



MUSIK-  
HÖGSKOLAN  
I MALMÖ

EXAMENSARBETE 15hp  
Vårterminen 2021  
Ämneslärarutbildningen i musik  
Alexander Palmgren

# “Vem vill lyssna på det här?”

En studie om hur altruism påverkar musikskapande

Handledare: Eva Sæther



# Sammanfattning

**Titel:** "Vem vill lyssna på det här?". En studie om hur altruism påverkar musikskapande.

**Författare:** Alexander Palmgren

Studien syftar till att undersöka vilka svårigheter och utmaningar altruister och icke-altruister har i musikskapande för att kunna fånga upp elever med olika personlighetsdrag och kunna handleda dem i sitt musikskapande i skolan. Studien baseras på tidigare forskning på området samt kvalitativa intervjuer med tio musiker med varierad ålder och könstillhörighet som skriver egen musik. Av dessa tio informanter är sex altruister och fyra icke-altruister. Resultatet av studien visar att det finns ett tydligt mönster i att altruister har svårare att skriva musik än icke-altruister. Svårigheterna hos altruisterna grundas i en rädsla för kritik och att det musikaliska resultatet inte ska räcka till. Detta är något som icke-altruisterna inte upplever i samma grad då de inte upplever samma krav från andra utan ser skapandet som något de själva ska tycka om.

**Nyckelord:** *Altruism, kreativitet, låtskrivande, musikskapande, musikundervisning, personlighetstyper.*

# Abstract

**Title:** “Who would like to listen to this?” A qualitative study about how altruism affects songwriting.

**Author:** Alexander Palmgren

The study aims to investigate what differences and challenges altruists and non altruists face when they write music, and to be able to catch students with different personality traits to help them with their songwriting in school. This study is previous studies in this area and qualitative interviews with ten musicians who all write their own music. Six of these ten are altruists and four are non-altruists, they are of different ages and mixed gender. The results of the study show that there is a clear pattern that altruists face a bigger struggle then non altruistic people when it comes to songwriting. The problems for the altruist are based on a fear in facing critics and a fear that the result won't be good enough. This is something that the non-altruists don't face because they don't find the same demands from others. On the contrary, they tend to see songwriting as something for their own enjoyment.

**Keyword:** *Altruism, creativity, music education, personality trait, songwriting.*



# Förord

Jag vill rikta ett stort tack till mina tio informanter som har ställt upp med att dela med sig av sina tankar och erfarenheter. Utan er hade studien aldrig kunnat genomföras.

Ett stort tack till Eva Sæther för utmärkt handledning och stöttning under hela studiens gång.

Slutligen ett tack till min fru Amanda som har stått ut med att detta är det enda jag har haft i huvudet de senaste månaderna.



1. Inledning	12
2. Syfte och frågeställning	13
3. Litteraturgenomgång	15
3.1 Altruism	15
3.1.1 Egoism kontra altruism	16
3.1.2 Empati	17
3.1.3 Altruistiska handlingar och värderingar	17
3.1.4 Effektiv altruism	18
3.2 Altruistens kännetecken	19
3.3 Psykopati	20
3.4 Amygdala	21
3.4.1 Rädsla	22
3.4.2 Lärande	23
3.5 Kreativa personligheter	24
3.5.1 Psykopati och kreativitet	25
3.6 Dopamin, valens och arousal	26
6.1 Valens och arousal	27
3.7 Förebyggande åtgärder mot rädslan	27
4. Metod	29
4.1 Metodologiska överväganden	29
4.2 Metod för datainsamling	29
4.3 Förstudie	30
4.3.1 Metod för förstudie	30
4.3.2 Resultat av förstudie	31
4.3.3 Analys av förstudie	31



4.3.4 Slutsats av förstudie	32
4.3 Val av informanter	33
4.3.1 Begränsningar i val av informanter	33
4.3.1 Presentation av informanter	33
4.4 Genomförande av intervjuer	34
4.4.1 Del 1 - Personlighetskartläggning	34
4.4.2 Del 2 - Tankar kring musikskapande	35
4.5 Analys	36
4.6 Giltighet och tillförlitlighet	36
4.6.1 Personlighetskartläggningens validitet	37
4.7 Etiska överväganden	38
5. Resultat	40
5.1 Personligheter	40
5.1.1 Altruister	40
5.1.2 Icke-altruister	41
5.2 Musikskapande	43
5.2.1 Tankar kring att skapa musik.	43
5.2.2 Att färdigställa sina idéer	44
5.2.3 Skriva musik för andra	44
5.2.4 Vad andra tycker om musiken	45
5.2.5 Covers och arrangering	46
6. Diskussion	47
6.1 Att identifiera en altruist	47
6.1.1 Altruism och psykopati	48
6.2 Musikskapande och altruism	49
6.2.1 Sociala personlighetsdrag	50
6.2.2 Emotionella personlighetsdrag	51

6.2.3 Motivationella och kognitiva personlighetsdrag	51
6.2.4 Rädsla	52
6.3 Rädsla och biologi	53
6.4 Pedagogiska implikationer	54
6.5 Slutsats av studiens forskningsfrågor	55
6.5.1 Hur påverkar altruism kreativitet och musikskapande?	56
6.5.2 Vad är det som altruister finner svårt med att skriva musik?	56
6.5.3 Hur kan musikhögskolor hantera elever som har svårt för att skapa musik?	56
6.5.4 Egna reflektioner av studien	56
7. Förslag på vidare forskning	58
8. Referenser	59
9. Bilagor	63
Bilaga 1. Kontaktansökan	63
Bilaga 2. Intervju	64
Bilaga 3. Samtyckesblankett	65



# 1. Inledning

Jag är altruistisk. Det innebär i korta drag att allt jag gör är för någon annans skull och någon annans glädje. Min glädje ligger i att någon annan har det bra. Detta fick jag klart för mig när jag var hos en psykolog i samband med att jag blev utmattad. Jag hade haft en hektisk vår med massor av projekt jag var delaktig i och det resulterade i att kroppen sa ifrån under sommaren när alla projekten var över. Jag hade tidigare snubblat över ordet altruism och då bara sett det som något positivt, men nu hos psykologen framkom det att det inte var något som var 100 procent bra, utan att det var den största bidragande faktorn till min utmattning.

Ända sedan jag började spela musik har jag försökt skriva egen musik, men jag har alltid tyckt att det varit svårt. Varje gång en idé kommer till mig så resulterar det, i nio fall av tio, i att jag slänger bort idén och säger till mig själv "Vem vill lyssna på det här?". Jag kan alltså inte skriva musik för min egen skull utan behöver att någon annan ska få glädje av musiken för att jag ska kunna skriva den. Totalt har mitt musikskapande under drygt 13 år resulterat i ungefär sex kompletta låtar. En inte så kaxig siffra med tanke på att jag har haft säkert över 200 idéer.

Abigail Marsh (2016) har kommit fram till vad som gör vissa människor till altruister och kan visa på en tydlig skillnad i hjärnaktivitet hos altruister och motsatsen till altruister, psykopater. Jag har flera gånger hört och läst att psykopater ofta är kreativa människor. Jag har en vän som är en fantastisk låtskrivare, som aldrig förkastar en idé och tror på allt hen gör. Hen har enligt mig en egoistisk syn på livet och samhället. Kan det vara så att min vän har lättare att skriva musik då hen inte är altruistisk i samma grad som mig?

Dessa högst personliga funderingar bildar själva drivkraften till mitt självständiga arbete. Jag anar att mitt specifika problem kan förklaras på generell nivå. Finns det ett samband mellan olika personlighetstyper och hur lätt eller svårt människor med utpräglade personlighetstyper har att skriva musik?

## 2. Syfte och frågeställning

Syftet med studien är att undersöka det eventuella sambandet mellan olika personlighetstyper - i synnerhet altruism - och förmågan att skriva musik. Detta för att få en förståelse varför vissa personer har svårare att skriva musik än andra samt för att bredda kunskapen inom detta område. Min förhoppning är att studien kan bidra till att generera pedagogiska idéer kring undervisning i musikskapande.

Studiens forskningsfrågor är följande:

- Hur påverkar altruism kreativitet och musikskapande?
- Vad är det som altruister finner svårt med att skriva musik?
- Hur kan musklärare hantera elever som har svårt för att skapa musik?



## 3. Litteraturgenomgång

I detta kapitel redogör jag för tidigare forskning som berör min studie. Jag kommer att reda ut olika begrepp och termer som används i studien. Jag kommer även att gå in på vad som menas med kreativitet och vad som gör att vissa personer är mer kreativa än andra. Slutligen berör jag hur lärare kan skapa en god miljö för skapande.

### 3.1 Altruism

Altruism som begrepp introducerades av filosofen Auguste Comte på 1800-talet även om fenomenet har funnits med länge, exempelvis inom kristendomen i form av budet “Du skall älska din nästa såsom dig själv” (Bibeln 2000, Markus 12:31). Inom biologin möter altruismen ofta motstånd, då den inte anses gå ihop med Darwins teori om naturligt urval.

I dagligt tal används altruism som beteckning på en osjälvisk person, vilket också ligger i samklang med Nationalencyklopedins begreppsutredning:

**Altruism**, (...) osjälviskhet, att vilja och behandla någon annan (mänsklig) varelse än en själv väl, utan avsikt att därigenom gagna sitt eget intresse. Motsatsen är själviskhet eller egoism. Altruism kan variera i styrka, och i snävare mening avses med altruism endast de fall där en annans väl omfattas med en vilja starkare än egenintresset. (NE, 2021)

Abigail Marsh är en amerikansk forskare inom psykologi som har undersökt fenomenet altruism efter en händelse där en främmande man riskerade sitt eget liv för att rädda hennes. Marsh har undersökt vad det är som gör att vissa människor är altruister (personer som praktiserar altruism) medan andra inte är det. För att ta reda på vad som är speciellt med altruister behöver vi undersöka dess motpol. Den extrema motpolen i detta fall är psykopater:

En vanlig metod för att förstå grundläggande aspekter i mänsklig natur som viljan att hjälpa andra, är att studera människor där denna vilja saknas, och psykopater är precis en sådan grupp. Psykopati är en utvecklingsstörning med starkt genetiskt ursprung och resultatet är en personlighet som är kall och inte bryr sig och tenderar att vara antisocial och ibland mycket våldsam. (Marsh, 2016)

I sin forskning har Marsh (2016) undersökt personer med psykopatisk personlighetsstörning, samt dess motpart altruister. Att bry sig om sina nära och kära och visa medkänsla för kända personer är inget som är extraordinärt. Det som utmärker en altruist är att de visar samma medkänsla för personer de inte känner och inte har någon relation till. För att finna extrema altruister har Marsh undersökt personer som frivilligt har donerat organ till personer de inte känner. Det är en handling som beskrivs som den yttersta handlingen av äkta altruism (Marsh, 2017).

### 3.1.1 Egoism kontra altruism

Flera framstående filosofer såsom Aristoteles (384-322 f.Kr), St. Thomas av Aquino (1225-1274), Thomas Hobbes (1588-1679), Jeremy Bentham (1748-1832), Friedrich Nietzsche (1844-1900) och Sigmund Freud (1856-1939) har menat att människan är egoistisk och drivs av sina egna intressen. Allt som människan gör, görs direkt eller indirekt för att gynna ens egna intresse. Detta är även en grundtanke i darwinismens som benämns som *survival of the fittest* (NE, 2021). Teorin grundas i att det är de arterna som är mest livsdugliga som överlever och att en art som har en vilja att ge bort sin mat till andra istället för att äta den själv har mindre chans att överleva, fortplanta sig och på så vis låta arten med dess gener överleva.

Jensen (1994) menar att människors egenintresse är den största underliggande faktorn för motivation och att denna typ av egoism faktisk är gynnande för mänskligheten då utvecklingen inte skulle gå framåt i samma takt om vi inte arbetade efter våra egna intressen. Han menar att altruism är en form av egoism då ett altruistiskt beteende i form av att hjälpa någon annan kan ligga i en persons egenintresse. Om en person hjälper någon annan är det för att denne ska känna sig bättre av det och på så vis menar Jensen (1994) att altruism är en produkt av egoism. Denna egoistiska filosofi benämns som *psykologisk egoism* (NE, 2021)

Batson & Shaw (1991) definierar både egoism och altruism som motiverande tillstånd, men där skillnaden är att genom egoism är målet att öka din egen välfärd, och genom altruism öka någon annans välfärd. Batson & Shaw (1991) menar även att egoismen kännetecknas av viljan att öka sin egen välfärd trots att det kan vara dåligt och kostsamt för andra och att altruistens vilja kan vara kostsam för den själv. De menar att en organism (exempelvis en människa) kan ha både egoistiska och altruistiska motiv på samma gång. En



egoistisk handling där motivet är altruistiskt är exempelvis att vilja minska sin egen stress för att kunna hjälpa andra att minska sin stress. Ett motsatt exempel där handlingen är altruistisk men motivet egoistiskt är att donera pengar för att få respekt och se bra ut i andras ögon. Batson & Shaw (1991) förklarar vidare att altruistiska handlingar inte behöver innebära uppoffringar och de även kan innebära egen vinning. Det yttersta motivet i en altruistisk handling är inte egenvinning men det kan absolut bli en konsekvens av att hjälpa andra. Safarzadeh & Wallmarkmenar (2011) menar att altruism innefattar den interpersonella förmågan att känna med, och förstå andra personers känslor. Denna förmåga beskrivs ofta som *empati*.

### 3.1.2 Empati

Empati är ett begrepp som vi starkt kan koppla ihop med altruism, men det är dock inte samma sak. Smith (2006) definierar skillnaden mellan altruism och empati med att altruism är det osjälviska intresset för andras välmående medan empati är förmågan att se, förstå och sätta sig in i andras känslor och mående. Smith (2006) menar att det finns en tydlig korrelationen mellan altruism och empati och att stora delar av ett altruistiskt beteende grundas i personens empatiska förmåga. Batson (2011) identifierar flera konkreta fenomen som definieras som empati. Dessa är att förstå andra personers tankar och känslor, att kunna uppmärksamma andra personers mentala mående, att kunna sätta sig in i andras situation, att förstå andra personers lidande samt känna medlidande eller ångest med att andra personer lider.

Batson (2011) menar att den främsta skillnaden mellan altruism och empati är att empati endast handlar om att förstå andra människor och inte att agera på ett sätt som kan vara missgynnande för sig själv. Smith (2006) visar i sin forskning att empati är starkt relaterat till altruistiska värderingar men att kopplingen mellan empati och altruistiska handlingar inte är lika tydlig. Sambandet mellan altruistiska värderingar och altruistiska handlingar är likvärdigt med sambandet mellan empati och altruistiska handlingar.

### 3.1.3 Altruistiska handlingar och värderingar

Förutom att donera en av sina njurar till en främling, som enligt Marsh (2017) är den yttersta altruistiska handlingen, så finns det en hel del andra handlingar som enligt Smith (2006) betraktas som altruistiska handlingar. De handlingar som Smith beskriver som altruistiska är:

att prata med en deprimerad person, hjälpa andra med renovering eller arbete kopplat till boende, låta någon gå före i kön, hjälpa främlingar med vägen, ge pengar till välgörenhet, volontärarbete, donera till hemlösa personer, hjälpa någon få ett jobb, hjälpa till när någon är bortrest, erbjuda sin sittplats till någon annan, erbjuda bärhjälp, låna ut saker, låna ut pengar, lämna tillbaka extra växel i butiken och ge blod.

Smith (2006) listar även altruistiska värderingar. Dessa värderingar är: viljan att hjälpa personer som är mindre välbärgade, att hjälpa personer som är i nöd, att anse det viktigt att sätta sig in i andras problem, att bry sig om andra och inte bara sig själv. Smith menar att en person kan ha tydliga altruistiska värderingar utan att handla altruistiskt. Marsh (2017) kategoriserar en altruist nästan endast utifrån sina handlingar då hon lägger stor vikt vid just njurdonationer. Vi kan alltså konstatera att en person kan ha tydliga altruistiska värderingar och känna stark empati utan att faktiskt vara en altruist som agerar altruistisk.

### 3.1.4 Effektiv altruism

Vid en snabb sökning på altruism dyker begreppet *effektiv altruism* upp. Effektiv altruism är en social rörelse som går ut på att använda forskning och förnuft för att förbättra världen så mycket som möjligt (Singer, 2011). Effektiv altruism bör inte blandas ihop med traditionell altruism inom filosofin som jag tidigare har berört. Effektiv altruism fokuserar till stor del på välgörenhet för att utrota fattigdom i världen genom bland annat kostnadseffektivitet och så kallat kontrafaktiskt tänkande. Genom att skänka pengar till en organisation som kan göra så stor nytta som möjlig per spenderad krona effektiviserar donationen och på så vis kan fler liv räddas av samma summa pengar. Peter Singer, en framstående förespråkare för effektiv altruism, ger ett exempel på detta.

Ta till exempel att erbjuda en ledarhund till en blind person. (...) man måste tänka på vad mer man kan göra med de resurserna. Det kostar ungefär 25 000 dollar att träna upp en ledarhund och att träna mottagaren så att ledarhunden kan vara en effektiv hjälp för den personen. Det kostar någonstans mellan 10 och 30 dollar att bota en blind person i ett utvecklingsland om de har trakom. (...) Man skulle kunna erbjuda en ledarhund till en blind amerikan, eller så skulle man kunna bota mellan 400 och 2000 personer från blindhet.” (Singer, 2013)

Det kontrafaktiska tänkandet (som i citatet ovan) används ofta genom att rörelsen rekommenderar människor att söka sig till högavlönade yrken inom exempelvis bank och finanssektorn. Detta för att de ska få så hög lön som möjligt och på så vis kunna skänka en större summa pengar till välgörenhet.

Skillnaden mot traditionell altruism är att i effektiv altruism är alltid tanken “hur gör jag mest nytta”, medan en “vanlig” altruist har det mer som ett tankesätt att vara behjälplig till andra i den mån de kan (Singer, 2011). Traditionell altruism till skillnad mot effektiv altruism, handlar inte om välgörenhet utan mer om moral och agerande hos altruisterna. Det är den traditionella, “vanliga” altruismen som Marsh (2017) beskriver som jag syftar på i fortsättningen av denna studie.

## 3.2 Altruistens kännetecken

Marsh (2017) beskriver altruister som personer som har lätt att se och känna hur andra mår, även personer de inte har någon relation till. De kan enkelt identifiera kroppsspråk och rädsla hos andra personer. En altruist har även lätt att sätta sig in i andras situationer och blir lätt illa berörd av att se andra må dåligt, visa smärta eller vara i affekt. Marsh menar att den yttersta handlingen av att vara en extraordinär altruist är att frivilligt donera en njure till någon, som donatorn inte känner, för att rädda liv. När Marsh frågar dessa donatorer vad som gör just dem speciella svara de “inget”. Altruisterna förklarar även att “det inte handlar om dem”. De är inte i centrum då livet inte handlar om dem utan om andra. I och med att livet inte handlar om dem skulle de inte sätta sig själv eller sina egna intressen först (Marsh, 2017). Enligt Telzer, Fuligni, Lieberman och Galván (2014) är dock att hjälpa andra något som sätter igång belöningssystemet i hjärnan hos altruister. Där andra personer skulle få dopamin till hjärnan av att göra något för sig själv, är dopamintillförseln större hos altruister när de gör något för någon annan, exempelvis hjälper en främling med en tung väska uppför en trappa.

*Psychology Today* är en amerikansk tidskrift och hemsida som berör psykologi och psykisk hälsa. De fokuserar på auktoritativ translationell forskning och bjuder in verksamma psykologer till att skriva blogginlägg och artiklar (Psychology Today, 2021) De har listat saker de anser kännetecknar en altruist. Enligt dem anser en altruist att det är viktigare att göra ett bra jobb i någon annans ögon än att de får göra som de själva vill. Altruister skulle heller inte tränga sig före i en kö (Psychology Today, 2009). Detta går i linje med vad Marsh (2017) säger om att altruisterna inte sätter sig själva först då det inte handlar om dem.

Psychology Today (2009) menar även att altruister lätt kan älta händelser där de har gjort någon annan illa, att de har lätt att be om ursäkt och ofta gör det väldigt fort även om de inte har fel i sak. Altruister har även svårt att säga nej. Att altruister ältar händelser där de skadat någon och ber om ursäkt snabbt går i linje med vad Marsh säger om att altruister lätt kan sätta sig in i andras position samt att de har lätt att se när någon mår dåligt eller är ledsen. I och med att de även reagerar starkt på just detta är det ett försvarssystem hos altruisterna att be om ursäkt när de gjort någon illa (Ott & Olivestam, 2007). Genom att be om ursäkt kan de ta bort intrycken i att någon annan mår dåligt eller är ledsen, och på så vis blir ta bort någonting som gör att de känner obehag.

Att altruisterna ofta har svårt för att säga nej koppas till Tezler et.al (2014) om att altruisternas belöningsystem aktiveras genom att vara behjälplig för andra. Då altruisterna reagerar starkt på obehag (Marsh, 2017) vill de ej se någon besviken genom att leverera ett nej på en fråga om de exempelvis vill följa med, göra en aktivitet eller kan hjälpa till. Kombinationen av att de vill vara andra till lags, undvika rädsla från andra och få dopamin gör att altruister ofta säger ja på sådana förfrågningar.

Smith (2006) visar i sin forskning kring altruism och empati i USA att det finns en stor del av befolkningen som visar ett hjälpsamt beteende mot personer i sin närhet utan att de i övrigt visar tydliga altruistiska värden om att hjälpa andra, trots att det kan bli missgynnande för dem själva. Dessa personer menar Smith (2006) har en god förmåga till empati, men de har ej tydliga altruistiska värderingar. För personer med altruistiska värderingar är det oviktigt om det är personer de har en nära relation till eller ej. Vi ser en tydlig korrelation mellan Batsons (2011) forskning kring empati och flera av de ovan nämnda personlighetsdragen för altruister. Därmed kan vi se att många av altruisternas personlighetsdrag och handlingar grundas i en stor förmåga att känna empati.

Marsh (2017) beskriver att i sin studie där hon undersökte altruister och psykopater så var det relativt svårt att få tag på psykopater till studien, då det inte var så många som ville ställa upp trots utlovad ersättning. Det var även flera personer som var inbokade för undersökningen som fick avboka då de exempelvis hamnade i häkte på grund av brott de begått. Att hitta extrema altruister i form av personer som frivilligt donerat en njure till sjukvården var något som Marsh (2017) trodde skulle bli svårt men som visade sig vara enkelt. Mailkorgen svämmade över med personer som ville hjälpa till genom att delta i studien och flera personer flög över hela USA för att delta.

### 3.3 Psykopati

Marsh (2017) beskriver psykopater som altruisternas extrema motpol. För att ta reda på om en person är en psykopat används i USA ett test som kallas *Psychopathy Checklist*, förkortas PCL. Det är ett test där personen svarar på frågor och påståenden samt att frågorna ställs mot tidigare händelser i livet (Marsh, 2017). Resultatet visar sedan en 40-gradig skala där en person som får 30 eller mer klassas som psykopat. En variant av testet är *Psychopathy Checklist: Youth Version* (Förkortat PCL:YV) där frågorna är utformade för att kunna se om unga i åldrarna 12-18 har ett psykopatiskt beteende (Brazil & Forth, 2016) Några av frågorna och påståendena i PCL:YV som både Brazil och Forth (2016) samt Marsh (2017) nämner är om barnet är allvarligt våldsamt, har visat tidiga problem med uppförande, svårt att behärska ilska och har svårt med hantering av intryck. Om barnet har svårigheter i att acceptera ansvar för sina handlingar utan istället skyller på andra, eller om barnet inte känner någon ånger eller skuld när de gjort något fel är även något som det frågas om i tester. Om barnet visar en stor känsla av självvärde är även något som tyder på psykopatiska drag. Andra drag som Marsh (2017) har sett i sin undersökning av psykopater är manipulativ förmåga och en stor motivation till att få sin vilja igenom, oavsett konsekvenser för personerna runt omkring.

### 3.4 Amygdala

Finns det en biologisk skillnad mellan altruister och psykopater? Marsh (2017) påvisar i sin forskning en att psykopater har svårt att känna igen rädsla i andras människors ansiktsuttryck. Genom hjärnscanning (fMRI) har Marsh sett att det är just detta som skiljer unga med psykopatiska drag från andra "vanliga" ungdomar.

Den delen i hjärnan som registrerar rädsla heter *amygdala*. Amygdalan är en del av det limbiska systemet i hjärnan, vilket även kallas känslohjärnan. Amygdalan spelar en stor roll i uppkomsten av känslor, framförallt ångest, rädsla, oro och aggression. Amygdalan samarbetar med hippocampus, en annan del i det limbiska systemet. De två delarna agerar i samspel men det kan hända att pågår överaktivitet i den ena delen. En överaktiv amygdala kan göra att en person badar i ångest och har svårt att ta sig ur det. En överaktivitet i hippocampus kan leda till att affekten snabbt släcks och personen agerar undvikande (Björkstrand, Agren, Åhus, Hjorth, Furmark & Fredriksson, 2016).

När vi ser ett ansiktsuttryck som visar rädsla går signalerna direkt till amygdalan. Att vi själva reagerar med rädsla när vi ser någon annans rädda ansiktsuttryck beror på att vi då går in en försvarsposition där vi gör oss redo för att fly eller slåss. Vi ser att någon annan är rädd, därför borde vi också vara rädda. Att människan går in i detta flyktbeteende när vi ser andra som är rädda kan liknas med att djur har varningslåten för att varna andra djur. Djuren reagerar inte på ansiktsuttryck hos andra djur på samma sätt som människor utan ger då istället från sig ett varningsläte. Amygdalan reagerar även på synen av personer som visar smärta. Amygdalan reagerar extra mycket om personen är någon som vi sympatiserar med även om vi inte känner personen. Det kan vara en främling som hejar på samma fotbollslag som du som visar rädsla eller smärta. Detta visar på att amygdalan även hänger ihop med hur vi känner empati. Amygdalan reagerar inte bara på synen av rädsla eller smärta utan även när vi hör ett skrik som indikerar rädsla (Marsh, 2017).

Genom fMRI såg Marsh hur amygdalan hos de “vanliga” ungdomarna, precis som hos vuxna, vilket tidigare forskning har visat, reagerade när de visades ansiktsuttryck på rädda personer. Hos ungdomarna med psykopatiska drag reagerade inte amygdalan på de rädda ansiktsuttrycken. Marsh menar även att psykopater har en betydligt mindre amygdala, omkring 18-20%, än andra människor. Hos de altruister som Marsh har undersökt har hon sett att de inte bara har en överaktiv amygdala när de ser rädda ansiktsuttryck, utan även en omkring 8% större amygdala än “vanliga människor” (Marsh, 2017).

### 3.4.1 Rädsla

När Marsh (2017) frågade de psykopatiska ungdomarna vad de var rädda för svarade de med “inget” eller på frågan hur ofta de är rädda så svarade de “aldrig”. Psykopater har inte förmågan att identifiera rädsla i ansiktsuttryck. Vid en intervju med en dömd brottsling som var tydlig psykopat visades bilder på olika ansiktsuttryck och psykopaten ombads att berätta vad uttrycken heter. När ett ansiktsuttryck på en rädd person visades, svarade den intervjuade “I don’t know what that expression is called. But i know that’s what people look like right before i stab them” (Marsh, 2017. s. 135)

En av ungdomarna som skulle genomföra fMRI var trots sin unga ålder på 16 år redan en härdad brottsling som hade varit med i skottlossning och begått flera brott. Det var denna typen av personer som Marsh (2017) sökte till sin studie. Till skillnad från de andra psykopaterna som deltog i scanningen hade den här pojken väldigt många frågor om själva

scanningen i stil med “Kommer det göra ont?” “Hur lång tid tar det?” “Hur gör jag om jag vill avbryta?” “Kan min kusin vara med och hålla mig i handen?”. Ingen av de andra ungdomarna med psykopatiska drag hade visat några som helst tecken på oro eller rädsla inför scanningen, men den här pojken fick avstå från scanningen på grund av rädsla. Marsh menar att det inte blev ett problem då han i och med uppvisandet av rädsla inte hade psykopatisk personlighetsstörning utan istället bara hade hamnat fel i samhället på grund av andra orsaker som en trasslig familj.

Marsh (2017) visar att en altruist som har en både större och aktivare amygdala än såväl psykopater som “vanliga” människor reagerar starkare på synen eller ljudet av andra rädda människor som visar rädsla eller smärta.

### 3.4.2 Lärande

Det limbiska systemet spelar även roll i vårt lärande då de är kopplade till minnessystemet. Positiva emotionella känslor är en förutsättning för att en ska kunna lära sig värdefulla saker som en ska kunna få användning för och laborera med på ett kreativt sätt. “För att känna glädjen av att lära sig något är det viktigt att man förstår vad man kan ha för nytta av det man lär sig, samt vad det kan ha för mening i ett större sammanhang.” (Spitzer i Ott & Olivestam, 2007. s. 76). Det är alltså minnen som styr våra känslor. Om du vid ett tillfälle har blivit biten av en svart hund så kommer din amygdala att registrera en rädsla var gång du ser en svart hund. I amygdalan lagras minnet av rädsla och fobier. Vid en signal om fara reagerar amygdalan så att hjärnan och kroppen går in i flyktberedskap. Då kroppen därmed är fokuserad på överlevnad reduceras andra funktioner i hjärnan, bland annat lärande (Ott & Olivestam, 2007). Detta är en del av kroppens psykologiska försvar som Johansson (2005) skriver om. Han säger att bortträngning, att förtränga delar av verkligheten som ger oss obehagskänslor, är en reaktion från vårt undermedvetna för att påminna oss om tidigare erfarenheter som har skadat kroppen, psykiskt eller fysiskt. På detta vis går kroppen in i flyktposition när vi blir påmind om något som skadat oss tidigare.

När vi utsätts för något som får oss att bli rädda kan vi inte lära oss nya saker utöver enskilda fakta. Detta hindrar oss från att förstå ingående fakta och dess användning i större sammanhang vilket leder till att vi inte kan på ett kreativt sätt utveckla nya tankebanor som vi kan använda vid ett senare tillfälle. Exempel på en situation där vi kan bli rädda och hamna i flyktposition är när vi får kritik på musik vi har skrivit från någon annan, en lärare, en

skivbolagschef eller en vän som har lyssnat på musiken. Att få kritik riktad mot sig eller något man själv skapat, är en typ av angrepp som utlöser negativ stress (Isberg, 2018). Vid akut rädsla blockeras upplevelsen av det som faktiskt händer genom att informationen skickas direkt till amygdalan som larmar hjärnan och får kroppen att gå in i försvarsposition. Följden av detta blir att kreativiteten minskar drastiskt (Ott & Olivestam, 2007). Brodin (2014) säger att Mays begrepp *kreativt mod* innebär att människor kan agera engagerat även om de vet att de kan ha fel. Det handlar om att personer kan känna rädsla eller ångest inför en uppgift, men att de kan övervinna rädslan och fortsätta arbeta. Om personen reagerar väldigt starkt på rädsla och obehag kan det resultera i att kroppen går in i försvarsposition och det blir omöjligt att fortsätta arbeta på grund av att rädslan för att ha fel tar över.

Ott och Olivestam (2007) menar att om människor inte har möjlighet att påverka en stressande situation finns en risk att de hamnar i en cirkel av mer och större negativ stress. Om de inte kan identifiera sammanhanget som stressen uppstår ur kan det förhindra personen från att ta sig ur cirkeln och på så vis minska de negativa känslorna som stressen medför.

### 3.5 Kreativa personligheter

Brodin (2014) menar att kreativitet finns i varierande grad hos alla människor. Vissa anses vara mer kreativa än andra och Brodin (2014) beskriver ett flertal definitioner av personlighetsdrag som är kopplade till den kreativa prestationen. Några av dessa personlighetsdrag är insiktsfull, oberoende, okonventionell, självsäker och verbal. Brodin (2014) beskriver även vissa negativt laddade personlighetsdrag, däribland cynisk, påstridig och egoistisk. Hon kategoriserar personlighetsdragen utifrån fem kategorier: Kognitiva, motivationella, emotionella, sociala och kliniska personlighetsdrag. *Kognitiva personlighetsdrag* handlar om hur vi reagerar på nya situationer och löser problem. Att vara öppen inför det oväntade är något som främjar kreativitet (Brodin, 2014). Detta kan vi koppla till att inte vara rädd inför det oväntade, något som Marsh (2017) menar att psykopater inte är.

*Motivationella personlighetsdrag* handlar om att kunna ta sig an utmaningar trots att en möter motsättningar och hinder (Brodin, 2014). Här är den inre motivationen en betydande faktor. Med inre motivation menas själva nöjet i processen och nöjet i att skapa och även i att lära sig (Pink, 2018). Om någon ser en glädje och vilja i att lära sig så är det främjande för inte bara kreativiteten, utan även för lärandet. Den inre motivationen kommer från viljan att överleva. Om någon ser lärandet som ett sätt att utvecklas för att lättare överleva är det en bra



faktor för den inre motivationen (Ott & Olivestam, 2007). Om personen däremot hamnar i en flyktposition under exempelvis en lektion där personen får kritik eller negativa kommentarer kommer det associeras med att lära sig är samma sak som att få kritik. Därmed kommer den inre motivationen inte att handla om att lära sig utan istället om att undvika kritik.

*Emotionella personlighetsdrag* handlar om vad vi har för känslor inför att skapa. Brodin (2014) menar att både positiva känslor, såsom glädje och intresse och negativa känslor som ilska, sorg eller aggressivitet främjar kreativitet.

*Sociala personlighetsdrag* handlar om hur dina relationer till andra människor påverkar kreativiteten. Det är betydelsefullt för kreativiteten att kunna ifrågasätta normer och auktoriteter och vara självsäker. Andra faktorer som främjar kreativiteten är högt självförtroende, självständighet och påstridighet (Brodin, 2014). Att vara påstridig och att ifrågasätta auktoriteter är personlighetsdrag som vi inte ser som kännetecknade hos altruister (Marsh, 2017).

*Kliniska personlighetsdrag* handlar om att psykisk instabilitet kan gynna kreativiteten. Brodin benämner personlighetspsykologen Eysencks teori om psykoticism (ej att blanda ihop med psykopati) som en personlighetsfaktor som starkt förknippas med kreativitet. Andra egenskaper som kännetecknas av psykoticismen är att vara egocentrisk, oempatisk, kylig och antisocial. Vi kan se tydliga likheter mellan personlighetsdrag för psykoticism och psykopati enligt Marsh (2017) och Fahlke (2007) menar att psykoticismen idag främst används som ett mått för sårbarhet inom psykopati.

Engström (2012) menar att stress även är en betydelsefull faktor som påverkar kreativitet. Hon säger att ökad stress leder till försämrad problemlösningsförmåga, vilket är en del av den kreativa processen.

### 3.5.1 Psykopati och kreativitet

Galang (2010) beskriver att personer som ses som kreativa människor ofta delar personlighetsdrag med personer som är klassificerade som psykopater. Dessa personlighetsdrag är högt risktagande, avvikande tänkande och låg latent hämning. Låg latent hämning innebär att en person uppmärksammar något som andra anser vara obetydligt (Netinbag, 2021). Ett exempel i musiksammanhang på låg latent hämning skulle då kunna vara en melodislinga, en ackordföljd eller ett sound som ingen tror på förutom personen som har upptäckt den. Högt risktagande och avvikande tänkande är även personlighetsdrag som

Brodin (2014) menar är kopplade till kreativitet. Brodin (2014) säger att det finns en koppling mellan psykisk sjukdom, i form av psykoticism och kreativitet. Westling (2015) menar att det sedan länge är identifierat att psykisk ohälsa som bipolär sjukdom, schizofreni och psykos ger ökad kreativitet. Även om psykopati inte anses som en psykisk sjukdom utan som en psykisk personlighetsstörning (NE, 2021) ser jag många likheter i personlighetsdragen mellan just psykoticism och psykopati. Brodin (2014) menar att just högt risktagande är ett personlighetsdrag som är gemensamt för både högt kreativa personer och personer med psykiska sjukdomar. Även om det endast är en eller två procent av USAs befolkning som är psykopater är det runt 30 procent av befolkningen i USA som uppvisar något psykopatiskt personlighetsdrag i enlighet med PCL (Marsh, 2017).

### 3.6 Dopamin, valens och arousal

Dopamin är en signalsubstans i kroppens centrala nervsystem som spelar en viktig roll i hjärnans belöningssystem (NE, 2021). Dopaminet spelar en stor roll i vårt humör och i uppståndelsen av känslor och styrningen av motivation. Belöningssystemet är direkt kopplat till överlevnad då det fungerar så att vi ska känna oss bättre om vi gör något som får oss att överleva. Dopamin utsöndras till hjärnan när vi gör något som får oss att känna oss bra vilket gör att vi intuitivt anstränger oss för att göra det igen. Dopamin utsöndras även vid beteenden som är skadliga för kroppen såsom intag av nikotin, alkohol och socker (Rehn, 2016). Det finns även en korrelation mellan psykisk ohälsa och dopamin. Rehn (2016) säger att låg dopaminnivå kan leda till ångest och depression. Medicin som dämpar dopaminnivån i hjärnan används ofta som behandling vid ADHD eller schizofreni, ett av de personlighetsdrag som Westling (2015) beskriver kan innebära ökad kreativitet. Dopaminnivån påverkar även lärandet (Rehn, 2016)

Buckholtz et. al (2010) menar att psykopater som har ett större risktagande ofta kan jaga dopamin trots att det kan innebära risker. I och med detta löper de större risk att fastna i exempelvis drog- eller spelmissbruk. Att de söker belöning trots risker är även ett tecken som tyder på att de inte visar samma rädsla som andra "vanliga" människor eller altruister skulle göra (Marsh, 2017). Dock tar altruister som donerar en njure till främlingar en stor risk. Marsh (2017) menar att altruisterna förklarar detta risktagande med att det inte handlar om dem.

## 6.1 Valens och arousal

Rädsla styrs av amygdalan. Marshs studie (2017) visar att altruister har större och aktivare amygdala än såväl psykopater som "vanliga" människor. Amygdalan i sin tur styr *arousal* och *valens* (Kuhbandner & Zehetleitner, 2011). Arousal handlar om hur mycket limbiska systemet reagerar på ett stimuli, det vill säga vilken känsla du har inför ett stimuli. Valens handlar om huruvida du har en positiv eller negativ inställning till stimuli. Hur arousal och valens fungerar beskrivs av Kuhbandner & Zehetleitner (2011) på följande vis:

- Positiv valens och hög arousal ger en mycket positiv känsla som mynnar ut i exempelvis entusiastism, motivation och/eller eufori.
- Positiv valens och låg arousal ger mer måttlig glädje, tillfredsställelse eller intresse.
- Negativ valens och hög arousal ger en mycket negativ känsla av skräck, avsky och panik.
- Negativ valens och låg arousal innebär att känna irritation, distraktion och nedstämdhet.

Dopamin styr valensen. Vid exempelvis ett uppförande av egenskriven musik där kompositören får mycket applåder tillförs det mycket dopamin till hjärnan, vilket kan leda till att valensen inför att skriva mer musik blir positiv. Om kompositören däremot möts av mycket negativ kritik efter uppförandet får kompositören mindre dopamin och valensen kan då bli negativ. Om kompositören då har en amygdala som reagerar starkt på rädsla (kritik) så innebär det hög arousal (Kuhbandner & Zehetleitner, 2011). Detta leder till att kompositören kan känna skräck, avsky och panik inför att skriva musik i framtiden.

Psykopater visar sig ha större angelägenhet att jaga belöningar trots risker, då de har ett aktivare belöningsystem som producerar mer dopamin (Buckholz et.al, 2010). En psykopat som får negativ kritik på sin musik reagerar inte lika starkt på rädslan (kritiken) och kan därför ha låg arousal. Psykopaten kan även utsöndra tillräckligt med dopamin från exempelvis en positiv kommentar om musiken för att valensen ändå kan vara positiv.

## 3.7 Förebyggande åtgärder mot rädslan

Johanson (2005) listar olika metoder för att gynna klassrumsklimatet, relationer mellan elever och lärare samt mellan elever och elever. Han menar att genom att erbjuda stöd och visa erkännande i en grupp så bidrar det till tillit och öppenhet i gruppen, vilket i sin tur tillåter större risktagande från eleverna. Risktagande är en egenskap som både Brodin (2014) och

Galang (2010) menar är främjande för kreativiteten. Johansson (2005) pratar även om gruppens psykiska klimat. Han nämner försvarsinriktat klimat och stödjande klimat som två huvudspelare i det fysiska klimatet i klassrummet. Ett försvarsinriktat klimat i klassrummet innebär att:

- Eleverna är på sin vakt
- Eleverna är rädda för påhopp
- Kritik ges oftast av negativ art
- Humor ses som oseriöst
- Kommentarer med sarkasm och dold kritik är vanligt. (Johansson, s.16-17)

Detta är tydliga punkter som kan trigga igång rädslan hos oss. Det innebär att det blir svårare att få fram kreativa idéer i detta klimat.

Ett stödjande klimat omfattas av:

- Vänlig och accepterad miljö
- Inställda på gemensam problemlösning
- Eleverna känner sig trygga och kan släppa försvarsattityder och använda en större del av sin personlighet i sitt arbete.
- Ett humoristiskt förhållningssätt. (Johansson, s.16)

I detta klimatet kan eleverna känna arbetsglädje och gemenskap. Energin kan läggas på att skapa och risken för att trigga igång rädslan minskar.

Ett sätt som lärare för att stärka det stödjande klimatet kan vara att använda bestämda modeller för kamratbedömning. William och Leahy (2015) menar att elever tenderar till att vara hårdare vid kritik än vad lärare är och därför är det bra att använda sig av bestämda modeller såsom *Two stars and one wish*. Modellen bygger på att vid tillfälle för kommentarer på exempelvis en uppspelad låt så ska varje elev ge två positiva kommentarer (stars) och en konstruktiv (wish).

## 4. Metod

I detta kapitel redogör jag för skillnaden på kvalitativ och kvantitativ forskningsmetod samt under vilken av dessa min metod faller. Här återfinns även argumenten för mitt val av datainsamlingsmetod, urvalet av deltagare samt genomförandet av själva studien. Kapitlet innehåller en redogörelse för hur analys av data utförts. Avslutningsvis redogörs för etiska överväganden.

### 4.1 Metodologiska överväganden

De två huvudsakliga forskningsstrategierna är enligt Bryman (2014) kvalitativ och kvantitativ forskning. Kvantitativ forskning syftar främst till att hantera och analysera mätbar data medan kvalitativ forskning värderar ord högre än kvantifiering. Den kvantitativa forskningen utgår från prövning av teorier, naturvetenskapliga normer och tillvägagångssätt samt en objektivistisk syn på verkligheten. Metoderna som tillämpas är oftast strukturerade intervjuer och enkäter, frågeställningarna är tydligt formulerade och datainsamlingen ämnar att producera mätbara resultat (Bryman, 2014). Om min studie hade haft ett fokus på att endast se ett samband mellan personlighetstyper och musikskapande, istället för att få en djupare förståelse för vad altruister finner för svårigheter i sitt musikskapande, så hade kvantitativ metod varit passande för min studie. Widerberg (2003) menar att kvalitativ forskning handlar om karaktärsdrag och egenskaper. Kvantitativ forskning fokuserar istället på mängden egenskaper eller karaktärsdrag och syftar till att mäta dessa. Bryman (2014) menar att genom att använda kvalitativa intervjuer vill forskaren ha fylliga och detaljerade svar. Intervjuerna kan även gärna röra sig i olika riktningar då det är relevant vad informanten känner och upplever inför frågan. Min studie har de djupgående och personliga berättelserna i fokus vilket gör kvalitativ metod till en lämplig metod för denna undersökning.

### 4.2 Metod för datainsamling

Intervjustudier kan genomföras på flera olika sätt. Vid kvantitativ forskning används oftast strukturerad intervju där informanterna får svara på frågor efter ett frågeschema. Målet med en sådan intervju är att säkerställa att informanternas svar kan sammanställas på ett jämförbart sätt (Bryman, 2014).

Inom kvalitativ forskning används främst ostrukturerad eller semistrukturerad intervju. Den ostrukturerade intervjun fungerar mer som ett vanligt samtal där intervjuaren endast ställer några få bestämda frågor och sedan låter samtalet finna sin egen väg. Intervjuaren reagerar på det som verkar relevant för en uppföljningsfråga (Bryman, 2014).

Materialet till studien har samlats in via semistrukturerade intervjuer. Bryman (2014) beskriver denna intervjuform med att forskaren förhåller sig till specifika teman som ska besvaras, medan intervjupersonen har stor frihet att formulera svaren som hen vill. Frågorna kan även komma att ställas om senare under intervjun och svar kan återkopplas till tidigare svar. Då det kommer finnas stort fokus vid intervjun på om personen är altruistisk eller ej behövs vissa bestämda frågor besvaras. När det kommer till vad hen känner för svårigheter i musikskapande så är det av stor vikt att kunna vara flexibel i frågorna. Detta för att undvika svar i stil med "jag tycker inte det är svårt att skriva musik", vilket inte skulle ge mig något mer än statistik till studien. Jag vill även kunna sätta fingret på vad de olika informanterna tycker är svårt med musikskapande, vilket kommer innebära flera följdfrågor som kan ställas olika beroende på tidigare svar.

## 4.3 Förstudie

Inför studien genomfördes en förstudie. Syftet med förstudien var att testa ett onlinetest för att kartlägga altruister samt se hur min initiala hypotes stod sig mot svaren från informanterna i förstudien.

### 4.3.1 Metod för förstudie

Informanterna bestod av fem kurskollegor till mig, alltså studenter på musiklärarutbildningen på Musikhögskolan i Malmö och även mig själv. Jag valde tre personer som jag vet skriver musik och två personer, inklusive mig själv, som jag vet har svårt för att skriva musik. Samtliga är födda mellan 1993 och 1996. Samtliga informanter fick göra ett webbttest hämtat från Queendom (2020). Detta test hittade jag då jag sökte efter litteratur som visar vad som kännetecknar en altruist. Jag själv gjorde testet och tyckte att mitt resultat speglade min egen uppfattning om mig själv som altruist. Queendom.com där testet är hämtat från, är en sida med en stor andel psykologiska tester. Sidan drivs av ett företag som arbetar med psykometri. Jag kan inte säkerställa att testet är vetenskapligt grundat utan använde endast mitt eget resultat som kalibrering för testets reliabilitet.

Testet fungerar så att informanterna svarar på ett antal påståenden vilket genererar en siffra på hur altruistiskt personen är på en skala 0-100. Informanterna fick efter att ha gjort testet på egen hand meddela mig siffran för deras resultat. Jag frågade sedan informanterna om de tyckte det var lätt eller svårt att skriva musik.

#### 4.3.2 Resultat av förstudie

Mitt eget resultat på webbtestet blev 84 vilket bli ett gränsvärde då jag anser mig själv vara väldigt altruistisk och då jag även blivit bedömd som altruistisk av en psykolog. Jag själv tycker det är väldigt svårt att skriva musik. Informant 1 och 2 fick 89 respektive 76 på webbtestet, alltså ganska nära gränsvärdet. Både informant 1 och 2 skriver musik och svarade att de kan göra det i perioder och att det är lätt när inspirationen kommer. Informant 1 tycker det var lättare att skriva än informant 2 tycker det är. Informant 3 fick 85 poäng, skriver mycket musik och tycker det är lätt att skriva musik. Informant 4 fick 86 och tycker det är mycket svårt att skriva musik.

#### 4.3.3 Analys av förstudie

Då samtliga informanter fick ett förhållandevis högt poäng på testet kan jag ej se ett mönster som stärker min hypotes att altruistiska personer har svårare att skriva musik än icke-altruister. Resultaten visar tvärtom mer åt andra hållet då de som tycker det är lättast att skriva musik fick mest respektive tredje mest poäng (Informant 1 och 3). Då jag ej var närvarande under testet eller gav mina informanter några ytterligare instruktioner än att bara göra testet blir validiteten låg då jag ej vet om de svarade ärligt på frågorna. Flera frågor på testet kan vara känsliga att svara på och jag kände själv att jag på många frågor ville svara ett annat svar än det ärliga svaret då det ärliga svaret kändes väldigt själviskt. En av dessa frågor som är med i testet är "Du ser ett par som står och tittar på en karta över staden. Paret ser tydligt turistiga ut och du ser att de är vilse. Skulle du stanna och hjälpa dem eller gå vidare?". På en fråga likt denna kan ett snabbt svar vara att jag skulle stanna och hjälpa dem av ren reflex och artighet när frågan ställs. Vid en djupare fundering där situationen skulle utspela sig en vardag och jag knappt uppmärksammar situationen skulle jag troligtvis gå vidare. Om någon senare påpekade att paret vi gick förbi verkligen såg vilse ut så hade jag nog ångrat att jag inte hjälpt dem. Detta kopplas till att informanterna kan ha altruistiska

värderingar eller en god empatisk förmåga utan att vara altruister (Smith, 2006). Detta är även något som blir väldigt svårt för mig att uppmärksamma baserat på ett resultat på ett webbttest då jag ej har någon möjlighet att ställa följdfrågor eller be informanterna att motivera sina svar.

Gruppen av informanter har även påverkat resultatet. Att samtliga informanter är födda mellan 1993 och 1996 samt studerar till lärare så tror jag är en faktor som påverkar resultatet. Jag tror att svenskar i min generation (födda på nittioalet) är fostrade att i att du ej ska vara självisk utan du ska vara hjälpsam mot andra. Jag tror även att om den som valt att studera till lärare, och på så vis vill spendera sitt yrkesliv med att hjälpa andra lära sig, är mer fostrad i ett altruistiskt tänk och har därmed mer altruistiska värderingar (Smith, 2006) jämfört med någon som ej studerar till ett sådant yrke. Självklart tror jag att det finns lärare och lärarstudenter som inte har altruistiska värderingar.

#### 4.3.4 Slutsats av förstudie

Med förstudiens genomförande har jag insett att valet av informanter är viktigt. Jag bestämde mig för att ej ha med lärare eller lärarstudenter då jag anser att dessa ofta har tydliga altruistiska värderingar utan att behöva vara altruister. Detta är en faktor som kan försvåra analysen av intervjuerna då jag behöver ha detta i beaktning. Jag känner att det är en onödig faktor att behöva ta med inför intervjuerna nu när jag är medveten om att det kan påverka resultatet och försvåra analysen. Jag ville även ha en åldersspridning bland informanterna för att kunna undersöka skillnader i tankesätt kring musikskapande och kring personlighet beroende på ålder. Jag ville inte heller ha med informanter som jag är vän med då jag tror att detta kan påverka validiteten i den mån att de inte vågar vara helt ärliga med sina svar inför mig då de inte vill framstå som egoistiska i mina ögon. Majoriteten av mina nuvarande vänner är just musklärarstudenter, vilket ger mig ytterligare en anledning till att ej ta med musklärarstudenter i studien. Inför intervjuerna bad jag informanterna att vara helt ärliga med sina svar även om de inte gillar sina svar själva. De behövde även få tid att verkligen tänka igenom de olika frågorna jag ställer och de fick möjlighet att motivera sina svar. Jag behövde även ha möjlighet att kunna ställa följdfrågor och därför var en semistrukturerad intervju det optimala valet av intervjumetod för studien. Jag valde bort webbtestet och valde istället att konstruera egna frågor och konstruerade ett eget personlighetstest inför



intervjuerna. Detta då jag ville ha kontroll över svaren från informanterna samt kunna ställa följdfrågor om några svar var otydliga eller tveksamma.

### 4.3 Val av informanter

De informanter jag sökte till min studie var musiker som skriver musik inom genren för populärmusik. Jag ville ha en varierad grupp av människor baserat på ålder, kön, musikalisk utbildningsnivå och om de har musiken som ett yrke eller som en hobby. Jag sökte efter informanter till min studie vida Facebookgrupperna Musiker i Östergötland, Musiker i Skåne samt Musiker i Malmö. Hur jag formulerade min förfrågan framgår av bilaga 1. Jag fick många intresserade direkt. Till en början fick jag endast intresserade informanter som var män, vilket ledde till att mina annonser i Musiker i Skåne samt Musiker i Malmö endast riktade sig till kvinnor. Detta gav resultat då jag då fick ett antal kvinnor som ställde upp. Jag har även intervjuat en student och en alumn från kompositionsutbildningen på Musikhögskolan i Malmö. Dessa har jag hittat med hjälp av kontakt på Facebook.

#### 4.3.1 Begränsningar i val av informanter

Det hade varit optimalt att få tag i informanter som skriver musik och som frivilligt har donerat organ till främlingar för att säkerställa att jag får med utpräglade altruister till studien. Detta var något som jag ej efterfrågade i min kontaktannons vilket jag ser som ett bekvämlighetsurval (Bryman, 2014). Det hade även varit optimalt att intervju en eller flera psykopater, men med tanke på studiens omfattning ansåg jag att det ej fanns tid eller ekonomiska resurser till att söka upp psykopater för att intervju.

#### 4.3.1 Presentation av informanter

Informant 1: 25 år, man. Studerar komposition, inriktning jazz på Musikhögskolan i Malmö.

Informant 2: 23 år, man. Alumn från kompositionsutbildningen, inriktning jazz på Musikhögskolan i Malmö.

Informant 3: 35 år, kvinna. Hobbymusiker: sångare inom metal/rock.

Informant 4: 27 år, kvinna. Artist. Singer-songwriter inom pop.

Informant 5: 47 år, man. - hobbymusiker. Sångare inom metal/rock.

Informant 6: 27 år, man. hobbymusiker. Trummis och gitarrist inom indierock och postrock.

Informant 7: 22 år, kvinna. Hobbymusiker. Trummis.

Informant 8: 25 år, kvinna. Hobbymusiker som har frilansat tidigare. Multiinstrumentalist men främst sångare.

Informant 9: 45 år, kvinna. Frilansande musiker samt artist. Sångare

Informant 10: 53 år, man. Hobbymusiker. Elgitarrist inom rock.

## 4.4 Genomförande av intervjuer

Jag har kommit i kontakt med samtliga informanter via Facebook. Vi bokade in en tid för intervjun som skedde via den digitala videomötesplattformen Zoom. Informanterna fick i samband med detta läsa igenom samtyckesblanketten (bilaga 3) där de informerades om studiens syfte, att de har rätt att vara anonyma samt att de kan dra sig ur studien utan motivering när de vill. Jag bad dem skriva under samtyckesblanketten och skicka till mig. Intervjun tog mellan 20-30 minuter per intervju och spelades efter godkännande från informanten. Inspelning skedde både via Zoom samt med min telefon som backup.

### 4.4.1 Del 1 - Personlighetskartläggning

För att göra en personlighetskartläggning, och i sin tur se om informanterna är altruister eller ej, fick de alla svara på frågor som jag formulerat med inspiration från online-testerna på sidorna queendom.com och psychologytoday.com där den intresserade kan testa huruvida han eller hon är altruist. Frågorna informanterna fick svara på i denna del var följande:

- Kan du se hur andra mår utan att fråga dem?

Följdfråga - Gäller det både personer i din närhet som personer du inte känner eller har någon relation till?

- Blir du illa berörd av att se någon annan må dåligt?

Följdfråga - Gäller det både personer i din närhet som personer du inte känner eller har någon relation till?

- Händer det att du ofta tänker tillbaka på händelser där du gjort någon annan ledsen?
- Har du svårt att säga nej?
- Om du är bråkar/ blir osams med en vän över en småsak, vem är då först att be om ursäkt?
- Sätter du dig själv och dina intressen först?
- Vad är viktigast, att göra ett bra jobb eller att göra saker på ditt sätt?
- Du står i en lång kö till kassan och det öppnar en ny kassa. Springer du dit fort eller låter du andra gå dit?
- Tycker du det är jobbigt eller mentalt ansträngande att hjälpa andra?

Ytterligare frågor ställdes till informanterna där ovanstående frågor inte gav mig nog för att kunna avgöra om de är altruister eller ej.

- Det är kö till en klubb eller liknande, du ser någon du känner lite grann i kön. Ställer du dig vid den du känner och försöker komma in snabbare på klubben eller ställer du dig längst bak i kön?
- Hur tänker du kring att plocka upp en liftare?

Samtliga informanter fick även efter genomförandet av intervjuens första del svara på frågan om de är bekanta med begreppet altruism och om de kan identifiera sig som altruister.

#### 4.4.2 Del 2 - Tankar kring musikskapande

Intervjuens andra del bestod av frågor där jag ville höra informanternas tankar kring att skapa musik. Jag ville se vilka som tycker det är svårt eller lätt att skriva musik och vad de tycker är just svårt eller lätt med det. Denna delen av intervjun var semistrukturerad, vilket i detta fall innebar att jag hade bestämda frågor som jag utgick ifrån, men beroende på svaren så tog intervjun olika vägar med olika informanter. Samtliga informanter fick svara på i stort sett samma inledande frågor.

De frågor som jag utgår ifrån och ställer till samtliga informanter var följande:

- Tycker du det är svårt eller lätt att skriva musik?
- Vad tycker du är svårt/lätt med att skriva musik?
- Har du lätt eller svårt att komma på låtidéer?
- Har du lätt eller svårt att fullfölja dina idéer till kompletta låtar?
- För vems skull skriver du musik? Din egen eller andras?
- Om du skulle skriva en låt dedikerad till en vän eller partner. Tycker du att det är lättare eller svårare jämfört med att skriva musik som du vanligtvis gör?
- Hur tycker du det är att skriva musik tillsammans med andra?
- Om du spelar covers och gör en egen tolkning av låten, tycker du det är lättare eller svårare jämfört med att skriva egen musik?

Om informanterna endast svarade med ett svar utan motivering så ställdes en följdfråga där de fick motivera sitt svar.

## 4.5 Analys

En viss analys skedde fortlöpande under intervjuernas gång då jag direkt såg vissa mönster och återkommande teman i informanternas svar. Vid transkriberingen av intervjuerna gjorde jag en tematisk analys (Bryman, 2014) av innehållet där jag uppmärksammade flera intressanta kommentarer från informanterna som jag då gjorde en anteckning om. När samtliga intervjuer var transkriberade gick jag tillbaka till mina anteckningar för att göra jämförelser mellan intervjuerna. Jag såg tydliga teman i intervjuerna vilket blev grunden för de olika rubrikerna i min resultatdel. Fokus i analysen ligger i vad informanterna säger mer än hur de säger det.

## 4.6 Giltighet och tillförlitlighet

Intervjustudien omfattar endast tio informanter. Självklart blir resultatet svårt att applicera på den generella massan utan kommer endast ge en bild av hur informanterna tänker. Något som kan komma att dra ner tillförlitligheten på min studie är att jag tidigt under den pågående intervjun själv gjorde en analys av huruvida personen jag intervjuade var altruist eller ej. Jag har vid enstaka tillfällen sedan ställt ledande frågor för att se om informanten har samma tankar som jag tänkte att hen skulle ha i förhållande till sin personlighet. Att jag även själv är tydligt utpräglad altruist gör att jag ställer informanternas svar i förhållande till mina egna och därigenom gör en oförsiktig analys av deras personlighetsdrag. För att minimera risken

för att detta påverkar studien är det viktigt att jag grundar min analys på tidigare forskning och vetenskaplig litteratur och inte endast på mina egna erfarenheter och tankar. Jag är medveten om detta när jag analyserar resultatet.

#### 4.6.1 Personlighetskartläggningens validitet

Genom min personlighetskartläggning som baseras på tidigare forskning vågade jag göra bedömning av vilka av informanterna som är altruister eller ej. Baserat på deras svar på frågorna i personlighetskartläggningen så stämmer det även överens med vad informanterna själva identifierar sig som. De icke-altruister som säger att de bryr sig om andra betonar att de främst bryr sig om familj och nära vänner. Där har vi den största skillnaden mellan altruister och icke-altruister. Altruisterna nämner inget om att det endast är familjen de bryr sig om utan för dem är det självklart att bry sig om alla. De fyra icke-altruisterna visar i sina svar att de har en god förmåga att visa empati. Att de sedan främst visar empatin till familj och nära vänner menar Smith (2006) gör de till just icke-altruister då de ej har altruistiska värderingar eller utför altruistiska handlingar.

Marsh (2016) säger att när hon frågar altruister vad som är så speciellt med just dem som gör att de donerar en njure till främlingar så svarar altruisterna "inget". De säger att det inte handlar om dem. Detta bekräftar jag oerhört mycket i mig själv, som är tydligt utpräglat altruist. Livet handlar inte om mig. Jag skulle aldrig kunna spela huvudrollen i ett program om livet, för det handlar inte om mig. Därför anser jag att det är orimligt för mig att sätta mig själv först. Att fem av sex altruister säger att de inte sätter sina intressen och sig själva främst, till skillnad från de fyra icke-altruisterna gör att jag anar vilka som är altruister eller ej. Då jag själv även är altruist och har fått det bekräftat av en psykolog kan jag även jämföra vad jag själv skulle svara på frågorna. Jag känner igen mig i många av svaren hos altruisterna, vilket blir ytterligare ett skäl till att min personlighetskartläggning har validitet.

En problematik i intervjuerna var att jag i vissa fall under intervjun nöjde mig med ett svar som sträckte att en person var altruist. Vid analysen av intervjuerna såg jag sedan att det ej framkommer i dessa svar om det handlar om altruistiska värderingar eller handlingar. Flera av frågorna i intervjun är även riktade för att ta reda på om informanterna har just altruistiska värderingar men ej om de utför altruistiska handlingar.

Jag hade en svårighet i att hitta tydliga icke-altruister till studien. Flera av de jag fick kontakt med som ej var med i det slutliga urvalet var även personer som jag kände på mig var

altruister. Detta är något som Marsh (2017) även berättar om i sin bok. Hon berättar att när hon sökte personer som frivilligt donerat en njure fick hon på bara några timmar massvis med mail från personer som gärna ville ställa upp på studien, medan det var svårare att hitta psykopater som ville ställa upp i studien, trots utlovad ersättning.

En av anledningarna till att jag ej ville ha med lärare eller lärarstudenter i studien är att jag tror att personer som valt att studera till lärare är mer altruistiska, eller i alla fall har tydliga altruistiska värderingar, då det valt att dedikera sitt yrkesliv åt att hjälpa andra att lära sig. Mina egna erfarenheter av arbetet vid Studentkåren för konstnärliga fakulteten i Malmö säger även att studenter vid Musikhögskolan i Malmö som studerar de konstnärliga programmen är mer egocentriska och sätter sig själv, sitt eget övande och sin egen karriär främst. Dessa studenter är sällan representerade i stor grad i sammanhang som berör utvärdering av utbildning eller utbildningens framtid, jämfört med representationen av studenter från musiklärarutbildningen. Jag sökte specifikt personer från kompositionsutbildningen för att säkerställa att jag fick personer som skrev egen musik och då jag även hoppades att de skulle vara icke-altruister. Dock fick jag endast ett svar från en student som beskrev sig som icke-altruist.

Jag kan inte helt och fullt säkerställa att informanterna kan kategoriseras i altruister och icke-altruister då jag ej kan säkerställa att de har svarat helt ärligt på frågorna. För att säkerställa att jag har fått tag på utpräglade altruister och på så vis kunna få svar på mina frågor om musikskapande med ännu bättre validitet, hade jag behövt använda en liknande metod som Marsh (2017) använt sig av. Jag hade behövt hitta informanter som har donerat organ till främlingar. För att få ett ännu tydligare resultat av motpolen till altruister hade jag behövt intervjua personer som har fått en professionell bedömning att vara psykopater. De båda grupperna av informanter hade även behövt vara musiker som skriver musik.

## 4.7 Etiska överväganden

Under arbetets gång har jag varit medveten om ansvaret att ta etiska beslut och visa ett moraliskt forskningsbeteende. Enligt Kvale & Brinkmann (2014) är det forskarens skyldighet att överväga möjliga konsekvenser av den kvalitativa studien och göra en bedömning av huruvida den vetenskapliga vinsten uppväger risken att deltagaren på något vis skulle lida skada. Jag har följt Vetenskapsrådets forskningsetiska principer för att få en så tillförlitlig studie som möjligt. I enlighet med informationskravet upplyste vi intervjupersonerna i

samtyckesblanketten om studiens syfte, möjligheten till anonymitet samt att datainsamlingen enbart var ämnad att användas inom ramen för min forskning.

## 5. Resultat

I detta kapitel presenterar jag resultatet från intervjuerna. Kapitlet är uppdelat i två delar, som vardera presenterar intervjuens två olika delar. 6.1 presenterar resultatet på intervjuens första del där informanterna får svara på frågor som rör deras personlighet för att jag ska kunna göra en personlighetskartläggning för att kunna bedöma om de är altruister eller ej. 6.2 presenterar resultatet på intervjuens andra del som berör svårigheter med musikskapande.

### 5.1 Personligheter

I slutet av intervjuens första del fick informanterna frågan om de kände till begreppet altruism. Fyra av tio informanter kände delvis till begreppet tidigare. De andra sex hade inte hört det tidigare. Samtliga informanter blev informerade om vad altruism innebär och sedan frågan om de kan identifiera sig som altruister. Sex av tio informanter sa att de identifierade sig som altruister och de andra fyra sa att de ej identifierar sig som altruister. Denna uppdelning blir de två grupperna som jag beskriver i kommande del.

#### 5.1.1 Altruister

Av de tio informanterna har sex, informant 5, 6, 7, 8, 9 och 10 själva definierat sig som altruister. Fem av dessa gav övertygande altruistiska svar på i stort sett alla frågorna kring personlighet. Svaren kom snabbt utan att de behövde tänka efter någon längre stund. Informant 6 svarade något mer svårbedömt på frågorna. Han tycker det är viktigare att göra på sitt eget sätt än att göra ett bra jobb, till skillnad från de andra fem som ansåg det viktigare att göra ett bra jobb än att få göra saker på sitt eget sätt. De svar från informant 6, som stod ut från de övriga fem informanternas svar, kom dock inte snabbt utan behövde viss eftertanke.

Informant 5, 7, 9 och 10 uttrycker att de har svårt att säga nej men att det är något som de jobbar med att bli bättre på. Tre av dessa var de äldre informanterna i åldrarna 45, 47 och 53 år. De tre uttryckte generellt att de var mer altruistiska när de var yngre men att de har jobbat med att sätta sig själv först då de har insett att om de själva inte mår bra så kommer inte andra runt omkring dem att må bra.

Informant 7, 8 och 10 säger att de inte sätter sig själv och sina intressen först. Informant 10 säger att han jobbar på att sätta sig själv främst oftare och informant 9 säger att nu för tiden sätter hon sina intressen först. Hon säger att efter en utmattning tvingades hon



sätta sig själv först för att komma tillbaka och ha en fungerande vardag. Informant 5 säger att det är en svår fråga och att det beror mycket på vilken situation det är, men att han generellt inte sätter sig själv främst. Informant 6 säger efter viss eftertanke att han sätter sig själv först.

Samtliga sex säger att de har lätt att se hur människor mår samt att de bli illa berörda av att se människor må dåligt. Detta oavsett om det är någon som de har någon relation till eller ej, vare sig det är i vardagen eller om det är på tv eller film. Tre av dem, informant 7, 8 och 9 uttrycker att de kan bli väldigt illa berörda av att se andra må dåligt.

Samtliga sex menar att de skulle vara den som först ber om ursäkt i en konflikt. Informant 5, 7 och 8 uttryckte att de kunde be om ursäkt även om de inte hade gjort fel, varav informant 5 sa att det var vanligare när hen var yngre men att hen har jobbat med att stå på sig med åren. Fem av sex svarade även snabbt och utan eftertanke att det ej är jobbigt eller mentalt ansträngande att hjälpa andra. Den sjätte, informant 7, svarade att den spontana tanken var att hjälpa andra men att det kunde vara jobbigt i efterhand då det hade tagit tid som egentligen inte fanns.

### 5.1.2 Icke-altruister

De övriga fyra, informant 1, 2, 3 och 4 sa alla att de inte kunde identifiera sig som altruister. Alla tänkte efter och svarade ärligt att de ändå vill hjälpa folk i sin närhet och att de har vissa altruistiska drag men att de ej kan identifiera sig som altruister. Informant 1 uttryckte en önskan om att vara mer altruistisk än vad hen faktiskt var. Informant 4 sa även hon att det en "ska" vara sån (altruistisk) idag. På frågorna om de kan se hur andra mår och om de blir illa berörda av att se andra må dåligt så svarade dessa fyra ja men att det främst gällde personer i deras familj eller nära bekantskapskrets, till skillnad från de andra sex där svaren var snabba och tydliga att det gällde alla människor. Informant 4 uttryckte att hon var väldigt känslig och kan reagera starkt på att se andra må dåligt, framförallt om det är barn som mår dåligt. Samtliga fyra hade väldigt utförliga svar på frågan om de har svårt att säga nej. Informant 3 som är äldre, 35 år, uttryckte i likhet med de andra äldre informanterna 5, 9 och 10 att hon har jobbat med det och var sämre på det när hon var yngre. Informant 2 och 3 andra säger att de har svårare att säga nej till familjen än mot andra och informant 4 säger att hon själv inte är den som brukar be om hjälp, men att hon blir glad när någon frågar om hon vill hjälpa till. Hon uttryckte även att det i nästan alla fall handlar om att hjälpa familjen. Informant 1 uttryckte att han inte hade svårt att säga nej.

Informant 1, 2 och 3 säger att de sätter sina egna intressen först. Informant 3 motiverar svaret med att hon inte ser något negativt i det. Bara för att hon sätter sina intressen först betyder det inte att hon nedvärderar eller struntar i andras. Hon säger att för att vara en bra vän behöver hon ta hand om sig själv, för att ingen annan kommer sätta hennes intressen först. Informant 4 säger att hon inte sätter sina intressen först utan sin familj först, och poängterar att hon är väldigt familjär men att hon annars är sig själv närmast. Hon lägger till att det är viktigt att hon själv mår bra.

På frågan om vem som skulle vara först med att be om ursäkt i en konflikt svarade samtliga fyra att det beror på situationen. Informant 2 och 4 uttrycker att de jobbar med att se situationer ur andras synvinklar och därmed oftare är den som kliver fram och ber om ursäkt nu för tiden mot hur det har varit tidigare. Informant 1 uttryckte att det är 50/50 vem som är först och att det är bra.

Informant 1, 2 och 4 säger att det är viktigare att de får göra på sitt sätt än att de gör ett bra jobb. Informant 1 och 2 menar att det blir ett bra jobb om de får göra på sitt eget sätt. Informant 3 säger att det är viktigare att göra ett bra jobb, men att det inte behöver stå i kontrast till att göra saker på sitt eget sätt. Hen uttrycker även att resultatet är viktigt och att om hens sätt att arbeta inte är det bästa och mest effektiva så är det en självklarhet att ändra på arbetssättet.

På frågan om de tycker det är jobbigt eller mentalt ansträngande att hjälpa andra svarar samtliga fyra även här med svar som "ibland", "kanske" eller "det beror på" följt av längre motiveringar. Informant 2 och 3 uttrycker det som att det beror på om personer de ska hjälpa är mottaglig för deras hjälp. Om deras hjälp inte känns behövd så kan det vara jobbigt att hjälpa.

På frågorna kring de två scenarierna fanns det inga tydliga mönster i svaren från de två olika grupperna. I kassakön skulle informant 3 av de tio springa till den andra kön varav resten skulle stå kvar. Flera uttryckte det som att de inte är stressade personer eller inte bryr sig om det går snabbare eller ej.

Samtliga informanter har svarat att det händer att de tänker tillbaka på händelser där de har gjort någon ledsen. Efter informanternas svar på denna del i intervjun gör jag bedömningen att informanternas egen placering i om de är altruister eller ej verkar rimlig utifrån deras fördjupade svar på min personlighetskartläggning.

## 5.2 Musikskapande

Då det finns tydliga mönster i svaren på frågorna i personlighetskartläggningen utifrån hur personerna själva kan identifierar sig som altruister eller ej, låter jag indelningen med sex altruister (informant 5, 6, 7, 8, 9 och 10) samt fyra ej utpräglade altruister (informant 1, 2, 3 och 4) bestå i denna del. Jag benämner de två grupperna som "altruister" för första gruppen, respektive "icke-altruister" för andra gruppen. Här går jag igenom tankar de olika informanterna har om musikskapande. Texten är uppdelad utifrån de teman som kommit fram under intervjuerna.

### 5.2.1 Tankar kring att skapa musik.

På den inledande frågan om de tycker det är lätt eller svårt att skriva musik så svarar samtliga icke-altruister att de inte tycker det är svårt att skriva musik. Alla fyra säger att det delvis eller periodvis är lätt att skriva musik, men att de behöver inspiration till att skriva. Alla fyra menar att de skriver bra musik när de är inspirerade och att det då flyter på utan problem. Informant 1, 3 och 4 säger att de kan skriva musik utan större problem även när inspirationen inte finns där men att det oftast inte blir lika bra resultat som när de skriver med inspiration. Informant 2 säger att det måste komma naturligt och att ju mer han pressar sig för att skriva desto sämre blir resultatet.

Altruisterna gav mer spridda svar på samma fråga. Flera anser att de tycker det är lätt att komma på idéer men svårt att fullfölja låtar. Informant 5 och 6 uttryckte detta extra tydligt. Informant 8 och 10 säger att även de behöver inspiration för att få till låtar och att det annars är mycket svårt att skriva. Informant 7 uttryckte det som att det är lätt att skriva musik om hon får skriva om sina egna känslor och tankar, att det är lätt att bli inspirerad av sina egna känslor. Om känslorna inte är där så är det svårt att skriva musik. Informant 8 beskrev också att det är lättare att skriva musik när en är i känslorna, och att hon skrev mycket musik under högstadietiden när det var mycket känslor som spelade en stor roll i vardagen. De andra altruisterna kopplade inte känslor så starkt till skapandet. De två informanterna, 7 och 8, som beskrev att de behöver känslorna för att skapa upplevde jag som att de hade lättare att skriva musik än de andra altruisterna. Informant 4 (icke-altruist) nämnde också att känslorna styr musiken, men menade mer att det finns så mycket att skriva om och att det är lätt att få ut alla känslorna till bra musik. Hon menade dock att det även går att skriva musik utan att känslorna styr men att resultatet inte blir lika bra. Fem av sex altruister kunde inte säga på rak arm att det var lätt att skriva musik.

Informant 9 utmärkte sig i sina svar. Hon menar att hon är en “intuitiv låtskrivare” där musiken bara kommer upp i huvudet, färdig med melodi, ackordföljd och en idé om ett arr direkt. Sedan är det bara att skissa ner låten, skriva ner texten och ta med den till bandet där de sätter ihop den. Hon säger att om låten inte har kommit upp i huvudet så är det svårt att komma på en ny idé, men att det i stort sett kommer upp låtar i huvudet hela tiden.

Informant 5, 6 och 10 uttryckte tydligt att de kan komma på en idé själva, men behöver någon annan att skriva tillsammans med för att låten ska kunna färdigställas. Alla tre säger att de behöver någon att bolla idéerna med, och att det är bra med andra perspektiv som kan tillföra bra saker till låten. Informant 8 säger att hon helst skriver själv, men att de gångerna hon skrivit med andra så har låtarna blivit “annorlunda” och “roliga”.

### 5.2.2 Att färdigställa sina idéer

Samtliga altruister förutom informant 9 säger att det är lätt att komma på idéer till låtar, som en ackordföljd, ett riff, en textrad eller en vers, men att det är svårt att fullfölja till kompletta låtar. Vad som gör det svårt att komma vidare är oftast att de inte kan komma på en ny del som är lika bra som den delen de just kom på.

Samtliga fyra icke-altruister menar å andra sidan att de oftast kommer på hela låten i följd och att det blir bäst då. Informant 4 nämner även att det är frustrerande att komma på en bra vers men att inte komma på en lika bra refräng. Det är dock inte något som händer ”jätteofta”, vilket är scenariot för altruisterna som har samma problem. Informant 2 säger att om en idé kräver för mycket bearbetning eller energi för att färdigställas så är det inte en idé som är bra nog. Han säger även att en idé och en hel låt lättast kommer fram när det inte finns något som pressar en, utan att skapandet ska vara avslappnat och fritt från måsten för att det ska bli bra. Alla fyra icke-altruister säger att de går helt på magkänslan och vad de själva tycker när de bestämmer en idé som bra eller dålig. Ingen av altruisterna pratade särskilt mycket om bra eller dåliga idéer, utan där är fokus mer på om idéerna finns eller ej.

Informant 9, som benämner sig som intuitiv låtskrivare, kommer upp med de färdiga låtarna direkt och går helt på magkänslan. Hon menar att om låten går runt i huvudet om och om igen så är det för bra för att inte förverkliga den till en riktig låt.

### 5.2.3 Skriva musik för andra

Samtliga altruister tycker det är svårt att skriva musik på beställning. Informant 6, 7, och 10 uttryckte att det är en av de största svårigheterna med att skriva musik. Informant 6 säger att

han blir rädd för vad de andra ska tycka. Han uttrycker även att det är svårt om en annan bandmedlem ber honom skriva exempelvis en gitarrslinga för att han känner sig i underläge på instrumentet mot den som har bett honom. Informant 7 säger att när musiken inte är på hennes egna villkor, exempelvis att hon sitter i en annan miljö eller är under tidspress så är det svårt att få ut något. Informant 10 återkommer till att han behöver ha inspiration från exempelvis någonting han har varit med om för att han ska kunna skriva. Informant 8 säger att det kan vara både lättare och svårare att skriva musik åt andra på beställning men att det krävs att hon ska vara i rätt sammanhang. Hon uttrycker att hon skulle kunna producera något men att det kanske inte skulle bli lika bra som det vanligtvis blir.

Tre av icke-altruisterna, informant 1, 2 och 4 uttryckte även de att det går att skriva på beställning, men att de inte blir lika nöjda med resultatet. Informant 3 tycker det är svårt att skriva till andra då hon blir begränsad i sitt skapande när det finns ett tydligt mål med låten och att hon inte kan skapa fritt.

Informant 4 berättar att hon inte föredrar att skriva till andra då det finns en rädsla för att få för mycket kritik riktad mot sig. Detta är något som flera altruister även uppmärksammar. Två av altruisterna, informant 6 och 7, berättar att det finns en rädsla för vad andra ska tycka, även inom det egna bandet där de skriver låtar tillsammans.

#### 5.2.4 Vad andra tycker om musiken

Informant 1 och 3, som även är de två icke-altruisterna som var minst altruistiska i sina svar på personlighetskartläggningen, säger att det inte spelar så stor roll vad andra tycker om musiken. Det är deras egna magkänsla som styr vad som är bra eller dåligt och om någon annan tycker om deras musik så är det mer en bonus. Informant 2 beskriver att han försöker tänka att lyssnaren är någon som ej själv sysslar med musik. På detta vis kan han släppa detaljer, som en lyssnare som även är bildad inom låtskrivande skulle reagera på, och mer fokusera på helheten. Informant 4 uttrycker en rädsla för att få mycket negativ kritik och att detta är en anledning till att hon inte har tackat ja till beställningsjobb, då hon menar att det kommer innebära att få kritik på vad hon har skrivit. Hon nämnde inget om att få kritik på sin egen musik.

Informant 5, 9 och 10 säger att musiken de skriver främst är deras egna kreativa utlopp. Informant 5 och 10 säger att det är ett plus och alltid är kul om någon annan gillar det. Informant 9 säger att det viktigaste är att någon blir berörd av musiken. Informant 8 säger att hon alltid tänker sig in i lyssnarens öron, främst med anledning att hon inte vill bli

missförstådd i sin musik då den innehåller väldigt mycket känslor. Hon säger att när hon var yngre var det ännu viktigare att hon framstod som udda och inte "normal" hos lyssnaren. Informant 6 säger att han tänker vad han själv gillar och vad den breda allmänheten gillar, och på så vis försöker anpassa sitt skapande till det. Dock blir det ofta svårt då tankar som "vem vill lyssna på det här?" uppstår. Informant 6 och 7 upplever samma tankar när de kör fast i skrivandet. Dock när det går bra i skrivandet och de kommer på en idé som de gillar själv tänker de att även andra kommer tycka det är bra. Samtliga altruister uttrycker att det är viktigt att andra gillar musiken de skriver eller att de är oroliga för vad andra ska tycka.

Gemensamt för altruisterna är att de uppger sig ha en stark självkritik. Samtliga sex altruister ser sig själva som den yttersta kritikern och säger att de blir irriterade på sig själva när de inte kommer vidare från en idé till en annan. Informant 4 säger att även hon kan bli irriterad på sig själv när hon kör fast och att det ofta beror på att hon inte tror idén är bra nog. Informant 2 säger att om det krävs för mycket arbete med att komma vidare så är det inte bra nog och därför inte värt att jobba med. En idé som är bra är en idé som kommer av sig självt direkt. Informant 1 och 3 nämner inte att de är självkritiska utan uttrycker mer att de ser ett nöje i skapandet och att det är kul att få ut sina idéer.

### 5.2.5 Covers och arrangering

Informant 1, 4, 5, 9 och 10 föredrar att skriva egen musik framför att bearbeta andras i form av arrangering eller att spela covers. Informant 1 och 4 säger att det blir mer jobb och inte lönt mödan mot att skriva själv då de vill göra en rättvis version av den. Informant 10 säger att det inte är lika kul som att skriva eget. Det är lättare då texten finns med svårt då den behöver bearbetas mycket och inte bara spelas "rakt av". Informant 5 och 9 säger att det är svårt för att en måste ha "respekt för låten" och att det är så många som redan kan den och att deras version kommer jämföras med originalet.

Informant 2, 3, 6 och 8 säger att det är lättare då det redan finns färdiga mallar att arbeta med. Informant 6 säger att det är lättare då han annars är begränsad i sina musikteoretiska kunskaper och instrumentkunskaper när han ska skriva eget. Informant 3 säger tvärtemot. Hon tycker att hon begränsas i sina instrumentkunskaper när hon ska spela en cover och därför vill hon gärna göra det tillsammans med andra.

## 6. Diskussion

I följande kapitel kommer resultaten att diskuteras utifrån litteratur och tidigare forskning. Diskussionen är uppdelad i olika teman. Inledningsvis diskuterar jag personlighetskartläggningen för att sedan gå in på olika teman som baseras på forskningsfrågorna samt analysen av informanternas svar. Studiens forskningsfrågor är:

- Hur påverkar altruism kreativitet och musikskapande?
- Vad är det som altruister respektive icke-altruister finner svårt eller lätt med att just skriva musik?
- Hur kan musklärare hantera elever som har det svårt att skapa musik?

### 6.1 Att identifiera en altruist

En av de största utmaningarna i studien har varit att befästa om informanterna är altruister eller icke-altruister. I efterhand ser jag att ta hjälp av en psykolog för att utforma personlighetskartläggningen samt analys av den hade underlättat arbetet. Det hade inneburit att jag snabbare hade fått ihop en personlighetskartläggning med god validitet. Informant 2 och 4, som ej kategoriseras av varken mig eller sig själva som altruister, har tydliga altruistiska värderingar, inte minst informant 4. I sina svar visar hon även att hon har en stark förmåga att visa empati, framförallt mot sin familj men även starkt mot barn hon ej har en relation till. Hon är dock fast i att det är just tankar där hon mår dåligt av att se andra lida. Hon nämner inte att hon agerar särskilt altruistiskt i många fall utan här är det just empatin som är en huvudspelar. I linje med vad Smith (2006) menar så kan hon ha en stor empatisk förmåga, men att det är hur hon agerar som bedömer om hon är altruist eller ej. Det är just detta jag lägger stor vikt vid när jag gör min indelning av altruister och icke-altruister. I linje med vad Smith (2006) och Marsh (2017) definierar som en altruist så är det de altruistiska handlingarna jag lägger stor vikt vid.

Informant 6 visar mindre altruistiska värderingar än vad informant 4 gör, men jag anser att informant 6 visar att han tydligare utför altruistiska handlingar, vilket Smith (2006) menar är det tydligaste sättet att visa om någon är altruist. Smith säger att altruistiska värderingar inte behöver innebära att en person är altruist. En person kan tycka det är rätt och viktigt att donera blod, benmärg och organ till främlingar men skulle inte göra det själv. Det

är ett tydligt exempel på en person som har altruistiska värderingar men ej är altruist. Det är svårare att motivera det åt andra hållet, att en person utan altruistiska värderingar skulle vara altruist. Då krävs det att personen utför altruistiska handlingar för att bevisa att hen är altruist. Informant 4, som visar stor empati och altruistiska värderingar, säger även att hon inte agerar altruistiskt i så många situationer. Hon säger även att hon har blivit mer altruistiskt med åldern, vilket jag ser grundas i att hon har fått större förståelse för altruistiska värderingar.

För att kunna dra en gräns mellan att vara altruist eller ej lägger jag stor vikt i frågor som rör just handlingar kopplat till främlingar eller endast familj och vänner. Det är just detta som både jag och Batson (2011) anser är den största skillnaden mellan att vara altruist eller ej. Informant 3 säger att hon har en altruistisk ådra i sig och hon tror att den är kopplad till sin som hon beskriver det "hårda" uppfostran om att en ska vara tacksam och hjälpsam. Detta är en tydlig altruistisk värdering. Hon själv menar att hon inte är altruist och min analys av personlighetskartläggningen säger samma sak. Hon visar stor empati mot framförallt sina barn och sin man, men hon nämner inte att hon agerar likadant mot främlingar utan uttrycker där att hon agerar egoistiskt i många fall.

Flera av de äldre informanterna som jag kategoriserar som altruister svarar att de sätter sina intressen först nu för tiden eller att de försöker göra det. I och med de svaren menar de att de tidigare inte har satt sina intressen först och flera av dem menar att de har jobbat med att sätta sina intressen först för att annars mår inte andra bra runt omkring dem. Detta blir en egoistisk handling som får altruistiska konsekvenser och ses då därför som omvänd psykologisk egoism som Jensen beskriver (1994). Målet här är att andra runt omkring dem (familj, partner, barn) ska må bra, och därför behöver de se till att de själva mår bra, alltså kanske agera själviskt.

Informant 1 säger att han inte identifierar sig som altruist men att han önskar att han var mer altruistisk. Informant 4 säger att altruist är något som man "ska" vara idag. Detta stärker mina tankar om att min generation är fostrade i altruistiska värderingar då båda de två informanterna är födda på 1990-talet. Detta kan kopplas till Marshs tankar om att altruism ökar i samband med att välfärd ökar (Marsh, 2017).

### 6.1.1 Altruism och psykopati

Den tidigare forskningen fokuserar på altruism, altruistiska beteenden och dess extrema motpart psykopati (Marsh, 2017). Jag anser inte att de informanter som jag benämner som



icke-altruister är psykopater. Däremot så ser jag att de uppvisar personlighetsdrag och beteenden som är motsatta till de som kännetecknas av altruister. Dessa personlighetsdrag kan även likställas med de personlighetsdrag som Galang (2010) och Brodin (2014) kopplar ihop som kreativa personlighetsdrag som enligt Galang ofta syns hos psykopater. För att komma fram till en slutsats kommer jag att jämföra icke-altruisternas svar med personlighetsdragen som Galang och Brodin nämner, även om de informanter som jag kategoriserar som icke-altruister kanske ligger närmare att vara altruister än att vara psykopater. Jag vill hävda att mina informanter befinner sig relativt nära varandra på en normalfördelningskurva då ingen av dem har uttryckt sig extremt åt något håll i sina uttalande. På normalfördelningskurvan skulle fullblodspsykopater vara längst ut på ena sidan och personer som donerat en njure till en främling vara längst ut på andra sidan (Marsh, 2017). Jag kan konstatera att Informant 1 och 3 är de informanter som jag anser är mest icke-altruister. När det kommer till altruisterna har jag svårare att säga vem som är mest altruist av dem.

## 6.2 Musikskapande och altruism

När jag analyserar resultatet av studien kan jag se vissa tendenser till att min hypotes om att altruister har svårare att skriva musik stämmer. Det är inte övertydligt på samtliga frågor, då det finns personer i båda kategorierna som tycker det är både lätt och svårt. Om jag sammanfattar resultatet kan jag se att majoriteten av altruisterna ser svårigheter i musikskapande som majoriteten av icke-altruisterna inte ser. Informant 4 och 9 är de två som sticker ut mest från den breda massan. Informant 4 då hon visar på stor empati och tydliga altruistiska värderingar, men tycker det är lätt att skriva musik. Informant 9 sticker ut ännu mer då jag kan kategorisera henne som en tydlig altruist som tycker det är väldigt lätt att skriva musik. Dock sticker hennes metoder för att skriva ut från de andra altruisterna då hon menar att musiken med färdiga låtar "kommer till henne i huvudet". De andra altruisterna, och även icke-altruisterna, har mer liknande metoder för hur de skriver musik. Jag kan se en korrelation mellan informanternas personlighetsdrag och deras förmåga att skriva musik i enlighet med Brodins tankar om personlighetsdrag som gynnar kreativitet (Brodin, 2014)

### 6.2.1 Sociala personlighetsdrag

De två tydligaste icke-altruisterna var informant 1 och 3. Dessa två är även de två som ansåg det allra lättast att skriva musik. Båda två uttryckte att de inte hade några svårigheter i att komma på idéer, komma på nästa del eller fullfölja låten. Informant 5, 6, 7 och 10 som är altruister säger alla att de har lätt att komma på idéer men svårt att komma på nästa del eller att fullfölja en låt. Informant 5, 6 och 10 säger att de gärna vill ha någon medmusiker som de kan bolla idéer med eller som kan hjälpa dem att skriva färdigt låten. De beskriver alla att de inte kan komma på något som är lika bra som det de just skrev. Jag ser här en koppling mellan vad Brodin (2014) skriver om de sociala personlighetsdragen som främjar kreativitet. Brodin (2014) menar att hög självständighet och påstridighet främjar kreativiteten och de tre altruisterna visar inte på mycket påstridighet. De uttrycker istället att de är väldigt ödmjuka inför andras tankar och att de själva inte värnar hårt om sina idéer. Brodin (2014) menar även att självsäkerhet gynnar kreativiteten, och informant 6 uttrycker till stor del att han känner att sina begränsade instrumentkunskaper gör att det blir svårare att våga skriva musik. Informant 3, som är icke-altruist, nämner också sina begränsade instrumentkunskaper. Hon säger dock att det bara är att be någon annan spela det. Hon visar alltså på en självförtroende i att det hon gör är bra nog och att någon annan kan komplettera hennes svaga sidor. Att ifrågasätta auktoriteter är även ett socialt personlighetsdrag som främjar kreativitet (Brodin, 2014). Informant 1, 2 och 4 säger att det är viktigare att göra saker på sitt sätt än att göra ett bra jobb, vilket jag kopplar till att de kan ifrågasätta auktoriteter. Av altruisterna är det endast informant 6 som säger att han hellre gör på sitt sätt än ett bra jobb.

### 6.2.2 Emotionella personlighetsdrag

Emotionella personlighetsdrag är även något som anses gynnande för kreativiteten (Brodin, 2014). Av de altruisterna, informant 7, 8, 9 och 10, som uttrycker det som lätt att skriva musik säger de alla att de måste vara inspirerade av något som har hänt, eller att de måste få skriva om sina egna känslor och tankar. Informant 7 och 10 säger att de nästan inte kan skriva alls om de inte är inspirerade av sina känslor. Informant 9 säger att hennes texter nästan alltid är kopplade till sina känslor. Här blir det tydligt att deras känslor spelar en viktig roll i kreativiteten. Informant 5 och 6 nämner inte att de är styrda av känslor, och det är även de två som uttrycker det svårast att färdigställa låtar på egen hand. Dessa två säger båda att de föredrar att skriva tillsammans med någon för att kunna färdigställa en låt. Icke-altruisterna

uttrycker också att känslorna är viktigt och att resultatet blir som allra bäst när känslorna styr musiken. Dock säger samtliga icke-altruister att de kan skriva musik utan känslor. Detta kan kopplas till att de har andra personlighetsdrag, exempelvis sociala, som gynnar deras kreativitet nog för att de ska kunna skapa. Altruisterna saknar vissa sociala personlighetsdrag vilket gör att det emotionella personlighetsdraget i detta sammanhang blir viktigare. Informant 5 och 6 som utifrån deras svar kan anses vara mindre känslstyrda saknar då både sociala personlighetsdrag i form av självständighet och emotionella personlighetsdrag i form av starka känslor som styr skapandet.

### 6.2.3 Motivationella och kognitiva personlighetsdrag

De motivationella personlighetsdragen handlar om förmågan att möta motgångar samt viljan och glädjen i att lära sig och utvecklas, det vill säga en inre motivation (Brodin, 2014). Samtliga informanter säger att de skriver musik för sin egen skull, och därmed kan vi befästa att det finns en inre motivation i att skapa musik hos samtliga informanter. Hur informanterna tar sig an motgångar skiljer sig till viss del mellan de två grupperna. Icke-altruisterna berättar att när de kör fast så lägger de ofta låten åt sidan ett tag och tar upp den vid ett senare tillfälle. Informant 1, 2 och 3 säger inte att de inte blir frustrerade av att köra fast utan uttrycker mer att det är en del i skapandet. Samtliga altruister och informant 4 uttrycker att de blir irriterade på sig själva när de kör fast och att de har väldigt svårt att komma vidare. Flera använder samma metod att de lägger låten åt sidan och tar upp den senare. Detta är en tydlig skillnad i hur de två grupperna tar sig an motgångar. Problemlösning ses som ett kognitivt personlighetsdrag och där ser jag att icke-altruisterna har en annorlunda inställning till just motgångar och problemlösning än vad altruisterna har. Icke-altruisterna är mer öppna inför problemet och det oväntade i att köra fast vilket Brodin säger är kreativitetsfrämjande (Brodin, 2014). När altruisterna kör fast och blir irriterade kan det även skapa ett obehag som genererar en negativ valens inför att fortsätta på låten (Kuhbandner & Zehetleitner, 2011).

### 6.2.4 Rädsla

Flera av altruisterna uttrycker att det är viktigt vad andra tycker om deras musik. Jag uppfattar att detta är en bidragande faktor till att det låser sig hos vissa av altruisterna när de ska skriva musik på egen hand. Detta är något som icke-altruisterna och då i synnerhet informant 1 och 3 inte visar på i alls samma grad som altruisterna. Informant 1 och 3 nämnde

knappt alls att de kände en oro eller rädsla för vad andra tycker om deras musik utan att de kan köra på och skapa för sin egen skull och att om publiken gillar det eller ej spelar mindre roll. Detta kan kopplas till en självsäkerhet och påstridighet som Brodin (2014) nämner som sociala personlighetsdrag som är gynnande för kreativiteten. Altruisterna visar en stark självkritik som kan kopplas till att de inte har det sociala personlighetsdraget av självsäkerhet och påstridighet. Även informant 4 och i viss del informant 2 uttrycker en rädsla för vad andra ska tycka. Det var dessa två informanter som jag ansåg var mest altruistiska av icke-altruisterna, då de framförallt hade tydliga altruistiska värderingar. Dock är den rädslan de uttrycker mer riktad till musiken ur en produkt-synvinkel. Informant 3 säger att han vill att kunden ska bli nöjd. Han har även lätt att själv sålla bort idéer som han själv inte tror på. Informant 4 säger att det som främst hindrar henne från att skriva musik till andra är en press från branschen. Hon är rädd för att få kritik på musiken som ska säljas som en produkt då beställarna har så tydliga bilder av vad de förväntar sig. Hon nämner dock inte att hon har samma rädsla för kritik på sin egen musik som hon skriver åt sig själv. Informant 4 säger att känslorna är viktiga för skapandet vilket visar på emotionella personlighetsdrag.

Altruister har en något större och aktivare amygdala än "vanliga" människor (Marsh, 2017), som vi i detta fall kan anse icke-altruisterna vara. Denna större amygdala kan vara en bidragande faktor till att altruisterna känner mer rädsla inför vad andra ska tycka om deras musik än vad icke-altruisterna gör. I och med att mina informanter inte tillhör de extrema kategorierna av psykopater eller extraordinära altruister som Marsh (2017) har undersökt, utan befinner sig relativt nära varandra i en normalfördelningskurva så är det svårt för mig att se tydliga och generella resultat i hur mina informanter känner en tydlig rädsla inför skapandet eller ej. Dock kan jag se tendenser till att altruisterna känner mer rädsla för vad andra ska tycka om deras musik än vad icke-altruisterna gör.

### 6.3 Rädsla och biologi

Vad är det då som triggar denna rädsla hos en person som skriver musik? Ett svar är kritik. Jag känner igen mig i att känna en rädsla inför vad andra ska tycka om musiken och framförallt inför att andra inte ska tycka om vad jag har skapat och ge negativ kritik på det. Att få kritik ser kroppen som ett hot så om kritik riktas mot en så går vi in i flykt eller försvarsposition (Isberg, 2018) och på så vis stängs lärandet av. När vi är i försvarsposition kan vi inte ta in det konstruktiva i kritiken och på så vis lära oss av det (Ott & Olivestam,

2007). En altruist som har större och aktivare amygdala går dessutom lättare in i flyktposition än någon med mindre amygdala, då hen inte blir rädd lika enkelt (Marsh, 2017).

För att få en förståelse för hur detta tar ut sin rätt på en altruist följer här ett exempel. En altruistisk elev som har skrivit en låt får kritik av en lärare på sin komposition. Eleven reagerar starkt då denna har en extra aktiv amygdala som förstärker rädslan. När eleven blir rädd går hen in i försvarsposition och stänger av delar av minnessystemet (Ott & Olivestam, 2007). Eleven kan under kritiken inte ta in det konstruktiva läraren har sagt för att lära sig av det och skriva en bättre låt nästa gång. Istället kommer eleven med den stora amygdalan att vid nästa kompositionstillfälle associera själva skrivandet till kritiken och rädslan som uppstod då. Det leder till stress, ångest och oro vilket stärker flyktbeteendet (Isberg, 2018) Där kan tankarna som flera informanter och även jag själv ofta tänker uppstå: "Vem vill lyssna på det här".

En icke-altruist som inte har en amygdala som reagerar på kritiken lika starkt kan i samma situation istället ta emot den konstruktiva kritiken och jakten på nästa belöning, att få positiv feedback nästa gång, gör att icke-altruisten tar emot tipsen och tar med sig dem för att skriva en ännu mer uppskattad låt till nästa gång (Buckholtz et.al, 2010). Då icke-altruisten även reagerar starkare på dopamin än altruisten, kan så mycket som en applåd följt av några få positiva kommentarer vara nog för att ge en positiv arousal och på så vis hindra rädslan från den efterföljande kritiken att kicka in Kuhbandner & Zehetleitner (2011). En altruist däremot vet kanske redan av erfarenhet att efter applåderna så kommer säga något negativt om låten och kan därför inte ta emot dopaminet i samma grad då hen redan är inställd på att få kritik och på så vis går in i flyktposition i ett tidigt stadie.

## 6.4 Pedagogiska implikationer

För att förhindra att altruister hamnar i flyktposition måste den som ger kritik, exempelvis läraren, vänta med att ge kritik i ett tidigt stadie. Om läraren ger negativ kritik vid första mötet efter första presentationen av elevens första låt kan eleven som är altruist koppla framtida tillfällen då eleven ska spela upp sin musik med den negativa kritiken. Kritiken kommer bli ett tydligt minne om obehag som i linje med Ott & Olivestam (2007) kommer resultera i att bara tanken på kritiken eleverna fick leder till att ett flyktbeteende startas i kroppen som blockerar lärandet och kreativiteten. Om läraren vid ett tidigt stadie i en grupprocess sätter an en negativ ton för hur kritiken ska framföras kan det smitta av sig på

gruppen och leda till att det blir ett mer försvarsinriktat klimat i klassrummet (Johansson, 2005). Jag anser det även viktigt att tydligt informera eleverna i hur det kommer gå till vid uppspelningen av låtarna. Genom att informera eleverna om vad som ska hända kan vi förbereda dem och kritiken kommer inte komma som en överraskning. Den som är beredd på att något obehagligt kommer att hända kan förbereda sig på det och på så vis hantera det på ett sätt som inte innebär att lärandet blockeras av en flyktposition (Ott & Olivestam, 2007). Att vara förberedd på att det kommer riktas konstruktiv kritik redan i ett tidigt stadiet i skapandet kan innebära att stressreaktionen som Engström (2012) nämner som förödande för kreativiteten uteblir. Dock säger Engström (2012) att det är viktigt att ge plats tidigt i skapandeprocessen där det inte ska finnas något som stressar. Alternativet hade varit att en bit in i ett låtskrivarprojekt berätta att eleverna kommer på konstruktiv kritik på sina låtar. Detta ser jag dock hade utlöst större stress i just det tillfället vilket hade kunnat förstöra kreativiteten som fanns tidigare.

Ott & Olivestam (2007) jämför ett dåligt minne som får oss att gå i flyktposition med att bli biten av en svart hund. Jag gillar den jämförelsen och vill därför applicera den i en situation i ett klassrum där en elev ska på kommentarer och kritik på sin nyligen framförda egenskrivna låt. Kritiken kommer jag nu att likställa med att bli biten av en hund. Efter eleven har spelat upp låten blir eleven biten av en hund. Nästa gång eleven ska spela upp en egen låt kommer hen att minnas att hen blev biten av en hund förra gången och på så vis känna obehag av att spela upp låten. En tanke som kan komma till eleven är "Jag vill inte spela upp min låt för tänk om jag blir biten av en hund igen." När eleven sedan ska sätta sig och skriva en ny låt finns det en risk att hen börjar tänka: "När den här låten är klar ska jag spela upp den. Men då kanske jag blir biten av en hund igen. Jag måste skriva en så pass bra låt så att hunden inte biter mig." Enligt Engström (2012) skulle detta kunna vara ett tillfälle där pressen ökar och eleven drabbas av negativ stress som motverkar elevens kreativitet

Marsh (2017) beskriver att amygdalan som sätter igång flyktbeteendet, reagerar på synen av andra som visar smärta, rädsla eller obehag. En altruist kan alltså även reagera starkt på att en annan person får kritik på sitt låtskrivande. I en klassrumssituation där hela klassen ska spela upp sina låtar och få kritik av läraren kan rädslan för kritiken redan börja hos altruisten när någon annan får kritik. Altruisten har då även lätt att se hur den andra personen reagerar på kritiken och om hen blir ledsen och mår illa av kritiken så kopplas altruistens flyktläge på direkt, då hen ser att någon annan far illa och därför ska hen själv fly.

Genom att som lärare inledningsvis ha ett lektionsupplägg där vi inte ger någon negativ kritik på låtar som spelas upp så kan vi ge alla elever, oavsett personlighetstyp en

möjlighet att få dopamin för sitt låtskrivande. På så vis kan alla elever få med sig en positiv arousal från framförandet vilken kommer gynna kreativiteten i längden (Kuhbandner & Zehetleitner, 2011). När det senare under kursen blir dags att börja ge lättare konstruktiv kritik på låtarna är det först och främst viktigt att ha ett stödjande klimat i klassrummet (Johansson, 2005). Ett stödjande klimat kommer göra så att eleverna vågar visa sina idéer med vetskap om att inge kommer rikta personlig kritik mot dem. Ett annat bra system för återkoppling är *Two stars and one wish* (William & Leahy, 2015) Vid kritiktilfället ska vi ge två positiva saker om låten och en konstruktiv sak. Förhoppningsvis kan de två positiva sakerna ge tillräckligt med dopamin för att ge en positiv arousal. Det är även viktigt att samtliga elever får en likvärdig applåd efter sina låtar. Det kan lätt uppstå en situation där eleverna i ett tidigt stadie inte vet de officiella reglerna i klassrummet. Eleverna vet inte om de får applådera efter låtarna vilken kan leda till att den första spontana applåden kommer efter tredje låten. De två första eleverna som ej fick en applåd kan då reagera med att deras låt inte förtjänar en applåd vilket kan leda till en negativ arousal inför att spela upp framtida låtar. Att som lärare bestämma i rummet att vi applåderar efter varje låt säkerställer att samtliga elever får lika villkor för sin presentation.

## 6.5 Slutsats

Jag har valt att strukturera slutsatsen utifrån studiens tre forskningsfrågor och avslutar med en diskussion om hur jag som författare hade kunnat göra studien annorlunda.

### 6.5.1 Hur påverkar altruism kreativitet och musikskapande?

Utifrån tidigare forskning kan vi se att de personlighetsdrag som altruister visar på kan i vissa fall ses som motsatser till de personlighetsdrag som anses gynna kreativitet. Utifrån studiens resultat kan vi se att det finns ett visst mönster som tyder på att personer som är utpräglade altruister har svårare att fullända musikaliska idéer till kompletta låtar på egen hand jämfört med personer som inte är lika tydliga altruister.

### 6.5.2 Vad är det som altruister finner svårt med att skriva musik?

Utifrån studiens resultat kan vi se att de informanter som jag kategoriserar som altruister lättare hakar upp sig på att sina låtar måste bli perfekta. Vi ser även att altruisterna är mer

självkritiska och har svårare för att tro på sina egna idéer. Resultatet visar även på att altruisterna är något mer rädda för vad andra ska tycka om deras musik än vad icke-altruisterna tycker. Resultatet visar även att känslor och inspiration är en viktig del i altruismens musikskapande, medan det inte spelar en lika stor del hos icke-altruisternas musikskapande.

### 6.5.3 Hur kan musiklektörer hantera elever som har svårt för att skapa musik?

Utifrån studiens resultat och den tidigare forskningen kan vi se att lärarens sätt att ge feedback och konstruktiv kritik kan påverka hur elever som är altruistiska ska kunna lära av kritiken och kunna ta vidare sitt musikskapande till nästa nivå. Trygga förutsättningar i klassrummet i form av ett stödjande klimat kan vara främjande för att altruistiska elever inte ska känna en rädsla i att få kritik på sin musik.

### 6.5.4 Egna reflektioner av studien

Jag ser att personlighetsdrag kan ha en stor betydelse för hur olika personer presterar inom musikskapande och låtskrivande. Jag menar därmed min hypotes om att altruister har svårare att skriva musik än icke-altruister till viss del stämmer. Jag ser dock att det är mycket annat som spelar in än bara personlighetsdrag, såsom huruvida personen i fråga har genomfört en längre utbildning i låtskrivande eller komposition på exempelvis folkhögskola eller musikhögskola. Jag har även insett under en senare del av studien att jag hade velat ställa fler frågor till informanterna som framförallt skulle beröra hur de får kritik på sin musik. Detta var frågor som jag inte hade studerat innan jag genomförde intervjuerna.



## 7. Förslag på vidare forskning

Vid intervjuerna har jag noterat att de äldre informanterna som är 35 år eller äldre talade om att de har jobbat med sig själva och att de var mer altruistiska när de var yngre. Informant 4 som är 27 år nämnde att hon var mer egoistisk och självcentrerad när hon var yngre, och då framförallt tonåring. För att få en bättre förståelse för mina slutsatser om hur detta kan användas i klassrummet föreslår jag vidare forskning på samma sätt men med fokus på gymnasiestudenter i åldrarna 15-19 år. Jag tror att ungdomar styrs väldigt mycket av känslor och är mer sköra för att bemöta kritik än vad vuxna är. Det finns även mycket känslor och hormoner i tonåringars kroppar som kan vara svåra att kontrollera. Då gymnasieelever oftast bor tillsammans med sina föräldrar där de i många fall får mat, tvätt och städning servat av sina föräldrar tror jag även att jag kan hitta tydligare informanter som både är altruister och icke-altruister. Jag tror att i den åldern kan sådana personligheter spela ut sig väldigt tydligt utan att vara extrema, som exempelvis psykopater. Jag ser även att ett samarbete med en psykolog för att kunna göra mer kvalitetssäkrade personlighetstester skulle vara gynnsamt för vidare forskning.

Ytterligare hade det varit intressant att genomföra studien på liknande sätt som Marsh (2017) har genomfört sin studie, med en mer medicinsk ingång. Att hitta informanter som har donerat organ och dessutom skriver musik, samt att hitta psykopater som skriver musik skulle då kunna vara en utgångspunkt. Att även genomföra en hjärnscanning (fMRI) under tiden informanterna fick skriva musik samt medan de fick feedback eller kritik på sin musik för att se hur deras olika amygdala reagerar hade varit en väldigt spännande studie. Det hade inneburit god validitet då jag hade fått ett tydligt medicinskt resultat som jag kunnat basera min slutsats på.

## 8. Referenser

Batson, C. D., & Shaw, L. L. (1991). *Evidence for Altruism: Toward a pluralism of prosocial motives*. *Psychological Inquiry*, 2(2), 107-122.

Batson, D. (2011). *Altruism in Humans*. NY: Oxford University Press.

Buckholtz, Joshua W. Treadway, Michael T. Cowan, Ronald . Woodward, Niel D, Benning, Stephen D. Li, Rui. Ansari, Sib M. Baldwin, Ronald M. Schwartzman, Ashley N. Shelby, Evan S. Smith, Clarence E. Cole, David. Kessler, Robert M & Zald, David H. (2010) *Mesolimbic dopamine reward system hypersensitivity in individuals with psychopathic traits*. *Nature Neuroscience* volume 13, s 419–42.

Björkstrand, Johannes. Agren, Thomas. Åhs, Fredrik. Hjorth, Olof. Furmark, Tomas. Fredrikson, Mats. (2016) *Current Biology: Disrupting Reconsolidation Attenuates Long-Term Fear Memory in the Human Amygdala and Facilitates Approach Behavior*. *Current Biology* 26, Elsevier Ltd.

Brodin, E. (2014). *Kreativitet: teori och praktik ur psykologiska perspektiv*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.

Bryman, Alan. (2014). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Upplaga 2. Malmö: Liber.

Effektivaltruism.org. (2021) Hämtad 2021-03-20 från <https://www.oeffektivaltruism.org/>

Engström, Frida. (2012) *STRESS, KREATIVITET OCH PROBLEMLÖSNING – En kvalitativ studie i hur vi löser problem under stress och vad detta kan innebära för designprocessen*. Södertörns högskola, Institutionen för naturvetenskap, miljö och teknik.

Fahlke, C. (2007). *Egenskapsteori - en teori om grundläggande personlighetsegenskaper*. I: C. Fahlke & P. M., Johansson, *Personlighetspsykologi* (ss. 17-66). Stockholm: Natur & Kultur.

Isberg, Karin. (2018) *Konflikter del 3: Kritik väcker ilskan inom oss* Publicerad 23/3/2018

<https://hrbloggen.se/2018/03/konflikter-3-kritik.html>

Jensen, Michael C. (1994) *SELF-INTEREST, ALTRUISM, INCENTIVES, & AGENCY THEORY* Journal of Applied Corporate Finance, Vol. VII, no. 2 (Summer 1994).

Johansson, Leif. (2005) *Ensembleledning : ledarskap i mindre musikgrupper*. Studentlitteratur AB. Lund

Kuhbandner, Christof. Zehetleitner, Michael. (2011) *Dissociable Effects of Valence and Arousal in Adaptive Executive Control*. Avdelningen för psykologi, University of Munich, München, Tyskland

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (3. [rev.] uppl.) Lund: Studentlitteratur

Marsh, Abigail (6 juni 2016) *Why some people are more altruistic than others* | Abigail Marsh Ted.com

[https://www.ted.com/talks/abigail\\_marshall\\_why\\_some\\_people\\_are\\_more\\_altruistic\\_than\\_others?language=se](https://www.ted.com/talks/abigail_marshall_why_some_people_are_more_altruistic_than_others?language=se)

Marsh, Abigail. (2017). *The Fear Factor: How One Emotion Connects Altruists, Psychopaths, and Everyone In-Between*. New York: Basic Books.

Nationalencyklopedin [NE]. 2021. *Altruism*

Tillgänglig: <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/altruism>

Nationalencyklopedin [NE]. 2021. *Egoism*

Tillgänglig: <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/egoism>

Ott, Aadu & Olivestam, Carl E. (red) (2007) *Neurodidaktik Om hjärnvägar och knutpunkter*. Neurodidaktiska kollegiet Göteborgs universitet.

Pink, Daniel. H. (2018) *Drivkraft – Den överraskande sanningen om vad som motiverar oss* Covington: BookHouse Editors

Psychology Today (2021). *About Psychology Today*. Hämtad 2021-05-09 från <https://www.psychologytoday.com/us/docs/about-psychology-today>

Psychology Today (2009). *Egoism Vs. Altruism*. Hämtad 2020-12-19 från <https://www.psychologytoday.com/us/tests/personality/testspersonality-3>

Queendom (2020) EGOISM/ALTRUISM TEST Hämtad 2020-12-02 från [https://www.queendom.com/tests/access\\_page/index.htm?idRegTest=692](https://www.queendom.com/tests/access_page/index.htm?idRegTest=692)

Rehn, Karin. (9 maj 2016) Special Nest. *Dopamin – nyckelspelaren i hjärnans belöningssystem* Specialnest.se  
<https://www.specialnest.se/forskning/dopamin-nyckelspelaren-i-hjarnans-beloningssystem>

Singer, Peter, (2011) *The Expanding Circle : Ethics, Evolution, and Moral Progress*. Princeton University Press, 2011.

Singer, Peter, (2013). *Varför och hur utövar man effektiv altruism?*  
[https://www.ted.com/talks/peter\\_singer\\_the\\_why\\_and\\_how\\_of\\_effective\\_altruism?language=sv#t-729279](https://www.ted.com/talks/peter_singer_the_why_and_how_of_effective_altruism?language=sv#t-729279)

Smith, Tom. W. (2006) *Altruism and Empathy in America: Trends and Correlates*. National Opinion Research Center/ University of Chicago Tillgänglig:  
<https://web.archive.org/web/20120210214612/http://65.213.192.137/NR/rdonlyres/7EFE80C6-FD3A-46F7-AF22-ACE5C9E34E14/0/AltruismandEmpathyinAmerica.pdf>

Telzer, Eva H., Fuligni, Andrew J., Lieberman, Matthew D. & Galván, Adriana. (2014) *Neural sensitivity to eudaimonic and hedonic rewards differentially predict adolescent depressive symptoms over time*. PNAS May 6, 2014 111 (18) 6600-6605  
<https://doi.org/10.1073/pnas.1323014111> Hämtad från  
<https://www.pnas.org/content/early/2014/04/17/1323014111>

Westling, Magnus. (2015) *Kreativa personlighetsdrag En explorativ studie* [C-uppsats Stockholms Universitet] Psykologiska Institutionen  
<https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:858752/FULLTEXT01.pdf>

Widerberg, Karin. (2003). *Vetenskapligt skrivande - kreativa genvägar*. Lund: Studentlitteratur.

Wiliam, D. & Leahy, S. (2015). *Handbok i formativ bedömning- strategier och praktiska tekniker*. Stockholm: Natur & Kultur.

## 9. Bilagor

### Bilaga 1. Kontaktannons

Hej!

Jag studerar sista terminen på muskläroarutbildningen på musikhögskolan i Malmö och håller nu på att skriva mitt examensarbete. Jag undersöker om det finns ett samband mellan personlighetstyper och låtskrivande/musikskapande och söker nu deltagare till en intervjustudie.

Jag söker nu kvinnliga eller icke-binära personer som skriver musik. Det är mindre viktigt hur mycket musik du skriver eller i vilken genre. Intervjun kommer ske digitalt när än det passar dig och tar ca 20 minuter. Skriv gärna till mig om du är intresserad av att delta i studien eller om du vill ha mer information.

Hej!

Jag studerar sista terminen på muskläroarutbildningen på musikhögskolan i Malmö och håller nu på att skriva mitt examensarbete. Jag undersöker om det finns ett samband mellan personlighetstyper och låtskrivande/musikskapande och söker nu deltagare till en intervjustudie.

Jag söker någon eller några deltagare från kompositionsutbildningen som vill vara med och dela sina tankar om musikskapande. Det vore guld om du skriver musik inom pop/rock eller om du tidigare har skrivit musik i den genren. Övriga genre är även intressant. Jag är extra intresserad av dig som tycker det är svårt att skriva musik och har det svårt att komma på ideér. Intervjun sker digitalt och bör inte ta allt för lång tid. Skriv gärna till Alexander Palmgren i messenger eller skicka ett mail till [al0551pa-s@student.lu.se](mailto:al0551pa-s@student.lu.se) om du är intresserad eller har några frågor.

## Bilaga 2. Intervju

### **Intervju**

För att ta reda på personligheten: Svara på dessa frågor helt ärligt. Jag lägger ingen värdering i dina svar. Även om du är obekvämd med svaren för att du vill svara något annat. Svara ärligt.

Kan du se hur andra mår utan att fråga dem?

Blir du illa berörd av att se någon annan må dåligt?

Händer det att du ofta tänker tillbaka på händelser där du gjort någon annan ledsen?

Har du svårt att säga nej?

Om du är bråkar/ blir osams med en vän, vem är då först att be om ursäkt?

Sätter du dig själv och dina intressen först?

Vad är viktigast, att göra ett bra jobb eller att göra saker på ditt sätt?

Du står i en lång kö till kassan och det öppnar en ny kassa. Springer du dit fort eller låter du andra gå dit?

Hur känner du inför att ge pengar till tiggare och välgörenhet?

Tycker du det är jobbigt att hjälpa andra?

Plocka upp liftare?

Det är kö till en klubb eller liknande, du ser någon du känner lite grann i kön. Ställer du dig vid den du känner eller ställer du dig längst bak i kön?

Fråga om hen definierar sig som altruist.

Tycker du det är svårt eller lätt att skriva musik?

Vad tycker du är lätt/svårt med att skriva musik?

Gör du låtar av dina idéer eller kastar du ofta bort de?

För vems skull skriver du musik?

Om du skriver musik till någon annan (Vän eller partner). Är det lättare eller svårare?

Syn på arrangering kontra komposition.

## Bilaga 3. Samtyckesblankett



MUSIK-  
HÖGSKOLAN  
I MALMÖ

Alexander Palmgren

Ämneslärarutbildningen i musik termin 10

al0551pa-s@student.lu.se

### Informerat samtycke avseende en studie om personlighetstyper och musikskapande

Under våren 2021 genomförs en forskningsstudie vid musikhögskolan i Malmö som är en del av ett av många självständiga arbeten som studenter på Ämneslärarutbildningen år 5 gör. Fokus i denna studie ligger på hur olika personer med olika personlighetstyper, framförallt altruism tycker det är lätt eller svårt att skriva och komponera musik. Syftet med studien är att se om det finns ett samband mellan altruism och kreativitet. Ditt deltagande hjälper mig att samla material till denna studie.

Studien genomförs med en digital som dokumenteras med ljudupptagning, som spelas in. Ingen utanför forskningsgruppen kommer att lyssna på den inspelade intervjun. Svaren på intervjun kommer att sammanställas och användas som analys i studien. Jag kommer att använda citat från intervjun i rapporten men kommer då endast att din titel (musiker, lärare, student) ålder och juridisk kön som referens. Önskar du att inget eller endast delar av detta skall refereras informerar du mig om det. Du är alltså anonym när materialet presenteras.

Ditt deltagande i studien är frivilligt. Du kan när som helst avbryta ditt deltagande utan närmare motivering. Du kan även efter att intervjun är gjord säga att du inte vill att vi använder dina svar som underlag.

Medgivande:

- Jag har tagit del av information kring forskningsprojektet och är därmed medveten om hur intervjun kommer att dokumenteras.
- Jag deltar frivilligt i studien och har blivit informerad om syftet med deltagandet.
- Jag har fått tillfälle att få mina frågor angående dokumentationen av intervjun



besvarade innan den påbörjas och jag vet vem jag ska vända mig till med frågor.

- Jag är medveten om att jag när som helst under eller efter intervjun kan avbryta mitt deltagande i studien utan att jag behöver förklara varför.
- Jag ger mitt medgivande till Alexander Palmgren att dokumentera, bearbeta och arkivera den information som samlas in under samtalen samt att publicera resultat från studien.

---

Ort / Datum Namnförteckning

---

Namnförtydligande