



HØGSKOLEN
I BERGEN

BERGEN UNIVERSITY COLLEGE

Musikk i praktisk, metodisk miljøarbeid

**Music in practical, methodical
environmental work**

VLP 11

Avdeling for Helse- og sosialfag

27.05.2014

Antall ord: 11 982

**Av Gaute Stedje og Marit Elisabeth Svendsbøe
Kandidatnummer 311 og 341**

Sammendrag

Formålet med denne oppgaven er å undersøke hvordan man kan bruke musikk som vernepleiefaglig arbeidsmetode. Vår problemstilling er som følger: Hvordan kan en bruke musikk i praktisk, metodisk miljøarbeid? Oppgaven baseres på en praksisfortelling som analyseres i lys av forskning og litteratur om effekter av musikk. Dette settes inn i vernepleiefaglige rammer og en ser på mulig fremgangsmåte for kartlegging og bruk av musikk i tjenestetilbudet til en tjenestemottaker. Noen av musikkens effekter på mennesker er at den kan virke beroligende, aktiviserende, skape forutsigbarhet, hjelpe med kommunikasjon og kan skape mening og sammenheng. Misbruk av musikk som arbeidsmetode kan blant annet føre til at tjenestemottakeren når et metningspunkt som kan føre til irritasjon, og i verste fall aggresjon. Ved å systematisere bruken kan en på en sikrere måte forebygge misbruk av musikk som arbeidsmetode, i tillegg til at muligheter kan åpne seg. Resultatene fra analysen i oppgaven presenteres i en sjekkliste med sjekkpunkter.

Summary

The purpose of this task is to examine how to use music as a work method in social education. Our approach to the problem is as follows: How can one use music in practical, methodical environmental work? The task is based on a story by a student analyzed in the light of research and literature on the effects of music. This is inserted into the social education framework and looks at possible method for mapping and the use of music in the services available to a recipient. Some of music's effects on humans is that it may work as calming, energizing, provide predictability, help with communication and can create meaning and coherence. Abuse of music as a working method can lead to a saturation point that can cause irritation, and at worst aggression for the recipient. By systematizing the use can prevent abuse of music as a working method, as well as it may open up for opportunities. The results of the analysis in the task are presented in a checklist of checkpoints.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag/Summary	2
1.0 Innledning	5
1.1 Bakgrunn for valg av tema og problemstilling	5
1.2 Problemstilling	7
1.3 Oppgavens disposisjon	7
1.4 Avgrensning	8
1.5 Hva er musikk?	8
1.6 Forskjellen på bruk av musikk i miljøarbeid og miljøterapi	9
2.0 Praxisfortelling	10
2.1 Mathias og musikk	10
2.2 Bruk av musikk i tjenestetilbudet til Mathias i dag	11
3.0 Metode	12
3.1 Analyse av eksempel fra praksis	12
3.1.1 Gyldighet	12
3.1.2 Anonymisering	13
3.2. Søk etter litteratur og forskning	13
3.3 Spørreskjema	14
3.4 Analyse av eksempelet og effekter av musikk sett i lys av FO's arbeidsmodell, Owren og Lindes modell for strukturering av faglig skjønnsutøvelse og Løkke og Salthes sjekklister for målrettet tiltaksarbeid	15
4.0 Teoretisk grunnlag for oppgaven	18
4.1 Noen effekter av musikk	18
4.1.1 Musikk kan virke beroligende	18
4.1.2 Musikk kan virke aktiviserende	18
4.1.3 Musikk kan danne assosiasjonsmønstre og skape forutsigbarhet	19

4.1.4 Musikk kan være til hjelp for mennesker med kommunikasjonsvansker.....	19
4.1.5 Musikk kan bidra til å gi mening og følelse av sammenheng	20
4.2 Vernepleierfaglig arbeidsmetode	20
4.3 De fire fasene i vernepleierens arbeidsmodell	21
4.3.1 Kartlegging	21
4.3.2 Målvalg	21
4.3.3 Arbeid med tiltak	22
4.3.4 Evaluering	23
5.0 Analyse	25
5.1 Kartlegging og analyse	25
5.2 Målvalg	32
5.3 Tiltak	35
5.4 Evaluering	37
5.5 Ethiske vurderinger	38
6.0 Avslutning	40
6.1 Sjekkliste for musikk i praktisk, metodisk miljøarbeid	41
7.0 Litteraturliste	46

1.0 Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av tema og problemstilling

En kvinne som er blind har bestemt seg for at hun skal forsøke å delta i en sanggruppe i regi av psykisk helsetjeneste. Hun går inn til sanggruppen med forsiktige skritt, arm i arm med en hjelper. De setter seg helt ytterst på enden av halvsirkelen. Kvinnen blir ønsket velkommen i gruppen og det håndhilses, men det oppleves som vanskelig å få kontakt med henne. Hun sitter helt stille med et fjernt og trist ansiktsuttrykk. Lederen for sanggruppen slår an tonen på gitar og gruppen begynner å synge. Myke, rene og falske toner smelter sammen i korsang. Plutselig høres en kraftig stemme. Kvinnen synger for full hals, uten tekst, men klart og tydelig. Hun livner mer og mer til, får farge i ansiktet og smiler tilfreds. I pausen prater hun høyt og livlig, hvor hun glimter til med spøk og alvor. Hun har på naturlig vis blitt gruppens midtpunkt.

Erfaring fra praksis

Vår erfaring fra praksisperioder og jobb er at det blir brukt mye musikk rundt omkring i miljøarbeid, i bofellesskap og på sykehjem. Vi har hatt mange positive opplevelser i forhold til dette, men er usikre på hvor systematisk og gjennomtenkt en del av denne bruken har vært. I oppgaven vår ønsker vi å undersøke hvilke effekter musikk kan ha på mennesker og hvordan en kan ta i bruk musikk som en vernepleiefaglig arbeidsmetode. Vi tror at det er mange muligheter for bruk av musikk i miljøarbeid, men vi ønsker også å se nærmere på om musikk kan misbrukes.

Som vernepleiere har vi et ansvar for å følge lovverk og rammer som utdannelsen bygger på. I rammeplanen for vernepleierutdanning står det som et av målene at vernepleieren skal kunne “identifisere interesser, ressurser og begrensninger i samarbeid med brukere og kunne planlegge og gjennomføre praktisk, metodisk miljøarbeid med sikte på god livskvalitet og størst mulig grad av mestring” (Utdannings- og forskningsdepartementet, 2005). Musikk kan være en interesse og en ressurs hos mennesker og kan med riktig bruk føre til økt livskvalitet og mestringsfølelse. Men hvordan skal vi bruke det riktig, i praktisk, metodisk miljøarbeid?

I Helse- og omsorgstjenesteloven (2011) står det i formålsparagraf 1-1 punkt 3 at en skal “sikre at den enkelte får mulighet til å leve og bo selvstendig og til å ha en aktiv og meningsfylt tilværelse i felleskap med andre”. Som vernepleier må en altså se til at tjenestemottakere får mulighet til å være aktive med aktiviteter som gir mening for dem. Det er ikke alltid lett å vite hva som er en meningsfylt aktivitet for mennesker. Noen mennesker har vansker med å uttrykke ønsker og meninger. Hvordan kan man da undersøke om personen liker musikk? En brukers rett til å medvirke og ytre sine valg er beskrevet i Pasient- og brukerrettighetsloven (1999) og i §3-1 andre ledd står det at “tjenestetilbudet skal så langt som mulig utformes i samarbeid med pasient og bruker” og medvirkningens form skal etter § 3-1 første ledd “tilpasses den enkeltes evne til å gi og motta informasjon”. Dersom en person ikke kan uttrykke seg verbalt, må en kunne forstå personen på andre måter. I yrkesetisk grunnlagsdokument for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsarbeidere står denne problemstillingen beskrevet slik: “Myndiggjøring er en særlig utfordring i arbeidet med brukere som ikke selv kan gi uttrykk for ønsker og behov, ikke forstår konsekvensen av egne valg eller har urealistiske mål. Utvikling av selvbestemmelse er viktig i dette arbeidet” (FO, 2010, s.7).

Musikk er noe som har fascinert oss helt fra vi var små. En av oss var så glad i musikk fra barnsben av at hun ikke klarte å falle til ro uten at hun fikk høre musikk. Og hun husker godt den spesielle følelsen da hun for første gang fikk høre et musikkstykke av Edvard Grieg, hvor hun lot seg frydefullt fascinere av denne mystiske, trolske musikken. Et musikkstykke som den dag i dag ligger og ulmer som inspirasjon i underbevisstheden når hun lager sin egen musikk. Vi har begge brukt musikk som trøst og hjelp når livet har vært tungt. Noen musikkopplevelser har gitt oss nærmest euforiske følelser, mens andre har vært triste og rørt oss til tårer. Musikk kan være en flukt når hverdagen føles grå og kjedelig. Å lage musikk og å spille den sammen med andre har gitt oss mestringsfølelse og er en viktig faktor i bygging av egen identitet. Musikk er en stor del av våre liv og vi kan ikke tenke oss et liv uten.

Vi har jobbet aktivt med en praksisfortelling som vi har valgt å integrere i oppgaven vår. Dette eksempelet har ikke allmenn gyldighet, men med å arbeide med analyse av eksempelet, bruk av litteratur og datainnsamling fra personalet har vi begynt å identifisere noen mer generelle prinsipper som igjen kan danne et utgangspunkt for å ta i bruk musikk som vernepleiefaglig arbeidsmetode. Det er mange ulike hensyn å ta i forhold til bruk av musikk i arbeid med mennesker og en «... kan ikke forstå hvordan musikk virker ut fra enkle årsaks-

virkningsmodeller» (Ruud, 2006, s.22). Vi ser et behov for en metodisk fremgangsmåte som tar for seg hver enkelt person og deres unike forhold til musikk. Analysen vår munner derfor ut i en sjekklister som er strukturert og systematisk, faglig og etisk gjennomtenkt og tilpasset brukeren.

1.2 Problemstilling

Vi har utformet følgende problemstilling:

Hvordan kan en bruke musikk i praktisk, metodisk miljøarbeid?

1.3 Oppgavens disposisjon

Oppgaven begynner med en gjennomgang av grunnlaget vi har for valg av tema og problemstilling. Deretter forteller vi om en egen erfaring fra praksis om en beboer i et bofelleskap og hans forhold til musikk. Vi skal også fortelle om hvordan musikk ble brukt i tjenestetilbudet hans da og hvordan vi erfarer at det brukes nå, rundt et år senere. Vi fortsetter oppgaven med å forklare noen begreper vi synes er viktige å få avklart i oppgaven vår. Deretter går vi igjennom den metodiske fremgangsmåten vår som består av analyse av praksisfortelling, søk på litteratur og forskning, bruk av spørreskjema, analyse av praksisfortellingen og effekter av musikk sett i lys av vernepleiefaglig arbeidsmetode. Vi legger så frem det teoretiske grunnlaget vi har basert oppgaven vår på som består av effekter musikk kan ha på mennesker og de fire fasene i FOs (2008) vernepleierens arbeidsmodell med innspill fra Owren og Lindes (2011) videreutvikling av modellen og Løkke og Salthes (2012) sjekklister for målrettet miljøarbeid. Deretter legger vi frem praksisfortellingen i en analyse hvor vi gjennomgår de fire fasene ved bruk av musikk i praktisk, metodisk miljøarbeid i tillegg til etiske vurderinger. Tilslutt har vi en oppsummering hvor vi trekker sammen hovedpunktene i analysen utformer en sjekklister eller mal for hvordan en kan bruke musikk som vernepleierfaglig arbeidsmetode.

1.4 Avgrensing

Når vi skriver om musikkens potensielle effekter har vi ikke skrevet om alle mulige effekter vi kan oppnå med musikk. Det er kun et utvalg, og vi vurderer dem som relevante når det er snakk om å bruke musikk i miljøarbeid eller miljøterapi. Vi kunne hatt fokus på flere effekter som er relevante, men oppgavens begrensninger i forhold til antall ord og tiden vi har fått tildelt til ferdigstillelse av oppgaven vår, gjør at vi har vært nødt til å begrenset utvalget.

1.5 Hva er musikk?

Begrepet musikk stammer fra antikken og betegnelsen musiké, som var en felles betegnelse for kunst som forutsatte gudommelig inspirasjon. Dette var kunstformene poesi, dans og tonekunst. Senere begrenset Aristoteles musiké til å kun omhandle tonekunst, som er omtrent tilsvarende det vi i dag kaller musikk. I tonekunst er hovedelementene rytme, melodi og harmoni (Store Norske Leksikon, 2014).

Musikk har sannsynligvis vært en del av livet til mennesket siden mennesket ble til. Det finnes mange forskjellige uttrykksformer og sjangre innen musikk og det finnes like mange oppfatninger og smakspreferanser blant folk. En person kan slappe av til death metal og bli stresset av å høre panfløyte-musikk, mens for andre kan musikken ha helt motsatt effekt. Ruud (2008) skriver at «hvordan vi opplever musikk og hvordan musikk virker på oss er avhengig av vår musikalske bakgrunn, påvirkning, musikken vi selv har valgt å bruke og den situasjonen vi opplever musikken innenfor» (s.21). Musikk, person og situasjon virker sammen i et gjensidig forhold. Dersom en tar bort en av disse komponentene vil meningen forandre seg. En kan f.eks like energisk trance-musikk når en trener, men ikke i andre situasjoner.

1.6 Forskjellen på bruk av musikk i miljøarbeid og miljøterapi

Musikk kan brukes i både miljøarbeid og miljøterapi, men hensikten med bruken av musikk vil være forskjellig. I dag brukes disse begrepene ofte om hverandre og det er ikke alltid lett å skille dem (Linde og Norlund, 2003, s.23). Stiftelsen SOR (2014) skriver at i miljøterapi er målet å redusere symptomer på psykiske lidelser eller å gjenopprette ferdigheter etter et funksjonsfall. Miljøarbeid er et videre begrep og omhandler hovedsakelig arbeid knyttet til mennesker med utviklingshemming. Arbeidet går ut på oppfølging i det daglige og fokuset vil være på økt mestring og selvbestemmelse (Stiftelsen SOR, 2014). Slik Stiftelsen SOR beskriver forskjellen på miljøarbeid og miljøterapi tenker vi det er mest sannsynlig at vernepleiere oftest vil bruke musikk i miljøarbeid, ikke i miljøterapi. Dersom det er snakk om musikk i miljøterapi er det kanskje mest hensiktsmessig å overlate jobben til en musikkterapeut som har "... et sammensatt kunnskapsfelt som omfatter en rekke praksisformer" (Ruud, 2008, s.5)?

2.0 Praksisfortelling

I denne oppgaven arbeider vi ut fra et eksempel knyttet til en beboer som vi har valgt å kalle «Mathias». Mathias er en beboer som en av oss møtte på i en praksisperiode i vernepleierstudiet. Vi ønsker å se nærmere på erfaringer og observasjoner fra denne praksisperioden i oppgaven vår og gå dypere i bruk av musikk i tjenestetilbudet til ham og se dette i lys av vernepleierfaglige arbeidsmetoder. Vi anser måten musikk ble brukt overfor ham som et godt eksempel på hvordan musikk kan brukes i miljøarbeid. Det kommer frem at musikk har en tydelig effekt på Mathias. Andre erfaringer vi har gjort oss og funn av relevant teori understøtter musikkens mulige effekt hos mennesker. Vi vil først beskrive dette eksempelet som vi altså både analyserer mer i dybden og diskuterer senere i oppgaven.

2.1 Mathias og musikk

Mathias er en beboer i et bofelleskap hvor alle har en psykisk utviklingshemning og et mangelfullt verbalt språk i varierende grad. Han er i sekstiårsalderen og har Down syndrom og Alzheimers demens. Når en snakker med Mathias sier han stort sett ingenting. Men dersom en spør ham om noe sier han stort sett ja og en sjelden gang nei. Men han viser tydelig, oftest gjennom kroppsspråket, dersom det er noe han ikke vil. Han slumrer ofte på sofaen og det kan være vanskelig å få kontakt med ham. Mathias er svært glad i musikk. Han liker alt fra dansebandmusikk til 60-talls rock. I helgene spiller beboerne ved bofelleskapet «Sing-star» noe som er til stor glede for ham. Mathias er sjelden så kvikk og ivrig som når han har en mikrofon i hånden. Han liker også veldig godt å sitte uforstyrret, i sin egen verden, og lytte til musikk han liker i høretelefonene sine.

Studenten oppdaget at Mathias hadde et spesielt forhold til musikk og hun så at det kunne være et behov for å gjøre musikk mer tilgjengelig for ham. Hun kartla derfor hans musikkpreferanser og lagde en sangperm med tilhørende cd til. Dette gjorde hun ved å spørre personal som kjente han godt hvilke sanger de trodde han likte best for så å synge dem med ham, samt registrere og tolke reaksjonen hans.

2.2 Bruk av musikk i tjenestetilbudet til Mathias i dag

Omtrent et år er gått siden studenten var i praksis og laget sangperm med tilhørende cd til Mathias. Studenten ordnet 3 like cd'er i tilfelle noen skulle bli ødelagt. I dag er alle slitt ut, og studenten ble spurt om å sende mp3-filene til personalet slik at de kunne lage nye cd'er. Musikken har blitt mye brukt siden studenten var her, og de ansatte mener at det har skjedd mange positive forandringer med Mathias etter dette. De sier at han bruker språket sitt mer enn før, og former av og til hele setninger, aktivitetsnivået hans har økt og han er generelt sett i bedre humør enn før. Musikken brukes i flere sammenhenger i tjenestetilbudet til Mathias i dag, blant annet når han blir vekket om morgenen. Personalet har også begynt å se på hvordan de kan bruke musikk i flere sammenhenger. De mener å ha observert at musikken kan gjøre ham mer konsentrert under måltider, hvor han spiser mer og bruker bestikket bedre. Personalet har også lurt på om han kunne hatt utbytte av et musikkterapikurs ettersom de har observert positive effekter ved bruk av musikk. Vi vil senere i oppgaven presentere mer detaljert hvordan personalet i dag bruker musikk i det daglige arbeidet.

3.0 Metode

I dette kapitlet skal vi skrive om hvordan oppgaven vår har blitt til og hvordan skriveprosessen har vært. Vi ønsker å få frem styrker og svakheter i metodebruk og metodevalg i oppgaven vår. Oppgaven er basert på eget innsamlet data, i tillegg til innsamling av relevant litteratur og forskning, og fremgangsmåten skal forklares videre i dette kapitlet. Vi skal også forklare hvordan vi har gått frem i analysen i kapittel 5.

Vi er to studenter som har jobbet sammen med denne oppgaven og samarbeidet har vært bra fra første dag. Vi har diskutert og delt tanker og ideer gjennom hele prosessen. Vi har fordelt oppgaver og jobbet selvstendig i tillegg til å skrive deler av oppgaven sammen.

Vi ønsker å takke veilederen vår for engasjementet og for veldig gode innspill i prosessen.

3.1 Analyse av praksisfortelling

3.1.1 Gyldighet

Første del i prosessen i denne oppgaven gikk ut på å analysere erfaringen den ene studenten hadde hatt med en beboer og hans forhold til musikk i hennes praksisperiode. “Ved at studentene får erfaringer med analyse av praksisfortellinger i studiet, vil de også lære en arbeidsmåte som kan være egnet i yrkeslivet. Opplevelser fra hverdagen i yrkeslivet brukes som grunnlag for refleksjon og kompetanseutvikling” (Fennefoss og Jansen, 2004, s.11). Vi anser dette eksempelet som relevant å bruke i en analyse ettersom Mathias har Downs syndrom og demens og er i en brukergruppe som vernepleiere ofte møter på i arbeid. Påvirkningen musikk har på Mathias er unik for ham, men å bli påvirket av musikk er ikke unikt. Analysen som presenteres kan gjelde mange flere enn Mathias og brukere med lignende funksjonsnedsettelse ettersom effektene av musikk som beskrives ikke er begrenset til en bestemt brukergruppe.

3.1.2 Anonymisering

Vi har anonymisert personen i eksempelet vi bruker ved å gi personen nytt navn. I tillegg har vi randomisert kjønnet, altså trukket lodd om hvilket kjønn personen skulle ha i oppgaven. Dette har vi gjort fordi «... anonymisering og aidentifisering av materiale er et krav i all forskning» (Hummelvoll, Andvig og Lyberg, 2010, s.28).

3.2 Søk etter litteratur og forskning

Ettersom vi ble enige om at effekter av musikk var helt sentralt for temaet vårt begynte vi en søkeprosess for å finne mest mulig informasjon rundt emnet. Vi begynte søkene på høgskolens søkeportal BIBSYS og begynte med søkeord som “musikk effekter” og “musikk”. De første søkeordene ga få og ingen relevante treff, mens det andre ga over 3000 treff, og vi skjønnte at søket måtte spesifiseres. Ettersom vi tenkte at musikkens effekter kan påvirke og ha en sammenheng med hvordan vi har det helsemessig, søkte vi på ordene “musikk og helse”. Da fikk vi 85 treff og her fant vi litteratur som var relevant for oppgaven vår. Vi oppdaget at det meste av litteraturen er skrevet av musikkterapeuter, fagfolk med ekspertise på terapeutisk bruk av musikk med mennesker, som vi syntes var en relevant bakgrunn med tanke på temaet i oppgaven vår. Vi søkte derfor også på “musikkterapi” som ga 864 treff i BIBSYS biblioteksbase. Vi fikk etterhvert en viss oversikt over forfattere vi vurderte som pålitelige. Dette på bakgrunn av deres erfaring som musikkterapeuter og fordi de brukes som referanser av andre forfattere. Vi søkte også på litteratur og forskning i databasen Oxford Music Online, hvor vi brukte søkeordet “music therapy”. Vi har benyttet oss av informasjon fra en artikkel vi fant i treffet på dette søket. Vi benyttet oss av Google i leting etter et eksempel på hvordan musikk ble brukt av mennesker som er døvblinde. «... i mange tilfeller kan du komme langt med Google. Men hvis du søker anerkjent og fagspesifikk litteratur, bør du ikke bare bruke Google, men også studiebibliotekets hjemmeside og de databasene disse gir tilgang til» (Rienecker og Jørgensen, 2013, s. 120).

Noe av informasjonen vi har brukt kommer fra sekundærkilder ettersom vi ikke hadde tid eller mulighet til finne frem til alle primærkildene. Vi var bevisst på å bruke sekundærkilder kun når de var relevante i vår konkrete oppgave (ibid, 2013, s.142).

3.3 Spørreskjema

Vi ønsket å vite mer om Mathias og bruken av musikk i tjenestetilbudet hans ettersom informasjonen studenten hadde innhentet i praksis ikke var tilstrekkelig til grundige tolkninger og analyse i oppgaven. Vi ønsket derfor å intervju personalet i bofelleskapet. På grunn av usikkerhet i forhold til hvordan man kan bruke og samle inn eget materiale i oppgaven, rådførte vi oss med vår veileder som godkjente bruk av spørreskjema, med forbehold om at svarene skulle skrives på papir og ikke skulle skrives inn på pc. Det ble brukt spørreskjema for å kunne få innsikt i betydningen og virkningen av denne aktiviteten hos beboeren.

Presise og enkle spørsmål ble stilt slik at spørsmålene skulle bli forstått på samme måte. Slik ble det også mulig å sammenligne svarene. Det ble benyttet endimensjonale spørsmål. Det vil si at en fokuserer på ett tema. Ved at spørreskjemaet har endimensjonale spørsmål så stiller en ikke for store krav til kunnskap, hukommelse og fantasi (Dalland, 2007, s.212). Det er godt mulig at de som blir spurt ikke kommer på alt de ville ha svart der og da dersom de fikk tenkt seg mer om. Kanskje er de enige eller uenige i noe av det de andre har opplevd. Dette er ikke noe som kommer frem her.

Svakheten med å bruke spørreskjema er at vi spør om Matias sine følelser og reaksjoner. Han har blitt tolket. Men ble han tolket riktig? Spørsmålene ligger kanskje litt for tett opp til hverandre. Dette kommer frem i resultatene da svarene var temmelig like på flere av skjemaene. Vi intervjuet ansatte som alle sammen har forskjellig utdanning, ulike erfaringer og meninger. Dette vil påvirke svarene. Intervjudeltagerne besitter ikke den samme informasjonen og har heller ikke den samme innsikten i hva en her kan se etter. Fikk de god nok tid og var det forstyrrende elementer rundt dem da de svarte? Dette kan også påvirke svarene. En annen ulempe ved å bruke spørreskjema var at vi ikke kunne be om mer utfyllende svar eller stille oppfølgingsspørsmål og vi kunne heller ikke få en mulighet til å klare opp i eventuelle misforståelser ved å bruke spørreskjema (Bjørndal, 2011, s.102-103).

3.4 Analyse av eksempelet og effekter av musikk sett i lys av FO`s arbeidsmodell, Owren og Lindes modell for strukturering av faglig skjønnsutøvelse og Løkke og Salthes sjekklister for målrettet tiltaksarbeid

Tilslutt i denne oppgaven har vi gjort en analyse av eksempelet om Mathias hvor vi tolker virkningen musikk har for han. Vi var interessert i å finne ut hva som lå bak de innsamlede dataene og lette etter svar i litteratur og forskning om musikkens effekter som ga oss et grunnlag for å tolke og se sammenhenger. «Analyse er et granskingsarbeid der utfordringen ligger i å finne ut hva materialet har å fortelle» (Dalland, 2007, s.124). Etter å ha fordypet oss i teori om musikkens effekter kan vi trekke ut elementer og generalisere der vi ser at musikken påvirker Mathias slik forskning og litteratur skriver at musikk kan påvirke mennesker.

Ettersom vi ønsker å få svar på hvordan vi som vernepleiere kan bruke musikk metodisk i arbeidet vårt har vi valgt å se på musikkens effekter i lys av vernepleierens arbeidsmodell som er utarbeidet av Fellesorganisasjonen (2008). Dette er en modell for vernepleiere i hele landet på hvordan en skal jobbe med målrettet tiltaksarbeid. Når en jobber med de ulike fasene i endringsprosesser kan den hjelpe vernepleieren med å tydeliggjøre valg man står ovenfor og å måtte begrunne valgene man bestemmer seg for å ta. Arbeidsmodellen er delt i fire faser, hvor en begynner med behovskartlegging og går videre til målvalg, tiltaksarbeid og evaluering. I midten av modellen er det to sirkler hvor den ytterste er omsorgspolitiske og juridiske vurderinger og den midterste er etiske vurderinger. Det vil si at dette er vurderinger som skal gjennomføres i hele arbeidsprosessen. Alle valgene man gjør i prosessen skal «...begrunnes både ut fra tjenestemottakerens livssituasjon og ha forankring i tilgjengelig fagkunnskap» (FO, 2008, s.17). Etikk er et gjennomgangstema i vernepleierutdanningen og FO (2008) skriver at de grunnleggende verdiene til vernepleierens arbeid er «respekt for livets ukrenkelighet, respekt for personens egenverd og solidaritet med svakerestilte» (s.13).

FOs modell har i senere tid blitt videreutviklet av Owren og Linde (2011) som tillegger modellen tre strukturnivåer:

“a) situasjoner der prioriteringer, mål og hensyn ivaretas tilstrekkelig ved at ulike tjenesteutøvere handler individuelt ut fra selvstendig skjønn.

- b) situasjoner der hver tjenesteutøvers rom for skjønn må innsnevres noe gjennom avtalte felles handlemåter, og
- c) situasjoner der rommet for skjønn må innsnevres ytterligere ved at tjenesteytere handler innenfor detaljerte prosedyrer” (s.68)

Dette fordi de ser behovet for å kunne tilpasse strukturen i tjenestetilbudet. En kan kombinere og bevege seg mellom nivåene fra detaljerte prosedyrer til åpne handlingsrom, alt etter hva situasjonen krever (Owren og Linde, 2011, s.68).

Løkke og Salthe er kritiske til FOs vernepleierens arbeidsmodell (VAM) og skriver at den burde utbedre på to hovedpunkter (2012, s.17). Det ene er at de normative faktorene bør være med i alle deler av arbeidsmodellen. I VAM gjelder de normative innspillene (fra etikk, jus og sosialpolitikk) i alle fire fasene, men det sies ikke noe om hvordan de skal gjelde. Normative premisser vil være like betydningsfulle som empiriske premisser under argumenter som skal forsvare en beslutning som faglig god (Salthe, 2006, s.18). Fagfolks skjønnsmessige vurderinger inneholder mer feil enn vurderinger og beslutninger basert på systematisk datainnhenting (Camerer & Johnson, 1999; Goldstein & Hogarth, 2007; Kirkebøen, 2007; Oskamp, 1999; Stanovich, 2010, i Løkke og Salthe, 2012, s.20). Løkke og Salthe savner også flere deler i arbeidsmodellen for at den skal kunne brukes som et verktøy i praksis. Løkke og Salthe har laget et alternativ til VAM som inneholder en sjekkliste med ti hovedpunkter med underpunkter. De begynner med kartlegging og avslutter med evaluering hvor beskrivende og normative forutsetninger tas i med i betraktning gjennom hele modellen. Modellen deres er presis og grundig, hvor det stilles mange spørsmål som kan brukes som «beslutningsstøtte» i valg av mål og tiltak. Løkke og Salthe (2012) skriver at “Det er ingen grunn til å lage sjekklister dersom sjekklister ikke bidrar til at beslutningene om kliniske tiltak og selve tiltakene blir bedre” (s.19). Å vurdere beslutninger om mål og tiltak på systematisk datainnhenting vil kunne bidra til kvalitetssikring av den enkeltes tjenestetilbud.

I vår analyse bruker vi FOs modell i tillegg til å trekke inn Owren og Lindes, og Løkke og Salthes videreutviklede elementer.

Som avslutning på oppgaven har vi laget en sjekkliste for musikk som vernepleiefaglig arbeidsmetode som er inspirert av Løkke og Salthes sjekkliste (2012), med at den består av sjekkpunkter med underpunkter. Sjekklisten ble til ved at vi gikk gjennom analysekapittelet,

del for del, og trakk ut de elementene vi mente var mest relevante. Utformingen av sjekklisten ble gjort med tanke på at den skulle være så oversiktlig og anvendelig som mulig. Punktene ble nummerert, det ble lagt inn «pusterom» mellom de ulike delene og innrykk i underpunkter.

Sjekklisten kan være noe mangelfull i og med at vi har generalisert med utgangspunkt i en person. Den hadde sannsynligvis sett litt annerledes ut dersom vi hadde tatt utgangspunkt i en person med andre funksjonsnedsettelse enn Mathias. Sjekklisten er heller på ingen måte ment å være et ferdig produkt, heller et utgangspunkt å jobbe videre ut fra.

4.0 Teoretisk grunnlag for oppgaven

4.1 Noen effekter av musikk

4.1.1 Musikk kan virke beroligende

Det finnes forskning på hvordan ulik musikk, med forskjellige egenskaper og struktur, virker inn på mennesker. Ruud skriver at den musikkpsykologiske forskningen har kommet frem til at musikk som synes å virke beroligende og avslappende på oss har strukturen: «langsomt tempo, trinnvise melodier, få dissonanser, lite overraskelser etc.» (Ruud, 2011, s.13) Takten i musikken og volumet kan spille inn på hjerterytmen vår. Rolig takt og lavt volum kan påvirke hjerterytmen til å gå saktere. Musikkens rytme og volum kan også spille inn på respirasjonsrytmen på samme måte som med hjerterytmen, men her er spiller de emosjonelle følelsene som assosieres med musikken mer inn på mønsteret i respirasjonen (Myskja, 2003, s.110-111).

Audun Myskja (2008) skriver at sang og musikk kan virke avspennende, og i tillegg kan den hjelpe med å nå mer selvinnsikt og egenutvikling. Han har selv laget et forslag til spilleliste til dette formålet, men påpeker at en slik liste blir uunngåelig subjektiv (s.129).

4.1.2 Musikk kan virke aktiviserende

Musikk som virker energiserende og stimulerende, motsatt av beroligende, har strukturen «...større sprang, irregulære rytmer, høy puls, dissonanser o.l» (Ruud, 2011, s.14). Høyt volum og rask takt kan få hjerterytmen og respirasjonsrytmen til å stige. Respirasjonsrytmen påvirkes mer av emosjonelle følelser som assosieres med musikken enn hjerterytmen gjør (Myskja, 2003, s.110-111).

Musikk kan ha egenskapen å fange oppmerksomhet. «En melodi eller lyd er lett oppfattbar og er ikke avhengig av et høyt kognitivt eller intellektuelt nivå. Den må ikke som verbalspråk gjennom en komplisert avkodingsprosess» (Kvamme, 2006, s.157). Vi oppfatter for eksempel umiddelbart den gjennomtrengende lyden av ambulansesirener og den kan for mange forstås

som noe varslende. Vi kan lytte til musikk vi ikke kan språket på, eller komplisert musikk vi ikke helt skjønner. Likevel kan den fange vår oppmerksomhet og vekke vår nysgjerrighet. Musikk kan evnen å fange oppmerksomheten og holde den over tid. Musikkens evne til å holde på vår konsentrasjon over tid er avhengig av musikkens struktur, rytme og melodi. Å høre på musikk så lenge at en når et slags metningspunkt, kan gi motsatt effekt. Da kan musikken virke sløvende, irriterende og utmattende. Musikk som en ikke liker eller som en synes er støyende kan også gjøre en irritert og utmattet, i tillegg til at den kan skape aggresjon (Kvamme, 2006, s.157).

4.1.3 Musikk kan danne assosiasjonsmønstre og skape forutsigbarhet

Musikk kan også påvirke oss på ved at vi får assosiasjoner til tidligere opplevelser hvor vi har hørt den samme eller lignende musikk. Dette kan fremkalle lignende følelser og stemning som en har hatt før. Ruud (2011) sier at assosiasjonene kan bli forutsigbare hvis de er formet etter gjentatte møter med musikalske klisjeer og stereotyper og at en kan på den måten kan skape fasttømrede assosiasjonsnettverk (s.14). En filmsjanger som har spesialisert seg på denne kunnskapen er skrekkfilmen. I skrekkfilmer brukes musikken bevisst for bygge opp forventninger. Når stemningen i musikken skifter fra harmonisk til disharmonisk vet seeren at noe ubehagelig kan komme til å skje. Hvilke trekk eller struktur i musikk som påvirker våre følelsesreaksjoner i bestemte retninger kan også være påvirket av kulturen vi lever i (Kvamme, 2006, s.161).

4.1.4 Musikk kan være til hjelp for mennesker med kommunikasjonsvansker

Musikk kan hjelpe mennesker med kommunikasjonsvansker på flere måter. Sang kan hjelpe mennesker som har problemer med det verbale språket og med språkforståelse (Kvamme, 2006, s.158). Borchgrevink (2008) forklarer at start av sang og talestart kontrolleres i venstre hjernehalvdel (s.190-192). Sang krever også bruk av høyre hjernehalvdel når rytme skal kombineres med sangen. Koordineringen mellom aktiviteten i venstre og høyre hjernehalvdel fører til økt totalaktivering i venstrehjernehalvdel som igjen fører til at terskelen for talestart overstiges. Dette forklarer blant annet hvorfor mennesker som stammer ofte kan synge uten problem (ibid, s.190-192).

Musikk kan også hjelpe mennesker med kommunikasjon på et annet nivå en det verbale språket. Musikk kan være kommunikasjon i seg selv og formidle noe i form av lyd, uten at det nødvendigvis er en tekst som formidles. Mennesker som ikke har problemer med det verbale språk tar gjerne i bruk musikk som kommunikasjonsform, fordi det kan formidle noe språket ikke kan, noe som viser at musikk har et kommunikasjonspotensiale i seg selv (Borchgrevink, 2008, s.189). Trondalen (2008) skriver at en slik ikke-verbal kommunikasjonsform kan skape “gylne øyeblikk” i en samhandling, hvor det skjer noe med relasjonen (s.34).

4.1.5 Musikk kan bidra til å gi mening og følelse av sammenheng

Å drive med musikk kan gi en opplevelse av at en lever i øyeblikket og «flyter med» der musikken fører deg. Denne opplevelsen, som en selv er med på å utforme og styre, kan gi en følelse av at en er involvert i noe meningsfylt og en kan føle sammenheng (Ruud, 2006, s.27). Ruud skriver at «... musikken skaper sterke og robuste emosjonelle minner, forankres livet i verdier som gir mening i tilværelsen for mange» (ibid, s.27). Hanne Tuntland (2011) skriver at «mennesker har behov for meningsfulle aktiviteter, og at disse aktivitetene har en potensiell terapeutisk verdi». Hun sier også at hva som er en meningsfull aktivitet kan variere fra person til person. Hvor viktig en aktivitet er for en person avhenger av hvilken mening personen legger i aktiviteten. Vi er alle forskjellige og hva som er viktig for den enkeltes trivsel og mening med livet er individuelt. Sang kan ifølge Balsnes (2010) gi terapeutiske gevinster og ha effekt på psykiske problemer, det kan gi følelsesmessig forløsning og redusere stress, og det kan føre til glede, oppstemthet og økt energinivå (s.5-7). Gjennom sang i fellesskap kan vi bli sett og ikke minst hørt. Vi kan få en opplevelse av mestring og det kan oppstå en gjensidig anerkjennelse. I denne aktiviteten ligger det også en mulighet for personlig kontakt med andre, utvikling av vennskap og nettverk (ibid, s.5-7).

4.2 Vernepleierfaglig arbeidsmetode

I FO sitt hefte «Om vernepleieryrket» står det beskrevet hva som utgjør kjernen av en vernepleier og arbeidsmetoden vernepleieren jobber etter. Her står det blant annet at «vernepleiere må se tjenestemottaker sine behov og rammebetingelser i en helhet, arbeide målrettet med ulike livs- og utviklingsområder og å kunne kombinere kunnskap fra ulike områder til det beste for den enkelte» (FO, 2008, s.13). Dersom det kommer frem at musikk

har en positiv effekt på en tjenestemottaker tenker vi at det kan være nyttig å benytte seg av kunnskapen om musikkens effekter målrettet i arbeidet med tjenestemottakeren.

4.3 De fire fasene i vernepleierens arbeidsmodell

4.3.1 Kartlegging

FO (2008) skriver at kartlegging består av to faser, kartlegging og analyse (s. 17). Før en begynner å kartlegge og analysere må en vite hva som skal kartlegges og analyseres. En er da avhengig av å ha kunnskaper om tjenestemottakerens situasjon og funksjonsnivå. En må finne ut hvilke muligheter og ressurser tjenestemottakeren har, i tillegg til å vite om hvilke begrensninger han eller hun har. I en kartlegging kan en innhente informasjon direkte fra den det gjelder ved å intervjuer tjenestemottakeren, dersom dette er mulig. En kan også intervjuer pårørende og nærpersoner. Man bør observere, registrere og tolke tjenestemottakeren i situasjonen en skal kartlegge personen i. En bør også kartlegge rammefaktorer som sosialt nettverk, det fysiske miljøet osv. dersom det ansees som relevant i forhold til det som skal kartlegges (FO, 2008, s.17). Løkke og Salthe (2012) skriver at i en kartlegging må en

“...undersøke om brukeren har viktige ønsker som ikke blir tilfredsstilt med eksisterende atferd eller livssituasjon. Man bør dessuten undersøke om brukeren har viktige ønsker som tilfredsstilles nå, men som ikke vil bli tilfredsstilt hvis eksisterende atferd eller livssituasjon endres” (s.22).

Informasjonen en får gjennom kartleggingen skal analyseres gjennom relevant teori, forskning og litteratur, og dersom det finnes, erfaringsbasert kunnskap. Analysen vil brukes når det videre skal velges mål og tiltak (FO, 2008, s.17).

4.3.2 Målvalg

Owren og Linde (2011) beskriver verdier og mål som ledestjerner for handling og det å handle faglig forsvarlig som å navigere etter stjernehimlen, slik sjømenn gjorde før i tiden. “Poenget var ikke at de skulle til den ene eller andre stjernen, men at de brukte de ulike stjernene både til å orientere seg om hvor de de til enhver tid var, til å stake ut kursen dit de skulle, og til å korrigere retningen om de kom ut av kurs” (s.81).

FO (2008) nevner tre typer mål; trivselsmål, læringsmål eller et mål om å vedlikeholde en funksjon eller ferdighet tjenestemottakeren allerede har. De skriver at er viktig å ta inn etiske og juridiske vurderinger i valget av mål, spesielt når det gjelder lærings- og utviklingsmål (s.18). Owren og Linde (2011) beskriver mål på forskjellige strukturnivåer; overordnede mål som baseres mer eller mindre på kulturelle og samfunnsmessige verdivalg og verdistandpunkt, delmål som konkretiserer hovedmålet. Hvilke overordnede mål og hensyn en skal gjøre overfor tjenestemottaker, og delmål som konkretiserer hovedmål og definerer noen forutsetninger for å nå hovedmålet (s.68-77). Delmål kan være mål som både gjelder tjenestemottaker og tjenesteyter (ibid, 2011, s.80).

Løkke og Salthe (2012) har fokus på tjenestemottakerens innflytelse i målvalg (s.27). De mener at dersom andre tar styringen over tjenestemottaker og former mål han eller hun ikke er enig i kan utviklingsmuligheter hos personen gå tapt i tillegg til at en innskrenker friheten til personen.

Felles for alle mål er at de skal bidra til god livskvalitet (FO, 2008, s.18).

4.3.3 Arbeid med tiltak

FO (2008) skriver at tiltaksarbeid kan deles i tre faser, metodevalg, planlegging og gjennomføring (s.18). I praksis vil disse ofte gå parallelt når en skal finne det beste tiltaket til den enkelte tjenestemottaker.

Metodevalg: I denne fasen skal en finne frem til hvilken metode som er mest hensiktsmessig i tiltaksarbeidet mot målene som er beskrevet. Metoden som velges kan begrunnes med empiri

og/eller teori. FO (2008) skriver at for å nå målene må ofte den nåværende situasjonen endres, dette enten i rammebetingelsene, i å øke tjenestemottakerens kompetanse eller en kombinasjon av disse. Tiltaket som velges kan bygge på ulike typer metoder (s.19). Løkke og Salthe (2012) skriver at i undersøkelse av metodevalg bør stille seg spørsmålet: “Inneholder tiltaket tvang, reduksjon av valgmuligheter, eller andre elementer som er uønsket av bruker?” (s.25).

Planlegging: I denne fasen er det viktig å tenke på rammebetingelser. Hvilke kompetanse- og personalressurser har man tilgjengelig? Hva trenger man av hjelpemidler? Hvordan er de fysiske og materielle betingelsene? Er tiltaket sosialt akseptert i forhold til omgivelsene? I tillegg kreves det en skriftlig fremstilling som beskriver hvordan tiltaket skal gjennomføres og evalueres (FO, 2008, s.19). Dersom prosedyre for gjennomføring er for dårlig beskrevet kan det føre til at tiltak som i utgangspunktet er gode i verste fall må forkastes (Løkke og Salthe, 2012, s.28). Owren og Linde (2011) skriver at en må tilpasse strukturen i gjennomføringen av tiltaket etter hvor mye struktur situasjonen krever (s.68).

Gjennomføring: FO (2008) skriver at en må ha en fortløpende kartlegging og, om mulig, dialog med tjenestemottaker i gjennomføringen (s.19). Denne informasjonen kan brukes til å se om en oppnår den ønskede effekten i forhold til målene som er satt, og en får innsikt i hvordan tjenestemottakeren reagerer på tiltaket. Hvis tjenestemottaker viser misnøye og ubehag under gjennomføringen, eller om det skjer noe uforutsett som fører til store belastninger, må en raskt vurdere om en skal avbryte eller endre tiltaket (ibid, s.19). Løkke og Salthe (2012) mener at det skal på forhånd være utarbeidet klare regler for når en skal avbryte et tiltak (s.28).

4.3.4 Evaluering

En må ha valgt evalueringsmetode og rutiner for evaluering før en begynner med gjennomføringen av tiltaket. «Evalueringen knyttes til grad av måloppnåelse, hvordan en prosess forløper og vurdering av de rammer, ressurser og metoder man har hatt til disposisjon» (FO, 2008, s.19). Evalueringen skal gi en del av grunnlaget til vurderingen av tiltaket eller målene, og kan føre til at tiltaket eller målene endres eller avsluttes. Løkke og Salthe (2012) mener at en også må undersøke og evaluere hvordan bruker har det nå i forhold

til før tiltaket i tillegg til å undersøke om andre parter er mer fornøyd nå i forhold til før tiltaket (s.29).

5.0 Analyse

Vi skal nå integrere eksempelet om Mathias i en analyse hvor vi ser på hvordan musikk kan brukes som praktisk, metodisk arbeidsmetode basert på vernepleierfaglige prinsipper og forskning og litteratur om musikkens effekter. Vi skal også ta med oss føringer og krav på hvordan vernepleiere skal utføre tjenester, og tjenestemottakerens rettigheter, som er nedfelt i lovverk og rammeplan for vernepleierutdannelsen.

5.1 Kartlegging og analyse

Kartleggingen og analysen består av spørsmål som skal kartlegge en persons forhold til musikk og vi har utformet et forslag til en felles fremgangsmåte for å komme frem til en mulig tolkning eller svar. Etter en gjennomgang av felles fremgangsmåte ser vi på faktorer som er spesifikt for hvert spørsmål.

Felles fremgangsmåte

En bør i alle spørsmålene begynne med å spørre personen direkte dersom dette er mulig. Dersom personen har utfordringer med å gjøre seg forstått bør en intervjuer nærpersoner som pårørende og personale som kjenner personen godt for å høre deres mening. En bør i tillegg observere og gjøre en tolkning av reaksjonen til personen i utprøving av musikk. Her vil det være hensiktsmessig å skille mellom det som blir observert og hvordan det blir tolket. Dette er fordi ens tolkninger vil være mer upålitelige enn rene beskrivelser av hva som skjer (Askland, 1997, i Bjørndal, 2002, s.44). Ifølge Myskja (2006) kan man registrere ansiktsuttrykk ettersom det er det mest presise uttrykket i tolkning når man skal vurdere kroppsspråk (s.181). I noen tilfeller vil det være vanskelig å tolke om reaksjonen er positiv eller negativ. Er f.eks høyt aktivitetsnivå og veiving med armene et tegn på glede eller frustrasjon? For å få en sikrere tolkning må en gjøre registreringer av personen før, under og etter musikkutprøvingen. En kan f.eks registrere sinnsstemning eller aktivitetsnivå og se om personen viser tegn til forandring under og etter musikkaktiviteten. Ut fra disse registreringene kan en se om det skjer en positiv, negativ eller ingen endring under og etter en utprøving av en musikkaktivitet. Da har man et bedre grunnlag for å si om personen liker musikk eller ikke.

1) Liker personen musikk?

Mathias smiler ofte under sang og musikkstunder og personalet oppfatter Mathias som oppstemt og glad etter aktivitetene. Noen ganger synger han uten at noen har oppmuntret han til å synge. Ut i fra observasjoner og tolkning er det er grunnlag for å tro at Mathias liker musikk. En må stille seg spørsmålet om personen liker musikk og før en kartlegger behovet for målrettet bruk av musikk. I Helse- og sosialtjenesteloven § 1-1 punkt 5 står det at vi skal «...sikre at tilbudet blir tilpasset den enkeltes behov». En bør derfor sjekke beboerens interesser og behov for å kunne for kunne bidra til kvalitetssikring i tjenestetilbudet hans.

Ikke alle liker musikk. Myskja (2003) beskriver en situasjon en musikkterapitime, hvor han skal kartlegge musikkpreferanser hos deltakerne, og flere av deltakerne sier at de setter veldig stor pris på stillhet. Det var så mye lyd og støy ellers i hverdagen, så når de skulle slappe av i hjemmet, valgte flere å nyte stillheten i stedet for å høre på musikk (s.165-166).

2) På hvilke måter liker personen musikk?

Mathias liker musikk på flere måter. Han liker godt å lytte til musikk med hodetelefoner og gjennom stereoanlegg. Han danser til musikk når han er i humør til det. Mathias synger ofte, er med å spille sing-star i fellesstuen og han har også deltatt på trommekurs. På trommekurset ble lagt opp til improvisasjon og deltakerne fikk spille trommesolo. På denne måten ble alle sett og hørt. Han får muligheten til å drive med musikk sammen med andre og i Helse- og omsorgstjenesteloven (2011) § 1-3 står det at en skal sikre at den enkelte skal få «mulighet (...) til å ha en aktiv og meningsfull tilværelse i felleskap med andre»

Musikk kan brukes på mange måter. En kan høre på musikk i hodetelefoner, på anlegg eller fremført. Fordelen med innspilt musikk er at det er lett tilgjengelig for tjenestemottaker. Musikk som blir fremført er mindre tilgjengelig. Alle kan synge, i varierende grad, men det er begrenset hvor mye tjenesteutøvere kan og orker å synge for noen. Å høre musikk fremført med instrumenter er enda mindre tilgjengelig, ettersom ikke alle tjenesteutøvere mestrer å spille et instrument. I tillegg må instrumentet en mestrer være tilgjengelig for at personen skal bli spilt for. Musikk kan høres på alene eller sammen med andre. En kan også kombinere det å høre på musikk med andre aktiviteter som for eksempel dans.

Musikk kan utøves i flere former. En kan f.eks. synge eller spille et instrument. En må ikke nødvendigvis kunne spille eller synge bra for å ha glede av å utøve musikk, og å spille på et instrument kan være noe så enkelt som å spille på en tromme. Ved å utøve musikk på en eller annen måte selv, gir muligheter for å bli sett og hørt og det er muligheter for å føle mestring. En kan synge eller spille kjente sanger. Sang kan være bra for vedlikehold eller trening av det verbale språk (Kvamme, 2006, s.158). Det finnes former for musikkterapi som baseres på improvisasjon. I Nordoff-Robbins sin metode, opprinnelig for barn med lærevansker, forsøker musikkterapeuten å improvisere musikk som speiler personens humør eller atferd og personen oppfordres til å samhandle med å improvisere på et musikkinstrument. Denne metoden er basert på tanken om at alle mennesker er medfødt musikalske evner og at musikk kan være et redskap for å hjelpe mennesker med å nå deres potensiale (Duerksen, 2014).

Musikk kan brukes på de overfor nevnte måtene og mange flere. Noen mennesker, som for eksempel døvblinde, kan like å føle på musikkens vibrasjoner. En kirke i Andebu har utformet et vibrasjonsgulv slik at døve og døvblinde skal kunne føle musikken på kroppen (NRK, 2012). En må være åpen og gjerne utforske hvilke måter en person kan like musikk på. Hvilke muligheter har personen til å oppleve og potensielt oppnå glede av musikk?

3) Hvilken type musikk liker personen?

Studenten utførte en kartlegging av musikkpreferansene til Mathias, hvor hun fikk vite av personale som kjente han godt hvilke sanger han responderte best på. Hans nedsatte verbale språkforståelse gjorde det vanskelig å kartlegge dette kun ved å spørre ham. Hun testet sangene ut i praksis hvor hun sang et utvalg av sanger sammen med ham. Da observerte hun reaksjonen hans ved å synge disse sammen med ham flere ganger på forskjellige tidspunkt. Hun registrerte og tolket kroppsspråk og ansiktsuttrykk før, under og etter sangstunden. På grunnlag av dette laget hun en sangperm med tilhørende cd som kunne brukes av personalet i samhandling med Mathias.

Dersom en ikke kan spørre personen dette spørsmålet direkte og en bestemmer seg for en utprøving av musikk, kan en gjerne høre med nærpå personer hvilken musikk de tror han eller hun liker. I tillegg kan en gjerne gjøre utprøvinger med annen musikk og andre sjangre som ikke blir nevnt. Kanskje det finnes musikk personen ikke har blitt presentert for som han eller hun liker? Kanskje har personen blitt undervurdert eller overvurdert i smak innen musikk?

Utprøvingen av musikk kan for eksempel skje ved at sanger synges, spilles av gjennom et anlegg, gjennom hodetelefoner eller fremført gjennom et instrument.

4) I hvilke situasjoner liker han eller hun denne musikken?

Mathias kan høre den samme musikken i flere situasjoner. Ruud skriver at musikk kan oppleves ulikt i forskjellige kontekster (Ruud, 2011, s.14). Han kan høre på den alene gjennom hodetelefonene for å slappe av, og han kan høre på den samme musikken når han er aktiv og synger med. Når han er i godt humør kan han gjerne ta seg en dans, og da kan musikken gjerne ha litt fart i seg. Gjerne swing-musikk.

Når en har undersøkt hvilken type musikk personen liker er det ikke dermed sagt at vedkommende liker musikken i alle sammenhenger og situasjoner. En bør derfor registrere situasjoner hvor personen ikke liker å høre på musikk han eller hun ellers liker. Reagerer vedkommende negativt på å høre musikken på sengen tidlig om morgenen? Reagerer personen negativt på å høre musikken på biltur? Personen kan være påvirket av en dårlig dag eller andre ting som gjør at han eller hun ikke liker musikken i den situasjonen den dagen, men dersom den negative reaksjonen gjentar seg flere ganger har en et grunnlag for å tro at personen ikke liker musikk i akkurat denne situasjonen. En bør også kartlegge rammene rundt situasjonen, dersom det er grunn til å tro at dette kan spille inn på musikkopplevelsen. Er det ok å høre på musikk sammen med mange andre, eller ser det ut til å være forstyrrende for personen? Er belysningen en faktor som kan påvirke personens musikkopplevelse?

5) Kan musikk virke beroligende på personen?

I bofelleskapet er det lagt til rette for at Mathias kan ta seg hvilepauser hvor han hører på musikk i hodetelefonene sine. Under disse musikkstundene har han et rolig kroppsspråk og han har et smilende og tilfreds ansiktsuttrykk. For mennesker med utviklingshemming er det flere stressmomenter i hverdagen. Det er mye som kan være vanskelig å forstå og forholde seg til (Nylander, 2012b, s.48). Musikken kan hjelpe med å motvirke stress og få pulsen og respirasjonsfrekvensen ned (Myskja, 2003, s.110-111). Dersom han har behov for å slappe av og en ikke vet hvilken musikk som virker avslappende på ham, kan en gjøre en utprøving av musikk. En kan starte med å prøve ut musikk som forskning beskriver har en beroligende

effekt på mennesker. Det vil si harmonisk musikk med ingredienser som rolig tempo, forutsigbar struktur og trinnvise melodilinjer (Ruud, 2011, s.13).

Vi kan f.eks. se på mennesker med autismspekterforstyrrelse som kan ha utfordrende atferd av ulike årsaker. En årsak til dette kan være overstimulering av sanseinntrykk (Mæhle, 2008, s.95). Det er viktig å sjekke årsaker til utfordrende atferd spesielt med hensyn til at det ofte er fokus på atferden og ikke årsaken til atferden (Lund og Ekeland, 2006, s.137). Utfordrende atferd kan forekomme fordi personen har problemer med å regulere emosjoner ved “at den kraften som aktiveres i nervesystemet, møter kognisjon og skaper forståelse og retning på atferd” (Saarni, Mumme og Campos, 1998, i Jacobsen og Gjertsen, 2010, s.24). Dersom sterk kroppslig uro inntreffer trenger personen en hjelper som ved sin nærhet, tilstedeværelse og forståelse hjelper til med å gi retning på reguleringen av kroppslige emosjoner (Jacobsen og Gjertsen, 2010, s.24). Vi tenker at dersom det er registrert at personen blir rolig i enkelte situasjoner av en bestemt type musikk kan denne musikken muligens utprøves i situasjoner hvor sterk kroppslig uro inntreffer. Utfordrende atferd kan føre til at en må ha vedtak om tvang for å motvirke vesentlig skade på denne personen eller personalet. Dersom en registrerer at musikk kan ha en beroligende effekt på en person med disse utfordringene, kan dette muligens brukes til forebygging eller forhindring av slike hendelser. I Helse- og omsorgstjenesteloven (2011) kapittel 9 om bruk av tvang og makt står det i § 9-4 at en skal tilrettelegge for minst mulig bruk av tvang og makt, noe en muligens kan oppnå med bruk av beroligende musikk i enkelte tilfeller.

6) Kan musikk virke aktiviserende på personen?

Mathias er ofte sliten og trøtt. Det er også naturlig da aldringsprosessen er 20 til 30 år tidligere hos mennesker med Down syndrom (Larsen, 2009, s.208). Det viser seg at musikken kan gjøre Mathias mer oppvirket og aktiv. En del ansatte i bofellesskapet har observert at Mathias spiser mer og bruker bestikket bedre når han hører på musikk under måltidet. Vi tenker at dette kan ha en sammenheng med at musikk har en egen evne til å fange oppmerksomhet og holde konsentrasjon over tid (Kvamme, 2006, s.157). Men det kan også være andre ting som spiller inn her. Som for eksempel at musikk ser ut til å være en trivselsfaktor i seg selv.

Et eksempel på mennesker som kan ha utfordringer med våkenhet er multifunksjonshemmede. En mulighet for å skape en mer stabil våkenhet er å henvende seg til følelseslivet deres gjennom opplevelser. Dette fordi de delene i hjernen som styrer emosjoner, retikulærsubstansen og det limbiske system, er mindre skadet enn korteks, som styrer kognitive prosesser (Grøttland, Jacobsen og Andreassen, 1998, s.5). Musikk er noe som kan fange oppmerksomhet og holde på den over tid. Det kreves ikke høyt kognitivt nivå for å kunne oppleve og prosessere musikk (Kvamme, 2006, s.157). For multifunksjonshemmede kan musikk være et redskap for øke våkenhet og gi opplevelser. Samtidig blir sannsynligheten for å lære og tilegne seg erfaringer større (Grøttland, Jacobsen og Andreassen, 1998, s.10).

Musikk kan bidra til å få hjerteslag og respirasjon til å øke (Myskja, 2003, s.110-111). Dans er en fysisk aktivitet som oftest skjer i kombinasjon med musikk. Kvamme (2006) skriver at rytmisk musikk kan inspirere til bevegelse og dans (s.155). For mennesker med demens kan en bruke "... klar og distinkt rytmisk musikk... for hjelp til igangsetting og opprettholdelse av bevegelse (Sacks og Tomaino, 1998, i Kvamme, 2006, s.155). Fysisk aktivitet er en viktig faktor for å motvirke sykdom og nedsatt fysisk og psykisk helse og som vernepleier skal vi etter Helse- og omsorgstjenesteloven (2011) § 1-1 punkt 1. skal vi "forebygge, behandle og tilrettelegge for mestring av sykdom, skade, lidelse og nedsatt funksjonsevne". Dersom musikk kan bidra til fysisk aktivitet som dans hos en tjenestemottaker, er dette noe som det bør tilrettelegge for i tjenestetilbudet. Fysisk aktivitet kan virke helsefremmende og det å være fysisk aktiv kan forebygge mot en rekke sykdommer. Det kan oppmuntres til aktivitet når målet er å lindre, rehabiliter og behandle (Waagø og Skaug, 2005, s.277).

7) Kan musikken være med på å skape forutsigbarhet i hverdagen til personen?

Personalet setter på musikk når Mathias skal vekkes om morgenen hver dag. Mennesker med utviklingshemming kan ha vanskeligheter med å forstå og forholde seg til hverdagen (Nylander, 2012b, s.48). Når Mathias hører musikken vet han kanskje at det er morgen og snart tid for morgenrutiner. Musikk kan bidra til å danne assosiasjonsmønstre når den spilles ofte i samme situasjoner (Ruud, 2011, s.14).

Alle mennesker har forskjellig grad av behov for struktur og forutsigbarhet i hverdagen. Noen mennesker trenger mer struktur og forutsigbarhet enn andre og for å skape mer forutsigbarhet rundt enkelte situasjoner kan musikk være et redskap. Da må den samme musikken spilles i

den samme situasjonen mange nok ganger til at personen danner et assosiasjonsmønster i forhold til musikken og situasjonen (Ruud, 2011, s.14). Mennesker med autismspekterforstyrrelser er et eksempel på mennesker som ofte har behov for mer forutsigbarhet og struktur enn andre. De fleste med denne diagnosen opplever omgivelsene som kaotiske og uoversiktlige. I Helse- og omsorgstjenesteloven (2011) §1-1 punkt 5 at en skal "...sikre at tilbudet er tilpasset den enkeltes behov". Her kan det i enkelte tilfeller være en fordel å legge til rette for rammestruktur, hvor en kan ha en visuell plan tilgjengelig som et hjelpemiddel til å besvare spørsmål som besvarer spørsmål om "hva som skal foregå og i hvilken rekkefølge dette skal skje, innen et angitt tidsrom" (Fjæran-Granum, 2008, s.25-30). Dersom en bruker en slik plan i en aktivitet som musikk kan det bidra til økt grad av selvstendighet da personen ikke er like avhengig av at andre forteller han eller hun hva som kommer til å skje.

8) Kan musikk bidra til forbedring av kommunikasjon?

Personalet erfarte at Mathias responderer bedre på kommunikasjon etter en musikkstund. Etter at musikk har blitt brukt mer aktivt i tjenestetilbudet hans har personalet observert at ordforrådet hans har økt og at han av og til former hele setninger. Sang har en effekt på hjernen som gjør at det er lettere å uttale ord (Borchgrevink, 2008, s.190-192). Sangtekster kan også påvirke språket og bidra til å bevare språkforståelsen (Kvamme, 2006, s.158). I tillegg er musikk en kommunikasjonsform i seg selv som gjør det mulig å formidle tanker og følelser på en måte det verbale språket ikke kan (Borchgrevink, 2008, s.189).

Dersom en person har nedsatt språkforståelse og språkformidling vil det være naturlig å benytte seg av redskaper som språktester i første omgang. Det vil være hensiktsmessig å kartlegge kommunikasjonskompetansen gjennom strukturert observasjon i en lengre tidsperiode, og gjerne bruke videokamera, og å prate med nærpersoner for å få nyttig informasjon. En kan på denne måten kunne få en forståelse av hvordan personen formidler seg og hvordan han eller hun forstår andres budskap (Fjæran-Granum, 2008, s.19). Dette er viktig for å kunne få innsikt i hva personen ønsker og ikke ønsker.

9) Er musikk en meningsfull aktivitet for personen?

Mathias synger med stor innlevelse. Fra sensitiv sang til oppstemt "hojing" hvor han avslutter med applaus. Personalet mener å se forandringer hos Mathias etter at musikk blir brukt mer aktivt i tjenestetilbudet hans. De har observert at han virker generelt mer våken og oppstemt. Kanskje kan vi sette dette i sammenheng med at personalet har økt fokus på det som interesserer ham. Gjennom sang blir han sett og hørt. Her får han muligheten til å kunne uttrykke seg. Dette kan bidra til å gi ham mening.

Myskja (2006) har utviklet en metode som kalles individualisert musikk hvor sykehjemsbeboere har fått kartlagt sin musikkpreferanse og det har blitt utført kvantitative velværemålinger. Han skriver blant annet at musikkpreferansekartlegging er et utgangspunkt for musikkterapeutiske tiltak og miljø- og livskvalitetsfremmende tiltak (s.186). Resultater fra evaluering av velværemålinger, kartleggingen med kartleggingsverktøyet Dementia Care Mapping, fra semistrukturerte intervjuer om musikk og andre miljøtiltak viser at dersom musikk blir utført under miljøterapeutiske rammer og blir gjennomført etter spesifikk metode kommer det frem at musikk gir en betydelig økning av velvære (ibid, s.193). Følelser av velvære kan gi oss en følelse av mening. Alle mennesker har et behov for å føle mening og sammenheng i livet sitt. Musikk kan være med på å skape dette på flere måter. Ved å utøve musikk, som å synge, kan noen føle at de er med på å påvirke og styre noe som igjen kan gi følelse av mening og sammenheng. En kan også føle mestring ved at man får til noe og blir sett og hørt. Det er et gjensidig samspill mellom mening, mestring og valg (Johansen, 2005, s.94). Hvilke aktiviteter som gir oss mening er forskjellig fra person til person og musikk vil ikke være en meningsfull aktivitet for alle.

5.2 Målvalg

Etter at studenten var ferdig i praksis med Mathias ble det formulert ulike mål som alle skal bidra til god livskvalitet i forhold til bruk av musikk i miljøarbeid med Mathias. De målene som er formulert er trivselsmål og mål om å vedlikeholde en funksjon eller en ferdighet han allerede har. De har flere hovedmål og delmål.

<i>Mål for helse og grunnleggende behov</i>	<i>Hovedmål; å dekke/tilfredstille beboerens behov for fysisk aktivitet. Delmål; tilbud om aktivitet daglig, som dans og sangstund.</i>
<i>Mål om selvstendighet</i>	<i>Hovedmål; å opprettholde språk og verbalt språk</i>
<i>Mål for trivsel</i>	<i>Hovedmål; opprettholde eller forbedre fysisk og psykisk form. Delmål; snakke og synge sammen med beboeren slik at han blir oppmuntret til å bruke språket sitt.</i>

Når personens forhold til musikk er kartlagt kan en gå videre og se på muligheter for å fremme bestemte effekter fra musikk mer systematisk i personens hverdag. FO (2008, s.18) nevner tre typer mål; trivselsmål, læringsmål eller mål om vedlikeholdelse av funksjon eller ferdighet. Owren og Linde (2011) deler mål inn i tre strukturnivåer; overordnet mål, hovedmål og delmål, og skriver at en må definere mål som har strukturen som situasjonen krever (s.71-81). Målvalg i metodisk, praktisk musikkbruk kan f.eks. defineres slik:

Trivselsmål	Overordnet mål	Hovedmål	Delmål
Det fremkommer at personen synes musikkaktiviteten er meningsfull	Kan formes med utgangspunkt i Helse- og omsorgstjenesteloven (2011) § 1-1. En skal "sikre at den enkelte får mulighet... til å ha en aktiv og meningsfylt tilværelse i felleskap med andre"	Personen skal få mulighet til å synge sammen med andre	Å følge personen til sangstund to ganger i uken

Læringsmål	Overordnet mål	Hovedmål	Delmål
Musikk har positiv innvirkning på det verbale språket til en person	Kan formes etter Helse- og omsorgstjenestelovens (2011) §1-1 punkt 1. hvor det blant annet står at lovens formål er å "...tilrettelegge for mestring av...nedsatt funksjonsevne"	Personalet skal forstå personen bedre	Personalet skal synge enkle sanger med ord og setninger som personen har forutsetninger for å lære å forstå og uttale

Vedlikeholdelse av funksjon eller ferdighet	Overordnet mål	Hovedmål	Delmål
Musikk kan bidra til fysisk aktivitet i form av dans	Kan formes etter Helse- og omsorgstjenestelovens (2011) §1-1 punkt 1. hvor det blant annet står at formålet med loven er å "forebygge ... sykdom, skade, lidelse og nedsatt funksjonsevne"	Personen skal kunne være selvstendig i størst mulig grad og ha muligheten til å kunne være fysisk aktiv så lenge som mulig	Når personen ønsker å danse skal personalet sette på musikk personen liker å danse til

Vi må også gjøre tjenestemottakeren så delaktig som mulig i målvalg og undersøke om målet er noe han eller hun ønsker.

5.3 Tiltak

Valg av metode

Personalet har utformet mål om at Mathias skal kunne drive med fysisk aktivitet og for å nå dette blir han tilbudt aktiviteter som sang og dans. Dette kan bidra til økt livskvalitet i form av bedre fysisk og psykisk helse. For å opprettholde språkforståelse og verbalt språk blir Mathias tilbudt sangstunder. Ved at språket hans blir bedre blir det også enklere for han å uttrykke egne valg og ønsker. Personalet tilbyr Mathias å høre på musikk og synge alene og sammen med andre. Dermed har han muligheten til å være med å gjøre noe han synes er meningsfylt sammen med andre.

Valg av metode bestemmes ut fra hva som er mest hensiktsmessig i forhold til hvilke mål som er valgt. En må gå tilbake til kartleggingen og se nærmere på hvilke måter personen liker musikk og velge det som passer i forhold til mål. Er målet å øke den fysiske aktiviteten og en ser at personen liker å lytte til musikk i forbindelse med dans, kan metoden være å lytte til musikk og danse. En må gå tilbake i kartleggingen og finne hvilken musikk han eller hun liker å danse til og i hvilke situasjoner.

Trenger tiltaket lite eller mye struktur? Er det viktig at alle tjenestutøvere utfører tiltaket likt? Vi tenker at målvalget kan spille inn på hvilket strukturnivå tiltaket skal være på. Et læringsmål vil sannsynligvis kreve mer struktur enn et trivselsmål. Et trivselsmål som går ut på at en person skal kunne synge og danse sammen med andre, krever ikke nødvendigvis at de samme sangene spilles, og at en danser på samme måte hver gang. Et læringsmål som går ut på å lære mer verbalt språk, krever at tjenestemottaker får mulighet til å lære bestemte ord eller setninger over tid, og dermed mer struktur og lik handlemåte hos de ansatte.

En må også finne ut om metoden kan medføre tvang. Det kan for eksempel skje ved at en tjenestemottaker må være med på sangstund selv om han eller hun ikke ønsker dette. Selv om hensikten kan være god, at personen skal få være med i en meningsfull aktivitet sammen med andre, så må man likevel finne ut om dette er noe tjenestemottakeren ønsker å være med på og er positivt for han eller hun. I slike og lignende situasjoner bør en på forhånd beskrive hvordan og når en skal avbryte tiltaket (Løkke og Salthe, 2012, s.28).

Planlegging

Mathias har cd-spiller og hodetelefoner selv og bofelleskapet har spillet «sing-star» felles for alle beboere. Personalet er med og synger for og sammen med ham. Informasjonen om hvordan musikken brukes i tjenestetilbudet hans blir overført muntlig av personalet og ved å observere hvordan annet personale arbeider.

I planleggingen av et tiltak som innebærer bruk av musikk må en ta stilling til om det er ressurser nok i personalet til å kunne gjennomføre tiltaket. Er det bare en i personalgruppen som spiller gitar er det ikke lurt å lage et tiltak som går ut på å vekke en person med levende gitarspill, da denne ansatte ikke jobber hver morgen. Det å sette på sanger på cd-spiller er noe alle kan få til og et tiltak basert på dette er lett å få gjennomført. Et tiltak som baserer seg på at personalet synger til eller sammen med en tjenestemottaker kan også la seg gjennomføre, men noen kan nok vegre seg for dette. Da kan det være lurt å motivere personalet til å bruke den stemmen de har.

En kan ha behov for hjelpemidler i gjennomføringen av tiltaket. Personen trenger kanskje en tromme eller et instrument? Dersom personen ikke har økonomi til å skaffe dette selv finnes det legater man kan søke på for å få dekket dette. En bør også tenke på om det er noen fysiske eller materielle betingelser en må tenke på. Er for eksempel rommet stort nok og tilpasset dansing?

En bør tenke over om tiltaket er sosialt akseptert. Dersom sangstemmen til personen tiltrekker seg uønsket oppmerksomhet må en vurdere om en skal skjerme personen for dette dersom en tror at personen kan oppleve det som ubehagelig. En må også tenke over om tiltaket kan være til sjenanse for naboer.

Dersom det er viktig at tiltaket gjøres likt av alle tjenesteutøvere bør gjennomføringen av tiltaket skriftliggjøres. En må tilpasse strukturen i gjennomføringen etter hva situasjonen krever (Owren og Linde, 2011, s.68). Dersom tiltaket ikke skriftliggjøres er det en fare for at kunnskap om utbytte av musikk ikke kommer frem til alle og en går glipp av muligheter (Løkke og Salthe, 2012, s.28). En annen fare er at musikken blir brukt på feil måte.

Skriftliggjøring av tiltaket er en måte å lære opp personalet hvordan tiltaket skal utføres, en annen er at personalet observerer hvordan tiltaket utføres. Etter hvert kan også personalet som er i opplæring bli observert under tiltaket og få tilbakemelding etterpå.

5.4 Evaluering

I bofelleskapet tas musikkbruken hos Mathias opp på personal- og fagmøter. Her har de vurdert det som at bruk av musikk i arbeid med Mathias er positivt. På grunnlag av de ulike positive effektene som er observert ønsker de å fortsette med dette. De vil også føre det videre ved at de har observert at han spiser bedre dersom han hører på musikk. De ønsker derfor å kartlegge dette systematisk over tid for å undersøke om det har en effekt på matlysten eller bruken av bestikket under måltidene.

Når en gjennomfører tiltaket skal en ha en kontinuerlig oppfølging hvor en ser om musikken har den ønskede effekten. Man må gjøre en vurdering på om det skal gjøres endringer på type musikk, måten den blir brukt på eller situasjon musikken blir spilt i. Hvis den ikke har den ønskede effekten må en vurdere om en skal avslutte tiltaket og helst skal en på forhånd avtalt en klar regel på når tiltaket skal avsluttes. En skal hele tiden vurdere om personens selvbestemmelse og integritet blir ivaretatt ved utførelse av tiltaket (Løkke og Salthe, 2012, s.25). Har personen mulighet til å takke nei til å være med på sangstund en dag han eller hun ikke har lyst å være med på dette?

Før tiltaket blir gjennomført skal en vite hvordan en skal gjøre en evaluering. En bør også tenke over hvor ofte en skal evaluere. Har en gjort registreringer av tiltaket underveis vil en ha et godt grunnlag for å diskutere hvilken effekt det har. En bør også ha gjort registreringer om personen er mer eller mindre fornøyd etter tiltaket, og om andre parter er mer eller mindre fornøyd etter tiltaket.

I en evaluering kan en bestemme seg for å endre eller avslutte tiltaket dersom en ser at tiltaket ikke har ønsket effekt. En kan også tenke på å endre tiltaket, for å være i forkant for en situasjon der tjenestemottakeren går lei tiltaket. En kan gjøre nye kartlegginger med ny musikk dersom personen har hørt denne samme musikken en stund. En kan også forsøke å

bruke musikk på flere måter og i flere situasjoner dersom det er grunn til å tro at personen kan ha et utbytte av dette.

5.5 Etske vurderinger

En dag på slutten av praksisperioden fikk studenten erfare at Mathias hadde et metningspunkt i forhold til aktiviteten. De hørte på musikk og sang til han ble sliten. Det er selvsagt begrenset hvor mye en har lyst å holde på med en aktivitet og være sosial gjennom en dag. Balanse mellom hvile og aktivitet er like viktig som det å være i aktivitet. Dersom en ikke tar hensyn til dette krever det mer energi enn det gir og man blir sliten.

En fare med musikk som arbeidsmetode er at mange ser på dette som positivt og ufarlig, og det kan være vanskelig å oppdage etiske problemer ved bruk av musikk. Dersom musikk blir tredd ned over hodet på brukere så kan det resultere i tap av energi eller gå utover integriteten eller selvfølelsen deres (Kvamme, 2006, s.157). Det er viktig å ha fokus på hvile fra musikk. Alle har et metningspunkt og dersom en trår over grensen kan det føre til ubehag og i noen tilfeller aggresjon. I noen tilfeller ved bruk av musikk som arbeidsmetode må en spørre seg om tiltaket er til for tjenestemottaker eller for personalet. Blir det slik at en setter på musikk for personen slik at personalet kan gjøre andre ting er det noe som er galt med tiltaket.

Vi har også stilt oss spørsmålet om det i det hele tatt er riktig å bruke musikk som praktisk, metodisk arbeidsmetode? Jacobsen og Gjertesen (2010) sier at «Livskvalitet måles gjerne i hvilken grad av påvirkning et menneske har på eget liv» (s.12-15). Dersom en gjensidig påvirker hverandre og styres av relasjonen og ikke styres av en metode eller en plan vil sannsynligheten for å kunne ivareta individet på en god måte øke. De trekker også frem betydningen av å være bevisst på at alt tjenesteutøveren gjør i forhold til tjenestemottakeren får øyeblikkelig konsekvenser og konsekvenser på lang sikt (ibid, s.12-15).

«Musikk må ikke tenkes innenfor en reduksjonistisk og mekanistisk filosofi, hvor eksperter bestemmer hvilken musikk og på hvilken måte folk skal «overrisles» med musikk. Dette er en «paternalistisk» praksis hvor individet blir en mottager og ikke en deltager. Når individet tar makten over sin egen situasjon og livssituasjon, kan helsen, betraktes som en ressurs, økes» (Ruud, 2006, s.28).

Vi tenker at en må være oppmerksom på at tiltaksarbeidet ikke går utover en persons gode forhold til musikk. Eksempelvis ved bruk av musikk i et læringsmål hvor målet er å bedre det verbale språket hos personen. Personen er i utgangspunktet glad i musikk, men liker ikke å jobbe med det verbale språket. Etter en stund forbinder personen musikk med å jobbe med det verbale språket. Altså, gleden med musikk står i fare for å forsvinne.

6.0 Avslutning

Vi har tatt inspirasjon fra Salthe og Løkkes sjekklister for målrettet tiltaksarbeid (2012) og laget vår egen sjekklister for bruk av musikk som arbeidsmetode i målrettet tiltaksarbeid. Her presenteres et sammendrag av punkter og spørsmål fra analysen i kapittel 6, fra alle faser i tiltaksarbeidet. Dette kan fungere som en idebank for andre tjenesteytere som vil bruke musikk i tjenestetilbudet til personer. En må samtidig stille seg etiske spørsmål i bruken av musikk. Vi tror at musikkaktiviteter ofte blir sett på som ufarlige og det er derfor en fare for at bruken av musikk blir brukt ukritisk og lite gjennomtenkt. Vi synes det er spesielt viktig med kritiske vurderinger dersom tjenestemottaker har kommunikative utfordringer og har vanskelig for å uttrykke egne ønsker og grenser. Vi tenker også det er viktig å få frem mulighetene som finnes i musikk. Det finnes sikkert mange flere muligheter enn det som vi har klart å komme frem til her, men vi håper at dette i det minste kan vekke nysgjerrighet og et ønske om å utforske musikkens muligheter.

7.1 Sjekkliste for musikk i praktisk, metodisk miljøarbeid

A) Kartlegging

Her skal vi undersøke personens forhold til musikk og muligheter for bruk og påvirkning av musikk. Dette kan gjøres ved intervju og observasjon som gir grunnlag for tolkning. Personer som er involvert i kartleggingen er personen som kartlegges, nærpå personer som pårørende og personal som kjenner personen godt.

Felles fremgangsmåte for spørsmål 1-9

- A) Intervjue personen selv
- B) Intervjue nærpå personer som personal og pårørende.
- C) Observere personen når han eller hun hører på musikk, og tolke reaksjonen.
- D) Registrere stemningsleiet og/eller aktivitetsnivået, før, under og etter musikkaktiviteten.

1) Liker personen musikk?

- Se felles fremgangsmåte

2) På hvilke måter liker personen musikk?

- Se felles fremgangsmåte
- Hvilke muligheter har personen til å oppleve og potensielt få glede av musikk?

A) Liker han eller hun å lytte til musikk?

- Alene, med hodetelefoner eller fra et anlegg?
- Sammen med andre?
- I kombinasjon med dans?
- Levende eller innspilt musikk?

B) Liker personen å utøve musikk?

- Alene eller sammen med andre?
- Synge eller spille instrument?
- Improvisere eller synge/spille kjente sanger?

C) Liker personen musikk på flere av disse måtene, og kanskje andre måter en de som er på listen?

3) Hvilken type musikk liker personen?

- Se felles fremgangsmåte
- Utprøving av sanger som nærpåsoner tror personen liker
- Utprøving av andre sanger - ikke under- eller overvurder musikksmak

4) I hvilke situasjoner liker han eller hun denne musikken?

- Se felles fremgangsmåte
- Er det noen situasjoner personen ikke liker å høre på musikken han eller hun vanligvis liker, gjentatte ganger?
- Påvirker rammene rundt personen, musikkopplevelsen hans eller hennes?

5) Virker musikken beroligende på personen?

- Se felles fremgangsmåte
- Synker aktivitetsnivået under og/eller etter musikkutprøvingen?

6) Virker musikken aktiverende på personen?

- Se felles fremgangsmåte
- Øker aktivitetsnivået under og/eller etter musikkutprøvingen?

7) Kan musikken være med på å skape forutsigbarhet i hverdagen til personen?

- Se felles fremgangsmåte
- Spill samme musikk i samme situasjon over tid – virker personen mer tilfreds med situasjonen enn før?
- Mer ro i situasjoner som tidligere var urolige?

8) Kan musikken bidra til en forbedring av kommunikasjonen?

- Se felles fremgangsmåte
- Former personen mer ord og setninger, under og/eller etter musikkutprøving, enn hva han eller hun gjorde før musikkutprøvingen?
- Musikk kan fremme nonverbal kommunikasjon

9) Er musikk en meningsfull aktivitet for personen?

- Se felles fremgangsmåte
- Kan blant annet skape fellesskapsfølelse og mestringsfølelse

B) Målvalg

Hvilke muligheter ser vi ut fra kartlegging og analyse?

- A) Det kan formes trivselsmål, læringsmål eller mål om vedlikeholdelse av funksjon eller ferdighet
- B) Mål kan være et overordnet mål, hovedmål eller delmål
- C) Kan mål knyttes til f.eks formålsparagrafen i Helse og omsorgstjenesteloven
- D) Har tjenestemottaker en mening om målvalget?

C) Tiltak

Hvordan skal tiltaket gjennomføres?

- A) Hvilken måte å bruke musikk på er mest hensiktsmessig i forhold til målvalget?
- B) Krever tiltaket musikalske ressurser av personalet?
- C) Krever personen at musikkaktiviteten skjer på så lik måte som mulig, eller er det rom for å gjøre det på forskjellige måter?
- D) Krever målvalget at musikkaktiviteten skjer på så lik måte som mulig, eller er det rom for å gjøre det på forskjellige måter?
- E) Krever tiltaket hjelpemidler som cd-spiller eller instrument?
- F) Er rommet egnet til bruk i forhold til musikkaktiviteten?
- G) Kan stemmebruk eller bevegelser hos personen i musikkaktiviteten skape uønsket oppmerksomhet, som en vil skjerme personen fra?
- H) Har personen mulighet til å slippe å delta på musikkaktiviteten dersom hun eller han ikke ønsker?
- I) Hvor ofte og på hvilken måte skal tiltaket evalueres?

D) Evaluering

Hvilken effekt har tiltaket?

- A) Har musikken den ønskede effekten på personen?
- B) Er personen mer eller mindre fornøyd etter tiltaket?
- C) Er andre parter mer eller mindre fornøyd etter tiltaket?
- D) Skal en fortsette med musikk i tjenestetilbudet, eller skal det endres eller avsluttes?
- E) Er det fare for at personen går lei av musikken? Skal det eventuelt utprøves ny musikk?
- F) Er det andre måter personen kan ha utbytte av musikk?

E) Etiske vurderinger

Musikk kan misbrukes, som andre arbeidsmetoder

- A) Har personen mulighet til å motsette seg musikkaktiviteten?
- B) Er musikkaktiviteten for tjenestemottaker eller personalet?
- C) Får personen nok hvile fra musikken?
- D) Er det en fare for at personens glede med musikk kan forsvinne med gjennomføring av tiltaket?

7.0 Litteraturliste

Balsnes, H. A. (2010) *En kartlegging av eksisterende forskning om sangens effekter*.

Publikasjon 3. Norsk visearkiv Oslo 2010.

Borchgrevink, H. (2008) Nevrobiologisk grunnlag for musikkterapi. I: Trondalen, G. red.

Ruud, E. *Perspektiver på musikk og helse – 30 år med norsk musikkterapi*. Oslo, Norges musikkhøgskole og forfatterne, s. 189-202.

Bjørndal, C. R. P. (2011) *Det vurderende øye*. 2.utgave. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag AS.

Dalland, O. (2007) *Metode og oppgaveskriving for studenter*. 4. utgave 2007, 5 opplag 2011.

Gyldendal Norsk Forlag AS.

Duerksen, G.L (31. januar 2014) Music therapy. *The Grove Dictionary of American Music*

[Internett],2. Tilgjengelig fra:

<https://itportalen.hib.no/subscriber/article/grove/music/,DanaInfo=www.oxfordmusiconline.com+A2257019?q=duerksen&search=quick&pos=2&_start=1#firsthit> [Lest 20.mai 2014].

Fellesorganisasjonen (19. november 2008) *Om vernepleieryrket* [Internett], FO. Tilgjengelig fra:

<https://www.fo.no/getfile.php/01%20Om%20FO/Hefter%20og%20publikasjoner/_Om%20vernepleieryrket__A5.pdf> [Lest 17 april 2014].

Fellesorganisasjonen (01. november 2010) *Yrkesetisk grunnlagsdokument for*

barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsarbeidere [Internett], FO.

Tilgjengelig fra:

<https://www.fo.no/getfile.php/01%20Om%20FO/Hefter%20og%20publikasjoner/Yrkesetisk_2011_lav%281%29.pdf> [Lest 06.mai 2014].

Fennefoss, A. T. Jansen, K. E. (2004) *Praksisfortellinger – på vei til innsikt og forståelse*.

Bergen, Fagbokforlaget.

Fjæran-Granum, T. (2008) *Ideboka: Hvordan forholde seg til barn og unge med*

autismespekterforstyrrelser? Om vansker og tiltak. Oslo, Forlaget Spiss.

- Grøttland, H. Jacobsen, K. Andreassen, L. (1998) Årsaker til redusert visuell interesse. Våkenhetsproblemer hos multifunksjonshemmede. *Spesialpedagogikk nr 1/98*.
- Helse- og omsorgstjenesteloven (2011) Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m. m av 24.juni 2011 nr. 30. Tilgjengelig fra: <<http://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30>> [Lest 30.april 2014].
- Hummelvoll, J.K. Andvig, E. Lyberg, A. red. (2010) *Etiske utfordringer i praksisnær forskning*. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Jacobsen, K. Gjertsen, H. B. (2010) *Forståelse i miljøterapi*. Oslo. Gyldendal forlag AS.
- Johansen, K. J. (2005) Tjenesteyting i velferdsstaten – Omsorg, interaksjon og meningsdannelse. I: Selboe, A. Bollingmo, L. Ellingsen, K. E. red. *Selvbestemmelse for tjenestenytere*. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag AS, s.71-99.
- Kvamme, T. S. (2006) Musikk i arbeid med eldre. I: Aasgard, T. red. *Musikk og helse*. Oslo, J.W. Cappelens Forlag as, s. 153-168.
- Larsen, F. K. (2009) Aldring hos personer med Downs syndrom. I: Larsen, F. K. Wigaard, E. *Utviklingshemning og aldring*. Tønsberg, Forlaget aldring og helse, s. 207-223.
- Linde, S. Nordlund, I. (2003) *Innføring i profesjonelt miljøarbeid*. Oslo. Universitetsforlaget.
- Lund, M.S. Ekeland, J. (2006) Vernepleierens helse- og pleiefaglige kompetanse. I Horndalen B & Rynning Torp T (red.) *Vernepleier – utdanning og yrke i et faglig og etisk perspektiv*. Kjeller, Høgskolen i Akerhus.
- Løkke, J.A. & Salthe, G. (2012) Sjekkliste for målrettet tiltaksarbeid: fra normative og deskriptive premisser til tiltak og evaluering. *Norsk tidsskrift for atferdsanalyse* [Internett],1. Tilgjengelig fra: <file:///C:/Users/asus/Downloads/NTA_2012_1_Lokke_Sjekkliste%20(1).pdf> [Lest 12.mai 2014].
- Musikk (2014) *Store norske leksikon* [Internett], Tilgjengelig fra: <<http://snl.no/musikk>> [Lest 22.april 2014].
- Myskja, A. (2003) *Den musiske medisin – lyd og musikk som terapi*. 2.utgave. Oslo, J.W. Cappelens Forlag AS.

Myskja, A. (2008) *På vei mot en integrert medisin*. Bergen, Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.

Mæhle, I. (2008) Somatisk differensialdiagnostikk ved utredning av atferdsvansker og mulige psykiatriske symptomer. I Eknes, J. Bakken, T.L. Løkke J.A. Mæhle, I. (red.) *Utredning og diagnostisering; utviklingshemning, psykiske lidelser og atferdsvansker*. Oslo, Universitetsforlaget.

NRK (10. desember 2012) *Verdens første sansekirke* [Internett], NRK. Tilgjengelig fra: <<http://www.nrk.no/vestfold/verdens-forste-sansekirke-1.10460390>> [Lest 19.mai 2014].

Nylander, L. (2012b) Klinisk skjønn for behov for behandling. I Bakken TL & Olsen ME (2012) *Psykisk lidelse hos voksne personer med utviklingshemning. Forståelse og behandling*. Oslo, Universitetsforlaget.

Owren, T. & Linde, S. red. (2011) *Vernepleiefaglig teori og praksis*. Oslo, Universitetsforlaget.

Pasient- og brukerrettighetsloven (1999) Lov om pasient- og brukerrettigheter av 2.juli 2011 nr. 63. Tilgjengelig fra: <<http://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30>> [Lest 30.april 2014].

Rienecker, L. Jørgensen, P.S. (2013) *Den gode oppgaven*. 2. utgave. Bergen, Fagbokforlaget.

Ruud, E. (2011) Musikk, identitet og helse – hva er sammenhengen? Stensæth, K. & Bonde L. O. red. *Musikk, helse, identitet*. Oslo, Norges musikkhøgskole og forfatterne, s. 13-24.

Ruud, E. (2008) Et humanistisk perspektiv på norsk musikkterapi. I: Trondalen, G. red. Ruud, E. *Perspektiver på musikk og helse – 30 år med norsk musikkterapi*. Oslo, Norges musikkhøgskole og forfatterne, s. 5-28.

Ruud, E. (2006) Musikk gir helse. I: Aasgard, T. red. *Musikk og helse*. Oslo, J.W. Cappelens Forlag as, s. 17-29.

Stiftelsen SOR (2014) *Miljøbehandling VS Miljøarbeid* [Internett], Stiftelsen SOR. Tilgjengelig fra: <<http://helsekompetanse.no/psykiske-lidelser/17955>> [Lest 28 april 2014].

Trondalen, G. (2008) Musikkterapi – et relasjonelt perspektiv. I: Trondalen, G. red. Ruud, E. *Perspektiver på musikk og helse – 30 år med norsk musikkterapi*. Oslo, Norges musikkhøgskole og forfatterne, s. 29-48.

Tuntland, H. (2011) *En innføring i ADL*. 2.utgave. Kristiansand, Høyskoleforlaget.

Utdannings- og forskningsdepartementet (01. desember 2005) Rammeplan for vernepleierutdanning [Internett], Utdannings- og forskningsdepartementet. Tilgjengelig fra: <http://www.regjeringen.no/upload/kilde/kd/pla/2006/0002/ddd/pdfv/269377-rammeplan_for_vernepleierutdanning_05.pdf> [Lest 12.mai 2014].

Waagø, K. Skaug, E. A. (2005) Aktivitet. I: Kristoffersen, N. J. Nortvedt, F. Skaug, E. A. *Grunnleggende sykepleie – bind 2*. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag AS, s. 274-301.