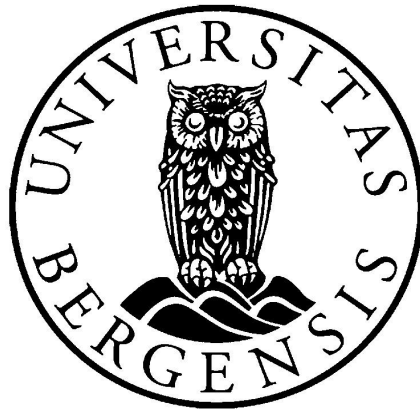


Narratív Musíkkterapi:

Om á omskríve lívshistorier í

musíkkterapien



Av Steinar Hjelmbrække

Masteroppgåve í musíkkterapi ved Griegakademiet,

Uníversítetet í Bergen, 2014

Abstract

«Narrative Music Therapy:

About re-writing life stories in music therapy»

In this project my goal was to have a look into how ones own life stories can be used as a resource to promote health in music therapy, through creativity and reflection. Songwriting is a commom way to work on these issues in music therapy. However, since songwriting doesn't necessarily appeal to all clients, I wanted to explore how we can work on the clients' life stories in other ways than through songwriting, while still keeping to a musical context. Narrative therapy seemed to form a natural base for this exploration. In my thesis I am trying too look at how a narrative way of working could be combined with music therapy, and how the life stories of the clients could be used as the tool for this work.

I conducted qualitative interviews of three music therapists who all had the combination of long-term clinical experience and a high-level academic background. I addition to this, I also collected what I could find of litterature on musical activities based around the combination of life stories and elements from narrative therapy, or musical activities based around life stories that presented other ways of working that through songwriting.

My analysis showed that life stories can be used to create various types of products that can be used as a resource for the clients in music therapy in many quite different ways. I also found that the life stories of the clients can have a cyclic effect. First, the life stories are used to create products that can be used as a resource inside og outside the therapy situation in various ways. By using these products constructively the clients also start writing their future life stories, which in turn can be used to create additional products.

My findings also emphasize the importance of reflecting around which part of the time axis on the clients life stories one should work with. My analysis suggests that past, present and future all are equally important, and that this choice should be the result of careful consideration in each and every case. Ideas from narrative therapy in music therapy seem to form a potential way of creating structure and system to both the gathering or creation of methods, the actual execution of these methods and for setting the goals for these methods.

Forord

Fyrst og fremst vil eg takka mine tre informantar for at dei stilte opp for å fortelje om sine tankar og opplevingar kring bruk av livshistorier i musikkterapien. Intervjua danna grunnlag for fleire interessante tema som eg fann svært interessante å jobba vidare med.

Takk til rettleiaren min, Professor Brynjulf Stige, for framifrå rettleiing. Takk for at du tok deg tid til ei rekkje diskusjonar med meg og mine somme gongar sterke meiningar. Takk også for at du hjelpte til med å kanalisere mitt sterke engasjement og aktive kreativitet inn i eit format som er passande for ein tekst som denne.

Takk til medstudentane mine og dei faste forelesarane våre gjennom studiet, for ei flott, givande og lærerik tid.

Takk til broren min Sigbjørn Hjelmbrække for bistand med nynorsken i delar av oppgåva.

Den kreativiteten og det engasjementet som har danna grunnlaget for denne oppgåva takkar eg foreldra mine Ingjerd og Egil Hjelmbrække for, fordi dei alltid har latt meg gå dei vegar eg har ynskja i livet.

Innhald

1. Innleiing.....	5
1.1 Bakgrunn for val av tema.....	6
1.2 Narrativ terapi.....	8
1.3 Problemstilling.....	11
1.4 Sentrale omgrep.....	12
1.5 Disposisjon av oppgåva.....	16
2. Litteraturgjennomgang.....	17
2.1 Litteratur.....	18
2.2 Oppsummering.....	23
3. Metode.....	25
3.1 Kvalitativ metode.....	25
3.1.1 Type kvalitativ metode.....	26
3.1.2 Hermeneutikk.....	26
3.2 Sosialkonstruksjonisme.....	28
3.3 Kvalitative forskingsintervju.....	29
3.3.1 Val av informantar.....	30
3.3.2 Utvalet.....	31
3.3.3 Forarbeid.....	31
3.3.4 Intervjuguide.....	32
3.3.5 Gjennomføring av intervju.....	33
3.3.6 Transkripsjon.....	34
3.3.7 Analysering av datamaterialet.....	35
3.4 Etikk.....	37
3.5 Kritisk blick på eiga forskning.....	39
4. Presentasjon av data.....	40
4.1 «Skaping av eit produkt».....	40
4.1.1 «Produktet som diplom».....	41
4.1.2 «Produktet som ein isbrytar».....	44
4.1.3 «Produktet som eit identitetskart».....	45
4.1.4 Oppsummering.....	47
4.2 Fokus på fortid, notid eller framtid?.....	49
4.3 Andre funn.....	52
4.3.1 «Narrativ terapi i musikkterapi?».....	52
5. Drøfting.....	54
5.1 «Skaping av eit produkt».....	54
5.1.1 Oppsummering.....	57
5.1.2 Refleksjonar.....	58
5.2 «Fokus på fortid, notid eller framtid?».....	59
5.2.1 «Livshistoria: Eit spørsmål om kunnskap?».....	59
5.2.2 «Litteraturen og tidsaksen».....	61
5.2.3 Oppsummering.....	64
5.3. Refleksjonar: «Kva del av tidsaksen skal eg velje?».....	64
6. Avslutning.....	68
6.1 Oppsummering.....	68
6.2 Vidare arbeid.....	71
6.3 Kvifor Narrativ Musikkterapi?.....	72
Litteraturliste:.....	75
Appendiks.....	79

1. Innleiing

«Eg håpar eg valde rett», tenkte Frida, medan ho sat på bussen og grubla over det ho nettopp hadde vore med på. «Valde eg rett, eller hadde eg kanskje feil synsvinkel?» Tenkte ho vidare, lettare fortvila. Ho hadde nett vore i stemmelokalet og putta røystesetelen sin ned i urna. Det var ingen veg tilbake no. Over lengre tid hadde ho slite med å bestemme seg for kva parti ho skulle stemme på, ettersom ingen av partia eigentleg sto for alt det same som ho. «Alle partia snakkar varmt om seg sjølv, og alle partia snakkar negativt om dei konkurrerande partia. Fleire av partia verkar truverdige i sine eigne appellar, men alle partia utelét dei delane av sanninga som ikkje tenar deira sak», resonnererte ho frustrert. «Og eg som ikkje har noko særleg greie på politikk, korleis skal eg liksom kunne ta stilling til kven som har rett og kven som tek feil?»

Frida ynskja, som mange andre, å stemme på eit parti som ville kjempe for ein betre situasjon ikkje fyrst og fremst for ho sjølv, men for folk som hadde det uendeleg mykje verre enn ho sjølv. Men dette var det ikkje berre *eit* parti som ville, snarare ville *alle* partia dette, i fylgje dei sjølv. «Eg får prioritere kva sak som er viktigast for meg då», hadde ho tenkt. «Men kva er viktigast, eigentleg? Å hindre framtidige katastrofar gjennom å stemme på miljøpolitikk? Eller er det kanskje endå viktigare å stemme for eit parti som i endå større grad vil sende pengar og menneskap til område herja av hungersnaud og krig? Eller kanskje burde eg stemme fram eit større fokus på forskning, slik at alt frå medisinar til teknologi kan gjere liva til alle på kloden betre i framtida? Burde me inne i Noreg prioritere kollektivfelt eller jernbanespor, eller å fremje elbilteknologien?» Det partiet som sto på barrikadane for ein av tinga Frida var oppteken av, var kanskje ikkje i like stor grad oppteken av det andre. Dermed sto valet fram som meir eller mindre tilfeldig for ho. Ho lét tankane spinna vidare, og tenkte på korleis menneskjer på begge sider av ein konflikt alltid meiner dei sjølv har rett. Ho tenkte på korleis ei gruppe med opprørarar i eit land kan verte kalla for anten fridomsforkjemparar eller terroristar, alt etter kva side av konflikten den aktuelle nyheitskanalen støttar. «Så kva er *eigentleg* sant, då?» Tenkte ho filosofisk. «Ingen set sitt eige liv i fare for ei sak berre for moroskuld. Ikkje ein gong terroristar. Det er det perspektivet me ser frå som bestemmer kva som er sant og kva som ikkje er sant om verda», tenkte ho. Brått innsåg ho kva tyding dette hadde for hennar eige liv; at uansett kva ho måtte oppleve i framtida, så var det til sjuande og sist ho sjølv, og det perspektivet ho tok, som avgjorde korleis det ville kjendest å leva.

1.1 Bakgrunn for val av tema

Historia om Frida demonstrerer tanken om at det er kva synsvinkel ein ser frå som avgjer korleis ein opplever ting som skjer kring ein sjølv. Litteratur kring narrativ terapi omtalar mellom anna ulike metodar å jobbe med nettopp dette på. Ved å sjå på problem eller utfordringar på nye måtar, kan også opplevinga kring desse utfordringane endra seg, og livet betra seg. Eg ynskjer å sjå nærare på korleis musikkterapien kan gjere seg nytte av denne tanken, og korleis livshistoriene til klientane, som ofte er dominerte av negative hendingar, kan nyttast som ein ressurs for betring i staden for å vere eit hinder for utvikling.

Mi interesse for dette temaet har sitt opphavlege utspring i mi eiga livshistorie. Ei historie som fortel at vanskelege opplevingar vart utnytta til noko positivt. Dei vart ikkje mindre vanskelege av den grunn, men vanskane vart *også* ein direkte kjelde til å skape sterke songar, som igjen førte med seg positive opplevingar som etter kvart gav trøbbelet ein mindre dominerande rolle i livet mitt.

Som musikal og songskrivar har eg alltid vore oppteken av å skrive songar om ting som engasjerer meg. Då eg mellom 14- og 17-årsalderen skreiv mine fyrste songar i punk/rockbandet «Errare Humanum Est», kunne tekstane handle om alt frå å leve livet før det er for seint, til miljøproblematikk i verda, eller å kritisere folk som tvihaldt på tanken om at vesen frå det ytre rom umulig kunne eksistere. Etter nokre år på baken med tidvise utfordringar på det sosiale planet, spesielt på ungdomskulen, vart tekstene gradvis meir personlege og retta mot meg sjølv. Ettersom eg allereie i mange år hadde tvihalde på draumen om å slå gjennom som rockemusikal, vart ideen om å halde seg tru til seg sjølv og å leve ut draumane sine stadig meir definerande for meg som person. Dess eldre eg vart dess oftare måtte eg også forsvare mine val. Spesielt sidan draumen var sterkare enn dei musikalske ferdigheitene på den tida, var vegen mot draumetoppen lang. Ulike band kom og gjekk. Musikalsk lærdom gjennom møter med inspirerande medmusikantar, givande konsertopplevingar og plateinnspelningar gjorde at dei musikalske ferdigheitene gradvis vart sterkare. Og draumen besto som ein ufråvikeleg bauta i livet mitt.

I alderen 22 til 25 år hadde eg, som svært mange andre også har hatt på eit tidspunkt, ein tøff periode i livet. Eg vart eldre, men sett utanfrå sto livet mitt stille. Kombinasjonen av forbigåande personlege vanskar og ingen utdanning, saman med ein deltidsjobb eg ikkje

brann for, var ikkje gunstig. Eg tok ingen utdanning fordi eg ikkje ville ta ei utdanning med mindre eg fann noko eg verkeleg interesserte meg for, og på det tidspunktet var det ingenting anna enn å spele i band, skrive songar, spele inn musikk og skrive dikt. Men eg visste kvar eg skulle. Aldri har eg skreve så mange sterke songar som eg gjorde desse åra. Musikalsk og tekstteknisk er dei ikkje det beste eg har gjort, men når eg høyrer på opptaka av songane den dag i dag, er det som å opne eit vindauga direkte inn i fortida. Kjenslene kjem tilbake med ein gong, gjennom tekstar som måler bilete av korleis eg hadde det på den tida, kombinert med ei genuin innleving som får det til å gå kaldt nedover ryggen min. Det er som om ulike bitar av livshistoria mi er fanga inne i desse songane. Minner som er «hermetisk lukka», slik at dei aldri bleiknar eller forvitrar. Minner om ei tid der eg lærte kvar kjensla av å leva sat. (Sitat frå ein av mine egne songar, «Tilbake eit Augeblikk»)

Ein skulle kanskje tru at det ikkje var spesielt ynskjeleg å ta vare på slike kjensler? At det beste ville vere å leggje dei bak seg og late ei lysare notid få fylla verda i staden? For meg har dette alltid berre vore delar av sanninga. For det er i tider som no, tider der alt ser ut til å rulle å gå i livet, at eg verkeleg treng minna frå fortida. For no når sambuar, barn, einebustad, eigen bil og omsider utdanning er på plass, er det nesten som det går an å gløyme at det ein gong var ganske annleis. Til og med musikkarriera går bra, fordi eg har lukkast med å bere på den same draumen heilt fram til i dag. Eg har opplevd så mykje kjekt i musikkarriera mi at eg nesten kjenner meg nøgd, men heldigvis ikkje heilt. So, kvifor skal eg dvele ved fortida i staden for å rett og slett sjå på den som ein naudsynt transportetappe til dagen i dag? Fordi denne fortida er essensiell for den eg er i dag. Eg trur eg vart eit større og klokare menneske etter denne perioden. Eg trur også eg vart ein betre musikal, ein betre songskrivar og eit betre medmenneske. Nettopp difor har eg eit ambivalent forhold til denne tida: Den var vanskeleg der og då, men den har truleg gjort livet mitt betre i dag. Fortida vart ein ressurs for framtida mi. Lat meg gje att eit utsnitt av ein av mine eigen songar, for å illustrere: «Come with me, let`s embrace our destiny. Let it go, there will be a day that you`ll love the colours and shapes you saw today, that led you this way» (Frå «Embrace your destiny»). Dei tinga eg lærte om livet den gongen, ynskjer eg aldri å gløyme. Sjølv om eg håper eg slepp å gå gjennom ein tilsvarande periode igjen, så er eg på nokon måtar glad for at eg måtte gjennom denne manndomsprøva den gongen. Å skulle leggje dette i gløymeboka? Aldri!

Nettopp denne kjensla av at ei problemfylt fortida kan vere ein ressurs for å skape ei betre framtid, har fått meg til å tenkje på dette i høve til musikkterapi. Særleg innan konteksten av

psykisk helsevern, barnevernsarbeid, palliativ omsorg, rusomsorg, innsette i fengsel eller andre målgrupper som har evner til å reflektere kognitivt kring sin eigen situasjon. For er det ein ting klientane våre i musikkterapien har til felles, så er det ulike utfordringar i livet. Dersom desse utfordringane kan snuast til å verte ein ressurs som kan hjelpe dei, er det klientane sjølv som sit på kista som inneheldt deira eiga betring. Me som musikkterapeutar kan då hjelpe dei å finne nøkkelen til denne kista.

Ettersom eg er personleg interessert i songskrivning, vart det også naturleg å skrive om songskrivning som metode i musikkterapien, i ei tidlegare oppgåve undervegs i studiet mitt. Songskrivning er eit utbreidd verktøy i musikkterapien, og var eit naturleg fyrste steg å ta. Men etter kvart byrja eg å spørje meg sjølv om det å jobbe med sine eigne problemfylte historier frå fortida måtte avgrense seg til metoden songskrivning? Kva med alle dei klientane som ikkje korkje ynskjer eller maktar å skrive songar? Fins det ikkje måtar også desse kan få utbytte av å jobbe med livshistoriene sine i musikkterapien? Ut frå dette vart eg nyfiken på å finne ut om andre formar for terapi, som har jobba med dette temaet i større omfang, kunne ha relevans for musikkterapien. Det var då eg ved ein meir eller mindre tilfeldigheit kom over narrativ terapi. Narrativ terapi kunne verke som det kunne gje svar på mange av dei spørsmåla eg stilte meg sjølv. Det var brikkar som gjorde at det danna seg konturar av eit bilete i hovudet mitt. Alle brikkene låg ikkje på plass, men eg såg at eg hadde nok av dei til å starte jobben med å pusle dei saman for å sjå om biletet som ville syna seg gav meining. Denne oppgåva er eit forsøk på å presentere det biletet som har syna seg til no, sjølv om puslespelet er langt frå ferdig pusla.

1.2 Narrativ terapi

I dette avsnittet kjem ei kort utgreiing om narrativ terapi, ettersom denne forma for terapi er ein raud tråd som går att gjennom denne oppgåva. Den fyrste delen av dette avsnittet er henta frå prosjektskissa mi, som eg leverte inn som eksamensoppgåve i faget MUTP 312, våren 2013. Prosjektskissa vart skreve med direkte tanke på masteroppgåva, og eg vel difor å inkludere dette avsnittet der frå. Avsnittet er gjeve att som eit sitat for å unngå at dei automatiske datasystema som scanner slike oppgåver skal varsle om plagiat av mi eiga, upubliserte oppgåve. Eg valde å ikkje skrive heile avsnittet på nytt, ettersom eg ikkje såg det tenleg for innhaldet.

Narrativ terapi er ei psykoterapeutisk retning som vart utvikla og gjort kjend av Michael White og David Epston (White og Epston, 1990) på starten av 1990-talet. Retninga har etter kvart utvikla seg og fått ulike delretningar, og i dag finst det mange ulike tilnærmingar til feltet (Lundby, 1998, s. 106). Eg skal likevel freiste å skildre nokre sentrale trekk. Denne forma for terapi vart utvikla, og vert særleg nytta, innan familierapien. Men også i parterapi og i individualterapi vert narrativ terapi nytta. Retninga byggjer på sosialkonstruksjonistiske idear, og set personen sjølv i fokus for utfordringane sine. Dette betyr ikkje at ein set personen ansvarleg for alt han eller ho vert utsett for, men at ein erkjenner at måten personen forheldt seg til dei problema han eller ho vert utsett for, i stor grad kan påverke korleis den aktuelle situasjonen vert opplevd. Ulike teknikkar vert nytta innan narrativ terapi for å lære seg å forholde seg til problema sine på mest mogleg konstruktive og løysingsorienterte måtar. Nokre av desse er "eksternalisering", "nedkjemping av sine restriktive narrativ" (White og Epston, 1990, s. 38) og å jobbe med sine "dominante historier" (Lundby, 1998, s.31). Kort fortalt vil eksternalisering sei at ein freistar å separere seg sjølv frå problemet sitt, ved å identifisere dei typiske karakteristikkane til problemet. Gjennom å gjere seg kjend med sitt eige problem på flest mogleg måtar, kan ein lettare sjå det på ein meir "objektiv" måte, og omforme problemet frå noko som er ibuande og ein del av sin eigen person, til å vere ei invaderande kraft som ein kan forholde seg til på ulike måtar. Det handlar, slik eg forstår det, om å ta tilbake "kontrollen i eige hus", og kaste ut plagsame og ubodne gjestar.

"Restriktive narrativ" (Durant, 1993, i Duffey, Lumadue, Woods, 2001 s.2.) er kort fortalt historier som skapar restriksjonar i oss. Dette kan til dømes vere negative erfaringar med kjærleik som har gjort oss "kloke av skade", slik at me vegrar oss for å gå inn i eit forhold neste gong sjansen byr seg. Ved å jobbe med å nedkjempe våre restriktive narrativ, kan me lære oss å ta rasjonelle slutningar basert på den faktiske situasjonen, og unngå å verte lamma av tanken på at fortida skal gjenta seg.» (Hjelmbrekke, 2013)

Dei dominante historiene er dei historiene me oftast tenkjer tilbake på når me ser tilbake på fortida vår. Det er også dei tinga me oftast fortel til andre når me anten presenterer oss, eller fortel om fortida vår. Dette er ofte historier som omtalar dei mest signifikante hendingane i liva våre, gode eller vonde. Mange vil kanskje sei at det er desse historiene som definerer kven me er. Men parallelt med desse dominante historiene er liva våre også fylde med andre historier. Dersom ein leitar fram desse alternative historiene vil ein ofte finne historier som kan fortelje om livet på ein anna måte. Livshistoriene våre kan på denne måten omskrivast (Lundby, 1998,s 31).

Eit siste omgrep eg ynskjer å trekkje fram frå narrativ terapi er «tekstanalogien» (Lundby, 1998, s. 29). Denne seier noko om at korleis me tolkar og oppfattar ting, er det som bestemmer korleis me opplever at noko er. Det kan bety at mange av dei tinga i dagleglivet som me opplever at me har eit nøytralt eller objektivt forhold til, likevel i høg grad er subjektive opplevingar som kan opplevast på mange fleir ulike måtar enn me kanskje kan førestille oss. I tekstanalogien ser ein samspelet mellom folk analogt med interaksjon mellom ein lesar og ein skriftleg tekst. «Det vil si at hver ny lesing av en tekst er en ny fortolkning av den, og dermed en annerledes skriving av den» (Lundby, 1998, s. 29). Geir Lundby trekk også fram eit reelt utsegn frå ein student han hadde, som på ein god måte illustrerer kvifor det er viktig å vere bevisst på at ei historie kan ha mange ulike andlet, avhengig av korleis ein les, eller tenkjer på dei:

Jeg har lest bøkene til Kristin Lavransdatter fire eller fem ganger fra eg var femten. Jeg har likt dem like godt hver gang, men hver gang har vært helt forskjellig. Forskjellige deler av historien har blitt viktig for meg ettersom jeg selv har blitt eldre. (Lundby, 1998, s. 29)

Teksten er teknisk sett den same, men vert opplevd ulikt kvar gong. Fortida vår er også teknisk sett den same uansett kva me gjer, men kva del av den me vektlegg mest på eit kvart tidspunkt kan også ha stort utslag på korleis me opplever den som heilheit.

Slik eg i stor grad forstår tanken bak narrativ terapi, er det nettopp å jobbe med narrativa til klientane. Ved å undersøkje livshistoriene sine på nytt, kan ein kanskje oppdage nye, og tidlegare ukjente sider av denne historia, eller ved forholdet til personar som er av stor tyding for ein sjølv. Her er det viktig å leggje til at den forma for narrativ terapi eg er mest nyfiken på å utforske i ein musikkterapeutisk kontekst, er den som jobbar med forholdet til bevisste minner og opplevingar, og ikkje primært den som har som mål å utforske det underbevisste. Det å bringe det ubevisste fram i bevisstheita kan også vere viktig, og er delvis representert i enkelte av bidraga i litteraturen i denne oppgåva. Men for meg personleg er det å aktivt reflektere kring sine egne opplevingar, minner eller kjensler, det som primært står sentral i mitt interessefelt i denne samanhengen. Det finst truleg ein utbreidd debatt kring i kva grad det er mogleg å trekkje eit absolutt skilje mellom det bevisste og det ubevisste, og eg er usikker på kor viktig dette er. Truleg kan minner frå livet vårt falle inn og ut av bevisstheita vår frå dag til dag, frå time til time. Sjølv om eg personleg fokuserer på det bevisste, trur eg absolutt at dette temaet kan romme metodiske tilnærmingar kring det ubevisste også.

1.3 Problemstilling

Ideelt sett kunne eg tenkje meg å intervjuje musikkterapeutar som har erfaring med bruk av metodar som er direkte inspirerte av narrativ terapi i sin praksis. Eg klarte å oppdrive ein musikkterapeut som har erfaring på dette området, men av ulike grunnar som er beskrive i kapittel 3, valde eg likevel å ikkje inkludere ho. Ettersom ho dessutan var den einaste eg klarte å oppdrive som oppfylte dette kriteriet, valde eg i staden å sirkle oppgåva kring livshistoriene til klientane, litt meir generelt. Sjølv om det ikkje var lett å finne musikkterapeutar med erfaring frå narrativ terapi, var det ikkje vanskeleg å finne musikkterapeutar med erfaring med bruk av livshistorier. Difor valde eg å undersøkje dette fenomenet nærare, for på den måten å kunne trekkje koplingar mot narrativ terapi i ettertid. Heldigvis er eg ikkje den fyrste som har tenkt på denne koplinga, og dermed finst det litt litteratur på dette temaet frå før. Denne litteraturen dannar utgangspunktet for litteraturgjennomgangen min, og skal soleis verte høgst interessant å sjå i høve til den informasjonen informantane mine kjem med. På grunnlag av dei tankane eg har presentert kring dette temaet, har eg kome fram til fylgjande problemstilling:

Korleis kan livshistoriene til klientane nyttast som ein ressurs for å fremje helse i musikkterapien?

Når eg her snakkar om livshistoriene til klientane vil eg poengtere at det slett ikkje treng å dreie seg om dei store, «altopplukande» historiene som har definert klienten sin personlegdom i vesentleg grad, som til dømes eit liv prega av rus, vold eller sjukdom. Det kan også dreie seg om konkrete hendingar, som den gongen ein brakk fingeren fordi bussen ein sat i sklei av vegen i ein glatt sving.

Gjennom kombinasjonen av dei historiene informantane fortel og litteratur som omhandlar temaet, håpar eg på å kome fram til flest moglege måtar å jobbe aktivt og konstruktivt for å fremje helse ved hjelp av bruk av livshistoriene til klientane, i ein musikalsk setting. I eit forsøk på å trekkje ein raud tråd mellom dei ulike metodane eller aktivitetane som informantane og litteraturen kan fortelje om, ynskjer eg å undersøkje om narrativ terapi kan vere denne raude tråden. Dette ynskjer eg å gjere for å undersøkje om det kan finnast

grunnlag for vidareføre forslaget som Hannah You, ein av forfattarane i litteraturgjennomgangen, kom med i si masteroppgåve i 2010. Nemleg å teikne nokre forsiktige strekar kring det som kan verte ein ny innfallsvinkel og framgangsmåte til musikkterapien: Narrativ Musikkterapi.

1.4 Sentrale omgrep

Gjennom denne teksten vil det vere ein del omgrep som går att. Både intervju spørsmåla, case-studia frå litteraturen og det underliggjande teoretiske materialet vil nytte seg av ein del felles omgrep som det er naudsynt å sjå nærare på for å kunne svare på problemstillinga best mogleg. Eg opplever at dei metodane som vert beskrive i litteraturen, og det teoretiske grunnlaget eg byggjer mine analysar av informantane sine utsegn på, i varierende grad kjem inn under ein psykoterapeutisk måte å jobbe på. Det er grunnen til at eg også kort gjer greie for omgrepa psykoterapi og psykoterapeutisk musikkterapi.

Livshistorie

Ordet livshistorie er eit godt innarbeidd kvardagsleg ord i det norske språket. Men kva legg me eigentleg i det? I samband med denne oppgåva har eg freista å nytte ordet om historier frå livet, i generell forstand. Det kan då dreie seg om alt frå fulle livshistorier med tidsspenn frå vogge til grav, til enkelthistorier frå livet, som kan ha utspelt seg i løpet av timar eller minutt. Sidan eg har latt narrativ terapi få ein del plass i denne oppgåva, har eg også vald å sjå ordet livshistorie i samband med ordet narrativ.

Omgrepet *narrativ* har tilsynelatande fleire tydingar. Dersom ein bruker konvensjonelle ordbøker på nettet, som for eksempel thefreedictionary.com, vert omgrepet rett og slett oversett som *historie*. I musikkterapilitteraturen kan omsetjinga variere litt, og det kan verke som om det verserer ulike oppfatningar av bruken av ordet. Carolyn Kenny nyttar den same definisjonen som thefreedictionary.com, når ho skriv fylgjande: «*Story* is the simplest and most direct way to define a narrative» (Kenny, 2005, s. 416). Måten psykologen Jerome Bruner omtalar narrativ på ein noko meir komplisert måte: «When we enter human life, it is as if we walk on stage into a play whose enactment is already in progress – a play whose somewhat open plot determines what parts we may play and toward what denouements we may be heading (Bruner, 1990, i Stige, 2002, s. 56). I dette les eg at han snakkar om korleis

måten vårt samspel med verda artar seg, er med på å avgjere kva retning liva våre tek. Ut frå den fyrste delen av dette sitatet vel eg å tolke at Bruner i denne samanhengen omtalar eit narrativ som ei *livshistorie*.

I boka «Music Therapy: Improvisation, communication and culture» (Ruud, 1998), nyttar Even Ruud omgrepet *musical narrative*, og skriv mellom anna:

There were difficulties when we tried to establish a common beat, which led to a breakdown of musical narrative. . . . The imitation had a somewhat teasing character, and there was no element of struggle. This led to a more fulfilling musical narrative, although it was musically conventional (Ruud, 1998, s. 145).

Her får eg inntrykk av at Ruud visar til ein slags dialog. At mangelen på ein felles puls førte til at det musikalske narrativet braut saman, men når dei fann ein felles måte å kommunisere gjennom musikken, i form av ein naturleg og uanstrengt *dialog*, førte det til eit *fulfilling musical narrative*. Ein dialog har ein sosial karakter, og krev minst to personar. Men den er også ein slags historie.

Sidan eg ikkje finn nokon eintydig definisjon på omgrepet *narrativ*, vel eg i mi oppgåve å bruke det i tydinga livshistorie. Dermed vil orda narrativ og livshistorie kunne verte brukt om ein annan i denne oppgåva.

Psykoterapi

Psykoterapi er ei samnemning på ei rekkje ulike psykologiske metodar med mange ulike målsetjingar. Eg kan ikkje gå i detalj på alle desse, men Kenneth Bruscia gjev fylgjande oppsummering:

Characteristic goals are greater self-awareness, resolution of inner conflicts, emotional release, self-expression, changes in emotions and attitudes, improved interpersonal skills, resolution of interpersonal problems, development of healthy relationships, healing of emotional traumas, deeper insight, reality orientation, cognitive restructuring, behaviour change, greater meaning and fulfillment in life, or spiritual development. (Bruscia, 1998b, s. 1-2)

Psykoterapeutisk musikkterapi

Psykoterapeutisk musikkterapi er kort sagt psykoterapi der ein nyttar musikk til anten å komplimentere eller erstatte den verbale samtale. «Specifically, therapist and client create and listen to music as a primary means of communication, relating to one another, and working toward goals, supplementing these experiences with verbal discourse as necessary.» (Bruscia, 1998b, s. 2). I kor stor grad musikken står sentralt i kommunikasjonen og terapien, og i kor stor grad verbalsamtalen står i fokus, varierer. Bruscia listar opp desse fire variantane: Musikk som psykoterapi: Tema for terapi vert utforska og løyst gjennom bruk av musikk, utan behov for verbal samtale. Musikksentrert psykoterapi: Skaping av musikk, speling og lytting står i fokus, men verbal samtale vert nytta til å rettleie, tolke og forsterke prosessen. Musikk i psykoterapi: Terapeutiske utfordringar vert kartlagt, utforska og løyst gjennom ein kombinasjon av verbal samtale og musikk. Musikken vert brukt for sine spesifikke og unike kvalitetar i den gjevne situasjonen, medan samtalen vert nytta til å identifisere ein prosess og å skape innsikt i den undervegs. Verbal psykoterapi med musikk: Hovudvekta av terapien føregår gjennom samtale, og musikk vert nytta som eit supplement. Musikken vert her ikkje rekna som ein sentral del av den terapeutiske prosessen. (Bruscia, 1998b, s. 2-3)

Helse

Helse er eit omgrep som er vanskeleg å definere eksakt. Verdask Helseorganisasjon sin definisjon frå 1948 laud slik: «En tilstand av fullkomment legemlig, sjelelig og sosialt velvære og ikke bare framvær av sykdom eller lyter». Denne definisjonen har seinare vorte kritisert for å vere både for vid, og for urealistisk å oppnå. Helse og omsorgsdepartementet gjennomførte i 1985 ei undersøking som syna at dei fleste av dei som hadde ein sjukdom eller ein diagnose, likevel kjende seg nøgd med si eiga helse. «En kan med rette hevde å føle seg syk, men generelt være ved god helse. Eller en kan være frisk, men ha dårlig helse.» (Helse- og omsorgsdep., link). Dette førte til ein ny måte å definere helse på, som Helsedirektoratet presenterte same år:

Det kan imidlertid argumenteres for en definisjon av helse som understreker mestringsbegrepet. Det innebærer at det er nødvendig å se begge sider av menneskelivet - problemer og mestringsen av problemene -under ett, og at det ikke nødvendigvis finnes noe absolutt skille mellom det å ha god helse og det å være syk. (Helse – og omsorgsdep., link)

Ressurs

Ordet ressurs vert i daglegtale nytta om ulike eigenskapar eller kunnskapar som har ein eller annan funksjon for oss i livet. Sjølv om ressursar også kan misbrukast, er ordet i daglegtale oftast positivt ladd. Ein ressurs kan vere noko personleg som klienten sjølv innehar, eller noko eksternt som klienten kan dra nytte av. «The concept of resources comprimises not only an individual's strenghts and potetials but also their access to resources in the social community.» (Rolvstjord, 2010, s. 16). I problemstillinga mi nyttar eg dette omgrepet i tydinga av at ein slik ressurs kan vere ein reiskap som kan nyttast på ein positiv måte for pasientane.

Klient

I musikkterapien og i helsearbeid generelt, vert ulike termar nytta om menneska som nyttar seg av tilboda på dei ulike institusjonane. Brukar, pasient, klient, innsett, medlem, osv. I denne oppgåva har eg freiste å nytte den termen som informantane eller forfattarane av litteraturen nyttar til ei kvar tid. Men når eg snakkar på meir generelt grunnlag, har eg vald å nytte termen klient. Dette av ein personleg oppfatning av at dette dekkjer aller flest ulike typar institusjonar. Eg har ingen prinsipielle preferansar når det gjeldt bruk av slike termar.

Aktivitet og metode

Aktivitet og metode er to omgrep som vert nytta på mange ulike måtar. Ettersom eg ikkje lukkast med å finne nokre klare referansar i musikkterapilitteraturen til korleis omgrepa metode og aktivitet er definerte og korleis dei står i forhold til kvarandre, gjekk eg til den nettbaserte versjonen av ordboka Merriam-webster.com. På engelsk er «activity» definert på ulike måtar som «the state of being active: behavior or actions of a particular kind» og «something that is done as work or for a particular purpose» (Merriam-webster.com, Søkeord: Activity). «Method» er definert som «a way of doing something» og «a careful or organized plan that controls the way something is done» (Merriam-webster.com, Søkeord: Method). Ut frå desse definisjonane er desse to omgrepa delvis overlappende, og delvis ulike. I den litteraturen eg har inkludert i oppgåva mi vert begge desse omgrepa nytta, og eg opplever at bruken av desse omgrepa er noko subjektive. I oppgåva mi nyttar eg både omgrepa metodar og aktivitetar når eg snakkar om ulike måtar å gjennomføre musikkterapeutiske opplegg på. Eg freistar å nytte det slik at metode siktar til ein større heilskap, der teori og målsetjingar er ein del av metoden, medan aktivitet siktar til eit fokus på den konkrete, praktiske utføringa. Likevel har truleg forfattarane av litteraturen og informantane andre måtar å nytte desse omgrepa på, og sjølv om eg freistar å nytte det omgrepet som forfattaren eller informanten sjølv nyttar til ei kvar tid, er det ikkje sikkert at forfattaren legg det same i ordet som meg.

Dermed vert dette ei vurdering eg tek frå tilfelle til tilfelle, og den er ikkje feilfri..

1.5 Disposisjon av oppgåva

Fram til no i oppgåva har eg presentert ein vignett, gjort greie for dei viktigaste trekka innan narrativ terapi, gjort greie for bakgrunnen for temaet i oppgåva, presentert problemstillinga og gjort greie for ulike omgrep som går att i oppgåveteksten. Desse omgrepa er: Livshistorie, psykoterapi, psykoterapeutisk musikkterapi, helse, ressurs, klient og aktivitet og metode. Eg har også presentert noko av min personlege bakgrunn, for at lesaren lettare skal kunne setje oppgåva i ein kontekst. I kapittel 2 presenterer eg litteratur kring temaet, og kapittel 3 tek for seg metodane for å gjennomføre prosjektet. I kapittel 4 presenterer eg funna mine, som eg deretter diskuterer i kapittel 5. Kapittel 6 er via til oppsummeringar, eigne refleksjonar og implikasjon for vidare arbeid.

2. Litteraturgjennomgang

Litteratursøket til denne oppgåva gjekk føre seg både gjennom søk i databasane ProQuest, Psychinfo, Bibsys, Google og Google Scholar, og individuelle søk på sider som Bergen Offentlige Bibliotek, Nordic Journal Of Music Therapy, British Journal Of Music Therapy, Voices, American Music Therapy Assosiation. Ved eit par høve oppsøkte eg også Universitetsbiblioteket fysisk for å kike gjennom hyllene i håp om å oppdage nokre relevante titlar som eg ikkje hadde oppdaga gjennom søk internett. Det enda mellom anna opp med boka til Tom Plach (1996), som vert omtala i litteraturgjennomgangen lenger nede i oppgåva.

Søkeorda eg nytta var mellom anna narrative, life narrative, songwriting, life story, music therapy, music, therapy, story, narrative therapy, samt ulike norske oversitjingar av alle desse. Eg la også inn ulike kombinasjonar av alle orda, med og utan klammer og hermeteikn og så vidare. Særleg vanlege søk har vore «Life story» + «Music Therapy», «Life Narrative» + «Music Therapy», «Narrative therapy» + «Music therapy», "Narrative therapy" + "Music" og "Music therapy" + "narrative"/"story". Felles for alle desse var at dei gav få treff i dei vitenskaplege databasane. Google og Google Scholar fanga derimot opp svært mange treff, men under mange ulike fagområde. Det viste seg for eksempel raskt at det var langt enklare å finne eksempel på artiklar eller avhandlingar frå fagfeltet psykologi som tok føre seg ulike typar behandling der ein nytta musikk og klientane sine historier, enn det var å finne eksempel på litteratur frå musikkterapien der ein jobba målretta med klientane sine historier gjennom musikalske aktivitetar. Kanskje er ikkje dette så rart, ettersom det er tenkjeleg at det å bruke historiene til klientane i terapien fort kan verte ein slags psykoterapeutisk innfallsvinkel til musikkterapi. I tillegg er det jo heller ikkje til å kome frå at psykologien har ein mykje lenger historie og dermed nødvendigvis også eit meir rikholdig utval av litteratur. Men heldigvis fann eg også litt frå musikkterapilitteraturen, og eg sat til slutt att med ein blanding av dei to fagfelta, der musikkterapilitteraturen er i klar overvekt.

For å ikkje få eit for sprikande eller stort datamateriale som kunne opplevast som vanskeleg å sjå i samanheng med kvarandre i ettertid, valde eg også eit par andre kriterier for inkludering av litteratur. Aller helst ynskja eg at den litteraturen eg omtala skulle innehalde skildringar av musikkterapeutiske arbeidsmåtar der idear frå narrativ terapi sto sentralt i både planlegginga og utføringa. Ettersom dette kriteriet gav meg litt færre tekstar enn eg håpa på, måtte eg

utvide litt. Eg valde då å også inkludere tekstar som omtala metodar der livshistoriene til klientane sto sentralt, sjølv om narrativ terapi ikkje var eksplisitt nemnt. Dette gav meg svært mange treff fordi svært mykje litteratur om songskriving då også kom opp. Som eg beskreiv i avsnitt 1.1 var eg nyfiken på å finne ut korleis livshistoriene til klientane kan nyttast på *andre måtar* enn gjennom songskriving, i musikkterapien. Det vart difor naturleg å ekskludere litteratur som handla om songskriving dersom dei ikkje var direkte tufta på narrativ terapi. Resultatet er at litteraturgjennomgangen primært altså består av tekstar som set idear frå narrativ terapi sentralt i arbeidsmåtene som vert presentert, men også nokre tekstar som omtalar bruk av klientane sine livshistorier i andre format enn songskriving, som ikkje omtalar narrativ terapi. Dersom rammene for denne teksten hadde vore større, skulle eg gjerne ha inkludert meir generell litteratur om songskriving i musikkterapien også.

Desse kriteria for inkludering førte til at det var nokre tekstar eg valde å ikkje inkluderer, som ein i utgangspunktet kunne tenkje seg at var relevante i høve til problemstillinga. Dette gjeldt mellom anna Trygve Aasgård si doktoravhandling om songskriving med unge kreftpasientar (Aagaard, 2002) og Randi Rolvsjord si bok «Resource Oriented Music Therapy in Mental Health Care» (Rolvsjord, 2010), der ho mellom anna nyttar songskriving som metode hjå pasientar innan psykisk helsevern. Også boka «Songwriting, methods and techniques...» (Wigram og Baker, 2005) har mykje godt innhald på emnet. Ein annan tekst eg vurderte å ta med var Brynjulf Stige sitt kapittel «Hypertextuality in individual music psychotherapy», frå boka «Culture Centered Music Therapy (Stige, 2002). I dette kapittelet omtalar Stige ulike omgrep som går att i litteratur om narrativ terapi, som dominante historier, alternative historier og tekstanalogien. Sjølv om denne teksten er svært interessant i seg sjølv, opplever eg at den skil seg litt frå dei andre tekstane eg har vald ut. Stige nyttar ein terapigang og intervju av klienten i ettertid, til å utvikle nye tankar og idear kring eit felt. Dei tekstane eg har vald å inkludere omtalar *metodikk* som kanskje kan seiast å vere praktiske og metodiske manifestasjonar av tilsvarande slike tankar.

2.1 Litteratur

Dei tekstane eg legg fram her har også ein annan ting til felles, nemleg at dei set individuelle prosessar i fokus. Anten ein jobbar i grupper eller individuelt, er hovudmålet at kvar einskild klient vert sett og høyrd, og at måla med terapien fyrst og fremst handlar om å ta tak i eit

problem eller utfordring hjå kvar einskild klient.

Tom Plach omtalar i boka si «The Creative use of music in group therapy» (Plach, 1996) ein måte å jobbe gruppebasert på, som likevel har eit klart fokus på den individuelle klienten sin betringsprosess. Plach fortel mellom anna korleis han i ein gruppesituasjon nyttar kreative innspel frå kvar enkelt deltakar til å starte ein terapeutisk dialog. I eit av eksempla kan kvar av deltakarane velje mellom å anten lage ei teikning som kan beskrive kjensla dei får av å høyre ein førehandsbestemt song, eller dei kan lage ei overskrift som summerer opp kva teksten betyr for dei. Det er med andre ord opp til kvar enkelt klient å velje om dei vil fokusere på sine egne kjensler, eller om dei vil fokusere kva assosiasjonar dei får når dei høyrer songen. Etterpå deler alle saman sine overskrifter og teikningar med gruppa. I dette tilfellet er det altså ikkje eit mål at ein skal lage eit produkt som skal framførast i det offentlege rom, men i staden å nytte historiene til klientane som eit utgangspunkt for refleksjon og diskusjon i ei lukka terapigruppe. Tom Plach omtalar også metodar som har som mål at klientane skal oppnå innsikt i problema sine og å reflektere kring utfordringar felles for gruppa, mellom anna gjennom å lage songar etter visse metodar (Plach, 1996, s. 14) eller gjennom å prate om budskapet i ein eksisterande songtekst, og deretter projekte refleksjonane sine over på seg sjølv (Plach, 1996, s. 25).

Trine Torbergsen er ein musikkterapeut som jobbar ved eit familierapisenter. I Even Ruud si bok «Musikk i psykisk helsearbeid med barn og unge» (Ruud, 2009) presenterer Torbergsen i sitt kapittel «Musikkterapi innanfor en familierapeutisk ramme» ulike case-studie frå hennar praksis, der ho har jobba med å betre problemfylte samspel innbyrdes i familiar gjennom ulike musikalske aktivitetar. I det eine eksempelet lét ho samtalan kring konfliktane mellom far og dotter verte ein songtekst (Torbergsen, 2009, s. 103). Ved å bruke ein kjend song som utgangspunkt, duetten «Summer Loving» frå musikalen Grease, lagar dei ein song der faren og dottera får kvar sin «rolle». Dottera syng historia slik ho ser den, og faren slik han ser det. På same måte som i den originale songen, men med tekst som omhandlar deira egne, reelle konfliktar. Songen endra dei namn på til «Smule Loving». Målet med dette var å kommunisere rundt konfliktane på ein meir ufarlig måte, ved å tilføre humor, og å setje enkelte ting litt på spissen.

I eit anna eksempel i Torbergsen sitt kapittel fortel ho om korleis hennar metodar hjelpte ein familie som hadde utfordringar med ein far som vart svært fort sint (Torbergsen, 2009, s.

108). Over for barna fokuserte dei på at det ikkje er slik at «pappa er ein sint mann», men at sinnet er eit problem som dukkar opp i familien frå tid til anna. Dei gav dette sinnet namnet «Sinnatrollet», og nyttar deretter dette som eit verktøy. I familieterapien teiknar dei dette sinnatrollet, medan dei i musikkterapien lagar ein song. Barna er svært aktive i prosessen, og har mellom anna lagt ned krav om at songen må byggjast på ein Kaptein Sabeltann-melodi. På slutten av opphaldet på senteret framfører familien songen for dei andre som er til stades.

I eit tredje eksempel skriv Torbergsen (Torbergsen, 2009, s.107) om korleis ho jobbar med ein familie der faren er alvorlig sjuk og har ein dårleg diagnose. Familien ynskjer å oppleve noko positivt saman, i ei tid som er sterkt prega sjukdommen. Ettersom alle i familien kan spele minst eit instrument, ynskjer dei å gjere noko musikalsk saman. Faren har sjølv ytra ynskje om å spele inn ein CD. Denne CD-en skal innehalde songar som faren har lytta til eller spelt opp gjennom åra, saman med familien, venner og bandkameratar. CD-en vert innspelt, og dette vert ei oppleving som heile familien står saman om. Torbergsen fortel at innspelinga av denne CD-en handla om fleire ting. Den eine var å skape ei positiv oppleving for familien. I tillegg vart CD-en eit slags uttrykk for identitet og samkjensle, noko som er viktig når ein skal konstruere sine livshistorier.

Innenfor narrativ familieterapi blir det lagt vekt på å belyse de historiene man har med seg fra tidligere, som igjen har vært med på å forme ens liv (White og Epston, 1990). Alle sangene som far har samlet vil på sin måte være bærere av ulike historier fra forskjellige perioder i hans liv. Kanskje er nettopp dette et eksempel på hvordan man ved bruk av musikk, også kan konstruere en type livsfortelling. (Torbergsen, i Ruud, 2009, s.107)

Musikkterapeuten Lillian Eyre skreiv i 2007 om ein måte å kombinere språklege narrativ med musikalsk improvisasjon for å oppnå auka innsikt kring kjenslene som gjerne heng saman med historier frå liva våre. I sin artikkel «The marriage of music and narrative» (2007) gjer ho greie for si forskning kring dei to metodane «Narrative-improvisation Method» og «Improvisation-narrative Method». Begge desse metodane går ut på å fortelje ei historie frå livet sitt, og å improvisere kring denne historia musikalsk. Forskjellen mellom dei to metodane er at ho i den eine varianten ba forsøkspersonane, som var hennar Ph.D.-studentkollegaer, om å fortelje og skrive ned ei historie fyrst, for deretter å improvisere kring denne forteljinga etterpå. I den andre varianten skulle forsøkspersonane freiste å improvisere fram ei historie eller ei kjensle fyrst, for deretter å beskrive historia med ord etterpå.

Forsøkspersonane kunne sjølv velje kva variant dei ville bruke, eller om dei ville freiste begge. Etter at begge øvingane var ferdige, hørde dei gjennom opptaka av både improvisasjonen og historiene som var lest inn på band, medan dei prata om korleis desse hang saman. Intervjua i tida etterpå avslørte ulike opplevingar hjå forsøkspersonane. Nokre av dei syns det var lettast å improvisere fyrst, då det gjorde den musikalske improvisasjonen friare og lettare å kome i gang med. Andre syns det var lettast å skrive ned historia fyrst, fordi det gav ein strukturert måte å kome i gang med improvisasjonen, og eit tema som dei kunne fokusere musikken kring. Alle informantane var einige i at det å kombinere improvisasjon med å skrive ned historia hadde gjort historia meir komplett. Der det skriftlege narrative gjorde greie for ein historisk hendingsgang, demonstrerte improvisasjonen meir av kjenslene som var knytt til historia. Når desse vart spelt og lest av samstundes styrka det opplevinga av historia, og auka detaljrikdommen kring den.

Listening to the recorded playback of the improvisation and narrative provided a similar experience for all participants in that both processes evoked intense emotions, associations, and memories which became the catalyst for insights. . . . new feelings, emotions and memories emerged while listening to both the story and music." (Eyre, 2007)

Hannah You skreiv i 2010 ei masteroppgåve som tok utgangspunkt i ein liknande metodikk (You, 2010). Men i staden for at klienten skreiv ned ei historie, tok You utgangspunkt i ein samtale med klienten. Klienten si oppgåve var deretter å improvisere kring tema som dei hadde snakka om i samtalen, og improvisasjonen vart teke opp på band. Kvar klient gjennomførte opplegget to gongar. Opptak av samtalen, improvisasjonen og klienten si eiga dagbok frå desse timane, utgjorde datagrunnlaget som You deretter analyserte. Ho nytta fenomenologiske analysar, etter Ferrara sin modell for lytting (You, 2010, s. 23). Etterpå tok ho også desse opptaka med til kollegaer og forelesarar, som gjorde tilsvarande analysar for å heve reliabiliteten. Gjennom analysane fann ho mellom anna at denne metoden hjelpte klientane til å identifisere sine dominante historier (White og Epston, 1990, s. 41) og sine alternative historier, historiene som har vore gøymd frå deira bevisstheit. Hannah You gav sin gryande, nye modell namnet «Narrative Music Therapy» og det er her eg har henta tittelen på mi masteroppgåve frå.

I 2004 skreiv Lisa Claire Evans ei masteroppgåve i psykologi, der ho reflekterer over eit case studie frå sin praksis. Ho jobba her med å ta tak i problemfylte utdrag frå livshistoriene til

klienten, gjennom å jobbe med songane som klienten assosierte med dei ulike minna. Både songskrivning og musikklytting vart nytta som metode. Til å byrje med var det terapeuten som tok med songar til timen. Dei snakka då om teksten, og kva parallellar klienten kunne trekkje til sitt eige liv. Etter kvart fekk klienten sjølv i oppgåve å ta med seg songar som det var knytt spesielle minner til. Denne måten å jobbe på avdekkja mange dominante historier hjå klienten som dei deretter kunne jobbe vidare med (Evans, 2006, s. 69-70). Under vegs i terapigangen utfordra terapeuten klienten til å skrive ein song om kven ho var, i eit historisk perspektiv. Dette ut frå oppfatninga av at ein sjølv er med på å konstruere si eiga historie gjennom dei orda ein vel å presentere den med (Evans, 2006, s. 85). Seinare i terapigangen oppmoda ho klienten om å skrive ein song om kven ho er i dag. Desse teknikkane førte til eit auka fokus på kjensler og emosjonar kring enkelte "fakta" i klienten sitt liv, og bidrog til å klargjere kvifor ting var som dei var, noko som var eit steg i riktig retning mot å jobbe for ein endring.

Thelma Duffey, Christine Lamadue og Sandra Woods skreiv i 2001 ein artikkel i *The Family Journal* som dei kalla «A musical chronology and the emerging life song». Metoden som her vert beskrive går ut på å lage ein «Life review» (Duffey, Lumadue, Woods, 2001, s.7), som er ei samling av songar frå livet til klienten, sett i kronologisk rekkjefylgje. Songane som vart vald ut var songar som anten no eller tidlegare hadde utløyst sterke kjensler hjå klienten. Eit av måla med denne metoden var å jobbe med klienten sine restriktive narrativ. (ibid. s. 2). Spesielt dreia desse restriktive narrativa seg om kjærleiksforhold. Klienten hadde på grunn av sine tidlegare opplevingar med tidlegare kjærleiksforhold problem med å gå inn i nye forhold. Songane som var knytt til dette restriktive narrative kunne både forsterke og oppretthalde desse negative narrativa, og vart difor ei viktig brikke i kampen mot å nedkjempe desse. Etter å ha jobba seg gjennom dei songane som hadde betydd mykje for klienten i fortida, ba terapeuten klienten om å ta med ein song som han meinte kunne beskrive hans noverande tilstand, og til slutt ein song som skulle sei noko om hans håp for framtida. Gjennom å lytte på alle desse songane kunne dei kartleggje ei rekkje ulike, vanskelege tema. Når tema var kartlagde, kunne dei eksternaliserast (White & Epston, 1990, s.39). Målet med å gjere seg betre kjend med sine eigne problem, var å betre forstå dei og dermed lettare kunne jobbe for ei betring. Gjennom å snakke om songen som skulle sei noko om håpa for framtida, var klienten i gong med å omskrive historia om livet sitt (Duffey, Lumadue, Woods, 2001, s.6).

Dette med å nytte songar som har vore viktige gjennom livet til klienten er også noko Dorit Amir (Amir, 2011) skreiv om i ein artikkel i *Nordic Journal of Music Therapy*. Gjennom

metoden musical presentation jobbar ein saman i grupper, der alle deltakarane har med seg ei samling songar frå som vekker minner frå livet. Kvar klient har sin presentasjon, og etter kvar presentasjon gjev dei andre deltakarane den som presenterer tilbakemeldingar på tankar, stemningar og assosiasjonar som dukka opp under vegg. Den som presenterer lyttar til alle tilbakemeldingane og snakkar sjølv heilt til slutt. Ho snakkar då om korleis tilbakemeldingane sto i høve til sine eigne minner kring songane, og dela historiene som var knytt til dei ulike songane med gruppa. Ein av deltakarane fortel under ein samtale ei tid seinare at denne opplevinga hadde gjort mykje for ho. Prosessen med å plukke ut songar, førebere kva ho skulle sei om dei og opplevinga med å sitje å lytte på songane saman med dei andre, hadde saman med tilbakemeldingane frå dei andre deltakarane ført til at ho lærte fleire nye ting om seg sjølv (Amir, 2011, s. 177).

2.2 Oppsummering

Dei tekstane som eg no har omtala oppfatar eg at ligg innanfor ein psykoterapeutisk måte å arbeide på. Nokre av aktivitetane er gruppebaserte, og nokre individuelle. Likevel har alle til felles at kvar einskild deltakar sin betringingsprosess står sentralt. I Amir og Plach sine tekstar frå ein gruppebasert tilnærming kan det sjå ut som om det å skape eit trygt rom for klientane der dei er komfortable med å vise dei andre litt av sitt indre liv er viktig. Det kan sjå ut til at prosessen med å *dele av seg sjølv med andre* kan vere med å på oppnå refleksjon og ny lærdom kring sin eigen situasjon, og at deltakarane i gruppa også kan lære av kvarandre sine historier ved å trekkje parallellar til eigne liv. Trine Torgersen jobbar også med grupper, nemleg familien. Hennar innfallsvinkel kan sjåast på som å fjerne fokuset på det som eventuelt måtte verte oppfatta som syndebukkar i familien, og i staden dreie fokuset over på at familien saman står over for utfordringar og interne konflikter. Dersom *alle* tek i eit tak, kan problema overvinnast. Dei andre tekstane fokuserer på individuelle tilnærmingar, og vektlegg ein *terapeutisk samtale* mellom klient og terapeut kombinert med musikalske aktivitetar som musikklytting, improvisasjon og songskriving. Tekstane til Torbergsen, You, Evans og Duffey, Lamadue og Woods inneheldt alle eksplisitte referansar til narrativ terapi. Tekstane til Plach, Amir og Eyre inneheldt ikkje slike eksplisitte referansar, men omtalar musikalske aktivitetar der livshistoria til klientane er sjølve utgangspunktet for aktiviteten.

Til tross for at eg i mitt val av litteratur har vald å fokusere på dei aktivitetane som siktar etter

å jobbe med kvar einskild klient sin situasjon og betringsprosess uavhengig av om aktivitet er gruppebasert eller individuell, er utvalet av informantar ikkje delt inn på same måte. Vel å merke så er eg heilt sikker på at alle informantane tek individuelle omsyn i sin kvardag, men eg har inntrykk av at variasjonen ligg i kva grad dei individuelle omsyna styrer aktivitetane. Eg meiner eg har fått med eit utval informantar som representerer ulike arbeidsmåtar, noko eg håpar kan føre til at det vil verte endå meir interessant å sjå dei ulike informantar sine svar i samanheng med kvarandre, og i samanheng med litteraturen.

3. Metode

Gjennom dei fyrste fasane i planlegginga av dette prosjektet, endra eg ein del på mål og metode for prosjektet. Til å byrje med var det ikkje sjølvsagt at eg skulle velje ein kvalitativ metode. «Some suggest that one or another protocol is universally superior for expanding our knowledge of musical experience. I disagree» (Prickett, 2005, s. 45). Eg freista å vere så open som mogleg då eg skulle finne den rette metoden for meg, og freista å lata problemstillinga mi styre val av metode. Då eg i starten var interessert i å finne ut kva erfarne musikkterapeutar meinte om å nytte element frå narrativ terapi i musikkterapien, kunne det vere aktuelt med både ein kvantitativ metode, og ein mixed method. Gjennom ein kvantitativ metode kunne eg ha undersøkt meiningane til fleire musikkterapeutar i form av ein kartleggingsstudie med spørjeskjema, også kalla «Survey research» (Prickett, 2005, s. 50). Men sidan eg også var interessert i å høyre musikkterapeutane fortelje om eventuelle metodar dei nytta der eg kunne trekkje parallellar til narrativ terapi, trengte eg ein metode som kunne gje meg meir utfyllande informasjon enn det eit reint spørjeskjema kunne gje. Eg kunne sjølvsagt laga eit spørjeskjema med opne spørsmål som inviterte informantane til å skrive utfyllande svar, men også dette syns eg verka noko mangelfullt, då eg ikkje ville ha moglegheita til å stille oppfølgingsspørsmål. Eit godt alternativ ville då vere mixed method, der eg kunne kombinere meiningskartlegging i form av spørjeskjema, med meir utfyllande informasjon i form av eit kvalitativt intervju.

Etter kvart innsåg eg likevel at det var historiene til informantane som var aller mest interessante for meg, og at ei meiningskartlegging truleg berre ville skape forvirring, og leie meg ut på unødvendige sidespor. Eg forandra difor problemstillinga mi, slik at den no fokuserer på dei historiene informantane sit på. Desse koplar eg i ettertid opp mot eksisterande litteratur og eigne refleksjonar. På grunnlag av den endelege problemstillinga, fall valet difor likevel på kvalitativ metode.

3.1 Kvalitativ metode

Frå ein filosofisk ståstad vil eg kalle studien min for ein pragmatisk studie. Sjølv om det alltid er essensielt å fokusere på omsynet til dei *individuelle* menneskjene dei musikkterapeutiske

metodane skal nyttast for, var det likevel viktig for meg å freiste å sitje att med eit produkt som kan ha ein praktisk verdi for meg, og som kan vere til glede for flest mogleg. Eit av måla med studien er å finne fram til ulike metodar som livshistoriene til klientane kan nyttast konstruktivt for klientane sjølv. «As health and care providers, music therapists must consider how to remediate health issues with efficacy and efficiency» (Kenny og Wheeler, i Wheeler, 2005, s.61). Sjølv om eg aldri vil kunne finne universelle sanningar på dette, kan eg strekkje meg etter å finne metodar som er opne og fleksible nok til å kunne prøvast ut på eit breitt utval klientar i framtida.

3.1.1 Type kvalitativ metode

Når eg skulle finne fram til kva type kvalitativ metode eg skulle nytte, må eg innrømme at eg fyrst var litt usikker. I måten eg skulle gjennomføre forskinga på, kjendes det som om element frå fleire ulike retningar var passande. Eit etnografiske studie kunne vere ein måte å forstå informantane betre på, då det ville ha fokusert på informantane si oppfatning av si erfaring i praksisen sin. «Ethnography may be understood as a scholarly approach to the study of culture as lived, experienced and expressed by a person or a group of people» (Stige, i Wheeler, 2005, s. 392).

Samstundes kunne kanskje innfallsvinkelen «first-person research» også bidrege med verdifull innsikt. Denne metoden går ut på at forskaren eller deltakarane samlar data frå seg sjølv ved hjelp av ulike prosessar som introspeksjon, retrospeksjon og «self-perception». (Bruscia, i Wheeler, s. 379). Etersom mi interesse for temaet for denne oppgåva har sitt opphav i mi eiga erfaring med korleis songskrivning har hjelpt meg gjennom personlege utfordringar, sit eg sjølv på fyrstehandsinformasjon om korleis livshistorier kan vere ein ressurs. Dette kunne kanskje både vore nyttig som eit tilskot til datainnsamlinga, i tillegg til å vere til hjelp for å lettare forstå datamaterialet eg får inn gjennom litteraturen og informantane mine. I denne oppgåva vel eg likevel å avstå frå å bruke self-perception som ein vitskapeleg metode, men vil likevel hente inn refleksjonar og personlege erfaring i tolkingsprosessen av dei transkriberte intervjua og i oppsummeringane i slutten av oppgåva.

3.1.2 Hermeneutikk

Den vitskapelege forskingstradisjonen eg syns passar aller best til mitt prosjekt, er Hermeneutikk. Difor er dette mitt primære val av innfallsvinkel. «Hermeneutics is the art and science of interpretation» (Kenny, Jahn-Langenberg, Loewy, i Wheeler, 2005, s. 335). Eg som forskar skal gjennom svara informantane mine gjev meg, skape meining av desse i den faglege konteksten av oppgåva, men også ut frå min personlege bakgrunn, som utan tvil også vil spele inn på den tolkinga eg utfører kring datamaterialet. Det er ikkje mogleg å vere objektive i forskinga på historier kring notida, fortida eller framtida. Alvesson og Sköldberg (2008) understrekar dette i eit avsnitt om kjeldekritikk, der dei set søkjelyset på utfordringa med å bruke subjektive tolkingar av allereie subjektive historier i ein valid forskingssamanheng.

Vi kan inte skriva eller forska om nuet, eftersom det har förrunnit i tidens ström so snart vi börjar reflektera över det. Det enda vi kan skriva om är det förflutna eftersom framtiden inte ännu existerar. Men det förflutna finns inte längre, och det vi har att göra med är bara *spår* som vi kan tolka. Dessa spår er inte «fakta» eller «data», utan bräckliga, mer eller mindre motstridiga och flertydiga underlag för vår tolkningsprocess, i vilken vi kan försöka göra provisoriska rimlighetsbedömningar om skeenden i en förfluten tid. (Alvesson og Sköldberg, 2008, s. 218)

Historiene som informantane fortel vil truleg vere mogleg å tolke på ulike vis, og kan dermed også nyttast til å underbyggje ulike aspekt av oppgåva. Kva aspekt kvar historie underbyggjer, vil truleg verte eit resultat av min eigen bakgrunn, ideologi eller fagleg ståstad - mi eiga tolking. Dermed vil det også vere naturleg å trekkje inn omgrepet «Self-hermeneutics» (Kenny, Jahn-Langenberg og Loewy, 2005, s. 341). I dette omgrepet ligg det å vere bevisst og open kring forskaren sin eigen bakgrunn og overtiding, og at dette påverkar resultatet av forskinga. Gjennom å nytte metoden «self-hermeneutic» kan ein styrke integriteten i prosjektet. (ibid, s. 341).

Den hermeneutiske sirkel set fokus på eit fenomen som det også vil vere viktig for meg å ha eit bevisst forhold til. Nemleg at når ein går inn å ser på enkelte delar av ein historie for betre å forstå historia som heilheit, vil den forståinga me oppnår kring dei enkelte delane også påverke vårt syn på historia som heilheit. (ibid, s. 342). Denne prosessen vil kunne gå føre seg att og fram under heile tolkingsarbeidet, som i ein «evig» sirkel. Dermed har det vore viktig for meg å ikkje falle for freistinga å berre tolke isolerte utsegn frå informantane mine som lausrivne faktorar, men å setje dei i samanheng både med dei andre utsegna deira, og

konteksten dei vert presentert i, nemleg intervjusituasjonen.

3.2 Sosialkonstruksjonisme

Sosialkonstruksjonisme er ikkje ein vitenskapelig metode, men ein filosofi. Likevel ynskjer eg å ta med litt om dette, då eg ser at denne filosofien utan tvil vil få ein stor innverknad på resultatet av oppgåva. Omgrepet er ikkje lett å forklare med få ord, og eg ynskjer ikkje å fylle for mykje av oppgåva ved å freiste å forklare alle sider ved det. Likevel skal eg freiste å sei noko om korleis eg trur denne filosofien kan påverke oppgåva mi.

Bakgrunnen for sosialkonstruksjonismen, er tanken om at verda ikkje er ei objektiv eining, men er ulik frå person til person. Røynda er eit resultat av forholdet mellom personar, eller personar og gjenstandar. Mening vert ikkje skapt på ein passiv observerande måte, men på ein aktivt handlande måte (Lundby, 1998, s. 75). Slik eg forstår sosialkonstruksjonismen er det dei sosiale relasjonane, dei kulturelle tradisjonane og dei språklege konstruksjonane som bestemmer korleis verda til ei kvar tid ser ut. Det fylgjande sitatet er ein illustrasjon på dette:

Skal jeg forstå tingen blyant må eg bruke den. For å bruke den trenger jeg et papir e. l. Da kan jeg tegne, skrive, rable, regne. Bruken av blyanten gir den mening, samtidig får papiret mening, og den aktiviteten eg utfører på papiret. Konteksten blyanten opptre i og bruken av den gir den mening. Men hvis eg skulle befinne meg i en kultur der blyanter er et helt ukjent fenomen, ville eg ganske sikkert gitt den et annet bruksområde og den hadde fått en annen betydning. Jeg kunne klødd meg på ryggen med den, hatt den rundt halsen som et smykke, eller oppdaget at eg kunne pynte meg med strekene den etterlot seg. Det finnes ingen entydig mening for tingen blyant. (Bjartveit/Kjærstad, 1996, i Lundby, 1998, s. 66)

Blyantar, eller kva som helst anna her i verda, har ikkje ei eintydig mening som kan hevdast å vere universell. Menneskjer, gjenstandar og dyr får alle ei ny mening kvar einaste gong ein ny person granskar det/oss. På same måte er heller ikkje synet på oss sjølve noko som er fast, men i stadig endring. Me har stadig ny kunnskap om oss sjølv og andre, og dette påverkar sjølvbiletet vårt, på godt og vondt.

Sosialkonstruksjonisme er ein av dei berande filosofiane bak narrativ terapi, der det er historiene til klientane som er i fokus. Ein jobbar altså med klientane si eiga verd, og ikkje

med klientane sitt forhold til ei objektiv verd. På grunnlag av dette – og på grunnlag av mitt personlege verdsbilete – vil eg argumentere for at bruk av livshistoriene til klientane er det viktigaste reiskapen me kan bruke, dersom me skal oppnå betring i deira samhandling med omgjevnadane. Nettopp fordi livshistoriene våre på mange måtar er ein oppsummering av vår eiga verd, på same måte som denne oppgåva også er ei oppsummering av dei inntrykka informantane, litteraturen og anna livserfaring set i meg.

3.3 Kvalitative forskingsintervju

Eit kvalitativt djupneintervju er den mest naturlege metoden for å innhente data til å svare på problemstillinga mi. Eit kvalitativt intervju er ein samtale som ikkje er heilt fjern frå ein daglegdags samtale (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 24), men som skil seg ut ved at ein har forberedt seg godt før samtalen, mellom anna i form av å lage ein intervjuguide. Det er forskaren som skal styre samtalen, sjølv om han også kan velje å la informanten prate fritt store delar av tida. Eg har vald å nytte ein slags semistrukturert framgangsmåte, og dette synte seg ved at eg gjerne hoppa att og fram mellom spørsmåla i intervjuguiden dersom eg såg det tenleg for samtalen, og kunnskapen som oppsto. Likevel var det ynskjeleg for meg å halde ein viss struktur i intervjuet for å sikre at det vart tid til å kome gjennom alle spørsmåla i intervjuguiden. Dette er for å sikre eit best mogleg samanlikningsgrunnlag når eg skulle sjå på samanhengar mellom dei ulike informantane. Informantane vart anonymiserte gjennom pseudonym i staden for deira reelle namn.

Kunnskap har tradisjonelt ofte vorte sett på som kvantifiserbare fakta, som kan innhentast direkte frå ein informant. Kvale og Brinkmann (2009, s. 18) tek eit alternativt ståstad til dette, og argumenterer for at kunnskap ikkje er noko som eksisterer i informanten eller i forskaren, men vert konstruert mellom dei to. I denne utsegna legg dei seg då svært nært ein sosialkonstruksjonistisk tankegang, slik eg ser det. Kunnskapen som kjem ut av denne oppgåva er ein kombinasjon av det informantane fortel og måten eg som forskar oppfatar det på. Kunnskapen er altså ein samkonstruksjon mellom oss, og ikkje ein strøm av reine fakta. Dette betyr også at både forskaren og informanten kan lære nye ting om seg sjølve og sine opplevingar gjennom å samtale om ei hending. Dette inspirerer meg. Eg innhentar altså ikkje berre innhente informasjon som eg deretter skal formidle i ei oppgåve, eg risikerer også å oppnå ein ny måte å sjå på ting på som kan påverke både meg personleg, og oppgåva mi. Ein

bør også legge til at lesaren sin måte å tolke det eg har skreve på også vil vere med å forme kva kunnskap verda til sjuande og sist sit att med. Sjølv om problemstillinga mi ikkje søker å finne universelle svar men berre subjektive opplevingar hjå informantane, ser ein likevel at forteljningane om desse opplevingane fort kan føre til mange ulike typar kunnskap hjå mottakaren. Det er difor viktig men kanskje ei vanskeleg utfordring for meg i denne oppgåva å freiste å halde blikket heva og horisonten brei, i staden for å grave meg for langt ned i interessante og tankevekkjande fenomen.

3.3.1 Val av informantar

Då eg skulle fastsetje kva gruppe eg skulle bruke som informantar til oppgåva basert på temaet, men før problemstillinga var heilt fastsett, hadde eg to val slik eg såg det; å intervju klientar om deira erfaringar med bruk av livshistoriene sine i ein musikkterapeutisk setting, eller å intervju musikkterapeutar som har erfaring med å jobbe saman med klientane sine på denne måten. Fordelar med å intervju klientane direkte ville mellom anna vore at eg hadde fått fyrstehandsinformasjon kring det kanskje aller mest interessante aspektet kring dette, nemleg kva *klientane* tenkjer om desse tinga. Dei kunne svart på korleis dei opplever forskjellen på å jobbe med livshistoriene sine i ein musikkterapeutisk kontekst, kontra i ein anna form for terapi. Eg trur også det ville ha vore store sjansar for å fått ærlege, usminka versjonar av kva dei trur og meiner om dette temaet, på meir generell basis. Nokre av fordelane med å intervju musikkterapeutar som jobbar med desse klientane er at kvar musikkterapeut har jobba med mange klientar, og kan på den måten kanskje ha eit meir nyansert bilete på korleis dei føler at deira framgangsmåtar fungerer. Eg trur også at måten musikkterapeutane svarar på spørsmåla i større grad er forankra i ein fagleg kontekst, noko som kan gjere det lettare for meg å forstå informasjonen, og å nytte informasjonen i oppgåva utan å risikere å mistolke (i den grad mistolking er mogleg) det informantane seier. Eg valde altså i dette tilfellet å fokusere på å intervju musikkterapeutar som både har lang erfaring og som har bidrege med faglege publikasjonar. Dette er både fordi det reint teknisk er enklare og mindre tidkrevjande å få i stand i forhold til søknadar om godkjenning hjå NSD og eventuelt REK, og fordi eg opplever det som sikrare i høve til å finne informantar som kan gje meg gode og relevante svar innan rimeleg tid. Her er ein kort presentasjon av dei tre informantane eg valde å intervju:

Bjarte : Musikkterapeut som i mange år har jobba med og for ungdommar.

Christian: Musikkterapeut som har jobba i Kulturskulen, i fengsel og med ettervern av tidlegare innsette i fengsel.

Anne: Musikkterapeut med særleg erfaring frå psykisk helsevern.

3.3.2 Utvalet

I denne oppgåva nyttar eg strategien «purposeful sampling» (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 64) for å plukke ut informantar. Det vil sei at eg strategisk plukkar ut informantar etter kriteriet som seier at dei sit på informasjon om det fenomenet eg ynskjer å studere. Eg er ikkje ute etter å forske på kva erfaringar musikkterapeutar *generelt* har med å nytte livshistorier som ein ressurs i musikkterapien, men å lære mest mogleg om korleis nokre av dei som gjer det, gjer det. Sidan det er avgrensa kor mange musikkterapeutar eg veit om som passar i denne kategorien, betyr dette i praksis at eg vel ut informantar ved fyrst å undersøkje kven som jobbar på ein gjeven måte, for deretter å kontakte desse. I utgangspunktet hadde eg håpa å ha med fire informantar. Den fjerde informanten var ein kvinneleg musikkterapeut med bakgrunn i familieterapi, og eg tenkte fyrst at ho kunne vore eit svært relevant innslag i denne oppgåva. Men etter å ha kontakta ho kunne ho fortelje at ho ikkje lenger jobba med musikk ved institusjonen, og at hennar erfaringsgrunnlag på akkurat dette temaet var sopass spinkelt at ho var usikker på kor mykje ho hadde å bidra med. Dette, kombinert med det faktum at ho er busett ein heilt annan stad i landet og dermed ville skape nokre logistikkmessige og tidsmessige utfordringar, gjorde at eg konkluderte med å ikkje inkludere ho i oppgåva likevel. Før eg bestemte meg heilt for ikkje å finne ein eventuell erstattar for den fjerde informanten, gjekk eg gjennom datamaterialet frå dei tre informantane eg alt hadde intervjuet, og til slutt konkluderte med at eg hadde rikeleg med interessant stoff å ta tak i til denne oppgåva.

3.3.3 Forarbeid

Ein av dei obligatoriske oppgåvene eg hadde framom meg før eg kunne gå i gang med intervjuet. Var å innhente godkjenning gjennom Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD). Godkjenninga kom relativt kjapt, og eg kunne gå i gong med intervjuet. Det fyrste eg

gjorde var å gjennomføre eit pilotintervju. Dette gjorde eg på ein PHD-student innan fagfeltet profesjonsvitskap, som også er utøvande muskar. Denne informanten hadde ikkje den naudsynte bakgrunnen til å svare ordentleg på spørsmåla, men intervjuet vart brukt mest til å sjekke at spørsmåla var forståelege, og at dei innbydde til samtale. Det var også eit mål for meg å teste ut min eigen rolle i situasjonen, og korleis eg på best mogleg måte kunne leie informanten frå eit spørsmål og over på det neste, på ein mest mogleg naturleg måte.

Omlag på same tid som gjennomføringa av pilotintervjuet, kontakta eg ulike musikkterapeutar som eg håpa ville vere deltakande i prosjektet. Etter at dei hadde signalisert interesse, sende eg dei eit informasjonsskriv som beskriv bakgrunnen og målet for oppgåva, samt informasjon om deira rettigheter kring prosjektet. Eg sende dei også eit kort skriv om narrativ terapi. Dette var ikkje fordi eg ville at narrativ terapi skulle vere hovudtema i intervjuet, men fordi eg ynskja at informantane skulle ha ein grunnleggande bakgrunnskunnskap om eit felt som eg kjem til å kople deira historier opp mot. Eg syns dette var viktig både for å sikre at informantane og eg hadde ei felles forståing for kva informasjonen skulle verte nytta til, og fordi eg håpa det ville bidra til å styrke sjansane for at den informasjonen informantane valde å dela skulle vera mest mogleg relevant i høve til djupleiken i oppgåva, utover problemstillinga.

Sjølve intervjuguiden besto av 7 spørsmål, som både omhandla deira konkrete erfaring, og deira tankar kring desse erfaringane i forhold til temaet for oppgåva. Eg utfordra dei også til å svare på tankar kring deira syn på røynda, samt å kome med kreative løysingar på tenkte problemstillingar kring sin eigen praksis. Alt dette gjorde eg i håp om å få verdifull og interessant innsikt i erfarne musikkterapeutar sine tankar, og ikkje berre svar på ulike spørsmål frå deira kliniske kvardag. Ein kan finne mykje informasjon om klinisk praksis i litteraturen, men langt mindre om tankane, refleksjonane og meiningane til dei som implementerer denne praksisen. I eit forsøk på å få eit mest mogleg balansert datamateriale, valde eg difor å stilla informantane fylgjande spørsmål:

3.3.4 Intervjuguide

1. Har du nokre døme frå praksisen din der du har nytta klientane sine historier frå livet (store eller små) som utgangspunkt for musikkterapien? Fortel..
2. Har du nokon gong jobba på ein måte der du – anten direkte eller indirekte – har klart å identifisere eit problem eller problemområde saman med klienten, for så å jobbe med det på ein

måte som har gjort problemet meir akseptert/mindre tabu/meir ufarleg/lettare å leve med?

3. Kva forhold har du til omgrepet *narrativ*?

4. Kva tenkjer du om påstandar som at liva våre i dag vert forma av vårt syn på fortida vår, og ikkje av fortida vår i seg sjølv?

5. I dei høva du jobbar aktivt med klientane sine livshistorier; Trur du det ville vore nyttig for deg å ha fleire ulike arbeidsmetodar/teknikkar å velje mellom enn dei du har brukt til no, som fokuserer spesifikt på å jobbe med klientane sine *narrativ*? I så fall, kvifor eller på kva måte?

6. Kjende du til disiplinen *narrativ terapi* før du fekk informasjonsskrivet frå meg?

7. Er det nokre av dei metodane du nyttar eller har nytta i din praksis som du på ein eller annan direkte eller indirekte måte kan relatera til *narrativ terapi*, slik det står beskrive i informasjonsskrivet?

3.3.5 Gjennomføring av intervju

Alle intervjua vart gjennomførte på stader som informantane valde. To av informantane intervjua eg på kontora deira, medan det siste intervjuet var gjennomført heime hjå vedkomande. For å sleppe å bruke mykje tid på å setje informantane inn i temaet, eller innfallsvinkelen for temaet me skulle snakke om, hadde eg sendte dei eit informasjonsskriv som beskrev kva intervjuet ville handle om. Dett gjorde eg også for at informantane skulle få betre tid til å forberede seg på å svare på spørsmåla på ein best mogleg måte. På grunn av dette kunne eg gå relativt raskt i gang med å stille spørsmål, og eg følte at eg fekk ein god kjemi med dei eg intervjua.

Sjølv om eg på førehand hadde bestemt at dette skulle vere eit semistrukturert intervju der eg skulle tillate meg å hoppe att å fram mellom spørsmåla dersom dette verka tenleg, vart intervjuguiden fylgd i rekkjefylgje frå start til slutt i alle intervjua. Dette var ikkje ein bevisst strategi frå mi side, men var noko som fall seg heilt naturleg. Kanskje var det fordi dei ulike spørsmåla var sopass ulike at det vart naturleg å avslutte det eine før me gjekk vidare. Men til tross for at intervjuguiden var fylgd, hende det ved fleire høve at dei ulike tema kom opp att, men gjerne med ein litt anna innfallsvinkel. For eksempel hende det til stadigheit at informantane snakka om det same temaet på fleire av spørsmåla, og då hende det at eg ba dei

kople dette til noko av det dei hadde svara på eit tidlegare spørsmål, for lettare å kunne setje utsegna deira i eit mest mogleg heilskapleg lys.

3.3.6 Transkripsjon

«Transkripsjoner er oversettelser fra talespråk til skriftspråk. Hva man i den hermeneutiske tradisjon sier om oversettere, passer også på dem som transkribierer: Traduttori traditore - oversettere er forædere» (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 187). Å transkribere intervju var utfordrande på fleire måtar. For når eg starta prosessen med å skrive ned dei orda som vart sagt, oppdaga eg fort at samtalen mellom informanten og eg ikkje berre besto av ord. Ironi, fysisk gestikulering, spontane samanlikningar eller spissformuleringar som berre er delvis dekkjande, og vert etterfylgd av latter og eit "Haha, nei altså..." og mange andre språklege fenomen, er vanskelege å beskrive med ord. Somme gongar kan ein samanlikning vere ei seriøs meining pakka inn i eit snev av humor. Somme gongar kan ei spissformulering illustrere eit viktig poeng, men samstundes vere så polarisert at det kan øydeleggje sin eigen verdi dersom ein tolkar det for bokstaveleg. Somme gongar er ein formulering eit resultat av noko informanten har tenkt på over lang tid. Andre gongar kan det vere eit spontant utsegn som kanskje ville ha høyrdes ganske annleis ut neste gong informanten skulle sei "det same". Omsyna eg som forskar må ta når eg skal transkribere intervju, er difor nesten overveldande. Det er vanskeleg å sjå for seg at ein skal kunne yte informantane hundre prosent rettferd, og sitatet i toppen av dette avsnittet verkar difor treffande på meg. Eg forsøkte likevel etter beste evner å tolka den informasjonen som informantane kome med på ein måte som eg håpar at dei kan stille seg bak. Dersom eg nokre gongar har bomma, beklagar eg det.

For å gjere tilgangen på informasjonen best mogleg i etterkant av intervju, tok eg opp alle intervju på Mini Disc. Dette gjorde – i tillegg til å ha uavgrensa tilgang på sjølve utsegna – at eg kunne lytte etter språklege verkemiddel som eg følte eg burde skrive ned. Dersom ein informant sa noko med eit humoristisk glimt i auga, skreiv eg ned dette bak utsegna. Dette var noko eg berre gjorde enkelte gongar, der eg opplevde at det å berre skrive ned dei orda dei sa, ikkje var tilstrekkeleg for å få fram det eg opplevde at informantane formidla. Eg valde også å inkludere det meste av «pauselyder», som «eh..», «Altså.. nei.. ja...altså» og liknande. Likevel var det nokre gongar eg valde å kutte enkelte ting, dersom eg opplevde det som openbart utilsikta og utan språkleg verdi. Kvale og Brinkmann seier at det ikkje fins noko klart svar på

kor mykje eller lite ein bør inkludere av slike pausefydar, men at det avheng av kva ein skal nytte intervjuet til (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 190). Eg valde difor ei løysing som gjorde at eg enkelt klarar å få meinig ut av teksten når eg les den, men som samstundes ivareteke mange aspekt av den munnlege samtalen, slik at eg mellom anna kan sjå om dei ulike svara informantane gav verka resolutte og sikre, eller om dei sto fram som meir søkjande, nølande og/eller usikre.

3.3.7 Analysering av datamaterialet

Når ein vidare skal nytta transkripsjonane i ein heilskapleg tekst, står ein over for utfordringar kring kva kontekstar ein nyttar sitata i. Eit sitat kan av lesaren tolkast på mange ulike måtar ut frå kva kontekst det står i, og dermed er det eit viktig ansvar eg som forfattar har med å nytte sitata slik at dei i størst mogleg grad formidlar det informantane faktisk meinte å få fram. Nettopp fordi eg ikkje veit kva informantane tenkte medan dei sa det dei sa, vert det vanskeleg å vere sikker på at den meininga eg hentar ut av intervjuet, er den same som informantane hadde då dei sa det. Kvale og Brinkmann presenterer ulike måtar å vere objektiv på. Desse er «objektivitet som frihet fra ensidighet», «refleksiv objektivitet», «objektiv i betydningen intersubjektiv kunnskap» og å «Gi objektet lov til å protestere» (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 247- 248). I mitt tilfelle vil det ikkje vere korkje ynskjeleg eller mogleg å vere objektiv i naturvitskapeleg forstand, sidan eg ut frå min hermeneutiske og sosialkonstruksjonistiske ståstad berre kan presentere mine personlege tolkingar av den informasjonen som vert presentert for meg. Likevel kan eg freiste å oppnå det Kvale og Brinkmann kallar refleksiv objektivitet. «Objektivitet i kvalitativ forskning betyr i denne forbindelsen at man streber etter objektivitet om subjektivitet» (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 247). Dette betyr at ein som forskar skal freiste å oppnå størst mogleg grad av innsikt i sine eigne fordommar, fordi det nettopp er desse fordommane som bestemmer korleis me forstår noko, og at me i det heile tatt forstår. Desse fordommane bør også presenterast for lesaren der det verkar påkravd.

Når eg skulle starte jobben med å hente ut meining av dei transkriberte intervjuet, starta eg med å lese gjennom alle intervjuet ein gong. Deretter leita eg etter samanhengar og ulikskapar mellom det dei ulike informantane snakka om, og noterte ned stikkord kring det eg opplevde som viktige og sentrale tema. For å skape system i desse stikkorda, nytta eg metoden koding.

Kvale og Brinkmann skriv at ein ved å knytte eit eller fleir nøkkelord til eit avsnitt, lettare kan finne tilbake til – og identifisere – eit utsegn (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 208). Eg nytta meg av ein form for koding den tredje gongen eg las gjennom intervjuet. Ved å ta for meg eit intervju om gongen, klippa eg ut viktige sitat eller avsnitt frå intervjuet og plasserte det under ei overskrift som sa noko om innhaldet. Når eg var ferdig å gå gjennom intervjuet, sto eg att med eit knippe overskrifter. Deretter gjorde eg det same med dei to siste intervjuet, og sto til slutt att med ei rekkje overskrifter. Under nokre av overskriftene sto det utsnitt frå fleire av intervjuet, medan det under andre overskrifter berre var utklipp frå eit intervju. For å unngå å blande saman utklipp frå ulike informantar, valde eg å gje kvar informant kvar sin farge på skrifta. På denne måten fekk eg eit nokolunde oversiktleg blick på innhaldet i dei ulike intervjuet, og kva likskapar og ulikskapar dei hadde. Likevel vart dette eit langt dokument, og det var framleis ikkje så oversiktleg som eg skulle ynskje. For å snevre informasjonmengda endå meir ned valde eg difor i fyrste omgang å velje ut tema som informantane har til felles seg i mellom, eller som informantar har til felles med litteraturen. Eg freista heile tida også å sjå desse tema i høve til problemstillinga, for å sikre at eg valde ut informasjon som var mest mogleg relevant for oppgåva. Deretter korta eg ned mengda tekst under kvar overskrift ved å foreta det Kvale og Brinkmann kallar «meningsfortetting» (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 212). Dette tydar å gjere forkortingar frå informantane sine fulle formuleringar, til det som av forskaren vert opplevd som den viktigaste «kjernen» i det som vert sagt. Etter eg var ferdig med dette hadde eg eit oversiktleg dokument på berre nokre få sider, som demonstrerte kortfatta det eg opplevde som den viktigaste eller mest interessante delen av empirien. Før eg no skal presentere denne empirien, kjem eg - i tråd med den hermeneutiske sirkelen - til å gå attende til dei opphavlege transkripsjonane for på nytt å lese kva informantane *eigentleg* sa om dei utvalde tema, før eg presenterer funna mine og gjev att sitat. Når eg gjev att sitat frå informantane, er sjølve sitata meir eller mindre ordrette rekonstruksjonar av det som vart sagt. Eg har likevel vald å omforma talespråket til skriftspråk på enkelte måtar. Mellom anna er alle sitata skreve på nynorsk, uavhengig av talemålet til informantane. I tillegg har eg vald å fjerne overflødige ord eller lydar som ikkje er tenleg for å få fram budskapet i setninga. Dette kan vere pauselydar som «eh», «ja..eller, altså..» eller setningar som informanten fyrst startar, for deretter å korrigere. Somme gongar har eg vald å late setningar med dels ukorrekt oppbygging, eller ord med ukorrekte bøyningar få vere med i sitatet, dersom det for eksempel er meiningsfylt å få formidla at informanten er usikker eller har eit ambivalent forhold til noko. Ein annan grunn til at eg somme gongar tek med slike dels ukorrekte ord eller setningar, er at eg somme gongar har sett at det å skrive om frå den munnlege målforma til skriftleg

nynorsk har kravd sopass store endringar i oppbygginga av setningane at eg har vald å skrive setninga nærast mogleg slik informanten uttala den, sjølv om det kanskje ikkje er heilt korrekt nynorsk.

Sjølv om eg i dataanalysen min rettar mest merksemd på utsegn som er felles for fleire informantar og/eller litteratur, tydar ikkje det at all informasjon som berre ein av informantane har snakka om, vert ekskludert frå oppgåva. Alle interessante aspekt ved den opphavlege kodinga av transkripsjonane vil verte gjennomgått med jamne mellomrom, slik at også enkeltstående utsegn kan verte inkludert dersom det verkar høveleg for oppgåva. Empirien eg presenterer i kapittel 4 er berre henta frå intervju. Supplerande, bekreftande eller motstridande informasjon frå litteratur og egne refleksjonar, vert tilført og diskutert i kapittel 5.

3.4 Etikk

Ulike etiske problemstillingar vil dukke opp under eit forskingsprosjekt. Kvale og Brinkmann (2009, s. 68) nemner fire hovudtema: Informert samtykke, konfidensialitet, konsekvensar og forskaren si rolle. Å imøtekome den fyrste av desse fire, informert samtykke, vil sei å skriftleg informere intervjupersonen om kva prosjektet går ut på, kva samanheng utsegna deira skal nyttast, og å informere dei om at dei når som helst kan trekkje seg frå prosjektet dersom dei ynskjer det. I tillegg til å be dei signere dette skjemaet, sendte eg dei også eit informasjonsskriv om narrativ terapi. Dette gjorde eg fordi eg ynskjer å knytte nokre av datamaterialet opp mot litteratur frå narrativ terapi. Då syns eg det er mest ryddig å sikre meg om at informantane veit kva dette er.

Det neste punktet, konfidensialitet, handlar om å sikre anonymiteten til informantane når ein gjev att samtalan med dei i forskingsrapporten. Her kan det i nokre høve oppstå ein konflikt mellom kravet om full anonymitet og det å vidareformidle personlege hendingar og historier som intervjupersonen fortel. Denne utfordringa vart dels reell i oppgåva mi. Ikkje fordi informantane snakka mykje om personlege hendingar og historier, men fordi dei formidla historier og erfaringar kring sin profesjonelle praksis. Desse historiene ligg somme gongar nær det informantane tidlegare har presentert i ein fagleg kontekst i det offentlege rom. Som følge av dette vil det til ein viss grad vere mogleg å sannsynleggjere kven informantane til

denne oppgåva er gjennom det dei fortel, dersom ein frå før har kjennskap til deira offentlege bidrag til musikkterapien. Men ettersom eg opplever at det eg har inkludert av deira utsegn er i tråd med både godkjenninga frå NSD og samtykkeerklæringa informantane har signert på (appendiks), har eg vurdert det slik at anonymiteten er tilstrekkeleg ivareteke ut frå desse kriteria. I den grad det skulle vere mogleg å identifisere informantane ut frå lesaren sine koplingar mellom musikkterapilitteratur ein har kjennskap til og dei faglege aspekta som informantane snakkar om i intervjuet, er dette vanskeleg for meg som forskar å unngå heilt og fullt så lenge utgangspunktet for intervjuet er informantane sine historier frå sin praksis, og deira refleksjonar kring denne. Eg har freista å ivareta anonymiseringa på best mogleg vis.

Det tredje punktet, konsekvensar, handlar om å reflektere kring kva positive konsekvensar eller forbetringar på eit område oppgåva kan lede til, men også kva konsekvensar publisering av element frå intervjuet kan ha for intervjupersonane (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 68).

Det fjerde punktet, forskaren si rolle, handlar om korleis forskaren si rolle i forskingsprosjekt er med på å påverke resultatet av forskinga. Dette er eit vanskeleg tema å reflektere kring fordi alt eg gjer i dette prosjektet er styrt av meg som forskar. Alt frå val av tema for kvart intervju spørsmål, utforminga og ordlyden i desse spørsmåla, tolkinga av svara eg får på desse spørsmåla og kva teoretisk og personleg grunnlag eg set det opp mot i ettertid. Slik eg ser det er det umogleg å tenkje seg korleis resultatet frå akkurat dette prosjektet ville sett ut om det hadde vorte gjennomført av ein annan forskar, og eg ser heller ikkje nokon grunn til å gjere hypotetiske gjettingar kring dette. Det som er viktig er at eg har eit reflektert forhold til min eigen rolle i prosjektet, og at resultatet av forskinga ikkje er eit objektivt dokument men eit resultat av ein subjektiv tankeprosess. Eg vil kalle det ein form for *strukturert kunst*. I fylgje Wikipedia, som gjev ein dels fag- og kontekstnøytral definisjon av ordet, kjem ordet *kunst* frå Tyskland, og betyr «det å kunne» eller «ferdigheit». For eksempel som når me nyttar orda *kokekunst* eller *legekunst*. Det finst i kunsten to hovudgreiner Den eine viser til kunst som underhaldning. Den andre har som mål å finne erkjenning om kva det er å vere menneske (Wikipedia.no, søkeord: Kunst). Sjølv om det høyrer i overkant pompøst ut, er det på mange måtar nettopp det å søkje ei djupare erkjenning om kva det vil sei å vere menneske eg gjer gjennom arbeidet med dette prosjektet. Eg søker ikkje å finne svar på korleis verda eller menneskjer er skrudd saman, men å oppnå ein eller annan personleg erkjenning som eg kan dele med omverda gjennom oppgåva. Dersom eg ser på forskingsprosjektet på denne måten, men likevel heldt meg innanfor dei faglege, etiske og formelle rammene som vert kravd for å

gjennomføre prosjektet, bør ikkje min grad av påverknad på resultatet av prosjektet vere eit problem, snarare eit grunnleggande og avgjerande premiss.

3.5 Kritisk blick på eiga forskning

Sjølv om eg skulle sjå på mi eiga forskning som ein metafor for eit personleg, kunstnarleg uttrykk, er dette likevel ikkje heilt uproblematisk. For sjølv om me lever i eit land der ordet er fritt og me har lov å formidle meiningar og oppfatningar om verda og menneskjer som me vil, er dette framleis eit forskingsprosjekt. I ordet forskning ligg det nokre forventningar om at resultata som vert presentert skal vere noko meir enn eit uttrykk for forskaren sine eigne meiningar. Sjølv om det som kjem fram i oppgåva vert underbygd av tidlegare forskingslitteratur og informantane sine utsegn, kan det vere problematisk dersom eg som forskar er for einspora i mitt søk etter svar. Sjølv om eg er open om at forskinga er eit resultat av ein personleg prosess, bør eg likevel gjere alt eg kan for å freiste å få med flest mogleg sider av sakene. Ikkje minst er dette viktig fordi også intervjupersonane tek med seg sin eigen forståing når dei går inn i intervjusituasjonen, og svarar spørsmåla ut frå sin eige ståstad. Det vert då avgjerande at eg ikkje tek alt dei sei til inntekt for min eigen sak, men freistar å hente ut mest mogleg informasjon som kan kaste lys på kvifor dei svarar det dei svarar.

Eit anna aspekt som kan vere både problematisk og avgjerande for kva informasjon eg sit att med, er sjølve intervjusituasjonen. Forholdet mellom forskaren og intervjupersonen er avgjerande for informasjonen som kjem fram. Det var difor viktig for meg å freiste å oppnå at intervjupersonen kjende ein god grad av tillit til meg som intervjuar før me sat i gang, slik at samtalen ikkje vart dominert av skepsis eller for stor grad av formalitet. Tanken var at dess meir personlege intervju vart, dess betre.

4. Presentasjon av data

Det er særleg to tema som anten eksplisitt eller implisitt går att hjå alle informantane, som kan koplant med problemstillinga mi. Eg gjentek problemstillinga:

«Korleis kan livshistoriene til klientane nyttast som ein ressurs for å fremje helse i musikkterapien?»

Desse to tema har eg vald å gje kvart sitt namn, slik at eg på ein mindre forvirrande måte kan referere til dei ulike tema seinare i oppgåva. Desse er «Skaping av eit produkt» og «Fortid, notid eller framtid?» Namna på desse kategoriane er eit resultat av litt ulike, men liknande utsegn hjå informantane, og kan soleis sjåast som ei slags oppsummering av empirien. Eg meiner desse namna er rettferdige merkelappar på dei utsegna dei rommar.

4.1 «Skaping av eit produkt»

Når ein i musikkterapien snakkar om å musisere saman, skrive songar, øve inn eit repertoar, snakke saman, arrangere ting saman eller kva som helst anna, er det som regel *prosessen* kring desse tinga som står sentralt. Mellom anna Brynjulf Stige beskriv ein slik prosess i boka «Culture Centered Music Therapy» (2002). Her omtalar han eit prosjekt han arbeida med, kalla «Gloppen-prosjektet». I svært korte trekk gjekk prosjektet ut på å hjelpe og støtte ei gruppe utviklingshemma personar til å stå fram på ei scene og framføre eit stykke av Edvard Grieg saman med eit brassband. Den årelange prosessen fram mot målet, sjølve opplevinga der og då, og det dette førte til av haldningsendringar kring desse menneskjene i lokalsamfunnet i tida etterpå, er alle sentrale element på kvar sine måte og på kvar sine stader på den historiske aksen. Dersom ein person som slit med sosialangst etter lang tids gradvise tilvenning tør å opptre framom andre menneskjer på ei scene, tenkjer ein gjerne at *prosessen* som førte fram til denne framgangen er viktigare enn sjølve framsyninga, isolert sett. Dette er kanskje fordi ein tenkjer seg at denne prosessen også kan overførast til andre område i livet, og difor er ein verdifull lærings- og mestringsstrategi, langt utover det å framføre ein konkret song i ein konkret kontekst.

Kanskje på grunn av utforminga av spørsmåla mine, var denne prosessen ikkje eit utprega samtaletema hjå informantane mine. Likefullt er eg temmeleg sikker på at samtlege av dei vektlegg denne prosessen svært tungt, i likskap med meg sjølv og dei fleste andre musikkterapeutar. Men det kan også verke som om det er mogleg å fokusere *for* mykje på prosessen.

. . . tydinga av at det ikkje berre vert ein slik prosess. Prosessen – Franz Kafka - at alt flyt utan at det vert noko av det. Men i staden å lage konkrete gjenstandar, produkt, som gjer at ein kan sjå tilbake på at den gongen var eg der, no er eg der.» (Bjarte)

Her peikar Bjarte på verdien av å produsere konkrete produkt i musikkterapien. Eit produkt som er eit resultat av tida som klienten har hatt musikkterapi, mentale eller fysiske. Også dei andre informantane snakka om slike produkt, men ikkje nødvendigvis som ein målsetjing for musikkterapien i seg sjølve, men meir som ein bonus i tillegg, parallelt med dei hovudmålsetjingane som er definerande for praksisen deira. Det varierte likevel mellom informantane i kor stor grad desse produkta sto fram som ein del av målsetjinga og korti dei var ein rein bonus. Det var heller ikkje alle informantane som eksplisitt snakka om viktigheita ved å skape slike produkt, men ulike former for produkt vart ofte omtalt når informantane snakka om ulike utbytte klientane har av deira praksis. Det vart nemnt ulike typar produkt, ulike fordelar ved slike produkt og ulike måtar å skape dei på. Produkta som vart nemnt i intervjuet var innspelte CD-ar, fotografi, egne songar, konsertforedrag og felles minner kring aktivitetane dei har vore med på. Eg skal no gjere greie for kva informantane sa om desse produkta, og kvifor dette er relevant i samband med denne oppgåva.

4.1.1 «Produktet som diplom»

Under intervjuet fekk informantane fleire spørsmål med relasjon til narrativ terapi. Då eg spurte dei om dei hadde nytta seg av metodar dei direkte eller indirekte kunne knytte til narrativ terapi, fekk eg mange interessante svar. Mellom anna trekk Bjarte fram samanhengar mellom sin eigen praksis, og eksternalisering.

Likevel så er det litt artig å vende tilbake til desse låtane. Det vert jo som sånne «foto» då. Sånne eksternaliserte produkt som kan visast til folk utanfor situasjonen. Så kanskje det kunne vore interessant å lage ei kopling mellom desse songane og foto, då, som eit

tankeeksperiment i alle fall. Songane vert det som ungdommane sjølv ynskjer å vise fram, av det som dei har vore med på. Og dei vert dermed viktige objekt som kan vere med på å vidarefortelja – omskrive – det som dei driv med. Så eg trur det er viktig å jobbe med songar, og konkretisere det som skjer. (Bjarte)

Her peikar informanten på eit svært interessant poeng; Ein song som ein eksternalisering av terapiprosessen. Songen er noko ein kan vise fram til andre, og kan vere med på å bekrefte eller formidle klientane sine minner til folk utanfor situasjonen. Bjarte seier vidare at når ungdommane tilbringar så mykje tid på musikken som dei gjer i hans jobb, så ynskjer ungdommane å sitje att med noko handfast på same måte som dei får eit vitnemål etter endt skulegang. Han poengterer også at innspelingar av songar kan stå for ein liknande funksjon som eit diplom gjer i andre samanhengar:

Eg trur at når me jobbar så mykje med musikk med desse ungdommane, er det viktig at dei sit att med ein song eller ein innspeling.. Noko handfast som eit bevis på det dei har vore med på. For eksempel skreiv jo White og Epston ut diplomar til sine barneklientar for det dei hadde vore med på. Dei var veldig opptekne av den utvendiggjeringa av terapiprosessen. At det vart eit papir, eit diplom. Så eg trur jo desse songane våre kan vere vårt diplom. På eit halvt år i terapi, får du ein song med deg heim. For nokon vert det ein song, for andre vert det ei heil plate. (Bjarte)

Informanten trekkjer eksplisitt ein parallell mellom songen eller innspelinga, og eit diplom. Det vart ikkje sagt noko om kva forståing av eit diplom som ligg til grunn. Ein kan ikkje lese ut av det avgrensa datamaterialet korleis parallellen vert trekt til maktforholdet som ligg i bruken av tradisjonelle diplom. Han refererer til korleis White and Epston skreiv ut diplom til sine klientar, men seier samstundes at songane kan vere "vårt" diplom. Det er dermed ope for tolking om informanten ser på slike diplom som noko musikkterapeuten lønner klientane sine med, om klientane også kan produsere slike diplom for kvarandre, eller om produksjonen av diplom er noko som skjer i eit maktmessig likeverdig fellesskap mellom terapeut og klientar.

Også Christian snakkar litt om korleis det å spele inn musikken ein har jobba med gjennom ein periode, vert eit slags sluttprodukt. Han snakkar ikkje like direkte som Bjarte om korleis det å skape eit sluttprodukt er ei uttalt målsetjing i terapien, men trekk likevel fram korleis det å skape eit sluttprodukt har positiv innverknad på terapigangen. Mellom anna fortel han om korleis det å ha eit mål om å skape eit slikt sluttprodukt er med på å strukturere og motivere for øving og terping.

Me hadde slike seksvekerskurs. Og då jobba me mykje med å lage låtar den fyrste delen, medan me brukte den siste veka eller dei siste to vekene på å spele dei inn. Og då var det sånn terping, og «no må me få det til å låte bra». Altså, det var jo litt sånn liveinnspeling då, men likevel så fekk ein på ein måte... Det vart eit sånt type sluttprodukt som ein skulle vere nøgd med, då. (Christian)

Her påpeikar Christian noko som er verdt å merke seg; At dei ikkje berre har fokusert på at eit produkt skal lagast, men at produktet også skal vere noko klientane er nøgd med, og at dei difor må strukturere aktiviteten litt ekstra i form av terping mot slutten for å få dette til. Sjølv om Christian ikkje spesifikt trekk parallellen mellom produktet og eit diplom, framhevar han korleis sluttproduktet er noko ein skal kjenne seg nøgd med i ettertid, og at dette er noko ein må jobbe litt ekstra for mot slutten av prosessen for å oppnå. Mykje på same måte som ein må for å få eit diplom.

Ein annan ting som Bjarte seier er viktig i arbeidet sitt, er å dokumentere ei hending eller ein situasjon gjennom eit fotografi.

Foto er med på å vidarefortelje eller gjenfortelje, det også. Og dersom ein ungdom har følt at han har sitte og spelt og fått det til, og det er ein del av sjølvbiletet hans å få dette til, så er foto med på å understreke situasjonen, sant. Understreke at ein har sitte å spelt, og ein kan vise det til venner og slekt. Og for mange av våre ungdommar så er det veldig viktig å vise fram akkurat det, då. Då kan me jo sei, det som me snakka om i stad, at det me EIGENTLEG jobbar med, det er å jobbe med sjølvkjensla. Og fotoet er med å bygge sjølvkjensle. Så kanskje foto er noko som eg vil anbefale å bruke inn i dette narrative arbeidet, fordi det har ein slik heilt konkret, direkte funksjon då, i dette sjølvkjensle og identitetsarbeidet. Det er så konkret, og kan nyttast i så mange situasjonar. Det utvendiggjer, eksterialiserer - for å bruke eit narrativt omgrep - det som skjer i musikkterapien. (Bjarte)

Bjarte fortel vidare at det å nytte bilete av ungdommane i ulike situasjonar ikkje berre er

viktig for å dokumentere enkelthendingar, men også for å byggje opp ei ny livshistorie. Mange av ungdommane kjem til Noreg utan fysiske bevis på deira tidlegare liv, og har ikkje anna enn sine eigne minner å nytte som utgangspunkt når dei skal gjere seg kjend med andre menneskjer.

Ein annan bakgrunn for å bruke foto er at ungdommane våre bur på institusjon. Og på institusjonar er ein ikkje særleg flinke til å lage familiealbum, fotoalbum og slikt. Tenkjer me på oppveksten til dei aller flest av oss, så er me grundig dokumentert i mangfaldige fotoalbum, medan ungdommane som me jobbar med ikkje nødvendigvis er det. Så det er viktig å drive å ta bilete av desse ungdommane i situasjonar som dei er med på, slik at dei seinare kan ha eit fotoalbum å bla i. (Bjarte)

Det er altså viktig å fotografere ungdommane i ulike situasjonar slik at dei seinare har eit fotoalbum å sjå tilbake på, og som dei kan vise til venner og slekt. Bjarte seier altså at fotografi er noko ein kan vise til andre som eit bevis på det dei har vore med på, på same måte som songane er det. Dermed ser det ut som at fotografi også kan vere ein form for "diplom".

4.1.2 «Produktet som ein isbrytar»

Ordet «isbrytar» har eg fritt oversett frå det engelske uttrykket «ice breaker». I samband med ein samtale tydar dette ofte å ha eit tema eller ei handling som ein nyttar til å opprette ein kontakt med eit anna menneske. To av informantane påpeiker viktigheita av dette i intervjuet, gjennom å fortelje om episodar der dei har nytta eit produkt frå musikkterapien som ein slag «isbrytar». Anne, som har erfaring frå psykisk helsevern, jobbar i tverrfaglege miljø der klientane ofte får behandling av psykolog i tillegg til musikkterapi. Ho fortel at mange av pasientane syns det er tøft å snakke om problema sine både med musikkterapeuten og psykologen. Nokon gongar tek klienten med ein song som bringer opp eit samtaletema i musikkterapien. Andre gongar tek klienten i bruk produktet frå musikkterapien for å gjere samtalanane med psykologen lettare. Dette produktet er gjerne ein song dei har skreve sjølv, saman med musikkterapeuten.

Eg trur også eg har vore med på nokre gongar at klientar har kome med fleire songar som på ein måte har peikt på eit tema som har gjort at me har kunne snakka litt om det. Eller som eg nemnte i stad, at me faktisk har laga ein song om noko, og så har dei teke denne songen med seg, for eksempel til psykologen, for å snakke vidare om den fordi dei har

oppdaga i musikkterapien at dette var eit veldig viktig tema som de også vil trekke inn.
(Anne)

Klienten har klart å ta opp vanskelege tema gjennom songar som peikar på desse tema. Songen får dermed ein dobbel funksjon; Fyrst som ein isbrytar som hjelp til med å få i gang samtalen, og deretter er den ein måte å kommunisere eit budskap på.

Også Bjarte fortel korleis eit produkt frå musikkterapien kan fungere som ein isbrytar.

Eg traff ein ungdom på ein musikkforretning her... Etter ein liten innleiande samtale, så vart det sånn: hugsar du den songen som me spelte inn? Den der låten... kva var det den heitte igjen...? Og så var det det me hadde å prate om. (Bjarte)

Bjarte fortel vidare at han trur ein slik samtale betyr meir enn berre det som kjem ut av sjølve samtalen.

Det vert rett og slett ein port inn i den tida som var der. Og så vert det ein manifestasjon, ein dokumentasjon på at ein har gjort noko. Ein har vore noko, ein har vore ein stad, ein har eksistert. Truleg er det noko svært djupt menneskeleg. Det er veldig viktig å legge igjen nokre spor etter seg. (Bjarte)

4.1.3 «Produktet som eit identitetskart»

Ein innspeling av ein song, eit fotografi eller eit felles minne om ein periode i livet kan også vere med på å skape eit identitetskart i livet til klienten. I avsnittet «produktet som diplom» vert det lagt vekt på korleis eit enkelt produkt kan nyttast til å dokumentere ei gjeven hending, ein situasjon eller ei tid. Det vart også poengtert at ei rekkje fotografi kan setjast saman til eit fotoalbum som vert eit slags uttrykk for delar av klienten si livshistorie. Ideen om eit slikt fotoalbum kan også sjåast i ein meir abstrakt samanheng. Ei blanding av ulike typar produkt som ein har ulike assosiasjonar til kan setjast saman til eit slags kart over livet, eller ei livshistorie. Som tidlegare nemnt kjem ungdommane som Bjarte jobbar med ofte til Norge utan nokre fysiske bevis på sin identitet. Mange av dei har også opplevd så mykje vondt i livet at dei ikkje ynskjer eller klarar å dele minna sine med andre. Då vert arbeidet med å byggje opp ei ny livshistorie viktig, og dette kan mellom anna gjerast ved å bruke produkt frå ulike

epokar til å teikne eit slags kart over identiteten deira. Bjarte framhevar korleis hans eiga platesamling er ei diger samling av minner som er plassert side om side i ei hylle.

Eg har jo platesamlinga mi i stova, sant. Svær platesamling, vinylplater. Eg må ha det der. Då kan eg gå å sjå.. og tenkje på dei ulike platene.. Det vert eit svært identitetsbibliotek. Og eg trur terapi handlar litt om det. Å lage slike identitetskart, og å hjelpe dei til å fortelje att kven dei er, då. Og då er songar og foto heilt essensielle verktøy. Musikkaktivitetar er så gode aktivitetar til å produsere slike identitetsgjenstandar. Så eg er jo oppteken av å lage ting. Produsere, både for min eigen del og i jobbsamanheng. I terapिसamanheng vert det viktig å lage det saman med dei som ein skal prøve å hjelpe. (Bjarte)

Det handlar altså ikkje berre om korleis kvart enkelt produkt kan sjåast på som eit diplom for noko klienten har vore med på, men også korleis ei samling av ulike produkt skapar eit meir heilskapleg bilete av livet. Det er sjølv sagt ikkje berre produkta frå musikkterapien som er med på å skape det fulle bilete av klienten. Bjarte refererer også til Foucault og korleis han talar kring makt.

Dersom eg skal kople det tilbake til Foucault og makt, så handlar jo dette om makt då. Dersom du har høve til å produsere ei samhengande livsforteljing som er handgripeleg og forståeleg og alt dette her, så er du i ein maktposisjon. For då kan du gjere ei forandring. For dersom du ikkje har desse tinga på plass, så er du «disempowered», og får ikkje den same påverknadskrafta. Dersom du berre virrar kring i ei slik overflate... Utan å vite kven du er, kvar du skal og kvar du kjem frå, då har du eit grunnleggjande livsproblem. Og det er jo ein slik Empowerment-diskusjon då, å gje menneskja verktøy til å forstå seg sjølv. Då gjev du menneskjer makt til å klare seg sjølv. (Bjarte)

Klienten må i fylgje informanten altså setjast i ein tilstand der dei har makt til å gjere endringar i liva sine. Saman med sitata over kan dette tolkast som at det å utforme eit identitetskart gjennom å setje saman ei samling av ulike produkt, kan vere ein av måtane å jobbe med dette på.

Også delar av Christian sine beskrivingar av praksisen hans kan sjåast på i denne samanhengen. I intervjuet fortel han om eit prosjekt der han jobbar med tidlegare innsette. Gruppa består av faste medlemmar som har vore med over ein lang periode, og som alle har erfaring med å sitje i fengsel. Musikkterapien går føre seg i eit bandformat, og sentralt i dette bandet står forteljingane til vokalisten som vert presentert i form av det dei kallar

konsertforedrag – musikk og forteljingar.

Han som er frontfigur snakkar heile tida om at det er eit eventyr det han heldt på med. Han fortel om Oskeladden som går og samlar inn alle moglege ting i eit eventyr. Og folk flest trur jo at det der berre er boss som dei ikkje treng, men så får han jo brukt for det til slutt. Og slik er det han hovudpersonen her føler det. Han har opp gjennom livet opplevd ganske mykje.. mange ting.. på godt og vondt. Men på ein måte samlar han det opp og gjer songar ut av det, gjer forteljingar ut av det. Han gjer det til noko bra, då. (Christian)

Her er det tydeleg at det er livshistoria til vokalisten som står sentralt i musikkterapien, og at denne livshistoria dannar grunnlaget for dei produkta som kjem ut av prosessen. Metaforen om Oskeladden syner at vanskelege enkeltopplevingar frå livet til vokalisten - "bosset"- til slutt kjem til nytte på ein positiv måte. Kvar enkelt bit med boss er eit element som i sum utgjer viktige delar av klienten si livshistorie. Kvar enkelt song han skriv kring dette bosset vert då ein del av klienten si alternative livshistorie. Christian fortel vidare korleis han opplever at noko negativt kan vert snudd til noko positivt i gruppa, og at dei sterke historiene som dannar utgangspunktet for songane er med på å auke den kunstnarlege verdien på konsertane.

Ein kan vel kanskje sei at det å stå fram å fortelje sin historie har vore noko som har vore vanskeleg, eller som er problemfylt i utgangspunktet. Men i ein slik setting vert det på ein måte noko anna. Det er kanskje eit sånt hovudelement i det, at ein snur litt opp ned på noko som i utgangspunktet er eit stigma. I utgangspunktet er det å vere kriminell noko som er... Det er ikkje det du første du ropar ut. Men i denne settinga er det faktisk ein ressurs å kunne stå fram med sitt og sin historie og sine songar, og gjere kunst ut av det. Fordi, det er jo ingen andre som kan fortelje akkurat den historia. Det er jo EIN ting. Ein anna ting er jo at det gjer noko med det der kunstnarlege uttrykket, det er jo veldig autentisk.. Det er levd liv som vert servert, på ein måte. Så då vert det jo omgjort til noko positiv i staden for å vere noko negativt. (Christian)

Songane bidreg til å skape noko positivt ut av ei negativt ladd livshistorie. Kvar av desse songane vert då enkeltelement på klienten sitt identitetskart.

4.1.4 Oppsummering

Livshistoriene til klientane kan altså nyttast til å skape ulike produkt. For å knytte empirien

tettast mogleg opp til problemstillinga, vil eg no summere opp kva type ressursar dei ulike type produkta kan vere for å fremje helse hjå klientane i musikkterapien, ut frå informantane sine utsegn. Kvar kategori vil i prinsippet kunne romme mange ulike typar produkt, og i kapittel 5 skal eg freiste å sjå korleis eventuelle produkt som syner seg i litteraturen passar inn i desse kategoriane.

4.1.4.1 «Produktet som ein sosial ressurs»

Ut frå intervjuet kan det sjå ut som om dette området er eit av dei viktigaste, og at livshistoriene har eit stort potensial her. Informantane fortel korleis eit produkt kan vere ein isbrytar for å setje i gong ein samtale, og samstundes gje klienten som deltek i samtalen ei stadfesting på noko han eller ho har vore med på på eit tidlegare tidspunkt. Samtalen kring for eksempel ein song dei har vore med på å lage, plasserer klienten på det historiske kartet og bekreftar at han har vore med på noko som betyr noko for fleire enn berre seg sjølv. Minner om felles opplevingar, lærerike prosessar, trening i å samarbeide med andre eller nye venskapsforhold er alle sosiale ressursar som kan kome ut av prosessen med å skape eit produkt med utgangspunkt i si eiga eller andre si livshistorie. Når produkta vert sett som eit diplom for noko klienten har vore med på, er dette diplommet også ein sosial ressurs. Produktet kan då nyttast til å vise andre kva ein har vore med på og kva ein har fått til. Produktet i ein sosial samanheng treng ikkje nødvendigvis å formidle eit personleg budskap om klienten. Snarare ser det ut til at det sentrale målet er å hjelpe klienten med å skape relasjonar til andre, og at songen som manifestasjon på ein prosess er minst like viktig som budskapet i teksten.

4.1.4.2 «Produktet som ein kommunikativ ressurs»

Kommunikative ressursar må kunne seiast å vere i slekt med sosiale ressursar. Men produktet kan også ha som hovudformål å formidle eit konkret, personleg budskap frå klienten til mottakaren. Dette kjem særleg godt fram i eksempelet frå Anne. Ho fortel om episodar der ho saman med klienten har jobba fram tekstar som har teke opp viktige tema. Klienten har deretter teke med seg denne teksten til psykologen sin, fordi ho hadde behov for å snakke om dette der. Songen vart brukt som ei slags bru mellom tankar, kjensler og uttalte ord. Songen gjorde det lettare å kommunisere kring vanskelege tema.

Her er det altså ikkje gjeve at klienten ynskjer å vise fram songen til andre menneskjer i ein

sosial relasjon. Hovudformålet med produktet ser ut til å vere å formidle eit budskap innanfor rammene av ein terapigang.

4.1.4.3 «Produktet som ein estetisk ressurs»

Christian fortel om korleis han opplever at frontfiguren i bandet han jobbar med utanfor fengselet snur eit negativt stigma til noko positivt. Det at ein er kriminell er noko som kan føre til stigmatisering. Men i staden for å late seg knekke av fordommar og fordømming frå samfunnet, nyttar klienten si eiga, vanskelege livshistorie til å skape unik, autentisk kunst. Kunst som ingen andre kunne ha laga akkurat likt som han gjer. Kunst som både er til glede for andre gjennom musikkopplevingar og viktige budskap, og som i tillegg gjev klienten ei kjensle av mening med livet. Eit produkt som får klienten til å kjenne seg betre, kan vere ein estetisk ressurs. Dei vanskelege tidene har ikkje vore heilt utan mening likevel.

4.2 Fokus på fortid, notid eller framtid?

Livshistoria vår består av eit uttal ulike hendingar og opplevingar, som alle kan puttast inn på eit historisk kart. Men kvar ligg dei hendingane som i størst grad påverkar liva våre seg på dette historiske kartet? Er det opplevingar i fortida som i størst grad er definerande for vår ferd framover i tid, eller er det uro, glede eller målsetjingar for framtida som er viktigast? Eller er me kanskje mest opptekne av å stable på beina eit best mogleg liv her og no? Og kva kan eg finne i datamaterialet kring korleis informantane lét eigne tankar om desse tinga påverke deira musikkterapeutiske praksis? I denne delen av kapittelet skal eg ta føre meg det som kom fram i intervjuet kring ulike måtar å forholde seg til fortid, notid og framtid på. Dette underkapittelet har ein litt annan struktur enn det førre, ettersom det også rommar ein litt anna type data. Der det i det førre kapittelet dukka opp mange ulike undertema av hovudtema som det vart naturleg å ta for seg kvar for seg, sirklar dette kapittelet kring ein diskusjon. Eg har vald å ikkje dele fortid, notid og framtid inn i ulike underkategoriar, fordi informantane ikkje snakkar om dei som separate tema, men som eit samhengane kontinuum på det eg har vald å kalla ein «tidsakse».

Ein ting eg har tenkt på lenge, er korleis ein i musikkterapien best kan jobbe mot ei betre framtid for klientane. Skal ein fokusere på å skape gode meistringsopplevingar her og no,

gode relasjonar og styrking av ressursar for på den måten å leggje til rette for eit betre og meir optimistisk syn på framtida? Eller skal ein fokusere på å reflektere over- og bearbeide fortida, for på den måten gjere seg betre kjend med kvifor ting er som dei er og dermed lettare kunne bryte ut av destruktive handlingsmønster i framtida? Eller kanskje bør ein helst starte med ulike mål for framtida, og leggje ein konstruktiv plan for terapigangen ut frå dette? Eller kanskje ein kombinasjon? Ein annan ting eg har tenkt på er korleis dei ulike innstillingane til dette påverkar korleis ein førebur og gjennomfører musikkterapitimane, og korleis ein bearbeidar dei i ettertid.

Informantane mine har ved fleire høve snakka litt om kva del av denne tidsaksen dei opplever det som mest meiningsfylt å jobbe med ut frå sitt generelle syn, dels med utgangspunkt i sin eigen praksis. Dette var i utgangspunktet ikkje direkte eit av spørsmåla mine i intervjuguiden, og dei har ikkje snakka om dette i form av eit samanhengande, systematisk svar. Likevel har det undervegs i analysearbeidet mitt kome fram at samtlege av informantane kom inn på ting som kan knytast til dette temaet. Eg ynskjer å sjå nærare på deira synspunkt kring dette, før eg i kapittel 5 skal freiste å sjå dette i lys av litteraturen og personlege refleksjonar.

Spørsmål nummer 4 i intervjuguiden min innbaud til særleg interessante svar i denne samanhengen. Spørsmålet var «Kva tenkjar du om påstandar som at liva våre i dag vert forma av vårt syn på fortida vår og ikkje av fortida vår i seg sjølv?» Grunnen til at eg ynskja å høyre kva informantane hadde å sei om dette var fordi eg tenkte det ville verte reflektert i korleis dei arbeida i sin musikkterapeutiske praksis. Eg ville freiste å finne ut korleis dei tre punkta på tidsaksen – fortid, notid og framtid - sto i høve til kvarandre, hjå dei ulike klientane. Anne seier mellom anna dette:

Eg trur absolutt ikkje at livet vårt er forma av fortida vår. Sånn sett så likar eg den andre forståinga der betre. Samstundes som eg tenker at det har ikkje berre har med fortida å gjere. Det har jo med notid og framtid også, trur eg. Eg trur jo at me former livet vårt i nåtida, og med våre drømmer om framtida også. Altså til ein viss grad så har me jo vorte den me har vorte gjennom våre erfaringar, og opplevingar av fortida, om du vil. Men det er jo heile tida i møte med ting som skjer her og no. (Anne)

Det er ikkje berre Anne som påpeikar at ho ikkje trur det er berre ein av punkta på tidsaksen som er avgjerande for kven ein er. Også Bjarte er tydeleg på at både fortid, notid og framtid heng nøye saman, sjølv om han i større grad enn Anne framhevar viktigheita av fortida.

Det er jo både og. Me er jo eit resultat av fortida vår, unekteleg. Me kan ikkje sjå bort frå det, men me kan velje å ta eit oppgjær med fortida vår. Men sjølv om me tek eit oppgjær med fortida vår vil me fortsatt vere eit resultat av fortida vår. . . Ta ungdom som har opplevd overgrep som eksempel då, eller som er barnevernsbarn. Dei sluttar ikkje å ha vore overgripne på, eller å vere barnevernsbarn. Dei er jo framleis det. Men dei kan forholde seg til det på ein annan måte dersom ein går inn å aktivt bearbeider det. (Bjarte)

Her seier altså Bjarte at me *både* er eit resultat av fortida vår, men at me kan forandre oss gjennom å forholde oss annleis til fortida gjennom bearbeiding av det ein har vore gjennom. Han ynskjer heilt eksplisitt ikkje å vekte desse to elementa opp mot kvarandre, då han seier at det er umogleg å skilje dei, og eit forsøk på dette uansett ville verte ei forenkling.

Christian sitt svar opplever eg meir som ein stønad til den siste delen av spørsmålet, nemleg at det er måten me forheldt oss til fortida vår som resulterer i kven me er.

Eg har ei veldig tru på at det har noko meiningsskapande ved seg å kunne fortelje historia om deg sjølv. Og at du då på ein måte kan velje din historie også, og at du gjer det. Og at det er ein viktig del av identitetsdanninga di. I alle høve slik som eg oppfattar det narrative. . . Du kan jo på mange måtar både fortelje kva som har skjedd, kva som er her og no, og kva som vil kome, på ein og same gong. Eg har ein veldig sånn tru på at det forteljande skapar meining for folk. (Christian)

Christian seier altså at han trur at ein og same historie kan romme alle dei tre punkta på tidsaksen, og at sjølve forteljinga om det som var, det som er og det som kjem til å kome, i seg sjølv er med på å skape meining. Eg tolkar dette som ein stønad til den siste delen av spørsmålet. At han meiner det er attforteljinga om fortida, som ein utfører her og no, som best fortel kva som har skjedd før, og ikkje ei objektiv fortid i seg sjølv.

For å oppsummere avsnittet så langt, så har eg no altså trekt fram korleis dei ulike informantane ser på vektlegginga av dei ulike punkta på tidsaksen. Både Anne og Bjarte er klare på at ein ikkje kan skilje fortid, notid og framtid og alle desse saman utgjer det totale biletet. Begge to poengterer også at det er både og; Opplevinga av fortida må alltid sjåast i samanheng av kva som faktisk skjedde, heilt konkret. Bjarte framhevar i noko større grad enn dei andre at ein aldri kan endre på ting som faktisk har skjedd, uansett korleis ein snur og vender på det. Likevel seier han at det er fullt mogleg å avgrense konsekvensane av det som

har skjedd, ved å bearbeide det. Anne er langt på veg einig med Bjarte, sjølv om eg opplever at ho heller litt meir mot at korleis ein forholdt seg til fortida si er det aller viktigaste. Christian seier heller ikkje at det som har skjedd, ikkje har skjedd uansett. Men at attforteljinga av det som skjedde kan vere minst like viktig for liva våre som sjølve hendinga i seg sjølv.

Dersom eg hadde hatt eit meir rikhaldig datamateriale, ville det vidare vore interessant å sjå på korleis informantane sitt syn på tidsaksen fekk konsekvensar for korleis dei jobba i sin musikkterapeutisk praksis, dersom i det heile tatt. Dette for å gje endå meir utfyllande materiale kring korleis teoretiske eller idealistiske innfallsvinklar kan eller bør påverke den musikkterapeutiske praksisen. Eg opplever at dette ville vore relevant for oppgåva sidan eg freistar å finne ut korleis arbeidet med livshistorier kan gjerast på ein best mogleg måte. Men ettersom dette var eit tema som fyrst dukka opp i analysearbeidet og ikkje var ein del av den opphavlege intervjuguiden, har eg ein sopass avgrensa empiri på dette området at eg ikkje syns det vert rett å bruke det til å trekkje slutningar av. I staden skal eg i kapittel 5 nøye meg med å systematisk ta for meg kva punkt på tidsaksen dei ulike aktivitetane som er beskrive i litteraturen ser ut til å fokusere på, og reflektere litt kring dette i høve til eigne, opphavlege tankar, i tillegg til nye tankar eg får gjennom å lytte til historiene frå informantane.

4.3 Andre funn

Eg har no presentert dei funna som eg opplever som mest interessante når det gjeldt å undersøkje *korleis* livshistorier kan nyttast som ein ressurs i musikkterapien. I det neste avsnittet ynskjer eg å presentere informantane sine utsegn kring koplinga mellom narrativ teori og musikkterapi, som eit forsøk på å sjå etter interessante koplingar mellom bruk av livshistoriene til klientane, og bruk av ein tilpassa form for narrativ terapi i ein musikkterapeutisk kontekst.

4.3.1 «Narrativ terapi i musikkterapi?»

Under intervjuet vart informantane bede om å fortelje om dei har nytta seg av arbeidsmetodar som dei kan relatere til narrativ terapi. Eg hadde sendt dei eit informasjonsskriv om narrativ terapi på førehand, slik at dei skulle kunne tileigne seg litt grunnleggande kunnskapar om det,

dersom dei ikkje allereie hadde det. I tillegg spurte eg dei litt kring deira forhold til omgrepet «narrativ», litt meir generelt. Ut frå dette kome det fram ulike synspunkt.

Christian fortalde mellom anna at han har vore bevisst på det narrative som eit overordna perspektiv, men at han ikkje har tenkt på det så mykje på det i forhold til å kople narrativ terapi og musikkterapi meir direkte. Han trur han bruker nokre grep frå narrativ terapi i musikkterapien likevel, når han til dømes freistar å hjelpe ein klient til å motstå freistingar kring rus i kvardagen. Han seier at dette kanskje kan sjåast i samheng med å omskrive ei historie, utan at han har tenkt på det på den måten før.

Bjarte snakkar også om å løyse opp dominante narrativ av kven klientane er – eller kven dei trur dei skal vere. Til dømes gjennom leik og utforsking i musikkrommet. Han refererer også til filosofen Foucault, som også står sentralt i narrativ terapi. I tillegg nyttar han heilt eksplisitt uttrykket «eksternalisering» når han snakkar om å spele inn musikk, ta bilete eller på andre måtar skape fysiske manifestasjonar av det dei driv med i musikkterapien.

Anne seier at ho syns at det narrative perspektivet er noko som kan vere med oss for å betre forstå kvifor til dømes songskriving nyttar, og kva som skjer når me jobbar med dette. Ho seier også at det narrative perspektivet kanskje også kan bidra til å lære oss meir om kva potensiale som ligg i songskriving og improvisasjon kring historier. Det lét til at alle informantane er positive til å trekkje det overordna, narrative perspektivet inn i musikkterapien, og i ulik grad er dette noko dei allereie gjer i dag. Når det gjeldt haldningar til ei praktisk, metodisk nytting av konkrete metodar eller aktivitetar som er inspirerte av narrativ terapi men tilpassa for musikkterapi, får eg lite eller vag informasjon som kan tolkast som dels negativ til dette, ut av datamaterialet. Datamaterialet seier ikkje noko om eventuelle grunnar til dette.

5. Drøfting

I dette kapittelet skal eg diskutere funna eg gjorde gjennom intervju med informantane med funna eg har gjort i litteraturen. Eg vil gjere dette for å sjå om dei ulike tema som kom opp gjennom dataanalysen også kan finnast i litteraturen. Ved å sjå litteraturen og informantane sine utsegn i samanheng, håpar eg å oppnå ein endå større innsikt i tema som igjen kan gje meg eit utgangspunkt for betre og grundigare refleksjonar. Når eg no skal sjå desse funna i samanheng med litteraturen, er det viktig å merke seg at litteraturen er henta frå ulike miljø rundt i verda, medan alle informantane jobbar innan Noreg sine grenser, og dermed i større grad jobbar ut frå felles tradisjonar, forståingar og diskursar. Dette til tross for at informantane har erfaring frå ulike kontekstar og med ulike klientgrupper. Men sjølv om utgangspunktet til tider truleg er ganske ulikt, kan det likevel tenkjast at det fins nokre felles koplingar til problemstillinga mi? Til slutt i kapittelet håpar eg å sitje att med ein del eksempel på korleis livshistoriene til klientane kan nyttast som ein ressurs i musikkterapien, i lys av narrativ terapi.

5.1 «Skaping av eit produkt»

Det fyrste eg ynskjer å drøfte er funna eg gjorde i intervju kring det å skape eit produkt. Noko overraskande for meg ser det ut til at det vert lagt ganske mykje vekt ned i å skape slike produkt. Gjennom analysearbeidet fann eg at informantane snakka om at slike produkt kan ha tre ulike funksjonar; «produktet som eit diplom», «produktet som ein isbrytar» og «produktet som eit identitetskart». På bakgrunn av dette vart det svært interessant å lese gjennom litteraturdelen frå oppgåva på nytt, med dette i tankane. Her ynskjer eg å leggje til at det absolutt ikkje er noko mål for meg å snu fokuset bort frå dei terapeutiske prosessane og berre fokusere på produkta som kjem ut av desse prosessane. Men for å jobbe mot å få mest mogleg att for den tida klientane brukar i musikkterapien, meiner eg me må sjå på alle potensielle gevinstar me kan finne. Det ser ut til at produktet kan vere ein større tilleggsressurs enn eg tidlegare har tenkt over.

Trine Torbergsen (2009) vektlegg i to av døma sine det å lage ein song for å ta tak i utfordringar som forstyrrar familiodynamikken, i ein morosam kontekst. I det tredje eksempelet er det også familiesamhald som står i fokus, men i dette tilfellet er det ikkje konflikten i familien som ligg til grunn, men alvorleg sjukdom hjå far. I to av tilfella nyttar ho

songskriving som metode, og i det siste er det innspeling av ein CD med eksisterande musikk som gjeldt. Ein kan tenkje seg at det er den terapeutiske prosessen – samtalanene, det relasjonelle samspelet og sjølve jobben med å skrive eller spele inn songane saman – som står aller mest sentralt. Likevel står ein like fullt att med eit produkt på slutten av terapiperioden, som kan nyttast til ein av- eller alle dei kategoriane som er nemnt over.

Dei to fyrste døma til Torbergesen er dømer på situasjonar der produkta vert nytta som eit personleg verktøy for å formidle eit konkret budskap klientane mellom, eller mellom klientar og terapeut. Dette gjekk føre seg gjennom ein tekst som vart primært vart nytta innanfor rammene av ein serie terapitimer. Det er dermed i mindre grad eit fokus på å vise songen til andre vener eller kjende utanfor terapisisituasjonen. Difor tenkjer eg at produktet som kjem ut av desse terapigangane primært vert ein *kommunikativ ressurs*. Likevel vil eg sei at duetten "Smule Loving" som Torbergesen omtalar, truleg også er ein *sosial ressurs* ettersom det vart sagt at songen vart framført for andre klientar på klinikken. I tillegg vart det sagt at «Smule Loving» vart innspelt på CD, noko som gjorde at den vart ein klar sosial ressurs innbyrdes i familien i tida etter terapien var over. Slik forklarar Torbergesen dette:

Videre forteller han at familien av og til henter frem CD-en, lytter til den og "snufser litt sammen". For meg blir dette en bekræftelse på hvordan musikk kan ramme inn et innhold, som man igjen kan hente frem etter behov. (Torbergesen, i Ruud, 2009, s.107)

Den andre songen, som ikkje vart innspelt, vil truleg også kunne nyttast som ein sosial ressurs innbyrdes i familien, gjennom samtalar kring felles opplevingar med å skape eit produkt saman, eller ved å synge songen saman. I Torgersen sitt tredje døme spela familien inn ein CD. Dette var ikkje musikk dei hadde laga sjølv, men allereie eksisterande musikk som betydde mykje for faren i familien. I direkte forstand tenkjer eg at ein slik CD fyrst og fremst vil vere ein sosial ressurs, ettersom det å lytte til CD-en i ettertid dannar grunnlag for samhald, samtalar og skaping av felles minner innbyrdes i familien. Ettersom det ikkje kjem fram at tekstane i songane har nokon spesiell form for kommunikative mål, men at det er minner og opplevingar knytt til dei ulike songane som heilheit som er viktig, kan ein på den eine sida argumentere for at denne forma for produkt ikkje i utstrakt grad vil vere ein kommunikativ ressurs. På den andre og meir indirekte sida kan ein ta inn eit perspektiv liknande det Even Ruud (1997) i «musikk og identitet» presenterer. Då vil ein truleg kunne sagt at det å setje saman ei slik samling av songar er ein måte å kommunisere sin eigen

identitet. I tillegg vil ein slik CD også truleg kunne fungere som ein isbrytar i enkelte situasjonar, og dermed kan den også seiast å vere ein kommunikativ ressurs.

Lisa Claire Evans (Evans, 2006) beskriv at ho mot slutten av terapiperioden oppmoda klienten til å skrive ein song om seg sjølv. Denne songen – produktet - var svært personleg, og også her vart den primært nytta som ein *kommunikativ ressurs*, eit verktøy for kommunikasjon mellom klient og psykolog. Songen vart ikkje skreve i fellesskap med andre – bortsett frå terapeuten – og det vart heller ikkje sagt om den vart innspelt. Dermed tenkjer eg at produktet i denne samanhengen vil vere temmeleg beskjeden som sosial ressurs. Derimot kan det tenkjast at den i noko større grad vil opplevast som ein estetisk *ressurs*, ettersom klienten kan få opplevinga av å ha nytta ei negativ historie til å skape eit positivt produkt (Christian).

Også Duffey, Lumadue og Woods (2001) presenterer ein metode som gjer at ein står att med eit produkt, gjennom å lage eit «Life review» (Duffey, Lumadue og Woods, 2001, s. 7). Ein liknande innfallsvinkel demonstrerer også Dorit Amir gjennom det han kallar «musical presentation» (Amir, 2011, s. 177). I begge desse døma er produktet ein står att med ei liste over signifikante songar i klienten sitt liv. Sjølv om det også her er prosessen kring utveljing, presentering og samtalar kring songane som er viktigast, kan det like fullt tenkjast at dette produktet i etterkant også kan nyttast som ein isbrytar, eller bidra til å skape eit identitetsbibliotek, som er ein del av eins eigen livshistorie. Ein slik presentasjon vil difor passe inn i kategoriane *sosial ressurs* og *kommunikativ ressurs*. Truleg kan ein slik presentasjon av songar framfor andre også kunne utgjere ein *estetisk ressurs*, avhengig av om ein sit att med ei kjensle av å ha «gjort ein god figur» under presentasjonen.

Liknande kan me sei at produkta som vert skapt i terapigruppa til Tom Plach – teikningar og overskrifter – er ein kommunikativ ressurs, fordi dei dannar grunnlaget for samtalen i terapien. Den kan også truleg vere grunnlag for ein estetisk ressurs, ved at presentasjonen av produktet dannar grunnlag for ei positiv oppleving hjå klienten.

I døma til Lillian Eyre og Hannah You sit ein berre til ein viss grad att med eit produkt etter terapiperioden. I endå større grad enn i dei andre døma er det her prosessen som står i fokus, og produktet er ikkje ein signifikant del av terapien. Sjølv om improvisasjonane som Eyre og You beskriv vart teke opp på band for å kunne analyserast, vart det ikkje sagt om klientane fekk behalde ein kopi av desse i ettertid. Rett nok fekk klientane som ein del av terapien høyre

på opptaka saman med terapeuten, då dei diskuterte desse opp mot historier skreve på papir, og dermed kan kanskje improvisasjonen sjåast på som eit produkt. Men dette produktet vart ikkje skapt i eit fellesskap som dermed kunne generere felles minner. I tillegg er ein improvisasjon noko som er vanskeleg å gjenskape i ettertid utan å ha opptaket. Dermed vert det ikkje lett å korkje framføre det for andre eller seg sjølv. Det er dermed ikkje særleg sannsynleg at sjølve produktet her kan sjåast på som ein sosial ressurs. Det er likevel ein klar kommunikatív ressurs innanfor terapigangen.

5.1.1 Oppsummering

For å samle konklusjonane kring produkta i empirien og litteraturen, set eg her opp ein tabell som syner det eg har kome fram til. Dei ulike informantane har tala om ulike måtar å jobbe med eit produkt på, og litteraturen omtalar også ulike innfallsvinklar. Tabellen er laga ut frå den informasjonen som kjem fram gjennom intervju og litteratur, og eg erkjenner sjølvstundt at det truleg er mange aspekt ved dei ulike terapeutane sine arbeidsmåtar som ikkje har kome fram i lyset, og tabellen er difor både unøyaktig og ufullstendig. Målet med tabellen er todelt: at lesaren skal få eit oversiktleg bilete over dei analysane eg har gjort kring produksjonen av produkt. Men her ville det heilt sikkert også vore mogleg å analysert litteraturen på andre måtar, slik at lesaren kan vere ueinig i korleis eg har sett opp denne tabellen. Eg ynskjer ein diskusjon kring dette velkomen, og mitt andre mål med å lage ein slik tabell er å rette fokus på fenomenet «produkt», og korleis me kan utvide og forbetre vår tankemåte kring dette i høve til musikkterapi. Tabellen er ikkje meint slik at eg oppfattar metoden som meir verdifull dess fleir gongar ein forfattar er representert. Metodar eller aktivitetar som fokuserer meir på prosessen og mindre på produktet kan sjølvstundt vere akkurat like verdifull, men denne tabellen fokuserer altså på produktet.

Produktet som ein «sosial ressurs»	Produktet som ein «kommunikativ ressurs»	Produktet som ein «estetisk ressurs»
Christian	Christian	Christian
-	Anne	Anne
Bjarte	Bjarte	Bjarte
-	Lisa Claire Evans	(Lisa Claire Evans)
(Trine Torbergsen)	Trine Torbergsen	-

-	Tom Plach	(Tom Plach)
Duffey, Lumadue og Woods	Duffey, Lumadue og Woods	(Duffey, Lumadue og Woods)
Amir	Amir	(Amir)
-	Lillian Eyre	-
-	Hannah You	-

Fig. 5.1. Slik kan dei ulike metodane sjåast som produktorienterte ressursar. Når eit namn står i parentes tydar det at den er plassert der på eit noko svakare grunnlag.

5.1.2 Refleksjonar

Tabellen syner tydeleg at det er som ein kommunikativ ressurs at produkta vert oftast nytta. Faktisk har eg sitte alle litteraturforfattarane og informantane i denne kategorien. Eg ynskjer som sagt ikkje å leggje for mykje vekt på viktigheita av dette på grunn av dei klare avgrensingane i empiri og litteratur. Eg skal heller ikkje dvele ved kvifor det er som det er, eller kva som skulle vere mest optimalt for ein musikkterapeutisk praksis med utgangspunkt i å nytte livshistoriene til klientane som utgangspunkt for ein narrativ musikkterapi. Likevel syns eg det er eit fint utgangspunkt for å setje i gong vidare tankeprosessar når eg både i slutfasen av denne oppgåva og vidare i livet skal reflektere kring korleis ein skal utvikle sin eigen praksis på best mogleg måte, og verte ein så god musikkterapeut som ein kan.

Når eg reflekterer litt kring dei ulike funksjonane som produkta kan ha og korleis dei står i høve til kvarandre, kjem det fram eit anna aspekt eg tykkjer er interessant; kvaliteten på produktet. Når klienten nyttar til dømes ein song som eit diplom for si tid i musikkterapien, undrast eg over om den opplevde kvaliteten – musikalsk, kunstnarleg og produksjonsteknisk - på produktet kan få ein markant konsekvens, uavhengig av klienten sitt eige syn på dette. Dersom ein syner fram «diplomet sitt» til nokon andre, og dei som får høyre songen oppfatar både songen i seg sjølv og lyd kvaliteten på opptaket som svært god, vil dette kunne få følgjer for dei tilbakemeldingane klienten får. Om tilbakemeldingane er gode, middelmåtige eller dårlege trur eg kan få store følgjer på klienten sitt eige syn på songen i tida etterpå, og dermed påverke alle dei tre funksjonane produktet kan ha, ut frå det empirien syner. Det kan difor tenkjast at det kan vere fornuftig å strekkje seg mot ein høgast mogleg kvalitet – ut frå dei føresetnadane som ligg til grunn hjå klienten, og ut frå det som er tenleg for den terapeutiske

prosessen - på det produktet som vert skapt. Ein av dei tinga musikkterapeuten kan gjere for å bidra til dette er å sørge for at innspelingsutstyret ein nyttar er av god kvalitet, og at ein som musikkterapeut har den naudsynte kompetansen til å gjere slike innspelningar på ein god måte.

5.2 «Fokus på fortid, notid eller framtid?»

Informantane mine verka ganske klare på at ting som har skjedd i fortida ikkje kan forsvinna sjølv om ein freistar å sjå tilbake på fortida med andre auger. Spørsmålet eg stilte var altså «Kva tenkjer du om påstandar som at liva våre i dag vert forma av vårt syn på fortida vår, og ikkje av fortida vår i seg sjølv?». Slik eg oppfattar mitt eige spørsmål, er det ikkje eit alternativ å skulle ignorere faktiske forhold i fortida, sjølv om ein forholdt seg til fortida på ein ny måte. Det er mogleg at informantane oppfatta spørsmålet på ulike måtar, men både Bjarte og Anne sa at dei meiner me må ha med oss begge desse perspektiva, og at ingen av dei er fullgode i seg sjølv. Christian lét til å helle noko meir mot at korleis ein fortel att historia si er ein svært viktig del av nettopp denne fortida.

5.2.1 «Livshistoria: Eit spørsmål om kunnskap?»

Når det gjeld korleis fortida vår påverkar liva våre, meiner eg i likskap med Christian at det er når ein fortel om noko som har skjedd at ein konstruerer røynda. Ikkje fordi at dei faktiske, historiske forholda endrar seg dersom ein fortel historia på ein annan måte, men fordi ein sak som kjend har mange sider. Eg tenkjer meg at eg ein dag gjekk plystrande og nøgd bortetter gata, for deretter å brått verte overfalt av ein stor mann i fullt firsprang som kastar meg over ende slik at eg slår meg kraftig. Eg tenkjer meg så at eg vart bevisstlaus og vakna oppatt på sjukehuset nokre timar seinare. I starten ville eg kanskje ha kjend eit slags hat mot personen som overfalt meg, og følt at det heile var ei meiningslaus, provoserande og respektlaus handling. Kanskje ville eg til og med fått meg ein psykisk knekk fordi eg hadde følt meg uverdigg behandla. Dersom historia hadde slutta her, kan ein tenkje seg at denne historia hadde vore med på å definere meg i framtida. Kanskje hadde eg vorte meir skeptisk eller engsteleg når eg gjekk på gata i tida framover? Men dersom mannen som overfalt meg brått kom inn på sjukehuset og forklara meg at det han eigentleg gjorde var å redde livet mitt, kva då? Ein bil eg korkje såg eller høyrde var i ferd med å meie meg rett ned, men takka vere min

redningsmann sin gode reaksjonsevne og handlekraft er eg no i live framleis. Kva skjer med historia då? Det vert brått ei historie om den gongen eg hadde flaks, og vart redda i siste liten av eit fantastisk menneske som sat si eiga sikkerheit til side for eit framand menneske.

Kanskje er denne trivielle historia eit svakt eksempel på noko så viktig som klientane våre sine svært sterke opplevingar. Men eg trur likevel det finst ei kjerne av fornuft i dette: Enkelthendingar i liva våre *er* aldri enkelthendingar. Alle hendingar heng saman med noko som skjedde før, etterpå og samstundes. Dei heng også saman med eit uttal av ulike personar, som igjen hadde sine grunnar til å gjere det dei gjorde eller sei det dei sa. Orda som vart sagt eller handlingane som vart utført kan aldri endrast på. Men dess meir me veit om det som vart sagt eller gjort, og *kvifor* det vart sagt eller gjort, dess lettare kan me klare å sjå på handlingar på ein ny måte. Mange gongar til det betre, og nokre gongar kanskje også til det verre. Sidan kunnskap kring ein situasjon er eit resultat av subjektive tolkingar, vil me ikkje kunne snakke om å auke vår objektive kunnskap om ein situasjon for å auke forståinga av den. Snarare kan me snakke om å tileigne seg mest mogleg informasjon, slik at ein har eit best mogleg grunnlag å tolke ut frå. På same måte som ein kan skape fleire ulike melodiar av 50 ulike tonar enn ein kan av 5, kan ein konstruere fleir ulike *sannsynlege* scenario av ein situasjon dersom ein har rikhaldig informasjon, enn dersom ein har lite informasjon. Eg trur difor at det å ha mest mogleg informasjon, gjerne i form av subjektiv informasjon frå mange ulike personar, er nøkkelen til å arbeide med å nytte livshistoriene til klientene som ein ressurs i musikkterapien.

Det er det eg veit – eller trur eg veit - kring situasjonen som avgjer om eg opplever mannen som overfalt meg som vondskapsfull eller omsorgsfull. Den kunnskapen me konstruerer kring fortida vår, mengda av slik kunnskap og korleis me forvaltar denne kunnskapen, er den viktigaste brikka i konstruksjonen av fortida vår. Eit uendeleg, myldrande nettverk av ulike element er med på å styre liva våre i ulike retningar, og eg trur me berre til ein viss grad har kontroll over denne prosessen sjølv. Det me derimot har meir kontroll over, er korleis me forholdt oss til det som skjer, og dermed korleis me lét det påverke oss. Eg trur at liva våre vert forma av vårt syn på fortida.

Medan eg jobba med litteraturen for å freiste å sjå kva del av tidsaksen dei metodane som er beskrive der konsentrerer seg om, fekk eg nokre tankar kring det aspektet ved livshistoriene våre som eg no illustrerte i avsnittet over; nemleg korleis den subjektive *kunnskapen* om

livshistoriene våre påverkar historiene. Dette aspektet tek eg med meg inn i resten av dette kapittelet, der eg skal analysere kvar på tidsaksen eg kan plassere dei metodane som er beskrive i litteraturen.

5.2.2 «Litteraturen og tidsaksen»

I litteraturen frå litteraturgjennomgangen min er det ikkje mogleg å finne svar på kva generelle haldningar dei ulike forfattarane har til dette tema. Likevel kan eg ved å gå gjennom litteraturen sjå på kva del av tidsaksen dei ulike forfattarane ser ut til å vektlegge i desse spesifikke tilfella. Det er viktig å poengtere at ettersom alle dei tre punkta på tidsaksen heng nøye saman, og påverkar kvarandre, er det heller ikkje mogleg å snakke om å jobbe med fortid, notid eller framtid på ein heilt isolert måte. Men sjølv om alle dei tre punkta heng saman, er det fullt mogleg å rette størstedelen av merksemda si mot eit av dei, for ei stund. Kanskje vart ein klient alvorleg traumatisert etter ei bilulukke for fleire år sidan, og slit med å kome seg etter dette. Då kan musikkterapien bestå av å late refleksjonar kring fortida vere utgangspunkt for å skape noko positivt med notida og framtida. Andre gongar kan fokuset vere retta mot eit pågåande samlivsbrot i notida, eller ei uviss framtid som fylgje av alvorleg sjukdom. Dette er fiktive dømer på korleis eg ynskjer å analysere dei konkrete døma som litteraturen omtalar.

Trine Torbergsen tek i det eine dømet altså tak i ein pågåande familiekonflikt, der faren og dottera har nokre samspelproblem. Konflikten byggjer på ei rekkje historiske hendingar som har ført til dei konfliktane dei har i dag, men fokuset for sjølve terapien er konflikten her og no. Gjennom kvinnestemma i songen får dottera fortelje sin versjon av historia, medan faren gjennom mannsrolla får fortelje sin. Saman syng dei duetten til – eller mot – kvarandre etterpå. Dette ser eg som eit flott eksempel på korleis dette med utvida *kunnskap* om ein situasjon kan vere med på å endre opplevinga av ein situasjon. Ein sak har alltid fleire sider. Gjennom å presentere kvarandre sin versjon av røynda for kvarandre i ein musikalsk og artig kontekst, fekk dei begge større innsikt i korleis den andre hadde det, samstundes som dei fekk ei felles, musikalsk oppleving saman. Det som i fortida hadde vorte sagt og gjort kunne korskje Torbergsen, faren eller dottera endre på. Men gjennom ein auka forståing for den andre sin historie kunne fortida sjåast i eit nytt lys, og dermed bidra til å skape forsoning i framtida. I dette tilfellet vil eg sei at hovudfokuset i terapien er å jobbe med historier frå notida. Problema

har vara ei stund, og er soleis også eit problem som høyrer fortida til, men det er eit pågåande, konkret problem som vert teke opp i terapien.

Lillian Eyre demonstrerer korleis ein kan auke innsikt og detaljrikdom i minner og kjensler frå livet sitt, gjennom det ho kallar «Narrative Improvisation Method» (Eyre, 2007). Ved å tilføre den musikalske improvisasjonen til den nedskrivne, «historisk korrekte» historia, rapporterte forsøkspersonane at

Listening to the recorded playback of the improvisation and narrative provided a similar experience for all participants in that both processes evoked intense emotions, associations, and memories which became the catalyst for insights. . . . new feelings, emotions and memories emerged while listening to both the story and music. (Eyre, 2007)

Her meiner eg det er tydeleg at det er bearbeiding av fortida som står sentralt i terapien. Me ser også gjennom det siste sitatet at metoden bidrog til ny og auka *kunnskap* om fortida gjennom å «vekke til live» gamle kjensler, emosjonar og minner kring historia som tidlegare var gøymt frå bevisstheita.

Hannah You gjennomførte eit liknande prosjekt som munna ut i det ho kalla «Narrative Music Therapy» (You, 2010). Hennar analysar konkluderte med at metoden ho prøve ut hjelpte klientane til å identifisere sine dominante historier (White & Epston, 1990, s. 41) og sine alternative historier, historiene som har vore gøymd frå deira bevisstheit. Felles for Lillian Eyre er at også her ser det ut som at det står sentral å auke *kunnskapen* sin om fortida si, gjennom å gjere seg merksam på desse dominante og alternative historiene. Det kan likevel verke som om Hannah You ikkje like tydeleg berre fokuserer på fortida, men også på dei historiene som er ein del av livet til individet den dag i dag.

I den musikkbaserte gruppeterapien som Tom Plach beskriv, er oppgåva å lage ei teikning som beskriv kjensla dei får av å lytte til ein song som terapeuten har vald ut på førehand, eller ei overskrift som oppsummerer den meininga klienten får av songen. Målet er at klientane gjennom diskusjon kring desse teikningane og overskriftene i gruppa skal oppnå større innsikt og refleksjon kring problema sine. Eg oppfattar at denne teksten hovudsakleg beskriv ein måte å jobbe på der notida til klienten står mest sentralt, ved å jobbe med refleksjon kring sin eigen situasjon. Sjølv om problem i notida alltid kan sporast tilbake til fortida, opplever eg at altså det primære fokuset ligg i å snakke om «her og no».

I eksempelet til Lisa Claire Evans kjem det fram at ho jobbar med assosiasjonar og minner knytt til ulike signifikante songar i livet til klienten, og at dei jobba med å skrive ein song om kven klienten var i eit historisk perspektiv. Dermed har ho eit klart fokus på fortida til klienten. Men ho skriv også om at ho mot slutten av terapigangen utfordra klienten til å skrive ein song om kven ho er i dag. Dermed kan ein kanskje sei at ho gradvis dreia fokuset over frå fortida til notida.

Metoden "Life review", som Duffey, Lumadue og Woods (2001) beskriv, legg vekt på korleis klienten i ein individuell terapigang hentar fram minner kring viktige songar i klienten sitt liv. Songane er sortert i kronologisk rekkefylgje, slik at også minna vert kronologiske. Etter kvart i terapigangen får klienten i oppgåve å skrive ein song om sin noverande tilstand, og til slutt ein song om klienten sine håp for framtida. Eg oppfattar metoden som ein som primært lyfter fram historiene frå fortida til klienten, men der målet er å sjå på ei utvikling gjennom å kople tankar om fortida til synet på seg sjølv i notida, og håpa for framtida. Dermed er det også eit delvis fokus på både notid og framtid.

Dorit Amir (2011) sin metode «musical presentation» er gruppebasert, og jobbar også mot å formidle minner frå fortida, som er knytt til ulike songar. Formidlinga skjer til dei andre medlemmane i gruppa, og samtalanene kring desse historiene i gruppa skal bidra til auka innsikt i eige liv. Eg vil sei at fokuset også her ligg på å lyfte fram historier frå fortida, og i noko mindre grad enn i det førre eksempelet er notida og framtida ein del av fokuset. Sjølvsagt er målsetjinga med terapien å oppnå ei betring i notida og framtida, men framgangsmåten lét til å rette fokuset mot det som ligg bak dei.

5.2.3 Oppsummering

Ettersom informantane mine ikkje har beskrive nokre spesifikke metodar frå praksisen sin så inngåande at eg syns det dannar grunnlag for særleg relevante analysar, har eg under dette temaet vald å ikkje setje litteratur og informantar opp i ein felles tabell, slik eg gjorde over. I staden skal eg berre summere opp kort kvar eg kom fram til at metodane frå litteraturen kan plasserast på tidsaksen. Ein kan tenkje seg at alle metodane frå litteraturen har som underliggjande mål å jobbe for å skape ei betring i livet til klienten, framover i tid. Men her ser eg altså heilt konkret på kva del av tidsaksen den spesifikke metoden vektlegg, i sjølve utføringa.

Generelt såg eg at litteraturen hadde ei klar overvekt på å fokusere på fortida til klientane, i dei metodane som kom fram i litteraturen. Fem av metodane la mest vekt på fortida, og berre to la mest vekt på notida. Ingen av metodane frå litteraturen la mest vekt på å spesifikt jobbe med framtida. Tre av metodane jobba dels med notida, medan berre ein av dei dels jobba med framtida.

5.3. Refleksjonar: «Kva del av tidsaksen skal eg velje?»

Når eg ser litteraturen og informantane under eit, er det noko interessant som syner seg. Det kan verke som om informantane har eit noko mindre fokus på å bearbeide fortida og meir på å jobbe med notida og framtida, enn litteraturen har. Anne sa mellom anna at "Det er ikkje naudsynt å dvelje for mykje med fortida, heller" (Anne), medan Bjarte uttalte «og så kan eg jo legge til at eg sånn prinsipielt ikkje er så veldig opptatt av å gå å luke i fortida, då» (Bjarte). På den andre sida nyttar både Anne og Bjarte seg av livshistoriene frå fortida til klientane når dei skriv songar eller sketsjar saman med klientane sine. Eg tolkar dette slik at dei begge nyttar seg av fortida til klientane til ein viss grad, men at dei primært ynskjer å sjå framover, og å leggje til rette for meningsfulle opplevingar her og no. Christian uttala seg ikkje eksplisitt om dette, men gjennom det han fortel om dei ulike arbeidsmåtane sine tolkar eg det slik at han nokre gongar har fortida til klientane som utgangspunkt for å jobbe med songskrivning. Samstundes visar han til fleire dømer på at songane kan handle om situasjonar her og no. Eg opplever at også Christian har sitt primære fokus på å skape positive opplevingar her og no, men at han ofte nyttar historier frå fortida som ein reiskap til å oppnå

dette.

Dette fokuset på å skape positive opplevingar her og no skil seg litt frå det eg opplever at litteraturen formidlar. Avsnitt 5.2.2 synte at litteraturen har ei tydeleg vekt på å jobbe med fortida til klientane, og berre dels på notida. Det er viktig å poengtere at dei metodane som litteraturen omtalar i mange tilfelle også inneber metodar som skapar positive opplevingar her og no, men at sjølve målsetjinga for metoden var å bearbeide fortida. Truleg kan ein dermed argumentere for at litteraturen som eg har vald ut er noko i utakt med informantane mine. Eg opplever at informantane formidlar eit budskap om å ikkje sjå oss tilbake meir enn naudsynt, men heller fokusere kreftene på å ta med oss det som er positivt, og nytte dette som utgangspunkt for ei betre framtid. Eg opplever at delar av litteraturen formidlar at me ved å sjå oss tilbake kan oppnå større innsikt i våre eigne liv, noko som igjen gjer det lettare for oss å gjere ei endring i liva våre i framtida. At ein må gå tilbake for å verte kjend med sine eigne laster for å kunne gjere noko med dei, så og seie. Både hjå informantane og i litteraturen er det mange nyansar ute å går, så skiljet er sjølvsagt ikkje så klart som eg framstiller det her. Truleg ville informantane vore meir «einige» med nokre deler av litteraturen enn med andre, dersom dei vart presenterte for den. Hadde informantane mine og eg hatt meir tid kunne det vore interessant å gjort nettopp dette. Nokre av informantane ville kanskje kjend seg meir igjen – eller kjend seg igjen på andre måtar – i litteraturen enn andre av informantane. Kanskje ville det dukka opp nokre fleire skilnadar på kryss av litteratur og informantar som kunne vere interessante å sjå på. Likevel meiner eg at det syner seg ein viss tendens i datamaterialet mot at informantane fokuserer meir på notid og framtid enn litteraturen, og mindre på fortid. Ut frå dette oppstår då spørsmålet; Kva bør eg velje å gjere, dersom eg ynskjer å jobbe med utgangspunkt i klientane sine livshistorier?

For å reflektere meg fram til korleis eg ynskjer å svare på dette spørsmålet, byrjar eg med å stille meg sjølv ei rekkje spørsmål. Desse spørsmåla trur eg er dømer på spørsmål det er svært viktig å spørje seg før ein tek ei vurdering av kva del av tidsaksen ein bør jobbe med, og kva metode ein bør nytte seg av. Eg trur også at det viktig å stille seg slike spørsmåla før ein tek stilling til om ein bør jobbe med livshistoriene til klientane i det heile, eller om heilt andre ting verkar meir rett.

1. Kva moglegheiter/avgrensingar gjev min personlege eller faglege kompetanse meg?
2. Kva målgruppe er klienten ein del av?

3. Kva for ein person innanfor målgruppa skal eg jobbe med?
4. Kva ynskjer klienten sjølv?
5. Kva fagpolitiske, økonomiske, tidsmessige og fasilitetsmessige rammevilkår har eg på arbeidsplassen min?
6. Kva moglegheiter har eg til tverrfaglege samarbeid?

Ein kunne sikkert lagt til endå fleire spørsmål på denne lista over ting det kan vere fornuftig å spørje seg om. Alle dei ulike kombinasjonane av svar ein kan få ut av desse spørsmåla, viser at situasjonen eg står overfor i ulike samanhengar kan vere nært sagt uendelege. Dersom eg i det heile tatt kjem fram til at det beste i eit gjeve tilfelle vil vere å jobbe med livshistoria til klienten, kan eg ikkje sjå at det skal kunne vere mogleg å ha nokon slags formeining om kva del av tidsaksen eg bør jobbe med, på førehand. Dermed står eg att med ein konklusjon som seier at eg bør halde alle moglegheiter opne. Slik eg ser det, er alle dei tre punkta på tidsaksen like viktige. Det må vere ei vurdering ut frå kvar enkelt situasjon som syner om det beste for klienten er at ein sirklar dei musikkterapeutiske aktivitetane eller metodane kring historier frå fortida, notida eller framtida. Nokon vil kanskje sei at det er naiv idealisme å påstå at me skal vere heilt opne kring desse vala for kvar gong. For det jo sjølv sagt slik at dei aller fleste vert prega av sine eigne erfaringar og rutinar i arbeidslivet. Dersom ein finn ein «oppskrift» som ein opplever at svært ofte fungerer, så vil det nok for mange verte slik at ein ikkje byrjar heilt på nytt for kvar klient, men at ein jobbar ut frå positive erfaringar i fortida. Kanskje freistar ein metodar som har gjeve god effekt i liknande høve tidlegare, utan å nødvendigvis gjere ein fullstendig analyse av klienten på førehand, kvar einaste gong. Å skulle møte kvar enkelt nye klient med eit fullstendig ope sinn gjennom heile sin aktive yrkeskarriere, er nok ein utopi. Kanskje er dette heller ikkje alltid ynskjeleg. Somme gongar kan det tenkjast at det er betre å gjennomføre ein 70 % passande metode med 100 % overtyding, enn å gjennomføre det ein vurderer som ein 100% passande metode med 70 % overtyding. Men det budskapet som eg meiner er det mest essensielle er at sjølv om ein frå tid til annan jobbar ut frå ein personleg stil eller eit mønster, så bør ein vere open for å freiste nye ting dersom det verkar rimeleg. Den dagen ein til slutt har låst seg så fast i trua på si eiga rutine at ein gløymer å vere open for å prøve noko nytt, meiner eg at omsynet til den individuelle klienten står i fare. Eg trur ikkje det er mogleg å fullt ut ta omsyn til kvar einskild klient dersom ein på førehand har bestemt seg for kva metodar som er bra for klientar på eit generelt grunnlag, og kva som ikkje er det. På same måte som ingen politisk ideologi maktar å rydde opp i alle viktige samfunnsproblem og ingen statleg konstitusjon er fullkomen, kan heller ingen enkelt retning eller enkelte sett med

metodar innan musikkterapien vere svaret på alt. Kva innfallsvinkel ein vel i kvart enkelt høve vil sjølvsagt vere avhengig av kven som tek vurderinga, og her spelar sjølvsagt rutine, tradisjon og erfaring inn. Men det viktige er at denne vurderinga vert gjort, kvar gong.

Kvar Gong.

6. Avslutning

Eg hadde to utgangspunkt då eg sette i gang med arbeidet med dette oppgåva. Det eine var mi interesse for songskrivning, og personleg erfaring med korleis det å formidle mi eiga historie har hatt ein positiv effekt på meg. Dette beskrev eg meir utfyllande i starten av oppgåva. Det andre utgangspunktet var at musikkterapien som fagområde for meg vert opplevd som så stort og sprikande at det somme gongar er vanskeleg å forholde seg til. Alle dei ulike områda er i seg sjølv svært interessante og spennande. Men kva skal ein velje av framgangsmåtar, og korti skal ein velje kva? Kva bør eg som musikkterapeut lære meg, og kva kan arbeidsgjevaren min forvente av meg? Når det no heldigvis er slik at musikkterapien har kome sopass langt at det finst forskning og erfaringar på ei mengd område, vert det også ekstra viktig at den kunnskapen som finst vert presentert på ein måte som gjer at nye studentar klarar å forholde seg til mest mogleg av det. Ein måte å gjere dette på er å tørre å presentere meiningar og erfaringar på ein mest mogleg direkte måte, slik at mottakaren av slik informasjon slepp å tolke alt som formidlaren freistar å formidle. Eit klassisk eksempel på ein slik måte å formidle eit budskap på, er å nytte lærebøker retta mot studentar. Ved å nytte seg at lærebøker som summerer opp nokre tema og legg dei fram på ein pedagogisk måte, slepp kvar enkelt student å lese fleire lange forskingsrapportar for kvart enkelt tema, for å kome fram til ein enkel konklusjon på eigenhand. På generelt grunnlag trur eg det er viktig å konkretisere og katalogisere kunnskap til ein viss grad, for å gjere den meir oversiktleg for folk som kjem utanfrå og skal lære noko nytt. Ved å konkretisere kva ein har å velje mellom kan ein også lettare ta eit fornuftig og gjennomtenkt val. På grunnlag av desse tankane hadde eg eit klart ynskje om å kome fram til nokre konklusjonar i denne oppgåva som var sopass konkrete at det er enkelte å forholde seg til dei. Ein treng ikkje vere einig i noko av det som kjem fram i denne oppgåva, men med måten eg presenterer funna mine på håpar eg det ikkje er vanskeleg å konkludere med om ein likar det ein les, eller ikkje.

6.1 Oppsummering

To hovudtema peika seg ut i intervjuet. Det fyrste var «Skaping av eit produkt». Det kom fram i intervjuet at det å sitje att med eit produkt som ein kan ta med seg vidare til andre situasjonar er viktig. Informantane snakka både om korleis eit slikt produkt kan vere noko ein tek med seg vidare ut i livet etter musikkterapien er over, eller noko ein kan nytte som ein del av

terapien der ein har behov for å kommunisere på andre måtar enn verbalt. Litteraturen innehald også dømer på at produkt vart skapt i musikkterapien, og dei ulike formene for produkt som har vorte nemnt i anten litteratur eller intervju er innspelningar av ferdigkomponerte songar, innspelningar av sjølvkomponerte songar, sjølvkomponerte songar som ikkje er innspelt, fotografi frå ulike situasjonar i musikkterapien, konsertforedrag, overskrifter eller teikningar som summerer opp assosiasjonar eller kjensler kring ein song, og «Life review» - ein kronologisk samling av songar som er av stor tyding for klienten, og felles minner kring ein aktivitet. Gjennom analysane mine kom eg fram til at kvar av desse produkta kan vere ein viktig ressurs som kjem i tillegg til dei effektane dei musikkterapeutiske prosessane i seg sjølv bringer med seg. Eg kom fram til at produkta kan reknast som anten ein eller fleir typar ressursar, og kan plasserast i kategoriane deretter. Dei kategoriane eg kom fram til var: «Produktet som ein sosial ressurs», «produktet som ein kommunikativ ressurs» og «produktet som ein estetisk ressurs». Tabellen eg laga som ei oppsummering av analysane for litteratur og intervju, syna at det etter mine vurderingar var som ein kommunikativ ressurs at produktet i desse høva oftast hadde sitt potensiale. Kategoriane «produktet som ein sosial ressurs» og «produktet som ein estetisk ressurs» landa på ein temmeleg delt andre plass. Det synte seg også at livshistoriene er ein slags sirkulær ressurs, ved at ein nyttar livshistorier frå fortida eller notida til å skape eit produkt, og at produktet deretter er med på å skape og utvikle klienten si livshistorie for framtida, gjennom måten produktet vert nytta til ulike ting. Dermed er produktet med på å utvikle dei livshistoriene som seinare kan nyttast til å skape endå fleir produkt, og dermed har ein ein konstruktiv sirkel gåande.

Det andre hovudtema som peika seg ut gjennom arbeidet med oppgåva mi er «fortid, notid eller framtid?». Her freista eg å finne ut kva del av den sokalla tidsaksen informantane og litteraturen fokuserer mest på. Eg ynskja å sjå om musikkterapeutane primært jobba med dei terapeutiske målsetjingane sine gjennom å kaste lys på fortida til klientane, eller om fokuset låg meir på å sjå på livet deira her og no. Ein tredje moglegheit var om musikkterapeutane valde å setje målsetjingar for framtida fyrst, for deretter å jobbe ut frå det. Funna mine i denne samanhengen var noko delt. Litt av grunnen til dette kan vere at dette var eit tema eg oppdaga som interessant etter at dataanalysen var i gang. Dermed vart analysane eg gjorde av informantane eit resultat både av mine tolkingar av det dei fortalde meg om deira eigen praksis, og eit resultat av ting dei fortalde på ein meir generell basis. Eg oppfatta difor datamaterialet som litt for generelt til å putte det inn i ein slik enkel tabell. På grunn av dette valde eg difor å heller ikkje lage ein tabell for analysane av litteraturen, men summerte heller

opp med korte ord. Når eg i dette avsnittet gjennomførte denne oppsummeringa, syna ei tydeleg overvekt på å fokusere på fortida til klientane, med notida på ein andre plass. Framtida var i svært liten grad representert. Det var ikkje råd å sjå noko mønster i om dei tekstane som hadde eit eksplisitt fokus på narrativ terapi skilde seg ut frå dei tekstane som ikkje hadde det, i høve til tidsaksen. Det er dermed ikkje noko grunnlag for å uttale seg om kor vidt ei tilnærming med fokus på narrativ terapi må arbeide på spesifikke delar av tidsaksen. Dersom eg skal sjå analysane av informantane mine sine utsegn i samanheng med litteraturen i ettertid, kan det sjå ut som om informantane har eit noko større fokus på notida og framtida enn det døma frå litteraturen vektlegg. Eg skal vere varsam med å konkludere for mykje ut av konklusjon som er tufta på eit slikt enkelt datagrunnlag. Den primære lærdommen eg har fått gjennom å arbeide med dette temaet er å gjere meg endå meir bevisst på at tidsaksen eksisterer, og at det ligg potensiale i alle dei tre punkta på denne, som godt kan utforskast meir. Og trur også det er viktig å ikkje vere for bestemt på kva del av denne tidsaksen det prinsipielt er «best» å jobbe med, då eg har tru på at ulike klientar har ulike behov, og dermed kan ein ikkje sei på førehand at det eine er betre enn det andre. Som informantane også poengterte, er det vanskeleg eller umogleg å separere synet på fortid, notid eller framtid, ettersom alle dess heng nøye saman med kvarandre. Dermed vil truleg arbeid med alle delar av tidsaksen kunne seiast å vere like viktig. Det fylgjande sitatet kan vere ein illustrasjon på noko eg syns kan vere viktig å gjere seg nokre tankar om, kring dette.

Hvis forholdet mellom fortid, nåtid og fremtid blir sett som en selvreflekterende løkke, følger det logisk at vi kan gjøre noe med hvilken som helst av de tre dimensjonene og skape en effekt i hvilken som helst av de andre to. (Boscolo et al 1993, i Lundby, 1998, s. 37)

Eit tredje tema som syna seg gjennom eigne refleksjonar medan eg jobba med empiri og litteratur, var kunnskap. Eg opplever at kva kunnskap – i subjektiv, opplevd forstand - ein har kring si eiga livshistorie er avgjerande for korleis ein opplever seg sjølv og si eiga historie. Dersom ein skal omskrive si eiga dominante historie, treng ein også mest mogleg kunnskap kring sine alternative historier. Eg trur difor kunnskap om livshistoria si fortener å verte trekt fram som eit sentralt tema dersom ein skal jobbe med klientane sine livshistorier med ein narrativ innfallsvinkel. Ein tanke kan vere at dersom ein jobbar med ei historie ein opplever som negativ, kan ein god stad å byrje på vere å finne ut meir om bakgrunnen til historia. Kanskje oppdagar ein då ting som kan bidra til at ein konstruerer ny kunnskap som ikkje

passar inn i den negative historia. Ein er då i gang med å late dei alternative historiene få bidra til å omskrive den dominerande historia.

6.2 Vidare arbeid

Mitt mål med denne oppgåva er å rette fokuset til at arbeidet med livshistoriene til klientane kan bearbeidast på metodiske og systematiske måtar. Gjennom arbeidet med oppgåva har eg gjennom litteratur og intervju fått innblikk i ei rekkje ulike arbeidsmåtar som tek i bruk livshistoriene til klientane på ein konstruktiv måte. Eg har også gjort meg mange refleksjonar kring dei tankane og erfaringane som vart avdekka i intervju, noko som har bidrege til å setje i gong nokre prosessar i meg som eg trur vil halda fram i min framtidige jobb som musikkterapeut. Mellom anna føler eg at eg etter arbeidet med denne oppgåva har fått eit betre overblikk på ulike måtar å jobbe med livshistorier på, noko som igjen gjer det lettare for meg å leite endå vidare i ulike retningar etter endå fleire slike arbeidsmåtar. Dess fleir arbeidsmåtar eg kjenner til som tek føre seg livshistoriene til klientane på, dess lettare kan eg også finne inspirasjon til å skape *nye* slike metodar i framtida. Eg har også kome til den konklusjonen at eg trur narrativ terapi som disiplin vil vere eit godt utgangspunkt å nytte seg av når ein skal jobbe med livshistoriene til klientane, dersom ein tilpassar metoden til ein musikkterapeutisk praksis. Eg tykkjer ikkje at det å ha konkrete arbeidsmetodar snevrar inn fridommen til klientane, ved å vere for styrande eller «påtvindingande». Ein kvar metode må berre nyttast dersom den verkar passande, og denne vurderinga bør også klienten sjølv vere med på. Musikkterapeutar må, som alle andre fagfolk, vere sitt ansvar bevisst. Å framheve verdien av å jobbe narrativt i musikkterapien er ikkje det same som å påpeike svakheiter i andre metodar. Eit narrativt arbeid er berre ein av mange moglegheiter. Og moglegheiter bør me ynskje oss flest mogleg av.

Sjølv ynskjer eg som ferdig utdanna musikkterapeut å utforske det narrative arbeidet vidare, og ser fram til å få freista somme av desse metodane i praksis. Eg vonar at andre vil gjere det same, slik at me på den måten kan utveksle erfaringar oss i mellom. Det er lite truleg at min framtidige musikkterapeutiske praksis berre kjem til å bestå av metodar som er inspirerte av narrativ terapi. Men eg trur og vonar at det å ha denne moglegheita med seg inn i arbeidslivet vil gje meg ein ekstra streng å spele på.

Til å avslutte oppgåva har eg skreve ned nokre tankar kring tittelen på oppgåva mi, «Narrativ Musikkterapi: Om å omskrive livshistorier i musikkterapien». Tittelen peikar på mitt forsøk på å kome med nokre forslag til korleis narrativ terapi kan integrerast i musikkterapien på ein konstruktiv måte. I det siste avsnittet kan du lese kva ideal eg tenkjer at narrativ musikkterapi kan vere tufta på. Eg håpar dei som les denne oppgåva ikkje forheldt seg nøytral til ideen om Narrativ Musikkterapi, men tek stilling til det, på den eine eller andre sida.

6.3 Kvifor Narrativ Musikkterapi?

Metodane som er beskrive i litteraturen har alle fokus på livshistoriene til klientane. Dei fleste av dei inneheldt også eksplisitte referansar til narrativ terapi. For meg vert det då nærliggjande å tenkje at dersom ein har tru på at desse metodane har ein konstruktiv hensikt i musikkterapien, så har ein også ein tru på at enkelte element – små eller store, få eller mange – frå narrativ terapi også har ein plass i musikkterapien. Eg ser historiene som informantane dela med meg som svært interessante i same høve, og syns også enkelte element frå narrativ terapi passar bra saman med desse historiene. Eg syns også det ser ut til at narrativ terapi kan vere ein raud tråd for å samle desse i eit slags felles rammeverk. Sjølv om eg på ingen måte kan sei at eg har sitte meg djupt inn i litteratur kring narrativ terapi, opplever eg at det eg har lese om den får nokre brikker til å falle på plass, i dei høva ein ynskjer å jobbe med psykologiske og reflekterande prosessar på ein humanistisk og klientsentrert måte der terapeuten ikkje har status som ein ekspert på klienten sitt liv, men der det er klienten sjølv som er hovudpersonen i sin eigen betringsprosess. Slik eg opplever det kan impulsar frå narrativ terapi i musikkterapien bidra til å skape eit forsonande alternativ som er ein mellomting mellom det strengt strukturerte og det frie. Mellom det tunge og alvorlege, og det leikne, lette. Nokon vil hevde at musikkterapeutar sitt mandat ikkje inkluderer å drive metodisk psykologarbeid, eller kanskje til og med at den måten å jobbe med klientane på som kjem fram i alle eller delar av bidraga frå litteraturen ikkje er bra for klientane. Dei vil kanskje også hevde at musikkterapeutar ikkje skal verte for «fine på det», og gjere ting meir komplisert enn dei treng å vere. I motsett ende av bordet vil andre hevde at enkelte tilnærmingar innanfor musikkterapien er for overflatiske og enkle til at musikken sitt potensiale vert utnytta på ein god nok måte til å forsvare musikkterapi som ein 5-årig

universitetsutdanning, all den tid musikk også kan nyttast av kven som helst til ei rekkje føremål i det daglege. Narrativ Musikkterapi kan ivareta eit fokus på fagleg integritet og å lyfte fram kompetanse som er særeigen for musikkterapeutar, samstundes som det er rom for å også ivareta leik, moro og det vesle pusterommet som mange klientar set pris på. Narrativ terapi kan vere psykoterapi og leik på same tid, der leiken er eit verktøy for å fremje definerte, terapeutiske mål. Narrativ Musikkterapi kan tørre å vere ambisiøs ved å opprette tverrfaglege samarbeid med til dømes psykologar, sosionomar, legar eller treningsterapeutar, der ein opplever at musikkterapeuten sin kompetanse er på gyngande grunn. Narrativ Musikkterapi kan vere samarbeid, på kryss og på tvers. Narrativ Musikkterapi kling best saman med eit udiskutabelt fokus på den individuelle klienten sin betringsprosess, også i gruppebasert musikkterapi. Kvar enkelt klient si livshistorie, og eins eigen kunnskap kring denne, kan vere Narrativ Musikkterapi sine armar, bein og sentrale nervesystem. Gjennom Narrativ Musikkterapi kan livshistoria nyttast til å jobbe mot terapeutiske målsetjingar heilt frå starten, i motsetnad til å late tilfeldighetene avgjere om - eller korleis - livshistoria vart ein ressurs.

Omgrepet Narrativ Musikkterapi har eg henta frå masteroppgåva til Hannah You, kalla «The Untold Story: Exploring Narratives in Improvisational Music Therapy» (2010). Eg las hennar oppgåve for fyrste gong medan eg jobba med bacheloroppgåva mi for to år sidan. I oppgåva presenterte ho det ho håpa kunne vere eit bidrag til ein ny musikkterapeutisk modell, «Narrative Music Therapy». Sjølv om eg på grunn av interesse- og ressursmessige ulikskapar med Hannah You ikkje ser for meg å rette like mykje merksemd på den ubevisste delen av sinnet som ho gjer, stillar eg meg bak hennar oppsummerande tankar i slutten av oppgåva si:

Since this emerging model/approach was based on existing theories and approaches in music therapy and narrative therapy, my intention was not to reinvent the wheel with a new model. Instead, I wanted to offer the wheel from another perspective. Thus, this other perspective is one that is through a lens of narrative therapy. This “wheel” represents the fundamental concepts of music therapy where in its simplest form, music brings about therapeutic change. This concept can be found in almost all other approaches, models, and techniques. (You, 2010, s. 49)

Ein eventuell innfallsvinkel, framgangsmåte, modell – eller kva det enn vert kalla - ved namn Narrativ Musikkterapi er med andre ord ikkje tenkt som ein revolusjonerande ny måte å jobbe på. Snarare er det eit forsøk på å auke forståinga vår kring krafta til det forteljande. At det

forteljande skapar meining for folk, som Christian sa i intervjuet. Livshistoriene våre er det aller viktigaste me har. Utan minner om stader, personar og opplevingar er me ikkje noko anna enn eit slags spøkelse som sviv kring i verda, utan mål og meining. Vår eiga og alle andre sine livshistorier, og opplevingane og dei subjektive kunnskapane kring desse, er grunnlaget for alt som skjer kring oss. Med denne oppgåva freistar eg å skape eit bidrag til ein måte å ta stilling til denne fundamentale delen av oss menneskjer, slik at me kan nytte den for alt den er verdt. Denne måten tek utgangspunkt i narrativ terapi, fordi eg opplever dette som ein målretta, løysingsorientert og resultatorientert type terapi, som samstundes sørgjer for å ta vare på likeverd i relasjonen mellom klient og terapeut, med eit terapiideal som ikkje fokuserer på medisinerer som den viktigaste vegen til betring. Den fokuserer på eit samarbeid mellom to eller fleire menneskjer, der minst ein er definert som terapeut og minst ein som klient. Eit samarbeid som har som mål å gje klienten ei oppleving av forståing for sin eigen situasjon, og kva han eller ho kan gjere for sjølv å betre den. Eit samarbeid der det ultimate målet for klienten vil vere å omskrive livshistoria si til ei historie som klienten vil vere stolt av å vedkjenne seg.

Litteraturliste:

Aasgaard, T. (2002): *Song creations by children with cancer – Process and meaning*. Doktoravhandling. Institute of Music and Music Therapy Aalborg University.

Albornoz, Y. (2011, først publisert 2010): *The effects of group improvisational music therapy on depression in adolescents and adults with substance abuse: a randomized controlled trial*. Nordic Journal of Music Therapy, Volume 20, issue 3, 208-224.

Aldrige, D. (2001): *Music therapy research: A narrative perspective*. Paper presentert på konferansen Musico terapia in europa, s. 105-112

Alvesson, M. og Sköldberg, K. (2008:2): *Tolkning och reflektion, vetenskapsfilosofi och kvalitativ metod*. Lund: Studentlitteratur AB.

Amir, D. (2012, først publisert 2011): *My music is me: Musical Presentation as a way of forming and sharing identity in music therapy group*. Nordic journal of Music therapy. Volume 21. Issue 2, s. 176-193.

Hyperlink: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08098131.2011.571279>

Ansdell, G. og Pavlicevic, M. (2004): *Community Music Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishing.

Bruscia, K. E. (1998a). *Defining Music Therapy*. Second edition. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Bruscia, K. E. (1998b). *The Dynamics of music psychotherapy*. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Duffey, T., Lumadue, C., Woods, S. (2001): «*A Musical Chronology and the Emerging Life Song*», The Family Journal. Vol. 9, issue 4, s. 398 – 406.

Hyperlink: <http://tfj.sagepub.com/content/9/4/398.short>

Evans, L. C. (2004): «*Where is your song? Exploring the use of songs in therapeutic conversations*». Masteroppgåve. University of South Africa.

Hyperlink: <http://uir.unisa.ac.za/handle/10500/1139>

Eyre, L. (2007): *The marriage of music and narrative*. Voices: A World Forum for Music Therapy, Vol 7, No 3

Hakomäki, H. (2012): *Storycomposing in music therapy. A collaborative experiment with a young co-researcher*. [Skriftserie fra Senter for musikk og helse ; Antologi nr 5](#). Oslo: [NMH-publikasjoner](#) Hyperlink:

http://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/172369/Hakomaki_Storycomposing.pdf?sequence=1

Hasserman, J. (1980): *Poetry and music in flight of futility*. The Arts of Psychotherapy Vol. 7, Issue 3. Hyperlink: http://ac.els-cdn.com/0197455680900337/1-s2.0-0197455680900337-main.pdf?_tid=59d1494c-3a3e-11e3-bb1c0000aacb35f&acdnat=1382352703_432415e499a666fea22a3653909b17bb

Helse- og omsorgsdepartementet (2000): *Behandlingsreiser til utlandet: Et offentlig ansvar?*, NOU 2000, kap 7. Online dokument. Hyperlink: www.regjeringen.no/nb/dep/hod/dok/NOUer/2000/NOU-2000-2/8/6/1.html?id=356926

Hjelmbrekke, S. (2013): «prosjektbeskriving», Universitetet i Bergen. Upublisert, eksamensoppgåve i MUTP312.

Hodas, G. R. (1994). *Reversing narratives of failure through music and verse in therapy*. The Family Journal, vol. 2 issue 3, s. 199-207

Kenny, C. (2005), Narrative Inquiry, i B. Wheeler, *Music Therapy Research*, s.416-428 Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Krüger, V. (2012) *Musikk, fortelling og fellesskap: en kvalitativ undersøkelse av ungdommers perspektiver på deltagelse i samfunnsmusikkterapeutisk praksis i barnevernsarbeid*. Doktoravhandling. Institutt for musikk, Universitetet i Bergen.

Kvale, S. (1996): *Interviews. An introduction to qualitative research writing*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Lauveng, A. (2006): *I morgen var jeg alltid en løve*. Oslo: Cappelen

Semmler, P. L., Williams, C.B. (2000): *Narrativ Therapy: A Storied Context for Multicultural Counseling*. Journal of Multicultural Counseling and Development, Volume 28, Issue 1, pages 51–62 Hyperlink: <http://onlinelibrary.wiley.com/store/10.1002/j.21611912.2000.tb00227.x/asset/j.2161-1912.2000.tb00227.x.pdf?v=1&t=hn1gkj0y&s=81eefc88c129a54d00a2f60716fe79dd6d6cb02f>

Lundby, G. (1998:3): *Historier og Terapi. Om narrativer, konstruksjonisme og nyskriving av historier*. Oslo: Tano Aschehaug

McLeod, S. (2007): *Maslow's Hierchy of Needs*, Simplypsychology.org. Hyperlink: <http://www.simplypsychology.org/maslow.html>

Merriam-Webster Online Encyclopedia, søkeord *Method og Activity* Hyperlink: <http://www.merriam-webster.com/dictionary/>

Plack, T. (1996): *The Creative use of music in group therapy*. Springfield: Charles C. Thomas Publisher.

Prickett, C. (2005): Principles of Quantitative Research, i B. Wheeler, *Music Therapy Research*, s. 45-59. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Rolvstjord, R. (2010). *Resource Oriented Music Therapy in Mental Health Care*, Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Ruud, E. (U.D.): *Community Music Therapy*, udatert artikkel:
<http://www.hf.uio.no/imv/personer/vit/evenru/even.artikler/CMTherapy.pdf>

Ruud, E. (1998). *Music Therapy: Improvisation, communication and culture*. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Ruud, E. (1997): *Musikk og identitet*, Oslo: Universitetsforlaget AS

Ruud, E. og Trondalen G. (2008:3): *Perspektiver på musikk og helse, 30 år med norsk musikkterapi*. Oslo: NMH-publikasjoner

Solli, H. P. (2009) Musikkterapi som integrert del av standard behandling i psykisk helsevern, I E. Ruud, *Musikk i psykisk helsearbeid med barn og unge*, s. 15-37 Oslo: NMH-Publikasjoner

Stige, B. (2002): *Culture Centered music Therapy*. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Stige, B. (2005): Ethnography and ethonographical informed research, i B. Wheeler, *Music Therapy Research*, s. 392-416. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Thefreedictionary.com: Søkeord: *Narrative*
Hyperlink: <http://www.thefreedictionary.com/>

Torbergsen, T. (2009) Musikkterapi innenfor en familierapeutisk ramme. I E. Ruud, *Musikk i psykisk helsearbeid med barn og unge*, s. 101-113. Oslo: NMH-Publikasjoner

White, M. og Epsom, D. (1990): *Narrative means to therapeutic ends*. New York: W.W Norton & Company

Wigram, T. (2004): *Improvisation: Methods and Techniques for Music Therapy clinicians, Educators and students*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Wigram, T., Baker, F.: (2005) *Songwriting, Methods, techniques and clinical applications for music therapy clinicians, educators and students*, London; Jessica Kingsley publishers.

Wikipedia.com. Søkeord: *Kunst*

Wheeler, B. (2005) *Music Therapy Research*. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

Wheeler, B. og Kenny, C. (2005): Principles of Qualitative Research, i B. Wheeler, *Music Therapy Research*, s. 59-71. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

You, H. (2010): *The untold story – Exploring narratives in improvisational music therapy*.
Masteroppgåve. University of Toronto.

Appendiks

Prosjektvurdering frå NSD

Samtykkeerklæring



Brynjulf Stige
Griegakademiet - Institutt for musikk Universitetet i Bergen
Postboks 7800
5020 BERGEN

Vår dato: 11.11.2013

Vår ref: 36148 / 2 / KH

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 01.11.2013. Meldingen gjelder prosjektet:

<i>36148</i>	<i>Narrativ Musikterapi</i>
<i>Behandlingsansvarlig</i>	<i>Universitetet i Bergen, ved institusjonens øverste leder</i>
<i>Daglig ansvarlig</i>	<i>Brynjulf Stige</i>
<i>Student</i>	<i>Steinar Hjelmbrekke</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.07.2014, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Vigdis Namtvedt Kvalheim

Kjersti Haugstvedt

Kontaktperson: Kjersti Haugstvedt tlf: 55 58 29 53

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Steinar Hjelmbrekke Steinar.hjelmbrekke@gmail.com

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

Avdelingskontorer / District Offices:

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no

TROMSØ: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kyrre.svarva@svt.ntnu.no

TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. nsdmaa@svt.uit.no



Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 36148

Personvernombudet finner informasjonsskrivet tilfredsstillende utformet i henhold til personopplysningslovens vilkår.

Datamaterialet innhentes gjennom intervju med musikkterapeuter. Musikkterapeuter har taushetsplikt og det er lagt til grunn at det ikke innhentes opplysninger om enkeltpasienters livshistorier (eller andre opplysninger om enkeltpasienter), og at taushetsplikten ikke er til hinder for den behandling av opplysninger som finner sted.

Prosjektslutt er 01.07.14. Datamaterialet anonymiseres innen prosjektslutt ved at verken direkte eller indirekte personidentifiserbare opplysninger fremgår. Navneliste og lydopptak slettes. Indirekte personidentifiserbare opplysninger fjernes, omskrives eller grovkategoriseres.

Førespurnad om deltaking i forskingsprosjekt

”Narrativ Musikterapi”

Bakgrunn og formål

Hovudformålet med forskingstudien er å undersøkje kva litteratur og informantar (erfarne musikkterapeutar) kan fortelje kring aktiv bruk av livshistoriene til klientane sine til å konstruktivt jobbe for å fremje helse gjennom musikalske aktivitetar. Grunnen til dette er at forskaren ynskjer å sjå nærare på kva ulike måtar å bruke klientane sine historier frå livet, eller narrativ, som ein helsefremjande ressurs kan ha til felles, og om inspirasjon frå den psykoterapeutiske retninga «narrativ terapi» kan vere med på å setje dei ulike arbeidsmåtene saman i metodisk system. Ordet livshistorie inneber i denne samanhengen ikkje berre historier som oppsummerer eit heilt liv, men også enkelthendingar eller konflikhtar i det daglege livet til klientane.

Studiet er ein masterstudie ved musikkterapistudiet ved Griegakademiet, Universitetet i Bergen.

Utvalet til studien har vorte plukka ut ved å finne musikkterapeutar som i sin praksis på ulike måtar brukar eller har brukt klientane sine livshistorier i sitt arbeid.

Kva inneberer deltaking i studien?

Datainnsamlinga vil bestå av eit personleg intervju, som vil verte teke opp på lydopptakar eller bærbar datamaskin. Varigheita av intervjuet er vanskeleg å anslå eksakt, men kring ein time er realistisk. Staden for intervjuet kan me avtale i fellesskap, men student kan kome til stad som intervjuperson vel. Det vil vere om lag 7 ganske opne spørsmål som forhåpentlegvis skal innby til at intervjupersonen snakkar fritt kring sine erfaringar og eventuelt sine meiningar dei har danna seg ut frå desse erfaringane.

Kva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysningar vil verte behandla konfidensielt. Kun studenten sjølv vil ha tilgang til dette materialet, og ingen sensitive personopplysningar vil verte publisert i den ferdige oppgåva, eller framkome i presentasjonar eller anna. Konkret kor mykje personleg informasjon du ynskjer at skal kunne inkluderast er du velkomen til å velje sjølv. Kjønn, yrke, utdanning, type institusjon du arbeider i (ikkje namn på denne) vil verte presentert i den ferdige oppgåva, då dette er viktig for å sjå på samanhengar mellom dei ulike deltakarane.

Utover dei anonymiserte opplysningane som skal inkluderast i den ferdige oppgåva, vil ingen opplysningar om deg verte skreve ned eller lagra, med unntak av e-postadresse og eventuelt telefonnummer, der dette er naudsynt for å avtale tid og stad for intervju. E-postadresse og telefonnummer vil i så fall ikkje verte lagra på same stad som datamaterialet.

Prosjektet skal etter planen avsluttast innan 01/06 2014. Etter dette vil alle lydopptak verte sletta. Transkripsjonar vil verte lagra på ein passordbeskytta harddisk/minnepenn i privat bolig, på ubestemt tid. Tilgang til materialet vil framleis vere forbehalde studenten, utan unntak.

Frivillig deltaking

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekkje ditt samtykke utan å oppgje nokon grunn. Dersom du trekk deg, vil alle opplysningar om deg verte anonymisert. Dersom du ynskjer å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med student Steinar Hjelmbrække (tlf: 99605533, e-post: shj075@student.uib.no eller rettleiar Brynjulf Stige (e-post: brynjulf.stige@grieg.uib.no))

Eit informasjonsskriv om narrativ terapi er vedlagt. Eg oppmodar om å lese dette før intervjuet dersom du ikkje frå før kjenner til den psykoterapeutiske retninga ”narrativ terapi”, då det syner noko av utgangspunktet for forskaren sitt arbeid og noko av den teoretiske forankringa datamaterialet vil verte sett i forhold til.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitskapeleg datateneste AS.

Samtykke til deltaking i studien

Eg har motteke informasjon om studien, og er villig til å delta

(Signert av prosjektdeltakar, dato)

(Dersom du ynskjer å delta, men berre samtykkjer i delar av dette informasjonsskrivet, eller har andre kommentarar kring di deltaking, venligast spesifiser her)