



MUSIK-
HÖGSKOLAN
I MALMÖ



Reflekerande del, 4 hp, av självständigt arbete (examensarbete), 15 hp,
för uppnående av konstnärlig kandidatexamen i musik, **symfoniorkesterinstrument**
(viola)

Musiken ska finnas för alla

*Att arbeta med musik för människor med
kognitiva funktionsvariationer*

Lina Cavanna

2024

Abstract

Examensarbetets syfte är att ta reda på hur jag som musiker kan göra klassisk musik i konsertsammanhang mer lättillgänglig för människor med kognitiva funktionsvariationer. Arbetet är viktigt för tyvärr har det bekräftats för mig att människor med kognitiva funktionsvariationer inte alltid accepteras som publik i en konsertsal då andra kan uppfatta dem som störande.

Jag har genomfört strukturerade, enskilda intervjuer med personer som arbetar med eller på annat sätt relaterar till mina frågeställningar. Jag har även läst in mig på ämnet och tar med mig mina tidigare erfarenheter som jag haft i arbetet med personer med funktionsvariationer.

Slutsatsen som kan dras av arbetet visar tydligt på behovet av en mer tillåtande, avslappnad och accepterande miljö i konsertsammanhang för människor med kognitiva funktionsvariationer. En sådan miljö skulle kunna skapa delaktighet och samhörighet och göra att alla människor, oavsett förmåga, kan ha roligt tillsammans när man lyssnar på klassisk musik. Mitt koncept för detta kallar jag för "MuGether" – musik tillsammans.

Nyckelord

Musik, Konsert, Funktionsvariation, Relaxed Performance

Abstract in English

The aim of this thesis is to find out how I as a musician can make classical music in concert contexts more accessible for people with cognitive disabilities. The work is important because unfortunately, it has been confirmed to me that people with mental disabilities are not always accepted as audience in a concert hall as others can perceive them as disturbing.

I have conducted structured, individual interviews with people working with or otherwise related to my questions. I have also studied the subject and bring along my previous experiences that I have had from working with people with mental disabilities.

The conclusion that can be drawn from the work clearly demonstrates the need for a more permissive, relaxed and accepting environment in concert contexts for people with mental disabilities. Such an environment could create participation and a sense of belonging and allow all people, regardless of abilities, to have fun together when listening to classical music. My concept for this I call "MuGether" – music together.

Keywords in English

Music, Concert, Mental Disability, Relaxed Performance

Title in English: Music should be available for everyone

Handledare: Francisca Skoogh

Examinator: Sara Wilén

Innehåll

Inledning	4
Bakgrund	4
Syfte/Frågeställning	4
Källor	5
Alf Gabrielssons bok ”Starka musikupplevelser”	5
Pedagogiska metoder för funktionsvariationer.....	5
Relaxed Performance	6
Metod	7
Intervjuer	7
Intervju med Lars Mårtensson i Göteborgs Symfoniker.....	8
Intervju med Bertrand Chavarria-Aldrete om hans arbete med blinda.....	8
Resultat	9
Diskussion	10
Slutsatser	11
Litteratur	14
Länkar.....	14

Inledning

Detta arbete handlar om att klargöra och lyfta fram musikens roll för människor med olika funktionsvariationer, särskilt i perioder av oro och ångest. I mitt arbete har jag fokuserat på att lyfta fram på vilket sätt musik har en läkande kraft och på vilket sätt jag kan tänka mig arbeta med musik och människor med funktionsvariationer i framtiden. Jag har därför genomfört tre intervjuer, varav två för att ta reda på hur andra arbetar inom detta område och den tredje för att ta reda på hur detta arbete tas emot.

Bakgrund

Musikens läkande kraft har fascinerat mig länge!

Jag tänker inleda med att dela med mig av några minnen då jag spelat musik dels för människor med demens, dels för personer med olika kognitiva funktionsvariationer. Jag tror att det var då mitt intresse för detta ämne väcktes.

Första minnet var i och för sig inte positivt, när jag var 7 år och spelade i Suzuki-föreningen Suzuki Linné i Göteborg där vi var ett litet gäng som spelade altfiol på ett vårdboende för dementa personer. Jag kommer ihåg känslan som jag hade. Jag var frustrerad över att de klappade händerna hela tiden och att de inte var tysta när vi spelade. Jag var för liten för att förstå att de var sjuka och att de inte menade något illa med sitt beteende. Hela situationen tyckte jag var obehaglig och det var lite sorgligt att spela för dem. Jag tyckte ändå synd om dem på något sätt. Dessutom var det en dam som ville följa med oss hem, det var också obehagligt.

Ett antal år senare när jag gick på Hvitfeldska gymnasiet i Göteborg och var med på Göteborgs Lucia sjöng vi bland annat på olika vårdboenden, sjukhusavdelningar, även palliativa avdelningar. Det var såklart svårt att se så svårt sjuka personer, samtidigt som vi bokstavligen kom med ljuset. Vi såg hur de blev berörda och fann glädje i musiken. Där förstod jag hur mycket det betydde för dem att vi kom dit och sjöng för dem. Jag såg verkligen hur deras ögon lös upp och de blev i vissa fall som unga igen. Man såg att några stampade i takt med musiken och levde sig in i den. Det kändes rogivande att ha skänkt dessa personer en stund av ro i själen.

Under sommaren 2022 jobbade jag på ett LSS-boende (Lagen om särskilt stöd och service till vissa funktionshindrade) i Arlöv utanför Malmö. Det var ett gruppboende för människor med framför allt psykisk ohälsa, olika diagnoser samt dövhet. Mer om detta senare.

Syfte/Frågeställning

Syftet med denna uppsats är att fördjupa mig i vilken läkande kraft musiken kan ha för oss människor. Jag kommer i detta arbete att fördjupa mig i målgruppen personer med kognitiva funktionsvariationer. Anledningen till denna avgränsning är att många kognitiva funktionsvariationer även omfattar diagnoser såsom ångest, oro, och depression. Det är inom dessa områden som musiken till och med kan sägas rädda liv.

Jag har medvetet valt att använda ordet funktionsvariation av två anledningar. Funktionsnedsättning och funktionshinder är äldre begrepp som jag uppfattar som nedsättande. För mig är innebörden av funktionsvariation att vi alla är olika och har olika förmågor, men vi skall alla vara och känna oss accepterade.

Mitt andra syfte är att ta reda på hur jag som musiker kan göra musiken mer lättillgänglig för personer som tyvärr inte alltid accepteras som publik i en konsertsal. Jag vill ta reda på hur jag kan göra denna läkande kraft tillgänglig för alla.

Hur kan jag som musiker göra musiken som läkande kraft tillgänglig för publik med kognitiva funktionsvariationer?

Källor

I detta kapitel kommer jag sammanfatta litteratur och källor som varit relevanta utifrån min frågeställning. Jag har tittat närmare på två böcker och Göteborgs Symfonikers (GSO:s) så kallade "Relaxed Performance".

Alf Gabrielssons bok "Starka musikupplevelser"

Gabrielsson (2008) skriver om att i dagens samhälle är det många människor, unga som gamla, som mår psykiskt väldigt dåligt. I detta kapitel beskrivs olika människors historier, vad de har råkat ut för och att de har mått väldigt dåligt under en period. Hela detta kapitel handlar just om människor som hittar vägen till musiken då musiken hjälper dem att läka. Musiken får dem att bli mer lugna och att allmänt må bättre.

Han skriver bland annat om en kvinna som gick en utbildning men blev sjukskriven ett par veckor på grund av stor trötthet och stress. En dag under sjukskrivningen upplevde kvinnan stark oro och hjärtklappning trots att hennes närmaste fanns bredvid henne.

Till sist satte hennes man på musik, en pianokonsert av Mozart. Detta fick kvinnan att slappna av och ett stort lugn spred sig i henne. Kvinnan beskrev det så här: "Det är den starkaste upplevelsen jag haft, från stark ångest till ett stort lugn" (Gabrielsson, 2008, s. 264).

Pedagogiska metoder för funktionsvariationer

Här nedan tar jag upp två exempel ur boken "Intro: En antologi om Musik och Samhälle", (Lundin, 2012). De är exempel som stöder uppsatsens grundtanke.

Böhme beskriver hur musik kan användas för pedagogiska syften och att musiken kan fungera som socialt kitt (Böhme, 2012, s. 223). Musik kan väcka minnen, igenkännande, verka lugnande och ångstdämpande. Niklas Böhme har som rubrik "Varför musik med människor med funktionsnedsättningar?". Han menar på att de flesta tycker om att lyssna på musik och kanske till och med spela själva. Enligt Böhme har musiken länge använts i verksamheterna kring människor med olika svårigheter, just för att musiken kan förmedla ett pedagogiskt budskap plus vara underhållande. Därför är användningen av musiken väldigt stor. "Många gånger handlar det om att skapa en trygg miljö och en trygg relation där deltagarna ges chans att uttrycka sig på sin nivå och uppmuntras att våga testa sin musikalitet och nya uttrycksformer och instrument. Att få möjlighet och tid att uttrycka sig och att få ta

plats kan hos deltagaren både ge ökad självkänsla och hjälp i sitt sökande efter identitet" (Böhme, 2012, s. 223). Hos människor där tal inte fungerar så kan musiken hjälpa till med tanke på att musiken är en väldigt rak och snabb kommunikation.

Thomas Bossius och Lars Lilliestam (Bossius & Lilliestam i Lundin, 2012, s. 17) har tillsammans gjort en kort rapport från ett forskningsprojekt där man får ta del av vad musik innebär och har inneburit för de olika individerna. Människornas berättelser i undersökningen visar på hur musik inte är något ytligt och "bara" underhållning utan något mycket centralt i människors liv. Musik berör oss människor på ett väldigt emotionellt plan och kan ofta fungera som en slags självterapi i vardagen. De ger konkreta exempel på hur musik kan påverka en människa genom att citera personer. Nils, 46 år, säger: "Ibland när jag har känt mig väldigt ensam och förtvivlad har det varit väldigt skönt att, kanske vid något tillfälle sitta själv med en flaska vin och lyssna på Ulf Lundell eller Pink Floyd eller nåt sådant där... Jag har väl känt att musiken kanske hjälpt mig att hitta hem ett par gånger där jag i många fall känner mig ensam egentligen" (Bossius & Lilliestam, 2012, s. 33).

Kontentan är att i det stora hela är musiken som en vän till oss människor. En vän som sätter lite färg och ackompanjerar det vardagliga livet. Musik som man hört från barndomen som på något sätt följer med en i hela livet. Man går tillbaka till musik man lyssnade på förr i tiden då man kanske befann sig i en trygg miljö, man vill återskapa den känslan. Det är just musiken som kan väcka sådana känslor och ta en tillbaka till samma känsla, det är just musiken som når det individuella välmåendet, likaväl som den hjälper en att i all ensamhet finna vila och avkoppling men även att ta sig igenom svåra stunder av sorg, depression och ångest. Det är just musiken som kan hjälpa människor att varje dag möta och hantera det vardagliga och sköta om sig själva.

Relaxed Performance

Göteborgs Symfoniker (GSO) grundades år 1905 och består av 109 musiker. Orkestern har haft många erkända och berömda chefsdirigenter såsom Santtu-Matias Rouvali samt Barbara Hannigan.

Datumet den 10 april år 2015, en fredag, är ett viktigt datum då allt började med att det var en vanlig konsert på Konserthuset i Göteborg med Göteborgs Symfoniker. En man i publiken protesterade högljutt mot att han blev störd av en flicka med Downs syndrom. Flickan var 19 år och uttryckte sin glädje högt just för att hon älskade det som spelades och att det var hennes första konsertupplevelse. Efter protesten valde flickans föräldrar att lämna konsertsalen. Efter denna tråkiga incident ställde sig GSO frågan "Så hur gör vi då när vi vill spela för en publik som har svårt för att vara tysta, även om de gärna skulle vilja och verkligen älskar att lyssna på musik samtidigt som vi respekterar att några vill njuta av till exempel Beethoven utan att bli störda?" Efter den kvällen uppstod självaste *Relaxed Performance*. Det är ett koncept man har utvecklat i Storbritannien. Det man gör är att man anpassar konsertformatet men inte programmet. (GSO, u.å.)

Jag kommer gå in på detta koncept lite senare i min intervju med Lars Mårtensson i mitt examensarbete, men kortfattat kan det beskrivas som att några musiker från Göteborgs Symfoniker spelar musik för människor med olika funktionsvariationer.

Oavsett funktionsvariation är alla välkomna att ta till sig musiken på sitt sätt. Vid en Relaxed Performance är bredden på acceptansen vad man får göra mycket större än på andra konserter. Det är en mer tillåtande miljö där publiken kan uttrycka sina känslor öppet, sjunga med, dansa, röra sig fritt eller bara lyssna. De kan stå och lyssna framför scenen eller utanför scenen om de känner för det. Man kanske eventuellt sänker ljudnivån, höjer ljuset och kommunicerar ut till lyssnarna att här är allt tillåtet. Vill man dansa och låta är det fullt tillåtet.

Metod

Jag har genomfört strukturerade, enskilda intervjuer med personer som arbetar med eller på annat sätt relaterar till mina frågeställningar.

Intervjuerna har varit av olika form; en person träffade jag personligen¹, en intervju höll jag över video (Chavarria) och en av intervjuerna var skriftlig (Mårtensson).

Jag har även läst in mig på ämnet och tar med mig mina tidigare erfarenheter som jag haft i arbetet med personer med funktionsvariationer.

Intervjuer

I syfte att belysa min frågeställning på vilket sätt musik kan hjälpa människor vid olika slags funktionsvariationer har jag valt att genomföra intervjuer med två personer med olika ingångar i ämnet.

Lars Mårtensson: violast på Göteborgs Symfoniker och konstnärlig ledare för Relaxed Performance. Han har engagerat sig i att göra musiken tillgänglig för alla musikälskare. Jag lärde känna honom då jag varit med på *Side by Side* i många år och där jag de senaste åren haft förmånen att pulta² med honom. *Side by Side* är ett sommarläger som organiseras av Göteborgs Symfoniker för ungdomar mellan 6 och 23 år och som älskar att sjunga i kör, spela i symfoniorkester och musicera tillsammans med andra. Det är uppdelat i olika kör - orkester - och specialspår, det vill säga det finns något som passar alla utifrån ens förutsättningar. (GSO, 2018)

Bertrand Chavarria-Aldrete: doktorand på Musikhögskolan i Malmö i konstnärlig forskning och samtidigt artist som arbetar med många konstnärliga metoder, både inom musik och plastkonst. Han arbetar bland annat med ett projekt med synnedsetta personer där han låter

¹ Den tredje intervjun gjordes med en person med kognitiv funktionsvariation. Då man ska visa särskild hänsyn till sårbara personer som kan antas ha särskilda svårigheter att ta tillvara sin rätt använder jag inte intervjun i detta arbete. Det är dock viktigt för mig att lyfta fram att mötet med denna person bekräftade för mig att musiken kan skapa en känsla av samhörighet, glädje, trygghet och lugn för personer med denna typ av funktionsvariation. Att få höra detta direkt från en "mottagare" av exempelvis särskilda satsningar inom musiken var av stor vikt.

² Pulta: sitta bredvid i orkester i samma stämning

dem forma toner i olika material som trä, läder och sammet. Han har uppfört över 70 verk och framträtt i ett antal betydelsefulla salar i Europa och Amerika. Från och med 2015 har hans arbete utökats till att omfatta plastkonsten som utvecklar en ny tolkning, en intervention i musikframträdandet. Han ställer ut och deltar i konstnärliga events i Spanien, Frankrike, Tyskland och Portugal och hans visuella arbete sträcker sig från fotografi till målning, från installationer till dokument. (Musikhögskolan i Malmö, 2024)

Intervju med Lars Mårtensson i Göteborgs Symfoniker

Vad innebär det att vara konstnärlig ledare i Relaxed Performance? Och vilka utmaningar finner du i denna roll?

Lars berättar att det är han som bestämmer vad de ska spela, med vilka, och vilken "form" konserterna ska ha. Han tillägger att den här publiken inte är helt lätt att tillfredsställa och den stora utmaningen är att hela tiden vara intressant i valet av musik och att hitta rätt tilltal i presentationen. Han berättar att "vi brukar dela upp oss i duos och spela någonting litet i foajén när publiken kommer. Då kan vi växla mellan att spela och hälsa och samtala. På så sätt tycker många att de kan relatera till några i ensemblen."

Han fortsätter med att beskriva att i repertoarvalet brukar han jobba med ganska korta stycken och med kontraster. Starkt/svagt brutalt/tröstande/glatt/sorgligt. Framför allt har jag alltid valt musik som jag själv skulle vilja lyssna på, menar Lars. "Ibland har vi överraskat med en glittrande och underskön sångerska och en gång med ett par tävlingsdansare som dök upp när vi spelade Wienervals. Mitt senaste program slutade med allsång i Lalehs "En stund på jorden" och det blev en stor succé och det tror jag skall bli en tradition."

Hur känns det att spela under ett Relaxed Performance?

Lars svarar så här: "Det är kul, man känner hur det går i vågor, man blir också väldigt glad, det är ju vad det är och man får gilla läget liksom, stänga av och spela, göra så gott man någonsin kan och ge ett hundra procentigt ärligt framförande av den musiken vi har valt."

Hur kom det sig att du började arbeta och engagera dig att syssla inom detta område vid sidan av ditt jobb?

Stockholms filharmoniker var här och spelade på Konserthuset. Då var det en ung kvinna med Downs syndrom här med sin pappa. Hon kunde inte vara tyst och hon var stor musikälskare. Hon var lite högljudd och störde naturligtvis, berättar Lars. En man i publiken skällde ut henne och det blev en väldigt obehaglig stämning. Då väcktes det en debatt i Konserthuset när den här flickan och hennes pappa gick. Vår VD höll ett tal efter pausen och sa att alla måste vara välkomna. Samtidigt är det inte en lätt fråga, för går man på konsert med symfonikerna så måste man också kunna förvänta sig att det är tyst, menar Lars.

Intervju med Bertrand Chavarria-Aldrete om hans arbete med blinda

Som nämnts tidigare var ett av mina syften med detta arbete att ta reda på hur musik kan hjälpa människor med olika slags funktionsvariationer. Därför blev jag intresserad av att prata med Bertrand om detta.

Hur kommer det sig att du började engagera dig i detta arbete?

Bertrand berättar att han har jobbat med personer med särskilda behov i princip hela sitt liv. Han växte upp i Mexiko och när han var 10 år gammal hade han en lärare som felaktigt diagnostiserade honom som en elev med särskilda behov. Han sattes därför i en specialklass. Han berättar att skolan i México var en s.k. "Public School" och att skolan vid denna tid även brukade ha elever med särskilda behov i sina klasser. Därför gick bland annat elever med Downs Syndrom, blinda och elever med fysiska variationer i skolan. Han skämdes över detta och berättade därför inte detta för sina föräldrar under hela skolåret. Han berättar att han gick ut skolan med bra betyg och att han sedan pluggade vidare till högre studier. Denna erfarenhet från barndomen har satt sina spår och därför har han velat fokusera på att jobba med personer med särskilda behov.

2007 började han att arbeta med ett projekt med synnedsetta personer där han låter dem forma toner i olika material som trä, läder och sammet. Gruppen som deltar har olika grader av synnedsetning, vissa är blinda från födseln medan andra har förlorat synen senare i livet. De flesta har i princip ingen syn. Bertrand säger så här om projektet: "Det är ett otroligt spännande perspektiv där jag får en slags funktionell roll i att ge en tolkning av musik och ljud till blinda så de kan uppleva något som jag tar för givet."

Han vill inte lära ut till projektmedlemmarna utan få dem att upptäcka saker själva.

Hur upplevde deltagarna projektet?

Deltagarna i projektet var mycket glada och lyckliga i att få delta. De kände en ära i att få chansen att uttrycka sig själva på ett eget sätt inom detta projekt. Många av dem känner sig socialt isolerade i vanliga fall. Det blev som en positiv terapi för dem att delta i projektet. Bertrand har utfört 12 intervjuer med deltagare för att få återkoppling.

Vilka utmaningar har du stött på i detta projekt?

Det mest utmanande var att få personer att gå med på att vara med i projektet, kanske för att man inte riktigt litade på tester. Det fanns en risk att de kunde känna sig som labbråttor. Det var svårt att få personer att komma till en intervju bl.a för att det kunde vara tufft för deltagarna att transportera sig till intervjun.

Vad önskar du att detta leder till i framtiden?

Bertrand hoppas att testet skall kunna bli som ett terapiverktyg i framtiden. Rent artistiskt hoppas Bertrand att denna konstform skall kunna utvecklas.

Resultat

Jag kan konstatera att den gemensamma nämnaren för alla mina tre intervjuer är passionen för musiken. Alla tre personerna sysslar med musik på olika sätt. Jag kan se en röd tråd i Lars och Bertrands arbete, då de vill sprida sina kunskaper och sina musikaliska idéer till människor med olika funktionsvariationer. De vill vara till hjälp och finnas där och göra musiken tillgänglig för alla. Det Bertrand gör, att låta människor med olika typer av synnedsetningar forma tonerna i olika material som trä, läder och sammet, skapar hos

mottagarna en känsla av att de inte är bortglömda. De känner i stället en ära att få lov att vara med och delta i detta projekt. De känner sig inte lika mycket isolerade som de i vanliga fall kan göra. Som jag redan nämnt längre upp i detta arbete vill jag återigen förstärka vad musik faktiskt kan göra med oss människor. Kapitlet av Thomas Bossius och Lars Lilliestam om Nils, 46 år, (2012, s. 6) beskriver att han genom musiken hittat hem då han egentligen i många fall känt sig ensam. Även människorna från Bertrands projekt beskriver samma positiva känslor av musiken fastän de har mött och använt sig av musiken på olika sätt.

Jag kan också konstatera att människor med kognitiva funktionsvariationer ibland upplevs som störande vid klassiska konserter. Detta är naturligtvis sårande och kränkande både för dem själva och för deras anhöriga. Det visar tydligt behovet av en mer tillåtande, avslappnad och accepterande miljö.

Diskussion

Ett av mina syften med detta examensarbete är att beskriva hur jag som musiker senare i livet kan arbeta med musik för människor med olika kognitiva funktionsvariationer. Följande text beskriver hur jag en sommar (2022) jobbade på ett LSS-boende (Lagen om särskilt stöd och service till vissa funktionshindrade 2023) i Arlööv. Det var ett gruppboende för människor med framför allt psykisk ohälsa, olika diagnoser samt dövhet. Trots att de var döva så hindrade det inte musiken att nå ut till dem.

En dag bestämde jag mig för att ta med altfiolen till jobbet. En brukare och jag hade haft en dialog i form av teckenspråk några dagar innan. Vi pratade om musik, vad hon gillar att lyssna på och hur det känns att spela ett instrument och vilket instrument jag spelar osv. Jag försökte förklara så gott jag kunde på teckenspråk vad skillnaden mellan en fiol och en altfiol är. Brukaren visade stort intresse och ställde ett antal frågor. Därför beslöt jag mig att ta med min altfiol till jobbet för att visa brukaren. Hon fick se hur en altfiol ser ut och veta vad strängarna heter osv. Jag spelade för henne och även för min kollega som är döv. Båda förklarade att de kunde känna vibrationerna, speciellt när jag spelade på G/C- strängen. Jag frågade om hon ville lägga sin hand på altfiolen medan jag spelade, just för att verkligen känna ljudvågorna ännu mer. Hon var väldigt fascinerad och blev oerhört glad. Hon berättade att det var första gången som hon hade sett ett instrument i verkligheten i sitt liv.

Personen i fråga pratade om detta många dagar efter och berättade väldigt glatt för andra i personalen vad hon hade sett och lärt sig. Det fick mig såklart att känna att jag fått en annan människa inspirerad och gjort personen väldigt glad.

Ett annat tillfälle då jag spelade ett stycke av kompositören Stamitz på min altfiol för en annan brukare som kunde höra lite då hon använde sitt cochleaimplantat var också väldigt roligt och speciellt. När jag hade spelat färdigt gjorde hon tecknet som betyder "fint". Det betydde mycket för mig då jag vet att personen i fråga inte tycker om att socialisera eller göra nya saker. I efterhand när jag nu läser litteraturen kring att arbeta med funktionsvariation kan jag se att det var ett exempel på det som Böhme benämner följande: "Att få möjlighet och tid att uttrycka sig och att få ta plats kan hos deltagaren både ge ökad självkänsla och hjälp i sitt sökande efter identitet" (Böhme, 2012, s. 223). Hon log väldigt mycket och sa att jag var duktig. Jag tackade och frågade henne om hon skulle vilja spela något instrument. Hon

svarade att hon inte ville men att hon tycker om att lyssna på musik. Hon tecknade: tack så mycket för att du visade mig. Jag tecknade: Tack för att du ville lyssna.

Jag kände en stor glädje i att jag kunde få visa dem en viola, något som de aldrig har sett i sitt liv och kanske aldrig kommer få uppleva i sina liv tyvärr. Att på något sätt skapa ett roligt minne hos dem. Det betyder otroligt mycket för mig att se dem bli intresserade och glada. Ett bra exempel på vilket intrycksmusik kan göra på oss människor. Jag pratade ibland med brukaren om vad hon tyckte om att lyssna på för musik. Hon tecknade till mig att Gabriellas sång var hennes absoluta favoritlåt. Jag bestämde mig därför att göra en egen version där jag sjunger och spelar fiol och piano bara för henne med hjälp av appen Garage-band. Näst sista dagen innan jag slutade så gick jag till hennes rum och visade inspelningen för henne. Hon blev väldigt glad, faktum är att jag aldrig hade sett henne le och lysa upp så mycket på alla de 8 veckor som jag arbetade där. Hon tecknade "Tack, ingen har någonsin gjort så här för mig" Sedan när jag ner från trappan och satte mig i soffan med de andra så fick jag ett sms där det stod "kommer aldrig glömma dig tack för videon" Hon avslutade med ett hjärta. Jag visste då att detta verkligen måste ha betytt mycket för henne då hon aldrig hade skickat några emojis eller hjärtan till personalen. Det finns inget annat man kan jämföra med musiken och dess funktion när man delar musiken med andra och på så sätt skaparglädje, kärlek och omtanke. Musik väcker otroligt mycket känslor hos oss människor. Det finns nog inte något annat som kan väcka minnen och beröra som musik gör. Detta visas väldigt tydligt både i de intervjuer jag har gjort med personer som arbetar inom detta område och i de litteraturkällor som jag studerat.

Slutsatser

Jag tycker verkligen att det skulle vara intressant och roligt och framför allt viktigt att jobba för att göra musiken mer lättillgänglig för människor med olika funktionsvariationer. Personer med olika kognitiva funktionsvariationer ska lika väl kunna gå på konserter och evenemang som alla andra människor. De ska inte behöva kämpa för att komma till musiken utan musiken ska erbjudas dem och nå ut till dem. Konserter och föreställningar som hålls ska vara en accepterande och tillåtande miljö för alla sorters publik.

Mitt mål är att i framtiden skapa evenemang och arrangera konserter där man gjort det möjligt för alla människor med musik som intresse att komma och lyssna. Jag tänker mig det hela så här:

När/om jag i framtiden får en anställning i en symfoniorkester skulle jag gärna starta upp något som liknar det som Lars Mårtensson i GSO gjort. Tillsammans med mina framtida kollegor skulle jag vilja kunna bjuda in människor till en så kallad relaxed performance, dvs. till en konsert eller ett evenemang där det är en mer avslappnad och mer tillåtande miljö.

Precis som Bertrand beskriver kan det vara svårt för vissa personer att ta till sig nya miljöer och att detta kan vara ångestfyllt för dem. Dock verkar just klassisk musik lämplig för att reglera emotioner. Som tidigare nämnts kan ångest lindras med hjälp av musik. "...från stark ångest till ett stort lugn" (Gabrielsson, , 2008, s. 264).

Detta måste vi självklart tänka på och göra evenemangen så inbjudande som möjligt. Jag tänker att det ska finnas en möjlighet för personer att förbereda sina konsertbesök. Det ska finnas en möjlighet för denna grupp att komma till konserthuset och se lokalerna, kanske till och med träffa musikerna. På så sätt ges det utrymme för dem att känna in det nya stället och konsertsalen när det är en lugn miljö och inte en stressig sådan. Jag tror det är viktigt att försöka få dem att tro på sig själva, att de kan klara av att besöka nya miljöer även om det kan vara ångestframkallande för vissa. För, som Böhme beskriver det ovan "Många gånger handlar det om att skapa en trygg miljö och en trygg relation där deltagarna ges chans att uttrycka sig på sin nivå och uppmuntras att våga testa sin musikalitet..." (Böhme, 2012, s. 223).

Efter besöket kanske de kan klappa sig själva på axeln och vara glada över att de klarat av något som de var rädda för innan. Detta skapar i sin tur ett starkare självförtroende. Detta skulle jag vilja jobba för.

Vad gäller ljud och ljus ska det såklart kunna anpassas då det finns människor i denna grupp som är extra känsliga för ljud och ljusintyck.

En faktor som jag tror är väldigt viktig när man ska ordna en så kallad "Relaxed performance" är att det ska finnas en möjlighet för publiken att kunna gå ut och in i konsertsalen när de känner för det. Med det menar jag att dörrarna till foajén ska vara öppna. Detta skapar ett andrum för personerna och de känner att de inte är instängda och kan gå ut vid behov.

Sist men inte minst skulle man också kunna lägga in små korta pauser. Detta är för att skapa spänning och förväntan hos publiken. Efter pausen skulle konserten kunna fortsätta med kanske rörelser till musiken och sången så att publiken förhoppningsvis kan känna sig delaktig. Min tanke med detta är att de inte ska tappa intresset utan känna att det fortfarande är roligt och att de är aktiva. Tanken med evenemangen är att de ska känna sig fria, att de till exempel ska kunna dansa och röra sig till exempelvis ett stycke av Mozart eller en pianokvartett eller någon annan härlig musik.

Vad gäller publik-utrymmet är det bra att inte ha en alltför stor lokal utan försöka välja en lokal som känns mer intim och trygg.

I den bästa av världar så skulle man redan när man bygger konserthus tänka på att göra dem så inbjudande som möjligt och anpassade till personer med särskilda behov. Då skulle man kanske till och med sätta in fåtöljer som de som finns i foajén på Göteborgs konserthus. De är byggda på ett sätt som gör att man känner sig skyddad och omsluten men ändå kan man se vad som sker runt om.

Jag skulle tycka det vore så roligt och inspirerande att kunna prata med dem som är ansvariga för orkesterns olika evenemang och helt enkelt lägga fram följande "Några kollegor och jag skulle vilja skapa ett särskilt spår/evenemang som skulle kunna heta "MuGether" — musik tillsammans".

Efter att ha fördjupat mig i källor och olika berättelser som belyst mina frågeställningar har jag fått en större insikt i hur jag skulle kunna arbeta med detta i framtiden.

En annan aspekt av detta examensarbete är att jag skulle vilja att fler människor får upp ögonen för dem som behöver extra stöd i sin vardag och börjar engagera sig så att musiken

når ut till alla oavsett funktionsvariation. Mina intervjuer visar tydligt på att dessa insatser skapar en otrolig glädje och samhörighet hos dem. Särskilt i tredje intervjun med den anonyma personen fick jag bekräftat att insatserna betyder mycket och kan hjälpa dem i sin vardag.

Referenser

Litteratur

Bossius, T. & Lilliestam, L. (2012). Musik i Människors Liv. Kort rapport från ett forskningsprojekt I J.A. Lundin (Red.), *Intro: En antologi om musik och samhälle*. Kira, Studio RBB, Riga

Böhme, N. (2012). Varför musik med människor med funktionsnedsättningar? I J.A. Lundin (Red.), *Intro: En antologi om musik och samhälle*. Kira, Studio RBB, Riga

Gabrielsson, A. (2008). *Starka musikupplevelser*. Gidlunds, Preses nams, Riga

Länkar

GSO. (u.å.). *Relaxed Performance*, programblad, hämtad från Göteborgs symfonikers webbplats: <https://www.gso.se/2018/09/28/31810/>

Lag (1993:387) om stöd och service till vissa funktionshindrade, hämtad från Sveriges Riksdags webbplats: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-1993387-om-stod-och-service-till-vissa_sfs-1993-387/

Musikhögskolan i Malmö. (23 april 2024). Bertrand Chavarria Aldrete. <https://www.mhm.lu.se/bertrand-chavarria-aldrete>