

MASTEROPPGÅVE

MGMO5900

August 2022

Musikkens bidrag i læringsprosessen

Vitskapeleg

30 Sp Oppgave

Torstein Hauge



OsloMet – storbyuniversitet

Fakultet for lærerutdanning og internasjonale studier

Institutt for grunnskole- og faglærerutdanning

Samandrag

Denne masteroppgåva tar føre seg problemstillinga: *Kva er ungdomselevar si oppleving av musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon, i ein individuell elevaktivitet?* I tillegg skal eg undersøke om det er ein samanheng mellom elevane sin relasjon til musikk og kva grad av påverknad musikk har på fokus og konsentrasjon? For å svare på desse spørsmåla har eg nytta ein triangulerande forskingsmetode, ved hjelp av spørjeskjemaa. Totalt var det 40 informantar, frå 10.trinn, som deltok i forskinga. Den innsamla dataa er analysert og tolka ut frå relevansen informasjonen har i omsyn til problemstillinga og forskingsspørsmåla.

I to ulike økter skal elevane høyre på sjølvvald musikk og fellesmusikk, mens dei jobbar individuelt. I dei siste 15 minutta av begge øktene skal elevane som har gitt samtykke, fylle ut totalt to spørjeskjemaa.

Innleiingsvis vil eg presentere tidlegare forskning rundt det å bruke musikk i klasserommet og litt om musikkens påverknad generelt på mennesket. Vidare blir relevant teori presentert, som skal hjelpe å diskutere rundt problemstillinga og datamaterialet. I metodekapittelet vil eg kaste lys på kva metode studia nyttar seg av, validiteten, reliabiliteten og spørjeskjemaa. Dermed blir datamateriale presentert og i diskusjonskapittelet blir teorien og dataa saman drøfta for å gi eit svar på problemstillinga. Studia visar at musikk kan for enkelte elevar, ha eit stort potensiale for å støtte elevane i læringsprosessen.

Abstrakt

This master thesis explores the issue of *what are 10th grade student's experiences of music's effect on their focus and concentration, in an individual student activity?* In addition I will study is there some relation between the student's relationship with music and their perceived effect music has on their focus and concentration? To explore these questions I have used a science method called triangulation. This is a combination between a qualitative and quantitative study. The study uses a survey to collect the data material. In total there are 40 participants from 10th grade in this study. The collected data is analyzed and perceived on the back of its relevance to the study. The students who agreed to participate will in the first lesson, listen to self chosen music. In the next lesson they will listen to the same music as a group. In both of these lessons the students will work individually. In the last 15 minutes of each lesson, the informants will be given a survey.

In the start of this thesis I will present the motivation and evolution of this study and its issue. Moving on I'll present some earlier science articles, which explores the use of music in the classroom and some about music's effect on students in general. The next chapter explores the relevant theory I will use to help me discuss the issue. In the method-chapter I will present in more concrete manner, the science method, the validity, reliability and the surveys. Then the relevant data material will be introduced. The discussion chapter uses the theory and data materials to argue around the issue. The last chapter concludes the study. The study shows signs that music can, for some students, help support them in the working environment in the classroom.

Føreord

Ganske tidleg i planleggingsprosessen visste eg at forskinga mi skulle utforske kva påverknad musikk har på elevar når dei jobbar. Etter dei fire praksisperiodane i studie løpet, la eg merke til at det var mange elevar som verka understimulerte. Eller teikn på keisemd. Denne studia gjer eit forsøk i å ta tak blant anna desse problema.

Under skrivinga av denne mastergraden har eg utvikla ein større grad av disiplin, kompetanse og interesse for musikk som kunst. Gjennom å lese ulike forskningsartikklar og generelt litteratur om musikk og hjernen, har eg lært masse nytt og interessant. Men at mange elevar opplevde ein positiv påverknad av musikken, hjelpt på motivasjonen i det lange løp.

Først og fremst vil eg takke vegleiaren min Fritz Eidsvaag! Din konstruktive kritikk og inspirerende ord er eg veldig takknemleg for, takk for støtta. Ein stor takk til praksislæraren min Stig Terje Inderberg, som sa ja til å utføre forskinga mi i klassane hans. Samt alle 40 elevane som gav sitt samtykke til å vere med. Tusen hjarteleg takk.

August, 2022

Torstein Hauge

Innholdsliste

1. Innleiing.....	7
1.1 Problemstillinga	7
1.2 Oppgåvas struktur.....	8
2. Tidlegare forskning	10
2.1 Effekta bakgrunnsmusikk har på barn 10-12 år sin oppgåveløysing.....	10
2.2 Effekta av bakgrunnsmusikk på produktivitet, motivasjon og oppførsel.....	10
2.3 Musikk som meistrinsstrategi.....	11
2.4 Verknaden musikk har på den kognitive prestasjonen til studentar	12
2.5 Musikk som støtte til elevane	12
3. Teori.....	13
3.1 Konsentrasjon.....	13
3.2 Fokus	14
3.2 Bakgrunnsstøy	14
3.3 Habitus og musikalsk agentskap	15
3.4 Flyt tilstanden	16
3.5 Tilpassa opplæring	16
3.6 Yerkes Dudson Lova og aktivering.....	17
4. Metode.....	19
4.1 Kvalitativ, Kvantitativ og Triangulerande tilnærming	19
4.2 Reliabilitet	20
4.3 Utval	21
4.4 Validitet.....	22
4.5 Spørjeskjema	22
4.5.1 Spørjeskjema 1- Pluggar/hovudtelefonar	23
4.5.2 Spørjeskjema 2 - Fellesmusikk.....	25
4.6 Praktisk utføring av forskinga	26
4.6.1 Val av musikk i timen	28
4.7 Analysearbeid.....	28
4.8 Forskingsetikk	29
4.9 Oppsummering av metode.....	30
5. Presentasjon av funn.....	31
5.1 Elevanes relasjon til musikk - klasse 1.....	31
5.2 Elevanes relasjon til musikk - klasse 2.....	32

5.3 Samling av dataa om elevanes relasjon til musikk	34
5.4 Elevane som praktiserar musikk.....	34
5.5 Musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon – Klasse 1	35
5.5.1 Positiv påverknad	36
5.5.2 Negativ påverknad.....	37
5.5.3 Ingen påverknad	37
5.6 Musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon - Klasse 2	37
5.6.1 Negativ og ingen påverknad.....	38
5.6.2 Positiv påverknad	38
5.6.3 Samling av informantane sin opplevde påverknad.....	39
5.7 Fellesmusikkens påverknad på fokus og konsentrasjonen	40
5.7.1 Positiv påverknad	40
5.7.2 Ingen påverknad	40
5.7.3 Negativ påverknad.....	41
6. Diskusjon.....	42
6.1 Elevane si relasjon til musikk i kombinasjon med musikkens påverknad	42
6.2 Informantane si opplevde påverknad på fokus og konsentrasjon - økt 1	46
6.3 Informantane si oppleving av fellesmusikkens påverknad – økt 2.....	53
7. Konklusjon.....	55

1. Innleiing

Då eg var 12 år gammal, starta eg min musikalske reise ved hjelp av gitaren. Heilt sidan den tid har musikk sin evne til å samle folk og skape glede, fasinert meg. Totalt sett har musikk vore ein verdifull emosjonell støtte i livet mitt. Noko av mine høgdepunkt i livet har vore i samspel med andre musikarar. Inspirasjonen til denne masteroppgåva kan ein spore tilbake til når eg og musikk klassen min, frå folkehøgskulen (2015), skulle spele live musikk for ein aldersheim. Hos denne aldersheimen planla vi å spele nostalgisk musikk for dei eldre som budde der. Eg kjem aldri til å gløyme ansiktet til dei eldre. Dei smilte frå topp til tå og song med. Fleire av desse hadde demens og Alzheimer. Dette er sjukdommar som blant anna svekkar hukommelsen. Før vi forlate bygget, sa musikk læraren min til oss at den nostalgiske verdien vi gav mange av pasientane, ved hjelp av musikk, er veldig verdifull. Han fortalde at musikk kan gjenskape tapt minne hos dei eldre med demens og Alzheimer, i ei ein kort periode. At musikk kan ha ein så sterk effekt på hjernen var ukjent for meg på den tida. Dermed auka interessa mi for musikkens generelle påverknad på oss menneske.

Min indre motivasjon for denne oppgåva er blant anna at eg sjølv slit med fokus og konsentrasjon, spesielt under skularbeid. I denne prosessen har musikk spelt ein utruleg viktig rolle i dei ulike oppgåvene eg har møtt på. For meg, slik som mange elevar fortalde i denne studia, hjelper musikk med blant anna å blokkere ut bakgrunnsstøy. Dermed blir arbeidskåra mine betre.

1.1 Problemstillinga

I utviklingsfasen av den endelege problemstillinga, må vi tilbake til slutten av 2021. Eg fant ein artikkel publisert av NRK i 2017, som skreiv at i følge Reseptregiseret har tal på personar med diagnosa ADHD i Norge auka frå 11 000 til 42 000 dei siste ti åra (Hatlo & Stensholt, 2017). Perioden 2007 til 2017. Artikkelen fortel at psykologspesialist Espen Idås stillar seg skeptisk til denne aukande diagnosinga, og meiner at mange av desse personane kan ha andre problem enn ADHD (Hatlo & Stensholt 2017). Sjølv om desse tala kanskje ikkje stemme, kan desse diagnosingane sei litt om elevane mange lærar møtar i kvardagen. Helsenorge skriv at kjernesymptoma på ADHD er konsentrasjonsproblem og vedvarande oppmerksomd, hyperaktivitet og impulsivitet (2020). Uavhengig om desse elevane har ADHD eller ikkje, tolka eg dette som at mange elevar ikkje blir møtt eller stimulert nok i klasserommet. Dermed kan elevane sin oppførsel bli feiltolka av lærarar, samt andre profesjonelle. Formålet i studien er å finne ut om musikk kan hjelpe elevar som treng støtte i

læringsprosessen, og forbedre arbeidsmiljøet deira. Slik kom eg fram til den endelege problemstillinga til denne masteroppgåva.

Kva er ungdomselevar sin oppleving av musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon, i ein individuell elevaktivitet?

For å utforske problemstillinga har eg vald å utføre ein metodetriangulering (Jacobsen & Postholm, 2018, s. 236—237). Denne tilnærminga er ein kombinasjon av kvalitativ og kvantitativ. Hensikta med denne tilnærminga er å få tal på kva påverknad elevane meiner musikken har på dei. Samt at dei blant anna fortel opent om kva rolle musikk spelar i livet deira og kvifor musikken hadde den gitte påverknad. Sidan kvar menneskets musikkoppleving er unik for individet, var det viktig at studia skapte rom for elevane å ytre seg opent i undersøkinga. Det er og meir enn ein måte å bli eksponert for musikk på. Fellesmusikk, der alle kollektivt høyrar den same musikken. I tillegg til sjølvvald musikk lytting, ved hjelp av pluggar eller øyretelefonar. Dataa samla inn av desse spørjeskjemaa, skal hjelpe å svare på problemstillinga.

1.2 Oppgåvas struktur

Kapittel 2 kastar lys på tidlegare forskning. Her skal eg vise til fem ulike studiar som har blitt gjort rundt musikkens påverknad på mennesket kognitivt og produktivt.

Kapittel 3 tar føre seg teorien til oppgåva. Denne teorien skal hjelpe meg å svare på problemstillinga og forskingsspørsmåla, i kombinasjon med det innsamla datamaterialet. Først blir omgrepa i problemstillinga, fokus og konsentrasjon definert. Vidare blir omgrep som bakgrunnsstøy, tilpassa opplæring og Yerkes—Dudson lova belyst for å hjelpe meg å svare på problemstillinga.

Kapittel 4 Metodekapittelet tar tak i korleis forskaren har konkret tenkt å utføre studia. Her møtar lesaren på grunnlaget for metodevalet. Vidare blir rekrutteringa av informantar skreve om og korleis den praktiske utføringa var. Sidan studia nyttar seg av to spørjeskjemaa, fortel eg korleis dei har blitt forma og kvifor. Tilslutt vil det forskingsetiske aspektet ved oppgåva blir belyst og ein kort oppsummering for å avslutte kapittelet.

Kapittel 5 skal eg presentere funna. Her er det viktig at alle elevane som markerte positiv, ingen og dårleg påverknad blir høyrd. Først skal eg sjå om relasjonen eleven har til musikk spelar ein rolle i kva påverknad musikken har på fokus og konsentrasjonen. Vidare skal eg presentere den kvalitative og kvantitative dataa rundt musikkens påverknad på elevane.

Kapittel 6 skal eg diskutere rundt problemstilling. Samt å samle teorien med datamaterialet og drøfte kritisk fram og tilbake.

Kapittel 7 er det siste kapittelet og gir oppgåva ein endeleg konklusjon og innspel til vidare forskning på dette temaet.

2. Tidlegare forskning

For å finne tidlegare forskning rundt problemstillinga har eg nytta meg av følgjande søkeord; Bakgrunnsmusikk, musikk i klasserommet, musikkterapi, musikk, oppgåveløysing og kognitive ferdigheiter. Søkemotorane eg har brukt er Google Scholar, Oria og Eric IES. Gjennom søkeprosessen var det tydeleg at det er gjort ein del forskning rundt det å bruke musikk på skulens arena. Det er blant anna skreive om musikkens effekt på konsentrasjon, musikken sin innverknad hos kundar ved shopping og reklamer og grad av oppgåveløysing i klasserommet.

2.1 Effekta bakgrunnsmusikk har på barn 10-12 år sin oppgåveløysing

Den første studia er utført av Susan Hallam, John Price og Georgia Katsarou, og heiter "the effects background music on primaryschool pupils task performance" (2002). Denne studien tar føre seg 31 elevar ved alderen 10 til 11 år i London området. Deltakarane er tilfeldig stratifisert utvalt. Resultatet var blant anna at gjennomsnittet for fullførte oppgåver er høgare med musikk enn utan. Det var og ein signifikant forskjell mellom arbeid med og utan musikk. Men viss ein målar gjennomsnittet på riktige og gale svar, vart gjennomsnittet med musikk 27,8 og utan 23,5. Dette gav eit signifikansnivå på 0,12. Det er dermed signifikant forskjell i fullført oppgåver, men ikkje viss ein tar i betraktning rett og galt svar. Tilslutt målte studia prosenten på treffsikkerheita, ved å dele talet på korrekte svar med tal på svar. Her var det heller ikkje eit signifikansnivå. Men standardavviket mellom med og utan musikk var merkverdig. Med musikk var det 12,7, og utan 5,57 ($p = 0,025$). Dette betyr at det var ein stor individuell forskjell på treffsikkerheita. Nokon elevar auka sin treffsikkerheit, men ikkje nok til at ein kan bekrefte musikkens generelle positive effekt på oppgåveutføring.

2.2 Effekta av bakgrunnsmusikk på produktivitet, motivasjon og oppførsel

Den neste forskinga eg vil trekkje fram er "The effects of background music in the classroom on the productivity, motivation, and behavior of fourth grade students", skreive av Kvein N. White i 2007. White utforskar om bakgrunnsmusikk kan fungere som ein støtte i læringsprosessen. White skriv og om korleis musikk påverkar produktivitet, oppførsel og motivasjon hos elevar. Korleis dette har blitt målt og blitt ein konklusjon, skriv han ingenting om. Vidare skriv han at musikk hjelper studentane å føle seg meir komfortable, forsterking av konsentrasjonen, reduserar bakgrunnsstøy, og hjelper elevane oppnå ein form for roleg sinnstilstand (2007). Musikk drar lyttaren inn i situasjonen, stimulerar interesse, kreativitet og meir kompleks tenking. Eit stort fokus i forskinga er den stimulien musikk kan gi elevane.

White utføre og ein variasjon av formelle intervju både individuelt og i små grupper, for å høyre korleis opplevinga deira var og kva tankar dei hadde rundt opplegget. Mange av elevane sine opplevingar fortel White som positive.

Tilslutt svarar dei lærarane som hadde brukt bakgrunnsmusikk, på eit spørjeskjema. Dette spørjeskjemaet tar føre seg lærarane sine observasjonar og tolkingar av bakgrunnsmusikkens effekt. White sin studie held seg ytarleg til det konfirmerande aspektet, ved at det som blir nemnd i teksta set musikken i eit glansbilete, og løysninga på alle problem. På den andre sida visar studia musikkens potensial. Dette ser vi ved at mange av elevane som var individuelt intervjuja, ytra positive opplevingar med musikken i bakgrunn.

2.3 Musikk som meistringsstrategi

Den tredje teksten eg vil kaste lys på ein artikkel Marie Skånland har skreve om (mobil) musikk som meistringsstrategi (2009). Marie Skånlands artikkel handlar om korleis musikken kan hjelpe lyttaren til å administrere og regulere sine egne tankar, sinnsstemning, kjensle, energinivå, og bidra til ein oppleving av betre sjølvkontroll. I følgje Skånland kan musikken dermed fungere som ein meistringsstrategi, eller eigenomsorg. Artikkelen har ein generelt perspektiv på menneskets oppleving av musikk og effekt. Forskinga mi omfamnar spesifikt ungdomselevar sin oppleving av musikkens påverknad i ein individuell elevaktivitet.

Skånland fokus er meir omfattande og på eit meir generelt nivå, nemleg musikkens bidrag til å hjelpe menneskets indre kontroll, ro og betre evne til å oppnå meistring. Skånland refererar i denne artikkelen til omgrepet bakgrunnsstøy, og at noko av det mest grunnleggande musikk bidrar med hos lyttaren er å stenge ute uynskja lydar.

Skånland refererar til ulike studie som visar til musikkens rolle i å regulere sinnstilstandar.

Saarikallio og Errkila (2007) utføre gruppeintervju med åtte tenåringer frå Finland.

Deltakarane var fire gutar og fire jenter og den musikalske bakgrunnen deira varierte frå aktive musikarar til aktive musikk lyttarar. Informantane fortalde at musikken fungerer som ein distraksjon frå skularbeid og stress. Samt at deira personlege behov for musikk var basert på humøret, haldningar og opplevingar i samsvar til kva aktivitet og situasjon dei fant seg sjølv i (Errkila & Saarikallio, 2007). I van Goethems (2008, referert frå Skånland, 2007) studie på 44 engelske universitetsstudentar, brukar dei aller fleste musikk som eit middel for å regulere sine stemningar. Eit anna eksempel er Skånland fortel om er DeNoras studie (2000), der informantane bevisst nytta seg av musikk for å regulere sinnsstemningar og kontrollere kjenslar og humør. Denne stemninga som Skånland skriv om kallar DeNoras for "to get in the

mood” (2000). Disse studia visar potensialet musikk har til å støtte elevane i læringsprosessen, og bidra til å skape ein stemning og miljø som kan hjelper elevane meistre ulike oppgåver og utfordringar på skulens arena.

2.4 Verknaden musikk har på den kognitive prestasjonen til studentar

Arielle Dolegui utførte ein studie i 2013 der ho utforska kva påverknad to forskjellige typar musikk, med forskjellige intensitet og volum har på studentar sin evne til oppgåveløysning i matematikk. Utvalet var på totalt 32 psykologistudentar. Dolegui utføre ein t-test, for å teste hypotesen om at den beste skåren ville vere når studentane ikkje vart eksponert til musikk. Studia viste at hypotesen til Dolegui stemte ved at alle studentane rapporterte betre oppgåveløysing når dei arbeida utan musikk. Tala frå studia viste og at studentane sin totale poengsum var signifikant betre under lav intensitet i motsetning til høg. Til slutt nemnar forskaren at det var ingen signifikant forskjell på poengsum mellom deltakarane under roleg og høg musikk. I tillegg var det ikkje særleg forskjell på poengsummen når både den klassiske musikken og rock/metall på høg intensitet. Dolegui forklarar den lave skåren studentane hadde mens dei jobba med høg intens rockemusikk, ved at det er tekst og fleire instrument som bass, gitar og trommer som ein distraherande faktor. Denne studia tar avstand frå verdien av sjangerval når ein skal jobbe med musikk i bakgrunnen. Heller intensiteten på musikken som ein stor faktor. Dolegui konkluderar med at volum og intensitet spelar ein stor rolle ved bakgrunnsmusikken påverknad på kognitiv prestasjon. Samt at ein stille og roleg miljø er det beste arbeidsmiljøet.

2.5 Musikk som støtte til elevane

Den siste teksta eg skal introdusere er skreve av Heather Blackburn i 2017. Blackburn oppfordrar i denne artikkelen lærarar å utforske bruken av musikk i klasserommet. Forfattaren skriv at tempoet til musikk ein høyrar på, påverkar blant anna blodtrykket og pustemønsteret. I kontrast vil treigare og meir avslappande musikk ha ein roande effekt på pust og hjerteslaga (2017, visar til Trappe, 2012). Med andre ord har musikk og oppførsel ein tilknytning, og val av musikk er, i følgje Blackburn, ein konsekvens av ynskja kroppsleg respons. Blackburn nemnar og musikken avslappande påverknad, ved at det kan motverke stress og dermed senke kortisol nivået i kroppen, som er eit stresshormon (2017, visar til Yehuda, 2011). Blackburn konkluderar å skrive blant anna at vi som menneske er naturleg eit musikalsk vesen. Musikk kan hjelpe læraren å skape eit trygt og komfortabelt miljø i klasserommet for fleire elevar.

3. Teori

Teorikapittelet fortel om ulike omgrep, som skal hjelpe meg å drøfte rundt funna og problemstillinga. Først skal eg klargjere omgrepa i problemstillinga, konsentrasjon og fokus. Deretter om habitus og musikalsk agentskap, som utforskar prosessen rundt musikkvalet til elevane. Vidare gir eg lys til omgrepet bakgrunnsstøy, og den subjektive tolkinga av støy. Lærarens evne til å tilpasse undervisninga, spelar ein viktig rolle for musikkens potensielle påverknad. Dermed skal eg skrive litt om dette. Til slutt fortel eg om Yerkes—Dodson lova og aktivisering.

3.1 Konsentrasjon

Omgrepa fokus og konsentrasjon er vanskeleg å definere på einstemming måte. Abrahamsen skriv at å ha riktig fokus eller konsentrasjon handlar om evna til å fokusere på det som skjer, samtidig som man evner å stenge ute irrelevante distraksjonar (2021, s. 105). Her fortel Abrahamsen om å ha ”riktig fokus eller konsentrasjon”. Det essensielle ved dette utsagne er konseptet å stenge ute irrelevante distraksjonar. Under denne master skrivinga brukar eg aktivt musikk for å stenge ute uynskja lydar som trafikk, verbal kommunikasjon, bakgrunnsstøy i nærleiken. Vidare fortel Abrahamsen at konsentrasjon handlar om personens bevisste val om å bruke mental innsats på det som er viktig i ein gitt setting. Det andre elementet er evna til å zoome inn på det som er viktig, det vil si å velje å fokusere på relevant informasjon og å stenge ute distraksjonar. Ein form for tunnel blikk (2021, s. 106). Her legg Abraham ansvaret på individets mentale innsats i jakta om å bli konsentrert som viktig. Det er med andre ord opp til individet. Schwew og Oakley skriv om konsentrasjon som ein modus. At du er i den konsentrerte modusen når du fokuserar på noko heilt bestemt, som når du rettar oppmerksemda mot ein forklaring av eit fenomen, eller når du sit og puggar nye omgrep (2020, s. 22). I følgje Imsen har oppmerksemd og konsentrasjon noko med motivasjon å gjer, og at dette er ein avgjerande faktor i læringsprosessen. Det er lettare å feste oppmerksemda til ting og hendingar som er av interesse, som betyr noko på sikt, eller som angår oss sjølve eller våre nære (2014, s. 123). I lys av dette verkar det som motivasjonen til individet, spelar ein viktig rolle for oppmerksemd og konsentrasjon. Vidare definerar Imsen motivasjon som eit teoretisk omgrep som nyttast til å forklare kva som førar til aktivitet hos individet, kva som held denne aktiviteten ved like, kor mykje innsats som settast inn og kva som gir den mål retning, mål og meining (2014, s. 294). På bakgrunn av denne informasjonen blir lærarens evne til å tilpasse oppgåva, slik at den interesserar elevane, ein avgjerande faktor for elevane sin oppmerksemd og konsentrasjon. Ved SNL sin definisjon av konsentrasjon ser vi likskap til

Immens ide. ”Konsentrasjon er å være opptatt av, og å kunne samle sanser og tanker om, utførelsen av en oppgave. Konsentrasjon påvirkes av følelsetilstander og kan være forstyrret ved mange former for psykiske lidelser, som oppmerksomhetsforstyrrelser ” (Helstrup, 2020).

3.2 Fokus

Det er eit fleirtal av teoriar på kva fokus spesifikt er. Ein av desse teoriane, som eg har valt som utgangspunkt er filterteorien. Filterteorien går ut på at den informasjonen vi blir eksponert for i ein gitt situasjon, blir filtrert ut før den får tilgang til merksemda vår. (Abrahamsen, 2021, s.106). SNL definerer fokus som eit midtpunkt eller sentrum. Ei sak eller ei interesse som ein rettar merksemda mot, som er i fokus eller som ein har fokus på (Nordbø, 2020). Abrahamsen fortel at fokus fungerer som eit filter, ei utsiling av irrelevant informasjon, medan Nordbø nyttar omgrepet fokus i definisjonen, og nemner ikkje noko om filtrering av irrelevant informasjon. Hjø han er det individets evne til å zoome inn på noko spesifikt som er av interesse. Okaley og Schewe fortel om fokus gjennom ein konsentrert modus som individet bevisst går inn i. ”Du er i den konsentrerte modusen når du fokuserer på noe helt bestemt, for eksempel når du retter oppmerksomheten mot en forklaring av et fenomen, eller når du sitter og pugger nye begreper” (2020, s. 22). Okaley og Schewe plasserar fokus som ei brikke i den konsentrerte modusen.

3.2 Bakgrunnsstøy

I Kevin White sin studie på kva påverknad bakgrunnsmusikk har på elevar, nemnar han at å legge til bakgrunnsmusikk i klasserommet bidrar til ein reduksjon av distraheringar, og ein auking av konsentrasjonsnivået. Desse distraheringane er essensen av kvit støy, eller bakgrunnsstøy. Musikken er med på å blokke ut forskjellige uromoment i klasserommet, som ei tikkande klokke, blyantar/pennar og stolar eller pultar som er i bevegelse (2007, s. 7). Even Ruud fortel at det er påvist at støy har negative verknadar på arbeidsprestasjonar, og at barn gjer det dårlegare under støyande forhold når dei skal løyse oppgåver som krev hukommelse og konsentrasjon (2005, s.86). FHI definerar støy, eller støyforureining, som ”uønsket lyd og lyd som kan gi helseskade. Umiddelbare virkningar av støy som forstyrrelse av kommunikasjon, konsentrasjon, søvn og hvile er godt dokumentert” (2022). I denne studia blir bakgrunnsstøy uynskja lydar som elevane kan høyre mens dei arbeidar. Ein utfordringa ved dette konseptet, er kva regnar ein som bakgrunnsstøy? I følgje Belojevic, Jakovljevic og Slepcevic er ein av dei fundamentale meiningane i moderne psykologi er at den same

situasjonen påverkar forskjellige personar på ulike måtar (2003, henvist til Tyler, 1965). Dermed kan elevens tolking av støy og påverknad varierende ut frå individet.

3.3 Habitus og musikalsk agentskap

Problemstillinga sitt utgangspunkt er at elevane gjer eit val om kva musikk dei skal ha i bakgrunnen mens dei arbeidar individuelt. Men kva er utgangspunktet for elevens evne til å velje musikk? Spelar elevens relasjon til musikk nokon rolle i dette valet? Pierre Bourdieu fortel om denne subjektive handlinga som eit overordna produkt av samfunnets mange innflytelsar. I følgje Bourdieu ”påvirker det sosiale miljøet og den sosiale klassen vi vokser opp i, våre tanker og handlingar på en grunnleggende måte.” Vidare fortel Bourdieu at dei ulike sosiale normene og forventningane som ein er født inn, i vil sette sitt preg på individet og forme tanke og handlingsmønsterane dine. Dette kallar Bourdieu for habitus (NDLA, Aanesen, 2021). Bourdieu sin ytring om habitus held seg på eit relativt overordna nivå, ved at det er mange ulike faktorar som spelar inn for å påverke habitusen til individet. Men kva om ein fokuserar på den musikalske delen av habitus? Hanken og Johansen skriv frå eit didaktisk perspektiv at læraren bør ruste elevane til å gå ut og ta i bruk det store mangfaldige musikktilbodet som samfunnet tilbyr. Å sette elevane i stand til det forbindast med omgrepet musikalsk agentskap, som er individets evne til å engasjere seg aktivt og ta sjølvstendige grep i sitt eige forhold til musikk innanfor dei rammene som samfunnet og kulturen set (2021, s. 257). Her går vi frå Bourdieu sin tanke om ulike innverknadar frå samfunnet på individet, til eit meir didaktisk perspektiv frå Hanken og Johansen. Der læraren er ein viktig brikke i utviklinga av elevane sin musikalske agentskap. Samtidig legg Hanken og Johansen ansvaret på eleven til å sjølv forme sin eigen agentskap innanfor samfunnet og kulturens rammer. Christophersen skriv at «habitus handler altså om hvordan verdi- og normsystemer, kulturelle vaner og holdninger setter seg i kroppen i form av smak/avsmak, og ubevisste være-, handle- og uttrykksmåter. Kulturen viser seg i individets livsverden i form av hvordan man går, snakker, kler seg, hvilken musikk man verdsetter osv» (2005, vise til Nielsen, 1999).

Even Ruud derimot, meina at identitet er nøkkelordet. I «den grad det er bare egne musikkpreferanser som kan være retningsgivende for hvordan musikken kan virke inn på oss.» Vidare fortel Ruud at det vil vere verknadsfullt å velje musikk ut frå eigen musikalsk identitet og kjennskap om kva den gitte musikk betyr for vedkomande, når helse og velvære skal oppretthaldast (2013, s. 273). Ruud legg ein verdi på individets tolking av deira eigen identitet som ein faktor. Det ytre presset frå samfunnet, i følgje Bourdieu, og den indre motivasjonen og identitetsmarkøren, frå Ruud sin side, spelar ein rolle i musikkvalet.

3.4 Flyt tilstanden

Flow, eller flyt tilstanden, er ein subjektiv tilstand som eit individ kan føle når ein er fullstendig involvert i noko til eit punkt der verken tid eller utmatting spelar inn. Alt av merksemd og driv blir retta mot aktiviteten. Eksempel på dette er når vi les ein god novelle, spelar eit godt parti sjakk/squash, eller ei i ein interessant samtale (Csikszentmihalyi, 2014, s. 230). Ein vesentleg faktor i denne flyt tilstanden som Csikszentmihalyi snakkar om, er i kva grad motivasjonen, interessa og viljen individet har, i møtet med utfordringa/aktiviteten. I ein didaktisk setting blir denne flyt tilstanden avhengig av eleven sitt møte med for eksempel ei spesifikk oppgåve og samtale i klassen (Kuhn & Hein, 2021, s. 5). Steve Dillon argumenterer for at musikk er verdifull fordi det er ein effektiv måte å oppnå flyt tilstandar. Flyt kan skje når utfordringa og føresetnadane til eleven er i balanse (2007, referert frå Hein & Kuhn, 2021, s. 5) Denne studien nyttar seg av to klassar på 10. trinnet. I den første klassen er det totalt 27 elevar, medan i den andre er det 30 elevar. På grunn av talet på elevar og mengda ulike føresetnader, er sjansen for at alle elevane i klassen oppnår ein flyt tilstand veldig liten. Men kan læraren, i kombinasjon med musikken, legge til rette for at eit fleirtal av elevane kjem i denne tilstanden? Eleven sine føresetnader i møtet med den gitte utfordringa, spelar ei viktig rolle for læring (Imsen, 2014, s. 254). Viss ikkje eleven er i stand til å meistre ei oppgåve fordi den er for vanskeleg eller krevjande, spelar det ingen rolle kva musikk ein høyrer på. Brean og Skeie fortel at ikkje noko eksperiment har klart å bevise at musikk kan ha ein longtidseffekt på evna til å klare intelligenstestar (2021, s. 155). Ikkje alle oppgåver elevane møtar i klasserommet er intelligenstestar, men det er vanskeleg å finne prov for at musikk påverkar kompetansen/kunnskapsnivået til vedkommande. Ringom meiner at musikk er generelt negativt for innlæring (2013, s. 186). På den andre sida fins det undervisningsmetodar som tar føre seg å synge alfabetet eller gongetabellen, og dermed hjelper elevane å hugse.

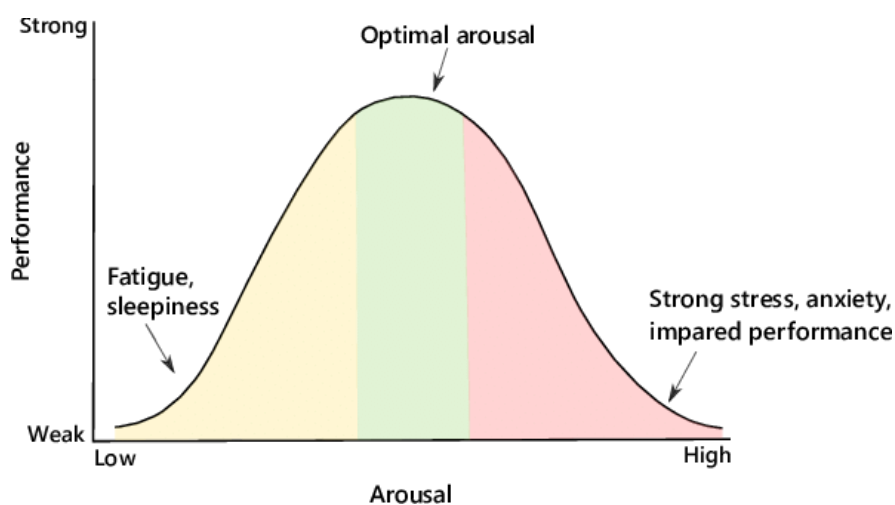
3.5 Tilpassa opplæring

Den andre føresetnaden til problemstillinga er at elevane i det heile tatt arbeider individuelt. Her kjem læraren si evne til å tilpasse undervisinga inn som ein viktig faktor for studien. Tilpassa opplæring handlar om å ta omsyn til den enkelt elev sine føresetnadar med varierte vurderingsformer, læringsressursar, læringsarenaer og læringsaktivitetar, slik at alle får best mogleg utbyte av læringa (Udir, 2021). For å betre forstå kva som ligg i omgrepet "tilpassa opplæring", så er det viktig å vite kva ein meiner med elevane sine føresetnader. Ein elevføresetnad viser til det potensialet for læring eleven har med seg i læringssituasjonen.

Sidan alle elever er ulike, så har dei også ulike føresetnader. Dette betyr at dei er ulike i høve omsyn til evner og utrustning både mentalt og fysisk, og at dei har ulike førkunnskapar og ulik kulturell bakgrunn (Imsen, 2014, s. 252). Vidare fortel Imsen om at tilpassa opplæring som ”val av undervisninginnhold og aktivitetsformer må være slik at alle elever finner meining i læringsoppgavene, og at de får vokse og utvikle seg på en allsidig måte” (2014, s. 246).

3.6 Yerkes Dodson Lova og aktivering

Musikk har ein veldig kraftig effekt på humøret, kjensler og aktivering¹. I følgje Yerkes Dodson lova aukar aktiveringsnivået til eit optimalt nivå der for masse aktivering førar til stress, angst eller panikk (Pietrangelo, 2020). Dette oppstår kjappare når oppgåva er kompleks eller underlært (Teigen, 1994). Å fullføre ein relativ enkel oppgåve krev eit høgt nivå av aktivering for å bevare konsentrasjonen, mens komplekse oppgåver/utfordringar krev eit lågare nivå (Cross, Hallam & Thaut, 2018, s. 780). I følgje SML handlar aktivering om ein auke i hjernens elektroniske aktivitet (Svendsen, 2020). Men kan musikk ha ein påverknad på aktivering i hjernen? Chanda og Levitin utførte ein studie om neurokjemien av musikk, der dei fant at musikk forbetrar helse og velverd gjennom aktivering av nevrokjemiske system for løn, motivasjon, nyting, stress og aktivering (2013). Så i følgje Yerkes—Dodson lova kan musikk stimulere og aktivere hjernen på forskjellige måtar. Ruud forsterkar dette synspunktet ved at han skriv musikken ”påvirker våre stemninger og våre emosjoner, er det ingen tvil om. Når du lytter til musikk, øker du blodstrømning til hjernen, store deler av hjernen kommer i aktivitet” (2005, s. 137). På bilete under ser vi ein illustrasjon av Yerkes—Dodson lova.



¹ Eg har vald å oversette det engelske ordet ”arousal” med aktivering, fordi det er eit omgrep som eignar seg betre enn opphissing i denne diskursen.

På bilete ser vi at for å oppnå eit optimalt nivå på arbeidskvalitet, må det vere ein viss grad av aktivering. Grunnleggarane av lova Yerkes og Dodson, oppdaga at det optimale aktiveringsnivået er avhengig av kompleksiteten og graden av vanske den gitte utfordring krev for gjennomføring (simplypsychology, 2021). Så i følgje Yerkes—Dodson lova er det kombinasjonen av aktivering, gjennom blant anna føresetnadar, oppgåve/utfordring og musikk, som spelar ein rolle for i kva grad av arbeidskvalitet ein elev er i stand til å utføre i timen. Dermed er lærarens evne til å tilpasse opplæringa ein viktig brikke i læringsprosessen og sannsynet for at eleven oppnår ein god balanse av aktivering og arbeidskvalitet, som forhåpentlegvis skal føre til eit optimalt nivå, eller i nærleiken.

4. Metode

I metodekapittelet skal eg først presentere studia sin metode tilnærming og korleis datainnsamlinga blei utført. Vidare blir relibabiliteten, validiteten, utvalet og nokon svakheiter til utforskinga omskrive. Dermed skal eg gå igjennom strukturen og grunngjevinga til dei tospørjeskjema. Vidare kjem vi til praktisk utføring av metoden, forskningsetikk og til slutt oppsummering av kapittelet.

4.1 Kvalitativ, Kvantitativ og Triangulerande tilnærming

Ein kvalitativ metode samlar inn data i form av tekst, der informasjonen ofte blir henta inn frå intervju, observasjonar og tekstar (Jacobsen & Postholm, 2018, s. 113). Dette kan gje ein ekstra djupn ved at forskaren får eit rikt materiale og informasjon om det ein forskar på. Kvantitativ metode derimot, samlar inn data i form av tal som kan teljast. Data vert då analysert statistisk (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 141). Denne masteroppgåva nyttar seg av ein metodetriangulering mellom begge tilnærmingane. Triangulering handlar blant anna om å inkludere fleire former for datainnsamling. Det er og ein prosedyre som har som intensjon å beskrive verkelegheita frå mange ulike vinklar for å få eit meir nyansert og omfattande bilete av ei kompleks og samansatt verkelegheit (Jacobsen & Postholm, 2018, s. 236—237). Det kvalitative aspektet blir belyst i studien ved innsamling av tekst, ved dei opne spørsmåla, samt det kvantitative gjennom tala frå den likerte-skalaen. Denne kombinasjonen av opne og prekoda svar blir kalla semistrukturert spørjeskjema (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 130). Først skal elevane lytte til sjølvvald musikk medan dei arbeider. I den neste økta skal dei jobbe med fellesmusikk i bakgrunnen. Eg har valt å utvide innsamlingsmetoden for å få eit vidt spekter med data.

Spørjeskjemaet inneheld opne spørsmål til baa øktene, samt spørsmål ut frå ein likert-skala. Formålet med opne spørsmål er at elevane kan svare på spørsmåla slik dei vil, og dermed vise eit reelt bilete av musikken sin påverknad. I tillegg til at skjemaet er anonymt, er målet at det skal hjelpe elevane med å opne seg og fortelje fritt om deira oppleving. Formålet med likerte-skalaen er å nyansere svara elevane gjev ved at dei markerar det området på skalaen som gjenspeglar deira oppfatning av musikken sin påverknad. Likert-skalaen blir nytta på ordinalnivå og er delt opp i fem trinn eller verdier (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 135). Dermed blir det innsamling av tal, som forsterkar det kvantitative aspektet ved studien. Sidan forskinga går inn for å utforske elevane si oppleving av musikken sin påverknad, er det viktig for studien at elevane blir gitt rammene til å fortelje om deira objektive oppleving.

Difor har eg valt å gje elevane eit spørjeskjema med opne spørsmål, i etterkant av ei individuell oppgåve. Elevane sin oppleving av musikken er dermed fersk og hjelper dei vonleg å gje informasjon om deira oppleving av musikkens påverknad så ærleg og ope som mogleg. I tillegg til ein metodetriangulering har denne studien ei induktiv tilnærming. I følgje Jacobsen og Postholm handlar ei induktiv tilnærming om at forskaren går ut i feltet med eit ope og utforskande sinn. Forskaren har lagt sine individuelle teoriar til side, og let datamaterialet tale for seg (2018, s. 40).

4.2 Reliabilitet

Eit grunnlengande spørsmål i all forskning er i kva grad er dataa pålitelig? Reliabilitet knytt seg til nøyaktigheita av undersøkinga sin data; kva data som brukast, måten den samlast inn på og korleis den tilarbeidast (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 23). For å styrke reliabiliteten til datainnsamlinga, har eg valt å spørje elevane direkte gjennom eit skjema, kva påverknad hadde musikken på fokus og konsentrasjonen din? Såleis visar dataa i kva grad elevane sjølv sansar musikkens påverknad. Essensen ved problemstillinga er elevane sin indre subjektive oppleving av musikken. Dermed er informantane sine svar på kva påverknad musikken hadde, avgjerande for å svare på problemstillinga.

Spørsmåla i det første spørjeskjemaet tar føre seg musikkens rolle i livet deira, vil og bli vektlagt for å sjå om vedkommande sin relasjon til musikk er ein faktor i kva påverknad musikken har. I det siste spørsmålet på begge spørjeskjemaa, blir elevane spurdt om dei vil fortsette å nytte musikk i klasserommet, samt kvifor. Denne dataa vil og bli nytta sidan ein del av formålet med studia, er å utforske korleis musikk bidrar i læringsprosessen.

Ein utfordring med denne studien er i kva grad resultata kan reproduserast (test-retest) på andre tidspunkt av andre forskarar. Musikkens påverknad kan variere ut frå fleire variablar som mengde søvn elevane hadde dagen før, humøret deira og føresetnadane i møte med den individuelle oppgåva. Dermed blir overføringsevna til denne studia svekka. På den andre sida i atferds- og samfunnsvitenskap, er det få som støttar ein slik tilnærming til den sosiale og menneskeskapte verkelegheita (Jacobsen & Postholm, 2018, s. 223). Dette støttar eit konstruktivistisk syn, gjennom at verda er i konstant rørsle og forandring. Dette kan føre til at det som fungerte på ein måte på eit tidspunkt, vil fungere på ein annan måte i framtida (Jacobsen & Postholm, 2016, s. 28).

Innsamlinga av data materialet føregår ved at deltakarane som har gitt samtykke, får to spørjeskjemaa. Den første økta arbeidar elevane med sjølvvalt musikk. Medan økt 2 arbeidar

dei med fellesmusikk i bakgrunnen. Etter omtrent 45 minutt med individuell jobbing får dei utdelt spørjeskjemaet. Etter dei har svart ferdig på skjemaet, leverar dei arket inn til forskaren. Forskaren tar vare på arka i ei mappe, og sorterar dei i høve til økt og klasse. Den delen av data innsamlinga som vektleggast mest, er kva elevane svarar på spørsmål 4; ”hva påvirkning hadde musikken på fokus og konsentrasjonen din?” Som nemnd tidlegare, er det ein likert-skala knytt til dette spørsmålet. Formålet er at ved denne spesifikke dataa kan ein lettare sjå i kva grad musikken påverkar fokus og konsentrasjonen hos elevane prosentmessig. Ved å få tal på svara ved dette spørsmålet, kan det hjelpe stort i å svare på problemstillinga.

Transkriberingsprosessen var utfordrande, sidan utvalet var totalt 40 elevar og spørjeskjemaet hadde opne spørsmål. I ein analyse av tekst er formålet å skape eit system, eit mønster og ein mening i datamaterialet. Teksta må takast frå kvarande, som betyr at delane blir studert for å forstå heilheita betre. Til slutt tilførast teksten mening (Jacobsen & Postholm, 2016, s. 102—103). Datamaterialet vil bli presentert både i omsyn til relevans til spørsmåla, og kvalitativt og kvantitativt. I denne metodetriangulering blir dataa ein kombinasjon av tal og tekst. For å samle dataa og skape eit mønster og mening, skal eg samle svara til elevane i tal. Utfordringa ved dette er å gjenspegle elevane sin opne ytring med treffsikkerheit.

4.3 Utval

Mange forskarar hevdar at det bør gjennomførast datainnsamling heilt til forskaren ikkje lengre får nokon ny informasjon (Christoffersen & Johannessen, 2012, visar til Seidman 1998; Kvale og Brinkmann 2009). Målsettinga er vanlegvis å innhente data frå eit utval som kan belyse populasjonen i miniatyr. Dette betyr at utvalet skal seie noko om det generelle og vere representativt ovafor populasjonen (Befring, 2007, s.94). I denne studien er populasjonen ungdomsskuleelevar på 10.trinn. Sidan den musikalske opplevinga er så varierende ut frå individet, konkluderte eg med at utvalstørrelsen burde ligge på 30 til 40 deltakarar.

I rekrutteringsprosessen kontakta eg den tidlegare praksislæraren min og spurde om løyve til å utføre prosjektet i to av klassane hans. Det at alle deltakarane er frå same skule, stort sett same lokalområde og klassetrinn, svekkjer i noko grad overføringsevna til studien ved at utvalet blir noko homogenisert. Eit homogent utval handlar om deltakarar med særleg liten variasjon ut frå sentrale kjenneteikn. For eksempel deltakarar som høyrar til same subkultur, eller har liknande eigenskapar (Christoffersen og Johannessen, 2012, s.49). På bakgrunn av dette vil eg argumentere for at utvalet i nokon grad er homogent. Individuelt er det sjølvsagt skilnader på elevane. Det er også stor variasjon i korleis musikken påverkar dei. Utveljinga er med typiske

tilfeller ved at deltakarane må gå på ungdomsskule for å delta. (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 51). På bakgrunn av Cross, Hallam og Thaut sin tanke at musikkopplevinga varierar ut frå individet (2018), er det ei svakheit ved studien at utvalet er relativt lågt og er dermed mindre representativt.

4.4 Validitet

Validitetsomgrepet i kvalitativ forskning handlar om at ein har undersøkt det ein hadde til hensikt å undersøkje, medan i kvantitativ forskning er validitetsomgrepet meir relatert til om ein målar det ein skal måle (Krumsvik, 2019, s.191). Sidan denne studien nyttar seg av ein trianguleringsmetode, blir validitetsomgrepet ein kombinasjon av baa metodane. I dette forskingsprosjektet er formålet å finne ut kva påverknad musikk har hos ungdomselevar som jobbar individuelt. For å utforske problemstillinga skal eg nytte eit kvalitativt spørjeskjema, med fokus på opne spørsmål og eit med ein likert-skala. I spørsmål 4 blir elevane spurd kva påverknad musikken hadde på fokus og konsentrasjonen ved hjelp av ein likert-skala; veldig dårlig – dårlig – ingen påverknad – god – veldig god. Dette spørsmålet er med på å styrke validiteten til utforskinga ved at elevane gir sine svar på problemstillinga. Validiteten kunne potensielt bli forsterka ved at utvalsstørrelsen strekte seg til meir enn ein enkelt skule. Dermed er det større variasjon i deltakarane, både subkulturelt, språkmessig og skulekultur. Korleis påverkar musikk fokus og konsentrasjon? Dette er aktivitet i hjernen som er vanskeleg å registrere/kontrollere utan avansert teknologi tilgjengeleg. For å potensielt forsterke truverdigheita til svara i spørjeskjemaet, får elevane eit spørsmål om kor mykje arbeid dei utførte. Viss ein elev svarar at musikken hadde ein veldig god påverknad, men ikkje fekk gjort så masse arbeid, då kan ein argumentere for at dette svekker plausibelheita til denne elevens svar på spørsmål 4. Datamaterialet viser og kva musikk elevane valde å høyre på individuelt. Formålet med dette spørsmålet er å undersøke om det er ein sjanger eller type musikk som eignar seg best i ein individuell elevaktivitet. Her blir validiteten til spørjeskjemaet svekka ved at dataa på dette spørsmålet ikkje gav noko merkverdig til studiet. Kva sjanger elevane høyrer på varierer ut frå individet. Om eventuelt 40 % av denne klassen høyrde på rap, gir ikkje denne informasjonen noko generelt bilete på ungdomselevar.

4.5 Spørjeskjemaa

For å utforske kva påverknad musikk har på ungdomselevar i ein individuell aktivitet, har eg valt å bruke to semistrukturerte spørjeskjemaa (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 130). ”Denne formen for datainnsamling har den sterke siden at man kan nå ut til mange”

(Jacobsen, 2010, referert i Postholm & Jacobsen, 2016, s. 86). I dette prosjektet er det viktig at det er eit breitt utval av deltakarar, som kan gi eit tydlegare bilete på elevane sin opplevde påverknad av musikk på fokus og konsentrasjonen. Metoden skal forhåpentlegvis kunne sei noko om det *generelle*, dei aller fleste (Postholm & Jacobsen, 2016, s. 86).

Om musikk kan bidra til å forsterke fokus og konsentrasjon hos elevar, handlar i stor grad om elevane sin objektive oppleving og påverknad. Hallam & Macdonald fortel om denne subjektiviteten på følgjande måte; eit individ responderar til same type musikk i på ulike måtar, på bakgrunn av vedkomandes preferanse og individuelle karakter (2018, s. 780). Dermed har eg vald å forme to semistrukturerte spørjeskjemaer med opne spørsmål og eit likert-spørsmål (Christoffersen & Johannessen, 2012, s.130). Eit skjema til den fyste økta med pluggar/hovudtelefonar, og eit til timen med fellesmusikk. Spørjeskjemaet bør utformast slik at det kan gi svar på problemstillinga (Christoffersen & Johannessen, 2012, s.129). Den fyste skjemaet eg nytta var til økta med pluggar/hovudtelefonar.

4.5.1 Spørjeskjema 1- Pluggar/hovudtelefonar

1. Hva rolle spiller musikk i livet ditt?
2. Hva arbeid fikk du gjort i denne timen?
3. Hva type musikk valgte du å høre på i timen?
4. Hva påvirking hadde musikken på fokuset og konsentrasjonen din? Hvorfor? Utdjup gjerne. (sett ring rundt først og forklar hvorfor under)

Veldig dårlig -- dårlig -- ingen påvirking -- god -- veldig god

5. Hva syns du om å bruke musikk i timen fremover?

Det første spørsmålet tar føre seg kva forhold eleven har til musikk. Formålet til dette spørsmålet er å sjå om forholdet deira til musikk samsvarar med kva effekt det har på vedkomande sin opplevde fokus og konsentrasjon. Kan musikken ha ein positiv effekt viss ein sjeldan eller aldri høyrar på musikk? Har ditt personlege forhold til musikk noko å sei for kva effekt det har på deg? Spørsmålet kan vere med på å klargjera ein potensiell verdi av musikk.

Det andre spørsmålet utforskar kva eleven fekk gjort i timen. Elevane veit på førehand at arbeide dei gjer i dei to undervisningstimane, ikkje blir vurdert. Dette kan ha ein negativ effekt på motivasjonen hos elevane, sidan dei er vandt til å bli vurdert, eller at innhaldet i

timen vil bli testa i framtida. Her kan elevane lyge å sei dei fekk gjort masse, men sidan undersøkinga er totalt anonym håpar eg at det kan vere med å motverke slike fallgruver. Utfordringa ved dette spørsmålet er at det tar mindre omsyn til elevane sine føresetnadar. Viss ein elev skriv 50 ord, kan det vere veldig positivt for den eleven. Spesielt når forskaren har redusert kjennskap til føresetnadane til dei ulike elevane. Forskaren kan dermed ikkje dømme kva som er god eller dårleg mengde arbeid ut frå kva informantane skriv.

Spørsmål tre: Dette kan kaste lys på (eventuelt) kva sjanger lyttar elevar mest til ved individuell jobbing, og kva påverknad det har. Når ein vel kva musikk ein skal høyre på, vil settinga, føremål og generelle behov (fysisk, psykisk, sosiale) vere ein avgjerande faktor i musikk valet (Cross, Hallam & Thaut, 2018, s. 711). Ut frå dette sitatet er det ein sjanse for at elevane vil velje den musikken som hjelper dei å gjennomføre oppgåva. På den andre sida meiner Ruud ”at musikk brukes som en sosial markør, som en måte å signalisere tilhørighet til en bestemt sosial gruppe eller et bestemt symbolsk felleskap på” (2013, s. 152). Her argumenterar Ruud for at musikkvalet til elevane treng ikkje nødvendigvis å vere den som gagnar dei best i arbeidet, kanskje heller musikken dei identifiserar seg med. Tanken bak dette spørsmålet var å utforske om det er ein spesifikk type sjanger som gjennomsnittleg påverkar elevane positivt. Etter data innsamlinga var ferdig gav ikkje dette spørsmålet noko særleg ekstra djupn eller verdi til studia.

I **spørsmål fire** blir eleven stilt sjølve problemstillinga. Her kjem det kvantitative aspektet ved studien fram, ved at elevane markerar i ein likert-skala, og gir forskinga eit tal på kva grad musikken påverkar fokus og konsentrasjonen deira. Dermed får deltakarane ein moglegheit til å nyansere svaret ved å markere det området på skalaen som gjenspeglar deira oppfatning. I følgje Christoffersen og Johannessen gir den likerte-skalaen moglegheit for å gjere meir omfattande statistiske analysar enn det som er mogleg med lågare verdiar (2012, s.135). Dette gir undersøkinga konkrete tal som skal vere med på å gi eit svar på problemstillinga. Spørsmål fire har og tilleggsspørsmålet, kvifor. Dette er med på å gi eit tydlegare bilete på kvifor musikken bidrog slik den gjorde hos vedkommande. Tilleggsspørsmålet kan og vere med på å sjå om det er ein raudtråd i kvifor musikken hadde den gitte påverknad. Viss mange gir eit liknande svar, kan ein lettare sjå eit potensielt mønster.

Spørsmål fem spør elevane kva dei meiner om å bruke musikk i timen framover. Formålet med denne studien er å utforske elevane sin opplevde påverknad av musikk har på fokus og

konsentrasjonen. Dermed er det viktig at ein spør elevane konkret om kva dei sjølv syns om å bruke musikk i timen framover. Tilbakemeldinga frå elevane er verdifull og relevant i omsyn til å nytte seg av musikk i timen framover. Dette siste spørsmålet gir og elevane rom for å komme med tilbakemeldingar om kva dei sjølv ynskjar. Her kan dei ytre positive og negative sider på eit generelt nivå.

4.5.2 Spørjeskjema 2 - Fellesmusikk

Spørjeskjemaet etter timen med fellesmusikk, vart kortare på grunn av tidlegare innsamling av informasjon, og at alle høyrde på den same musikken i denne økta.

1. Hva syns du om musikken som ble spilt av i timen?
2. Hva påvirkning hadde musikken på fokuset og konsentrasjonen din? Hvorfor?(sett ring rundt og fortel gjerne hvorfor under)

Veldig dårlig – dårlig – ingen påvirkning – god – veldig god

3. Viss du selv kan bestemme mellom
 - å ha lov til å bruke plugger/hovudtelefonar i timen når elevene jobber
 - å høre på samme type fellesmusikk i timen av og til
 - En blanding av fellesmusikk og plugger/hovudtelefonar
 - ikke musikk i det hele tatt i timen

Hva ville du valgt? Fortell hvorfor...

Spørsmål 1 spør elevane direkte om kva dei syns om musikken i timen. I følge Cross, Hallam og Thaut er musikk ein subjektiv oppleving, og responsen er avhengig av ulike faktorar (2018, s. 780). Elevane sitt syn på musikken er relevant i forhold til framtidig bruk og lytting av liknande type musikk. Men dette er informasjon som er meir valid i ein utforming av framtidig forskning om ynskja fellesmusikk i klasserommet. Her vil elevane ha ulike oppfatningar om korleis musikken påverka fokuset og konsentrasjonen. Dette spørsmålet hadde eit svekka bidrag til validiteten til spørjeskjemaet, fordi elevane sitt syn på musikken spelar ein mindre viktig rolle i omsyn til problemstillinga. Kva elevane meiner om musikken er mindre relevant, i motsetning til deira oppleving av musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon.

Spørsmål 3: Til slutt spør eg elevane om å gi ein form for oppsummering av deira sin preferanse. Korleis vil du at musikken skal bli nytta i framtida? Her får dei og tilleggsspørsmålet kvifor, slik at dei vidare kan ytre sine meiningar om kvifor X er det ynskjelege utfallet. Svaralternativa er delt i fire. Dette skaper konkrete tal på kva elevane sjølv meiner passar deira behov.

4.6 Praktisk utføring av forskinga

For å utføre denne triangulerande forskinga tok eg kontakt med min tidlegare praksislærer. Eg fekk grønt lys til å undervise dei to klassane han er kontaktlærer for i 10.trinn. I ein slik undersøking der er det behov for samtykke av foreldra. Denne prosessen vart utført ved at elevane fekk utdelt samtykkeskjemaet i arkformat, og fekk beskjed om å ta ein titt på det saman med foreldra deira. Nokon dagar før undervisninga skulle skje, samla praksislæraren min inn svara. Det samla talet på elevar som deltok i kvar økt varierte på grunn av oppmøte.

Klasse	Økt	Elevar som deltok
1	1 - Pluggar	20 av 27
2	1 - Pluggar	16 av 30
1	2 - Fellesmusikk	22 av 27
2	2 - Fellesmusikk	18 av 30

Tabell 1

Totalt var det 36 elevar som deltok på økt 1 og 40 som deltok på økt 2.

Sidan føremålet til studien er å utforske kva påverknad musikken har på fokus og konsentrasjonen hos elevane, var det viktig at dei individuelle oppgåvene dei fekk, tok omsyn til dei ulike føresetnadane i klasserommet. Såleis gav eg, i den første undervisningstimen, elevane ein utforsking oppgåve rundt temaet klimakrisa. I planleggingsfasen av denne timen fekk eg løyve til å arbeide med kva fag eg ville. Dette er ein open oppgåve som legg opp til drøfting og innsamling av informasjon på ein fri måte. Mens dei jobba individuelt med dette skulle elevane høyre på sjølvvald musikk ved hjelp av pluggar eller hovudtelefonar. Eg gav elevane løyve til å velje musikken sjølv fordi i følgje Hallam og Macdonald er dei strukturelle trekka av musikken (tempo, modalitet, sjanger), kulturelle faktorar (aspekt ved eit spesifikt miljø som tone og måten musikalske uttrykk er kulturelt forma og lært) og assosierende faktorar (personlege og subjektive meiningar vi legg på ein spesifikk type musikkstykke på bakgrunn av vedkomandes musikalske erfaringar) spelar ein rolle i vår respons til musikk (Cross, Hallam & Thaut, 2018, s. 780). Korleis musikken appellerar til ein sjølv varierar, samt

korleis den påverkar elevane. Dermed har eg vald å starte forskinga slik. Etter eg hadde forklart oppgåva, anbefalte eg elevane om å finne ein type musikk som hjalp dei i arbeidsprosessen. Elevane vart sittande å jobbe i omtrent 45 minutt, før dei fekk utdelt det første spørjeskjemaet.

Men kva om den oppgåva elevane blir gitt er i overkant kjedeleg og vanskeleg? Kva oppgåve elevane får kan spele ein rolle i kva dei får gjort, kva musikk dei vel og kva effekt musikk har på fokus og konsentrasjonen. Musikk kan ikkje auke kompetansen til eleven mot ein gitt oppgåve. I følgje Vygotskij er det viktig å skilje mellom det barnet klarar utan hjelp, og det barnet kan utføre med litt støtte frå ein som er meir kompetent. Denne plasseringa av nivået på utfordringa er den proksimale læringssona (Ndla, 2021). Dermed er oppgåvene elevane får i dei ulike timane spele ein rolle for kva grad musikken påverkar dei. I motsetning til Vygotskij sin teori om læring i samspel med andre, skal elevane jobbe åleine. På bakgrunn av dette var det viktig at eg gav elevane ei oppgåve som tar omsyn til ein ulike føresetnadane i klassen. Dermed valde eg å gi dei ein utforskingsoppgåve.

Den neste undervisningstimen var ganske lik som forgje time. Uliknadane var at no hadde elevane ingen kontroll over musikken, og dei fekk ein annan individuell oppgåve. Eg starta timen med å forklare innhaldet til timen og kva forventningar eg hadde ovanfor dei.

Slik såg oppgåva ut:

- Vennskap
- Å lytte
- Dybdelæring
- Vurdering
- Inkludering og ekskludering
- Psykisk helse
- Kritisk tenking
- Sinne

Elevane skulle skrive sjølv kva tolking dei har av desse orda, og vidare drøfte rundt eventuelle positiv og negative sider. Tanken bak dette innhaldet var å gi elevane ei interessant, relevant og tilpasseleg oppgåve som (forhåpentlegvis) alle kunne delta og jobbe med. Viss elevane hadde vanskar med tolking av eit ord, fekk dei fridomen til å spør læraren. Mens deltakarane jobba satt eg på musikk i bakgrunnen. Etter elevane hadde tolka og reflektert rundt kvart ord,

fekk dei løyve til å dele med sidepartnaren. Ved dette punktet skjer det eit brot på den individuelle elevaktiviteten.

4.6.1 Val av musikk i timen

I planleggingsprosessen var eg fult klar over risikoen for at fellesmusikken mest sannsynleg ville påverke ein del av elevane negativt. Studia til White (2007) nytta han klassisk musikk. Hallam, Price og Katsarou sin studie valde dei roande musikk, samt nokon stykkar frå Walt Disney (2002). På bakgrunn av desse verka valde eg ein type musikk som Ruud kallar for ”ambient music”. Dette er musikk som er vald ut frå sin stillheit, homogenitet, mangel på overrasking, og framfor alt sin mangel på variasjon (2005, s. 21). Musikken med denne type musikk fant eg på Spotify sine offentlege lister, med navnet ”ambient relaxation”. Sjølv om det risikable elementet eksisterar i å nytte fellesmusikk, er det verdt å utforske for å gi studia ein ekstra djupna. For å ytterlegare studere påverknaden fellesmusikk, ville ein undersøking over tid vere meir gunstig. Ved å for eksempel prøve forskjellige type musikk og over tid spør elevane kva dei syns, eller korleis synet deira på musikken eventuelt utviklar seg.

4.7 Analysearbeid

Analysen av datamaterialet vart samanfatta og vurdert gjennom Excel. Ved at datamaterialet totalt vart 76 ark, tok eg i store delar bruk ein deskriptiv dataanalyse. Dette inneheld at ein analyserar eit og eit spørsmål om gongen, og at ein omskriv korleis svar fordelar seg på eit spørsmål (Jacobsen & Postholm, 2016, s. 117). Denne studia nyttar seg av ein metodetriangulering, for å skape eit breitt datamateriale. Utfordringa ved denne tilnærminga er å samle dataa, slik at den kan gi ein ærleg og truverdig refleksjon av elevane sine svar. Samt å velje datamateriale som er valid i omsyn til studia.

Først I analyseprosessen vise det seg at det var mogleg å generalisere mange av dei opne svara til elevane til tal. Spørsmåla som gav tydlege tal på elevane sine svar var spørsmål 3, 4 og 5. I spørsmål 4, blir elevane spurd om kva påverknad musikken har på fokus og konsentrasjonen. Her er ein likert-skala knytte til spørsmålet for å gi tydlege tal. Dette spørsmålet møtar elevane i både økt 1 og 2. Formålet er retta inn mot å finne ut kva slags variasjon det er på eit spørsmål, det vil sei kor ulike eller like svar som blir gitt (Jacobsen & Postholm, 2016, s. 117). Spørsmål 3 gir og tydlege tal på kva elevane individuelt hørde på. Spørsmål 1 (økt 1) spør elevane kva rolle musikk spelar i livet deira. Dette spørsmålet blir transkribert ved å sjå om det er samsvar mellom påverknaden musikk hadde på fokus og

konsentrasjonen, med deira relasjon til musikk. Den uavhengige variabelen blir dermed verdien av rolla musikk spelar i livet til vedkomande, ”årsak”. Dei to verdiane av dei uavhengige variablane er at musikken spelar ein stor og viktig rolle, og mindre verdsett. Medan den avhengige variabelen blir kva grad musikken påverkar fokus og konsentrasjonen. Tanken er at kva verdi einingane har på den avhengige variabelen, er avhengig av kva verdi dei har på den uavhengige variabelen (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 153). Her blir analyseprosessen å belyse først elevane som blant anna skriv at musikk spelar ein viktig rolle. For eksempel avhengig, hører mye på musikk og musikk hjelper meg mye. Denne dataa vart markert med grønt, medan dei elevane som ikkje hadde noko særleg forhold til musikk vart markert med raud. Såleis blir rolla musikken spelar og påverknaden musikken har vurdert.

I spørsmål 4 (økt 1) får elevane eit tilleggsspørsmål, kvifor musikken har den gitte påverknaden. Her var det totalt 27 av 36 som svara. Analysen av denne dataa blir først å samle svara i positive og negative. Dermed blir den analytiske tilnærminga både kvalitativ og kvantitativ, ved at eg kjem til å vise til ulike sitat frå elevane, og i tillegg samle dei svara som var like til tal. Eksempel på dette er at 5 stykk skreiv spesifikt at musikken blokkerte ut uønskja lydar. Til slutt blir spørjeskjemaet nytta til undervisning med fellesmusikk i bakgrunnen også transkribert triangulært.

4.8 Forskingsetikk

I følge Norsk Samfunnsvitenskapleg Datateneste skal alle forskings- og studentprosjekt som inneheld omhandling av personopplysningar, meldast til personvernombodet for forskning. Personopplysningar er opplysningar som kan brukast til å identifisere enkeltpersonar (Jacobsen & Postholm, 2018, s. 252). Etter at spørjeskjemaet vart godkjent av NSD, sendte eg ut eit elektronisk informert samtykkeskjema til praksislæraren min. Praksislæraren min informerte elevane om at dei (klasse 1 og 2) var invitert til å delta i studien, og at dei burde diskutere dette med foreldra deira. Samtykkeskjemaet fekk dei utdelt i arkformat. Den grunnleggjande føresetnaden til informert samtykke er at den som undersøkast, skal delta frivillig i undersøkinga, og at den frivillige deltakinga skal vere basert på at den som undersøkast, veit alt som kva farar og gevinstar som ein slik deltaking kan medføre (Jacobsen & Postholm, 2018, s. 247, visar til Bogdan & Biklen, 2007; Glesne, 2011; Kvale & Brinkmann, 2015; Moustakas, 1994). I dette samtykkeskjemaet sto det blant anna kva rettigheter dei som deltakarar har, kva føremålet med studien er, kva som skjer med informasjonen som eventuelt blir innhenta, korleis dataa blir lagra og korleis den praktiske utføringa av utforskinga blir. Dei som ikkje ville delta på studia, hørde ikkje på musikk mens

dei jobba i økt 1. Medan i økt 2 (fellesmusikk) fekk dei løyve til å ha alternativ undervisning med praksislæraren min. Dermed vart alle elevane i kvar klasse ivaretatt. I spørjeskjemaet fekk informantane beskjed om å ikkje skrive namnet sitt, berre klasse og kjønn. Datamaterialet var sortert og lagra i fysiske mapper.

4.9 Oppsummering av metode

I dette metode kapittelet har eg blant anna skreve om den triangulerande forskingsmetoden, som denne studia nyttar seg av, samt reliabiliteten, validiteten og utvalet. Eg valde å kombinere den kvalitative og kvantitative tilnærminga for å ha eit rikt datamateriale for å betre kunne gjera greie for problemstillinga. Dette har skapt transkriberings utfordringar ved at datamaterialet var stort og vanskeleg å samle på ein representativ måte. For å utforske problemstillinga appellerte det til meg å eksponere elevane for både individuell og fellesmusikk. Det er fleire enn ein måte å konsumere musikk på. Ved fellesmusikk og sjølvvald musikk med pluggar. På bakgrunn av dette lagde eg to forskjellige spørjeskjema. Vidare i kapittelet blir den praktiske utføringa av studia belyst. Analysearbeidet er deskriptiv og gir både kvalitativ og kvantitativ data. Til slutt blir den etiske prosessen i forkinga vist, gjennom kva samtykke skjemaet inneheldt, det anonyme spørjeskjema, korleis deltakarane vart informert og korleis datamaterialet blei lagra.

5. Presentasjon av funn

I dette kapittelet vil funna frå datainnsamlinga bli presentert. Informantane som deltok i denne studia er to klasser på 10.trinn. Dataa som blir vist først er materialet frå økt 1, der elevane høyrar på sjølvvald musikk. Her skal eg kronologisk gå gjennom utvald og valid datamaterialet i det første spørjeskjemaet. Den kvalitative og kvantitative dataa blir vist frå klasse 1, dermed klasse 2. Etterfølgt av ein samanlikning mellom klassane. Datamaterialet i økt 2, fellesmusikk, blir presentert på likt vis.

5.1 Elevanes relasjon til musikk - klasse 1

Det fyste spørsmålet utforskar kva rolle musikk har i livet deira. Formålet med dette spørsmålet er å undersøke om det er eit samsvar mellom kva rolle musikk spelar i livet til vedkommande, og påverknaden musikken har på fokus og konsentrasjonen. I klasse 1 var det totalt 14 stykk som sa at musikk spelar ein viktig rolle i livet deira. Blant desse sa 13 at musikken hadde enten bra eller veldig bra påverknad på fokus og konsentrasjonen. Elev 9 og 10, som markerte bra og veldig bra påverknad og skriv følgjande.

Elev 9: ”Musikk spiller ein veldig viktig rolle i livet. Får meg til å ikke overtenke og slappe av.” **Elev 10:** ”Elsker musikk. Blir avslappet, hjelper meg å fokusere og blokkerer ut bråk rundt meg.”

Medan ein elev skreiv at ho både elska og praktiserar musikk, men musikken i timen hadde ingen særleg påverknad i timen. For den eine eleven som opplevde ein dårleg påverknad av musikken, skreiv at musikk ikkje spelte ein så stor rolle. Heilskapleg ser vi samsvaret gjennom tabellen under:

Klasse 1		
Musikkens rolle	Tal på elevar	Påverknad på fokus og konsentrasjon per elev
Stor og viktig rolle	14	8 – veldig bra 5 – bra 1 - ingen
Mindre verdsett	6	2 - bra 3 - ingen 1 - dårleg
Totalt	20	20

Tabell 2

Her ser vi at totalt var det 13 elevar som opplevde enten bra eller veldig bra påverknad, i tillegg til at musikken spelar ei stor og viktig rolle i livet deira. Desse elevane utgjør 65 % av 20. Dataa visar og 2 elevar opplevde ein positiv påverknad, sjølv om musikk ikkje spelar ein så stor rolle. Den eine eleven i denne klassen som svarte at musikken hadde ein dårleg påverknad, skreiv følgjande;

”Musikk spiller ikke en kjempestor rolle i livet mitt. Jeg liker å høre på musikk, men ikke sånn at jeg hører på det hele tida.”

Denne eleven skreiv og at musikken hadde ein distraherande påverknad. Ut frå sitatet er det vanskeleg å tyde kva forholdet denne eleven har til musikk. Samt vil eg påstå det vanskeleg for mange å konkretisere sin relasjon til kunsten, som og gjer det vanskeleg å sjå eit samsvar mellom kva rolle musikk spelar og påverknaden den har. Totalt var det 15 av 20 elevar som opplevde at musikk hadde ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen. Blant desse 15 sa 2 elevar at musikk ikkje spelar ein stor rolle. For dei 13 andre spelar musikk ein stor og viktig rolle.

5.2 Elevanes relasjon til musikk - klasse 2

I klasse 2 var det totalt 16 som deltok i økt 1. I denne klassen spelte musikk ein stor og viktig rolle for 10 av 16. Blant desse hadde musikken ein positiv påverknad for alle utanom elev 29. Vedkomande skriv:

”Musikk får meg i veldig godt humør og gjør alle situasjoner bedre, selv om musikk gjør at jeg mister konsentrasjon.”

Såleis som eleven frå klasse 1 som tolka ein negativ påverknad, opplevde elev 29 at musikken hadde ein distraherande effekt. *”Musikk gjør at jeg synger med i steden for å jobbe”*.

Klasse 2		
Musikkens rolle	Elev	Påverknad på fokus og konsentrasjon per elev
Stor og viktig rolle	10	3 - veldig bra 6 – bra 1 – veldig dårleg
Mindre verdsett	4	2 – veldig bra 1 - bra 1 – dårleg
Utydeleg	2	1 - bra 1 - ingen
Totalt	16	16

Tabell 3

Av dei elevane som skreiv at musikken ikkje har nokon stor rolle, var det 1 av 4 som markerte veldig dårleg påverknad. Vedkommande skreiv ”*Jeg hører sjeldent på musikk. Det er lettere å konsentrere seg uten musikk.*” Til saman hos 13 av 16 elevar hadde musikken ein positiv påverknad. Av desse 13 sa 3 at musikk ikkje spelar ein stor rolle. Såleis er det samsvar mellom at musikken spelar ei viktig rolle, i tillegg til ein positiv påverknad med 62,5 % av elevane frå klasse 2.

5.3 Samling av dataa om elevanes relasjon til musikk

Klasse 1 og 2		
<u>Musikkens rolle</u>	<u>Elev</u>	<u>Påverknad på fokus og konsentrasjon</u>
Stor og viktig rolle	24	11 – veldig bra 11 – bra 1 – ingen 1 – veldig dårlig
Mindre verdsett	9	2 - veldig bra 3 – bra 2 – ingen 2 - dårleg
Utydeleg	3	2 – ingen 1 - bra
Totalt	36	36

Tabell 4

Når ein legger saman dataa til begge klassane, visar tabellen at for dei 24 (der musikken spelar ei stor og viktig rolle) har musikken ein positiv effekt på 22 elevar. Dette utgjer 61,1 % av det samla talet på elevar. For dei der musikk er mindre verdsett, opplevde 5 av 9 ein positiv effekt. Det siste feltet vart notert med utydeleg, fordi desse elevane sine svar var utfordrande å plassere i tabellen. Når ein kombinerar tala på positiv påverknad uavhengig av musikkens rolle i livet, blir talet 28 av 36, 77,7%. På bakgrunn av dette er det vanskeleg å sei om at musikkens rolle samsvarar med grad av påverknad. 61,1% representerar ikkje eit merkverdig samsvar. Men det at 77,7 %, i kombinasjon av musikkens rolle (begge uavhengige variablane), opplev ein positiv påverknad, vil eg argumentere for er merkverdig. Dette er med på å kaste lys på musikkens verdi for mennesket, uansett kva rolle det spelar.

5.4 Elevane som praktiserar musikk

Det var til saman fire elevar som skreiv at dei praktiserar musikk på fritida, og har ein nær relasjon til musikk. Har dette noko å sei for kva påverknad musikk har på fokus og konsentrasjon for desse elevane? Den første eleven skriv:

”Musikk spiller ekstremt stor rolle i livet mitt. Jeg driver med musikalteater, synger i kor og lærer meg instrumenter på fritiden.”

Denne eleven skreiv og at vedkomande høyrde på roleg musikk i timen, men det påverka ikkje noko særleg. *”Mens annen type musikk ville påvirket meg på et annet vis.”* Dermed markerte eleven av på ingen påverknad. Vidare skriv eleven at vedkomande lagde først ein disposisjon og deretter eit lesar innlegg.

Elev nr 2 skriv at vedkomande er ”avhengig” av musikk. Alle i familien spelar eit instrument og skapar eit betre samhald gjennom musikk. Denne eleven opplevde at musikken hadde ein veldig bra påverknad og skriv følgjande: *”Jeg blir glad av musikk, så når eg har musikk bare skriver hendene på egen hånd.”*

Elev nr 3. Denne eleven markerte bra påverknad og skriv: *”Jeg spiller et instrument på fritiden.”* (Musikk) *”Det ga meg motivasjon til å jobbe og kom i bedre humør.”*

Elev nummer 4 skreiv kort at vedkomande spelar piano, og at musikken var *”beroligende.”* Til saman opplevde desse fire elevane ingen, bra x2 og veldig bra påverknad på fokus og konsentrasjon.

5.5 Musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon – Klasse 1

I spørsmål 4 blir elevane spurde direkte om kva påverknad har musikken hadde på fokus og konsentrasjonen i økt 1. Dette spørsmålet samlar inn både kvalitativ og kvantitativ data gjennom ein likert-skala og grunngjeving av påverknaden. Svare på dette spørsmålet i klasse 1 såg slik ut:

Klasse 1		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent %
Veldig bra	8	40%
Bra	7	35%
Ingen	4	20%
Dårlig	1	5%
Veldig dårlig	0	0%
Totalt	20	100

Tabell 5

5.5.1 Positiv påverknad

Denne tabellen visar blant anna at 15 av 20 elevar (75%) opplevde ein positiv påverknad av musikken. Seks av desse elevane skreiv konkret at musikken hjelp å blokkere ut uynskja lydar. Dette støttar Kevin White og Skånland sine påstandar om at musikk kan forsvare mange elevar mot baksgrunnstøy, og skape ein ynskja sinnstilstand i læringsprosessen. Den mest merkverdige kommentaren var av ein elev som skriv at vedkomande opplev psykiske vanskar i kvardagen, men musikk hjelper å førebyggje mot desse utfordringane. Denne eleven, elev 14, markerte veldig god påverknad og skriv:

Når jeg ikke hører på musikk, detter jeg helt ut av oppgaven. Jeg må fokusere veldig, og lese om og om igjen. Tankene og alt jeg ikke vil tenke på, dukker opp. Ofte får jeg angstanfall. Når jeg hører på musikk, skjer det motsatte, og jeg slipper tankekjør.

Denne sitatet forsterkar Skånlands syn om at musikk kan hjelpe lyttaren til å administrere og regulere sin eigen sinnsstemning, og betre sjølvregulering. Samt å fungere som ein meistringsstrategi (2009). Vi ser i sitatet at det verka som det er veldig utfordrande for denne eleven å vedlikeholde både fokus og konsentrasjonen under individuelt arbeid. Her fungerer musikken som eit skjold mot uynskja tankar, og dermed hjelper eleven å arbeide. Til slutt fortel elev 14 at når vedkomande høyrar på musikk blir det mindre tankekjør, og roar ned angsten. For denne eleven er det tydeleg at musikk har ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen.

Vidare har vi elev 3. Denne eleven markerte og av veldig bra påverknad og skriv:

Musikk er veldig viktig for meg. Når jeg hører på musikk får jeg en egen tid hvor jeg ikke trenger å tenke på problemer og hvor jeg kan slappe av. Jeg blir mye mer konsentrert av musikk. Dette er en av grunnene til at jeg får gjort mye mer arbeid hjemme enn på skolen. Slipper å høre andre folk.

Denne er eit nytt eksempel på verdien musikk kan ha for nokon elevar. Såleis som elev 14, beskyttar musikken denne eleven mot å tenke på problem og har ein avslappande effekt. Tilslutt skriv eleven at vedkomande får gjort meir arbeid heime enn på skulen, fordi musikk er då tilgjengeleg. For desse to elevane er det tydeleg at musikk spelar ein positiv rolle under individuelt arbeid.

5.5.2 Negativ påverknad

I denne klassen var det ein elev som markerte dårleg påverknad. Elev 19 fortel at musikk spelar ikkje ein kjempestor rolle. Vedkomande høyrar på musikk, men ikkje så ofte. Elev 19 høyrde på moderne populærmusikk, ”top 50 Norway”. Grunnen for dårleg påverknad fortel eleven slik:

Dårlig (påverknad), fordi jeg fokuserte på sangen istedenfor.

Eleven grunnjev musikkvalet ved å skrive ”fordi eg liker musikken som er der”.

5.5.3 Ingen påverknad

I klasse 1 var det totalt 4 av 20 elevar som skreiv at musikk ikkje hadde ein påverknad på fokus og konsentrasjonen. Elev 7 fortel at ”*Det (musikk) spiller ikke en kjempe stor rolle i livet mitt, men jeg liker å høre på musikk når jeg gjør kjedelige ting, som bilturer.*”

Eleven forklarar kvifor musikk hadde ingen påverknad skriv vedkomande ”*det fikk meg egentlig bare til å kjede meg mindre.*” Sjølv om elev 7 ikkje følar at musikken hjalp på fokus og konsentrasjonen, hadde musikken ein positiv effekt gjennom å auke aktiveringa. Musikken gjorde oppgåva mindre kjedeleg. Når det gjelder den framtidige bruken av musikk i timen, ville denne eleven fortsette.

5.6 Musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon - Klasse 2

I klasse 2 var det mindre informantar, men det var tydeleg vel som i klasse 1, at musikken har i stor grad ein positiv påverknad på mange av informantane.

Klasse 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent %
Veldig bra	5	32
Bra	8	50
Ingen	1	6
Dårlig	1	6
Veldig dårlig	1	6
Totalt	16	100%

Tabell 6

Denne tabellen visar at 13 av 16 elevar meiner at musikken har ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen. Dette tilseier 82 % av klassen.

5.6.1 Negativ og ingen påverknad

Det var to elevar som opplevde ein negativ påverknad. Den første eleven som noterte dårleg påverknad, elev 20, skriv: *Jeg synes ikke musikk har en stor betydning i livet mitt. Jeg hører svært sjeldent på musikk. Det er lettere å konsentrere seg uten musikk. Det blir lettere å høre det jeg leser i hode, og blir lettere konsentrert.* Elev 20, i motsetning til mange i klasse 1, opplev at musikken blokkerar ynskja tankar og fungerer dermed som eit distraherande moment. Men tilfeldigvis har ikkje denne eleven noko særleg relasjon til musikk. Kan dette vere ein grunn til at musikken har den gitte påverknad?

Elev 21, i tråd med elev 20, hadde og ein negativ oppleving av musikkens påverknad. Denne eleven er den einaste i studia som markerte veldig dårleg påverknad og skriv følgjande: *Musikk får meg i veldig godt humør og gjør alle situasjoner bedre, selv om musikk gjør at jeg mister konsentrasjonen. Musikk gjør at jeg synger med istedenfor å gjøre noe annet.* Denne eleven skriv at musikk gjer alle situasjonar betre, men tydelegvis ikkje individuell jobbing på skulen. Alle tre elevane som har markert ein negativ påverknad, skriv at musikken tar konsentrasjonen vekk frå den individuelle oppgåva.

I denne klasse var det ein elev (elev 2) som skriv at musikken ikkje hadde nokon påverknad. Likt som elev 7 i klasse 1, fortel elev 2 at å fortsette med musikk framover er bra. *”Det gjør timen mindre kjedelig.”*

5.6.2 Positiv påverknad

Vidare kjem vi til elevane i klasse 2 som opplevde ein positiv påverknad av musikken. Vi kan starte med elev 28, som markerte veldig bra påverknad og skriv følgjande:

”Jeg vil si jeg fikk gjort en del arbeid. Jeg liker å arbeide med musikk fordi eg fokusere bedre, i blant.” Grunngeving for den gitte påverknad var fordi; *Blir veldig fokusert”.*

Elev 30 fortel at musikk spelar ein veldig stor rolle i livet til vedkomande. *Jeg må høre på musikk hvertfall en gang i løpet av en dag.* Når eleven skal skrive om kva arbeid vedkomande fekk gjort, skriv elev 30: *”Jeg fikk gjort litt som er overraskende fordi eg har hatt en veldig dårlig dag. Musikk hjelper.”* Vidare fortel elev 30 at musikken hadde ein god påverknad på fokus og konsentrasjonen. Ved spørsmål om kva elev 30 hørte på skreiv vedkomande: *hørte på litt trist og rolig musikk. Ville nok hørt på rolig eller litt meir hyped musikk hvis eg hadde vært i litt bedre humør.* Her ser vi at musikken fungerer som ein form for emosjonell støtte til

denne eleven. Det interessante her er at sjølv denne eleven er overraska over det arbeidet vedkomande fekk gjort. ”Musikk hjelper”.

I motsetning til klasse 1, var elevane i klasse 2 meir kortfatta i svara sine. Totalt sett var utslaget for positiv påverknad stor i denne klassen med 83 % (16 totalt). 6 elevar skriv konkret at musikken forbetra fokus og konsentrasjonen. 3 Stykk nemnar at musikken gjor oppgåva kjekkare og auka motivasjonen. Til slutt var det 2 som skreiv, likt som store delar av klasse 1, at musikken blokkerar ut bakgrunnsstøy.

5.6.3 Samling av informantane sin opplevde påverknad

Klasse 1 og 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent
Veldig bra	13	36,1 %
Bra	15	41,6 %
Ingen	5	14 %
Dårlig	2	5,6 %
Veldig dårlig	1	2,8 %
Totalt	36	100%

Tabell 7

Når ein legg saman den kvantitative dataa innsamla frå klasse 1 og 2, visar tabellen at heile 28 av 36 elevar følar ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjon i økt 1. Dette tilseier at 77,7 % av elevane som deltok i studia, opplevde ein positiv påverknad. Elevane som noterte dårleg/veldig dårleg påverknad (8,4%) skreiv at musikken distrahererte dei, og at det er lettare å fokusere utan. Av dei som noterte ingen påverknad, var det til saman 5 elevar (14 %). Av dei 5 som markerte ingen påverknad, skreiv to at musikken gjer at dei kjeda seg mindre i timen. Nye to elevar skreiv ingenting om grunngeving. Den resterande eleven har eg skreve om på ”elevar som praktiserar musikk” avsnittet, side 34. Elevane som opplev ein positiv påverknad skriv at musikken blokkerar bakgrunnsstøy, forbetrar fokus samt konsentrasjonen, blir meir avslappa, aukar motivasjonen, førebyggjer angst, hindrar overtenking og gjer timen mindre kjedeleg.

5.7 Fellesmusikkens påverknad på fokus og konsentrasjonen

Klasse 1 og 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent
Veldig bra	0	0 %
Bra	11	27,5 %
Ingen	16	40 %
Dårlig	13	32,5 %
Veldig dårlig	0	0 %
Totalt	40	100 %

Tabell 8

5.7.1 Positiv påverknad

I denne tabellen ser vi at det var godt blanding av musikkens påverknad. Med totalt 27,5 % som opplevde ein positiv påverknad, er det tydeleg at for dei aller fleste elevane støtta ikkje denne musikken dei i læringsprosessen. Av dei informantane som noterte bra påverknad nemnde 4 stykk at musikken forbedra fokuset deira. 3 informantar skreiv og at musikken var roleg og avslappande. *"Det roet meg ned"*. Ein elev opplevde auka motivasjon og skriv: *"Musikk for meg hjelper ved at jeg kan fortsette å jobbe med temaet lengre."* Sjølv om alle 11 informantane noterte ein positiv påverknad, var det til saman 2 av desse som skreiv at musikken hadde ein søvnig effekt.

5.7.2 Ingen påverknad

Dei informantane som opplevde ingen påverknad av musikken, var til saman 16 av 40 stykk (40 %). Av desse var det fleire som ikkje skreiv ein grunngeving for påverknaden. Ein elev sakna timen der vedkomande fekk høyre på sjølvvald musikk. Denne informanten skriv:

"En grunn til at jeg liker musikk fra hodetelefoner er at jeg slipper å høre andre snakke, skrive og bevege seg. Nå hørte jeg bare en blanding av musikk og vanlig skoletime. Jeg fikk gjort MYE mer arbeid i går da vi hørte på egen musikk."

Her legg eleven ein stor verdi på sjølvvald musikk sin evne til å stenge ut bakgrunnsstøy. Eleven hadde og notert "mye" med store bokstavar og understrek for å presisere den store forskjellen på fellesmusikk og sjølvvald musikk. Totalt sett skreiv resten av dei 6 informantane at dei la ikkje merkte til musikken og ignorerte den. Til slutt skreiv 2 at dei vart søvnig.

5.7.3 Negativ påverknad

13 av 40 elevar opplevde ein dårleg påverknad. I liknad med fleire av informantane som opplevde ingen påverknad på fokus og konsentrasjon, skreiv 7 at musikken gjor dei trøtte.

Elev 33 (dårleg påverknad) skreiv følgjande:

”det er fordi den (musikken) var så dårlig. Hvis det hadde vært bedre musikk vet jeg at jeg hadde jobbet og kost meg mer med arbeidet.”

Elev 35 opplevde og misnøye med musikken. *”jeg synes det er vanskelig å konsentrere meg. Det tar fokuset selv om jeg hører, ikke lytter.*

6. Diskusjon

I denne delen av oppgava vil problemstilling og tilleggsspørsmålet drøftas i lys av funn og teori.

Kva er ungdomselevar sin oppleving av musikken påverknad på fokus og konsentrasjon i ein individuell elevaktivitet?

Tilleggsspørsmålet utforskar om vedkomande sin relasjon til musikk har noko å sei for kva grad av påverknad musikk har på fokus og konsentrasjonen? Problemstillinga blir drøfta på bakgrunn av dataa frå musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon i kapittel 5, og teorien i kapittel 3. Tilleggsspørsmålet blir drøfta ut frå dataa på samsvaret mellom musikkens rolle i livet til elevane og påverknaden på fokus og konsentrasjon.

6.1 Elevane si relasjon til musikk i kombinasjon med musikkens påverknad

For å utforske det første tilleggsspørsmålet; har vedkomande sin relasjon til musikk noko å sei for kva grad av påverknad musikk har på fokus og konsentrasjon, vil eg trekkje fram tabell 4 frå kapittel 5.3.

Klasse 1 og 2		
Musikkens rolle i livet	Tal på elevar	Påverknad på fokus og konsentrasjon per elev
Stor og viktig rolle	24	11 – veldig bra 11 – bra 1 – ingen 1 – veldig dårleg
Mindre verdsett	9	2 - veldig bra 3 – bra 2 – ingen 2 - dårleg
Utydeleg	3	2 – ingen 1 - bra
Totalt	36	36

Tabell 4

Tanken bak dette forskingsspørsmålet er å studere om vedkomande sin relasjon til musikk har noko å sei for kva grad av påverknad musikken har? Eg vil argumentere for at det er vanskeleg for elevane å omskrive sin relasjon til musikk på ein presis måte. I omsyn til denne

studia, kva går grensa mellom ja musikk spelar ei stor og viktig rolle, til mindre verdsett? Her kunne spørjeskjemaet fokusert meir på det kvantitative aspektet. I form av svaralternativ i spørsmål 1 økt 1. Dermed hadde dataa vore konkret og meir tydeleg rundt musikkens rolle enn på denne tabellen. Når elevane svarar opent på dette spørsmålet blir det meir utfordrande å tyde.

På den andre sida visar denne tabellen at dei største delane av informantane og den positive påverknaden, er i samsvar med dei der musikken spelar ein stor og viktig rolle i livet. Viss ein ser på den øvste kolona (stor og viktig rolle) er det totalt 24 av 36 som seier at musikk spelar ein stor og viktig rolle i livet deira. På kolona til høgre (påverknad) er det 22 av desse som opplev ein positiv effekt på fokus og konsentrasjonen. Så tabellen fortel at for 22 av 36 elevar, 61 %, er det samsvar mellom musikkens viktige rolle i livet og positive påverknad. Her gjer den avgrensa populasjonen på 36 informantar, det vanskeleg å sei noko om det generelle. Men kva med dei elevane der musikken ikkje spelar ein stor og viktig rolle? Desse elevane ser vi på kolonnane under, ”mindre verdsett” og ”utydleg”. Til saman er dei 12 informantar, og opplevde ein variasjon av påverknadar. Av desse 12 skreiv 6 at musikken hadde ein positiv påverknad. Viss ein adderar saman alle informantane som markerte ingen, dårleg og veldig dårleg påverknad, er dette 8 stykk. 2 av desse informantane seier at musikk spelar ein stor og viktig rolle i livet deira.

Ein elev i klasse 2, elev 29, markerte veldig dårleg påverknad og skriv:

”Musikk får meg i veldig godt humør og gjer alle situasjonar bedre, selv om musikk gjer at jeg mister konsentrasjon. Musikk gjer at jeg synger med istedenfor å gjøre noe annet.”

Denne eleven skreiv at vedkomande høyrde på hip pop og omskriv det som ”chill rap”. På bakgrunn av dette sitatet er det utfordrande å sei kva relasjon vedkomande har til musikk. Men eg vil argumentere for at musikk spelar ein stor og viktig rolle når det får eleven i betre humør og gjer alle situasjonar (utanom individuelt arbeid) betre. Eleven fortel at musikk gjer at vedkomande synger med, og har ein negativ påverknad på konsentrasjonen. I den første økta jobba elevane med sjølvvald musikk. Når ein vel kva musikk ein skal høyre på, er det typisk at musikken er vald ut frå eit ynskja emosjonell påverknad, og for å oppfylle andre fysiske, psykiske, emosjonelle og sosiale behov (Cross, Hallam & Thaut, 2018, s.711). Elev 29 fortel at musikken gjer at konsentrasjonen blir negativt påverka, fordi vedkomande ”synger med”. Men kvifor valde elev 29 ein type musikk med vokal? Cross, Hallam og Thaut sit sitat er ikkje absolutt, i det at dei skriv at musikk er typisk vald for å oppfylle ynskja behov. Men

kva hadde skjedd viss denne eleven hadde høyrd på musikk utan tekst? Eller kanskje denne eleven jobbar best utan musikk under individuelt arbeid.

Dei to neste elevane som markerte dårleg påverknad fortel om sin relasjon til musikk på følgjande måte:

”Eg syns ikke musikk har en stor betydning i livet mitt. Eg hører svært sjeldent på musikk. Det er lettere å konsentrere seg uten musikk. Hører bare på musikk i bilen.”

Neste elev: *”Musikk spiller ikke en kjempestor rolle i livet mitt. Jeg liker å høre på musikk, men er ikke sånn at jeg hører på det hele tida.”*

Her ser vi begge elevane skriv at musikk ikkje har ein stor rolle eller betydning i livet deira. Dermed spelar musikk ein viktig rolle for 1 av 3 som markerte dårleg påverknad. Resten avskriv musikkens rolle som mindre viktig. På bakgrunn av denne dataa kan det sjå ut som at viss musikk spelar ein stor og viktig rolle i livet, kan det vere eit godt utgangspunkt for ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen din. Motpolen til dette utsagnet er at 6 informantar opplevde positiv påverknad og seier at musikken ikkje spelar ein viktig rolle. Dermed visar dataa og at vedkomande sin relasjon til musikk ikkje treng å ha noko særleg å sei for kva grad av påverknad musikken har på fokus og konsentrasjon. Snarare visar denne tabellen verdien av musikk som stønad til mange av elevane under individuell jobbing, uavhengig av kva relasjon dei har til kunsten. Eg vil og tilføye det merkverdige funnet at 2 av 3 som opplevde ein negativ påverknad av musikken, devaluerar musikkens rolle i livet deira. Det er vanskeleg å svare konkret på det første tilleggs spørsmålet når nokon av informantane sin relasjon til musikk er utydelig. Dette svekkar reliabiliteten til studia. På den andre sida, viss ein ser i kolona der musikk spelar ein stor rolle, er det totalt 22 som opplev ein positiv påverknad. For dei som avskriv musikkens rolle i livet deira, er det 6 som opplev ein positiv påverknad. Dermed kan vedkomande sin relasjon til musikk noko å sei for kva påverknad musikken har på fokus og konsentrasjonen, i mange tilfeller, men dette er ikkje konstant.

Avslutningsvis vil eg kaste lys på dei fire elevane i studia som praktiserar musikk på fritida. Dei omskriv sin relasjon til musikk på følgjande måte:

1. *”Musikk spiller ekstremt stor rolle i livet mitt. Jeg driver med musikalteater, synger i kor og lærer meg instrumenter på fritiden.”* (Ingen påverknad)

2. *"Jeg bruker musikk til veldig mye i min hverdag. Jeg vil si at jeg er avhengig. Det er også en stor del av familien min. Alle spiller et instrument,"* (Veldig bra påverknad).
3. *"Jeg spiller et instrument på fritiden. Det ga meg motivasjon til å jobbe og kom i bedre humør.* (Bra påverknad).
4. *"Jeg spiller piano, så det tar opp mye av dagen min"* (Bra påverknad).

Ut frå desse sitata kan det verke som musikk spelar ein viktig rolle i livet for desse informantane. Men viss ein ser på den tredje eleven her, skriv vedkomande at *"jeg spiller et instrument på fritiden"*. På bakgrunn av dette er det vanskeleg å sei om musikken spelar ein stor og viktig rolle for denne eleven.

I lys av desse sitata ser vi at musikken hadde ein positiv påverknad på 3 av 4 elevar som praktiserar musikk. Eleven som noterte ingen påverknad skriv som grunngeving at *"roleg musikk slik som jeg valgte å høre på nå påvirket meg ikke så veldig"*. Dette går og imot Cross, Hallam og Thaut sin påstand at musikkvalet er påverka av ynskja behov og kroppsleg respons (2018, s.711). Med mindre eleven oppnådde den ynskja responsen. Greasely og Lamont omskriv desse elevane som "more engaged" ved at dei praktiserar musikk. Greasely og Lamont gjorde ei studie i 2011, og skriv at dei meir engasjerte musikk lyttarane er bevisste på dei ulike måtane dei nyttar musikk i kvardagen på, i samanlikning med dei mindre engasjerte. Dei brukar musikken bevisst for å utføre spesifikke mål. Desse engasjerte lyttarane var definert ut frå den vurderinga dei sjølv ga på viktigheita av musikk i livet deira. Eg vil argumentere for å plassere desse fire elevane i kategorien meir engasjerte lyttarar, på bakgrunn av at dei praktiserar musikk på fritida. Greasely og Lamont skriv at dei meir engasjerte lyttarane hadde ein større detaljert kompetanse av ulike typar musikk (2011). På bakgrunn av dette vil eg og argumentere for at desse fire elevane kan lettare finne ein type musikk som gir den aktiveringa/stimulusen dei ynskjer under elevaktiviteten. Dette perspektivet tar utgangspunkt i at musikkvalet er lettare for dei meir engasjerte lyttarane, i motsetning til dei mindre engasjerte. I motsetning, meiner Even Ruud at i ungdommen lar vi musikken utføre eit viktig arbeid for utforming av kjønnsidentitet. Vidare fortel han at musikken er også viktig for forankring i stad og tidsperiode eller for å stake ut ein veg for verditilknytning. (2013, s. 46). Her kastar Ruud lys på at identitetsutviklinga desse ungdomane finn seg i, spelar ein stor rolle, ikkje berre i musikkvalet deira, men og deira eigen personlege utvikling og habitus. "Ungdomstid og tidlig voksen alder kan også bety skiftende sosiale omgivelser, nye vennskap og tilhørighet til sosiale grupper, en endring som setter avgjørende

preg på både musikksmak og identitet” (Ruud, 2013, s.46). Ruud fortel at musikksmak og identitet både utviklar og varierer ut frå kva individet sjølv opplev. Etter som vi blant anna dannar nye vennskap og bur forskjellige plassar, fortel Ruud at vår musikalske reise og kan oppleve ein forandring. Dermed er menneskets relasjon til musikk veldig varierende og i jamleg utvikling. Den musikalske interessa, praktisk eller ei, kan gi informantane eit større utval av ulike typar musikk å velje frå. Denne bevisstheita på utvalet av musikktypar, hjelper eleven å velje musikk som forhåpentlegvis støttar vedkomande på best mogleg måte. Dette er i samsvar med det Cross, Hallam og Thaut skriv at ynskja påverknad og respons er ein faktor i musikkvalet til lyttaren (2018, s. 711). På den andre sida skriv den første eleven at musikken ikkje hadde noko påverknad på fokus og konsentrasjonen, sjølv om vedkomande seier at musikk spelar ein ekstremt stor rolle. Even Ruud legg vekt på elevane sin identitetsutvikling som ein viktig faktor i musikkvalet. Samt at musikkpreferansen utviklar seg ofte i samsvar med individet sjølv. Ut frå denne dataa er det ikkje garantert at musikken spelar ein positiv rolle på fokus og konsentrasjon om du praktiserar musikk. Heller at ein lettare kan klare å finne den type musikken som gir ynskja respons, ut frå kva situasjon ein finn seg i.

6.2 Informantane si opplevde påverknad på fokus og konsentrasjon - økt 1

Kva er ungdomselevar sin oppleving av musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon, i ein individuell elevaktivitet?

For å drøfte rundt studia sitt funn på informantane sin oppleving av musikkens påverknad på fokus og konsentrasjonen i økt 1, vil eg trekkje fram tabell 7 om den samla påverknaden i klasse 1 og 2.

Klasse 1 og 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent
Veldig bra	13	36,1 %
Bra	15	41,6 %
Ingen	5	14 %
Dårlig	2	5,6 %
Veldig dårlig	1	2,8 %
Totalt	36	100%

Tabell 7

Ut frå første augekast visar tabellen at det er mange elevar i desse to klassane som følar at musikken har ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen. Dette kjem tydeleg fram ved

at til saman 28 av 36 elevar markerte positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen. Det vil sei 77,7 % av alle informantane opplevde at musikken hadde ein positiv påverknad.

Denne studia har ein fenomenologisk tilnærming, ved at den utforskar og omskriv menneske og deira erfaringar med og forståing av eit fenomen (Christoffersen & Johannessen, 2012, s. 99). Forståinga av eit fenomen blir i denne studia elevane sin meining om musikkens påverknad på fokus og konsentrasjonen deira. Christoffersen og Johannessen fortel om informantane si meining som eit nøkkelord, fordi forskaren er ute etter å forstå meininga med eit fenomen sett gjennom ein gruppe menneskets auge (2012, s. 99). Denne fenomenologiske tilnærminga tar studia til Hallam, Price og Katsarau (2002) avstand frå, ved at i deira studie er funna, tal på riktig og galt svar og tal på mengde spørsmål som er svart blant elevar. Elevane sin meining, som Christoffersen og Johannessen nemnar, er verken tilstade eller verdsett. Det same ser ein i Dolegui sin studie. Her er fokuset og på den kvantitative dataa ved rett og galt svar, samt mengde spørsmål elevane svarde på (2013). Denne studia skil seg vekk frå å legge ein stor verdi på kvaliteten av arbeidet elevane utførar i timen. Kvar elev skil seg frå den neste (Imsen, 2014, s. 255). Tabellen visar at mange elevar opplev ein positiv påverknad. Dermed er den innsamla dataa elevane sin eigen tolking av musikken påverknad, samt grunngjeving for påverknaden. Men kan vi stole på elevane sin tolking av musikkens påverknad? Denne studia målar ikkje hjerneaktivitet mens elevane jobbar. Undersøkinga legg tilliten til elevane sin ytring om antatt påverknad på fokus og konsentrasjon. Sidan eit av føremåla med denne studia er å potensielt påverke praksis, er elevane sin ytring viktig.

I den første økta jobba elevane individuelt med sjølvvald musikk i bakgrunnen. I ein individuell elevaktivitet får elevane noko å jobbe med av læraren. Dermed er det viktig at læraren tilpassar undervisninga slik at elevane best mogleg klarar å prestere og oppleve meistring. I den første økta var det til saman 36 deltakarar. 36 elevar med ulike elevføresetnadar. Imsen skriv at elevføresetnadar visar til det potencialet for læring eleven tar med seg i læringssituasjonen (2014, s. 252). Ein utfordring ved den praktiske utføringa av studia var å finne ut kva den individuelle elevaktiviteten skulle vere. Viss eleven ikkje klarar å arbeide, eller opplev vanskar fordi oppgåva er over elevens evne til å jobbe individuelt, kan dette gå negativt utover det individuelle arbeidet. Csikszentmihalyi fortel om verdien av tilpassar opplæring for å oppnå ein form for flyt tilstand er i kva grad motivasjonen, interessa og vilje individet har i møte med utfordringa. Samt at denne flyt tilstanden er ein tilstand eit individ kan føle når ein er fullstendig involvert i noko, og alt av oppmerksamd og driv blir retta mot aktiviteten (Csikszentmihalyi, 2014, s. 230). Steve Dillon argumenterar for at

musikk er verdifull fordi det er ein effektiv måte å oppnå flyt tilstandar på (Hein & Kuhn, 2021, s. 5, visar til Dillon, 2007). Dermed verkar det som denne flyt tilstanden er ein kombinasjon av fleire faktorar som konsentrasjon og motivasjon. Csikszentmihalyi skriv vidare at å komme i flyt er i stor grad ein funksjon av korleis oppmerksomd har blitt fokusert i fortida, og korleis denne oppmerksomda er fokusert i noet, ved aktivitetens strukturelle forhold (2014, s. 243). Å legge til rette for at elevane skal kunne komme i denne tilstanden, er veldig utfordrande ovanfor læraren si evne til å tilpasse undervisninga. Men poenget er ikkje at alle elevane skal oppnå denne flyt tilstanden, heller å utforske om musikk kan hjelpe nokon å nærme seg dette nivået. I lys av teorien om flyt tilstand, vil eg kaste lys på ein elev som opplevde ein veldig bra påverknad på fokus og konsentrasjon. Elev 2 fortel at ”*jeg blir glad av musikk. Så når jeg har musikk bare skriver hendene på egen hånd.*” For denne elevane kan det verke som musikk gir ein aktivering i den grad av eleven nærmar seg flyt tilstanden, eller eit optimalt nivå, ved at henda skriv av seg sjølv. Samtidig er det vanskeleg å sei kva tilstand denne eleven oppnådde i timen. Men det er tydelege teikn på at musikken hadde ein positiv påverknad på elev 2.

Csikszentmihalyi sin teori om flyt tilstanden, delar nokon liknadar til Yerkes—Dodson lova. Yerkes—Dodson lova er ein modell som tar føre seg forholdet mellom stress og oppgåveutføring, og seier at ein kan nå sitt optimale utføringsnivå med eit viss nivå med aktivering. For masse eller for lite aktivering førar til dårlegare opptreden (Pietrangelo, 2020). Musikk har ein kraftig påverknad på humøret, kjensla og aktiveringa våra. Samtidig er personlegdom ein relevant faktor i omsyn til Yerkes—Dodson lova sin tanke om optimal aktiveringsnivå. (Cross, Hallam & Thaut, 2018, s. 780). Csikszentmihalyi sin teori om flyt tilstanden liknar Yerkes—Dodson lova sin tanke om eit optimalt aktiverings nivå. Yerkes—Dodson lova nyttar ein skala, der ein har ulike nivå på bakgrunn av mengde aktivering. Medan Flyt tilstanden til Csikszentmihalyi handlar om ein spesifikt punkt av flyt tilstand. Yerkes—Dodson lova fortel og at forfallet på kvaliteten i oppgåveløysinga skjer raskare når sjølv oppgåva som ein skal løyse, er enten over eller under vedkomande sitt kunnskapsnivå (Hallam, Price & Katsarou, 2002). På bakgrunn av dette konkluderte eg med å gi elevane ein utforskningsoppgåve. Denne oppgåva tar utgangspunkt i at elevane har forkunnskapar om det gitte temaet. Ein del av aktiveringa, er elevens føresetnadar i møte med oppgåva (Kuhn & Hein, 2021, s. 5).

Den andre delen av aktiveringa er den sjølvvalde musikken elevane høyrde på i økta. Ruud forsterkar tanken om musikkens påverknad og aktivering i hjernen ved at han skriv at

musikken ”påvirker våre stemninger og våre emosjoner, er det ingen tvil om. Når du lytter til musikk, øker du blodstrømning til hjernen, store deler av hjernen kommer i aktivitet” (2005, s. 137). Problemstillinga spør om elevane sin oppleving av musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon i ein individuell elevaktivitet. Føresetnaden til problemstillinga er at elevane i det heile tatt arbeider, og arbeider med musikk i bakgrunnen. I følgje Imsen skal alle elevar ”i arbeidet med faga få møte utfordringar som gir dei noko å strekkje seg mot, og som dei kan meistre på eiga han eller saman med andre” (2014, s. 247). Eg konkluderte med at utforskningsoppgåva rundt klimakrisa var eit tema alle i klassen har høyrd om tidlegare. Dermed var sannsynet høgt for at mange av informantane hadde eit godt utgangspunkt for å arbeide.

Etter at elevane då fekk ei oppgåve som gir dei noko å strekkje seg mot, er dette eit godt utgangspunkt for aktiveringa musikken potensielt kan gi. Eg vil dermed argumentere for at musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon i ein individuell elevaktivitet, er ikkje berre avhengig av elevens oppleving av musikken, men og elevens føresetnadar i møte med den gitte utfordringa i timen. Lærarens val av utfordring er dermed viktig. Den første økta tar som sagt utgangspunkt i at elevane har førekunnskapar. Dermed gir ikkje denne studia innsikt i musikkens påverknad på elevane når dei skal lære om noko nytt og ukjent. Men heller elevane sin opplevde påverknad, når dei utforskar eit tema dei har hatt om tidlegare.

Som vi ser på tabell 7 var det totalt 3 elevar som opplevde ein negativ påverknad på fokus og konsentrasjonen. To av desse elevane fortel at dei blir distraherert og musikken tar fokuset vekk frå oppgåva. Den siste eleven (elev 20) skriv at det er lettare å konsentrere seg utan musikk, ”*det blir lettere å høre det eg lesar i hode*”. Desse tre elevane visar at ikkje alle opplev ein positiv påverknad av musikk på fokus og konsentrasjonen. På den andre sida er det interessant at to av desse elevane valde å høyre på musikk som fekk dei til å fokusere på songen i staden for oppgåva. Kva om desse elevane hadde høyrd på ein type musikk som ikkje dei opplevde som distraherande? Eller kan det hende at det ikkje fins musikk som kan forbetre desse elevane sine arbeidsvilkår?

Alle informantane i denne studia vel kva musikk dei skal høyre på mens dei arbeida. Cross, Hallam, og Thaut skriv at musikk er ofte vald ut frå kva påverknad det har på kjensla og for å utfylle andre behov (2018, s. 711). Ruud legg vekt på kvar individet er i sin personlege utvikling som ein faktor i musikksmak og identitet. Samt ein potensiell endring i sosiale omgivingar, nye vennskap og tilhøyring til sosiale grupper (2013, s. 46). Så når elevane skal

velje musikken når dei arbeidar, kva er deira musikalske agentskap i denne prosessen? Musikalsk agentskap handlar om individets ferdigheit til å relatere musikk, til å nytte musikk, til å konstruere seg sjølv og handle reflektert med musikk og til å trekkje det musikk tilbyr i form av å nytte det i omsyn til regulering og oppretthalding av dei sjølv som sosiale aktørar (Karlsen, visar til Batt-Rawden & DeNora, 2005, frå Gould, Countryman, Morton og Rose, 2009). Hanken og Johansen fortel om musikalsk agentskap som ”individets evne til å engasjere seg aktivt og ta selvstendige grep i sitt eget forhold til musikk innanfor de rammene samfunnet og kulturen setter (2021, s. 257). Her vil eg argumentere for at elevane sin musikalske agentskap spelar ei viktig rolle for musikkens opplevde påverknad på fokus og konsentrasjon. Elev 19 (dårleg påverknad) høyrde på ”top 50 hits Norway” i timen. Vedkomande skreiv at ”*jeg fokuserte på sangen istedenfor*”. Relevansen til musikalsk agentskap kjem ved at elevane sitt personlege val av musikk i timen, kjem ofte av deira sin ynskja kroppsleggrespons, og deira musikalske agentskap. La oss sei at elev 19 berre høyrar på ”top 50 hits” på fritida, dette vil eg påstå har ein påverknad på denne eleven sitt val av musikk i timen. Viss eleven ikkje har nokon kjennskap eller erfaring med forskjellig type musikk, kva påverknad vil dette ha på musikkvalet til vedkomande? Eg argumenterar ikkje for at alle elevar fins det ein eller annan type musikk som forbetrar fokus og konsentrasjonen deira. Heller at viss den musikalske agentskapen deira er redusert eller forsterka, vil dette påverke deira val av musikk i ulike setningar. Korleis veit ein kroppens respons viss ikkje ein har høyrd på ulike typar musikk? Då veit ein ikkje kroppens respons på for eksempel modal jazz, eller klassisk musikk i ulike settingar. På den andre sida kan det vere at desse tre elevane arbeidar betre generelt utan musikk og at kunsten er eit distraherande moment i læringsprosessen uavhengig av deira musikalske agentskap.

Det var mange av informantane som opplevde at musikken hadde ein positiv påverknad av forskjellige grunnar. Ein stor faktor for mange var musikkens evne til å bevare oppmerksomda frå bakgrunnsstøy. Oakley og Schewe skriv at dersom ein ynskjer å høyre på musikk mens ein studerar, bør ein sørge for at den er så lite distraherande som mogleg. Samt at det beste er å ikkje høyre på musikk, med mindre du trenger musikken for å overdøye annan støy (2020, s. 19). White bekreftar dette utsagne ved at han skriv at musikken er med på å blokke ut forskjellige uromoment i klasserommet, som ei tikkande klokke, blyantar/pennar og stolar eller pultar som er i bevegelse (2007). Problemstillinga nemnar omgrepa fokus og konsentrasjon. Abrahamsen skriv at desse omgrepa handlar om evna til å fokusere på det som skjer, samtidig som ein evnar å stenge ute irrelevant distraksjonar (2021,

s. 105). Totalt var det seks informantar frå økt 1 som skreiv at musikken spesifikt skjermar dei for bakgrunnsstøy. I følgje Ruud er det påvist at støy har negative verknadar på arbeidsprestasjonar, og at barn gjer det dårlegare under støyande forhold når dei skal løyse oppgåve som krev hukommelse og konsentrasjon (2005, s. 86). Her fortel Ruud at bakgrunnsstøy spelar ein negativ rolle i arbeidsprestasjonar. Samtidig vil eg argumentere for at kva ein opplev som bakgrunnsstøy og distraherande lydar eller moment, varierar ut frå individet. Bakgrunnsstøy kan forhindre individ som er ekstra sensitive til støy frå å oppnå det same arbeidsresultatet som andre, som vidare førar til andre vanskar. (Belojevic, Jakovljevic & Slepcevic, 2003). For dei elevane som er ekstra sensitive til bakgrunnsstøy, eller støy, kan musikk vere ein støttande brikke i elevens psykososiale læringsmiljø. Vidare fortel studia til Belojevic, Jakovljevic og Slepcevic at individets oppleving av bakgrunnsstøy kan føre til auka aktivering og distrahering ved mental opptreden. I ein individuell elevaktivitet arbeidar elevane sjølv, utan nokon sosial interaksjon. Men sjølv om musikken kan verke som eit skjold mot bakgrunnsstøy, er det elevane som opplev musikken sjølv som støy, og uynskja lyd. Dermed er individets subjektive oppleving ein viktig faktor for musikkens påverknad. Dette vart belyst i denne studia av dei tre informantane som markerte negativ påverknad.

Vidare vil eg nemne elev 14 frå klasse 1, som skriv:

Når jeg ikke hører på musikk, detter jeg helt ut av oppgaven. Jeg må fokusere veldig, og lese om og om igjen. Tankene og alt jeg ikke vil tenke på, dukker opp. Ofte får jeg angstanfall. Når jeg hører på musikk, skjer det motsatte, og jeg slipper tankekjør.

Dette sitatet forsterkar Skånlands syn om at musikk kan hjelpe lyttaren til å administrere og regulere sin eigen sinnsstemning, og betre sjølvregulering. Samt å fungere som ein meistringsstrategi (2009). Det merkbare ved denne eleven sitt sitat, er at musikken har ein midlertidig lindrande effekt på angst. Dette ser ein tydeleg ved at eleven fortel at når vedkomande høyrar på musikk skjer det motsette. For denne eleven, er det markant at musikk har ein viktig rolle i denne eleven sitt psykososiale læringsmiljø. I den praktiske utføringa av studia kom denne eleven bort til meg etter økt 1, og fortalde at vedkomande har ein avtale med skulen om løyve til og høyre på musikk i timen. I følgje Yerkes—Dudson låva kan for masse aktivering føre til stress og angst (Pietrangelo, 2020). I følgje SNL er angst ”en følelse av uro, anspenhet og nagende forventning om at noe farlig kan hende, eller en overdrive fryktreaksjon på en hendelse (Skre, 2020). Ut frå dette kan det verke som at musikken fungerer som ein reduserande faktor i aktiveringa til denne eleven. For nokon elevane kan

musikken fungere som ein aukande aktivering, men ut frå denne eleven sine ord, kan musikken ha ein roande og avslappande påverknad på aktiveringa. Dette er i favør av White sin tanke om at musikk kan hjelpe elevar å føle seg meir komfortable og oppnå ein form for roleg sinnstilstand (2007).

I denne studia var det totalt 5 elevar som opplevde ingen påverknad på fokus og konsentrasjonen. 2 av desse 5 informantane skreiv at musikken ikkje hadde noko påverknad, men at det gjor timen mindre kjedeleg. Sjølv om desse elevane ikkje opplevde ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen, hadde musikken ein positiv påverknad på desse to elevane sitt møte med oppgåva.

Til slutt skal eg kaste lys på dei elevane som opplevde ein positiv påverknad. 28 av 36 informantar meiner dei opplevde ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjon når dei jobba individuelt. Totalt var det 13 stykk som skreiv ”veldig bra påverknad” og 15 som skreiv ”bra påverknad”. Av desse var det nokon elevar som ikkje gav grunngjeving. Medan her er nokre sitat frå 15 forskjellige informantar som gav grunngjeving for deira opplevde påverknad.

- 1. Jeg blir mye mer konsentrert av musikk. Jeg får gjort mye mer arbeid hjemme enn på skolen fordi da hører jeg på musikk.*
- 2. Jeg blir glad av musikk, så når jeg har musikk bare skriver hendene på egen hånd.*
- 3. Blir veldig fokusert.*
- 4. Følte jeg fikk gjort mer og det var gøyere å jobbe med tema.*
- 5. Blir mer konsentrert.*
- 6. Blokkerer bakgrunnsstøy, og dermed får jeg mye bedre konsentrasjon og fokus.*
- 7. Musikk hjelper.*
- 8. Jeg konsentrerte meg mer om oppgaven.*
- 9. Musikk hjelper meg å blokke ut alt annet enn arbeidet jeg gjør.*
- 10. Musikken vekker hodet mitt og motiverer meg.*
- 11. Jeg er en person som ikke bare kan sitte å jobbe. Musikk hjelper. Fokuserer bedre.*
- 12. Musikken gjør at eg ikke mistet fokus eller ble lei av oppgaven.*
- 13. Det hjelper meg å konsentrere.*

14. *Jeg fokuserer mer på det jeg holder på med. Fordi jeg følger bare med på det jeg driver med og hører med. Jeg blir ikke påvirket av andre.*

15. *Musikk gjør at jeg ikke bryr meg om det rundt meg. Jeg får være i fred i mitt eget hode.*

Det var ein elev som fortalde at vedkomande hadde skrive 35 ord, vurdert dette som ”mye” arbeid og markert veldig bra påverknad. Om denne eleven verkeleg opplevde ein positiv påverknad er dermed vanskeleg å vite sikkert. Men når eit fleirtal av elevar markerar positiv påverknad, og fortel om deira oppleving slik, då er det vanskeleg å nekte for musikkens positive påverknad på fokus og konsentrasjonen til fleire av informantane.

6.3 Informantane si oppleving av fellesmusikkens påverknad – økt 2

Klasse 1 og 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent
Veldig bra	0	0 %
Bra	11	27,5 %
Ingen	16	40 %
Dårlig	13	32,5 %
Veldig dårlig	0	0 %
Totalt	40	100 %

Tabell 8

I denne økta arbeida elevane individuelt med fellesmusikk i bakgrunnen. Gjennom tabellen ser vi at tala skil seg frå dataa i økt 1. Her er det stor variasjon i elevane sin opplevde påverknad. 11 av 40 informantar skriv at dei opplevde ein ”bra påverknad” på fokus og konsentrasjonen. 9 av desse skreiv spesifikt at musikken var avslappande, og 4 nemnde ein liten forbetring av opplevd fokus og konsentrasjon. Den valde musikken her var ambient musikk. Dette er musikk som er vald ut frå sin stilna, homogenitet, mangel på overrasking og variasjon (Ruud, 2005, s.21). Når eg sto framfor alle elevane og observerte mens dei jobba, var det tydeleg at musikken var for like aktiverande. Nokon informantar vart synleg trøtte. I følgje Yerkes—Dudson lova kan for lav aktivering føre til keisemd eller søvn. Dette ser ein ved at 7 skreiv av musikken gjor dei trøtt. Det var og tydeleg at elevane ikkje likte musikken i timen. Mange skreiv at musikken var kjedeleg, irriterande, treng meir fart og fleire skreiv at dei ikkje likte musikken. Dermed kan ein stadfeste at musikkvalet til denne timen ikkje var vellykka. Det risikable ved fellesmusikk er at elevane ikkje får velje den musikken som passar

dei. Dette blir synleg gjennom at totalt skreiv 17 informantar at dei mislikte å ikkje ha kontroll over musikken. I motsetning til forgje økt, var det ingen i denne økta (fellesmusikk) som markerte verken veldig bra eller veldig dårleg påverknad. Dette kan vere ein indikasjon på at denne typen fellesmusikk, og kanskje fellesmusikk generelt, ikkje har så merkverdig påverknad. Skilnadane i musikkpreferanse er så varierende blant elevane. Samt at om påverknaden er positiv eller dårleg, er den mindre merkverdig. På den andre sida visar ikkje denne studia at å nytte fellesmusikk i timen er ein dårleg ide når elevane jobbar individuelt. Men heller at viss ein skal gjer det, bør ein ha ein jamleg dialog med elevane om kva musikk ein skal nytte, og i kva setting.

7. Konklusjon

I denne studia har eg utforska kva oppleving elevar på 10.trinn har om musikkens påverknad på fokus og konsentrasjon, i ein individuell elevaktivitet. Samt om elevane sin relasjon til musikk spelar ein rolle for kva grad av påverknad musikkens har på fokus og konsentrasjonen. I den samla tabellen om elevane sin opplevde påverknad i økt 1, var det 28 av 36 som markerte ein positiv påverknad på fokus og konsentrasjonen. Dette visar at om musikken er sjølvvald, kan det spele ei positiv rolle i læringsprosessen for nokon elevar. Desse elevane skreiv blant anna at musikken blokkerar bakgrunnsstøy, roar dei ned, gjer timen kjekkare og forbetrar fokus og konsentrasjonen. I økt 2 med fellesmusikken var den noterte påverknaden veldig variert. Mange informantar mislikte å ikkje ha kontroll over musikken, vart trøtte og mislikte musikken.

Desse funna motiverar meg som lærar å nytte musikken i timen på ulike måtar i praksis. Både fellesmusikk og eventuelt med pluggar. Det er og viktig å hugse på at musikk hjelper ikkje alle elevane i klasserommet. I den individuelle elevaktiviteten, jobba elevane med eit tema dei allereie har forkunnskapar om. Dermed utforskar ikkje denne studia musikkens påverknad når elevane skal lære noko nytt. Studia har og ein avgrensa populasjon, som seier for lite om det generelle. Samt at informantane hadde mange likskapar med kvarandre, som for eksempel alder og skule. Vidare forskning bør ha ein større populasjon, og utforske fleire alderstrinn og skular.

Ein av dei mange svakheitene til denne studia er at den er i overkant open. Dermed er det vanskeleg å samle det vide datamaterialet og konkretisere dei. Studia kunne vore meir kvantitativ, i form av fleire spørsmål med svars alternativ. Det er og for utydleg kva elevane sin rolle til musikk er. Dermed er det vanskeleg å svare på det eine tilleggsspørsmålet. I tabell 4, om elevane sin relasjon i samsvar med påverknaden, ser vi at det er fleire elevar som opplev ein positiv påverknad, uavhengig av deira relasjon til musikk. Spelar musikk ein viktig rolle i livet ditt, kan det verke som at då er sjansen større for at den har ein positiv påverknad. Men samtidig opplev fleire elevar at musikken har ein positiv påverknad, sjølv om musikkens er mindre verdsett.

Litteraturliste

- Aanesen, K., H. (2021, 23. mai) *Bourdieu om kapitalformer og habitus*. Nasjonal Digital Læringsarena. Henta frå:
<https://ndla.no/nb/subject:1:fb6ad516-0108-4059-acc3-3c5f13f49368/topic:1:f77c8919-a904-41b3-88a4-34281c13627c/topic:1:b5a3b203-17cc-41d5-95b0-64f44b8700fc/resource:aff36be6-c79d-41e0-927f-3903c7b21c15>
- Abuhamdeh, S. Csikszentmihalyi, M. Graef, R. Hunter, J. Kubley, R. Larson, R. Mcmanama, S., W. Nakamura, J. Seligman, E., P., M. & Wong, M. M. (2014) *Flow and the foundations of positive psychology: the collected works of Mihaly Csikszentmihalyi*. Henta frå: https://link.springer.com/content/pdf/10.1007%2F978-94-017-9088-8_15
- Befring, E. (2010) *Forskningsmetode: med etikk og statistikk*. Det norske Samlaget.
- Belojevic, G. Jakovljevic, B. & Slepcevic, V. (2003). *Noise and mental performance: Personality attributes and noise sensitivity*. *Noise Health*. (Volum 6), 77—89
Henta frå: <https://www.noiseandhealth.org/article.asp?issn=1463-1741;year=2003;volume=6;issue=21;spage=77;epage=89;aulast=Belojevic>
- Blackburn, H. (2017). *Music in the classroom*. (Vol 2), 26—33. Henta frå:
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1213729.pdf>
- Brean, A. & Skeie, O. S. (2019) *Musikk og hjernen – om musikkens magiske kraft og fantastiske virkning på hjernen*. Oslo, Cappelen Damm AS.
- Chanda, M., L. & Levitin, D., J. (2013). *The neurochemistry of music*. *Science Direct* (Volume 17). 179—193. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.02.007>
- Christoffersen, L. & Johannessen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningene*. Oslo, Abstrakt forlag AS.
- Christoffersen, C. (2005). *Kroppen i musikkpedagogikken*. Henta frå:
https://nmh.brage.unit.no/nmhxmlui/bitstream/handle/11250/172341/Christoffersen_Kroppen.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cross, I., Hallam, S. & Thaut, M. (2018) *The Oxford Handbook of Music psychology*. Oxford University Press.

- Dolegui, A. (2013) *The impact of listening to music on cognitive performance*. Henta frå: <http://www.inquiriesjournal.com/articles/1657/the-impact-of-listening-to-music-on-cognitive-performance>
- Folkehelseinstituttet. (2022, 3. februar). *Støy, helseplager og hørselstap i Norge*. FHI. Henta frå: <https://www.fhi.no/nettpub/hin/miljo/stoy/>
- Frank, E. Abrahamsen, (2021). *En kort introduksjon til prestasjonspsykologi*. Bergen, fagbokforlaget.
- G. Imsen. (2014), *Elevenes verden – Innføring i pedagogisk psykologi*. Oslo, Universitetsforlaget.
- Greasley, A. & Lamont, A. (2011). *Exploring engagement with music in everyday life using experience sampling methodology*. Henta frå: https://www.researchgate.net/publication/228350850_Exploring_engagement_with_music_in_everyday_life_using_experience_sampling_methodology
- Hallam, S. Price, J & Katsarou, G. (2002). *The effects of background music on primary school pupils task performance*. Institute of Education, University of London, (Volum 28) 111—122. Henta frå: <https://www.scinapse.io/papers/2135646046>
- Hanken, I., M. & Johansen, G. (2021). *Musikkundervisningens didaktikk*. (3. utgåve). Oslo, Cappelen Damm AS.
- Hein, E & Kuhn, W. (2021). *Electronic Music School: A contemporary approach to teaching musical creativity*. Oxford University Press, USA.
- Helsenorge. (2020, 29. januar). *ADHD*. Henta frå: <https://www.helsenorge.no/sykdom/utviklingsforstyrrelser/adhd/>
- Helstrup, T. (2020, 15. august). *Konsentrasjon*. I *Store Norske Leksikon*. Henta frå: https://snl.no/konsentrasjon_-_psykologi
- Illustrasjon av Yerkes—Dodson lova: Trajanovski, S. (ukjend). Henta frå: https://www.researchgate.net/publication/320592240_Deep_Physiological_Arousal_Detection_in_a_Driving_Simulator_Using_Wearable_Sensors/figures?lo=1

- Jacobsen, I. D. & Postholm, B. M. (2016). *Læreren med Forskerblikk – innføring i vitenskapelig metode for lærerstudenter*. Oslo, Cappelen Damm AS.
- Jacobsen, I. D. & Postholm, B. M. (2018). *Forsningsmetode for masterstudenter i lærerutdanning*. Oslo, Cappelen Damm AS.
- Krumsvik, R., J. (2019) *Kvalitativ metode i lærarutdanninga*. Bergen, Fagbok forlaget.
- Nickerson, C. (2021, 15. november). *Yerkes-Dodson Law*. Simply Psychology. Henta frå: <https://www.simplypsychology.org/what-is-the-yerkes-dodson-law.html>
- Nordbø, B. (2020, 17. juni). Fokus. *I Store Norske Leksikon*. Henta frå: <https://snl.no/fokus>
- Oakley, B. (2020). *Superhjernen – De beste strategiene for læring*. Oslo, Universitetsforlaget AS.
- Pietrangelo, A. (2020, 22. oktober). *What the Yerkes—Dodson law says about stress and performance*. Healthline. Henta frå: <https://www.healthline.com/health/yerkes-dodson-law>
- Ringom, B. (2013). *Lær å lære – for bedre konsentrasjon, forståelse og hukommelse*. Oslo, Akademika forlag.
- Ruud, E. (2005) *Lydlandskap – Om bruk og misbruk av musikk*. Bergen, Fagbokforlaget
- Ruud, E. (2013). *Musikk og Identitet*. (2. utgave). Universitetsforlaget. Henta frå:
- Saarikallio, S & Erkkilä, J. (2007, Januar) *The role of music in adolescents mood regulation*. 88—109. https://www.researchgate.net/publication/229471062_The_role_of_music_in_adolescents'_mood_regulation
- Stai, S. (2021, 2. februar). *Vygotskji og kognitiv utvikling*. Nasjonal Digital Læringsarena. Henta frå: <https://ndla.no/nb/subject:1:56ea35da-73d9-431f-a451-19f24f564f59/topic:2:70023834-50f5-4c9a-ac5c-df3d4bf3394d/topic:1:11d0a502-9005-411a-85f9-9ce87cc6f9e9/resource:069f1543-e9aa-4d99-9070-d0065f5909b2>
- Skre, B., I. (2020, 15. november). *Angst*. *I Store Norske Leksikon*. Henta frå: <https://sml.snl.no/angst>

- Skånland, M. S. (2009). *(Mobil) musikk som mestringsstrategi*.
https://nmh.brage.unit.no/nmhxmlui/bitstream/handle/11250/172201/Marie_Strand_Sk%C3%A5nland.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Stensholt, A & Hatlo, G. (2017, 13. desember). *Eksplisiv økning i antall ADHD – diagnoser*. NRK. <https://www.nrk.no/vestfoldogtelemark/-eksplisiv-okning-i-antall-adhd-diagnoser-1.13822672>
- Svendsen, K, O., B. (2020, 13. august). Arousal. *I Store Medisinske Leksikon*. Henta frå: <https://sml.snl.no/arousal>
- Teigen, H. K., (1994, november). *Yerkes-Dodson: Law for all Seasons*. (S.525-547) Henta frå: https://www.researchgate.net/publication/247743193_Yerkes-Dodson_A_Law_for_all_Seasons
- Trappe, H. (2012). *Music and medicine: The effects of music on the human being*. Applied Cardiopulmonary Pathophysiology, (Volum 16), 133—142.
- Utdanningsdirektoratet. (2022, 31. mars) *Tilpasset opplæring*. Henta frå: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/tilpasset-opplaring/>
- White, K. (2007). *The effects of background music in the classroom on the productivity, motivation, and behavior of fourth grade students*. (Masteroppgåve, Columbia College). Henta frå: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED522618.pdf>
- Yehuda, N. (2011). *Music and stress*. Journal of Adult Development, (Volum 18), 85 – 95. Henta frå: <https://doi.org/10.1007/s10804-010-9117-4>

Vedlegg 1: Godkjenning frå NSD

Dato

20.05.2022

Type

Standard

Referansenummer

614590

Prosjektittel

Musikk som potensiell støtte til ungdomselever i læringsprosessen

Behandlingsansvarlig institusjon

OsloMet – storbyuniversitetet / Fakultet for lærerutdanning og internasjonale studier / Institutt for grunnskole- og faglærerutdanning

Prosjektansvarlig

Fritz Flåmo Eidsvaag

Student

Torstein Hauge

Prosjektperiode

01.01.2022 - 10.08.2022

[Meldeskjema](#)**Kommentar**

Personverntjenester har vurdert endringen i prosjektsluttdato.

Vi har nå registrert 10.08.2022 som ny sluttdato for behandling av personopplysninger.

Hvis det blir nødvendig å behandle personopplysninger enda lengre, så kan det være nødvendig å informere prosjektdeltakerne.

Vi vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet. Kontaktperson: Markus Celiussen Lykke til videre med prosjektet!

Vedlegg 2: Samtykkeskjema

Vil du delta i forskingsprosjektet?

Tittel: Musikk som potensiell støtte til ungdomselever i læringsprosessen

Dette er et spørsmål til deg om å delta i eit forskingsprosjekt der formålet er: *å utforske hvordan påvirker musikk fokuset og konsentrasjonen hos ungdomselever i ein elevaktivitet?* I dette skrivet gir vi deg informasjon om målet for prosjektet og om hva deltaking vil innebære for deg.

Målet til denne undersøkningen er å finne ut hvordan musikk bidrar i læringsprosessen til dagens elever. Håpet er å utføre undersøkningen i to forskjellige klassar på ungdomstrinnet.

Dette er en masterstudie på 30 studiepoeng i musikk.

Hvem er ansvarlig for forskingsprosjektet?

OsloMet (storbyuniversitetet) er ansvarleg for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

I sommaren 2022 er jeg (forskaren) ferdig utdannet lærer 5-10 trinn. Siden tanken min er å arbeide på en ungdomskole, har valgt å utføre undersøkningen på ungdomstrinnet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Dersom du velger å delta i prosjektet, inneholder det at du fyller ut et spørreskjema og godtar å høre på musikk mens du jobber. Dette skjemaet får du ut delt i papir- format etter ca 40 minutt med individuelt arbeid i timen. Denne undervisningstimen skal eg lede og blir delt i to deler.

Første del av timen: Elevene jobber individuelt med en oppgåve gitt av læreren.

Mens elevene i klassen jobber, skal de selv høre på musikk individuelt, med enten plugger eller headset. Hva musikk du hører på er valgfritt, men det kan være lurt å velge en type musikk som hjelper deg å jobbe.

Siste del: Elevene leverer inn det de har arbeidet med, og får utdelt spørreskjemaet. Spørreskjemaet tar ca 10 - 15 minutt

Etter du har svart på spørreskjemaet leverer du arket inn **uten navn**. Alle de innsamlete arkene skal jeg oppbevare i en fysisk mappe.

I den neste og siste undervisningen: Elevene jobber individuelt, mens læreren setter på fellesmusikk. Etter ca 40 min, får elevene et nytt og mye kortere spørreskjema.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å gi noen grunn. Alle personopplysningene dine vil då bli slettet. Det vil ikke føre til noen negative konsekvenser for deg dersom du ikke vil delta eller seinere velger å trekke deg.

Ditt personvern – korleis vi oppbevarer og bruker opplysningane dine

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålet jeg har fortalt om i dette skrivet. Jeg behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

De som vil ha tilgang ved behandlingsansvarlig institusjon er Oslomet, Jeg, veileder i mastergraden og sensor.

I undersøkinga forblir du som potensiell deltager helt anonym.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskingsprosjektet?

Opplysningene blir anonymiserte når prosjektet er avsluttet/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er 15.05.22

Hva gir oss rett til å behandle personopplysinger om deg?

Vi behandler opplysinger om deg basert på samtykket ditt.

På oppdrag frå Norsk Senter for Forskingsdata har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysinger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine retter

Så lenge du kan identifiserest i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hva opplysinger vi behandler om deg, og å få utlevert ein kopi av opplysningene,
- å få rettet opplysinger om deg som er feil eller misvisende,
- å få slette personopplysinger om deg,

- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av personopplysningene dine.

Dersom du har spørsmål til studien, eller om du ønsker å vite mer eller utøve rettene dine, ta kontakt med:

- Norsk senter for forskingsdata (NSD)
- Oslomet, tlf 67 23 50 00
- Student: Torstein Hauge, mobil 97 51 74 39, Epost: s320114@oslomet.no
- Veileder til studenten: Fritz Flåmo Eidsvaag, Epost: frifle@oslomet.no

Personvernombud: personverntjenester@nsd.no

Norsk senter for forskingsdata

Dersom du har spørsmål knytt til Personverntjenester si vurdering av prosjektet kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester, på e-post (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Venleg helsing

Torstein Hauge

OsloMet

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet ”*Musikk som potensiell støtte til ungdomselevar i læringsprosessen*” og har fått lov til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i prosjektet

Jeg samtykker til at opplysningene mine kan behandlest frem til prosjektet er avsluttet.

(Signert av prosjektdeltakar, dato)

Vedlegg 3: Spørjeskjema sjølvvald musikk

1. Hva rolle spiller musikk i livet ditt?
2. Hva arbeid fikk du gjort i denne timen?
3. Hva type musikk valgte du å høre på i timen?
4. Hva påvirkning hadde musikken på fokuset og konsentrasjonen din? Hvorfor? Utdjup gjerne. (sett ring rundt først og forklar hvorfor under)

Veldig dårlig -- dårlig -- ingen påvirkning -- god -- veldig god
5. Hva syns du om å bruke musikk i timen framover?

Vedlegg 4: Spørreskjema fellesmusikk

1. Hva syns du om musikken som ble spilt av i timen?

2. Hva påvirkning hadde musikken på fokuset og konsentrasjonen din?
Hvorfor?(sett ring rundt og fortel gjerne hvorfor under)

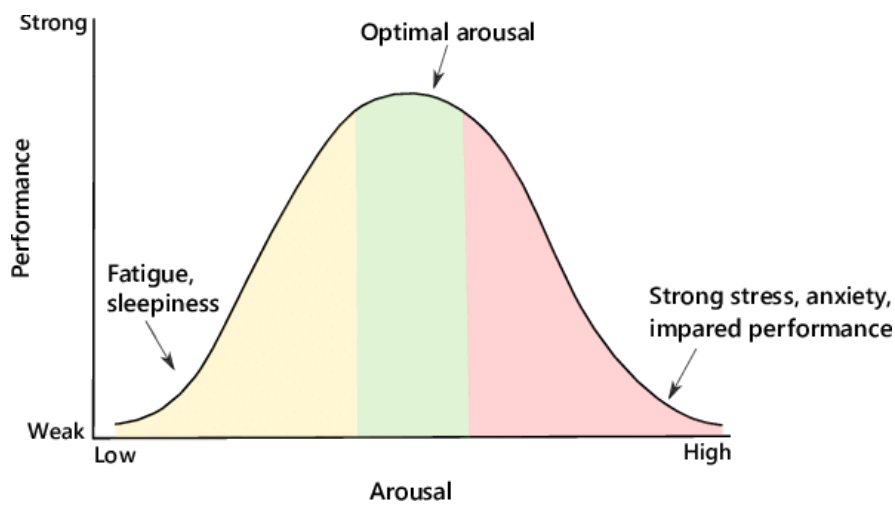
Veldig dårlig – dårlig – ingen påvirkning – god – veldig god

3. Viss du selv kan bestemme mellom

- å ha lov til å bruke plugger/hovudtelefonar i timen når elevene jobber
- å høre på samme type fellesmusikk i timen av og til
- En blanding av fellesmusikk og plugger/hovudtelefonar
- ikke musikk i det hele tatt i timen

Hva ville du valgt? Fortell hvorfor...

Vedlegg 5: Figurar og tabellar



Klasse	Økt	Elevar som deltok
1	1 - Pluggar	20 av 27
2	1 - Pluggar	16 av 30
1	2 - Fellesmusikk	22 av 27
2	2 - Fellesmusikk	18 av 30

Tabell 1

Klasse 1		
Musikkens rolle	Tal på elevar	Påverknad på fokus og konsentrasjon per elev
Stor og viktig rolle	14	8 – veldig bra 5 – bra 1 - ingen
Mindre verdsett	6	2 - bra 3 - ingen 1 - dårleg
Totalt	20	20

Tabell 2

Klasse 2		
Musikkens rolle	Elev	Påverknad på fokus og konsentrasjon per elev
Stor og viktig rolle	10	3 - veldig bra 6 - bra 1 - veldig dårleg
Mindre verdsett	4	2 - veldig bra 1 - bra 1 - dårleg
Utydeleg	2	1 - bra 1 - ingen
Totalt	16	16

Tabell 3

Klasse 1 og 2		
<u>Musikkens rolle</u>	<u>Elev</u>	<u>Påverknad på fokus og konsentrasjon</u>
Stor og viktig rolle	24	11 - veldig bra 11 - bra 1 - ingen 1 - veldig dårleg
Mindre verdsett	9	2 - veldig bra 3 - bra 2 - ingen 2 - dårleg
Utydeleg	3	2 - ingen 1 - bra
Totalt	36	36

Tabell 4

Klasse 1		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent %
Veldig bra	8	40%
Bra	7	35%
Ingen	4	20%
Dårlig	1	5%
Veldig dårlig	0	0%
Totalt	20	100

Tabell 5

Klasse 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent %
Veldig bra	5	32
Bra	8	50
Ingen	1	6
Dårlig	1	6
Veldig dårlig	1	6
Totalt	16	100%

Tabell 6

Klasse 1 og 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent
Veldig bra	13	36,1 %
Bra	15	41,6 %
Ingen	5	14 %
Dårlig	2	5,6 %
Veldig dårlig	1	2,8 %
Totalt	36	100%

Tabell 7

(Sjølvsvald musikk)

Klasse 1 og 2		
Musikkens påverknad	Tal på elevar	Prosent
Veldig bra	0	0 %
Bra	11	27,5 %
Ingen	16	40 %
Dårlig	13	32,5 %
Veldig dårlig	0	0 %
Totalt	40	100 %

Tabell 8

(Fellesmusikkens påverknad)