



**LUNDS**  
UNIVERSITET

*Examensarbete 15 hp*

*Termin: VT20*

*Ämne: Musikerutbildning*

*Nivå: Kandidatexamen*

*Författare: Alexander Westlund*

*Handledare: Staffan Storm*

# Kan man undvika kreativa hinder i kompositionsprocessen?

En kvalitativ undersökning av kurskamraters  
kreativa arbetsprocess.

# Sammanfattning

**Författare:** Alexander Westlund

**Titel:** Kan man undvika kreativa hinder i kompositionsprocessen?

**Språk:** Svenska

Ett arbete som utforskar den kreativa processen med fokus på kreativa hinder hos andra tonsättare och arrangörer.

I denna uppsats undersöker jag mina kurskamraters kreativa process och erfarenhet med de hinder som kan uppkomma. Arbetet består av djupintervjuer med frågor om deras kreativa process, struktur, återkommande hinder, kritik, självkritik och prokrastinering. Syftet är att få en större förståelse om den kreativa processen samt ta en lärdom av mina kurskamrater som jag kan applicera på mina framtida verk.

*Sökord: kreativ process, kreativa hinder, prokrastinering, kritik, struktur.*

## Abstract

**Author:** Alexander Westlund

**Title:** Can you avoid creative blocks during your composition process?

A study that explores the creative process with focus on other composers and arrangers creative blocks.

**Language:** Swedish

In this study I research my classmates creative process and experiences with the writer's block that can occur. The study exists of interviews with questions about their creative process, structure, recurrent blocks, critique, self-critique and procrastination. The purpose is to get a bigger understanding about the creative process and use my classmate's experiences as a stepping-stone to improve the structure of my future compositions.

*Keywords: creative process, creative blocks, procrastination, critique, structure.*

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b>	3
<b>2. Projektbeskrivning</b>	4
<b>3. Syfte och forskningsfråga</b>	4
<b>4. Metod och urval</b>	5
4.1 Intervju med tonsättare: 1	5
4.2 Intervju med arrangör	6
4.3 Intervju med tonsättare: 2	7
4.4 Intervju med singer-songwriter	9
<b>5. Resultat</b>	10
<b>6. Diskussion</b>	11
<b>Litteraturförteckning</b>	I
<b>Bilaga</b>	II

# 1. Inledning

Som kompositionsstudent så får man hela tiden lära sig nya hantverk. Vi läser instrumentation, kontrapunkt och gör ofta analyser. Vi går på seminarier och inspireras av andra tonsättare. Varje vecka får man nya uppgifter att lösa och sakta men säkert utvecklas detta hantverk. Det kan vara enkla tekniker som att instrumentera ett slutackord till att skriva en Bartók pastisch. Men bara för att vi får en större förståelse för instrumentation och kontrapunkt så hjälper det nödvändigtvis inte till i kompositionsprocessen. När man skapar något, så utgår man istället från en idé, sen kan hantverket man lärt sig hjälpa till att finputsas den. Om idén innehåller gradvis stigande glissandon i stråket och man inte har kunskapen om var tonerna ligger på instrumenten, så finns det en risk att det inte blir idiomatiskt eller spelbart. Även om man ska skriva två kontrapunktiska stämmor, så märker man att alla övningar man gjort under Palestrinakontrapunkten skapat en ny syn på hur man ska bemöta komponerandet av kontrapunkt.

I detta arbete kommer jag undersöka element som kan orsaka kreativa hinder, samt vad man göra för att minimera att det förekommer. Motstånd är normalt och detta är något de flesta känner av. Rosanne Bane beskriver i sin bok *Around the writer's block* att:

*”Det spelar ingen roll om man komponerar för att det är kul, skriver ett arbete eller får betalt för en komposition. Det viktiga är **inte hur man** får kreativa hinder utan mer hur man bemöter dem. Samt att motstånd dyker upp på många olika sätt.”*

Det Bane beskriver är helt enkelt att man inte ska ge upp, eller känna sig besegrad och att så fort man slutat arbeta, så blir det inga resultat. Man accepterar att processen kommer vara svår och försöka lösa situationen. Men även att hinder kommer dyka upp och det viktiga är hur man bemöter dem. I mina intervjuer så märker man att det skiljer sig mycket från person till person, men främst att de flesta har ett relativt unikt sätt att bekämpa ett kreativt hinder.

Som tonsättare idag strävar man efter att hitta ett personligt uttryck i musiken. Man utforskar nya tekniker och idéer som man försöker utveckla. Detta kan ofta skapa kreativa blockeringar som tonsättare. Samt pressen att hela tiden leverera med nyskrivet material till professionella orkestrar och ensembler. Blickar man bakåt i tiden då Mozart var aktiv så kan man redan då hitta en liten inblick i den kreativa processen:

*”När jag är mig själv, i min ensamhet, på resande fot, går en promenad efter en god måltid*

*eller under nätter då jag ej kan sova; det är vid såna tillfällen mina idéer flödar bäst. Varifrån och hur dessa idéer kommer vet jag inte och jag kan inte tvinga fram dem.”*  
(Ghiselin, 1985)

Detta står i stor kontrast till många av nutidens kompositörer. I boken *From score to screen* förklarar Sonny Kompanek att:

*”Ifall du får skrivkramp, så måste du fortsätta arbeta för att du har en oföränderlig tidsram framför dig. Det finns ingen tid att vänta på inspiration eller att hamna i rätt "state of mind.”*

I nuläget finns det en mängd kompositörer på en liten marknad inom det så kallade konstmusikområdet. Att alltid leverera ett välskrivet stycke är viktigt, likaså att partitur och stämmor ser perfekt ut. Detta behöver nödvändigtvis inte betyda att det är skillnad på dessa epoker, mer kanske tonsättarnas personligheter. Men även att det låter annorlunda nuförtiden. Under wienklassicismen så var musiken relativt bestämd och ett wienklassicistiskt stycke har ett visst sound. Det är lättare att urskilja musik idag då genren har blivit så bred. Samt att utöver konstmusiken finns en mängd musikaliska genrer som tar stor plats på marknaden.

## 2. Projektbeskrivning

För nästan alla som utövar ett kreativt yrke uppkommer kreativa hinder. Men vad är egentligen ett kreativt hinder och hur upplevs dem? I denna studie kommer jag intervjua tre aktiva tonsättare och en arrangör för att se vad för slags hinder de råkar ut för i kompositionsprocessen. Samtidigt så måste man fråga sig om hindren enbart är negativa. Finns det någonting positivt med ett kreativt hinder? Jag hoppas genom mina intervjuer få många olika infallsvinklar, klarhet och förhoppningsvis lösningar.

## 3. Syfte och forskningsfråga

Syftet med denna studie är att få en större förståelse kring hinder i den kreativa processen som kan uppkomma under skapandet av nya musikkompositioner. Jag vill undersöka när och hur de dyker upp samt hur dessa hinder bearbetas. En situation under mitt andra år som kompositionsstudent inspirerade detta arbete då det var en tid som jag hade stora svårigheter att komponera. Hoppas få

en större förståelse kring vad ett kreativt hinder är och genom studien förhoppningsvis utveckla min egen kompositionsprocess.

#### **Dessa frågor vill jag få en större inblick i:**

- Vad är kreativa hinder?
- När och hur upplevs de?
- Drabbas alla?
- Skapar prokrastinering och saknad av strukturproblem i komponerandet?
- Påverkar kritik och självkritik kompositionsprocessen?

## **4. Metoder och urval**

Här beskriver jag de metoder jag använt för att genomföra undersökningen. Med hjälp av djupintervjuer vill jag få en större förståelse gällande kreativa hinder och se om det går att utgöra ett mönster. Eller om hinder i den kreativa processen skiljer sig helt från person till person. Vid val av studieobjekt var enda avgränsningen att hen är en aktiv tonsättare eller arrangör studerandes på Musikhögskolan i Malmö. Jag har aktivt sökt efter intervjupersoner i olika åldrar och av olika kön för att inte få ett för homogent urval. Det hade varit intressant att se om huruvida olika erfarenhets- och kunskapsnivåer samt andra aspekter hos intervjupersonerna hade påverkat diskussionen. En så varierad grupp som möjligt hade varit intressant vid denna typ av kvalitativ undersökning, men har istället fokuserat på att få ett så ändamålsenligt urval som möjligt (Ekström & Larsson, 2003).

### **4.1 Intervju med tonsättare: 1**

I min första intervju så berättade första tonsättaren att ett av hans kreativa hinder är när hen vill skapa något som kanske inte går. Instrumentation och spelbarhet är det hen brottas med. Hen berättar att det oftast finns en klar bild om vad hen vill, men vet inte om det kommer att fungera. Denna oro kan vara avgörande för slutresultatet, då hen känner att det finns en stor risk att bli besviken ifall stycket skulle misslyckas. Ett annat stort problem hen beskriver är att musiken som hen komponerar är väldigt skör och att stycket lätt faller samman om inte musikerna levererar. Detta jämför hen med bl.a. Anton Weberns sätt att skapa klang och måla toner med hjälp av instrumentation och atonalitet. Hen påpekar även att hans musik aldrig är massiv eller använder traditionell harmonik, så helheten blir väldigt naken.

Vidare i intervjun pratade vi om prokrastinering. Hen berättade om en situation där hen skulle skriva för elgitarr, med lite annorlunda instrumentation. Där blev notationen ett stort hinder och hen kunde inte komma vidare. Det slutade med att hen bytte instrument i stycket helt. Att göra någonting främmande leder ofta till prokrastinering berättar hen, men med ökad erfarenhet, så sker det mer sällan. Men hen poängterar åter igen att annorlunda notation ofta leder till en svårare kompositionsprocess.

Det största problemet beskriver hen är självkritik och denna kommer från att hen har en stor respekt för musik och konst. Man ser alltid hur bra någonting kan bli men så vet man att det är en väldigt lång väg dit. Samt att strävan att bli bättre och nå sina mål sätter man alltid högre och högre med åren.

Strukturen ser annorlunda ut från projekt till projekt. Hen förklarar att hen ibland utgår från ett koncept där bara några toner får användas och resterande undviks. Förut gjorde hen formskisser men har i dagsläget kommit till insikt att det inte hjälper så mycket, musiken blev helt enkelt för kantig. Istället försöker hen se musiken som en linje och ritar ut händelser, med ett mer grafiskt tänk.

## 4.2 Intervju med arrangör

I min andra intervju så träffade jag en arrangör som jobbar mycket med jazz och big band, både med större kompositioner men även enklare arrangemang. Första intrycket i denna intervju var att det fanns en tydligare struktur i hur en arrangör arbetar. Hens största hinder var att hen överanalyserar saker och försöker hitta det perfekta samt att arbetet är svårt att släppa. Istället för att fokusera på någonting annat när hen sitter fast, så läggs det mycket fokus på att försöka lösa problemet och detta skapar frustration. försöker hen lösa det och detta skapar vanligtvis en frustration. Då blir slutresultatet av det dåvarande arbetet eller arbetssessionen noll eftersom att mycket tid slösas på någonting som inte blir klart, istället för att släppa det problemet och gå vidare till ett annat. Hen berättar att det finns en rädsla för att saker inte alltid blir som hen vill och detta leder till en blockering.

När det kommer till prokrastinering tyckte arrangören att projekt med lång deadline är svårare att komma igång med. Den största svårigheten för hen var att komma över den första tröskeln och sen brukar det släppa. Hen berättade även om en situation nyligen då hen fick två veckor på sig och då

behövde hen inte ens tänka på att komma igång. Då tiden var så kort fanns det inget rum att vela, utan det var bara att köra på. Jag frågade även om prokrastinering i större projekt försvårar processen i senare skeden. Men enligt arrangören så blir slutresultatet nödvändigtvis inte sämre, men arbetet blir jobbigare då en ångest uppstår över att deadline närmar sig. Samt att detta arbetssätt inte kommer hålla i längden då denna stress och ångest inte är speciellt bra hälsomässigt.

Även i denna intervju så pratade vi mycket om självkritik. Hen berättar att självkritik är något som alltid finns där och att det regelbundet sätter stopp i processen. *”Det jag gör kanske är bra och funkar, men återigen så letar jag efter det perfekta”*. Dock när arrangören får höra slutresultatet av sitt jobb och att det mesta låter perfekt så brukar hen inse att det inte kanske var så dåligt som hen trodde. Hen berättar även om en kund hen nyligen hade, som hade beställt ett arrangemang. I detta scenario var hen väldigt missnöjd, men samtidigt tyckte kunden det var över hens förväntningar. Då får man tänka mer att man slutfört en tjänst som uppnått kundens önskemål, man levererar helt enkelt en tjänst.

Jag frågade också om självkritiken minskar med en ökad kunskapsnivå. Svaret var både och. Hen förklarar att arbetet alltid är svårt och utmanande, samt att man lär sig hela livet. Men om man jämför med arbetsuppgifter från tre år sen, så ser man en stor utveckling. Dock med en ökad kunskapsnivå så blir det större press på att ens arrangemang ska bli bättre.

När vi pratade om kritik så fanns det inte lika mycket att berätta. Arrangören förklarade simpelt att kritik var bra så länge den tillförde något konstruktivt. Men om en person kommer fram och säger att kompositionen/arrangemanget var dåligt, så såg hen det mer som en personlig åsikt, och detta är inget hen tar åt sig.

### **4.3 Intervju med tonsättare: 2**

Min tredje intervju blev längre än de föregående, då vi hade många liknande kreativa hinder, därav mer diskussion. Hen berättade att det största hindret var att hen hade många idéer och att kreativiteten går till överstyr. Att hen ofta vill inkorporera alla dessa idéer i ett stycke och den slutgiltiga formen blir för kantig. För att motarbeta detta slutade hen jobba i Sibelius och började skriva med papper och penna vid ett piano. Detta har hjälpt hen att utveckla sitt komponerande och få en mer organisk form på sina kompositioner. Hen förklarar att i kompositionsprocessen är det största problemet att ta sig från en idé till en annan utan att det blir en kantig form.



Ett annat hinder är självdisciplinen och svårigheten att sätta sig ner och skriva musik. *”Säg att jag sitter vid pianot och börjar skriva, så slutar det ofta med att jag sitter och jammnar, så kommer jag ingen vart med komponerandet.”* Att hen enbart komponerar när känslan och kreativiteten finns på plats.

Jag frågade om det skiljer sig från process till process och det höll hen med om. Det beror ofta på hur stor ensemblen är. Är det en större ensemble så återkommer ofta den kantiga formen. Men är det färre så känner sig hen mer bekväm, för det är inte lika många instrument att förhålla sig till. Själva ensemblen spelar även stor roll i hur kompositionsprocessen ser ut berättar hen. *”Förut kunde jag få skrivkramp när jag skrev för brass, för jag kände mig begränsad. Dom har inte så stort register, dom måste andas och dom kan inte spela för fort. Men sen när jag skrev för blåskvintett så började jag mer och mer tycka om det, för det känns väldigt levande. Det tog mig dock ett bra tag att komma dit”.*

Frågade även hur hen såg på prokrastinering. Där visade det sig att hen har väldigt svårt att sätta sig ner och skriva musik om inte suget finns där. Samt att det är en av anledningarna hen inte känner sig om en bra instrumentalist. Då hen är odisciplinerad när det kommer till att öva, utan istället börjar spela annat på pianot. Men trots denna brist på disciplin hen känner så är deadlines aldrig ett problem. Detta då hen skrev mycket i början av perioden för att kunna känna in stycket, sedan går resterande kompositionsprocess väldigt fort. Sen när deadline närmar sig så lyssnar hen verkligen in sig på smådetaljer som t.ex. *”Ska det vara en fjärdedel eller ska den vara punkterad?”*.

När det kommer till självkritik känner denna tonsättare att den ofta är på en rätt god nivå, men att det ibland kan blir för mycket. Exempelvis när hen jobbat på en komposition i tre månader och börjar ogilla det, så brukar hen visa det för en vän eller en lärare som nästan alltid tycker motsatsen. *”Ibland kan det behövas någon annans bekräftelse för man blir så inmatad i vad man själv tycker. Man har hört stycket hundratals gånger och tappar sin egen uppfattning.”* Men det hen brukar göra när självkritiken är så pass stor är att låta stycket ligga en stund, för att sedan ta upp det igen. Dock så är det alltid svårt för hen att känna sig nöjd. När det kommer till extern kritik så är det något hen älskar, men förklarar att det kan vara jobbigt om det är ett gammalt stycke. *”Säg att jag skulle visa dig något som jag skrev kanske förra året och du skulle ge kritik, så tycker jag att är onödigt, för den hjälper mig inte, stycket är redan komponerat och uruppfört.”* När det kommer till ett stycke som hen arbetar på så är konstruktiv kritik väldigt viktigt.

I sista frågan undersöker jag om hen har någon struktur under kompositionsprocessen varav svaret blev kort ”Nej, jag har så dålig struktur när jag komponerar”. Hen berättade vidare att hen testat att börja med form men känner sig låst utav det. Att hen behöver processen där hen kastar ur sig saker men om det inte skulle vara en för bestämd struktur kanske det skulle hjälpa.

## 4.4 Intervju med singer-songwriter

I min sista intervju valde jag att intervjua en singer-songwriter för att se om det fanns någon skillnad i kompositionsprocessen. Hen berättade att största kreativa hindret var erfarenhet och att det tar väldigt lång tid att skriva. Ett typiskt hinder är att hen lätt ger upp om arbetet inte går framåt. Samt att hen hör i huvudet hur det ska låta, men inte kan få ner det på pappret. Därav blir arbetet väldigt upphackat och det finns inte tålamod med att saker kan ta tid. Hen känner även att det är svårt att jobba om hen saknar feeling. Kreativiteten kommer i små skurar och utan den blir det sällan resultat. Dock känner hen att när det kommer till att öva på sitt instrument som är sång, så finns en större disciplin även om suget inte är närvarande.

Vi diskuterade kring prokrastinering och det finns en tydlig svårighet kring att avsluta kompositioner. Hen berättar att det oftast finns många idéer när hen skriver. Men ett stort hinder att bearbeta dessa och istället skjuta upp och gå vidare till en ny idé. Det finns en stor rädsla för att fastna och tappa suget. Även att sitta kvar med något som hen känner sig klar med. Något som brukar hjälpa är att ha deadlines, för då har man mer ett syfte och måste bli klar, speciellt om man arbetar med andra. Då avslutar hen lättare sina pågående projekt.

Jag frågade om hen brukar vara självkritisk och fick svaret ”Oh ja”. Hen berättar att förmodligen är på grund av någon musikalisk självbevaringsdrift. Dels för att det ska bli bra och för att man vill utvecklas. Det är en ju en fin linje med om självkritiken är konstruktiv eller destruktiv. Oftast ligger på en god nivå men det går alltid lite i vågor. När det kommer till extern kritik så förklarar hen att det inte finns någon slags rädsla. Utan att hen mer är rädd för sin egna kritik. *”Jag är ganska hård mot mig själv.”* Men ett exempel som visade tydlig irritation kring extern kritik var när hen hade haft konsert och en medverkande kom fram och berättade hur bra det var, men att logistiskt, hade det varit kaotiskt. Då blev hen arg då kritiken kändes onödig. Då den personen inte alls såg det från hens perspektiv och hade något riktigt ansvar i konserten. Ibland måste man förlita sig på att göra sig jobb i ens projekt, men så fallerar det någonstans utom ens kontroll.

När vi pratade om struktur så visade det sig att hen alltid utgår från en melodi som hen hör i huvudet. Sen baseras musiken på den. Hen försöker harmonisera denna melodi och tror att denna struktur kommer från att hens huvudinstrument är sång.

## 5. Resultat

I mina intervjuer så har de flesta primära hinder i skapandeprocessen som respondenterna angivit skiljt sig åt. Men man kan se ett samband att de flesta vill prestera mycket mer än vad de upplever att de kan och att de genom stark självkritik letar efter ett bättre resultat. De tycks också dela erfarenheten att teknik eller förmåga ibland saknas för att vidareutveckla idéer. Gemensamt var även extern kritik och alla tyckte detta var ytterst viktigt för deras utveckling, men att det som oftast stod i vägen var självkritiken som kunde skapa en osäkerhet under processen. Självkritiken varierade dock. I min första intervju så visade det sig att respondenten hade stor respekt för olika konstarter och hur bra ett verk kunde bli. Denna jämförelse med hens eget skrivande utgjorde ett stort problem då känslan av att hens egna kompositioner inte höll måttet resulterade i en ångestladdad situation.

Hos andra respondenter var självkritiken oftast på en balanserad nivå, men gick i vågor och att den lätt kunde bli för stark. Arrangören som jag intervjuade letade hela tiden efter det perfekta och var på så sätt väldigt självkritisk. Men arbetsprocessen gick alltid i mål och när slutresultatet presenterades blev hen alltid lättad. Upplevelsen av prokrastinering skiljde sig lite åt även den mellan respondenterna. Det visade sig att tidsramar, deadlines och typen av projekt påverkade hur alla handskades med detta. Dock hade alla gemensamt att alltid var klara i tid. När det var långt kvar till deadline så fanns det en svårighet att ta steget över tröskeln och komma igång. Däremot om det tiden var mer knaper så kunde det underlätta, för då finns det ingen tid att vela - utan det är bara köra igång. Två av intervjusubjekten hade stor svårighet att komponera om suget inte fanns och detta kunde leda till prokrastinering, det upplevdes en brist på en självdisciplin av båda. Det visade sig att de flesta av intervjusubjekten saknade en bestämd eller fast struktur under arbetsprocessen och visade inte heller något stort intresse för att utveckla en. Arrangörens struktur var tydligast där hens metod var att först skriva in melodin för att sedan harmonisera. En stor diskussion under intervjuerna och ett centralt hinder var synen på musikalisk form. Tonsättarna jobbade hårt för att undvika kantighet och ville istället uppnå ett mer organiskt flöde i kompositionen.

Under intervjuerna så har man även fått lärdom om hur subjekten löser problemen. En viktig aspekt

var att kunna ha möjligheten att visa upp stycket för en lärare eller kompis som ser det med fräscha ögon. Därifrån kunde subjektet få en ny inblick, tips och inspiration. En av respondenterna berättade hur hen övergav datorn och började skriva med papper och penna. Hen kände sig helt enkelt låst i Sibelius funktioner och kände att det blev ett helt annat flöde i skrivandet. Även att musiken blir mer varierad, då man undviker möjligheten att kopiera/klistra in och på så sätt enklare väljer att variera kommande takterna i stycket.

## 6. Diskussion

Från studien var det svårt lyfta fram ett specifikt kreativt hinder som det dominerande men att de istället kommer i olika skepnader. Det kunde vara bl.a. saknad av erfarenhet, självdisciplin, sökandet efter det perfekta och svårighet att utforma sina idéer. Dessa hinder upplevdes i olika stadier av processen. Vanligtvis i början när tidsramen var större så upplevdes en ställtids. Detta hinder lutar mest åt det positiva hållet då det är ett viktigt stadie där idéer bearbetas. Däremot är det svårt att acceptera ställtiden då känslan av att inte komma igång lätt utvecklar stress. Alla drabbades av många olika hinder under processen, men de utgjorde inte några långvariga problem då alla subjekten alltid färdigställde sina kompositioner i tid. Det gällde även prokrastinering som var gemensamt hos alla respondenter men bara fanns där temporärt under processen. Ytterligare gemensamt från alla intervjuer så är självkritiken ett stort kreativt hinder och tar upp mest tid att överkomma. Även när kompositionen var slutförd så fanns den kvar hos vissa av subjekten som nästan inte ville få verket uruppfört. Detta lyckades ett av subjekten överkomma genom att lägga kompositionen på is i några veckor eller visa upp för någon annan. Men man kan förstå svårigheten att vara kreativ, om man inte tror på sig själv.

Men går det då att undvika hinder i kompositionsprocessen? Och är det önskvärt att undvika hinder i kompositionsprocessen? Enligt denna studie så är svaret nej. Men att det också beror på vad man skriver och till vilken ensemble. Oerfarenhet är i sig ett hinder när man komponerar för en konstellation som är främmande eller försöker utveckla en idé. Även ens välbefinnande spelar stor roll. Det önskvärda hindret vid en längre kompositionsprocess är ställtiden, även om den känns jobbig så vet jag från personlig erfarenhet att den är mycket viktig för utformandet av idéer.

De flesta av respondenterna hade svårt att komponera när de var för självkritiska. Det hade varit intressant att se om huruvida olika åldersgrupper, miljöer och verksamma inom olika musikaliska genrer och andra aspekter hos intervjupersonerna hade påverkat diskussionen. En större och mer varierad grupp som möjligt hade varit intressant i en utvidgad kvalitativ undersökning. Men en sådan studie får bli ett framtida projekt. (Är det önskvärt att undvika hinder?)

## Litteraturförteckning

Bane, Rosanne. (2012). Around the writer's block: Using brain science to solve writer`s resistance. TarcherPerigee

Ekström, M. & Larsson, L. (red.) (2004). Metoder i kommunikationsvetenskap. Enskede: TPB.

Ghiselin, Brewster. (1985). The Creative Process: Reflections on invention in the arts and sciences. University of California Press

Kompanek, Sonny. (2004). From Score to Screen: Sequencers, Scores & Second thoughts. The new film scoring process. Schirmer Trade Books

Starrin, Bengt. och Svensson, Per-Gunnar. (1994). Kvalitativ metod och vetenskapsteori. 1 uppl. Studentlitteratur AB

## Bilaga: Frågeformulär

### Kreativa hinder

- Vad är kreativa hinder för dig?
- Som kreativ utövare, har du någon gång upplevt kreativa hinder?
- Upplever du att det är återkommande hinder som uppstår eller är det något som skiljer sig från process till process?

### Prokrastinerar

- Förekommer det att du prokrastinerar för att undvika vissa delar av processen?
- Varför tror du att du gör det? Är det något som försvårar processen för dig i senare skeden?

### Självkritik

- Brukar du vara självkritisk i din kreativa process?
- Om ja,  
Varför tror du att du är det och hur påverkar det din process?  
Tror du att det märks av i dina slutgiltiga resultat?  
Är det något som förbättras i och med din ökade kunskapsnivå?
- Om inte,  
Hur har du undkommit det?  
Varför tror du att vissa är det och andra inte är det?

### Kritik

- Är du rädd för kritik samt vad andra tycker om dina verk?
- Om ja,  
Hur påverkar detta ditt skapande?
- Om nej,  
Tror du det är en nackdel att oroa sig vad andra tycker?

### Struktur

- Har du någon struktur du arbetar efter?
- Om ja,  
Hur ser den ut och vad gör den till en fungerande struktur?
- Om nej,  
Tror du att en struktur skulle kunna hjälpa dig i ditt skapande?