

Masteroppgave

Hvordan kan det at man har AD/HD påvirke ens musikalske virke?

Av Jaran Lienig

Masteroppgaven er gjennomført som et ledd i utdanningen ved Universitetet i Agder og er godkjent som sådan. Denne godkjenningen innebærer ikke at universitetet innestår for de metoder som er anvendt og de konklusjoner som er trukket.

Universitetet i Agder, Kristiansand

Fakultet for Kunstfag

Institutt for Musikk

Våren 2010

Forord

Denne masteravhandlingen markerer slutten på mitt fem år lange studium ved Universitetet i Agder, Kristiansand. De to siste årene har jeg brukt på noe som jeg lenge har hatt lyst til å undersøke. Det å ha muligheten til å gå i dybden og grave frem kunnskap om et tema man interesserer seg for, er et privilegium jeg håper jeg er i stand til å få mye ut av, både for min egen del og for leserens.

Jeg vil først og fremst få takke mine veiledere for god veiledning og viktige innspill. Dessuten også alle de lærere og medstudenter som har tatt seg tid til en god samtale i ny og ne. Så vil jeg ikke minst rette en spesiell takk til min familie, særlig min mor for stor støtte og god faglig assistanse underveis.

Denne toårige arbeidsprosessen har ikke alltid vært like lett å håndtere, men jeg er overbevist over at jeg på veien har plukket opp nyttig kunnskap, ikke bare innen det praktiske, men også som pedagog.

Som jeg husker en god venn og kollega sa:

"Det er i motbakke det går oppover"

Kristiansand, mars 2010

Jaran Lienig

Innholdsfortegnelse

1 Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av tema	s. 5
1.2 Problemstilling	s. 6
1.3 Begrepsavklaringer	s. 7
1.4 Faglig innfallsvinkel	s. 9
1.5 Samfunnsmessig relevans	s. 9
1.6 Avgrensning	s. 10

2 Teori

2.1 Tidligere forskning	s. 11
2.2 Hva er AD/HD?	s. 12
2.2.1 Symptomene	s. 12
2.2.2 Tidsperspektivet	s. 14
2.2.3 Persepsjon	s. 14
2.2.4 Impulskontroll	s. 15
2.2.5 Positiv omformulering	s. 17
2.3 Musikalitetsteorier	s. 18
2.3.1 Sensoriske kapasiteter	s. 20
2.3.2 Musikalsk følelse	s. 21
2.3.3 Spontansang	s. 22
2.3.4 Prestasjonsangst	s. 24

3 Metode

3.1 Valg av metode	s. 26
3.2 Kvalitativ metode	s. 28
3.3 Kritiske syn på intervjuforskning	s. 29
3.4 Valg av informanter	s. 31
3.5 Forskningsetiske aspekter	s. 34
3.6 "Insider"-problematikken	s. 35
3.7 Intervju- og forskningsprosess	s. 35

4 Resultat

4.1 Bakgrunn og oppvekst	s. 37
4.2 Lytting	s. 42
4.3 Øving	s. 45
4.4 Fremføring	s. 47

5 Drøfting av enkelte aspekter etter intervjuene

5.1 Vekslede presens	s. 52
5.2 Lyttevaner	s. 52
5.3 Det lystbetonte	s. 53
5.4 Motorisk ekspressivitet – en slags øving?	s. 53

6 Avslutning

6.1 Pedagogiske tiltak	s. 54
6.2 Sammendrag	s. 54
6.3 Forslag til fremtidig forskning	s. 55

Kilder

Litteratur

Internett

DVD

Vedlegg

Lytte-CD

Intervjuguide

1 Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Da jeg var seks år hadde min mor fått nok. Det var noe som ikke stemte med den gutten. All misnøyen og det høye tempoet var ikke til å ta feil av. Jeg ble utredet og diagnostisert; de kalte det "MBD". Nå, 20 år senere bærer jeg fortsatt med meg den samme diagnosen som man i mellomtiden har gått over til å kalle for "AD/HD"¹. Jeg har altså AD/HD og har levd i viten om det stort sett hele livet. Faktisk, og ikke at jeg vil gjøre noe stort nummer ut av det, så har jeg visst om det akkurat like lenge som jeg har spilt trommer. Om det bare er en tilfeldighet kan man jo eventuelt spekulere i?

Min motivasjon for å skrive denne oppgaven er følgende: Jeg har lenge hatt en mistanke om at de ting som, for mitt vedkommende, har inngått i diagnosen på en eller annen måte har hatt en avgjørende virkning på hvilken retning livet mitt har tatt. Eller, man kan si at jeg har kommet mer og mer frem til en slik erkjennelse, ettersom jeg opp gjennom årene har kommet i stadig større kontakt med musikkmiljøer hvor det viste seg at opptil flere, ja gjerne mange, hadde AD/HD, d.v.s. sånn kunne det i alle fall virke. Den tendensen jeg mener å se, er at mennesker med AD/HD kanskje innehar adferds karakteristikk som trekker dem mot kreative yrker slik som musikk, teater, design, arkitektur etc. Jeg vil her understreke: Det er ikke min intensjon eller mitt hovedfokus å fremstille personer med AD/HD som bedre skikket til å drive med slike yrker, men for å bli flink til noe, må man drive med det, og tilsynelatende i hvert fall, er det mange som driver med det.

Det har for meg også vært et stort ønske om å kunne lære mer om min egen musikalitet og bli fortrolig med hvordan min egen diagnose i det daglige påvirker denne og de andre ting som faller inn under det man kan kalle *et musikalsk virke*. Min grunnidé har vært å kunne dele mine erfaringer og dermed kunne bidra med nyttig innsidekunnskap for lærings situasjoner der elever med AD/HD er i kontakt med musikk lærere uten tilstrekkelig kunnskap og erfaringer relatert til diagnosen. Dette er dessverre noe jeg opplever som svært utbredt, som er synd siden det ofte er meget lite som skal til for at en elev med AD/HD skal kunne fungere utmerket.

¹ AD/HD står for "Attention Deficit Hyperactivity Disorder". Jeg kommer tilbake til hva som inngår i diagnosen i kap. 2.2

1.2 Problemstilling

I mitt arbeide mot den endelige problemstillingen har jeg vært innom en rekke forskjellige vinklinger. Jeg tror det kan være verdt å nevne noen av de ideene jeg var innom. En stund så det ut til å lede inn mot hvorvidt (slik det også er understreket ovenfor) de med AD/HD er bedre egnet til å drive med musikk enn folk uten en slik diagnose. Det tok imidlertid ikke lang tid før denne ideen ble skrinlagt, da det ble mer og mer klart at en slik, skal man si, selvbekreftende vinkling ikke var særlig relevant utover det å få realisert mitt eget ego. Dessuten innbyr en slik typisk "ja eller nei"-formulering til en ytterst empirisk tilnærming som ikke i sær grad var ønskelig ettersom både musikalitetsteorier og AD/HD som fenomener begge befinner seg innenfor mer eller mindre abstrakte rammeverk. Dette i forståelsen av at for eksempel musikalitet i seg selv innenfor mange teorier ikke kan forklares ut fra biologiske ståsted alene, men må inngå i en sosial kontekst hvori det tidvis råder svært motstridende syn for hva som kalles musikalitet. I boken *"Analyzing Popular Music"* skriver Robert Walzer:

Musical judgements can never be dismissed as subjective; neither can they ever be celebrated as objective.²

Since subjects are formed in culture, all understandings are intersubjective; since there is no way to stand outside cultural understandings, there can be no Archimedian objectivity. (Moore 2003: 23).

Ettersom all musikk er et resultat av ens individuelle estetiske grunnlag (med den ballasten de bærer med seg fra sin sosiokulturelle bakgrunn), blir det å vurdere den innenfor en absolutt modell i forsøk på å deretter trekke ut empirisk valide resultater en selvmotsigende ting å gjøre. Skulle jeg kunne trekke slutninger om hvorvidt et utvalg mennesker har særegne forutsetninger innen det musikalske, måtte jeg følgelig også ha definert hva som inngår i dette begrepet. Så siden forståelsen av dette som sådan på globalt plan³ er så fragmentert som det er, har jeg gått bort fra dette overnevnte forskningsspørsmålet.

² Utsagnet omtaler i utgangspunktet "Musical judgements", altså en refleksjon rundt hva som er god musikk, men kan slik jeg ser det lett la seg overføre også til hva som kan kalles god musikalitet. Dette blir videre drøftet i kapittel 2.3

³ Eller for den saks skyld bare fra person til person.

En tid var jeg også inne på en noe mildere, men ikke desto mer håndfast formulering: *Hvordan kan det at en har AD/HD påvirke mulighetene/sjansene til å nå ens musikalske mål?* Etter hvert støtte jeg imidlertid her også på samme problem her i forhold til representativitet. Jeg kom etter hvert til en erkjennelse av at "ens musikalske mål" jo kan være så mangt; altså heller ikke et ideelt utgangspunkt for å skape relevant forskning vil jeg si. Dermed ble også denne problemstillingen forkastet, etter hvert til fordel for følgende, endelige formulering:

Hvordan kan det at man har AD/HD påvirke ens musikalske virke?

Det som har blitt konklusjonen er at jeg ved å "begrense" problemformuleringen til "ens musikalske virke" forhåpentligvis kan si noe nyttig om forholdet mellom de to elementene uten å være for opphengt i å påvise knallharde absolutter. Dessuten tenker jeg at å gå bort fra om hvorvidt det (slik det står i foregående eksempel) påvirker mulighetene/sjansene ens i forhold til et mer eller mindre konkret musikalsk mål, gjør det mer åpent for en diskurs vedrørende *hvordan* ting faktisk skjer, i motsetning til om det som skjer er bra eller dårlig. Slik jeg har opplevd det er det både positive og negative sider ved å ha AD/HD når man driver med musikk. Jeg ønsker angående dette ikke å styre teksten i en spesifikk retning, men å undersøke forholdene uavhengig av om det er snakk om ulemper eller fordeler.

1.3 Begrepsavklaringer

Det er altså min intensjon å skape en forståelse rundt hvilke faktorer som er i spill når man som bærer av en AD/HD-diagnose opererer innenfor en musikalsk ramme, kort og godt. Men hva legges egentlig i disse begrepene? Problemformuleringen min oppfordre, slik jeg ser det, til å konkretisere hva som menes med "musikalsk virke". Det er ikke å komme bort ifra at denne betegnelsen ligger i et ganske perifert landskap. Gjør man et søk på Google⁴ ser det ut til overvekten av treff sentrerer seg rundt tilfeller der musikk er et betalt yrke. Hobbyvirksomheter slik som kor, interesseforeninger eller andre former for generell musikkentusiasme kommer tilsynelatende som en sekundær betydning av ordet. At man befinner seg innenfor et musikalsk virke kan altså med andre se ut til å bety at man får betalt for å jobbe med musikk i det daglige.⁵ Jeg vil

⁴ Søketeksten var "*musikalsk virke*".

⁵ Med dette mener jeg ikke kun rent utøvingsrelaterte bedrifter, men også verv som for eksempel dirigent, musikk lærer, musikkforsker og komponist/arrangør.

likevel utvide uttrykkets meningsinnhold til å også omhandle de som driver med musikk, men som ikke bruker den som primærinntekt. Grunnen til dette er følgende: Musikkyrker ligger gjerne i landskaper hvor det fort kan bli svært vanskelig å skille hva som er yrke og hva som er hobby. Mange tar gjerne på seg spilleoppdrag, seminarer, arrangerings-/komponeringsoppdrag eller lignende på sporadisk basis, mens de jobber med fullstendig andre ting i hverdagen. Derfor kommer ikke det inntektsmessige aspektet til å bidra som rammeverk for min bruk av begrepet. Det kan også tillegges at man som musikkstudent innenfor, la oss si, videregående skole og oppover, umulig kan fratas retten til å regnes for en som driver med musikk i det daglige.

Så hvor skal man trekke streken? Man kunne kanskje tatt utgangspunkt i en prosentvis avregning på hvor mange timer per uke man holder på med musikkrelatert virksomhet, men det ville etter min mening bli en urettferdig kategorisering på den ene eller andre måten, uavhengig av hvor man satte grensen.

Det jeg har valgt å gjøre for å komme bort fra begrepets periferi er å sette opp følgende konkrete punkt som man nok sikkert kan si seg både enig eller uenig i, men som heretter kommer til å bli min rettesnor i arbeid med begrepet:

Et musikalsk virke må innebære:

- at man har en genuin interesse for musikk.
- at man ser verdien i å utvikle sitt musikalske potensial.
- at man har et reflektert forhold til egne aktive lyttevaner.
- at man trakterer minst ett instrument på bruksnivå.

Jeg har bevisst utelatt yrkesgrupper som for eksempel platebutikkansatte, instrumentmakere, musikkjournalister, distributører og lignende fordi disse yrkene impliserer et sekundærforhold til selve musikken. Dette i forståelsen av at personen i platebutikken jobber primært med salg, instrumentmakeren jobber med primært håndverk, musikkjournalisten jobber primært med media, etc. Så når jeg bruker ordet "*man*" i problemstillingen, er det de som driver med musikk i, skal vi si, praktisk førstehåndsrelasjon, jeg sikter til.

1.4 Faglig innfallsvinkel

Det er viktig å påpeke at min kompetanse hovedsakelig ligger i den musikkrelaterte forståelsen av dette forholdet mellom to verdener. AD/HD er et fysiologisk fenomen som, selv om det ofte tas utgangspunkt i å forstå det ut fra sosiologisk og/eller pedagogisk ståsted, omhandler en lidelse med de konnotasjonene det medfører.⁶ Når jeg legger frem de ulike teoriene rundt AD/HD vil jeg forsøke å ikke overskride det man kan kalle for allmennkunnskap. Utover en kortfattet redegjøring for hva AD/HD faktisk er og hvordan den hovedsakelig gjør seg gjeldende i praksis, kommer ikke den medisinske siden av saken til å bli belyst i særlig grad. Derimot vil større vekt bli lagt på de ting som kan inngå i en musikers hverdag. De utfordringene som fremkommer av undersøkelsens⁷ resultat vil belyses innenfor teorier som, på sine forskjellige vis, forekommer aktuelle m.h.t. musikkvirksomhetsmessige bærebjelker som lytting, øving og fremføring.⁸

1.5 Samfunnsmessig relevans

Jeg håper på å, i løpet av avhandlingen, kunne skaffe til veie en slags "verktøykasse" for hvordan man som musiker med AD/HD, på best mulig måte kan realisere sitt potensial. Men hvorfor er dette viktig? Som nevnt innledningsvis⁹ sitter jeg med en følelse av at mange "vet" hva AD/HD er, men egentlig bare sitter på, kan man si "gatekunnskap". De mange mytene som foreligger er ofte preget av enkeltes individuelle erfaringer med en som har AD/HD hvilke gjerne skriver seg fra klasserommet: En hyperaktiv gutt som ikke klarer å sitte stille og dermed forstyrrer undervisningen. I filmen "Alltid Uro" (Sørlandet Kompetansesenter/AD/HD Norge, 2007:15.30 min) påpeker psykologispeialist Peter Arnesen at det i mange tilfeller tvert i mot foreligger en tendens til at de med AD/HD gjerne har blitt så flinke til å skjule sine symptomer oppgjennom utdanningsløpet at de gjerne ansees for å bare være passive elever som får med seg undervisningen på lik linje med resten. Det kan føyes til at mange derav går glipp av viktig oppfølging og følgelig sliter på skolen mens det for omverden bare later til å være snakk om en faglig svak elev. Slik Knut Bronder også nevner i filmen "AD/HD Styrmenn uten ratt": *"Har du sett en med*

⁶ Slike som medisinerer, tilleggsdiagnoser, krav på statlige midler etc.

⁷ Tre intervju. Disse blir nærmere omtalt i kap. 3.

⁸ Dette tas videre opp i kap. 1.6

⁹ Kap. 1.1

AD/HD så har du sett en". (Samarbeidsprosjekt¹⁰ 2006:kap. 2.1 - 0.25 min). Det er min intensjon å bidra med saklig faktakunnskap i arbeidet med problemstillingen og, ved å la det fremkomme av intervju hvor mennesker med diagnosen selv får fortelle om sine erfaringer og opplevinger, skape en reflektert innsideforståelse av virkeligheten til disse individene. Jeg ser for meg at dette er noe som både utdanningsapparat, kollegaer og den musikkinteresserte AD/HD`er selv kan dra stor nytte av.

1.6 Avgrensning

Å komme frem til en fornuftig strukturering av teksten har bydd på visse utfordringer. Slik det også fremgår av intervjuguiden har jeg valgt å rette søkelyset på tre, etter min mening, essensielle egenskaper som på hvert sitt grunnleggende vis gjør seg gjeldende i en musikalsk hverdag, være det seg som utøver, lærer, komponist, student eller musikkentusiast. Fokuset vil være *på lytting, øving og fremføring*. Disse tre begrepene utgjør selvsagt ikke alle ferdighetene en som jobber med musikk må inneha. Dessuten kan man tillegge hver overskrift en del underkategorier som for eksempel teoretisk kunnskap (under øvingsbegrepet). Grunnen til at jeg har valgt å gå mot såpass åpne uttrykk er for å ikke låse meg fast i intervjusituasjonen, dette i forståelsen av å få lukkede svar som "Jeg har ikke gehør" hadde jeg spurt om dét i stedet for lytting og lyttevaner. Jeg legger på denne måten opp til en mer åpen dialog der de spurte kan komme med egne refleksjoner som for oppgaven, slik jeg ser det, er mer hensiktsmessig enn for meg å få svar på forutinntatte hypoteser om gehør, teoretisk innsikt og/eller om de liker det ene eller andre. Jeg må igjen betone viktigheten i å forstå at hver eneste med AD/HD er unik, og at det ikke er meningen å finne fellestrekk på detaljplan, men heller å kunne få så mange sider av saken belyst som mulig, slik at hver overskrift kan gi brede svar og åpne for dialog.

¹⁰ Samarbeidsprosjekt mellom AD/HD-foreningen, Nasjonalt kompetansesenter for AD/HD, Tourettes syndrom og Narkolepsi, Sørlandet kompetansesenter og Lillegården kompetansesenter.

2 Teori

2.1 Tidligere forskning

I min søken etter relevant litteratur har jeg opplevd en stadig tilbakevendende utfordring, nemlig at selv om det fins rikelig med forskning innen AD/HD og innen musikkutøvende fenomener, så er det sjelden jeg har kommet over bøker som har tatt for seg de to som en sammenfattende forskning. I mange tilfeller hvor bøkene tar utgangspunkt i AD/HD, blir det eneste innslaget av musikalske elementer representert ved å snakke innenfor en musikkterapeutisk ramme.¹¹ Tar jeg derimot utgangspunkt i musikkvitenskaplig litteratur for å finne noe som er relevant i forhold til AD/HD kommer jeg ofte inn i musikkpedagogikken (uten at det i seg selv nødvendigvis er negativt). Jeg har med andre ord måttet prøve å oppdage selv hvor de adskilte teoriene har implikasjoner som gjør seg gjeldende innenfor hverandre. Etersom min innsikt i diagnosen baserer seg hovedsakelig på erfaringer i praksis og ikke på medisinsk forståelse, vil noe av den følgende teksten kanskje forekomme noe parafrasert, men jeg vil prøve å henwise til dette så godt jeg kan.

Jeg har i arbeid med den musikkvitenskaplige litteraturen gjort utvalg fra flere forskjellige kilder, derav Harald Jørgensens *Fire musikalitetsteorier* (Jørgensen, 1982), Jon Roar Bjørkvolds *Det Musiske Mennesket* (Bjørkvold, 1989), Even Ruuds *Musikken – vårt nye rusmiddel* (Ruud, 1983) og *Musikk og verdier* (Ruud, 1996). I arbeid med teori vedrørende AD/HD har konsentrert meg hovedsakelig om to bøker: Tore Duvner: *AD/HD - Impulsivitet, Overaktivitet, Konsentrasjonsvansker* (Duvner, 2004) og Pål Zeiner (red.): *Barn og unge med AD/HD* (Zeiner, 2004). Disse bøkene mener jeg har gitt innsikt i de ting som gjør seg gjeldende for, på den ene siden personen med AD/HD, og på den andre siden personen som driver med musikk. Jeg vil forsøke å presentere hovedsynspunktene i bøkene og samtidig relatere det utvalgte stoffet til problemstillingen. Dessuten har jeg brukt de to filmene *"Alltid Uro"* og *"Styrmenn uten ratt"* som en viss referanse. Det å se andre personer med AD/HD i aksjon og høre de forskjellige situasjonene bli omtalt av fagfolk har hjulpet meg med å knytte teorien opp mot det praktiske.

¹¹ For eksempel det å bruke rolig musikk av Mozart for å hjelpe barnet med å falle til ro.

I henhold til bredden av det som står om "musikalsk virke" i begrepsavklaringen har det vært vanskelig å velge ut et område innenfor musikkvitenskapen å fokusere på. Rett og slett fordi de musikalske aktivitetene som innbefattes strekker seg innom så mange forskningsmessige retninger.¹² Valget av litteratur har som sagt vært styrt av om de ser ut til å være relevante i forhold til diagnosen.

2.2 Hva er AD/HD?

AD/HD står for "Attention Deficit Hyperactivity Disorder" og er et fenomen som utspiller seg i skjæringspunktet mellom det biologiske og det psykoanalytiske. Symptomene som kvalifiserer for at en person har AD/HD, skyldes en kjemisk ubalanse i hjernen.

Nærmere bestemt handler det som et stoff som regulerer "gassen og bremsen" på signaloverføringen, nemlig dopamin¹³. Det er dette stoffet som hos de med AD/HD ikke fungerer som det skal¹⁴. Det har, slik mange misoppfatter, ikke noe å gjøre med signalene i seg selv, for studier har vist at det ikke er noe i veien med selve intelligensnivået til de med AD/HD, men derimot styrken som signalene blir sendt med. Diagnosen kan imidlertid ikke stilles ut fra biologisk ståsted alene. Nevropsykologi er et viktig begrep. "*Nevropsykologi er det faget som har gitt oss kunnskap om forholdet mellom hjernen og byggesteinene i vår tankevirksomhet.*" (Zeiner, 2004:72). I en utredning inngår det dessuten en del observasjon og kartlegging av vedkommendes adferd, slik som for eksempel måling av tempo i bevegelser.¹⁵

2.2.1 Symptomene

I praksis kan man dele kjernesymptomene i AD/HD inn i tre overordnede virkningsområder:

Konsentrasjonsproblemer og problemer med vedvarende oppmerksomhet: Disse kan føre til at personer med AD/HD ikke fanger opp muntlige beskjeder og andre signaler fra

¹² Man kan eksempelvis nevne musikk i sosial, praktiserende, teoretisk, analytisk, eller pedagogisk kontekst.

¹³ Duvner trekker også inn stoffer som noradrenalin og serotonin. Dopamin har jeg valgt å trekke frem her fordi det er det stoffet jeg opplever trer oftest opp i sammenhenger som disse og som det tilsynelatende fokuseres mest på.

¹⁴ Forskningen rundt den rent fysiologiske delen av diagnosen er ikke entydig men det foreligger svært stor evidens for at det er her problemet ligger.

¹⁵ En inngående studie av dette ble gjennomført i januar 2009 ved Universitetet i Oslo av Eirik Blø Matthiasen.

omgivelsene. De kan ha vansker med å følge instruksjoner, gjennomføre oppgaver og organisere egne aktiviteter. For det andre kan det virke som om de ikke hører etter. De unngår eller misliker gjerne oppgaver som krever vedvarende oppmerksomhet. De skifter ofte fra en aktivitet til en annen, uten å gjøre seg ferdig. De er lette å distrahere, glemsomme og mister lett ting. Dessuten er det problematisk å samle motivasjon for å begynne med ting som virker uoversiktlige og vanskelige.

Hyperaktivitet: Personer med AD/HD har ofte mye uro i hender og føtter. I en skolesammenheng kan unge med AD/HD for eksempel forlate plassen sin i timen og løpe omkring. Andre kjennetegn er gjerne et "støyende" vesen, overdreven kroppslig aktivitet og at de prater mye uten å tilpasse seg situasjonen de er i. Ungdom og voksne har gjerne ikke det samme høye tempoet som hos barn, men er urolige i form av rastløshet.

Impulsivitet: Dette innebærer at de handler før de har tenkt seg om. Det fører gjerne til at de svarer på spørsmål før den andre part har spurt ferdig. De klarer ikke vente på tur, avbryter og tar sjanser for å se hvor langt man kan strekke seg i en gitt situasjon. Eksempler på sistnevnte kan være det å finne ut hvor hardt man må slå for at noen får vondt, hvor mange ganger man kan bruke samme spøk før folk går lei eller hvor lenge man kan terge læreren før man blir sendt på gangen.

Innenfor hver av disse kategoriene presenterer Duvner en rekke mer spesifikke ting. Jeg velger her å fokusere på det jeg mener er relevant for problemstillingen. Når det er snakk om mer nervepsykologiske aspekter nevnes det for eksempel at man lett avledes av nye inntrykk og tanker, at man ofte blir oppfylt av egne tanker, ideer og følelser og er intens, dristig og ofte kreativ. (Duvner, 2004:24) Sistnevnte viser seg å ha stor relevans for mitt arbeide ettersom det gir gjenklang innenfor en musikalsk kontekst. Det samme gjelder også det som følger, nemlig at man gjerne har intense følelsesuttrykk, altså i forståelsen av at man er *veldig* glad eller *veldig* trist. En annen konnotasjon som kan knyttes opp mot en musikalsk hverdag er dette med døgnrytme og søvn. Personer med AD/HD har ofte problemer med søvn. De er oppjaget og kommer ikke til ro. Dessuten er det mange som i ung alder har hyppige mareritt og/eller går i søvne (Duvner, 2004:82). Mange av mine musikalske kollegaer har oppigjennom gitt uttrykk for sine tendenser til å jobbe bedre om natten, særlig hvis det er snakk om kreativt arbeid slik som for eksempel låtskriving. Jeg vil ikke påstå at det er bedre å jobbe om natten, men det er

viktig å trekke frem denne tilstedeværende preferansen hos mange musikere, i tråd med å knytte det musikalske opp mot det diagnosemessige.

2.2.2 Tidsperspektivet

Med tidsperspektivet menes på hvilken måte man opplever tid og sekvens. Denne egenskapen later til å være, om ikke sviktende, så i hvert fall utfordrende for en med AD/HD.

Mange har mangelfull tidsoppfatning. De lærer seg sent å forstå klokken. De kan ikke føle på seg når det har gått til minutter eller en time, eller når det bare er igjen halvparten av tiden for en arbeidsoppgave. (Duvner, 2004:50)

Innenfor det musikalske kan man se flere implikasjoner hvor dette gjør seg gjeldende. Først og fremst kan man snakke om det som kanskje er det mest opplagte, altså dette med forsentkomming og vansker med å gjøre seg ferdig i tide. Man venter ofte til aller siste sekund før man går ut av huset for å rekke en buss. Å vente oppleves gjerne som spesielt kjedelig, noe som gir seg utslag i at man setter seg selv i situasjoner hvor man har dårlig tid, altså i forståelsen av for eksempel å ta skippertak eller å måtte springe for å rekke det man skal.

Et annet virkningsfelt som på en mer direkte måte gjør seg utslag innenfor det musikalske er hvordan man mens man gjør noe gøy (som å spille musikk for eksempel), mister begrepet om tid. Plutselig har det gått tre timer på øvingsrommet uten at man har lagt merke til det. Dette er på den ene siden en positiv ting, men kan også ha ukonstruktive konsekvenser som at man glemmer å spise, sove eller å ta pauser med alt det medfører av belastningsskader som senebetennelse, hørselsskade, ryggproblemer eller overbelastning av stemmebåndet.

Videre kan kanskje tidsperspektivet også sees innenfor det spillemessige. Kan hende gjør det seg også gjeldende innenfor periodefølelse og angående hvor lenge man vil holde på med en solo.

2.2.3 Persepsjon

Persepsjon handler om hvordan vi tar inntar verden rundt oss. Hjernen jobber kontinuerlig med å skille ut hvilke av de impulsene som sansene fanger opp som er av størst interesse i en gitt situasjon. Når man vil høre nøye på et musikkstykk snur man

gjørne bort blikket for å dermed minske inntaket av visuelle impulser. Slik gir man hjernen anledning til å fokusere mer intenst på musikken. Man kan på mange måter sammenlikne dette med cpu¹⁶ på en datamaskin. Vi lukker programmer vi ikke bruker for å ha større ressurser tilgjengelige til den oppgaven vi vil at datamaskinen skal utføre. Kroppen regulerer disse tingene på egen hånd. Grunnen til at vi opplever plutselig høg lyd mer ubehagelig enn vedvarende høg lyd, er at hjernen i sistnevnte eksempel har anledning til å justere inntaket av lydbølger i øret slik at volumet kjennes lavere. Alle de forskjellige sansene tar inn inntrykk som må settes sammen i hjernen. Dette skjer ved et raffinert samspill mellom de ulike delene.

Informasjonen fra de forskjellige sansene samvirker gjennom forbindelser mellom de forskjellige persepsjonssentrene i hjernen til det vi kaller sensorisk integrering, for å gi individet en så fyldig informasjon av den aktuelle situasjonen som mulig. (Duvner, 2004:44)

For personer med AD/HD kan det gjerne se ut til at det foreligger vanskeligheter med denne koordineringen. Innenfor det som omtales som sensorisk integrering, altså evnen til å skape et helhetlig bilde av verden med likevektig og samarbeidende sanseapparat kan man kanskje se hvordan en musiker med AD/HD vil ha, ikke nødvendigvis vansker, men et spesielt utgangspunkt i en samspillsituasjon. Kan hende blir man ekstra utsatt for å ikke være i stand til å lytte til de man spiller med, fordi man har nok med seg selv og det å se på tangentene, instrumenthalsen, trommene eller notene.

En annen ting som springer ut fra persepsjonsforstyrrelser er klossethet, ettersom de finmotoriske og grovmotoriske prosessene som iverksettes når man beveger seg, forholder seg til et sanseapparat som tar inn informasjon som hjernen igjen må vurdere i forhold til hva som er viktig og hva som er uviktig informasjon. Vanskeligheter med dette kan gjøre seg gjeldende ved at man mister trommestikker, plekter, dulter borti høytalere eller river notene ned fra stativet. Desto mer stressende situasjonen er, desto mer vil dette eskalere.

2.2.4 Impulskontroll

Som tidligere nevnt¹⁷ er impulsivitet et av kjernesymptomene i AD/HD. Når det er snakk om impulskontroll menes evnen til å kontrollere og regulere sine egne impulser og

¹⁶ "Cpu" betyr "Central processing unit"

¹⁷ Kap. 2.2.1

tilpasse seg sine omgivelser og sosiale situasjon i tillegg til å handle i fornuftens tegn uten å hoppe inn i ting. Man skiller ofte mellom verbal impuls kontroll og handlingsmessig impuls kontroll. Førstnevnte har med talen og talestrøm å gjøre.

De avbryter andres samtaler eller trenger seg inn i en samtale med det de er opptatt av i øyeblikket. Å følge et tema til det er ferdig snakket og så komme med sitt, ser ut til å være vanskelig ennå i ungdomsalderen. (Zeiner, 2004:133)

Som en liten notis vil jeg her legge til en egen erfaring jeg har gjort meg angående dette.¹⁸ Ofte oppleves en tendens til at man "går seg vill" i sin egen taleflyt. Dette i forståelsen av at man begynner på et poeng og så sporer av i en ganske annen retning, gjerne flere ganger, helt til man har glemt poenget med historien. Dessuten kan verbaliseringsmessige impulshandlinger også uttale seg gjennom vansker med å holde lyd på innsiden. Dette kan i noen tilfeller gjøre seg utslag ved mer eller mindre utilsiktede vokale "utbrudd" eller forekomster der stemmevolum, stemmeleie eller diksjon fremstår som ukontrollert. Dette knyttes gjerne opp mot Tourette-syndrom som er en ikke uvanlig tilleggsdiagnose innen AD/HD¹⁹. Kort fortalt er Tourette-syndrom, slik Duvner skriver det *en tilstand med flere former for tics, d.v.s. ufrivillige, repetitive, stereotype bevegelser eller lyder* (Duvner, 2004:95).

Den kanskje mer synlige forekomsten av vansker med impuls kontroll, representeres ved det som angår det handlingsmessige. Dette ser ut til å foregå på en rekke forskjellige plan. Noen av de motoriske aspektene har allerede blitt omtalt²⁰ og disse kan lett sees i samsvar med en tilstedeværende impulsivitet, særlig hvis man trekker fenomenene inn i et musikkmessig lys. Hvis man som instrumentalist gjør solistiske valg som følge av en kanskje lite gjennomtenkt ide, kommer man gjerne i en situasjon hvor det impulsive tar overhånd og styrer en inn i et mer eller mindre tilfeldig landskap. Når man da "havner utpå glattisen" og mister fotfeste, oppstår det et utføre hvor stress og mangel på sensorisk oversikt over situasjonen fører til at man stivner i muskulaturen, spiller feil, eller rett og slett faller ut.

¹⁸ Jeg snakker her kun ut fra egen erfaring og viser ikke til noen spesifikk litteratur. Jeg mener det kan være et interessant moment å ta med.

¹⁹ Av tilleggsdiagnoser, eller såkalte komorbide tilstander nevnes dessuten depresjon, dysleksi, dyskalkuli, asperger-syndrom og psykopati. Tilstedeværelsen og graden av slike kan variere veldig fra person til person.

²⁰ Kap. 2.2.3

Noen positive virkningsområder angående handlingsmessig impulsivitet kan imidlertid ikke unngås å trekke frem. Hvis man tenderer mot å kaste seg uti ting uten helt å ha oversikt over hvilke konsekvenser det kan ha, kan man gjerne oppfattes som lite reflektert, men man kan også fremstå som uredd. I en musikalsk fremføring vil gjerne fallhøyden ikke strekke seg lenger enn til hvorvidt man klarer å nå publikum eller ikke. Med dette i bakhodet kan det tenkes at det å gjøre impulsive valg på en scene kan resultere i et musikalsk eller visuelt spennende uttrykk som hever konsertopplevelsen. Musikken kan bli uforutsigbar og levende.²¹

2.2.5 Positiv omformulering

Alt for ofte er fokuset på AD/HD utelukkende de negative utslagene og vanskelighetene diagnosen bærer med seg. Det er etter min mening viktig å se etter de positive forholdene som også kan foreligge. En mer innbydende holdning til personlighetstrekkene som inngår i AD/HD kan, slik Duvner påpeker, *bety uendelig mye for selvfølelsen og samarbeidsviljen*. (Duvner, 2004:112). Duvner setter opp en rekke dikotomier som kan illustrere den kontrasterende tosidigheten ved de symptomene:

NEGATIVT	POSITIVT
Overaktiv	Intensiv, energisk
Impulsiv	Spontan, fleksibel, freidig, idérik og kreativ
Utålmodig	Nysgjerrig, interessert
Lett å avlede	Oppmerksom på det som foregår omkring
Ukonsentrert	Assosiasjonsrik
Kort utholdenhet i intellektuelle arbeidsoppgaver	Konkret innlæringsmåte. Stor utholdenhet i selvvalgte aktiviteter
Egoistisk	Individualist. Går sin egen vei. Leder

²¹ Denne digresjonen gjør seg kanskje mest gjeldende innenfor improvisatorisk- orienterte stilarter, hvor det å ta sjanser ofte har en overordnet rolle.

Det kan kanskje være lettere å se de forskjellige tendensene innen musikalsk virksomhet hos informantene senere i oppgaven hvis man har en nøytral innfallsvinkel til diagnosen. Å ta utgangspunkt i elendeskildringer alene vil ikke være særlig hensiktsmessig, siden det i tråd med problemstillingen er meningen å belyse både fordeler og ulemper innen det musikalske. En slik omformulering av forholdene er, slik jeg ser det, med på å gi et mer nyansert og rettferdig bilde av hvordan AD/HD påvirker det musikkmessige.

2.3 Musikalitetsteorier

Jørgensens bok *Fire musikalitetsteorier* kan anees å ligge innenfor det musikkpsykologiske. Den forsøker å kaste lys over ulike syn på musikalitet ved å sammenligne fire teorier som, med Jørgensens ord er *mest mulig sentrale i musikkpsykologien, det vil si forholdsvis kjente og innflytelsesrike*. (Jørgensen, 1982:12). Når det angår begrepsavklaring innenfor det som kan kalles *musikalsk atferd* påpeker Jørgensen at det er vanlig å skille mellom tre adferdsformer²²:

- Reseptiv, motagende atferd (først og fremst lytting til og opplevelse av musikk i en passiv situasjon)
- Utøvende atferd (man spiller eller synger eller beveger seg)
- skapende atferd (komponering eller improvisering) (Jørgensen, 1982:23)

Jørgensen påpeker videre at teoriene ofte inngår i kombinasjoner med hverandre og at de gjerne tar utgangspunkt i enten det *kognitive* eller det *emosjonelle* hvori førstnevnte omhandler menneskets intellektuelle forhold til musikk, mens sistnevnte omhandler de mer følelsesmessige aspektene.

Innledningsvis rettes det også fokus på forskjellen mellom *lydpersepsjon* og *musikkpersepsjon*. Denne todelingen av vår evne til å ta inn over oss lydbølger av den ene eller andre sorten forklares på følgende måte: Teorier som tar opp hvordan vi oppfatter enkeltlyder eller lydpar i seg selv uten at de nødvendigvis er av musikalsk art, baserer seg i hovedsak på naturvitenskaplige forskningsresultat. Han trekker eksempelvis frem forskningsområder som akustikk og hørselsfysiologi. Denne innfallsvinkelen står i kontrast til vår evne til såkalt musikkpersepsjon som angår på

²² Denne inndelingen kan etter min mening på mange måter relateres til min egen avgrensning av begrepet "musikalsk virke" jmf. kap. 1.6

hvilke måter vi oppfatter mer sammensatte lydmønstre og musikk. Man er her mindre opptatt av de rent fysiske elementene som er i spill og konsentrerer seg om de meningsskapende forholdene som oppleves i musikken (Jørgensen, 1982:24). Det blir lagt føringer frem mot hvorvidt denne dikotomien forekommer som en helhet i et større bilde på grunnlag av indre og ytre stimuli, altså hvordan det som oppfattes som lyd og det som oppfattes som musikk går inn i hverandre.

Seashore (1866-1949) kan anees som en av pionerene innenfor musikkpsykologisk forskning og hadde mye å si for de musikkpsykologiske strømningene i det tidlige 1900-tallet. Seashores arbeid gjorde seg utslag i en rekke kategoriserende forskningsmodeller. Man kan si at menneskets møte med selve lyden, altså slik det ble belyst angående lydpersepsjon i forrige avsnitt, var en innfallsvinkel Seashore la stor vekt på. Han utarbeidet blant annet musikalitetstester som hadde til formål å kartlegge om og i hvilken grad de undersøkte subjektene hadde egenskaper som tilsa at de var musikalske eller hadde musikalsk utviklingspotensial. Han stiller fem krav til den musikalske person²³.

Den musikalske person må være i stand til å:

1. oppfatte lydenes frekvens, amplitude, form og varighet
2. forestille seg lydene i "den reproduktive og skapende fantasi" (omfatter også hukommelsen)
3. bli påvirket emosjonelt av lydene
4. tenke (det vil si løse musikalske problem) med utgangspunkt i disse opplevelsene
5. gi uttrykk for disse opplevelsene på en eller annen måte i musikkutøvelse eller skaping

(Jørgensen, 1982:28)

På grunnlag av i hvilken grad man oppfyller disse kriteriene blir uttrykket *talent* innført og det blir pekt på en, etter min mening, diskutabel fordeling innenfor et hierarki som setter ulike yrkesgrupper opp mot hverandre. Komponisten må inneha størst talent fordi hans/hennes virke krever størst overskudd og skapende evner. I en sekundærposisjon finner vi dirigenten og utøveren mens pedagogen kan, men ikke nødvendigvis må, ha særlig musikalsk talent.

²³ Begrepet "den musikalske person" er Jørgensens oversettelse av Seashores "the musical mind".

2.3.1 Sensoriske kapasiteter

I følge Seashore er måten man oppfatter lyd i seg selv noe som er basalt i hvordan vi oppfatter musikk. Han peker på det han kaller *sensoriske kapasiteter* for å gjøre rede på det han kaller "relativt fikserte trekk", altså egenskaper som er grunnleggende for å ta inn over seg de rent fysiske forholdene i lyd. Først trekker han frem de grunnleggende sensoriske kapasitetene (s. 30).

1. tonehøyde (frekvens)
2. klangfarge (form)
3. tonestyrke (amplitude)
4. varighet (i tid)

Videre setter han disse elementene inn i en mer sammensatt og musikalsk kontekst:

1. tonekvalitets-oppfatning (den samtidige tilstedeværelsen eller sammensmeltingen av tonen og dens overtoner i et gitt øyeblikk)
2. konsonans-oppfatning (to toner som klinger sammen)
3. volum-oppfatning (opplevelsen utstrekning, sonans og rom i tillegg til intensitet og harmonisk sammensetning av lydene)
4. rytme-oppfatning (kapasiteten til å høre og gjenkalle rytmiske mønstre med nøyaktig tempo)

Disse to bolkene danner det grunnleggende fundamentet i vårt biologiske²⁴ utgangspunkt for å innta auditiv, og ikke minst musikalsk informasjon. De sensoriske kapasitetene er dessuten arvelig bestemt, mener Seashore. Jørgensen går nærmere inn på de ulike konnotasjonene innenfor hver enkelt, men jeg stopper her ettersom jeg føler at det som hovedsakelig er relevant for undersøkelsen min har fremkommet når det gjelder sensoriske kapasiteter. Jeg aner at flere av disse aspektene kan la seg spore når det omsider kommer til å knytte det teoretiske opp mot mine forskningsmessige funn. Særlig kanskje innenfor det som har med lytting å gjøre.

²⁴ I forståelsen av at de utspringer fra vår persepsjon gjennom et sanseapparat og ikke dannes i vårt intellekt ut fra underliggende musikalsk forforståelse.

2.3.2 Musikalsk følelse

Med "musical feeling" mener Seashore en persons evne til å bli emosjonelt påvirket av musikken. Ut fra grad og type reaksjoner klassifiserer han personer etter deres musikalske reaksjonstilbøyeligheter. (Jørgensen, 1982:33)

På hvilken måte man tar inn over seg et musikalsk forløp i tråd med det som har med følelser å gjøre, henger i følge Seashore sammen med hvorvidt man har gode eller dårlige sensoriske kapasiteter. Om man bare har adekvate evner vil man ikke ha det samme grunnlaget for å blir rørt som hvis de sensoriske kapasitetene er gode.

Jørgensen trekker senere i boken frem John Blacking, en annen forsker innen det musikalitetsteoretiske feltet. Blacking var spesielt opptatt av musikkantropologi og viet store deler av sin forskning til studiet av musikk i etniske samfunn. Jørgensen nevner for eksempel at studiet av Venda-stammen i Sør Afrika står sentralt i hans virke, særlig ett av hans hovedarbeider: *Venda children's songs: a study in ethno-musicological analysis* fra 1967 (Jørgensen, 1982:94). I hans grunnsyn ligger en formening om at kultur, samfunn, musikk og menneske er tett sammenflettede elementer og at all musikk derav burde undersøkes i lys av et antropologisk rammeverk.

Det er en selvsagt at i antropologien at ingen hendelse eller ting i den menneskelige kultur eksisterer isolert; det er heller slik at alle fenomener er knyttet sammen i en kompleks helhet, der delene er nennsomt og uoppløselig knyttet til hverandre. (Jørgensen, 1982:95)

Blacking er med andre ord inne på en bredere definisjon for hva musikalitet innebærer. Både han og Seashore kan plasseres innenfor det man kaller strukturalismen²⁵, men med forskjellige formål. I motsetning til Seashores mer spesifikke fokus på det psykologiske med lyd og evner til musikkpersepsjon blir Blacking endelige mål å si noe om mennesket og dets utviklingsmuligheter. Han peker imidlertid på at alle mennesker, uansett kulturell bakgrunn, har en del felles strukturer i den måten nervesystemet fungerer på (Jørgensen, 1982:96). Disse strukturene er forankret i både det arvelige og det som inngår i den tillærte miljøpåvirkningen. Det er med andre ord kort vei fra vår musikalitet til hvordan vi er som mennesker. En sammenheng mellom våre generelle kroppsbevegelser og vår evne til musikk ser i følge Blacking ut til å ha samme

²⁵ Strukturalismen forklarer våre handlinger ved hjelp av bakenforliggende strukturelle forhold som ikke nødvendigvis kan analyseres empirisk, kun antas teoretisk. Den tar forbehold om at vi gjerne polariserer enkelte forhold i hjernen nå vi skal forstå ulike samfunnsformasjoner (for eksempel dikotomien demokrati/nasjonalsosialisme). Den mest sentrale personen innen den moderne strukturalismen kan tenkes å være Claude Lévi-Strauss.

utgangspunkt, nemlig det sosiokulturelle. Våre individuelle arvede og/eller tillærte egenskaper gjenspeiler på lik linje med musikalsk utfoldelse, våre individuelle måter å være mennesker på. Det er gjerne i ånd av dette synet at musikere ofte sies å "spille seg selv", altså at måten de spiller på gjenspeiler hvordan de er som personer. En lite utagerende person vil gjerne spille på en mer reservert måte, en emosjonell type vil spille på en følelsesladet måte og ikke minst vil nok en med AD/HD også ta med seg sine personlige karakteristika inn i spillet sitt, med alt det måtte innebære. Videre kan man spørre seg om hvilke andre musikalske områder utover det rent spillemessige som berøres av denne, i følge Blacking, uløselige forbindelsen mellom våre menneskelige kvaliteter og vår musikalitet. Kan for eksempel valg av instrument være en av disse sammenhengene? Det hadde vært interessant å finne ut om det foreligger tendenser for hvilke instrumenter, eller for den sags skyld også stilarter, tonearter eller taktarter som foretrekkes hos de med AD/HD? Slik empiri krever imidlertid en viss mengde kvantitativ forskningsdata for å være tilstrekkelig valid. Det er ikke mulig å trekke slutninger om disse tingene kun på grunnlag av de tre intervjuene jeg har gjennomført. Ikke desto mindre er dette ting som relaterer seg til Blackings musikalitetssyn og kan problematiseres i henhold til det som har med AD/HD å gjøre.

Det siste jeg vil trekke frem med Blacking i denne omgang, er hvordan han ser på *selvrealisering*. Han har en tanke om at selvrealiseringsprosessen ikke bare er en del av livets forløp og "et stadium i utviklingen" (Jørgensen, 1982:107), men at ens egen menneskelige og musikalske adferd er i kontinuerlig interaksjon med samfunnet og det kulturelle og sosiale man har rundt seg. Når vi ser på eksponerings- og oppmerksomhetsbehovet som er tilstede hos, særlig barn med AD/HD, kan det tenkes at å trekkes mot områder hvor utfoldelse og realisering står i fokus, blir en naturlig konsekvens.

2.3.3 Spontansang

Selv om den aldersgruppen som nå skal omtales, ikke er representert i utvalget mitt, vil jeg likevel bruke litt tid på å redegjøre for noen av de teoriene som omhandler barn i møte med musikk. Vi har alle vært små en gang og vår barndom er helt vesentlig i det å forstå hvorfor vi er som vi er.

Spontansang er et begrep som brukes i Jon Roar Bjørkvolds bok *Det musiske menneske* (Bjørkvold, 1989). Det omhandler, slik det ligger i ordet, den spontane sangen som barn allerede fra spedbarnsstadiet bruker for å bli kjent med sin egen stemme og de effektene og nyansene som ligger i den. Den er også fremtredende senere når barna begynner å utvikle språk og etter hvert også leke med andre barn. Disse utbruddene kan i mange tilfeller være av kommuniserende art som for eksempel "ædda bædda ædda" hvor melodifiseringen, som sikkert vil være kjent for de fleste, uttrykker noe, i dette tilfellet ertende, ovenfor en annen person. De kan også foregå uten intensjon om å nå ut til en andre eller tredjeperson. Ofte foregår sangen vekselvis verbalt uttalt og inni hodet til barnet, og da gjerne som en slags visualisering av for eksempel en tegning de jobber med, hvor linjene går opp og ned og rundt omkring; barnet synger dét det tegner. Denne sistnevnte typen spontansang er ikke direkte formaliserte sanger med vers, refreng eller for den saks skyld tekst, men lyd som beskriver virkeligheten slik barnet opplever den. Allerede på dette stadiet skapes det en forståelse av det metafysiske forholdet mellom den auditive og den håndgripelige, materialiserte virkeligheten. Når noe går opp (for eksempel en huske) går tonen opp. Når noe faller ned (en stein, et eple eller lignende) går tonen ned.

Når det gjelder spontansangens funksjon påpeker ikke Bjørkvold utvikling av gehør i musikalsk forstand som en direkte konsekvens. De klare utviklende egenskapene som denne uttrykksformen innehar er imidlertid understreket. Her forteller han om undersøkelser av spontansang i russisk barnekultur:

Men i dette synes det helt klart at også for russiske førskolebarn inngår sangen i et musisk totaluttrykk av kroppsbevegelser, forming, verbalisering og sang, som ett element i deres russiske variant av barnekulturell *ngoma*²⁶ (Bjørkvold, 1989:110).

Lek med lyd, sang og musikk er også i Norge mye brukt og anerkjent som en måte å utvikle barnas forståelse av verden og seg selv som mennesker. At man blant de kognitive egenskapene som opptrenes gjennom lek med musikalsk aktivitet også vil finne gehør, anser jeg som en selvfølge.

²⁶ Ordet "ngoma" er et flerbruksuttrykk av afrikansk opprinnelse. Bjørkvold bruker det i sin bok primært for å omtale barnekulturens musiske lekeform (Bjørkvold, 1989:66). I afrikansk forståelse kan det være dans, fest, musikk, en spesifikk tromme m.fl.

2.3.4 Prestasjonsangst

Angående dette med prestasjonsangst gjør Bjørkvold bruk av et utsagn fra Ronja Røverdatter: *Jag måste skrika et vårskrik, annars spricker jag!* Dette kan være en karakteristisk måte å illustrere hvordan man som barn uredd kaster seg uti ting for å bli sett eller hørt. For mange blir møtet med den formaliserte musikkverden gjennom musikkskole og forflytningen fra den spontane musiseringen på lekeplassen til konsertsalen en vanskelig overgang. Kontrasterende til foregående eksempel blir da: *Om jag måste spela, spricker jag!* (Bjørkvold, 1989:243-244).

Prestasjonsangst rammer i alle sjikt av musikkverden. Både barn, voksne, amatører og profesjonelle opplever dette og det er ikke bare på scenen at det gjør seg gjeldende. Even Ruud forteller i boken *Musikken – vårt nye rusmiddel* (Ruud, 1983) om hvordan musikkstudenter nærmest går med konstant frykt for å ikke leve opp til lærernes, medstuderendes, og sine egne forventninger.

Selve musikeryrket, gjentatte ganger å måtte stå på prøve overfor et publikum, er også en del av forklaringen på hvorfor "senehinnebetennelse" og prestasjonsangst florerer blant musikkstuderende. Viktigere synes å være at selve holdningen overfor musikk altfor ofte går i retning av det prestasjonsmessige, av å vise seg fram for lærere, medstudenter og eksamenskommisjoner. (Ruud, 1983:83)

Ruud gir uttrykk for sin frustrasjon over mangelen av fokus på de skapende og personlige sidene ved musikk. Hvor har det blitt av den spontane gleden man som barn så lett kunne mønstre? Når man skal jobbe mot en yrkeskarriere innen musikk kan man selvsagt ikke bare gå rundt og bruke musikken for å tilfredsstille sine egne behov eller for å ha det "gøy". Å være kapabel til å jobbe som musiker krever at man legger ned tilstrekkelig med øvingstimer og følgelig setter de kravene til seg selv som må til. Ruud stiller spørsmål ved om man ikke hadde hatt godt av å fokusere litt mer på det kommunikative aspektet ved musikken i instrumentalundervisningen. Han stiller seg kritisk til at hele fremføringssituasjonen skal handle mer om å spille minst mulig feil, enn om å spille mest mulig rett. I dette ligger det en grunnholdning som går på det at musikk i utgangspunktet er morsomt. En lytters positive opplevelse av en fremføring er ikke nødvendigvis avhengig av at alle tonene eller slagene som bli spilt er "riktige". Dette kan ansees å være en arv etter den vestlige kunstmusikken hvori en deskriptiv innfalsvinkel til musikken foreligger. Gjennom partituret blir musikken brutt ned i målbare enheter på grunnlag av hvilke man så kan påpeke ganske eksakt at "du spiller

feil der, der og der”. Jeg vil påpeke at det ikke er meningen å rakke ned på den europeiske kunstmusikktradisjonen, men innenfor dette med trygghet på scenen vil det kanskje være naturlig å si at fallhøyden, om man vil, er mindre når man fremfører musikk som ikke tar utgangspunkt i absolutter. I stilarter som inkorporerer improvisatoriske elementer vil en kodefortrolig musiker sannsynligvis sjeldnere være utsatt for scenskrekke, selv om prestasjonsangst også her vil gjøre seg gjeldende. Som en liten digresjon her synes jeg det er interessant å tenke på at *ngoma* som Bjørkvold omtaler som et slags lekende musikalsk fenomen, stammer fra et kontinent som, i historisk kontekst, var essensielt angående oppblomstringen av den afroamerikanske musikk-kulturen i Amerika.

3 Metode

3.1 Valg av metode

Ordet metode kommer fra det greske "*methodos*" og blir i følge standard oppslagsverktøy²⁷ på Mac oversatt som "*pursuite of knowledge*". Slik Steinar Kvale skriver i boken "Det kvalitative forskningsintervju" er metoden "*et veivalg som fører til målet*" (Kvale 1997:20). Jeg var lenge i tvil om hvilket mål det egentlig var jeg ville frem til.²⁸ Jeg visste at jeg hadde lyst å forske på en eventuell sammenheng mellom musikk og AD/HD, men det tok en stund før jeg kom frem til den metoden som virket best for å forstå forholdet. Helt i begynnelsen var jeg innstilt på å gjøre en mer eller mindre kvantitativ studie. Dette, i håp om å kunne finne helt konkrete tall på om musikk faktisk var et så sterkt interessefelt for folk med AD/HD som jeg lenge hadde antatt.²⁹ Ett av de første stegene jeg tok for å innhente forskningsdata, eller skal vi si, sondere terrenget angående relasjonen mellom musikk og AD/HD, var å gjennomføre en helt uformell "spørreundersøkelse" på nettstedet Facebook.com. Ved å bruke en av de mange tilleggsfunksjonene som medlemskap ved denne databasen muliggjør kunne jeg lage en "survey" der jeg rettet følgende spørsmål til andre som også brukte denne tjenesten:

Do you know anyone with the diagnosis AD/HD who also plays drums?

Det var 3 svaralternativ: "Yes, a boy." "Yes, a girl." "No"

Dessverre fikk jeg ikke på langt nær nok svar til at jeg kunne få et representabelt inntrykk av hvordan det hadde seg med nettopp dette spørsmålet.³⁰ Jeg mener å huske at jeg fikk 6 svar: 1 x yes, a boy 1 x yes, a girl 4 x no

Det eneste jeg følte jeg kunne trekke ut fra disse få tallene, var at dette nok ikke var veien å gå for å innhente pålitelige forskingsdata. Nå er jeg selvsagt klar over at Facebook ikke er stedet å gå i forskingsøyemed, men det å få tak i et tilstrekkelig utvalg viste seg etter hvert mer og mer å være en utfordring. Etter hvert begynte jeg å søke i Statistisk sentralbyrå sine arkiver etter allerede eksisterende tall på AD/HD, men uten

²⁷ "Dictionary"-application i Dock

²⁸ Kap. 1.2

²⁹ Kap. 1.2

³⁰ Dessverre har de eksakte dataene fra dette før-undersøkelsen gått tapt etter at Facebook oppdaterte nettstedet sitt. Jeg har prøvd å finne igjen denne "app'en", men uten hell dessverre. Det lille som står av detaljer er tatt fra det jeg husker, ergo med forbehold om små avvik.

større hell. Det jeg kunne finne var bl.a. undersøkelser som gjaldt tall ang. medisinerings³¹. Dette satte tankene i gang rundt hvorvidt en studie av hvilken påvirkning medisin har i øvings-/fremføringssituasjoner hadde vært formålsrik. Det første jeg tenkte var å velge ut tre eller flere individer som kunne tenke seg å være med på blindtester der de i løpet av en måned fikk øve hver dag på sitt instrument uten å vite om de hadde tatt medisin eller ikke³². Ved at de ikke fikk vite om de hadde tatt medisin eller ikke kunne man eliminere bort den eventuelle placeboeffekten som kunne være til stede hadde de vært klar over det. Det var med utgangspunkt i meg selv at jeg kom frem til denne konklusjonen ettersom jeg selv som oftest føler mer motivasjon for å jobbe de dagene jeg *vet* at jeg har tatt medisin. Planen var å vilkårlig fordele halvparten antall dager med medisin og resten uten for å deretter se på et slags utfyllingsskjema i dagbokformat de måtte skrive for hver dag.³³ Imidlertid ble jeg klar over at det å dra inn andre folks medisinerings, spesielt når det da også innebar å hindre dem medisin i enkelte perioder, ville være å begi seg ut i et forskningsetisk tvilsomt område. Jeg kom aldri så langt som til å spørre aktuelle folk om de ville være med på et slikt prosjekt, men jeg aner at en ville ha vært skeptisk til å være med, ikke bare på grunn av den omtalte fjerningen av medisin i vilkårlige tidsrom, men også på grunn av det arbeidet som da måtte ha fulgt med, altså det å fylle ut et detaljert skjema hver dag. Jeg var også inne på å gjøre en liknende undersøkelse, men da kun med meg selv som forskningsobjekt, men jeg kom frem til at det da gjerne ville resultere i en litt for subjektiv vinkling for oppgaven; - Mine meninger om mine handlinger - . Jeg ble etter hvert mer og mer klar over at jeg måtte trekke inn flere personer enn meg selv for å sitte igjen med noe meningsfylt.

Omsider kom jeg frem til at jeg måtte ta utgangspunkt i en samtaleorientert forskningsform, dette på grunn av flere ting. Jeg ville for eksempel være i stand til å oppleve hvordan andre enn meg selv bærer seg ad i en dialog, noe som ville ha uteblitt hadde jeg gått for et mer upersonlig skjema- eller postenquôteorientert³⁴ innhentingsformat. Det var dessuten av stor interesse å få høre vedkommendes egne

³¹ <http://www.adhdnorge.no/index.asp?id=26745>

³² Dette skulle foregå ved å innta for eksempel en brødbit hver morgen som enten eller ikke inneholdt en tablett. Det hele hadde måttet blitt styrt av en tilleggs-person tilstede i vedkommendes bopel.

³³ Se fig. 7.7 I Gustav Haraldsens "*Spørreskjemametodikk*" (1999:237) for referanse.

³⁴ Postenquêtes er spørreundersøkelser per som uleveres og innsamles via posten. (Haraldsen 1999:206)

historier uten for stor overstyring fra min side i form av ledende spørsmål ut fra forhåndssatte antakelser. Var det ting jeg ikke hadde tenkt på i forkant ville de forhåpentligvis fremkomme i en åpen samtale. Dette har dermed blitt en kvalitativ intervjuundersøkelse med utgangspunkt i tre diagnostiserte personer med AD/HD som driver med musikk i skjæringspunktet mellom studie og yrke³⁵. Problemstilling og valg av tema har slik jeg ser det lagt klare føringer for at denne metoden egner seg godt i min undersøkelse. Det handler om å forstå informantenes livsverden og få deres egne refleksjoner og tanker (Kvale, 1997:20). Man kan kanskje si at jeg har valgt å gjøre en undersøkelse av dybden, mer enn bredden, ettersom jeg nå tar for meg kun tre subjekter som gjennom samtale skal kunne avdekke det jeg tror ikke kan fremkomme i statistikk, diagrammer og lignende, nemlig hvor forskjellige og unike de funnene jeg gjør er. Når det er snakk om såpass flytende begreper som dem man finner innenfor både musikk og AD/HD virker dette veivalget naturlig.

3.2 Kvalitativ metode

En måte å forstå den *kvalitative* metoden er å se hvordan den skiller seg fra den *kvantitative*. Disse to tar utgangspunkt i henholdsvis positivistisk og hermeneutisk vitenskapstradisjon, hvorav den første er knyttet til naturvitenskapen mens den andre springer ut av humanistisk forskning (Beifring, 2002). Den kvantitative metoden forsøker først og fremst å uttrykke forskningsområdet i variabler og kvantitative størrelser for å finne frem til kunnskapen, mens den kvalitative retter søkelyset på meninger og helhetsinntrykk og på den måten gjerne gir et mer dynamisk bilde der man er mindre bundet av metodisk formalisering. Kvantitativ forskning handler gjerne om å skape generaliseringer ut fra spørreskjema, testing og observasjon av et utvalg fra en større eller mindre populasjon. Dette i motsetning til kvalitative data som kan innhentes gjennom for eksempel historisk forskning, kildestudier og intervju (Skogen, 2006)³⁶. Når det gjelder det såkalte *kvalitative forskningsintervju* er det snakk om en samtale hvori kunnskapen blir produsert i en interpersonlig og gjensidig interaksjon. Man registrerer og tolker meningen med det som blir sagt og måten det blir sagt på. Det er med andre ord informantenes egne holdninger angående temaet som er interessante, slik han eller

³⁵ Utvalget vil bli nærmere diskutert i kap. 3.4

³⁶ I boken *"Kvalitative metoder i samfunnsforskning"* av Holter og Kalleberg føyes det også til: Feltnotater, dagbøker, kaususbeskrivelser, biografiske notater, brev eller samtaleopptak. (Holter/Kalleberg, 1997:17)

hun uttrykker det med sitt vanlige dagligdagse språk. For meg falt det seg derav naturlig å ta i bruk et halvstrukturert intervju hvor jeg hadde overordnede temaoverskrifter med eventuelle oppfølgings spørsmål for hver av disse³⁷. Ideen er at det er problemstillingen som er utgangspunktet og den røde tråden for intervjuet, uten at man stenger for eventuelle innspill og mindre avsporinger som, i mitt tilfelle, gjerne forekommer i intervjuprosessen (med tanke på at jeg intervjuer folk med en diagnose som ofte innebærer konsentrasjonsvansker).

3.3 Kritiske syn på intervjuforskning

Etter å ha reflektert over hvorfor jeg føler at det kvalitative intervjuformatet er hensiktsmessig for min undersøkelse, bør det kanskje også sies noe om den kritikken denne metoden har mottatt. Mye av denne retter seg mot subjektiviteten som nødvendigvis må inngå i en slik forskning hvor man som tidligere sagt prøver å komme til bunns i noen sine personlige holdninger og spesifikke fenomenologiske³⁸ ståsteder. Det som hele tiden har vært vesentlig for min undersøkelse, er det faktum at jeg i grunn ikke er ute etter ett svar, men prøver å belyse et felt³⁹, hvilket er såpass bredt at det ikke ville la seg fremkomme de viktige poengene jeg er ute etter hadde det vært i en mindre åpen og mer positivistisk forskningsform. Fleksibilitet og åpenhet har stadig vært de fundamentale og retningsgivende elementene underveis. Kvale trekker frem *ti vanlige reaksjoner på kvalitative intervjuer* som, etter min mening, på en fin måte oppsummerer grunnlaget på hvilket kvalitativ forsknings motstand er bygget på. Det kvalitative forskningsintervju er *ikke*:

1. vitenskapelig, men avspeiler bare folks sunne fornuft
2. objektiv, men subjektiv
3. troverdig, men partisk
4. reliabelt, for det er basert på ledende spørsmål
5. intersubjektivt, ettersom ulike lesere finner ulike meninger
6. en vitenskapelig metode, det er for personavhengig
7. vitenskapelig hypotesetestende, bare eksplorerende
8. kvantitativt, bare kvalitativt
9. generaliserbart, for det har for få intervjupersoner
10. valid, fordi det er basert på subjektive inntrykk (Kvale, 1997:204)

³⁷ Se intervjuguiden

³⁸ Fenomenologi handler om hvordan vi forstår verden.

³⁹ Kan sees i samsvar med problemformuleringen min. - Ikke "Kan det at man har AD/HD...", men "Hvordan kan det at man har AD/HD..."

I ånd av en vitenskap basert på empiri og klare sannheter, er det lett å kunne si seg enig i disse argumentene. Jeg kommer ikke til å gå i detalj og reflektere over hvert punkt, da de mer eller mindre taler for seg. Noen gjør seg imidlertid i spesielt gjeldende i min undersøkelse som for eksempel punkt nr. 2 som jeg også føler er et slags felles multiplum for alle de ti motargumentene. - Det er klart at jeg kun kan få skaffet til veie subjektive data når jeg går ut og spør om ett individs personlige holdninger til et tema. Kvale påpeker imidlertid at:

Når det gjelder tre viktige betydninger av objektivitet – som noe upartisk, som noe intersubjektivt og noe som avspeiler det objektet som undersøkes - kan intervjuet i prinsippet være en objektiv metode. (Kvale, 1997:206)

Med andre ord vil, slik jeg ser det, sannheten eller empirien være nettopp de holdningene som informantene kommer med i sine intervjuer, fordi de er gyldige fenomener innenfor deres intersubjektive virkelighet. Det blir også gjort en kortere drøfting angående den mangetydigheten som ligger i objektivitet og subjektivitet som begreper. Når det er snakk om en forskning som tar for seg sosiale og indre- eller mellommenneskelige prosesser konkluderer Kvale med at:

Når objektet for intervjuet anses å befinne seg innenfor en språklig og mellommenneskelig fremforhandlet sosial verden, blir det kvalitative forskningsintervjuet særlig godt egnet til å innhente objektiv kunnskap om den sosiale verden. (Kvale, 1997:206)

Jeg ser faren med å bli for synsete i forskningen, nettopp fordi det i en kvalitativ intervjusamtale fort bare kan bli "prat" som, i stedet for å avdekke ny kunnskap, bare produserer *trivialiteter* (Kvale, 1997:212). Dessuten vil man nok støte på visse utfordringer med henhold til å komme i mål med arbeidet om man har lagt opp til for stor åpenhet i forskningen. Man kan for eksempel komme i en situasjon hvor man på grunn av intervjuets mangel på struktur trekkes mot en mindre kritisk anskuelse av det som blir sagt, slik at man plutselig tar seg selv i å forsvare det vedkommende sier i stedet for å være nøktern og objektiv. En annen utfordring er selvsagt også i hvilken grad man underveis kan henfalle til selvbekrefting. Med det mener jeg at man, i mangel på svært absolutte forskningsdata, fort kan falle i en felle der konklusjoner trekkes mer på grunnlag av sine egne forestillinger og hypoteser, enn på det faktisk innsamlede materialet. På den andre siden må man også være obs på at hvis man til stadighet finner nye områder som man føler bør belyses, i tillegg til at man kanskje gjør i overkant mye

om på problemstillingen underveis, blir gjerne resultatet noe helt annet enn det som var planlagt.

3.4 Valg av informanter

Det var tidlig klart at det å få tak i et tilstrekkelig stort vell med forskningsobjekt var en utfordring. Innledningsvis⁴⁰ gav jeg kanskje uttrykk for det motsatte, så jeg vil nyansere bildet litt. Flere av de jeg hadde vært i kontakt med innenfor ulike musikkmiljøer i Norge kom i etterkant og "tilsto" at de bare var på utredning, eller at de kanskje ikke hadde vært i kontakt med helseapparatet i det hele tatt, men bare antatt av ulike årsaker, at de hadde AD/HD. Dette var jo følgelig personer som ikke, etter min mening, ikke ville egne seg i min undersøkelse. De to mest sentrale kriteriene var: De må være diagnostiserte med AD/HD og i størst mulig grad kategoriserbare under min definisjon av hva som inngår i et musikalsk virke. Utover mangler innenfor disse kriteriene gjorde en annen ting seg også merkbart, nemlig det faktum at en slik type diagnose ofte er et sårt punkt for enkelte.⁴¹ Flere av de som hadde vist interesse for prosjektet på et tidlig stadium, meldte avbud da det viste seg at prosjektet ble en realitet. Jeg fikk inntrykket av at det var greit så lenge det hele bare gjaldt å diskutere på et uformelt plan, men ikke når man skulle trekkes inn i en intervjusituasjon der det ville bli spilt inn og muligens sitert fra.

Jeg ville i utgangspunktet helst komme i kontakt med personer utenfor min egen umiddelbare omgangskrets for å ikke falle for å gjøre presumpsjoner fundamentert på forhåndsmessige ståsteder. Pål Repstad drøfter for- og motargumenter angående det å bruke venner, kollegaer, familie og/eller bekjente som informanter:

Det kan ha vært en fordel at noen kjente meg litt. Det kan ha gjort det lettere for dem å åpne seg enn for overfor en helt fremmed. Det kan også ha gjort dem mer presise i forhold til fortidige fakta, ut fra en forestilling om at jeg jo visste litt om dem på forhånd og kanskje kunne slå ned på fortegninger og overdrivelser. På den andre siden kan deres kjennskap til meg ha gjort dem mer tilbøyelige til å spille opp til det de mente var mine standpunkter til religion og religiøse miljøer.
(Repstad, 1998:69)

Fire personer, som nok er å regne innenfor min omgangskrets, hadde jeg allerede før prosjektets start hatt mange inngående samtaler med. De fulgte alle kriteriene men var samtidig også svært forskjellige. Man kan kanskje si at de fungerte som en sikkerhet

⁴⁰ Kap. 1.1

⁴¹ Dette vil bli videre tatt opp i kap. 3.5

skulle det vise seg vrient å finne egnete informanter som jeg ikke kjente fra før. Det endte omsider med at jeg gjennomførte intervjuer med tre av dem (nummer fire valgte å trekke seg). Jeg vil her bruke litt tekst på å forklare veien dit hen før jeg tar for meg det endelige utvalget.

Jeg var tidligere inne på hvordan jeg helt i starten av prosjektet gjorde bruk av nettstedet Facebook. Allerede der nevnte jeg min forståelse for at et slikt type vennetreffsted i utgangspunktet kanskje ikke burde trekkes inn i en saklig forskningssammenheng. Verktøyet innehar imidlertid en meget god egenskap, nemlig at det gir en muligheten til komme i kontakt med en hel verden av individer, både på globalt eller lokalt plan alt etter hvordan man ønsker å søke. Det jeg gjorde var å sende ut følgende melding til alle mine rundt 650 Facebook-relasjoner:

Jaran Lienig September 1, 2009 at 5:54pm

Hei.

I tråd med masteroppgåva mi : "AD/HD og musikalitet" som eg no er i gang med å skrive, treng eg å komme i kontakt med så mangen med AD/HD som mulig. Planen er å gjennomføre kvalitative intervju i håp om å fastslå ein sammenheng mellom den musiske delen av mennesket og dei atributter som ein slik diagnose ber med seg.

Altså... kjenner du nokon som kunne passe og/eller kunne tenke seg å vere med på dette forskningsprosjektet, så ta kontakt eller tips meg evt om vedkommande.

Konfidensialitet er naturlegvis ein selvfølge frå mi si side.

M.v.h. Jaran.

Etter hvert rullet det inn svar på både Facebook, mail og per telefon. Ettersom den eneste fellesnevneren for alle de som fikk meldingen min var at de på en eller annen måte kjente meg, fikk jeg nådd ut til mange sosiale kretser samtidig hvori folk følgelig også i større eller mindre grad kjente hverandre. Det virket som om det ble konversert om den planlagte undersøkelsen, så jeg hadde tydeligvis skapt en viss blest rundt prosjektet. Dette førte til en rekke korrespondanser som gav avkastning i form av for eksempel kontakt med fagfolk, tips om litteratur, nettsteder og lignende. Men tilbake til søkingen etter intervjuobjekt. Av de 19 svarene jeg fikk direkte på Facebook var 7 kun

kommentarer eller bemerkelser rundt undersøkelsen. Det var kun 2 som svarte for seg selv og ikke henviste til en tredjepart (av disse to viste det seg at bare en hadde diagnosen). Av de 9 henvisningene jeg fikk tok 4 stykker aldri kontakt mens en ikke ville la seg intervju⁴². Selv om jeg ikke satt igjen med så mange passende forskningsobjekter førte denne henvendelsen til flere innholdsrike samtaler og døråpninger enn det her lar seg dokumentere, og som jeg ikke ville vært forruten.

Etter hvert kom jeg altså frem til et utvalg på kun tre personer. Man kan spørre seg selv om hvorvidt en bredere representativitet både innenfor det musikkmessige og diagnoserelaterte er til stede med så få informanter, men med min kjennskap til vedkommende visste jeg at de alle satt inne med mye refleksjon rundt både egen diagnosemessige og musikalske virkelighet. Jeg er dessuten oppriktig overbevist om at de har villet gi et ærlig bilde av seg selv uten å "pynte" på eller "forskjønne" på detaljer.

Informantene er alle i 20-årene og tar per dags dato del i musikkrelaterte utdanningsforløp av forskjellige slag. De har på hvert sitt respektive vis vært del av et musikalsk miljø, tatt del i samspillsituasjoner slik som band og kor og vært med på en rekke konserter oppigjennom, hos noen av informantene fra ganske ung alder av. Instrument- og sjangermessig er fordelingen følgende:

Nr. 1: Piano, Rytmask/Jazz

Nr. 2: Sang, Klassisk

Nr. 3: Bass/Elektronikk, Eksperimentalt

Som man ser er den musikalske forankringen meget forskjellig fra informant til informant. Dette anser jeg som en stor fordel ettersom man da følgelig er i stand til å skaffe til veie et større velt av aspekter som berøres av diagnosen. Innenfor jazzens improvisatoriske idiom dukker det for eksempel opp virkningsområder hvor AD/HD gjør seg gjeldende, som kanskje ikke ville blitt avdekket i samtale med en klassisk utøver.⁴³ Jeg har et håp om at de med sine ulike opplevinger og forskjellige musikalske røtter kan komplementere hverandre og gi en god innsikt i hvordan de opplever at musikalske gjøremål påvirkes av egen diagnose og dens symptomer.

⁴² Disse tallene er kun ment for å gi et visst overblikk over prosessen med å anskaffe informanter, ikke for å trekke konklusjoner.

⁴³ Dette sier jeg selvsagt med all respekt for klassisk musikk og med forståelsen av at det også her naturligvis foreligger improvisasjon.

3.5 Forskingsetiske aspekter

Når man gjennomfører en vitenskaplig undersøkelse må man til en hver tid være bevisst de ringvirkningene sluttresultatet kan gi. Særlig innenfor humaniora gjør det seg gjeldende et behov for at man er klar over hvor man trækker i sin forskning, fordi det her handler om mennesker. I innledningen til opplysningsheftet *"Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi"* utgitt av NESH står det følgende:

Begrepet "forskningsetikk" viser til et mangfoldig sett av verdier, normer og institusjonelle ordninger som bidrar til å konstituere og regulere vitenskapelig virksomhet. Forskningsetikken er i siste instans en kodifisering av praktisert vitenskapsmoral. Den har altså sin basis i vitenskaplig allmennmoral, på tilsvarende måte som allmenn etikk har sin basis i samfunnets allmennmoral. (Forskningsetiske retningslinjer, 2006:5)

I min undersøkelse var det fra første stund av et faktum at det som angår "sensitiv informasjon" ville bli en gjennomgående agenda. AD/HD blir tross alt i medisinsk sammenheng kalt for en "lidelse"⁴⁴, og det er hevet over en hver tvil at faren for å komme i en forulepende situasjon faktisk er til stede. Følgelig kommer jeg ikke til å navngi noen av informantene eller trekke inn informasjon om hvor de kommer fra eller bor. Hvilket kjønn de er har jeg sett meg nødt til å nevne siden det har relevans for forskningen. Dette er med ett forbehold: Jeg vil opplyse om noe jeg anser for å være av vesentlighet for i hvilken grad forskningen fremstår som åpen og troverdig, nemlig at den ene informanten er min bror. Å ikke ta dette med i de betraktninger som følger videre i avhandlingen, blir å holde tilbake informasjon som kan være essensiell i prosessen med å forstå de forsøkt kartlagte fenomenene. Dette har selvsagt blitt klarert i all grundighet gjennom kontinuerlig dialog gjennom prosjektets forløp. Når det gjelder de andre to personene, har vi nøye gått gjennom transkripsjonen av intervjuene og merket av hvilke sitater de ikke ønsker å la inngå i det endelige dokumentet. Jeg har på forhånd informert dem om hva det innsamlede materiale skal brukes til og hva som er formålet med undersøkelsen.

Siden jeg i arbeidsprosessen har jobbet en del med personopplysninger har jeg også i tråd med personopplysningsloven⁴⁵ meldt prosjektet til Norsk Samfunnsvitenskaplige

⁴⁴ Lidelse er gjerne et litt belastende ord. Jeg bruker det for å understreke at det er snakk om et fenomen som faller inn under helsevesenet.

⁴⁵ Se personopplysningsloven § 31-35

Datatjeneste (NSD) som er personvernombud for forsknings- og studentprosjekter ved alle norske universiteter. (Forskningsetiske retningslinjer, 2006:15). Jeg vil forsøke å gjøre mitt ytterste for å ivareta informantenes integritet og frembringe mine resultat på en saklig og upartisk måte.

3.6 "Insider"- problematikken

Som nevnt i innledningen har jeg selv AD/HD. Dette fører med seg to ting som bør belyses. Først og fremst vil det si at jeg tar med meg inn i undersøkelsen en rekke forkunnskaper jeg selv sitter inne med som baserer seg på hvordan jeg selv har opplevd diagnosen og hvordan den har gjort seg gjeldende i mitt liv. På en måte er dette en fordel med tanke på at jeg da har større spesifikk innsikt i de temaene jeg tar for meg og da også kan kjenne meg igjen i det som blir sagt i intervjuene. Samtidig er dette også en fare for forskningens troverdighet. Jeg må være forsiktig med å ikke lage hypoteser som tar utgangspunkt i egne forutatte holdninger og antagelser. Pål Repstad skriver om dette:

Å være ekspert innefor sitt eget felt kan også være problematisk fordi man da lett vil ha en tendens til å dele ut karakterer i stedet for å gi presise beskrivelser av det som skjer sett fra aktørenes synspunkt. (Repstad, 1998:30)

Det er klart at jeg bør bruke den innsidekunnskapen jeg sitter på i prosessen med å bearbeide funnene mine. Innsideforståelsen min er, som nevnt tidligere, litt av grunnen til at jeg mener denne undersøkelsen er hensiktsmessig. Men jeg har hele tiden prøvd å ivareta min egen rolle som forsker og intervjuer på en slik måte at mine egne erfaringer ikke overskygger de funnene jeg gjør. Selv om intervjuene gjerne fremstår som en jevnbyrdig dialog, vil jeg la informantenes fortellinger og refleksjoner komme i fokus.

3.7 Intervju- og forskningsprosess

Intervjuene foregikk individuelt og ansikt til ansikt. Med meg hadde jeg kun en bærbar datamaskin⁴⁶ og med programmet Ableton Live 7 spilte jeg inn intervjuene via datamaskinens innebygde mikrofon. Dalen (2004) peker på at det alltid må gjennomføres ett eller flere prøveintervju i en kvalitativ intervjustudie. Det er både for å prøve ut intervjuguiden og for å oppleve seg selv i rollen som intervjuer. I tillegg får man et visst overblikk over hvordan spørsmålene fungerer og hvilke tids- og ressursbehov gjennomføringen krever. Jeg holdt ett prøveintervju som, sant nok, gjorde meg

⁴⁶ MacBook med Mac OS X

oppmerksom på en del uforutsette ting som kunne gå galt. Disse var for min del i hovedsak tekniske svikter som for eksempel for svakt lydsignal inn i opptaksprogrammet, problemer med de interne lydinnstillingene, bevissthet rundt at man har tilstrekkelig med strøm og eventuelt har lader tilgjengelig og liknende. Ut over dette gikk prøveintervjuet godt, samtalen gikk og jeg fikk inntrykket av at spørsmålene mine fungerte slik de skulle, i kraft av å sette i gang en reflektert samtale. Jeg valgte å ikke ta notater underveis, dette for bedre å kunne delta i samtalen med informanten. Ettersom alt ble spilt inn, så jeg ikke noe problem med dette.

Da alle intervjuene var gjennomførte begynte jeg å transkribere. Dette gjorde jeg ved hjelp av programmet Transcribe, et verktøy for å jobbe med audiotranskripsjoner. Det gav meg muligheten til å navigere frem og tilbake i intervjuet og repetere utvalgte avsnitt mens jeg noterte ned det som ble sagt i skriveprogrammet Word.

Jeg var bevisst på å ikke gjøre en meningsfortettende transkripsjon, men å nedtegne så mange detaljer som mulig. Dette for å ikke miste nyansene i den språklige samhandlingen som, med tanke på at det var snakk om en dialog mellom to personer med AD/HD, tidvis utartet seg på en noe ustrukturert måte. Til sammen resulterte de tre intervjuene i 76 sider tekst. Underveis i transkripsjonsprosessen skrev jeg ned tanker og refleksjoner som meldte seg. Disse har blitt satt opp mot aktuell teori og drøftet i forhold til problemstillingen. Jeg har valgt å ikke legge ved hele intervjutranskripsjonen i det endelige dokumentet av følgende to grunner: Noen deler av samtalene mener jeg ikke har relevans for problemstillingen, i tillegg til at det er visse konfidensialitetshensyn jeg må ta ettersom noen utsagn kan bidra til å sette informantenes anonymitet i fare.

4 Resultat

Etter å ha gått igjennom intervjuene jeg her plukket ut de elementene jeg opplever som relevante. Jeg refererer til intervjuene ved hjelp av sitater som knyttes opp mot teori. Jeg har dessuten trukket inn lytteeksempler der jeg har sett det nødvendig for å gi en best mulig forståelse av hva som menes med sitatet og/eller den øvrige teksten.

4.1 Bakgrunn og oppvekst

Jeg åpnet alle intervjuene med å ta opp spørsmål om de tidlige musikalske og diagnosemessige erfaringene i livet. Jeg ba dem om å fortelle litt om musikalsk og sosial bakgrunn. Hvordan og hvorfor begynte de med musikk? Spilte familien en viktig rolle?

I to av de tre tilfellene fikk jeg svar som impliserte at familien absolutt hadde en viktig rolle.

Ja det... absolutt. Det var liksom... At broren og søstera mi begynte å spille da, og var en så stor del av livene deres, så hang jeg meg vel på. Det var mer sånn; Fordi de gjorde det, at jeg begynte også... ikke det at jeg egentlig hadde noe stort forhold til musikk på den tid. (Informant 1)

Eh... jeg er arvelig belastet, mamma og pappa er musikere... (informant 3)

Det hører med til historien at informant 1 er yngst i en søskenflokk på tre. Følgelig kan man kanskje slutte at mestringsfølelsen i det å drive med noe som de to eldre søsknene fikk anerkjennelse for var en pådrivende faktor. På samme måte blir det med informant 3 som kunne se opp til foreldre som drev med musikk i tillegg til her også, som det kom frem senere i intervjuet, søsken som spilte. Informant 3 påpeker dessuten at hun var en "klimprer". I stuen stod et piano som ble brukt en del av foreldrene og hun forteller at hun tidlig lærte seg "Til Paris" og "Lisa gikk til skolen". Dessuten fortelles det om hvordan hun, slik hun selv sier det *tidligere en det man skulle kunne gjøre det*, sang på stallebordet. Hun lagde mye lyd som barn, noe som gir gjenklang i Bjørkvolds teorier om spontansang. Det samme kan sies om informant 1 som også forteller om svært stor vokal og lydgenererende aktivitet som barn. Dette lar seg lett forene med det Tore Duvner sier om hyperaktivitet, nemlig at den ikke minst gjør seg utslag i form av det auditive.

I kontrast til disse barndomsskildringene kan informant 2 fortelle om en litt annen opplevelse. Først og fremst opplevde han ikke den hyperaktive delen av AD/HD i stor grad som barn. Han nevner at han egentlig ikke opplever å komme fra et særlig musikalsk hjem og at han ikke ble eksponert for musikk han synes var særlig interessant i og med at: *fatteren bare hører på "golden oldies"*. Selv om han fikk en gitar da han var tolv opplevde han ikke en sterk trang til å utfolde seg i særlig grad.

Man kan diskutere på hvilken måte innslag av mestringsfølelse er i spill her. Når det ikke foreligger en følelse av at man gjør noe som er "viktig", eller har relevans for de rundt seg, forsvinner gjerne motivasjonen for det man driver med og man står igjen med å mestre noe som ikke betyr noe for omverden. Eksponering er et viktig behov for barn og unge med AD/HD og får man anerkjennelse for det man driver med ser dette ut til å være en god sirkel som driver vedkommende stadig videre.

De to førstnevnte informantene gikk etter hvert videre på musikklinja. Det gjorde ikke informant nr. 2. Som det vil komme mer frem etter hvert har informant 2 i voksen alder bekjent seg til en avantgardistisk musikkgenre som innbefatter støymusikk, aleatorikk, music concreté og andre, som oftest, elektroniske retninger. Grunnen til dette er sammensatt. Han selv nevner blant annet at han alltid har hatt et behov for å skille seg ut og tendert til å gå motstrøms i forhold til det trend angår. Er dette kanskje i seg selv noe som kan relateres til diagnosen, altså at det å være annerledes er en strategi for å ivareta sitt eksponeringsbehov? Riktignok forteller han at han gjennom videregående skole hørte mest på Black Metal og man kan jo si at demografien rundt denne musikken er ganske "fiksert" selv om den i noen tilfeller fortsatt oppleves som en alternativ menneskegruppe⁴⁷. Han sier selv spøkefullt at han jobber med avantgardistiske musikkuttrykk fordi han ikke har talent. Slik Seashore arbeider med uttrykket talent legges fokus i hvorvidt de sensoriske kapasitetene er gode eller ikke. Hva som kjennetegner en musikalsk person i dag lar seg kanskje ikke lenger forene med denne typen teorier. Hvor man tidligere henfalt til tester, som kunne gi et bilde av kandidatens ferdigheter innenfor rytmeforståelse, motorikk eller gehør, er det nå blitt vanligere med en mer vid forståelse av musikalitetsuttrykket. Det å være musikalsk lar seg ikke lenger måle så lett, ettersom rammene for det som kan kalles musikk, i seg selv har blitt et sprent begrep.

⁴⁷ Dette er etter min mening en foreldet holdning. Rock-, Punk- og Metalsjangrene har for lengst gått inn i vår populærkultur.

De to andre informantene har gått i en mer "konvensjonell" musikalsk retning, der de gjennom m.a. musikklinjeutdanning har nærmet seg musikken på en mer formalisert måte. Når det kom til hvilket instrument de spilte og hvilken stilart de foretrakk ble det mer og mer tydelig hvor forskjellige man kan være, selv om man har samme diagnose. Informant 1 er jazzpianist og kan ansees å ligge i standardjazzlandskapet som sådan. I yngre alder, det vil si før videregående skole, var The Beatles, Queen og musikken fra James Bond-filmene en stor innflytelse. Katalogen av låter som foreligger i de mest brukte Real-Book's ser ut til å være en spillemessig viktig referanse i hans musikalske vokabular. Han sier selv at hans hovedfokus har vært i den amerikanske 40- og 50-tallsjazzen, men at han i den siste tiden har begynt å utforske den norske jazzen og mer løse, fritt improviserende retninger. Angående dette skyter han inn at: *Jeg synes det er veldig spennende å spille og utforske, men jeg finner ikke helt gleden med å lytte til det.* For å få en konkret forståelse av musikalske tilbøyeligheter og stilistiske trekk legger jeg her ved *lytteeksempel 1: "Stella By Starlight"*. Det er tydelig at et bebop-orientert tonespråk er i bruk her og at artister som Herbie Hancock, Bill Evans, Miles Davies og Red Garland har vært viktige inspirasjonskilder, noe informanten selv også bekrefter.

Informant 2 bekjenner seg som tidligere nevnt til en relativt eksperimentell del av musikkens univers. Når det er sagt må det påpekes at hans stilistiske preferanser, slik jeg opplever det, favner om bemerkelsesverdig mye forskjellig. Dessuten var det i intervjusituasjonen nærmest som å være i dialog med en tilsynelatende uuttømmelige kilde av fakta, fremmedord, teorier, forfattere, band, plater og musikalske stilarter. Informanten slo meg umiddelbart som meget oppvakt og belest. Som en liten avsporing eksemplifiserer dette igjen det faktum at AD/HD ikke har noe å gjøre med selve intelligensnivået. I dette vellet med sjangre og musikkmessige retninger var det imidlertid noen sjangrer som gikk igjen og ble fremstilt som ekstra viktige. Det ble angående lyttepreferanser nevnt m.a. klassisk musikk, Irsk tradisjonsmusikk, Techno, Elektronika, Post-Metal, Post-Rock, Industrial og Indie-pop. Arven etter John Cage og Karlheinz Stockhausen var noe som tydeligvis fanget interesse og vi snakket blant annet om hans fascinasjon av tall. Bruk av for eksempel Fibonacci-rekken, det gyldne snitt, pi, og, slik han uttrykte det selv: *"Hellig geometri"*, var noe som gav gjenklang hos ham. Dessuten virket han veldig opptatt av den fysikkmessige siden av musikk, altså det som angår lydbølger, svingninger og den slags. Hvis vi hører til *lytteeksempel 2: "Untitled"*, som er fra en av hans utgivelser, blir det tydelig at lydets fysiske kvaliteter står i fokus

og at karakteren på musikken er søkende og intuitiv. Skal vi plassere denne musikken i en stilistisk ramme blir det mest nærliggende å la den inngå i en fri, elektronisk og eksperimentell støyusikktradisjon.

Tredje og siste informant er klassisk skolert sanger, men har også vært innom forskjellige strykeinstrumenter i oppveksten. Da jeg spurte om hvor i det stilistiske landskapet hun befant seg, fikk jeg følgende svar: *Nei... da jeg var sånn pre-tenåring så var min store drøm å bli sånn der nattklubsangerinne, med stor sånn spotlight og myke varme farger.* Selvfølgelig er det ikke sånn at de som jobber primært med klassisk musikk utelukkende har sverget til det hele livet. Uansett førte dette til en liten diskusjon rundt forholdet mellom hvilken musikk man lytter på og hvilken musikk man selv spiller eller synger. Når det gjaldt det lyttingsmessige ble det nevnt preferanser som Ella Fitzgerald, Nina Simone, Frank Sinatra, Bill Evans og Miles Davies. Hun fortalte at hun også lyttet til mye klassisk musikk som for eksempel med Trio Medieval, Ian Bostridge, Reneé Flemming og Phillip Glass men at det gjerne ble et slags jobb/fritid – forhold ettersom den klassiske liksom var dekket gjennom dens inkorporering i en skolefestet hverdag.

Phillip Glass især blir omtalt som en viktig lyttepreferanse. Dette på grunnlag av en forkjærlighet for den ofte suggererende karakteren og den komplekse rytmikken i Glass sine komposisjoner. *Lytteeksempel 3: "Fiolinkonsert 1"* eksemplifiserer dette. Angående det hvor hun stilistisk sett trivdes når det gjaldt egen utøving, ble det nevnt blant andre Guillemette Laurens som et viktig ideal. Laurens musikalske virke tar i stor grad for seg tidlig musikk fra renessanse og barokk, en periode som informanten også ga uttrykk for å like godt. Dessuten ble det pekt på en preferanse for musikk av mer moderne slag som hos m.a. Poulenc, Valen og Bernstein, der harmonikken og tonespråket gjerne innehar en viss "utfordrende" kvalitet. Å synge musikk der det harmoniske underlaget er skarpere og mer progressivt enn hos wienerklassikerne og romantikerne, representerte en tiltrekkende utfordring for informanten som understreket sin glede i det å mestre vanskelig musikk. *Lytteeksempel 4: "Zwei Lieder op. 39"* er musikk av Fartein Valen som informanten selv har sunget. Her opplever man hvordan melodien og det harmoniske underlaget gjør bruk av dissonanser og atonale elementer. Den distinkte karakteren som foreligger i en slik modernistisk komposisjon kan lett oppleves kompleks og vanskelig. Hun sier selv at "*wow-faktoren*" spiller en viktig rolle i hennes musikkestetiske syn.

Alle tre informantene opplevde jeg som reflekterte rundt hvordan diagnosen innvirket på dem. De kunne fortelle om bøker de hadde lest, filmer de hadde sett og erfaringer de hadde gjort. Det varierte imidlertid når de ble utredet. Informant 1 ble utredet i 12-årsalderen, informant 2 så sent som 23-årsalderen og informant 3 også ganske sent, som 22-åring. Man kan spørre seg selv om hvilke ting det i musikalsk forstand fører med seg at man på et tidlig tidspunkt vet om sin egen diagnose. Om man får bra oppfølging og blir bevisst slike ting som at man har kan ha vanskelig for å begynne på arbeidsoppgaver, at man lett blir distraheret, at man kan ha sensoriske vansker og er impulsiv, vil det være mulig å tilegne seg de tiltakene som hjelper i hverdagen. Desto tidligere en begynner med dette, desto mer utslagsgivende vil tiltakene være.

Felles for alle var nettopp dette med å komme i gang. Hvis det ikke var et lystbetont arbeid de skulle ta tak i ble akkurat det første steget inn, ekstra tungt. Å være i en presset situasjon som for eksempel i øvingen til en konkret konsert, så ut til å bidra en del til å gjøre det å komme i gang lettere. Skippertak var helt klart en kjent situasjon for informantene. Når noe var lystbetont kunne man derimot drive på med det og rett og slett ha vansker for å legge ting i fra seg. De mister oversikt over tiden og forsvinner inn i en tankeflyt der alle hjernens ressurser fokuserer på det man driver med.

Informant 1 opplevde sine egne symptomer i musikalsk kontekst nettopp innenfor dette med igangsettingsvansker. Han trakk frem at det var vanskelig å begynne å øve og at han fort ble rastløs underveis. Jeg vil tro at overgangen fra musikk som *ngoma* (Bjørkvold, 1989) til musikk som fagfelt spiller en viktig rolle her. Når det å øve blir noe man *må* gjøre blir det fort mindre lystbetont og dermed vanskeligere å holde på med for en som dessuten sliter med konsentrasjonsvansker. Informant 2 trakk inn det som eksemplifiserer den motsatte vansken, altså dette med å ha vansker for å slutte med noe som er spennende.

Et veldig interessant begrep som og er knyttet til AD/HD er jo det her "hyperfokus" og "flow"-begrepet... (Informant 2)

Han fortalte om hvordan han kunne sitte lenge med bassen og bare "forske". Selv påpeker han at han er selvlært og ikke kan noe musikkteori i det hele tatt. Dermed blir hans tilnærming til bassen en slags intuitiv leting etter musikalsk kvalitet som han fortaper seg i. Han er i dialog med instrumentet på et slags emosjonelt plan der han

kaster ball med musikken i en interaksjon som ikke har noen bestemt retning, men bare tar ham med dit det eventuelt måtte bære.

Både informant nummer 2 og 3 kunne fortelle om vanskeligheter med søvn. De snudde gjerne døgnet og ble sittende med datamaskinen i fanget til klokken 5-6. Det har tidligere blitt nevnt⁴⁸ hvordan musikken og evnen til kreativt arbeid gjerne veller opp i en på nattestid. Å fokusere utelukkende på en slik romantisering av søvnevansker blir imidlertid feil. Den harde virkeligheten, slik Duvner påpeker det, er at *mangel på søvn kan bli et problem som forverrer adferdsavvikene fordi trøttheten gjør barnet mer irritabelt og svekker konsentrasjonsevnen*⁴⁹ (Duvner, 2004:82). Søvn er helt vesentlig for at vi skal kunne fungere optimalt. Jeg vil tro at mangel på søvn vil innvirke negativt også på de sensoriske ferdighetene våre i forhold til det musiske. Hvis du ikke sover i forkant av en dag du skal på scenen og prestere, vil ikke dette da virke inn på din evne til å konsentrere deg om hva repetitøren eller resten av bandet gjør? En større fare for å feile vil vel også foreligge i klasserommet hvis man står overfor en gehørtest eller lignende.

4.2 Lytting

I kapittel 4.1 ble det gjort rede for hovedstrømningene angående *hva* informantene lytter på. Men *hvordan* de lytter har det ennå ikke blitt sagt så mye om.

Informant 1 sa at han, når det handlet om å lytte til plater, ofte bare lyttet på en passiv måte, for å fylle stillheten med noe. Når jeg fulgte opp med å spørre om hvordan han opplevde musikken i tilfeller av en mer aktiv lytting, fikk jeg vite at han var svært opptatt av samspillet mellom de forskjellige aktørene.

Jeg hører veldig mye sånn etter soundet da, altså hvordan alt høres ut. Det kan jo være at det er veldig gode musikere som spiller veldig bra individuelt, men soundet er kanskje ikke så kult likevel. (Informant 1)

Bevisstheten av hvordan et lydbilde som helhet blir skapt i samhandling mellom flere forskjellige subjekter vitner for så vidt ikke om annet en tilstedeværelsen av relativt basale sammensatte sensoriske kapasiteter. Imidlertid kan vi her se litt av de kriteriene

⁴⁸ Kap. 2.2.1

⁴⁹ Duvner snakker her om barn, men utsagnet har slik jeg ser det stor overføringsverdi til det som angår voksenstadiet.

som for ham gir musikken en estetisk dimensjon. Et godt samspill reflekterer gode ører og gir en følelse av trygghet og musikalsk overskudd til å kunne lytte til resten av det som skjer. Det samme opplever også informant 3 når det gjelder å lytte til musikk. Det var veldig viktig at man *følte seg godt geleidet gjennom musikken*. Med dette mente hun at det å lytte til noen som har overskudd blir en bedre lytteopplevelse enn hvis man sitter og er nervøs på artistens vegne.

Informant 2 var den av de tre intervjuede som jeg kanskje opplevde hadde mest å si om dette med lytting. Jeg oppfattet ham som svært bevisst på egne lytteevner. Dette med hans fascinasjon av lyd som et universelt fenomen innenfor en mer eller mindre naturvitenskaplig tallfiksering, har jeg allerede snakket litt om. Han påpeker angående egne lyttevaner følgende:

Ja... jeg har jo drevet og tenkt litt på sånn jobbmessig eller yrkesmessig sett for min del sant... så har jeg tenkt hva faen skal jeg gjøre, altså hva er jeg flink til? Jeg er flink til å høre på musikk. Ehm... og jeg tror jeg har en veldig mye mer aktiv måte å lytte på enn "your average joe". (Informant 2).

Med andre ord er det her snakk om en person som tenderer mot å lytte meget aktivt. Vi snakket blant annet om at han for tiden hadde stor glede med å identifisere hvilken type gitar det var som spilte på et gitt musikkspor, altså hvilken modell som ble brukt i innspillingen Videre trakk han m.a. frem et eksempel hvor han hadde hørt på en låt av en strykekvartett hvor det var blitt lagt på en ren sinustone en oktav under cellostemmen, slik at det hørtes ut som om det kom fra celloen. Etter å ha hørt lenge på dette oppstod det, slik han sier det, *en undring* på hva dette var for noe. Videre begynte han å søke litt på nettet for å finne ut mer. Videre i dialogen begynte han å knytte dette opp mot mestringsfølelse. Han forklarte at det for han var noe veldig bekræftende og tilfredsstillende i det å kunne identifisere de nøyaktige musikalske elementene og parametrene i musikken.

En annen ting som ble trukket frem hos informant 2 var hvordan repetitive elementer falt i smak hos ham. Han nevnte m.a. bandet "Explosions in the Sky" med låten "The Birth and Death of the Day" (*Lytteeksempel 5*). Denne låten har elementer som tidvis kan gi assosiasjoner til minimalismen. Låten bruker tre og ett halvt minutt for å komme i gang og i oppbygningen blir små variasjoner i ostinatene med på å sakte men sikkert føre låten videre. Denne musikken innehar visse meditative kvaliteter som gjør at man liksom bare tas med inn i en flyt, som om den er en slags mantra. I videre samtale kom vi

inn på han opplevde musikk som en slags samlende kraft. Dette i forståelsen av at musikken gav ham et fokus og dempet inntaket av for eksempel visuelle impulser. Kan det tenkes at personer med AD/HD har lettere for å konsentrere seg når det er snakk om musikk, enten som bakgrunnsfyll eller som aktiv lytting, rett og slett fordi de gjerne lar seg føre videre av det som skjer i nuet. For musikk er jo nettopp øyeblikkets kunst; i det ene øyeblikket er den der, i det neste er den borte (og hvis det er snakk om en konsert, så er den kanskje til og med borte for alltid).

Informant 1 pekte på det assosiative når det gjaldt det med å få en emosjonell reaksjon ut fra musikk. Det var i tilfeller der musikken vekket minner og skapte nostalgi at han hovedsakelig opplevde å ble rørt.

Det må være at jeg klarer å relatere det til noe i livet mitt da. En hendelse eller noe jeg savner som jeg blir minnet på eller noe sånt. Musikken kan jo minne meg på glede til familien eller noe sånt for eksempel. Eller til venner og sånn. Eller til... ja... hvis musikken er trist da... flytte ifra gamle venner og ikke ser dem og sånn og at en savner dem og sånn. (Informant 1)

I Seashores teoretisering av musikalsk følelse i kapittel 4.3.1 kommer det frem at en stor evne til emosjonell reaksjon henger sammen med et jevnbyrdig godt sett med sensoriske kapasiteter. D.v.s. at desto bedre kapasiteter man har til å innta musikalsk informasjon, altså i form av de ulike parametrene som Seashore legger til grunn, desto flere plan har man muligheten til å bli rørt på. Det foreligger imidlertid en viss forskjell i Seashores forståelse av det å bli emosjonelt beveget og den som beskrives av informant 1. Slik jeg ser det tar Seashore forbehold om at det er parametrene selv og deres interaktive spill seg i mellom som er utgangspunktet for den følelsesmessige reaksjonen. Det informant 1 beskriver mener jeg er nærmere beslektet til den emosjonen minnene i seg selv utløser. Han beskriver musikkens følelsesmessige kraft på samme måte som man ville ha beskrevet en lukt eller et bilde, nemlig som utgangspunkt for en nostalgisk opplevelse. Etter min mening ligger dette med andre ord litt på siden av det som Seashore sier om opplevelsen av emosjon gjennom musikk.

Litt av samme svar fikk jeg også hos informant 3 som trakk fra at hun ikke kunne høre ett konkret musikkstykke fordi det minnet henne om bestefars begravelse hvor dette stykket da hadde blitt spilt. Videre kommenterer hun angående dette med det følelsesmessige at hun opplever seg selv som "moll-person". Med dette mener hun at det er lett for henne å bli tatt av trist musikk. Hun forteller blant annet at hun ofte spiller

triste kontemplative ting på piano for å *liksom bade i egne følelser*. Duvner påpeker at personer med AD/HD ofte er svært følelsesladde, og at det på en måte gjerne er snakk om ytterpunktene av de forskjellige følelsesreaksjonene som kommer til overflaten (Duvner, 2004:67). Man kan gjerne ha sterke svingninger fra glede til sorg eller sinne på kort tid på samme måte som aktivitetsgraden også varierer hyppig.

4.3 Øving

Øving kan være så mangt. Noen liker å følge skriftlige planer og være svært metodiske i øvingen mens andre liker å ta det litt som det kommer fra dag til dag. Det har allerede blitt nevnt litt om den utforskende måten informant 2 øver som baserer seg på en oppdagende og lyttingsorientert fremgangsmåte som ikke nødvendigvis tar utgangspunkt i teoretisk læringsmaterial, men i stedet følger øret og kreativiteten. Jeg og informant 3 kom inn på en del virkningsområder hvor vi ble enige om at AD/HD gjorde seg gjeldende. Det er kanskje innen det øvingsrelaterte at dette med konsentrasjonsvansker gjør seg mest gjeldende. Særlig hvis ikke øvingen er lystbetont. Det kan være vanskelig å komme i gang og kommer det noen inn på rommet så begynner man å prate med den besøkende. Dette dannet fundamentet for en hypotese. Viss man vet at man lett kommer ut av den gode øvingsflyten i tilfeller der man avbrytes eller avledes, la oss si i pausen hvor man går til et oppholdsrom og fortaper seg selv i samtale med andre, vil det ikke da ligge i kortene at å gjøre øvingsøktene lengre er fordelaktig? Når man er godt i gang, bør man ikke da holde fast på denne gode flyten så lenge man kan (innenfor det som er helsemessig forsvarlig selvsagt)? I stede for å bestemme seg for at man tar pause en gang i timen og dermed tvinge seg selv *ut* av dybdefokuset, ser jeg for meg at det kan være lurt å bare holde på så lenge drivkraften er tilstede. Det har seg slik at sangere med sitt egenartede instrument, altså stemmen, står i en særstilling her ettersom det foreligger ganske klare fysiologiske begrensninger for hvor lenge man kan holde på. Det går imidlertid an å gjøre andre ting enn bare å synge. Man kan lese tekst, øve hørelære, sette seg inn i stoff rundt musikken som skal innstudies o.s.v. Duvner påpeker i sin oppklaring rund det med å omformulere symptomene inn i en mer positiv ramme, hvordan stor utholdenhet melder seg hvis man driver med selvvalgte aktiviteter. Utfordringen blir jo da å gjøre øvings situasjonen om til noe selvvalgt og lystbetont uten at man fjerner seg for mye fra det som i utgangspunktet skal innstudies.

Informant 3 trakk videre frem en interessant problemstilling, nemlig at det kunne være forstyrrende for øvingskontinuiteten hvis det var et piano i rommet. Nå er det jo sånn at hun som sanger gjerne er avhengig av piano for å sjekke pitch, akkompagnere seg selv eller få hørt enkelte passasjer underveis i øvings situasjonen. Det pianoets tilstedeværelse i rommet bevirket hos henne, var å vekke fristelsen for å gjøre noe annet enn det hun skulle. Å sette seg ned og bare spille for å tilfredsstille sine egne emosjonelle behov var noe annet, mindre prestasjonsbelagt enn å øve sang. Å ikke spille riktig eller bra på piano var ikke så farlig som å ikke strekke til innen det som var viktigst, nemlig syngingen. Man kan lett se hvordan en flukt fra det man skal drive med til noe som ikke innehar samme krav til mestring lar seg relatere til dette med vanskeligheter innen impuls kontroll. Man vandrer tilsynelatende tilfeldig bort til det som i øyeblikket virker mest spennende og "driver på der litt". Her har jeg lyst til å trekke inn en erfaring fra mitt eget liv, nemlig at jeg gjerne lærer meg nye instrument gjennom å "leke" med dem, litt på samme måte som det informant 3 forteller. Hvis det er instrumenter tilgjengelig der man bor, blir det til at en går bort og klunker litt en gang i blant. I mitt tilfelle har dette resultert i at jeg har lært meg det grunnleggende på ganske mange instrument, men det er også det. Desto mer det går over fra lek til å kreve strukturert øvingsopplegg, desto mindre er motivasjonen for å legge ned det arbeidet som må til. I kjølvannet av dette bør det legges til at jeg lenge har tenkt på om det finnes noen instrumenter som statistisk sett foretrekkes av de med AD/HD. Er valget av instrument i tidlig alder for eksempel preget av at man vil ha en viss umiddelbarhet i den man driver med?

Informant 3 nevnte innledningsvis at hun spilte fiolin og cello i oppveksten.

Strykeinstrumenter innehar jo, kan man si, en brattere utfordringskurve i nybegynnerfasen enn mange andre instrumenter som for eksempel la oss si trommer eller piano. (Dette i forståelsen av at man slår/trykker og derav får den angitte tonen i motsetning til et instrument hvor man kanskje jobber i 5 år før en relativt ukomplisert melodi vil låte bra). Jeg vil tro at denne utålmodigheten gir visse utslag i form av hvilke instrumenter de med AD/HD spiller.

En annen ting som kom frem i samtale med informant 3 var ønske om å gjøre mye, altså i forståelsen "være flink til alt". Hun sa blant annet følgende: *Er ikke det typisk å sette seg urealistisk høye mål?* I tråd med at personer med AD/HD ofte kan være ganske intense i sine ideer, vokser det ikke sjeldent hos alle tre informantene frem ønsker om å mestre en stilart, forstå ukjente fenomener eller være flinke i noe konkret *med en gang*.

Informant 3 sammenligner spøkefullt: *Jeg er Ole Brum, jeg vil ha ALT!* Men når man liksom vil gjøre alt hundre prosent kan hvem som helst møte veggen siden arbeidsmengden som kreves er så overveldende. Man blir ofte bare handlingslammet i stedet og gjør ingenting.

Informant 2 brukte et begrep som var nytt for meg og som jeg ennå ikke har funnet i andre kilder, nemlig "sjema-paralysering". Jeg liker denne formuleringen godt, for den setter ord på problematikken som er omtalt ovenfor. Hvis et nytt tema blir så stort og innholdsrikt at man ikke vet hvor man skal begynne fordi man ikke ser hvordan enkeltdelene innenfor temaet relateres til hverandre (noe som er svært vanlig hos personer med AD/HD), blir det til at man heller lar det være. Det er en fin balansegang mellom å ha et sunt og friskt pågangsmot og rett og slett ta seg vann over hodet. Når man har et urolig sinn og er utålmodig av natur, blir det gjerne til at man skuffer seg selv når man ikke når de forventningene man har til seg selv. Særlig kan det være problematisk når man har mål som tar lang tid å nå, for eksempel å tilegne seg en ny spilleteknisk ferdighet som må modnest over en lengre periode. Når man ikke ser en tydelig progresjon etter la oss si en uke med øving, kommer man gjerne til et punkt hvor man gir opp eller begynner å øve på andre ting i stedet. På dette viset kan se ut som musikere med AD/HD med sin tendens til å "skrape mange overflater" har et godt utgangspunkt for å bli breddedyktige.

4.4 Fremføring

Det å spille/synge på konsert kan være en stressende situasjon og de fleste som driver med musikk, uavhengig av om de har AD/HD eller ikke, har sannsynligvis vært ute for at nerver og prestasjonsangst har blomstret opp i en før, eller under fremføringen. Hos personer med AD/HD kan det, på grunnlag av uttalelser av de intervjuede i min undersøkelse i hvert fall, virke som om nervene forsvinner relativt kjapt i det man setter i gang. Kan hende har dette å gjøre med evnen til å være i nuet? Informant 1 påpeker at han kan bli litt ekstra gira når han kommer på scenen. Slik han forteller det, kan dette resultere i to ting: At han, på en positiv måte tilfører musikken mer energi og "gir litt ekstra", eller at det blir for mye av det gode, at han mister balansen og gjør uoverveide valg som følgelig blir som de blir i god eller dårlig retning. Det som ofte kunne skje var

for eksempel at pianosoloen ikke fikk den ønskelige oppbygningen⁵⁰ med gradvis stigning i intensitet, men begynte ganske høyt oppe og forble der i den grad informanten klarte å ikke tape momentum. Litt av dette kan oppleves på *lytteeksempel 6: Passion Dance*. Det var en utfordring å ikke la seg rive med i musikkens følelsesmessige rus, men å ha kontroll over den musikalske helheten. Det kan antas at å tenke langsiktige strekk eller å forestille seg et lengre solistisk forløp er noe som personer med AD/HD har vanskeligere for enn andre.

Dessuten kunne det være et problem at han hoppet fra ide til ide ofte og ikke tok nok pauser. Jeg spurte om han trodde det var en fordel at han hadde AD/HD, med tanke på at han drev med musikk der det improvisatoriske står i fokus. Til dette svarte han:

Da er det dét med spontanitet og impulsivitet da, i forhold til AD/HD... som kan påvirke spillestilen og sånn. Men... jeg tror ikke jeg har en fordel egentlig.
(Informant 1)

Ut fra dette kan det diskuteres hvorvidt AD/HD innen en sjangerfestet improvisasjonsstilart som standardjazz har positive innvirkninger. Det at man har lett for å miste fortfeste og bli litt overivrig kan være positivt i det ene tilfellet og katastrofalt i det andre. Jeg tror det er viktig å uansett være bevisst på hvilke tilbøyeligheter man har lett å falle for, ikke nødvendigvis for å dempe eller fjerne dem, men for å kunne være i stand til å bruke dem på en måte som er vinnende for musikken. Det å være i stand til å "ta av" under en solo er ikke alle forunt (ikke alle de med AD/HD heller selvsagt) og klarer man det uten at det går utover musikkens helhetlige kvalitet og troverdighet har man tatt et stort steg i rett retning.

Informant 2 beskriver sin tilstedeværelse i musikk som en kontinuerlig "flow" gjennom en rekke av sammenhengende øyeblikk. Innen den eksperimentelle musikken han jobber med blir dessuten spørsmål om formalistiske og forutbestemte avgjørelser et sekundært anliggende til fordel for en mer åpen og improviserende musikalsk grunnholdning. I en av de musikalske sammensetningene han har jobbet i kunne han fortelle at det var vanlig praksis å bare pakke opp utstyret, hoppe over lydprøven og bare gå rett på uten å ha noen som helst plan på forhånd. Det kunne for eksempel være snakk om å lage en feedback i en forsterker og så kjøre denne gjennom diverse filter, loop-stasjoner og effekter. Resultatet ble ofte nytt for hver gang.

⁵⁰ Viss vi skal følge den konvensjonen som innen standardjazzrepertoaret er mest utbredt.

Han opplevde ofte at han bare "forsvant" mens han drev på med dette, altså at han ble så oppslukt og fokusert på musikken at alt det andre bare ble borte. Etterpå kunne det hende at han ikke hadde noe begrep om hvor lang tid som var gått, noe som, slik det tidligere har blitt nevnt⁵¹, kan finnes igjen innenfor AD/HD-diagnosen. Han trakk frem begrepet "immediatisme" for å illustrere måten musikken hans ble fremført. Denne filosofiske ideen går innen det musikalske ut på at man skal gjøre avstanden mellom utøveren og musikken så kort som mulig. Kunsten skal være "umiddelbar" og ufarget av teknikk, forutenkte ideer eller stilistiske koder. Denne instinktive og spontane holdningen til musikk kan relateres veldig til hvordan barn leker, nemlig instinktivt og spontant. Igjen kan man trekke inn Bjørkvold og *ngoma*. Det er snakk om en "lek" med lyd der informanten i aller høyeste grad kan få utløp for sin freidighet, spontanitet, utålmodighet og rikdom av ideer. Et forum der de rammeløse forholdene åpner for overskuddet av kreativitet som den med AD/HD brenner inne med.

Informant 1 og 3 delte en fellesopplevelse, nemlig at de begge trengte følelsen av å ha kontroll over situasjonen i en gitt fremføringsmessig sammenheng.

Altså... jeg liker jo å ha kontroll da. Jeg liker å ha oversikt og jeg liker ikke å være uinformert sånn i dagliglivet og sånn da, og sånn er det egentlig i spilling og, at jeg liker å, ja kanskje være... den som organiserer og sånn ... i musikken og har kontroll på alt. (Informant 1)

Følelsen av å ikke ha oversikt over ting som skjer fra dag til dag er noe mange med AD/HD sliter med. Det blir som å hele tiden ha følelsen av at man har glemt noe. Det jeg opplever at informant 1 prøver å si i sitatet ovenfor er at den samme følelsen dukker opp når man spiller en låt man vet at man ikke kan. Informant 3 nevner at når repetitøren plutselig gjør noe uventet som å hoppe over en repetisjon, ta seg spillemessige friheter eller rett og slett spiller feil, så blir hele fokuset på musikken rokket ved. Dette er for så vidt ikke annerledes her enn det er for andre uten diagnose også; når noe uventet skjer kan vi bli fullstendig satt ut. Man må gjerne være uenig, men jeg antar at dette er mer utbredt innen klassisk musikk enn den såkalte rytmiske musikken, fordi uventede ting ikke skal kunne forekomme i like stor grad når musikken er "frosset ned" slik Peter Winkler uttrykker det angående musikk i partitursk form i boken *Writing Ghost Notes: The Poetics and Politics of Transcription* (Winkler, 1997:172-173). Det som kanskje gjør en slik situasjonen annerledes hos de med AD/HD, er at

⁵¹ Kap. 2.2.2

eventuelle vansker med sensorisk integrering påkaller en større forvirring og usikkerhet. I det Repetitøren sklir ut trekkes hele fokuset dit og man klarer ikke å opprettholde sitt egen musikalske bidrag. Både informant 1 og 3 forteller at de ofte lytter mer til de andre enn til seg selv. Det vil i praksis si at man på sett og vis er på autopilot og spiller/synger primært på muskelminnet og automatikk. Kan dette ha med sensoriske vansker å gjøre, at det å se seg selv i en dypere kontekst integrert i musikken er utfordrende?

Det informant 1 sier om at han liker å *ha kontroll på alt og være den som organiserer* kan relateres til den tendensen personer med AD/HD har til å lede an og kjøre sitt eget løp slik det stikkordsmessig er nevnt i kapittel 2.2.5 Dette kan kanskje sees i sammenheng med hvordan en latent hyperaktivitet gir muligheten til å være en pådrivende og inspirerende kraft. I ånd av en "desto mer man gjør, desto mer vil man få til"-holdning vil kapasiteten til en med AD/HD kunne gi utslag i form av stor evne til prosjektoppstartning. Hvis man tenker "musikk er gøy, det vil jeg gjøre så mye som mulig", så blir det logisk at man drar i gang mange musikalske prosjekt for å tilfredsstille egne selvrealiseringsbehov og fordi det rett og slett er gøy. La meg igjen påpeke at det ikke her er snakk om generelle tendenser hos alle med AD/HD, men erfaringer av enkeltindivider. Informant 2 kunne for eksempel fortelle en ganske annen historie, nemlig at det var vanskelig å ta den organisatoriske biten på egenhånd. Den konkrete opplevelsen var at han og en annen person hadde tenkt å spille på en festival, men så ble det slik at tiden bare gikk og ikke noe initiativ ble tatt fra informantens sin side i forhold til å melde seg på. Han bruker ordet *distrahert*, altså at han ble distrahert og dermed glemte hele greien. Heldigvis var den duoens andre part i stand til å ordne det slik at spillejobben gikk i boks. I det hele tatt så opplever informant 2 at å jobbe sammen med en annen person gjør alt lettere. *Han fungerer som katalysator* blir det påpekt, dette i forståelsen av at alle de kreative ideene og det musikalske kan få utløp på grunnlag av at samarbeidspartneren sier: "Vi tar den helgen... og så spiller vi inn først før vi tar bussen dit også spiser vi der før vi..." o.s.v. Slike ting er nemlig akkurat det som gjerne kan være vanskelig for de med AD/HD innen et virke som profesjonelle musikere. Nemlig alle de tingene som ikke har med musikken direkte å gjøre, altså skrive søknader, booke jobber, gjøre selvangivelsen eller organisere turneer. Det å alliere seg med en annen person som impliserer ikke at den ene tar seg av det administrative mens den andre konsentrerer

seg om det kreative. Slik jeg opplever det ut fra informant 2 er det mer snakk om å ha noen som kan gi stabilitet.

A---→intervjuer

B---→informant

B: Når du har to mennesker sammen så oppstår det en rytme, en sånn der...

A: Mellommenneskelig... ting?

B: ...interaksjonsgreie...

A: Ja?

B: ...som gir på en måte en slags stabilitet da, men sitter jeg alene sant, så kan jeg på en måte... blir jeg...ja...

A: Da har du ingenting som "stopper" deg... på et vis?

B: Nei... nemlig, så det er med å på en måte etablere en sånn der kommunikasjon, en sånn kontakt med et eller annet.

Grunnen til at jeg tar med hele denne passasjen, er at jeg tror det her ligger et viktig poeng som man bør merke seg for å forstå personer med AD/HD og problematikken de ofte står overfor. Det som skal til for å fjerne opplevelsen av symptomene som handikap, trenger ikke å være mer en et klapp på skulderen, en retningsgivende instruks eller muligheten til å drive med noe som er lystbetont. Duvner uttrykker seg, etter min mening, svært treffende i innledningen til boken sin:

Det er et skjult handikap, og de er mer handikappede jo mindre omgivelsene er i stand til å ta hensyn til det. (Duvner, 2004:9)

Hvis man, slik informant forteller det, ser at bare det å jobbe i tett kontakt med en annen person gjør ting lettere, burde det være mulig for omverdenen og skape gode utviklingsrammer. Slik jeg ser det er AD/HD aldri en unnskyldning for hvordan man bærer seg ad, men det kan være en forklaring, og så lenge man vet hva utfordringene er kan man med letthet gjøre tilværelsen for den med AD/HD bedre.

5 Drøfting av enkelte aspekter etter intervjuene

5.1 Vekslede presens

En tilbakevendende utfordring i behandlingen av de forskningsmessige funnene mine, har vært å trekke frem hva som gjør de ulike møtene med musikk annerledes hos de med AD/HD i forhold til andre. Noen av de kartlagte områdene har vist seg å ikke særlig la seg affektere av diagnosen i det hele tatt. For eksempel dette med prestasjonsangst hvor jeg ikke egentlig kan påstå å se noe som gjør personer med AD/HD mindre eller mer utsatte enn andre. På noen områder virker det imidlertid tydelig at diagnosen gjør seg gjeldende. Blant annet innenfor det spillemessige kan det la seg spore indikatorer på impulsivitet, spontanitet, energiskhet, og stor kreativitet med alt det positive og negative det fører med seg.

5.2 Lyttevaner

Et annet interessant poeng kan være at alle de jeg har snakket med har gitt uttrykk for en lyttingsmessig tilbøyelighet til å høre på musikk som er komplisert på en eller annen måte. Informant 1 nevnte jazz, informant 2 nevnte musikk som gjorde bruk av matematiske fenomen og informant 3 nevnte musikk som var harmonisk kompleks. Selv om jeg er sikker på at alle tre hører på mer musikk enn den som ble nevnt i intervjuet, var det tankevekkende, for eksempel dét at ingen trakk frem samtidig popmusikk som preferanse. Det er ingen nyhet at personer som driver med musikk på et visst nivå ofte er kjent for å ta avstand fra den "sjelløse" popmusikken og søke mot det ekstravagante og unike, men en akademisk tilnærming til også det som er mainstream, foreligger etter hvert i stor grad⁵². Jeg vil frem til følgende: Det at de tre intervjuede er over gjennomsnittet interessert i musikk, forklarer ikke alene hvorfor popmusikk uteblir når de snakker om sine preferanser. Jeg kan selvsagt ikke trekke generelle slutninger på grunnlag av bare tre informanter, men det er likevel nevneverdig syns jeg. Spørsmålet forblir om det hos mine informanter er en sammenheng mellom musikksmak og diagnose. Det som umiddelbart slår meg er hvordan det store mestringsbehovet hos de med AD/HD kanskje frembringer en slags "se hva jeg kan"- tendens. Man vil så gjerne

⁵² Altså forståelsen av populærmusikk som høykultur.

vise verden at man kan, så derfor blir "wow-faktor", rapiditet og teknisk forståelse en vei man går.

5.3 Det lystbetonte

En annen ting jeg vil påpeke er dette med konsentrasjonsvansker. Det er temmelig entydig, ut fra mine funn i hvert fall, at disse gjør seg gjeldende, særlig innen øving. Problemer med å holde fokus ser også ut til å være svært avhengig av den umiddelbare gleden man finner i øvingsmaterialet. Hvis det oppleves vanskelig å skape en øvingssituasjon som er morsom og inspirerende må man prøve å være oppvakt i forhold til å vite hva som gir mening å øve på og tvinge seg selv til å fortsette selv om det kan være kjedelig.

5.4 Motorisk ekspressivitet – en slags øving?

Det ser ut til å foreligge en sammenheng mellom det Bjørkvold sier om spontansang og den impulsive ekspressiviteten som foreligger hos de med AD/HD. Med tanke på det som har blitt sagt om vansker med impuls kontroll, kan det kanskje tenkes at slike uttalelser av ens indre verden som Bjørkvold omtaler, tas med inn i voksenlivet og er med på å farge ens senere musikalske utfoldelse. Jeg mener ikke at man med AD/HD nødvendigvis tar med seg spontansangen videre i den formen som brukes hos barn, men at noen av de samme trekkene blir med i reviderte utgaver. La oss si at man i hele oppveksten har laget mye lyd og nynnet ting man har i hodet. Går det nok tid vil jeg tro at det gir utslag på ens gehør for eksempel. Og hva med knipsing eller tromming på låret mens man sitter i klasserommet eller går på gata? Med tilstrekkelig mengdetrening, vil det ikke etter hvert oppstå en viss forståelse for rytmikk og time? Informant 3 påpekte at hun som barn var svært auditivt utagerende. Kan dette ha vært en medvirkende årsak for å, sakte men sikkert forme og trene gehøret? Som en liten digresjon her vil jeg trekke inn meg selv, som hele livet, og fortsatt, knipser, trommer på låret, beatbokser med munnen og tennene, plystrer og nynner mens jeg går nedover gaten. Det er gjerne ikke så utagerende som det var før, men jeg vet med meg selv at jeg har innstudert mang en polyrytmisk figur på denne måten; på vei til bussen.

6 Avslutning

6.1 Pedagogiske tiltak

Følgende avsnitt er et biprodukt av undersøkelsen som fortjener å være med, nemlig en musikkpedagogisk oppfordring. En eventuell lærer bør være klar over vanskene som eleven med AD/HD må hankes med, slik at han kan forstå hvorfor han eller hun gir opp når det ikke oppleves progresjon etter, la oss si to uker med jobbing. Er man flink til å skape en forståelse rundt at det som eleven gjør faktisk er viktig og nytter, vil eleven motiveres for å jobbe videre med stoffet. Dessuten kan det være lurt å gi klare beskjeder: "Jobb med øvelse 1, 2, 3 og 4 til du kan spille det i 180 bpm til neste gang", i stedet for å ordlegge seg åpent, for eksempel slik: "sett deg inn i denne spillestilen til neste gang". Det er lurt å konkretisere og gå på detaljplan. Det beste er hvis det ikke er rom for tilfeldigheter i øvingen. Dette har å gjøre med vansker innen langsiktig tenking. Fokuser man på hver enkelt bit av et større tema i stedet for å åpne alle dørene på en gang, unngår man at eleven blir "paralysert" i møtet med stoffet.

6.2 Sammendrag

Det er på grunnlag av mine forskningsdata liten tvil om at AD/HD faktisk gjør seg gjeldende innenfor et musikalsk virke. Hvordan lar seg imidlertid ikke oppsummere i en setning. Jeg har derfor satt opp en eksplisitt liste over områder hvor diagnosen i denne undersøkelsen synliggjøres:

Konsentrasjonsvansker og problemer med vedvarende oppmerksomhet:

- Oppstart av øvingsøker eller nye prosjekter: Det er vanskelig å sette i gang med noe nytt som virker uoverskuelig og lite håndgripelig.
- Strukturering av øvingsøker: Man vet ikke hva man skal øve på og kjenner seg dermed handlingslammet.
- Flyt i øvingsøkten: Er det for mange avledende elementer i øvingsrommet blir det vanskelig å konsentrere seg om det man skal.
- Breddeforståelse for mange sider ved musikk: Grunnet hyppige skift av interessefelt tilegner man seg det grunnleggende innen et mangfold av områder.

Hyperaktivitet:

- Tendering mot overspilling: Man har mye på innsiden som vil ut, noe som fører til at man kan miste fotfestet i prosessen.

- Høy energi på scenen: Man kan tilføre musikken et eksplosivt element som gjør den spennende og levende.
- Utholdenhet i øving: Hvis man først er i gang kan man holde på i timevis.
- Tidlig utvikling av tonalt gehør og rytmisk forståelse: Grunnet uro i hender og føtter eller vokaliserende lek med stemmen dannes et nyttig fundament for videre musikkforståelse.
- Forkjærlighet for rapiditet, virtuositet og harmonisk kompleksitet: Nedfelt i behovet for oppmerksomhet og ønske om å bli oppfattet som "flink".

Impulsivitet

- Spontanitet i spillingen: Man gjør impulsive valg som kan gjøre musikken uforutsigbar og spennende, eller eventuelt skaper forvirring hos medmusikanter og gir negative musikalske utfall.
- Stor fleksibilitet: Man kaster seg ut i ting og må følgelig lære seg å håndtere de forskjellige utfordringene man støter på.
- Stor modighet: Man tør å si ja til ting man ikke vet om man får til.

Det er viktig å understreke at dette er måter AD/HD *kan* påvirke ens musikalske virke. Å synliggjøre det som hos mine informanter har vært gjeldende kan gi en viss oversikt, men aldri et fullstendig bilde, nettopp fordi det er snakk om individer som alle har sin helt unike historie å fortelle. Det er svært mange faktorer i spill som er med på å forme hvordan vi er og hvilken vei vi går i livet. Men som sagt, det har ikke vært meningen å finne ut om musikk er en naturlig vei å gå for de med AD/HD, men hvordan de som har gjort det faktisk opplever det. I håp om at jeg ikke blir for bombastisk vil jeg avrunde ved å sitere informant 3:

Hvis det er et diagnostisk trekk at man vil uttrykke seg selv og "bli sett", legger ikke dette et godt grunnlag for musikalsk virke?

Ut fra mine forskningsresultat mener jeg at en slik påstand lar seg legitimere. Og når det gjelder problemformuleringen min vil jeg si følgende: Hvordan kan det at man har AD/HD påvirke ens musikalske virke? Både på positive og negative måter.

6.3 Forslag til fremtidig forskning

Etter å ha gjennomført intervjuene satt jeg igjen med mye kvalitativ forskningsdata. For ettertiden kunne man hatt nytte av supplerende kvantitative data for å utdype de funnene som her er blitt presentert. Jeg tenker da på ting som for eksempel statistiske data for å finne ut hvilke instrumenter som er preferert hos de med AD/HD, noe som jeg

lenge har hatt en mistanke om at ville bekreftet en overvekt av bandinstrumenter fremfor orkesterinstrument. På samme måte kunne det ha vært interessant å funnet ut om andelen personer med AD/HD er representert mest i den klassisk eller den rytmiske. Dessuten ville kvantitativ data kunne gitt svar på om personer med AD/HD velger å gå skoleveien for å komme inn i musikalsk virksomhet eller om de går utenom utdanningsapparatet og øver/spiller seg inn i yrkeslivet. En annen ting er dette med forskjellene mellom jenter og gutter, som jeg ikke har brukt noe særlig tekst på ettersom utvalget mitt ikke har vært stort nok til å påpeke representative funn. Jeg antar at det vil være musikalske trekk som på generell basis er forskjellige mellom gutter og jenter. Videre ser jeg for meg at automatisk transkripsjon av spillingen til personer med AD/HD kunne avdekket mer i dybden dette med å være frampå og energisk. Hadde man sammenlignet 50 soloer av personer med AD/HD med tilsvarende antall uten, hadde kanskje slike tendenser kunne latt seg påvise. Hadde undersøkelsen blitt gjort i et annet land ville man nok fått andre resultater fordi mye av den kvalitative dataen forholder seg til sosiokulturelle faktorer og miljøpåvirking. Det er snakk om individer som ikke bare har en diagnose, men som også er medlemmer av et samfunn og de ulike strukturelle plan deri.

Kilder:

- Beifring, Edvard 2002: *"Forskningsmetode, etikk og statistikk"* – Det Norske Samlaget, Oslo
- Bjørkvold, Jon Roar 1989: *"Det musiske menneske"* – Freidig Forlag, Oslo
- Dalen, Monica 2004: *"Intervju som forskningsmetode"* – Universitetsforlaget, Oslo
- Duvner, Tore 2004: *"AD/HD – Impulsivitet, Overaktivitet, Konsentrasjonsvansker"* – Damm&Søn
- Fog, Jette 1997: *"Med samtalen som utgangspunkt"* – Akademisk forlag A/S
- Haraldsen, Gustav 1999: *"Spørreskjemametodikk"* – Ad Notam Gyldendal
- Holter, Anne og Kalleberg, Ragnvald 1994: *"Kvalitative Metoder i Samfunnsforskning"* – Universitetsforlaget Oslo
- Jørgensen, Harald 1982: *"Fire Musikalitetsteorier"* – Aschehoug & Co
- Kvale, Steinar 1997: *"Det kvalitative forskningsintervju"* – Ad Notam Gyldendal AS
- Moore, Allan F. 1993: *"Analyzing Popular Music"* – Cambridge University
- NESH, 2006: *"Forskningsetiske retningslinjer for Samfunnsvitenskap, Humaniora, Juss og Teologi"* – De Nasjonale Forskningsetiske Komiteer
- Patton, Michael Quinn 1990: *"Qualitative Evaluation and Research Methods"* 2. utgave. SAGE Publications, Inc
- Repstad, Pål 1998: *"Mellom nærhet og distanse"* – Universitetsforlaget Oslo
- Ruud, Even 1979: *"Musikkpedagogisk teori"* – Norsk Musikforlag A/S, Oslo
- Ruud, Even 1983: *"Musikken – vårt nye rusmiddel?"* – Norsk Musikforlag A/S, Oslo
- Ruud, Even 1996: *"Musikk og verdier"* – Universitetsforlaget Oslo
- Winkler, Peter 1997: *"Writing Ghost Notes: The Poetics and Politics of Transcription"* University Press of Virginia
- Zeiner, Pål 2004 (red.): *"Barn og unge med AD/HD"* – Tell forlag a.s

INTERNETT:

<http://www.adhdnorge.no/index.asp?id=26745>

<http://www.nsd.uib.no/personvern>

<http://www.lovdatab.no/all/hl-20000414-031.html#map006>

<http://ntnu.diva-portal.org/smash/get/diva2:228687/FULLTEXT01>

<http://www.facebook.com/>

DVD:

Lillegården kompetansesenter og Sørlandet kompetansesenter 2006: *"AD/HD Styrmenn uten ratt"*. DVD VIDEO. Oslo: Media Service AS (Redigering og DVD-authoring)

Andersen, Sveinung W. 2007: *"Alltid Uro"* - Sørlandet kompetansesenter

Lytte-CD:

1. Stella by Starlight – Informant 1
2. Untitled – Informant 2
3. Fiolinkonsert I – Phillip Glass
4. Zwei Lieder op. 39 – Fartein Valen
5. The Birth and Death of the Day – Explosions in the Sky
6. Passion Dance – Informant 1

Intervjuguide

Innledning

1. Fortelle litt om musikalsk og sosial bakgrunn. Hvordan/hvorfor begynte de med musikk? Spilte familien en viktig rolle?
2. Hvilket instrument spiller de og hvilken stilart er foretrukket?
3. Har de vært bevisst sin diagnose? På hvilken måte opplever de sine egne symptomer?
4. Opplevs en link mellom ADHD-symptomer og musikalske tilbøyeligheter?

Lytting

1. Fortelle litt om egne lyttevaner.
2. Hender det at de "fortaper seg" i musikken?
3. Hva skal til for at de skal bli rørt (i emosjonell forstand) ut fra en musikalsk opplevelse.

Øving

1. Greie ut om øvingsvaner.
2. Hvor lang tid tar det å komme inn i en god øvingsflyt? Og når en "er der", hvor lenge blir man?
3. Merkes det forskjell i øvingsutbyttet ut fra hvorvidt øvingen er lystbetont?
4. Hender det ofte at man mister fokus og faller ut av "øvingsmodus"? Spiller man plutselig andre ting, - merker at man er på autopilot-?

Fremføring

1. Hvordan oppleves en live-situasjon for informantene? Blir de nervøse og urolige, eller tenderer de til å bli mer fokusert og avbalansert.
2. Blir de "sugd inn" i opplevelsen?
3. I henhold til tidsperspektivet, kommer man med mer musikalsk informasjon på kortere tid enn man gjør i en øvingssituasjon?
4. Hvordan opplever de den organiserende delen rundt en konsert, altså dialogen med spillestedet, budsjetteringen eller andre administrative ting?