



MUSIK- HÖGSKOLAN I MALMÖ

EXAMENSARBETE 15hp
Vårterminen 2022
Ämneslärarutbildningen i musik
Josefine Aronsson, Tilda Sventorp

Från mimande till hörd

En aktionsforskningsstudie om icke-sångares sångliga självbild

Handledare: Eva Sæther

Sammanfattning

Titel: Från mimande till hörd, en aktionsforskningsstudie om icke-sångares självbild.

Författare: Josefine Aronsson och Tilda Sventorp

Vi som har skrivit det här arbetet älskar att sjunga. Sången är en del av vår vardag och vårt liv och är en stor källa till glädje. Vi har båda två stött på människor som inte har samma positiva förhållande till sång som vi och ville därför undersöka vidare vad det kan bero på. Vi har valt att kalla personer som anser sig inte kunna sjunga för *icke-sångare*. Syftet med den här studien är att undersöka om det går att ändra icke-sångares självbild gällande sin sångförmåga. Våra fyra deltagare har fått prova på att få sånglektioner, där vårt fokus har varit att de ska få en positiv upplevelse. Vi hade en inledande och avslutande intervju med deltagarna där de bland annat fick skatta sin sångförmåga. Under första och sista tillfället spelade vi även in en låt som vi hade som arbetsmaterial under sånglektionerna. Vi hade utomstående bedömare som fick avgöra om det sångliga resultatet hade förändrats utifrån dessa inspelningar.

Resultatet visar att det går att förändra självbilden och det sångliga resultatet hos en icke-sångare. I resultatkapitlet förklaras även hur upplevelser från barndomen och miljön våra deltagare växt upp i påverkat deras självbild. Vi belyser också vilka faktorer som kan verka hämmande och främjande vid sångutveckling. I diskussionen utgår vi från två spår, grunden till den sångliga självbilden hos icke-sångare samt hur den sångliga självbilden och sångliga resultatet går att förändra.

Nyckelord: Musikalisk bakgrund, musikalitet, självbild, sångförmåga, sångundervisning.

Abstract

Title: From miming to heard. A study on non-singers' self-image.

Authors: Josefine Aronsson och Tilda Sventorp

We who have written this study love to sing. Singing is a part of our everyday life and is a great source of joy. We have both come across people who do not have the same positive relationship towards singing as we have. Therefore, we wanted to investigate what could be the reason behind this more negative approach towards singing. We have chosen to call people who consider themselves unable to sing as *non-singers*. The purpose with this study is to investigate whether it is possible to change non-singers' self-image regarding their singing ability. Our four participants have had the opportunity to try singing lessons, where the focus has been on them having a positive experience. We had an introductory and concluding interview with the participants where they, among other things, got to appreciate their own singing ability. During the first and last opportunity we also recorded a song that we had as work material during the singing lessons. We had outside assessors who had to decide whether the vocal result had changed based on the recordings.

The results show that it is possible to change the self-image and the vocal result of a non-singer. The result chapter also explains how experience from the childhood and the environment our participants grew up in influenced their self-image. We also highlight the factors that inhibit or promote song development. In the discussion we start from two directions, the foundation of the non-singers' self-image and how the vocal self-image and vocal result can be changed.

Keywords: Musical background, musicality, self-image, singing ability, singing lessons.

Förord

För att detta arbete skulle kunna genomföras har vi behövt stöd och hjälp från olika personer. Vi vill börja med att tacka våra deltagare eftersom utan dem hade detta arbete inte varit möjligt att genomföra. Tack för er tid och förtroende samt att ni vågade ställa upp trots era tidigare upplevelser och inställningar till att sjunga. Vi vill också tacka de personer som tog sig tid att bedöma det sångliga resultatet i studien.

Vi vill rikta ett extra stort tack till vår handledare Eva Sæther som har stöttat oss och väglett oss genom hela processen, svarat på alla våra frågor och inspirerat oss längs vägen.

Innehållsförteckning

1. Inledning	8
2. Syfte och frågeställning	10
3. Litteraturgenomgång	11
3.1 Självbild	11
3.2 Musikalitet.....	12
3.2.1 Musikalisk bakgrund	12
3.2.2 Uppväxt, fostran och miljö	13
3.2.3 Musikalisk identitet.....	13
3.2.4 Talang.....	15
3.3 Sånglig självbild.....	16
3.3.1 Att vilja utveckla sin sångförmåga	16
3.4 Hämmade eller gynnande faktorer vid sångutveckling.....	17
3.4.1 Psykologiska och fysiska faktorer	17
3.4.2 Intonation.....	18
3.4.3 Skillnader i kön	19
4. Vetenskapsteori.....	20
4.1 Fenomenologi.....	20
4.2 Aktionsforskning	20
4.3 Sammanfattning.....	21
5. Metod	22
5.1 Metodologiska överväganden	22
5.2 Studiens fokus.....	23
5.3 Val av kvalitativ metod.....	23
5.3.1 Kvalitativa intervjuer	23
5.3.2 Aktionsforskning som metod	24
5.3.2 Observation	25
5.4 Design av studien.....	25
5.4.1 Urval	25
5.4.2 Deltagare.....	26
5.4.3 Datainsamling.....	26
5.4.4 Utomstående bedömare	27
5.5 Analys	28
5.6 Studiens giltighet och trovärdighet.....	29
5.7 Etiska frågor	29
6. Resultat	30

6.1 Musikalisk bakgrund, uppväxt och upplevelser	30
6.2 Synen på den egna sångrösten.....	31
6.3 Tankar efter studiens genomförande.....	33
6.3.1 Synen på den egna sångrösten efter deltagandet i studien	35
6.3.2 Att vilja utveckla sin sångförmåga som vuxen.....	36
6.3.3 Sången är en del av oss	37
6.4 Utomstående bedömning av det sångliga resultatet	37
6.4.1 Deltagare 1	38
6.4.2 Deltagare 2	38
6.4.3 Deltagare 3.....	38
7. Diskussion	39
7.1 Grund till icke-sångares självbild.....	39
7.2 Sånglig självbild och det sångliga resultatet	40
7.3 Vidare forskning.....	44
Referenslista	46
Bilagor	47
Bilaga 1. Intervjufrågor inledande intervju.....	47
Bilaga 2. Intervjufrågor avslutande intervju:	48
Bilaga 3. Samtyckesformulär.....	49
Bilaga 4. Studiens sångövningar	50
Bilaga 5. Sången vi arbetade med i studien.....	51

1. Inledning

Vi som har skrivit det här arbetet har så länge vi kan minnas varit aktiva inom sång. Vi båda kan inte tänka oss ett liv utan sång, att sjunga är något som förgyller våra liv och gör livet roligare. Redan sedan ung ålder har vi sökt oss till olika sammanhang och utbildningar där vi fått utveckla och praktisera vårt sjungande mer, så som kulturskola, olika körer, gymnasiet med estetisk inriktning, folkhögskola, studiefrämjande och nu Musikhögskolan i Malmö där vi båda studerar till ämneslärare i musik med sång som huvudinstrument. För oss har musiken alltid varit ett stort intresse och i det har vi båda valt instrumentet sång, för att vi har tyckt att det varit roligast. En annan anledning till att vi har valt att fortsätta med musik och med vårt sjungande har varit de personer runt omkring som har givit en positiv uppmuntran och möjlighet att utöva sång. Om vi inte fått dessa positiva kommentarer och möjligheter under vår uppväxt, kanske vi inte hade valt att fortsätta med sången ända upp till musikhögskolenivå. Dessa positiva kommentarer har gett oss självförtroende nog att kunna se oss själva som sångare.

Men vad händer med de människor som istället får negativa kommentarer, eller där den positiva uppmuntran uteblir? När vi läste Gunnel Fagius bok, *Barn och Sång* (2007) började vi tänka på vilka konsekvenser negativa kommentarer kan få. Fagius (2007) skriver "har vi utsatts för stimulerande sångliga miljöer uppstår normalt en betydande sångförmåga, medan upplevelser av negativa kommentarer, särskilt från föräldrar och lärare, kan få livslång skadlig effekt på sångbeteendet och förverkligandet av våra musikaliska förutsättningar" (s. 55). Den här meningen fick oss att börja tänka på hur vi som framtida musklärare ska prata med våra elever, vad våra ord kan ha för konsekvenser. Vad kan vi i vår framtida yrkesroll göra för att motverka att fler känner likadant? Berit Lidman Magnusson (1999) skriver om att detta fenomen och att en bristande sångförmåga kan upplevas som ett socialt handikapp. Hon skriver också om hur personer med en hämmad sångförmåga ofta berättar om musklärare som genom negativa uttalande har bidragit till att etablera denna självbild av sångförmågan.

Vi har därför valt att i vår studie arbeta med personer som anser sig inte kunna sjunga, och undersöka varför de har denna uppfattning om sig själva. Vi har i studien valt att benämna personer som anser sig inte kunna sjunga, som icke-sångare. Eftersom sången ligger oss varmt om hjärtat, gör det att vi båda två reagerar när någon stämplar sig själv som icke-sångare. Vi vill undersöka varför våra deltagare beskriver sig som icke-sångare, samt vilka faktorer och erfarenheter som skapat denna uppfattning? Vi vill

även undersöka hur självbilden och sången är ihopkopplad, förbättras det sångliga resultatet om självbilden förbättras?

2. Syfte och frågeställning

Syftet med vår studie är att undersöka om det finns ett samband mellan sånglig självbild och det sångliga resultatet. Vi vill undersöka individer som definierar sig som icke-sångare, det vill säga individer som själva anser att de inte kan sjunga. Vi vill också undersöka vad som har skapat denna uppfattning.

Forskningsfrågor:

1. Vad händer med icke-sångares självbild när de tar del av sångundervisning som fokuserar på en positiv upplevelse?
2. Hur förhåller sig sånglig självbild och sånglig förmåga till varandra och hur utvecklas detta förhållande under sångundervisning?
3. Vilka faktorer eller händelser har skapat den sångliga självbilden hos icke-sångare?

3. Litteraturgenomgång

I det här kapitlet presenteras tidigare forskning och litteratur som är relevant för den sångliga och musikaliska självbilden samt de faktorer som hämmar och gynnar ens sångutveckling. När vi har sökt efter litteratur har vi använt oss av sökmotorerna; Lubsearch, Lubcat, Libris och Google Scholar. Vi har även utnyttjat Musikhögskolan i Malmös egna bibliotek. Vi har använt oss av följande sökord: Självbild, musikalisk självbild, vokalmusik, solosång, sångideal, identitet, musikalitet, *musical identity*, *musical talent* och *singing psychology*. Kapitlet börjar med att vi förklarar vad begreppet självbild står för, följt av att vi redogör för de omständigheter som kan påverka självbilden kopplat till musikalitet och sångförmåga. Avslutningsvis lyfter vi fram faktorer som berör sångutveckling.

3.1 Självbild

Självbilden handlar ur ett sociokulturellt perspektiv om hur vi ser oss själva i samspel med hur andra ser på oss. "Med ett sociokulturellt sätt att se på världen följer en tanke om att människan föds in i en värld som är uppbyggd av sociala sammanhang" (Hellgren, 2011a, s.13). Dessa sammanhang har formats av historiska och kulturella processer som existerade innan personen i fråga föddes. I vår utveckling genom detta kulturella landskap ställs vi inför olika valmöjligheter och vägar att gå. Våra val påverkas då av sociokulturella förhållande och inom olika sammanhang finns det olika typiska vägar att följa. Våra utvecklingsmöjligheter är alltså i hög grad beroende på vilka erfarenheter som finns tillgängliga för oss i de sociala sammanhang vi befinner oss i. "Självbilden består av flera bilder som tillsammans utgör vår identitet med grund i sociala sammanhang" (Hellgren, 2011a, s. 13). Vår identitet innefattar alltså inte bara våra egenskaper, utan beror till stor del på vilken tillgång vi får till en viss position i ett visst socialt sammanhang. Genom omvärldens spegling träder vi sedan in i olika roller, som förhandlats fram i samspel med omgivningen. Dessa roller kan sedan bli självuppfyllande av andras förväntningar (Hellgren, 2011a).

3.2 Musikalitet

“Musikalitet är ett starkt laddat fält med många föreställningar” (Bossius & Lillestam, 2011 s.104). Uddholm (1993) menar att musikalitet är hur vi upplever musik. Ju starkare vi upplever flödet i musiken, desto mer musikaliska är vi. Uddholm skriver vidare att människors musikalitet ofta jämförs med varandra i syfte att peka ut vem som är mest musikalisk. Han ifrågasätter om jämförandet är särskilt meningsfullt. Musikalitet är en förmåga som varierar, eftersom vi inte alltid är motiverade eller lika kapabla till att uppleva musik (Uddholm, 1993). Bryngelsson (2020) skriver om att när han sökte omusikaliska att intervjua till sin bok “De omusikaliska” upptäckte han att många av dessa personer faktiskt kunde skilja på toner, följa rytm och sjunga behjälpligt. Det fanns dock en osäkerhet eftersom de inte hade övat. Ett fåtal av dessa personer kunde klassificeras som omusikaliska, dessa personer hade fått kännedom om eller anat sin omusikalitet från andra. “Det krävs paradoxalt nog musikalitet för att avgöra om något inte är musikaliskt. Det som verkligen är omusikaliska skulle per definition inte kunna göra bedömningar i musikaliska frågor, vare sig av andras förmåga eller den egna.” (Bryngelsson, 2020 s. 32). Han påstår också att den som anser sig vara omusikalisk kanske istället kan vara den som har mod att vara musikaliskt kritisk mot sig själv.

3.2.1 Musikalisk bakgrund

Barns musikaliska identitet har sin grund i biologiska anlag och förutsättningar, men formas i olika sociala sammanhang (Hellgren, 2011b). Sångsvaga vuxna berättar ofta om en torftig musikalisk bakgrund (Lidman Magnusson, 1999). Föräldrarna har även inverkan på barnens musikaliska identitet på flera sätt (Hellgren, 2011b). Om föräldrarna musicerar påverkar det barnets bild av hela familjens musikalitet. Det framkommer också att vad föräldrarna säger om barnets musicerande påverkar barnets musikaliska identitet och om barnet i fråga ser sig som musikaliskt eller ej. Uddholm (1993) menar att musikalitet kan hämmas av olika faktorer. Det är i första hand omständigheterna i en människas liv, det sociala arvet och miljön man växer upp i som formar och påverkar ens färdigheter.

Fagius (2011) berättar om vikten att som barn få hitta sin sångröst. En förutsättning för detta är att välja rätt tonarter på de låtar man sjunger med barn. Om tonarten är för

låg, kan konsekvensen bli att barnet inte hittar sin sångröst och fortsätter att pratsjunga eller brumma.

3.2.2 Uppväxt, fostran och miljö

Men vad påverkar då den sångliga självbilden? Lidman Magnuson (1999) belyser att om ett sångsvagt barn i tidig ålder får höra av sin familj, lärare eller andra att hen inte kan sjunga, resulterar detta ofta i en sånghämning för resten av livet. Uddholm (1993) ställer sig frågan "kan det vara så illa ställt att vår kultur fostrar många musikaliska människor till att tro att de är omusikaliska" (s. 9). Som exempel på denna typ av missriktad fostran beskrivs en kvinna som i hela sitt liv blivit stämplad som omusikalisk. Redan som barn hade kvinnan blivit ombedd att inte sjunga på sångsamlingar. Enligt kvinnan själv bedömdes musikalitet enbart baserat på förmågan att sjunga rent eller klart, då dessa värderingar var de som rådde i den sånggruppen hon deltog i som barn. Hennes syn på musikalitet avspeglas från den kultur som gruppen utgjorde, kanske till och med som musikleäraren bestämde (Uddholm, 1993).

Sånghämmade barn är ofta uppväxta i en familj där det musikaliska intresset är ganska lågt. Resultatet av detta blir att den musikaliska stimulansen ofta är torftig under de första åren av den sånghämmade personens liv. Många av dessa föräldrar har inte heller några positiva förväntningar när det gäller barnets musikaliska utveckling. Brist på musikalisk stimulans, samt avsaknaden av positiva förväntningar förefaller kunna ge negativa konsekvenser för barns sångutveckling (Lidman Magnusson, 1999).

Fagius (2007) menar att barn som upplevt en fostrande miljö och fått beröm samt blivit stärkta att utvidga den enskilda sångförmågan, överskrider vad forskningslitteraturen beskriver som "normalt". Däremot för de barn som inte haft samma förutsättningar och möjligheter tenderar musiken att förknippas med misslyckande. I tonåren när sökandet efter en identitet blir mer påtaglig, blir det lättare att då identifiera sig som icke-sångare. Lidman Magnusson (1993) påpekar att en bristande sångförmåga ofta kan upplevas som ett socialt handikapp.

3.2.3 Musikalisk identitet

Musik är ett socialt fenomen och en del i att förstå musiken är att börja förstå oss själva och vår omgivning. Det är alltså nödvändigt att förstå miljön och den sociala kontexten man befinner sig i om man ska förstå sig själv fullständig (Oakland & MacDonald

2022). De hänvisar till Tajfel och Turners sociala identitetsteori som är en kombination av sociala interaktioner och erfarenheter som sammankopplar individerna i gruppen till varandra. Känslan av att tillhöra ett sammanhang kan främja ens sociala status och även påverka ens beteende samt hur man samtalar med varandra. Detta har visat sig vara en väsentlig grund för att motivera ens välmående. Oakland & Macdonald (2022) skriver vidare att musik på ett liknande sätt som språk är en plattform som bygger på den sociala processen att forma och förstå oss själva. De menar att musik är universal och en tillgänglig kanal för många att kommunicera med och genom.

När det gäller konstruktionen av musikalisk identitet, baseras detta på dialog och respons med viktiga personer i ens omgivning. Barnets syn på sin egen musikalitet påverkas alltså av den attityd de möter, särskilt från musiker och musiklärare. Om viktiga personer i barnets närhet anser barnet att vara musikaliskt, finns det goda chanser att barnet utvecklar en positiv och lustfylld relation till musik och musicerande (Hellgren, 2011a). I studien *“I min familj är vi omusikaliska”* (Hellgren, 2011b) uttrycker ett barn till och med följande i en intervjusituation: “Om ingen säger att jag är musikalisk då vet jag ju inte om jag är det” (Hellgren, 2011b, s. 59). I denna studie framkommer det att informanternas upplevelse av att vara musikaliska eller ej skapas genom bekräftelse från viktiga andra, tidigare erfarenheter av sitt eget musicerande, samt musicerande i familjen och närmsta omgivningen. Studien visar också att om barnet har en självbild av sig själv som en person som kan spela musik, så påverkar det barnet positivt i en lärandesituation.

Bryngelsson (2020) påstår att om man skickar ut en förfrågan om att intervjua omusikaliska personer kommer en hel del att anmäla sig för att de bär på känslan att de är tondöva, men när deras förmågor kontrolleras har de helt ordinära tillgångar till gehör, tonträffhet och rytmkänsla. Dessa personer har bara stämplat som omusikaliska av någon musiklärare i barndomen eller har allmänt dålig självkänsla. Brändström (1997) anser liknande att man ofta möter människor som säger sig vara omusikaliska eller rent av till om med tondöva och att detta har fastställts av deras lärare. Inte sällan har det lett till att dessa personer har skurit bort allt som har med musik att göra i sitt liv, därför ligger ett oerhört ansvar på läraren som har stämplat ut eleven i tidig ålder från musikområdet. Bossius och Lilliestam (2011) menar liknande att många personer som har negativa tankar till sin musikaliska förmåga har fått höra från lärare eller föräldrar att deras musikaliska förmåga inte duger och att man inte kan sjunga eller har en dålig

röst. De skriver också om att ha tvingats att visa upp sin presentationsförmåga genom att sjunga inför t.ex. lärare eller klassen, har knäckt mångas musikaliska självförtroende.

Oakland och MacDonald (2022) skriver att ens musikaliska identitet är en av många identiteter som vi måste förhandla med, men att vi alla har en musikalisk identitet. Den kan formas och utspela sig på olika sätt genom våra erfarenheter i musik som vi spelar eller hur vi lyssnar och använder oss av musik i de sociala sammanhang vi befinner oss i.

3.2.4 Talang

I den västerländska kulturen finns det en bild av att musik är något svårt, samt att alla inte är musikaliska och därför inte kan sjunga eller spela ett instrument. (Bossius & Lilliestam, 2011). De anser att om man dessutom ofta får höra att musik är svårt, samt är en förmåga som bara ett fåtal besitter och att man själv saknar, är det lätt att man tar åt sig och att det till slut blir individens sanning. Det finns alltså en syn att utöva musik på en hög konstnärlig nivå är några få förunnat. Brändström (1997) skriver om två sätt att se på musikalitet, en absolut syn och en relativistisk syn. En absolut syn innebär att man ser på musikalitet som något medfött till vissa utvalda. Den musikaliska förmågan ses då som en färdighet som kan mätas. Man kan testa om människor är musikaliska eller inte. Den relativistiska synen innebär att man ser på musikalitet som något att alla människor har, att det är en mänsklig grundkompetens. Musikaliteten handlar här inte bara om att kunna spela och sjunga, utan också om att kunna tolka och förstå musiken.

Seashore (1919) skriver att musikalitet inte är en ensam talang, utan det är flera olika talanger oberoende av varandra. Att uppfatta och återge tonhöjd, vara rytmisk eller ha bra motorik är exempel på olika områden i musik som kan vara en medfödd talang. Därför menar han att man inte kan bedöma en musikers talang som en helhet eftersom det består av olika medfödda eller upptränade talanger. "The features of talent are seen at a glance just as one sees the features of the face in a photograph" (Seashore, 1919, s.17). Vilket översätts till "Dragen av talang ses med ett ögonkast precis som man ser ansiktsdragen på ett fotografi". Vi ser bara det överskådliga i det som uppfattas vara en talang, inte bakgrunden eller arbetet bakom prestationen.

3.3 Sånglig självbild

Individens självuppfattning och värdering av den egna sångrösten kan vara en viktig aspekt av individens förhållande till musicerande. Vissa individer utvecklar ett okomplicerat förhållande till den egna sångrösten och ser sång som en rolig aktivitet, medan andra ser sång som stressande och negativt. Vanligtvis har sånghämmade en låg värdering av den egna sångförmågan. Genom negativa upplevelser i samband med sång bygger den sånghämmade upp fler negativa attityder till sitt sjungande. Dessa negativa sångupplevelser blir ofta djupt rotade (Lidman Magnusson, 1999).

3.3.1 Att vilja utveckla sin sångförmåga

Det kan finnas flera olika orsaker till att vilja förbättra sin sångförmåga och kunna använda sin sångröst, för personer som identifierar sig som icke-sångare. Att använda sin sångröst kan vara ett sätt att framkalla och förmedla känslor. Welch (2014) anser att sångrösten är en byggsten för att framkalla starka känslor. Sången uttrycker känslor som känns igen av lyssnarna. Sången väcker glädje, sorg, ilska och eufori. Welch (2014) menar att kombinationen av text och musik, vokalisering, når ut till fler och är ett effektivt sätt att kommunicera och förmedla känslor. Fagius (2007) är inne på samma område när hon skriver "Att gå från en lektion med en sång inombords som har en berörande text och melodi ger eleven en viktig byggsten för livet" (Fagius, 2007, s. 108).

Sången har en social aspekt och kan föra oss samman, som till exempel under en fotbollsmatch när hejarklacken sjunger ramsor tillsammans (Welch, 2014). På ett universitet i Japan har man specialiserat sig på *out-of-tune singers* och startat ett speciellt träningsprogram för affärsmän. Deltagarna i kursen vill lära sig sjunga rent och bli bättre på att framträda på karaokeklubbar. Detta för att sånghandikappet har blivit ett socialt hinder för affärsverksamheten som måste avhjälpas (Lidman Magnusson, 1999).

Personer som betraktar sig själva som icke sångkunniga, kan ändå vara optimistiska och tro att de kan lära sig sjunga rent, om de får tillräckligt med övning. Utvecklingen gynnas då av utvecklingsbefrämjande feedback, som till exempel "Nu var det bättre" eller "nu var det sämre" (Lidman Magnusson, 1999). Uddholm (1993) skriver också om feedback och menar att man inte ska bedöma med ord som rätt och fel. Som lärare ska man inte värdera prestationen, utan bekräfta och uppmuntra viljan att flöda. Men kan alla personer lära sig sjunga? Lidman Magnusson hävdar att alla utan fysiska sånghinder har

möjlighet att lära sig sjunga. Detta kan ske vid vilken ålder som helst, men den effektivaste tiden för att förebygga eventuellt senare sångproblem är den tidiga barndomen. Det finns forskning som visar att alla barn som sjunger orent kan lära sig att sjunga tonsäkrare om det får feedback angående tonhöjden. Förutsättningarna för att denna metod ska lyckas är att barnet vill och finner det positivt att delta, samt att det finns tillräcklig tid för övning (Lidman Magnusson, 1999).

3.4 Hämmande eller gynnande faktorer vid sångutveckling

Följande delkapitel handlar om faktorer som kan vara hämmande eller gynnande vid sångutveckling. Vi tar upp psykologiska och fysiska faktorer som kan påverka sångutvecklingen och förklarar även begrepp som *brummare*. Vi avslutar med skillnader i kön.

3.4.1 Psykologiska och fysiska faktorer

En psykologisk faktor som kan påverka sångutveckling är om personen i fråga ser sig som musikalisk eller omusikalisk. Lidman Magnusson (1999) refererar till en studie av Becket och Haggard som visar att skillnaden i att kunna uppfatta tonhöjd är mycket stor mellan personer som enligt sin egen bedömning är musikaliska respektive omusikaliska.

Lidman Magnusson (1999) skriver också om hämmande faktorer vid sångutveckling. Att ha känt sig utpekad på grund av sin egen röst är något som många personer beskriver som mycket negativt. Detta i kombination med mindre goda metoder och pedagogiska handlingar som lärare i den äldre skolan ibland använde sig av, är troligtvis faktorer som påverkat den sångliga utvecklingen (Lidman Magnusson, 1999).

Fysiska faktorer som kan påverka sångförmågan kan vara olämplig hållning och andning, överdriven muskelspänning i käke, tunga och mellangärdesmuskler. Även stress och ett felaktigt mindre effektivt sångsätt kan leda till rösttrötthet och heshet (Lidman, 1994). Det finns inga bevis på att svårigheter att intonera och träffa tonhöjd hos friska personer orsakas av musklerna i röstapparaten. Komplikationerna uppstår sannolikt av personens uppfattning och handling, att planera och föreställa sig det ljud

som hen ska återskapa. Det förväntade resultatet och det upplevda resultatet skiljer sig åt (Welch, 2014).

3.4.2 Intonation

Welch (2014) menar att de flesta vuxna som är svaga sångare, är förmögna till att sjunga rent. I vissa fall nästan lika exakt som en professionell sångare eller sångerska. Welch visar att det endast är 4% av barn i 11-årsåldern som har svårigheter med att hitta tonhöjd, men senare på grund av bristen av kontinuitet i sitt sjungande de blir svagare i vuxen ålder.

Lidman Magnusson (1999) menar att ett av skälen till den sånghämmades förmåga att sjunga rent brukar vara förmågan att ge egen feedback till sin egna sångröst. Sånghämmade kan ha känslighet för att uppfatta toner och uppmärksamma förändringar som har gjorts i en melodi. Problemet ligger i att den sånghämmade inte kan höra sig själv när de sjunger och därför kan ha svårt att själv återge en melodi korrekt.

Det är mycket tveksamt om man kan tala om tondövhet. Termen är missvisande, eftersom nästan alla individer kan avgöra om en ton skiljer sig från en annan i tonhöjd. Dock har många svårt att förstå de begrepp som beskriver skillnaden mellan tonerna, såsom att tonerna är högre eller lägre i förhållande till varandra, denna förmåga kan dock tränas upp. Den sånghämmade har också svårt att återge en tonhöjd sjungande, även om den anser sig kunna urskilja tonhöjden rent gehörsmässigt. (Lidman Magnusson, 1999). Bryngelsson (2020) understryker att amusi, vilket är ett nyare begrepp för det gamla ordet tondövhet, kan översättas till musikalisk avstängdhet. Han anser att omusikalitet och tondövhet inte är samma sak, utan att man kan se omusikalitet som en svag fallenhet, ungefär som att känna att man inte har något bollsinne. Amusi är en diagnos på en fysisk brist i hjärnan som omöjliggör musikalisk förmåga medan omusikalitet är en väldigt svag fallenhet för musik.

Brummare är den vanligaste benämningen på barn som inte kan sjunga rent här i Sverige. *Brummare* kan även kallas för "vokala vandrare". Fagius (2007) beskriver vokala vandrare som barn som har svårt att sjunga tillsammans med andra, trots att de har hittat sin sångröst. De behöver höra sin egen röst igenom grupsången och väljer då att sjunga i ett annat läge för att kunna orientera sig.

3.4.3 Skillnader i kön

Lidman Magnusson (1999) hänvisar till en studie av brittiske forskaren Graham Welch som visar att fler pojkar än flickor är och förblir sånghämmade. Fagius (2007) skriver om Graham Welchs studie av skolbarn i åldern 5-7 i London, där pojkarna hade en sämre förmåga att återge en melodi. Flickorna hade haft lika många tillfällen och tid i sångundervisning som pojkarna, men var bättre på att återge melodin. Det gör att Fagius (2007) ställer sig frågan om det är därför som pojkar visar ett mindre intresse för sång än vad flickor gör, eftersom flickorna jämfört med pojkarna har ett övertag i ung ålder?

4. Vetenskapsteori

I det här kapitlet förklaras den vetenskapliga teori som ligger till grund för vår studie. Teorin vi har valt att utgå från är fenomenologi som vi valt att kombinera med aktionsforskning.

4.1 Fenomenologi

I vår studie har vi undersökt vad som sker med våra deltagares självbild när de får sångundervisning av oss. I intervjuerna har vi utfrågat om deras tidigare erfarenheter och upplevelser kring sång och vad deras självbild är grundad i. Brinkkjær och Høyen (2020) skriver att fenomenologin handlar om att man ska kunna beskriva ett fenomen, i våra deltagares fall en upplevelse, så som det visar sig för deras medvetande. Vi kopplar fenomenologi till vår undersökning eftersom självbilden hos våra deltagare är ett fenomen som har skapats i deras medvetande. Leijonhufvud (2011) berättar om beskrivningen av sång som fenomen tar vid i flera mänskliga upplevelser. Hon menar att allt som vi kan uppfatta med kroppen och med våra sinnen påverkar hur vi sjunger. Miljön vi omger oss i genomsyrar vår upplevelse av att sjunga.

Brinkkjær och Høyen (2020) skriver vidare att fenomenologiska undersökningar inom pedagogiska ämnen handlar om människors erfarenhet och förståelse av världen, hur man uppfattar både sig själv och omvärlden från sitt eget perspektiv. När vi förhåller oss till andra människor har vi deras känslor, erfarenheter, åsikter och upplevelser från deras liv i åtanke. En del av den fenomenologiska analysen innebär att vi måste hitta de underliggande teman eller kontexter som ligger bakom fenomenet. När vi sedan hittat dem måste vi reflektera över de befintliga strukturer som framkallar känslor och tankar kring det. Självbilden hos våra deltagare kan till exempel grundas i dåliga erfarenheter från tidigare sångupplevelser med andra. Vi vill som framtida musiklärare ta reda på vad fenomenet grundar sig i så att vi kan förändra de strukturer som orsakat det.

4.2 Aktionsforskning

Brinkkjær och Høyen (2020) beskriver aktionsforskning som en form av forskning där forskare tillsammans med sina deltagare försöker skapa förändring. Aktionsforskning

innebär att både deltagare och forskare är involverade i processen som ska leda till förändring. Syftet med vår studie är att tillsammans med våra deltagare undersöka hur deras självbild kan förbättras och hur sångrösten påverkas av självbilden. Skolverket (2020) klagör att aktionsforskning är en praktikutvecklande forskning. Syftet är att på ett vetenskapligt förhållningssätt förstå och förbättra praktiken. Genom att identifiera, medvetandegöra och ifrågasätta de normer och fördomar våra deltagare har gällande sin sångröst, är vår förhoppning att vi ska stärka våra deltagares självbild.

Brinkkjær och Høyen (2020) skriver att aktionsforskning handlar om att hitta nya sätt att hantera ett problem, eller att förändra ett existerande läge där det uppstått problematiska mönster och rutiner. Vi använder oss av detta förhållningssätt som utgångspunkt i val av metod, där vi jobbar tillsammans med våra deltagare för att skapa förändring gällande deras självbild och upplevelser kring sång.

4.3 Sammanfattning

Fenomenologin utgår från att vi ska arbeta med det bakomliggande medvetandet. Gerd Lindgren (1994) menar att om vi ska gå in i ett fenomenologiskt perspektiv måste vi vara medvetna om alla förutfattade meningar och erfarenheter för att sedan sätta dessa åt sidan. När vi sedan ägnar oss åt aktionsforskningen i form av sångundervisning måste vi som forskare ha ett öppet sinne gentemot våra deltagare. Våra deltagares självbild är ett fenomen som vi vill undersöka med hjälp av aktionsforskning, en forskningsansats med strävan åt förändring.

5. Metod

I detta kapitel redogörs val av forskningsmetod. Studien har genomförts genom kvalitativ metod och vi har använt oss av kvalitativa intervjuer, aktionsforskning, observation och utomstående bedömning för att kunna undersöka studiens syfte och frågeställning med hjälp av flera olika metoder. I kapitlet beskrivs metodologiska övervägande, urval, analys av data samt de etiska bedömningar som gjorts.

5.1 Metodologiska överväganden

Inom forskning finns det två övergripande metoder: kvalitativ och kvantitativ. Kvantitativ forskning kan betraktas som en forskningsstrategi som betonar kvantifiering vid insamling och analys av data, denna strategi har också en tydlig koppling till ett naturvetenskapligt synsätt. Den kvalitativa forskningen är en forskningsstrategi som vanligtvis lägger mer vikt vid ord än siffror under insamling och analys av data (Bryman, 2018). I kvalitativ forskning är utgångspunkten att undersöka deltagarnas uppfattning och perspektiv, och vad de uppfattar som viktigt eller betydelsefullt (Bryman, 2018). Därför anser vi att kvalitativ forskning passar vår studie, eftersom forskningsmetoden möjliggör att i vår studie undersöka deltagarnas självbild och vad som skapat den. Vi har valt att använda följande fyra metoder för datainsamling: kvalitativ intervju, aktionsforskning i form av sångundervisning, observation, samt bedömning med hjälp av utomstående neutrala bedömare där en utomstående får lyssna på inspelningen från första och sista tillfället.

En annan skillnad mellan kvalitativ och kvantitativ forskning är relationen till deltagarna. I kvantitativa studier är forskaren inte engagerad i informanterna, i vissa fall träffas aldrig forskare och informanter. Denna avsaknad av relation till deltagarna betraktas i en kvantitativ undersökning som önskvärd, eftersom risken att inte kunna vara objektiv höjs om forskaren skapar en relation till sina deltagare. I kvalitativ forskning gäller motsatsen, där eftersträvar man istället en nära relation till personerna man ska studera. Denna strävan grundar sig på att man som forskare ska kunna uppfatta hur världen förstås av informanterna (Bryman, 2018). Detta är ännu ett skäl till att den kvalitativa metoden passar för vår studie, eftersom vi valt att träffa deltagare dels vid intervjuer, dels i undervisning.

5.2 Studiens fokus

Studiens fokus är att undersöka sambandet mellan deltagarnas självbild och det sångliga resultatet. Vi vill undersöka vad som händer hos personer som anser sig vara icke-sångare när de får jobba med sin sång i en uppmuntrande miljö. Studiens datainsamling har skett i fyra olika led, genom kvalitativa intervjuer, aktionsforskning i form av sångundervisning, observation samt utomstående bedömning av det sångliga resultatet. Deltagarna deltog i kvalitativa intervjuer både före och efter att sångundervisning genomförts. Deltagarnas resultat från första och sista lektionen spelades in, denna datainsamling har sedan använts för att analysera studiens resultat med hjälp av utomstående bedömare.

5.3 Val av kvalitativ metod

I vår studie har vi valt att använda oss av några olika kvalitativa metoder för att samla in data. Vi har valt att använda oss av aktionsforskning i form av individuell sångundervisning som deltagarna deltar i, observation, och intervjuer både före och efter informanterna deltagit i sångundervisningen.

5.3.1 Kvalitativa intervjuer

“I kvalitativa intervjuer är intresset riktat mot den intervjuades ståndpunkter” (Bryman, 2018 s. 561). I kvalitativa intervjuer är tillvägagångssättet mycket mindre strukturerat än i kvantitativa intervjuer, detta på grund av att man i kvantitativa undersökningar eftersträvar att maximera reliabiliteten och validiteten när det gäller mätning av viktiga begrepp. I kvalitativ forskning ligger istället tyngdpunkten på deltagarnas uppfattningar och synsätt, vilket våra forskningsfrågor vill undersöka. I kvalitativa intervjuer finns det därför utrymme att låta intervjuerna röra sig i olika riktningar, för att kunna fånga upp det deltagarna tycker är viktigt och relevant inom ämnet. I kvantitativa intervjuer ses detta istället som en störning. Eftersom vi i vår studie är intresserade efter deltagarnas upplevelser och erfarenheter passar det bra att använda sig av kvalitativ intervju. Vi har också i vår studie valt att intervjua deltagarna två gånger, både i början och i slutet av studien, vilket man kan göra i kvalitativa intervjuer (Bryman, 2018).

Vid genomförande av kvalitativ intervju kan man använda sig av två olika metoder, ostrukturerad intervju eller semistrukturerad intervju. Båda modellerna är flexibla.

Ostrukturerad intervju tenderar att likna ett vanligt samtal och kan bestå av att intervjuaren ställer endast en fråga och att informanten sedan får svara och associera fritt. Vid användandet av semistrukturerad intervju kan forskaren använda sig av en intervjuguide med specifika teman som ska beröras (Bryman, 2018). Intervjupersonen har även här stor frihet att utforma svaren och de ställda frågorna behöver inte komma i samma ordning som intervjuguiden (Bryman, 2018). I den semistrukturerade intervjun finns det även utrymme för intervjuaren att ställa frågor utanför intervjuguiden som anknyter till det deltagaren har sagt. I en semistrukturerad intervju kan en intervjuguide bestå av en lista över vilka frågeställningar som ska beröras. Frågorna ska göra det möjligt för deltagaren att beskriva sin värld och liv, samt rymma flexibilitet. Frågorna bör alltså inte vara så specifika att det hindrar alternativa upplevelser eller synsätt att uppstå under intervjun. Vid utformningen av intervjuguiden är det också viktigt att ha i åtanke vad man behöver samla in för data för att kunna svara på sina forskningsfrågor. Bryman (2018) anser att den semistrukturerade intervjun lämpar sig dels om man är mer än en forskare i studien, dels om studien undersöker flera fall. Eftersom båda dessa faktorer stämmer in på genomförandet av vår studie har vi valt att använda oss av en semistrukturerad intervju.

5.3.2 Aktionsforskning som metod

Aktionsforskning har många olika tillvägagångssätt, men brukar oftast definieras som den metod där tillvägagångssättet består av att forskaren och deltagarna samarbetar vid en diagnos av ett problem, i vår studies fall hur man kan förändra självbilden hos personer som anser sig inte kunna sjunga. Vid aktionsforskning arbetar sedan forskaren och deltagarna tillsammans fram en lösning på det diagnostiserade problemet (Bryman, 2018). Brinkkjær och Høyen (2020) skriver: "Aktionsforskning måste därför ses som en samlingsbeteckning för en rad olika forskningsperspektiv, som alla har det gemensamt att forskare och praktiker idealt sett gemensamt sätter igång förändring i praktiken och producerar kunskap om praktiken" (s.150). I vår studie har vi arbetat med förändring i praktiken tillsammans med våra informanter i en undervisningssituation, samt samlat in kunskap av detta praktiska arbete genom kvalitativ intervju. I aktionsforskning blir forskaren en del av fältet som ska studeras, vilket vi också bli i vår studie eftersom vi undervisat våra elever.

5.3.2 Observation

När vi i studien arbetat med att undervisa våra deltagare, har den som inte undervisat observerat själva undervisningstillfället. Bryman (2018) beskriver detta tillvägagångssätt som en icke-deltagande observation. En icke-deltagande observation handlar om en situation där observatören iakttar men inte deltar i det som sker i miljön. Man kan använda sig av icke-deltagande observation i både strukturerad och ostrukturerad observation. I den strukturerade observationen utgår forskaren ofta från ett observationsschema med några fasta regler som beskriver vad observatören ska leta efter, detta för att säkerställa att varje deltagares beteende registreras på samma vis. Eftersom vi inte har använt oss av ett observationsschema har vi använt oss av ostrukturerad observation, där syftet istället är att notera hur deltagarna i en miljö beter sig och ge en beskrivning av det beteendet. (Bryman, 2018). Genom att använda oss av observation kan man skilja på uppgivet och faktiskt beteende (Bryman, 2018). Eftersom våra deltagare både intervjuas och deltar i praktisk sångundervisning kan observation vara användbart för att se om det uppgivna och faktiska beteendet stämmer överens.

5.4 Design av studien

Nedan beskrivs studiens procedur. Datasamling har skett genom intervju, aktionsforskning, observation och utomstående bedömning. Här beskriv också hur den utomstående bedömning gått till.

5.4.1 Urval

“Målstyrt urval eller ändamålsstyrt urval utgör en form av icke-sannolikhetsbaserade urval” (Bryman 2018, s. 496). I ett sådan urval är syftet alltså inte att välja ut deltagare slumpmässigt, utan att strategiskt välja ut deltagare som är relevanta för forskningsfrågor som formulerats. I vår studie har vi gjort ett målstyrt urval genom att söka efter deltagare som ser sig själva som icke-sångare. Urvalet blir också ett kriterierstyrt urval, eftersom deltagarna behöver uppfylla detta kriterium för att delta i studien (Bryman, 2018). För att hitta deltagare till studien har vi tagit hjälp av sociala medieplattformen Facebook, och annonserat i två stora Malmöbaserade grupper. Personerna fick sedan mejla till oss och berätta kort om sig själva och varför de ville delta i studien. Urvalet gjordes sedan baserat på varför de ville delta och juridiskt kön, eftersom vi var ute efter två mansröster samt två kvinnoröster till studien.

5.4.2 Deltagare

För att medverka i denna studie var kravet att deltagaren skulle definiera sig själv som icke-sångare, samt inte ha tagit del av någon slags sångundervisning under den senaste tiden. I studien deltog från början 4 personer, 2 personer med en kvinnoröst och 2 personer med en mansröst. Vi har i resultatet och diskussionen valt att benämna deltagarna könsneutralt med begreppet "hen", detta för att vi i studien inte har kunnat se någon skillnad mellan könen, samt att vi upplever att studien har varit för liten för att kunna bedöma om det kan finnas en skillnad. Genom att använda begreppet *hen* ökar också deltagarnas anonymitet. Under studiens gång föll en deltagare bort, eftersom det var svårt att få ihop hens sångtillfällen. Nedan följer en kort beskrivning om varje deltagare:

- Deltagare 1 är 31 år gammal och uppväxt i en liten stad i Sverige. Hen har ett stort intresse för IT och arbetar med datorspelutveckling. Deltagaren har en mansröst.
- Deltagare 2 är 36 år gammal och är uppväxt i en liten by i Sverige, men har sedan bott i en storstad större delen av sitt vuxna liv. Deltagaren är utbildad beteendevetare och kulturprojektledare och har arbetat i filmbranschen. Deltagaren har en kvinnoröst.
- Deltagare 3 är 40 år gammal och bor i en storstad. Hen arbetar på ett härbärke för kvinnor med psykisk ohälsa och missbruk, samt som kontaktperson. Deltagaren har en kvinnoröst.
- Deltagare 4 är 41 år gammal och bor i en storstad. Hen arbetar som journalist. Deltagaren har en mansröst.

5.4.3 Datainsamling

Datainsamling har skett genom intervju, genom aktionsforskning i form av sångundervisning, observation, och utomstående bedömning av det sångliga resultatet. Vi har genomfört två intervjuer; en inledande intervju samt en avslutande intervju efter att deltagarna har tagit del av sångundervisningen. Vid första tillfället gjordes först intervjun innan vi påbörjade sångundervisningen, och vid sista efter vi avslutat sångundervisningen och deltagarna intervjuades en och en. Alla intervjuer har spelats in och transkriberats. Intervjuerna genomfördes med hjälp av två olika intervjuguider, en

för den inledande intervjun och en för den avslutande. I båda intervjuerna fick deltagarna skatta sin sångförmåga på skala 1 till 10, där 1 var värsta tänkbara och 10 bästa tänkbara.

Alla deltagare förutom en har mellan första och andra intervjun tagit del av 4 individuella sånglektionstillfällen på 20 min vardera. Vid dessa tillfällen har fokuset varit att deltagarna ska få en positiv upplevelse, vilket vi har försökt skapa genom att vara välkomnande och skapa en trygg undervisningssituation. För att göra detta har vi hela tiden haft samma upplägg på lektionerna så deltagarna vet vad som ska ske. Vi har också försökt att själva vara så positiva som möjligt och ge mycket positiv feedback, samt lyfta fram det som fungerar bra i deltagarens sång istället för att fokusera på det som fungerar mindre bra. Vid lektionerna har vi turats om att undervisa eller observera, dock har vi alltid undervisat samma deltagare varje gång. Vi har på lektionerna arbetat med samma låt och övningar med alla deltagare. Även om innehållet i sångundervisningen har varit det samma kan undervisningen ha skiljt sig något åt dels för att vi är olika som personer, dels för att vi har olika musikaliska bakgrund från olika genrer. Resultatet av detta kan ha blivit att vi har lagt märke till olika saker när vi undervisat, samt haft olika sätta att angripa olika moment i undervisningen.

Det sångliga resultatet från första och sista lektionen har spelats in för att den utomstående bedömningen ska kunna ske. Alla deltagare har jobbat med en och samma låt under dessa tillfällen, detta för att det sångliga resultatet sedan skulle vara enklare för de utomstående bedömarna att analysera. Inspelningen som använts har tagits från slutet av första och sista lektionen hos alla deltagare.

5.4.4 Utomstående bedömare

För att kunna analysera studiens resultat, samt bedöma det sångliga resultatet har vi valt att ta in utomstående bedömare. Anledning till att vi inte själva bedömer det inspelade resultatet är för att vi vill ha en opartisk bedömning av personer som inte känner till deltagarna och deras bakgrund. Bedömarna är personer med likvärdig musikutbildning som oss, det vill säga att de studerar till ämneslärare i sång på en musikhögskola, men är inte involverade i studien och känner inte till deltagarna. Vi har använt oss av två utomstående bedömare.

För att den externa bedömningen ska kunnat ske har första och sista lektionen spelats in. I slutet på första och sista lektionen gjorde vi en slutversion av den låt vi arbetade

med under alla lektionerna, som sedan klipptes ut för att användas till den utomstående bedömningen. De externa bedömarna har sedan fått lyssna på samtliga deltagares två ljudfiler utan att veta vilket som är resultatet från första eller sista tillfället, och sedan rangordna dessa två inspelningar utifrån sångligt resultat. Bedömarna har också fått motivera vad som var bättre i den inspelning som hen ansåg höll ett bättre sångligt resultat. Alla utomstående bedömarna har fått lyssna på och bedöma samtliga deltagares sångliga resultat från första och sista tillfället, vilket innebär att de har bedömt det sångliga resultatet hos tre deltagare. Anledningen till att de bara kunde bedöma tre av fyra deltagare är att en av deltagarna föll bort under studiens gång. Det fanns därför bara en inspelning från första tillfället att bedöma, och eftersom vi var intresserade av att se skillnaden mellan första och sista tillfället valde vi att ta inte använda oss av den deltagarens sångliga resultat.

5.5 Analys

Efter genomförda intervjuer och transkribering läste vi båda igenom samtliga intervjuer och sammanställdes dessa ett dokument med intervjufrågorna som rubriker. När vi har använt oss av citat i arbetet har vi i vissa fall korrigerat dessa något för att göra det mer lättläst, dock har vi varit noga med att behålla samma innehåll och innebörd i citaten. Utöver att sammanställa svaren från de olika intervjufrågorna, letade vi också efter teman som kommit upp i del olika intervjuerna. *Tematisk analys* är ett av de vanligaste sätten att analysera kvalitativa data (Bryman, 2018). De teman vi letade efter i intervjuerna var teman som var kopplade till vår forskningsfokus, vilket är ett vanligt tillvägagångssätt vid analys av kvalitativa data (Bryman, 2018). För att hålla reda på vem som svarat vad namngavs deltagarna redan då på följande vis: deltagare 1, deltagare 2, deltagare 3 och deltagare 4. Utifrån sammanställningen undersökte vi sedan viktiga teman som kommit upp under intervjuerna kring området. Vid sammanställning av observationen använde vi oss också av en tematisk analys, och sammanställde då anteckningarna från varje deltagares sånglektioner i kronologisk ordning och försökte sedan hitta gemensamma teman som vi uppfattat hos deltagarna när vi observerat.

Efter det sista sångtillfället klipptes slutresultatet från första och sista lektionen ut. Bedömarna fick sedan lyssna på alla deltagares inspelningarna. Vi har efter det sammanställt svaren och letat efter gemensamma nämnare i bedömarnas svar angående vad som har förbättrats med deltagarnas sångförmåga.

5.6 Studiens giltighet och trovärdighet

I vår studie är bortfall något att ta i beaktning vad det gäller studiens giltighet. Vi hade dels en deltagare som vi hade svårt att få till tillfällena, och därför inte kunde använda resultatet från hans sånglektioner eller avslutande intervju. Vi stötte också på problem när vi skulle genomföra momentet med utomstående bedömning. Vi valde då att använda oss av ett Google form för att samla alla svaren på ett ställe, i den processen har tyvärr ett av svaren fallit bort och försvunnit helt, och kunde därför bara använda oss av två bedömare istället för tre.

Vi vill också ta upp att det kan finnas en svårighet att bedöma resultatet av sin egen insats i studien. Att forska på sin egen undervisningspraktik innebär alltid en inbyggd närhet till materialet vilket kan äventyra ett reflexivt förhållningsätt. Vi har i våra diskussioner kring analysen försökt dra nytta av varandras olika genretillhörigheter för att skapa ett visst mått av distans till hur vi bedömer våra respektive undervisningspass.

Under studien har vi också fått en känsla av att alla deltagare kanske inte endast hade sökt sig till studien för att de definierade sig som icke-sångare, utan också för att det var ett tillfälle att ta del av kostnadsfria sånglektioner.

5.7 Etiska frågor

I studien har vi som forskare tagit ansvar för att följa god forskningsetik. Vi har genom muntlig och skriftlig information till deltagarna gett tydlig information om vad som ska undersökas i studien och hur det insamlade materialet skulle användas och hanteras. Deltagarna fick vid första mötet ta del av en samtyckets blankett som sedan skrevs under av alla informanter innan den inledande intervjun påbörjades. I den framgick det också att deltagandet var frivilligt och att deltagaren när som helst under sin medverkan kunde avbryta sitt deltagande om så önskades. Vi har i arbetat använt oss av anonymisering, vilket innebär att personuppgifter och namn tas bort för att försvåra att hänföra ett visst svar till en individ (Vetenskapsrådet, 2017).

6. Resultat

Nedan presenteras resultatet från den genomförda studien. Vi börjar med att presentera resultatet från den inledande och avslutande intervjun med våra deltagare. Efter detta presenteras bedömningen av det sångliga resultatet som har gjorts med hjälp av våra neutrala bedömare.

6.1 Musikalisk bakgrund, uppväxt och upplevelser

I intervjuerna med våra deltagare berättas det om hur glädjen och kärleken för musik funnits sen barnsben, men även känslan att inte vara tillräckligt bra. De har alla tagit del av musikundervisning i grundskolan, men minns inte så mycket av innehållet av musiklektionerna. Däremot berättar deltagare 1 att de ofta bytte musiklektorer och att lektionerna var torftiga. Tre av deltagarna gick även och lärde sig spela instrument på kulturskola eller privat. Deltagare 1 spelade saxofon kulturskola en kort period nio-årsåldern. Deltagare 2 fick privatlektioner i piano som barn och deltagare 4 spelade oboe på kulturskola fram till 12-årsåldern.

En gemensam nämnare hos tre deltagare var att de inte hade någon i familjen eller i närheten av dem som utövade musik när de växte upp. Det kunde däremot spelas musik på radion eller bland kompisar, men även där förekom begränsningar. Deltagare 1 berättade att hen växte upp utan några populärkulturella referenser alls, eftersom det endast spelades klassisk musik på radio i barndomshemmet. Deltagare 4 hade syskon som musicerade när hen växte upp, men ansåg sig själv inte vara musikalisk. Hen berättade om att syskonen sjöng och gick i musikklass, men att det inte spelades musik i hemmet. Musiken var en tillhörighet hans syskon hade utanför hemmet, som deltagaren inte upplevde sig vara en del av.

Två av våra deltagare berättar i första intervjun att anledningen till att de började musicera som barn kom från föräldrarna. Deltagare 2 spelade piano som barn för att hans mamma tyckte att det var en del av allmänbildningen; att man bör kunna spela lite piano. Deltagare 2 slutade sedan att spela piano eftersom känslan att behöva prestera tog över. Deltagare 4 som spelade oboe i kulturskola som barn berättar också att den idén kom från föräldrarna. Deltagaren tyckte dock det var kul att spela oboe och var även med i den kommunala musikorkestern.

En utgångspunkt våra deltagare har gemensamt är att deras uppfattning om sin musikalitet funnits med sen barndomen och grundskolan. Deltagare 2 berättar att det

satte sig tidigt inte kan sjunga och konsekvenserna av det har blivit att deltagaren aldrig gjort det, trots att det funnits ett stort musikintresse. Samma deltagare berättar att “jag har verkligen mimat mig genom livet”, men har inte minnen från när det egentligen började bli så. Deltagaren fortsätter med “när slutar man bli fri, höll jag på att säga, som barn, och man blir självmedveten?” (deltagare 2).

Deltagare 4 berättar att hens uppfattning om sin musikalitet och bilden av att inte kunna sjunga grundat sig redan som barn. Deltagaren säger i intervjun att hen blev retad på grund av sin sångröst av sin syster när de var barn, men tycker själv inte att det var en traumatisk upplevelse. Deltagaren berättar vidare att hen länge inte har gjort eller utsatt sig för saker som hen inte känner sig bra på, utan snarare gömt sig. Hen har inte fått andra kommentarer om sin sångröst förutom sin systers när de var små, eftersom hen inte sjungit framför folk i vuxen ålder.

Samma deltagare spelade även oboe på kulturskolan när hen var liten. Deltagaren fortsatte att spela i några år, men var sedan tvungen att sluta på grund av hälsoskäl. Deltagaren berättar att hen inte hade något minne av stolthet av att spela och upplevt sig vara omusikalisk efter att ha slutat spela i 12-årsåldern. Även deltagare 1 tog lektioner på kulturskolan som barn. Deltagaren började spela saxofon vid nio-årsåldern, men slutade för att hen var rädd för sin lärare, “för att han var så här, gammal och gubbig liksom” (deltagare 1). Deltagaren blev nervös inför sina lektioner vilka ledde till avbrottet.

Deltagare 3 berättar om en traumatisk upplevelse från ett luciatåg i grundskolan där hen ställde upp på att sjunga solo för att stötta sin kompis som inte ville sjunga det partiet. Deltagaren berättar vidare “Och så fick jag typ så här gå, gå fram och så ta det istället och då hör jag hur de bakom mig börjar flabba” (deltagare 3). När vi sedan frågar om den här händelsen var något deltagaren tänkte mycket på i efterhand svarar hen “men det var väl då jag bara okej, jag kan inte sjunga, tanken bara la sig liksom” (deltagare 3).

6.2 Synen på den egna sångrösten

När deltagarna i den inledande intervjun får berätta om sin uppfattning av den egna sångrösten uttrycker alla deltagare på något sätt att de inte anser sig ha kontroll på rösten eller att de har en otränad röst. Deltagare 3 upplever sig ha ett begränsat tonförråd vilket medför att det endast går att sjunga med i vissa partier i låtar. Deltagare

1 uttrycker liknande tankar om sin röst: ”Det känns som att man kan hamna lite var som helst och där brast det helt plötsligt. Och nu fick jag slut på luft och det är en ton jag inte ens tänker försöka”.

Vid våra observationer upplevde vi att majoriteten av deltagarna oftast inte hade något större problem med att hitta rätt toner, utan att de hade svårare att fånga upp olika rytmer i sångövningarna och låten som vi arbetade med. En av deltagarna hade svårt med att hitta rätt toner enligt våra observationer samt väldigt svårt att uppfatta och härma toner från pianot. Därför blev det också väldigt svårt för denna deltagare att sjunga självständigt utan att den som undervisade sjöng med. Majoriteten av deltagarna upplever själva att de kan hitta rätt toner vid sång. Deltagare 4 tror att hen sätter rätt toner och inte sjunger så falskt. Även deltagare 3 säger att hen ibland kan hitta en ton. Deltagare 2, har tidigare upplevt sig som omusikalisk, men har förändrat den bilden av sig själv efter att ha fått uppmuntran av en person i sin närhet, och pratar inte idag om sig själv som omusikalisk, utan ser sig som icke sånglärd. Med detta syftar deltagaren på att hen ej har haft möjlighet att träna upp och utveckla sin sångröst och att det är orsaken till att deltagaren upplever sig själv som sångsvag. Deltagare 2 uttrycker också att det satt sig tidigt att hen inte kan sjunga och uttrycker den misstänkta orsaken till den negativa synen av den egna sångrösten på följande vis: ”För att det känns som att det satt sig rätt tidigt, men kanske då att (skratt) jag själv har hört att det inte låter så bra då. Eftersom jag typ ändå har nån slags öra då...”. Deltagare 4 uttrycker att hen tror uppfattning om den egna sångrösten har påverkats av att hen under sin barndom blev något retad av sin syster för sin sångröst, som själv sjöng mycket i under barndomen.

I den första intervjun anger hälften av deltagarna att det inte finns några situationer där det kan känna sig nöjda med sin sångröst. En av deltagarna motiverar detta med att bristen av användandet av den egna sångrösten är orsaken till att det inte finns situationer där hen känner sig nöjd. Hos de deltagare som svarade att det kan finnas situationer som de känner sig nöjda med sin sångröst, uppger båda att det gäller enstaka tillfällen. Deltagare 1 uppger att man ibland kan känna sig nöjd när man sjunger i ett väldigt bekvämt läge, nära sin talröst. Detta är då ofta ett kort parti av en låt, där hen kan uppleva att det sångliga resultatet inte blir ”allt för fruktansvärt” (deltagare 1).

I den inledande intervjun frågade vi våra deltagare om det finns tillfällen där de känner sig begränsade på grund av sin uppfattning av den egna sångrösten. Här svarade majoriteten av deltagarna att det finns situationer där de känner sig begränsade. Två av deltagarna nämner sociala situationer där det sjungs. Deltagare 4 berättar att hen hamnar

i fler sådana situationer än tidigare, i detta fall i öppna förskolan. Hen berättar om upplevelsen:

Så där har ju det gått från att tycka att det är helt fruktansvärt när man ska sitta på öppna förskolan och sjunga med, till att göra det utan att känna att det är fruktansvärt, men fortfarande utan att liksom... Det är inte alltså, det är inte grunden till någon slags glädje om man säger så. Det är mer... Nu gör jag det. Jag har gjort det en massa gånger, så det känns okej.

Under intervju uttrycker deltagare 1 flera gånger att hen ser på sångrösten som något man har eller inte. Hen säger: "Jag vet inte. Det väl mer bara liksom att, den här myten som har funnits rätt länge att man måste vara naturlig talang och har du inte det så har du inte det liksom och då får du spela instrument istället, var väl tanken, eller idén man har fått för sig." Deltagaren säger också att hen nu senare i livet har insett att så är kanske inte fallet.

6.3 Tankar efter studiens genomförande

I den avslutande intervjun frågar vi deltagarna hur de upplevde sånglektionerna och om de levt upp till deras förväntningar. Deltagare 1 har upplevt sånglektionerna som väldigt roliga, men uppger att det i början kändes ovant. Deltagaren berättar att hen innan första tillfället hade läst på lite om hur en sånglektion går till och tyckte att det stämde ganska bra överens med lektionerna hen fick ta del av i studien. Deltagaren uttrycker att efter att hen kom över en social återhållsamhet gentemot att sjunga, vågade hen höja rösten. Deltagare 2 upplevde sånglektionerna som lite omvälvande, och blev vid första tillfället väldigt berörd av att höra sin egen röst på ett sätt som hen inte gjort tidigare. Deltagare 3 upplevde sånglektionerna som väldigt utlämnande, men känner att hen har vuxit och fått en fin upplevelse. Deltagare 3 hade förväntat sig att bli mer tillrättavisad, kanske främst när det gäller sångteknik. Hen har upplevt att lektionerna mer har handlat om att våga och arbeta med att sjunga ut mer, vilket hen har upplevt som bra.

I den andra intervjun har vi frågat deltagarna om något i deltagandet känts jobbigt, samt extra roligt. Deltagare 1 har inte tyckt något känts jobbigt i sitt deltagande, men har upplevt det svårt att veta hur man ska arbeta på egen hand mellan lektionerna, samt svårt att veta om man gör rätt eller fel när man övar och är nybörjare. Det som deltagare 1 har upplevt som extra roligt är när hen har märkt en förbättring, och upplever detta som motiverande. Deltagare 2 har ibland känt frustration över att hen inte kommit

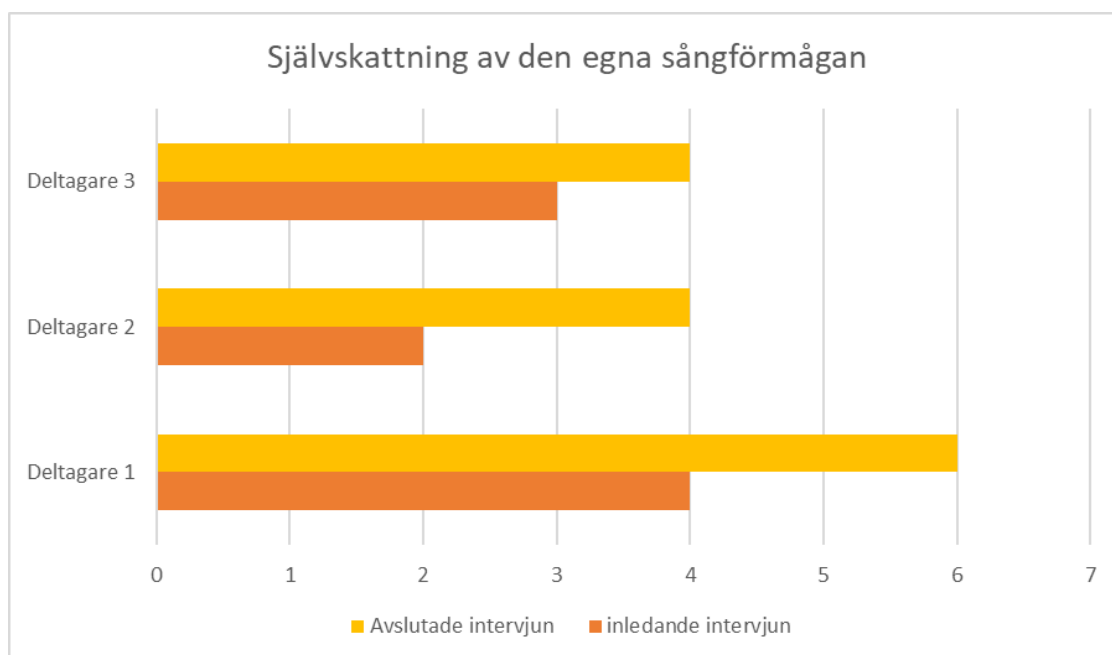
längre eller att det enligt hen själv inte låter bra och att deltagaren då kan uppleva det som lite deppigt ibland. Deltagare 2 har förutom själva sjungandet tyckt att det varit roligt att få testa olika tekniker, samt att se framsteg. Deltagare 3 tycker inte att något i deltagandet känts jobbigt, utan tycker det är roligt att sången har fått ta större del av hens liv. Hen ser lektionerna som en positiv upplevelse från start till slut, samt har tagit med sig denna positiva känsla av att det är kul att sjunga efteråt.

Deltagarna fick också svara på om det finns något moment i undervisningen som har stärkt deras självförtroende, alternativt gjort det motsatta. Deltagare 1 upplever att feedbacken har varit det mest givande, då detta har funkat som en bekräftelse på att sången låter som hen upplever att det gör. Deltagare 2 tycker att det har varit stärkande att få olika verktyg för att låta annorlunda, samt förändra och förbättra rösten. Hen upplever också att detta har skett på ett tryggt sätt, och att hen fått mycket uppmuntran under lektionerna. Det som deltagare 2 har kunnat uppleva som negativt för självförtroendet, förutom när det enligt hen själv låtit illa, är vissa av sångövningarna. Detta för att hen upplever att några av sångövningarna har varit lite svåra och känts utelämnande eftersom det i dem tydligare finns ett rätt och fel.

Något som alla deltagarna upplever och som kommer fram i de olika intervjufrågorna var att det var kort tid, och att de gärna hade haft längre lektioner.

6.3.1 Synen på den egna sångrösten efter deltagandet i studien

Figur 1. Självsfattning av den egna sångförmågan



Deltagarna fick vid den inledande och avslutande intervjun skatta sin egen sångförmåga. Som diagrammet visar så ansåg alla deltagarna att den egna sångförmågan förbättrades under studiens gång.

Efter att studiens sånglektioner hade genomförts upplever deltagare 1 och 2 rösten som något man kan förbättra. Deltagare 1 uttrycker en hoppfullhet i att det kanske går att nå en punkt där man är ganska bekväm med sin sångröst. Hen upplever också att i takt med att förbättring skett, har också ett intresse väckts för att se om man kan utveckla rösten mer. För deltagare 1 har upplevelsen av att det går att förändra rösten också stärkt hens självförtroende. Deltagare 1 uttrycker också att hen nu förstår att det går att utveckla sin sångförmåga, och att det inte bara är en medfödd talang som man har eller inte har. Deltagare 2 har efter lektionerna fått en känsla av att hen har gjort framsteg med sin sångröst. Deltagaren berättar att hen tidigare inte riktigt tänkt på rösten som något man kan förändra, men har nu insett att den går att arbeta och laborera med. Hen upplever också större självförtroende kring den egna sången, även om det sångliga resultatet enligt deltagaren ibland kan vara nedslående. Hen har också funnit en hoppfullhet i att man med hjälp av övning kan utveckla sin sångröst. Deltagare 3

upplever en förbättring av sångförmågan samt att hen har förstått att rösten har större vidd och bredd än vad deltagaren trott tidigare.

Enligt våra observationer upplever vi att deltagarna under sånglektionernas gång fick bättre självförtroende och vågade sjunga ut mer. Vi upplevde också deltagarna mer avslappnade, vilket påverkade sångförmågan positivt eftersom det skapade mindre spänningar som kan påverka sångrösten. Två av våra deltagare hade i början en ganska ihop krypen hållning, vilket också förbättrades märkbart under lektionernas gång till en god hållning.

6.3.2 Att vilja utveckla sin sångförmåga som vuxen

Det kom fram flera olika anledningar i våra intervjuer till varför våra deltagare ville börja sjunga nu som vuxna. Något som samtliga deltagare nämner i den avslutande intervjun är att de vill sjunga för sin egen skull och inte andras. De vill inte känna sig begränsade av vad andra tycker, utan känna sig mer fria i sin sångröst. Deltagare 1 menade att hen ville sluta ursäktas sig varje gång hen sjöng på karaokebarer eller bland sina vänner, utan istället känna sig mer säkra i sig själv. Även deltagare 2 berättar att hen hört att kvinnor oftast tenderar att ha hobbies som ska generera något för andra, och gav bakning som exempel där man gör en paj som andra ska äta. Deltagaren menade att hen ser sången som något som bara är till för hens skull, inte för att någon annan ska tycka något om det.

Deltagare 2 berättar om ett samtal som hen haft med sin pappa angående vår studie. Pappan berättade att han har sört i hela sitt liv att han inte har kunnat sjunga på grund av en lärare han hade som ung. Läraren hade sagt till honom att han inte kunde sjunga vilket har hängt med honom hela livet. Som tillägg på historien uttrycker deltagaren sig "Jag ska inte också gå igenom hela mitt liv utan att kunna sjunga" (deltagare 2). Detta var en motivation till att gå med i vår studie. Hen ville göra det även för sin pappas skull. En annan motivation till att börja sjunga var att kunna sjunga för sina framtida barn. Deltagaren berättade att det skulle kännas sorgligt om den begränsningen fortfarande fanns kvar, eftersom hen vill dela den upplevelsen med barnen.

Under den avslutande intervjun uttrycker alla deltagare att det tror att de kommer att sjunga mer än tidigare. Deltagare 1 uttrycker att viljan att fortsätta sjunga har väckts när hen har märkt utveckling av den egna sångförmågan. Hen anser också att sången har tagit mer plats i hens liv under studiens gång, då hen har övat mellan tillfällena.

Deltagare 2 vill fortsätta sjunga för att hen tycker det är kul. Deltagaren anser också att hens medverkan har gjort att hen sjungit mer i vardagen, eftersom hen har övat mellan tillfällena. Deltagare 2 ser upplevelsen som att det har adderat något nytt i hens liv.

Deltagare 3 anser att lektionerna har gjort att sången fått en större plats i hens liv.

Deltagare 3 svarar att hen kommer försöka vara mer aktiv och försöka sjunga mer genom att hitta lite nya låtar hen tycker om att sjunga. Hen tycker inte att det känns naturligt att sjunga än, men säger att hen framöver kommer försöka pusha sig själv tills det känns bättre. Deltagare 3 känner inte riktigt att sången har blivit en del av hens vardag, men svarar att det kanske skulle kunna bli.

6.3.3 Sången är en del av oss

I den inledande intervjun säger deltagare 2 att hen upplever rösten som privat och intim, och det kan vara en av anledningarna till att hen tycker det är jobbigt att sjunga framför andra. Hen berättar vidare att hen kan bli avundsjuk på folk som vågar göra det, “att öppna sin mun och släppa ut liksom sin röst” (deltagare 2). I den avslutande intervjun nämner samma deltagare att hen önskar att alla ska känna att de tycker om sin röst, “kanske på samma sätt som att tycka om sin kropp och sin röst, den är ju som ett mellanting va, eller hur? Den, liksom vår kropp. Den är fin” (deltagare 2).

I den inledande intervjun framkommer det även tankar om att våga sjunga ut och ta plats. Deltagare 1 nämner jantelagen, att man inte ska tro att man är något eller sticka ut. “Jag tror det är lite jante och sådär. Liksom så ja, vet din plats liksom, så är det lättare att säga att man är urusel än att säga att man är, amen jag är helt okej” (deltagare 1). I den avslutande intervjun dyker det upp andra perspektiv, där deltagare 3 menar att det är okej att sjunga fastän det inte låter likadant som på radio. Deltagare 2 är inne på samma spår och menar att hens sång inte behöver låta fantastisk eller klassas som skönsång för att få lov att utövas. Deltagare 2 berättar också att hens sjungande handlar om att våga ta plats och göra sig hörd. Samtliga deltagare instämmer att sången är för deras egna skull och inte för någon annans tycke.

6.4 Utomstående bedömning av det sångliga resultatet

Här presenteras bedömningen av det sångliga resultatet från det första och sista lektionstillfället. De utomstående bedömarna fick lyssna och jämföra två ljudfiler som

innehöll den låt vi har haft som lektionsmaterial. Bedömarna fick inte veta vilken ljudfil som var från första eller sista lektionstillfället. Svaren samlades in via ett frågeformulär som vi sedan sammanställde.

6.4.1 Deltagare 1

Bedömaren 1 ansåg att det sångliga resultatet lät bättre på den första inspelningen. Orsaken till detta tror hen är att den inspelningen är i en lägre tonart, vilket förbättrar tonsäkerheten. Bedömaren 1 tror också att detta bidrar till att deltagaren 1 känner sig mer avslappnad och bekväm. Bedömaren 2 anser att det inte är någon större skillnad mellan de olika inspelningarna, och uttrycker att det är svårt att jämföra då sångaren sjunger i olika tonarter.

6.4.2 Deltagare 2

Här anser båda bedömarna att det sångliga resultatet är bättre på den andra inspelningen. Bedömaren 1 påstår att man kan uppfatta en skillnad när det kommer till tonsäkerhet, och att deltagaren sjunger renare på den andra inspelningen. Hen tycker sig också höra en skillnad i deltagarens klang, som på den andra inspelningen upplevs rundare. Bedömaren 2 tycker att deltagaren i den andra inspelningen sjunger med bättre flyt, samt har bättre kontroll över modalregistret.

6.4.3 Deltagare 3

Även hos deltagaren 3 anser båda bedömarna att det sångliga resultatet är bättre på den andra inspelningen. Bedömaren 1 anser att deltagaren då har mycket mer volym. Hen reserverar sig för att det kan ha med själva inspelningen att göra. Men bedömaren säger också att det kan ha med stödet att göra. Oavsett ger andra inspelningen ett säkrare intryck för den som lyssnar. Bedömaren 2 anser också att deltagaren ger ett mer säkert intryck i andra inspelningen. Hen säger att sångaren tar mer plats, sjunger ut och har bättre förankring. Bedömaren 2 upplever dock deltagaren som fortsatt pulssvag i den andra inspelningen.

7. Diskussion

I det här kapitlet väver vi samman resultat, litteratur och våra forskningsfrågor. Vi har valt att dela upp kapitlet i två delar, grund till icke-sångares självbild samt sånglig självbild och det sångliga resultatet. Avslutningsvis diskuteras förslag till vidare forskning.

7.1 Grund till icke-sångares självbild

I den inledande intervjun kom det fram att samtliga deltagare burit med sig bilden av sin musikalitet sen barndomen. En gemensam faktor var att tre av fyra deltagare inte hade någon i sin närhet som musicerade när de växte upp. Deltagare 4 har syskon som musicerade, men ansåg sig själv inte vara musikalisk. Deltagaren berättar att hen blev retad av sin syster på grund av sin sångröst, men ansåg själv att det inte låg som grund för sin nuvarande uppfattning om sin sångröst. Samma deltagare berättar vidare att hen inte sjungit framför andra sedan barndomen, utan hellre gömmer sig bland andras röster om sådana situationer uppstår. Tanken att sticka ut och att folk ska höra hens sångröst känns jobbig. Bossius & Lillestam (2011) anser att många personer har negativa tankar till sin musikaliska förmåga om de fått höra från omgivningen att deras musikaliska förmåga inte duger och att man inte kan sjunga eller har en dålig röst. Även om deltagare 4 inte ansåg att systemens kommentarer när de var barn hade påverkat hens självbild dyker det upp tankar hos oss om det kan ha något att göra med det ändå eftersom vi upplevde att samma deltagare inte var en svag sångare, snarare en ovan sångare. Hellgren (2011b) menar att uppfattningen att vara musikalisk eller inte skapas genom bekräftelse från tidigare erfarenheter av sitt eget musicerande, samt musicerande i familjen och närmsta omgivningen. Det går att se en koppling mellan deltagare 4:as syster som själv musicerade och vår deltagares inställning till sin musikalitet.

Hellgren (2011a) skriver att barns syn på sin egen musikalitet påverkas av den attityd de möter, särskilt från musiker och musklärare. Deltagare 1 berättade att hen tog saxofonlektioner när hen var i nioårsåldern, men slutade snabbt därefter eftersom hen var rädd för sin musklärare. Samma deltagare berättade även att hen upplevde musiklektionerna i grundskolan som torftiga och mindes inte så mycket från dem eftersom de bytte musklärare många gånger. Lidman Magnusson (1999) menar att

sångsvaga vuxna ofta har en bristande musikalisk bakgrund, vilket vi upplever att vi kan se hos samtliga deltagare baserat på svaren från den inledande intervjun.

Deltagare 2 berättade i den inledande intervjun att hen alltid haft ett stort intresse för musik men att det inte kom hemifrån. Samma deltagare talade om att bilden av sin sångröst funnits med ända sen hen kan minnas. "När slutar man bli fri, höll jag på att säga, som barn, och man blir självmedveten?" (deltagare 2). Lidman Magnusson (1999) skriver att sånghämmade barn är ofta uppväxta i en familj där det musikaliska intresset är ganska lågt. Deltagaren berättade även att hen alltid mimat när det varit stunder med sång inblandat. Lidman Magnusson (1999) menar att vissa individer utvecklar ett okomplicerat förhållande till den egna sångrösten och ser sång som en rolig aktivitet, medan andra ser sång som stressande och negativt. Eftersom deltagare 2 inte praktiserat sin sång, utan endast mimat till låtarna tidigare i sitt liv, har hen inte haft möjlighet att utveckla sin sångröst. Att sjunga blir ett område som deltagaren upplever som misslyckande. Fagius (2007) skriver att barn som inte haft förutsättningar eller möjlighet att stärka samt utvidga den enskilda sångförmågan, tenderar senare i tonåren att identifiera sig som icke-sångare, vilket vår deltagare har gjort fram tills nyligen.

De flesta av våra deltagare har ingen specifik händelse som skapat uppfattningen om deras musikalitet, utan det är flera olika händelser som påverkat deras inställning. Däremot var det en deltagare som i den inledande intervjun berättade om ett traumatiserande luciatåg i grundskolan. Deltagare 3 hade sjungit solo under en låt i luciatåget och flera av hens klasskompisar hade skrattat under tiden samt efteråt. Lidman Magnusson (1999) skriver att något som kan påverka ens sångutveckling negativt är att ha känt sig utpekad på grund av sin egen röst. Det var efter luciatåget som deltagaren berättar att hen ansåg sig inte kunna sjunga. Att tvingas visa upp sin sångförmåga inför sin lärare eller klasskamrater, har knäckt många musikaliska självförtroende (Bossius & Lillestam, 2011). Som framtida sångpedagoger och musiklejare anser vi att vi har ett stort ansvar att skapa trygga förutsättningar i sångsituationer.

7.2 Sånglig självbild och det sångliga resultatet

I vår studie har vi som tidigare nämnt intervjuat och undervisat personer som definierar sig som icke-sångare. Lidman Magnusson (1999) skriver om hur individens

självuppfattning av den egna sångrösten kan vara en viktig aspekt och att sånghämmade personer ofta har en låg värdering av den egna sångförmågan.

Welch (2014) påstår att de flesta svaga sångare är förmögna att sjunga rent, vilket även vi upplevde i vår studie. Majoriteten säger i den inledande intervjun att de själva upplever att de kan hitta rätt toner. I den inledande intervjun nämner alla deltagarna att de har en otränad röst, alternativt ingen kontroll på sin röst. Welch (2014) menar att om man saknar kontinuitet i sitt sjungande blir man i vuxen ålder mer sångsvag. Eftersom våra deltagare har sökt sig till studien för att de definierar sig som icke-sångare, samt att flera av dem i intervjuer har uttryckt att de har undvikit att sjunga kan man anta att denna kontinuitet har saknats samt påverkat det sångliga resultatet. Men vad är orsaken att våra deltagare från början har identifierat sig som icke-sångare? Om man tittar på upplevelser så kan man se att två av våra deltagare bär med sig händelser som kan ha påverkat deras självbild av den egna sången i tidig ålder, vilket kan ha gjort att de undvikt att sjunga och därmed inte haft möjlighet att utveckla den egna sångrösten. Eftersom detta är upplevelser de har burit med sig ända tills vuxen ålder kan man anta att det är händelser som har bidragit till att deltagarna identifierat sig som icke-sångare, samt gjort att deras utveckling av den egna sången tidigt avstannat. En annan deltagare har inte haft någon negativ upplevelse, utan bestämde sig tidigt för att hen inte kunde sjunga vilket gjorde att deltagaren tidigt slutade utveckla sin sångröst.

Att just ha definierat sig som icke-sångare och omusikalisk kan även vara en faktor som har påverkat det sångliga resultatet. Lidman Magnusson (1993) refererar till en studie av Becket och Haggard som visar att skillnaden i att kunna uppfatta tonhöjd var mycket stor mellan personer som såg sig själva som musikaliska, respektive omusikaliska. I studien har vi upplevt att våra deltagare har haft denna bild av sig själva vilket i sig har påverkat deras förmåga att våga använda sin sångröst och sjunga ut, vilket har hämmat det sångliga resultatet. Dock har vi inte upplevt någon av deltagarna i studien som omusikaliska. Bryngelsson (2020) skriver om att personer som definierar sig som omusikaliska oftast inte är det när man väl testar deras förmåga att följa rytm och träffa toner. Ett annat skäl som understryker att deltagarna inte är omusikaliska är att de själva har definierat sig som icke-sångare. Paradoxalt nog krävs det musikalitet för att kunna avgöra att något inte är musikaliskt, skriver Bryngelsson (2020). Hade deltagarna varit omusikaliska hade de själva inte kunnat göra bedömningar gällande sin egen sångförmåga.

Även om våra deltagare i början av studien definierat sig som icke-sångare, har ingen deltagare i någon av intervjuerna talat om sig själva som tondöva. Termen tondövmänar Lidman Magnusson (1999) är missvisande, eftersom nästa alla människor kan avgöra om en ton skiljer sig från en annan i tonhöjd. Bryngelsson (2020) beskriver tondövhet som musikalisk avstängdhet som omöjliggör musikalisk förmåga. I undervisningssituationen har vi själva upplevt att alla deltagare har kunnat uppfatta på olika tonhöjder, men att det ibland har uppstår problem att återge tonhöjder sjungandes. Detta är också något Lidman Magnusson (1999) skriver om, att sånghämmade personer kan ha svårt att återge tonhöjder sjungandes, även om de kan urskilja dem. I studien anser vi inte heller ha upplevt någon av informanterna som *brummare*, även kallat vokala vandrare (Fagius 2007).

Vår uppfattning är att deltagarna i studien har haft en önskan av att utveckla sin sångförmåga. I den inledande intervjun svarade majoriteten av alla deltagare att det finns situationer där de känner sig begränsade av sin sångförmåga, något som nämns då är sociala situationer där det sjungs. Lidman Magnusson (1993) skriver om att hur en bristande sångförmåga kan upplevas som ett socialt handikapp. Sången har också en social aspekt som kan föra människor samman (Welch, 2014). Oakland och MacDonald (2022) skriver på ett liknande sätt att musik är ett socialt fenomen och att den kan skapa gemenskap. I den avslutande intervjun understryker samtliga deltagare att sången är för deras egen skull och inte för någon annans tycke. Två av deltagarna tar också upp aspekten att sången inte behöver låta fantastisk för att få lov att utövas. Något som samtliga deltagare nämner i den avslutande intervjun är att de vill sjunga för sin egen skull, och känna sig fria i sin sångröst. Fagius (2007) skriver om hur att kunna ta del av en berörande sång är en viktig byggsten inför livet. När vi observerat lektionerna har vi upplevt att alla deltagare har utvecklat ett större självförtroende i sin sång och vågat sjunga ut mer under lektionerna. Vi har även upplevt att alla deltagare blev mer bekväma i undervisningssituationen, vilket vi tror är en förutsättning för att faktiskt våga ta plats med sin sångröst.

Deltagare 2 berättar en historia om sin pappa. Pappan hade fått höra tidigt att han inte kunde sjunga av en lärare i skolan. Detta hade sedan hängt med honom hela livet. Lidman Magnusson (1999) skriver om just detta. Om ett sångsvagt barn tidigt får höra av familj eller lärare att hen inte kan sjunga, resulterar detta ofta i en sånghämning för resten av livet. Även Brändström (1997) uppger att man ofta möter människor som har fått kommentarer av lärare i barndomen att de är omusikaliska, vilket inte sällan leder

till att personerna har skurit bort allt som har med musik att göra i sitt liv. Denna historia känner vi båda är väldigt viktigt att bära med sig som blivande musklärare och sångpedagoger, och är ett bevis på att negativa kommentarer kan ha otroligt starka konsekvenser för en persons sångutveckling.

Vårt mål med studien var att undersöka om sångförmågan gick att utveckla hos personer som anser sig vara icke-sångare, samt vad som i så fall hände med deras självbild av den egna sången. I två av tre fall var bedömarna överens om att det sångliga resultatet var bättre på den andra inspelningen. I det fall där det ansåg att det sångliga resultatet var bättre på första inspelningen, sjöng deltagaren i en lägre tonart vilket de tror gjorde deltagaren mer bekväm. En av bedömarna anser också att detta fall var svårbedömt just eftersom deltagaren sjunger i olika tonarter. Fast i två av tre fall kan man anta att det sångliga resultatet har förbättrats hos dessa deltagare. Vår egen uppfattning är att det sångliga resultatet utvecklades hos alla deltagarna, dock i olika utsträckning. I den skattning deltagarna fick göra kunde vi se att alla deltagare ansåg att den egna sångförmågan hade förbättrats under studiens gång. Med denna information kan vi se att det finns ett samband att när deltagarna förbättrade sin sångförmåga förbättrades även deras självbild av den egna sången. Vår upplevelse är att alla våra deltagare blev mer trygga i sångsituationen och mer bekväma med sin egen röst.

Under våra undervisningstillfällen har fokus varit att deltagarna ska få prova på att utveckla sin sångförmåga samt få en positiv upplevelse. Lidman Magnusson (1999) skriver om att negativa upplevelser i samband med sång gör att den sånghämmade bygger upp fler negativa attityder till sitt sjungande. Hon skriver också om att avsaknaden av positiva förväntningar kan vara hämmande vid sångutveckling. Våra deltagare upplevde sånglektionerna som roliga men också att det till en början kändes ovant och utelämnande. Deltagare 2 blev vid första tillfället väldigt berörd av att höra sin röst på ett sätt som hen inte gjort tidigare. Welch (2014) skriver om att sången kan vara en byggsten att framkalla starka känslor. Det framkommer också i resultatet att flera deltagare tycker att undervisningen har skett på ett tryggt och gett en positiv upplevelse.

Leijonhufvud (2011) beskriver rösten som ett akustiskt fenomen och att lyssnandet till sin egen sångröst kan tillföra en existentiell dimension där sångaren upplever sig själv och sin sångröst. Därför menar Leijonhufvud att en misstänksamhet samt osäkerhet kan riktas både mot sig själv och lyssnaren, eftersom den enskilde sångaren inte vet hur mottagaren tänker om utförandet. Av den anledningen är det viktigt att som

lärare skapa en tillåtande miljö och förmedla trygghet så att fenomenet bakom osäkerheten kan visa sig och läraren kan på så vis vägleda sångaren. Vi observerade ett liknande fenomen med en av våra deltagare där deltagaren var väldigt självkritisk eftersom deltagaren själv hörde när hen sjöng falskt. Detta gjorde att deltagaren hade svårt att sjunga ut eftersom hen bedömde sin sångröst under lektionstillfällena.

Vi har också kunnat se ett skifte i att se rösten som något alla kan utveckla. Gould (1969) skriver att alla utan fysiska hinder kan lära sig sjunga. I inledande intervjun tar deltagare 1 flera gånger upp att hen ser på sång som en medfödd talang som man antingen har eller inte. Deltagare 2 nämner i den avslutande att hen tidigare inte sett rösten som något man kan förändra. Det är inte konstigt att deltagare 1 och 2 har haft denna syn eftersom det ofta sägs att musik är väldigt svårt och att det bara är få personer som har fallenhet för det (Bossius & Lilliestam, 2011). Personer som betraktar sig som icke sångkunniga kan ändå vara optimistiska och tro att det kan lära sig sjunga rent, om de får tillräckligt med övning. (Lidman Magnusson, 1999). Efter genomförandet av sånglektionerna upplever deltagare 1 och 2 att sångrösten är något som man kan förbättra, eftersom det båda har upplevt att det skett en förbättring med den egna sångrösten under sånglektionernas gång. Synen som fanns innan sånglektionerna om att sångrösten inte gick att utveckla, försvann alltså när dessa deltagare såg att de gjorde framsteg. Med detta resultat kan man dra slutsatsen att personerna har ändrat sin bild från icke-sångare till att se sig själva som personer som kan lära sig sjunga och kan lära sig sjunga bättre.

7.3 Vidare forskning

Eftersom vår studie blev relativt liten är det svårt att dra generella slutsatser, även om resultatet i vår studie blev att det sångliga resultatet förbättrades när självbilden hos individerna förbättrades. Om liknande forskning bedrivs skulle det var intressant att se en större studie som bestod av fler deltagare, men framför allt med fler och längre lektioner. Något som alla deltagarna nämnde i den avslutande intervjun var att de gärna hade haft mer tid. Vi upplevde också själva att lektionerna blev stressiga eftersom vi bara hade 20 minuter per tillfälle. Framför allt hade det varit intressant att se vad som händer med självbilden och det sångliga resultatet om man träffar deltagarna under en längre tid då vi bara hade fyra tillfällen.

Just på grund av att vi hade kort tid fanns det inte heller så mycket utrymme för att prata om övning och om hur deltagarna kunde jobba vidare själva mellan tillfällena. Att det var svårt att arbeta själv mellan gångerna var också något deltagare 1 uttryckte. Lidman Magnusson (1999) skriver om att sånghämmads förmåga att sjunga rent ofta beror på förmågan att ge sig själv feedback. Det hade därför varit intressant att se en studie som också fokuserar på att deltagarna ska öva mellan gångerna och hur det sångliga resultatet då påverkas.

Något som vi har valt att inte inkludera i vår studie är skillnader i kön. Detta hade också varit intressant att se i en större studie och om det finns olika orsaker till sånghämning beroende på kön.

Ytterligare tankar som dykt upp under vår studie är hur man kan arbeta med sångtrauman. Det visade sig finnas ett underliggande sångtrauma hos några av våra deltagare, men på grund av tidigare nämnda anledningar så som den korta tiden hann vi inte gå in mer på djupet av det. Därför tänker vi att det hade varit intressant att se en studie där fokuset är på hur man kan arbeta bort sångtrauman som bildats i barndomen.

Referenslista

- Bossius, T & Lilliestam, L (2011). *Musiken och jag*. Rapport från forskningsprojektet *Musik i Människors Liv*. Bo Ejeby Förlag.
- Brinkkjær, U & Høyen, M (2020). *Vetenskapsteori för lärarstudenter*. Studentlitteratur AB.
- Bryman, A (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder, tredje upplagan*. Liber AB.
- Bryngelsson, P (2020). *De omusikaliska*. Gidlunds förlag.
- Brändström, S (1997). *Vem är musikalisk? Intervjuer med musiklärare och musiklärarutbildare*. Nr.3 i rapportserien Pedagogiska Publikationer. KMH förlaget.
- Fagius, G. (2007). *Barn och sång*. Studentlitteratur AB.
- Fagius, G. (2011). *Från Alice Tegnér till Malena Ernman – om sångideal i olika tider. Vad ska barnen ära och varför? Artikeln publicerad i Kulturarvingarna, typ! Vad ska barnen ära och varför?* Nr 44 i Skrifter från Centrum för barnkulturforskning vid Stockholms universitet.
https://www.korcentrum.uu.se/digitalAssets/245/c_245229-l_3-k_artikel-till-barnkulturcentrum-okt-2010.-copyright..pdf
- Hellgren, J. (2011a). *Jag kan också spela musik! En studie av musikalisk självbild och musikundervisning* i BUF:s rapportserie (2011 nr. 1) Luleås kommuns tryckeri.
- Hellgren, J (2011b). *I min familj är vi omusikaliska: en studie av barns musikaliska identitet*. (Licentiatavhandling, Luleås Tekniska Universitet, Institutionen för konst, kommunikation och lärande, Musik och dans) Luleås Tekniska Universitet.
- Lidman Magnusson, B. (1999). *Att sjunga eller inte sjunga. Samverkande faktorer av betydelse för sångutveckling*. (Licentiatavhandling, Musikhögskolan i Stockholm, Centrum för Musikpedagogisk Forskning, MPC) Stockholms Universitet.
- Lindgren, G (Red). (1994). *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Studentlitteratur AB.
- Leijonhufvud, S (2011). *Sångupplevelse- en klingande bekräftelse på min existens i världen. En fenomenologisk undersökning ur första-person-perspektiv*. Licentiatuppsats i musikpedagogik. KMH Förlaget.
- Oakland, J & MacDonald, R (2022). *Identity and the Performing Musician*. The Oxford Handbook of Music Performance, Volume 1.
- Seashore, C. E (1919). *The psychology of musical talent*. Beverly educational series. Silver, Burdett and Company.
- Skolverket. (2020). *Aktionsforskning kan stärka det pedagogiska ledarskapet*. Hämtad från
<https://www.skolverket.se/skolutveckling/forskning-och-utvarderingar/artiklar-om-forskning/aktionsforskning-kan-starka-det-pedagogiska-ledarskapet>
- Uddholm, M. (1993). *Pedagogen och den musikaliska människan. En bok om musik i vardagsarbetet*. Mölndal: Förlaget Lutfisken AB.
- Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*. Vetenskapsrådet.
- Welch, G. Howard, D. Nix, J (2014). *The Oxford Handbook of singing*. Hämtad från: <https://www.oxfordhandbooks.com/view/10.1093/oxfordhb/9780199660773.01.0001/oxfordhb-9780199660773>

Bilagor

Bilaga 1. Intervjufrågor inledande intervju

- Berätta kort om dig! (ålder, sysselsättning, pronomen)
- Vad är din relation till musik i allmänhet? (tidigare erfarenheter i grundskolan eller andra sammanhang)
- Har du några i din närhet som har musicerat under din uppväxt eller gör det nu?
- Berätta om din uppfattning om din egna sångröst?
- Vad beror din uppfattning på?
- Finns det en specifik händelse eller upplevelse som har skapat bilden?
- Finns det situationer där du känner dig begränsad på grund av din uppfattning av din sångröst?
- Finns det situationer där du är nöjd med din sångröst?
- Är det något du vill tillägga?
- Om du skulle skatta din uppfattning om din egna sångförmåga på en skala 1-10, var skulle du säga placera dig då?

Bilaga 2. Intervjufrågor avslutande intervju:

- Beskriv hur din upplevelse av sånglektionerna har varit?
- Har lektionerna besvarat dina förväntningar?
- Om något i ditt deltagande känts jobbigt, i så fall vad?
- Är det något som har känts extra roligt?
- Hur är din bild av den egna sångrösten nu, jämfört med innan ditt deltagande?
- Finns det något särskilt moment i undervisningen som stärkt ditt självförtroende alternativt gjort det motsatta?
- Tror du att du kommer sjunga mer nu, än vad du gjorde tidigare? Om så är fallet, utveckla gärna varför.
- Är det något du vill tillägga?
- Om du skulle skatta din uppfattning om din sångförmåga nu på skalan 1-10, var skulle du placera dig då?

Bilaga 3. Samtyckesformulär

Informerat samtycke avseende en studie om självbild av den egna sångförmågan hos personer som identifierar sig som icke-sångare

Under våren 2022 genomförs en forskningsstudie vid musikhögskolan i Malmö som är en del av ett av många självständiga arbeten som studenter på Ämneslärarutbildningen i årskurs fem gör. Fokus i denna studie ligger på att undersöka självbilden hos personer som identifiera sig som icke-sångare. Syftet med studien är att se om det finns ett samband mellan självbilden och det sångliga resultatet. Ditt deltagande hjälper mig att samla material till denna studie. Studien genomförs genom att du kommer få delta i fem individuella undervisningstillfällen, samt en intervju före och sista tillfället. Intervjuerna, samt första och sista undervisningstillfället kommer att spelas in. Detta för att kunna användas som underlag vid analys och resultat av studien. Ingen utanför forskningsgruppen kommer att lyssna på det inspelade material. Svaren på intervjun kommer att sammanställas och användas som analys i studien. Vi kommer att använda citat från intervjun i rapporten men kommer då endast att använda din titel (sångdeltagare) ålder och pronomen 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.

Medgivande:

- Jag har tagit del av information kring forskningsprojektet och är därmed medveten om hur intervjun samt sånglektionerna 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 och undervisningstillfällen 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 Tilda Sventorp och Josefine Aronsson att dokumentera, bearbeta och arkivera den information som samlas in under samtalen samt att publicera resultat från studien.

Ort / Datum Namnförteckning

Namnförtydligande

Bilaga 4. Studiens sångövningar

Sångövning 1

Voice 

Sångövning 2

Voice 

Voice 

Sångövning 3

Voice 

Bilaga 5. Sången vi arbetade med i studien.

You're Still The One

Words & Music by Shania Twain & Robert John "Mutt" Lange




Chord Diagrams:

- E \flat** :
- E \flat /G**:
- A \flat** :
- B \flat** :


Lyrics:




1. Looks like we made it, look how far we've come.
2. Ain't nothing but ter, we beat the odds.

— my ba - by, we might have took the long way,
— to - geth - er, I'm glad we did - n't lis - ten,









look at we knew — we'd get — there some — day. — They said,
 what — we would — be miss - ing. —












I bet, they'll nev - er make — it, but just








look at — us hold - ing — on, — we're still to - geth-



- er, still go - ing — strong. — (Still the one.)



You're still the one I run to the one that I belong

to. You're still the one I want for

life. (Still the one.) You're still the one that I love,

the on - ly one I dream of, you're still the one I kiss

To Coda

1. | 2.



— good - night. You're still ___ the one.



D.S. al Coda

(Still the one.)

Coda



I'm so glad we made ___

Rall.



— it, look how far ___ we've come my ba - by.