



«Kva musikk likar du?»

EIN KVALITATIV STUDIE AV TRAUMEBEVISST
OMSORG OG MUSIKKTERAPI I MØTE MED BORN OG
UNGE KNYTT TIL BARNEVERN

INGRID TREFALL

Masteroppgåve i musikkterapi

Abstract

Title: «What music do you like?»: a qualitative study of trauma-informed care and music therapy with young people in child welfare services.

This study is based upon my practice period as a music therapy student in Bufetat, and my music therapy service with an adolescent in a specialized foster care setting. The aim of the study is to explore how the adolescent and the foster parents reflect on the music therapy service and the use of music. Based on the informants' reflections, my own reflections on field notes, and theory, I will look at how this can inform a trauma-informed care perspective in music therapy with young people in child welfare services.

A qualitative focus group interview is used as the main method for collecting data. As a result of the thematic analysis, two main themes with five associated sub-themes were identified. The main theme of music and people in everyday life had two sub-themes: the informants' relationship to music and the informants' relationships through music. The second main theme of music and people in the music therapy service had three sub-themes: help to handle thoughts and feelings with music, help to socialize through music, and the adolescent's own summary of what is important in the music therapy service.

Through a model presented in the discussion, an attempt is made to show how the findings and theory about trauma-informed care and music therapy can be linked. It suggests how a trauma-informed care perspective in music therapy can facilitate safety, regulation, co-regulation and building relations. Finally, it is concluded that a trauma-informed care perspective in music therapy with young people in child welfare services can help build a bridge to society and lower the threshold for participation.

Forord

Det er rart, men på same tid fint, å tenkje på at denne masteroppgåva er det siste eg gjer som musikkterapistudent. I skriveprosessen har eg verkeleg fått sett korleis praksis og teori heng saman. Eigenpraksis vart for meg ein viktig og lærerik periode, både fordi den gav meg moglegheit til å dykke inn i eit felt som interesserer meg, og fordi den har vore med på å forme meg og korleis eg ynskjer å vere som musikkterapeut. Aller først vil eg takke rettleiarane mine. Takk til Kaja Elise Enge for nøye og god hjelp til å kome i gong med skrivinga, og for viktige diskusjonar som har fått meg til å sjå ein sak frå fleire sider. Takk til Viggo Krüger for å ha satt meg i kontakt med Bufetat, for engasjement og gode tips for å betre masteroppgåva.

Eg vil takke tilsette i Bufetat for å ha hatt trua på musikkterapi, meg og mitt prosjekt. Takk for gode samtalar og for å ha vore ein tryggleik i noko som var heilt nytt for meg. Takk til fosterforeldre som har opna heimen for meg, og på ekte fått meg til å kjenne meg som heime. De har gjeve meg sjølvtilitt i rolla som musikkterapeut og fått meg til å kjenne på at det eg driv med er viktig. Og ikkje minst takk til ungdommen. Takk for at du har delt. Takk for gode samtalar. Takk for latter. Takk for refleksjonar som har fått meg til å sjå ting frå nye perspektiv. Og takk for den feite og viktige musikken du har vist meg!

Til slutt vil eg takke «gubbeklubben» beståande av medstudentar Julie, Thea og Åshild, og den skeive kroken på HF-biblioteket. Takk til familie, vener og kjærast for at de har hatt trua på meg, og takk til mammaen min for korrekturlesing.

Innhold

1.0 Innleiing	4
1.1 Bakgrunn for val av tema	5
1.2 Bakgrunn for det musikkterapeutiske tilbudet	6
1.2.1 Kontekstualisering	7
1.3 Problemstilling	9
1.3.1 Omgrepsavklaring	9
1.4 Om Bufetat og spesialiserte fosterheimar	10
1.5 Litteratursøk	11
2.0 Metode	13
2.1 Bakgrunn for val av metode	13
2.2 Kvalitativ metode	14
2.2.1 Hermeneutikk og fenomenologi	15
2.2.2 Inspirasjon frå etnografien	15
2.3 Fokusgruppeintervju	16
2.4 Deltakande observasjonar	17
2.4.1 Prosjektlogg	17
2.4.2 Feltnotat	17
2.5 Gjennomføring	18
2.5.1 Informantutval	18
2.5.2 Utarbeiding av intervjuguide	18
2.5.3 Gjennomføring av intervju	19
2.6 Om analysen	20
2.6.1 Tematisk analyse	20
2.7 Etiske refleksjonar	22
2.7.1 Målgruppa	22
2.7.2 Dobbeltrulle	24
2.7.3 Informert samtykke	24
2.7.4 Anonymisering	25
3.0 Teori	25
3.1 Bakgrunn	26
3.1.1 Omgrepet «traume»	26
3.1.2 Om utviklingstraume	27
3.2 Traumebevisst omsorg	28
3.2.1 Tryggleik	29
3.2.2 Relasjon	30
3.2.3 Regulering	31
3.3 Traumebevisst omsorg og musikkterapi i barnevern	34
3.3.1 Tryggleik gjennom musikkterapi	35
3.3.2 Relasjon og meistring gjennom musikkterapi	35
3.3.3 Handtering av samansette kjensler gjennom musikkterapi	36
3.3.4 Kontinuitet og stabilitet i musikkterapien	36
3.4 Oppsummering	37
4.0 Presentasjon av funn	37

4.1 Musikk og menneske i kvardagen.....	38
4.1.1 Informantane sin relasjon til musikk.....	39
4.1.2 Informantane sine relasjonar gjennom musikk.....	40
4.2 Musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod	43
4.2.1 Hjelp til å handtere tankar og kjensler med musikk.....	43
4.2.2 Hjelp til å sosialisere gjennom bruk av musikk	45
4.2.3 Ungdommen sin oppsummering av det viktige i det musikkterapeutiske tilbodet.....	47
4.3 Oppsummering.....	47
5.0 Diskusjon.....	48
5.1 Musikkterapeutisk tilbod som trygg arena	50
5.2 Musikkterapeutisk tilbod som verktøy for regulering.....	51
5.3 Musikkterapeutisk tilbod som hjelp til reguleringsstøtte	52
5.4 Musikkterapeutisk tilbod som verktøy for å byggje relasjon	53
5.5 TBO i musikkterapeutisk tilbod som hjelp til deltaking.....	55
5.6 Oppsummering.....	58
6.0 Avslutning.....	58
6.1 Refleksjonar rundt og kritikk av eigen studie.....	58
6.2 Endelege tankar.....	59
7.0 Litteraturliste	61
Vedlegg	65
Vedlegg 1: Samtykkeskjema og informasjonsskriv til ungdom.....	65
Vedlegg 2: Samtykkeskjema og informasjonsskriv til fosterforeldre.....	68
Vedlegg 3: Intervjuguide.....	71

1.0 Innleiing

«Respekt och beundran visast för det som är stort, för det som tar mycket plats. Men det som är litet anses obetydligt och ointressant. Små människor – små behov, små glädjeämnen, små sorger» (Korczak, 2011).

Dette sitatet er henta frå boka «Barnets rätt till respekt», som er skriven av Janusz Korczak. Korczak var ein forkjempar for born sine rettigheter, og boka han skreiv om born sin rett til respekt vart originalt utgjeven i 1988. Året etter vedtok FN sin generalforsamling den første internasjonale menneskerettighetskonvensjonen som stadfestar at born har rettigheter og krav på særleg beskyttelse (FN-sambandet, 2023).

Artikkel 3 i barnekonvensjonen seier at «ved alle handlinger som berører barn, enten de foretas av offentlige eller private velferdsorganisasjoner, domstoler, administrative myndigheter eller lovgivende organer, skal barnets beste være et grunnleggende hensyn» (Barnekonvensjonen, 1989, art. 3). I artikkel 12 vert det slått fast at born har rett til å danne seg egne synspunkt, og til «fritt å gi uttrykk for disse synspunkter i alle forhold som vedrører barnet, og tillegge barnets synspunkter behørig vekt i samsvar med dets alder og modenhet» (Barnekonvensjonen, 1989, art. 12). Det vert altså vedteke i lova at i det som angår eit born skal det leggast særleg vekt på omsynet til barnet sitt beste, barnet sin rett til å delta og til å seie sin meining. I tillegg seier artikkel 20 dette:

Et barn som midlertidig eller permanent er fratatt sitt familiemiljø, eller som i egen interesse ikke kan tillates å bli værende i et slikt miljø, skal ha rett til særlig beskyttelse og bistand fra staten. I samsvar med sin nasjonale lovgivning skal partene sikre alternativ omsorg for et slikt barn. Slik omsorg kan f.eks. omfatte plassering i fosterhjem, Kafala etter islamsk lov, adopsjon eller, om nødvendig, plassering i institusjon egnet for omsorg for barn. Når mulige løsninger overveies, skal det tas tilbørlig hensyn til ønskeligheten av kontinuitet i barnets oppdragelse. (Barnekonvensjonen, 1989, art. 20).

Artikkel 20 tek for seg born sin rett til omsorg, beskyttelse og kontinuitet, og korleis ein skal sikre denne retta. Den formidlar at om eit born ikkje får dekkja desse behova, skal det få hjelp.

Om eit born veks opp i eit utrygt familiemiljø, skal det få hjelp, og ein alternativ omsorg for barnet skal sikrast.

Artikkel 3, artikkel 12 og artikkel 20 i barnekonvensjonen dannar eit viktig grunnlag for denne oppgåva, og for temaet musikkterapi og barnevern. Med omsynet til barnet sitt beste, born sin rett til omsorg, til å seie sin meining og verte høyrte, til grunn, vil eg i denne oppgåva belyse eit traumeinformert omsorgsperspektiv i musikkterapi i barnevernkontekst. Ved å utforske ein ungdom i ein spesialisert fosterheim og fosterforeldre sine refleksjonar rundt og erfaringar med musikk og eit musikkterapeutisk tilbod, ynskjer eg å informere musikkterapi knytt til barnevernfeltet. Først vil eg beskrive eigen motivasjon for å skrive om temaet og bakgrunn for dette valet.

1.1 Bakgrunn for val av tema

Grunnane til at masteroppgåva mi handlar om tema musikkterapi og barnevern er fleire. Det første er ei personleg interesse for barnevernfeltet og for ungdom som aldersgruppe, og eit ynskje om meir kunnskap om begge delar. I tillegg har eg fått æra av å ha min siste praksisperiode på musikkterapistudiet i Bufetat (barne-, ungdoms- og familieetaten). Her fekk eg jobbe med ungdommar i spesialiserte fosterheimar. Erfaringane eg fekk i møte med desse ungdommane og deira fosterfamilie, har satt sine spor og forma meg som framtidig musikkterapeut.

Heile barnevernssystemet byggjer på born sine rettigheter og å sørge for at desse er sikra. I Noreg bur det om lag 8 800 born i fosterheim ved utgangen av året 2021 (Bufdir, u. å.). Dette tyder at det har vore ein liten nedgang sidan 2016, då talet låg på om lag 10 400. Ein mogleg grunn til at færre born vert flytta i fosterheim, kan vere at barneverntenesta i større grad har lykkast i å setje i verk omsorgsendrande og kompensierende tiltak medan barnet bur hjå biologisk familie (Bufdir, u. å.). Omsorgsendrande tiltak handlar om foreldrerettleiing, og å gje foreldra hjelp til å utføre omsorgsoppgåver på ein måte som bidreg til positiv utvikling hjå barnet. Kompenserande tiltak skal sikre barnet stimulering og deltakingsmoglegheiter, mellom anna ved å leggje til rette for deltaking i fritidsaktivitetar (Bufdir, u. å.).

I ein rapport av Lassemo et al. (2022) kjem det fram at born og unge i fosterheim har høgare førekomst av potensielt traumatiske livshendingar, og at desse livshendingane var relatert til

betydeleg høgare nivå av psykisk uhelse, enn for jamaldrande frå den generelle befolkninga (Lassemo et al., 2022, s. 30). Rapporten visar at dei skårar høgare på ADHD, depresjon, tilknytingsforstyrningar, åtferdsforstyrningar, emosjonelle forstyrningar og PTSD. Det vert òg understreka at desse høge skåra på psykiske utfordringar ikkje er knytt til det å bu i fosterheim, men til dei unge sine opplevingar av traumatiske livshendingar (Lassemo et al., 2022, s. 24).

Det er òg viktig å nemne resiliens i samanheng med born og unge i fosterheim. I barnevern- og fosterheimkontekst kan resiliens tyde å fungere godt, til tross for traumatiske erfaringar som omsorgssvikt og psykologisk mishandling (Agdestein & Thorbergesen, 2021, s. 6). I studien til Agdestein og Thorbergesen (2021) visar funna at unge i fosterheim skårar moderat til høgt på resiliens. Dette tyder at dei kan vere resiliente, til tross for at dei ofte har hatt ein belastande barndom som risikofaktor (Agdestein & Thorbergesen, 2021, s. 64). Backe-Hansen et al. (2013) skriv at det er fleire viktige føresetnadar for at born utviklar resiliensfaktorar. Dette er det motsette av risikofaktorar, og vert òg kalla beskyttelsesfaktorar. Mellom anna er det å kjenne seg elska, å oppleve ei kjensle av å høyre til familie og lokalsamfunn, å ha tilknytning til jamaldrande, å passe inn i skulen, at ein vaksen er interessert i barnet, at barnet har sjølvtrillit, og at ein bur i eit lokalsamfunn der det er tilgang til tenester, med på å gje betre moglegheit for å utvikle resiliens (Backe-Hansen et al., 2013, s. 74).

1.2 Bakgrunn for det musikkterapeutiske tilbodet

Dette forskingsprosjektet tek utgangspunkt i eigenpraksisen eg har hatt i Bufetat. Denne praksisperioden gjev oss studentar moglegheit til å ta i bruk kunnskap og erfaringar vi har fått i løpet av studiet, for å utvikle «vårt eige» musikkterapeutiske tilbod. For meg var det fleire ting som var viktig å ha med når eg skulle forme eit tilbod for ungdom i spesialiserte fosterheimar. Sjølv vil eg seie at eg som musikkterapistudent har eit humanistisk grunnsyn. Dette fargar difor det musikkterapeutiske tilbodet, og måten eg jobbar på.

For det første vart det viktig for meg å la ungdommane sine ynskjer og interesser danne grunnlaget for timane og aktivitetane vi gjorde i det musikkterapeutiske tilbodet.

Utgangspunktet vert altså ungdommen sine ressursar, og ut i frå dette kunne min jobb i rolla som musikkterapeut verte å leggje til rette for eit trygt rom for utforsking og meistringsopplevingar. Dette gjev meining i forhold til eit ressursorientert perspektiv på

musikkterapi, der fokuset ligg i det å styrke sterke sider, ressursar og potensial ved ein person (Rolvsjord, 2008).

Det andre var å møte ungdommane med venlegheit, openheit og fleksibilitet, slik at det musikkterapeutiske tilbodet kunne opplevast som noko trygt. Eg ynskja å etablere ein god relasjon til ungdommane, som baserte seg på anerkjening og likskap. På den måten kunne min rolle som musikkterapeut verte å vere ein trygg støtteperson for ungdommane, noko som gjev mening i samband med traumebevisst tenking i musikkterapi (Krüger et al., 2017; Wilhelmsen & Fuhr, 2019).

I løpet av praksisperioden fekk eg jobbe med tre ungdommar i tre spesialiserte fosterheimar, og eg inviterte den eine ungdommen og hen sine fosterforeldre til å delta i forskingsprosjektet. Kvifor berre desse vart invitert vil eg forklare i delen for etiske refleksjonar. Eg vil no gje eit innblikk i korleis timane med ungdommen i forskingsprosjektet var, og prøve å formidle korleis musikkterapeutiske prosessar utvikla seg i løpet av perioden. Denne komande delen vel eg å kalle «kontekstualisering», fordi formålet nettopp er å gje lesaren ei forståing av forskingsprosjektet sin kontekst og utgangspunkt. Kontekstualiseringa er basert på feltnotat som vart ført gjennom heile praksisperioden.

1.2.1 Kontekstualisering

Eg møtte fosterfamilien for første gong i heimen deira ein solfylt seinsommardag. Døra ut til hagen stod på vidt gap, og eg fekk beskjed om å forsyne meg av pizzaen på kjøkkendisken. Ungdommen var høfleg og litt tilbaketrekt, det tok ei stund før blikka våre møttest. Kanskje var hen litt nervøs og spent, slik eg òg var.

Det ungdommen gjorde då første time starta var å setje seg ned med gitaren. Hen forklarte at hen ville verte betre på gitar. Hen viste meg fleire låtar hen ville lære og som hen sjølv øvde på ved hjelp av YouTube-videoar. Vi brukte tid på å øve på desse låtane saman, og ofte bytta vi på å ha rolla som lærar. Eg opplevde at hen var god til å setje seg inn i korleis eg lærte, og vart difor flink til å lære vekk ting på ein måte slik at eg forstod det. Ut i frå ungdommen sine ynskjer øvde vi på akkordprogressjonar, rytme og fingerspel, og vi improviserte og øvde på samspel. I ein time då vi for første gong prøvde å improvisere på gitar over blues-akkordar, var første gongen hen hadde improvisert saman med nokon. Hen spelte melodi på skala, eg kompa. I starten var hen litt forsiktig og nølande, men vart fort meir utforskande, og testa ut

både det tonale og ulik rytmikk. Eg opplevde det som at hen forsvann inn i konsentrasjonen og i musikken, og vi spelte lenge utan stopp. I etterkant sa hen at det var gøy og noko heilt nytt.

Eg forstod fort at fleire sider ved musikken var viktig for ungdommen. Hen ynskja seg betre ferdigheiter i gitarspeling, men vart òg dregen mot å lytte til musikk, og reflektere rundt musikken og teksten. Av og til brukte vi heile timar på samtalar om tekst, musikken sin «vibe» og stemningar den gav oss. Dette leia ofte samtalane vidare inn på korleis ungdommen hadde det, om kjensler og opplevingar knytt til forventning. Eg opplevde at ungdommen gradvis opna seg meir opp for meg. Gjennom Radiohead-låtar kunne hen etter kvart opne opp om desse tinga, som er eigentleg er ganske privat. Ungdommen sa fleire gongar at hen gjerne ville kunne prate med andre om musikk på den måten vi gjorde i timane. Hen fortalte meg om korleis hen hadde funne ut at musikk var viktig når hen skulle verte kjent med andre. Om ein hadde lik musikksmak var det bra, men det var ikkje naudsynt. Hen meinte at det viktigaste var at ein hadde ei interesse for musikk og kunne prate om det. Eg spurte om hen kunne tenke seg å prøve ut musikktilbod der hen kan møte andre ungdommar, og hen uttrykka at det hadde vore gøy å prøve å spele i band saman med andre og vere med i eit miljø der ein har ei felles interesse for musikk.

Herifrå starta ein prosess der vi brukte timane til å gjere «research» saman, og kvar for oss. Vi vart til slutt einige om eit tilbod som både verka freistande for ungdommen og som kunne vere passande, og vi avtalte at hen skulle teste det ut til neste time. Det gjekk nok ikkje heilt slik. Hen var for nervøs, som hen sa. Eg fekk likevel ei positiv overrasking i timen etter, då det viste seg at hen hadde vore med ein ven heim og dei hadde spelt gitar saman. Ungdommen fortalte at det var første gongen hen hadde spelt saman med vener og at det hadde vore gøy.

Eg hadde eit fokus på å halde liv i idéen om deltaking i musikkterapi som gruppetilbod. Etter samtalar med fostermor og ungdommen kom vi fram til at det kunne vere greitt at eg hang meg på første gong. Vi hadde dette som ein avtale, men eg kunne merke at det var ein terskel for ungdommen å komme over. Etter eit par avlysingar kom dagen for vår første møte med musikktilbodet. Her vart vi teke varmt i mot. Vi fekk fridom til å gjere det vi ville, anten om vi ville jamme, øve inn nye låtar i samspel eller prate. Eg kunne merke at opplevingane her vekka ei nysgjerrighet, både for samspel og for dei andre deltakarane. Hen søka kontakt og

var ikkje redd for å verte kjent med andre. Noko eg la særleg merke til var at hen valte å starte samtalar med spørsmålet «kva musikk likar du?».

1.3 Problemstilling

Bakgrunnen for problemstilling som er valt for denne oppgåva er basert på både born sine rettigheter, dei mange sidene ved det å vere fosterheimsungdom og egne erfaringar frå praksisperioden. For meg vart det viktig å involvere ungdommen i forskingsprosjektet, og leggje størst vekt på å utforske og formidle hen si stemme. Sjølv om det er gjort ein del forskning på tema musikkterapi og barnevern, er det på langt nær ikkje nok. Det er fleire kunnskapshøl som må tettast, og basert på dette har eg kome fram til fylgjande problemstillingar:

Hovudproblemstilling:

Korleis reflekterer ungdom i ein spesialisert fosterheim og fosterforeldre, rundt eit tilbod inspirert av musikkterapeutisk kunnskap og bruk av musikk?

Underproblemstilling:

Korleis kan dette informere traumebevisst omsorg i musikkterapi i barnevern?

1.3.1 Omgrepsavklaring

For å forklare problemstillinga meir nøyaktig vil eg no avklare kva eg legg i omgrepa som vert teke i bruk.

Eg vel å bruke ordet *reflekterer* for å framheve at oppgåva vil ha fokus på å utforske informantane sine egne tankar, opplevingar og erfaringar.

Ungdom og fosterforeldre er informantane i dette forskingsprosjektet. Eg valte å spørje både ungdommen og fosterforeldra om å delta, for å utforske ulike perspektiv på bruk av musikk og det musikkterapeutiske tilbodet. Ungdommen er deltakar i det musikkterapeutiske tilbodet, og fosterforeldre er omsorgspersonar i nærkontakt med ungdommen. Som informantgruppe er dei difor interessante fordi perspektiva og utgangspunkta er såpass ulike.

I løpet av prosessen med å forske og skrive masteroppgåva oppdaga eg eit mønster i det som kom fram i funna frå datamaterialet. Dei viste eit skilje mellom to tema i funna, nemleg informantane sine refleksjonar rundt *bruk av musikk* på eigenhand og i kvardagen, og rundt *eit musikkterapeutisk tilbod*. På grunn av desse funna valte eg å inkludere begge tema i problemstillinga.

I problemstillinga vel eg å kalle det musikkterapeutiske tilbodet for *eit tilbod inspirert av musikkterapeutisk*. Tilbodet er det eg som student forma i løpet av praksisperioden, og det kan difor ikkje reknast som musikkterapi før eg er ferdigutdanna musikkterapeut. I resten av oppgåva vil eg likevel referere til tilbodet som *det musikkterapeutiske tilbodet*.

Sidan eg tek i bruk omgrepet *spesialisert fosterheim* i problemstillinga og tidlegare har forklart at forskingsprosjektet baserer seg på praksisperiode i Bufetat, vil eg no gå nærare inn på dette.

1.4 Om Bufetat og spesialiserte fosterheimar

På Bufdir (u.å.) sine nettsider vert det gjeve ei oppsummering av kva oppgåvene til Bufetat er. Bufetat, som står for barne-, ungdoms- og familieetaten, har ansvar for det statlege barne- og familievernet. Dette tyder at dei skal gje barne- og familievernstenester og tilby tiltak på vegner av staten med høg og riktig kvalitet, til dei borna, unge og familiare i heile landet som treng det (Bufdir, u. å.). Bufetat jobbar med barnevernslova og familievernkontorlova som grunnlag i alt deira arbeid. Familievernkontora har som oppgåve å gje tilbod om behandling og rådgjeving der det er vanskar, konflikhtar eller krisar i familien (Familievernkontorloven 1997: §1). Om barnevernslova sitt formål står dette:

Loven skal sikre at barn og unge som lever under forhold som kan skade deres helse og utvikling, får nødvendig hjelp, omsorg og beskyttelse til rett tid. Loven skal bidra til at barn og unge møtes med trygghet, kjærlighet og forståelse. Loven skal bidra til at barn og unge får gode og trygge oppvekstvilkår. (Barnevernsloven 2021: §1-1)

I barnevernslova står det òg om Bufetat sine ansvarsområde og oppgåver. Mellom anna skal Bufetat hjelpe barneverntenesta med plassering av born i fosterheim og institusjon, og i særlege tilfelle tilby plass i spesialisert fosterheim. I tillegg har dei ansvar for å rekruttere

fosterheimar, og gje dei grunnleggjande opplæring (Barnevernsloven 2021: §16-3) og rettleiing (Bufdir, u. å.).

Bufetat kan tilby spesialisert fosterheim om barnet vert vurdert til å vere i målgruppa, og om det finst ein tilgjengeleg spesialisert fosterheim som kan ivareta barnet. Målgruppa det er snakk om, er born med behov for spesialisert kompetanse og oppfølging frå omsorgspersonar utover det ordinære fosterheimar med forsterking kan tilby (Bufdir, u. å.). Det vert òg gjort ei vurdering ut i frå kva som er barnet sitt beste, om ein spesialisert fosterheim er eit betre alternativ enn tilbod i ein barnevernsinstitusjon (Bufdir, u. å.). Målgruppa er born som kan ha alvorlege utfordringar, knytt til mellom anna emosjonelle vanskar, kognitiv og sosial funksjon, psykisk funksjon eller åtferd (Stendi, u. å.). Ofte har dei med seg tung bagasje og fleire relasjonsbrot bak seg, i form av akutt plasseringar, fosterheim, institusjon og beredskapsheim (Bufdir, 2023).

Spesialiserte fosterheimar er private heimar med særleg kompetanse til å gje omsorg til born i målgruppa. Bufetat gjev fosterheimen tett oppfølging, og systematisk opplæring og rettleiing (Bufdir, u. å.). I tillegg til grunnopplæring av fosterheimar får dei spesialtilpassa opplæring før og undervegs i plasseringa av barnet. Ein spesialisert fosterheim skal gje born med behov for særleg omsorg og oppfylging, god omsorg og endrings- og utviklingsmoglegheiter. I ein spesialisert fosterheim er det behov for at ein omsorgsperson ikkje er i anna arbeid over lenger tid, og mottek difor løn. På den måten kan fokuset vere fullt og heilt på omsorgsoppgåva (Stendi, u. å.).

1.5 Litteratursøk

Det var utfordrande å vurdere kva søkeord eg burde bruke for å få oversikt over litteraturen som finst på tema, og som på same tid er relevant for denne oppgåva. Ved å starte veldig breitt, og gjere eit søk i Google Scholar og Oria på orda «musikkterapi» og «barnevern» eller «music therapy» og «child welfare», fekk eg opp svært mange treff. Litteraturen om musikkterapi og barnevern minkar likevel fort om ein avgrensar søket litt. Særst lite er det på søkeorda «musikkterapi» og «spesialiserte fosterhjem». Her får ein nemleg svært få til null treff. Søkeorda eg enda opp med å finne relevant litteratur på var «musikkterapi», «barnevern», «fosterhjem», «ungdom» og «traumebevisst omsorg». Eg gjorde søk både på

norsk og engelsk, i tillegg til å få tips til litteratur gjennom rettleiarar, forelesarar og medstudentar.

Zanders (2012, 2015) skriv om musikkterapi med fosterheimsungdom. Han beskriv korleis musikkterapi kan leggje til rette for «healing»-prosessar ved å skape stabilitet, finne ressursar og mening. Musikkterapi gjev ungdommane moglegheit til å ta tak i og anerkjenne erfaringar med traume, og knytt til det å vere fosterheimsungdom (Zanders, 2012, 2015). Zanders (2012) visar òg at erfaringar ved det å bu i, og flytte frå og til fosterheimar, påverkar ungdommane sitt forhold til musikk. Mellom anna visar det seg at ungdommane sin deltaking på musikkaktivitetar vert mindre når dei flyttar frå ein fosterheim til ein annan.

Layman et al. (2002) skriv om musikkterapi med born i fosterheimar i USA, om kva utfordringar desse borna kan ha grunna sin situasjon og korleis ein kan møte dei med musikkterapi som noko trygt og ikkje-truande. Her trekk dei fram korleis musikkterapi legg til rette for etablering av meningsfulle og trygge relasjonar mellom fosterborn og vaksen, både i den terapeutiske relasjonen, relasjonar i fosterfamilien og i biologisk familie (Layman et al., 2002, s. 40). Born og unge som bur i fosterheim har erfaringar med brot i nære relasjonar (Mandal & Bergset, 2016, s. 144). Det kan difor verte viktig for å byggje opp att unge sin tillit til vaksne.

Mandal og Bergset (2016) skriv om musikkterapi som ein del av eit oppfølgingstilbod for ungdom i fosterheim, og korleis dette kan vere med på å styrke og samle nettverka rundt ein ungdom som stadig opplever nye overgangar og endringar. Dei argumenterer for at musikkterapi som heimebesøk i fosterheimar kan vere med på å styrke ungdommen sitt nettverk. Dei beskriv musikkterapi i fosterheimen som ein mjuk inngang i overgangen til å delta i ein meir samfunnsretta setting (Mandal & Bergset, 2016, s. 149). Som døme visar dei til sine opplevingar og refleksjonar rundt ein ungdom dei jobba med knytt til oppfølgingstilbodet. For hen vart heimebesøka ein mjuk inngang til å seinare delta på ein musikkverkstad.

Krüger (2009, 2012, 2019) skriv mykje om musikkterapi i barnevernet frå eit samfunnsmusikkterapeutisk og deltakingsorientert perspektiv. Saman skriv òg Krüger, Nordanger og Stige (2017) om musikkterapi og traumebevisst omsorg i barnevernet. Denne artikkelen vil eg gå nærare inn på i teoridelen, og ta i bruk i diskusjonen.

I tillegg vil eg nemne nokre relevante masteroppgåver. Når det gjeld musikkterapi i Bufetat skriv Rosvoll (2020) om ein beredskapsfamilie der han undersøker korleis musikkterapeuten kan fungere som rettleiar og korleis deltakarane opplever denne prosessen. Her vert det særleg lagt vekt på beredskapsmora sine opplevingar. Det kjem fram at samtale i musikkterapi og musikkaktivitetar, kan skape eit rom der beredskapsmor får utløp for sine historiar og opplevingar. Han foreslår at gjennom å leggje til rette for deltakingsmoglegheiter gjennom musikk, kan beredskapsbarnet sine musikalske ressursar kome til syne.

Torstuen (2018) skriv si masteroppgåve om songskrivning med ungdom i barnevernet. Her studerer ho korleis terapeutisk songskrivning kan knytast til traumebevisst omsorg, informert av det ungdommane som deltek i forskingsprosjektet sjølv fortel. Det kjem fram fire hovudkategoriar kopla til songskrivning, som òg kan knytast til traumebevisst omsorg: songskrivning som inngang til samtale om vanskelege tema, for å regulere og uttrykke kjensler, for å fortelje sin eigen historie, og framføring for å vise sin stemme og seie sin mening.

Som vi kan sjå er det gjort ein del forskning på musikkterapi og barnevern. Søket mitt enda opp med eit utval litteratur som handlar om kva musikkterapi kan bidra med i arbeid med ungdom i fosterheim. Mellom anna visar litteraturen at musikkterapi kan fungere som relasjonsarbeid, for å handtere traumeerfaringar og for å leggje til rette for deltaking. Sjølv om ikkje all litteraturen spesifikt handlar om traumebevisst omsorg, inneheldt likevel alle tekstane tema der det kan trekkjast trådar til denne forståingsramma. Mykje peikar på at det trengs meir forskning på området. På grunn av eit slikt behov og at mykje av litteraturen ikkje vert kopla direkte til traumebevisst omsorg, meiner eg det er relevant og viktig at oppgåva mi har denne vinklinga.

2.0 Metode

2.1 Bakgrunn for val av metode

Berre det å velje har vore ein prosess i seg sjølv, med mykje att og fram. Det vert feil å skrive «berre», for val av forskingsmetode har mykje å seie for korleis oppgåva endar opp med å verte. Det eg heile tida har vore sikker på er at eg vil gjere ein kvalitativ studie som utforskar menneske sine tankar og refleksjonar.

Mitt opphavslege plan for val av forskingsmetode var å samle inn data ved å gjennomføre fokusgruppeintervju med barnevernskonsulentar, fosterfamilie og/eller andre vaksne i nærkontakt med ungdommen og ungdommen sjølv, i tillegg til deltakande observasjon i musikkterapiøktene og loggføring. Etter dette gjekk eg over til å tenkje meir i retning av aksjonsforskning, særleg fordi eg ynskja å legge vekt på å knyte sjølve eigenpraksisen til oppgåva og fokusere på eit brukarperspektiv. Gjennom diskusjon med rettleiar og lesing om aksjonsforskning, vart eg introdusert for etnografien. På dette tidspunktet var eg godt i gong med eigenpraksis, og ein etnografi-inspirert måte å forske på gav meining i denne praksiskonteksten. Metodikken opnar opp for at ein kan formidle eit brukarperspektiv utan å fokusere på sjølve utforminga av praksisen, men heller på kva musikken gjev ungdommen og fosterfamilien både i timane og i kvardagen, over ei lengre tid.

Det å bestemme seg for forskingsmetode har vore ein prosess som har gått parallelt med utforming av problemstilling og tematikk for oppgåva, og i takt med utvikling av det musikkterapeutiske tilbodet. Som forskar vil eg sjølv prøve å vere bevisst på å ha det eg vil kalle eit «undringperspektiv» under heile prosessen med å skrive master. Med dette meiner eg at eg ynskjer å forme oppgåva mest mogleg etter praksisen si utvikling og vere fleksibel med tanke på endringar undervegs. Vegen vert til medan ein går – og nokre gongar går den ikkje alltid dit ein ventar.

Eg har valt å ta i bruk fokusgruppeintervju som min hovudmetode for innhenting av data, i tillegg til deltakande observasjonar og feltnotat for å få god oversikt over praksiskontekst. Dette er to vanlege innsamlingsmetodar innan kvalitativ forskning, og eg har latt meg inspirere av ein etnografisk tilnærming. Eg vil no gå nærare inn på desse metodane. Først vil eg greie kort ut om hermeneutikk og fenomenologi, som forskingsprosjektet òg er forankra i.

2.2 Kvalitativ metode

Hovudproblemstillinga eg har valt for denne oppgåva går ut på å vise informantane sine egne refleksjonar og erfaringar. For å svare på problemstillinga gjev det difor meining å ta i bruk kvalitativ forskingsmetode. Å forske kvalitativt tyder å forstå informantane sitt perspektiv (Postholm, 2010, s. 17). Tjora (2018) beskriv at kvalitativ forskning nettopp har både eksplorerande, personnære og empiridrivne eigenskapar (s. 24). Ved å ta i bruk eit kvalitativt forskningsintervju kan ein utforske det personnære i informantane sine refleksjonar, og

behandle dette som empiriske funn. Kvale og Brinkmann (2015) karakteriserer det semistrukturerte kvalitative forskingsintervjuet ved tolv fenomenologiske aspekt: livsverd, mening, kvalitativt, deskriptivt, spesifisitet, bevisst naivitet, fokusert, fleirtydigheit, forandring, sensitivitet, mellommenneskeleg og positiv oppleving (s. 46-50). Desse aspekta vert viktige å ta til etterretning i utarbeiding av intervjuguide og gjennomføring av intervju.

2.2.1 Hermeneutikk og fenomenologi

Som forskar er det viktig å ha eit bevisst forhold til sin eigen forståing av vitskap. Johansson (2016) visar at i norsk musikkterapiforskning har to vitskapssyn fått ein sentral posisjon, nemleg hermeneutikken og fenomenologi.

Johansson (2016) skriv at ein kontekstuell musikkforståing og det å forstå menneske ut i frå sin kontekst, kjenneteiknar den norske musikkterapien. Dette er trekk som samsvarar godt med hermeneutikken som vitskapssyn. Det er stor verdi i å sjå på eit fenomen frå fleire perspektiv for å få ein meir heilskapleg forståing (Johansson, 2016). Ei forståing lukkar ikkje ute andre forståingar. Hermeneutikken handlar om korleis vi tolkar og forstår verda ut i frå vår eigen forståing og livsverd (Thornquist, 2018).

I fenomenologien er det derimot nettopp den sanslege, konkrete livsverda som er utgangspunkt for forskinga. Her legg ein vekk den forståinga ein sjølv har, og utforskar fenomenet slik det visar seg for oss subjekt (Johansson, 2016). I fylgje Postholm (2010) handlar eit fenomenologisk vitskapssyn om å utforske informantane i forskingsprosjektet sine erfaringar med fenomen frå røynda. Til dømes kan ein studere korleis pasientar på eit sjukehus opplever pleia og omsorga der. Hensikta er å få tak i den felles opplevinga eller erfaringa menneska har når det gjeld eit fenomen (Postholm, 2010, s. 17).

2.2.2 Inspirasjon frå etnografien

Sjølv om denne masteroppgåva ikkje er ein etnografisk studie, vil eg likevel nemne at den etnografiske forskingstradisjonen har vore til inspirasjon både når det gjeld forskingskontekst og val av metode for innhenting av data. Mellom anna er kjenneteikn ved ein etnografisk studie at forskaren sjølv ofte deltek i ein del av informantane sitt kvardagsliv og «studerer» dei i ein naturleg kontekst over ein tidsperiode (Hammersley & Atkinson, 2019). Det kan takast i bruk fleire metodar for å samle inn data, men dei mest vanlege er deltakande

observasjon og uformelle samtalar/etnografiske intervju (Flick, 2009; Hammersley & Atkinson, 2019). I tillegg er fokuset ofte på få eller enkelte casar, til dømes ein kontekst eller ei gruppe menneske (Hammersley & Atkinson, 2019).

Når det gjeld forskning i musikkterapifeltet kjem Zanders (2012) med anbefaling for vidare forskning om at ungdommar med erfaringar knytt til det å vere i fosterheim ikkje bør verte plassert i ein kunstig kontekst, men heller «verte studert» i ein kvardagsleg og naturleg kontekst. Dette samsvarar godt med prinsipp frå etnografien.

2.3 Fokusgruppeintervju

Fokusgrupper som metode har som mål å få fram dei interaktive aspekta ved datainnsamling (Flick, 2009). Å studere det som skjer i ein diskusjon mellom eit utval informantar i ein gruppe-kontekst og dei interaksjonane som skjer mellom dei, gjev andre typar data, berre ved måten intervjuet er arrangert på. Postholm (2010) beskriv at ein ved å stille spørsmål i gruppeintervju kan leggje til rette for diskusjonar mellom informantane der mykje viktig informasjon kjem fram. I tillegg kan intervju i grupper redusere forskaren sin kontroll, noko som kan føre til at situasjonen kan opplevast friare og at diskusjonane flyt meir naturleg (Postholm, 2010, s. 73). Flick (2009) hevdar at fokusgruppeintervju kan simulere kvardagslege samtalar, og kan òg verte brukt som metode for å studere sosiale kontekstar og sosial kunnskap.

Postholm (2010) skriv at det halvplanlagde, formelle intervjuet handlar om forskaren sin openheit og fleksibilitet rundt kva spørsmål som vert stilt og kva retning samtalen tek. Til intervjuet har forskaren eit sett med spørsmål klare, og er på same tid open for at informantane har ulike forhold dei vil ta opp (Postholm, 2010, s. 72).

I dette forskingsprosjektet valte eg å gjere eit semistrukturert, eller halvplanlagt, fokusgruppeintervju med ungdommen i det musikkterapeutiske tilbodet og fosterforeldre som informantar. Grunnen til dette er at gruppa informantar kjenner kvarandre godt, og difor vert det lagt til rette for at intervju-situasjonen opplevast som meir behageleg enn om ein skulle setje saman ei fokusgruppe som ikkje kjenner kvarandre. Eit fokusgruppeintervju har òg som mål å utforske fleire perspektiv og diskusjonar som oppstår. Ved å gje intervjuet ein

halvplanlagt struktur opnast det opp for desse diskusjonane. Dette samsvarar godt med problemstillinga mi, der eg vil utforske informantane sine egne refleksjonar rundt eit tema.

2.4 Deltakande observasjonar

Ein annan del av det som vert data til masteroppgåva, har eg valt at skal vere lærdom eg sjølv som forskar gjer meg av erfaringar undervegs i prosessen – òg kalla deltakande observasjonar (Malterud, 2011). I Fangen (2010) vert det hevda at formålet med deltakande observasjon er at ein gjennom bruk av denne metoden skal kunne beskrive kva folk seier og gjer i situasjonar som ikkje er strukturert av forskaren (s. 12). Det vil seie at det gjev rom for at forskinga skal gå føre seg i ein naturleg kontekst.

2.4.1 Prosjektlogg

Ved val av deltakande observasjon som metode er det viktig å vere fleksibel og refleksiv i forhold til kva som kan sjåast på som data, og at ein har ei aktiv haldning til at ein heile tida produserer data som må vurderast og verte gjeven merksemd. Dette vert kalla prosessdata (Malterud, 2011), og eg skriv difor ein prosjektlogg for å dokumentere desse. Prosjektloggen er som eit arbeidsdokument som inneheldt alt av tekst som kan vere relevant i prosessen, til dømes dialogar på e-post, notat, refleksjonar, spørsmål og kommentarar (Malterud, 2011). Malterud (2011) beskriv at prosjektloggen fungerer som eit verktøy for å «legge spor etter deg i skogen, slik at du lettere kan finne tilbake til der du har vært, og forstå hvorfor du gikk deg vill» (s. 51). Det vert altså eit lager med viktig informasjon som ein stadig kan gå tilbake til i løpet av skrivingsprosessen.

2.4.2 Feltnotat

Prosjektloggen inneheldt det som kallast feltnotat. Feltnotat er samlingar av forskaren sine observasjonar og refleksjonar, og er det sentrale datagrunnlaget i deltakande observasjon (Malterud, 2011). Data skal vere påliteleg, og vise samanhengen mellom erfaring og analyse. For å produsere påliteleg data er det difor viktig at feltnotata vert gjort grundig. Dei bør innehalde både beskrivingar og kommentarar (Malterud, 2011). Dette tyder beskrivingar av faktiske hendingar beskrive frå forskaren sin ståstad og kommentarar til beskrivingane. Dei kan òg innehalde notat om teori frå litteraturen som gjev meining i forhold til beskrivingane, kommentarane og problemstilling (Malterud, 2011). Det er viktig å kunne skilje mellom beskrivingar, kommentarar og litteratur for at data skal vere påliteleg, då lesaren har krav på å

vite kva som er funn frå feltet, kva som er forskaren sin eigen forforståing og erfaring, og kva som er lest i artiklar (Malterud, 2011).

Eg har gjort deltakande observasjonar i det musikkterapeutiske tilbodet i løpet av praksisperioden. Etter kvar time førte eg feltnotat som vart lagra i prosjektloggen. Grunnen til at eg har valt å ta i bruk denne metoden for innsamling av data, i tillegg til intervju, er for å kunne gje ei grundig beskriving av kontekst. Tidlegare i oppgåva har eg gjeve ei kontekstualisering av bakgrunn for og timane i det musikkterapeutiske tilbodet. Denne baserer seg på feltnotata. Feltnotata vart både ein måte å få oversikt over korleis tilbodet, ungdommen og den terapeutiske relasjonen utvikla seg, i tillegg til at dei gav moglegheit for å få eit heilskapleg blick på prosessar som gjekk føre seg.

2.5 Gjennomføring

2.5.1 Informantutval

Rekruttering av informantar til intervju og deltakande observasjon gjorde eg sjølv i dei møta eg fekk med fosterfamiliane i praksisperioden hjå Bufetat. Likevel hadde eg aldri kome i kontakt med informantane utan hjelp frå engasjerte og dyktige barnevernskonsulentar som verkeleg hadde trua på at eit musikkterapitilbod ville verte viktig for deira ungdom og fosterfamilie. Den aller viktigaste rekrutteringa, altså rekruttering av ungdom til deltaking i det musikkterapeutiske tilbodet, vart difor gjort av Bufetat sine barnevernskonsulentar.

I forkant av intervju var det tett dialog med både ungdom, fosterforeldre og barnevernskonsulent om deltaking i forskning, deira rettigheter og kva deltakinga innebar for dei. Eg hadde òg kontakt med barneverntenesta for å avklare at eg ikkje skulle behandle helseopplysningar, og i forbindelse med å «forske på» fosterfamilien og ungdommen i masteren. Intervjuet vart gjort med meg, ungdom og fosterforeldre. Eg var sjølv moderator for fokusgruppeintervjuet. Deltakande observasjonar vart gjort i musikkterapitimane, og logg vart ført i etterkant av kvar time.

2.5.2 Utarbeiding av intervjuguide

Eg bestemte meg for å starte intervjuet med ein del der eg igjen informerte om formålet med intervjuet og kvifor nettopp dei vert spurt om å delta (sjå vedlegg 1 og 2). Det var viktig å understreke at det er frivillig for informantane å delta og at dei kan trekke seg når som helst.

Sjølv om dette kan verke litt «stivt» er det viktig at alle er godt informert. Likevel ynskja eg å skape å skape ein trygg, roleg og avslappa atmosfære i intervju-situasjonen, og ville difor starte ein meir uformell samtale før sjølve intervjuet. Deretter vart samtalen leia inn på ulike tema som eg ynskja å kome nærare inn på. Under kvart tema hadde eg ganske opne spørsmål som eg ynskja at informantane skulle svare på, men òg spørsmål som hadde som mål å starte diskusjonar eller få dei til å reflektere, og for å få i gong samtalar. I intervjuguiden sorterte eg spørsmåla etter kven dei var retta mot, då spørsmåla nokon gongar var retta berre mot ungdommen som har delteke i musikkterapitimane, og andre gongar mot fosterforeldra som ikkje har delteke. Eg hadde likevel i tankane at eg måtte unngå å styre samtalen for mykje, og at eg ikkje skulle ta for stor plass i samtalen.

Intervjuguiden vart utforma ved å først setje opp tema eg ynskja å utforske. Desse har eg valt å kalle *om musikk*, *om musikkterapitilbodet* og *om musikkterapitilbod i heimen*. Tema vart valt ut i frå mine opplevingar med praksisen, min kjennskap til ungdommen og fosterforeldra, og basert på problemstillinga og litteratur frå litteraturgjennomgangen. Det at tema var ganske opne var først eit bevisst val for at informantane skulle kunne reflektere friare. Det viste seg likevel fort at tema trengte ei innsnevring til meir konkrete spørsmål då intervjuet var i gong. Eg fekk difor bruk for samtalestartar- og diskusjonsspørsmåla eg skreiv ned på førehand.

2.5.3 Gjennomføring av intervju

Eg ynskja at intervjuet skulle få ei avslappa atmosfære, og forhåpentlegvis verte eit trygt rom for å ytre egne meiningar og refleksjonar. For å få til dette hadde eg i tankane at alle informantane burde vere trygge på kvarandre. Eg håpar og har opplevd at relasjonen mellom ungdom og fosterforeldre var god og «open». På same tid hadde eg hatt ein halvt år på å verte kjent med både ungdom og fosterforeldre, og opplevde difor at vår relasjon var gjensidig trygg. Denne relasjonen mellom forskar og forskingsdeltakar skal eg gå nærare inn på under avsnittet for etiske refleksjonar seinare i metodedelen. I tillegg ynskja eg at intervjuet skulle gå føre seg i ein så naturleg og avslappa kontekst som mogleg, i samsvar med det Zanders (2012) skriv om forskning med ungdommar med erfaringar knytt til det å bu i fosterheim. I dette tilfellet samla vi oss rundt middagsbordet heime hjå fosterfamilien, med kvar vår kopp kaffi.

Eg var sjølv i rolla som moderator for intervjuet. Brinkmann (2013) skriv om korleis ein som moderator i kvalitative intervju bør ha ei bevisstheit rundt viktigheita av å lytte, og å ikkje

argumentere eller gje råd. På same tid bør ein lytte til både kva informanten ynskjer å seie, ikkje ynskjer å seie og treng hjelp til å seie (Mayo, 1933, sitert i Brinkmann, 2013, s. 8). Dette kan gje eit bilete av korleis ein må ha ei bevisstheit rundt balansen mellom å sjølv ta styring som moderator og det å la informantane styre intervjuet si retning.

Det vart gjort lydopptak av fokusgruppeintervjuet og eg førte prosjektlogg/feltnotat frå deltakande observasjon. I transkriberings- og analyseringsprosessen fekk eg eit slags utside- eller overblikksperspektiv på intervjuet, og ei betre oversikt over kva tema som eg tolka som viktige.

2.6 Om analysen

For å samle inn datamateriale har eg som tidlegare skrive brukt to metodar; fokusgruppeintervju og deltakande observasjon. For tekstmengda si skuld vel eg å bruke fokusgruppeintervjuet som hovudmetode for innsamling av data. Feltnotata frå deltakande observasjon har eg brukt for å vise prosessar og kontekst i delen kalla kontekstualisering tidlegare i oppgåva. Eg har valt å gjere ein tematisk analyse av datamaterialet frå fokusgruppeintervjuet.

2.6.1 Tematisk analyse

Braun og Clarke (2008) beskriv tematisk analyse som ein metode for å identifisere, analysere og rapportere mønster og tema i datamateriale (s. 79). Analyseringsprosessen går gjennom seks fasar: *gjere seg kjent med datamaterialet, genererte innleiande kodar, søk etter tema, vurdering av tema, definere og namngje tema og produsere rapporten* (Braun & Clarke, 2008, s. 87). Eg vil no presentere korleis eg gjorde den tematiske analysen av datamaterialet, basert på Braun og Clarke (2008) sine seks fasar.

Etter at intervjuet var gjennomført vart lydopptaket gått gjennom og transkribert inn i eit Word-dokument. Eg skreiv ut det ferdige dokumentet og las nøye gjennom. Eg gjorde meg kjent med datamaterialet, slik Braun og Clarke (2008) beskriv den første fasen. Deretter las eg gjennom ein andre gong, for så å markere ulike kategoriar med fargar ut i frå kodar som vart forma undervegs. Dette vil eg kalle for innleiande kodar, og den andre fasen av tematisk analyse. Dei innleiande kodane var *musikk som lik/ulik interesse, fellesskap gjennom musikk, relasjonsbygging gjennom musikk, ungdom sitt forhold til musikk, fosterforeldre sitt forhold*

til musikk, korleis å bruke musikken, timane i det musikkterapeutiske tilbodet og øving/læring/prestasjon/mål. Det viste seg at fleire tema kunne identifiserast ut i frå kodane. I den tredje fasen av analysen kategoriserte eg kodane i tema som handla om *relasjonar, musikk som sjølvhjelp* eller *metodikk*. Kodane og tema vart deretter sett på i eit nytt lys og vurdert om att. Det vart då identifisert undertema som vart knytt direkte til informantane sine sitat, som på same vart tid kategorisert under to hovudtema. Hovudtema 1: *musikk og menneske i kvardagen* fekk to undertema: *informantane sin relasjon til musikk* og *informantane sine relasjonar gjennom musikk*. Hovudtema 2: *musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod* fekk undertema: *hjelp til å handtere tankar og kjensler med musikk, hjelp til å sosialisere gjennom bruk av musikk* og *ungdommen sin oppsummering av det viktige i det musikkterapeutiske tilbodet*. Eg har valt å setje kodar, tema og kategoriar inn i figurar for å gje ei meir visuell framstilling av analyseprosessen.



Figur 1: Presentasjon av analyse for hovudtema 1: Musikk og menneske i kvardagen.

Musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod



Figur 2: Presentasjon av analyse for hovudtema 2. Musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod.

Figurane visar fasane i den tematiske analysen. Det starta med å markere og kode (nedste rekkje i figuren), og gjennom fleire analyseringsrundar enda det opp i større, meir heilskaplege hovud- og undertema (øvste og nest øvste rekkje).

2.7 Etiske refleksjonar

Dette forskingsprosjektet inneber at det vert gjort grundige vurderingar og refleksjonar rundt etikk. Det gjeld både i samanheng med dei formelle krava som finst ved å skulle forske, men særleg i valet mitt av forskingskontekst. Eg vil no gå nærare inn på dei etiske aspekta som dette forskingsprosjektet rører ved.

2.7.1 Målgruppa

Først og fremst er det viktig å nemne målgruppa eg skriv om, nemleg ungdom knytt til barnevernet. Det etiske rundt å forske med aldersgruppa ungdom synes eg er utfordrande. På eine sida er hen under 18 år, og vert difor framleis rekna som born. På den andre sida er ungdomstida gjerne då ein vert meir sjølvstendig og byrjar å ta egne val. Det vart difor viktig for meg å ha hyppig og tett dialog både med ungdommen og fosterforeldra om det å delta i forskingsprosjektet. Når det gjeld forskning med born skriv Roberts (2008) om etiske retningslinjer. Ho understrekar viktigheita av å hjelpe borna med å forstå kva forskingsprosjektet handlar om og involvere dei i sjølve prosessen, slik at dei ikkje berre vert objektet for forskinga (Roberts, 2008, s. 265).

Det å forske i ein fosterheim- og barnevernkontekst krev òg etiske vurderingar. Min førespurnad om å få fosterfamilien som informantar til masteroppgåva måtte gjennom fleire ledd før eg fekk klarsignal. Det vart først nemnd for fosterfamilien sin barnevernskonsulent, som bad meg snakke med fosterfamilien først og deretter ta kontakt med barneverntenesta. Samtalen med barneverntenesta handla om kva eg ville fokusere på i forskingsprosjektet, om anonymisering og at eg ikkje ville behandle helseopplysningar.

I tillegg har eg tenkt mykje på korleis det kan opplevast for ungdommen og fosterforeldra å vere informantar, å delta i forskingsprosjektet og å nærmast verte «forska på». Eg har vurdert tankar eg ser for meg at kan dukke opp hjå informantane, som til dømes «kvifor skal eg vere med på forskning?» og «kvifor vil dei forske på meg, er eg unormal?». Bath (2015) skriv at born og unge har stort behov for å kjenne seg normal og verte behandla normalt. For dei unge som har opplevd traume kan tilbod eller tiltak, med gode intensjonar, gjere at dei kjenner seg alt anna enn normal. Alderson og Morrow (2004) understrekar at born knytt til barnevern er ei sårbar gruppe og at sensitivitet er svært viktig som forskar i møte med desse. Difor vert det viktig for meg som forskar å vere sensitiv rundt informantane, og særleg ungdommen, sin sårbare livssituasjon og korleis forskning kan påverke.

Heldigvis opplevde eg å få ei slags stadfesting på at ungdommen opplevde det å verte intervjuet som noko positivt. Dagen for intervjuet hadde vi time med musikk som vanleg, før gjennomføring. Då det nærma seg slutten av timen og tid for intervju, spurte eg ungdommen om kva hen tenkte om dette. Svaret hen gav meg var at hen «følte seg litt som ein Vouge-modell», og lo godt. Framleis kjennast det merkeleg å skrive «om» og «forske på» desse menneska eg har bygd ein relasjon til. Likevel handlar ikkje denne oppgåva spesifikt om denne fosterfamilien, men om å bidra med kunnskap om musikkterapi og ungdom knytt til barnevernet. Det at etikk vert teke på alvor meiner eg er særleg viktig i denne forskingskonteksten. At forskinga involverer born er nok i seg sjølv, men når det i tillegg omhandlar born i sårbare livssituasjonar vert det endå viktigare. Det er viktig å nemne at born har rett til å delta i forskning. National Research Ethics Committees (2009) visar til artikkel 12 i FN sin barnekonvensjon om born sine rettigheter til å verte høyrte og uttrykke sin mening (Barnekonvensjonen, 2003). Å drive forskning med born og unge knytt til barnevern handlar om å både beskytte ei sårbar gruppe, men òg sikre retten deira til å delta.

2.7.2 Dobbeltrolle

I dette prosjektet forskar eg på min eigen praksis. Dette tyder at eg har fleire ulike roller i møte med informantane, eg er både musikkterapistudent og forskar. Desse to rollene er det viktig å skilje mellom, og det må vere tydeleg for informantane når ein er i kva rolle og når ein samlar data (Sikt, u.å.).

Det er òg viktig å vere refleksiv i forhold til korleis eg sjølv påverkar eigen forskning. Stige et al. (2011) foreslår akronymet EPICURE som ein reiskap for å evaluere og vurdere kvalitative forskingsprosjekt. Akronymet tek for seg viktige element som må reflekterast rundt når det gjeld forskaren i forskingsprosessen. *Engagement* handlar om refleksivitet rundt forskaren sitt forhold til fenomenet som skal studerast. Ved å vere bevisst på eigen forforståing for og evne til å relatere til eit fenomen har det som mål å utvikle sensitivitet for forskingskonteksten. *Processing* handlar om prosessen med å produsere, analysere og beskytte empirisk materiale. *Interpretation* handlar om fortolking og identifisering av mønstre for å forstå opplevingar og beskrivingar. *Critique* tyder både sjølvkritikk og sosial kritikk, og handlar om vurdering av moglegheiter og avgrensingar ved forskinga. *Usefulness* handlar om forskinga sin verdi for praktiske kontekstar, medan *relevance* handlar om kva forskinga bidreg med i utviklinga av forskingsfeltet. Det siste elementet er *ethics*. Her vert det trekt fram at det i kvalitativ forskning er essensielt å unngå at forskingsprosessen og formidling av resultat kjem framfor forskingsdeltakarane sine rettigheter og etiske sikkerheit. Informantane skal òg verte godt informert og respektert gjennom forskingsprosessen (Stige et al., 2011).

Relasjonen mellom forskar og informant påverkar òg forskinga og personvern. I dette forskingsprosjektet hadde eg og ungdommen ein terapeut-klient-relasjon, som kan gje ei oppleving av ulik mengde makt i relasjonen. Ved at det er ein ujamn balanse i maktforhold kan det for det første verte vanskelegare for ungdommen å seie nei til å delta (Sikt, u.å.), men svara ungdommen gjev i intervjuet kan òg vere prega av eit ynskje om å «svare riktig».

2.7.3 Informert samtykke

I følge National Research Ethics Committees (2022) skal forskaren innhente etisk samtykke frå deltakarane om å delta i forskingsprosjekt. Særleg born skal vere beskytta, og forskaren skal få samtykke frå både foreldre og barnet. Samtykke til å delta skal vere frivillig, informert, eintydig og dokumentert (National Research Ethics Committees, 2022). Ungdommen og fosterforeldra fekk difor utdelt kvart sitt samtykkeskjema etter å ha fått førespurnad om å

delta i prosjektet. Skjemaet informerer om prosjektet sitt formål, kvifor informantane vert spurt, kva deltaking inneber, eksempel på spørsmål som kan verte stilt i intervjuet, om deira rettigheter og om lagring av datamaterialet (sjå vedlegg 1 og 2). Eg valte å lage to typar samtykkeskjema med same informasjon. Det eine var til fosterforeldra som dei sjølv kunne skrive under på, og det andre var til ungdommen som både hen og fosterforeldre kunne signere. Dette vart gjort med brukarmedverknad i tankane, då det kan vere ein måte å styrke ungdommen si kjensle av medbestemming på.

2.7.4 Anonymisering

Alt datamateriale vart anonymisert slik at det ikkje går an å identifisere kven informantane er. Det vert verken nemnt namn, alder eller ungdommen sitt kjønn i sjølve oppgåva eller i datamateriale som er eksportert ut av kryptert, sikkert skrivebordet i SAFE. Lydopptak av intervjuet og ikkje-anonymiserte feltnotat vart lagra i SAFE. Alle opplysningar og data vil verte sletta ved prosjektslutt. Før prosjektperioden starta eg først ein søknad til NSD på grunn av intervju med born, men fann ut at det heller måtte verte godkjent i RETTE. Dette forstod eg at var fordi eg ikkje skulle behandle helseopplysningar i prosjektet, og at ungdom var over ein viss alder.

3.0 Teori

Eg vil no presentere teoretiske perspektiv som har vore viktige både for utforming, gjennomføring og evaluering av det musikkterapeutiske tilbodet, og som eg i diskusjonsdelen vil knyte til det innsamla datamaterialet. Teoriane er henta frå både traume psykologien, barnevernslitteratur og musikkterapien. For denne oppgåva har eg altså valt å orientere meg i ein tverrfagleg diskurs. Dette samsvarar med at barnevern i seg sjølv er eit tverrfagleg felt. I diskusjonsdelen vil eg sjå nærare på det musikkterapeutiske tilbodet og informantane sine refleksjonar i lys av desse teoretiske perspektiva.

Det teoretiske perspektivet eg har valt som hovudfokus for denne oppgåva er traumebevisst omsorg. Grunnen til at eg vel dette perspektivet er praksiskonteksten oppgåva baserer seg på. Det musikkterapeutiske tilbodet tek utgangspunkt i ein kontekst av barnevern. Informantane som har delteke i intervjuet er medlemmar av ein fosterfamilie. Ungdommen som har delteke i det musikkterapeutiske tilbodet og i forskingsprosjektet har sin eigen traumehistorie, men dette skal eg ikkje gå nærare inn på. Likevel har det vore viktig for meg å vere bevisst på dette

gjennom heile praksis- og forskingsprosessen. I arbeid med born og unge i barnevernet er traumebevisst omsorg ein god og viktig måte å møte dei på.

3.1 Bakgrunn

For å forstå heilskapen av traumebevisst omsorg (frå no av forkorta TBO) og korleis ein kan jobbe med dette i ein musikkterapeutisk kontekst, vil eg forklare kva som kan skje med menneske som vert utsett for utviklingstraume. Først vil eg gje ei forklaring av omgrepet «traume», og korleis traume og utvikling har fått innpass i psykologien.

3.1.1 Omgrepet «traume»

Det finst fleire definisjonar av omgrepet traume. Sjølv ordet traume tyder skade eller sår. Om eit menneske har opplevd noko som har vore skadeleg, krenkande eller truande, vert dette kalla psykologiske traume (Bækkelund, 2021). Nordanger og Braarud (2017) legg i sitt arbeid til grunn Saakvitne et al. (2000) sin definisjon av traume: «en hendelse eller vedvarende betingelser som overvelder personens kapasitet til å integrere den emosjonelle opplevelsen, og som oppleves som en trussel mot eget, eller nære andres, liv eller kroppslige integritet» (Saakvitne et al., 2020, s. 19).

Traume vert vanlegvis forstått ut i frå ulike typar traumatiske hendingar. Bækkelund (2021) forklarar at ein mellom anna skil mellom enkeltstående traumatiske hendingar og gjentakande traumatiske opplevingar over tid (Nordanger, 2017). Det finst òg ein eigen type traume, kalla relasjonstraume, som vert påført av personar i ein nær relasjon (Bækkelund, 2021), eller ein omsorgsperson (Nordanger & Braarud, 2017).

Historisk sett vart ikkje traumepsykologi ein eigen fagdisiplin før i 1980, då PTSD vart inkludert i den amerikanske psykiatريفoreininga sin diagnosemanual for mentale lidingar (Nordanger & Braarud, 2017, s. 19). Diagnosen beskrev då vaksne som hadde opplevd identifiserbare traumatiske enkelthendingar, og ofte vart traumepsykologien knytt til offentlege dramatiske enkelthendingar (Nordanger & Braarud, 2017, s. 20). Nordanger og Braarud (2017) visar ei utvikling i traumefeltet der ein har bevegde seg mot eit aukande fokus på konsekvensar av samansette og traumatiske belastningar tidleg i livet (s. 34) og i omsorgsrelasjonar (s. 20). Dette skiftet førte etter kvart til ei integrering av traume- og utviklingspsykologien då ein fekk meir kunnskap om kor skadeleg traume tidleg i livet er

(Nordanger & Braarud, 2017, s. 34). Denne typen traume er det som vert kalla utviklingstraume. Det er dette eg kjem til å ta utgangspunkt i for resten av oppgåva, og i diskusjonsdelen der eg knyt mine funn til det teoretiske rammeverket. Eg vil no gå nærare inn på kva som ligg i omgrepet «utviklingstraume», kva utviklingstraume kan føre til og kvifor det kan føre til dette.

3.1.2 Om utviklingstraume

Nordanger (2017) beskriv utviklingstraume som noko samansett og komplekst, noko gjentakande som går føre seg over tid. Dei oppstår i nære relasjonar, og kan difor òg kallast relasjonstraume (Nordanger, 2017), slik Bækkerud (2021) skriv om. Det vert kalla kompleks traume om den vedvarande traumatiske belastninga byrjar i tidleg alder (Jørgensen & Steinkopf, 2013). I følge Jørgensen og Steinkopf (2013) påverkar utviklingstraume både biologiske, emosjonelle, kognitive og sosiale forhold ved born si utvikling.

Som skrivi i tidlegare avsnitt skjedde det eit skifte i traumefeltet som førte til at traume- og utviklingspsykologien vart integrert. Utviklingstraumeomgrepet er forankra både i traumepsykologien og utviklingspsykologien. I traumepsykologien har ein vore oppteken av skadeverknader av sterke negative erfaringar (Nordanger, 2017). I den nyare forståinga av omgrepet vert det lagt vekt på anerkjenning av at born som veks opp under utviklingstraumatiske forhold vert frårøva avgjerande positive erfaringar som gjer at dei utviklar seg optimalt (Nordanger, 2017). Denne nyare forståinga har forankring i utviklingspsykologien, der det har vorte større fokus på betydinga av å regulere (Nordanger, 2017).

I Nordanger (2017) vert det hevda at utviklingstraume er definert av ein vedvarande ubalanse mellom to formar for erfaring: «Barnet utsettes for traumatisk stress, i kombinasjon av at reguleringsstøtten svikter» (Nordanger, 2017). Omsorgspersonen er den som skal gje barnet reguleringsstøtte, altså støtte og hjelp til å regulere kjensler, impulsar og åtferd (Thorkildsen, 2020). Om barnet opplever trugsel, reagerer og ikkje får den reguleringsstøtta det treng, kan det føre til utviklingstraume. Nordanger (2017) visar til eit eksempel der den som utgjer trugselen er same person som den som skulle vore reguleringsstøtte for barnet. Dette kan føre til at barnet mistar viktig lærdom om korleis det kan regulere seg, og kan difor ha vanskar med sjølvregulering seinare i livet. Regulering og reguleringsstøtte er ein viktig del av TBO, og eg vil kome nærare inn på dette nokre avsnitt under.

I Nordanger og Braarud (2017) presenterer dei ein case for å gje oss ei praksisnær forståing av utviklingstraume. Eg forkortar denne litt for tekstmengda si skuld. Casen handlar om den 10 år gamle Emilie som har vokse opp i eit utrygt og traumatiske miljø. Mora hadde sjølv ein tøff oppvekst prega av rus og vald i heimen, og faren slit med alkohol, vald og aggresjon. Emilie får ofte raseriutbrot, er aggressiv i møte med andre born og har ei forseinka språkleg og motorisk utvikling. Barnehagen sender ut fleire bekymringsmeldingar til barneverntenesta. Etter ein episode der mor sin nye kjærast misbruker Emilie seksuelt og mor er sterkt påverka av alkohol og utøver vald, vert jenta 6 år gamal flytta til ein beredskapsheim, og vidare til ein fosterheim. Raseriutbrota til Emilie fortset, ho vert fysisk utagerande, rastlaus og inneslutta. I tillegg får ho med seg lite på skulen. Ho fekk fleire diagnoser, og difor tilrettelegging på skulen, og tilbod om samtalar gjennom BUP. Samtalane møtte ho aldri opp på, til fosterforeldra si store fortvilning. Dei meinte at Emilie berre kunne få det betre gjennom å få snakka med nokon og få arbeide med dei vonde opplevingane ho hadde hatt (Nordanger & Braarud, 2017, s. 96-99). Sjølv om casen om Emilie visar eit dystert bilete av jenta si oppvekst og utvikling, er den likevel viktig for å forstå korleis utviklingstraume kan påverke livet. Eg vel å ta med casen for å knyte traumeomgrepet og utviklingstraume til barnevernkontekst.

Van der Kolk (2014) skriv at den beste måten å forstå korleis ein oppvekst i traumatiske miljø påverkar menneske, er å lytte til og lære av dei som har opplevd det. Vi har alle vår eigen måte å sjå verda på. Ved å fortelje deira historier visar Van der Kolk (2014) korleis traume kan påverke dette. Vi startar med å lære kartet vårt over verda allereie i tidleg barndom, av våre omsorgspersonar. Er barndommen vår prega av kjærleik og varme, tek vi med oss denne kjensla på vegen og opplever den som trygg og «rett». I ein barndom med mishandling og å verte ignorert som born, lærer ein eit meir usikkert og uoversiktleg, eller «torn», bilete av andre menneske og kva som er trygt (Van der Kolk, 2014, s. 152).

3.2 Traumebevisst omsorg

TBO er både ein teoretisk modell og forståingsramme. Det er òg konkrete metodiske verktøy som kan knytast til denne tenkinga. Forståingsramma visar måtar å møte kriseramma born og unge på med anerkjenning og respekt, og med ei forståing av åtferda deira ut i frå eit traumeperspektiv (Jørgensen & Steinkopf, 2013). Torstuen (2018) skriv om TBO og

songskriving med ungdom i barnevernet. Her hevdar ho at å møte born og ungdom med TBO som tilnærming har meir fokus på omsorg enn terapi, og at terapien heller vert eit resultat av ein vellykka omsorgsprosess (Torstuen, 2018, s. 16).

I følgje Bath (2015) er det tre faktorar, eller tre grunnpilarar, som er avgjerande for å skape eit miljø for betring og motstandsdyktigheit. Dei tre grunnpilarane i TBO er eit rammeverk som baserer seg på godt etablerte teoretiske perspektiv frå psykologien. Desse pilarane er *tryggleik* (safety), gode *relasjonar* (connections) og hjelp til å *regulere* kjensler (coping) (Bath, 2015; Thorkildsen, 2020). Jørgensen og Steinkopf (2013) plasserer desse pilarane inn i eit hus, og gjev oss eit bilete av korleis TBO og pilarane er veggane på eit hus vi byggjer opp rundt born som er utsett for utviklingstraume og deira omsorgspersonar. Dei metodiske verktøya vert ein del av interiøret i huset. Det er viktig at huset vert bygd først, og deretter kan ein starte med interiøret (Jørgensen & Steinkopf, 2013). Det mest grunnleggjande må vere på plass før ein kan gå vidare.

Eg kjem no til å gå nærare inn på Bath (2015) sine grunnpilarar i TBO, altså veggane på huset. Det vert lagt mest vekt på to av pilarane, nemleg relasjon og regulering. Dette har eg valt å gjere fordi desse to kjem tydelegast fram i tema frå intervjuet, og vert difor viktig å gje utfyllande forklaring på for diskusjonsdelen si skuld. På mange måtar heng dei tre pilarane saman. Tryggleik-pilaren er ein vel så viktig del av TBO, om ikkje viktigast, for å skape eit godt utgangspunkt for å jobbe med relasjons- og regulerings-pilaren. Difor vil eg kort greie ut om denne òg.



Figur 3: Traumebevisst omsorg sine tre grunnpilarar (HandleKraft, u. å.).

3.2.1 Tryggleik

For å forstå tryggleik-pilaren i TBO vil eg starte med å forklare kvifor born som har vore utsett for utviklingstraume har eit særleg behov for tryggleik. Utryggleik er ei kjensle som går att hjå born som har opplevd utviklingstraume (Bath, 2015). Fleire born og unge under omsorg av barnevernet er der nettopp på grunn av skade dei har vorte påført, ein trugsel dei kanskje har opplevd i heimen og i ung alder. Dette kan vere grunn til å kjenne seg utrygge

(RVTS Sør, 2020, 0:15). I følge Jørgensen og Steinkopf (2013) viser hjerneforskning at born som har opplevd slike typar traume ofte har eit hypersensitivt nervesystem. Ein ser at i situasjonar eller på tidspunkt der andre ikkje ville fått ein særleg reaksjon, kan desse borna reagere kraftig og verte hyper- eller hypoaktivert. Dette skal eg gå nærare inn på under regulering-pilaren. Åtferd og reguleringsvanskar som eit resultat av utviklingstraume kan gå utover borna sine relasjonar og påverke utvikling.

Ei kjensle av tryggleik er ein av dei viktigaste tinga eit born som har opplevd traume treng. I TBO i arbeid med desse borna handlar den første pilaren om barnet sitt behov for å kjenne seg trygg, og kva vi kan gjere for å hjelpe dei med å kjenne seg trygge (RVTS Sør, 2020, 0:38). I følge Bath (2015) startar «healing», eller ein betringsprosess, først når ein skapar eit miljø som barnet kjenner seg trygg i. Han skriv at tryggleik skapar rom som opnar opp for å kjenne seg «secure, calm, and attend to normal developmental tasks» (Bath, 2015). Å gje barnet ei kjensle av opplevd tryggleik vert difor eit viktig fundament for vidare utvikling.

3.2.2 Relasjon

Bath (2015) skriv kort og godt at relasjons-pilaren handlar om å byggje nye eller byggje opp att positive sosiale band. Born som har opplevd traume kan ha vanskar med tilknytning, og å byggje og oppretthalde gode, trygge relasjonar. Fleire kan ofte kjenne på utanforskap eller å ikkje høyre til, særleg når det gjeld omsorgspersonar og andre vaksne, men òg til born på same alder eller i samfunnet elles (RVTS Sør, 2020, 1:06). Jørgensen og Steinkopf (2013) forklarar at desse borna ofte har lært å knyte vaksne til noko negativt og til vonde kjensler. I TBO handlar relasjons-pilaren difor om å hjelpe barnet med å jobbe med nettverksbygging og byggje opp tillit til andre igjen.

Bath (2015) skriv òg dette om pilaren: «Connections involve trusting relationships with caring adults as well as normative community supports such as sports teams, youth groups, and recreational programs. Building connections fosters resilience by meeting growth needs for belonging and generosity» (Bath, 2015). I TBO vert jobben å hjelpe barnet med å skape gode kontaktar, byggje opp tillitsfulle relasjonar og nettverk som kan styrke kjensla av å høyre til både vaksne omsorgspersonar, til jamaldrande og til samfunnet. Relasjons-pilaren handlar altså om å hjelpe barnet med å knyte band både til trygge omsorgs- og enkeltpersonar, og til eit støttande miljø i samfunnet.

Som tidlegare skrive startar vi å lære kartet vårt over verda allereie tidleg i barndom, av våre omsorgspersonar. For born som har vore utsett for traume i oppveksten kan dette kartet verte annleis enn for born med ein trygg barndom, prega av kjærleik. Det meir uoversiktlege kartet kan òg prege borna sitt syn på relasjonar (Van der Kolk, 2014, s. 152). Van der Kolk (2014) visar eksempel på dette gjennom ein case der ein vaksen klient sin oppvekst og relasjonar i eigen familie forma hennar syn på alle menneske. I verdskartet hennar var alle menn slik at dei ikkje brydde seg om andre sine kjensler og kunne kome seg unna med kva som helst. Kvinner var for svake til å stå opp for seg sjølv og ville gjere kva som helst for å få menn til å ta vare på dei. Ingen av dei vil gjere ein innsats for å hjelpe klienten (Van der Kolk, 2014, s. 152-153). Igjen prega dette måten klienten oppfatta andre på. Ofte sat ho spørsmålsteikn ved dei som behandla ho godt, og ho vart mistenksam og stolte ikkje på dei (Van der Kolk, 2014, s. 153). Dette eksempelet visar korleis traume i barndommen kan påverke måten vi ser på andre menneske, som igjen kan gjere det utfordrande å byggje tillitsfulle og vedvarande relasjonar.

I Bath (2015) vert det som kallast *utviklande relasjonar* beskrive gjennom fire punkt. Det eine er tilknytning, som handlar om naturlege og positive emosjonelle tilknytningar – som igjen bidrar til ei kjensle av å høyre til. Det andre punktet er gjensidigheit. Dette handlar om relasjonar som noko gjensidig mellom personar som tek omsyn til den andre sitt beste. Som døme vert det her brukt foreldre som gjev støtte, men som gradvis trekk seg unna for at barnet kan vekse og utvikle seg. Det neste er progressiv kompleksitet, som tyder å gradvis meistre meir komplekse oppgåver innan den proksimale utviklingssona for å utvikle styrkar og potensial (Vygotsky, 1978, sitert i Bath, 2015). Det siste punktet er likeverdigskap. Det handlar om balanse i relasjonen. Til dømes kan ein forelder gje frå seg litt og litt kontroll over tenåringen sin, og la hen gradvis utvikle større sjølvstendigheit.

3.2.3 Regulering

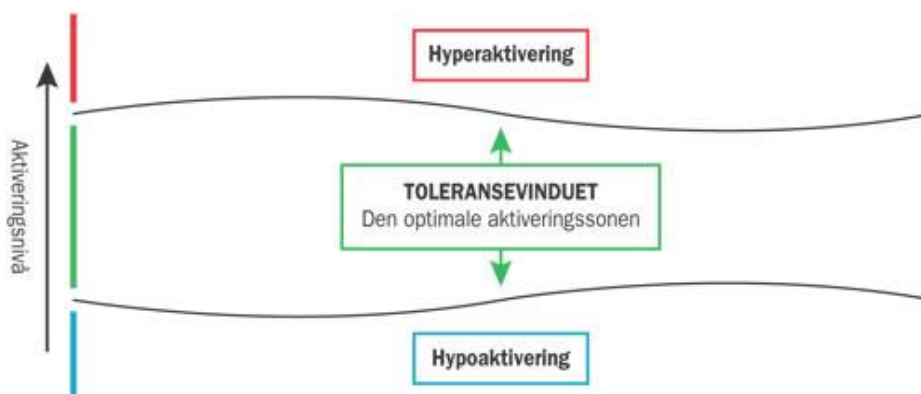
Bath (2015) kallar den siste pilaren i TBO for «coping», som vert direkte oversett til «meistring». Eg legg likevel merke til at fleire brukar ord som «regulering», «kjensleregulering» eller «affektregulering» (Jørgensen & Steinkopf, 2013; Thorkildsen, 2020). Regulering er det ordet eg vel å ta i bruk fordi det gjev mest mening i forhold til funna i forskingsprosjektet mitt.

Uansett kva ord ein vel å bruke handlar pilaren om det same. Bath (2015) beskriv den slik: «Coping enables the individual to meet life challenges as well as to manage emotions and impulses underlying traumatic stress. In resilience terms, successful coping strengthens growth needs for mastery and independence» (Bath, 2015). Regulerings-pilaren handlar altså både om hjelp til å kunne takle utfordringar ein møter på i livet, og til å handtere dei indre utfordringane etter opplevde traume, som kjensler og impulsar. I TBO handlar difor regulerings-pilaren om å hjelpe borna med å finne sunne måtar å handtere både det indre, som kjensler og tankar (RVTS Sør, 2020, 2:44), og ytre reaksjonar, som handlingar, impulsar og åtferd (Thorkildsen, 2020).

Under tryggleik-pilaren nemnde eg at born som har vore utsett for traume kan reagere kraftigare i situasjonar eller på tidspunkt der andre kanskje ikkje ville sett grunn til å reagere. Det kan òg vere motsett, at dei ikkje får reaksjonar der andre kanskje ville reagert. Vi kan difor seie at borna kan oppleve å anten verte hyper- eller hypoaktivert, altså å verte overaktivert eller underaktivert. Er ein i ein slik tilstand av aktivering er det lite rom for utvikling og læring av nye åtferdsmønster (Jørgensen & Steinkopf, 2013). I Nordanger og Braarud (2017) brukar dei toleransevindauget for å forstå aktivering og behovet for regulering.

3.2.3.1 Toleransevindauget og reguleringsstøtte

Toleransevindauge-modellen er utforma av Siegel (2012), og forklarar aktivering og regulering gjennom ulike sonar. Det finst ei sone for hyperaktivering (over), ei for hypoaktivering (under) og ei for optimal aktivering (innanfor toleransevindauget), slik figuren under visar.



Figur 4: Toleransevindauget (Nordanger & Braarud, 2014).

I hyperaktiveringssona kan ein oppleve uro, auka hjartrate, respirasjon og muskelspenningar, medan desse faktorane er redusert i hypoaktiveringssona (Nordanger & Braarud, 2017, s. 38). I hypoaktiveringssona kan ein oppleve å kjenne seg tom og avstengt frå omverda (RVTS Vest, 2014, 1:45). I den optimale aktiveringssona, eller inne i toleransevindauget, har vi optimal merksemd mot menneske, er til stades i situasjonar, er konsentrerte, og kan lære og delta i sosialt samspel (Nordanger & Braarud, 2017, s. 38; Nordanger, 2017; RVTS Vest, 2014, 0:30). Storleiken eller breidda på toleransevindauget er forskjellig frå person til person (Nordanger & Braarud, 2017, s. 39). Hjø born som har vore utsett for utviklingstraume kan sona for optimal aktivering vere smalare, og dei kan difor fortare hamne utanfor toleransevindauget og inn i hyper- eller hypoaktiveringssona (RVTS Vest, 2014, 1:35).

Vi er alle innom desse ulike aktiveringssonane. Skilnaden på ein som har opplevd å få reguleringsstøtte i oppveksten og ein som ikkje har det, er at førstnemnde kan ha meir velutvikla strategiar for regulering tilbake i toleransevindauget att enn sistnemnde (RVTS Vest, 2014, 0:45). Grunnen til dette er at oppleving av traume ofte svekkar delar av hjernen som har som oppgåve å regulere aktiveringane (RVTS Vest, 2014, 1:51). Dei områda av hjernen som har med regulering å gjere er difor ofte underutvikla hjå born som har opplevd traume og at reguleringsstøtta sviktar.

Som eg har kome inn på tidlegare i teksten er regulering og reguleringsstøtte viktig for at born skal utvikle seg optimalt. Kombinasjonen av at eit born vert utsett for traumatisk stress og at reguleringsstøtta sviktar, kan føre til utviklingstrauma der barnet kan få vanskar med å handtere eller «cope» med kjensler og impulsar – altså regulering. Nordanger (2017) og (Thorkildsen, 2020) forklarar at ei sentral oppgåve for ein omsorgsperson er å gje barnet reguleringsstøtte. Dette tyder å hjelpe barnet med å regulere åtferd, kjensler og impulsar, og bidra til at barnet vert trygt og roleg igjen når det er frustrert, sint eller skremt. Gjennom å få denne reguleringsstøtta kan barnet litt etter litt lære seg strategiar for å regulere seg sjølv (Nordanger & Braarud, 2017, s. 50).

For born som vert frårøva denne viktige læringa gjennom reguleringsstøtte i oppveksten, kan det verte svært vanskeleg å handtere hyper- eller hypoaktiveringar og klare å regulere seg tilbake inn i eit smalt toleransevindauge. Denne reguleringsutfordringa borna står ovanfor kan føre til «uforståeleg» og utfordrande åtferd (Jørgensen og Steinkopf, 2013). I eit forsøk på å

forstå barna kan det verte forvirring rundt diagnostisering (RVTS Vest, 2014, 2:50). Reaksjonane på hyperaktivering kan for eksempel tolkast som ADHD, hypoaktiveringsreaksjonar som depresjon, og reaksjonane på hyppig veksling mellom hyper- og hypoaktivering som bipolar lidning. Dette vert ofte feil om det er fylgjene av utviklingstraume som er årsaka og det eigentleg er hjelp til regulering som trengs.

3.3 Traumebevisst omsorg og musikkterapi i barnevern

Eg har til no gjort greie for traume, utviklingstraume, TBO og dei tre grunnpilarane. I komande del vil eg gå nærare inn på eit traumebevisst omsorgsperspektiv i samband med musikkterapi i barnevernkontekst. Musikkterapi kan fungere som metodikk i TBO, og bidra med praktiske verktøy som ein tek med seg i arbeid med denne forståingsramma. Altså vert musikkterapi ein del av «interiøret» i TBO-huset som vert bygd rundt barnet og omsorgspersonane.

På leit etter relevant musikkterapi- og barnevernslitteratur merka eg at pilarane glei mykje meir over i kvarandre. Dette kan støtte opp under det at desse pilarane eigentleg ikkje kan sjåast på separat, men at dei heng tett saman og er som ein heilskap. Likevel vil eg i dei komande avsnitta, for oversikta si skuld, prøve å sortere funn frå musikkterapi og TBO slik eg gjorde i avsnitta om TBO. I musikkterapilitteraturen er det heller ikkje skrive så mykje om TBO i barnevernkontekst, men i løpet av dei siste åra har det stadig kome nytt stoff som rettar søkelyset på TBO og musikkterapi. Eg brukar artikkelen av Krüger et al. (2017), *Musikkterapi og traumebevisst omsorg i barnevernet*, som utgangspunkt, fordi et meiner denne tydeleg knyt musikkterapi som praktisk tilnærming i barnevernkontekst til dei tre pilarane og TBO som teoretisk rammeverk.

Krüger et al. (2017) forskar nettopp på musikkterapi og TBO i barnevernkontekst, og funna i studien kan alle knytast til dei tre pilarane i TBO. Basert på intervju med sosialarbeidarar frå barnevernsinstitusjonar utforskar dei korleis informantane tenker rundt musikkterapi som ein tilnærming for å jobbe med psykisk helse og utvikling blant ungdom på barnevernsinstitusjonane. Studien tek utgangspunkt i ein samfunnsmusikkterapeutisk praksis. Funna viste at alle informantane opplevde musikkterapi som ein viktig og nyttig tilnærming for ungdommane, men at nokre òg opplevde at ungdommar ikkje kunne eller ynskja å delta på eit slikt tilbod. Dette kunne mellom anna vere på grunn av at tilbodet var styrt av vaksne eller

konfliktar mellom deltakarane. Dette samsvarar godt med det eg tidlegare i teoridelen har skrive om fylgjene av utviklingstraume. Likevel viste funna av studien viktige områder i TBO der sosialarbeidarane, som jobbar i nær kontakt med barnevernsungdom, meiner musikkterapi har ein nytteverdi (Krüger et al., 2017).

3.3.1 Tryggleik gjennom musikkterapi

For det første visar dei at musikkterapi kan bidra til å etablere tryggleik og trivsel (Krüger et al., 2017). Sosialarbeidarane meiner at musikkterapi kan leggje til rette for at ungdommane kan delta og skape kontaktar innfor trygge rammer. Det vert etablert ein tryggleik i sjølve musikkterapiprosessen, der ein startar med meir fastsett struktur og gradvis opnar opp for at ungdommane sjølv kan ta meir styring. Denne prosessen kan gje ungdommane eit godt grunnlag for å tøyse grenser, og teste ut aktivitetar og arenaar som dei tidlegare har unngått (Krüger et al., 2017). I tillegg uttrykkar dei at deltaking i musikkterapitilbod kan hjelpe ungdommane med å trene på byggje relasjonar og skaffe seg vener i eit trygt miljø, innanfor trygge rammer (Krüger et al., 2017).

3.3.2 Relasjon og meistring gjennom musikkterapi

For det andre pratar sosialarbeidarane om musikkterapien sin nytteverdi i samband med relasjonsbygging og meistring. Gjennom musikkaktivitetar vert det skapt ein god stad for ungdommane til å etablere og oppretthalde relasjonar, både til vaksne og jamaldrande (Krüger et al., 2017). Meistringsopplevingar ved å klare å oppretthalde gode relasjonar er noko desse ungdommane ikkje har hatt så mange av. Musikkterapien kan verte ein arena der ungdommane kan hjelpe kvarandre, og skape tilhøyrslø og fellesskap saman. Dette gjer det òg mogleg for dei vaksne å sjå fleire ressursar hjå ungdommane (Krüger et al., 2017).

Wilhelmsen og Fuhr (2019) skriv om deira erfaringar med arbeid med ungdommar under omsorg av barnevernet. Dei har sett korleis musikkterapeutisk arbeid kan vere ein medverkande faktor i ein betringsprosess i arbeid med ungdommane sine relasjonar til vaksne, mellom anna gjennom etablering av ein trygg og balansert terapeutisk relasjon. Dei visar gjennom praksiseksempel korleis rollane er i musikkterapitimane. Relasjonen mellom ungdom og terapeut er vennskapeleg, og ungdom får moglegheit til å ta i bruk sine ressursar. Den «vaksne» terapeuten har framleis ansvaret for rammene, og er sensitiv rundt ungdommen sin dagsform og toleransevindaug (Wilhelmsen & Fuhr, 2019).

3.3.3 Handtering av samansette kjensler gjennom musikkterapi

For det tredje nemner sosialarbeidarane i Krüger et al. (2017) at musikkterapi kan hjelpe ungdommane med å handtere samansette kjensler. Ein informant hevdar at «musikk ufarleggjer den terapeutiske biten» slik at det kan verte lettare å uttrykke seg og snakke om vanskelege kjensler (Krüger et al., 2017). Musikkterapi gjev òg verktøy for å handtere og kome i kontakt med kjensler ein kanskje ikkje får gjennom språk, og gjev moglegheit for å få utløp og forstå desse kjenslene (Krüger et al., 2017).

Heiderscheit og Murphy (2021) skriv òg om musikkterapi i arbeid med kjensleregulering. Dei visar til studiar som beskriv korleis både reseptiv og aktiv deltaking i musikkterapi kan auke blodstraumen til løningssentra i hjernen, auke endorfinproduksjonen, redusere kortisolproduksjon og på den måten hjelpe klienten til å handtere negative kjensler og humør. I tillegg beskriv dei korleis klienten gjennom deltaking i musikkaktivitetar som improvisasjon og prating om musikk («song discussion» kan lære å setje ord på, akseptere, utforske og uttrykke ulike kjensler (Heiderscheit & Murphy, 2021).

3.3.4 Kontinuitet og stabilitet i musikkterapien

Til slutt nemner sosialarbeidarane sider ved musikkterapitilbodet som noko stabilt og som går føre seg over lenger tid, og kva dette bidrar med for ungdommane. Musikkterapi tek utgangspunkt i musikk, som allereie er noko som ofte er ein stor del av unge sin kvardag, og som er ein tilgjengeleg ressurs i arbeid med å skape relasjonar og gode oppvekstmiljø (Krüger et al., 2017). Wilhemsen og Fuhr (2019) nemner òg korleis kontinuitet i musikkterapien og musikkterapi over lenger tid fører til at relasjonen mellom ungdom og musikkterapeut gradvis veks gjennom tryggleik og gjensidig anerkjenning. Dette kan føre til at musikkterapeuten kan vere ein trygg støttestøtteperson i overgangar, noko som ikkje er uvanleg for desse ungdommane (Krüger et al., 2017).

Kontinuitet og stabilitet kan knytast til born og unge sin utvikling av resiliensfaktorar. Som skrivi innleiingsvis handlar resiliens om å fungere godt, til tross for risikofaktorar (Agdestein & Thorbergesen, 2021, s. 6). Musikkterapi kan vere ein måte å jobbe med å få på plass føresetnadane som er viktige for utvikling av resiliensfaktorar, som Backe-Hansen et al. (2013) skriv om. Desse føresetnadane er det å kjenne seg elska, å oppleve ei kjensle av å

høyre til familie og lokalsamfunn, å ha tilknytning til jamaldrande, å passe inn i skulen, at ein vaksen er interessert i ein, at ein har sjølvtilitt, og at ein bur i eit lokalsamfunn der det er tilgang til tenester (Backe-Hansen et al., 2013, s. 74).

I tillegg framhevar sosialarbeidarane at musikkterapiprosessen over tid kan vere viktig for ungdommane. Her etablerast det ein tryggleik i å kunne starte med enkelttimar, der dei kan skaffe seg ferdigheiter, oppleve meistring og verte førebudd på meir komplekse samarbeidsprosessar ved deltaking i grupper (Krüger et al., 2017). Desse erfaringane kan skape ringverknader og noko som ungdommane kan ta med seg i ryggsekken vidare i livet. I litteraturgjennomgangen tidlegare i oppgåva nemnte eg Mandal og Bergset (2016) sin artikkel om musikkterapi som eit heimetilbod for ungdom i fosterheim. Her kjem det fram at individuell musikkterapi i ein trygg kontekst, altså i heimen, kan verte ein mjuk inngang i ein overgang til deltaking i ein samfunnsretta setting (Mandal & Bergset, 2016, s. 149).

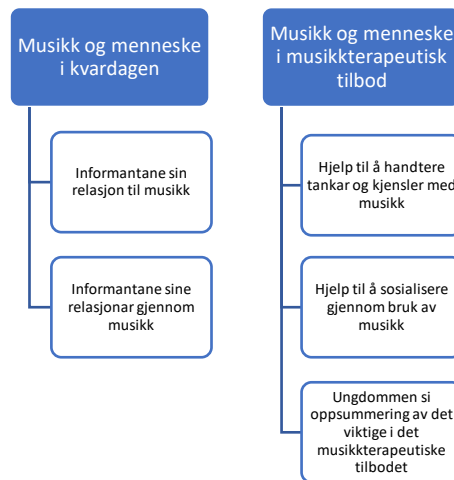
3.4 Oppsummering

Eg har no presentert traumebevisst omsorg som det teoretiske perspektivet for oppgåva mi. Eg har forklart kva dei tre grunnpilarane i TBO: tryggleik, relasjon og regulering, handlar om, og korleis dei skapar veggane for huset rundt eit born som har vore utsett for utviklingstraume. Som vi no har sett heng dei tre pilarane tydeleg saman, og for å bruke musikkterapien som ein del av interiøret inne i huset er det viktig å forstå heilskapen av TBO. Musikkterapilitteraturen eg har presentert visar at eit traumeinformert omsorgsperspektiv i musikkterapi kan brukast som metodisk verktøy i arbeid med born og unge under omsorg av barnevernet for å jobbe både med tryggleik, relasjon, regulering og deltaking.

4.0 Presentasjon av funn

I denne delen vert funna frå analysen av datamaterialet presentert. Analysen av datamaterialet frå intervjuet resulterte to hovudtema; *musikk og menneske i kvardagen* og *musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod*. Kvart av hovudtema har to tilhøyrande undertema; *informantane sin relasjon til musikk*, *informantane sine relasjonar gjennom musikk*, *hjelp til å handtere tankar og kjensler med musikk* og *hjelp til å sosialisere gjennom bruk av musikk*. I tillegg dukkar det opp eit tilleggsundertema, *ungdommen si oppsummering av det viktige i det musikkterapeutiske tilbodet*, under andre hovudtema for formidle kva ungdommen meiner har

vore viktig i det musikkterapeutiske tilbudet. Figuren under visar korleis hovudtema og undertema heng saman.



Figur 5: Presentasjon av funn.

Det eine hovudtema, *musikk og menneske i kvardagen*, tek for seg informantane sine refleksjonar rundt sin eigen bruk av og forståing for musikk, og erfaringar dei har med musikk i kvardagen både på eigenhand eller saman med andre. Dette hovudtema handlar altså om eigenbruk av musikk og gjev eit meir generelt innblikk i korleis informantane brukar musikk. Det andre hovudtema, *musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod*, tek derimot for seg informantane sine erfaringar med det musikkterapeutiske tilbodet og refleksjonar rundt kva utbytte som kjem av eit slikt tilbod. Her ser vi på ungdommen, som deltakar i det musikkterapeutiske tilbodet, og eg, i rollen som musikkterapistudent med min kunnskap om musikkterapi som verktøy, sin bruk av musikk saman i timane.

Eg vel å gruppere funna inn i desse to hovudtema for å prøve å vise korleis eigenbruk av musikk både kan skiljast frå og knytast til bruk av musikk i ein musikkterapeutisk kontekst. Eg skal no gå nærare inn på desse tema og presentere funn frå analysen av intervjuet. Sitata eg brukar er frå det transkriberte intervjuet, og her står *U* for ungdommen, *Fm* for fostermor, *Ff* for fosterfar og *I* for intervjuar.

4.1 Musikk og menneske i kvardagen

Det første hovudtema av presentasjon av funn har eg valt å kalle *musikk og menneske i kvardagen* fordi det tek for seg informantane sitt forhold til musikk. Musikkbruk i kvardagen er noko vi alle har eit forhold til, og som vi har våre individuelle og personlege erfaringar

med. Under dette tema kjem vi inn på informantane sin eigenbruk av musikk i kvardagen og deira refleksjonar rundt dette – altså deira eigen relasjon til musikk. I intervjuet rørte samtalen òg ved fleire aspekt ved det relasjonelle i musikk og informantane reflekterte rundt musikk som noko delt.

4.1.1 Informantane sin relasjon til musikk

I intervjuet kjem samtalen inn på tema som gitarspeling, øving og kva dette betyr for ungdommen. Det kom fram at ungdommen hadde ulike forståingar av musikk, og at det òg kan finnast forskjellige grunnar til og motivasjon for å spele eit instrument.

Ungdommen forklarar at hen speler gitar og øver fordi hen liker musikken. Motivasjonen for å spele og øve vert ikkje nødvendigvis det å klare å meistre ein teknisk krevjande låt, men heller det å lære etter musikkpreferanse, og musikk ein likar og har eit forhold til.

U: Eg speler jo ikkje gitar for å lære meg det superkule riffet, eg lærer meg... viss det skulle vere eit superkult riff så hadde det vert eit superkult riff frå ein song eg likte eller fordi eg synes riffet høyrast kult ut, ikkje berre fordi det er eit kult vanskeleg riff.

Ungdommen forklarar at grunnen til at hen øver på gitar og ynskjer å lære er fordi musikken er fin, om det gjev ei kjensle av at det er nødvendig og om hen får noko ut av det. Sjølv om setninga vart kutta tolkar eg det som om ungdommen driv med musikk fordi hen finn glede i det, og at det ligg noko meir i øvinga for hen enn at det «berre» er ei utfordring.

U: [...]eg hadde ikkje lært meg den teknikken berre fordi det er vanskeleg, eg hadde lært den fordi eg synes det er fint eller at det er nødvendig for meg... at eg hadde fått noko ut av det.

U: [...]eg gjer det jo på grunn av at eg finn glede i at... eg gjer det jo ikkje berre for ein challenge.

For fosterforeldre handlar samtalen om deira forhold til musikk meir om minner. Dei fortel om musikk som dei knyt til ein viss situasjon, ein stad eller ei kjensle.

Fm: Det er jo enkelte songar ein har som forsterkar stemning då, eller kjensler. I gravferda til min far, når den eine melodien kjem på, då er det litt sånn tilbake igjen der og kjenner på sorga då. Og så er det andre melodiar som forsterkar andre ting, sant. Når eg høyrer Robert Cray er eg tilbake igjen i (ein stad) i forelskingsperioden med (namnet til ff), for då kom han med Robert Cray og så...

Ff: Eg kjenner meg litt att i det, og eg tenker på den musikken vi høyrte der då vi var nyforelska, eg òg kjenner att det. DumDum Boys.

Her snakkar fosterforeldre om musikk som tek dei tilbake til ei tid. I tillegg tek det dei tilbake til kjensler, både sorg og forelsking, og minner frå då dei vart kjent med kvarandre og bygga ein relasjon. Dette tek oss vidare til neste undertema som handlar om relasjonsbygging gjennom musikk.

4.1.2 Informantane sine relasjonar gjennom musikk

I løpet av intervjuet kjem samtalen innom både utfordringar og moglegheiter ved musikk som noko relasjonsbyggjande. Mellom anna vert det gjort refleksjonar rundt informantane sine opplevingar knytt til at andre både kan ha ein ulik og ein likare forståing for musikk, og erfaringar med gode augneblinkar med musikk saman med andre.

FM: Ja, eg vil jo tru at det er like mange grunnar til å spele gitar som det er menneske som gjer det. At alle har på ein måte sitt utgangspunkt og motivasjon for å gjere det.

U: Det er det eg seier. Og det er ikkje veldig lik min, og då kjennast det ut som om det nesten er eit anna språk på ein måte.

Her beskriv ungdommen at det å ha forskjellig utgangspunkt og motivasjon for å drive med musikk nesten kan opplevast som at ein snakkar forskjellige språk. Dette kan trekkjast tilbake til det med å ha ulik motivasjon for å spele eller øve på gitar, som ungdom uttalte seg om tidlegare i intervjuet. Ungdommen seier at hen opplever at andre sitt utgangspunkt og motivasjon for å spele gitar ikkje er veldig lik den hen har, og at det kjennast nesten som «eit anna språk».

Ein moglegheit er å tolke dette som at musikk kan opplevast som noko ekskluderande. Når ungdommen møter andre med ei interesse for musikk, anten det er snakk om å spele saman eller prate om musikk, kan det opplevast som utfordrande å knyte band om ein ikkje har ei lik

forståing. Likevel kan det å sjå på musikk på forskjellige måtar òg vere ein ressurs der ein kan lære av og utfylle kvarandre. I kontekstualiseringa vert det vist at ungdommen meiner musikk er viktig når hen vert kjent med andre, men at det å ha lik musikksmak ikkje er naudsynt. Dette kan koplast til ulike forståingar av musikk som ressurs.

I løpet av intervjuet ynskjer eg å kome innom temaet deltaking i gruppe som musikkterapitilbod. Kontekstualiseringa visar at dette var noko eg og ungdommen hadde prata om i timane og som hen uttrykka eit ynskje om å delta på.

U: [...]Der er det litt lettare å finne folk med litt meir same interesser som eg har. Med... kanskje ikkje berre for gitar, men musikk generelt. Det hadde liksom vert koseleg å ha ei gruppe å gjere det med då.

I: Ja, å ha ei gruppe, liksom spele ilag? Eller snakke om musikk òg?

U: Ja, kanskje det, berre sånn generelt å ha ein... på ein måte... folkeeinheit, eller kva eg skal kalle det.

Ungdom fortel her at hen trur at det å delta på eit gruppetilbod kanskje vil bidra til at hen møter «folk med litt meir same interesser» for musikk. Dette kan tyde at hen tenker at deltakarar på gruppetilbodet vil ha ein meir lik forståing for og motivasjon for å drive med musikk som den hen har – kanskje vil hen møte nokon som pratar same «språk». I tillegg tolkar eg ungdommen sine ord om å «ha ei gruppe å gjere det med» og ein «folkeeinheit» som at hen har eit ynskje om å finne eit slags fellesskap i musikken. I kontekstualiseringa kjem det òg fram at ungdommen uttrykkar eit ynskje om å vere i eit miljø der ein har ei felles interesse for musikk.

Etter kvart byrjar fosterfar å fortelje om opplevingar han og ungdommen har hatt med musikk saman.

Ff: Vi høyrer ein del musikk når vi køyrer bil. Og då konkurrerer vi litt om kven si speleliste vi skal ha då.

(Latter)

U: Som alltid vert din.

Ff: Nehei!

U: Jo!

Ff: Det er ikkje sant.

U: Jo, alltid din.

(Latter)

Ff: Berre Radiohead.

U: Nei, det er ikkje berre Radiohead! Andre songar òg.

(Latter)

Ff: Men då er det litt sånn at du... og kanskje det går begge vegar, eg trur vi har lyst til å liksom overbevise den andre om at dette er den beste musikken.

I: Litt konkurranse nesten?

Ff: Nei, ja, er det konkurranse?

U: Nei, ikkje konkurranse men kanskje litt sånn...

Ff: Men eg likar godt at du (U) ... når vi liker same musikk. Då har vi ein god augneblink, tenker eg.

Eg har valt å ta med heile denne delen av samtalen fordi det kanskje kan vise, både med ord og gjennom korleis samtalen utspeler seg, korleis musikk saman med andre kan bidra til «ein god augneblink» mellom ungdom og fosterfar. Slike augneblinkar kan vere styrkande for ein relasjon ved å vere saman i opplevinga, og ved å mimre tilbake til ei god oppleving med musikk som ein har hatt saman.

I tillegg til gode augneblinkar med musikk beskriv fosterfar dette med å lytte til musikk saman, det å dele musikken og dei gode stundene med andre.

Ff: Eg merker jo kanskje ein liten forskjell òg, for det verkar som om du (U) set litt meir pris på det å lytte til musikk, saman med andre. Eg opplever det òg når du og eg er saman, då har vi hatt nokon gode stunder når vi har høyrte på musikk saman då.

Fosterfar uttrykker at han har merka ein skilnad i ungdommen sin lyst til, eller det å setje pris på, å lytte til musikk saman med andre. I tillegg trur han at musikk for mange kanskje kan vere best delt saman med andre. Dette tolkar eg som at han meiner at musikk kan opplevast «bra åleine, men det er endå betre delt».

Ff: [...]I sommar gjorde vi det mykje for då hadde vi mykje køyreturar. Så det var ei god oppleving for oss begge trur eg. Og då synes eg no heile tida at vi var i godt humør. Så det er jo kanskje noko med det at musikk er best delt og då, for mange. Ff: Det er bra åleine, men det er endå betre delt.

Gjennom fosterfar sine utsegn kjem det fram mykje ved musikk som kan vere relasjonsstyrkande og musikk som noko sosialt. Musikk, nærare bestemt musikklytting i desse tilfella, saman med andre kan bidra til gode augneblinkar som kan styrke relasjonar.

4.2 Musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod

Det andre hovudtema for presentasjon av funn har eg valt å kalle *musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod* fordi vi her kjem inn på delar av intervjuet som handlar om informantane sine erfaringar med det musikkterapeutiske tilbodet og refleksjonar rundt kva utbytte ein kan ha av eit slikt tilbod. I denne delen kjem vi inn på spørsmål som har som mål å utforske informantane sine opplevingar av å få eit musikkterapeutisk tilbod og deira refleksjonar rundt ein meir bevisst bruk av musikk. Gjennom informantane sine utsegn vil eg prøve å vise kva eit musikkterapeutisk tilbod kan bety for ungdom i målgruppa, og korleis musikkbruk i ein musikkterapeutisk kontekst kan skiljast frå eigenbruk av musikk.

Dei to hovudtema *musikk og menneske i kvardagen* og *musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod* glir likevel inn i kvarandre, og under fylgjande undertema *musikk som hjelp til å handtere tankar og kjensler* vert det presentert korleis ungdommen brukar musikken sin i musikkterapeutisk kontekst, men òg korleis dette kan takast med vidare for eigenbruk i kvardagen.

4.2.1 Hjelp til å handtere tankar og kjensler med musikk

I løpet av intervjuet kom samtalen fleire gonger innom ulike måtar informantane brukar musikk på. I musikktimeane har vi brukt mykje musikklytting som metodikk, og ungdommen beskriv fleire måtar musikken kan vere til hjelp på gjennom å lytte.

U: Det hjelper meg kanskje litt med å tenke, og så å stenge ute lyd. Og kjensler. [...] Eg kan tenke på sjølve songen, tenke på meg sjølv, eg kan tenke på kva eg skal gjere den dagen. Det berre hjelper meg betre på ein måte [...].

U: At det forsterkar tankegangen min.

Her trekk hen fram at det å lytte til musikk kan forsterke tankar og tankegangen, at det kan hjelpe med å tenkje og at det stenger ute anna lyd rundt. Dette kan tolkast som at musikken kan vere eit hjelpemiddel for konsentrasjon, at det hjelper ungdommen med å halde fokus på det hen tenkjer på eller at musikken kan føre til nye tankar og perspektiv. I tillegg nemner hen kjensler. Kjensler dukkar òg opp i kontekstualiseringa, då ungdommen gradvis opnar seg meir opp gjennom samtalar som startar med å handle om musikk. Musikken kan her både hjelpe hen med å uttrykke kjensler, men stenger òg ute eller gjev pause frå kjensler.

Fostermor reflekterer òg rundt musikk og kjensler, og ho undrar seg om ein kan bruke musikk for å endre på kjensler.

Fm: [...] Musikk forsterkar kjensler eller bringer fram kjensler. Kan ein då på ein måte bevisst bruke musikk til å komme seg ut av ein kjensle og endre det, viss du på ein måte kjenner at du ikkje vil vere der, er litt for lenger der, eller er på veg inn i noko?

Her stiller ho spørsmål ved om ein kan bruke musikk bevisst for å kome seg ut av ei kjensle ein ikkje vil vere i over lenger tid, eller om ein merkar at ein er på veg inn i denne kjensla. Spørsmålet hennar rører ved både bruk av musikk som hjelp til å førebygge mot å hamne i ei kjensle ein ikkje ynskjer å vere i og hjelp til å regulere kjensler. Dette leia samtalen vidare inn på om ungdommen opplever at hen kan bruke musikk og lytting bevisst til å regulere humør og kjensler.

I: [...] Klarer du liksom å bruke musikken til å regulere humøret ditt på ein måte?

U: Eg kan det, ja. Men det er ikkje alltid eg kjenner eg har lyst.

I: Har du lyst å vere i den kjensla du er i då?

U: Ja, kanskje at eg kjenner at det er litt... beroligande å berre få tenke litt. Utan at noko påverkar det. Og då snakkar eg ikkje nødvendigvis om eit negativt humør då.

Hen forklarar at hen kan endre på humøret gjennom musikk, men at hen ikkje alltid ynskjer å la musikken påverke. I sitatet tidlegare i teksten snakka hen om at musikk forsterkar tankegangen, og her beskriv hen det som «beroligande å berre få tenkje litt» med musikk.

Ungdommen kan oppleve det avslappande å la tankane gå dit dei går og berre flyte i takt med musikken, og ikkje bevisst måtte prøve å gjere ei endring.

Informantane beskriv fleire måtar dei opplever at ein musikktime kan verke på ungdommen. Ungdommen reflekterer rundt korleis hen opplever seg sjølv og fosterforeldre beskriv frå deira perspektiv.

U: [...]Kanskje eg er litt meir...oppegåande, etterpå.

I: Kva legg du i oppegåande? No vert det litt sånn, graver veldig men...

U: Kanskje det er lettare for meg å verte snakka til, kanskje? At eg er i litt betre humør, at eg er berre glad generelt. Ja. Litt... lettare å snakke.

I: For de som er med hen etter timane, merker de noko?

Fm: [...]Hen er veldig «lett» når hen kjem ned med deg (I) og avslutninga der og... absolutt.

Ff: Det stemmer godt med vår tanke om det òg. Eg synes du (U) verkar lettare til sinns. Humøret til oss alle går jo litt sånn opp og ned, men når du kjem frå musikken tenker eg at du er lett til sinns og eg tenker at de har hatt det kjekt.

Ungdommen brukar ord som «oppegåande» og «glad» for å beskrive korleis hen kjenner seg etter ein time. I tillegg seier hen at det kanskje er lettare å verte snakka til eller å snakke sjølv. Fosterforeldre som ofte er saman med ungdommen i tida etter timane beskriv hen som «lett» og lettare til sinns. Alle desse tinga er noko det kan vere naturleg å tolke som positivt. Det er ikkje alltid slik at svaret er positivt. Dette kan mellom anna variere ut i frå ungdom eller min sin dagsform og energinivå. Likevel er det interessant at informantane vel å bruke dei orda dei brukar. Dette kan bety at ungdommen si deltaking på eit slikt musikkterapeutisk tilbod stort sett har ein positiv verknad.

4.2.2 Hjelp til å sosialisere gjennom bruk av musikk

I samtalen med informantane var eg nysgjerrig på om ungdommen opplevde at sjølve musikktimane gjer noko med humøret. Her beveger samtalen seg over på det sosiale ved timane. Det er det dette neste undertema handlar om.

I: [...]Har du tenkt over om det påverkar humøret ditt? Korleis kjenner du deg etter ein time, for eksempel?

U: Eg kjenner meg jo betre, for då har eg på ein måte gjort noko eller snakka om noko eg er glad i, fått ledd litt og liksom... så det gjer noko med humøret. At eg kjenner meg kanskje litt betre og kanskje har litt meir motivasjon.

U: Etter ein lang skuledag, det er litt gøy å gjere noko eg liker og sosialisere medan eg gjer det.

Ungdommen forklarar at hen kjenner seg betre og har meir motivasjon etter ein time fordi hen har drive med og snakka om noko hen er glad i. Å drive med noko ein likar og interesserer seg for i timane kan verke motiverande for å halde fram med musikktimane. Det kan òg vere ein motivasjon for å drive med musikk på eigenhand. Det kan til og med ha ein overføringsverdi og gje motivasjon til å halde på med andre ting.

I tillegg trekk ungdommen fram noko ved det sosiale i timane. Her heldt vi på med noko som både er ei interesse for hen og meg. Vi har eit felles fokus på noko vi begge synes er kjekt og vi får ledd litt. Dette kan røre ved det relasjonsskapande i å prate same «språk». Det å ha ei felles interesse og halde på med dette saman med andre har ei betydning, slik det òg vart beskrive tidlegare i teksten i samband med eigenbruk av musikk saman med andre.

Noko som òg set sitt preg på timen, minst like mykje som eit felles fokus og interesse for musikken, er den terapeutiske relasjonen mellom meg og ungdommen. Samtalen kom inn på det vi har brukt tida i musikktimane på og eg var nysgjerrig på kva ungdommen meinte om dette.

U: Det har vore kjekt å snakke om det, men... det har vert fint å vise musikkmaken min, men... eg er litt nysgjerrig på din (I) òg.

Det at ungdommen visar ei interesse for min musikksmak kan formidle viktigeita av at relasjonen i ein terapikontekst er gjensidig. Kanskje bør eg som (framtidig) musikkterapeut i denne praksisen reflektert meir over det å vise meir av seg sjølv i timane. Dette kan opne meir opp for ei moglegheit til at relasjonen og rommet kanskje kunne vorte endå tryggare for ungdommen. I tillegg kan dette koplast til der det i kontekstualiseringa vert vist at

ungdommen likar å prate om musikk og tekst, og at hen gjerne vil prate om musikk med andre på den måten vi gjorde i terapikonktext.

4.2.3 Ungdommen sin oppsummering av det viktige i det musikkterapeutiske tilbodet

I tillegg til *musikk og menneske i musikkterapeutisk tilbod* sine to undertema vil eg leggje til eit tredje tilleggsundertema. Dette vel eg å ta med fordi sitatet ikkje fell under nokre av dei andre undertema. Eg meiner at sitatet likevel er viktig å få med fordi eg synes det vert ei kort og ekte oppsummering av kva ved det musikkterapeutiske tilbodet som har vore viktigast for ungdommen.

U: Eg kjenner liksom at alt med dei timane, kanskje, der og då, er viktig? Eg kjenner at generelt så er det ingenting spesifikt, men ein ting me har gjort mykje då er jo musikklytting og snakking om musikk.

Sitatet er ungdommen sitt svar på spørsmålet om kva som har vore viktig for hen under deltakinga i musikkterapitilbodet. Her trekk ungdommen fram musikklytting og prat om musikk. Dette er aktivitetar me har drive mykje med i timane, i tillegg til å spele gitar. Sidan desse dukkar opp er det kanskje òg noko som er viktigare for hen samanlikna med andre typar musikkaktivitetar me har drive med.

Hen uttrykker òg at hen kjenner at alt med timane, «der og då», er viktig. Dette kan tolkast som at det viktige er å vere til stades her og no, der vi er i timen og i augneblinken. Timane med musikk kan gje ungdommen ei kjensle av å faktisk vere til stades i det me driv med, og kanskje til og med av å verte oppslukt i det. I tillegg kan sjølv rommet vi skapar saman, med fokus på trygge rammer og ei avslappa stemning, opplevast som viktig.

4.3 Oppsummering

I presentasjonen av funn frå datamateriale har eg gjeve eit overblikk over viktige tema som dukka opp under intervjuet. Første hovudtema tok for seg refleksjonar rundt informantane sin bruk av musikk i kvardagen, både på eigenhand og saman med andre. Her kom det fram at ein kan forstå musikk på ulike måtar og at det kan opplevast individuelt frå person til person.

Ungdommen fortalte om at i møte med folk med ei forståing for musikk som ikkje er lik den hen har, kan det kjennast som at ein pratar forskjellige språk. På den måten kan musikk både

verte ein terskel, men òg sjåast på som ein ressurs i kontakt med andre. Ein ting er iallfall tydeleg i det som kjem fram i funna; musikk kan ha ein funksjon i sosiale settingar. Musikk saman med andre kan skape gode augneblinkar som er med på å styrke relasjonar, og ungdommen uttrykkar eit ynskje om eit fellesskap i musikken. Musikk er bra åleine, og endå betre delt!

Det andre hovudtema tok for seg informantane sine erfaringar med det musikkterapeutiske tilbodet og refleksjonar rundt kva utbytte som kan kome av eit slikt tilbod. Gjennom ungdommen sine beskrivingar kom det fram at musikk er eit verktøy som kan hjelpe med å handtere tankar og kjensler. Noko som òg kom fram var musikktimeane vert ein arena for å sosialisere. Vi kom inn på tema som den terapeutiske relasjonen mellom meg, som musikkterapistudent, og ungdommen, som deltakar i tilbodet, og bruk av musikk som hjelp til sosialisering. Til slutt presenterer eg eit av ungdommen sine sitat for å vise kva som har vore viktigast for hen i dette tilbodet. Her vart det trekt fram musikklytting og prating om musikk som viktig metodikk, og viktigheita av det trygge rommet med eit «her og no»-fokus som vi skapar saman.

5.0 Diskusjon

I dei to førre kapitla vert det presentert teoretiske perspektiv for oppgåva og funn frå analysen av datamaterialet. Funna visar viktige refleksjonar som ungdom og fosterforeldre gjer seg rundt bruk av musikk og det musikkterapeutiske tilbodet. Desse refleksjonane kan knytast til TBO, ei viktig forståingsramme innan barnevernsarbeid. Dei kan òg informere arbeid med TBO i musikkterapi i barnevern. Eg vil difor bruke diskusjonsdelen av oppgåva til å knyte funna i dette forskingsprosjektet til teori om TBO og musikkterapi i barnevern, og gjennom dette prøve å svare på problemstillingane mine:

Hovudproblemstilling:

Korleis reflekterer ungdom i ein spesialisert fosterheim og fosterforeldre rundt eit tilbod inspirert av musikkterapeutisk kunnskap og bruk av musikk?

Underproblemstilling:

Korleis kan dette informere traumebevisst omsorg i musikkterapi i barnevern?

Diskusjonsdelen av oppgåva vil eg bruke til å knyte musikk og musikkterapi til «interiøret», som her tyder metodikk og praktiske verktøy, i arbeid med forståingsramma TBO. Eg vil vise korleis funna kan passe inn i TBO og informere musikkterapeutisk arbeid i barnevernet. For å vise samanhengen mellom teori og funn har eg laga ein modell basert på «huset», Jørgensen og Steinkopf (2013) si forklaring av Bath (2015) sine grunnpilarar i TBO.



Figur 6: Modell av samanheng mellom funn og teori - MT som metodisk verktøy i arbeid med grunnpilarane i TBO.

Modellen visar korleis det musikkterapeutiske tilbodet kan fungere som metodisk verktøy (inne i huset) for å jobbe med grunnpilarane i TBO (huset sine veggar). MT står i denne modellen for «musikkterapeutisk tilbod», altså tilbodet som vart forma i løpet av praksisperioden. Ut i frå analysen av funna sett i samanheng med teori, kan det musikkterapeutiske tilbodet fungere som 1) ein trygg arena, 2) verktøy for regulering, 3) hjelp til reguleringsstøtte og 4) verktøy for å byggje relasjon. I komande del vil eg gå nærare inn på kvart av desse områda.

Når eg no skal knyte funn til teori vert det i hovudsak teke utgangspunkt i funna frå intervjuet, som er hovudmetode for innsamling av data. Eg vil òg vise til delen av oppgåva som vert kalla kontekstualisering. Kontekstualiseringa er basert på feltnotat, og er difor viktig å sjå i samanheng med funn frå intervjuet og teori. Som vi kan sjå i presentasjonen av funna frå

intervjuet vert desse delt inn i to hovudtema. Det eine visar korleis informantane brukar musikk i kvardagen til eigenbruk og saman med andre, medan det neste hovudtema visar korleis det musikkterapeutiske tilbodet kan bidra med tryggleik og hjelp til sosialisering og handtering av tankar og kjensler. I diskusjonsdelen vel eg å berre ta i bruk omgrepet «musikkterapeutisk tilbod», og ikkje « bruk av musikk». Dette tyder likevel ikkje at informantane sin bruk av musikk er ubetydeleg, snarare tvert i mot. Musikkinteressa, deira forståing og bruk av musikk vert ein ressurs som skapar eit viktig utgangspunkt for det musikkterapeutiske tilbodet. Som Krüger et al. (2017) skriv tek musikkterapi utgangspunkt i musikken, ein allereie eksisterande ressurs hjå mange, både som ein del av kvardagen, men òg i arbeid med å skape relasjonar og gode oppvekstmiljø.

5.1 Musikkterapeutisk tilbod som trygg arena

I teoridelen presenterte eg tryggleik som den mest fundamentale grunnpilaren i TBO. Bath (2015) hevdar at ein betringsprosess først kan starte når ein er i eit miljø der ein kjenner seg trygg, roleg og kan ivareta normale utviklingsoppgåver. Å skape eit trygt miljø vert difor ein fundamental del for musikkterapi òg. I funna vert det vist korleis ungdommen sjølv beskriv det musikkterapeutiske tilbodet som at «alt med dei timane, der og då, er viktig» (sitat U). Det at ungdommen opplever å vere til stades i timen kan tyde på at rommet opplevast som trygt. Å vere til stades i det ein driv med i augneblinken krev at ein er roleg, merksam og konsentrert, og altså at ein er innanfor toleransevindauget (Nordanger, 2017; Nordanger og Braarud, 2017). Toleransevindauget er bilete som kan hjelpe å forstå traumesymptom. Vi kan ikkje hjelpe ungdommen inn eller ut av dette vindauget, men ved å leggje til rette for ein opplevd tryggleik kan det verte lettare for ungdommen å regulere.

Som vi såg i teoridelen skriv Mandal og Bergset (2016) om korleis musikkterapi i heimen kan opplevast som trygt og bidra til at overgangen til deltaking i ein samfunnsretta kontekst vert mjukare. I delen om kontekstualisering i denne oppgåva vert det presentert ein gradvis overgang frå individuelle timar i heimen til deltaking på eit gruppetilbod. Det å byrje med både individuelle timar, men òg at dei går føre seg i heimen, kan bidra til etablering av tryggleik. Funna visar at vi i dei individuelle timane jobba med både ferdigheiter på gitar og sosiale ferdigheiter gjennom samtale. Det å tileigne seg ferdigheiter og oppleve meistring kan førebu ungdommen på deltaking i grupper og meir komplekse samarbeidsprosessar, i samsvar med det Krüger et al. (2017) skriv.

Ein trygg og gjensidig relasjon mellom terapeut og deltakar er òg viktig for å etablere tryggleik i musikkterapi. I funna trekk ungdommen fram fleire aspekt ved den terapeutiske relasjonen. Det vert beskrive at hen har det «gøy» (sitat U) i timane, og at det er rom for å «få ledd litt» (sitat U). Dette kan tyde på at timane opplevast som avslappa og at det er plass til humor. Det er ein verdi i nettopp dette, og her vil eg trekkje inn Klyve og Rolvsjord (2022) som visar at humor i musikkterapi gjev moglegheit for å kome i kontakt med positive kjensler og føre til ei kjensle av normalitet. I Wilhelmsen og Fuhr (2019) si formidling av korleis å skape tryggleik i musikkterapi framhevar dei at den terapeutiske relasjonen er venskapeleg, på same tid som terapeuten har ansvar for rammer og sensitivitet rundt ungdommen sitt toleransevindaug. Dette understrekar viktigheita av ei traumebevisst tenking i musikkterapi for å sikre deltakarar si oppleving av tryggleik.

5.2 Musikkterapeutisk tilbod som verktøy for regulering

Funna visar tydeleg at informantane opplever at musikk påverkar humøret, og at det musikkterapeutiske tilbodet spelar positivt inn på humøret til ungdommen. Ungdommen beskriv at musikk hjelper hen med å konsentrere seg og til å slappe av. Når informantane skal beskrive ungdommen etter ein time, brukar dei ord som «glad», «oppegående» (sitat U), «lett», «lettare til sinns» (sitat Ff og Fm), og ungdommen opplever det som «lettare å snakke og verte snakka til» (sitat U). I teoridelen vert modellen «toleransevindaug» presentert, og Nordanger og Braarud (2017) beskriv det som den optimale aktiveringssona der vi har optimal merksemd mot menneske. Vi er til stades i situasjonar, er konsentrerte, og kan lære og delta i sosialt samspel. Beskrivingane frå funna kan tyde på at ungdommen er til stades og aktivert etter ein musikktime, og at musikk i seg sjølv kan vere eit verktøy for regulering.

I teoridelen kom det fram at born og unge som har vore utsett for utviklingstraume ofte har mindre utvikla strategiar for å regulere seg tilbake i toleransevindaug (RVTS Vest, 2014, 0:45). Funna visar at ungdommen sin motivasjon for å lære, øve og halde på med musikk, handlar om at hen finn glede i det. Det har betydning for hen og hen får noko ut av det. Det at ungdommen opplever dette i samband med musikk, øving og læring kan tyde på at musikk kan vere eit verkemiddel i ein strategi for at ungdommen kan regulere seg inn i den optimale aktiveringssona der hen lærer.

I presentasjon av funn trekk ungdommen fram musikklytting og prating om musikk som metodikk som har vore viktig for hen i timane. Som Heiderscheit og Murphy (2021) skriv påverkar både aktiv, men òg reseptiv, deltaking i musikkterapi hjernen på måtar som gjer at det kan verte enklare å handtere negative kjensler og humør. Reseptiv musikkterapi, som mellom anna lytting til musikk, kan altså hjelpe ungdommen med å takle det å kjenne på negative kjensler og humør. Dette kan òg tyde at denne metodikken kan sjåast i samanheng med toleransevindauget (Nordanger & Braarud, 2017). Musikklytting kan verte ein hjelp til å forstå regulering og ein måte for ungdommen å lære strategiar for regulering.

Heiderscheit og Murphy (2021) hevdar òg at prating om musikk, eller «song discussion», kan hjelpe med å lære seg å setje ord på, utforske, akseptere og uttrykke kjensler. Sjølv beskriv ungdommen at musikk gjev moglegheit til å kjenne på, handtere og gje pause frå kjensler. Prating om musikk som musikkterapeutisk metodikk kan slik vere eit verktøy for å kome i kontakt med, akseptere og handtere kjensler, men òg for å gje ein pause frå dei. Begge formål er viktig, og kan igjen sjåast i samanheng med toleransevindauget og regulering.

5.3 Musikkterapeutisk tilbod som hjelp til reguleringsstøtte

I teoridelen kom det fram at ei viktig oppgåve omsorgspersonar har er å gje barnet eller ungdommen reguleringsstøtte (Nordanger, 2017; Thorkildsen, 2020). Reguleringsstøtte handlar om å hjelpe eit born med å verte trygt og roleg igjen når det er frustrert, sint eller skremt, til det etter kvart lærer seg strategiar for å regulere seg sjølv (Nordanger & Braarud, 2017, s. 50). Born og unge som har vore utsett for trauma har vorte frårøva viktig læring om korleis ein kan handtere slike hypo- eller hyperaktiveringar, og regulere seg tilbake i toleransevindauget (Jørgensen og Steinkopf, 2013), og difor vert reguleringsstøtta frå fosterforeldre viktig for å kompensere for denne tapte kunnskapen.

I funna kan vi sjå at fosterforeldre reflekterer rundt bruk av musikk til regulering og relasjonsbygging i samband med ungdommen. For det første fortel fosterfar at musikklytting og å like same musikk bidreg til gode augneblinkar, opplevingar og stunder mellom han og ungdommen. Slike gode stunder er med på å styrke relasjonar, noko vi i teoridelen såg at er viktig i arbeid med born som har opplevd traume (Bath, 2015). I tillegg skriv Jørgensen og Steinkopf (2013) at desse borna ofte har lært å knyte vaksne til vonde kjensler og noko negativt, og difor vert det i TBO viktig å vere ein hjelp til å byggje opp att tillit til vaksne. Dei

gode stundene fosterfar og ungdommen får i musikken kan bidra til å utvikle ein trygg og god vaksenkontakt for ungdommen. Det at ungdommen får ein trygg relasjon til ein vaksen omsorgsperson er viktig for å kunne gje ei god reguleringsstøtte. I tillegg meiner eg at dette visar at den fellesinteressa fosterfar og ungdommen har i musikk kan fungere som ein ressurs i reguleringsstøtte, då ein kan bruke musikk til å leggje til rette for desse gode augneblinkane og stundene som styrkar relasjon.

For det andre kan vi i funndelen sjå at fostermor reflekterer rundt om ein kan endre kjensler ved hjelp av musikk. Som tidlegare skrive handlar reguleringsstøtte om å hjelpe born og unge med å lære strategiar for å regulere mellom anna kjensler (Nordanger & Braarud, 2017, s. 50). Berre det at fostermor sjølv tek opp dette spørsmålet i intervjuet kan peike mot at ei bevisstgjerung rundt bruk av musikk kan hjelpe med å vere reguleringsstøtte for ungdommen. Det at dei snakkar om musikktimeane og reflekterer rundt bruk av musikk saman med ungdommen, og kan ta i bruk musikk eller foreslå musikk i situasjonar der det er behov for regulering, kan bety at det musikkterapeutiske tilbodet kan ha ein ringverknad når det gjeld fosterforeldre sin tilnærming som reguleringsstøtte for ungdommen.

Krüger et al. (2017) visar at musikkterapi gjev moglegheit for vaksne å sjå nye ressursar hjå ungdommane. Det musikkterapeutiske tilbodet kan bidra til å framheve og vise sterke sider ved ungdommen, og dette meiner eg kan brukast som ein ressurs for fosterforeldre som reguleringsstøtte òg. Fosterforeldre kan bruke ungdommen sin musikkressurs som eit verktøy og ein tilnærming i jobben deira med å vere reguleringsstøtte.

5.4 Musikkterapeutisk tilbod som verktøy for å byggje relasjon

Som vi var inne på i avsnittet over visar funna at musikk kan bidra til gode augneblinkar mellom fosterfar og ungdommen som styrkar relasjon. Ut i frå funna vil eg hevde at musikk kan fungere som eit verktøy for å verte kjent med andre og byggje relasjonar. Dette skal eg no gå nærare inn på.

I funna hevdar fosterfar at musikk er «bra åleine, men det er endå betre delt» (sitat Ff). Krüger et al. (2017) skriv at musikkterapi kan leggje til rette for opplevingar av meistring av å etablere og oppretthalde gode relasjonar. I det musikkterapeutiske tilbodet får ungdommen sosialisere og øve seg på etablering av relasjonar, på same tid som hen heldt på med noko hen

likar. I kontekstualiseringa kjem det fram at for ungdommen er musikk viktig når hen skal verte kjent med andre. Hen meiner likevel at ein ikkje nødvendigvis må ha lik musikksmak for at ein kan verte kjent, men ei felles interesse for musikk er viktig. Musikkterapi kan på den måten verte ein trygg arena der ungdommen kan øve seg på å etablere og bygge relasjonar, i samsvar med det Krüger et al. (2017) òg skriv. Ei felles interesse, altså musikken, kan danne utgangspunkt for relasjonsbygging, som kan vere med på å gjere at rommet opplevast som trygt.

I tillegg kom det i funna fram at ein kan ha ulike forståingar av musikk. Blant informantane ser vi at fosterforeldra knyt musikk til minner om kjensler og opplevingar, medan for ungdommen handlar det om gitarspeling. Som fostermor seier kan det vere «like mange grunnar til å spele gitar som det er menneske som gjer det. At alle har på ein måte sitt utgangspunkt og motivasjon for å gjere det» (sitat Fm). Sjølv har eg erfart at ein i musikkterapi kan jobbe med å sjå og bruke slike ulike forståingar av musikk som ein ressurs i relasjonsbygging. Mellom anna gjev det moglegheit for å vise kven ein er ved å reflektere rundt kvifor ein forstår musikk på sin måte. Ein kan tileigne seg nye perspektiv på korleis ein kan sjå på musikk, og få øving i å forstå kvarandre og utvikle ein inkluderande forståing som gjev plass til fleire. Som vi kan sjå i teoridelen skriv Van der Kolk (2014) at traume kan påverke og forme vår forståing av verda og andre menneske. I samband med dette kan det vere relevant å bruke ulike perspektiv på musikk som ein ressurs. På denne måten kan musikk verte ein ressurs i styrking og bygging av gode og trygge relasjonar, til dømes mellom ungdommen og fosterforeldre. Dette visar òg at musikk brukast som ein inngang til samtale, og setje i gang interessante diskusjonar rundt musikk – som kan vere god hjelp i etablering av nye relasjonar. Å få verktøy til å etablere nye relasjonar kan vere viktig for born og unge som har opplevd trauma, og som vist i teoridelen handlar relasjons-pilaren nettopp òg om nettverksbygging, slik Bath (2015) forklarar.

Når det gjeld nettverksbygging og etablering av nye relasjonar visar både funn frå kontekstualiseringa og intervjuet at ungdommen er interessert i deltaking på gruppetilbod og nysgjerrig på andre deltakarar i tilbodet. I tillegg visar funna at ungdommen har ei interesse for min musikksmak. Denne interessa og nysgjerrigheita for andre kan sjåast i lys av Bath (2015) sine beskrivingar av relasjons-pilaren i TBO. I følgje Bath (2015) er gjensidigheit og likeverdiggskap to viktige punkt i ein utviklande relasjon. At musikk kan vekke ei interesse og nysgjerrigheit for kvarandre kan verte eit godt utgangspunkt i bygging av nye relasjonar.

Dette kan tyde at musikkterapi kan skape ein arena for og møteplass der ein kan byggje gode relasjonar som baserer seg på gjensidigheit og likeverdskap. Basert på det eg no har presentert vil eg hevde at musikk kan fungere som ein ressurs i relasjonsbygging, og at musikkterapi kan leggje til rette for å utforske og lære korleis musikk kan brukast for å styrke relasjonar og byggje nye relasjonar.

Det har no vorte diskutert korleis musikk som ressurs og eit musikkterapeutisk tilbod kan vere ei nyttig tilnærming for å jobbe med grunnpilarane i TBO. Når eg har sett på samanhengen mellom informantane sine refleksjonar og teori, merkar eg at diskusjonen dreg i retning mot eit anna viktig tema, nemleg deltaking. Dette temaet dukka opp både i funn og teori. TBO og pilarane tryggleik, relasjon og regulering dannar grunnlaget for at ein kan byrje å tenke deltaking. Særleg kjem dette fram i Krüger et al. (2017), der studien visar at musikkterapi kan gje ungdommane verktøy for å etablere stabile relasjonar og skape sosiale arenaar der det kan skje. På den måten kan musikkterapi bidra til at ungdommane sine deltakingsmoglegheiter vert styrka (Krüger et al., 2017). Vi ser at ved å trekkje liner mellom grunnpilarane i TBO, sjå dei i samheng med kvarandre og jobbe heilskapleg i musikkterapi, kan hjelpe traumeutsette born og unge med større deltaking i samfunnet.

5.5 TBO i musikkterapeutisk tilbod som hjelp til deltaking

Det visar seg at utrygge born deltek mindre i samfunnet, mellom anna i skulen (Ishol, 2022). Eit viktig arbeid med musikkterapi i barnevernkontekst kan handle om at ein gjennom å jobbe TBO kan vere med på å hjelpe uttygge born og unge med å ta del i aktivitetar i samfunnet. For å plassere funn og teori inn i eit deltakingsperspektiv tek eg i bruk modellen frå *figur 6*, men har valt å teikne inn ei bru. Brua symboliserer korleis TBO i musikkterapi kan verte ein vegvisar mot samfunnet. Ved å jobbe med TBO i musikkterapi i barnevernkontekst kan ein vere med på å byggje ei bru ut mot deltaking i aktivitetar i samfunnet, som visar veg og kan gjere den lettare for born og unge å gå.



Figur 7: Modell av MT som metodisk verktøy i arbeid med grunnpilarane i TBO, og TBO i MT som ei bru mot deltaking.

Som Mandal og Bergset (2016) skriv kan musikkterapi som heimetilbod verte ein mjuk inngang i ein overgang til deltaking i samfunnet. For å knyte dette til funna vil eg vise til kontekstualiseringa som synar ungdommen i ein prosess frå individuelle timar i heimen til deltaking på gruppetilbod. Ungdommen hadde heile tida eit ynskje om å delta i musikkaktivitetar som gruppetilbod, men terskelen vart for stor. Derifrå samarbeidde vi om å finne eit passande tilbod, og enda opp med å reise saman på dette. Det viste seg at det var viktig for ungdommen å ha ei støtte dei første gongane, før hen hadde fått knytt eit meir solid band til andre deltakarar. Denne prosessen og musikkterapeuten som støtte kan knytast til det Krüger et al. (2017) skriv om at gjennom kontinuitet og stabilitet i musikkterapien kan musikkterapeuten verte ein støtteperson for ungdommar i overgangar.

Her kan vi òg dra inn det Krüger et al. (2017) skriv om at individuelle timar kan gje ungdommar ferdigheiter og meistringsopplevingar som kan førebu dei på meir komplekse samarbeidsprosessar ved deltaking i grupper. Som vi kan sjå i funna og tidlegare i diskusjonen tileignar ungdommen seg fleire ferdigheiter som kan vere viktig i møte og i samarbeid med andre. Hen fekk jobbe med gitar- og samspelferdigheiter, i tillegg til å

opparbeide seg sosiale ferdigheiter gjennom å prate om musikk. Desse ferdigheitene kan gjere at ungdommen kjenner seg betre rusta til å delta på gruppetilbod.

Både å jobbe med førebuing, og å fokusere på ein gradvis og mjuk prosess i musikkterapi vert viktig for å sikre at denne overgangen frå individuelle timar til eit gruppetilbod, eller vegen frå heimen og ut i samfunnet, vert opplevd som trygg for ungdommen. Som vi kan sjå i teoridelen beskriv Krüger et al. (2017) korleis musikkterapi kan leggje til rette for tryggleik ved å skape møteplassar der ein kan utforske, tøyne grenser og skape kontaktar innanfor trygge rammer. Musikkterapi kan altså verte ein trygg stad for deltaking.

Som tidlegare skrive handlar relasjons-pilaren i TBO om å skape kontaktar, byggje opp tillitsfulle relasjonar og nettverk som kan styrke ei kjensle av tilhøyrslø både til vaksne omsorgspersonar, til jamaldrande og til samfunnet (Bath, 2015). Dette kan òg knytast til fleire av føresetnadane for å utvikle resiliens, slik Backe-Hansen et al. (2013) nemner. Mellom anna er ei kjensle av å høyre til familie og lokalsamfunn med på å gje born og unge betre moglegheit til å utvikle resiliensfaktorar. I kontekstualiseringa kjem det fram at ungdommen er interessert i og nysgjerrig på dei andre deltakarane i gruppetilbodet. Sidan gruppetilbodet baserer seg på musikk er det gode sjansar for at deltakarane har ei interesse for musikk, slik som ungdommen. Dette vert eit godt utgangspunkt for å knyte kontakt og byggje nye relasjonar til jamaldrande, og for etablering av nye nettverk. I det musikkterapeutiske tilbodet hadde eg og ungdommen mange og lange samtalar om musikk. I kontekstualiseringa ser vi at ungdommen tek i bruk nettopp dette for å verte kjent med deltakarar på gruppetilbodet då hen set i gang samtale ved å spørje «kva musikk likar du?» (sitat U).

I funna kan vi sjå at ungdommen ynskjer å ha ei gruppe å drive med musikk saman med, og å ha ei «folkeeinheit» (sitat U). Dette ordet tolka eg som at hen ynskja å finne eit fellesskap i musikken, eit miljø eller ei gruppe som driv med musikk saman og som kan gje ungdommen ei kjensle av tilhøyrslø. I teoridelen viste Krüger et al. (2017) at musikkterapien kan verte ein arena der ungdommane kan hjelpe kvarandre, og skape tilhøyrslø og fellesskap saman. Det gjev difor meining at musikkterapi som gruppetilbod kan gje ungdommen ei oppleving av nettopp dette. I følgje FN sin barnekonvensjon har born lovfesta rettigheter til involvering og deltaking (Regjeringen.no, 2022). Dette understeker viktigheita av at born deltek, og her kan musikkterapi vere ein måte å senke terskelen for å delta.

5.6 Oppsummering

Som vi no har sett kan musikkterapi som eit gruppetilbod skape ein plass der ungdommen både kan byggje nye relasjonar til jamaldrande og skaffe nettverk, på same tid som det kan gje ei kjensle av tilhøyrslse, fellesskap og vere ein arena for deltaking. Det at ungdommen gjennom ein prosess i individuelle timar i det musikkterapeutiske tilbodet, etter kvart deltek på eit gruppetilbod, kan vise at musikkterapi kan fungere som ein hjelp for ungdommen til større deltaking i samfunnet. På same tid meiner eg at diskusjonen visar ein samanheng mellom det å jobbe med TBO i det musikkterapeutiske tilbodet, og det at ungdommen deltek på gruppetilbodet. Ved ein slik tilnærming kan musikkterapi vere ein måte å setje i gong prosessar og vise ein veg ut i samfunnet.

6.0 Avslutning

I denne oppgåva har eg forsøkt å svare på hovudproblemstillinga om korleis ein ungdom i ein spesialisert fosterheim og fosterforeldre reflekterer rundt eit musikkterapeutisk tilbod og bruk av musikk. Funna visar at informantane gjev musikkbruk og det musikkterapeutiske tilbodet ein betyding på områder som handtering av kjensler og tankar, sosialisering, styrking av relasjonar og deltaking. Underproblemstillinga handlar om korleis refleksjonane kan informere TBO i musikkterapi i barnevern. For å svare på problemstillingane visar diskusjonen korleis funna kan knytast til TBO og musikkterapilitteratur. Her kjem det fram at det musikkterapeutiske tilbodet kan leggje til rette for ein trygg arena, vere ein hjelp til regulering og reguleringsstøtte, og fungere som verktøy for relasjonsbygging. Diskusjonen vert avrunda ved å vise korleis ein med eit slikt traumebevisst omsorgsperspektiv i musikkterapi, kan jobbe med dei tre grunnpilarane i TBO, og på same tid byggje ei bru ut i samfunnet og senke terskelen for deltaking.

6.1 Refleksjonar rundt og kritikk av eigen studie

I dette forskingsprosjektet har eg valt å invitere den eine ungdommen og fosterforeldra frå praksisperioden, med som deltakarar i forskinga. Denne avgjersla var det utfordrande å ta, og eg brukte tid på å vurdere valet. På den eine sida kunne eg fått fram fleire erfaringar og perspektiv ved å invitere inn fleire fosterfamiliar. På den andre sida var det fleire grunnar til å at berre denne familien vart spurt om å delta. Mellom anna var ungdommane i dei andre fosterfamiliane ein god del yngre, i meir akutte og sårbare livssituasjonar, og hadde av ulike

grunnar ikkje moglegheit til å samtykke. Vurderinga vart i tillegg basert på masteroppgåva sitt omfang og tidsspenn.

Under teoridelen der eg presenterer teori frå TBO og musikkterapi i barnevernkontekst, vel eg å leggje størst vekt på Krüger et al. (2017) sin studie der sosialarbeidarar er informantar. Det er både fordelar og ulemper ved dette valet. Ulempa er at ungdommane som deltek i musikkterapien, ikkje får fram si stemme i forskinga. I tillegg kan funna frå intervju med sosialarbeidarane vere basert på deira forforståing og meiningar, utan å ha delteke i musikkterapi. Fordelane ved ei slik vinkling er at det får fram perspektivet til dei som jobbar i nær kontakt med ungdommane og som kjennar dei godt. Eg trur det kan vere viktig å utforske begge perspektiv, både korleis ungdommane opplever seg sjølv og korleis vaksne i nærkontakt opplever ungdommane. I oppgåva mi er det nettopp difor eg har valt å invitere med fosterforeldre i forskingsprosjektet. Det er viktig å få fram ungdommen sitt perspektiv, som direkte deltek i det musikkterapeutiske tilbodet, og det er viktig å få fram omsorgspersonar sitt perspektiv.

I diskusjonen hevdar eg at TBO i det musikkterapeutiske tilbodet kan vere ein hjelp for ungdommen til større deltaking i samfunnet. I kontekstualiseringa visar eg ein prosess der ungdommen gradvis deltek meir, og til slutt endar opp med å gå på eit gruppetilbod. Grunnen til at eg har valt å gje oppgåva mi tittelen «Kva musikk likar du?», er fordi dette var samtalestartaren ungdommen valte å bruke for å verte kjent med dei andre deltakarane på gruppetilbodet. Sjølv om eg håpar at musikkterapi kan vere ein måte å senke terskelen for deltaking på, er det sjølvsagt ingen garanti for at ungdommen fortset på gruppetilbodet. Dette er nok ein større prosess som må gå føre seg over lenger tid enn eitt lite år, altså lengda på forskingsprosjektet. Likevel meiner eg at oppgåva mi visar at musikkterapi kan vere ein start. Det understrekar òg kvifor det vert dess meir viktig å ha slike musikkterapeutiske tilbod i denne praksiskonteksten, og at dei går føre seg over lenger tid.

6.2 Endelege tankar

Som Korzcak (2011) innleiingsvis skriv kan det som er lite fort verte gløymt og sett på som ubetydeleg. Desto viktigare vert det å vere bevisst på og anerkjenne born sine «små» behov, «små» gleder og «små» sorger. Barnekonvensjonen visar rettigheitar knytt til omsynet til barnet sitt beste, born sin rett til å seie sin meining og verte høyrte, og born sin rett til omsorg

(Barnekonvensjonen, 1989, art. 3; art. 12; art. 20). Eit traumeinformert omsorgsperspektiv i musikkterapi vert difor ekstra viktig i barnevernkontekst, for å sikre born og unge respekt og rettigheitar. Dette forskingsprosjektet er lite og avgrensa, og litteraturen peikar på at det er behov for meir forskning. Mitt håp for musikkterapi i barnevernkontekst og for dette prosjektet, er at vi kan vere med på å leggje betre til rette for at det skal gå bra med born og unge som er knytt til barnevernet.

7.0 Litteraturliste

- Agdestein, A. N. & Thorbergesen, C. A. (2021). *Resiliens hos unge i fosterhjem* [Masteroppgåve]. Universitetet i Bergen.
- Alderson, P. & Morrow, V. (2004). *Ethics, Social Research and Consulting with Children and Young People*. Barnado's.
- Backe-Hansen, E., Havik, T & Grønningsæter, A. B. (2013). *Fosterhjem for barns behov: Rapport fra et fireårig forskningsprogram* (NOVA Rapport 16/13). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Bath, H. (2015). The three pillars of traumawise care: Healing in the other 23 hours. *Reclaiming Children and Youth*, 23(4), 44-46.
- Barnekonvensjonen. (1989). *Konvensjon om barnets rettigheter* (20-11-1989). Lovdata. https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-05-21-30/KAPITTEL_8#KAPITTEL_8
- Barnevernsloven. (2021). *Lov om barnevern* (LOV-2021-06-18-97). Lovdata. https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2021-06-18-97?q=barnevernloven#KAPITTEL_1
- Brinkmann, S. (2013). *Qualitative interviewing: Understanding qualitative research*. Oxford University Press.
- Braun, V & Clarke, V. (2008). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bufdir. (u. å.). *Barn i fosterhjem og beredskapshjem*. Henta 8. mai 2023 frå <https://www.bufdir.no/statistikk-og-analyse/barnevern/barn-i-fosterhjem>
- Bufdir. (u. å.). *Om Bufdir og Bufetat*. Henta 5. mai 2023 frå <https://www.bufdir.no/om/>
- Bufdir. (u. å.). *Spesialiserte fosterhjem*. Henta 5. mai 2023 frå <https://www.bufdir.no/fagstotte/barnevern-oppvekst/barnevernsreformen/spesialiserte-fosterhjem/>
- Bufdir. (2023, 6. mars). *Spesialiserte fosterhjem – i Norges viktigste jobb*. <https://www.bufdir.no/fosterhjem/kontorer/ost/aktuelt/spesialisert-fosterhjem-i-norges-viktigste-jobb/>
- Bækkelund, H. (2021, 12. april). *Hva er traumer og traumebehandling?* Norsk psykologforening. <https://www.psykologforeningen.no/foreningen/aktuelt/aktuelt/hva-er-traumer-og-traumebehandling>
- Familievernkontorloven. (1997). *Lov om familievernkontorer* (LOV-1997-06-19-62). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1997-06-19-62?q=familievernkontor>
- Fangen, K. (2010). *Deltagende observasjon* (2. utg.). Fagbokforlaget.

- Flick, U. (2009). *An Introduction to Qualitative Research* (4. utg.). SAGE.
- FN-sambandet. (2023, 7. februar). *Barnekonvensjonen*.
<https://www.fn.no/om-fn/avtaler/menneskerettigheter/barnekonvensjonen>
- Hammersley, M. & Atkinson, P. (2019). *Ethnography: Principles in Practice* (4. utg.). Routledge.
- HandleKraft. (u. å.). *Traumebevisst omsorgs tre grunnpilarer*. Traumebevisst.no. Henta 28. april 2023 frå https://www.traumebevisst.no/program/trygge-voksne/Traumebevisst_omsorgs_tre_grunnpilarer-2.pdf
- Heiderscheit, A. & Murphy, K..M. (2021). Trauma-Informed Care in Music Therapy: Principle, Guidelines and a Clinical Case Illustration. *Music Therapy Perspectives*, 39(2), 142-151. <https://doi.org/10.1093/mtp/miab011>
- Ishol, E. (2022). «Det finnes ikke vanskelige barn, men barn som har det vanskelig»: En kvalitativ studie av læreres erfaringer med relasjonsbygging i møte med utrygge barn [Masteroppgåve]. Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.
<https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmlui/bitstream/handle/11250/3017634/no.ntnu:inspera:111681752:36358496.pdf?sequence=1>
- Johansson, K. (2016). *Mellom hermeneutikk og fenomenologi – et essay i vitenskapsteori*. Norsk forening for musikkterapi. Henta frå <https://www.musikkterapi.no/2016/2017/1/19/mellom-hermeneutikk-og-fenomenologi-et-essay-i-vitenskapsteori>
- Jørgensen, T. W. & Steinkopf, H. (2013). Traumebevisst omsorg, teori og praksis. *Fosterhjemskontakt*(1), ss. 10-17.
- Layman, D., Hussey, D., & Laing, S. (2002). Foster care trends in the United States: Ramifications for music therapists. *Music Therapy Perspectives*, 20(1), s. 38-46.
- Klyve, G. P. & Rolvsjord, R. (2022). Moments of fun: Narratives of children's experiences of music therapy in mental health care. *Nordic Journal of Music Therapy*, 32(2), 100-120. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/08098131.2022.2055114>
- Korczak, J. (2011). *Barnets rätt till respekt* (4. utg.). Bokförlaget Natur och Kultur.
- Krüger, V., Nordanger, D. Ø. & Stige, B. (2017). Musikkterapi og traumebevisst omsorg i barnevernet. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 55(10), 998-1008.
<https://psykologtidsskriftet.no/vitenskapelig-artikkel/2017/10/musikkterapi-og-traumebevisst-omsorg-i-barnevernet>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal Akademisk.

- Lassemo, E., Anthun, K. S., das Nair, R., Sand, K. & Ådnes, M. (2022). *Når barnevernet overtar omsorgen – en forenklet kunnskapsoppsummering* (SINTEF 2022: 01044). Norges Forskningsråd.
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (3. utg.). Universitetsforlaget.
- National Research Ethics Committees (2022, 26. mai). *Guidelines for Research Ethics in the Social Sciences and the Humanities*.
<https://www.forskningsetikk.no/en/guidelines/social-sciences-humanities-law-and-theology/guidelines-for-research-ethics-in-the-social-sciences-humanities-law-and-theology/>
- Nordanger, D. Ø. (2017). Regulerende omsorg. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 55(10), 904-905. <https://psykologtidsskriftet.no/kommentar/2017/10/regulerende-omsorg>
- Nordanger, D. Ø. & Braarud, H. C. (2014). Regulering som nøkkelbegrep og toleransevinduet som modell i en ny traumepsykologi. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 51(7), 530-536. <https://psykologtidsskriftet.no/fagartikkel/2014/07/regulering-som-nokkelbegrep-og-toleransevinduet-som-modell-i-en-ny>
- Nordanger, D. Ø. & Braarud, H. C. (2017). *Utviklingstraumer: Regulering som nøkkelbegrep i en ny traumepsykologi*. Fagbokforlaget.
- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode: En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Regjeringen.no. (2022, 21. november). *FNs konvensjon om barnets rettigheter*.
<https://www.regjeringen.no/no/tema/familie-og-barn/innsiktsartikler/fns-barnekonvensjon/fns-konvensjon-om-barnets-rettigheter/id2511390/>
- Roberts, H. (2008). Listening to Children: and Hearing Them. I P. Christensen & A. James (Red.), *Research with Children: Perspectives and Practices* (2. utg., s. 260-275). Routledge.
- Rolvjord, R. (2008). En ressursorientert musikkterapi. I Trondalen, G. Og Ruud, E. (Red.), *Perspektiver på musikk og helse: 30 år med norsk musikkterapi* (s. 123-138). NMH publikasjoner.
- Rosvoll, L. H. H. (2020). *Hvordan kan musikkterapeuten fungere som en veileder i musikkterapeutisk arbeid med en beredskapsfamilie?* [Masteroppgåve]. Universitetet i Bergen.
- RVTS Sør. (2020, 1. februar). *Howard Bath – De tre pilarene* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=1V3DiyLxcHA&t=24s>

- RVTS Vest. (2014, 7. mai). *Traumefeltets nyttigste verktøy?* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=ugC4EdmsKWc>
- Saakvitne, K. W., Gamble, S., Pearlman, L.A. & Lev, B.T. (2000). *Risking connection: A training curriculum for working with survivors of childhood abuse*. The Sidran Press.
- Siegel, D. J. (2012). *Developing Mind* (2. utg.). New York: The Guilford Press.
- Sikt. (u. å.). *Forske på egen arbeidsplass*. Henta 3. mai 2023 frå <https://sikt.no/forske-pa-egen-arbeidsplass>
- Stendi. (u. å.) *Spesialiserte fosterhjem*. Henta 5. mai 2023 frå <https://stendi.no/fosterhjem/bli-familiehjem-eller-beredskapshjem/familiehjem-forsterket-fosterhjem>
- Stige, B., Malterud, K., & Midtgarden, T. (2011). EPICURE – Et dialogisk redskap til evaluering af kvalitativ forskning. *Nordisk sygeplejeforskning*, 1(1), 33–56.
<https://doi.org/10.18261/ISSN1892-2686-2011-01-05>
- Thorkildsen, S. L. (2020, 28. januar). *De tre pilarene i traumebevisst omsorg*. RVTS Sør.
<https://rvtssor.no/aktuelt/294/de-tre-pilarene-i-traumebevisst-omsorg/>
- Thornquist, E. (2018). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori: for helsefag* (2. utg.). Fagbokforlaget.
- Tjora, A. (2018). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Gyldendal.
- Torstuen, E. (2018). *Sangskrivning med ungdom i barnevernet* [Masteroppgåve]. Universitetet i Bergen.
- Van der Kolk, B. (2014). *The Body Keeps the Score: Mind, brain and body in the transformation of trauma*. Penguin Books.
- Wilhelmsen, C. & Fuhr, G. (2019). Musikkterapi som relasjonsarbeid med ungdom i barnevernet. *Tidsskriftet Norges Barnevern*, 96(1-2), 22-38.
<https://doi.org/10.18261/ISSN.1891-1838-2019-01-02-03>
- Zanders, M. L. (2012). The musical and personal biographies of adolescents with foster care experience. *Qualitative Inquiries in Music Therapy*, 7, 77-109. Barcelona Publishers.
- Zanders, M. L. (2015). Music Therapy Practices and Processes with Foster-Care Youth: Formulating an Approach to Clinical Work. *Music Therapy Perspectives*, 33(2), 99-107. <https://doi.org/10.1093/mtp/miv028>

Vedlegg

Vedlegg 1: Samtykkeskjema og informasjonsskriv til ungdom

Vil du delta i forskingsprosjektet
«Fridom i musikken?»

Dette er eit spørsmål til _____ om å delta i eit forskingsprosjekt der føremålet er å utforske fridom i samband med musikk og musikkterapi. I dette skrivet gjev vi deg informasjon om måla for prosjektet og om kva deltaking vil innebere for deg.

Føremål

I dette prosjektet vil eg utforske dine opplevingar med og refleksjonar rundt musikk og musikkterapi, og det å ha eit musikkterapitilbod i heimen. I tillegg ynskjer eg å utforske om musikkterapi kan leggje til rette for opplevingar av fridom, og ynskjer dine refleksjonar rundt dette. Ulike forskingsspørsmål eg har lyst å utforske formulerer eg på dette tidspunktet slik: «korleis vert eit musikkterapitilbod i heimen opplevd?», «kva betyr timane med musikkterapi for deg?», «korleis kan musikkterapi bidra til ei kjensle av fridom?» og «kva kan fridom i musikkterapi bidra til?». Forskinga er knytt til masteroppgåve i musikkterapi.

Kven er ansvarleg for forskingsprosjektet?

Universitetet i Bergen er ansvarleg for prosjektet.

Kvifor får du spørsmål om å delta?

Eg har kome i kontakt med deg og familien din gjennom praksisplassen eg har fått i Bufetat. Eg vil inkludere deg i studien fordi eg har fått ha timar med musikkterapi med deg, og har hatt gode og interessante samtalar med deg rundt musikk og bruken av musikkterapi. Eg vil gjerne dokumentere dine refleksjonar og bruke dei som data i masteroppgåva mi.

Kva inneber det for deg å delta?

Dersom du vel å delta i prosjektet, inneber det at du deltek i intervju og samtykker til observasjon. Intervjuet/-a kan ta om lag 30-60 min og vil innehalde spørsmål om dine refleksjonar rundt fridom og musikk, og dine erfaringar med og refleksjonar rundt musikkterapi-praksisen.

Det vert teke lydopptak av intervjuet/-a, som etter intervjuet/-a vert kryptert og lagra i SAFE (Sikker Adgang til Forskningsdata og E-infrastruktur).

Observasjon inneber at eg som forskar fører feltnotat/logg frå timar og samtalar. Loggane vert anonymisert og lagra i SAFE fortløpande.

Om du ynskjer å få tilgang til intervjuguide er det berre å ta kontakt med forskar.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du vel å delta, kan du når som helst trekkje samtykket tilbake utan å gje nokon grunn. Alle personopplysingane dine vil då bli sletta. Det vil ikkje føre til nokon negative konsekvensar for deg dersom du ikkje vil delta eller seinare vel å trekkje deg.

Ditt personvern – korleis vi oppbevarer og bruker opplysningane dine

Vi vil berre bruke opplysningane om deg til føremåla vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandlar opplysningane konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Det er student og rettleiar som vil ha tilgang til opplysningane dine.
- Namnet og kontaktopplysningane dine er ikkje relevant for prosjektet og vil difor ikkje verte lagra. Datamaterialet frå intervju og observasjon vil verte lagra i og kryptert gjennom SAFE (Sikker Adgang til Forskningsdata og E-infrastruktur).

Deltakarane i prosjektet vil ikkje kunne kjennast att i oppgåva.

Kva skjer med opplysningane dine når vi avsluttar forskingsprosjektet?

Opplysningane blir anonymiserte når prosjektet er avslutta/oppgåva er godkjend, noko som etter planen er 15.05.2023. Alle opplysningar og data vil verte sletta ved prosjektslutt.

Kva gjev oss rett til å behandle personopplysningar om deg?

Vi behandlar opplysningar om deg basert på samtykket ditt.

På oppdrag frå Universitetet i Bergen har Personverntjenester vurdert at behandlinga av personopplysningar i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettar

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

- innsyn i kva opplysningar vi behandlar om deg, og å få utlevert ein kopi av opplysningane,
- å få retta opplysningar om deg som er feil eller misvisande,
- å få sletta personopplysningar om deg,
- å sende klage til Datatilsynet om behandlinga av personopplysningane dine.

Dersom du har spørsmål til studien, eller om du ønskjer å vite meir eller utøve rettane dine, ta kontakt med:

- Universitetet i Bergen ved Viggo Krüger, Viggo.Kruger@uib.no, tlf: 99534628 og student: Ingrid Trefall, Ingrid.Trefall@student.uib.no, tlf: 99240797.
- Vårt personvernombod: Janecke Helene Veim, Janecke.Veim@uib.no, tlf: 55582029.

Dersom du har spørsmål knytt til Personverntjenester si vurdering av prosjektet kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester, på e-post (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Venleg helsing

Viggo Krüger
Rettleiar og prosjektleiar, UiB

Ingrid Trefall
Musikterapiststudent

Samtykkeerklæring

_____ har motteke og forstått informasjon om prosjektet «Fridom i musikken?» og har fått høve til å stille spørsmål. _____ samtykker til:

- å delta i intervju
- å delta i observasjon

Eg samtykker til at _____ sine opplysingar kan behandlast fram til prosjektet er avslutta.

(Signert av føresett, dato)

(Signert av deltakar, dato)

Vedlegg 2: Samtykkeskjema og informasjonsskriv til fosterforeldre

Vil du delta i forskingsprosjektet «Fridom i musikken?»

Dette er eit spørsmål til deg om å delta i eit forskingsprosjekt der føremålet er å utforske fridom i samband med musikk og musikkterapi. I dette skrivet gjev vi deg informasjon om måla for prosjektet og om kva deltaking vil innebære for deg.

Føremål

I dette prosjektet vil eg utforske dine opplevingar med og refleksjonar rundt musikk og musikkterapi, og det å ha eit musikkterapitilbod i heimen. I tillegg ynskjer eg å utforske om musikkterapi kan leggje til rette for opplevingar av fridom, og ynskjer dine refleksjonar rundt dette. Ulike forskingss spørsmål eg har lyst å utforske formulerer eg på dette tidspunktet slik: «korleis vert eit musikkterapitilbod i heimen opplevd?», «kva betyr timane med musikkterapi for deg?», «korleis kan musikkterapi bidra til ei kjensle av fridom?» og «kva kan fridom i musikkterapi bidra til?». Forskinga er knytt til masteroppgåve i musikkterapi.

Kven er ansvarleg for forskingsprosjektet?

Universitetet i Bergen er ansvarleg for prosjektet.

Kvifor får du spørsmål om å delta?

Eg har kome i kontakt med deg og familien din gjennom praksisplassen eg har fått i Bufetat. Eg vil inkludere deg i studien fordi eg har fått ha timar med musikkterapi med din ungdom, og har hatt gode og interessante samtalar med deg rundt bruken av musikkterapi. Eg vil gjerne dokumentere dine refleksjonar og bruke dei som data i masteroppgåva mi.

Kva inneber det for deg å delta?

Dersom du vel å delta i prosjektet, inneber det at du deltek i intervju og samtykker til observasjon. Intervjuet/-a kan ta om lag 30-60 min og vil innehalde spørsmål om dine refleksjonar rundt fridom og musikk, og dine erfaringar med og refleksjonar rundt musikkterapi-praksisen.

Det vert teke lydopptak av intervjuet/-a, som etter intervjuet/-a vert kryptert og lagra i SAFE (Sikker Adgang til Forskningsdata og E-infrastruktur).

Observasjon inneber at student/forskar fører feltnotat/logg frå timar og samtalar. Loggane vert anonymisert og lagra i SAFE fortløpande.

Om du ynskjer å få tilgang til intervjuguide er det berre å ta kontakt med forskar.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du vel å delta, kan du når som helst trekkje samtykket tilbake utan å gje nokon grunn. Alle personopplysingane dine vil då bli sletta. Det vil ikkje føre til nokon negative konsekvensar for deg dersom du ikkje vil delta eller seinare vel å trekkje deg.

Ditt personvern – korleis vi oppbevarer og bruker opplysingane dine

Vi vil berre bruke opplysingane om deg til føremåla vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandlar opplysingane konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Det er student og rettleiar som vil ha tilgang til opplysningane dine.

- Namnet og kontaktopplysningane dine er ikkje relevant for prosjektet og vil difor ikkje verte lagra. Datamaterialet frå intervju og observasjon vil verte lagra i og kryptert gjennom SAFE (Sikker Adgang til Forskningsdata og E-infrastruktur).

Deltakarane i prosjektet vil ikkje kunne kjennast att i oppgåva.

Kva skjer med opplysningane dine når vi avsluttar forskingsprosjektet?

Opplysningane blir anonymiserte når prosjektet er avslutta/oppgåva er godkjend, noko som etter planen er 15.05.2023. Alle opplysningar og data vil verte sletta ved prosjektslutt.

Kva gjev oss rett til å behandle personopplysingar om deg?

Vi behandlar opplysningar om deg basert på samtykket ditt.

På oppdrag frå Universitetet i Bergen har Personverntjenester vurdert at behandlinga av personopplysingar i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettar

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

- innsyn i kva opplysningar vi behandlar om deg, og å få utlevert ein kopi av opplysningane,
- å få retta opplysningar om deg som er feil eller misvisande,
- å få sletta personopplysingar om deg,
- å sende klage til Datatilsynet om behandlinga av personopplysingane dine.

Dersom du har spørsmål til studien, eller om du ønskjer å vite meir eller utøve rettane dine, ta kontakt med:

- Universitetet i Bergen ved Viggo Krüger, Viggo.Kruger@uib.no, tlf: 99534628 og student: Ingrid Trefall, Ingrid.Trefall@student.uib.no, tlf: 99240797.
- Vårt personvernombod: Janecke Helene Veim, Janecke.Veim@uib.no, tlf: 55582029.

Dersom du har spørsmål knytt til Personverntjenester si vurdering av prosjektet kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester, på e-post (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Venleg helsing

Viggo Krüger
Rettleiar og prosjektleiar, UiB

Ingrid Trefall
Musikkterapistudent

Samtykkeerklæring

Eg har motteke og forstått informasjon om prosjektet «Fridom i musikken?» og har fått høve til å stille spørsmål. Eg samtykker til:

- å delta i intervju
- å delta i observasjon

Eg samtykker til at opplysingane mine kan behandlast fram til prosjektet er avslutta.

(Signert av prosjektdeltakar, dato)

Vedlegg 3: Intervjuguide

Intervjuguide

Fortelje om formålet med intervjuet og kvifor nettopp dei vert spurt om å delta (det som står i informasjonsskrivet og samtykkeskjema). Understreke at det er frivillig å delta og at dei kan trekke seg når som helst. Uformelle samtalar for å skape trygg, roleg og avslappa atmosfære.

Leie samtalen inn på ulike tema:

1. Om musikk:

- Kan de fortelje litt om dekans eige forhold til musikk? Kva betyr musikk for deg?
 - o *Kortid høyrer de på musikk?*
 - o *Korleis bruker de musikk? Bruker du musikk i spesielle situasjonar?*
 - o *Har de hatt nokre musikkopplevingar de hugsar ekstra godt? Når de har lytta til musikk, på konsert, heime, på reise, når de har spelt instrument åleine, saman med andre*

2. Om musikkterapitilbodet:

- Kan de fortelje litt om kvifor de takka ja til dette tilbodet og korleis de kom fram til den beslutningen?

Spørsmål retta mot ungdommen:

- Kan du beskrive litt kva me har gjort i timane?
 - o *Eksempel på aktivitetar*
- Kva har vore viktig for deg i timane, og kvifor?
 - o *Har nokre av aktivitetane vore viktigare enn andre?*
 - o *Kva tenkjer du om det me har drive med i timane?*
 - o *Kva utbytte ville du ha av timane? Har dette endra seg i løpet av perioden?*
- Kva har tilbodet betydd for deg, kvardagen og livet ditt?
 - o *Korleis har det vore å ha tilbodet som ein del av kvardagen din?*
 - o *Korleis har det påverka kvardagen?*
 - o *Har det påverka humøret ditt?*
 - o *Har du opplevd meistring i timane?*
 - o *Har erfaringar med musikk eller i timane påverka korleis du ser på livet ditt?*
- Tenkjer du annleis om musikk og musikkterapi både til bruk i kvardagen eller i timane no enn tidlegare?
- *Nokre spesielle opplevingar du hugsar betre enn andre?*
- Er det noko du synes vi bør gjere annleis i timane?
 - o *Er det noko du saknar i timane? Gjere meir eller mindre av?*

- *Har du forslag til korleis vi kan forbetre timane?*

Spørsmål retta mot fosterforeldre:

- Får de nokre tankar når de høyrer på kva han fortel?
 - *Har de hatt samtalar om ting som har skjedd i timane?*
- Korleis synes de det har vore å få dette tilbodet så langt?

Til alle:

- Kva erfaringar gjort gjennom deltaking i musikkterapi trur de han/du kan få nytte av i framtida?

3. Om musikkterapitilbod i heimen:

- Korleis har de opplevd å få eit musikktilbod heime i heimen?

Retta mot ungdommen:

- Me begynte å snakke om band tilbod for ungdom – kva var det som fekk deg til tenkje på dette igjen? Kvifor har du fått lyst til å prøve det no?
 - *Er det noko me har gjort i timane som har gitt deg lysten?*
 - *Kva har gjeve deg motivasjon til å ville delta på andre ting?*
 - *Har det vore «lettare» å starte heime, for så å delta ein annan stad?*
 - *Noko om det sosiale ved det*

Til alle:

- Er dette noko de som familie har prata om? Kan de i så fall fortelje litt om dette?