



# **Musik som metod i det socialpedagogiska arbetet med barn i kris**

- En idébok

Martina Meller

Paulina Vihavainen

Examensarbete  
Det sociala området  
2014

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Det sociala området
Identifikationsnummer:	14122 & 14261
Författare:	Martina Meller och Paulina Vihavainen
Arbetets namn:	Musik som metod i det socialpedagogiska arbetet med barn i kris En idébok
Handledare (Arcada):	Ellinor Silius- Ahonen
Uppdragsgivare:	Mottagningsfamiljer och mottagningshem, krisarbete
<p>Sammandrag:</p> <p>I det socialpedagogiska arbetet med barn är det viktigt att kunna använda kreativa metoder. Genom olika metoder kan barnet lättare uttrycka sina känslor och tankar även i svåra livssituationer. Syftet med detta arbete är att utreda hur musik kan användas som metod i arbete med barn och att sammanställa en produkt för professionella med konkreta idéer på musik som arbetssätt. Med detta examensarbete samt idébok önskar vi kunna inspirera och uppmuntra andra professionella i arbete med barn att använda musik som en metod. Frågeställningarna i det här examensarbetet är: Hur kan man använda musik i det socialpedagogiska arbetet med barn som befinner sig i kris? Vilken betydelse kan musiken ha för barn i kris? Den teoretiska referensramen för examensarbetet består av socialpedagogik, krispedagogik samt musik som metod. Dessutom beskrivs praktiska metoder inom musik samt socialpedagogiska handlingskompetenserna som fungerar som underlag för produkten. Metoden för detta examensarbete är produktutveckling där slutprodukten är en idébok. Resultatet för detta arbete är vår idébok.</p>	
Nyckelord:	Socialpedagogik, krispedagogik, musik som metod, barn
Sidantal:	44
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Social Services
Identification number:	14122 & 14261
Author:	Martina Meller ja Paulina Vihavainen
Title:	Music as a method in the social pedagogy work with children in crisis A handbook
Supervisor (Arcada):	Ellinor Silius- Ahonen
Commissioned by:	Emergency services, short- term foster care
Abstract:	
<p>In the social pedagogy work with children, it is important to use creative methods. Through various methods, the child can more easily express their feelings and thoughts, even in difficult life situations. The aim of this study is to investigate how music can be used as a method and make a product for professionals with concrete ideas of how you can work with music. With this thesis, and our handbook with ideas we want to inspire and encourage other professionals working with children to use music as a method. The research questions in this thesis are: How can professionals use music in the social pedagogy work with children in crisis? What impact can music have on children in crisis? The theoretical framework of this thesis consists of social pedagogy, crisis pedagogy, music as a method and furthermore how music can be used in practical situations in work with children. The foundation for our handbook is the handling competences of social pedagogy. The method of choice in this thesis is product development. The outcome is a handbook with our own ideas which is also the result of this study. The content of the product is based on the theoretical framework.</p>	
Keywords:	Social pedagogy, crises pedagogy, music as a method, children
Number of pages:	44
Language:	Swedish
Date of acceptance:	

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Sosiaaliala
Tunnistenumero:	14122 & 14261
Tekijä:	Martina Meller ja Paulina Vihavainen
Työn nimi:	Musiikki menetelmänä sosiaalipedagogisessa työssä kriisissä oleville lapsille Käsikirja
Työn ohjaaja (Arcada):	Ellinor Silius- Ahonen
Toimeksiantaja:	Lasten kriisityö ja vastaanotto
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Sosiaalipedagogisessa lasten kasvatustyössä on tärkeää käyttää luovia menetelmiä. Erilaisilla menetelmillä, lapsi voi helpommin ilmaista tunteitaan ja ajatuksiaan, myös vaikeissa elämäntilanteissa. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tutkia miten musiikkia voi käyttää menetelmänä sekä valmistaa tuote, käsikirja, joka sisältää konkreettisia ideoita. Tällä opinnäytetyöllä ja käsikirjalla haluamme innostaa ja kannustaa muita lasten parissa työskenteleviä ammattilaisia käyttämään musiikkia menetelmänä. Tutkimuskysymykset tässä tutkielmassa ovat: Miten musiikkia voi käyttää menetelmänä lasten kanssa jotka ovat kriisissä? Millainen merkitys musiikilla voi olla lapsiin jotka ovat olleet kriisitilanteessa? Opinnäytteemme teorettinen viitekehys koostuu sosiaalipedagogiikasta, kriisipedagogiikasta, musiikista menetelmänä sekä miten musiikkia voi käyttää käytännön tilanteissa. Sosiaalipedagogisen ammatillisuuden kompetenssimalli toimii käsikirjan alustana. Valitsemamme menetelmä on toiminnallinen opinnäytetyö. Tutkielman tulos on tuote, käsikirja.</p>	
Avainsanat:	Sosiaalipedagogiikka, kriisipedagogiikka, musiikki menetelmänä, lapset
Sivumäärä:	44
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	

# INNEHÅLL

<b>Figurer .....</b>	<b>6</b>
<b>INLEDNING .....</b>	<b>7</b>
<b>1.1 Syfte, frågeställningar och avgränsning .....</b>	<b>7</b>
<b>1.2 Samarbetspartner och arbetslivsrelevans .....</b>	<b>8</b>
<b>2 Tidigare forskning .....</b>	<b>9</b>
<b>3 Teoretisk referensram .....</b>	<b>12</b>
<b>3.1 Socialpedagogik .....</b>	<b>12</b>
<i>Den produktiva kompetensen .....</i>	<i>13</i>
<i>Den expressiva kompetensen .....</i>	<i>13</i>
<i>Den kommunikativa kompetensen .....</i>	<i>14</i>
<i>Den analytiska/syntetiska kompetensen .....</i>	<i>14</i>
<i>Femte kompetensen .....</i>	<i>15</i>
<b>3.2 Kris .....</b>	<b>17</b>
<i>Krisförloppet .....</i>	<i>18</i>
<i>Vad är krispedagogik? .....</i>	<i>19</i>
<i>Krispedagogisk modell .....</i>	<i>20</i>
<i>Kris- och socialpedagogiska metoder .....</i>	<i>21</i>
<i>Bearbetning av kris och trauma .....</i>	<i>21</i>
<b>3.3 Musik som metod i det socialpedagogiska arbetet .....</b>	<b>22</b>
<i>Allmänt om musik och improvisation .....</i>	<i>22</i>
<i>Musikens terapeutiska effekter .....</i>	<i>23</i>
<i>Fysiologiska reaktioner .....</i>	<i>25</i>
<b>3.4 Kreativa metoder .....</b>	<b>25</b>
<i>Improvisation .....</i>	<i>26</i>
<i>Kommunikativ och kreativ metod .....</i>	<i>26</i>
<i>Fri improvisation .....</i>	<i>26</i>
<i>Analytisk metod .....</i>	<i>27</i>
<i>Paraverbal (nonverbal) metod .....</i>	<i>27</i>
<i>Piano eller Keyboard .....</i>	<i>27</i>
<i>Inspelning och sång .....</i>	<i>28</i>
<i>Lyssna på musik .....</i>	<i>28</i>
<i>Låtskrivande .....</i>	<i>29</i>
<i>Musikresor .....</i>	<i>29</i>
<b>4 Metod .....</b>	<b>29</b>

4.1	Processbeskrivning .....	33
4.2	Arbetsfördelning.....	33
4.3	Etiska aspekter .....	34
4.4	Layout av idéboken .....	35
5	Presentation av idébok och analys .....	36
6	Diskussion och förslag på vidare forskning.....	38
	Källor .....	40
	Bilaga.....	44

## Figurer

Figur 1.	En visualisering av Madsens handlingskompetenser.....	16
Figur 2.	Produktutveckling .....	32
Figur3.	En visualisering av analysen för vårt examensarbete.....	37

## **INLEDNING**

Musik har uppkommit och använts långt före tideräkningens början och den ansågs ha en magisk effekt. I många kulturer användes musiken som en metod för att hela själar och fördriva onda andar. I USA utvecklades musiken till terapiform på 1940-talet, och i dagens läge används musikterapi i många länder. Musik är mångsidigt och kan användas på många sätt, t.ex. som en metod i arbete med personer som varit med om traumatiska kriser och händelser. (Bojner-Horwitz& Bojner 2007:20)

I dagens läge är det mycket vanligt att barn utsätts för traumatiska kriser. En kris kan orsaka hjälplöshet, skräck och ångest. Exempel på kriser som sker åt barn är t.ex. våld i hemmet, skolan och samhället, naturkatastrofer, trafikolyckor fysisk misshandel, sexuella övergrepp, självmord samt andra traumatiska förluster. (American Psychological Association 2008:2)

Konstbaserade och alternativa metoder har blivit allt mer efterfrågade inom barnskyddet. Dessa metoder stöder barnet att uttrycka känslor och tankar. Det ger även symbolisk distans som skapar trygghet och skydd. Kreativa metoder kan öka barnets självkänsla och ge verktyg för att skapa sociala kontakter och därmed finna nya egenskaper och kunskaper om sig själv. Konstbaserade metoder kan tillämpas så väl inom öppenvården som institutionsvården och är inte åldersbundet. (Englund 2004:11; Sosiaaliporrtti 2012)

Vi har båda ett stort intresse för musik och barn och bestämde oss därför att skriva detta examensarbete tillsammans. Vi ville båda fördjupa oss i krispedagogik och barn i kris, därför valde vi att ur ett socialpedagogiskt perspektiv kombinera musiken med krispedagogiken. I och med våra ämnesval kändes det naturligt för oss att utforma en produkt.

### **1.1 Syfte, frågeställningar och avgränsning**

Vi vill med detta arbete utreda hur musik kan användas som metod i det socialpedagogiska arbetet med barn i kris. Syftet med vårt arbete är att sammanställa en produkt för professionella med konkreta idéer på hur musik kan användas som en metod.

Vi har valt följande frågeställningar för att ta reda på hur musiken kan användas som metod för barn i utsatta livssituationer:

- Hur kan man använda musik i det socialpedagogiska arbetet med barn som befinner sig i kris?
- Vilken betydelse kan musiken ha för barn i kris?

Vi har valt att avgränsa vårt arbete och fokusera enbart på hur musiken kan användas som metod i det socialpedagogiska arbetet med barn i kris, och inte inkludera andra kreativa metoder. Eftersom kreativa metoder kan användas med barn i alla åldrar tänker vi inte avgränsa till någon viss ålder. Vår idébok kommer att fungera som ett konkret exempel på hur musiken kan användas som metod.

## **1.2 Samarbetspartner och arbetslivsrelevans**

Vår samarbetspartner för detta examensarbete är barnskyddet inom Helsingfors stad. Vår kontaktperson är Irina Losinskij- Kovanko som arbetar som socialarbetare för Helsingfors stad inom mottagningsfamiljer och mottagningshem, krisarbete. De har ett behov av att få konkreta och nya idéer samt metoder på hur man kan arbeta med barn i utsatta livssituationer. De hade inga egna idéer eller tankar om hur de ville att idéboken skulle se ut, utan gav oss friheten att forma produkten som vi ville. Vid behov kunde vi ta kontakt med Losinskij- Kovanko och diskutera olika lösningar och vad som skulle passa bäst för dem.

Till socionomens yrkeskompetens hör att kunna stöda och hjälpa människor i olika livssituationer. I det socialpedagogiska arbetet med individer använder man olika kreativa metoder för att stöda, bearbeta och hantera olika livshändelser. Vårt examensarbete behandlar musik som en socialpedagogisk metod för att stöda barn i utsatta livssituationer. Arbetet kommer att bidra till ökad kunskap och förståelse om barn i kris och krispedagogik, musik som en socialpedagogisk metod och hur man stöder barn att bearbeta en kris. Vår produkt kommer att fungera som ett redskap i arbetslivet.



Vi önskar med detta arbete kunna uppmuntra socionomer och andra yrkesgrupper till att använda musik i det socialpedagogiska arbetet med människor i utsatta livssituationer. Vi vill även poängtera att använda musik inte kräver musikaliska färdigheter. Musikterapeuter är fördjupade i ämnet och använder musiken som en terapimetod men vi vill med vårt examensarbete och idéboken belysa hur musiken kan användas inom vår profession.

## 2 TIDIGARE FORSKNING

I det här kapitlet kommer vi att presentera den tidigare forskning som är relevant för vår studie. Med tidigare forskning vill vi se hur musik som metod kan användas med barn i kris. Det var mycket svårt att hitta tillräckligt nya och relevanta artiklar. Vi hittade sammanlagt sex artiklar som tidigare forskning, varav en är från Finland, en från Israel, två från USA och två är från Storbritannien. Artiklarna behandlar både musik och andra kreativa metoder samt kris och dess följder.

Vi har sökt vetenskapliga artiklar via Nelli-portalen och Google Scholar. För att hitta artiklar har vi främst sökt i databaserna Academic Search Elite (EBSCO), Education Resources Information Center (ERIC) och Science Direct. Som sökord har vi använt: child\*, music\*, music theory, music therapy, crises pedagogy och trauma\*. Vår sökning begränsades med att vi ville att sökorden skulle finnas med i titeln eller sammandraget och artikeln skulle vara publicerad år 2004 eller senare. Artiklarna skulle dessutom vara granskade och tillgängliga för oss. Vi har sökt artiklar på svenska, finska och engelska.

Michelle Lefevre beskriver i sin artikel ” *Playing with sound: The therapeutic use of music in direct work with children* ” (2004) olika metoder inom musikterapi för att kommunicera musikaliskt med sina klienter. Genom musikterapeutiskt arbete med barn, undersöker Lefevre hur musik som terapiform stöder barn att bearbeta sina traumatiska händelser. Resultaten på Lefevres musikterapisessioner visar att barn formulerar och kommunicerar sina upplevelser, tankar och känslor lättare på en symbolisk nivå. Musiken stöder barnen att uttrycka tankar, få utlopp för sina känslor och bearbeta det traumatiska som hänt.

I SAMHSA:s rapport *“Helping Children and Youth Who Have Experienced Traumatic Events - National Children’s Mental Health Awareness Day-May 3, 2011”* diskuterar man upptäckten och prevalensen av traumatiska händelser bland barn och ungdomar som deltar i två SAMHSA projekt. Rapporten beskriver vilka problem som en traumatisk händelse kan förorsaka, och även olika symptom på posttraumatiskt stressyndrom som barn som utsatts för traumatiska händelser kan lida av. Rapporten redogör också för tillgängliga behandlingar och stödtjänster för barn som varit med om traumatiska händelser. Resultaten av rapporten visar att barn och ungdomar som hade upplevt traumatiska händelser och tagit emot tjänster av CMHI (Children’s Mental Health Initiative) eller NCTSN (*National Child Traumatic Stress Network*) har:

- Färre självmordstankar och självmordsförsök
- Färre gripanden eller brottsligt beteende
- Minskade symptom på posttraumatiskt stressyndrom pga. behandling av trauma som anordnades i NCTSN
- Bättre beteende och emotionell hälsa
- Bättre skolgång och betyg, och allmänt färre problem i skolan

I artikeln *”Giving Trauma a Voice: The Role of Improvisational Music Therapy in Exposing, Dealing with and Healing a Traumatic Experience of Sexual Abuse”* (2004) redogör författaren Dorit Amir hur personer som blivit sexuellt utnyttjade som barn kan få stöd av att improvisera med musik i en vuxen ålder. Syftet med artikeln är att bevisa hur musiken kan användas som improvisation då det gäller att upptäcka, hantera samt att hela traumat. Artikeln innefattar även en fallstudie om en 32-årig kvinna som blivit sexuellt utnyttjad som barn, vilket ledde till en oförmåga att skapa och upprätthålla meningsfulla kontakter. Hon sökte sig till musikterapi för att bearbeta det som hänt. Fallstudien bevisade att improvisation med musik kan ha en stor betydelse i att hantera, integrera och ta till tals klientens minnen av de sexuella övergreppen. Enligt studien hjälpte musiken kvinnan att sätta ord på sina känslor och gav traumat en ”röst”.

Terry Pifalos skriver i sin artikel *“Jogging the Cogs: Trauma-Focused Art Therapy and Cognitive Behavioral Therapy with Sexually Abused Children”* (2007) om en behand-

lingsmodell som kombinerar konstterapi samt kognitiv beteendeterapi för sexuellt utnyttjade barn. Resultatet visar att behandlingsmodellen ger ett användbart verktyg för att uttrycka, identifiera samt att bearbeta svåra och emotionella konflikter. Studien påvisar att behandlingsmodellen är effektiv och har en stark inverkan på sexuellt utnyttjade barn och resulterar bl.a. i att posttraumatiskt stressyndrom minskar.

Päivi Känkänen granskar och analyserar i sin studie *”Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa- kohti tilaa ja kokemuksia”* (2013) nya handlingsmodeller samt tillvägagångssätt inom barnskyddet utifrån en konstbaserad forskningsstrategi. Poängen med denna studie är att bevisa att utvecklandet av olika arbetssätt och att hitta lösningar till problem inom barnskyddet kommer från kombinationen av olika verksamhetskulturer, vetenskapsgrenar och tillvägagångssätt. Syftet är även att bevisa att olika former av konst har en stor inverkan på hur barn uttrycker sina känslor, kommunicerar och gestaltar sitt utrymme inom barnskyddet. Resultatet av Känkänen's avhandling bevisar att det ibland behövs andra metoder än enbart kommunikation för att kommunicera med barn som varit med om traumatiska händelser. En metod som grundar sig på konstnärliga uttryck eller aktiviteter kan ge ett symboliskt avstånd till händelsen. Det i sin tur gör det tryggt och bekvämt att uttrycka sig och kan således vara det enda möjliga sättet att få kontakt med barnet.

Susan Hallam och Raymond MacDonald beskriver i sin artikel *”Introduction: Perspectives on the power of music”* (2013) hur musiken påverkar människan. I artikeln poängterar man hur musiken ökar livskvaliteten, lindrar smärta och ångest, främjar avslappning och lämpligt beteende. Författarna menar att musiken kan påverka människan på individnivå och locka fram såväl som emotionella, kognitiva, beteendemässiga som fysiologiska svar. Därmed påstår författarna att musiken har kraftfulla terapeutiska effekter som nås genom musicerande och lyssnande av musik. Det är även bevisat att musiken kan ha starka reaktioner på människan, men det är svårt att säga vilka reaktionerna är då varje människa reagerar på ett individuellt sätt.

### 3 TEORETISK REFERENSRAM

Inom vår teoretiska referensram har vi valt följande teorier: socialpedagogik, kris och krispedagogik samt musik som metod. Eftersom vi har socialpedagogiskt perspektiv kommer vi berätta om de fem kompetenserna som vi anser att man kan koppla ihop med musik som metod i det socialpedagogiska arbetet. ”Bildningsblomman”, dvs. de fem handlingskompetenserna tydliggörs i vår idébok där vi ger konkreta exempel på hur musik kan användas som metod. Kompetenserna kommer lättare till uttryck i samband med idéerna. Vi berättar allmänt om kris och krisförloppet för att få en djupare kunskap om ämnet. Därefter behandlar vi krispedagogik eftersom det ligger nära till socialpedagogiken. Krispedagogiken handlar även om att inkludera metoder som kan ha terapeutiska effekter vilket vi vill använda musiken till. Inom vår referensram beskriver vi musikens terapeutiska inverkan på människan och vad som sker då människan kommer i kontakt med musik. Vi presenterar även konkreta exempel på musik.

#### 3.1 Socialpedagogik

Socialpedagogiken är en tvärvetenskap vilket betyder att den involverar metoder, kunskaper och teorier från andra vetenskapliga ämnen. Socialpedagogiken är en självständig riktning även om den står nära allmänpedagogiken. En viktig grundtanke i socialpedagogiken är strävan efter det “normala” och goda livet. Eftersom vi gör en produkt i form av en idébok har vi valt att fokusera på Madsens handlingskompetenser. Vi kommer beskriva ”bildningsblomman” och de fem olika kompetenserna som även kan kopplas ihop med vår produktutveckling. (Madsen 2001:14,20 )

De socialpedagogiska handlingskompetenserna grundar sig på praktiska förhållningssätt, handlingskompetenser i praktiken och vardagssituationer. Det är en kompetens som grundar sig på erfarenheter, kunskap och förmåga att bedöma. Bent Madsen beskriver socialpedagogisk handlingskompetens med hjälp av sin ”bildningsblomma”. ”Blomman” består av fyra blad som förklarar socialpedagogens alla kompetensområden. De kallas för den produktiva, expressiva, kommunikativa och analytiska/ syntetiska kompetensområden. Man brukar också använda sig av begreppen hand, hjärta, tunga och hjärna för att beskriva dessa kompetensområden. Den femte kompetensen är i blommans centrum som

sammanbinder de fyra övriga kompetenserna. Socialpedagogen bör använda dessa kompetenser för att kunna arbeta som professionell. Kompetenserna bör användas parallellt, för då skapas olika färdigheter, hållningar och kunskaper. (Cederlund& Berglund 2014:171; Madsen 2001:227)

Vi beskriver alla fem handlingskompetenser inom socialpedagogiken. Vi har även gjort en visualisering (figur 1) av Madsens bildningsblomma som visar de fem kompetenserna

### ***Den produktiva kompetensen***

Den produktiva kompetensen är den första kompetensen i Madsens bildningsblomma. Denna kompetens förknippar man med handen, eftersom den produktiva kompetensen går ut på att göra något praktiskt med händerna. Den produktiva kompetensen kallas även för det manuella eller det produktiva fältet. Socialpedagogen bör ha kunskap om att organisera, planera och genomföra verksamhet. Konkreta exempel är t.ex. att baka, laga mat samt att utföra handarbete. Den produktiva kompetensen återspeglas även i det vardagliga livet, t.ex. genom att ta hand om miljön, kreativitet, kompetens, överlevnad och helt konkret hur man använder sig av sina händer. Även aktivt medborgarskap, dvs. att man deltar aktivt i samhällsliga evenemang och är politiskt engagerad är en del av den produktiva kompetensen. (Madsen 2001:226, 228; Ranne et al 2005:49)

### ***Den expressiva kompetensen***

Att uttrycka sig kroppsligt är en form av den expressiva kompetensen som representerar den estetiska och den emotionella dimensionen. Denna kompetens kan också kallas för det kroppsliga eller musikaliska fältet. Socialpedagogen bör vara bekväm med sig själv och sin kropp för att kunna använda sig av den expressiva kompetensen. Den professionella kan ha stor nytta av expressiva metoder i arbete med barn och unga. Socialpedagogen kan leva sig in i barnets situation och därmed kunna relatera till barnet bättre. Det kan

leda till att klienten vågar frigöra sig från det gamla och hitta nya sidor i sig. (Madsen 2001:229; Ranne et al 2005:46–47)

I socialpedagogiskt arbete är användning av bl.a. musik, sång, drama, mimik och bilder ett ypperligt sätt att uttrycka sig. Med hjälp av dessa expressiva metoder kan det kännas lättare att lägga ord på känslor, bygga upp sin identitet och berätta om sina erfarenheter. Känsla av empowerment, ökad självkänsla och självförtroende kan uppnås då man använder sig av expressiva metoder inom socialpedagogiskt arbete. (Ranne et al 2005:54)

### ***Den kommunikativa kompetensen***

Denna kompetens är viktig för det sociala och det språkliga fältet. I socialpedagogiskt arbete är kunskapen om att skapa och föra dialog väldigt centralt. Socialpedagogen bör veta vad och hur något ska uttryckas, eftersom det ofta är känsliga och svåra ämnen som behandlas. Därför bör socialpedagogen komma ihåg att respektera och ta i beaktande sin klients förmåga till kommunikation, oberoende nivån. Ett bra exempel på den kommunikativa kompetensen är tystnadsplikten som bör synas i all yrkesverksamhet. Etiska aspekter och normer är oerhört viktiga i det socialpedagogiska arbetet. Socialpedagogen bör ha goda språkliga färdigheter och ha en förståelse för hur människan samspelar. Tillit är ytterst viktigt i det socialpedagogiska arbetet och då socialpedagogen och klienten för dialog bör de kunna ha förtroende för varandra. (Madsen 2001:230;Ranne et al 2005:50)

### ***Den analytiska/syntetiska kompetensen***

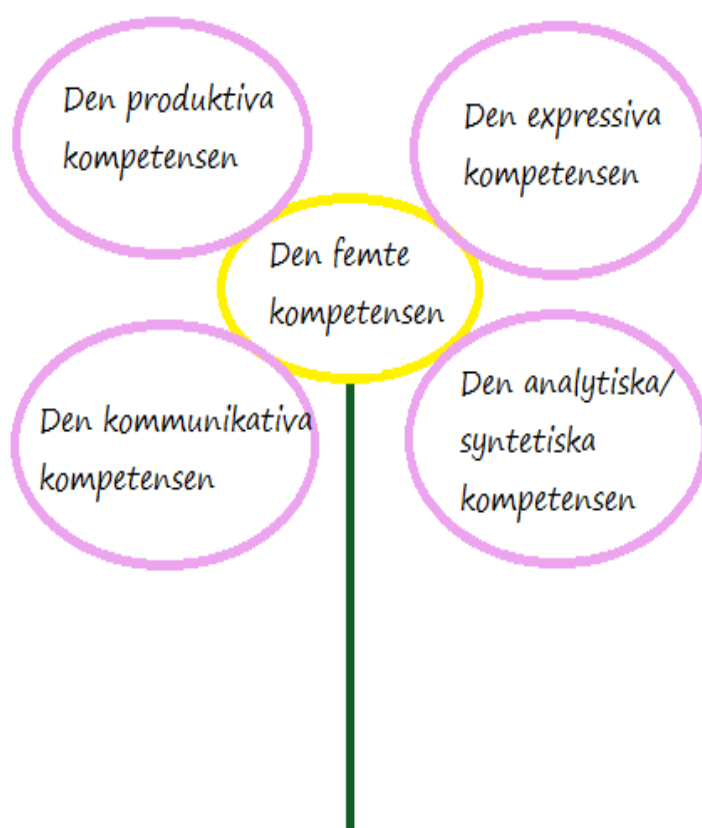
Den analytiska/syntetiska kompetensen används då socialpedagogen analyserar en handling och fokuserar på enskilda delar av en helhet för att kunna ge ett resultat. Den syntetiska kompetensen är andra halvan av denna kompetens. I den syntetiska kompetensen fokuserar man på att samla ihop de enskilda delarna som analyserats i den analytiska delen och se dem som en helhet. Denna kompetens kallas även för det vetenskapliga/experimentella fältet. (Madsen 2001:232–233)

Det mest väsentliga i den analytiska/ syntetiska kompetensen är reflektivt tänkande. Man bör kunna använda sig av den teorigrund man har samt anpassa den enligt behov. Som professionell är det viktigt att kunna tänka reflektivt och vara medveten om sina egna handlingar, tankar och observationer. Reflektivt tänkande innebär även att man bör kunna tänka kritiskt. ”Varför gör jag som jag gör” och ”Hur uppkommer mitt sätt att agera?” är frågor som är värda att tänka på inom denna kompetens. (Ranne et al 2005:49, 35;Madsen 2001:232)

### ***Femte kompetensen***

I den femte kompetensen sammanbinds den produktiva- expressiva, kommunikativa, och den analytiska/syntetiska kompetensen. Denna kompetens anses vara den allra viktigaste, eftersom de enskilda kompetenserna kommer i rätt uttryck då de är i samverkan med varandra. Kreativitet kopplar ihop alla kompetensområden, och därför är det ett väldigt viktigt begrepp inom den femte kompetensen. För att utveckla den femte kompetensen bör man vara bekant med de övriga kompetenserna och anpassat dem till sitt personliga bruk. Man ska ha förståelse, färdigheter och kunskaper om alla handlingskompetenser och veta vad de innebär. Man bör ständigt kunna skapa och utveckla sig själv inom sin profession och det gör man genom att använda dessa kompetenser i sitt arbete. (Madsen 2001:234–235)

## En visualisering av Madsens kompetensområden



*Figur 1. En visualisering av Madsens handlingskompetenser*



## 3.2 Kris

Vi har valt att skriva allmänt om kris och krisens faser samt krispedagogik som en del av vår referensram. Alla människor har olika sätt att hantera och bemästra kriser och det har med individens personliga erfarenheter och upplevelser att göra. Man kan utveckla sig själv och lära sig mycket då man befinner sig i kris. Krispedagogiken i sig betyder inte en terapiform som används skilt i ett terapirum, utan är en pedagogik som kan användas av andra än terapeuter och psykologer. Syftet med krispedagogiken är att ta fram metoder och former att bearbeta krisen samt göra vardagen lättare för individen som befinner sig i kris. (Raundalen & Schultz 2007:10)

Till en början vill vi klargöra skillnaden mellan tre begrepp: stress, kris och trauma. De används ibland som synonymer även om det finns en skillnad mellan begreppen. Ordet stress är ett ord som används i vardagligt språk väldigt ofta. Begreppet stress används vanligtvis för att beskriva något jobbigt, besvärligt eller obehagligt. Begreppet trauma användes ursprungligen som medicinsk term för att beskriva benbrottsskador. Under modern tid har begreppet trauma använts i samband med överväldigande psykisk påfrestning och okontrollerbara händelser som utsätter en person. Traumatiska händelser sker ofta plötsligt och är en tung belastning för barnet. Begreppet kris betyder däremot en händelse som belastar individen psykiskt eftersom de egna bemästringsstrategierna, erfarenheterna och kunskaperna inte räcker till för att hantera och förstå händelsen. I en kris saknas alltså verktygen för att reparera händelsen själv. Vi har därför valt att använda begreppet kris eftersom vi vill kunna använda musiken som ett verktyg för barnet att komma ur krisen. Då vi talar om kris menar vi traumatiska kriser och händelser som sker plötsligt och inte utvecklings- eller livskriser. (Brolin et al. 2011:17; Dyregrov 2010:12; Poijula 2007:42; Raundalen & Schultz 2007:16)

När det sker en kris kan vuxna lättare relatera till någon motsvarande händelse de sett, hört om eller upplevt tidigare för att veta hur de ska hantera situationen. Barn har däremot mycket mindre erfarenheter att relatera till och kan därför göra en felaktig bedömning eller inte veta vad som bör göras. Då det är fråga om ett barn bör man ta i beaktande dess ålder. Ju yngre barnet är, desto mer beroende blir barnet av sin familj och desto mer konkret känner barnet krisen. Exempel på kriser som kan ske åt barnet är bl.a. då en nära

person dör, ett äktenskap/parförhållande tar slut, sjukdom, självmordsförsök och sexuella övergrepp. För att hantera en kris behövs det planerad och organiserad hjälp samt stöd som sätts in direkt efter händelsen. Efter en kris är det viktigt att låta barnet få tillbaka sin tro på framtiden och känna kontinuitet i livet. Krisen kan hjälpa barnet att lära sig att tala öppet om smärtsamma ämnen, lära känna sig själv och i framtiden kunna stöda andra i liknande situationer. Under de senaste åren har det undersökts mycket om posttraumatisk tillväxt som betyder en positiv psykologisk förändring som resultat av en svår kris eller traumatisk händelse. Undersökningarna visar att posttraumatisk tillväxt inte skulle leda till färre traumasymptom. Det är mer sannolikt att posttraumatisk tillväxt hos barn hänger ihop med god omvårdnad av vuxna samt en vuxen förebild. (Brolin et al. 2011:181; Dyregrov 2010:16, 92; Sosiaalityön työmenetelmät 2014; The University of North Carolina at Charlotte 2013)

### ***Krisförloppet***

Eftersom alla människor är unika individer reagerar vi alla på väldigt olika sätt då vi drabbas av kris. Dock finns det fyra faser man kan urskilja som kännetecknar ett krisförlopp. Alla människor som är i kris genomgår dessa faser: chockfasen, reaktionsfasen, bearbetningsfasen och nyorienteringsfasen. (Brolin et al. 2011:33)

*Chockfasen* innebär att människan inte kan förstå det som hänt och får en överklighets-känsla. Den krisdrabbade kan verka väldigt lugn och sansad, men inombords uppleva kaos. Det är vanligt att tidsuppfattningen försvinner och att man har svårt att uppfatta krissituationen. För vissa människor kan det kännas svårt att komma ihåg vad som hänt eller sagts då chockfasen varat. Fysiska reaktioner som kan ses under denna fas är bl.a. minskad eller ingen matlust, stark perspiration, kräkas, frysa samt vara överaktiv. Denna fas varar från några timmar upp till tre dygn. (Cullberg 2006:143–144)

Då människan är i *reaktionsfasen* har hon börjat förstå vad som hänt. Hon inser vad det betyder för henne själv samt för sitt eget liv. I denna fas brukar den krisdrabbade personen ofta ställa frågan ”varför”, eftersom man söker en förklaring med det hemska som skett. Människan känner att hon blivit orättvist behandlad för att krisen hänt just åt henne. Det

är vanligt med stora förändringar i känslolivet och att känna sig skyldig eller beskylla någon för det som hänt. I denna fas har människan ofta psykosomatiska symptom som t.ex. trötthet, magbesvär, hjärtklappningar och huvudvärk. Reaktionsfasen varar ofta från två veckor upp till flera månader. (Cullberg 2006:144–145&152)

I *bearbetningsfasen* hanterar den krisdrabbade det som hänt och börjar acceptera den förändrade livssituationen. Individen kan börja acceptera sin förlust och känslorna som krisen väckt. Man börjar se mer positivt på livet och de eventuella skuld känslorna man haft börjar minska. Livet kan kännas som en enda tomhet och det kan kännas svårt att tänka på framtiden och vad livet har att ge med sig. I bearbetningsfasen kan den krisdrabbades människorelationer ta skada och det är vanligt att dra sig undan och isolera sig samt känna irritation gentemot ens närstående. I denna fas börjar man ofta bearbeta de rädslor och trauman som man fått av krisen och känna en möjlighet att börja gå vidare. Bearbetningsfasen kan ta från några månader upp till ett år. (Cullberg 2006:153;Brolin et al. 2011:34)

Den sista fasen i krisförloppet kallas för *nyorienteringsfasen*. Den krisdrabbade känner att det som hänt har blivit en del av sin livshistoria. Nu har krisen blivit ett ärr i människan som hon lever med resten av livet. Man börjar kunna ha tankar och planer kring sin framtid. Självkänslan kommer även tillbaka och man kan eventuellt också känna att man vuxit på ett mentalt plan då man gått igenom alla faser i krisförloppet. (Cullberg 2006:154)

### ***Vad är krispedagogik?***

Krispedagogik handlar kort sagt om att kombinera lärande och hantering av kris. Krispedagogik är inte en terapiform som används enbart i terapi utan kan utnyttjas av personal på daghem, förskolor och skolor. På t.ex. ett daghem handlar krispedagogiken främst om att upptäcka krisen hos barnet och stöda barnet på små och enkla, men betydelsefulla sätt. Krispedagogiken innehåller i huvudsak fem grundelement. Det första är lärande vilket betyder att barnet är kapabelt att lära sig mycket. Under de första levnadsåren är barnet beroende av vuxna och tar modell efter äldre personer. Ju äldre barnet blir, desto mer självständigt blir barnet också men behöver fortfarande omsorg och stöd av den vuxna speciellt då det t.ex. sker en kris. Det här medför ändå att barnet lär sig hela tiden. Det andra grundelementet är emotioner eftersom de känslor som upplevs vid en krissituation

kopplas samman med både väl- och obehag och glöms sällan bort. Barnet lär sig dessutom med tiden att bearbeta och styra känslorna. Tredje grundelementet handlar om öppet system vilket betyder att barnet hela tiden är öppen för intryck, upplevelser och stimuli från omvärlden. Barn tar emot en enorm mängd med fakta och erfarenheter som de bearbetar, formar och omformar. Det här påverkar inte enbart barnets sätt att tänka utan även de verktyg barnet tänker med. Det handlar om ett samspel mellan erfarenheter från omvärlden och genetiska drag. Fjärde grundelementet i krispedagogiken handlar om språk och association. Med detta menas att språket och de känslor som förknippas med individens mentala funktion är i grunden associativa. Det femte och sista elementet är individens självförståelse. Vi kan inte påverka det som hänt i en krissituation dvs. det som har skett har skett. Däremot kan man påverka de tankar och känslor som uppstår kring krisen, vilket medför en förståelse av det som hänt och av sig själv. (Raundalen & Schultz 2007:41-49)

### ***Krispedagogisk modell***

Krispedagogiken innehåller i praktiken fyra faser som handlar om en förståelse av barnets psykologiska och pedagogiska behov i krissituationer. De fyra faserna bildar en krispedagogisk modell som kan användas som underlag i arbetet med och i möten av barn i kris.

Den första fasen är uttrycksfasen som handlar om att ge tid och utrymme för barnet att tala och bearbeta krisen. Den vuxna skall finnas där för barnet och precis som socialpedagogiken, understryker krispedagogiken vikten av att låta barnet stå i centrum. Faktafasen, som är den andra fasen handlar om att diskutera med barnet om det fakta som finns angående krisen. Det betyder att hindra barnet från felaktig information, rykten och en känsla av osäkerhet. Tredje fasen heter handlingsfasen och handlar om att ytterligare bearbeta krisen och låta barnet få mera faktakunskap. I handlingsfasen handlar det även om att stärka trygghetskänsla hos barnet. Uppföljningsfasen är den fjärde och sista fasen som handlar om att följa upp hur barnet som upplevde krisen mår. I denna fas är det viktigt att samtala med barnet och bedöma om det kan behövas ytterligare stödåtgärder. Ibland kan barnet behöva få stanna längre på en viss fas vilket är viktigt att acceptera. Krispedagogiska modellen kan användas som grund både i arbete med det enskilda barnet men också

i en grupp på t.ex. daghem. I arbete med grupp är det viktigt att komma ihåg att alla barn är på olika faser olika länge. Därför behöver man ta hänsyn till alla i gruppen. (Raundalen & Schultz 2007:50–55)

### ***Kris- och socialpedagogiska metoder***

En central del och som både social- och krispedagogiken har gemensamt är vilken betydelse skapande och kreativa metoder kan ha för barnet. Att skapa eller göra något kreativt kan underlätta barnet att förstå och begripa det som hänt. Genom att synliggöra krisen kan barnet lättare förstå och få grepp om sammanhanget. Syftet med kreativa och skapande metoder är att hindra att bearbetningsprocessen stannar upp eller förblir obearbetad. (Cederlund & Berglund 2014:136;Raundalen & Schultz 2007:105)

Både kris- och socialpedagogiken strävar till ett lösningsinriktat arbete även om pedagogik handlar mycket om lärande och genomförande. Lärandet kan också medföra en terapeutisk effekt. Exempel på krispedagogiska metoder är t.ex. diskussion, samtal i grupp eller skriva dagbok Socialpedagogiken ger exempel som rollspel, nätverkskarta, miljöterapi eller använda sjön som metod. Både kris-och socialpedagogik har ändå gemensamt tal och skrift. Genom tal och skrift får barnet tänka, tala och berätta samt få det konkret nerskrivet på papper. Om barnet har svårigheter med att uttrycka känslor enbart genom tal eller skrift kan man använda musiken som ett redskap. Med toner och rytm kan barnet ha lättare att hantera sina känslor och uttrycka sig. (Raundalen & Schultz 2007: 105-125;Cederlund& Berglund 2014:126–136)

### ***Bearbetning av kris och trauma***

För att komma över en kris eller traumatisk händelse behöver barnet få processa den genom olika stadier, för att till slut uppnå välbefinnande igen. Många bär ändå med sig den

traumatiska erfarenheten och smärtan resten av livet. Både kroppen och själen kommer alltid vara vaksam över situationer som påminner om det traumatiska som hänt. Detta möjliggör personen att reagera på kriser i framtiden. Det finns ändå några faktorer som antyder att krisen har behandlats. Barnet skall kunna kontrollera minnet av krisen och händelsen har förvandlats till en sammanhängande berättelse med en tydlig början, mitt och slut. Barnet skall ha återfått sin självkänsla och hantera känslorna som är förknippade med krisen. Efter att en kris är bearbetad är barnets reaktioner på fysiologiska symptom hanterbara. Barnets personliga relationer är också återställda. (Dyregrov 2010:92)

### **3.3 Musik som metod i det socialpedagogiska arbetet**

Platon, Pythagoras och Aristoteles förknippar man sällan med musik. Dessa tre genier representerade olika vetenskapsgrenar, och alla anade att musiken hade många viktiga och läkande effekter. Platon ansåg att musiken kunde ha en förhöjande effekt av folkets moral och att den återgav själen den harmoni och tillfredsställelse som man redan trodde var förlorad. Enligt Pythagoras hade musikens rytm en helande inverkan på människan. Han ansåg också att alla saker består av harmoniska figurer, som standardmusikens rytm. Aristoteles menade att flöjtmusik var lämpligt för en människa som hade ett behov att uttrycka sina känslor för att bli fri från någon tung belastning av känslor. (Vartiovaara 2004:139)

#### ***Allmänt om musik och improvisation***

Musikens harmonier, klanger och rytmer kan ha en stor inverkan på människan. Musiken kan väcka minnen men kan också få oss att börja fantisera och associera. Musik används bland annat för att engagera människan. Människan kan kommunicera med hjälp av musik och därmed ha lättare för att uttrycka känslor och tankar. Musiken kan hjälpa den professionella att skapa en god och trygg kontakt med sin klient. Man kan t.ex. ha varsin trumma man slår på och via musicerandet skapa en dialog och få ut de känslor som finns djupt inom en. (Eklöf 2014 & Forskning och framtid 2009)

Alla människor är olika och därför måste man lyssna och iaktta just på sin egen klient och fundera på vilka metoder som skulle kunna användas just med henne/honom. Klienten kan själv få spela på ett valbart instrument, eller så kan hon/han lyssna på inspelad musik.

Båda två kan ge klienten styrka och känsla av avspänning och till och med en känsla av att man har ett slags ”möte” med sin själ. Man kan även välja ett instrument som står som symbol för något som hänt, en närstående person eller en känsla. Tanken är att man improviserar med det instrumentet och då bildas ett ytterst viktigt verktyg för den psykoterapeutiska processen, nämligen en viktig människokontakt och tillit. (Eklöf 2014)

Då det gäller barn ska man tänka på att de inte nödvändigtvis ännu har utvecklat sitt ordförråd till fullt och har därför svårt att sätta ord på saker som hänt. Flera studier påvisar att till och med barn i 3-4-års ålder kan uppfatta vissa känslor i musik. Därför är improvisation en mycket bra metod att använda med barn. (Eklöf 2014; Forskning och framtid 2009)

Improvisation är ett verktyg för kreativt tänkande. Det är mycket viktigt att miljön är trygg och fri då man improviserar och att man inte behöver känna någon press. Ibland kan det kännas svårt att låta sina riktiga känslor komma fram, men improvisation gör att man känner sig bekväm att uttrycka sina känslor och kunna visa sin personlighet. Då man för första gången improviserar kan det kännas mycket kaotiskt då alla känslor utlöses, men så småningom börjar det klarna sig och man får vissa strukturer. Med hjälp av improvisation försöker man skapa en nonverbal växelverkan mellan klienten och den professionella. Det viktigaste med improvisation är själva innehållet samt stämningen. Man kan fokusera på att uttrycka vissa känslor, t.ex. aggression. Improvisation kan skapas genom att man lyssnar eller skapar musik, genom att läsa och skriva dikter, se på olika bilder eller bara med hjälp av ens egen fantasi. (Hakkarainen 2009:20-21)

Musik och rörelse är oftast något man inte behöver skilja på. Det känns mycket naturligt för en del människor att använda sig av både musik och rörelse samtidigt. Kroppen lagrar känslor samt minnen vi varit med om. Genom musik och någon form av rörelse kan känslorna utlösas och den inre samt yttre spänningen kan frigöras. (Eklöf 2014)

### ***Musikens terapeutiska effekter***

Musik väcker mycket känslor och minnen. Många forskare anser att musiken kan fungera som ett verktyg för att återskapa vissa känsloladdade minnen. Med hjälp av musik kan människan förflytta sig till nutid, till det förflutna eller till framtiden och bearbeta de känslor och rädslor som finns. Konsterapeuter har diskuterat mycket kring om konsten

har en läkande effekt i terapin eller om den terapeutiska processen har den största inverkan på människan. I musikterapi har musiken förmodligen en lika djup och effektiv inverkan som själva psykoterapimetoden och detta förstärker effektiviteten av metoden. (Bojner- Horwitz & Bojner 2007:59;Heiskanen & Hiisijärvi)

I samtals- och konstterapi kommer man lättare i kontakt med klientens känslor om man använder sig av musik. Terapeuten bör då se till att klienten inte går på villospår genom att kontrollera klientens försvarsmekanismer, t.ex. om hon/han använder sig av förnekan eller avvisning. Det är viktigt att människor som jobbar inom social -och hälsovården tänker på hurudan musik de väjer att använda med klienterna, eftersom musiken har en styrka och kan ha en mental, fysisk, social, emotionell samt en visuell inverkan på människan. (Bojner- Horwitz & Bojner 2007:60,70)

I musikterapi används musiken som ett läkande och terapeutiskt verktyg. Med hjälp av musik kan man stöda klientens individuella utveckling. De metoder och medel som används och mål som uppställs i musikterapi beror på klientens behov av stöd. Personer som är i behov av rehabilitering pga. fysisk skada eller personer som är i behov av stöd för att förebygga psykiska störningar kan ha stor nytta av musikterapi. Musiken används då som kommunikationsmedel genom att man utnyttjar de rehabiliterande och de terapeutiska effekterna som musiken medför. Istället för att prata, använder man sig av musik som kan skapa en trygg och bra kontakt mellan terapeuten och klienten. Musiken är ett bra kommunikationsmedel då klienten har verbal oförmåga för kommunikation. Detta gäller ofta barn som blivit sexuellt utnyttjade, eftersom de ofta brukar blockera de hemska händelserna och vill ogärna prata om dem. Små barn kan ha svårt att förklara olika händelser och uttrycka sina känslor. (Paakkonen 2009:33–34; Lefevre 2004:334)

Det finns även flera andra sätt man kan använda musik som en stödande och terapeutisk metod. Klienten kan ha en passiv roll och enbart lyssna på musik som gör att neurofysiologiska reaktioner uppstår. Ofrivilligt börjar kroppens funktioner aktiveras och då börjar klientens medvetenhet växa och kroppen börjar reagera på stimulans. Produktiv terapi är en form av musikterapi som används för att klienten ska kunna skapa något meningsfullt och unikt till sig själv. Målet med denna form av terapi är att försöka uppnå erfarenheter



och upplevelser som är personligen viktiga för klienten. För att uppnå målet bör klienten våga använda sin inre kreativitet och släppa loss. (Paakkonen 2009:34–35)

### **Fysiologiska reaktioner**

Musik har en kraftfull inverkan på människan. En del forskare anser att musiken kan t.o.m. vara livsviktig för människan. Musiken gör att vår hjärna aktiveras, blodflödet och ämnesomsättningen blir aktivare och vi blir mera livliga och alerta. Det har undersökts att musik kan främja hälsan, förstärka kroppens immunsystem, lindra smärta och nervositet samt ha en stor betydelse för rehabiliterings- och återhämtningsprocesser. Vissa forskningsresultat hävdar att musik kan stärka människans intelligens. Musik används ofta för lindra stressymptom. Enligt vissa utredningar hävdas det att 50-75% av människor använder sig av musik för att koppla av och uppnå eustress, dvs. en positiv form av stress. Det som sker inom människan då hon lyssnar på musik är att hon kan glömma vardagens problem och låta sina emotioner och tankar röra sig fritt. Genom att lyssna på en viss typ av musik kan människan bli mer benägen att ta emot nya idéer och tankar. Musiken ökar kreativiteten genom att aktivera vår förmåga att fantisera spontant. (Vartiovaara 2004:137–139)

## **3.4 Kreativa metoder**

I detta kapitel presenterar vi konkreta och praktiska metoder. Därtill presenterar vi improvisation som metod samt övriga konkreta metoder inom musik. De här metoderna och konkreta idéerna har vi även använt som inspiration till vår produkt.

### ***Improvisation***

Det är lätt att improvisera med en keyboard som har förinspelade rytmiska och harmoniska ackompanjemang. Den professionella behöver inte kunna spela piano, utan kan spela upp ett färdigt ackompanjemang och låta barnet improvisera med andra instrument under tiden. Andra instrument som kan användas vid improvisation är t.ex. cymbaler, trummor, maracas och kastanjetter. Slagverk kan skildra kaotiska, förvirrande och primära upplevelser. Dessa instrument går inte lätt sönder och är därför bra att användas i

dessa sammanhang. De skapar ett önskat ljud, vare sig man är musikalisk eller inte. Instrumenten ger möjlighet att fritt improvisera utan att vara tvungen att skapa en viss harmoni eller melodi. Genom att slå på t.ex. en trumma utlöses aggressioner via kroppen. Alternativ till instrument är t.ex. bok med hård pärm, golv eller använda sina egna ben som trumslag. (Lefevre 2004:338)

### ***Kommunikativ och kreativ metod***

Till följande kommer vi att presentera fyra olika metoder man kan använda då man improviserar. Dessa metoder är beskrivna i Hakkarainens bok *Impro soi!* 2009 på sidorna 24-27.

Den kommunikativa och kreativa metoden har utvecklats av Clive Robbins och Paul Nordoff. Denna metod är mycket känd och används runtom i världen. Klienten skapar aktivt egen och självstyrd musik och därför anses metoden vara mycket kreativ. Då man använder sig av denna metod är det bra att ha två professionella närvarande; varav ena spelar piano och fokuserar på hur klienten uttrycker sig musikaliskt och den andra hjälper klienten vid behov och finns där för honom/henne. Den kommunikativa och kreativa metoden lämpar sig bra för barn som har olika funktionsnedsättningar, bl.a. för barn som inte kan tala. Musiken kan vara det ända sättet att kommunicera för många barn. Det är viktigt att poängtera att man inte behöver ha förkunskaper i musik. Med hjälp av improvisation kan klienten bli starkare som person, lära sig att uttrycka sig fritt och kommunicera med hjälp av musik. Enligt Paul Nordoff och Clive Robbins har alla människor ett ”musiskt jag” och via den kan man uppleva musik.

### ***Fri improvisation***

Juliette Alvin har utvecklat en fri improvisationsmetod. Den professionella ger fria händer åt sin klient och låter honom/henne improvisera hur som helst. Det finns inga som helst regler eller begränsningar i denna metod. Användning av olika instrument är väldigt relevant i denna metod. Man använder sig av improvisation främst i form av rörelse, lyssnande och uppträdande. Tyngdpunkten i den fria improvisationsmetoden är användningen

av musik och det anses vara viktigare än den verbala och kommunikativa förmågan. Syftet med denna metod är att kunna skapa kontakter, känna sig fri samt att utveckla intelligensen och sitt psyke.

### ***Analytisk metod***

Den analytiska terapin utvecklades av Mary Priestley med sina två kolleger på 1970-talet. Metoden grundar sig på Jungs, Freuds, Kleins och Lowens psykodynamiska synsätt. I den analytiska metoden fokuserar man mycket på att tala. Idén med denna metod är att kunna undersöka klientens inre värld och det möjliggörs genom tal och symboliska musikimprovisationer. Med hjälp av denna metod försöker man även ta bort barriärer, som hindrar klienten att uppnå sina personliga mål och kunna vara det egna jaget. Den professionella ackompanjerar klienten med det instrument som hon/han valt.

### ***Paraverbal (nonverbal) metod***

Evelyn Heich ligger bakom den paraverbala metoden. Denna metod är avsedd för personer som inte kan eller vill använda sig av muntlig kommunikation. Syftet med denna metod är att uppmuntra klienten till att uttrycka sig fritt, förbättra klientens självbild och att främja kommunikationsförmågan. Detta sker genom improvisation i form av lek, ömsidig växelverkan samt spontanitet. I den paraverbala metoden kan man improvisera med hjälp av olika slags rytminstrument och kommunicera via dem.

### ***Piano eller Keyboard***

Barn som befinner sig i kris kan ha väldigt svårt med att uttrycka känslor och att koppla dem till specifika upplevelser samt händelser de varit med om. Ett riktigt piano kan vara ett väldigt bra instrument för barnet, det är stort och har en vacker klang. Keyboarden har däremot inte samma klang, men den har hundratals olika rytmer, harmonier samt färdiga imitationer av andra instrument. Då man väljer att använda sig av gitarrimitationen ger det genast andra intryck och effekter. Man kan stöda barnet att spela samma melodi med hjälp av olika toner och hitta upplevelser eller ord till den stämning och känsla som skapats. Barnet kan öva på att koppla känslor till olika toner för att lättare kunna beskriva olika

känslor. Detta kan leda till att barnet börjar lägga ord på sina känslor och ” expandera sitt emotionella ordförråd”. (Lefevre 2004:337–338)

### ***Inspelning och sång***

En bandspelare med en inspelningsfunktion kan vara väldigt värdefullt för en del barn. Mikrofonen förbättrar kvaliteten på inspelningen och underlättar barnets prat, sång och experimentering med sin egen röst. Till en början kan vissa barn känna sig osäkra och generade, men så småningom börjar de inse att det känns roligt att höra deras röster på band. Rösten är ett betydelsefullt verktyg människan har och kan användas till att uttrycka våra känslor antingen med eller utan ord. Barnet kan få sjunga och använda sin röst. Genom att sjunga får barnet höra sig själv och visa sin existens för andra. När barnet sjunger kan man spela in det och låta barnet lyssna till det efteråt. För att få barnet att diskutera om känslorna kan man plocka upp känslord och prata om det. Det är viktigt att fråga vad känslorna betyder för barnet och vad som orsakar en viss känsla hos barnet. Frågor som t.ex. ” Vad får dig att känna ilska?” eller ” Hur känner du när du är arg?” kan få barnet att öppna sig mer. Det är dessutom viktigt att låta barnet ta det utrymme som behövs. (Lefevre 2004:338- 339;Musikterapicentrum 2014)

### ***Lyssna på musik***

Som professionell är det viktigt att noggrant tänka på vilken musik man väljer att lyssna på med barnet. Vissa låtar kan skapa specifika minnen, känslor och tankar som funnits djupt inom barnet. Det är viktigt att den professionella vet barnets bakgrund, eftersom vissa låtar kan associeras till hemska känslor och minnen. Vaggvisor kan ge tröst och vara lugnande, vilket kan återskapa en känsla av trygghet. Många barn har haft bristfälliga samt otrygga barn-föräldraförhållanden och då kan vaggvisor kännas bra för barnet. Detta gör att barnet och den professionella skapar ett förhållande där barnet känner sig tryggt. Det är viktigt att komma ihåg att även äldre barn behöver få känna trygghet, så barnmusik och vaggvisor kan också vara ett bra alternativ för äldre barn. Musiken behöver inte alltid vara åldersrelaterad. Klassisk musik kan skapa en lugn och trygg stämning hos barnet.

Ibland kan musik med ord förvirra barnet och göra så barnets låser sig istället för att uttrycka sig. (Lefevre 2004:339–340)

### ***Låtskrivande***

En del barn kan ha svårt att uttrycka sig verbalt och gör det hellre genom att skriva. Då kan man använda den kreativiteten till att skriva låtar som hjälper barnet att uttrycka och hantera sina känslor. Man kan använda melodi till någon gammal låt och hitta på egna ord till den låten. Vissa barn vill hitta på både text och melodi till sin sång. Detta gör att barnet skapar ett helt nytt sätt att uttrycka sin inre värld. Det kan vara bra att låta barnet skapa en lista av känslor och välja de mest bekanta känslorna. Därefter kan man uppmuntra barnet att använda dessa ord i verkliga händelser och skriva ner det. Efter viss bearbetning av barnets berättelse kan man skapa en sång som beskriver hur barnet känner och vad det beror på osv. (Lefevre 2004:339–340)

### ***Musikresor***

Musikresor kan vara en användbar metod med barn. Att göra en musikresa innebär att man slappnar av och eventuellt också mediterar till en lugn klassisk musik. Efteråt diskuterar klienten och den professionella vad musiken väckt för tankar samt vad barnet upplevt då hon kommit till en avslappnande och trygg plats. (Musikterapicentrum 2014)

## **4 METOD**

I detta kapitel kommer vi att presentera vårt val av metod. Vi kommer även att beskriva hela processen för vårt examensarbete och berätta om arbetsfördelningen. Dessutom kommer vi att gå in på etiska aspekter samt beskriva layouten av idéboken.

Vi har valt att skapa en idébok med syfte att ge konkreta exempel på hur musik kan användas som metod i arbete med barn som varit med om traumatiska kriser och därför har vi valt produktutveckling som vår metod. Produktutveckling är en vanlig metod inom

yrkeshögskoleutbildning och innehåller både en textdel och en produkt. Det kan vara frågan om ett infobladd, en bok, cd-skiva, nätsida eller planering av ett evenemang. Produkten bör anpassas enligt utbildningsområde samt målgrupp. (Airaksinen 2009)

Vi har valt att göra en produktutveckling i form av en idébok för professionella inom vår yrkesgrupp. Inspiration för vår produkt fick vi då vi läste och bearbetade Michelle Lefevres artikel "*Playing with sound: The therapeutic use of music in direct work with children*" där hon beskriver sina egna erfarenheter av musiken som metod för barn som varit med om traumatiska händelser. Vi hänvisar även till övrig litteratur för att få en bredare källgrund.

Som vi tidigare nämnde innehåller produktutveckling två delar, både en produkt och en skriftlig del. Den skriftliga delen behöver tydliggöra produkten så att man förstår syftet med den. Vi behöver kunna motivera de val vi har gjort angående produkten och framföra vårt syfte med hela arbetet. Eftersom vi gör en idébok kommer vår produkt också innehålla text. Produktens text behöver vara anpassad till målgruppen, skriven på ett ändamålsenligt sätt och behandla syftet med själva produkten. Det skriftliga arbetet innehåller en beskrivning av produkten, det vill säga en processbeskrivning. Processbeskrivningen skall berätta om planerings- och förverkligande processen. (Airaksinen 2009; Vilkka & Airaksinen 2003b)

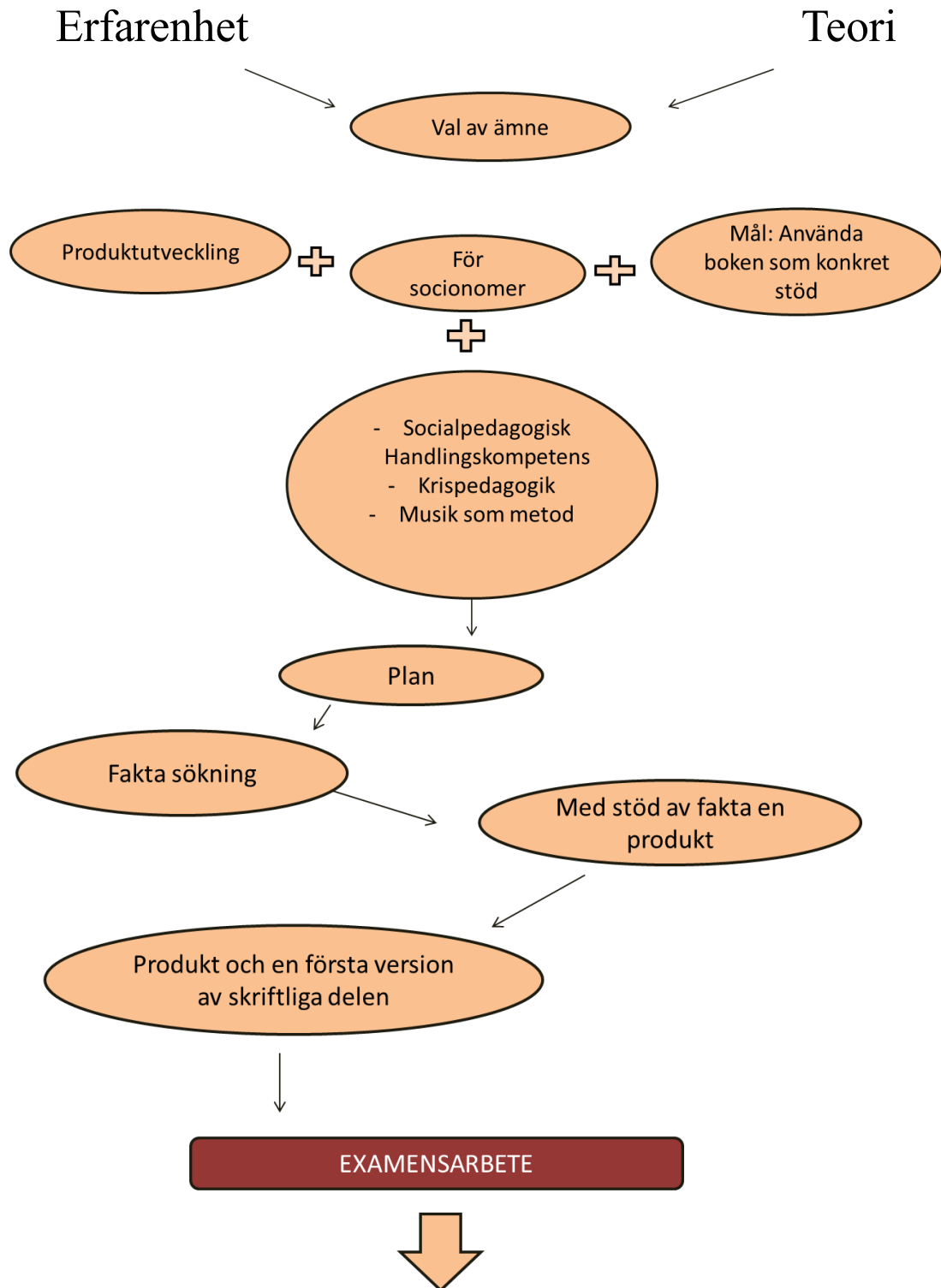
Vi har valt att visualisera produktutvecklingsprocessen som ursprungligen har gjorts på finska av Hanna Vilkka och presenteras på sidan 32. Vi har översatt och bearbetat den till en egen version. Hela processen börjar med att man har en teori och erfarenheter t.ex. från tidigare praktikfält eller från arbetsfältet. Vi började diskutera att skriva tillsammans och funderade på ämnen som båda är intresserade av samt vad vi har för egna erfarenheter från tidigare praktikfält. Vi kom ganska snabbt in på ämnet barn och musik som vi båda har ett stort intresse för. Efter att ha funderat på teori och erfarenhet skall man göra en analys av ämnet. Vi började gå djupare in och studera ämnet samt leta efter litteratur och fakta. Idéstadiet är följande skede i processen och där skall man fundera på metod och medel, teoretisk referensram, målgrupp samt mål med hela arbetet. Vi valde produktutveckling som metod för att få göra något konkret. Eftersom vi har socialpedagogiskt perspektiv valde vi att beskriva handlingskompetenser inom socialpedagogik. Vi valde även

krispedagogik eftersom vi bestämde oss för att kombinera musiken med barn i kris. Som ett tredje ämne inom vår teoretiska referensram valde vi musik som metod.

Den följande fasen handlar om att förbinda sig till en plan. Vår plan var att få både den skriftliga delen samt produkten färdig inom utsatt tid. Vi presenterade vår plan i februari 2014 och efter det började följande fas som är förverkligande av arbetet. Till det här skedet hör datainsamling och utredning (om det behövs) och med hjälp av att analysera materialet formas även produkten. I vårt fall handlade det mera om att hitta fakta och litteratur samt utveckla idéer till vår produkt.

Den sista processen handlar om själva skrivandet av arbetet som innehåller formandet av en produkt samt första versionen av den skriftliga delen. Vi arbetade parallellt med både produkten och skriftliga delen. Efter hela processen är examensarbetet färdigt, både den skriftliga delen samt produkten. Hela processen har bidragit till en kompetens inom sitt område. Vår kompetens efter hela arbetet kan beskrivas som socialpedagogisk handlingskompetens. Vi har utvecklat en förståelse och kunskap över hur musik kan användas som metod i det socialpedagogiska arbetet med barn i kris.

# PRODUKTUTVECKLING



## ***Socialpedagogisk handlingskompetens***

Figur 2. Produktutveckling



## 4.1 Processbeskrivning

Hösten 2013 bestämde vi oss att skriva examensarbete tillsammans och det var klart för oss båda att skriva om barn och musik. Själva skrivandet och utvecklandet av idén började i januari 2014. Tanken var att vi skulle skriva om hur man kan använda musik i det socialpedagogiska arbetet med barn som varit med om traumatiska händelser. Vi ville också göra någon form av produkt, och vi funderade kring en CD-skiva eller någon slags idébok eller broschyr. I januari då vi började vår litteratursökning, fick vi få träffar om vårt ämne och därför beslöt vi oss att inrikta oss på krispedagogik eftersom det också ligger nära till socialpedagogiken. I januari och februari började vi att skriva om tidigare forskning och teoretiska referensramen. Vi sökte litteratur främst via universitetsbiblioteken samt stadsbiblioteken och en del information sökte vi från internet. Materialsökningen har skett på svenska, finska samt engelska. I mars gick vi ut på praktik och då lät vi våra idéer mogna och fortsatte att skriva i slutet av augusti. Detta visade sig vara en god idé för oss. Då vi tog tag i arbetet i augusti hade vi mer inspiration och motivation att fortsätta på vårt arbete. Vi började fundera på idéer till idéboken under sommaren och i augusti började vi skriva och tillverka produkten samt fortsatte på den teoretiska referensramen. I september skrev vi klart metodkapitlet och fortsatte på idéboken. Under oktobermånad höll vi på med finslipning av den skriftliga delen av examensarbetet och slutförde idéboken.

Vi har under hela examensarbetsprocessen skrivit anteckningar vilket vi anser att ha varit till stor hjälp. Det har fungerat som en slags processdagbok. Vi anser att vi har kunnat stöda och uppmuntra varandra under hela processen och därför var det ett bra val att skriva tillsammans.

## 4.2 Arbetsfördelning

Det här examensarbetet har vi skrivit tillsammans och båda har bidragit lika mycket. Vi har till största delen suttit med varandra och skrivit och några enstaka gånger har vi skrivit på skilda håll. Vi har delat upp vem som skriver vad men också hjälpt varandra och tillsammans skrivit när någondera har fastnat. Vi har alltid läst igenom vad den andra har skrivit och gett varandra konstruktiv kritik. Vi har diskuterat med varandra och tagit i

beaktande den andras åsikter och tankar. Inledning, syfte och frågeställningar samt samarbetskapitlet diskuterade vi tillsammans först och Martina skrev det sedan. Tidigare forskningen delade vi upp hälften och hälften. Socialpedagogikkapitlet skrev Martina inledningen till och Paulina skrev om kompetenserna. Vi valde sedan att fokusera oss på krispedagogik och det kapitlet skrev Martina. Kapitlet om musik som metod samt praktiska metoderna skrev Paulina. Martina skrev kapitlet om metodval och etiska aspekter. Vi skrev tillsammans om processbeskrivning och materialinsamlingen. Vi hade tillsammans "brainstormat" och planerat hur idéboken skulle se ut. Paulina började skriva på idéboken, men vi flyttade hela texten in i själva arbetet och därefter började Martina skriva på idéboken. Då examensarbetsprocessen började närma sig sitt slut och vi var nästan färdiga med allt, finslipade vi vår text och produkt tillsammans.

### **4.3 Etiska aspekter**

I det här kapitlet kommer vi gå in på etiska överväganden som vi behöver ta i beaktande. För att skriva ett examensarbete är det viktigt att vara medveten om och beakta vissa forskningsetiska aspekter. Det är viktigt att vi kan beskriva processen och öppet kunna stå för de val vi gjort samt kunna motivera varför. Det här möjliggör oss att kritiskt granska och bedöma forskningens och litteraturens reliabilitet. Vi kommer dessutom gå in på de etiska principerna som bör tas i beaktande i arbete med barn i kris. (Jacobsen 2007:27)

De tre väsentliga etiska kraven som utmärker en forskning är: krav på att bli korrekt återgiven, krav på skydd av privatlivet samt informerat samtycke. Vårt examensarbete innehåller en produktutveckling vilket betyder att det för oss är viktigast att tänka på att materialet blir korrekt återgivet. Det måste hänga ihop med ursprungskällan och återges på ett sanningsenligt sätt. Vi behöver vara noggranna med att inte plagiera. Plagiat betyder att man använder sig av någon annans uttryck och tankar eller hänvisar ofullständigt och otydligt. (Jacobsen 2007:21, 26-27; Vilkkä & Airaksinen 2003a:78)

Den professionella bör kunna reflektera över samt förbinda sig till att följa de värderingar och yrkesetiska principer som står skrivna inom det sociala området. I arbete med barn i kris är det betydelsefullt att den professionella bemöter barnet på ett ytterst känsligt sätt och systematiskt. Detta ligger som grund till en bra kontakt till barnet och leder till ett gott samarbete. I arbete med barn i kris bär alla de professionella som arbetar kring barnet ett yrkesetiskt ansvar över hur de upplever situationen samt förhåller sig till barnet. När ett barn befinner sig i en kris är det viktigt att kommunicera meningsfullt med barnet. Det betyder att vara konkret och diskutera enkelt och tydligt. Barnet vet ofta mera än vad den professionella tror och därför bör man lämna bort onödiga förklaringar eller frågor. Den professionella behöver möta barnet där de känslomässigt befinner sig samt kunna leva sig in i hur barnet upplever situationen. Det handlar även om att förmedla rätt kunskap om en händelse på rätt nivå, vid rätt tillfälle. För att tydliggöra en kris för ett barn kan man använda konkreta föremål eller olika metoder så barnet lättare begriper det som hänt. (Killén 1996:260–262; Raundalen& Schultz 2007:214–215; Davidsson et al. 2014)

Respekt är ett viktigt begrepp då man talar om etiska aspekter i arbete med barn. Barn behöver få känna att det är okej för dem att ha egna känslor, uppfattningar och önsknings. Det betyder att den professionella bör ha ett förhållningssätt till barnet som får barnet att känna att den vuxna bryr sig. Respekt handlar om att ta barnets situation och upplevelser på allvar. (Öhman 2008:135)

#### **4.4 Layout av idéboken**

Det är mycket viktigt att en produkt är tydlig och konkret. Därför valde vi att skriva med stilen Times New Roman, fontstorlek 12 samt ha ett radavstånd på 1,5. Vi har valt att göra idéboken som en mapp i storlek A5. Sidorna i själva produkten satte vi i plastfickor så det går lätt att bläddra och sidorna hålls fina och raka. Vi har tagit egna bilder som vi infogade i idéboken för att göra den mer personlig. Som pärm på idéboken valde vi att endast ha namnet på produkten. Vi bestämde oss för att inte ha en bild på pärmen eftersom hela idéboken följer ett enkelt och tydligt koncept. Istället valde vi att skriva titeln på ett vanligt vitt papper som vi sedan brände kanterna på. De brända kanterna anser vi att symboliserar kris. För att få in musiken på pärmen ritade vi några noter som symboliserar den

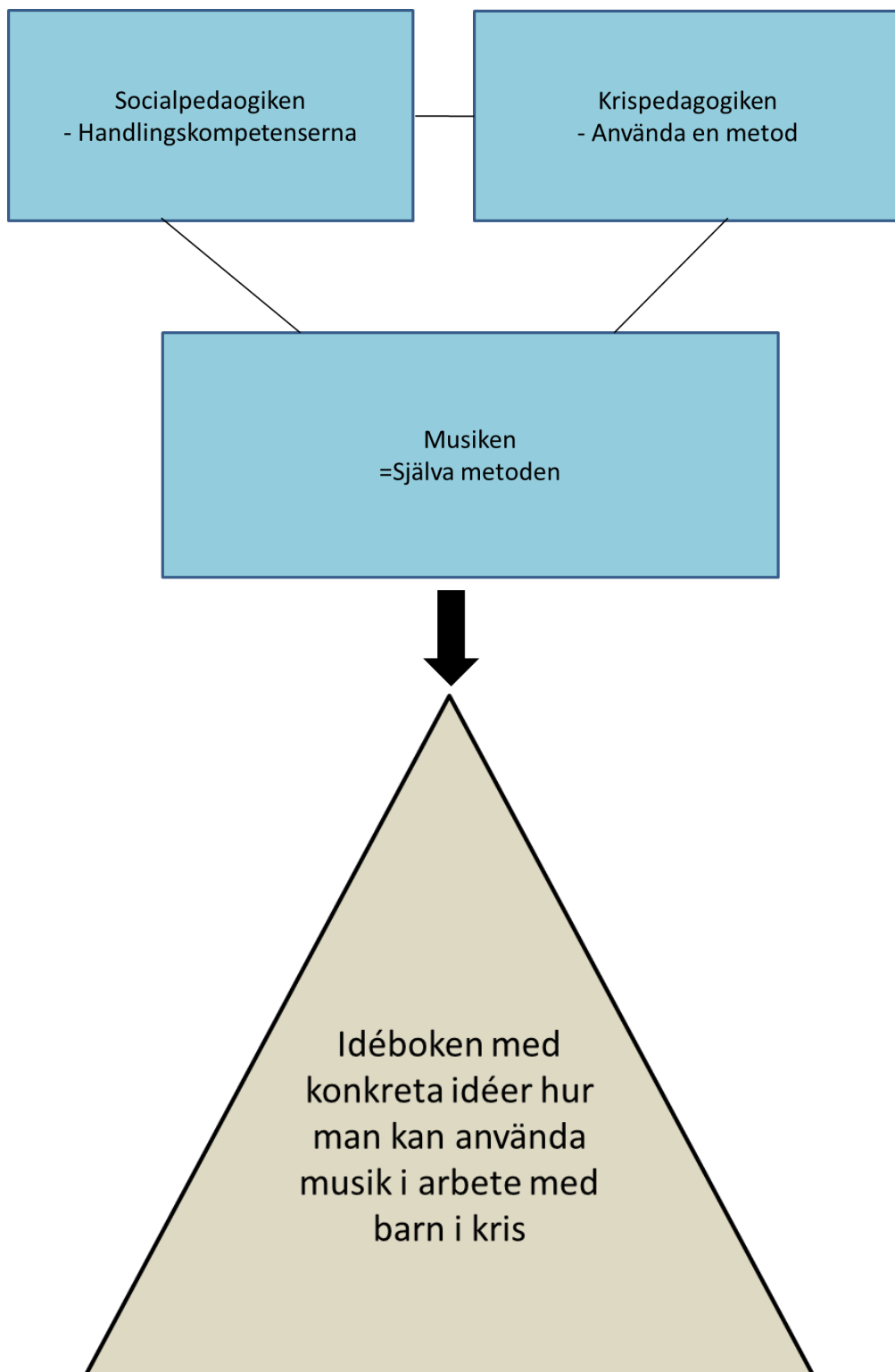
delen. Pärmsidan valde vi att plasta in för att den skall hållas fin. I idéboken har vi tydliga rubriker och skrivit väldigt konkret. Metoderna har vi försökt få i en logisk ordning genom att gruppera dem i två olika kapitel.

## 5 PRESENTATION AV IDÉBOK OCH ANALYS

Syftet med vår produkt är att ge konkreta idéer om hur musiken kan användas som en metod i det socialpedagogiska arbetet med barn i kris. I detta kapitel kommer vi kort presentera innehållet i idéboken. Därefter beskriver vi kort vår analys över hur vi har kopplat den teoretiska referensramen med själva produkten i form av en figur.

I idébokens inledning tar vi upp viktiga aspekter man bör tänka på innan man börjar arbeta med barn och musik. Inledningen ger konkreta tips på vad den professionella ska ta i beaktande för att skapa en trygg relation till barnet. Vi har delat upp kapitlen i idéboken i två delar; *Musiken i centrum* och *Metoder i kombination med musik*. Kapitlet *Musiken i centrum* behandlar metoder var musiken ligger i fokus. I det andra kapitlet presenterar vi metoder var man använder olika redskap, den egna kroppen, rytmer, beröring och där musiken har en bakgrunds funktion. Vi har även lagt till några citat om musik av kända personer för att ge inspiration. I slutet av idéboken ger vi tips på litteratur för en fördjupning i ämnet.

På följande sida har vi visualiserat vår analys om hur vår teoretiska referensram och produkt hänger samman.



Figur 3. En visualisering av analysen för vårt examensarbete.

Socialpedagogikens handlingskompetenser kommer indirekt fram i de olika konkreta metoderna vi presenterar i idéboken. Vi har valt metoder som inkluderar handen, hjärtat, hjärnan och tungan, som representerar de fem kompetenserna. Handlingskompetenserna utgör en grund för vår produkt även om de inte presenteras i själva idéboken. Krispedagogiken kommer fram i idéboken dels genom att vi valt att fokusera oss på barn i kris-situationer och dels genom att man inom krispedagogiken ofta använder sig av kreativa metoder som t.ex. musik. Krispedagogiken ansåg vi vara viktig eftersom syftet med idéboken är att använda den med barn i kris. Vi behövde även få en bredare kunskap om kris och krispedagogik för att kunna göra idéerna till vår produkt. När vi valt de här två ämnena till vår referensram behövde vi få in musiken eftersom den är själva metoden. Vi valde att skriva allmänt om musik samt praktiska metoder inom musik och musikens inverkan på människan. Det här ansåg vi ha nytta av då vi utformade de konkreta metoderna i idéboken. De här tre ämnena bildade till slut vår produkt, idéboken.

## **6 DISKUSSION OCH FÖRSLAG PÅ VIDARE FORSKNING**

I detta kapitel kommer vi att diskutera vår slutliga produkt och hur processen har framskridit. Vi kommer även att utvärdera idébokens innehåll och layout. Till sist kommer vi att ge förslag på vidare forskning.

Våra frågeställningar för detta examensarbete var: ”Hur kan man använda musik i det socialpedagogiska arbetet med barn som befinner sig i kris?” och ”Vilken betydelse kan musiken ha för barn i kris?” Vi anser att vi fått svar på dessa frågor i vår tidigare forskning var några av artiklarna gav konkreta exempel på hur musik kan användas som metod. Vi hade även några artiklar som behandlade olika former av kreativa metoder samt effekter av dem. Detta anser vi gav svar på frågan vilken betydelse musiken kan ha på individen. Eftersom vi har gjort en produkt som innehåller konkreta tips på hur man kan använda musik som metod, anser vi att slutprodukten är en del av svaret på första frågan.

Vi fick från första början fria händer gällande idéboken och dess innehåll. Det har stundvis varit utmanande att komma på konkreta metoder till produkten samt fundera på bokens

layout. Vi har delat åsikter för det mesta och tillsammans funderat ut lösningar. Processen har varit givande och vi upplever att produktutveckling var rätt val för oss. Det har varit omväxlande att arbeta både med produkten och med den skriftliga delen. Ibland har vi ”stampat på stället” med idéboken och då har vi istället kunnat arbeta vidare med den skriftliga delen och vice versa. Det har varit lärorikt att forma en produkt och tänka på alla steg man behöver gå igenom för att få en slutlig produkt. Det är synd att vi inte har haft tid att använda oss av vår idébok, men hoppas på att kunna göra det inom nära framtid.

Innehållsmässigt är vi nöjda med idéboken. Vi anser att vi fick metoderna tydliga och enkla att förstå. Det var svårt i början att komma på konkreta metoder till produkten men vi är ändå nöjda med de idéer vi kom på. Själva formen på idéboken är lätt och enkel att bära med om man t.ex. gör hembesök hos klienten. Dock hade vi tekniska svårigheter att få bilder och text att passa eftersom vi valde A5 storlek istället för A4. Det var svårt att hitta en lämplig layout på idéboken och vi funderade länge på pärmbilden och bilderna i idéboken. Vi hade båda väldigt olika åsikter och idéer kring pärmbilden. Vi fick kompromissa och hitta en lösning som vi båda tyckte var bra och som passade själva produkten. I det stora hela är vi nöjda med idéboken och den blev som vi hoppades att den skulle bli.

Vi är intresserade att se hur musiken i praktiken kan användas med barn och det anser vi att kunde vara en idé på vidare forskning. Vi har enbart fokuserat på hur musik kan användas som metod för barn i kris. Därför vill vi uppmuntra andra studeranden att forska i vilka andra kreativa metoder man kan använda sig av, inte enbart inom barnskyddet utan även inom dagvård, äldreomsorg eller bland personer med funktionsnedsättning.

## KÄLLOR

Amir, D. 2004. *Giving Trauma a Voice: The Role of Improvisational Music Therapy in Exposing, Dealing with and Healing a Traumatic Experience of Sexual Abuse*. American Music Therapy Association Vol. 22, 96-103 s.

Bojner- Horwitz, E. & Bojner, G. 2007. *Mielihyvää musiikista*. WSOY, 39 s.

Brolin, M. Calleberg, P. Westrell, M. 2011. *Krishantering i arbetslivet, nya perspektiv*. Lund: Studentlitteratur, 266 s.

Cederlund, C. & Berglund, S. 2014. *Socialpedagogik – pedagogiskt socialt arbete*. Stockholm: Liber AB, 183 s.

Cullberg, J. 2006. *Kris och utveckling*. Stockholm: Natur och Kultur, 228 s

Dyregrov, A. 2010. *Supporting traumatized children and teenagers- A guide to providing understanding*. London: Jessica Kingsley Publishers, 240 s.

Englund, B (red.) 2004. *Skapande och kroppsbaseade komplementära terapier*. Lund: Studentlitteratur, 225 s.

Erkkilä, J. 1997. *Musiikin merkitystasot musiikkiterapian teorian ja kliinisen käytännön näkökulmista*. Jyväskylä: Jyväskylä: University Printing house, 145 s.

Hakkarainen, L. 2009. *Impro soi! Improvisoinnista iloa ja osaamista soitonopiskeluun*. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy, 45 s.

Hallam, S. & MacDonald, R. 2013. *Introduction: Perspectives on the power of music*. Research Studies in Music Education vol. 35 nr. 1, 83-86 s.

Jacobsen, Dag Ingvar. 2007, *Förståelse, beskrivning och förklaring – introduktion till*



*samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur, 316 s.

Killén, K. 1996. *Svikna barn- Om bristande omsorg och vårt ansvar för de utsatta barnen*. Smedjebacken: Wahlström&Widstrand, 496 s.

Lefevre, M. 2004. *Playing with sound: The therapeutic use of music in direct work with children*. Brighton: University of Sussex, 333-345 s.

Madsen, B. 2001. *Socialpedagogik*, Lund: Studentlitteratur, 244 s.

Paakkonen, T. 2009 *Musiikkiterapian hyödyt ja kehittämistarpeet lasten ja nuorten kuntoutuksessa*, Kuntoutus 2009 nro 3, Kymenlaakson ammattikorkeakoulu, 32- 44 s.

Pifalo, T. 2007. *Jogging the Cogs: Trauma-Focused Art Therapy and Cognitive Behavioral Therapy with Sexually Abused Children*, Charleston: Journal of the American Art Therapy Association Vol. 24, 170-175 s.

Pojjula, S. 2007. *Lapsi ja kriisi*. Helsinki: Kirjapaja, 299 s.

Ranne, K. Sankari, A. Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T. 2005. *Sosiaalipedagoginen ammatillisuus, Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi*. Kokemäki: SPOY Satakunnan Painotuote Oy, 121 s.

Raundalen, M & Schultz, J. 2007. *Krispedagogik – hjälp till barn och unga i kris*, Lund: Studentlitteratur, 280 s.

SAMHSA. 2011. *Helping Children and Youth Who Have Experienced Traumatic Events National Children's Mental Health Awareness Day—May 3, 2011*, HHS Publication 1-4 s.

Vartiovaara, I. 2004. *Voimaa eustressistä*. Helsinki: Gummerus kirjapaino Oy, 184 s.

Vilkka, H & Airaksinen, T. 2003a. *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Jyväskylä: Tammi, 168 s.

Vilkka, H & Airaksinen, T. 2003b. *Toiminnallinen opinnäytetyö- Ohjaajan opas*. Helsinki: Tammi.

Öhman, M. 2008. *Den viktiga vardagen - vardagsberättelser och värdegrund*. Stockholm: Liber AB, 192 s.

### **Elektroniska källor**

American Psychological Association, 2008. *Children and trauma- Update for mental health professionals* Tillgänglig: <http://www.apa.org/pi/families/resources/update.pdf>  
Hämtad: 26.2.2014

Airaksinen, T. 2009, *Toiminnallisen opinnäytetyön kirjoittaminen*. Helsinki. Tillgänglig: <http://www.slideshare.net/TiinaMarjatta/toiminnallinen-opinnytety-tekstin> Hämtad: 12.2.2014

Davidsson, S. Juslin, E. & Kiukas, C. Utbildningsprogrammet för det sociala området *Kompetenser för Socionom (YH)examen*. Sosiaalialan AMK- verkosto. Tillgänglig: [http://web.novia.fi/sbok2013/files/kompetenser/3590\\_1.pdf](http://web.novia.fi/sbok2013/files/kompetenser/3590_1.pdf). Hämtad: 14.10.2014

Eklöf, L. 2014. *LE kreativitet och hälsa*. Tillgänglig: <http://www.kreativitetochhalsa.se/>  
Hämtad: 15.4.2014

Forskning och Framtid 5/2009. *När musiken träffar hjärtat*. Tillgänglig: <http://fof.se/tidning/2009/5/nar-musiken-traffar-hjartat> Hämtad: 15.4.2014

Heiskanen, T. & Hiisijärvi, S. 2007. *Toiminnalliset menetelmät*. Tillgänglig: <http://www.ela.fi/akatemia/toiminnalliset.php> Hämtad: 16.9.2014

Känkänen, P. 2013. *Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa- kohti tilaa ja kokemuksia*. Tillgänglig: [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/39276/kankanen\\_vai-toskirja.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/39276/kankanen_vai-toskirja.pdf?sequence=1) Hämtad: 28.1.2014

Musikterapicentrum, 2014. Tillgänglig: <http://www.musikterapicentrum.se/grupper/>  
Hämtad: 27.8.2014

Sosiaaliportti, 2008. *Taidelähtöiset menetelmät*. Tillgänglig:  
[http://www.sosiaaliportti.fi/fiFI/lastensuojelunkasikirja/tyovalineet/tyomenetelmat/taidelahtoiset\\_menetelmat/](http://www.sosiaaliportti.fi/fiFI/lastensuojelunkasikirja/tyovalineet/tyomenetelmat/taidelahtoiset_menetelmat/)Hämtad: 26.2.2014

Sosiaalityön työmenetelmät. 2014. *Kriisissä olevat*. Tillgänglig: <http://www.helsinki.fi/sosiaalityo/tietoa/sosweb/sivut/kriisi.htm>. Hämtad 16.10.2014

The University of North Carolina at Charlotte, 2013. *What is PTG?* Tillgänglig:  
<http://ptgi.uncc.edu/what-is-ptg/> Hämtad:4.2.2014

**BILAGA**

**IDÉBOKEN**

*Musik som metod i  
arbete med barn i kris*

*Martina Meller*

*Paulina Vihavainen*

*2014*

# Innehåll

## Inledning

<b>1 Musiken i centrum .....</b>	<b>47</b>
<i>Sjunga sånger.....</i>	<i>47</i>
<i>Lyssna på musik.....</i>	<i>48</i>
<i>Spela musik själv.....</i>	<i>48</i>
<i>Skriva egna låtar.....</i>	<i>50</i>
<i>Klassisk musik .....</i>	<i>50</i>
<b>2 Metoder i kombination med musik..</b>	<b>51</b>
<i>Rytm och ramsor.....</i>	<i>51</i>
<i>Dans och rörelse .....</i>	<i>51</i>
<i>Känslkort.....</i>	<i>52</i>
<i>Sånglåda .....</i>	<i>53</i>
<i>Måla och rita .....</i>	<i>53</i>
<i>Foton .....</i>	<i>54</i>
<i>Beröring ...Virhe. Kirjanmerkkiä ei ole määritetty.</i>	
<i>Tips på litteratur: .....</i>	<i>56</i>

## INLEDNING

Vi har sammanställt en idébok med konkreta idéer över hur du kan använda musik i arbete med barn som befinner sig i en svår kris och livssituation. Alla fotografier i idéboken har vi tagit själva.

Till att börja med vill vi ge några konkreta tips det kan vara värt att tänka på innan man börjar arbeta med barn och musik. Det är betydelsefullt att du som vuxen känner dig bekväm i situationen även om musikaliteten känns långt borta. Det viktigaste är ändå att barnet står i centrum och på ett eller annat sätt kan berätta och uttrycka sina känslor. Varje barn är olika och en metod som passar åt ett barn, passar nödvändigtvis inte åt ett annat barn. Därför är det viktigt att ta i beaktande barnets egna tankar och önskningar om att använda musik. Detta för att få ut så mycket som möjligt av det. Det är viktigt att ge tid och utrymme åt barnet och inte tvinga fram känslorna. Ibland kan det löna sig som vuxen att dra sig undan och låta barnet fritt improvisera och inte känna sig iakttagen. Som professionell behöver du ändå vara närvarande hela tiden och kontrollera situationen. Ibland kan tempot behöva lugnas ned om känslorna tar över för mycket. Det kan vara bra att låta barnet spela överdrivet hårt och aggressivt eller motsatsen, mildt och graciöst för att barnet ska få utlopp för sina känslor. Om barnet visar intresse för att använda musik som metod kan det vara bra att prova på olika sätt och metoder att använda musik. Som professionell är det viktigt att vara uppmärksam och försöka tolka och lyssna till vad barnet försöker säga genom musiken, men också vad som inte sägs.

*"One good thing about music, when it hits you, you feel no pain."*

*-Bob Marley*

# 1 MUSIKEN I CENTRUM

Under denna rubrik kommer vi att presentera våra idéer där musiken ligger i fokus.

## *Sjunga sånger*

En enkel metod är att sjunga sånger med barnet. Antingen kan du sjunga tillsammans med barnet, sjunga för barnet eller låta barnet själv sjunga. Du kan välja sånger tillsammans med barnet eller spontant börja sjunga en sång. Syftet med att sjunga är att barnet får uttrycka känslor i form av musik.



## **Konkreta idéer:**

- Sjunga vaggvisor
- Enkla barnsånger
- Modern musik, pop musik kan äldre barn tycka om
- Sjunga på olika språk
- Nynna, kan skapa trygghet
- Sjunga högt för att uttrycka ilska och aggression
- Sjunga i kanon
- Spela in när barnet själv sjunger och låta barnet sedan lyssna till det

## ***Lyssna på musik***

Ibland kan barn ha svårt att uttrycka sig verbalt och då kan det vara bra att lyssna på musik. Låt barnet själv välja musikstilen eller spela upp olika alternativ som kan vara lämpliga för situationen.

### **Konkreta idéer:**

- Lyssna på valfri musik som barnet väljer
- Spela upp musik för barnet
- Använd musik som bakgrundsmusik medan ni diskuterar
- Analysera orden i sångerna och fånga upp känslor och diskutera om dem
- Lyssna till musik för att slappna av
- Vila samtidigt som ni lyssnar till musik
- Låt barnet välja ut en sång för en viss känsla som ni kan lyssna på då barnet känner den känslan

*”Musik är själens tankar ”*

*-Leo Tolstoj*

## ***Spela musik själv***

Att spela musik kan vara avslappnande och hjälpa barnet att uttrycka känslor. Det kan vara bra att inte styra barnet för mycket utan låta barnet spela på sitt eget sätt. Instrument går inte så lätt sönder så om barnet känner ilska kan instrument vara ett bra sätt för barnet att utagera sina känslor på. Det som kan uppfattas som oljud kan i verkliga fall betyda många känslor och berätta mycket mer.



### Konkreta idéer:

- Låt barnet välja instrument t.ex.
- Trummor
- Piano
- Cymbaler
- Maracas
- Trumpet
- Xylofon
- Gitarr
- Tamburin



- Spela med barnet eller låt barnet spela själv
- Imitera varandra
- Låt barnet koppla känslan med en viss ton dvs. spelar barnet en låg ton så vilken känsla kopplar barnet till det?
- Spela på olika instrument för barnet och låt barnet skapa en berättelse till melodin
- Låt barnet välja instrument efter känsla

### Alternativ till instrument:

- Använd den egna kroppen t.ex. klappa händerna, stampa fötterna, klappa på benen, vissla, knäppa med fingrarna etc.
- Skapa rytmer med den egna kroppen eller med varandra
- Bok med hård pärm eller mapp
- Pennor
- Kastruller och slevar
- Fylla flaskor med vatten och använda det som instrument

*“Music expresses that which cannot be put into words and that which cannot remain silent”*

*-Victor Hugo*

## ***Skriva egna låtar***

Om barnet har svårt att prata om sin kris kan man låta barnet skriva ner känslorna eller händelsen och göra det till sång. Det är viktigt att inte ställa krav på barnet utan låta barnet skriva vad hon/han tänker.

### **Konkreta idéer:**

- Använda instrumental version av en låt och hitta på texten själv
- Skriva om en låt som redan finns t.ex. ”Blinka lilla stjärna där”
- Ge som uppgift till barnet att skriva sången eftersom detta kan ta lång tid
- Ha detta som ett längre projekt
- Skriva tillsammans en låt
- Låt barnet skriva samtidigt som hon/han lyssnar på någon låt, det behöver inte bli en låt utan en berättelse om händelsen

*”Music is what feelings sound like”*

*-Okänd författare*

## ***Klassisk musik***

Klassisk musik är bra att använda som avslappningsmusik eller använda som bakgrundsmusik under diskussion. För barnet kan det kännas skönt att lyssna på instrumentell musik för att koppla bort känslorna för en stund.

### **Konkreta idéer:**

- Slappna av till klassisk musik
- Låt barnet skapa en känslaresa t.ex. med hjälp av känslokorten till klassisk musik
- Skapa rörelser till musiken

- Massera varandra medan ni lyssnar på klassisk musik
- Låt barnet fantisera vad den klassiska musiken handlar om, dvs. skapa en historia eller berättelse
- Lyssna till naturljud, t.ex. fågelkvitter, vatten som forsar etc.

## 2 METODER I KOMBINATION MED MUSIK

I detta kapitel presenterar vi konkreta metoder man kan göra i kombination med musik.

### ***Rytm och ramsor***

Med hjälp av ramsor, rim och rytm kan barnet få uttrycka sina känslor. Ramsan behöver inte handla om barnet själv utan man kan hitta på en ramsa om t.ex. en nalle. Man kan försöka få barnet att berätta vilka känslor nalle känner och diskutera med barnet vad de känslorna betyder och varför nalle kanske känner så.

### ***Dans och rörelse***

Om det för barnet känns svårt att sitta stilla och lyssna eller skapa musik kan man ta in rörelser och dans. Likaså om barnet har svårt att uttrycka sig verbalt kan rörelser och dans göra det lättare.

### **Konkreta idéer:**

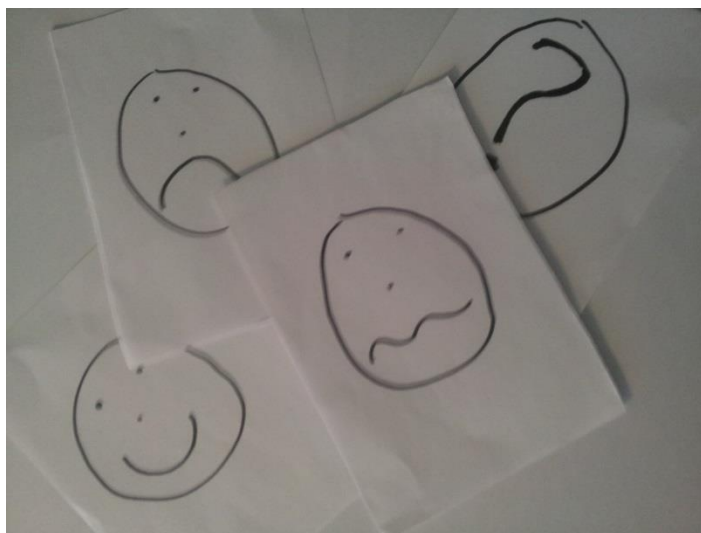
- Låt barnet uttrycka en känsla i rörelse t.ex. glädje eller sorg
- Låt barnet dansa en stund för att slappna av
- Skapa berättelser med rörelser och musik
- Dansa tillsammans med barnet → Kan hjälpa barnet att känna sig trygg med en vuxen

## **Känslkort**

För att stöda barnet till att sätta ord på känslor kan man använda känslkort. Med känslokorten kan barnet lättare uttrycka hur hon/han själv känner.

### **Konkreta idéer:**

- Sätt på musik → Ställ ut känslokorten på ett bord → Låt barnet plocka upp de känslkort som hon/han känner under musikens gång
- Använd känslokorten som stöd om ni skapar ramsor eller en sång
- Låt barnet plocka upp de känslkort som nämns i en sång
- Känslkort kan användas för att skapa en berättelse då barnet t.ex. lyssnar på klassisk musik
- Om det inte finns tillgång till känslkort kan man skapa kort tillsammans med barnet



*“The only truth is music.”*  
*- Jack Kerouac*

### **Sånglåda**

En sånglåda eller sångpåse kan användas som metod i arbete med barn och musik. Det betyder konkret att ha en låda eller påse med t.ex. små kramdjur, namn på sånger eller känslkort. Barnet får då ta ett föremål ur lådan och så kan man diskutera om känslor som t.ex. nyckelpigan känner, sjunga om nyckelpigan eller hitta på en ramsa om nyckelpigan.



### **Måla och rita**

Att måla och rita med musik kan få barnet att lättare berätta om känslor. Genom musik som avslappning och att använda kroppen, dvs. armen för att rita kan barnet utagera känslor på pappret.

#### **Konkreta idéer:**

- Måla med den färg som barnet kopplar ihop med en känsla t.ex. svart för att barnet känner ilska osv.
- Göra en bild av det som hänt samtidigt som barnet lyssnar på musik
- Med hjälp av bild och musik kan barnet via sin fantasi berätta viktig fakta och information

- Lyssna på musik och koppla känslorna från sången med en färg och diskutera om det

### **Foton**

Foton är bra att använda som redskap för att få fram minnen och känslor av barnet. Det är ändå viktigt att komma ihåg att foton kan skapa väldigt starka känslor hos barnet. Därför kan det vara bra att använda foton först vid det skede då barnet är känslomässigt beredd för det.

#### **Konkreta idéer:**

- Koppla personen på fotot till en sång
- Bilda ett fotocollage till en viss låt som barnet själv väljer
- Använda foton som underlag vid diskussion
- Använda foton istället för känslkort

### **Beröring**

Att känna på konkreta föremål kan hjälpa barnet att berätta om sina känslor. Genom att konkret beröra något frigörs känslor rent fysiskt. Barnet kan sitta i lugn och ro och lyssna på musik och få känna på föremålen och sedan berätta vad för känslor som kommer upp till ytan.

#### **Konkreta idéer:**

- Använda mjuka föremål som känns trygga och sköna i barnets hand
- Hårda föremål kan vara bra för barnet att beröra om hon/han känner ilska
- Föremålen kan stöda barnet att namnge känslan

- Att massera varandra kan skapa trygghet hos barnet men det kan också vara obehagligt beroende på vad barnet varit med om



## *Tips på litteratur:*

Erkkilä, J.1997. *Musiikin merkitystasot musiikkiterapian teorian ja kliinisen käytännön näkökulmista*. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing house, 145 s.

Forskning och Framtid 5/2009, När musiken träffar hjärtat. Tillgänglig: <http://fof.se/tidning/2009/5/nar-musiken-traffar-hjartat>

Hakkarainen, L. 2009. *Impro soi!* Improvisoinnista iloa ja osaamista soitonopiskeluun. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy, 45 s.

Lefevre, M. 2004. *Playing with sound: The therapeutic use of music in direct work with children*, University of Sussex, Brighton, UK, 333-345 s.

Musikterapicentrum, 2014. Tillgänglig: <http://www.musikterapicentrum.se/grupper/>

Sosiaaliportti,2008.Taidelähtöisetmenetelmät.Tillgänglig:

[http://www.sosiaaliportti.fi/fiFI/lastensuojelunkasikirja/tyovalineet/tyomenetelmat/taidelahtoiset\\_menetelmat/](http://www.sosiaaliportti.fi/fiFI/lastensuojelunkasikirja/tyovalineet/tyomenetelmat/taidelahtoiset_menetelmat/)







