* (Small, 1998) gir dette mening. Om en ser til at en bytter ut en del utenforstående ledd og institusjoner, men som likevel påvirker øvingssituasjonen, med friere forhold innenfor de leddene som direkte påvirker øvingene, er det lettere å ta kontroll over øvinger, planlegginger, og ikke minst aksjonsforskningen i seg selv. Med andre ord har man fritt spillerom til å utfolde seg som musiker, men også som forsker. *Musicking* blir slik sett en viktig del av forskningen vår, hvor ikke bare Morten sin historie formidlet gjennom musikk, men hele bandet sin, automatisk tas inn i samspillet. *Self-care* er et viktig element det ble snakk om i etterkant av aksjonene. Som musikkterapeuter og helsearbeidere taler en slik praksis også for at musikkterapeuter kanskje også i bør oppsøke musikalsk samarbeid utenfor musikkterapiarenaen.

4.1.3. Planlegging av materiale å spille inn i musikkstudio – øving og «self-care»?

Etter vi hadde fått på plass et lokale som inviterte til en friere måte å ha øvinger på, merket vi en større grad av selvstyre. Dette samlet og konkretiserte vår felles forståelse av hva denne musikalske aktiviteten egentlig omhandlet, og bidro til at samspillet mellom Morten sine tekster og våre musikkideer, fikk et mer naturlig samspill, rent musisk. For at et slikt samspill skulle foregå med relativt ferske musikalske relasjoner, var det også viktig å skape et fritt og positivt psykososialt miljø. Om det var musikken som medierte disse første møtene mellom oss som mennesker og musikere, kan godt være mulig. Men samtidig har samtlige av

musikerne i dette bandet erfaringer med nettopp det å samles i et rom med relativt ukjente, og spille sammen, enten gjennom musikk eller musikkterapi.

Som musikkterapeut i forskjellige kanskje utfordrende konstellasjoner, blir en godt opplært i å lese rommet, og geleide det i rett retning. Likevel oppstår det gjerne en noe skeiv, men nødvendig maktbalanse i de musikkterapeutiske relasjonene, hvor den ene er bruker og den andre er terapeut – noe som var viktig for oss å unngå. Det vi over tid har kommet frem til, som var vår felles interesse for å møte opp i nettopp dette rommet for å spille musikk flere ganger i uken, var fordi vi alle sammen fikk like mye ut av det. Noen av oss spiller i flere band, og trenger et musikalsk utløp oftere enn andre, og noen av oss hadde et ekstra insentiv til å møte opp – forskningen. Likevel var det ingen av oss som følte at forskningen kom i veien for musikken på noen måte. Det som heller var interessant var at en endte opp med å ha innbringende samtaler rundt musikk og musikkterapi, som etter hvert kokte ned til at vi alle møtte opp med et mål om «self-care», som handler om at i et ellers hektisk liv, trenger vi en fri arena, hvor vi kan få utløp, gjennom musikk (Ruud, 2012) (De Nora, 2000). Som musikkterapeuter kan dette også være ekstra viktig, med tanke på at en forholder seg til musikk i en jobberelatert situasjon, som ikke alltid utfyller de rent musiske behovene en har. Samlet var vi derfor om å lage et utvalg låter som virkelig gjenspeilet oss som musikere, og ikke minst en musikk som fargelagte tekstene og historiene til Morten, som kreative mennesker.

Neste steget i denne prosessen og forskningen ble å gå i retningen om plateinnspilling, i form av en «EP», hvor vi sammen valgte ut et par låter som vi følte viste oss som et samlet band. Disse låtene skulle representere en ny retning for Morten som låtskriver i et band, hvor en samarbeider og kommuniserer frem et enhetlig uttrykk, hvor han også kunne føle på hvordan et fungerende band, kreativt kan bidra gjennom konstruktiv kritikk og ros, uten å måtte ta hensyn til «terapeutiske kompromiss». I musikkterapien legger en gjerne opp til at musikkterapeuten hjelper en bruker til å nå sine musikalske mål, i tillegg til det helsemessige formålet. Naturligvis, alt etter hvem brukeren er, har musikkterapi en dynamisk yrkesfaglig og teoretisk rammeforståelse som setter et par naturlige barrierer for hva en sier og ikke i forhold til musikken som lages, spilles eller utøves i en terapeutisk kontekst. Dette er noe av den fundamentale forskjellen på en musikkpedagog og en musikkterapeut (Ruud, 2017). En musikkterapeut skal ta høyde for personlig utvikling utover det musikalske, og legge til rette for dette gjennom et helsefremmende perspektiv (Ruud, 2012).

Et musikalsk fokus hvor en i større grad tillater en fri diskurs rundt hverandres tolkninger og prestasjoner rundt og i en musikalsk aktivitet, uten å fornærme, såre eller til og med hindre og skade hverandre og den musikalske prosessen, er utfordrende i enhver sammenheng som omhandler flere mennesker. Dette er selvfølgelig spesielt prekært i en situasjon hvor en jobber med mennesker som har varierende utgangspunkt følelsesmessig, personlig og ikke minst musikalsk. I musikkterapi, er det derfor naturlig nok ekstra viktig å tilnærme seg slike utfordringer på en måte som ikke skader. Men i et lengre forløp, hvor brukeren trenger en annen tilnærming, kan det tenkes at musikkterapeuten bør bevege seg utenfor de rammene og normene som eksisterer i dag. Virkelighetsorientering, enten en kan fire grep eller har skrevet et helt album, kan bli viktig lenger ut i en terapeutisk prosess.

Dette fører oss videre til neste aksjon, som var å utarbeide en samlet musikalsk ide, som måtte arbeides med på en mer kritisk måte. Om Morten skulle lære mer som låtskriver og som bandmusiker, måtte en også jobbe på et mer musikalsk estetisk plan enn det en ville gjort med en ny bruker i musikkterapi. Slik fikk øvingene et enda mer målrettet skjerpet fokus, hvor en måtte tåle å høre hva en kan gjøre bedre og ikke. Slik ble det også mer naturlig for Morten å invitere til en kritisk konstruktiv dialog mellom bandmedlemmene. Ut fra erfaringene vi gjorde her, ble alle involverte utfordret positivt ved å invitere til en slik diskurs. Dette fikk vi videre bekreftet effekten av da vi var i studio og spilte inn låtene.

4.1.4. Studiotid

Perioden, vi sammen hadde avtalt skulle foregå i et profesjonelt musikkstudio, ble satt til en «langhelg» vi sammen måtte prioritere. Noe av det som gjør et samarbeidsprosjekt til det å være et genuint likeverdig samarbeid, er det at en samlet må prioritere og investere, om ikke hundre prosent på likt grunnlag av tap og gevinst, men likevel en enighet om felles mål. Selv om jeg har bidratt innenfor musikkterapeutiske prosjekter i studio som foregår på kveldstid eller ferier og helger, har det vært et veldig avgrenset tidsrom. Dette på bakgrunn av at musikkterapeuter også er mennesker som trenger penger for utført jobb, og med dagens rammeverk må forholde seg til budsjetter, og derfor i stor grad jobber gratistimer for å gjennomføre. Dette vitner også om en resurs vi som musikkterapeuter, samlet, bør adressere. Det som utgjør en praktisk forskjell, som også er gjennomgående i dette prosjektet, er at vi utforsker en praksis som ikke er tilrettelagt for enda. Men å møtes i studio med en bruker i slutfasen kan hente mye av måten dette prosjektet er gjort på.

Innspillingen av det avtalte låtmaterialet ble satt til fire dager, som vi samlet fant ut var tilstrekkelig tid til å gjøre låtene så bra som vi ville det skulle bli. Disse dagene var satt til 10 om morgenen til 22 på kvelden. Dette er også en praksis en ser blant band og musikere ellers i det åpne musikkmiljøet. Det er ofte slik at en som musiker jobber langt over de vanlige åtte timene en arbeidsdag tilsier. Vi valgte oss også ut å gå for en mer liveorientert innspillingsmetode, hvor alle i bandet spiller samtidig. Dette for å ivareta impulsivitet, råskap, og ikke minst det uttrykket vi mente kledde vår musikk best. Dette gjør også at en hele tiden som musikere må være til stede, ikke bare i sin egen opptreden, men de andre sin også. Slik ville vi også skape en mer samlet åpenhet i bandet, som en også skulle kunne høre rent musikalsk.

I en studiosammenheng er det mange band og musikere som blir nervøs, grunnet den direkte tilbakemeldingen en får ved å høre på egen prestasjon. Musikken og prestasjonene er i starten upolert og ofte for nakent til at det egentlig låter «bra» etter dagens standarder. Dette er en god måte å lære seg at det som på en ferdigprodusert plate låter bra, er bearbeidet og satt sammen gjennom effekter, miksing og mastring. Morten har spilt inn plater i andre musikkterapeutiske bandprosjekt før. Dette var vi alle klar over, men ville utfordre konteksten med mer ærlighet. Slik Morten forteller det i intervjuet, opplevdes dette som første gangen han virkelig tok eierskap til prosessen, og derav også musikken. Noe av dette ligger nok i at en ikke har en overordnet «forsiktighetsramme» som hemmer en naturlig dialog i studio. På denne måten kan en faktisk utfordre hverandre som likeverdige musikere, og slik inspirere og lære av hverandre – men som likeverdige.

Låtmaterialet som ble laget i denne prosessen blir sittende igjen som et bevis for hvor spennende og godt musikalsk samspill, både lyrisk og vokalt som rent instrumentalt vi som band var i stand til å lage. For Morten ble dette en skjellsettende opplevelse. Men det som gir det en større verdi enn de forrige platene, er det at hele bandet, uansett hvilken rolle vi hadde, sitter samlet og kjenner på eierskap og stolthet over det som er innspilt. Dette hadde vi flere samtaler om under og etter studio, hvor det kom frem fra alle parter at det føles som et «ekte band».

4.1.5. Planlegging av konserter etter studio

Det interessante etter vi hadde vært i studio og spilt inn, og samtidig utført et av de viktigste delmålene i aksjonsforskningen, også som band og praksisfellesskap, var å møtes til første øvingen etter innspilling – «hvor går en videre fra her?».

Å ha spilt inn et album, rent praktisk, er ikke nødvendigvis ensbetydende med at albumet er ferdig. I etterkant skal musikken mikses og mastres, hvor en som musiker ofte deltar med kommentarer og estetiske ønsker for hvordan helheten skal låte. Dette er også en prosess hvor en som musiker lærer mye om bandets dynamikk, musikk generelt og ikke minst egen spilling. Men ifølge planen vår for aksjoner, var neste målet å spille en konsert utenfor en musikkterapeutisk kontekst. Dette gjorde vi på platebaren Apollon i Bergen, som om sommeren holder konserter i bakgården. Dette er en respektabel scene for både musikkelskere og musikere. Det er ofte sett på som en plass hvor de som virkelig har peiling på musikk treffes – et sted hvor det beryktede «musikkpolitiet» ofte dukker opp.

I tillegg til at vi relativt kjapt måtte ta stilling til om vi ville spille eller ikke, som også innebærer at en ikke nødvendigvis får tid til mye øvelser, måtte vi få på plass bandnavnet vårt. I studio snakket vi naturlig nok også om hva vi skulle kalle bandet, men kom egentlig aldri frem til et helt endelig svar. Det å skulle spille konsert aktualiserte og fikk forgang i denne problemstillingen på en effektiv måte. «Opplett» ble navnet vi landet på, og konserten vi holdt for et publikum helt uten musikkterapeutisk «bias», utfordret og samtidig gav bandet følelsen av å være et ekte band. Det interessante med denne prosessen er at det ikke var før vi hadde lagt bak oss et tresifret antall timer, laget musikk sammen i studio, vi ble komfortabel nok til å finne navnet vårt som band – Opplett. Noe som hadde vært på planen lenge, og diskutert frem og tilbake, førtes først naturlig etter vi hadde gjort «jobben», og kanskje derav også definert oss, vår identitet. Slik ble også fokuset fra Morten som soloartist/bruker, flyttet over til et band bestående av flere likeverdige musikere, inkludert Morten, som i tidligere banderfaringer ikke opplevde den samme følelsen av likeverdighet og identitet.

4.2. Funn fra intervju:

Morten: Da ville jeg egentlig bare være Morten, musikeren.

I denne delen vil jeg presentere viktige poeng som er kommet frem i intervjuet med meg og Morten. Her har jeg analysert intervjuet, og kommet frem til fire viktige hovedpoeng som kommer frem rundt tidligere praksis, og den praksis som har foregått under aksjonene i forskningen. De fire hovedfunnene er «Brobygging som musikkterapi», «Musikeren Morten», «Nytt band – nye muligheter» og «Utfordringer og endringsforslag».

4.2.1. Brobygging som musikkterapi

Morten: Altså det som eg var heldig med. Hvis en skal følge musikkterapiboken, altså retningslinjene for hva musikkterapi er, har jeg ikke vært i musikkterapi.

Når jeg først spurte Morten om hvordan han opplevde å gå inn i musikkterapi, forklarte han hvordan det å gli inn i en musikkterapi uten å egentlig være bruker i det heletatt, hadde hjulpet han å kunne ta nytte av den musikkterapien som var der. Gjennom først å bli medlem i et band, og ta del i de prosessene som oppstod der, følte han på gleden av å spille musikk igjen.

Morten: I begynnelsen var jeg bare med på den ene konserten. Eg tenkte ikke noe over musikkterapi. Men så hadde vi den ene konserten etter å ha spilt noen ganger, og da ble jeg bedt om å være med fast, hvor jeg sa ja.

Morten begynner altså først som vikarierende vokalist. Etter diverse uforutsette hendelser blir han tatt inn som fast medlem. Morten var på denne måten altså ikke en del av et musikkterapiprogram, men trådte inn som vokalist i et band Lars hadde etablert i forbindelse med sin doktorgradsavhandling. Slik befinner Morten seg i en musikkterapeutisk setting, men med helt andre forutsetninger enn det å være en bruker. Dette forklarer han senere i intervjuet var viktig for at han skulle kunne ta del i musikkterapi, og også på helt sin egen måte dra nytte av musikkterapien.

Morten: Så var det en gang hvor jeg hadde det jævla tøft, og da sa Lasse at han var musikkterapeut, hvor han tilbød seg å ta en samtale om ting. Da satt vi bilen hans, som regel etter øving, og snakket om ting. Vet ikke hvor mange timer han i løpet av tiden har sittet og snakket med meg, utenfor arbeidstid, uten å få betalt. Han har liksom hjulpet meg på alle mulige måter. Jeg kom liksom bakveien inn til musikkterapi. Uten å egentlig være tilknyttet musikkterapi, fikk eg musikkterapi servert på et sølvfat.

Slik forklarer Morten hvordan den «terapeutiske samtalen» blir en naturlig del av deres relasjon, ved at Lars (her omtalt som Lasse) tilbyr dette. I disse samtalene kan Morten fortelle om sine utfordringer i livet, og få veiledning, samt råd fra en han genuint stoler på. Dette foregår som Morten sier, i bilen, på vei til og fra øvinger og konserter. Her oppstår det et slags veiskille, hvor musikerforholdet de imellom utvikler seg til å bli det som samlet sett også kan sees på som musikkterapeutisk, men også vennskapelig. Senere i forløpet – før, under og etter aksjonsforskningen – har disse samtalene i bilen vært med å normalisere forholdet vi har til hverandre, og slik sett også musikken.

Morten: Det første halvannet år følte eg at eg var i musikkterapi. På grunn av at jeg fikk dra nytten av alt musikkterapi kunne tilby, gjennom Lasse. I og med at han tok

meg med på både GA (Griegakademeiet ved UIB), Polyfon, presenterte meg for andre musikkterapeuter, så eg begynte å bygge et nettverk. Jeg kjente til slutt nesten bare musikkterapeuter ... Han var med å hjelpe meg å knytte min første sosiale plattform. Det var og det viktigste for meg – å føle seg akseptert, skjønner du? Så fikk eg tilbud å være med i brukergruppen til polyfon. Så var eg med der i fem år. Så eg følte litt sånn at eg ble inkludert i det musikkterapeutiske arbeidet, lærte mye, traff mange musikkterapeuter.

Brobygging er et viktig begrep innenfor *samfunnsmusikkterapien*, hvor det legges vekt på at musikkterapeuten, i tillegg til å fungere som mentor i en musikalsk setting, også legger til rette og hjelper brukeren å få kontakt med forskjellige viktige deler i livet og samfunnet. Dette kan være alt fra det å koble musikkinstitusjoner og band, til det å sammen med brukeren opprette veier inn i arbeidslivet, like fullt som det sosiale. Slik Morten beskriver det her, er det ingen tvil om at Lars har hjulpet han videre inn i en arena for både sosialt samvær, lærdom og ikke minst yrkesveier.

Morten: ... etter noen år med det daværende bandet, følte eg det at eg...eg var blitt rusfri, og flere i bandet ruste seg fortsatt. Da kjente eg at eg måtte ta et valg, og bryte med musikkterapien, og starte et vanlig band, som ikke var musikkterapi. Som ikke handler om terapi, men et vanlig rockeband.

Etter å ha vært rusfri i flere år, merker Morten at det blir viktig for han å gå videre i reisen sin. Musikkterapiet som han hadde blitt med i, slet fortsatt med rus. Dette gjorde det vanskelig å gå videre inn i en mer musikkrettet retning. Selv om Morten ikke begynte som bruker av et musikkterapi tilbud, blir det likevel viktig for han å starte noe som ikke er musikkterapi.

Morten: Første gangen eg følte det tror eg, var når vi hadde foredrag på Polyfonkonferansen. Satt der med bandet, og pratet, foreleste for folk. Fortalte om reisen ut av rus. Da kjente jeg at jeg virkelig var over i noe annet...var da eg brøt med det gamle bandet. Det var smertefullt, men viktig for meg. De ruste seg fremdeles, og det ville ikke eg. Eg ville videre. De ble jo selvfølgelig skuffet, og eg synes det var trist. Men eg klarte ikke spille i den settingen mer. Da kom Lasse og tilbød seg å være med videre på reisen min, i en annen setting. Det var da eg og Lasse begynte å spille sammen som musikanter, ikke terapeut og klient. Etter det føler eg at det har vært litt «ettervern», siden det alltid har vært rom for å prate om ting.

Selv om Morten og Lars aldri egentlig har vært terapeut og bruker, har de samarbeidet og utarbeidet et forhold som likevel bidrar til Mortens *recovery*, hvor Morten i større grad tar ansvar for egen bedring. Etter bruddet med det gamle bandet, som var utgangspunktet for det første samarbeidet mellom Morten og Lars, ville Lars gjerne være med videre på Mortens reise, inn i det nye bandet. De starter da bandet *Sommerbakk*, hvor de fortsatte å opptre på forskjellige musikkterapi og rusomsorgsrelaterte arrangement. Parallelt med dette, tar Morten del i arbeid innenfor psykisk helse og rus, holder foredrag og er aktiv deltakende i musikkterapeutiske arrangement som Polyfonkonferansen og Gjengklangfestivalen. Mange av personene Morten møter her, både brukere, terapeuter og studenter blir en del av hans profesjonelle og sosiale nettverk. Her forklarer Morten at alle disse aktivitetene sammen utgjør en form for ettervern – noe som utfordrer og bidrar til videre mestring.

Midt i denne fasen blir jeg kjent med Morten og bandet hans, *Sommerbakk*. Her finner vi også etter hvert ut at vi har lyst å ta musikken og bandet ut av musikkterapien. Her kommer det også frem at Morten er litt lei av å bli omtalt som «eks-narkoman». Det kommer også frem at han får et større behov for å skille mellom hva som er musikk og hva som er musikkterapi.

4.2.2. Musikeren Morten

Morten: I begynnelsen var det jo en positiv ting. Jeg har ADHD og begynte med amfetamin, og har aldri følt meg så fokusert og til stede i verden, samtidig begynte eg å nå dypet i meg sjøl, ved å skrive tekster som var mer enn «summer breeze is blowin osv». Så begynte eg å skrive om sorgprosesser og andre tøffe prosesser, nederlag. Begynte å skrive alt ned på papiret det som eg følte. Så for meg ble musikken en slags redningsplanke gjennom hele min ruskarriere. Hvor, når eg var skikkelige nedkjørt og nedstemt, har eg vel faktisk sotte på musikk. Kan gjerne sette på en av mine egne låter. Så har eg oppi hodet mitt stått med spellemannsprisen på TV, og eg har laget takketale oppi hodet mitt hvor tårene strømmer ned og.

Dette var Morten sitt svar på spørsmålet til hvordan forholdet hans var til musikk før rus, under rus, og før musikkterapi. Her forteller han ganske klart hvordan musikk alltid har vært en stor del av hans liv, som selvregulering og bearbeidingsverktøy gjennom tøffe stunder. Ikke så rent ulikt et svar en hvilken som helst voksen musiker gjerne ville kommet med til et lignende spørsmål.

Morten: Men sant så kommer det også når du er ferdig med rusen, og du ikke ruser deg lenger. Da ble det som var kjempepositivt, fått en litt bismak. Jeg ville ikke være på konferansene som «tidligere narkoman». Følte det ble litt mye til tider av det. Da ville jeg egentlig bare være Morten, musikeren ... Det savner jeg litt med musikkterapien ... Er folk som fortsatt tror jeg er i musikkterapi. Den tydeliggjøringen skulle kanskje vært litt bedre.

Slik det kommer frem i sitatet over, er det flere felt i musikkterapien som kan forbedres. I hvilken grad forskjellige musikkterapeuter praktiserer ulikt på et individuelt plan skal jeg ikke legge meg opp i her. Snarere vil jeg heller påpeke det som etter hvert ble grunnlaget for forskningen. Hvor det påpekes at det ikke nødvendigvis samsvarer mellom eksisterende praksis og den identitetsfølelsen som kan oppstå i løpet av musikkterapi. På noen av arrangementene har det også blitt opplevd at en er oppfattet som bruker, når en egentlig har vært erfaringskonsulent.

Morten: Ja, altså, det kommer helt an på settingen. Jeg synes det er jævla kjipt hvis folk begynner å dra det opp hele veien, e du med? Skal presentere meg som eksnarkoman, eks rusavhengig osv. Det kan jeg synes er ganske slitsomt.

Selv om Morten påpekte at det var sjeldent at han ble omtalt som eksnarkoman under musikkterapiarrangement i dag, hender det fortsatt at han introduseres på den måten av andre på forskjellige arrangementer tilhørende psykisk helse og rusomsorg. Om en skal ta brukere og tidligere brukere på alvor, er det viktig at en snakker om premisser på forhånd, og faktisk kanskje spør direkte hva de tenker om måten de blir presentert på. Dette ble også et argument for å teste ut en musikkscene utenfor helserelaterte arrangement. Da er det ingen som forventer eller vet om ens tidligere historie. Men om en vil fortelle det selv, og det er relatert til musikken, kan det heller komme fra musikeren selv. La musikeren eie sin egen historie og skape sin identitet på egne premisser er her viktige moment som Morten påpeker i intervjuet. Slik Morten også forteller i sitatene i tidligere kapittel, ble han introdusert for musikkterapeuter og et musikkterapi miljø, hvor han kjapt fikk tilbud om å bidra som erfaringskonsulent. Overgangen fra å være en – ukonvensjonell riktignok – bruker av musikkterapi til å bli erfaringskonsulent, i tillegg til å søke ut i arbeidslivet som miljøarbeider og erfaringskonsulent i rusomsorger sier en hel del om Morten sin profesjonelle identitet. Etter hvert som viktige aspekt som egenøkonomi, husleie og andre livsnødvendige element kommer på plass i livet til Morten, begynner også kravene fra omverden, hvor blant annet

timelønn og regninger blir en viktig del av livet. Derfor måtte Morten også si nei til en del oppdrag fra Polyfon og GAMUT, grunnet en for lav timelønn til at det egentlig monner opp for en hel arbeidsdag. Dette kan selvsagt diskuteres, i et etisk lys, men her prøver jeg å vise til identitetsfølelsen. Om en skal etterstrebe en god identitetsfølelse, og ikke som en «eksnarkoman», som er flink og heldig og få ta del, bør en lønne og omtale denne gruppen som det de er, en viktig og helt essensiell resurs. Det er likevel viktig å påpeke at Morten opplevde disse overgangene inn og ut av erfaringskonsulentrollen i musikkterapi som naturlig og problemløs:

Morten: Nå skal jeg ikke skryte musikkterapien opp i skyene da. Men egentlig gikk det ganske «smooth» ... Pluss at jeg nå har sluttet i Polyfon, etter fem år. Ikke fordi jeg vil kutte musikkterapi. Men heller at jeg tror Polyfon kan ha nytte av å ha nye mennesker, andre som er der jeg var for fem år siden, noen som trenger det mer enn meg. Nå når vi har begynt med dette bandet her, så føler eg at eg e et bandmedlem, ikke klient på noen som helst måte.

Her sier Morten det kanskje så tydelig som det går an å få det, at han ikke bare setter pris på, og har hatt enorm nytte av musikkterapien han har gjennomgått og vært en del av de siste årene. Til og med mener han at det kan være en bra del av et behandlingstilbud å gå gjennom prosesser som erfaringskonsulent, og at han nå gjerne vil at den plassen, for både brukere og Polyfon sin utvikling, skal gå videre til andre som trenger det mer. Her kommer det også tydelig frem hva han trenger videre. Noe han i samtaler og på øvinger tidligere i aksjonsforskningen har snakket om – han trenger å føle at han spiller i et skikkelig band, som musikeren Morten.

Morten: De to første albumene er musikkterapialbum. Men det vi gjorde nå, er en prosess jeg tar større del i – være med å forme lyden – ikke bare tekstene og melodien. Jeg har en større tilhørighet til denne innspillingen her enn de to forrige... en tørr å være ærlig og si det en mener om det en hører, hva en selv hører hos seg og andre. Det er mindre krancling og mer konstruktivitet «også videre» ... Magiske stunder.

Dette er svaret Morten har på hva han har opplevd var annerledes i perioden vi forsket sammen, i motsetning til hvordan det føltes å spille i band før. Selv mener jeg at dette svaret taler for seg selv, og diskursen rundt det kommer i neste kapittel. Men at Morten føler en større og utvidet identitet som musiker, er det ingen tvil om.

4.2.3. Nytt band – nye muligheter

I de tidligere avsnittene er det beskrevet hvordan musikken opplevdes i musikkterapi, som erfaringskonsulent spillende i et musikkterapisprosjekt. Her har det muligens eksistert en gråsoner, hvor skillet mellom hva som er musikk og hva som er musikkterapi har vært litt diffust. Men Morten har likevel hatt masse utbytte av det, og akseptert det som en naturlig del av utviklingen, som har ført han dit han er i dag:

Morten: Jeg følte det når vi startet opp Sommerbakk, så spilte vi fremdeles på musikkterapitilstelninger. Men så plutselig fikk eg med en som skulle ha praksis i bandet. Han skulle være der i tre måneder og ha praksis, og ble «faen ikke kvitt han» (ler) (snakker om meg). Så fikk eg Topho på trommer, og en som heter Daniel på bass. Her e det rare; når eg satt med tre musikkterapeuter i bandet, da følte eg at eg hadde brutt med terapien.

Det som også er interessant med denne kommentaren er elementet med at det faktisk er to musikkterapeuter og en musikkterapistudent i bandet, og det føles fortsatt som at det ikke er musikkterapi. Dette indikerer kanskje at det vi har prøvd på i aksjonene kanskje også har hjulpet med å ta bandidentiteten tilbake. Dette underbygger han også i kommentaren under:

Morten: Har fått livet tilbake på mange måter. Og det er jo det eg føler nå. Vi har fremdeles prater i bilen. Men nå handler praten om helt andre ting. Nå har det gått litt fra det terapeutiske til at vi har utviklet et godt vennskap. Jeg ser på de i bandet som kollegaer og venner, derfor tror eg vi har det så gøy.

Fellesskapet en føler i et band hvor maktforholdet og rollene er likeverdige skaper en egen form for tilhørighet. Felles målsettinger og det å overkomme utfordringer sammen skaper følelsen av at en sammen er en enhet, slik Even Ruud forteller det i *Musikk og Identitet* (Ruud, 2013). Dette var også fundamentet for praksisen i forskningen.

4.2.4. Utfordringer og endringsforlag

Selv om dette er min masteroppgave, og Morten på mange måter er subjektet i denne oppgaven, er han også en medforsker, kollega og medmusikant. Derfor valgte jeg å ha dette intervjuet. Jeg ville vite hva Morten tenkte om prosessene han har vært gjennom, fra starten, under musikkterapi, til der vi er i dag. Da er det også essensielt å spørre han hva han mener burde endres i vår praksis som musikkterapeuter. Dette handler også for meg, politisk som

faglig, om å ta brukergruppen og ikke minst en tidligere erfaringskonsulent, og nå en aktiv miljøarbeider innenfor rusomsorgen på alvor.

Morten: Det er jo en god ting. For eg tenker når en har et band som har all den kompetansen som vi har i bandet, så skal vi ha bandet helt atskilt. Vi kan gjøre noe. Noe helt annet.

I løpet av aksjonene og diskursene som har fulgt med, har bandet, og da spesielt Morten, Lars og meg diskutert hvordan en kan bedrive musikkterapirelatert arbeide, og likevel kunne ha et band som ikke skal blandes inn i musikkterapien, selv om det består av samme besetning. En av tingene som kom frem var blant annet det å bytte bandnavn. Morten hadde ønsket lenge å bytte navn fra *Sommerbakk* til noe som var mer et «bandnavn», ikke et artistprosjekt. Det vi har funnet ut er at ved å holde disse to verdenene atskilt med to forskjellige bandnavn, hvor det ene brukes innenfor musikkterapi, og det andre er det som skal handle om musikk utelukkende, kan være en god løsning. Slik vil det også være lettere for alle å distingvere mellom det som er musikkterapirelatert arbeide, og hva som anses som fritid.

Morten: Er folk som fortsatt tror jeg er i musikkterapi. Den tydeliggjøringen skulle kanskje vært litt bedre. Man blir brukt på plakaten liksom. «Morten med tre terapeuter», ka hadde du trudd?

Tydeliggjøringen av at erfaringskonsulenter og eventuelt andre fagpersonale med tilknytning til musikkterapi miljøet, faktisk har de rollene de har, kan til tider være diffus. Om det finnes en god måte å løse dette på, vil også tas opp i diskusjonsdelen.

Fra tidligere sitat, hvor Morten snakker om at han hadde behov for å slutte i det daværende prosjektet, fordi det ble for mye rus, er det viktig at musikkterapeuten er våken for dette. Slik Morten forklarte det, gikk dette bra, på bakgrunn av Lars og Morten sitt gode samarbeid. Men når en setter sammen band med forskjellige mennesker med forskjellige utgangspunkt, og spesielt når det kommer til psykisk helse og rusrelaterte plager, kan slike situasjoner bli vanskelig. Om en også setter dette sammen med at en kan oppleve å bli omtalt som eksnarkoman videre i livet, når en selv egentlig er ferdig med det, må en virkelig ta enkeltpersonene på alvor, og kanskje skape en større våkenhet rundt hvordan en omtaler hverandre – også i musikkterapi.

Morten snakker også en hel del om det som var bra med musikkterapi, hvor trygge rammer, aksept og mestringsfølelse står i sentrum. Men når en er kommet videre i livet, blir det andre aspekt med den musikalske aktiviteten som kanskje blir viktig:

Morten: Altså, det positive er jo liksom det at når eg kom i musikkterapi, så fikk det meg i gang til å holde konserter. Egentlig innenfor trygge rammer. Sant, kor det var enten en konferanse som gjaldt rus, hvor publikum visste at vi hadde rusproblemer. Folk dømte deg ikke for det. Det var en veldig positiv bit med musikkterapi, du fikk lov å ha disse konsertene ... Det savner jeg litt med musikkterapien. De skulle knyttet litt flere bånd til det profane musikkmiljøet. Det er jo slik at uansett kas terapi du går i, tar en den til seg på ulik måte.

Her uttrykker Morten både hvordan musikkterapiens trygge rammer har en motiverende og byggende effekt for de som trenger dette, men poengterer samtidig et ønske om at en knytter bånd utenfor disse rammene. Dette på bakgrunn av at brukere har forskjellig behov. Dette utdyper han videre:

Morten: En som kan to grep på gitaren, vil spille en liten sang og kan gjøre det innenfor en trygg ramme. Men så har du de som kommer inn fra både psykiatri og rus, som er gode musikere, med unike talent. Der har musikkterapien en liten utfordring. Skal alle behandles likt? Skal han som bare kan to grep og han som er superdyktig blandes i et band? Det er ikke alltid like lurt. Da kan den som kan lite føle seg dum, og den andre kjede seg. Da må vi tenke at vi må gi et sted der en kan finne de ulike typene, og ha en ulik behandlingsform for de som er dyktige. De dyktige vil jo gjerne ta dette i bruk som vanlig band og musiker. Har du spilt i musikkterapi i to år, hvor det går bra, kan en starte et vanlig band, integrere seg i musikklivet. Der har musikkterapi en liten oppgave. Lære menneskene overgangene. Det er ikke snakk om forskjellsbehandling på den måten, vi er alle like mye verdt, men har forskjellige behov.

Videre så diskuterte jeg og Morten hvilke verktøy dagens musikkterapeuter kan trenge for å kunne hjelpe folk videre ut i det frie «ikkemusikkterapeutiske» musikkmiljøet. Her nevner Morten blant annet at det det kan være hensiktsmessig å koble brukere som er klare for neste steg, opp mot det åpne musikkmiljøet. Det er ingen hemmelighet at blant musikkterapeuter er det mange musikere som først startet som musikere, og har et stort nettverk en også kan benytte seg av her. Jeg vet det har vært gjort liknende forsøk ved å koble musikkterapiband

opp mot studio. Men det har likevel hele veien vært musikkterapi. En annen ting som Morten også snakket om, var det å i større grad koble brukere opp mot organisasjoner som retter seg mot å hjelpe musikere. I Bergen har vi blant annet AKKS og BRAK, som hjelper musikere med søknader, øvingslokaler og veiledning i forhold til juridiske spørsmål rundt praksis av et profesjonelt band.

4.2.5. Konkretisering av viktige poeng fra intervju

I intervjuet med Morten kom det frem mange interessante poeng rundt hans erfaring med den musikkterapien han har opplevd, og forstått som musikkterapi og ikke. Her belyser han viktige og konstruktive temaer, som er basert på forskjellige aspekter rundt dette. For å gjøre det litt tydeligere hvilke poeng som er fanget opp under intervjuet, og tilhørende analyser, har jeg konkretisert materialet med noen hovedtemaer, hvor funn rundt den gjeldende tematikken er ført opp punktvis under.

Brobygging:

- Morten har aldri vært bruker av en konvensjonell form for musikkterapi, men sier likevel at musikkterapien reddet livet hans.
- Kombinasjonen av musikkøvinger og de påfølgende samtalene i bilen utgjør det som på mange måter blir «musikkterapien».
- Musikkterapien gir Morten muligheten til å lære at han duger til forskjellige oppgaver som ikke bare omhandler musikk eller musikkterapi, og klatrer sosialt igjen, ved hjelp av samarbeidet mellom han og Lars, hvor Lars introduserer han for nye målsettinger, både profesjonelt og sosialt.
- Etter hvert som Morten mestrer flere viktige oppgaver i livet, blir også musikken og identitetsfølelsen rundt musikk viktig - hvor musikkterapi blir ambivalent.
Her blir det neste naturlige steget å introdusere Morten for andre musikere, og lage veien videre ut av musikkterapi.

Identitet og profesjon:

- Morten bygger en identitet gjennom musikk før, under og etter rusen.
- Bruker musikk til egenerapi før musikkterapi
- Blir rusfri, og takker musikkterapi og Lars for dette.
- Morten blir erfaringskonsulent over tid.

- Musiker/musikkterapibruker/erfaringskonsulent er litt i klinsj til tider.
- Morten vil ha egenråderett over når en kan trekke frem historien om rus, som også skal komme fra han, og ikke andre.
- Får flere venner og kollegaer i musikkterapimiljøet.
- Sluttet etter hvert i Polyfon for å gi plass til andre han mener kan ha samme nytten av den plassen som han hadde.
- Har startet profesjonell karriere for seg selv, utenfor musikkterapisektoren, i form av erfaringskonsulent som drifter, samt er initiativtaker og formann i rusomsorgsrelatert arbeide.
- Bidrar også innenfor musikkterapien med større selvtillit som erfaringskonsulent når rollene er tydeligere.

Band og musikk utenfor musikkterapi

- Morten opplevde overgangene i musikkterapi som sømløse, men at det av og til kunne vært tydeligere når en stod på en scene, hvilken rolle en hadde.
- Dette oppleves ikke som et problem i dag, og er kanskje nettopp på bakgrunn av at bandet har tatt et steg utenfor musikkterapien.
- Gjennom øvingene og studioarbeidet har Morten fått en større følelse av å være en aktiv deltaker, og tatt mer personlig eierskap til prosessene i bandet og musikken.
- Ved å bytte lokale, og få inn eksterne musikere som ikke er der på bakgrunn av musikkterapien, føles samarbeidet og musikken mer genuin, og rollene er likeverdige.
- Dette kan også ha noe med at musikerne engasjerer seg på en annen måte når det ikke er musikkterapi.
- Noen av musikerne i bandet er musikkterapeuter, men med et aktivt musikalsk liv utenfor musikkterapien. Dette gjør det enklere å skille rollene. Likevel kan det erfaringene og evnene som musikkterapeuter, brukt på rett måte, gjøre det lettere å tydeliggjøre at det faktisk ikke er snakk om terapi, men musikk.
- Det virker som det er lettere for Morten å snakke om historien sin, om den kommer fra han. Noe som har blitt lettere når en ikke alltid har spilt og forholdt seg til en musikkterapeutisk setting.

Forslag til endring:

- Musikkterapien kan ha et høyere fokus på hvordan en skal forholde seg til tidligere brukere etter endt rusproblematikk?

- Større bruk av erfaringskonsulenter som har bevist at de klarer seg bra og vil hjelpe andre.
- Være bedre til å benytte full kompetanse hos alle involverte i musikkterapi, derav at musikere også kan benytte seg av sin erfaring som musiker til å stake ut en god vei for brukere utenfor musikkterapien, om nødvendig.
- Være mer tydelig i samtaler med brukere om hva de tenker om å spille med andre som sliter med samme problematikk.
- Noen terapeuter er god på overganger, men en tydeliggjøring av hva som er bruker og erfaringskonsulenter kan være noe å jobbe med internt.
- Være forsiktig å trekke frem brukerens historikk og problematikk når en skal presentere «historien» og «vellykket musikkterapi». En bruker kan sette pris på dette en periode, men etter en stund må en kanskje spørre igjen, grunnet at det kan oppstå en følelse av «forpliktelse» hos brukeren i etterkant.
- Ha et opplegg for brukere som har lyst å satse musikalsk, ikke bare «terapeutisk».
- Knytte bånd mellom brukere som er interessert og det frie musikkmiljøet.

5. Diskusjon

I denne delen av oppgaven vil jeg trekke frem temaer som har dukket opp gjennom aksjonsforskningen. Disse vil jeg diskutere opp mot relevant litteratur og mine egne betraktninger som jeg har gjort meg i løpet av forskningsperioden. Samtidig kommer jeg til å trekke inn mine egne erfaringer, som er gjort gjennom praksis i musikkterapi og flere år som bandmusiker.

5.1. Bandfellesskap

Jean Lave og Etienne Wenger forklarer i boken *Situated Learning* (1991) hvordan læring i hovedsak skjer gjennom det å delta i praksisfellesskap. Det å lære sammen og av hverandre er et fundamentalt sosialt fenomen, som også er sterkt knyttet opp til hvordan vi bygger vår identitet. Slik beskriver også Even Ruud det i *Musikk og Identitet* (2013). I kategorien «det sosiale rom» viser han til at det skjer noe helt spesielt med individene som samles i et fellesskap. Samtidig som en lærer av hverandre, og dytter hverandre videre gjennom å utfordre hverandre positivt og støtte hverandre, skaper en sammen en enhetsfølelse. Dette fellesskapet skaper trygghet og samtidig en plattform for utfoldelse og utvikling. I et positivt bandfellesskap hvor en føler seg "hjemme", slik det vi opplever det i Oppløst, har vi klart å

skape et lite mikrosamfunn som utfordrer alle medlemmene positivt. For Morten sin del har det opplevdes som et helt annet type bandfellesskap enn tidligere band. Det som var med å muliggjøre denne samlingen av musikere, var også det at vi turte å ta steget videre i forhold til tillit og ærlighet, hvor en våget å si ifra til musikere som ikke passet inn. Ikke på bakgrunn av person og musikalsk kunnskap, men hvordan vedkommende fungerte i samspillet og sammenfallet med det ideene vi og Morten hadde for fremtiden i bandet. Dette er nok litt uglesett i en terapeutisk setting, men helt nødvendig om et band skal bli så bra som en vil det skal være. Dette handler da altså ikke bare om musikalske prestasjoner, men mest om hvordan en som person fungerer i bandet, på flere plan. Er det rett dynamikk sosialt mellom medlemmene, er de musikalske preferansene slik at en kan samarbeide musikalsk? Slike spørsmål var derfor viktig for oss når vi valgte ut hvem som skulle være med videre. Det førte også til at Morten engasjerte seg mer rundt bandet, etter jeg – som kommer fra en helt annen bakgrunn – uttalte meg ganske fritt om hva jeg mente om forskjellige temaer rundt dynamikken mellom personer i bandet. Dette kan oppleves negativt, og om en ikke er forsiktig, kan ting bli personlig og lite konstruktivt. Dette var også viktig for oss å unngå. Men der igjen, er musikk personlig, og da er det kanskje umulig å unngå at noen blir såret i en slik situasjon. Dette er også en viktig gruppedynamikk som fungerer på arbeidsplasser, i parforhold og sosiale arenaer.

Innenfor den musikkterapeutiske konteksten, og også innenfor samfunnsmusikkterapi, vil en bygge på mestringsfølelse og gode personlig byggende opplevelser gjennom musikk, innenfor de rammene som er brukt og gitt, i et samarbeid mellom terapeut og brukere som i større eller mindre grad følger terapeuten og hverandre i gruppe. Slik legger en opp til aksept og fellesskap gjennom dette, men med en kanskje og selvfølgelig nok noe mer forsiktighet enn i andre band. Det er veldig bra for de som trenger dette. Men en skal likevel ikke undervurdere behovet for å bli ytterligere utfordret senere i en terapeutisk prosess, slik vi har gjort det i *Opplett*. Dette førte også til at bandet har klart å løsrive seg fra følelsen av å utelukkende være et musikkterapi-band. Om en skal sammenligne med det som skjer utenfor musikkterapirommet, er resten av verden ikke like tilgivelig, og det å ytterligere kunne utfordres på dette, men sammen med gode venner i bandet, vil gjøre det lettere å stå imot det som kommer, da også sammen. Det er kanskje det vi også har kommet frem til gjennom utallige timer med øvinger i dette prosjektet, at «sammenfølelsen» også får vokse når en utfordres utenfor de tidligere rammene, som var musikkterapi. Det er selvfølgelig også en fallhøyde her. Hva skjer om et slikt band oppløses, og uvennskap oppstår, og da med

personer som tidligere har slitt i livet? Slik er det også ellers i livet, uansett om en har vært i musikkterapi, gått til psykolog eller ikke. Spørsmålet er heller om en musikkterapeut skal være musikkterapeuten i et slikt band, hvor det kan være mer problematisk. Derfor bør det være et skille mellom hva som er musikkterapiband, og hva som er band. Dette kan en legge til rette for ved at musikkterapeuter i større grad omgås musikere utenfor musikkterapimiljøet også, slik at en kan skape en bro mellom disse, som kommer inn gradvis og etter brukers ønske.

På Griegakademiet, hvor musikkterapistudie har et integrert masterprogram, deler en bygg med studenter som studerer forskjellige grener innenfor musikkstudiet. På samme fakultet går det altså studenter som blant annet studerer utøvende musikk, musikkvitenskap og musikkterapi. Slik det har vært de årene jeg gikk på Griegakademiet, har det vært få seriøse samarbeidsprosjekt hvor musikkterapistudenter og studenter innenfor utøvende musikk har samarbeidet i prosjekt, med formål å skape broer mellom disse fløyene. De samarbeidsprosjektene som har vært satt i verk, er stort sett kommet gjennom den sosiale arenaen på skolen. En måte å koble disse miljøene på, hvor en kan være med å lage en arena for musikkterapeutisk samarbeid mellom utøvende og musikkterapi, kunne vært gjort ved at en på et fagmessig plan åpnet opp for seriøse samarbeidsprosjekt i regi av fakultetet. Slik kunne utøvende musikere lære mer om musikkterapi, samtidig som musikkterapeuter kunne få utvidet sitt handlingsrom gjennom et større kontaktnettverk av musikere. Et slikt samarbeidsprosjekt, med formål å hjelpe brukere ut i det eksisterende musikkmiljøet utenfor musikkterapien, ville da være lettere å gjennomføre. Brobygging og praksisfellesskap innad blant musikere og musikkterapeuter skal en kanskje ikke undervurdere effekten av.

5.2. Tre-trinnsmodellen sitt mulige fjerde trinn

Tretrinnsmodellen i psykisk helsefeltet



Figur © Lydvo/Tuastad 2019

(Tuastad & Lydvo, 2019)

Slik tre-trinnsmodellen skisseres av både Tuastad (2016, 2021), og Lydvo (2017) består den av tre forskjellige trinn som leder mot et mål om å bli en fullt fungerende samfunnsborger med selvstyrt musikkaktivitet, gjennom bruken av musikkterapi, og etter modellen over, som «musikkterapi live i Bergen». Tuastad trekker også frem i prosjektskissen til Extrastiftelsen (nå DAM), *Utan Terapeut – Mot82 UT i lokalsamfunnet* (2016) hvordan det siste trinnet mellom trinn to og trinn tre kan være ekstra vanskelig for flere brukere. Her foreslås det at en kanskje legger inn flere små delsteg mellom disse, med hensikt i å belyse at overgangen fra musikkterapi sammen med terapeut til selvstyrt musikkvirksomhet ikke er like lett for alle brukere. Ved å legge inn flere delmål, hvor musikkterapeuten sakte, men sikkert fases ut, er målet at brukere skal kunne ta styringen selv, til slutt. Selv om forslaget om å legge inn delmål er en god måte å bryte ned vanskelige store steg til små mer gjennomførbare små steg, kan det parallelt være interessant å se på om det kan være lurt å utvide med et eller flere store steg.

Slik musikkterapi praktiseres i dag, har musikkterapeuten ofte en mentorrolle (Lave & Wenger, 1991) (Tuastad, 2014), hvor brukeren lærer av terapeuten. Dette har siden blitt

utviklet videre, med en større grad av brukermedvirkning, hvor empowermentfilosofien og en resursorientert musikkterapi (Rolvsvjord, 2008) blir toneangivende for praksisen.

Om en ser til aksjonsforskningen, og den praksisen som har foregått i *Opplett*, er rollene «musikkterapeut» og «bruker» totalt løst opp. I starten, slik Morten forklarer det, var det aldri snakk om musikkterapi under de første bandøvingene de hadde sammen. Lars gikk nesten umerkbart inn i rollen som en mentor for Morten. Dette med bakgrunn i noe som virker å ligge i en dypere forståelse av det intersubjektive samarbeidet, enn det å bare skulle proklamere at deres relasjon er «jeg er terapeut» og «jeg er bruker». Etter hvert som de to ble bedre kjent, hvor Morten samtidig gikk inn i en personlig vanskelig periode, nevner Lars at han også er musikkterapeut – hvor selve nøkkelordet her er «også». Dette fører til at Morten og Lars etter øvingene i bandet, samles i bilen til Lars, og snakker om vanskelige temaer i Morten sitt liv. Musikkterapien kommer på en måte snikende inn etter hvert som Morten og Lars blir bedre kjent. Videre beveger de seg gjennom det som kan sees på som «tre-trinnsmodellen», over en periode på flere år. Samtidig mestrer Morten på flere andre arenaer innenfor samfunnet, ved blant annet å få seg jobb som erfaringskonsulent i rusfeltet. En kan i dag definitivt si at slik modellen er utformet, så har Morten kommet til tredjetrinnet. Hva skjer etterpå? Slik jeg ser det, og forskningen i denne oppgaven viser til, blir tredjetrinnet for noen et limbo, som kanskje også kan føre en bakover i ens utvikling, gjennom opplevd stagnasjon. Slik Morten forteller det, blir en ofte minnet på andre trinnet, når en fortsatt jobber med å mestre trinn tre. For selv om det finnes brukere som er komfortabel, og ikke trenger å gå videre mellom eksempelvis trinn en og trinn to, eller trinn to og tre, og kanskje kan trives i at de hopper frem og tilbake mellom disse, er det gjennom Morten, overtydelig at for flere brukere, trengs det en vei videre. Kanskje betyr dette at vi må se videre til flere trinn. Muligens også, for å skape et holdbart «fjerde trinn», må stiene (Tuastad, 2016) mellom flere av trinnene kunne gå lenger, og utenfor de rammene vi er vant med i musikkterapien i dag.

Morten snakker også om at musikkterapien må være flinkere til å koble brukere opp mot det åpne musikkmiljøet. Dette er noe Tuastad også henter til i prosjektskissen UT-MOT82 (2016), hvor «UT» er et akronym for «uten terapeut». Dette er en spennende tanke, hvor en i større grad legger opp til, filosofisk sett, ikke bare brukerstyrte musikkaktiviteter, men kanskje også musikkaktiviteter i et musikkcentrert perspektiv, og utenfor musikkterapien. Meningen med slike brukerstyrte tiltak, er å være et tilbud som kan hjelpe mange å ta styring over eget liv, gjennom lærdom i fellesskap, og samarbeidet praksisfellesskapet dette kan

skape, hvor sosiale koder og evner settes til live i samspill med andre (Wenger, 1998). Det som kan være problematisk i dette stadiet, er at selv om en holder på i et fellesskap, gjør dagens musikkterapi heller lite for å koble brukerne opp mot det eksisterende åpne musikkmiljøet, som i mye større grad tar en videre på veien til å for eksempel kunne spille egenarrangerte konserter, og kanskje til og med turnere disse i «musikk norge». De fleste musikere i det eksisterende og frie musikkmiljøet i Norge, er musikere som har brukt hele livet sitt på knytte kontakter, bygge sin egen musikeridentitet, spille med musikere fra forskjellige steder både geografisk og sosialt. Dette er en verden som kanskje kan være vanskelig å åpne dørene til med musikkterapi alene. Kanskje ved å tidligere i det terapeutiske forløpet, invitere til møter mellom musikere og brukere, gjennom workshops som har læringsmål på networking, samspill, logistikk og arrangering av konserter, studiopraksis vedlikehold av utstyr, søknadsskriving, turnevirksomhet, m.m., kan en i større grad hjelpe brukere til å bli selvstendige. Slik kan en også forhindre rolleforvirring, om en vil at musikkterapeuter skal være sin terapeutrolle bevisst, uten å måtte ta stilling til vanskelige etiske dilemmaer angående terapeut-bruker-relasjonen. I kontekster der musikkterapeuten har vært brobygger fra musikkterapirommet til musikerverdenen, kan musikere ta over stafettspinnen, men med musikkterapeuten trygt plassert i en kjent havn brukeren alltid kan vende tilbake til. Kanskje til og med det faktum at vi benytter oss av ordet «bruker» i «brukerstyrt», som insinuerer at det er styrt av en som fortsatt er en «bruker», kan være med å stigmatisere den gruppen som vil videre i sin musikalske reise. En ting er at mellom brukeren og terapeuten, har man en viss rolleforståelse, gjennom en musikkterapeutisk kontekst. En annen ting er at når en står på scenen og fremfører noe for en forsamling, er det for mange brukere, først og fremst, og kanskje utelukkende, musikeren som trer frem, ikke brukeren som har lært seg musikk (Tuastad, Østerholt, Nielsen, & McIvor, 2022).

Om en ser på menneskets forskjellige behov og samhandlinger med samfunnet som et stort tre, kan en lett se for seg at det er mange grener som vokser over, under og rundt hverandre. Slik kan de forskjellige essensielle systemene i en fungerende samfunnsborgers liv, blant annet beskrives med: helse, hvor fastlegen er din nærmeste kontakt, på en gren, og musikkterapeuten ligger rundt denne grenen, men kan hoppe over på neste og hjelpe med å gro en gren over til blant annet skole, nav og kulturlivet (brobygging). Om en tenker at i den grenen som representerer kulturlivet, befinner det seg mange andre smågrener, hvor på en av de det står en eller flere musikere som kan hjelpe en å bygge videre, til en gren som mye tydeligere bærer preg av selvstendig musisk aktivitet, og inn i kulturlivet. De forskjellige

grenene vokser hver for seg, uavhengig av hverandre, men kan også komme tett på hverandre, noe som gjør det lettere å hoppe fra gren til gren. Slik kan en da, gjennom samarbeid med andre fagfelt og systemer, bygge et stort og komplekst nettverk, som vokser bedre sammen.

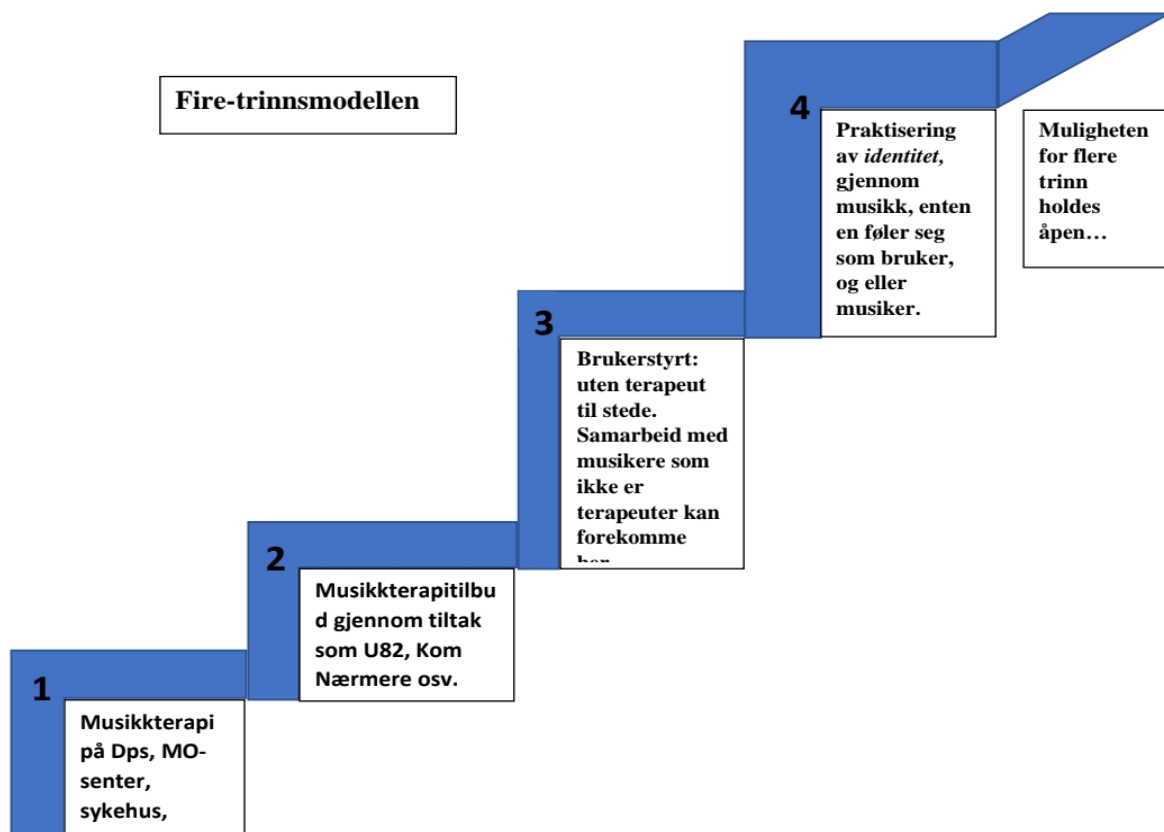
Det å introdusere musikere som ikke er terapeuter, på et punkt i en musikkterapeutisk prosess, som i større grad muliggjør det å fjerne terapien fra musikken, vil for mange kanskje være helt essensielt for å kunne komme seg fullt og helt inn på tredje trinn i tre-trinnsmodellen, hvor en også med seg har fått redskaper til å forme sitt fjerde trinn, selv. Man kan tenke at det fjerde trinnet er selve fullføringen av trinn tre, det å bli selvstendig, men med helt unike utfall for hver enkelt person. Der noen ender opp med sin identitet som musiker, er det andre som kanskje også er fornøyd med å holde på med musikk, uten at det er musikerrollen som definerer de mest. Slik Ruud beskriver det om de forskjellige *rommene* (2013), kan en tenke seg at behovet for å finne sin identitet, enten det er som musiker eller ikke, men gjennom måten en bruker musikk til å definere seg selv, og det blir et selvstyre uten stigma, er en kommet langt i forhold til det jeg ser på som det mulige fjerde trinnet. Hvor alle opplevelsene en har gjennom de forskjellige eksponeringene for blant annet musikk, musikkmiljøet, et eventuelt publikum og nye venner i miljøet, muliggjør en lære av seg selv med nye vinklinger. Dette kan også sees på som en speiling av «selvet» og sin identiteten i en samfunnsmessig kontekst, og da kanskje tydeligere vise mulighetene for hvor en vil og ikke vil i livet. Slik det også kommer frem i intervjuet med Morten, har Lars flere ganger introdusert han for forskjellige terapistudenter. Mange av disse er også musikere, hvor jeg, blant annet ble min musikerrolle like bevisst som jeg også skulle lære om musikkterapi i dette møtet. Dette er et viktig element i det vi har gjort i forskningen. Det at Lars og Morten aldri egentlig har hatt et terapiforhold, muliggjorde at Lars kunne legge fra seg terapeuten hjemme. Samtidig hentet vi tre inn andre musikere, som skulle tilføre bandet noe det trengte, snarere enn å bare fylle en musikerrolle. Slik har vi praktisert det som egentlig er en helt vanlig bandpraksis, med det unntaket at en faktisk forsker på den samtidig.

Om en går langt nok inn i modeller som prøver å beskrive en prosess på en lettforståelig måte (eksempelvis tre-trinnsmodellen), kan en sikkert åpne opp, strekke ut og utforske til det punktet at ingenting gir mening i modellen lenger. Likevel synes jeg det er interessant at ingen av oss i bandet hadde diskutert tre-trinnsmodellen før etter aksjonene. Eksempelvis ble

vår plan for hvordan en kanskje kunne hjelpe brukere å ta identiteten sin som musiker tilbake, eventuelt finne den for første gang, ble delt inn i tre delmål:

1. Tilrettelegge for øvinger – skaffe musikere, utstyr og lokale.
2. Lage og øve inn låter i et fungerende dynamisk samarbeide.
3. Spille inn materialet til en plate, og fremføring av dette materialet.

En kan også argumentere for at denne oppdelingen egentlig trenger flere steg, men likevel er legitimert av gjennomførbarheten innenfor den tidsrammen en opererer med i dette prosjektet. Slik sett virker det litt som tre-trinnsmodellen (Tuastad, 2016) (Lydvo, 2017) bærer preg av de teoretiske, praktiske og samfunnsmessige rammene som en hadde å jobbe med da den ble laget. Når jeg da inviterer til å tenke på tre-trinnsmodellen sitt mulige fjerde trinn, er det fordi det er ment som en videreutvikling både praktisk og teoretisk, gjennom nye verktøy, som kan utvide rammene innenfor musikkterapi og dens terapeuter, men også gjennom et større samarbeid utenfor det terapeutiske rammeverket enn en har i dag. Det er også viktig å poengtere at dette ikke nødvendigvis skal sees på som en direkte kritikk av eksisterende modeller, hvor en må ha en viss forståelse for at modeller av og til skal lages slik at de kan forstås fort, og derfor ofte er tjent med å være noe forenklet rundt presentasjonen av variabler og elementer. Med dette tatt i betraktning, kan en forhåpentligvis fort forstå hva jeg mener med det fjerde trinnet, når en ser på modellen jeg har laget på neste side:



5.3. Samfunnsmusikkterapeuten som politisk brobygger i eget fagfelt

Om en ser til menneskerettighetene og alle land med et fungerende demokrati, er musikk ofte med å beskrive sin samtid, men også å utfordre når samfunnet er på vei i dårlige retninger. Musikterapi er politisk sett, da også en forkjemper for menneskerettigheter, hvor musikk skal være en menneskerettighet (Stige & Aarø, 2012). Når en bruker vil ut å realisere seg selv som musiker, kan en slik også argumentere for at musikkterapien er pliktig å hjelpe brukeren med dette – selv om dette området skulle befinne seg utenfor musikkterapiens horisont. Om en er sitt mellommenneskelige og profesjonelle ansvar bevisst, så kan dette også fordre om at vi må tørre å tenke nytt, og legge til rette for dette, uten å la følelser og normer styre oss. For selvfølgelig er det tryggere å følge en praksis som har vist seg å hjelpe mange til et bedre liv, hvor en samtidig har ryggen sin klar for eventuelle uforutsette etiske dilemmaer, hvor musikkterapeuten kanskje utfordres faglig og etisk. Her må en kanskje se på bokstaven A i PREPARE (Stige & Aarø, 2012) med et noe mer modig blikk. A står for «activist», som viser til at musikkterapeuten er en politisk pådriver for brukerne og samfunnet. Dette betyr at en

må tørre å stille spørsmål som noen ganger kan være kontroversielle. En starter ikke endringer ved å bare slå inn åpne dører.

Det å totalt fjerne terapien i musikkterapi for enkelte brukere, fordi det kanskje vil ha størst nytteverdi, er noe en kanskje skal forske mer på i dagens musikkterapi, selv om det kanskje utfordrer musikkterapien som fagfelt. En kan likevel argumentere for at det nettopp er musikkterapeuter som kanskje er best egnet til å se dette ansvaret, og utøve det på en forsvarlig måte. Selv om dette krever et større og direkte samarbeid med musikere utenfor musikkterapien, eller at musikkterapeuten er seg selv bevisst sin musikerrolle og ikke bare terapeutrollen, fordrer det at en kan ta i bruk begge deler. Dette medfølger også at en også i større grad fokuserer på at studenter i musikkterapi eksponeres for musikkmiljøet utenfor musikkterapi. Her har en gylden mulighet i et samarbeid på et mer akademisk nivå, siden linjene for utøvende musikk, musikkvitenskap og musikkterapi er under samme fakultet. Her kan en i større grad teste ut samarbeid, hvor de forskjellige linjene lærer av hverandre, og dermed også eksponeres for hverandre som studenter, musikere, terapeuter og musikkvitere. Selv om det foregår felles undervisning for de nevnte linjene i starten av de gjeldende studiene, er ikke dette godt nok, om en vil skape et miljø hvor en omgås og lærer av hverandre.

5.4. Deltakerbaner og musikkterapi

Om en ser til Lave og Wenger (1991) sine teorier om deltakerbaner, og setter dette inn i musikkterapi, og særskilt samfunnsmusikkterapi, er det mye som sammenfaller positivt. Et hovedpoeng er at en musikkterapeut kan betraktes som en mentor som hjelper brukeren å oppnå forskjellige delmål, som gir forutsetninger for å samhandle med samfunnet igjen. Men i det øyeblikket en introduserer musikk i denne modellen, og spesielt i en identitet og samfunnskontekst, er det interessant å stille spørsmål om en musikkterapeut har gjort alt rett, om en bruker bare fungerer innenfor et musikkterapeutisk musikkmiljø, hvis brukeren egentlig søker ut i et større miljø. Det er viktig å påpeke at alle brukere fortsatt er individer med forskjellige behov og forskjellige utgangspunkt. Det er ikke alle som søker ut i det frie musikkmiljøet, og heller ikke alle som trenger en terapeut sin hjelp til å få det til heller. Men alle de som trenger den hjelpen, burde ha en musikkterapeut med de rette redskapene til dette. Hvis ikke en har et tilbud som realistisk sett kan hjelpe brukere ut i dette miljøet, skal en som fagmiljø være litt forsiktig å påstå at en faktisk gjør dette – spesielt når både studenter og

brukere mener det motsatte. I ytterste konsekvens kan dette også føre til at brukere føler seg stigmatisert, ikke fordi musikkterapeuter gjør noe feil, men på bakgrunn av at tidligere brukere befinner seg i et «limbo», hvor de hverken er til terapi eller er ute i musikkmiljøet, og likevel fortsatt opptrer på musikkterapiarrangement, hvor deres rolle automatisk blir tolket i den konteksten – som tidligere bruker først, og musiker i annen rekke. Dette forklarer Morten i intervjuet, hvor han forteller at forhistorien hans, og hans brukerrolle i musikkterapi av og til har dratt han tilbake, og ikke nødvendigvis alltid fremover i livet. Selv om Lars og Morten sammen har hatt en tydelig kommunikasjon for hva de vil med musikken, har enkelte opptredener på musikkterapiarrangement ført med seg at rollene og identiteten til Morten ikke alltid har vært tydelig nok, hverken for han, tilskuerne eller miljøet. Dette er ikke enkeltpersoners skyld, heller ikke fagmiljøet nødvendigvis, men vitner om heller om at en skal ta potensiale for utilsiktet stigma i musikkterapi på alvor.

5.5. Musikk og identitet

Når Even Ruud skriver om dynamikken mellom musikk, band, musikere og identitetsfølelsen som oppstår der (2013), er det ikke så vanskelig å se at i musikkterapi, selv om det menes vel, kan stigmatiseres en hel gruppe med brukere. Dette er også hovedkonklusjonen i Tuastad et al. (2022) sin artikkel om stigma i det psykiske helsefeltet, der deltakerne gav uttrykk for at de ville omtales som: «*a person who plays in a band rather than being a person with mental illness playing in a band*» (2022, s. 15). Selv om det er mange brukere som er på et punkt i livet at det føles godt å eie diagnosen sin gjennom å fortelle om den, bør en være årvåken for når den delen av prosessen kanskje trenger noe nytt, den vil være dynamisk osv. Når Morten føler at han er ferdig med å være «tidligere rusmisbruker», og er erfaringskonsulent på egne premisser profesjonelt, og personlig identifiserer seg som en bandmusiker, skal en ta dette på alvor i musikkterapi også. Dette fordrer at en tør å snakke om musikkterapi i et musikkcentrert perspektiv som egentlig i teorien er beskrevet, men i praksis kanskje er vanskeligere å gjennomføre på en tilfredsstillende måte med de redskap vi har i dag.

5.6. Ethiske refleksjoner

Det er lett å tenke at en skal ha et musikkterapeutisk tilbud som favner over alle de aktuelle brukernes behov, og dermed ikke diskriminere. Det er ikke nødvendigvis slik at det som funker for den ene, funker for en annen. Men begge har like rett på et likeverdig tilbud. De veiledningene som er satt, er basert på forskning, historie, sosiokulturelle forutsetninger og

etikk. Eksempelvis vil forutsetningene for hva musikkterapien legger som fundamentet i samhandling mellom en terapeut og en bruker med psykisk utviklingshemming eller utpreget rusproblematikk være en annen enn den ført av en musikkpedagog. Dette er noe av det som gjør musikkterapeuter spesielt skikket til å jobbe med forskjellige grupper mennesker, med forskjellige forutsetninger for å lære seg musikk (Ruud, 2017). Om en snur på denne problematikken, hvor en musikkterapeut jobber med en som vil videre i sitt musikalske liv, og er helt på nivå med andre musikere i musikkmiljøet, men samtidig sliter med psykiske lidelser, vil det da ikke være ignorant og uansvarlig å ikke tilby den stimulusen som vedkommende trenger? Stagnasjon i livet, enten det er musikalsk for en musiker, yrkesmessig for en på vei oppover i karrieren og sosialt for de fleste av oss kan bidra til uhelse. Derfor kan ikke musikkterapeuter lukke øynene for den utviklingen som så sårt trengs i vårt virke også. Et annet moment som kan gjøre det vanskelig for musikkterapeuter å invitere brukere inn i musikkverdenen, er at den er som de fleste andre arenaer utenfor det terapeutiske rommet, ærlig, eller nådeløs. Dette er noe en musikkterapeut bør tenke over om brukeren tåler, og helst ha flere samtaler om. Dette er ikke bare i forhold til publikumet en bruker eventuelt vil stå foran, men også miljøet som følger med musikere og underholdningsbransjen. Tåler brukeren dette? Er det etisk forsvarlig at brukeren ender opp på backstage med andre ukjente musikere som kanskje til og med ruser seg? Slik jeg ser det, er det ikke ett rett svar som favner alle på dette spørsmålet. Men, å være overbeskyttende er også med å bidra til stigma og stagnasjon. Samtidig må en også ta innover seg at det kanskje er spesielt ideelt at en har en musikkterapeut å gå til når en skal eksponeres for slike miljø, så en kan snakke om opplevelsene etterpå. Dette fordrer også at musikkterapeuter er utstyrt til å kunne snakke om slik problematikk. Det er også viktig å påpeke at musikkterapeuter og brukere fortsatt bare er mennesker. Mennesker begår feil og tabber. Musikkterapeuter feilvurderer brukere på samme måte som brukere feilvurderer terapeuter og eventuelle situasjoner, slik alle andre mennesker også gjør. Det som er det viktige her, er at på samme måte som en har «debrief» i yrkeslivet, også har et apparat og verktøy for musikkterapeuter som gjør oss i stand til å håndtere vanskelige situasjoner på en god måte. Dette kan bidra til videre lærdom, og ikke minst forståelse av hvorfor situasjoner av og til kan være vanskelige, og hvordan en kan komme ut av de med erfaring i stedet for traume. For å oppnå dette, må musikkterapeuter også tørre å trå feil. Vi lærer ingenting nytt om vi ikke tørr å gå utenfor rammene som allerede finnes.

Hvem sin oppgave er så dette? Slik jeg ser det, vil jeg tro at et samarbeid mellom brukere, erfaringskonsulenter, studenter og veiledere i form av musikkterapeuter med god erfaring, og

professorer kan være med å stake ut denne veien. Det er kanskje litt mye å forvente at de som var med å bygge broer ut til der vi er i dag, og har bidratt til musikkterapiens nåværende status, alene skal bygge broene videre til neste steg. Det er også en av grunnene til at man har studenter som tar mastergrader og doktorgrader – utvikling med nye friske øyne. Dette er også kanskje en av grunnene til at vi har praksislære, hvor vi ikke utelukkende lærer om hvordan musikkterapi praktiseres, men også ser det utenfra, og tenker våre egne tanker om det vi lærer. Om en klarer å se på utøvende musikere som en resurs, innenfor de rammene de har, og samarbeider derifra, kan det komme både terapeuter og brukere til gode. Slik kan en komme til et punkt i behandlingsprosessen, hvor musikeren også har et eget utviklet opplegg for brukeren. Derfor, for at musikkterapeuten skal kunne være musikkterapeut, uten å trå over for mange profesjonelle og etiske barrierer, tror jeg det å samarbeide med musikere, som ikke er bunnet av et behandlingsformål, kan være en god løsning. Slik kan musikkterapeuten være den trygge havnen en alltid kan vende tilbake til, mens en er ute og utforsker seg selv med de redskapene en har fått gjennom personlig og musikalsk egenutvikling, identitetsbygging og musikkterapiens hjelp. Da må vi også legge bedre til rette for at brukere kan få utforske seg selv i sitt eget liv, og der utvikle en identitet utenfor musikkterapi, slik alle andre felt som jobber med menneskers somatiske og psykiske helse legger opp til. Hvordan skal musikere som også er musikkterapeuter forholde seg til et slikt dilemma? Alle i Opplett er helsepersonell og musikere. Heldigvis for oss, og denne forskningen, har aldri Morten og Lars hatt en offisiell bruker og terapeut relasjon, selv om Morten påstår at musikkterapi reddet livet hans. Det vi egentlig har gjort, er å teste ut hvordan effekten av musikere, geleidet av musikkterapeuters viten kan være med å bygge en ny plattform for mestring, musikk for musikkens skyld. Dobbeltrollen vår er særdeles vanskelig etisk, hadde det vært snakk om et reelt scenario. Men den påpeker likevel verdien i et samarbeid mellom musikere og musikkterapeuter, hvor en introduserer brukere for musikkmiljøet når de er klar for det, og samtidig kan være musikkterapeuten de kan diskutere opplevelsene de har hatt med andre musikere utenfor musikkterapi. Hva er farene med at en musikkterapeut går inn i en dobbeltrolle som musiker og terapeut? Det kan være mye, og det vil garantert skje om en ikke tar aktiv stillingen til det adresserte problemet.

6. Oppsummering

I denne oppgaven har jeg forsøkt å belyse hvordan en kan legge opp musikkterapien videre ut av musikkterapiens musikkmiljø, gjennom aksjonsforskning i et musikkcentrert og

samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv. Samtidig har jeg hatt intervju med Morten, hvor vi har gjennomgått historien til Morten og Lars, og hvordan musikkterapi har fungert for Morten. Med dette har målet vært å gå fremover, men med tidligere praksis og historie bevisst forran seg. Det interessante her viser seg å være at for Morten har musikkterapi fungert fordi det aldri var snakk om musikkterapi i starten. I tillegg har musikkterapien i form av direkte brobygging mellom kontaktnettverket i musikkterapi og Morten vært noe av det mer byggende i denne prosessen, hvor musikkterapeuten snarere har vært en fasilitator for dette. Dette har vært med å bygge et fundament som Morten videre har kunnet utvikle sin profesjonelle vei på, parallelt med at han har spilt i band og fortalt sin historie gjennom musikk.

Dette har i flere år vært en fin plattform for Morten å uttrykke seg kreativt og personlig. Men over de siste årene har det vært stagnerende for videre utvikling av identitet som musiker, og derav også som fritt menneske. Dette har vi gjennom aksjonsforskning i øvingslokalet, studio og på scenen klart å dytte i en retning som igjen har gitt Morten følelsen av å bli utfordret positivt, som har ført til en enda større grad av mestringsfølelse og videre utvikling. Sammen har vi derfor funnet ut, på bakgrunn av å ivareta musikkterapeuters rolle som terapeut, at det kan være hensiktsmessig å koble musikkterapeuter opp mot det eksisterende åpne musikkmiljøet. Dette kan man blant annet legge til rette for på et instituttnivå ved å legge opp til et tettere samarbeid mellom utøvende musikere og musikkterapeuter allerede på universitetet. En kan også i større grad ta i bruk musikkterapeuters evner og kunnskaper, og ikke minst kontaktnettverk i musikkmiljøet. Men her må en også legge til rette for at det kan foregå på en måte som ikke ødelegger terapeutens rolle. Med andre ord må dette også kanskje legges inn i læreplanen som et eget kurs, hvor en lærer å ta i bruk, og ikke minst finner en enighet innad i miljøet om hva som er de rette verktøyene og ikke. Likeverdighet er et ord og en opplevelse og forståelse, som har vært viktig i denne oppgaven. Hvor det kan tenkes at problemet med musikkterapeutiske band kan være at det alltid vil være et skille mellom bruker og terapeut innad i bandet. Denne avstanden mellom likeverd i musikkterapiband kan ha en tydeliggjørende funksjon som er bra for de bandene som er i terapi. Men når bandet vil videre, må kanskje disse rollene forsvinne. I Opplett har vi hatt et mål om likeverdighet, og det er kanskje det som gjør det unikt – vi er musikere sammen på like fot. Denne likeverdigheten kan også gjelde alle som driver med musikk, enten en er terapeut, bruker eller musiker, med tanke på at en bruker musikk som selvterapi. Det kan på mange måter være ulike maktbalanser i et band, men likevel eksistere en grad av likeverdighet i forhold til

musikken, og det at alle også kan bruke dette som egenterapi, for egen skyld. Samtidig, om en ser på det fra et samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv, vil muligens også brukerstyrte band, om enn samlet som en «enhet», slite med følelsen av at de ikke er likeverdige andre band ute i det frie musikkmiljøet. Selv om dette er en ganske drøy påstand, bekrefter intervjuet til Morten en slik tendens, hvor problemet kanskje starter med at musikkterapeutiske band ganske sjeldent tar del i den mer åpne musikkscenen. Men som et "vanlig" band i det frie musikkmiljøet, med musikere både utenfra og innenfor musikkterapimiljøet, har *Opplett* fått teste seg ut blant andre band og musikere. Dette også foran et helt annet og nytt publikum, hvor vi gjennom de forskjellige planlagte delmålene, har fått ristet av oss stempelet som «musikkterapiband», kanskje ikke for alle i publikum, men for oss selv.

7. Konklusjon:

For å svare veldig konkret på første delen av problemstillingen – *Har musikkterapien de rette verktøyene for å gi et tilfredsstillende tilbud til brukere som vil ut i det eksisterende og åpne musikkmiljøet, og eie identiteten sin som musiker?* – er svaret todelt. Per i dag kommer det fra både Morten og brukergruppen Tuastad et.al (2022) intervjuet angående spørsmålet om stigmatisering, at musikkterapien har en liten vei å gå, før en har kommet dit at brukerne føler deres identitet som musiker er godt nok ivaretatt. Det som utfra forskningen virker som et godt alternativ til hvordan en kan få til dette, er ved å utarbeide et *fjerde trinn* til den allerede eksisterende *tre-trinnsmodellen*. Hvordan dette fjerde trinnet blir selve praktiseringen av den identiteten en har funnet og skapt på sin vei mot en selvstyrt musikkaktivitet. Det fjerde trinnet vil kanskje også påvirke trinnene bakenfor, og må kanskje utarbeides i en annen sammenheng enn denne. Men en kan likevel si at et samarbeid med musikere utenfor de terapeutiske rammeverkene kan være en berikende og konstruktiv måte å utvikle den eksisterende tre-trinnsmodellen, enten en vil utarbeide et fjerde trinn eller ikke. Samtidig vil en bevisstgjørelse i musikkterapimiljøet rundt hvordan en omtaler brukere som identifiserer seg selv som musikere, være viktig. Det å ufrivillig alltid bli stemplet som bruker, selv om det ikke menes stigmatiserende, har brukergrupper gjennom intervju allerede påpekt er stigmatiserende og nedbrytende. Neste spørsmålet omhandler hvordan en kan etablere en kontakt mellom brukermiljøet og det åpne musikkmiljøet? Griegakademiet huser ikke bare musikkterapistudenter, hvor også utøvende musikere innenfor hele spekteret av de forskjellige musikalske sjangrene også studerer. Et bredere og mer inngående samarbeid

mellom disse linjene kan være med på å bygge broer mellom disse to institusjonene av fagpersonell. Samtidig påpekes det også at gjennom «work-shops» arrangert av musikkterapeuter og musikernettverket som finnes i de gjeldende byene, også kan være en fin måte å åpne opp stien mot det frie musikkmiljøet.

Uansett hvor musikkterapien er på vei, er det en kollektiv ambisjon om at musikkterapi skal være et tilbud for alle som trenger det (Stige & Aarø, 2012). Dette tror jeg vi er på god vei til, så lenge vi tør å trække opp nye stier, som ivaretar en bred og kompleks brukergruppe, og består av like mange identiteter og forståelsen av den, som det er brukere og musikere.

Litteraturliste

Aigen, K. (2005). *Music-centered music therapy*. Gilsum: Barcelona Publishers.

Alvesson, M., & Sköldbberg, K. (2009). *Reflexive Methodology: New vistas for qualitative research*. Sage.

Ansdell, G. (2002). *Community Music therapy & The Winds of Change*. Hentet fra Voices: A World Forum for Music Therapy:
<https://voices.no/index.php/voices/article/view/1590/1349>

Barthes, R. (1977). *Image-Music-Text*. London: Fontana Press.

Brinkmann, S., & Kvale, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintercju*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development. Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.

Bruner, J. (1986). *Actual Minds Possible Words*. Cambridge: Harvard University Press.

Bruscia, K. (1998). *Defining Music Therapy*. Dallas: Barcelona Publishing.

Bruscia, K. (2014). *Defining Music Therapy*. Dallas TX: Barcelona Publishers.

De Nora, T. (2000). *Music in Everyday Life*. Cambridge: Cambridge University Press.

- Fairchild, R., & Bibb, J. (2016). *Representing people in music therapy research and practice: A balancing act*. Hentet fra Voices: A Forum for Music Therapy:
<https://doi.org/10.15845/voices.v16i3.878>
- Helsedirektoratet. (2009). *Nasjonal, faglig retningslinje for behandling av depresjon*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Helsedirektoratet. (2013). *Nasjonal, faglig retningslinje for behandling av av personer med psykoselidelser*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Helsedirektoratet. (2016). *Nasjonal, faglig retningslinje for behandling og rehabilitering av rusmiddelproblemer og avhengighet*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Krüger, V. (2012). *Musikk - Fortelling - Fellesskap*. Bergen: Universitetet i Bergen.
- Lave, J., & Wenger, E. (1991). *Situated Learning*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Lydvo, Ø. (2017). Frå Gymsal til Garage. I E. N. Ruud, *Musikkterapi i praksis* (ss. 127-151). Oslo: Norges Musikkhøgskole.
- Løkkevik, O., & Bøe, B. (2022, Mai 24). Her kommer et nytt hus for rusmiddelavhengige i sentrum. *Bergens Tidende*. Hentet fra Bergens Tidende:
<https://www.bt.no/nyheter/lokalt/i/EaPM3A/her-kommer-et-nytt-hus-for-rusmiddelavhengige-i-sentrum>
- Malterud, K. (2019). *Kvalitative Forskningsmetoder For Medisin og Helsefag*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Nilsen, V. R. (2007). *Musikk i Fengsel og Frihet: Et Samfunnsmusikkterapeutisk Tilbud*. Oslo: Norges Musikkhøgskole.
- Reason, P., & Bradbury, H. (2006). *The Handbook of Action Research*. London: SAGE Publications Inc.
- Ricoeur, P. (1992). *Oneself as another*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rolvjord, R. (2007). "Blackbirds Singing": Explorations of resource-oriented music therapy in mental health care. Aalborg: Universitetet i Aalborg.
- Rolvjord, R. (2008). En ressursorientert musikkterapi. I E. Ruud, & G. Trondalen, *Perspektiver på musikk og helse : 30 år med norsk musikkterapi* (ss. 123-137). Oslo: Norges Musikkhøgskole.

- Ruud, E. (2012). Musikalsk egenomsorg i sorg og livskrise. *Musikkterapi*, 6-13.
- Ruud, E. (2013). *Musikk og identitet*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Ruud, E. (2017, November 3). *Lik, men unik*. Hentet fra Norsk Forening for Musikkterapi:
<http://www.musikkterapi.no/nyheter/kronikk-lik-men-unik>
- Small, C. (1998). *Musicking: the meanings of performing and listening*. Hanover: University Press of New England.
- Solli, H. P. (2020). *Etableringshåndbok - for musikkterapi i rus- og psykiske helsetjenester*. Oslo: Norges Musikkhøyskole.
- Stige, B., & Aarø, E. L. (2012). Invitation to Community Music Therapy. I L. E. Brynjulf Stige, *Invitation to Community Music Therapy* (ss. 18-24). New York: Routledge.
- Tetzchner, S. v. (2020, Juli 14). *Store norske leksikon*. Hentet fra Store norske leksikon:
www.snl.no
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: Innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Tuastad, L. (2014). *Innanfor og Utanfor, Rockens rolle innan kriminalomsorg ettervern*. Bergen: Universitetet I Bergen.
- Tuastad, L. (2016). Utan Terapeut - MOT82 UT i lokalsamfunnet.
- Tuastad, L. (2021, Juni 3). Plassert ved sida av Rolling Stones - ein studie om Harald og musikkoppfølgingstilbodet B15. *Tidsskrift for Psykisk Helsearbeid*, ss. 295-306.
- Tuastad, L., & Lydvo, Ø. (2019). *Tretrinnsmodellen i psykisk helsefeltet*. Helse bergen, Bergen.
- Tuastad, L., Østerholt, A. L., & Johansen, B. (2018). *Bruker spør bruker, Evaluering av prosjektet MOT82*. Bergen: GAMUT.
- Tuastad, L., Østerholt, A. L., Nielsen, I., & McIvor, D. (2022). Being a person who plays in a band rather than being a person with mental illness playing in a band: A qualitative study of stigma in the context of music therapy in mental healthcare aftercare. *Nordic Journal of Music Therapy*.
- Vygotskij, L. (1978). *Mind in Society*. Cambridge: Harvard University Press.

Wenger, E. (1998). *Praksisfællesskaber: læring, mening og identitet*. København: Reitzel.

Vedlegg:

Revidert godkjenning fra NSD

21.11.2022, 07:39

Meldeskjema for behandling av personopplysninger

[Meldeskjema](#) / [Musikterapi – en prosess fra klient til aktiv og selvstendig musiker og...](#) / Vurdering

Vurdering

Referansenummer	Type	Dato
501795	Standard	08.11.2022

Prosjekttittel

Musikterapi – en prosess fra klient til aktiv og selvstendig musiker og menneske

Behandlingsansvarlig institusjon

Universitetet i Bergen / Fakultet for kunst, musikk og design / Griegakademiet - Institutt for musikk

Prosjektansvarlig

Lars Tuastad

Student

Eirik Sejersted Vognstølen

Prosjektperiode

01.04.2022 - 30.11.2022

Kategorier personopplysninger

Alminnelige

Særlige

Rettslig grunnlag

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Uttrykkelig samtykke (Personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene kan starte så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det rettslige grunnlaget gjelder til 30.11.2022.

[Meldeskjema](#) 

Kommentar

Personverntjenester har vurdert endringen registrert i meldeskjemaet.

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg. Behandlingen kan fortsette.

Den registrerte i prosjektet vil bli identifisert med navn i publikasjonen. Det foreligger samtykke til det fra den registrerte.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

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

Lykke til videre med prosjektet!

Samtykkeskjema:

Deltakelse i forskningsprosjekt

Aksjonsforskning med intervju av begge parter i en musikkterapeutisk avslutningsprosess, samt bandmedlemmer i bandet (eksklient og eksterapeut, som for tiden spiller i samme band).

Formål

- Kartlegge og gre ut om hvordan en eksklient opplever overganger i et behandlingsforløp, hvor søkelyset særlig er på overgangen fra klient til «eksklient». Her vil jeg også se kritisk på dagens praksis og teorier på dette, og sammenligne med funn gjennom aksjonsforskning og intervju.

Bakgrunn

- Musikkterapi er et behandlingstilbud som i stor grad, gjennom et samfunnsmusikkterapeutisk perspektiv og praksis, knytter klienter mellom forskjellige viktige institusjoner og handlingsfasilitatorer i livet. Personen som skildres i denne oppgaven kommer i stor grad til å være en aktiv deltaker, både i form som musiker, men også nesten som «medforsker». Dette støttes også i mye av litteraturen og forskningen som har fotfeste i «brukermedvirkning». Dette er et valg som gjøres, ikke bare fordi det er praktisk enklere å gjennomføre, etisk mer forsvarlig grunnet at subjektet er en «eksklient», men også fordi subjektet allerede er erfaringskonsulent i eget virke, og dermed er en resurs for hele denne prosessen. Undertegnede spiller også i band med subjektet, noe som startet gjennom musikkterapeutisk praksis, men som nå er blitt en del av «vanlig bandvirksomhet». I denne «gråsonen» mellom musikkterapi og «vanlig bandaktivitet» ligger også problemstillingen. Her vil det diskuteres, observeres og intervjues om «hvordan en slik prosess kan foregå på best mulig måte, som ivaretar både eksklient og terapeut». En egen drøftingsdel om etikk vil også medfølge. Men i all hovedsak kommer denne oppgaven til å vektlegge hva eksklienten tenker om det den har opplevd i denne prosessen, og fortsatt opplever som musiker og menneske, på veien videre mot det å føle seg som en fullt og helt selvstendig musiker og menneske.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Lars Tuastad er ansvarlig veileder, og Universitetet i Bergen er ansvarlig institusjon for prosjektet. Eirik Sejersted Vognstølen er mastergradsstudent.

Hva innebærer det for deg å delta?

For deg innebærer det å delta at jeg gjør meg notater fra øvinger, studioaktiviteter og konserter i tidsrommet april-september 2022. Du vil også bli bedt om å ta del med dine tanker og erfaringer rundt tema, og i stor grad være en kilde til informasjon, gjennom hvilke spørsmål du ser for deg kan stilles for å treffe tema på rett måte, og samtidig svare på spørsmål jeg har.

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

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

Prosjektleder vil ha ansvar for å oppbevare data og opplysninger. Datamaterialet vil bli lagret i SAFE (Sikker tilgang til forskningsdata og e-infrastruktur), som er universitets tjeneste for behandling av sensitiv persondata.

Person-, sted- og lokalitetsopplysninger blir etter subjektets eget ønske, ikke anonymisert. Dette er NSD også blitt underrettet.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes, noe som etter planen er innen desember 2022. Det innsamlede datamaterialet vil da bli slettet.

Dine rettigheter

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

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til 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 Universitet i Bergen 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?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke. På oppdrag fra Universitet i Bergen har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket. Om du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med: · Universitetet i Bergen ved:

- Lars Tuastad, 45488282, lars.tuastad@uib.no
- Masterstudent: Eirik Sejersted Vognstølen, 93470514, evo002@uib.no
- UIBs personvernombud: Janecke Helene Veim, 555822029/93030721, Janecke.Veim@uib.no

Om du har spørsmål knytt til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med: · NSD
– Norsk senter for forskningsdata AS på epost nsnd@nsd.no eller på telefon:

53 21 15 00 58 21 17

Forskningsleder: Lars Tuastad

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om forskningsprosjektet «Musikkterapi» - en prosess fra klient til aktiv og selvstendig musiker og menneske»

Jeg samtykker til:

- å delta i intervju
- at opplysningene blir brukt uten anonymisering i artikkel

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet.

(Signert av prosjektdeltaker med dato)

Intervjuguide:

«Musikkterapi - en prosess fra klient til aktiv og selvstendig musiker og menneske»

Kommentar: Dette er bare et midlertidig utkast. I og med at jeg kommer til å basere mye av forskningen på å være både observerende og aktiv deltaker, og føre samtaler med personene som skal intervjues underveis, vil også det som blir satt som intervju baseres på de funn som er gjort i denne prosessen.

Bakgrunn:

- Først, si litt om ditt forhold til musikk. Er musikk noe du har hatt et forhold til gjennom livet på et daglig plan, enten gjennom spilling, dans eller lytting? ect.
- Hva fikk deg til å si ja til å være med på dette prosjektet?

Musikkterapi:

- Hvordan føler du musikk har vært med å påvirke din hverdag, før dette prosjektet?
- Opplever du at musikkterapi gjør noe annerledes i forhold til hvordan du bruker musikk - hvis ja, hvordan?
- Hvordan vil du beskrive overgangen fra å være klient, til det å være tidligere klient, og etter hvert erfaringskonsulent?
- Er det noen faktorer som har gjort det vanskelig i overgangene?
(Hvis ja, hvilke, og hvordan?)
- Har du noen forslag til hvordan musikkterapi, eller eventuelt andre instanser og personer kunne bidratt til at dette kunne vært gjort annerledes?

- På hvilken måte føler du musikkterapi er positivt og eventuelt negativt i påvirkningen på deg i forhold til din identitetsfølelse, både som privatperson og musiker?
- Hvordan føler du det å drive med musikk (konserter, studio og øvinger) har vært annerledes i «aksjonsforskningen» versus en musikkterapeutisk setting?
- Hvilke spørsmål ville du eventuelt ha stilt musikkterapeuter for å forbedre tilbudet i og praksisen i overgangene i behandlingsforløpet?
- Kan du se for deg at musikkterapi vil kunne hjelpe deg igjen, senere i livet?

Hvis ja, på hvilke måter?

Hvis nei, hvorfor ikke?

Tema: Avslutning

Hvordan har det vært for deg å delta i denne prosessen?

Er det noe du vil kommentere til slutt om tema, eller som vi ikke har snakket om?