



Høgskulen  
på Vestlandet

# BACHELOROPPGÅVE

Eit frirom for tilkopling

Bruk av musikk i sosialt gruppearbeid med personar med rusavhengigheit og psykiske lidingar

A free space for connection

Use of music in social groups with people with drug addiction and mental illness

**Kandidatnummer: 267**

Bachelor i Sosialt Arbeid  
Fakultet for helse og sosialvitenskap  
Institutt for velferd og deltaking

Tal på ord: 7941  
19. mai 2021

## ABSTRACT:

This thesis is based on a literature study with research from the use of music in groups within substance abuse or in mental health work. The articles focus on both the user perspective and the perspective from the group leader. The goal is to see how the relation can be created in groups with the use of music. What key factors is needed to create this good relation between the group members and leader. Theory of communication, relation and activity in group method is used as a context for the discussion.

I have made a strategic search to find four relevant articles that have both qualitative and quantitative study designs. The findings shed light on how music normalizes the sharing of thoughts and feelings. The group is seen as a social function, wich provides motivation for participation – factors that in light of theory create a good relation.

Keywords: music in group, music experience, connection, relation, substance abuse, mental health care

## Innholdsfortegning

1.0. INNLEIING.....	4
1.1. Bakgrunn for val av tema.....	4
1.2. Problemstilling .....	5
1.2.1. Avklaring av omgrep .....	6
1.2.2. Avgrensing av problemstilling .....	7
1.3. Mi forforståing.....	7
2.0. TEORI.....	8
2.1. Rus.....	9
2.2. Psykiske lidningar.....	9
2.3. Relasjon og kommunikasjon.....	9
2.3.1. Aktivitet i gruppe til å styrke relasjonen og kommunikasjonen .....	10
2.3.2. Kva betydning har kjønn for relasjonane?.....	11
2.4. Gruppemetode.....	11
2.5. Personen i situasjonen .....	12
3.0. METODE .....	13
3.1. Litteratursøk .....	13
3.2. Søkestrategien .....	14
3.3. Kritisk vurdering.....	15
3.3.1. Dei fire artikkane .....	16
4.0. FUNN.....	18
4.1. Styrka sjølvoppleving i relasjon til andre.....	18
4.2. Musikk og identitet knytt saman.....	18
4.3. Musikktilbodet har ein sosial funksjon og motivasjon.....	19
4.4. Gruppeleiarrolla .....	19
4.5. Utfall .....	20

5.0. DRØFTING .....	20
5.1. Betydninga av musikkopplevingar i gruppe .....	20
5.2. Gruppetilbodet gir tilgang til fellesskap .....	22
5.3. Gruppeleiaren sin rolle i samspelet.....	23
6.0. AVSLUTNING.....	24
7.0. LITTERATURLISTE.....	26
VEDLEGG 1: .....	29
VEDLEGG 2: .....	32

## 1.0. INNLEIING

Følelser er musikk. [...] Det er veldig viktig! Minner, følelser, alt til musikk, ikke sant [...] Jeg har hatt det kjempekoselig som alltid. Jeg blir så glad av musikk, jeg. Jeg blir så revet med og synes det er kjempemoro! Jeg gleder meg hver gang det er musikktime, jeg [...] Vi får kontakt med de andre som bor her ... Og oss selv.

(pasientkommentarar, Overå, 2012, s., 47, 56 & 68)

### 1.1. Bakgrunn for val av tema

Folkehelse rapporten for psykiske lidningar for vaksne rapporterer at i løpet av eit år vil mellom ein av seks og ein av fire ha ein psykisk liding. Vidare rapportera dei at ein veit lite om enkeltårsakar, men at det er påverka av både genetiske og miljømessige faktorar, og at psykiske lidningar og ruslidingar ofte opptre samtidig (Folkehelseinstituttet, 2018). Misbruk og rusavhenge kan bidra til helsetap og tapte leveår i befolkninga. Alkoholavhenigheit og skadeleg bruk av alkohol er den hyppigaste rusbrukslidinga i Norge. Etter dette kjem vanedannande medikament og narkotika (Folkehelseinstituttet, 2019). Helsedirektoratet gjennomførte også ei nasjonal undersøking av brukarerfaringar blant personar med rusmiddelproblem som mottar kommunale tjenester. Her gir brukarane gode tilbakemeldingar av ansatte i tenestane, der dei fortel at relasjonen er prega av tillitt, forståing og respekt. I ein annan delrapport skriver Helsedirektoratet at det er forbettringspotensiale knytt til dei yngre brukarane. Der eine punktet seier at ein må sikre oppfølging etter rusbehandling. Hjelpeapparatet burde kunne møte dei yngre brukaranes behov for å uttrykke seg utover den tradisjonelle samtalen, gjennom til dømes musikkterapi (Helsedirektoratet, 2020, s. 31).

Musikkterapi har blitt nemnt i fleire offentlege rapportar og retningslinjer knytt til rus og psykisk helse. Det å bruke musikk som miljøbehandling styrt av andre yrkesgrupper enn musikkterapeutar er eit felt i utvikling i Norge. Det er mykje overføringsverdi frå musikkterapien som er spennande å ta med seg når ein skal styre ein gruppe der ein brukar musikk som aktivitet. Etter at eg var i praksis i 2020 fekk eg auga opp for musikk som miljøterapeutisk arbeid då eg fekk ansvaret for å styre ei musikkgruppe med nokre brukarar. Her brukte vi musikk på ulike måtar. Blant anna med å dele og lytte til songar, og deretter dele tankar, kjensler og erfaringar knytt til desse songane. Eg satt igjen med ein oppleving av at gruppearbeidet hadde vore verdifullt for dei som deltok, og eg blei meir nysgjerrig på denne måten å jobbe på.

Eg ynskjer difor å utforske meir korleis musikk i sosialt gruppearbeid kan vere eit verktøy til å skape handlingsrom og påverke den gode relasjonen. Bruk av musikk i gruppearbeid er relevant for min profesjon i arbeid med menneske, då dette kan vere ein måte å få tilgang på dei underliggande følelsane og jobbe med dei, samt at det kan styrke dynamikken i dei nye relasjonane som blir danna i gruppearbeidet (Heap, 2005, s. 213 & 221).

## **1.2. Problemstilling**

Dette er ein oppgåve om bruk av musikk i sosialt gruppearbeid med personar med rusavhengigheit og psykiske lidningar. Eg er interessert i å utforske korleis bruk av musikk som aktivitet i gruppearbeid kan påverke relasjonen til både gruppemedlemmane men også til gruppeleiar. Det er interessant å utforske kva som kan påverke relasjonane til gruppemedlemmane og gruppeleiar då det er i denne relasjonen at ein skapar moglegheiter til endring, motivasjon, deltaking og andre faktorar som styrkar dei som deltar i gruppearbeidet. Hensikta med oppgåva er å utforske musikk i gruppe hos personar med rusahenge og psykiske lidningar for så å reflektere rundt korleis dette arbeidet påverkar relasjonane i gruppa. Derfor er oppgåvas overordna problemstilling:

*«Korleis kan bruk av musikk i gruppe påverka relasjonar i arbeid med personar med rus- og psykiske helserelaterte lidningar?»*

### 1.2.1. Avklaring av omgrep

I oppgåva skal bruk av *musikk* forståast som bruk av ein aktivitet i gruppemetode. Musikk i ei lyttegruppe der ein lyttar til songar saman. I gruppearbeid kan ein bruke alternative verktøy i tillegg til verbale samtalar for å sette i gang handlingar som styrkar gruppearbeidet. Aktiviteten må vere relevant og hensiktsmessig som vil tjene gruppas kontakt og interaksjon, samt hjelpe dei til å gi uttrykk for og konfrontere ulike utfordringar (Heap, 2006, s. 211-212).

Med *gruppe* forståast det som eit anna tilbod enn individuell behandling, altså gruppetilbod. Her vil gruppemedlemmane bruke gruppa som hjelpemiddel med å dele kjensler og erfaringar, ved å samanlikne haldningar og støtte kvarandre gjennom å anerkjenne, komme med forslag til løysing og andre idear knytt til utfordringane som dukkar opp (Heap, 2006, s. 21-22).

*Relasjonen* i denne oppgåva vil vere knytt til gruppemedlemmanes relasjonar seg imellom, men eg vil også nemne relasjonen til gruppeleiaren. Gruppemedlemmane er dei som deltar i gruppa. Den som leda gruppa vil bli kalla gruppeleiaren, slik at det inkluderar dei som ikkje akkurat passar inn i den terapeutiske rolla, men som er ein fagperson som er engasjert i å bruke musikk i ein gruppesamanheng (Pavlicevic, 2003, s. 18).

*Personar med rus - og psykiske helse relaterte lidningar* vil i denne oppgåva bli omtalt som personar som sliter med rusavhengigheit eller personar som lider av psykiske lidningar. Sjølv om rusavhengigheit og psykiske lidningar påverkar kvarandre gjensidig med samansette utfordringar, så krevja det ein merksemd med fokus på behandling av begge lidningar (Helsedirektoratet, 2012, s. 66-67). I denne oppgåva har eg funne forskning der musikk i gruppe blir både brukt i rusarbeid, men også i arbeid med personar som har ein psykisk lidning, då eg fant fleire artiklar som handlar om bruk av musikk i enten rusarbeid eller psykisk helsearbeid enn artiklar med rus og psykiske lidningar samtidig.

### 1.2.2. Avgrensing av problemstilling

Det er fleire faktorar som gjer menneske utsette for å utvikle rusavhengigheit og psykiske lidingar. Blant desse risikofaktorane finn ein jenter og gutar som veks opp under problematiske heimeforhold, opplever traumer, lite nettverk og problem med å utvikle gode relasjonar til venner, problem med tilknytning til skule/arbeidsliv og har utvikla lav sjølvtilit der trua på at eins egne krefter er dårlege. Når desse menneska blir eksponert for rus kan det då vere ein større risiko for å utvikle rusproblem (Lossius,2020, s.24-25). Dette vil ikkje bli belyst i oppgåva, men vil vere viktig å tenke over då det kan vere vanskeleg for desse å delta på eit gruppetilbod der ein skal skape trygge relasjonar og stole på andre med å dele sårbar informasjon.

Rusmiddelmissbruk og psykiske lidingar er eit samspel mellom biologi og psykososiale erfaringar. Til dømes kan ein psykose vere eit resultat av rusmiddelbruk, eller på den andre sida vere personar som er påverka av rusmidlar men som har underliggende psykotisk tilstand som kamuflerast av rusen (Helsedirektoratet, 2012, s.45). Det er viktig å hugse på at rus og psykiske lidingar ofte heng saman, men i denne oppgåva vil eg ikkje fokusere på rus- og psykiske lidingar (ROP-lidingar) som eit samla omgrep.

Det er også viktig å hugse på at eit slikt gruppetilbod er ikkje det eine og aleine som skal styre gruppemedlemmane sin vekst, det er andre områder som er viktig når ein følgjer opp personar med rus og psykiske lidingar. Områder som til dømes arbeidsliv og økonomi. Desse områda vil ikkje vere fokusområder i denne oppgåva.

Når ein skal setje saman ei gruppe er det mykje ein gruppeleiar må ta hensyn til. Eg har avgrensa denne oppgåva med å ikkje gå i djupna av dei ulike fasane i ein gruppeprosess, som planleggingsfasen, arbeidsfasen og avslutning av gruppa, på grunn av oppgåvas omfang og tid (Heap,2015, s.36).

### 1.3. Mi forforståing

Mi forforståing er prega av det eg har lært gjennom bachelorstudiet innan sosialt arbeid, samt prega av praksis og tidligare jobb erfaring. Etter at eg har gått på sosialt arbeid, og vore i praksis på ein avdeling for psykisk helse og rusarbeid har eg sett og lært meir av kva konsekvensar rus medfører. Før studie har eg tenkt på rus som at



det er personar som slit med narkotika, men etter å ha studert og vore i praksis har eg innsett at det er eit meir samansett problem enn dette. Rus kan bety så mangt, både som i narkotiske stoff men også om alkohol. Eg har lært om korleis vi menneske har fordommar og setter andre menneske i bås, at mannen på gata som drikk alkohol klokka 10:00 ein tysdags formiddag ikkje berre er ein «alkis». Eg har lært at rusavhengigheit og psykiske lidingar ofte kjem saman, og at ein må ha eit meir heilskapleg perspektiv på det – sjå mannen bak alkoholen.

Gruppearbeidet som eg hadde ansvaret for i praksis har gitt meg motivasjon til å skrive om dette temaet. Gruppearbeidet var frivillig, og i byrjinga var det kun dag for gruppemøtet som var fast. Elles bestemte vi saman korleis vi skulle nytte timen. Alt frå å lytte, skrive, framføre og spille musikk. Det tok ikkje lang tid før eg observerte at gruppemedlemmane tok meir styring. Dei delte meir personlege og sårbare songar, og hendvendte seg til kvarandre med erfaringar og støtte. Uheldigvis satt korona ein stopp for praksisperioden, og eg måtte avslutte gruppearbeidet mykje tidlegare enn forventa. Eg såg også verdien i det å bruke musikk som verktøy i gruppearbeid. Det var godt å prate om favorittmusikken sin, sjå eit smil då refrenget tok av på høgtalarane og høyre på minna bak songen som blei spelt.

Gjennom gruppa vi starta i praksisperioden såg eg verdien i det å tilhøyra eit fellesskap. Eg erfarte at denne måten å jobbe på fungerte for å motivere gruppemedlemmane til å bryte isolasjonen og møte andre som dela dei same negative konsekvensane av å vere avhengig av rus. Eg erfarte også at musikk ga handlingsmoglegheiter, moglegheiter til å bli kjent og skape ein relasjon. Det var alltid noko å sei til ei song, og opplevinga rundt den songen. Som gruppe kommuniserte vi betre, og musikken styrka vår relasjon til kvarandre. Forforståinga mi er også prega av at ikkje alle passar inn i eit gruppearbeid, og at det ligg mykje planlegging bak ein slik samansetning, ei omfattande planlegging.

## 2.0. TEORI

I forbindelse med problemstillinga, og opne opp for drøfting seinare, vil eg presentere nokre teoriar som eg støttar meg til i denne oppgåva.

## **2.1. Rus**

I Norge brukar helsevesenet den internasjonale sjukdomsklassifikasjonen ICD-10 til å diagnostisere rusproblem. ICD- 10 skiljer mellom om rusen er skadeleg eller avhengig (Lossius, 2020, s. 26). Den klassifiserar rusavhengigheit og rusksadar i forhold til medisinske tradisjonar, dei baserar seg på kva rusen skapar for brukaren sjølv. I ein klinisk kvardag ser ein på rusproblem som eit relasjonelt problem, der rusen skapar problem kring relasjonen personen har til andre og skapar for andre (Lossius, 2020, s.27-28). Rusproblem er ikkje ein sjukdom ein passivt legger ansvaret hos ein sosialarbeidar, det er personen som har rusproblem som sjølv er ekspert på eige liv. Sosialarbeidaren sin rolle blir å stimulere pasienten til å bli klar over sine eigne ressursar og vere ein støtte i personens endringsprosjekt (Lossius, 2020, s. 36).

## **2.2. Psykiske lidningar**

Psykiske lidningar omfattar ulike sjukdommar som angst, depresjon og psykose. Personar med psykiske lidningar blir behandla i kommunalt helsevesen, i spesialisthelsetenesta og i avrusingsinstitusjonar. I Norge brukar vi eit diagnosesystem der dei ulike psykiske lidningar står med undergrupperingar, og kva symptoma som høyrer til dei ulike lidingane (Svindseth, 2021, s. 178). I utviklingspsykologi snakkar ein om skam, skam som blir til eit vern. Den kan vere god på ein måte der den setter grenser for kva vi gjer, men dårlig med at den skapar tilbaketrekning, isolering, lite handling, sjølvøydlegging og sjølvforakt. Skammen kan oppstå i ulike lidelsesformer og rus, og kan føre til at desse personane isolerer seg frå omverden (Skårderud et al., 2010, s. 32).

## **2.3. Relasjon og kommunikasjon**

Kommunikasjon blir enkelt forklart som utveksling av teikn mellom to eller fleire partar. Ved å kommunisere gjer ein noko felles, tar deltaking i andre og får ein kontakt. Kommunikasjon er grunnleggjande for å skape ein relasjon. Relasjonen brukast gjerne når ein snakkar om samspel mellom menneske (Eide & Eide, 2007, s. 17). I samspel med andre vil vårt menneskesyn komme til syne, og det vil bli oppfatta av personen vi er i samspel med. Innen psykisk helsevern er det viktig med

kommunikasjon for å gi best mogleg behandling og omsorg. Ethiske prinsipp vil stille krav til oss når vi arbeidar i helse- og omsorgssektoren (Svindseth, 2021, s. 180).

Shulman skriv om kunsten å hjelpe, der han blant anna skriv om interaksjonen mellom sosialarbeidaren og den som trenger hjelp. Her nemner han at det er vesentleg at sosialarbeidaren klarar å formidle følelsar på ein slik måte at det personlege og profesjonelle er tilstade i ein heilheit. Han skriv om ferdigheitene som er tilstade for å utvikle ein god relasjon og vere til hjelp for brukaren. Ferdigheiter som handlar om å hjelpe brukaren til å meistre sine følelsar; å utforske tausheita, å sette ord på klienten sine følelsar, å vise forståing på det brukaren følar og å gi uttrykk for eigne følelsar. Vidare skriv han om ferdigheiter som handlar om å hjelpe brukaren å meistre sine problem; å avklare hensikt og rolle som sosialarbeidar, å søke tilbakemelding frå brukaren, å dele opp klienten sine problem og å støtte brukaren når tabuproblem dukkar opp (Shulman, 2003, s.53-54).

2.3.1. *Aktivitet i gruppe til å styrke relasjonen og kommunikasjonen*  
«Kraften til forandring ligger i den relasjon som oppstår, og i den selvrefleksjon som denne relasjon gjør mulig» (Trondalen, 2008, s. 36). Realsjonsskapinga i gruppa kan bli påverka av mange ulike faktorar. Blant anna ved å rette søkelyset mot bruken av aktivitetar og handlingar som alternativ eller supplement til å skape ein diskusjon, er stimulering av kontakt og samhandling eit mål (Heap, 2005, s. 213).

Meiningsfylte aktivitetar som styrkar interaksjon mellom medlemmane kan vere ein avgjerande faktor for at gruppearbeidet kan lykkast. Til dømes bruk av musikk, der ein kan bruke musikken til å komme nærmare i kontakt med kvarandre. Dei fleste grupper erfarar tidlig i dei første møta at det vil vere prega av forskitig utforsking og leiting etter fellesskap. Her er det vanlegvis normalt å bruke verbale metoder for å skape samhandling, men bruken av handling er eit godt alternativ. Musikken kan sette ein stemning og skape handlingsrom, aktiviteten kan hjelpe på med å påverke interaksjonstempoet (Heap, 2005, 215). Sjølv om musikk kan vere ein «enkel» aktivitet, er det viktig å tenke på at menneska vi møter i gruppearbeidet ofte har med seg ein del negativ bagasje, og ikkje har så mykje energi eller overskot, så sjølv dei enklaste aktivitetar for ein gruppeledar kan vere det tyngste for ein deltakar. Det er viktig å tenke på når ein skal velje aktivitetar, og som kan redusere presset og ikkje

auke det. Det kan også vere viktig at dei som deltek har ein einigheit og eit mål rundt bruk av aktiviteten (Heap, 2005,s. 220).

### 2.3.2. *Kva betydning har kjønn for relasjonane?*

Personlege eigenskapar som kjønn, inngår i heile analysen av ein situasjon. Er sosialarbeidaren ei ung kvinne, medan brukaren er ein eldre mann frå ein annan kultur, kan relasjonen bli påverka enn visst brukaren var ei ung dame frå same kultur som sosialarbeidaren. Kvinner og menn, alder, kultur og yrke kan bli tolka på ulike måtar og gjere ting på ulike måtar, som igjen kan påverke korleis ein sosialarbeidar jobbar gjennom relasjonar. Det er sjølv sagt ulike nyansar, men det kan vere ein viktig del av det å ha eit kritisk blikk på oss sjølv i korleis vi utførar våre kommunikasjonsferdigheiter, både verbalt og nonverbalt, saman med brukarar. Det kan vere nokre brukarar som knyttar seg lettare til visse personlege eigenskapar enn andre (Levin & Ellingsen, 2015, s.121-123).

## 2.4. **Gruppemetode**

Kvifor gruppe? Vi tilhøyrar mange ulike grupper opp gjennom livet. Å vere med i ei gruppe kan gi oss trygghet og tilhøyring. Vi menneske er sosiale og biologiske vesen som er avhengig av å tilhøyre ei gruppe der vi kan få våre grunnleggande behov tilfredsstillt. Behov der vi lærer og utviklar oss, som til dømes gruppene vi var med i då vi var barn og lærte korleis ein leikar saman med andre barn. Eller i tenåra då vi tilhøyrar ei vennegruppe der vi får støtte og bekrefting på eigenverd. Det er det som er fint med å delta i grupper, fordi vi får noko igjen for det samtidig som vi gir (Heap, 2005, s. 14). Dette skildrar korleis vi menneske trenger andre menneske for å oppleve tilhøyring. Korleis vi menneske i relasjon med andre kan vokse. Samtidig beskriver det korleis vi i grupper har ein gjensidig avhengigheit der vi har moglegheit til å påverke andre sitt liv med at vi kan vere til hjelp og støtte.

Heap skriv om korleis grupper kan hjelpe. Hjelp er eit stort omgrep då hjelp for mange kan vere den nødvendige materielle støtta i form av pengar, jobb, ein plass å bu eller behandling. Eller hjelp i form av å gi informasjon om tilbod eller rettigheit. Mange av dei menneska sosialarbeidarar og helsearbeidarane møter er ofte prega av stor mangel på menneskeleg kontakt. Til dømes så kan uførheit, psykiske eller

fysiske sjukdommar føre til at menneske isolerer seg. Sjølvvørnaden kan bli svekka av einsemd, og mangel på sosiale ferdigheiter, nederlag og verdilauseheit kan vokse fram. Gruppemetode kan vere god til å behandle problem knytt til framandgjering og isolasjon, fordi det kan bryte isolasjonen, skape eit fellesskap med fleire menneske og kan gi menneske støtte og anerkjenning (Heap, 2005, s. 213). Ut i frå det Heap skriv er det viktig og også ha i bakhovudet at det ikkje er noko garanti for at gruppemøte fungerer knirkefritt. Det vil også vere avgjerande for korleis gruppa er samansett, medlemmane sin motivasjon og ressursar og om gruppa lykkast i å skape gode relasjonar, som gir dei eit godt fellesskap (Heap, 2005, s.214).

Det kan vere hjelp i å aktivt lytte til eit menneske som er i kamp med sine vanskar og trenger anerkjenning for det som blir fortalt. Det kan vere hjelp i å akseptere og respektere og tilby eit varmt og kravfritt forhold som støtte i ein vanskeleg tid. Heap påpeikar og at hjelp er å anerkjenne menneskes evne til å løyse eigne problem i forhold til sine verdiar, ressursar og ønsker (Heap, 2005, s.19). Dette viser berre nokre aspekt med ordet hjelp, og viktigheita av at vi har ulike måtar å gi hjelp på. Gruppa som hjelpemiddel kan bidra til å utnytte deltakarane sin ressursar på ein måte som styrkar sjølvvørnaden, og føre til støtte, råd og avgjerder frå deltakarane sjølv (Heap, 2005, s. 22). Å forstå samanhengar kan ha betydning for korleis vi utøvar sosialt arbeid. Å ha eit heilheitssyn i arbeidet vil hjelpe på å sjå kvart enkelt samt personen i ein heilheit (Berg et al., 2015, s.25).

## **2.5. Personen i situasjonen**

Å sjå personen ut i frå den samanhengen ho eller han er i handlar om å sjå «Personen i situasjonen» ( Berg et.al., 2015, s. 19). Når sosialarbeidaren møter ein person, som har eit problem, er det viktig å ha heile situasjonen for auget. Dersom ein ser på problemet som at personen sjølv er problemet vil sosialarbeidaren ha ein annan holdning og atferd til personen enn om sosialarbeidaren ser på problemet i ein større heilheit, der problemet er samfunnsskapt. Forståinga av det samansette problemet er eit utgangspunkt for å skape tillit og ein haldning til personen som kan hjelpe (Levin, 2015, s.38).

### 3.0. METODE

«En metode er en fremgangsmåte, et middel til å løse problemer og komme frem til ny kunnskap. Et hvilket som helst middel som tjener dette formålet hører med i arsenalet av metoder» (Dalland, 2017, s. 51). Metode er ein framgangsmåte å gå fram på for å sikre og finne god kunnskap som kan svare på problemstillinga. Hensikta med metode er at det skal vere eit verktøy som skal hjelpe oss til å samle inn, finne informasjon og kunnskap om dei samanhengane ein undersøker i problemstillinga. På denne måten kan ein best mogleg hente inn relevant og nyttig data til å belyse problemstillinga på ein best mogleg måte (Dalland, 2017, s. 52-53 & s. 195).

Denne oppgåva basere seg på metoden litteratursøk. På grunn av oppgåvas omfang i forhold til tida eg har, ser eg nytten av å gjere litteratursøk for å kunne svare på problemstillinga. Sidan bruk av musikk i grupper av andre yrkesgrupper enn musikkterapeutar er under utvikling, vil det også vere nyttig å bruke litteraturstudie. Dette for å finne studie, både norske og internasjonale, som har gode erfaringar frå bruk av musikk i grupper. Vidare skal eg seie noko om korleis eg brukar litteraturstudie til å gå fram for å finne relevante kjelder.

#### 3.1. Litteratursøk

Litteraturstudie er ein omfattande studie og tolking av litteratur som allereie eksistera og som er knytta til spesielle spørsmål. Det er ein systematisk innsamling av litteratur og forskning der ein vurderer kritisk om dette er kunnskap som er relevant til det problemstillinga etterspør. I denne oppgåva har eg stilt eit forskingsspørsmål og må deretter prøve å svare på dette spørsmålet gjennom å søke etter, vurdere og analysere relevant litteratur med hjelp av ein strategisk søkestrategi. Med å bruke litteraturstudie vil det gjere det lettare å samle opp den litteraturen som er tilgjengeleg om ulike tema som dukkar opp i min problemstilling (Aveyard, 2019, s.2&4).

Ein grunn til å bruke litteratursøk er for å finne forskning om bestemte tema som er brakt saman, og til å nytta kunnskapsoppsummeringar for praksisfeltet (Aveyard, 2019, s. 4). I litteraturstudiet har eg nytta delar av Aveyard og nytta desse godt i mitt litteraturstudie.

### 3.2. Søkestrategien

Søkestrategien tar sikte på å samle opp og identifisere litteratur som allereie eksisterar om eit emne på ein systematisk måte (Aveyard, 2019, s.9). For å få ein oversikt over kor mykje litteratur og forskning som var om tema musikk i gruppe, rus og relasjonsskaping byrja eg med å ha eit vidt søk med ulike kombinasjonar og variasjonar. Ved bruk av søkeord i ulike databasar fant eg fram til ulik litteratur som var relevant å bruke. Til dømes litteratursøk i databasen Oria, der eg brukar søkeord som *gruppe*, *musikkterapi*, *rusavhengigheit*, *musikkopplevelser*, *teneste og psykisk helse*. Eg brukte også andre databasar som den tverrfaglege artikkeldatabasen Academic Search Elite, Social Care Online og Google Scholar. Her har eg brukt søkeord som *music therapy*, *music experience*, *substance abuse*, *service/program*, *group*, og *mental health*. Eg såg fort at det blei mange treff på nokre av søkeorda, men få treff som hadde samanhengar som var relevant for min problemstilling. Til dømes så gjorde eg ein søkekombinasjon der eg brukte søkeorda «music therapy» AND group\* AND «substance abuse», der eg brukte den i databasen Oria og fikk 693 treff, i 7820 treff og tilslutt i databasen Academic Search Elite der eg fikk 9 treff.

I vidare søk inkluderte eg både norske og internasjonale artiklar, eg leita etter artiklar som baserte seg på kvalitativ forskning då eg var ute etter erfaringar frå musikk i gruppearbeid i rus og psykisk helsearbeid. Eg avgrensa med at tekstane var fagfellevurdert og ikkje eldre enn frå 2010. Dette inkluderara forskning frå dei siste 10 åra, der eg fant nokre artiklar som snakka om musikk i gruppearbeid innan rusfeltet og psykisk helsearbeid. For å få meir treff på fagfellevurderte artiklar endra eg etter kvart søket til å inkludere forskning frå dei siste 20 åra. I tillegg valgte eg å utelukke søkeorda relasjon og kontakt frå søke mitt då eg hadde lite å velje mellom som inkluderte dette. Eg såg då etter bruk av musikk i gruppearbeid i rus- og psykisk helsearbeid som primær inklusjonskriterie. Så relasjonsskapinga vil eg seinare i teksten sjå opp mot teorien eg har og funna i dei ulike artiklane i diskusjonsdelen. Deretter laga eg søkeskjema med søkeord der eg hadde ein oversikt over kva eg la til og fjerna. Etter å ha laga ein kobinasjon med søkeord prøvde eg å kjøre denne kombinasjonen i fleire databasar, der eg hadde brukt norske søkeord i Oria og engelske søkeord i Academic Search Elite, Social Care Online og Google Scholar. Dette var ein vanskeleg prosess då eg følte at eg fikk mange treff om dei enkelte søkeorda, men få treff som sa noko om samanhengane eg leita etter. Derfor måtte

eg endre på kombinasjonen av søkeord ut i frå kva database eg søkte i, som gjorde til at eg brukte ulike kombinasjonar av søkeord i dei ulike databasane. Ut i frå treffa eg fekk leste eg dei ulike abstracta for å sjå om det inneholdt noko som fanga mi interesse og var relevant for mi problemstilling.

Tanken er at ut i frå problemstillinga gjer eg ein litteraturstudie og skal finne den litteraturen som er best egna til å svare på problemstillinga mi. Litteraturhierarkiet er den måten eg tenke gjennom kva litteratur som er best egna til å svare på problemstillinga (Dalland, 2017, s. 153). Så mitt litteraturhierarki vil vere prega av blant anna vitenskaplege fagartiklar som er fagfelleverderte, desse vil ligge høgt i mitt litteraturhierarki. Samt vil eg også ha andre relevante artiklar der brukarperspektivet i kvalitative undersøkingar er i fokus. For å vere trygg på at artiklane passa inn i mitt litteraturhierarki har eg gjort ein kritisk vurdering av dei.

### **3.3. Kritisk vurdering**

Ei kritisk vurdering er å gjere ein vurdering og karaktisering av den litteraturen eg har funne. Hensikta med kritisk vurdering er for å sikre at den litteraturen eg har funne er fagleg relevant til mi problemstilling (Dalland, 2017, s. 158-159). Gjennom litteratursøket mitt, kom eg fram til fire artiklar som berørar mitt tema. I byrjinga leita eg først etter artiklar som inneholdt rus og psykiske lidningar samtidig, men følte det var vanskeleg å finne artiklar som inneholdt begge deler. Eg gjekk over til å inkludere artiklar som handla om rusavhenge eller psykiske lidningar i tillegg til min primære inklusjonskriterie som var å sjå etter bruk av musikk i grupper med enten rusavhenge eller psykisk helse relatert arbeid. Vidare avgrensa eg med å ha fagfelleverderte, artiklar og ikkje eldre enn 20 år.

Artiklane er ein kvalitativ forskingsartikkel, for ein djupare skildring av bruk av musikk i gruppe. To forskingsartiklar som har ein miksa metode for å få meir bredde. Miksa metode er når ein bruker ein blanding av ulike metoder i ein undersøking for å ta opp eit forskingsspørsmål. Til dømes kan det bli brukt både kvalitativ og kvantitativ tilnærming for å utforske ein problemstilling eller emne frå ulike perspektiv (Aveyard, 2019, s.64). Til slutt ein artikkel skriven av ein «eksepert», der artikkelen skildrar eigne opplevingar med musikk frå ein annan yrkesutøver enn ein musikkterapeut.



Artiklane handlar om bruk av musikk i gruppe i enten rusarbeid eller psykisk helsearbeid, som var mitt primære inklusjonskriterie, og er derfor relevant for min problemstilling. Artiklane har varierende tema kring musikktilbod og bruk av musikk i grupper innanfor rusarbeid og psykisk helsearbeid, som saman utfyllar problemstillinga. Eg ekskluderte andre artiklar som ikkje hadde desse samanhengane, eller som trakk inn faktorar som arbeid og økonomi som ikkje er relevant i denne oppgåvas problemstilling. Svakheiten med dette er at eg ikkje får lest alle artiklar som er, og at det er avgrensa med kor mange artiklar som svarar nøyaktig på det eg leitar etter. Samtidig har det vore ein metode eg har nytta godt for å finne artiklar som svarar på min problemstilling. Eg har brukt eit fem-punkts skjema for kristisk vurdering (Risøy, 2021, lysark 31). Spørsmåla belyser validiteten og realibiliteten i artiklane, kva metode som er brukt og kvifor artikkelen passar til min oppgåve. Eg vil trekke fram hovudpunkta i dette skjemaet til dei ulike artiklane, då dette har vore med på kvifor eg har valgt desse fire artiklane.

### 3.3.1. *Dei fire artiklane*

Den første artikkelen «Tause menn som snakker. Erfaringer fra gruppetilbudet «musikkopplevelser», skriven av Tuastad og Solevåg, blei publisert i 2017 i Tidsskrift for psykisk helsearbeid. Måten eg fann fram til denne artikkelen var med å bruke søkeorda Musikkterapi AND rusmisbruk i Oria. Der fikk eg 14 treff. Etter å ha avgrensa til fagfelleverdert blei det 12 treff, blant desse låg denne artikkelen. Same søket gjorde eg i databasen Google Scholar. Der fant eg ikkje nokon fagfelleverdert artikkel som eg ville bruke, så eg endra på søkeorde musikkterapi til musikkopplevelser. Med søkeorda musikkopplevelser AND gruppe fikk eg 216 treff, der artikkelen låg som nummer seks. Eg valgte denne artikkelen då den var relevant for min problemstilling, og handla om mitt primære inklusjonskriterie: bruk av musikk i gruppe med rus eller psykisk helsearbeid. Artikkelen belyser bruken av musikk i eit gruppetilbod med menn med psykoselidingar. Her blir erfaringar kring gruppetilbodet belyst, noko som gjer det interessant med tanke på å sjå korleis relasjonane blir påverka.

Den andre artikkelen «Can music therapy engage patients in group cognitive behaviour therapy for substance abuse treatment? », skriven av Dingle, Gleadhill og

Baker, blei publisert i 2008 i tidsskrift Drug Alcohol Review. Måten eg fant fram til denne artikkelen var ved å bruke søkeorda «music therapy» AND group\* AND «substance abuse» i databasen Academic Search Elite. Her var det ni treff, der artikkelen låg som nummer to. Grunnen til at denne artikkelen var relevant for min problemstilling va at den diskuterte musikkterapi som lovande tilnærming til å betre engasjement i rusmisbruksgrupper. Noko som er interessant med tanke på at det berører min problemstilling og inneheld min primær inklusjonskriterie. Her vil eg også sjå på faktorar som har engasjert gruppearbeidet, då dette kan spele inn på relasjonane i gruppa. I denne artikkelen blir det brukt ein miksa metode. Artikkelen vil derfor også ha eit funn som har breidde med tanke på at den har ulike perspektiv for å utforske temaet.

Den tredje artikkelen «Stakeholder input into the implementation of a new music therapy program in a mental health service», skriven av Bibb, Castle og McFerran, blei publisert i 2018 i tidsskriftet Mental Health Review journal. Måten eg fant fram til denne var ved å bruke søkeorda "music therapy" AND group AND "mental health" AND service OR program, i databasen Sosial Care Online. Eg avgrensa med å trykke på "research" og fikk 112 treff, der artikkelen låg først og fanga mi interesse. Denne er meir generell for psykisk helse, og har mykje overføringsverdi frå det å bruke musikk i gruppe og kva faktorar som skal til for å realisere eit musikkterapiprogram, der nokre faktorar belyser min problemstilling.

Den siste artikkelen «Lydsporene i livet», skriven av Solevåg, er ein artikkel som er publisert i stiftelsen Seprep sitt tidsskrift: Dialog. Seprep er senter for psykoterapi og psykososial rehabilitering ved psykoser. Denne artikkelen fekk eg tilsendt av ein musikkterapeut, og gjorde derfor eit håndsøk ut i frå anbefalinga eg fekk. Sjølv om artikkelen ikkje er fagfellevurdert, er den relevant då den belyser erfaringar og opplevelingar frå bruk av musikk i gruppe av ein annan yrkesutøver enn ein musikkterapeut, men som har samarbeida med ein musikkterapeut. Eg erkjenner det at artikkelen har ein tendens til å vere anekdotisk, som betyr at «viten» bygg på enkeltstående tilfeller i musikkgruppa. Denne praksislitteraturen vil ikkje vere like sterk som eit forskingsbevis, men vil likevel vere relevant for min problemstilling då det belyser relasjonsskaping i gruppearbeid der musikk blir brukt (Aveyard, 2019, s.48).

Dei tre første artiklane huka eg av for fagfelleurdert, «peer reviewed» eller «research» i søket for å kvalitetssikre at tekstane var fagfelleurdert. Dette gjer meg trygg på at artiklane er til å stole på, då dei er publisert av anerkjente tidsskrift som eg reknar med då er kvalitetssikra. Elles har eg brukt Aveyard sin bok «Doing a literature review in health and social care» til å studere metodekapittel og begrunne den siste artikkelen eg fant. Norge avgrensa med forskning på bruk av musikk i grupper i rusarbeid og psykisk helsearbeid, og har derfor inkludert forskning frå andre land der forskning setter fokus på bruk av musikken sine gode kvalitetar.

## 4.0. FUNN

### 4.1. Styrka sjølvoppleving i relasjon til andre

Det første handlar om at musikkopplevingar styrkar sjølvopplevinga i relasjonar til andre. Der det blir delt personlege erfaringar, og den enkelte får og gir tilbakemelding i eit fellesskap som er trygt. Her blir faktorar som anerkjenning og allmengjering styrka og bekrefta, samt det som delast blir fellesmenneskelege opplevingar (Tuastad & Solevåg, 2017, s. 350).

Pasientar som tidligare hadde vist minimalt med følelsar byrja å bli observert som lattermild og nokon gongar gråt under musikk øktene. Dei refererte til kunnskap dei hadde om musikken, og det blei observert at dei erta kvarandre på grunn av deira dårlige songevne (Dingle et al., 2008, s. 194).

Folk som deltar slit med å sosialisere seg og starte samtalar med andre, her kan dei få moglegheiten til å utvikle ferdigheiter som kan brukast til å delta i grupper ute i samfunnet. Dei ønska å knytte mennesker til samfunnet, ikkje at dei skal bli avhengige av tjenesta men heller uavhengig (Bibb et al., 2018, s. 298).

### 4.2. Musikk og identitet knytt saman

Det andre funnet belyser korleis musikk og identitet er knytta saman. Der musikkopplevingane også er ein del av å dele personlege songar med personlege historiar som fortel noko om personen som delar det. På denne måten blir songdeling ein måte for den som delar å dele noko om seg sjølv, samt opne opp for at andre då

kan dele sin historie. Desse «tause menna» snakkar med hjelp av musikk og trygge rammer og tilrettelegging (Tuastad & Solevåg, 2017, s. 350).

Pasientane sin følelse av gruppeidentitet auka då dei fekk velje songar sjølv, noko som blei vekas høgdepunkt (Dingle et al., 2008, s. 194). Andre funn fant ut at musikkterapi hjelp deltakarane å identifisere og frigjere følelsane dei hadde i gruppa (Bibb et al., 2018, s. 299). Elles blir tankar og følelsar normaliserast gjennom musikken. Målet er å tole, forstå og organisere eigne opplevingar (Solevåg, 2020, s. 48).

#### **4.3. Musikktilbodet har ein sosial funksjon og motivasjon**

Det tredje funnet visar erfaringane frå musikkgruppetilbodet at det har ein sosial funksjon. Gruppetilbodet gir tilgang til eit fellesskap der deltakarane kan opne seg opp og bli møtt av andre med ein same interesse for musikk. Etter gruppetilbodet har fleire fått utvida det sosiale nettverket (Tuastad & Solevåg, 2017, s. 350).

Tverrtabellar av samanhengen mellom alder kategoriar og måling av engasjement mellom dei under 25 versus dei over 25 viser at det ikkje var nokon signifikant forskjell når det gjaldt deira eigenvurdering på motivasjon for å delta, same gjelder korvidt deltakarane støtta trua på at ein framtidig musikkterapi økt ville hjelpe dei til å føle seg som ein del av gruppa (Dingle et al., 2008, s. 193).

Gruppestilen gir moglegheita til å uttrykke seg kreativt gjennom musikk. Det å ha ein open gruppestil gir moglegheit for å skape kontaktar og frivillig oppmøte (Bibb et al., 2018, s. 299).

Klimaet i gruppa må vere så trygt at erfaringane kan bli delt, at når vennlegheita og respekten er tilstade kjem deltakarane med det dei sitter inne med. Alle blir lytta til og har opne dialogar som skapar tema og følelsar som er gjenkjennelege (Solevåg, 2020, s.47).

#### **4.4. Gruppeleiarrolla**

Fjerde funnet er relatert til viktige faktorar som mogleggjer suksess i slike økter. I artikkelen «Stakeholder input into the implementation of a new music therapy

program in a mental health service» kjem det fram at det er viktig med ein tilrettelagt stil, då det er viktig korleis du som leiari presenterer det og gjer det akseptabelt og tilgjengeleg. Ikkje truande. At den er tilpassingsdyktig nok til å takle ulike grupper med forskjellige type menneske som deltar (Bibb et al., 2018, s. 301).

Solevåg sin artikkel om «lydsporene i livet» bygger på egne opplevingar og erfaringar med bruken av musikk og korleis desse forteljingane brukast i gruppa «musikkopplevingar», som han og musikkterapeuten Øystein Lydvo driver. Dersom gruppa står fast er det leiaren sin rolle å løfte fram tema, tankar og følelsar. Som til dømes einsomheit, verdien av langvarige relasjonar, verdien av vår eigen histore og stille spørsmål til gruppa og historiane knytt til musikken. Til dømes som: «Kva følelsar dukka opp i deg? Kan du sei litt meir om korleis du opplevde det? Har du hatt med deg songen etter dette?» (Solevåg, 2020, s. 47)

#### **4.5. Utfall**

Gjennomgang av forskning på bruk av musikk i grupper i rus eller psykisk helsearbeid fortel at musikk i gruppe påverkar sjølvopplevinga i relasjon med andre, det fortel at gjennom musikken kan gruppemedlemmane vise fram kven dei er gjennom personlege historiar. Til slutt fortel det også at musikk i gruppe styrkar den sosiale funksjonen og motivasjonen. Funna viser at musikk er med på å normalisere det å dele følelsar og tankar som dukkar opp under øktene. Funna blir styrka gjennom at artiklane står i stil med kvarandre og kan ha ein overføringsverdi til praksisfeltet.

### **5.0. DRØFTING**

Basert på funna frå litteratursøket vil eg i denne drøftingsdelen trekke fram desse funna som kan vurderast i lys av teorien, for å drøfte korleis bruk av musikk i grupper kan brukast som relasjonsskaping i rus og psykisk helsearbeid.

#### **5.1. Betydninga av musikkopplevingar i gruppe**

Gjennom funn i litteraturstudien blei det belyst om korleis musikkopplevingar styrka sjølvopplevinga i relasjonar til andre. Betydninga musikken hadde for sjølvopplevinga

var blant anna med at det var nyttig i ei gruppe der dei kunne delta og få hjelp til å vere tolerant rundt ulike ting dei opplevde, samt moglegheiten til å utvikle ferdigheiter, som til dømes å starte ein samtale, som kunne brukast til å delta i grupper ute i samfunnet (Bibb et al., 2018, s. 300). Dette blir også styrka i Dingle, Breadhill og Baker sin forskning der musikkopplevinga får pasientar som tidligare hadde vist minimalt med følelsar til å klare å både le og gråte under musikktimeane. (Dingle et al., 2008, s. 194). Her klarar musikken å trigge følelsar som elles var vanskeleg å vise.

Funn frå forskinga til Tuastad og Solevåg står i stil med dei to andre funna der dei skriv at musikkopplevingane førar til at det blir delt personlege erfaringar, der den enkelte får og gir tilbakemelding i eit fellesskap som er trygt. Annerkjenning og allmengjering styrka og bekrefta det som blir delt (Tuastad & Solevåg, 2017, s. 350). Som eg belyste i teoridelen kan meningsfylte aktivitetar brukast for å kome nærmare i kontakt med dei andre i gruppa, der musikken sett ein stemning og skapar handlingsrom (Heap, 2005, s. 215.) Musikken blir meningsfylt i gruppearbeidet då det fører til at det skapar eit handlingsrom der sjølvopplevinga blir til gjennom utveksling av følelsar med andre.

Heap skriver også om at sjølv om aktiviteten kan vere ein enkel aktivitet, er det viktig å tenke på at menneska vi møter i gruppearbeidet kan føle det annleis (Heap, 2005, s. 220). Dette kan på den andre sida vere ein svakheit med musikk og føre til at premissa for eit vellykka resultat i gruppa blir svekka. Til dømes dersom den triggjar på feil måte og fører til at deltakarar får ein negativ påverking der musikken blir for overveldande.

Andre funn frå artiklane belyser også at musikkopplevingane heng saman med identiteten til dei ulike deltakarane. Der både Tuastad og Solevåg sine funn står i stil med Dingle, Breadhill og Baker sine funn av deling med musikk i gruppa. Her skriver begge to om musikkopplevingane fører til at deltakarane delar personlege songar med personlege minner. Tuastad og Solevåg har funn der dei «tause menna» delar og opnar opp om seg sjølv, samt då opnar opp for at andre også kan dele sin historie (Tuastad & Solevåg, 2017, s. 350). Medan Dingle, Breadhill og Baker skriv at det blir eit høgdepunkt for pasientane i programmet å dele deira val av songar.

Det som er til felles med desse funna er at dei har ulike nøkkelfaktorar på vellykka bruk av musikk i grupper. Både med at den styrka sjølvopplevinga og identiteten til dei som deltar i gruppa. Som tidligare sagt i teorien, var det blant anna at ein vellykka aktivitet var eit premiss for om gruppa lykkast i å skape gode relasjonar, som gir dei eit godt fellesskap (Heap, 2005, s.214). Noko funna ikkje bringer med som noko nytt, men bekreftar.

Sjølv om funna viser nøkkelfaktorar som har vore vellykka, ser ein også at musikkterapien er eit tilleggselement. Dette kjem fram i funn frå Bibb, Castle og McFerran sin studie, som indikerar at musikkterapi blir sett på som eit tilleggselement til andre relevante helse-og terapeutiske behandlingar av ansatte i psyksike helsemiljø (Bibb, et.al., 2018, s. 304).

## **5.2. Gruppetilbodet gir tilgang til fellesskap**

Teoridelen skildra kvifor grupper kan hjelpe. Vi mennesker ønsker kontakt med andre mennesker, vi vil ha ein plass og høyre til og kjenne oss trygge saman med andre. Heap skriver at å vere med i gruppe kan gi oss dette, tilhøyrighet og trygghet (Heap, 2005,s. 14). Musikkopplevingane normaliserte det å dele følelsar og tankar, ein ser her at gruppetilbodet skapar eit fellesskap. Bibb, Castle og McFerran har i sine funn at deltakarane blir glade av tilbodet, at dei får ein tilhøyring – ein interaksjon med andre, noko dei normalt ikkje ville gjort. Dei seier også at tilbodet gir moglegheit for å øve på sosialt samvær med andre på ein avslappa plass. Gruppa her blir tolka som eit frirom, ein plass dei kan slappe av på sjølv om dei er saman med andre. Dei som deltar svarar at dei har det gøy og følar seg betre i gruppa (Bibb et al., 2018, s. 298 & 300).

På ein annan sida kan vi sjå på motivasjonen til å delta i fellesskapet. I funn frå Dingle, Breadhill og Baker skriv dei om engasjement gruppetilbodet gir dei. Dei ser ikkje noko stor forskjell når det gjaldt under 25år og over 25år på deira eigen motivasjon til å delta. Same gjeld på korvidt deltakarane har trua på at ein slik time vil hjelpe dei til å føle seg som ein del av gruppa. (Dingle et al., 2008, s. 193). Det er interessant å sjå at til tross for alderforskjellar, så er dei like motivert. Det er ikkje slik at den eine brukargruppa stillar sterkare enn den andre når det gjeld motivasjon for å

delta. Ein kan lure på om kva betydning kjønn har for relasjonane her? Om det påverkar engasjementet til å møte opp til tilbodet?

Som skildra i teorien inngår personlege eigenskapar i heile analysen av ein situasjon. Personlege eigenskapar som kjønn, alder, yrke og kultur kan påverke relasjonar. Dessverre ser ein ikkje i funna kva som er årsaka til at nokon ikkje deltar, og om kjønn har hatt noko å seie for deltakinga (Levin & Ellingsen, 2015, s.121-123). Tuastad og Solevåg nemner frå sin forskning at i byrjinga var dei nervøse for å ha samle nokon tause menn (inkludert dei sjølv) i ein gruppe som forblei taus etter at musikken stoppa. Noko som viste seg at tause menn snakka. Noko til ettertanke er om det hadde noko å sei at tause menn møtte andre tause menn. Kunne dei relatere seg til kvarandre med å vere sårbare menn i same båt? Dette var ikkje noko som var snakk om som ein nøkkelfaktor i forskinga, men kunne vore interessant å vite litt meir om.

### **5.3. Gruppleiaren sin rolle i samspelet**

Som skildra i teoridelen, skriver Shulman om kunsten til å hjelpe andre. Her kan ein trekke inn ferdighetar hos gruppleiaren, då ein som leiar har ansvaret for gruppa. Det er viktig at gruppleiaren klarar å formidle følelsar på ein slik måte at det personlege og profesjonelle er tilstade som ein heilheit (Shulman, 2003, s. 53-54). Eg ser dette i funn frå Solevåg sin artikkel, der han som gruppleiar fortel at ein endrar seg frå forsiktighet med det ein delte som gruppleiær, til meir personleg. «For at andre skal våge, må vi våge først» (Solevåg, 2020, s. 47). Dette har styrka relasjonane i gruppa. Gruppleidar trer fram på lik måte som deltakarane. Solevåg fortel vidare at han er sjølvavslørande når temaer er gjenkjennbart, og passar på at hans erfaringar ikkje overskyggar, men utfyller (Solevåg, 2020, s. 47-48). Dette fortel oss noko om den balansen gruppleiaren har. Det med å vere tilstade å ta rolla som leiar dersom gruppa trengje det, samtidig kunne la det ansvaret vere hos gruppa og klare å dele og lytte saman med gruppa som eit fellesskap.

Ferdigheiter som også er viktig i relasjonen frå gruppleiar til gruppa er evnen til å hjelpe gruppemedlemmane til å mestre sine følelsar, utforske tausheiten og vise



forståing. Også ferdigheiter som å avklare hensikt og rolle som gruppeleiar og ta imot tilbakemelding frå gruppa (Shulman, 2003, s. 53-54). Dersom gruppa står fast er det ledaren sin rolle å løfte fram tema, tankar og følelsar. Som til dømes einsomheit, verdien av langvarige relasjonar, verdien av vår eigen historie og stille spørsmål til gruppa og historiane knytt til musikken. Til dømes som: «Kva følelsar dukka opp i deg? Kan du sei litt meir om korleis du opplevde det? Har du hatt med deg songen etter dette?» (Solevåg, 2020, s. 47)

Samtidig som at gruppeleiar ser på gruppa som heilhet, skal han også sjå på kvart enkelt gruppemedlem. Er det hensiktsmessig for den enkelte å vere med i gruppa, og er det hensiktsmessig for gruppa at gruppemedlemmet er med. Tidligare har funn vist til gruppa som heilhet, der gruppemeldemmen har skapt relasjonar saman i eit fellesskap. I funna har det ikkje vore fokus kring brukargruppa som enkelt gruppemedlem. Ein kan sjå i lys av teori at personen i situasjonen handlar om når gruppeleiar møter ulike gruppemedlem, med ulike problem, er det viktig å sjå heile situasjonen (Levin, 2015, s.38). Til tross for at det er lite funn kring relasjonen til kvart enkelt gruppemedlem, er det funn som er relatert til viktige faktorar til relasjonen gruppeleiar har til gruppa. Bibb, Castle og McFerran har i sine funn at som leiar er det viktig å framstå med ein tilrettelagt stil der ein som gruppeleiar er tilgjengelig og akseptierende. Ikkje truande, då det er ulike grupper med ulike type mennesker som deltar (Bibb et al., 2018, s. 301).

Kva er målet med å bruke musikk i gruppe for å påverke relasjonane i rus og psykisk helse arbeid? Ein ser nøkkelfaktorar som musikken skapar i relasjonen, at musikken er eit springbrett for kommunikasjon og relasjon. Det er mykje fokus på sjølv bruken av musikk, at menneske som slit med rus og psykiske lidningar, kan ha godt av å delta i slike økter der dei er fleire i same båt og brukar musikk som eit verktøy til å dele.

## 6.0. AVSLUTNING

Hensikta med denne oppgåva var å utforske korleis musikk i gruppe kunne påverke relasjonen i gruppe i arbeid med rusavhenge og personar med psykiske lidningar. Det er ulike aspekt som har vore positivt med litteraturstudien. Eg har fått funn som svarar og styrkar min problemstilling. Funnsom viser korleis musikk blir brukt i

grupper, der eg har trekt fram dei nøkkelfaktorane som påverkar relasjonsskapinga. Nøkkelfaktorar som sjølvopplevinga i relasjonen til andre, identitet, sosial funksjon og motivasjon og tilslutt korleis relasjonen frå gruppeleiar påverkar gruppemedlemmane. Bruk av musikk av andre yrkesroller enn musikkterapeutar er under utvikling i Noreg og derfor lite forska på, som gjer til at drøftinga gjerne skulle vore utforska enda meir og teorien skulle fått enda meir støtte gjennom forskning. Likevel tenker eg at eg belyser eit viktig tema, ein alternativ måte å skape relasjon i gruppe på. Etter å ha diskutert funna opp mot teorien ser eg mykje positivt med det, sjølv om det er viktig å hugse på at det skal vere hensiktsmessig og at det ikkje er ein garanti for at det vil bli vellykka. Som sosialarbeidar er moglegheitene store for å hamne i rolla som gruppeleiar. Her vil det då vere viktig å tenke på korleis musikk påverkar relasjonane til gruppemedlemmane seg i mellom, samstundes tenke på påverknaden gruppeleiar har til å skape relasjonar mellom seg og gruppa. Eg fekk belyst problemstillinga slik eg ønska det, men om eg hadde gjort oppgåva på nytt ville eg knytta meir opp mot rusarbeid og psykisk helsearbeid. Til no veit eg at i rus og psykisk helsearbeid kan bruk av musikk i gruppe vere eit frirom, der deling, utforsking og ikkje minst relasjonsskaping, bli ein form for tilkopling.

## 7.0. LITTERATURLISTE

Aveyard, H. (2019). *Doing a literature review in health and social care – a practical guide* (4.utg.). Open university press

Berg, B., Ellingsen, I. T., Levin, I. & Kleppe, L. C. (2015). Hva er sosialt arbeid? I I.T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg & L.C. Kleppe (red.), *Sosialt arbeid: en grunnbok* (s.19-35). Universitetsforlaget

Bibb, J., Castle, D. & McFerran, K. S. (2018) Stakeholder input into the implementation of a new music therapy program in a mental health service. *Mental Health Review Journal*, 23(4), 2018, pp.293-307. <https://doi.org/10.1108>

Bramness, J.G. (2021). Innledende ord. I Lossius, K. (Red.), *Håndbok i rusbehandling* (3.utg., s.5-7). Gyldendal Akademisk

Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6. utg.). Gyldendal Akademisk

Dingle, G. A., Gleadhill, L. & Baker, F. A. (2008) Can music therapy engage patients in group cognitive behaviour therapy for substance abuse treatment? *Drug and Alcohol Review* Vol. 27 Issue 2, p190-196. <https://doi.org/10.1080/09595230701829371>

Eide, H. & Eide, T. (2007) *Kommunikasjon i relasjoner: samhandling, konfliktløsning, etikk* (2.utg.), Gyldendal akademisk

Folkehelseinstituttet (2019, 06. desember). *Rusbrukslidelser i Norge*. Henta 30. april 2021 fra <https://www.fhi.no/nettpub/hin/psykisk-helse/ruslidelser/>

Folkehelseinstituttet (2018, 14. mai). *Psykiske lidelser hos voksne*. Henta 24. april 2021 fra <https://www.fhi.no/nettpub/hin/psykisk-helse/psykiske-lidelser-voksne/>

Heap, K. (2006). *Gruppet metode for sosial- og helsearbeidere* (5. utg.). Gyldendal Akademisk

Helsedirektoratet (2020). *Kommunalt psykisk helse - og rusarbeid 2020: Årsverk, kompetanse og innhold i tjenestene.* ( ISBN 978-82-14-064998-8). SINTEF-rapport

Helsedirektoratet (2012, 03. januar). *Nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging av personer med samtidig ruslidelse og psykisk lidelse – ROP-lidelser.* Henta 14. april 2021 frå [https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/samtidig-ruslidelse-og-psykisk-lidelse-rop-lidelser/Utredning,%20behandling%20og%20oppf%C3%B8lging%20av%20personer%20med%20ROP-lidelser%E2%80%9320Nasjonal%20faglig%20retningslinje%20\(fullversjon\).pdf](https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/samtidig-ruslidelse-og-psykisk-lidelse-rop-lidelser/Utredning,%20behandling%20og%20oppf%C3%B8lging%20av%20personer%20med%20ROP-lidelser%E2%80%9320Nasjonal%20faglig%20retningslinje%20(fullversjon).pdf/_/attachment/inline/c3cf6958-227f-499a-8f0b-0055dca9fc2c:b815d0887ae8ede1dff16fd16e4337e063ae0aaa/Utredning,%20behandling%20og%20oppf%C3%B8lging%20av%20personer%20med%20ROP-lidelser%E2%80%9320Nasjonal%20faglig%20retningslinje%20(fullversjon).pdf)  
[/\\_/attachment/inline/c3cf6958-227f-499a-8f0b-0055dca9fc2c:b815d0887ae8ede1dff16fd16e4337e063ae0aaa/Utredning,%20behandling%20og%20oppf%C3%B8lging%20av%20personer%20med%20ROP-lidelser%E2%80%9320Nasjonal%20faglig%20retningslinje%20\(fullversjon\).pdf](https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/samtidig-ruslidelse-og-psykisk-lidelse-rop-lidelser%E2%80%9320Nasjonal%20faglig%20retningslinje%20(fullversjon).pdf/_/attachment/inline/c3cf6958-227f-499a-8f0b-0055dca9fc2c:b815d0887ae8ede1dff16fd16e4337e063ae0aaa/Utredning,%20behandling%20og%20oppf%C3%B8lging%20av%20personer%20med%20ROP-lidelser%E2%80%9320Nasjonal%20faglig%20retningslinje%20(fullversjon).pdf)

Levin, I. (2015). Sosialt arbeid som spenningsfelt. I I.T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg & L.C. Kleppe (red.), *Sosialt arbeid: en grunnbok* (s.36-46). Universitetsforlaget

Levin, I. & Ellingsen, I.T. (2015) I I.T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg & L.C. Kleppe (red.), *Sosialt arbeid: en grunnbok* (s.112-124). Universitetsforlaget

Lossius, K. (2021). Om å ruse seg. I Lossius, K. (Red.), *Håndbok i rusbehandling* (3.utg., s.23-35). Gyldendal Akademisk

Overå. M. (2012) «*Hekta på musikk*». En studie om betydningen av deltagelse i en musikkterapigruppe på en avgiftningsenhet. Masteroppgaver i musikkterapi. Oslo: Norges musikkhøgskole

Pavlicevic, M. (2003) *Groups in Music: Strategies from Music Therapy*. Jessica Kingsley Publishers. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/hogskbergen-ebooks/reader.action?docID=290819>

Risøy, S.M. (11. mars 2021). Forelesning om litteraturstudie [Lysarkpresentasjon]. [https://hvl.instructure.com/courses/13922/files/1304691?module\\_item\\_id=365854](https://hvl.instructure.com/courses/13922/files/1304691?module_item_id=365854)

Shulman, L. (2003). *Kunsten å hjelpe: individer og familier* (1.utg.) Gyldendal akademisk

Skårderud, F., Haugsgjerd, S. & Stänicke, E. (2010) *Psykiatriboken: Sinn – kropp – samfunn*. Gyldendal akademisk

Solevåg, H.M. (2020) Lydsporene i livet. *Tidsskriftet Dialog frå stiflelsen Seprep*, nr. 1. i 2020. URL:  
[https://www.seprep.no/fileadmin/user\\_upload/Dialog/Lydsporene i livet -  
\\_Hans Marius Solevaag 1-20.pdf](https://www.seprep.no/fileadmin/user_upload/Dialog/Lydsporene_i_livet_-_Hans_Marius_Solevaag_1-20.pdf)

Svindseth, M. F. (2021) Generelt om psykiske lidelser. I F. P. Vasset & S. I. Molnes (Red.), *Kommunikasjon i klinisk og sosialt arbeid* (s. 177-180). Fagbokforlaget

Tuastad, L. & Solevåg, H.M., (2017) Tause menn som snakker. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 04 / 2017 (Volum 14) Side 350–360. <https://doi.org/10.18261/10.18261>

Trondalen, G. (2008). Musikkterapi – et relasjonelt perspektiv. I G. Trondalen & E. Ruud (red.), *Perspektiver på musikk og helse, 30 år med norsk musikkterapi* (29-48). Oslo, NMH-publikasjoner

## VEDLEGG FOR SØKEPROSESSEN:

SØKEORD :	SØKEORD 1	SØKEORD 2	SØKEORD 3	SØKEORD 4	SØKEORD 5	SØKEORD 6
<b>NORSK:</b>	Musikkopplevelser	Musikkterapi	gruppe	rusavhengighet	Psykisk helse	Teneste
<b>ENGELSK:</b>	Music experience	Music therapy	Group	Substance abuse	Mental health	Service/program

Navnet på artikkelen Referanse i APA-stil	Søkemetsode med avgrensing
Tuastad, L. & Solevåg, H.M., (2017) Tause menn som snakker. <i>Tidsskrift for psykisk helsearbeid</i> , 04 / 2017 (Volum 14) Side 350–360. <a href="https://doi.org/10.18261">https://doi.org/10.18261</a>	<p><u>Database:</u> Oria</p> <p><u>Søkekombinasjon:</u> Musikkopplevelser AND gruppe</p> <p><u>Avgrensing:</u> Fagfelleverdert</p> <p><u>Språk:</u> Norsk</p> <p><u>Treff:</u> 12, artikkelen låg som nr. 1.</p>

<p>Dingle, G. A., Gleadhill, L. &amp; Baker, F. A. (2008)  Can music therapy engage patients in group cognitive behaviour therapy for substance abuse treatment? <i>Drug and Alcohol Review</i> Vol. 27 Issue 2, p190-196. <a href="https://doi.org/10.1080/09595230701829371">https://doi.org/10.1080/09595230701829371</a>&gt;</p>	<p><u>Database:</u></p> <p>Academic search elite</p> <p><u>Søkekombinasjon:</u></p> <p>"music therapy" AND group* AND substance abuse</p> <p><u>Avgrensing:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Full text</li> <li>- Scholarly (Peer Reviewed) Journals</li> <li>- Ikkje eldre enn 2000</li> </ul> <p><u>Treff:</u> 9, artikkelen låg som nr. 9.</p>
<p>Bibb, J., Castle, D. &amp; McFerran, K. S. (2018)  Stakeholder input into the implementation of a new music therapy program in a mental health service. <i>Mental Health Review Journal</i>, 23(4), 2018, pp.293-307. <a href="https://doi.org/10.1108">https://doi.org/10.1108</a>&gt;</p>	<p><u>Database:</u></p> <p>Social care online</p> <p><u>Søkekombinasjon:</u></p> <p>"music therapy" AND group AND "mental health" AND service OR program</p> <p><u>Avgrensing:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Research</li> <li>- Ikkje eldre enn 2000</li> </ul>

	<p><u>Treff:</u> 112, artikkelen låg som nr. 1.</p>
<p>Solevåg, H.M. (2020) Lydsporene i livet.  <i>Tidsskriftet Dialog frå stiftelsen Seprep</i>, nr. 1. i  2020. URL:  <a href="https://www.seprep.no/fileadmin/user_upload/Dialog/Lydsporene_i_livet_-_Hans_Marius_Solevaag_1-20.pdf">https://www.seprep.no/fileadmin/user_upload/Dialog/Lydsporene i livet - Hans Marius Solevaag 1-20.pdf</a></p>	<p>Gjorde eit handsøk ut i frå råd frå ein musikkterapeut.</p> <p><u>Søkekombinasjon:</u></p> <p>“Lydsporene I livet” på google.</p> <p><u>Språk:</u> Norsk</p> <p><u>Treff:</u></p> <p>Fikk treff der artikkelen var publisert i <a href="#">stiftelsen Seprep</a> sitt tidsskrift: Dialog frå 2020.</p>



## **VEDLEGG FOR KRITISK VURDERING:**

Kritiske spørsmål:	Artikkel: Tause menn som snakker
<p><b>1. Kva er tema i artikkelen?</b></p>	<p>Tause menn som snakkar er ein artikkel om erfaringar frå gruppetilbodet «musikkopplevingar». Dette er eit gruppetilbod for menn med psykoselidingar som samtidig har musikk som interesse. I artikkelen blir erfaringane belyst ved hjelp av teori om psykose, sjølvoppleving, musikk og identitet og samfunnsmusikkterapi.</p>
<p><b>2. Kva studiedesign er brukt?</b></p>	<p>Det er eit kvalitativt studiedesign. Studien baserar seg på eit utval caser frå tilbodet «Musikkopplevelser». Dei har samla inn data i eit års tid med klinisk arbeid, der dei har følgd tre trinn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Loggføring etter kvar time</li> <li>- Samtalar i etterkant av timane med dei som deltok</li> <li>- Kliniske notat skrevet inn i pasientjournalen</li> </ul> <p>Studien er ein praksisbeskriving utan namngitt personar, og er derfor unndratt registrering av NSD. Alle gruppedeltakarar har lest og godkjent manuskriptet før publisering.</p> <p>Kritere for å delta i «Musikkopplevingar» er å ha ein genuin interesse for musikk. Tidsramma er 45 minuttar ein fast dag i veka. Tilbodet er i eit heimekoseleg rom der det er sofagruppe, bord, kjøkkenutstyr, musikkutstyr og stereoanlegg. Tilbodet har ein fast struktur på øktene.</p> <p>Denne metoden er relevant for min problemstilling då eg er ute etter brukarperspektivet sine</p>

	<p>opplevingar av bruken av musikk i gruppe, samt gruppeterapeuten sin oppleving.</p>
<p><b>3. Kva fortel resultatata?</b></p>	<p>Dei har konkludert med tre funn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- I musikkopplevingar tilretteleggjast det for å styrke sjølvopplevingar i relasjonen til andre</li> <li>- Gruppetilbodet gir «tause menn» moglegheitene til å opne seg opp og snakke ved hjelp av musikk og trygge rammer og tilrettelegging</li> <li>- Musikkopplevingar har satt i gang ringvirkning i livet til deltakarane, og fleire har fått utvida det sosiale nettverket</li> </ul>
<p><b>4. Kan du stole på resultatata?</b></p>	<p>Eg veljar å stole på resultatata då dette er ein fagfelleverdert tekst. Det at den er fagfelleverdert betyr at artikkelen er vurdert og godkjent av to eller tre upartiske, anonyme ekspertar innanfor fagfeltet (Utdanningsforskning, 2016 ). Artikkelen er frå 2017, noko som viser at forskinga er frå dei siste fem åra.</p> <p>Forfattarane er to fagpersonar; ein som er musikkterapeut og ein som er psykiatriske sjukepleiar. Dette er to gruppeterapeutar som kan mykje om fagfeltet dei forskar på.</p> <p>Svakheita med resultatata er at det er få pasientar som deltar på gruppetilbodet. Men dei funna dei har er meiningsfullt og fagleg sterkt bidrag til forskingsfeltet i psykisk helsearbeid, og det har vore nyttig for meg og min oppgåve.</p>

<p><b>5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?</b></p>	<p>Ja, eg kan bruke resultatene i min litteraturstudie då eg ser samanhengar mellom bruk av musikk i gruppe og relasjonsskaping med personar med psykiske lidningar. Samanhengar der gruppa lærer av kvarandre sine prosessar, likeverdigheit i gruppa som skapar eit ideal der alle er like viktige og lyttar til kvarandre. Det å ha ein avslappa og uformell tone har åpna opp for at ein seier ting som ikkje dei har tenkt så grundig igjennom, men også klare å sette ord på ting som er vanskeleg. Gruppa støttar kvarandre og bygger relasjonar der dei minnar kvarandre på at ein kan sei ifrå om korleis man føler og kjenner egne grenser.</p> <p>Det blir også belyst noko om relasjonen til gruppeterapeutane. Der det blir direkte kommunisert korleis deltakarane oppfattar terapeutane. Dette gir terapeutane moglegheit for å reflektere over eigen veremåte, stil og språk. Terapeuten får kjenne på det å bli korrigert, og basert på erfaringar i relasjonen til deltakarane kan terapeuten vurdere sin veremåte. Ein ser at relasjonar etablerast gjennom desse møta og korleis dette påverkar dei som deltar. Der små handlingar viser korleis dei støttar kvarandre og lyttar til kvarandre.</p>



<p>Kritiske spørsmål:</p>	<p>Artikkel: Can music therapy engage patients in group cognitive behaviour therapy for substance abuse treatment?</p>
<p><b>1. Kva er tema i artikkelen?</b></p>	<p>Til tross for tilgjengelegheita av effektive behandlingar for rusavhenge, kan det å engasjere folk i behandling fortsett vere ein utfordring. Denne kliniske studien beskriver ein 7-ukers studie av musikkterapi som et supplement til gruppe kognitiv atferdsterapi med sikte på å auke pasientengasjementet i et privat sykehus sitt åpne gruppeprogram</p>
<p><b>2. Kva studiedesign er brukt?</b></p>	<p>Ein miksa metode. Pasientoppmøte og oppfatningar av musikkterapien blei samla inn på slutten av kvar musikkterapiøkt ved hjelp av en anonym undersøking, og kun data frå kvar pasients første undersøking ble brukt i analysen. 24 undersøking ble analysert, noko som representerer tilbakemeldingar frå 10 menn og 14 kvinner i alderen 17 til 52 år.</p>

<p><b>3. Kva fortel resultatata?</b></p>	<p>Gjennomsnittleg deltaking i løpe av dei 7-vekeners prøveperiode var på 75%. Resultata indikerte at glede og motivasjon til å delta i løpe av øktene var jamnt høge, der gjennomsnittlige vurderingar låg på ca. 4,3 og 4,0 av 5.</p> <p>Sidan ingen deltok på den første økta, blei deltakinga høg etter andre økt og djupare forklaring på kva gruppa skulle gå ut på. Fleirtallet (83%) av dei rapporterte deltakarane sa dei ville delta på fleire musikkterapitimar, og nesten halvparten (46%) godkjente at musikkterapi ville hjelpe dei å føle seg som ein del av gruppa. Ytterlige analser viste at musikkterapi var i stand til å engasjere pasientar uavhengig av aldersgruppe (25 år og yngre vs. Over 25 år) eller kva avhengigheit dei hadde ( alkohol vs. Andre legemidlar).</p>
<p><b>4. Kan du stole på resultatata?</b></p>	<p>Eg velger å stole på resultatata då dette også er ein fagfellelevurdert tekst. Det at den er fagfellelevurdert betyr at artikkelen er vurdert og godkjent av to eller tre upartiske, anonyme ekspertar innanfor fagfeltet (Utdanningsforskning, 2016 ). Artikkelen er i frå 2008, så den er litt eldre enn dei andre artikane eg har funne, men er fortsatt like relevant.</p> <p>Forfattarane av artikkelen er fagpersonar innanfor psykisk helse, rus og musikk. Dei dekkar fagfelt som narkotika og alkohol, førelesar og koordinator innanfor musikkterapi. Arbeidet og forskinga dei har gjort framstillast på ein insiktsfull måte.</p>

**5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?**

Eg finn mykje overføringsverdi frå det dei skriv om til mi problemstilling. Kontinuerleg deltaking, og stabilt oppmøte kan vere eit tegn på at relasjonen til øktene har betydning for dei som deltar. Ein blir meir engasjert i relasjonar til gruppa, og den kontinuerlege deltakinga styrkar dette.

Ein ser også eit interessant funn der dei som var under 25 var like engasjert som dei over 25. Det er interessant fordi ofte har det blitt erfart at det tar lengre tid å etablere tillit når ein jobbar med yngre menneske.

Ein ser også i denne studien eit brukarperspektiv og korleis musikken har påverka relasjonane til kvarandre men også til musikken. Etablering av relasjonen til dei andre i gruppa, og kor fort dei går til å komme med små spørsmål til kvarandre.

Musikkgruppa gir ein fleksibel og hyggelig tilnærming til læring og ikkje minst er i stand til å engasjere yngre, rusavhengige pasienter like godt som eldre, alkoholavhengige pasienter.





<p>Kritiske spørsmål:</p>	<p>Artikkel: Stakeholder input into the implementation of a new music therapy program in a mental health service.</p>
<p><b>1. Kva er tema i artikkelen?</b></p>	<p>Musikkterapiprogram blir stadig vanlegare og nødvendige i psykiske helsetenester. Midlertidig er det lite kunnskap om nøkkelfaktorar som påverka vellykka implementering av nye terapeutiske programmer. Hensikten med denne artikkelen er å undersøke korleis interessentinnspill påverkar implementeringa av eit nytt musikkterapiprogram i fire tjenester innan ein stor regjeringsfinansiert psykisk helse-avdeling i Melbourne, Australia.</p>
<p><b>2. Kva studiedesign blir brukt?</b></p>	<p>Miksa metode. For ein periode på 12 månadar hadde dei to syklusar vurderingst, handlingar og evaluering gjennom data, samla inn gjennom intervjuer med tenestane, tilbakemeldingar frå tenesteyterane og oppmøte i gruppetilboda.</p>
<p><b>3. Kva fortel resultatata?</b></p>	<p>Funna viser mengder innverknadsrike faktorar ble identifisert som viktige i vellykka implementering og framtidig berekraft av musikkterapiprogrammet. Disse inkluderte: graden av mottatt støtte fra personalet; korleis programmet ble strukturert og tilrettelagt; promotering av programmet innan tenesta; evaluering av program; og kongruens med det eksisterande terapeutiske programmet</p>

<p><b>4. Kan du stole på resultatene?</b></p>	<p>Her og stolar eg på artikkelen då den er fagfellevurdert. Det at den er fagfellevurdert betyr at artikkelen er vurdert og godkjent av to eller tre upartiske, anonyme ekspertar innanfor fagfeltet (Utdanningsforskning, 2016 ).</p> <p>Elles er forfattarane to fagpersonar som har brei kompetanse rundt psykisk helsearbeid, og ein forfattar som har brei kompetanse rundt musikkterapi.</p> <p>Artikkelen er frå 2017, noko som gjer den relevant då den ikkje er gammal. Styrka og truverdigheita blir synleg i forskinga då ein får eit breidt perspektiv frå ulike tenester innanfor ein psykisk helse avdeling for eit stort regjeringsfinansiert sjukehus.</p> <p>Ein får eit breiare perspektiv sidan ein får resultat frå fire ulike tenestar. Resultata frå forskinga indikerer at musikkterapi blir ansett som eit tilleggselement til andre nødvendige helse- og terapeutiske program av ansatte i psykiske helsmiljø. Noko som kan vere ein svakheit med bruk av musikk, er at det kan skape ein unødvendig barriere der tjenestar meiner det ikkje er nødvendig.</p>
<p><b>5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?</b></p>	<p>Ja, eg kan bruke resultatene i min litteraturstudie då eg finn mykje overføringsverdi i funna til dei ulike tenestane som er med på forskinga. Då det er temaer knytt til gruppeleiarar prioritert, temaer knytt til opplevd behov frå dei som deltar og temaer knytt til suksess med programmet. Dette er delar av forskinga som er relevant og som eg kan trekke fram til å sjå på relasjonsskapinga av denne prosessen.</p>

<p>Kritiske spørsmål:</p>	<p>Artikkel: Lydsporene i livet</p>
<p><b>1. Kva er temaet i artikkelen?</b></p>	<p>Hans Marius Solevåg er teamleder på ACT Bjørgvin DPS som fortel om sine opplevingar med musikk og fortellingar. Han driv gruppa «musikkopplevingar» saman med ein musikkterapeut for personar som opplever psykose. «Musikken svarer på spørsmål som ikke stilles. Stolthet over å tilhøre de avviste, utrøstelige og feilbarlige. Smerte og ensomhet formuleres, deles og vekker håp, samhørighet og kjærlighet» (Solevåg, 2000, s. 46).</p>
<p><b>2. Kva studiedesign er brukt?</b></p>	<p>Studiedesign er erfaringar og opplevingar frå då desse to hadde musikkgruppe der den enkelte gruppedeltakar fikk moglegheiten til å dele musikk som har ein peronleg betydning med resten av gruppa.</p> <p>Gruppa hadde faste rammer og ein struktur i samarbeidet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oppvarmingslåt</li> <li>- Dagens låt</li> <li>- Avspilling av låta</li> <li>- Ordet er fritt</li> <li>- Avrunding</li> <li>- Avslutning</li> </ul> <p>Denne metoden er relevant for min problemstilling då eg får brukerperspektivet og terapeuten sitt perspektiv på korleis musikk påverkar relasjonen i gruppa og seg sjølv. Samt ser eg også korleis ein anna yrkesrolle enn musikkterapeut styrar ein musikkgruppe i samarbeid med ein musikkterapeut.</p>

**3. Kva fortel resultatata?**

Musikken blir her ein infallsport til den enkeltes tankar og følelser og til eit sosialt fellesskap. Det oppstår ein sosial erfaring og personleg erfaring som styrkar sjølvfølelsen og identitet.

Gruppeledaren har endra seg frå forsiktigheit til meir sjølvavslørande og personlig. For at andre skal våge, må vi våge først. Dette styrkar relasjonane. Det blir ein meir allmenne menneskelig oppleving der gruppa er eit fellesskap prega med respekt. Dei er fleire som opplever noko saman, eit fellesskap som gir vekst og ser verdien av langvarige realsjonar.

<p><b>4. Kan du stole på resultatene?</b></p>	<p>Artikkelen er publisert i stiftelsen Seprep sitt tidsskrift Dialog. Dialog er SEPREP sin bulletin. Heil frå 1991, har den vore landsomfattande. Dialog henvendar seg til heile SEPREP-nettverket: fagfolk, brukere og pårørende. Dette visast i innholdet, der vi finn fagartikler, reportasjer og rapporter fra ulike gode og spennende tiltak og nytt om forskning og litteratur. Artikkelen er publisert i 2020, så den er relativt ny.</p> <p>Samtidig utfyller denne artikkelen den første artikkelen eg fant om «Tause men som snakker». Då Solevåg er ein av forfatarane frå den artikkelen også. Sjølv om denne artikkelen ikkje er fagfelleurdert har eg det i bakhodet at den ikkje stiller like sterkt som en fagfelleurdert tekst. Samtidig er den relevant for min problemstilling, og sett det nyttig å ha den med. Det at han fortel er meiningsfult og er nyttig for mi problemstilling. Det er ein logisk framgang i teksten, og det er eit pluss sidan Solevåg har i tillegg erfaringar frå ein forskning frå «tause menn» som er ein fagfelleurdert artikkel.</p>
<p><b>5. Kan du bruke resultatene i din litteraturstudie?</b></p>	<p>Ja, eg kan bruke denne artikkelen i min litteraturstudie då dette er ein studie med erfaringar frå gruppeleiaren sin side. Ein får belyst erfaringar frå bruk av musikk i gruppe med personar med psykose. Den svarar på korleis musikk påverkar relasjonen til kvarandre og til gruppeleiar, samt relasjonen ein har til musikk.</p>





# Høgskulen på Vestlandet

## Bacheloroppgåve

BSV5-300

### Predefinert informasjon

<b>Startdato:</b>	10-05-2021 14:42	<b>Termin:</b>	2021 VÅR
<b>Sluttdato:</b>	19-05-2021 14:00	<b>Vurderingsform:</b>	Norsk 6-trinns skala (A-F)
<b>Eksamensform:</b>	Bacheloroppgåve		
<b>Flowkode:</b>	203 BSV5-300 1 BO 2021 VÅR		
<b>Intern sensor:</b>	Magne Eikås		

### Deltaker

<b>Kandidatnr.:</b>	267
---------------------	-----

### Informasjon fra deltaker

<b>Antall ord *:</b>	7941
----------------------	------

**Egenerklæring \*:** Ja

Jeg bekrefter at jeg har Ja registrert oppgavetittelen på norsk og engelsk i StudentWeb og vet at denne vil stå på vitnemålet mitt \*:

Jeg godkjenner avtalen om publisering av bacheloroppgaven min \*

Ja

Er bacheloroppgaven skrevet som del av et større forskningsprosjekt ved HVL? \*

Nei



Er bacheloroppgaven skrevet ved bedrift/virksomhet i næringsliv eller offentlig sektor? \*

Nei