

Fysiske og psykiske utfordringer knyttet til yrket som pop- og rock- musiker



En studie av destruktive og beskyttende faktorer knyttet til yrket

Forord

Jeg har igjennom denne oppgaven fått mulighet til å jobbe med noe som er av stor interesse for mitt vedkommende. Jeg har alltid funnet musikere og deres yrkeshverdag meget interessant og fascinerende. Det og da bli gitt mulighet til å jobbe med dette og høre deres egne beretninger om sin arbeidshverdag og kunne sette dette opp mot det jeg har lært som masterstudent på helse-organisasjons- og kommunikasjonspsykologi har for meg vært en utrolig morsom og lærerik prosess.

Jeg vil først og fremst rette en stor takk til Jonas Vaag for å ha gitt meg mulighet til å være med på dette prosjektet, men også for hans hjelp, støtte, tilgjengelighet og konstruktive tilbakemeldinger i løpet av hele denne prosessen. En stor takk går også til min veileder Per Øystein Saksvik for de konstruktive tilbakemeldinger og hjelp jeg har mottatt. Utover dette vil jeg også rette en stor takk til alle de informantene som har stilt opp og gjort dette til et spennende studie for min egen del. Også takk til Eirik Åm for korrekturlesning og min familie for den støtte de har utvist igjennom hele denne prosessen.

Trondheim, 9. april 2013

Erik Kjersem

Sammendrag

Denne studiens formål var å se nærmere på de fysiske og psykiske utfordringene som møter norske pop- og rock- musikere i deres arbeidshverdag. Samtidig hadde studien også et fokus på potensielt beskyttende faktorer som gjør at enkelte individer kan overleve i musikkbransjen og ha musikk som yrke. Siden dette er et lite studert felt i norsk sammenheng fantes det relativt lite litteratur på området. Det ble derfor utført 11 kvalitative intervju blant etablerte pop- og rock- musikere rundt om i Norges land.

På bakgrunn av intervjuene kommer musikeryrket for våre informanter frem som et livsstilsyrke hvor de virker å fremme sin egen identitet igjennom musikk, og hvor alle deler av hverdagen påvirkes av dette. Informantene har uttrykt et brennende engasjement, dedikasjon og stå på vilje samt et konstant ønske om forbedring som fundamentalt for å lykkes og kunne bli værende i musikkbransjen. Måten informantene har beskrevet sitt eget yrke har gitt et klart inntrykk av jobbengasjement og hvor job engagement modeller som J D-R modellen har vist seg å være svært nyttig for denne studien.

Utfordringene i yrket knytter seg i stor grad til en usikker økonomisk situasjon og konflikt mellom jobb og familiesituasjon, hvor det har blitt påpekt som viktig å skape seg rutiner i en kaostilværelse. Dette er også utfordringer som er blitt nevnt å gå løs på det psykiske, hvor dette kan vise seg å være hemmende for kreativiteten og den musikalske skapelsesprosessen. Av fysiske skader og utfordringer er både utmattelse i forhold til reising, ryggproblemer og slitasje på stemmebåndet nevnt. I denne studien har det vært en stor andel vokalister som har deltatt, og stemmeproblemer har her blitt nevnt både som en fysisk og en psykisk utfordring i forhold til at man hele tiden må passe på og ta vare på stemmen.

Av beskyttende faktorer har sosial støtte av familie og bandkolleger blitt trukket frem som viktig for å kunne ha musikk som yrket. Sosial støtte på hjemmefronten har vist seg viktig for informantene i form av stressreduksjon, men også det å definere virkeligheten med tanke på prioriteringer og levesett. Ute på turné har bandkolleger vist seg å utfylle samme funksjon for flere av de andre informantene, men hvor turné og konsertene også har blitt en arena for konkurranse, måloppnåelse og formidling med publikum.

Innholdsfortegnelse

1.0.0 Innledning.....	1
1.1.0 Sykefravær i arbeidslivet.....	1
1.2.0 Hensikt med oppgaven.....	2
1.3.0 Valg av tema og problemstilling.....	2
1.4.0 Oppgavens disposisjon.....	3
2.0.0 Teori.....	4
2.1.0 Innføring av den biopsykososiale modellen.....	4
2.1.1 Psykiske lidelser.....	4
2.1.2 Muskel- skjelettplager.....	5
2.1.3 Interesseorganisasjoner.....	5
2.2.0 Det myteoppspunnede Rockelivet.....	6
2.3.0 Kreativitet og kunstskepelsen.....	7
2.4.0 Musikerens arbeidsmiljø.....	9
2.4.1 Frilanserhverdagen og oppstartsfasen.....	9
2.4.2 Etableringsfasen.....	10
2.4.3 Turnélivet.....	10
2.5.0 Musikkbransjen.....	11
2.5.1 Innpass i bransjen.....	11
2.5.2 Endringer i bransjen.....	12
2.6.0 Sosial kapital.....	14
2.7.0 Psykososialt arbeidsmiljø.....	15
2.8.0 Jobbengasjement.....	17
2.9.0 Modeller.....	18
2.9.1 Kognitive stressteori.....	18
2.9.2 Krav-kontroll-støtte-modellen.....	19
2.9.4 Innsats- Belønningsmodellen.....	21
2.9.5 Job Demand-Resources modellen(JD-R).....	22
3.0.0 Avslutning og oppsummering av teoriedel.....	24
4.0.0 Metode.....	25
4.1.0 Kvalitativ metode.....	25
4.2.0 Datainnsamlingsprosessen.....	26
4.2.1 Intervjuguide.....	26
4.2.2 Intervjuet.....	27

4.2.3 intervjusituasjonen.....	27
4.2.4 Informanter og seleksjon	28
4.2.5 Opptak, transkripsjon og etiske betraktninger	29
4.3.0 Grounded Theory	31
4.3.1 Metodens opphav	31
4.3.2 Mitt epistemologiske ståsted og versjon av Grounded Theory	32
4.3.3 Koding av data	33
4.3.4 QSR NVIVO, versjon 9	34
4.3.5 Åpen koding, Linje for linje-koding.....	34
4.3.6 Fokusert koding, kategorisering og aksial koding	35
4.3.7 Memo-skriving og Teoretisk sampling	36
4.4.0 Kvalitetsikring	37
4.5.0 Analysens avslutningsfase	38
5.0.0 Resultater	39
5.1.0 Livets musikalitet – musikk som livsstil	41
5.2.0 Rutiner i en kaostilværelse	41
5.2.1 Uforutsigbar økonomisk hverdag.....	41
5.2.2 Variert grad av konflikt mellom jobb og familieliv	42
5.2.3 Kontroll over egen karriere	43
5.3.0 Turnélivet som drivkraft.....	44
5.3.1 Utfordringer knyttet til reising	45
5.3.2 Konsertene(arbeidsdagen på turné)	45
5.3.3 Alkohol og rusmidler	46
5.3.4 Sykdom på turné	47
5.3.5 Samhold og Samarbeid.....	47
5.3.6 Konkurransinstinkt og måloppnåelse.....	49
5.4.0 Sykdom og Yrkesskader	51
5.4.1 Fysiske skader.....	51
5.4.2 Psykiske utfordringer.....	53
5.5.0 Virkelighetsoppfattelse	55
5.5.1 Medieeksponering, med og motgang	55
5.5.2 Selvidentitet	56
5.6.0 Oppsummering av kapitlet.....	57
6.0.0 Diskusjon	58

6.1.0	Utfordringer knyttet til yrket.....	59
6.1.1	Økonomisk utfordringer	59
6.1.2	Følelse av manglende kontroll på egen karriere	61
6.1.3	Medieeksponering, kjendislivet og rollekonflikt	64
6.1.4	Ønsket om støtteapparat likt idretten	66
6.1.5	Utfordringer knyttet til turnelivet	68
6.1.6	Sykdom på turne	69
6.1.7	Rockemytene, alkohol og narkotika	70
6.2.0	Beskyttende faktorer.....	72
6.2.1	Beskyttende faktorer knyttet til turnelivet	72
6.2.2	Konserter og Formidlingsbehov	72
6.2.3	Den sosiale støtten fra familie og bandmedlemmer.....	75
6.2.4	Identitet, autenticitet og rollekonflikt.....	76
7.0.0	Oppsummering, konklusjon og implikasjoner for videre forskning	78
8.0.0	Referanseliste.....	79
9.0.0	Vedlegg.....	90

1.0.0 Innledning

Temaet for denne oppgaven er hvilke fysiske og psykiske utfordringer som knytter seg til norske pop- og rock- musikerens yrkeshverdag, samt hvilke destruktive og beskyttende faktorer som finnes her. Studien baserer seg på en kvalitativ undersøkelse av i alt 8 etablerte pop- og rock- musikere fra det norske musikermiljøet for å undersøke hvilke utfordringer disse støter på i sin arbeidshverdag, samt hvilke strategier de benytter seg av i møte med disse utfordringene.

1.1.0 Sykefravær i arbeidslivet

De siste ti årene har andelen sykmeldte og uføretrygdede mennesker holdt seg stabilt høyt her til lands. Om man sammenligner år 2000 med 2009 har det totale sykefraværet her til lands økt fra 6.9 til 7.7 prosent (Folkehelseinstituttet, 2010). Grunnlaget for dette høye sykefraværet er uvisst. Samtidig som vi er mindre fysisk aktive, blir tyngre og drikker større mengder alkohol lever vi også lengre (Arbeidsdepartementet, 2010). I samme periode som sykefraværet har steget har også samfunnet og arbeidsmarkedet vært igjennom en enorm utvikling i form av økt globalisering og effektivisering. Noe som igjen har ført til større usikkerhet, arbeidskrav og omstillingspress for arbeidstakeren (Saksvik og Nytrø, 2006; Arbeidsdepartementet, 2010). Pop og rock, eller frilansmusikeren har her alltid jobbet under høye og usikre arbeidskrav og vilkår, men uten å ha de samme betingelsene som mange andre arbeidstakere (Kleppe, Mangset & Røyseng, 2010). I følge folketrygdloven § 8-4 (2008) skal sykepenger ytes til den som er arbeidsufør på grunn av en funksjonsnedsettelse som klart skyldes sykdom eller skade. I Norge er det en vel innarbeidet praksis at sykdomsdefinisjonene er brede, og avhengig av medisinsk praksis. "Hvorvidt det dreier seg om en sykdomstilstand vil være avhengig av hvordan den medisinske vitenskap til enhver tid utformer sykdomsbegrepet og den praksis som har utviklet seg på området (Arbeidsdepartementet, 2010)." Det store flertallet av sykmeldinger gis for plager og smerter i muskel- og skjelettsystemet og psykiske lidelser (Arbeidsdepartementet, 2010). Forekomsten av psykiske lidelser har med tiden vist seg å være et stadig økende problem i befolkningen (Mykletun og Knudsen, 2009). Det er anslått at om lag 40 % av befolkningen vil bli rammet av, eller utvikle en eller annen form for psykisk lidelse et eller annet tidspunkt i løpet av livet (Mykletun og Knudsen, 2009). Psykiske lidelser er utover dette tiltenkt å medføre både tappt livskvalitet, sosialt og yrkesmessig funksjonstap. Ut ifra levekårsundersøkelsen 2006 så virker psykiske lidelser å være mer utbredt blant kunstnere enn andre yrkesgrupper (Tynes, Eiken, Grimsrud, Sterud, og Aasnæss, 2008). Også internasjonal forskning har vist til en høyere forekomst av psykiske lidelser blant musikere og kunstnere enn andre yrkesgrupper (Bellis, Hennell, Lushey, Hughes, Tocque og Ashton, 2007; Raeburn, Hipple, Delaney og Chesky 2003). Det er også vist til sterke positive korrelasjoner både når det gjelder sammenhengen mellom psykisk helse og somatiske helseplager (Henningsen, Zimmermann, og Sattel, 2003; Katon og Roy-Byrne,

2003). Ofte faller yrkesgruppen kunstnere og musikere innenfor selvstendig næringsdrivende eller frilansere. Med dette stiller ikke denne yrkesgruppen med samme rettigheter som de fleste andre arbeidstakere. En normalarbeidstaker har i følge folketrygdloven § 8 rett til 100 prosent dekning fra og med første sykedag, hvor musikeren ikke har de samme rettighetene før den syttende sykedagen.

1.2.0 Hensikt med oppgaven

Det har tidligere knyttet seg flere myter omkring musikeryrket, og da spesielt med tanke på alkohol, dop og utagerende festing. Myter fremsatt av journalister og media, men også selvbiografier av kjente internasjonale rockeartister som har kommet den siste tiden. I Bellis og kollegers studie (2007) vedrørende europeiske og amerikanske musikers forventede levetid, viste den til at denne gruppen hadde 1.7 ganger så stor sannsynlighet for å dø tidlig sammenlignet med resten av populasjonen. Studien baserte seg på de 1000 mest solgte platene igjennom tidene, og hadde i alt 1064 deltakere. Med dette som utgangspunkt synes jeg det var interessant å kunne utforske og se på hva som skilte denne yrkesgruppen fra andre grupper i yrkeslivet. Flere av oss har på et eller annet tidspunkt hatt idéer eller formeninger om hvordan arbeidshverdagen til Norges mest kjente rockestjerner utarter seg. Dette er personer som man ofte ser i aviser eller ukeblader og gjerne har et forhold til på godt eller vondt. Gjennom media, aviser og ukeblader får man et lite innblikk i hvordan livet som rockestjerne kan være. Likevel er det kun et lite innblikk man her får, hvor dette ikke nødvendigvis gjenspeiler sannheten. Jeg synes derfor det var interessant å få se bak fasaden hvordan livet og arbeidshverdagen til disse menneskene egentlig utspiller seg. Med dette som utgangspunkt valgte jeg derfor å undersøke hvilke fysiske og psykiske utfordringer som knytter seg til livet som pop- og rock- musiker. Ved bruk av kvalitativ analyse ønsket jeg å undersøke og utforske deres arbeidshverdag, å se på hvilke spesifikke utfordringer man møter som musiker kontra andre yrkesgrupper, og om det her finnes noen beskyttende faktorer denne gruppen benytter seg av, i så fall hvilke. Siden dette feltet er tidligere lite studert her til lands, har det ved hjelp av informanter fra det norske pop og rock miljøet blitt utført 11 kvalitative intervjuer omkring fysiske og psykiske utfordringer knyttet til bransjen. Ved hjelp av analysemetoden grounded theory har jeg valgt å fokusere på 8 av disse 11 informantene, for å forsøke å gi et bedre bilde av hvilke utfordringer disse informantene møter og har møtt i løpet av sin karriere som pop- og rock- musiker.

1.3.0 Valg av tema og problemstilling

Denne masteroppgaven er en del av et overordnet prosjekt hvor de metodologiske delene vil bli nærmere gjort rede for i kapittel 4. Grunnet min interesse for musikk og psykososialt arbeidsmiljø ønsket jeg sterkt å være en del av dette prosjektet. Siden feltet er tidligere lite utforsket her til lands (noe mer i Sverige), fant jeg det vanskelig å definere en eksakt problemstilling. Dette med tanke på at vår intervjuguide og svarene fra våre informanter ga veldig mange muligheter, dette fordi

guiden omhandlet og tok for seg de fleste delene av musikerens arbeidsmiljø. Fokuset mitt falt til slutt på de helsemessige utfordringer knyttet til yrket, nærmere bestemt fysiske og psykiske utfordringer. Samtidig ønsket jeg også å få klarhet i hvorvidt disse utfordringene var destruktive i forhold til informantens arbeidsmiljø og om det også finnes beskyttende faktorer enten på yrkes- eller individnivå som har ført til at våre informanter har etablert seg og fortsatt er aktive i dette yrket den dag i dag. Min problemstilling ble dermed som følger: *Hvilke destruktive og beskyttende faktorer knytter seg til yrket som pop- og rock- musiker her til lands.*

1.4.0 Oppgavens disposisjon

Oppgaven påfølgende kapitler er inndelt i fire kapitler: teori, metode, resultater og diskusjon. *Teorikapitlet* vil være bestående av fire hoveddeler, med to innledende deler til dette kapitlet. Den første av de to innledende delene dreier seg om rock- og kunstnermytene som med tiden har blitt hengende over denne yrkesgruppen, mens den andre delen omhandler kreativitet og kunstskepelsen. Grunnen til at jeg har valgt disse to som innledende kapitler til teoridelen er for å se på hvordan mytene omkring pop- og rock- musikeren har oppstått, samt en påminnelse om at dette er et kunstneryrke, hvor kreativitet er viktig i forhold til denne yrkesgruppen. Av de tre hoveddelene i teorikapitlet har jeg valgt å starte med musikerens arbeidsmiljø. Dette vil fungere som en innføring i pop- og rock- musikerens yrkeshverdag, fra oppstart som frilanser til etableringsfasen, turnelivet, samt hvilke interesseorganisasjoner som finnes for denne yrkesgruppen. Derneft vil jeg ta for meg musikkbransjen. Hvordan får musikere innpass her, og hvordan har denne bransjen utviklet og forandret seg med tiden. Denne innføringen ser jeg på som viktig for å forstå de utfordringene musikeren stilles ovenfor, og som nærmere vil bli gjennomgått i resultat og diskusjonsdelen. I teorikapitlets tredje del vil det bli gitt en kort presentasjon av fysiske og psykiske utfordringer forbundet med yrkeslivet. Og til slutt i kapitlets fjerde del vil jeg ta for meg psykososialt arbeidsmiljø, og positive beskyttende faktorer innenfor arbeidslivet, med noen modeller knyttet opp mot dette. I *metodedelen* vil jeg gå igjennom datainnsamlingen og gi en begrunnelse for bruk av kvalitativ forskningsmetode samt grounded theory som analysemetode. Jeg vil også gi en innføring i hvilke analytiske verktøy jeg har tatt i bruk og etiske betraktninger knyttet til studiet. I *Resultatdelen* vil jeg presentere mine funn, hvor de vil bli videre diskutert og satt opp mot relevant teori på området i *diskusjonsdelen*. Her vil jeg også ta for meg relevant empiri som kan være med på å bygge opp under mine funn og informanters utsagn. Avslutningsvis vil det bli presentert en konklusjon over de funn jeg har kommet fram til i denne studien.

2.0.0 Teori

2.1.0 Innføring av den biopsykososiale modellen

Den biopsykososiale modellen kan sees å ha oppstått som et svar på den biomedisinske modellens manglende fokus på biologiske, mentale og sosiale faktorer når det gjelder helse og sykdom. Innen den biomedisinske modellen eksisterer det en primært biologisk årsak som er objektivt identifiserbar. I følge denne modellen er årsak til sykdom enten innvendig eller utvendig skade på individet. Innvendig skade kan komme i fysisk, biologisk eller mikrobiologisk form (Stroebe, 2011). Innvendig skade faller inn i 3 kategorier; vaskulær, immunologisk og mikrobiologisk (Stroebe, 2011). Ved å fokusere kun på biologiske årsaker for sykdom overser denne modellen at de fleste sykdommene oppstår ved interaksjon av sosiale, psykologiske og biologiske omstendigheter. Engell foreslo i 1977 å utvide den biomedisinske modellen til også å inkludere psykologiske faktorer. Den biopsykososiale modellen ser dermed på biologiske, psykologiske og sosiale faktorer alle som viktige determinanter når det gjelder sykdom og helse. I følge denne modellen bør man se på interaksjonen av disse tre faktorene før man setter en medisinsk diagnose (Friedman & Downey, 2012; Stroebe, 2011).

2.1.1 Psykiske lidelser

Psykiske lidelser brukes ofte som en samlebetegnelse på en rekke sykdommer som rammer sinnet eller bevisstheten. I følge verdens helseorganisasjon (WHO) utgjør psykiske lidelser i tillegg til rusproblemer en større utfordring enn alle fysiske sykdommer til sammen når det gjelder tapt livskvalitet, sosialt og yrkesmessig funksjonstap. Depresjon er i dag etter hjertesykdom den nest viktigste årsaken til tapt livskvalitet i den vestlige verden, men vil i løpet av 2020 toppe denne statistikken om utviklingen fortsetter (Lewis og Araya, 2001). I gjennomsnitt var 6,5 prosent av alle arbeidstakere sykmeldt av lege i andre kvartal 2011. Psykiske lidelser utgjorde 15,3 prosent av disse sykemeldingene, og andelen er økende. Det reelle antallet antas imidlertid å være langt høyere, siden det er kjent at psykiske lidelser underreporteres ved sykemeldinger (folkehelseinstituttet, 2011). De fleste sykemeldinger for psykiske lidelser utgjøres av lettere psykiske lidelser, spesielt angst og depresjonslidelser. Økt alkoholkonsum er også tiltenkt å føre til økt sykefravær. Norske og svenske studier har vist at en økning på 1 liter per år i totalt alkoholkonsum er forbundet med 13 prosent økt sykefravær blant menn (Norström, 2006, omtalt i folkehelseinstituttet, 2010). En undersøkelse fra statens arbeidsmiljøinstitutt ble rapporten "Arbeidsmiljø og Helse – Slik norske yrkesaktive ser det" fra 2008, viser til at kunstnere i gjennomsnitt er mer plaget av psykiske lidelser enn alle andre yrkesgrupper her til lands (Tynes et al., 2008). Tallene er basert på data fra levekårsundersøkelsen fra statistisk sentralbyrå 2006 (SSB, 2006). Siden det har blitt påvist korrelasjoner mellom psykiske lidelser og kreativ skapelse blant flere kunstnere (Jamison, 1994;

Akiskal, Savino & Akiskal, 2005; Mula & Trimble, 2009), kan det også tenkes at dette har ført til en allmenn oppfatning av psykiske lidelser som en nødvendighet for "kunstnersinnet" og kreativ skapelse, hvor artister og kunstnere som viser symptomer til psykiske lidelser ikke blir fanget opp nettopp med tanke på at dette blir sett på som normalt for denne yrkesgruppen. Like fullt kan det være interessant å se på hensiktsmessige kontra uhensiktsmessige stemningsvigninger når det gjelder kreativitet, hvor enkelte artister evner å utnytte disse til kreativ skapelse hvor andre blir alvorlig syke og hvor dette kan føre til at vedkommende må avslutte karrieren

2.1.2 Muskel- skjelettplager

Data fra levekårsundersøkelsen har vist at kunstnere rapporterer færre fysiske plager enn andre yrkesgrupper, noe som kan sies å være noe overraskende siden flere studier viser til sterk korrelasjon mellom psykiske og somatiske lidelser (Strobe, 2011; Henningsen, Zimmermann og Sattel, 2003; Katon og Roy-Byrne, 1991), i tillegg til at de fleste musikere er utsatt for et arbeidsmiljø med mye støy, hvor de fleste enten spiller en form for instrument, eller bruker stemmen i overdrevent stor grad. Det er derfor tiltenkt at musikere i løpet av en arbeidshverdag er mer utsatt for risiko for hørselsskader, senebetennelser, stemmevansker og ryggskader (Fry, 1986; Lockwood, 1989).

Utbredelsen av helsetjenester blant mennesker i underholdningsbransjen har tidligere blitt lite undersøkt her til lands, samt hvorvidt disse personene har symptomer som de går med over lengre tid ubehandlet. Det kan også stilles spørsmål rundt tilgangen til disse helsetjenestene. Det kan tenkes at både bruk og tilgang av helsetjenester varierer mellom yrkene. Dette kan avhenge av økonomiske faktorer, ansettelsesforhold, helseforsikringer og tilgang. Det er også antatt at musikere innen ikke-klassisk sjangere, slik som for eksempel pop og rock, har dårligere tilgang til bedriftshelsetjenester. Gjennomgang av de aktuelle medlemsorganisasjonene er med på å støtte opp under dette (MFO, 2013; GramArt, 2013).

2.1.3 Interesseorganisasjoner

Innenfor det norske frilansmiljøet er det opprettet en rekke interesseorganisasjoner innen de forskjellige feltene. Frilansinfo er et nettsted som fungerer som et tverrfaglig nettverk for alle frilansere her til lands (<http://frilansinfo.no>). Her legges det ut nytteverdig informasjon i forhold til frilansere og deres arbeidshverdag. Når det gjelder frilansmusikere, har man interesseorganisasjoner som Musikernes fellesorganisasjon (MFO) og Gramart, som hjelper artistene med blant annet råd, kursing og profilering (<http://mfo.no>; <http://gramart.no>).

MFO er et fagforbund for utøvende kunstnere og pedagoger tilsluttet landsorganisasjonen i Norge (LO). Mange av medlemmene driver egen næringsvirksomhet i forhold til musikk. MFO er en

interesseorganisasjon for musikere som har bred erfaring med å løse utfordringer knyttet til medlemmenes arbeidshverdag, noe som kan strekke seg fra rådgivning, juridisk bistand og diverse forsikringsordninger, samt gjennomgang av jobbrelaterte avtaler. Dette kan være arbeidsavtaler, konsertavtaler, platekontrakter, managementavtaler og forlagsavtaler.

2.2.0 Det myteoppspunnede Rockelivet

”I want to Rock and Roll all night, and party every day” (Stanley & Simmons, 1983).

I løpet av 1960-årene ble livsstilen til flere kjente rockeartister allment kjent. Pressen så naturlig nok interesse i de artistene som levde ut det såkalte rockelivet, hvor sex, alkohol og rusmidler ble sett på som å være en del av dette. Sitatet ovenfor er fra en sang tilhørende hardrock-bandet Kiss, og illustrerer på mange måter denne livsstilen, Frasen Sex, Drugs and Rock and Roll har på mange måter blitt kjennetegnet for artister som valgte denne utagerende livsstilen, en frase som kan spores tilbake til Ian Dury's sang med samme navn fra 1977. Flere internasjonale, og kanskje også norske artister har både frivillig og ufrivillig skapt seg en karriere ut i fra dette imaget. Gode eksempler på dette er band som Kiss, Guns and Roses og Mötley Crüe. Dette er eksempler på band som har vært med på å glorifisere og forherlige denne myten og den hedonistiske livsstilen dette fører med seg. Eksempler på kjente artister hvor dødsårsak er knyttet til bruk av narkotiske midler eller utagerende festing er mange. Blant de mest kjente, har man under Woodstock-generasjonen artister som Jimmy Hendrix, Jim Morrison og Janis Joplin, hvor alle har dødsårsak trolig knyttet til narkotiske midler. Også i senere tid finnes det eksempler på artister som har lidd samme skjebne. Amy Winhouse er et eksempel på en artist i nyere tid som har dødsfall knyttet til narkotika. Andre har dødsfall som følge av selvmord, hvor overdreven bruk av narkotiske midler eller alkohol ikke har vært noen hemmelighet. Sid Vicious og Kurt Cobain er eksempler på artister som har hatt slike dødsfall (Wikipedia, 2013; Bellis et al, 2007).

Flere andre artister har valgt å være åpne om sin alkohol og rusavhengighet. Keith Richards har i sin selvbiografi valgt å fortelle om sin bruk av narkotiske midler, og sier i sin bok *Life "I never had a problem with drugs. I had problems with the police"* (Richards, 2010). Guns n' Roses bassist Duff McKagan valgte derimot å fortelle åpenhertig om sine tidligere rus- og alkoholproblemer i sin bok *"It's so easy (and other lies)"* (2011). Her forteller han om hvordan han i en periode på 80-tallet misbrakte alkohol i så stor grad at han hadde pådratt seg noe som kalles akutt pankreatitt, en tilstand av betennelse i bukspyttkjertelen kjennetegnet av store smerter i mageregionen. I følge McKagan selv hadde bukspyttkjertelen hovnet opp til størrelse av en amerikansk fotball og sprukket som følge av overdrevent alkoholinntak (British Broadcasting Corporation, 2011). Ofte er dette de historier som kommer frem i media når det gjelder musikeres livsstil. Interessen til journalister og

media ligger naturlig nok hos de musikerne som lever ekstreme liv, på et eller annet vis. De musikere som lever en mer normal A4 tilværelse forsvinner fort under radaren og får dermed ikke samme medieoppmerksomhet. Dette kan muligens være med å gi et uforholdsmessig inntrykk av musikerhverdagen.

I så måte kan man spørre seg om dette er en livsstil som er representativ for de fleste musikere innen pop og rock sjangeren? Og til hvilken grad kan den relateres til Norske artister? Eller er dette en livsstil som hører fortiden til?

2.3.0 Kreativitet og kunstskapelsen

"Music, it's all creativity, right here, right now" (Billy Higgins)

Kreativitet kan betegnes som en mental prosess som enten omfatter utvikling og assosiasjoner av eller mellom nye ideer og konsepter (Sessa, 2008). Kreativitet er tiltenkt å ha mer ved seg enn kun generell intelligens, det er også sett på som evnen til å skape alternative løsninger til et spesifikt spørsmål eller divergerende tenking, for eksempel ved å ta kjente elementer å gjøre det til noe unikt (Balzac, 2006). Kreativitet kan også sees på som evnen til å fantasere, forestille seg og produsere nye idéer (Lerdahl, 2007). Når man ser på kreativitet mennesker i mellom, fant Sternberg og kolleger 8 komponenter som karakteriserte meget kreative individer:

1. De er ekstremt motiverte til å være kreative i sitt felt eller domene
2. Nekter å innrette seg (conform) til de konvensjonene som hemmer den kreative prosessen, samt en dedikasjon til å opprettholde en meget høy standard og selvdisciplin knyttet til den kreative prosessen.
3. Stor tro på betydningen av det kreative arbeidet, i tillegg til en selvkritisk holdning som fører til et ønske om stadig forbedring.
4. Nøye vurdering av felt eller oppgave man retter den kreative oppmerksomheten imot.
5. Tankeprosess kjennetegnet av både innsikt og divergerende tenking.
6. Risikabel atferd (risk taking)
7. Omfattende kunnskap rundt det relevante feltet.
8. Grundig forpliktelse til den kreative anstrengelsen (Sternberg, 2003, s. 398).

I tillegg til disse 8 faktorene er det antatt at kreativitet lettere utfolder seg i omstendigheter hvor individet har ressurser, autonomi og frihet (Sternberg, 2003). I Barron (1965) sin studie omkring personlige egenskaper og kreativitet tok han for seg individer som utmerket seg ved å jevnlig produsere kreativt og originalt materiale innenfor sitt felt. Denne studien dekket opptil flere

profesjoner slik som naturvitenskap, matematikk, arkitektur, kunst osv. Barron kom her fram til 8 trekk som karakteriserte slike individer:

1. Kreativitet var ikke direkte linket til intelligens, selv om intelligens til en viss grad var nødvendig. I seg selv ikke forutsetning nok for høy grad av kreativitet.
2. Finne mening med hverdagen, og kunne kommunisere dette til andre i en eller annen form.
3. Å være innovativ.
4. Være innadvendt.
5. Finne et enkelt svar på komplekse spørsmål.
6. Ha høyere grad av nevrotisme enn andre.
7. Evnen til å bedømme ting uavhengig av andre.
8. Inneha psykiske motsetninger. For eksempel evnen til å kunne være både feminin og maskulin samtidig (Barron, 1965, omtalt i Sessa, 2008, s. 822).

I forhold til den såkalte Rockemyten (2.2.0) er det interessant å se på hvordan alkohol og rusmidler påvirker den kreative prosessen. I et relativt nytt forskningsprosjekt utført ved University of Illinois Chicago viste til at menn med promille på 0.75 løste 40 prosent flere kreative oppgaver enn de som ikke hadde drukket. I denne studien hevdes det at alkohol hemmer den analytiske tankegangen, og hvor den samtidig stimulerer den kreative (Jarosz, Colflesh & Wiley, 2012). Også narkotiske stoffer har blitt antatt å ha påvirkning når det gjelder kreative prosesser. Det har versert rykter om flere kjente artister og band på 60-tallet som var påvirket av psykedeliske stoffer når de skrev og produserte sin musikk. Disse ryktene sjelden har blitt bekreftet. Like fullt ble artister og band som Jefferson Airplane, The Byrds og The Doors i løpet av denne perioden knyttet til sjangeren som ofte er blitt omtalt som psykedelisk rock. Termen "*psykedelisk erfaring*" referer til den psykologiske erfaringen individer under påvirkning av hallusinogene stoffer har. Effektene av slike hallusinogene stoffer er både mangfoldige og idiosynkratiske. Like fullt er det vist en rekke paralleller blant brukerne. Disse omfatter endringer i personens persepsjon. Endringer i emosjoner og utvidelse av et individs følelse av tanker og identitet. I tillegg til en generell økning av kompleksitet og åpenhet, hvor man ofte kan utfordre tidligere idéer om seg selv og verden som man har tatt for gitt. Utover dette har det også vist seg vanlig å tillegge de erfaringene man gjør seg unike og uvanlig mening (Harmann et al., 1966; Wesson, 2011).

Bruk av alkohol og narkotiske midler har også vist å ha en positiv korrelasjon med depresjon (Magill & Ray, 2009; Jané-Llopis & Matytsina, 2009). Det er også funnet støtte for at det eksisterer en positiv korrelasjon mellom kreativitet og psykiske lidelser (Andreasen and Powers, 1975; Jamison,

1989, 1994). I boken "Touched with fire: Manic depressive illness and the artistic temperament" summerte Jamison opp flere studier omkring psykiske lidelser og kreativitet blant en rekke forfattere, poeter og kunstnere. Noen av de største kunstnere og forfattere verden har sett slet med bipolare lidelser. Blant annet Van Gogh, Ernest Hemingway, Robert Schuman og Michelangelo (Jamison, 1994).

2.4.0 Musikerens arbeidsmiljø

"People don't realize it, but no one lives that rock and roll life 24-7. They think it's hundreds of bottles of champagne flowing and private jets and money. But there's a lot of time when you're traveling - time to think, time to be lonely. Sometimes it gets to you". (Lenny Kravitz)

2.4.1 Frilanserhverdagen og oppstartsfasen

Ifølge Folketrygdlovens § 1-9 (2013) er en frilanser enhver som utfører arbeid eller oppdrag utenfor tjeneste og mottar lønn eller honorar for enkeltstående oppdrag uten å være fast eller midlertidig ansatt (Lovdata, 2013). En annen definisjon på en frilansarbeider, er en person som arbeider selvstendig og driver hele sin karriere og virksomhet på egen hånd. Frilanseren er en person som til stadighet tar oppdrag eller leier seg ut til forskjellige arbeidsgivere. Det kan også defineres som en ikke-ansatt lønnstaker, eller en lønnstaker utenfor tjenesteforhold (Altinn, 2010). Likhetene på de forskjellige definisjonene om frilansarbeid er at en frilanser ikke er en fast ansatt lønnstaker, og hvor han eller hun driver sin egen karriere selvstendig. Selve definisjonen Free-lance, ble først tatt i bruk av Walter Scott, i romanen Ivanhoe (1820). Her beskrives en frilanser som en "middelaldersk leiesoldat" (Scott, 1820). Definisjonen ble allmenn kjent og tatt i bruk i slutten i slutten på 1800-tallet. Det å jobbe frilans har med tiden blitt mer vanlig, og man finner frilansarbeidere i utallige yrkesgrupper, som blant annet entreprenører, journalister, konsulenter, ingeniører, kunstnere, og ikke minst musikere.

Frilansyrket kan anses å være preget av stor autonomi og frihet i forhold til arbeidstid, arbeidssted og samarbeidspartnere (Dobson, 2010). Likevel nyter ikke frilanseren de samme rettighetene som mange andre arbeidstakere. Blant annet har en arbeidsgiver ingen plikter til verken å betale sykepenger eller feriepenger til en frilansarbeider. Frilanseren har heller ikke de samme rettigheter som andre arbeidstakere i forhold til arbeidsmiljøloven. De har ikke krav på yrkesskadetrygd eller yrkesskadeforsikring (Altinn, 2010). En frilanser har først 100 prosent dekning av sykepengegrunnlaget fra den 17. sykeværsdagen. Han eller hun står derimot fritt til å tegne egne forsikringer både i forhold til yrkesskade, pensjonsordninger og lignende (NAV, 2013). Selv om en oppdragsgiver har få plikter i forhold til en frilanser, skal han fremdeles trekke skatt av godtgjørelsen, med mindre han eller hun er selvstendig næringsdrivende. I dette tilfellet betaler frilanseren 11 prosent brutto inntekt i folketrygdavgift, mens vanlige lønsmottagere betaler 7,8 prosent.

Næringsdrivende må betale formueskatt på alle aktiva knyttet til næringsvirksomheten, og overskuddet må betales fullt ut det året overskuddet oppstår. Investering må gjøres med beskattede midler. Næringsdrivende får ikke minstefradrag med drøyt 70000 kr. Næringsdrivende mottar heller ikke dagpenger ved arbeidsledighet, noe man som frilanser ikke kan gardere seg mot (Altinn, 2010).

2.4.2 Etableringsfasen

I forhold til arbeidsformidlingen, og det å skaffe seg jobb, avviker dette i stor grad fra resten av arbeidslivet. Det finnes her ingen utlysning av stillinger, og dermed ingen plass å sende inn søknader og CV for å kunne skaffe seg jobb (Stavnes, 2008). I den sammenhengen er plateselskapene det nærmeste man kommer, og disse har vært sentrale aktører for at musikere tidligere har kunnet leve av musikken. Like fullt fungerer søknad om platekontrakt på en ulik måte enn resten av yrkeslivet. Plateselskapene har tidligere vært enerådende innenfor musikkbransjen, og hatt mye markedsrett ovenfor artistene. Plateselskapene har tidligere vært bestemmende for hvilke band og artister som fikk sjansen til å slå igjennom og lykkes (Järnström, 2011). Ofte sendte artisten eller artistene inn demoer av sitt produkt, altså musikken. Like fullt har det vært vanskelig for artister å lykkes på denne måten. De store plateselskapene mottok ofte enorme mengder demoer, og om man da ikke hadde et unikt produkt som fenget personen fra plateselskapet som hørte musikken, var det liten sjanse for at de ville bli signert. Denne prosessen kan sammenlignes med mange jobbsøkeprosesser i samfunnet hvor det er mange kompetente søkere om beinet, mye avhenger av timing og flaks. Det å ha et sosialt nettverk og kontakter kan også vise seg å være avgjørende for om man ble signert eller ikke (Se kapittel 3.1.0 om sosial kapital). For mange musikere blir det da viktig å oppsøke steder hvor personer som kan være med på å fremme karrieren deres befinner seg. Dette kan for eksempel være puber og klubber som blir ansett å være musiker- og kunstnersteder. Det å oppholde seg her kan være fordelaktig i forhold til å tilknytte seg kontakter (Stavnes, 2008).

2.4.3 Turnélivet

“A lot of people can't stand touring but to me it's like breathing. I do it because I'm driven to do it.” (Bob Dylan)

Turnélivet har lenge vært et av de viktigste aspektene ved musikeryrket, og nå kanskje viktigere enn på mange år, med tanke på platebransjens sviktende omsetning (2.5.2). Noe som gjør inntektene fra turnelivet essensielt for overlevelse innen musikeryrket. Turnélivet er for de fleste musikerne her til lands ofte sesongbetont arbeid, hvor turnene ofte skjer på sommerstid. Det er stort trøkk rundt omkring i landet med forskjellige konserter og festivaler. For uetablerte artister er det å få hevet seg på denne karusellen av konserter og festivaler alfa omega i forhold til å bli oppdaget og skaffe seg kontrakt med et plateselskap. Prosessen med å finne konsertarrangører som passer artisten eller bandets profil, for deretter å forhandle om honorarer kan fort vise seg bli en

tidkrevende prosess. Man må som uetablert artist tillegge seg kunnskap om denne prosessen, og man bør helst ha en evne til å kunne forhandle med konsertarrangørene om slike honorarer (Norsk Rockforbund n.d). Om man tar for lite kan dette få konsekvenser i forhold til det økonomiske, hvor inntektene ikke dekker alle utgiftene i forhold til for eksempel reisekostnader, levekostnader osv. Samtidig kan det også være risikabelt å ønske å skru opp honoraret for høyt, hvor fallhøyden da blir større. Om ting da ikke fungerer og man ikke drar inn et stort nok publikum minsker sannsynligheten for at arrangøren ønsker å jobbe med artisten flere ganger. I verste fall kan også dette føre med seg et dårlig rykte om artisten (Olsen, 2011). Det Norske pop og rock markedet er sterkt preget av de artister som trekker mye publikum. Har man etablert seg som en av de store kanonene innen denne sjangeren er valgmulighetene store. Disse artistene takker ofte nei til mer enn hva de takker ja til. Verre er det derimot for de resterende bandene og artistene som ikke har samme anerkjennelse (Norsk Rockforbund n.d). Utover dette består turnélivet av mye reising som igjen kan føre til en rekke utfordringer knyttet til livsstil og familiehverdag.

2.5.0 Musikkbransjen

“The music industry is saying, This is the format, and if you'll fit into this format, you can be on radio, and if radio will play you, MTV will expose you, and MTV will expose you, we'll sell records” (Nikki Sixx)

2.5.1 Innpass i bransjen

I det en musiker får en fot innenfor platebransjen stilles det ofte med et management til artisten fra plateselskapets side. Selv om dette også er noe artisten selv har mulighet til å inngå på egen hånd uavhengig av plateselskapet (Norsk Rockforbund, n.d). Managementet blir i så måte artisten eller bandets oppdragsgiver, og har som oppgave å hjelpe artisten med å skaffe så gode jobber og avtaler som mulig. Det blir da viktig å vurdere de råd man mottar fra management opp mot sin egen magefølelse i forhold til hva som føles riktig for vedkommendes karrieren (MFO, 2012). Videre blir det å skaffe spillejobber en fundamentalt viktig del for musikerne. Det finnes flere grunner til dette. Først og fremst det økonomiske, men også med tanke på det å se og bli sett. Knytte seg kontakter, og i så måte kunne motta flere tilbud. Når det gjelder booking kan artisten selv velge om han eller hun ønsker å bruke tiden på å finne spillejobber på egen hånd eller knytte seg til et bookingbyrå som bistår med denne prosessen (MFO, 2012).

Det nyeste innen denne prosessen er den såkalte 360-avtalen. Denne avtalen innebærer at plateselskaper tar seg av mer enn kun plateutgivelse, der de også står for booking, management, publishing og merchandise (Hammershaug, 2008). Noe som i realiteten sier at plateselskap, management og booking. Som tidligere har vært tre adskilte grupper, nå jobber sammen for å utarbeide avtaler. Slike typer avtaler er ment å være platebransjens svar på de stupende inntektene i

platesalg de senere årene (2.5.2), der plateselskapet innkasserer penger på alle aspektene av artistens virksomhet (Asker, 2008; Hammershaug, 2008). Avtalen har blitt gjenstand for uenigheter og kontroverser omkring artistens fortjeneste. Daglig leder for EMI Music Norway hevder at en slik avtale først og fremst vil komme artisten til gode; "Det er viktig å forstå at dette vil bidra til å opprettholde en risikovillig og bærekraftig musikkbransje som fortsatt investerer langsiktig i nye talenter på alle nivåer og i full bredde" (Asker, 2008). Programleder for NRK's lydverket, Asbjørn Slettemark, mener at slike typer avtaler har blitt en nødvendig konsekvens av dagens platemarked, hvor de store plateselskapene står bedre rustet til å tilby artisten flere tjenester. Samtidig mener han også at man bør ha et sunt kritisk blikk på at makten samles på færre hender (Asker, 2008).

Det er i dag flere arenaer for artisten å vise seg frem enn det var tidligere. Omveltningene i bransjen og den digitale revolusjonen, har ført til at hvem som helst fritt kan laste opp egne sanger og musikk på nettsteder slik som *myspace* og *youtube*. Dette har ført til at alle som har noe å formidle har mulighet for å få sin musikk spilt og hørt av andre. Også talentkonkurranser slik som *Idol*, *The Voice* og *X-Factor*. Til mer nyskapende aktører som fronter unge uetablerte artister og band slik som *Urørt*, *Trondheim Calling* og *By:Larm* har vært med på å gjøre musikken mye mer tilgjengelig enn den har vært tidligere. Problemet for unge artister nå til dags, er ikke nødvendigvis å bli hørt. Problemet ligger mer på å ha en profil som skiller seg ut fra mengden. Med alle disse kanalene som utstillingsvindu for produktet man fronter, ligger gjerne faren for at man blir en dråpe i havet. For bedre å forstå bransjen kan det være nyttig med en innføring om utvikling og de forandringene som har forekommet i den de siste 20 årene

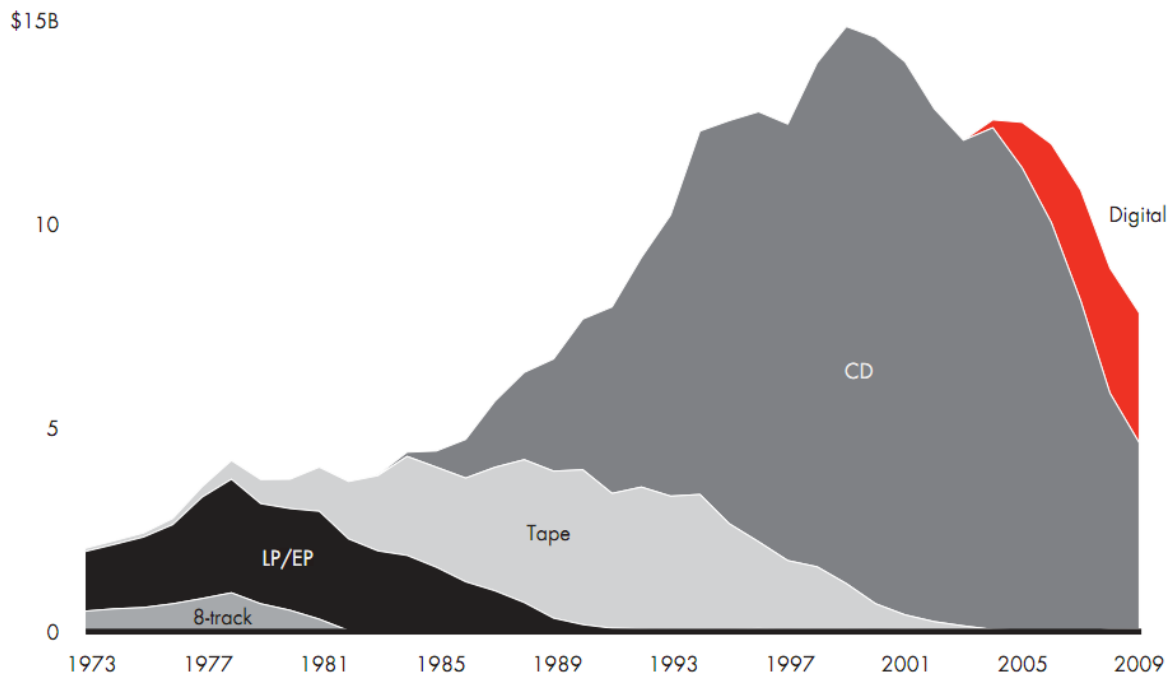
2.5.2 Endringer i bransjen

"I don't even know what words to use to talk about the music industry anymore. But the business has changed a lot - the methods of releasing music." (Anthony Kiedis)

Av de artistene som deltok i denne studien var den yngste 37 år. Alle etablerte seg som artister før de største omveltningene innen musikkindustrien fant sted. Tidlig på 1900-tallet så musikkindustrien inntoget av platene (gramofon-plater, LP-plater og CD-plater). Musikkindustrien kan på mange måter i løpet av det tjuende århundre kalles for plateindustrien (Knopper, 2009). Bransjen har derimot i løpet av de siste de siste 10-15 årene endret seg drastisk. Inntoget av nedlastningsprogrammet *Napster* (1999) kan på mange måter sies å ha ført musikkindustrien inn i en ny digital tidsalder, og åpnet slusene for såkalt "peer-to-peer" deling, hvor man uten problemer kan laste ned musikk, filmer og andre filer. Dette førte naturlig nok til en frykt innad i platebransjen for at dette skulle ha negativ innvirkning på salg av cd og lp-plater, musikkvideoer osv (Knopper, 2009). Det hele toppet seg i 2000, da en demo-versjon av sangen "I disappear" fra heavy metall-bandet

Metallica sirkulerte blant brukerne av Napster, noe som førte til søksmål mot gründerne bak programmet. Et år senere, juli 2001, ble Napster tvunget å legge ned hele nettverket sitt. De endte opp med å betale 26 millioner dollar til musikkens opphavsmenn, og copyright eierne (Ghosemajumder, 2002; <http://fl1.findlaw.com>). Dette stoppet imidlertid ikke inntoget av nye nedlastningsprogrammer, slik som Gnutella, Limewire, Freenet, Grogster og DC++ for å nevne noen (Ghosemajumder, 2002). I 2003 ble fildelingsnettsiden "The pirate bay" lansert. Dette var nok et skritt i retning av gratis musikk til folket. Publikum fritt kunne klikke seg inn og laste ned musikkalbum, filmer osv via denne nettsiden. The pirate bay ble naturlig nok også i likhet med Napster utsatt for søksmål (Amdahl & Sommerseth, 2009). Gjentatte forsøk på å få denne nettsiden stengt førte imidlertid ikke frem. Musikkbransjen innså etter hvert at den digitale revolusjonen ikke kunne stoppes. Etter både ytring av søksmål mot fildelingsprogrammenes grunnleggere, fildelere og nedlastere av den "ulovlige musikken", virket det som om platebransjen hadde innsett at de var nødt til å endre strategi. Platebransjens svar på dette var å slå seg sammen med foretak som blant annet Apple, som opprettet iTunes, et lovlig nedlastningsprogram hvor forbrukerne betalte platebransjen for den musikken de lastet ned (Waldfoegel, 2010). Det siste tilskuddet til den digitale revolusjonen er streamingmusikk via programmer slik som Wimp og Spotify, der Svenske Spotify er det programmet som har klart flest brukere av disse to. Brukerne betaler her en månedlig sum for bruk av tjenesten. Gevinsten deles mellom artisten og plateselskapet og Spotify/streamingtjenesten. Hver gang en sang fra en artist spilles går en viss sum til artisten og plateselskapet denne artisten er signert til (Gjersøe, 2012). Denne summen er dog sett på å ha vært ganske liten, som har gjort at enkelte artister og plateselskap ikke har ønsket å ha musikken sin tilgjengelig på disse programmene. Likevel har inntekten per låt steget de siste årene, som gir håp for at det i fremtiden kan være en innbringende inntektskilde for musikerne og plateselskapene (Gjersøe, 2012). Det har i løpet av det 21. århundret vært en markant nedgang i platesalg. Vedlagt følger et statistisk bilde over musikkindustriens nedgang de senere årene, hentet fra en forskningsrapport som Bain and Company utførte for "Record Industry Association of America" (Béhar, Colombani & Krishnan, 2011)(tabell 1):

Global music industry turnover (1973–2009)



Sources: RIAA year-end shipment statistics; Bain analysis

Denne digitaliserte utviklingen vil etter alt å dømme ha innvirkning på både etablerte og uetablerte artister i form av inntektstap, men også større muligheter til å fronte seg selv og eget produkt.

2.6.0 Sosial kapital

Sosial kapital kan sees på som et samlende begrep for en rekke forhold; sosial støtte, sosiale nettverk, sosiale bånd, ressurser, tillit, trygghet, deltakelse, det sivile samfunn og medborgerskap. En definisjon er å si at sosial kapital er ressurser som er tilgjengelig for aktører gjennom deltakelse i sosiale nettverk (Rønning og Starrin, 2009). Schiefloe(2006) sammenligner sosial kapital med de investeringer man gjør i en bank. I form av desto mer innskudd man har, jo mer kan man hente ut. På samme måte kan man se det sosiale nettverket man danner seg. Om man på en eller annen måte investerer mye av egne ressurser i fellesskapet, vil man etter all sannsynlighet igjen kunne dra nytte av andres ressurser. Tanken er at om man yter mye til det sosiale fellesskapet, vil man også få mye tilbake. Yter man lite, får man lite igjen (Schiefloe, 2006).

Desto sterkere relasjoner man har til de menneskene rundt seg, jo mer vil man føle seg forpliktet til å yte. Innen familien ligger for de fleste ofte den sterkeste relasjonen, og viljen til forpliktelse. Dernest nære venner, etterfulgt av ikke fullt så nære venner, bekjente osv. I de sterkeste relasjonene vil ytelse og gjenytelse ofte være meget flytende. Selv om ytelse og gjenytelse ofte i disse relasjonene kan være skjevdelt, i form av at man verken holder telling eller forventer gjenytelse til

noe spesifikt tidspunkt, så vet man fortsatt at man får avkastning før eller senere. I mindre sterke relasjoner, som for eksempel bekjente, er forventningene og forpliktelsene mer begrenset (Bourdieu og Passeron, 1990).

Foreldres klasseposisjon innen samfunnet har tidligere hatt stor påvirkning både når det gjelder utdanning og rekruttering. Sosioøkonomisk status, altså plassering et individ har i samfunnshierarkiet, ofte med utgangspunkt i økonomi, utdanning og yrkesstatus har tidligere lagt premissene for senere sosioøkonomisk status eller lagdelingsposisjon et individ havner i. Selv om dette har endret seg med tanke på økonomisk vekst og utbygging av utdanningssystemet, så har fortsatt foreldres sosioøkonomiske status en betydning i form av arv, økonomi og nettverk, også i form av den sosiale kapitalen et individ erverver seg igjennom sosialisering og oppvekst, er å gi individet et konkurransefortrinn både i form av utdanning og yrkesliv. Kulturell kapital er et begrep formulert av Pierre Bourdieu og viser til de ressurser et individ tilegner seg igjennom oppvekst i bestemte sosiale miljøer. Dette omfatter blant annet fremtoning, språk, væremåte og kulturell smak (Bourdieu og Passeron, 1990). Sosial kapital i yrkeslivet er uten om dette også viktig i form av å tilknytte seg relevante kontakter for det yrket man ønsker jobbe med. Dette kan tenkes å ha påvirkning for musikere også hvor det kan være avgjørende for hvilken musikkjanger og instrument man velger. Kontakter kan være essensielt for å komme seg inn i bransjen, og avgjørende for om man i det hele tatt starter med musikk.

Sosial kapital er vist å være beskyttende forhold til helse hvor på flere ulike måter. Et individ som er i faresonen for en eller annen helsefare kan benytte seg av sosial kapital i for å tilegne seg informasjon, låne eller motta penger, sosial kapital er også viktig i form av sosial støtte og tiltro fra familiemedlemmer og venner, noe som vil bli nærmere gjennomgått i neste kapittel om psykososialt arbeidsmiljø (Bolin, Lindgren, Lindström, & Nysted)

2.7.0 Psykososialt arbeidsmiljø

Psykososialt arbeidsmiljø kan defineres som de psykologiske og sosiale forhold et menneske opplever på arbeidsplassen (Karasek og Theorell, 1998; Saksvik og Nytrø, 2006). Begrepet psykososialt er i så måte et todelt begrep. Det psykologiske aspektet som handler om individets opplevelser og fortolkninger i møte med omgivelsene, som igjen tar utgangspunkt i individets egenskaper og erfaringer. Den sosiale dimensjonen innebærer en individuell fortolkningsprosess som skjer i samspill med de som utgjør arbeidsmiljøet (Saksvik og Nytrø, 2006).

Psykososialt arbeidsmiljø kan sies å stamme helt tilbake til 1920-årene. Man kan se human relation skolens vektlegging av sosialt interaksjonsmønster i forhold til en arbeidstakers produktivitet (Karasek og Theorell, 1990; Saksvik og Nytrø, 2006). Det ble i forbindelse med samarbeidsprosjektet

LO/NAF på 1960- og 1970-tallet satt fokus på det psykososiale arbeidsmiljøet her til lands (Fischer og Sortland, 2001). I forbindelse med dette prosjektet utviklet Einar Thorsrud det som i dag er blitt kjent som de *psykologiske jobbkra*v. Disse kravene tilsier at mennesket i sin arbeidssituasjon har behov utover lønn, arbeidstid, sikkerhet mot skader og mot vilkårlig oppsigelse (Fischer og Sortland, 2001). I følge Thorsruds jobbkra v har mennesket flere behov:

1. Behov for et vist minimum av variasjon i jobben, men ikke da nødvendigvis regelmessig endring av arbeidsoppgaver
2. Behov for læring
3. Behov for bestemmelse, å kunne ta beslutninger
4. Behov for anseelse, en viss grad av mellommenneskelig støtte på jobben
5. Behov for å se nytteverdi av jobben man gjør. For eksempel sammenheng mellom jobben man gjør i forhold til omverden.
6. Behov for å se at jobben er forenelig med ønskelig fremtid (Thorsrud og Emery, 1970).

Flere har påpekt viktigheten av det psykososiale arbeidsmiljøet for psykisk helse. Gardell (1971) argumenterte for at en persons posisjon i både det sosiale miljøet og arbeidsmiljøet var en av de viktigste kildene til psykisk helse. Gardell utførte opptil flere studier omkring helse, og betydningen av sosiale faktorer for fordelingen av sykdom i populasjonen (Gardell, 1971).

Anders Skogstad hevder at det psykososiale arbeidsmiljø har tre innfallsvinkler. Ytre påvirkninger, som kjennetegnes av omgivelsene og arbeidsbetingelsene. Den andre innfallsvinkelen er hvordan de ytre påvirkningene blir oppfattet og bearbeidet kognitivt og emosjonelt av individet. Til slutt kan man se på resultatet av samspillet mellom de ytre påvirkninger og kjennetegn ved individet. på individuelt nivå kan dette for eksempel handle om jobbtrivsel, helse og stress (Skogstad, 2000). Dette kan igjen kan relateres til tredelingen i stressbegrepet som kjennetegnes av den ytre påvirkningen, kalt stressor som igjen fører til selve stressopplevelsen, og hvor man til slutt opplever stressreaksjonen (strain) (Skogstad, 2000).

Begrepet stress kan betegnes som en tilstand av økt psykologisk, fysiologisk og atferdsmessig beredskap, hvor dette også sees på som kroppens alarmsystem (Jonsdottir & Ursin, 2008). Fysiologisk frigjøres stresshormoner for å mobilisere energi nok til å takle påkjenningene, deretter aktiveres det flere systemer som gjenoppretter balansen. Selye (1976) kalte dette "General Adaption Syndrome", om består av tre faser. Stress aktiverer det som ofte kalles "fight or flight" responsen. Dette er den første fasen i GAS. Den kan sees på som alarmfasen, hvor kroppen mobiliserer ressurser for å møte eller flykte fra trusselen/stressoren. Deretter går man inn i en motstandsfasen, hvor organismen har tilvent seg stressoren. Om man derimot blir utsatt for samme stressor om og om igjen, vil dette føre

til den tredje fasen, utmattelse. Organismen makter ikke å overkomme stressoren, og tømmer sine psykologiske ressurser i løpet av prosessen (Selye, 1976; Tracy, 2009). I likhet med alle andre kroppslige reaksjoner trenger kroppen også tid til å restituere seg etter å ha blitt utsatt for stressorer. Om kroppen blir utsatt for langvarige belastninger eller påkjenninger vil dette øke sjansen for at dette vil kunne slå ut i fysisk eller psykisk sykdom (Jonsdottir & Ursin, 2008, Stroebe, 2011).

Stress og psykososialt arbeidsmiljø er på mange måter overlappende begreper, men hvor psykososialt arbeidsmiljø har sin opprinnelse fra Skandinavia, og er dermed et begrep som oftere brukes i de Skandinaviske landene enn for eksempel USA. Psykososialt arbeidsmiljø kan i så måte sees på å være en utvidet definisjon av selve stressbegrepet. Dimensjoner som kontekst, kollektivet, tradisjon og historie blir også vektlagt når man studerer individets opplevelse av stress (Newton, Handy & Fineman, 1995; Tracy, 2009).

Man kan ha både en negativ og positiv vinkling inn mot begrepet psykososialt arbeidsmiljø. Med en negativ vinkling legger man fokuset på risikofylte og negative reaksjoner i forhold til arbeidet. Denne vinklingen har i likhet med tradisjonelt arbeidsmiljøarbeid hatt som mål å identifisere påvirkninger som irriterer eller er skadelige, for så å redusere eller fjerne disse (HMS). Den positive vinklingen fokuserer på de elementene ved arbeidsmiljøet som fremmer god helse og trivsel. Dette kan igjen virke beskyttende, og skape en positiv utvikling for individet. I denne oppgaven er målet å finne både de negative og skadelige sidene men også de beskyttende faktorene som inngår ved det å jobbe som Pop- og rock- musiker.

2.8.0 Jobbengasjement

Jobbengasjement kan karakteriseres som et positivt affektivt og motiverende stadie som retter seg mot det arbeidet man utfører. Maslach, Schaufeli, og Leiter (2001) stilte jobbengasjement som en motpol til utbrenthet, hvor Bakker og Schaufeli (2004) i sin studie bestående av 1698 deltakere fra ulike yrkesgrupper i samfunnet fant utbrenthet og jobbengasjement som negativt korrelert med hverandre. Disse to dimensjonene delte kun en liten varians seg imellom på 10% og 25% (Bakker & Schaufeli, 2004). Utbrenthet og jobbengasjement er tiltenkt å være direkte motsatser til hverandre på 3 ulike dimensjoner: For utbrente arbeidere til forskjell fra engasjerte vil energi gjøres om til utmattelse, engasjement bli til kynisme, og effektivitet til ineffektivitet (Maslach & Leiter, 1997). Engasjerte ansatte er tiltenkt å ha en høy grad av energi og er engasjert og entusiastisk i forhold til sitt eget arbeid (Bakker Schaufeli, Leiter & Taris 2008). Ideen bygger i stor grad på positiv psykologi (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), hvor fokuset endres fra menneskelig funksjonssvikt og svakheter til en optimal menneskelig funksjon, og de styrker dette medfører. Jobbengasjement er her tenkt å være med og forklare hvorfor enkelte arbeidstakere føler en higen etter å oppnå

utfordrende mål. Engasjerte arbeidstakere er også tiltenkt å bruke all den energi de har på det arbeidet de utfører her og nå uten å holde noe tilbake og bevare noe av denne energien til senere oppgaver som muligens kan sees å være viktigere (Bakker & Leiter, 2010). Jobbegasjement er tiltenkt å kunne oppstå i alle slags utfordrende yrker hvor individet makter å få ut sitt fulle potensial i løsnings av arbeidsoppgaver og hvor man er fullt absorbert i det arbeidet man utfører, noe som minner om flow-begrepet til Csikszentmihalyi (1998). Flow kan kjennetegnes som et stadie av fullstendig oppslukning i det man bedriver/jobber med. Csikszentmihalyi beskriver flow som å være oppslukt i en aktivitet for sin egen skyld, hvor man mister oversikt over tiden og evner å bruke sin kompetanse og ferdigheter til sitt ytterste (Csikszentmihalyi, 1998). For å oppnå dette stadiet bør det være en balansegang mellom utfordringen på oppgaven og ferdigheten til den ansatte. For å oppnå jobbegasjement er det tenkt at sosial støtte fra kolleger og overordnede, feedback, variasjon i oppgaver, frihet og muligheter til læring er positivt korrelert med dette (Bakker & Leiter, 2010). Slike miljøer er tiltenkt å være fremmende for jobbegasjementet. Bakker og Leiter (2010) fokuserer på jobbressurser som mer fremtredende og motiverende når ansatte blir stilt ovenfor utfordrende arbeidsoppgaver. Det legges her vekt på tilpasningen mellom jobben og selve personen, tilpasningen kan dette sees på to forskjellige måter: (1) Passer individets kunnskap og ferdigheter til de krav som skal utføres i den relevante jobben, og (2) passer ønskene og behovene til individet jobben, i hvilken grad oppfyller jobben disse (Bakker & Leiter, 2010). Ut i fra disse prinsippene utviklet Bakker og Demerouti (2007) Job demands-resources model (J D-R model). J D-R modellen bygger på to generelle kategorier: Jobbkraav og jobbressurser. Det vil bli gitt en videre innføring om denne modellen i kapittel 3.4.5

Det vil videre bli presentert de modellene som vil bli tatt i bruk i forhold til å sette seg inn i, og prøve å forstå de utfordringer som en pop- og rock- musiker møter i sitt yrkesliv.

2.9.0 Modeller

2.9.1 Kognitive stressteori

Lazarus påpeker at psykologisk stress avhenger av forholdet mellom personen og miljø. Og hvorvidt individet føler å inneha de ressursene som trengs. Opplevelsen av stress erfart i en gitt situasjon avhenger av forholdet mellom de krav og ressurser individet oppfatter at det har (Lazarus og Folkman, 1984). For at et individ skal oppfatte en situasjon som stressende vil det gjøre seg opp en vurdering av situasjonen, hvor denne vurderingen består av tre vurderingsformer. En førstevurdering, om situasjonen har betydning for sin egen trivsel og velvære. For så å vurdere om den er irrelevant, positiv eller potensielt skadelig. Deretter gjør individet seg opp en andrevurdering, hvor individet evaluerer den potensielle trusselen i forhold til de ressursene en innehar, og bestemmer seg for hvilke handlingsvalg som bør tas. Det er tenkt at de første to vurderingene skjer

synkront med hverandre. Den siste vurderingen består av en revurderingsfase, hvor vurderingen sees på som flytende, og hvor revurdering av situasjonen kan oppstå alt ettersom ny informasjon om situasjonen dukker opp (Lazarus og Folkman, 1984). Etter vurderingsfasen går individet inn i en mestringsfase. Mestringsfasen består av en problemfokuset, og en emosjonsfokuset mestringsform. Den problemfokuserte er kun rettet mot selve problemet. For eksempel om en musiker er nervøs før en konsert, vil han eller hun som oftest øve mer for å være best mulig forberedt før konserten. Like fullt kan det fortsatt ligge en nervøsitet til grunns, som muligens fører til at man ikke sover eller ikke makter å fokusere på oppgaven. For å redusere engstelsen vil man da kunne velge en emosjonsfokuset løsning, hvor man velger kognitive strategier for å forsøke revurdere situasjonen som mindre truende. Dette kan også føre til at individet inngår i handlinger som reduserer den stressende situasjonen, som for eksempel missbruk av sovetabletter, røyking, eller å drikke alkohol (Lazarus og Folkman, 1984). Den graden en situasjon blir oppfattet som stressende vil være avhengig av de ressursene man har til å mestre situasjonen. Disse to ressursene er enten personlige eller miljøavhengige. Personlige ressurser inkluderer blant annet fysisk helse, tro på seg selv, og kompetanser som problemløsning og sosiale ferdigheter. Eksempler på den miljøavhengige kan være materielle ressurser som blant annet penger, eller det kan være sosial støtte.

I forhold til dette utviklet Folkman et spørreskjema for å se på de mestringsstrategier mennesker tar i bruk som respons på stressende livshendelser. Denne skalaen bestod av 8 strategier: 1. Konfrontere problemet, 2. Distansere seg, 3. Selvkontrollering (undertrykking), 4. Søke sosial støtte, 5. Ta ansvar(selvkritikk), 6. Virkelighetsflukt, 7. Planlagt problemløsning, 8. Positiv revurdering (Folkman, 1986; Lazarus, 1990). De mestringsstrategier individ velger avhenger som regel av de ressursene det har tilgjengelig. Det kan her skilles mellom Intrapersonlige og Ekstrapersonlige ressurser. Intrapersonlige ressurser består av individets personlighet, trekk, kunnskap, evner som gjør individet i stand til å mestre stressende erfaringer, mens det ekstrapersonlige består av ressurser utenfor individet som kan hjelpe til å virke som en buffer. Slike ressurser kan blant annet være økonomi og sosial støtte (Strobe, 2011).

Stress kan i yrkesmessig kontekst sees på som resultat av et dårlig psykososialt arbeidsmiljø. Det vil derfor nå bli presentert modeller for psykososialt arbeidsmiljø.

2.9.2 Krav-kontroll-støtte-modellen

Den reviderte krav-kontroll-støtte-modellen til Theorell og Karasek kan sees å være en meget anvendelig modell i forhold til arbeidslivets fysiske og psykiske utfordringer(1990). Modellen har i hovedsak blitt benyttet i studier av hjerte karsykdommer (Karasek og Theorell, 1990), men har også

blitt brukt til å se på blant annet forekomst av muskel- og skjellet plager (Theorell, 1996), til jobbtfredshet (Van Der Doef & Maes, 1999). Til å begynne med opererte denne modellen med kun to dimensjoner. Psykologiske jobbkrav og kontroll (Karasek, 1979). Med psykologiske jobbkrav menes de krav som stilles til arbeidstakeren i forhold til hans eller hennes jobbsituasjon. Dette inkluderer blant annet tidsfrister, arbeidstempo, mengde, tid og mentale belastninger/påkjenninger (Karasek, 1979; Karasek og Theorell, 1990). Kontrolldimensjonen innenfor denne modellen kan også relateres til beslutningsfrihet en arbeider har. Noe som omhandler hvorvidt en medarbeider føler han eller hun får brukt sine ferdigheter, og har kontroll over sine gjøremål og aktiviteter på arbeidsplassen. Krav-kontroll-modellen hevder at den kontroll en arbeider føler han eller hun har i forhold til de krav som stilles i en jobbsammenheng kan predikere den psykiske og fysiske belastningen (strain) disse personene føler (Karasek og Theorell, 1990). Høy grad av belastning oppstår i de tilfellene individet blir stilt ovenfor høye jobbkrav, men hvor han eller hun ikke besitter nok kontroll til å imøtekomme disse kravene. Denne belastningen vil fortsette å øke om kravene blir høyere, eller kontrollen individet har forholder seg like lavt. Om dette vedvarer kan det føre til mental belastning for individet, som igjen fører til stress (Karasek og Theorell, 1990). Forholdet mellom grad av kontroll og krav fører til 4 forskjellige arbeidsmiljø; Jobber med høy belastning, Aktive jobber, passive jobber og jobber med lav grad av belastning (tabell 2):

		Krav	
		Lavt	Høyt
Kontroll	Høyt	Lav belastning	Aktiv
	Lavt	Passiv	Høy belastning(Stress)

Arbeid med lav grad av kontroll i tillegg til høy krav, vil som tidligere nevnt i følge denne modellen føre til et høyt belastende arbeidsmiljø. Som foruten fysiske skader og sykdom også kan være en psykologisk belastning for individet, hvor psykisk utmattelse, angst og depresjon kan oppstå. Når derimot individet blir stilt ovenfor høye krav, men innehar kontroll til å overkomme disse kravene vil dette føre til et aktivt arbeidsmiljø. Som igjen kan føre til høyere grad av produktivitet, kreativitet, noe som er tiltenkt å fremme læring (Karasek og Theorell, 1990). Jobbsituasjoner som innehar lave krav, men hvor individet stiller med høy grad av kontroll medfører ofte en

arbeidssituasjon med lav belastning. Og hvor den siste situasjonen av lav grad av kontroll i kombinasjon med lave krav fører til en passiv arbeidssituasjon. De siste to arbeidssituasjonene stemte dårlig overens med de psykologiske jobbkravene Thorsrud la frem.

2.9.3 Videreutvikling av krav-kontroll-modellen til å inkludere sosial støtte

Mye av forskningen omkring sosial støtte kan sies å stamme fra Berkman og Seyme's langsgående forskning på sosial støtte og dødelighetsrate (Strobe, 2011). Med et utvalg på 6928 menn og kvinner i alderen 30 til 69 år, kom det i løpet av en 9årsperiode frem at de personene som hadde en lav skåre på en sosialt nettverksindex, i form av sosial støtte fra familiemedlemmer, venner, ektefelle og relevante andre, hadde dobbel så høy sjanse for dødlighet kontra de som skåret høyt på denne indexen. Noe som igjen førte til økt interesse rundt sosial støtte. I løpet av 80-tallet ble det utført flere studier omkring hvordan sosial støtte på arbeidsplassen påvirker den psykososiale helsen (Cohen og Syme 1985; House, 1981; House og Cottingham 1986; Johnson, 1986). Dette førte til at Karasek og Theorell inkluderte sosial støtte som en ny dimensjonen i krav-kontroll-modellen. Dermed kan den i dag mer riktig refereres til som krav-kontroll-støtte-modellen. Den sosiale støtten er for øvrig vist seg som en viktig faktor når det gjelder å redusere stress på arbeidsplassen, og i så måte å redusere risikoen for hjerte-karsykdommer, psykiske lidelser og sykefravær (Strobe, 2011; Saksvik og Nytrø, 2006; Karasek og Theorell, 1990). Innen krav-kontroll-støtte-modellen virker det som Karasek og Theorell likestiller sosial støtte og sosiale relasjoner, hvor de bruker disse to begrepene om hverandre. Sosial støtte sees på som en hjelpelig interaksjonen som foregår ansatte imellom, men også fra overordnede (Saksvik og Nytrø, 2006; Karasek og Theorell, 1990). De legger derimot vekt på at det finnes to typer sosial støtte på arbeidsplassen; Sosioemosjonell støtte og Instrumentell sosial støtte. Sosioemosjonell støtte referer til den grad av sosial og emosjonell integrasjon og tillitt imellom kolleger, overordnede og andre. Instrumentell støtte referer til ekstra ressurser eller assistanse man mottar av kolleger og overordnede (Saksvik og Nytrø, 2006).

2.9.4 Innsats- Belønningsmodellen

Johan Siegrist påpekte at det var igjennom utdanning og arbeid vi som mennesker opplevde utvikling og personlig vekst, hvor selvvurdering var sterkt påvirket og avhengig av hvilken posisjon man hadde i forhold til yrkeslivet (Eiken og Saksvik, 2006). Denne posisjonen igjen er sterkt knyttet opp mot individets selvvurdering, selvtillit og mestringstro (Siegrist, 1996). Faktorer som belønning, verdsettelse og tilhørighet er determinanter som settes i sammenheng med yrkesrelatert status (Siegrist, 1996; 2001). Innsats-belønningsmodellen kan sees på som en bytteteori hvor de to faktorene ytre og indre krav avgjør ansattes innsats. Med ytre krav vises det til de kravene bedriften stiller til den ansatte, for eksempel tidsfrister, arbeidsmengde og væremåte. De indre kravene er de individet stiller til seg selv og bedriften. Dette innebærer ofte personlig motivasjon, ambisjoner og at

dette fører til en ønskelig fremtid for vedkommende. Dersom det oppstår en konflikt mellom de ytre og indre kravene i form av at individet ikke føler det mottar forventet fortjeneste i forhold til innsats nedlagt vil dette kunne medføre en rekke negative emosjoner, inkludert stress og emosjonell utmattelse (Siegrist, 1996). Fortjeneste eller belønning distribueres gjennom 3 kanaler: Penger, anerkjennelse og statuskontroll (Eiken og Saksvik, 2006). Anerkjennelse er nært knyttet til jobbsikkerhet, karriereutvikling og tilhørighet innen arbeiderkollektivet. Økt statuskontroll medfører mindre sjans for tvungende endringer i jobbsituasjonen, slik som forflytning, degradering eller oppsigelse (Eiken og Saksvik, 2006). Like fullt kan en ubalanse mellom innsats og belønning opprettholdes av arbeidstakeren avhengig av 3 tilfeller:

1. Mangel på muligheter. Ubalanse i form av høyere innsats opprettholdes på grunn av mangel på andre jobbmuligheter. Noen grunner til dette kan være et trangt arbeidsmarked. Manglende utdanning, eller lav selvtillit.
2. Strategiske årsaker. Dette innebærer at individet nedlegger høyere innsats hvor han eller hun ser at belønningen kommer senere. For eksempel i form av høyere lønn eller forfremmelse
3. Overforpliktelse(overcommitment). Personer ofte kjennetegnet av type A personlighet. Karakteristikk ved slik personlighet er ofte rastløshet, utålmodighet, lett irritabel, konkurransementalitet og ekstremt jobbfokus, hvor disse personene ofte vil legge ned mer innsats enn de mottar belønning grunnet personligheten.

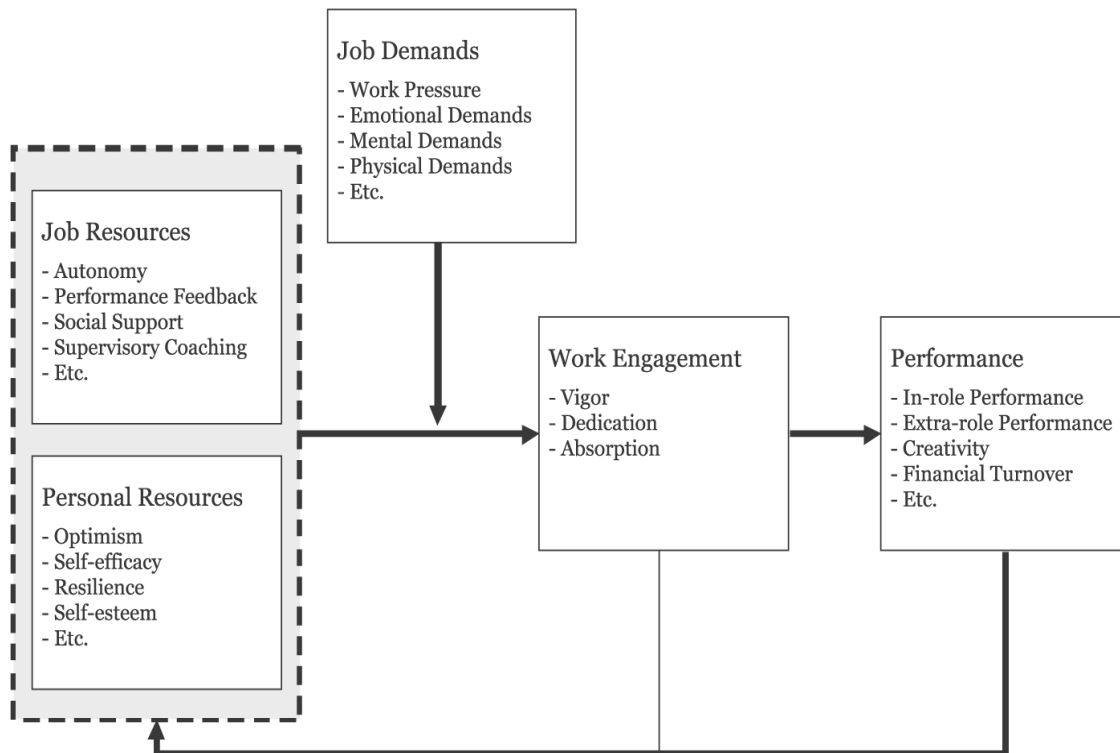
Overforpliktelse (overcommitment) sees på som en mestringsstrategi, hvor ønsket om å kunne kontrollere alle faktorer rundt sitt miljø er fremtredende. Disse personene jobber som regel overdrevent hardt for alltid å ha kontroll, bli akseptert og anerkjent i sitt miljø (Siegerist, 2001). Overforpliktete arbeidstakere har gjerne det til felles at de har en tilbøyelighet til å misopfatte eller feiltolke krav og egne ressurser. Noe som igjen fører til at vedkommende sliter med å gjøre en nøyaktig vurdering av hvor store krav som stilles til personen, og hvor mye ressurser man selv bør nedlegge her. Det er også tiltenkt å være en positiv korrelasjon mellom Type A atferd og hjertekarsykdommer (Steptoe et al., 2004; Siegerist, 2001).

2.9.5 Job Demand-Resources modellen(JD-R)

JD-R modellen henter komponenter fra både Krav- kontroll- støtte modellen og Innsats- belønningsmodellen. Modellen ser jobbkrav og jobbresurser som to viktige elementer i forhold ansattes trivsel og velvære (Bakker og Demerouti, 2007). Hensikten med modellen er å kunne predikere utbrenthet og jobbengasjement. Jobbkrav defineres som de fysiske, psykologiske, sosiale og organisatoriske aspekter ved arbeidet som krever vedvarende fysisk eller psykologisk innsats (Bakker og Demerouti, 2007; Demerouti et al, 2001). Eksempler på slike krav kan blant annet være

tidspress, arbeidsmengde og konflikter på arbeidsplassen. Jobbressurser beskrives som de fysiske, psykologiske, sosiale og organisatoriske aspekter ved arbeidet som er praktisk i forhold til å oppnå arbeidsmål, som er med på å redusere jobbkrav og kostnader, og som stimulerer til personlig vekst, læring og utvikling (Bakker og Demerouti, 2007; Demerouti et al, 2001). Slike ressurser innebærer blant annet kontroll over egen arbeidshverdag, lønn, sikkerhet i jobben, karrieremuligheter, medbestemmelse og oppgavevariasjon (Bakker og Demerouti, 2007; Demerouti et al, 2001). Det er tiltenkt at jobbressursene tilgjengelig for et individ er positivt i for motivasjonsprosessen, hvor dette fører til personlig vekst, læring og utvikling, samtidig som individet fremmes til å gjøre en god jobb med tanke på sine arbeidsoppgaver som igjen vil gagne både arbeidstaker og organisasjon. Jobbkravene sees på å være fremtredende for til stressprosessen, hvor det her i likhet med Innsats-belønningsmodellen legges vekt på en balansegang mellom innsats, krav og belønning. Om en ubalanse mellom innsatsen og belønningen vedvarer over lengre tid vil dette koste både psykologisk og fysiologisk, og vil kunne føre til utbrenthet.

Bakker og Demerouti videreutviklet senere JD-R modellen til også å inneholde komponenten personlige ressurser, hvor disse i tillegg til jobbressursene er med på og predikere individets jobbengasjement. De personlige ressursene ser på hvordan individet evaluerer seg selv i forhold til tro på egne ferdigheter (self-efficacy), optimisme, mestring, utholdenhet, selvtillitt osv. Jobbressurser og personlige ressurser er dermed tiltenkt i følge JD-R modellen å gi en indikasjon på et individs jobbengasjement, og hvor disse to fungerer som en moderator for den negative effekten jobbkrav har i forhold til stress på arbeidsplassen, og hvor jobbengasjement har en rekke positive effekter både på organisasjon og på individnivå (Bakker og Demerouti, 2007; Demerouti et al, 2001)(tabell3)



Source: Based on Bakker & Demerouti (2007)

Bakker nevner 4 grunner til at engasjerte arbeidere har bedre jobbutførelse enn ikke engasjerte arbeidere. For det første opplever engasjerte arbeidere flere positive emosjoner, for det andre har disse arbeiderne ofte bedre helse, som betyr at de kan fokusere og dedikere sin energi og ressurser til jobben de utfører. For det tredje skaper engasjerte ansatte sin egen jobb og personlige ressurser. Og for det fjerde vil engasjerte arbeidere overføre sitt engasjement til andre i sin umiddelbare nærhet (Bakker, 2011).

3.0.0 Avslutning og oppsummering av teoriedel

I dette kapitlet er det blitt gjennomgått teorier og modeller som kan linkes tett opp mot musikerens arbeidsmiljø. Innledningsvis valgte jeg å starte med å gi en innføring i den biopsykososiale modellen, samt fysiske og psykiske lidelser, dette for å sette fingeren på hvordan det ofte finnes sammenhenger mellom fysiske og psykiske lidelser. Dette er poengtert på grunn av oppgavens fokus i stor grad ligger på pop- og rock- musikerens fysiske og psykiske lidelser. Deretter vble det gitt en innføring i pop- og rock- musikerens arbeidsmiljø, fra oppstart som frilanser til hvordan man etablerer seg som artist her til lands, og hvor jeg valgte å avslutte denne delen med å fortelle kort om hvordan turnélivet utarter seg. Etter dette ble det gitt en innføring i platebransjen og de endringer som her har oppstått de siste 20 årene. Grunnlaget for denne innføringen i musiker- og musikkbransjen ble gjort slik at fokuset i resultatdelen utelukkende ble lagt på de funn vi hadde oppnådd uten å være tvunget til å gi en videre innføring i disse to bransjene her. I teoridelen har jeg

valgt å fokusere på stress, sosial kapital og psykososialt arbeidsmiljø med modeller. Jeg føler her at dette er teori og modeller som er relevant i forhold til pop- og rock- musikerens arbeidshverdag som videre vil bli diskutert i kapittel 6

4.0.0 Metode

Oversikt

Datainnsamlingen i denne undersøkelsen ble utført i forbindelse med et overordnet prosjekt i samarbeid med NUMI (Norsk Underholdningsmedisinsk institutt) i Namsos. Intervjuene ble utført i samarbeid med Ph.d. -kandidat Jonas Vaag, og hvor Jonas jobber videre med de dataene vi har opparbeidet oss under disse intervjuene for å utvikle et spørreskjema som skal sendes ut til hele MFO's (Musikerenes Fellesorganisasjon) medlemsmasse. Fokuset her ligger på å kartlegge helsetilstanden til norske musikere i forhold til psykisk helse, livsstil, psykososialt og fysisk arbeidsmiljø, i tillegg til i hvilken grad yrkesaktive musikere er kjent med og bruker eller har brukt det norske helsevesenet ved skader eller sykdom. Det overordnede målet ved dette prosjektet ligger i å se på behovet for en eventuell helsetjeneste for musikere her til lands og oppstart og utvikling av denne.

Det har i løpet av denne studien blitt utført i alt 11 intervjuer med etablerte Norske pop og rock artister rundt omkring i hele landet, hvor et av disse intervjuene var et fokusgruppeintervju. Det ble tatt i bruk semistrukturert intervju for å få klarhet og oversikt over musikerens arbeidshverdag. Intervjuene ble dernest transkribert og analysert med bruk av analysetilnærmingen Grounded Theory.

I dette kapittelet vil det først bli gitt en begrunnelse for bruk av Grounded Theory og Kvalitativ metode. Dernest vil det bli gitt et innblikk i Datainnsamlingsprosessen. Etter en grundigere innføring i datainnsamlingsprosessen, vil det bli gitt en detaljert beskrivelse av analyseprosessen og de ulike stadiene i prosedyren. Det vil til slutt i dette kapittelet bli gjort rede for de kvalitetskriterier som er tatt hensyn til, og etiske betraktninger i forhold til informantene

4.1.0 Kvalitativ metode

Siden det tidligere er gjort lite forskning her til lands på pop- og rock- artisters arbeidsmiljø ble det valgt å benytte seg av kvalitativ metode for å tilnærme seg dette fenomenet. Dette grunnet oppgavens eksplorerende formål om å beskrive musikers fysiske og psykiske utfordringer knyttet til deres arbeidsliv. Valg av hvilken kvalitativ analysemetode falt til slutt på en modifisert versjon av analysetilnærmingen Grounded Theory (Glaser og Strauss, 1967; Strauss og Corbin, 1990; Charmaz,

2001). Valget for bruk av Grounded Theory fremfor andre Kvalitative analysemetoder er at den gir en systematisk prosedyre for å skape og håndtere et rikt datamateriale som oppnådd under disse intervjuene. Med et slikt rikt datamateriale var det nødvendig å ta i bruk en metode som både ga god struktur og organisering i forhold til datainnsamlingsprosessen og analysen (Charmaz, 2001).

Datainnsamling og analysene vil bli grundigere gjennomgått senere i kapitlet.

4.2.0 Datainnsamlingsprosessen

Det vil i denne delen bli gitt en videre gjennomgang omkring datainnsamlingsprosessen og dens prosedyre. Det vil her bli lagt fram om studiens informanter, Intervjuguide og verktøy jeg har benyttet meg av i denne prosessen.

4.2.1 Intervjuguide

Intervjuguiden brukt i denne studien har blitt utviklet av Ph.d. -kandidat Jonas Vaag, som hadde jobbet med dette prosjektet før undertegnede fikk forespørsel om å ta del i studien. Det har derimot vært muligheter for meg å komme med innspill som har vært med på å revidere den allerede ferdigstilte intervjuguiden. Selve intervjuguiden la til rette for et semi-strukturert kvalitativt intervju, hvor informanten ble intervjuet omkring en rekke åpne spørsmål knyttet til tre forskjellige emner som guiden er blitt inndelt i:

Intervjuguidens første del omhandlet musikernes arbeidsmiljø og arbeidshverdag. Her var formålet å opparbeide seg en dypere forståelse rundt hvordan en pop- og rock- musiker jobber. Hva er det unike med deres arbeidshverdag sett i forhold til andre yrker? Hvilke utfordringer, eventuelt stressfaktorer medbringer det å jobbe i dette yrket? Ønsket var å få informanten til å komme med mest mulig informasjon om sin arbeidshverdag. Dermed ønsket vi gjerne å høre informantene fortelle historier som på best mulig måte illustrerte hvordan det er å jobbe som musiker.

Guidens andre del interesserte seg for personlige egenskaper og beskyttende faktorer. Her var det interessant å se på om de som velger å jobbe med eller innenfor musikk innehar personlige egenskaper som gjør disse mer egnet til jobb innenfor dette yrket enn andre. Samtidig prøvde vi også her å vende på spørsmålet ved å utforske personlige egenskaper som ikke bør være til stede for mennesker som jobber med eller i dette yrket, og som kan vise seg være destruktivt eller ødeleggende for en eventuell karriere innenfor musikk.

Guidens tredje del berørte musikeres helsetilstand og holdninger til helsetjenesten. Med tanke på frilansmusikerens begrensede helsetilbud sett i forhold til andre yrkesgrupper (mfo.no; gramart.no). Det ble dermed sett som både interessant og nødvendig å forsøke få et innblikk i hvordan denne yrkesgruppen selv oppfatter helsevesenet og de helsetjenester som blir tilbudt, og hvorvidt bruk av helsetjenester er utbredt blant denne yrkesgruppen. Om så er tilfelle finnes det

eksempler på helsemessige vansker eller utfordringer som er større blant denne gruppen enn andre yrkesgrupper? Og ikke minst var det interessant å få et innblikk i hvordan helsetilstanden til informantene har vært oppgjennom karrieren, både når det gjelder det fysiske, men også når det gjaldt det psykiske aspektet. Ettersom alle informantene er etablerte musikere som har lang fartstid innenfor bransjen, ville de kanskje også kunne gi et svar på om det eventuelt finnes noen helsemessige beskyttende faktorer som har gjort det mulig for dem å overleve som frilans pop- og rock- musikere, og om de her har tips til fremtidige musikere som ønsker å etablere seg innenfor dette yrket. Når det gjelder de underliggende spørsmålene innenfor hver kategori, ble ingen av disse gjennomgått i slavisk rekkefølge. Hovedsaken var å få dekket alle punktene i intervjuguiden, men fremdeles la informanten selv komme med den informasjon han eller hun følte var relevant. Det var derfor essensielt å holde seg oppdatert på intervjuguiden i løpet av intervjuet, slik at guidens alle deler og spørsmål ble besvart. Grunnen til at det ble gitt såpass frie tøyler til informanten hadde med intervjuets kvalitative semistrukturerte form å gjøre.

4.2.2 Intervjuet

I denne studien valgte vi å benytte oss av et kvalitativt semistrukturert intervju. Noe av grunnlaget for dette er at det tidligere er blitt utført lite forskning på området omkring musikers psykososiale arbeidsmiljø her til lands. Dermed var det ønskelig for oss som forskere å få en mest mulig fylldig og bred beskrivelse omkring informantenes livsverden. Det vil si å forsøke fange opp og forstå verden fra informantens ståsted, med de erfaringer og opplevelser dette innebærer (Kvale, 2005). Kvale (2005) kaller dette *reisemetaforen*. Her blir intervjueren er en reisende forteller i informantens livsverden, hvor hans eller hennes historie fortelles ved hjemkomsten (Kvale, 2005). Denne beskrivelsen virker treffende for hva jeg ønsker å oppnå med denne studien. Nettopp det å gi en beskrivelse som vil kunne bidra til dypere forståelse omkring frilans pop- og rock- musikers arbeidsmiljø og helsetilstand.

4.2.3 intervjusituasjonen

Når man starter et intervju bør man legge seg for minne og være oppmerksom på flere faktorer som kan ha innvirkning på informanten og som kan være med å farge selve intervjusituasjonen. Enkelte faktorer kan man naturlig nok ikke gjøre noe med, slik som for eksempel etnisitet, kjønn og alder. Likevel bør det ligge et par kriterier til grunn før man starter selve intervjuet. Charmaz hevder intervjusitasjonen er et samspill mellom intervjuer og informant. Glaser hevder her at man kan hente informasjon ut fra informanten uten å ha noen slags påvirkning på han eller henne (Glaser, 1998). Dette kan sees på som 2 forskjellige epistemologiske retninger. Sosialkonstruktivistisk og Positivistisk. Derimot finnes det en enighet om at forskeren i intervjusituasjonen skal innta en uvitende holdning, eller "*bevisst naivitet*", hvor man stiller seg åpen til eventuelle overraskende funn

som kan åpenbare seg i løpet av intervjuprosessen (Glaser, 1998; Charmaz, 2001). En måte å gjøre dette er igjennom bracking, som er et fenomenologisk uttrykk. Målet er her å oppnå Epoché, som er total frigjørelse fra tidligere opplevelser og forutinntatthet (Langdrigde, 2004).

Det er også viktig innenfor det kvalitative forskningsintervju å vise genuin interesse for informanten. Dette vil si at man bør være seg selv bevisst hvordan man fremstår. Man ønsker her å skape en fortrolig og tillitsfull atmosfære imellom seg selv og informanten. Dermed kan det være til hjelp å tenke på informanten som en gammel bekjent, eller god venn. Kroppsspråk, øyekontakt og stemmebruk er alle viktige elementer intervjueren bør være bevisst på. Det kan her være viktig å se an informanten og de signaler han eller hun sender ut. For så å kunne tilpasse seg, og skape en trygg atmosfære for informanten (Vaag, 2006). *Grunnleggende lytteteknikker* (Ivey, Gluckstern & Ivey, 1997) kan brukes for å få det meste ut av intervjuet. Dette består av *åpne spørsmål*: Altså ikke ja og nei, eller begrensede spørsmål, men heller spørsmål som åpner for at informanten kan komme med egne historier og handlingssekvenser. Deretter er det viktig å vise at man er til stede og følger med ved å komme med *oppmuntrende tilbakemeldinger*: hvor man her kan be om en fyldigere beskrivelse av det informanten tar opp. *Parafrasering*: hvor man dobbeltsjekker at man har forstått informantens utsagn slik han eller hun mente det. Til slutt *oppsummering*: Hvor man passer på at man har fått med seg essensen av informantens fortelling (Vaag, 2006; Ivey, Gluckstern & Ivey, 1997).

4.2.4 Informanter og seleksjon

Den 4. mai 2011 ble det avholdt et møte angående "*musikerprosjektet*" i regi av NUMI (Norsk underholdningsmedisinsk institutt). I løpet av dette møtet ble medlemmene i referansegruppen presentert for hverandre. Denne gruppen var bestående av Ph.d. -kandidat Jonas Vaag, som er ansvarlig for prosjektet, og en rekke erfarne folk innenfor bransjen, organisert av NUMI, MFO og Rock City. I tillegg til å komme med innspill om musikernes arbeidsmiljø og helsetilstand, var ressursgruppen en viktig bidragsyter når det gjelder utarbeiding av intervjuguiden. Utover dette hadde også ressursgruppen en rekke forslag til artister som burde delta i intervjuene. Fremtredende personer innenfor disse organisasjonene både foreslo og kontaktet artister som vi fikk mulighet til å intervju i vår studie. Det var på forhånd tenkt at det skulle dybdeintervjues 10 etablerte musikere. Det har i ettertid vist seg å bli 12 informanter til denne studien. I ettertid av dette møtet hadde jeg mulighet til å diskutere med Ph.d. -kandidat Jonas Vaag om hvilke artister vi ønsket skulle delta i disse intervjuene. Det viktige var at informantene var representative for utvalget pop- og rock-musikere her til lands. Dermed ønsket vi spredning både når det gjaldt alder, bosted og kjønn. Ideelt sett hadde vi ønsket oss et likt antall kvinnelige informanter som mannelige. Dette ble ikke tilfelle da vi havnet på 7 mannlige informanter, og 4 kvinnelige. Noe som kan ha en sammenheng med at det er

en større andel mannlige enn kvinnelige pop- og rock- musikere her til lands (Lorentzen og Stavrum, 2007). Det virket i alle fall mer problematisk å få tak i kvinnelige informanter til studien enn mannlige. Like fullt følte vi oss meget fornøyd med utvalget av informanter, hvor den eldste informanten var i midten av sekstiårene, og den yngste i slutten av tredveårene. Alle informantene hadde satt av 2 timer til intervjuene. Et par av intervjuene ble litt lengre enn to timer, og et par ble noe kortere. Datainnsamlingen ble utført i perioden mellom høsten 2011 og våren 2012. Av de 11 intervjuene var undertegnede med på 7 av disse.

Vedlagt i tabell 4 følger en oversikt over hver enkelt informant med informasjon om kjønn, instrument musikeren spiller, hvilken sjanger han eller hun tilhører og eventuell annen informasjon for eksempel hvorvidt informanten komponerer egne sanger eller ikke. Utelatt betyr her at denne informanten ikke kom med i min analyse, men som er med i Ph.d. -kandidat Jonas Vaag studie (tabell4):

Deltaker	Kjønn	Instrument	Sjanger	Annet
Informant 1	Kvinne	Vokalist	Pop/Jazz	
Informant 2	Mann	Instrument	Pop/Rock/Metall	
Informant 3	Mann	Instrument	Pop/Rock	
Informant 4	Mann	Instrument	Pop/Rock	Utelatt
Informant 5	Kvinne	Vokalist/Instrument	Pop/Klassisk	Komponist/Utelatt
Informant 6	Kvinne	Vokalist/Instrument	Pop/Folk	Komponist
Informant 7	Mann	Vokalist/Instrument	Pop/Rock	Komponist
Informant 8	Mann	Instrument	Pop/Rock	
Informant 9	Mann	Vokalist	Pop/Rock	Komponist
Informant 10	Mann	Vokalist/Instrument	Pop/Rock/Metall	Komponist
Informant 11	Kvinne		Management	Utelatt

4.2.5 Opptak, transkripsjon og etiske betraktninger

Denne studien ble før oppstart godkjent av Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK). Alle informantene som deltok på disse intervjuene ble på forhånd gitt skriftlig informasjon om prosjektet, og lovet full konfidensialitet. De ble deretter spurt om de følte seg komfortabel med at det ble brukt diktafon til opptak av intervjuene, hvor disse senere ville bli slettet etter intervjuene hadde blitt transkribert, noe samtlige informanter samtykket til. Grunnlaget for bruk av diktafon under intervjuene er at det gir oss som intervjuere og forskere flere fordeler. Blant annet kan det være vanskelig å memorisere et intervju i til punkt og prikke, hvor notater og

transkripsjon av alt informanten sier i løpet av intervjuet ofte vil være en alt for krevende prosess. Dermed vil det være en enorm fordel å kunne gå tilbake å høre på intervjuene i forhold til hendelser og detaljer man ikke har bitt seg merke i under veis i selve intervjuet, men hvor dette i ettertid vil være tilgjengelig på bånd(mp3fil). Samtidig som vi brukte diktafon under intervjuene, noterte vi også ned stikkord slik at vi under intervjuet hadde kontroll på alt vi hadde gjennomgått. På denne måten ble ingen av intervjuguidens deler forsømt. Bruk av diktafon ga også oss som intervjuere mulighet til å vie informanten vår fulle oppmerksomhet slik at vi kunne være var på kroppsspråk i forhold til bedre kommunikasjon oss imellom (Kvale, 2005). Det å bruke Diktafon eller annet opptaksutstyr kan i enkelte sammenhenger føre til at informanten ikke utgir seg selv til det fulle. Informanten kan muligens i en slik setting føle at han eller hun bør skjule noe eller på en annen måte blir nervøs. Dette virket ikke å være tilfelle med våre respondenter. Noe som kan ha sammenheng med at dette er personer som regelmessig er utsatt for media, og dermed muligens er vant med å være i fokus og intervjusituasjoner. Man har naturlig nok ingen forsikring om at informantene er fullstendig ærlig, men det var ingenting som ga oss inntrykk av at det ikke var tilfelle. Utover dette kunne alle informantene trekke seg fra intervjuet når som helst om de selv skulle ønske det. Prosjektet fulgte i så måte retningslinjene til de forskningsetiske standarder gitt av de regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK). Vi mottok forøvrig ingen negative tilbakemeldinger på intervjuet eller intervjusituasjonen. De informantene som derimot kommenterte rundt dette virket å være utelukkende positiv. Det kan også virke som om noen av informantene hadde behov for å fortelle om utfordringene de har eller har hatt knyttet til yrket i en hemmelig og fortrolig setting.

I forhold til transkriberingen i etterkant ble alle intervjuene transkribert av meg selv og Jonas Vaag. Jeg stod for 8 av 11 transkriberinger. Dette utgjorde omtrent 16 timer med opptak. I løpet av transkriberingsprosessen ble navn og andre utsagn som kan eller kunne spores tilbake til informanten anonymisert. Videre ble lydopptakene slettet etter endt transkribering. Som man kan se i tabellen over informantene (tabell 4), så er kun begrenset informasjon utgitt presentert (Kjønn, sjanger, instrument og komponist/ikke komponist). Dette er gjort med tanke på at flere av informantene i denne studien er offentlige og kjente personer, hvor vi ikke ønsket at noe informasjon kunne lede til at informantene ble avslørt. Jeg har også den sammenheng valgt og ikke navngi og spesifisere hvilke av de ulike informantene som kommer med hvert enkelt utsagn i resultat- og diskusjonsdelen for å bevare deres anonymitet, dette i frykt for at enkelte sitat samlet kan spores tilbake til hvilke informanter vi har benyttet oss av i denne studien.

Videre i transkriberingsprosessen valgte jeg her å benytte meg av transkriberingsprogrammet *Express Scribe*. Dette gjorde prosessen av å få informantenes ord ned på papir noe enklere. Ved å transkribere intervjuene selv hjalp det meg å opprettholde nærhet til

datamaterialet. Videre valgte jeg å benytte meg av de 8 intervjuene jeg selv hadde transkribert i selve analyseprosessen. Dette ble gjort med tanke på den nærheten jeg hadde knyttet til dette datamaterialet. Noe som også viser seg å være viktig innenfor Grounded Theory, som var analysemetoden brukt i denne oppgaven (Charmaz, 2006).

4.3.0 Grounded Theory

Det ble i denne oppgaven benyttet Grounded Theory som analysemetode. Som tidligere nevnt er det flere grunner for dette valget. Punkt en; Studien baserer seg på et felt som tidligere er lite studert, i alle fall i norsk sammenheng. Dermed var ønsket å opparbeide seg en dypere forståelse rundt temaet. Siden det i så måte endte opp med å bli et eksplorerende studie viste kvalitativ analyse seg å være best egnet. Grunnlaget for valg av Grounded Theory til fordel for andre kvalitative analysemetoder bringer oss til punkt to; Det opparbeidede datamaterialet viste seg etter hvert å bli meget stort. Dermed ble struktur en viktig del av studien. Av de kvalitative metodene jeg er kjent med, er det kun Grounded Theory som kan vise til en slik systematisk struktur, hvor det gis et sett av systematisk induktive retningslinjer for og innhenting, syntetisering, analysering og konseptualisering av datamaterialet (Charmaz, 2001; Glaser, 1998; Strauss & Corbin, 1998). Punkt tre; Grounded Theory har vist seg å bli den mest anerkjente kvalitative analysemetoden. Kvalitative metoder har lenge vist seg å bli sett på som mindre vitenskapelig og holdbar blant kvantitative forskere. Med Grounded Theory ønsket Barney Glaser å bygge en bru mellom kvalitativ og kvantitativ forskning, ved å tette det han kalte "*det pinlige gapet mellom teori og empirisk forskning*" (Glaser & Strauss, 1967). Med dette har metoden etter hvert også vist seg fått anerkjennelse innen det kvantitative forskningsmiljøet.

4.3.1 Metodens opphav

Metoden oppstod rundt 1960-tallet, som et resultat av samarbeidet mellom sosiologene Barney Glaser og Anselm Strauss (Glaser og Strauss, 1967; Charmaz, 2006). Metoden ble til som et svar og en kritikk til positivismens dominerende posisjon på denne tiden. Kvantitative metoder syntes å bli foretrukket grunnet et ønske, eller krav på tiden om at vitenskapelige funn skulle være repliserbare. Og at måleinstrumentene som ble tatt i bruk skulle både være valide og reliable. Dette førte til at fenomener som ikke kunne måles kvantitativt ble oversett. Med utgivelsen av "*The Discovery of Grounded Theory*" (1967) snudde Glaser og Strauss opp ned på synet av utvikling av teori, hvor teori tidligere hadde blitt skapt igjennom den hypotetisk-deduktive metoden, som tilsier at vitenskap bygger på tidligere empiri og teorier. Og hvor den nye teorien igjen blir forsøkt verifisert igjennom operasjonalisering og hypotesetesting (Charmaz, 2006; Strauss og Corbin, 1998). I Grounded Theory skapes ikke nye vitenskapelige teorier ut ifra tidligere teorier, eller hvor det bygger på empiri. Her produseres nye vitenskapelige teorier ut i fra selve datamaterialet, hvor det som

navnet tilsier: er grunnnet i teori (grounded in theory). Metoden påtvinger dermed ikke andre teorier på selve datamaterialet, men hvor teorien etter hvert åpenbarer seg i løpet av forskningsprosessen og stiger frem fra datamaterialet (Charmaz, 2006; Strauss og Corbin, 1998; Glaser & Strauss, 1967).

En typisk fremgangsmåte i Grounded Theory er at man starter med et forskningsspørsmål eller et tema man ønsker å undersøke nærmere. Deretter oppsøker forskeren en kilde til informasjon. Gjerne da en informant som har kjennskap til området som man ønsker utforsket. Forskeren møter da denne, eller disse informantene uten forutinntatthet, for å unngå påtvinge fenomenet sine egne tanker og ideer. Deretter sammenligner forskeren utsagn, og begynner å lage konseptuelle kategorier som er med på å forklare det man observerer. Og hvor man samstundes innhenter informasjon som beriker de allerede eksisterende kategoriene (Charmaz, 2001; Vaag, 2006). Nærhet til data opprettholdes ved å konstant sammenligne kategoriene man har opprettet med nye kategorier og nytt datamateriale, hvor metoden ofte kalles den konstant komparative metoden (Langdrige, 2004). Kodingsprosessen beveger seg så frem og tilbake mellom identifisering av likheter og forskjeller mellom kategoriene helt til man har oppnådd teoretisk metning (Kvaale, 2010). Kategoriene danner sammen en helhetlig teori som forklarer kompleksiteten og de ulike aspektene av fenomenet (Vaag, 2006).

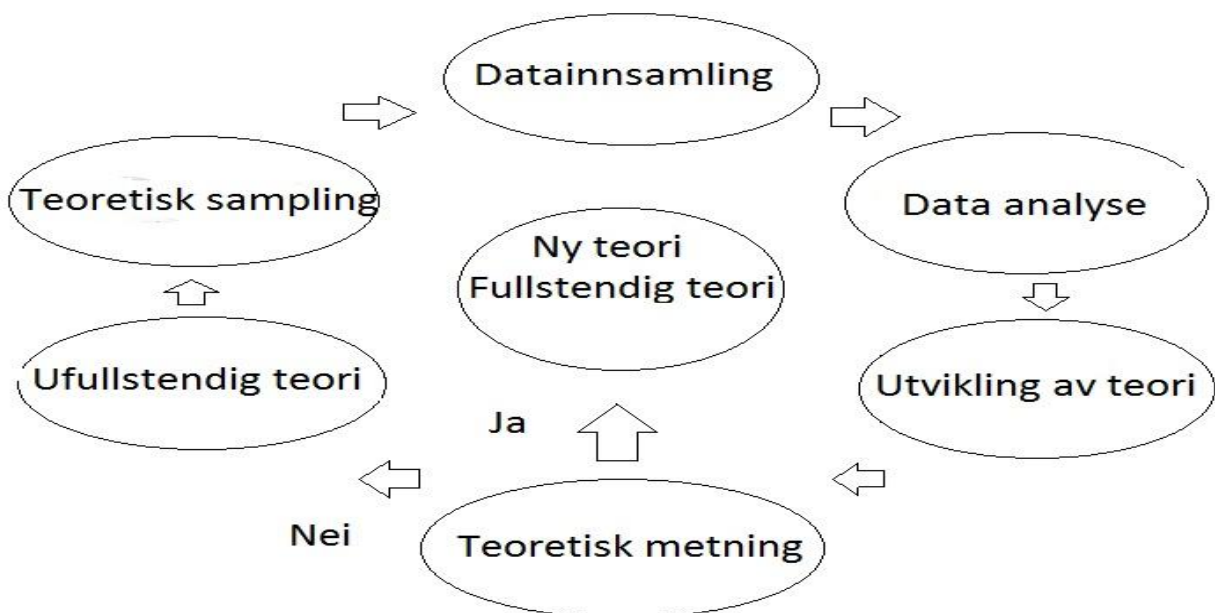
Kort tid etter utgivelsen av Discovery oppstod en uenighet mellom de to opphavsmennene omkring metodens innhold og utførelse. Dette førte til en splid hvor metoden har tatt flere forskjellige retninger. Det har blant flere vært snakk om to paradigmer "Glaserian og Straussian" Grounded Theory (Charmaz, 2006). Metoden har med tiden blitt videreutviklet i forskjellige retninger. Glaser holdt etter bruddet fast ved de positivistiske og objektivistiske fundamentene ved metoden. Mens Strauss slo seg sammen med Juliet Corbin og utviklet metoden i en mer fortolkende retning (Strauss og Corbin, 1998). Med tiden har også andre personer kommet til og tilført metoden nye dimensjoner. Kathy Charmaz regnes ofte som grunnleggeren av den sosialkonstruktivistiske versjonen av Grounded Theory (Charmaz, 2006). I motsetning til Glasers tilnærming til Grounded Theory hevder den konstruktivistiske versjonen av GT at mening skapes i samspillet mellom informant og intervjuer. Forskeren er ikke her en passiv mottaker av den informasjon som informanten utgir, men et individ med sin egen virkelighet og forståelsesrammer. Forskingen blir en interaktiv prosess hvor forskjellige forståelsesrammer møtes og hvor man prøver å skape mening ut av dette (Charmaz, 2006; Glaser, 1998).

4.3.2 Mitt epistemologiske ståsted og versjon av Grounded Theory

Etttersom man skriver en oppgave med bruk av Kvalitativ forskning og Grounded Theory, blir det viktig og argumentere for sitt eget pragmatiske ståsted i forhold til forskningen. Innen

Positivismen og Post-positivismen eksisterer det ubestridte sannheter i verden, dog hevder Post-Positivismen at disse sannhetene kun er midlertidig og etter hvert erstattes av en bedre teori (Guba og Lincoln, 2004). Selv oppfatter jeg at man ikke kan prate om en ubestridt virkelighet. Jeg er av den oppfattelse at virkeligheten oppfattes ulikt ut i fra de forutsetninger individet selv innehar. Med dette tenker jeg oppvekst, kultur osv. Det ligger her en tro på at mening skapes individer i mellom, på denne måten passer den konstruktivistiske versjonen av Grounded Theory meg og mitt ståsted bra, siden mening skapes informant og intervjuer i mellom. Jeg har derfor forsøkt å benytte meg av Charmaz versjon av Grounded Theory (Charmaz, 2001). Det har likevel blitt gjort et par tilpasninger som vil bli gjort rede for etter hvert.

(tabell5)



4.3.3 Koding av data

Etter innhenting av data starter prosessen med å kode datamaterialet. Koding er en essensiell del av Grounded Theory, hvor man kategoriserer datamaterialet med navn som oppsummerer og redegjør for hver datadel. Charmaz (2006) deler denne prosessen opp i en startfase og en selektiv fase. I startfasen navngir man hver linje av datamaterialet, hvor man i den selektive fasen plukker ut de mest betydningsfulle eller mest brukte kodene for å syntetisere, sortere og organisere datamaterialet. Ved bruk av konstant sammenligning øker forskeren sin sensitivitet til dataen ved å stille seg spørsmål som "Hva er dette?" "Hva foregår her?", for så å sammenligne disse hendelsene helt til man finner lignende fenomener som kan gis samme navn (Charmaz, 2006; Strauss & Corbin, 1990). Koding sees på som en dynamisk og sirkulær prosess som beveger seg frem og tilbake i mellom kodene (tabell 5). Dette gir forskeren mulighet til å sammenligne kodene for å øke

sensitiviteten til datamaterialet, noe som kan føre til overraskende funn og ny innsikt som tidligere har blitt oversett. Forskeren kan også her oppdage mangler i datamaterialet som kan føre til at han eller hun må ut å samle inn mer data på de mangelfulle områdene (Strauss & Corbin, 1990). Etter hvert som kodene har blitt klassifisert vil enkelte av disse forhøyes til kategorier. En kategori blir her et overstående begrep for hvor man grupperer alle underliggende koder som deler samme egenskap eller fellestrekk (Strauss & Corbin, 1990).

4.3.4 QSR NVIVO, versjon 9

Under kodingsprosessen er analyseverktøyet QSR NVIVO, versjon 9 blitt tatt i bruk. For å kunne holde oversikt over et meget stort datamateriale har behovet for et analyseverktøy meldt seg. Valget falt naturlig nok på QSR NVIVO 9, som er det mest kjente analyseverktøyet for bruk innenfor kvalitative metoder. Analyseverktøyet i seg selv har en rekke funksjoner, blant annet er det meget nyttig med tanke på systematisering av store mengder datamateriale slik som i denne studien. Etter hvert som intervjuene ble overført til QSR NVIVO 9, hadde jeg mulighet til å utføre all koding i dette programmet. QSR NVIVO 9 sees på som et utmerket program å bruke i forhold til Grounded Theory med tanke på mulighet for nettopp koding, men hvor programmet også har en rekke andre funksjoner. Slik som memoskriving, oppretting av modeller og mulighet for å linke både memoer, koder og sitat opp mot hverandre. Bruk av QSR NVIVO 9 mener jeg ga meg god oversikt over et ellers ganske uoversiktlig datamaterialet. Det var lettere å holde orden på kodene, og se sammenheng mellom disse. Det var også enkelt å finne igjen sitat og koder i ettertid

4.3.5 Åpen koding, Linje for linje-koding

Åpen koding er en prosess hvor man nøye studerer datamaterialet, og her identifiserer og oppdager koder. Datamaterialet brytes her ned til små elementer som innehar egne dimensjoner og egenskaper. Disse blir gjerne satt opp mot hverandre for å se på eventuelle lik- og ulikheter (Charmaz, 2006; Strauss & Corbin, 1998). Forskeren bør under denne fasen holde seg så tett opp til datamaterialet som mulig, hvor linje for linje koding er en måte å tilnærme seg denne kodingsprosessen på. Her tvinges forskeren til å holde seg tett opp mot datamaterialet for å oppdage meningsinnhold i teksten ved å analysere hver tekstlinje i datamaterialet, samtidig som den er ment å skape en distanse mellom forskerens forutinntatthet og selve analysen. Dette skal i følge Charmaz (2006) tvinge forskeren til å holde seg åpen ovenfor datamaterialet i tillegg til å se nyanser og muligens få et enda klarere innblikk i meningsinnholdet.

Etter hvert som intervjuene pågikk ble datamaterialet kodet. Her ble hvert enkelt intervju gjennomgått, og hver linje i intervjuet fikk sin egen kode. I løpet av denne prosessen fant jeg det vanskelig å oppnå fornuftige og meningsfulle koder ved å ta linje-for-linje koding. Ofte mistet kodene sin betydning når jeg så tilbake på dem. Jeg valgte derfor å variere kodingsprosessen mellom linje for

linje-koding og avsnitt for avsnitt-koding (Strauss og Corbin, 1998). Dette kan ha ført til at enkelte små elementer kan ha forsvunnet fra analysen. Jeg velger derimot å tro at dette ikke er tilfelle. Kodingen på dette nivået kunne variere fra 1 til 5 linjer, Alt avhengig av informantens svar og meningsinnhold. Likefullt føler jeg at denne prosessen ble utført på en tilfredsstillende måte, til tross for at den ikke følger Charmaz sine retningslinjer til punkt og prikke (Charmaz, 2001). Jeg føler at denne måten å kode på ga meg en nærhet til datamaterialet hvor det her også dukket opp flere detaljer som jeg ikke hadde oppfattet under intervjusituasjonen. I alt utgjorde linje for linje-kodene opp mot 1500 koder eller noder i NVivo. Etter hvert i denne kodingsprosessen begynte jeg å se sammenhenger i de forskjellige kodene, hvor flere av disse gikk inn i hverandre og hvor det fantes en klar sammenheng mellom dem.

4.3.6 Fokusert koding, kategorisering og aksial koding

Med fokusert koding flytter analysen seg gradvis fra et deskriptivt til mer teoretisk nivå. Kodene blir her løftet opp og forhøyet til kategorier som gir en fullstendig beskrivelse av de opplevelsene og handlingene som undersøkes (Kvaale, 2001). Når dette skjer fører det igjen til at man behandler de opphøyede kodene mer konseptuelt og analytisk (Charmaz, 2001). Etter jeg hadde fullført linje for linje-kodingen startet prosessen med å kategorisere kodene. I løpet av denne prosessen ble alle linje- for linje-kodene gjennomgått sammenlignet og samlet i kategorier etter likheter i forhold til meningsinnhold, tema og mønster. Prosessen å omgjøre linje for linje-kodene til fokuserte koder ble etter hvert meget tidkrevende. Her beveget jeg meg mye frem og tilbake mellom kodene for å finne ut hvor de best egnet seg. I løpet av denne fasen foretok jeg en utsiling av en del koder, som førte til at jeg kunne kvitte meg med en stor andel av kodene som jeg fant uvesentlige. Målet med fokusert koding er å finne nye sider ved det som studeres, for å kunne gi en bedre forståelse av det som skjer i datamaterialet man studerer. Dette vil kunne føre til at man igjen kan gå tilbake å se på datamaterialet og intervjuene på en ny måte. Dette vil forhåpentligvis kunne frambringe ny informasjon rundt fenomenet som studeres, hvor man igjen kan oppdage informasjon som er med og beriker og gjør de allerede eksisterende kategoriene mer fylldige. Med den fokuserte kodingen ønsker man å bygge opp og gjøre rede for alt datamaterialet den dekker, samt identifisere variasjonen innen og imellom andre kategorier. Kategorier er også viktig i forhold til Grounded Theory fordi det får samlet en rekke konsepter, slik at disse lettere kan settes i system (Charmaz,2001). Når jeg i løpet av den fokuserte kodingen opphøyet mine koder til kategorier prøvde jeg etter beste evne å følge Charmaz's retningslinjer. Med først å sammenligne de forskjellige informantene, med tanke på deres forestillinger, situasjon og erfaringer, hvor man deretter sammenligner data fra samme informant. Og når man har opphøyet kodene til kategorier så ble disse sammenlignet seg imellom (Charmaz, 2001). Etter dette så jeg det som ideelt å ta i bruk det Strauss

og Corbin (1990) kaller aksial koding. Med aksial koding utvikler man kategorier som man igjen kobler sammen med underkategorier. Underkategoriene er med på å spesifisere de ulike kategoriene ved å være med på å forklare via kontekst og situasjonelle betingelser hvorfor et fenomen oppstår. Eksempelvis så jeg at det var en sammenheng mellom den motgangen en artist hadde hatt, selvidentitet og hvor mye man blir eksponert for media og forholdet til informantens virkelighetsoppfatning. Om vi ser på tabell 5, så har veien fram til mine kategorier vært tett knyttet opp mot denne prosessen. Etter hvert som jeg gikk fra intervju til analysefasen så jeg konturene av noe felles informantene forsøkte formidle. Etter hvert som jeg gikk frem og tilbake mellom analysefasen og teoretisk sampling begynte kategoriene å åpenbare seg i større grad, og jeg begynte se sammenheng i utsagnene til de forskjellige informantene, hvor disse kategoriene ble ytterligere mettet av teori på området.

4.3.7 Memo-skriving og Teoretisk sampling

Memoer er små notater man igjennom hele forskningsprosessen skriver til seg selv. Dette sees på som et viktig verktøy i Grounded Theory. Memoer er spontane tanker man gjør seg. Disse kan dukke opp når man koder datamaterialet, men også når man lager og systematiserer kategoriene. Ved å gjøre kodene så aktive som mulig fra starten, gjør det mulig å definere hvordan de forskjellige kategorier forbindes i den generelle prosessen (Charmaz, 2001). Det påpekes at skriving av memoer bør begynne så tidlig som mulig i forskningsprosessen. Med ett man gjør seg tanker rundt intervjuene bør disse tankene skrives ned i memoene. Ofte kan disse memoene være til hjelp å se et mønster mellom kategoriene, mens andre ganger kan de fungere som huskelapper vedrørende tanker omkring koder og kategorier som har blitt glemt i prosessen. Eller som har blitt borte i et overveldende datamateriale.

Igjennom hele denne prosessen er memoer blitt skrevet. I intervjusituasjonen er de skrevet for hånd. Senere er memofunksjonen i Nvivo benyttet. Jeg opplevde skriving av memoer viktig for både opprettelse av kategorier, men også i forhold til system og struktur, hvor memoene assisterte meg med å se hvilke koder jeg følte var viktig i forhold til prosjektet, og hvilke koder som var mindre viktig. Memo-skriving skal også føre til teoretisk sampling. Som vil si å hente inn mer data for å samle ideene og planlegge hvordan datamaterialet passer sammen. Her er meningen å gå tilbake til kilden for informasjon for å prøve ut de spørsmål for videre å utvikle den fremtredende teorien. Det viste seg derimot ofte vanskelig å gå tilbake til samme informasjonskilde. Dette grunnet i at informantene våre ofte hadde en hektisk arbeidshverdag, og kun et fåtall bodde i umiddelbar nærhet. Like fullt var også de informantene travle mennesker, hvor det viste seg vanskelig å få flere møter med disse også. Måten dette ble løst på var at memoene som ble skrevet i løpet av intervjufasen med eventuelle nye

spørsmål som dukket opp ble utprøvd på senere informanter for å se hvilke svar disse ga på samme spørsmål.

Teoretisk sampling er en viktig del av analysen innen Grounded Theory. Målet med teoretisk sampling er å videreutvikle kategoriene ved å forsøke gi kategoriene teoretisk metning. Ved å se på hva som definerer hver enkelt kategori. Meningsinnhold, finne variasjon innenfor og imellom kategoriene (Charmaz, 2001). Charmaz (2001) anbefaler og ikke starte med teoretisk sampling før man har opprettet en del kategorier som er relevant og nyttig i forhold til å forklare datamaterialet. Dette fordi tidlig teoretisk sampling kan føre til at man avslutter analysen for tidlig. Etter utvikling av den konseptuelle analysen av datamaterialet, kan man finne litteratur på feltet. For å se hvor og hvordan datamaterialet passer inn her (Charmaz, 2001).

4.4.0 Kvalitetsikring

Kvalitative forskningsmetoder har ofte blitt målt opp imot de samme positivistiske kvalitetskriteriene som kvantitative forskningsmetoder. Dette vil si krav om Generaliserbarhet, Validitet og Reliabilitet. Innen kvalitativ forskningsmetode har ofte disse begrepene blitt ignorert eller avvist som en del av positivistisk undertrykkelse som hindrer kreativ og frigjørende kvalitativ forskning (Kvale, 2010). Guba (1981) valgte å sette opp en motsats til denne kvantitative treenigheten. Her ble det påpekt fire aspekter som viktig for kvalitativ forskning;

Credability: dette går på forskerens troverdighet. At forskeren kan tydeliggjøre og begrunne de metodene som er tatt i bruk. Valg av metode i dette prosjektet falt på Grounded Theory. Begrunnelsen for dette valget er tidligere gitt i kapitlet 4.3.0. Valg av metode har også blitt diskutert Ph.d. -kandidat Jonas Vaag. Her kom vi fram til at Grounded Theory viste seg å være det beste alternativet for dette prosjektet.

Transferability: Kvale (2001) kaller dette punktet pragmatisk validitet som sikres gjennom kontekstualisering og tydeliggjøring av sammenhenger. Dette gjøres ved at forskeren på best mulig måte beskriver kontekst eller sammenheng data forekommer i. Med dette faller beskrivelse av informantene og begrunnelse for hvorfor disse ble valgt ut til å delta i studien. Om disse på en tilfredsstillende måte kan besvare forskningsspørsmålet. Dette føler jeg er godt beskrevet i kapitel 4.2.4

Dependability: Dette punktet omhandler forskningsprosjektets pålitelighet. Dette vil si at forskeren skal vise til at det er overensstemmelse mellom forskningsprosjekt, metoder, analyse, funn og konklusjoner. Her er det forskerens ansvar å tydeliggjøre dette.

Confirmability: Dette kan sies å gå på forskerens deltakelse og påvirkning på forskningsprosjektet, hvor blant annet variabler som kjønn, alder, livssyn og opprinnelse kan ha påvirkning på selve prosjektet. Det blir derfor viktig for forskeren å vise transparens. Det vil si å vise til de valg og vurderinger som er gjort av forskeren i løpet av denne prosessen

I forhold til bruk av teori har jeg i denne oppgaven valgt å ikke lese meg opp på temaet i forkant av intervjuene. Dette grunnet metodens krav til å møte det fenomenet som studeres uten noen form for forutinntatthet. Teoridelen i denne oppgaven har i så måte blitt skrevet i etterkant av intervjufasen, hvor tanker omkring hvilke teorier jeg burde ta i bruk har utkrystallisert seg i løpet av denne prosessen.

Grunnet oppgavens kvalitative natur og fordypning innen et såpass stort felt som fysiske og psykiske utfordringer knyttet til pop- og rock- musikers arbeidsmiljø kan oppgaven ha blitt preget av dette, hvor den muligens ikke fordyper seg i hvert enkelt felt så mye som undertegnede selv hadde ønsket. Dette henger sammen med at jeg ønsket å beskrive pop- og rock- musikers arbeidsmiljø og alle de utfordringer og beskyttende faktorer som informantene selv har tatt opp. Hadde jeg valgt å gå dypere inn på hvert enkelt tema ville oppgaven ha strukket seg langt utover lengden for en masteroppgave. Oppgaven gir derimot en beskrivelse og et overordnet inntrykk over de utfordringer en musiker møter i sin arbeidshverdag.

4.5.0 Analysens avslutningsfase

Grunnet stort datamaterialet ble analysebiten både en utfordrende og en tidkrevende affære. Med transkribering av omtrent 16 timer med intervju, noe som utgjorde enormt mange timer med transkriberingsarbeid. De opp mot 1500 linje- for linje-kodene ble etter hvert omgjort til fokuserte koder hvor jeg til slutt endte opp med en kjernekategori og 4 underliggende kategorier, og mellom 2 til 5 konsepter under disse. Jeg mener å tro at kjernekategori og de 4 kategoriene i stor grad fanger opp det informantene forsøkte formidle igjennom våre intervjuer. Etter å ha studert og sammenlignet fenomenet fra ulike sider føler jeg å ha kommet i nærheten av å oppnå det man kaller teoretisk sensitivitet, eller teoretisk metning (Chamraz, 2006; Corbin & Strauss, 2008). Det har også blitt brukt relevant litteratur etter hvert i denne prosessen for å øke den teoretiske sensitiviteten ved å ta det til et høyere nivå. Både bøker, forskningsartikler og rapporter har her blitt benyttet. Siden mye av dette er tidligere lite studert innen pop og rock er også nyhetsartikler omkring det relevante forskningstemaet benyttet for å gi bedre innsikt, samtidig som flere andre artister i bransjen her har støttet opp under mange av informantenes utsagn i form av utfordringer spesielt knyttet til denne bransjen. Denne litteraturen vil bli videre gjennomgått i diskusjonsdelen.

5.0.0 Resultater

I dette kapitlet vil jeg starte med å presentere min kjernekategori *livsstil*, og hvordan denne kategorien henger sammen med både de psykiske utfordringene og beskyttende faktorene i dette yrket. Deretter vil jeg presentere en tabell med 4 underliggende kategorier som inneholder *Rutiner i en kaostilværelse*: hvor jeg vil presentere hvordan informantenes arbeidshverdag påvirker familiesituasjon, økonomi og hvor vidt de opplever kontroll over egen karriere. *Turnélivet som drivkraft*: turnélivet er en sentral del av våre informanternes yrkesliv. Jeg har her valgt og først presentere utfordringer som knytter seg spesifikt til det å være på reise, for deretter å se på konsertene og arbeidshverdagen til en musiker på turné. Siden konsertene ofte utspiller seg i et miljø hvor tilgjengeligheten for alkohol er stor vil jeg også her ta for meg dette temaet. Deretter vil jeg ta for meg sykdomsaspektet og hvorvidt våre informanter har opplevd mye sykdom ute på turné, hvor jeg vil avslutningsvis her vil ta for meg det samhold og samarbeid, samt konkurranseinstinkt og måloppnåelse som utspiller seg på turné. *Yrkesskader og sykdom*: jeg vil her presentere de utfordringer våre informanter har påpekt i forhold til denne bransjen, både når det gjelder fysisk men også psykisk. Og til slutt *virkelighetsoppfatning*: Hvordan har med og motgang samt medieeksponering påvirket våre informanternes virkelighetsoppfatning opp gjennom karrieren. Avslutningsvis har jeg valgt å ta for meg selvidentitet og særpreg, hvor dette virker å være en viktig beskyttende faktor for våre informanter.

Jeg har valgt en narrativ utforming av dette kapitlet, hvor resultatene vil bli presentert på en fortellende måte som jeg mener vil gi et godt innblikk i arbeidshverdagen til våre informanter

Kjernekategori: *Livets musikalitet - musikk som livsstil*

Underkategorier	Konsepter	Illustrerende sitat
Rutiner i en kaostilværelse	<ul style="list-style-type: none"> -Uforutsigbar økonomisk hverdag -Variert grad av konflikt mellom jobb og familieliv -Kontroll over egen arbeidshverdag 	<p><i>"kombinasjonen med familie, økonomi og ut og prestere kan av og til være tøff. spesielt nå når vi har to små. natten og bleier og alt det, så må du bevege deg til en annen svære. Spesielt når vi spiller her i byen for eksempel. Det er to vidt forskjellige verdener som kan være tøff av og til. Jeg syns nesten det er for galt og sette seg ned å klage når man er i en slik posisjon som man er. Det er klart det er ikke kommet gratis noe av det."</i>Informant2</p>
Turnélivet som drivkraft	<ul style="list-style-type: none"> -Utfordringer knyttet til reising -Konsertene og arbeidsdagen -Alkohol og Rusmidler -Sykdom på turné -Samhold og Samarbeid -Konkurransinstinkt og måloppnåelse 	<p><i>"Turnelivet er hardt både fysisk og psykisk. du må være fysisk i stand til å drive med det. det er beintøft. de som har vært med oss på tur har ikke skjønt noen ting. de hadde blitt sengeliggende flere uker etterpå helt utslitt. men for oss er det et livsstilsyrke. for oss som har det som livsstil og har driven i tillegg"</i></p>
Yrkesskader og sykdom	<ul style="list-style-type: none"> -Fysiske utfordringer -Psykiske utfordringer 	<p><i>"Det lønner seg ikke å være syk her da. Det ligger litt på det. Terskelen for å være syk er at man må legges inn på sykehus og opereres. Eller brette armene eller ett eller annet. Det må skje noe fysisk drastisk for at man skal kunne ta seg råd til å være syk. Det har man ikke mulighet til."</i></p>
Virkelighetsoppfatning	<ul style="list-style-type: none"> -Medieeksponering, Med og motgang -Selvidentitet og særpreg 	<p><i>"Da har det skjedd noe med hodene til noen. Til alle for den del. Nødvendigvis. Du vet ikke hva du går inn i når du er avhengig av en slik suksess. Det ligger nok en drivkraft inni den som ønsker stå på en scene, og det er på godt og vondt. Og jeg tror nok at i løpet av en sånn suksess så vil kjendisbehovet, som det å bli gjenkjent, det å bli litt digget. Det ligger jo litt i det å stå på scenen. Du har det ekshibisjonistiske i deg. For du vil det og når at du oppnår en sånn brutal suksess som det der var så må det her kjendiseriet fordele seg litt ulikt. Det ligger en forventning om at jeg er kjendis. Nei det var jeg ikke nei... så er det noen som er det mer enn andre, og noen har mer behov for det. Men det der er mekanismer som begynner å spille inn på hvordan vi oppfører oss ovenfor hverandre. Hvordan vi behandler og støtter hverandre"</i></p>

5.1.0 Livets musikalitet – musikk som livsstil

Jeg velger å starte resultatdelen med kjernekategoriene i det som virker å være gjennomgående fra alle informanter. Hvordan man velger å se på musikeryrket som en livsstil mer enn en vanlig jobb. I forhold til senere kategorier så vil livsstilsaspektet kunne relateres til samtlige. Å jobbe i det man kaller et livsstilsyrke har vist seg å ha påvirkning på de fleste delene av informantenes arbeidsmiljø, noe jeg vil forsøke å vise til igjennom resultat og diskusjonsdelen

Informantene har i løpet av studien beskrevet hvordan familien, helsen og hverdagen generelt påvirkes av det å være i et yrke hvor man på mange måter er på jobb 24 timer i døgnet. Informant1 og 7 forteller om hvor viktig det er å opparbeide seg rutiner i en ellers ustabil arbeidshverdag fylt med prosjektjobbing og turneliv. Det å sitte oppe å jobbe om natten ikke blir sett på som unormalt innenfor bransjen. Informant10 kaller dette for *"soldatarbeid"*. Og forsøker med dette å tegne et bilde av arbeidshverdagen til musikeren som ustabil og usikker i forhold til jobb og prosjekter. Og hvor man blir sittende å arbeide hele døgnet samtidig som man heller ikke vet når oppdraget slutter og som han sier *"om man kommer hjem i live"*. En annen Informant6 kaller dette *"å våkne hver dag å være på scratch"*. Det å konstant jobbe med noe nytt, eller forbedre et eksisterende produkt.

Samtidig så er gleden de uttrykker over å kunne jobbe med det de elsker mest her i verden grunnen til at nesten samtlige informanter i denne studien ikke kunne tenkt seg hatt et annet yrke. De få gangene tanken om å slutte med musikk har falt informantene inn, har dette som regel hatt sammenheng med økonomi og familieliv.

5.2.0 Rutiner i en kaostilværelse

5.2.1 Uforutsigbar økonomisk hverdag

Ingen av informantene startet med musikk for å tjene mye penger i håp om å bli rik som følge av yrkesvalget. Det økonomiske aspektet har i følge informantene vist seg vært et av de største problemene innenfor musikeryrket. Da spesielt i oppstartsfasen, før man har rukket å etablere seg som artist og fått et rykte og renommé. Informant2 og 7 forteller her to ganske like historier om hvordan de måtte ta drastiske økonomiske tiltak med tanke på reisemåter og boforhold. Til tross for dette har begge informantene sagt at dette på den tiden ikke var et problem. Med tanke på det å livnære seg som musiker blir det å ha en jobb ved siden av musikerkarrieren essensielt for at man skal kunne overleve økonomisk. Dette gjelder ikke bare oppstartsfasen av karrieren, men også senere. Som informant1 sier, er det *de færreste som kan livnære seg og leve av musikken*, hvor de fleste *bukker under*. Også informanter i denne studien som er godt etablerte artister i bransjen, har sett seg nødt til å skaffe seg eksterne jobber utenom musikkkarrieren. Informant10 driver selv mye

med studioprosjekter, hvor han samarbeider og skriver musikk for andre artister. Dette blir påpekt som viktig for å spe på inntekten etter at platesalg ikke lenger gir samme fortjeneste som tidligere. På grunn av Internett og streamingtjenester har tatt over det som tidligere ga inntekter i Norge har artistene i større grad blitt avhengig av turnéring og spillejobber. Om dette ikke strekker til må artisten skaffe seg en ekstra jobb eller prosjekter for å livnære seg. Det er blitt påpekt at dette er enklere for de største artistene og de som nyter en tilværelse av popularitet for øyeblikket. Disse artistene mottar flere tilbud om spillejobber og prosjekter og i så måte er de også nødt til å takke nei til mer enn de sier ja til. For de etablerte artistene som ikke er like kjent eller i vinden, må disse i større grad selge seg selv og vise hva de er gode for. Dette har nær sammenheng med kontroll på egen karriere, som vil bli gjennomgått senere i kapittel 5.2.3

Av de informantene i denne studien som har slitt økonomisk i løpet av karrieren, virker ikke det å ha en ekstra jobb i starten av musikkarrieren å ha vært et stort problem så lenge dette blir sett på som et middel for å nå ett høyere mål. Informant7 ser på det å ha en jobb utenom musikken som en måte å holde liv i *drømmen og besettelsen sin*. Han kaller dette for et *nødvendig onde*. Det økonomiske aspektet virker for flere av artistene først å bli et problem når man ikke lenger kan tenke kun på seg selv.

5.2.2 Variert grad av konflikt mellom jobb og familieliv

Familiesituasjonen i kombinasjon med økonomien er ut fra informantene en av hovedgrunnene til at mange artister med et naturlig talent bukker under. Flere av informantene forteller åpent om selv å ha kjent dette på kroppen, hvor samtlige informanter ikke kunne tenkt seg hatt et annet yrke enn det å være musiker, men hvor de få gangene de har vært inne på tanken om å gjøre noe annet har det som regel vært grunnet kombinasjonen av økonomi og familiesituasjon. Her har musikkarrieren ikke virket forenelig med familiesituasjonen, hvor enkelte av informantene har sett seg selv som egoistiske og slitt med skyldfølelse over det å bli forsørget av en ektefelle eller samboer mens de selv forfølger sin egen drøm og besettelse. En Informant beskriver dette som en følelse av å komme til kort:

”Så er det noe med veivalget som ofte gjør til at du får den følelsen at du ikke strekker til. Du kan strekke til kunstnerisk. Det betyr ikke det samme at du tjener penger. Du når målet ditt. Du får til den sangen med gitarsoloen som du hadde tenkt deg. Så er det noe med at veivalget ditt gjør til at du sårer noen andre, eller at du føler at du ikke strekker til ovenfor dem du nå var satt til å forsørge, eller hva du skulle gjøre.”

Det å ha en jobb som påvirker hele hverdagssituasjonen til en arbeidstaker kan vise seg å være utfordrende også på andre måter enn økonomisk når det gjelder familiesituasjonen.

Komponistene i denne studien har uttrykt hvor viktig det er med familiær forståelse når man som låtskriver kan være det de kaller *mentalt bortreist*. Oppslukt i kunstskapelsesprosessen, hvor man fysisk er til stede men mentalt gått inn i en egen verden hvor man både kan miste tids- og virkelighetsoppfatningen. Informant7 påpeker at gjøremål som for eksempel *det å hente barna i barnhagen fort kan bli forsømt og glemt*. Komponistene har derfor påpekt at det er viktig å skaffe seg et *kreativt rom*. Med en familiær aksept og forståelse for det at man som kunstner kan være *mentalt fraværende*. Informant6 som selv har musikerektefelle, påpeker at hun føler det som lettere å ha en livsledsager som også jobber innenfor yrket med tanke på erfaringer og forståelse omkring hvordan man som kunstner jobber og i så måte å skaffe seg aksept for det *kreative rommet* man trenger. Kreativiteten og den gode ideen, kan ifølge informant7 inntreffe når som helst. Det blir derfor viktig å alltid ha mulighet å skrive ned disse ideene etter hvert som de inntreffer. I så måte kan man også si at man som låtskriver og kunstner alltid på en eller annen måte er på jobb.

5.2.3 Kontroll over egen karriere

Kontrollaspektet rundt musikernes arbeidshverdag er noe informantene fremhever som en betydelig utfordring, hvor dette avhenger mye av flaks og timing. Spesielt gjelder dette i etableringsfasen, hvor man som frilansartist turnerer og jobber med plater og andre prosjekter i håp om å *slå gjennom*. Informantene forteller at for de fleste artister vil dette gjennombruddet aldri inntreffe. Dette forklarer de med at det å lykkes med et musikkalbum eller en singel så er man avhengig av det de kaller *timing og flaks i forhold til tidspunkt man utgir musikken*. Et sitat fra en av informantene illustrer dette ganske bra:

”vi synes vi er veldig heldige. Det er mye flaks og. Tilfeldigheter og timing i musikkhistorien. når vi kom og det gikk bra i år XX. Det var en periode der norsk musikk ble anbefalt å slutte med det å synge på norsk. For det var slutt på tiden da det fungerte. Stod på alle bransjetreff og VG og alle media. Ja stemmer det. var 3-4 år siden. Altså det var ingenting på en 3-4 år da. som år XX på norsk som fungerte. og da satt jo vi og lagde (musikkalbumet)og leste på det her. Det er tidenes beste eller dårligste timing. Så kommer vi med norsk og på dialekt og annerledes, men da var det helt perfekt timing.”

Informanten illustrer her hvor vanskelig det kan være å lese bransjen omkring hva som skal til for å oppnå suksess, og hvor man ofte har behov for å være på riktig sted til riktig tid. Og hvor man har behov for å ha noe spesielt og særegent. Informant10 hevder at man er veldig privilegert som artist om man har hatt suksess med en hitsingel *”Om man klarer få en hit kan man holde på helt til man ikke gidder mer”*. Informant10 mener artister bør sette pris på disse sangene, selv om man har gått lei dem, eller i bunn og grunn ikke liker dem. Disse sangene kan ofte være nøkkelen til videre suksess, og kontroll over egen karriere, hvor flere artister lever på *gamle slagere* både når det gjelder konserter og ved å gi ut samleplater med *gamle hiter* om og om igjen

”For den er nøkkelen til at man kan holde på i årevis. Det var et slik program med delillos... hvor de lagde en stor sak på hvor lite de egentlig likte den «neste sommer-sangen». Da tenkte jeg hold kjeften din Lars. Man spiller den 3 minutter, så har du publikum. «jeg har gitt ut tre plater etter den som er bedre» nei det har du ikke! Det syns ikke folk. Så det betyr ingenting. Så man må ikke sutre for at man har hatt en hit. Det er en stor feil mange gjør.”

Informanten har som musiker lang fartstid innen bransjen, men uten å ha vært veldig fremtredende i media, eller hatt et gjennombrudd eller hitsingel. Dette medfører at hun konstant må selge inn sitt produkt. Og grunnet stadige endringer i bransjen føler informanten ofte at dette kan være en tung og slitsom affære, med tanke på å hele tiden måtte selge inn sitt produkt til stadig yngre mennesker som har kommet i maktposisjoner og som ikke har kjennskap til hva de eldre artistene står for. Hun synes også det har blitt vanskeligere for de eldre artistene med tanke på det hun kaller *idolhysteri og dyrking av ungdommen*. Noe hun mener har ført til at særegenheten og det personlige ikke lengre blir like viktig som tidligere. Til tross for dette føler hun å ha god kontroll over egen karriere grunnet et stort nettverk og i form av å være en veldig allsidig artist som behersker flere sjangre, instrumenter osv. Selv om denne informanten styrer hele sin musikkariere på egen hånd og har full kontroll over de oppdrag og jobber hun tar, beskriver hun fortsatt en følelse av karrieren sin som styrt mye tilfeldigheter.

Som tidligere nevnt i dette kapitlet er økonomi en viktig faktor når det gjelder å overleve som musiker. Det å ha et økonomisk grunnlag har naturlig nok også påvirkning når det gjelder kontroll over karrieren, hvor dette blir en ressurs i forhold til og kunne bruke sin mentale energi på kreative prosesser, og hvor økonomi slipper være en distraherende faktor som spiller inn. Informant10 har uttrykt å alltid ha hatt veldig god kontroll over sin egen karriere, i form av å alltid vite hvor han ville med karrieren, i tillegg til å inneha en enorm tro på at han ville oppnå de målene han satte seg. Evnen til planlegging og struktur er beskrevet av de fleste som en essensiell del av det å ha kontroll over sin egen karriere, hvor informant6 påpeker *det er viktig å skape seg rutiner i en kaostilværelse*.

5.3.0 Turnélivet som drivkraft

”Bandet mitt er ikke de beste musikerne i Nashville, men vi er de beste til å være på veien sammen.”

Utsagn over er hentet fra countrymusikeren Willie Nelson, og er en quote Informant10 mener beskriver turnelivet på en bra måte. Han mener turnelivet og livet på veien må gjøres til det han kaller en *”sosial event”*, hvor han legger vekt på felleskapet og den sosial støtten, og at det blir viktig å gjøre turnelivet til mer enn en arbeidsplass.

Turnelivet er ofte sesongbetont arbeid bestående av flere psykiske og fysiske utfordringer. Derfor har informantene påpekt at det blir viktig å gjøre denne delen av yrkeshverdagen til mer enn en arbeidsplass, i forhold til å opprettholde godt humør og unngå utbrent.

5.3.1 Utfordringer knyttet til reising

Store deler av turnelivet blir i hovedsak tilbrakt på reisebot, enten dette er i buss, tog eller fly. Informantene beskriver selve reisingen som en fysisk anstrengende og krevende del av yrket. Inn under dette kommer også søvnproblemer, lite fysisk aktivitet, samt et uregelmessig og usunt kosthold, og hvor det poengteres at dette igjen ikke blir bedre med årene.

Når det gjelder det psykiske aspektet ved turné og reiselivet vektlegger informantene forsakelser i forhold til familien og det sosiale livet, hvor dette har blitt nevnt som en spesielt stor påkjenning i forhold til foreldrehverdagen og da spesielt med tanke på de som har små barn, hvor man da ikke har mulighet til å delta på sportsbegivenheter, bursdager og konfirmasjoner osv. I all hovedsak handler dette om å ikke kunne være tilstede så mye som man ønsker under sine barns oppvekst, men også andre deler av familielivet berøres. Informantene har selv tatt opp både skilsmisser og forsakelse av familiemedlemmers begravelse som en del av virkeligheten.

Turnélivet har av flere informanter blitt beskrevet som både oljearbeiderjobb og skriftarbeid. Som tidligere nevnt er ofte turnélivet sesongbetont arbeid. Pågang blant arrangører med tanke på jobber er som regel størst under sommermånedene hvor det arrangeres festivaler rundt omkring i hele landet. I likhet med flere andre skiftarbeidere er også musikeren i disse periodene på jobb 24 timer i døgnet. Informant9 påpeker derimot at dette ikke er ett problem, fordi det er dette de elsker mest av alt å holde på med og hvor det blir en livsstil. Foruten den dedikasjonen ville man ikke holdt ut i musikeryrket.

”Vi sitter mye i buss og reiser og slikt, og da prater vi ganske mye. Og der jobber vi mye. Det er det som er livsstilsgreiene. Det er aldri fri, men det er ikke ett problem. Vi snakker bare om det vi liker uansett. Og alle er der alltid. Alle er på jobb.”

5.3.2 Konsertene(arbeidsdagen på turné)

Arbeidshverdagen til en turnerende musiker starter vanligvis formelt på kveldstid, hvor dagene går med til forberedelser, intervjuer og komme i modus for å bli klar for konserten. Informantene uttrykker stor glede ved det å stå på scenen. Det er blant annet blitt omtalt som *magisk, og selve lykken*. Informant6 og 9 beskriver konsertopplevelsen som et *adrenalinkick, og små øyeblikk man prøver å opprettholde eller oppnå så ofte som mulig i løpet av konserten*. Formidlingsbehovet og samspillet med publikum er noe informantene her legger stor vekt på. Dette kan sikkert gjelde for de fleste artister. Det er også påfallende å se at det er komponistene og

vokalistene i studien som har tatt opp dette, hvor dette også er de samme musikerne som har laget musikken/kunsten. Formidlingen kan her bli veldig personlig med tanke på eierskap og nærhet til selve produktet, og hvor Informant2 betegner vokalistene som *sterke følelsesmessige personligheter*.

Konserten blir også beskrevet som avhengighetskapende, hvor man gang på gang søker den følelsen av rush og adrenalin som man opplever på scenen. Informant6 kaller seg til og med en *narkoman* i forhold til og alltid må ha det adrenalinet, følelsen og opplevelsen. Hun har også nevnt at det ofte oppstår et tomrom etter konsertene, hvor hun forklarer det å være skikkelig høy, eller å nå en høyde, for så plutselig å falle ned igjen.

5.3.3 Alkohol og rusmidler

Som oftest befinner spillejobbene for de fleste pop- og rock- musikerne seg på nattklubber, festivaler og andre steder med fri flyt av alkohol. Det er tiltenkt at det å stadig utsettes for slike miljøer kan være skadelig i forhold til konsum av større mengder alkohol enn resten av befolkningen. Like fullt har informantene i denne studien ikke nevnt dette som ett eksplisitt problem, men hvor det igjen heller ikke har vært spørsmål direkte knyttet til alkohol eller narkotiske midler i intervjuguiden. De informantene som derimot har nevnt noe omkring temaet, har tatt opp en del festing tidlig i karrieren, men hvor dette har avtatt med årene og hvor de nå har uttrykt å ha et sunt forhold til alkohol. Narkotiske midler har derimot ikke vært tema for noen av informantene. Informant9 forteller at han kanskje drikker noe mer vin enn gjennomsnittet men ikke til den grad at det blir ett problem. Indirekte har informant2 tatt opp krangler og konflikter innad i bandet som gjerne har eskalert når det har vært alkohol inn i bildet hvor fysisk håndgemeng og slåsskamper har forkommet, noe også informant7 så vidt tar opp. Informant1 ga derimot uttrykk for at hun mente alkoholkonsum blant musikere var sterkt overdrevet og hvor rockemyten knyttet til musikers utagerende festing, misbruk av alkohol og narkotiske midler var noe hun ønsket å få avkrefte med denne studien. Her poengterer informanten at de fleste musikere er *hardtarbeidene mennesker, som ikke drikker mer enn gjennomsnittet*, hvor kreative prosesser ikke fremmes igjennom alkohol og rus, men hardt arbeid og rutiner. Likevel tar en av informantene opp flere episoder som støtter opp om rockemyten med en fortelling om hvordan han enkelte ganger drakk seg full og spilte inn flere meget bra sanger som har vist seg i senere tid å ha slått igjennom og blitt hitsingler:

"I perioder drikker jeg meg veldig full, det gjør jeg også. Og om jeg i en slik prosess kommer dit at nå er det så streit og galt at jeg må gjøre noe, så reiser jeg bort. Så våkner jeg opp om morgenen... så viser det seg at jeg har laget en suveren sang. Vet ingenting om det. Det har skjedd flere ganger. Gitt ut på plate også. Jeg har en sang som heter XX. Så er det en sang som heter XY, som virkelig er annerledes. Da var vi i studio. Så fikk jeg med meg en flaske sprit, så dro jeg på hotellet et stykke unna og vet ingenting. Så drar jeg i studio og setter på den kassettpilleren min... vips... en helt ferdig sang. Jeg bare tok med meg papirene. Teksten

ferdig, sangen ferdig innspilt.”

5.3.4 Sykdom på turné

Med et arbeidsmiljø bestående av mye reising, lange netter, alkohol og uregelmessig kosthold, er det fort gjort å tenke seg at dette kan gi utslag i fysiske skader eller sykdom. Likevel er noe av det mest påfallende ved denne studien hvor lite sykdom det finnes blant turnérende musikere. Av informantene påpekes det at de sjelden er syk på turne. Alle informantene har relativt lange karrierer innen musikk, og har turnéert i mange år. Til tross for dette påpeker samtlige at de kun har avlyst konserter en eller to ganger i løpet av karrieren hvor også dette er samme inntrykk våre informanter har mottatt fra andre musikerkolleger. Enkelte har påpekt *adrenalin* som en del av grunnen til at man ikke blir syk på turne og under konserter, hvor man mobiliserer krefter i forkant av en konsert til tross for at kroppen hangler, eller man får ett adrenalinkick under konserten som gjør at man holder det gående. I den sammenheng forteller Informant7 at han i forkant av en konsert var såpass hes at han verken kunne synge eller snakke, men hvor stemmen brått og uventet returnerte til artisten i det han entret scenen. Noe som muligens kan relateres til *adrenalin* og mobilisering av krefter som informant9 prater om.

”vi har jo en adrenalinjobb. I alle fall i vårt tilfelle. Det er mange musikere som ikke har det. De bare helt stilt og litt jazz. Liksom ikke adrenalin, men vi har sånn kjempekick, så jeg tror det holder deg veldig sharp.”

Utover dette tas både det økonomiske aspektet og følelsen av å være unnværlig opp. Avlysning av konserter, og eventuelt turné vil kunne ha ekstreme økonomiske konsekvenser for en musiker. Siden sykepenger ikke dekker opp for de kostnadene det vil være i forhold til å avlyse konserter. Også med tanke på fremtidige arbeidsgivere og kontrakter har informantene pekt på sykdom som svært uheldig. Om man får ett rykte på seg som en artist som avlyser konserter vil dette kunne virke avskremmende på arrangører, hvor de gjerne vil tenke seg om to ganger før de booker artisten. Her kan artisten fort ende opp med å miste jobber til andre musikerkolleger og konkurrenter.

5.3.5 Samhold og Samarbeid

”Så han trommeslageren, vi kan ikke spille uten trommis. Bassisten, kan ikke spille uten han. Han er helt unnværlig. Så velger vi også, kanskje vi kan spille uten saxofon. Nei vi kan ikke det. Vi spiller ikke, det er vårt prinsipp. Kan ikke han spille, så spiller vi ikke. Han er også unnværlig. Derfor må han vente med å være syk til han kommer hjem. Og det der er ikke en teori, for det har vi opplevd selv.”

Når det gjelder følelsen av unnværlighet som informantene har pratet om, har dette

sammenheng med det sosiale fellesskapet. Det er derfor ikke solistene i denne oppgaven som har påpekt det, men heller de som er eller har vært medlem av et band. Dette henspiller de forpliktelsene man har ovenfor hverandre og det spesielle hvert bandmedlem tar med seg til konserten. Særpreget og fingeravtrykk som hvert enkelt bandmedlem legger på produktet. Ikke minst handler dette også om relasjonene hver enkelt artist har seg imellom. Det er ofte blitt trukket flere paralleller til idretten når det gjelder musikeryrket, og relasjonene artistene i et band har seg imellom viser nettopp til dette. Informant7 trekker her inn tidligere Rosenborg trener Nils Arne Eggen. Eggen forkynte i sin tid tankegangen rundt komplementære handlinger, hvor fokuset ble flyttet fra individene og enkeltmannsprestasjoner til laget og hvor hovedprinsippet ligger på det å hjelpe medspillerne dine, og spille kollegaen god (Eggen & Nyrønning, 2003).

”Det er et lagspill det å spille bass. Du løfter solistene frem til klimaks etter klimaks og setter dem i et godt lys. Så spiller med trommisen veldig nære da. Vi skal være en helhet vi da, bass og trommer.”

Informant2 tar opp dette med å spille hverandre god når han forteller hvordan de forskjellige bandmedlemmene jobber for å løfte hverandre frem til å fremstå som en helhet for å gi publikum et best mulig produkt, eller som Informant10 sier *”man er ikke bedre enn sitt svakeste ledd”*. Også informant8 tar opp viktigheten av samhandling:

”De spiller hverandre god. Den andre gjør til at den andre vises bedre. Det rolige spillet til xx blir tydeligere når han xx holder på med det han gjør... og xx blir tydeligere pga xx gjør det han gjør.”

Det blir også i denne sammenhengen lagt vekt på at hvert enkelt medlem i bandet innehar forskjellige egenskaper som er positivt for fremdriften av bandet. *”like mennesker drar ikke hverandre fremover”* påpeker informant2, med dette påpeker han at en heterogen gruppe vil utfordre hverandre på flere plan mens en homogen gruppe kun vil søke etter harmoni ved å være enig med hverandre, og hvor utvikling og fremdrift uteblir. Problemet med heterogene grupper virker ut ifra denne studien å være at det fort og ofte kan oppstå uenighet og krangler. Både artist2, 7 og 10 har alle spilt i band hvor dette har vært tilfelle. Likevel påpekes det at det bør være takhøyde for uenigheter og diskusjoner, så fremt at disse fører til noe konstruktivt. Problemet oppstår først når det ikke kommer noe nyttig ut av uenighetene og kranglingen lengre, hvor forskjellen imellom individene i bandet blir såpass store og hvor de ikke lenger makter å løse sine problemer. Konflikten ender da opp med å ikke lenger være konstruktive men å heller bli en destruktiv kraft som sliter bandet fra hverandre, noe en av informantene har opplevd på det sterkeste med et av sine band

hvor avstanden mellom medlemmene i bandet var så store og så ekstreme at han ikke lenger klarte fortsette i bandet. Som han selv sier:

”jeg fant ut at jeg hadde gjort nok. Jeg gjorde det jeg kunne og dette vil jeg ikke gjøre noe mer. Jeg hadde en klump i magen hele tiden. og det hadde jeg store deler av XX tiden. Hver morgen når jeg våkner tenker jeg hva venter meg i dag.

For vi har det best på scenen. Utenom scenen var det kaos hele tiden. Det var uenigheter og forskjellige personligheter og forskjellige typer. Forskjellige type venner, og bo sammen som vi gjorde. Det var ganske ekstremt da. så klarer du (dette bandet) så klarer du alt. Det våger jeg å påstå.”

Felleskapet et band har ute på turné kan altså virke positivt og beskyttende for individet så fremt at uenighetene og kranglene innad i bandet forholder seg konstruktiv og er med på å dra alle parter fremover hvor de i så måte vokser som mennesker og som artister.

5.3.6 Konkurransinstinkt og måloppnåelse

Informant2 påpeker at det å ha et felles mål å strekke seg etter ofte legger en demper på de konfliktene som har forplantet seg innad i bandet. Problemet som derimot oppstod i Informant2's tilfelle var at konkurransen også forplantet seg innad i bandet, hvor det ble en evig kamp om oppmerksomhet fra presse og det motsatte kjønn. Dette førte igjen til en mistenkeliggjøring av andre bandmedlemmer. Informant2 forteller videre at konkurransen innad i bandet først oppstod når de hadde *nådd toppen*. Det å være i *utfordrerposisjon* og ha noe å strekke seg etter og det å konkurrere med andre band har blitt beskrevet som svært viktig i forhold til samholdet innad i dette bandet. Selvhevdelse i en eller annen form ble en nødvendig fordise bandmedlemmene, enten denne konkurransen og selvhevdelsen var innad eller utad.

Informant9 har i motsetning til Informant2 og 3 alltid hatt et band bestående av kompiser, og hvor han her uttrykker en harmonisk stemning imellom medlemmene. Denne artisten virker også å ha et utpreget konkurransinstinkt. I motsetning til informant2 hevder informant9 at man ikke kan konkurrere med andre band, men heller og hele tiden tilstrebe å nå de målene man setter seg, og i så måte gjøre produktet man leverer enda bedre. Det blir videre påpekt at målet hele tiden blir å strekke seg litt lengre i forhold til å forbedre seg og komme med noe nytt. Man kan her skimte et internt konkurransinstinkt, med et konstant driv for videreutvikling av seg selv og eget produktet. Også flere av de andre informantene tar opp dette drivet og målbevisstheten. Om det og alltid strekke seg litt lengre for å nå nye mål. Ikke ulikt en sprinter som forsøker å bryte grensene ved å løpe enda raskere enn han gjorde sist løp. Eller en høydehopper som vil hoppe enda høyere enn han

har gjort tidligere. Forskjellen blir at de målene en musiker setter seg blir i så måte mer diffuse enn en idrettsutøver som oftere har mer konkrete mål å strekke seg etter. Som en informant påpeker blir målene internt evaluert fra artist til artist:

”At det ble en suksess pga at jeg kom i nærheten av det målet jeg tenkte. Jeg traff ikke helt, men jeg kom veldig nære. Da blir det en suksess for meg. Målt med mine egne mål. Plate A solgte jo utrolig mye mere. OK, men jeg måler det ikke slik. For meg er det kort og godt slik at jeg hadde en tanke og en ide og slikt. Søker jeg en samarbeidspartner, produsent, bandet. Så videre og videre. Så blir det et resultat som kommer i nærheten av det jeg tenkte, og da definerer jeg det som en suksess.”

Det kan virke problematisk i for en artist å bli evaluert ut i fra subjektive kriterier hvor det kunstneriske ofte blir evaluert ulikt fra person til person, og hvor det ikke behøver være noen klar korrelasjon eller sammenheng mellom hva publikum og kritikere mener om produktet. Noe flere av informantene har erfart:

”Det er få jobber der folk klapper til deg når du har gjort jobben din... ikke sant. Det er den synlige positive delen. Neste dag så åpner du avisen. Der står det at de ikke klappet. Du kan faktisk oppleve det da. At alle synes det er fantastisk... og du er helt der. Så står det at det her er bare dritt... og det tror jeg heller ikke.. de to.. Det er så forskjellig de to grenene der som du ikke kan oppleve i noe annet yrke. Gjør du jobben din rimelig bra eller dårlig. Men her kan du faktisk gjøre jobben din helt fantastisk og samtidig få utrolig kjeft etterpå... og/eller applaus. Du kan bli gal av mindre vil jeg påstå. Så det er helt spesielt.”

Musikerne har også opplevd at de ikke kun dømmes etter musikken, det kunstneriske og sceneopptreden. Flere har også opplevd å bli dømt ut i fra personlige kriterier som ikke på noen måte kan sies å være relevant for det musikalske. Dette henspiller ofte til artistens utseende og personlighet. Usikkerhet omkring hvordan og hva man blir evaluert ut ifra vil igjen kunne føre til en usikkerhet rundt hva som forventes av musikeren. Også når det gjelder sceneopptreden er det vanskelig å vite hvor godt man har prestert. Flere av informantene fortalte om episoder hvor de selv syntes de hadde hatt en dårlig dag på jobben, men hvor det viste seg at de hadde hatt en strålende opptreden. Det blir her vanskelig å vurdere sitt eget produkt når man står midt oppi det hele:

” Det er en viktig ting at man må lære at din egen vurdering av egen prestasjon har som oftest ikke noe med virkeligheten å gjøre. Bare prøv deg frem. Man har en stor mal på hvor du skal være. De dårligste tingene jeg har tenkt å nei så dritt, så er det fantastisk og jeg har aldri kunnet gjenta det. Det er fantastisk kjempegenialt. Men jeg vet jeg kan aldri gjøre det

igjen. Men vi får bare fortsette å se om det kan gjøres på en annen måte. rart. For man kan ikke vurdere det.”

Konkurransinstinkt virker for informantene å være positivt så frem til at konkurransen er i forhold til egen prestasjon og yte best mulig musikalsk, så lenge konkurransen ikke forplanter seg innad i bandet og ødelegger fellesskapet og gruppedynamikken. Om bandet har et felles mål vil det fungere samlende og som en positivt for samholdet.

5.4.0 Sykdom og Yrkesskader

5.4.1 Fysiske skader

Yrkesskader er noe som forekommer i de fleste yrker. Likevel er det enkelte yrkesgrupper man ofte ikke tenker på når det gjelder yrkesskader. Musikkyrket er som tidligere nevnt preget av mye reising, spillejobber og uregelmessig kosthold. Det å ha en slik livsstil kan ofte føre til at kroppen over tid utsettes for påkjenninger og slitasje dersom artisten selv ikke er dette oppmerksom og aktivt jobber for å unngå slike skader. Dette kan blant annet være i forhold til fokus på riktig spillestil og teknikk. Styrking av kroppen med tanke på trening, og fokus på kosthold. Det har av informantene blitt nevnt at man gjerne ikke tenker preventivt før uhellet er ute. Som tidligere nevnt, kan det for en musiker få fatale konsekvenser å bli langvarig syk eller skadet i forhold til å miste spillejobber og tap av inntekt. Fysiske utfordringer knyttet til yrket er det blant annet nevnt hørselskader, ryggskader, scenebetennelse og stemmeproblemer. Særlig har flere av informantene lagt vekt på sistnevnte. Altså stemmeproblemer. Naturlig nok er det vokalistene som har uttrykt dette som ett problem. Vokalistene legger vekt på viktigheten av stemmen i forhold til at dette er deres instrument, mens gitarister, bassister og trommeslagere har mulighet til bytte ut sine instrumenter etter hvert som de blir slitt eller gammel, er vokalisten låst til sitt instrument.

” Men jeg tror at det med stemme for eksempel, er veldig personlig... og det er et skummelt instrument. Du legger jo aldri i fra deg det instrumentet... og der... jeg har slitt med den stemmen opp igjennom. Og jeg føler at jeg har jo hatt mye nerver og spenninger. Og jeg er redd for at nå begynner det å gi seg utslag igjennom så mye press. For det er mye press. At det til slutt... kroppen sier i fra eller gir seg fysiske utslag kort og godt.

Du kan aldri legge fra deg det mest personlige du har. Det kommer rett utfra, det er jo deg, og min identitet er veldig knyttet til den. Så om det ikke blir... det er veldig tungt altså om du sliter med den. Det går på personligheten løs. Det er som hele deg rakner på ett eller annet vis.”

Alle vokalistene som har blitt intervjuet i denne studien har påpekt å ha et personlig og nært

forhold til sin egen stemme, hvor de fleste på et eller annet tidspunkt har hatt problemer med den en gang i løpet av karrieren. Utfordringen for musikerne har da vist seg å være det å ha kjennskap til hvor de kan henvende seg og søke hjelp. Flere av vokalistene har erfart dette som et stort problem. Det har da blitt påpekt at den norske helsetjenesten kan for lite om artisters stemmebruk, og de problemer som her kan oppstå.

To av informantene i denne studien har her uttrykt missnøye med det norske helsevesenet i forhold til manglende kunnskap omkring sangere og stemmebruk. I begge tilfellene har dette endt med at artistene har funnet hjelp hos Svenske spesialister på området. En av disse to informantene hadde i flere år slitt med polypper på stemmebåndet, uten at dette ble fanget opp av helsevesenet. Informanten beskriver denne prosessen som en feilbehandling hvor hun ble satt på medisiner uten effekt, men som hadde negativ effekt på stemmebåndet. Dette førte til at stemmen hennes gradvis ble borte, og hvor dette igjen påvirket yrkeshverdagen til informanten på en slik måte at det ble problematisk for henne å synge og underholde. Informanten uttrykte frustrasjon over å ha måttet gå på denne medisinen i om lag 20 år. Vedkommende forteller om at det ble ytret ønske om å slippe bruke denne medisinen, men hvor dette ønsket ikke ble imøtekommet. Som informanten selv sier:

”Jeg vil heller synge enn puste. Jeg vil heller bruke medisin for astma som ikke tar stemmen. Ingen forståelse overhode noe sted.”

Informanten uttrykker en følelse og frustrasjon over ikke å bli forstått, hvor yrket som musiker ikke virker å være like mye verdt som andre yrker. Sammenligningen går også her til idretten

”Og jeg har tenkt at om det var en idrettsutøver, eller en lyskespesialist i Finland, så hadde jeg reist dit ikke sant. Sport har et annet. Jeg føler at der burde vi vært.”

Det ytres her ett ønske om spesialister innenfor sang og stemmebruk, på lik måte som idretten har fysioterapeuter spesialisert innenfor idrettsskader. Eventuelt personer innenfor musikkmiljøet med kompetanse til å henvise Musikere med yrkesskader til spesialister. Denne informanten hadde av Svenske spesialister blitt diagnostisert med polypper på stemmebåndet. Dette hadde angivelig sammenheng med stemmetretthet eller fonastini, tidligere kalt prestesyke. Problemer som oftere inntreffer blant yrkesgrupper og mennesker som ofte bruker stemmen. Fonastini kan deles inn i 2 grupper: funksjonelle og organiske. Organiske stemmevansker har sammenheng med vevet, muskulaturen eller i nervesystemet. De funksjonelle stemmevanskene oppstår ofte ved feil bruk, eller misbruk av stemmen. De funksjonelle og organiske problemene kan også gå over i hverandre, hvor mye og hard stemmebruk kan føre til polypper og knuter på stemmebåndet(Tendeland, 2009). Det er mulig å operere bort stemmeknuter, men det er stor sannsynlighet for at disse problemene vil

være tilbakevendende så frem til man fortsetter bruke stemmen på samme måte. Det vil derfor være å anbefale å bruke logopeder som har spesialisering innenfor sang og stemmebruk for lære bort andre måter å bruke stemmen på (Tendeland, 2009). Informant 1 og 7 uttrykte begge at de synes det hadde vært vanskelig å finne spesialister som kunne gi svar og hjelpe dem med deres problemer. Informant 1 mener dette bunner ut i en manglende erkjennelse av kunnskap- og kompetansemangel hos det norske helsevesenet. En av Informantene påpeker at det er en manglende forståelse innen helsevesenet for musikeryrket her til lands, hvor denne informanten også hadde mottatt hjelp fra en svensk spesialist for sine stemmeproblemer, som også virket å ha vært knyttet til fonastini.

”Så kom det en svensk sangpedagog til byen som hadde seminar, så var han sangpedagog og lege og noe alternativ type da. Jeg meldte meg på det kurset. Så var det fellesgreier. Så fikk man individuell time til han. Så fortalte jeg han det her, hvor store problem jeg hadde, og om han kunne hjelpe meg med noen øvelser, slik at jeg slapp de problemene. Og så fortalte han om knuter på stemmebåndet og alt. Så sa han sånn synger du og ferdig med det. Da hadde jeg plagdes i 3 år. Og i løpet av 5 min ble jeg 20kg lettere. Og har etter den datoen aldri hatt de problemene lenger”.

Den manglende forståelsen for musikeryrket blant norske spesialister handlet i følge informanten om hvordan de ønsket å endre sangteknikk og måten han sang på. Noe som i følge informanten ville ført til tap av særpreg og identitet i musikken. Det påpekes her at det ikke finnes noen norm eller ideal å strekke seg etter. Kun artistenes egne ”fingeravtrykk” som informanten kaller det. Det som gjør akkurat den artisten til noe helt spesielt og hvor tap av dette i følge informanten kan være personlig og yrkesmessig u hensiktsmessig for musikeren.

Turnéliv og mye reising har også vært et tema i forhold til fastlegeordningen, hvor man sjelden er hjemme som utøvende musiker og dermed vanskelig å oppsøke legen når sykdom eller skade inntreffer.

5.4.2 Psykiske utfordringer

En av flere psykiske utfordringer knyttet til musikerbransjen har av informantene blitt påpekt å ligge på prestasjonsøyeblikket. Dette kan for eksempel være tilknyttet skrivesperre eller scenskrekke. Informantene har her ikke bare ytret ønske om å kunne henvende seg til noen med kunnskap og kompetanse rundt musikk og fysiske skader, men også i forhold til psykiske utfordringer og belastninger. Ofte henvender musikere seg her til en mentor eller andre man har en nær relasjon og tillitt til. Informant8 påpeker at også her har idretten vært flinkere til å se behovet for kunnskap på dette området, hvor flere sportslige støtteapparat også består av idrettspsykologer.

” idretten har vært mye flinkere til å se det behovet. Apropos på Marit Bjørgen, som har klart å snu en karriere på et vis. Som også var helt ubrukelig, og hun sier hun gjorde omtrent det samme... går på ski da.

Men de har jo bygd seg opp ett støtteapparat og sett det behovet. De har en haug med slike. Men det er det ikke til oss. Enda. Det er klart at det behovet er der og spesielt noen som vet noe spesifikt om det å holde på med dette.”

Informant1 nevner personlige problemer i hverdagen som tårner seg opp og får en underbevisst påvirkning når det gjelder prestasjonen hvor det er viktig å ha evnen til å undertrykke disse problemene slik at man kan yte sitt ytterste. Flere informanter har nevnt det økonomiske aspektet som en psykisk utfordring som man går og dveler mye over i hverdagen og som kan ha en negativ innvirkning på prestasjonsøyeblikket. Her nevner både informant1 og 7 musikere som er redde for å gå til postkassen og nekter åpne regninger, hvor de heller velger å ignorere det hele.

”Altså øyeblikksprestasjonskunst. Så blir de problemene som egentlig er private. Som bare tærer på deg. Om du har håpløs ektefelle eller eks-ektefelle. Eller økonomisk. Noe som ikke lar seg løse. Så tårner det seg opp. Så er du på turne hvor du har mange øyeblikk som skal være ta-da. Det kan være en hjelp at du skal være ta-da. Men det kan også bli for mye. Man hører stadig om at folk har sammenbrudd eller popper piller, og det blir selvfølgelig for mye”

Det å være en offentlig person, og utsatt for enorm medieeksponering er noe som en del av informantene har beskrevet til tider kan være svært tøft. Informantene forklarer dette med journalistenes agenda om å selge sitt eget produkt og er derfor avhengig av *skandaler, liv og røre*, hvor media i så måte hjelper til med opprettholdelse av rockemyten. Informant7 tar i den sammenheng opp hvordan media og journalister med tiden har blitt mer hensynsløs og kynisk. Her forteller han om hvordan han tidligere kunne snakke fritt til journalister etter kameraene og mikrofonene var avslått, med en visshet om at journalistene ikke ville utgi vedkommende. I nyere tid tok informanten opp en episode hvor han hadde fortalt personlige detaljer til en journalist etter ett intervju var avsluttet og hvor informanten ytret ønske om at han helst ikke ville at det som ble sagt dem imellom ikke skulle komme på trykk, dette endte derimot å komme på førstesiden på en av landets største aviser, noe informanten karakteriserer som et *enormt tillitsbrudd*. Det har blitt påpekt av informantene at musikere, og spesielt da unge artister ikke bør la seg affisere av medias omtale av dem. Grunnet det bildet media gir av artisten veldig ofte ikke stemmer overens med virkeligheten, hvor salg blir viktigere enn objektivitet. Det blir i denne sammenheng viktig å være kjent med seg selv, og vite hvem man er for å ikke la seg affisere av medias omtale og kritikk.

5.5.0 Virkelighetsoppfattelse

5.5.1 Medieeksponering, med og motgang

Det å være en offentlig person som ofte er i rampelyset har blitt påpekt å kunne gi utslag på virkelighetsoppfatningen individer imellom. Uavhengig om man mottar god eller dårlig kritikk vil dette kunne påvirke individet på en eller annen måte. Informantene påpeker at man må være motstandsdyktig og evne det å ikke legge for mye i dårlig kritikk fra media og journalister, hvor de nevner at det her blir viktig å skille mellom produkt og person. Informantene påpeker at det ofte kan være vanskeligere for unge mennesker å motta en slik kritikk. Spesielt i disse "idoltider", hvor unge mennesker uten kjennskap til bransjen blir kastet inn i det hele, og hvor de opplever umiddelbar suksess men uten noe form for sikkerhetsnett under seg i form av sosial støtte, informasjon eller debriefing. Det hevdes derfor av informantene at man med en sakte oppbygd suksess står bedre rustet til å takle motgang fordi man har oppnådd kjennskap til musikkbransjen og hvordan alt fungerer. Like fullt mener flere informanter at det å lykkes og ha suksess fort kan være skumlere enn det og mislykkes. Flere av informantene har selv vært vitne til hvordan suksess og enorm medieeksponering har vært en avgjørende faktor for hvordan individer har fått det som omtales for "stjernenykker" og ett "forvridd virkelighetsbilde", Kjennetegnet av en enorm selvtilitt, opplåst ego og formening om at verden roterer rundt en selv. I tillegg til å kun omgå såkalte "Ja-mennesker", hvor disse er med på å forsterke den allerede eksisterende virkelighetsoppfatningen av å være i begivenhetenes sentrum vil fallhøyden i slike sammenhenger bli enorm og hvor det å endre synet på sitt eget virkelighetsbilde kan vise seg være en smertefull prosess, spesielt om dette har blitt en del av identiteten til personen. Det er derfor viktig for en artist å kunne takle motgang men også medgang. Informantene legger til sosiale relasjoner som viktig for å ikke bli svevende og virkelighetsfjern. Det legges spesielt stor vekt på familie som en av de viktigste faktorene for dette. Informant2 forklarer dette med å spille de forskjellige rollene man innehar, hvor man på konserter og turne inntar rollen som rockestjerne, mens når man kommer hjem må legge om til rollen som familiefar hvor familien kommer først og hvor det er den definerer virkeligheten. Samtidig blir kollegial støtte også viktig i forhold til dette. Flere av informantene ser på bandmedlemmene nærmest som familie som hjelper til med å holde hverandre på jorden. Derimot blir det tatt opp som et problem om hele gruppen blir påvirket av suksessen og får *stjernenykker* og blir *virkelighetsfjern*. En av informantene har også opplevd det å ha blitt fryst ut fra fellesskapet etter å ha blitt sett på som en trussel for gruppen og dens virkelighetsoppfatning.

"Fordi jeg ble en trussel for det popstjernelivet i gåseøyne, som man holdt på å venne seg på. Med damer og festing. Vi var jo beryktet over alt i hele landet for den festingen og damehistoriene og i det hele tatt. Når jeg giftet meg var de redd for at denne virkeligheten

ville bli avslørt”

Her virker det å gå en fornemmelse blant denne informantens bandmedlemmer om at familielivet ikke er forenelig med *popstjernelivet*. Hvor de sosiale rollene som *rockestjerne* og familiefar er klart adskilt. En annen av informantene nevner derimot at det ikke nødvendigvis finnes en motsetning her i form av de sosiale rollene man spiller i hverdagen, men hvor han velger å se dette som en slags selvrealisering, hvor rollen som familiefar og rockeartist lar seg kombinere, slik at han på denne måten kan være seg selv i alle faser av livet

” Dette har blitt livsstil. Først hobby, så ble det proft, så ble det livsstil. Som jeg kombinerer alt. Og det har også familien kommentert. De syns vi har en funnet en fin plass nå, for meg selv. Jeg er meg selv nå overalt. Jeg er lik på en måte hele dagen. Hjemme og på turne. Jeg er meg selv. en. Isteden for en artist som er sånn og sånn, og en annen fyr. Jeg har møtt meg selv i midten en plass. Det er ikke kompromiss. Det er bare å finne kjernen av. Jeg kan bare være slik jeg er og tenke slik jeg gjør, i alt i livet. Og det er veldig bra. Da er du en ekte person. Med deg selv og med de rundt deg. Jeg har bare tenkt å gjøre dette her hele livet.”

I motsetning til flere av de andre informantene ser ikke Informant2 at det nødvendigvis er noen motsetning mellom musiker- og familielivet. Disse delene av livet utfyller for informanten hverandre og blir en helhet, hvor han påpeker at man da kan være seg selv, *være ekte*.

5.5.2 Selvidentitet

Det informant2 nevnte i forrige avsnitt om det å være ekte er noe flere av de andre informantene også har tatt opp. Det går i første rekke på det musikalske, hvor det å bevare sin egen identitet i løpet av en lang karriere blir viktig i forhold til å overleve i musikkbransjen. Samtidig som man er autentisk må man også ha en egen identitet eller særpreg som flere av informantene kaller det, hvor man må ha evnen til å kunne utvikle og fornye seg musikalsk slik at man ikke stagnerer og repeterer seg selv.

”Jeg er heldig i det at jeg har skapt meg en identitet. Det er det som er greia med at jeg har rett og slett laget meg en identitet. Selv om det er forskjellig, så er det fortsatt meg. Slik at alle de oppdragene jeg får er fordi jeg har min person. Jeg gjør ikke noe som er utenom. Jeg uttrykker meg selv hele tiden.”

Informant7 forteller om flere ganger hvor han har tatt seg selv i det han kaller *”gå tilbake til kilden, og finne ut hvorfor jeg startet med musikk”*. Særpreg innenfor musikk blir av informantene sett på som viktig siden det ikke finnes, som de sier *”et klart ideal”* innen rockemusikken. På denne måten blir det å ha en egen identitet og særpreg å spille på viktig i forhold til publikum. Artisten

leverer her et produkt som er gjenkjennelig, med en særegenhet som publikum gjenkjenner, samtidig videreutvikles dette produktet i løpet av en lang karriere, hvor artisten i så måte opprettholder en interesse for sitt produkt. Som informant2 sier ”*det er ingen som spiller Rolling Stones som Rolling Stones gjør*”. I dette ligger også særpreget til de forskjellige medlemmene i bandet. Informant7 fastslår at hvert medlem av bandet legger sitt eget fingeravtrykk på selve produktet, hvor artisten videre etter en holistisk tankegang påpeker helheten blir mer enn summen av delene.

I musikkbransjen bør man i følge informantene være påpasselig når det gjelder å bevare egen identitet. Flere informanter nevner en platebransje og management som ønsker å kommersialisere artisten i større grad, hvor selve produktet da vil bli utvannet og ikke gjenkjennelig. Informant7 forteller selv om en slik erfaring hvor han lagde en plate sammen med en høyt profilert og anerkjent plateprodusent. Informanten hadde latt seg overstyre og blitt med på noe som ikke følte riktig i forhold til egen magesfølelse, og som ikke passet overens med personlighet og egen identitet. Musikkalbumet ble heller ingen stor suksess, og mottok dårlig kritikk i de fleste medier. Informanten uttrykte dette som en ulevelig situasjon i forhold til at dette ikke var eget produkt. Informant9 påpeker at de ressurspersonene han har i forhold til produsenter og management, har ingen av disse noe å gjøre med det musikalske. Han hevder dermed at produktet skinner sterkere igjennom og at publikum ser at det som leveres er helt ekte. Fordi artisten får være seg selv 100 %.

5.6.0 Oppsummering av kapitlet

I dette kapitlet har jeg presentert mine funn knyttet til fysiske og psykiske utfordringer i yrket som pop- og rock- musiker. Jeg har valgt her å både se på de destruktive og beskyttende faktorene som eksisterer i denne bransjen. Siden jeg har valgt en narrativ utforming av kapitlet er ikke funnene presentert på en slik måte at alle destruktive og beskyttende faktorene er satt opp hver for seg. I tillegg kan flere av faktorene både være av destruktiv og beskyttende art. Ta for eksempel konkurranseinstinkt. Konkurranseinstinkt kan være både destruktiv og beskyttende alt ettersom hvilken retning konkurranseinstinktet tar. Om den forplanter seg innad i bandet vil det kunne virke destruktivt, men om det rettes utad og mot et høyere mål vil det kunne virke samlende, og være med på å dra artisten og bandet i riktig retning.

Livsstil endte opp med å bli min kjernekategori. Grunnen til dette er at nesten samtlige utfordringer og beskyttende faktorer i denne bransjen kan relateres til at det å være musiker er et livsstilsyrke, og i så måte påvirker alle aspekter i informantenes liv.

Jeg valgte å starte dette kapitlet med en innføring omkring det informantene selv syntes var utfordrende i forhold til hverdagslige aspekter. Her har informantene påpekt at følelsen av

manglende kontroll over egen karriere kan være tøft i forhold til diffuse og uklare mål, samt et kontinuerlig slit med å skaffe seg nye spillejobber, hvor de også mener at det å etablere seg innen musikkbransjen er mye styrt av flaks og tilfeldigheter. Økonomisk er også yrket lite inntektsbringende, hvor dette i kombinasjon med familieliv har blitt påpekt som vanskelig å kombinere.

Turnélivet har vist seg å være en stor del av musikers hverdag. Dette kan vise seg utfordrende i forhold til mye reising og fravær fra sin familie, men også i forhold til den livsstil man tillegger seg i form av lite fysisk aktivitet, usunt og uregelmessig kosthold, samt sene netter med noe mer alkoholkonsum enn gjennomsnittet. De positive faktorene ved turnélivet er nevnt å være det kollektive samholdet, konsertene, formidlingsbehovet og måloppnåelsen

Neste del omhandlet yrkesskader og sykdom i bransjen. Av fysiske sykdommer har informantene nevnt stemmeproblemer som det mest fremtredende, men hvor også skulder og ryggproblemer fort kan oppstå. Mens det psykiske kan gå på problemer å utføre sin jobb som kunstner men også den musikalske utøvelsen på konsertene. Først og fremst er utenforliggende utfordringer slik som økonomi og familieproblemer sett på å være det største problemet her. Våre informanter ønsker dessuten noen å kunne henvende seg til når det gjelder yrkesmessige utfordringer, enten disse skulle være fysiske eller psykiske

Siste del vedrører virkelighetsoppfatningen, og hvordan selvidentitet, medieeksponering og selvidentitet påvirker denne. Informantene har påpekt medgang og media som fremmede for å få det de kaller stjernenykker, det vil si å bli virkelighetsfjern, hvor motgang og medieeksponering da blir et kraftig brudd med egen selvidentitet og forståelse av hvem man er. Familie har her blitt påpekt som viktig for å definere hvem man er, og virkeligheten man lever i

6.0.0 Diskusjon

Arbeidsdagen til pop- og rock- musikere bærer sterkt preg av å være et livsstilsyrke. Yrket påvirker her alle deler av arbeiderens hverdag i både positiv og negativ forstand. Jeg har i diskusjonsdelen valgt å dele kapitlet inn i utfordringer og beskyttende faktorer slik jeg oppfatter det. Ut i fra resultatdelen kan flere av de faktorene som her er tatt opp i forhold til musikers arbeidshverdag både være av positiv og negativ art. Jeg har derfor i diskusjonsdelen valgt og ta for meg dette ved å dele kapitlet i to deler. Jeg vil videre diskutere omkring dette og linke dette opp mot teori og tidligere forskning, samt annen relevant litteratur. Jeg har valgt å starte med det jeg anser å være utfordringene knyttet til yrket og som kan vise seg bli av destruktivt art for personer som jobber med musikk. For deretter å bevege meg over til det jeg anser å være de beskyttende faktorene ved

yrket, og som hjelper vedkommende overkomme en krevende arbeidshverdag

6.1.0 utfordringer knyttet til yrket

6.1.1 Økonomisk utfordringer

Ut fra de funn vi har oppnådd i løpet av denne studien fremstår det økonomiske aspektet ved musikerhverdagen som en av de største utfordringene. Det fremstår som om dette er en gjennomgående trend fra man starter i musikeryrket som frilansartist, og hvor dette fortsetter å være et problem for flere etablerte artister. I begynnelsen av karrieren synes de økonomiske utfordringene å knytte seg til en uvisshet omkring hvordan man økonomisk skal komme seg igjennom hverdagen, samt hvordan man skal slå igjennom og etablere seg som artist. Disse utfordringene fører i følge informantene ofte til at mange lovende artister gir slipp på drømmen om å jobbe som profesjonell musiker. Problemet virker å oppstå i en fase hvor man som musiker er nødt til å ta et valg vedrørende musikken, hvor man på den ene siden kan fortsette å ha musikken som interesse og drive med den på hobbybasis. Ved dette veiskillet må artisten våge å satse på musikken for å kunne drive med dette på et profesjonelt plan. Ut i fra Innsats belønningsmodellen blir her de indre kravene slik som motivasjon, driv, lyst og kjærlighet til det man jobber med fundamentalt viktig for å ha musikk som yrke, hvor den ytre belønningen ikke er tilstrekkelig og for de aller fleste heller aldri kommer til å være det (Siegrist, 1996). Informant9 beskriver hvordan han og resten av medlemmene i bandet tok en utdanning for å sikre seg økonomisk og hvor de hadde en felles enighet om å ikke takke ja til noen jobber etter utdannelsen men heller dra på turne for å se om de kunne gjøre musikken til en jobb. For å ta dette steget kreves det av musikeren at han eller hun må forsake flere ting. Først og fremst er det minimalt med inntekter, og hvor disse ikke nødvendigvis dekker utgiftene turneringen medfører. Flere av informantene har fortalt historier om å leve på det minimale og redusere utgiftene når man er ute på turné. Dette ved å velge de billigste løsningene, som for eksempel buss fremfor fly, som innebærer lengre reisestrekninger som igjen kan føre til reiseutmattelse (6.1.5). Det å velge ta i mot gratis maten som blir servert på de forskjellige spillestedene, til tross for at denne maten ikke er den sunneste, og ikke minst boforhold, hvor informanter både har fortalt om å bo i buss og bil, eller hvor 9 bandkolleger har bodd lengre perioder i en hybelleilighet beregnet på to personer. Det å være nødt til å leve på denne måten kan føre til en rekke uheldige kroppslige reaksjoner som nærmere vil bli diskutert i kapitlet utfordringer knyttet til reising (6.1.5).

Siden frilansyrket medfører dårlig økonomi, og et ønske om å kutte ned på kostnadene har flere av informantene i vår studie valgt å gjøre dette ved å se på de menneskelige ressursene innad i band eller individ fremfor å innhente ekstern kompetanse. Dette vil dermed si at det ofte ikke holder å være en dyktig musiker, men hvor man som frilanser må være dyktig til en rekke andre ting slik som

markedsføring, planlegging osv. Dette blir tatt opp som i enkelte tilfeller kan bryte med det kunstneriske og den kreative prosessen, hvor fokuset faller over på det økonomiske aspektet om å få endene til å møtes. Likevel kan det å være tvunget til å gjøre mye forskjellig føre til en læringseffekt, og opparbeide seg en kunnskap om bransjen som gjør artistene bedre rustet til å håndtere den i motsetning til artister som oppnår en umiddelbar suksess. Artistene har selv pekt på denne læringskurven, hvor alle informantene i dette intervjuet har bygd seg opp en suksess eller en karriere over lengre tid, hvor alle startet tidlig med musikk og konsertspilling. De har med dette gjort seg kjent med alle deler av bransjen på både godt og vondt. Informant9 påpeker at de som band har lært alt innen musikkbransjen igjennom erfaring, hvor de har gjort seg kjent med de forskjellige aktørene og har i så måte blitt klar over hva som kreves for å lykkes og for å ikke å falle igjennom, hvor de har bygd seg en grunnmur eller et fundament å stå på. Informanten påpeker at dette ikke kan rives på en dag. I den sammenheng vil de økonomiske problemene kunne vise seg å være positiv i form av at den tvinger musikeren til å opparbeide seg en kunnskap og multifunksjonalitet, hvor dette både ut i fra krav-kontroll-støtte-modellen og J D-R modellen kan sees på som en ressurs som gir økt følelse av kontroll i et krevende og hektisk arbeidsmiljø med høye krav til den jobben musikeren utfører (Karasek & Theorell, 1990; Bakker & Demerouti, 2007; Bakker & Leiter, 2010).

Andre utfordringer knyttet til det økonomiske er i følge informantene utfordringen å skaffe seg nok jobber. Som ung og uetablert artist må man ofte ta til takke med alle jobber man kan få. Det er ikke alltid disse jobbene står i stil med identitet, personlighet eller det image artisten prøver å opparbeide seg, som vil bli videre diskutert i kapitel 6.1.3. Alternativet blir å skaffe seg en jobb på siden. Ved å gjøre dette vil det ofte begrense artistens frihet, men hvor den samtidig fungerer som en sikker inntektskilde. Slike sikre inntektskilder er også ofte grunnen til at artister gir opp en karriere innen musikkbransjen i bytte mot en mer sikker tilværelse. Forpliktelser som barn og familie kan fort føre til at man må finne seg et mer sikkert og stabilt yrke. For informantene handler det her om å skaffe seg det de kaller *et rom*, og hvor familien er åpen får å gi dem dette *rommet*. Det fremstår ut fra informantene at både det økonomiske og det å være fraværende, både fysisk i form av turne(6.1.5) eller mentalt igjennom kunstneriske prosesser (6.1.2) kan sette vedkommende ut av spill. Informant1 og 6 påpeker her at man må ha en egen evne til å fortrenge den økonomiske situasjonen i forhold til skapelsen av musikk. Mens informant7 peker på at når det kommer til økonomi og penger så er han helt *håpløs*, og har et *"totalt negativt og elendig forhold til penger."* Likevel hevder han at han aldri oppfattet den økonomiske situasjonen som et problem før ektefelle og barn kom inn i bildet. Evnen til å utelukke og stenge ut de økonomiske problemene blir med et vanskeligere ifølge informant1 og 7 i det man føler forpliktelser ovenfor andre mennesker. Dermed blir det viktig å få aksept fra sine nærmeste når det gjelder det *kunstneriske rommet*, noe som i

perioder ofte kan føre til at man har behov for økonomisk støtte fra sin ledsager, hvor dette nødvendigvis ikke alltid er like lett å godta. En av de mannlige informantene påpeker at man i slike situasjoner føler at man ikke strekker til, og at man blir utrolig liten. I en slik setting kan man også se den sosiale støtten som av flere psykososiale teorier blir påpekt som viktig for individet både kan ha positive og negative følger (Karasek & Theorell, 1990; Bakker & Demerouti, 2007; Bakker & Leiter, 2010). Positiv i form av at man mottar aksept og forståelse for yrket man utfører. Både når det gjelder å være fraværende, men også ved å motta økonomisk støtte fra sin ledsager. Denne økonomiske støtten påpekes derimot også å kunne ha en negativ påvirkning på selvbildet, samt en skyldfølelse av utilstrekkelighet ovenfor sin partner og sine barn. Dette kan sees i sammenheng med sosial kapital(2.6.0), hvor man innad i familien kan dra nytte av familiemedlemmers ressurser. I denne sammenheng i form av økonomisk støtte. Innad i familien vil ytelse og gjenytelse ofte være mer flytende og skjevhet vil kunne forekomme(Bourdieu & Passeron, 1990). Til tross for at det familiemedlemmet som yter den økonomiske støtten muligens kan oppleve dette som problemfritt vil den som mottar denne støtten kunne føle både skam og utilstrekkelighet for å ikke kunne gjen nytte tilstrekkelig og hvor dette kan gi en følelse av utnyttelse av sin partner(Espvall & Dellgran, 2010)

6.1.2 Følelse av manglende kontroll på egen karriere

Flere av informantene har pekt på kombinasjonen av struktur og kreativitet som vanskelig å forene. Utenforliggende problemer som økonomiske og familiære kan fungere hemmende på den kreative skapelsesprosessen og forvaltning av denne kreativiteten. Det blir her i følge informantene viktig å skape seg struktur, rutiner og rom i en kaostilværelse. De artistene som ikke makter dette faller ofte utenfor og må gi opp karrieren. Det og ikke klare kombinere deler av det kreative med tanke på arbeidslivet og utenforliggende utfordringer kan for mange medføre et behov for å redusere slike stressorer i form av beroligende medisiner, røyking eller uhensiktsmessig inntak av alkohol(6.1.7). Med levekårsundersøkelsene som utgangspunkt (Tynes et al, 2008) er det blitt påvist en høyere forekomst av psykiske lidelser blant kunstnere, ikke kun musikere. Likevel kan man tenke seg at arbeidsdagen til andre kunstnere som malere og forfattere ikke skiller seg nevneverdig i form av autonomi og mangel på faste rammer. Dette fører gjerne til at man står fritt til å legge opp og strukturere sin egen arbeidsdag selv på best mulig måte, noe som ikke nødvendigvis kommer like lett for alle. Manglende struktur og stopp i den kreative prosessen kan igjen også føre til bruk av både alkohol og narkotiske midler for igjen å forsøke komme inn i en kreativ modus. I følge forskning omkring kreativitet kan dette relateres til dimensjonen *flow*, hvor artisten mister seg selv i den kreative prosessen, og hvor det igjen er vanskelig å komme inn i rytmen og oppnå *peace of mind* for å kunne gjenoppta arbeidet om man først blir forstyrret i denne prosessen(Csikszentmihalyi, 1998). En

av informantene sier han har benyttet seg av alkohol flere ganger under den kreative prosessen hvor dette har vært vellykket og han har produsert meget bra sanger under påvirkning av alkohol. Historier og myter knyttet til kunstnere som har produsert mesterverk i påvirket tilstand har vært mange oppgjennom historien, enten de var påvirket av alkohol eller sterke stoffer (Beveridge & Yorston, 1999; Jamison, 1993). Dette er interessant i forhold til den nære sammenhengen mellom alkohol, narkotiske stoffer og psykiske lidelser (Beveridge & Yorston, 1999; Jamison, 1993; Norström, 2006). utfordringer knyttet til alkohol vil bli diskutert videre i kapittel 6.1.7

Krav- kontroll- støttemodellen nevner mangel på kontroll som en av hovedgrunnene til psykologisk stress oppstår på arbeidsplassen. Om utenforliggende variabler slik som økonomi forstyrrer den kreative prosessen kan dette muligens sees på som manglende kontroll over arbeidssituasjonen fra individets side. Ut i fra Innsats- belønningsmodellens ståsted kan man se på dette som en ubalanse mellom den innsatsen som legges ned, og belønningen som mottas. Kontrollaspektet innen yrkeslivet blir i så måte sett på som en viktig determinant i forhold til å redusere stress på arbeidsplassen (Karasek og Theorell, 1990).

Ut ifra intervjuene med samtlige informanter kom det frem at følelsen av å ha kontroll over egen arbeidshverdag var for musikerne en komplisert og sammensatt prosess. Som musiker blir man ikke bare vurdert ut fra musikalske evner og musikken man leverer, men også mer personlige faktorer slik som personlighet, utseende, klesstil osv(6.1.3). I tillegg til at det musikalske produktet som leveres, enten dette er en plate eller konsert blir musikeren også evaluert og dømt ut fra uklare kriterier fra ulike aktører som blant annet publikum og musikkritikere. Slike uklare kriterier faller gjerne på den subjektive oppfattelsen av det kunstneriske, både i form av musikk og fremførelse, hvor publikum og kritikere kan ha to forskjellige oppfattelser av dette. Det har da blitt påpekt at det er viktig å sette seg egne mål for hva man ønsker oppnå, og om produktet her kommer i nærheten av det man selv på forhånd hadde tenkt kan man i større grad være fornøyd med produktet. Dette kan muligens sees i sammenheng med musikerens identitet og hvordan han eller hun ønsker å fremstå. Dette vil bli videre diskutert i kapittel 6.1.3

Det er påfallende i hvor stor grad flaks har blitt nevnt i de forskjellige intervjuene, hvor flere av informantene ser det som en tilfeldighet at de befinner seg der de er i dag:

”Det var ikke lagt opp som en flott plan at dette skulle skje med oss. Og sånn er det med de fleste suksesser. Det har med flaks å gjøre. Du kan godt si at det var godt planlagt, men det er ikke det. Det er flaks... og utholdenhet etter hvert da. At man ikke gir seg”

Det informantene her forteller virker å være synonymt for alle artistene i studien, hvor nesten

samtlige påpeker suksess og det å slå igjennom som mer avhengig av flaks enn noe annet. Slike oppfattelser kan muligens knyttes opp til begrepet ekstern locus of control (Larsen og Buss, 2005). Dette innebærer å se hendelser som resultat av utenforliggende variabler, hvor man selv ikke kan kontrollere disse. I motsetning til internal locus of control, hvor man har en oppfattelse at man selv kan kontrollere det som skjer (Larsen og Buss, 2005). Locus of control er ikke nødvendigvis en generell oppfattelse av at man kan eller ikke kan kontrollere alt som skjer i hverdagen, men hvor det er enkelte aspekter i livet man ser seg mer sannsynlig å kunne påvirke enn andre (Larsen og Buss, 2005). Det kan i så måte være frustrerende å oppfatte sin egen karriere som styrt av flaks og tilfeldigheter. Likevel er ikke dette ulikt flere jobbsøkerprosesser hvor man også til en viss grad er avhengig av flaks og tilfeldigheter for å få de beste jobbene. Graden av kontroll over egen karriere har blitt beskrevet som noe større etter det informantene beskriver som deres gjennombrudd, enten dette er i form av en hitsingel eller en musikkplate som har solgt bra og ført til publisitet og oppmerksomhet rundt artisten og deres produkt. Informant6 har vært i bransjen lengre enn de fleste men har aldri opplevd et slikt gjennombrudd. Det kan virke som om dette medfører at hun i større grad lever frilanshverdagen enn mange av de andre informantene i denne studien. Informanten blir i større grad nødt til å selge seg selv og sitt eget produkt til potensielle arbeidsgivere for å skaffe seg jobber og oppdrag. Dette i motsetning til flere av de andre informantene som påpeker at de nå til dags takker nei til flere jobber og oppdrag enn de takker ja til. Likevel blir det nevnt at det er et fåtall musikere som vil oppleve dette gjennombruddet, hvor de fleste vil befinne seg på frilansstadiet utenfor den såkalte kjendistilværelsen. Noe som fører til at disse artistene ikke får samme oppmerksomhet rundt sitt eget produkt, hvor de selv må arbeide for å skaffe seg jobber og hvor de i større grad er avhengig av å ta jobbene som tilbys. Informant7 nevner i forhold til dette at om bransjen vet en artist må spille så går honoraret ned, mens om man har anledning til å takke nei av og til så holder det seg høyere. Mye av det nevnte går på kontroll, frihet og autonomi. Det kan være fristende å sette dette i sammenheng med større organisasjoner, her kan ofte den grad av kontroll avhenge av plassen man har i hierarkiet, hvor man på lavere nivå innehar mindre frihet og bestemmelse over egen arbeidshverdag enn man har på et høyere nivå (Fischer og Sortland, 2001). Likheten mellom informantene når det kommer til usikkerheten og den manglende kontrollen er hvordan lidenskapen og den indre driven holder dem gående til tross for manglende belønning i form av penger eller anerkjennelse. Dette kan tyde på at til tross for høye jobbkraav i forhold til det arbeidet som skal utføres innehar informantene fremdeles de ressurser som kreves for å imøtekomme disse kravene. Mye av det informantene har tatt opp kan relateres til jobbengasjement og J D-R modellen (Maslach et al., 2001; Bakker og Demerouti, 2007; Bakker & Leiter, 2010). Yrket som musiker virker for våre informanter å være et meget utfordrende og samtidig et absorberende og altoppslukende yrke som virker å få ut det fulle potensialet til våre informanter (Bakker & Leiter,

2010). Siden jobbengasjement er tiltenkt å være en motpol mot utbrenthet vil muligens dette passe best inn under kapittelet om beskyttende faktorer (6.2.0) (Maslach et al., 2001; Bakker & Schaufeli, 2004).

6.1.3 Medieeksponering, kjendislivet og rollekonflikt

Eksponering for bransjen og media har vært en gradvis prosess for våre informanter. Det har blitt påpekt av Informant2 og 3 at den utviklingen bransjen har tatt i forhold til unge artister som tidlig eksponeres for media igjennom talentkonkurranser som X-Factor og Idol, så vil dette kunne ha en negativ effekt med tanke på å falle igjennom, men også med fokus på det psykiske aspektet, hvor de med liten eller ingen kjennskap til bransjen blir kastet ut i det som blir beskrevet av informantene som en *"heksegryte"*, som de igjen blir kalt både *"håreisende"* og *"råskummelt"*. Med manglende informasjon fra bransjens side, både i for- og etterkant av deltakelse vil dette kunne være skadelig for den unge artisten uten noe form for sikkerhetsnett. Sosial støtte blir derfor påpekt som fundamentalt viktig etter en slik prosess, hvor sosial støtte kan sees på som en buffer mot slike stressende situasjoner (Karasek og Theorell, 1990). Hanstveit, Hovland og Duckert(2012) tok for seg idolartisters identitetsprosess etter en medieeksponeringsfase, hvor de kom frem til at alle informantene opplevde tap av oppmerksomhet, status og tilhørighet som en belastning, hvor stresset og den negative opplevelsen vedvarte i lengre tid for to av informantene(Hanstveit et al., 2012). I motsetning til våre informanters antakelse var ikke nødvendigvis alder hovedårsak for denne belastningen, men hvor usikkerhet rundt egen identitet, høy grad av eksploreringsatferd, selvutleverende eksponering i media og det å oppleve privilegiene i den nye hverdagen som viktig for eget selvbilde(Hanstveit et al, 2012). Like fullt er ofte usikkerhet rundt egen identitet ofte tilknyttet barne- og ungdomsårene, hvor forming av egen identitet ofte tar plass i dette tidsrommet. Som ung er også sårbarhet og usikkerhet i forhold til plass i det sosiale fellesskap ofte ett aktuelt tema (Elkind, 1967; Marcia, 1966; Marcia et al., 1993). Både informant2 og 3 har påpekt viktigheten av privilegiene som kjendishverdagen førte med seg som viktig for enten eget eller bandkollegers selvbilde. Informant3 nevner kjendiseriet og behovet for å bli gjenkjent som en viktig del tidlig i hans karriere. Her beskriver informanten tendenser til depresjon og en misunnelse ovenfor mer fremtrede bandkolleger når de ble gjenkjent og fikk oppmerksomhet fremfor seg selv. Teorien om sosial sammenligning(Festinger, 1954) hevder at vår selvevaluering i stor grad er påvirket av de personene i vår egen omgangskrets. Informant3 som i og for seg hadde oppnådd stjernestatus, og i så måte mottok flere privileger og mer oppmerksomhet enn de fleste andre i samfunnet, likevel virker dette ubetydelig så frem til at andre personer i bandet som han følte seg sidestilt med mottok mer oppmerksomhet og privileger enn han selv gjorde. Dette kan være med på å forklare hvordan lykkelighet ofte er relativt sett i forhold til de vi sammenligner oss med (Lyubomirsky, 2001). I den

sammenheng viser Informant3 til tidligere bandmedlemmer som hadde det han kaller *stjernenykker*, hvor deres virkelighetsoppfattelse virker å ligge tett opp mot de privilegiene kjendistilværelsen har gitt dem opp igjennom årene

”Gjerne sterke personligheter på hver sin måte kan det være som har fått et ego stimulert før eller siden og fått tillagt seg den egenskapen å bli sterkere personlig for du har fått svar på mange ting. Så har du falt ned igjen så forstår ikke verden deg. Gjerne blitt arrogant, har eksempel på en her i byen som har gjort en ting bra og etter det har han ikke gjort noe, men fremdeles er superhelt i hodet sitt, skal gratis inn hit og dit. Skal ha den hollywood treatment fremdeles og lever i den boblen enda. Forferdelig trist.”

Informanten påpeker også hvordan han ofte ikke mottok objektive meninger når han og bandet var på topp. Som han selv hevder var de omgitt av det han omtaler som *Ja-mennesker*, disse har klare likheter til det Irving Janis i sin teori om gruppetenking kalte *Mindguards*, hvor dette henviser til en gruppe mennesker i sin omkrets som beskytter vedkommende, og filtrerer ut uønsket informasjon om virkeligheten (Janis, 1982). Om ens omgangskrets kun er tilknyttet det såkalte *”stjernelivet”*, kan det tenkes at dette i stor grad blir definerende for disse personenes identitet og selvkonsept.

I følge flere av informantene er familielivet den viktigste faktoren for ikke å la kjendistilværelsen og stjernelivet bli definerende for hvem man er. Familien blir her beskrevet som *ankeret som holder deg nede på jorden*. Informant2 beskriver den jobben han gjør som et skuespill, med tanke på å ikke være den samme personen utenfor arbeidet. Virkeligheten til informanten ligger i hans rolle som ektemann og farsfigur, mens hans yrke som musiker forblir en jobb og et skuespill. Med dette lar ikke informanten sin sosiale rolle som musiker og rockestjerne og de normer og verdier det medfører bli en viktig del av sin identitet. Informant9 føler derimot at de sosiale rollene han spiller som musiker og familiefar ikke nødvendigvis fungerer som motsetninger, hvor han har implementert begge disse rollene i sitt selvkonsept om hvem han er. Ut i fra J D-R modellen fungerer det å ta innover seg jobbrollen positivt i form av økt jobbengasjement og er funnet å positivt korrelere med bedre jobbutførelse i flere yrkesgrupper (Bakker, 2011). Skillet mellom jobb og fritid blir for musikeren mindre synlig og klart grunnet det blir beskrevet som et livsstilsyrke og i så måte påvirker de fleste deler av musikerens hverdag. Den besettelsen og lidenskapen de derimot beskriver til yrket sitt kan i høyeste grad relateres til J D-R modellen og jobbengasjementet (Bakker & Leiter, 2010).

Det informantene forteller om familien og dens viktighet i forhold til å definere hvem man er kan vise seg å være viktig med tanke på rockelivet og hvor man som musiker og rockestjerne ikke kun

blir vurdert ut ifra musikk man spiller og lager men også av mer personlige karakteristikker, slik som utseende, klesstil og personlighet. Det blir derfor viktig å kunne tilpasse den eksterne og interne informasjonen om seg selv (Bosma og Kunnen, 2001), hvor media i følge flere av informantene maler et feilaktig bilde av artisten som nødvendigvis ikke stemmer over ens med virkeligheten men hvor hensikt er å selge sitt eget produkt i form aviser, ukeblader osv. Informant7 hevder i den sammenheng at media og deres behandling av kjendiser har blitt forverret de senere årene, hvor man i følge informanten tidligere kunne utgi seg selv til journalister etter kamerat var avslått med en visshet om at det som da ble sagt ikke ville havne på trykk. Noe informanten mener man ikke lengre har mulighet til. Dette fører i følge informanten til mindre åpenhet og en misstenkeliggjøring rundt journalister og deres agenda. Informanter fra Hansteveit og kolleger's(2012) studie er med på å støtte opp under disse antagelsene ved å ha hatt lignende opplevelser med media, hvor det man opplever som konfidensielle samtaler havner på trykk dagen derpå. Slike erfaringer kan fort føre til et ambivalent forhold når det gjelder reportere og media generelt. Det hevdes også at mennesker som ofte eksponeres og overvåkes av media kan utvikle en kronisk høy grad av selvbevissthet. I den sammenheng kan man se på Schaller's (1997) hypotese som tilsier at berømte mennesker er seg selv bevisst at man blir observert, og hvor de da med større sannsynlighet er tiltenkt å se seg selv igjennom andres øyne. Det å være seg selv bevisst at man blir overvåket vil kunne gjøre folk mer oppmerksom på sin egen fremtoning og holdning (Duval og Wicklund, 1972; Schaller, 1997). Noe som kan være meget aktuelt i forhold til dagens mediesituasjon hvor flere av informantene opplever at pressen er ute etter å "ta dem". Opprettholdelse av rocke- og kunstnermyten er på mange måter heldig for tabloider, ukeblader osv, hvor skandaler, kontroversielle utsagn og meninger fra kjente personer selger godt.

6.1.4 Ønsket om støtteapparat likt idretten

Flere av artistene i denne studien har dratt paralleller til idrettsutøvere, sportsklubber og idretten generelt. Blant annet ser informantene på jobben som musiker i likhet med idrett som et prestasjonsyrke, hvor det å levere et best mulig produkt både når det gjelder konserter og utgivelse av musikkalbum har blitt uttrykt som viktig i forhold til publikum men også eget konkurranseinstinkt. Blant annet har det blitt satt likhetstrekk mellom skismørere og det crewet musikere har med seg på turne, i forhold til lys og lyd på konsertene. Dette er satt i sammenheng med å levere et best mulig produkt når man er ute på turne og holder konserter, hvor flere av artistene har nevnt at de går på scenen med et konkurranseinstinkt om alltid å være best mulig.

"Vi har lyst til å være gode og imponere. Om vi tar ekstra tak. Det er som å gå på kamp hver gigg, du springer inn og knuser til for å vinne hele kvelden. Det er ikke noe å slappe av og nyte det og hvor godt de liker oss, det er ikke nok det."

I forhold til sceneopptreden kan en musiker i likhet med idrettsutøvere rammes av prestasjonsangst. Uansett hvor mye man trener og innarbeider materialet kan det fremdeles oppstå problemer med å levere sitt ytterste i selve prestasjonsøyeblikket, hvor man står på scenen og alles øyne er rettet mot artisten. Dette går på mental trening, hvor det blir viktig å utvikle en høy grad av sikkerhet i forhold til de oppgavene som må løses i situasjonen (selvtillit), og lære seg å kjenne igjen, akseptere og bruke egne følelser effektivt i situasjonen (affektbevissthet) (Wegner, 1994). I denne sammenhengen er det ikke alltid en musiker har noen å henvende seg til. I enkelte tilfeller kan det finnes en mentor i bildet, men langt fra alltid. I likhet med idrettsutøvere som har mulighet til å oppsøke idrettspsykologer ønsker også musikere psykologer som har kunnskap og kompetanse innenfor og rundt musikeryrket og de utfordringene som her ligger. NUMI har sett behovet for dette og har opprettet en prøveordning med artistpsykologen, som fungerer som et lavterskeltilbud hvor musikere kan via Internett få svar på eventuelle spørsmål de skulle ha knyttet til yrkeshverdagen, i forhold til sceneskrekk, stress, arbeidstider, rusproblemer osv (artistpsykologen).

På samme måte som det psykiske ønskes det også en spesialisering i forhold til fysiske lidelser som er spesielt knyttet til yrket. For eksempel scenebetennelse, hørselsskader og stemmeproblemer. To av informantene har i løpet av karrieren slitt med sviktende stemme eller fullstendig tap av stemmen, og funnet lite hjelp i det norske helsevesenet. Dette hadde i begge tilfeller sammenheng med at informantene har slitt med det som betegnes som fonastini eller prestesyke. Det har tidligere vært vanskelig å finne spesialister innenfor dette feltet her til lands, og hvor kjennskap til slike problemer virker å være relativt liten. En av de to informantene har i tillegg blitt feilmedisinert grunnet polypper på stemmebåndet, hvor vedkommende hadde blitt satt på en medisin som førte til at stemmeproblemene forverret seg. Da vedkommende ønsket å avslutte denne kuren pga det var ødeleggende for hennes yrkeshverdag, ble dette møtt med lite forståelse av legene som behandlet henne. Begge disse informantene måtte ty til utenlandsk kompetanse for å få bukt med sine problemer. Det største problemet virker likevel ikke å være mangel på spesialister, men heller manglende kunnskap om hvor vedkommende bør henvende seg for å få best mulig hjelp til å få løst sine problemer. Dette setter flere av informantene opp som en kontrast i forhold til idrettsutøvere, hvor en idrettsutøver på toppnivå som regel alltid får vite hvor han bør dra for å få best mulig behandling for sine yrkesskader. På samme måte ønsker også musikerne et støtteapparat bestående av personer med kompetanse som har mulighet til og rådgi å henvise dem til spesialister. Om man tenker preventivt rundt musikere og yrkesskader, virker det også å finnes behov for kompetanse innenfor det å undervise og lære bort riktige spilleteknikker. Det vil si å gjøre musikere mer var på måten de synger, spiller sine instrumenter og fremstår på scenen for å kunne jobbe preventivt i mot skader som for eksempel fonastini og fokal dystoni, som betegnes av ufrivillige

muskelsammentrekninger og unormal positur. Gjerne funnet i sammenheng med yrkesmusikere og da gjerne gitarister, hvor fingrene ukontrollert strekker seg ut eller krøller seg sammen inn mot håndflaten (Hallett, 2011). Skulderskader er også funnet å påvirke om lag 50% av musikere som spiller et eller annet instrument grunnet overbelastning (Fry, 1986; Lockwood, 1989).

6.1.5 utfordringer knyttet til turnelivet

Utover de hverdagslige problemer er det også lagt vekt på utfordringene knyttet til *Turnelivet*. Først og fremst har det å være lenge borte fra familie og venner blitt påpekt som en belastning innenfor yrket. Delvis forsømmelse av sine barns oppvekst, i form av å ikke kunne være så mye tilstede som det man ønsker. Den vestlige verden og samfunnet vi lever i har i løpet av de siste 20 årene vært igjennom en enorm utvikling. Endringen kan blant annet sees i form av økt internasjonalisering og globalisering, noe som igjen har ført til at reising over lengre strekninger har blitt en del av hverdagen til ansatte innenfor flere yrkesgrupper (Sørbø, 2006). I så måte er ikke dette nødvendigvis unikt for yrket som musiker, likevel kan man tenke seg at reising har vært tilstede som en nødvendighet i lengre tid for musikere enn de fleste andre yrker i samfunnet, hvor turnéer og reising alltid har vært en del av virkeligheten for pop- og rock musikere. Enkelte av informantene har også turnert mye i utlandet, blant annet USA. Noe som igjen medfører lengre reisestrekninger med kryssing av tidssoner, hvor en tilstand som *jet lag* kan inntreffe. *Jet lag* er en fysiologisk tilstand som kan oppstå som konsekvens av rask kryssing av tidssoner, hvor kroppens naturlige døgnrytme blir påvirket. Symptomer på *jet lag* kan blant annet være tretthet på dagtid, problemer med innsøvning, urolig søvn, prestasjon og konsentrasjonsproblemer, samt hodepine og mageproblemer (Waterhouse et al., 2007; Waterhouse, 1999). Påkjenninger som følge av reising behøver derimot ikke å være knyttet opp mot *jet lag* og kryssing av tidssoner. Det er påvist at tretthet og utmattelse fort kan oppstå som følge av lengre reising, enten dette skulle være i bil, buss, fly eller tog (Waterhouse et al., 2007). Turnérende musikere tilbringer ofte store deler av arbeidshverdagen sin på reisefot, hvor flere av informantene har påpekt selve reisingen som fysisk krevende, og hvor dette ikke blir bedre med tiden. Det har blitt påpekt av informantene at det i forhold til alder tar lengre tid å innhente seg etter reisingen, og omstilling til det som beskrives som den normale hverdagen. Endring av søvnsyklus er noe som er tiltenkt å oppstå i løpet av livet, hvor mange med alderen gradvis endrer denne syklusen ved å legge seg tidligere på kvelden, samtidig som man våkner og står opp tidligere om morgenen. Noe som igjen er tiltenkt å redusere tilpassningsevnen i forhold til den tidsmessige strukturen (Flower, Irvine og Folkard, 2003). Flere av informantene har oppfattet dette ved å påpeke at de har funnet reisingen som lettere i ung alder, hvor informant7 forteller om lange kjøreturer og overnatting i bil som noe han ikke anså som slitsomt, eller på noen måte var til besvær. Et arbeidsmiljø sterkt knyttet opp mot reising og endring av døgnrytme med tanke på sene

kveldskonserter har likevel av informantene blitt sett på som et problem ved hjemkomst og omstilling til hverdagslivet.

6.1.6 Sykdom på turne

Sykdom er noe som i følge artistene så å si aldri forekommer ute på turné. Sjeldent eller aldri finner man musikere som sykmelder seg når de er ute og turnerer i følge informantene. Grunnene til dette kan være av både positiv og negativ art. I dette avsnittet vil jeg ta for meg de utfordringene en musiker møter i yrkeshverdagen. Derfor velger jeg nå først å ta for meg de eventuelle negative påvirkningene det kan ha å ikke være syk på turne, hvor det under avsnittet beskyttende faktorer vil bli tatt for seg de positive elementene knyttet til dette.

I seg selv er fravær av sykdom en bra ting. Det å unngå sykdom er noe som virker som en av de positive gevinstene ved å være ute på turné. Likevel ligger det mye bak dette. Selv om flere informanter finner det bemerkelsesverdig hvor sjeldent man er syk på turné, så er det også flere faktorer som tilsier at man heller ikke kan være syk når man er ute og turnerer. Informantene nevner blant annet økonomi som en helt sentral del opp i det hele. Økonomiske utfordringer gjør at man ikke kan sykmelde seg, samtidig som man heller ikke har noen å sykmelde seg til. Om en Musiker blir syk ute på turné, vil avlysning av konserter føre til et meget stort underskudd for artisten(6.1.1). Sykepenger har frilansere som tidligere nevnt først krav på etter den syttende sykeværsdagen (Altinn, 2010). Likevel vil ikke inntektene her være dekkende for alle utgiftene som har gått tapt, og faste utgifter som må betales, hvor disse inntektene er medregnet for senere konserter som skal utføres. I tillegg til dette kan man også miste eventuelle andre jobber og kontrakter på grunnlag av sykdom, og kunne få et uheldig rykte på seg som en artist som avlyser og som ikke er til å stole på. Noe som igjen kan føre til at man mister senere jobber til andre artister som arrangøren finner mer troverdig og profesjonell. Dette medfører i følge informantene at man fortsetter turnéen, og spiller konsertene til tross for at man er syk eller hanglende. Også med tanke på publikum føler våre informanter seg tvunget til å møte opp til tross for sykdom. Selv om billetter i de fleste tilfeller refunderes, må man ta høyde for at flere kanskje har reisekostnader og bo-opp hold i tillegg til dette, hvor de ikke får pengene tilbake. Slik at i forhold til publikum og fanskare vil avlysning på ingen måte gagne artisten, men hvor publikum igjen vil kunne sette stor pris på om artisten dukker opp til tross for sykdom eller skade.

”Man har hørt om band som kommer på i rullestol. Man avlyser ikke. Det hadde sikkert også publikum likt om jeg hadde knekt foten. så hadde jeg gipset den og kommet kvart over 10 i en rullestol. De syns bare at det er fantastisk at jeg kommer og synger. Det er ikke et problem for dem. Det er bare et problem for meg. Om jeg ikke har lyst til å gjøre det. Det kan jo tenkes det

ikke hadde gått fordi, men jeg har hørt om folk som knekker foten og kommer inn på krykker. Da blir ikke vokalisten og hoppe å danse, men det er kjekkere at han kommer enn at det blir avlyst.”

Selv om alle informantene hevder at man så å si aldri er syk på turné, påpekes det at sykdom først inntreffer ved hjemkomst. Flere av informantene forteller om hvordan de har vært sengeliggende i flere dager etter turnéen er avsluttet. Årsaker til sykdom ved hjemkomst kan blant annet knytte seg til som tideligere nevnt reising, hvor jet-lag kan ha en innvirkning på kroppens immunforsvar når det gjelder sykdom (Waterhouse et al., 2007; Waterhouse, 1999). Også det å ha et regelmessig normalt kosthold, samt fysisk aktivitet har blitt påpekt som utfordringer når man er ute og reiser. I tillegg til dette kan mangel på fysisk aktivitet være en medvirkende faktor hvor man ofte blir stillesittende i buss, bil eller fly i lengre perioder, og hvor kostholdet i forhold til sunnhet, hva man spiser og når varierer i stor grad ut fra tilgjengelighet. En av informantene oppfatter blant annet maten man får servert rundt omkring på de forskjellige spillestedene som mer eller mindre usunn. I lengden kan en slik livsstil ha en rekke uheldige konsekvenser, hvor inaktivitet og usunt kosthold kan relateres til livsstilssykdommer som hjerte-karsykdommer og svekkelse av kroppens immunforsvar, i tillegg til at det også er funnet korrelasjoner mellom mangel på fysisk aktivitet og depresjon (Stroebe, 2011; Espnes og Smedslund, 2009).

6.1.7 Rockemytene, alkohol og narkotika

Andre utfordringer knyttet til turnelivet er tiltenkt å være blant annet sceneskrekke og prestasjonsangst, noe flere av artistene har påpekt som en utfordring de enten selv har slitt med, eller hvor de har hatt kolleger som har slitt med disse problemene. I en studie av 162 utøvende kunstnere ble det påvist at en tredjedel av disse skuespillerne, dansere og vokalister slet med prestasjonsangst og hvor hele 47% av musikerne i studien slet med disse problemene (Marchant-Haycox & Wilson, 1992). Ifølge kognitive stressmodeller (Folkman og Lazarus, 1984) kan slike stressorer medføre en rekke uhensiktsmessig valg i forhold til å redusere den stressende situasjonen. Dette kan for eksempel være missbruk av alkohol, røyking eller bruk av medikamenter som betablokkere eller sovetabletter.

Mytene rundt musikerlivet har vært mange, og spesielt har flere av disse mytene omhandlet både narkotika og alkohol. Biografier fra blant annet kjente artister og band som Keith Richards og Mötley Crue har vært med på å opprettholde, forsterke og muligens også forherlige disse mytene. For mange av disse artistene har problemer med alkohol og rusmidler særlig blitt knyttet til image, og det kunstneriske sinnet (Beveridge & Yorston, 1999). Flere andre studier har også støttet opp omkring kreative effekter knyttet til alkohol og rusmidler (Jarosz, Colflesh og Wiley, 2012; Harmann et al,

1966). Med et arbeidsmiljø ofte knyttet til festivaler og nattklubber, vil også tilgjengeligheten for alkohol, røyk og narkotika i stor grad være tilstede. Noe som kan være en medvirkende årsak til at til at flere artister får problemer knyttet til dette, hvor det igjen kan føre til problemer i forhold til utførelse av egen jobb som musiker og låtskriver. Til tross for mytene og det enorme fokuset på artister som lever ut det såkalte *"Rock and roll livet"* har et fåtall av våre informanter pekt på alkohol som et eksplisitt problem. Enkelte har innrømmet å kanskje drikke noe mer enn sine venner hjemmenifra, men hvor dette ikke er til den grad at det blir et problem. Ingen av informantene nevner bruk av narkotiske midler, hvor informant3 påpeker at *"dette bandet har vært kjemiske renset for narkotiske midler"*, hvor en annen informant påpeker at det heller ikke i hans band har eksistert narkotika, samtidig som de har god kontroll når det gjelder inntak av alkohol. Til tross for at våre informanter ikke har opplevd alkohol som et problem, så har andre norske artister tatt til ordet for alkohol som et problem innad i musikkbransjen. Ida Maria Børli Sivertsen, eller bare Ida Maria som hun kalles i musikkverden, har åpenhertig fortalt om sine problemer knyttet til alkohol. I den sammenheng har hun her opprettet en veldedighetsorganisasjon kalt *Rock Heart*, bestående av avholdsmusikere fra flere land, hvor fokuset er lagt til å gi konfidensiell hjelp til musikere som sliter med alkoholproblemer (Johansen, 2012; Rognerød, 2012). Også bandet kråkesløv har tidligere vært ut i media og fortalt om det de opplever som drikkepress i musikkbransjen (Pettersen, 2012), hvor artister som Jørn Hoel og Hans-Erik Dybvik Husby har vært ute i media og støttet opp om dette (Iversen, 2012), har andre artister som Aslag Haugan fra Hellbillies har påpekt at dette tilhører rockemyten innenfor bransjen og hvor dette ikke nødvendigvis henspeler sannheten. Også informant1 har påpekt at drikkekulturen innen det norske musikklivet er meget oppskrytt. Selv om tilgjengeligheten er større hevder hun at det finnes vel så mye alkohol i andre bransjer. Likevel er det interessant å se hvordan enkelte av informantene som har påpekt at det tidlig i karrieren var mye alkohol og festing involvert i turnélivene deres. For mange artister innebærer søken etter å etablering i musikkbransjen ofte sene nattetimer, hvor man spiller konserter eller oppholder seg på forskjellige rockeklubber, puber osv (Stavnes, 2008). I denne fasen av karrieren handler det mye om å få en fot innenfor. Det er ikke utenkelig at man i en slik situasjon søker å utvide sitt sosiale nettverk, hvor sene nattetimer og alkohol fort kan bli en del av dette.

"Jeg husker når jeg begynte å jobbe så var det på klubber og sånt. Da var det helt vanlig at man satt og drakk og røyke mens man satt og spilte. Det var en del av musikermyten ble liksom bekreftet om man dro ut og så, men da hadde vi gjerne sovnet og spist godt, men de andre var ute å festet og så på musikanter som også var ute og festet. Og de tror da at de gjør det hele døgnet, men det gjør de ikke. Det er forskjell. Ikke sant, men noen hektet seg jo,

og da er det jo veldig legitimt, i et yrke hvor det er legitimt å drikke på jobb. Som ett av de siste yrkene i Norge som det var sånn.”

Det er heller ikke utenkelig at når unge mennesker oppnår en umiddelbar suksess innen bransjen, at det gode liv med alkohol og festing fort kan bli en del av virkeligheten. I den sammenheng forteller en av informantene om en egen verden med festing som han og bandet hadde når de var på topp og som mest populær. Likevel virker det ikke som informantene i denne studien har oppfattet dette som et problem, men hvor en av informantene påpeker at de kan være lett å bli heftet på det gode liv med alkohol og rusmidler i en bransje hvor det er legitimt å drikke.

6.2.0 Beskyttende faktorer

Så langt i diskusjonen har fokuset vært lagt på de utfordringene som møter pop- og rockmusikeren i sin yrkeshverdag. I denne delen av diskusjonen vil fokuset bli rettet mot de beskyttende faktorene som her finnes. Det er blant annet interessant å se på hvordan våre informanter i motsetning til andre musikere som innehadde samme potensialet har klart å etablert og holdt seg innenfor musikkbransjen i mange år. Flere av informantene har som tidligere nevnt både møtt fysiske og psykiske utfordringer i sin yrkeshverdag. Hva gjør da at våre informanter har fortsatt i yrket som musiker, mens andre artister har gitt slipp på drømmene sine? Finnes det her noen samlende beskyttende faktorer som går igjen, og som har ført til at våre informanter ikke har falt fra tiltross for motgang?

Det vil i denne delen bli gjort rede for disse beskyttende faktorene, hvor de vil bli diskutert og satt i sammenheng med teori, og annen forskning på området

6.2.1 Beskyttende faktorer knyttet til turnelivet

Grunnet oppgavens forrige kapittel ble avsluttet med utfordringer knyttet til turnelivet, synes jeg det var mest passende å endre fokus og starte med turnelivets beskyttende faktorer i dette avsnittet. Etter intervjuer med samtlige musikere virker turnelivets oppturer å være meget større enn nedturne. De fleste peker på at selve konsertene og formidlingsbehovet er noe av grunnen til at man i første omgang startet som musiker.

6.2.2 Konserter og Formidlingsbehov

Det har blitt påpekt av informantene at flere musikere og kunstnere er misforståtte mennesker som på flere områder i livet sliter med å gjøre seg forstått, i tillegg er de også her beskrevet som svært åpne og utleverende i forhold til sine egne liv, noe som ikke nødvendigvis alltid fungerer som en bra kombinasjon. I forhold til media kan dette fort vise seg å bli problematisk i forhold til å bli fremstilt som noe man ikke kjenner seg igjen i (6.1.3). Det informantene føler de får på scenen under konsertene virker å være en Arena hvor de får uttrykt seg på den måten de selv ønsker.

Flere av informantene, og spesielt da vokalistene har uttrykt et iboende formidlingsbehov, hvor de beskriver å få utløp for dette behovet på scenen under konsertene. For enkelte kan muligens det å stå på en scene med et applauderende publikum virke positivt i form av å motta en følelse av aksept og forståelse, og hvor det man formidler har stor betydning for andre mennesker.

Jeg tror at musikere har et kommunikasjonsbehov som er ekstremt. Evt reaksjon på dårlige kommunikasjonsevne i livet generelt, og når det kommer fra grunnleggende kommunikasjonsbehov. Den type musikere som gjør det til tross for alt det der dritten. Så det ligger en eller annen urkraft. Jeg tror det er spesielt.”

Informanten har beskrevet musikken som en ”flukt fra virkeligheten”. Kanskje er dette noe av det som virker appellerende for enkelte musikere ved konserter. Nettopp det å gå inn i en egen fantasiverden eller et eget domene, hvor man blir en historieforteller som tar publikum med på en reise, og i stor grad påvirker publikums følelser i form av lys og bilde. Informanten påpeker også at kunsten og musikken først blir levende i det øyeblikket den blir hørt av andre, hvor han samtidig hevder at han *ikke kunne levd uten applausen*. For informanten blir det å høre publikums reaksjon et viktig moment i forhold til utøvelse av musikken. Spesielt er det vokalistene som har uttrykt disse følelsene av affeksjonen til det å stå på scenen. J D-R påpeker her viktigheten av feedback i jobbsammenheng. I det informant7 antyder at musikken først blir levende i det den enten høres av publikum eller presenteres for bandmedlemmer. Både publikum og bandmedlemmer blir her betegnet som støttespillere og blir i så måte viktige brikker for vokalisten i forhold til tilbakemeldingsstadiet og øker i følge J D-R modellen sannsynligheten for å oppnå sine mål, og hvor dette igjen øk styrker sannsynligheten for jobbengasjement (Schaufeli & Bakker, 2004; Bakker & Leiter, 2010). Informant2 anser vokalistene for å være følelsesmennesker, som har et iboende behov for å være i sentrum og bli anerkjent. Kahn (1990) ser det å være følelsesmessig engasjert, både fysisk og psykisk som viktig for jobbengasjement og miste seg selv i jobbrollen. Det er interessant at ingen av de artistene som kun spilte instrument nevnte noe i forhold til sceneopptreden og behovet for å være i sentrum og bli anerkjent som essensielt for sin del. Muligens er dette kun tilfeldigheter eller kanskje kan det ligge noe her i forhold til at vokalister skårer høyere på følelsesmessig relaterte dimensjoner enn sine bandkolleger. Formodelig kan den kvantitative spørreundersøkelsen blant MFO sine medlemmer som Jonas Vaag jobber med å utarbeide være med å belyse dette. Likevel skal det nevnes at spørsmål vedrørende personlighetstrekk ikke var en del av intervjuguiden, i tillegg var det også en høyere andel vokalister som deltok i denne studien. Til tross for dette hadde informant2 en formening om at personligheten utkrystalliserte seg ut ifra de instrumentene man spiller. Man kan likevel spørre seg om dette er noe som ligger til grunn før man velger instrument, eller om dette er noe som skjer etter hvert. Marchant-Haycox og Wilson(1992) fant i sin studie omkring personlighet

og scenekunst at vokalistene hadde en tendens til å være mer ekstrovert enn sine medmusikanter. Likevel påpekes det også her at det er uvisst om denne ekstorversjonen ligger til grunn før man begynner med musikk eller om dette er noe som utvikler seg som resultat av eksponering (Marchant-Haycox, 1992; Kogan, 2002). Vokalistene står ofte i begivenhetenes sentrum midt på scenen, hvor dette er noe man med tiden blir vant med og som kan skape en avhengighet. I så måte kan dette sies å være likt for alle bandmedlemmer som står på scenen, men hvor det kan tenkes at den personen som sitter på piano eller trommer ikke blir viet samme grad av oppmerksomhet og er like fremtredene som for eksempel henholdsvis vokalistene. I forhold til avhengighet har flere av vokalistene beskrevet musikeryrket som en *adrenalinjobb*, og hvor noen har beskrevet en søken og et behov for å oppleve å oppnå dette adrenalinet hver konsert. Ord som *Adrenalin Junkie* har blitt tatt i bruk av enkelte informanter, hvor en av informantene har referert til seg selv som en narkoman i forhold til å søke denne adrenalinfølelsen. En adrenalinjunkie kan beskrives som en person som er avhengig av endogen epinephrine og som selv påfører seg en form for fight-or-flight respons ved å inngå i en eller annen form for risikabel eller stressende atferd (Scott, 2007). Dette kan også settes i sammenheng med type A personlighet og overforpliktelse, hvor rastløshet, utålmodighet, konkurransementalitet og ekstremt jobbfokus gjerne kjennetegner slike personer. I følge innsatsbelønningsmodellen er dette personer som står i faresonen for utbrenthet og utvikling av hjertekarsykdommer (Steptoe et al., 2004; Siegerist, 2000), mens J D-R modellen muligens vil se på dette som jobbengasjement og dermed se det som en motpol til utbrenthet (Bakker & Leiter, 2010). Det ekstreme jobbfokuset virker i alle fall å være dekkende her, i form av at de fleste informantene beskriver dette som et livsstilsyrke, og det og alltid på en eller annen måte være på jobb. Likevel blir ikke søken etter adrenalin karakterisert som noe negativt ut fra informantene. Kanskje man heller kan sette dette i sammenheng med konkurranse og måloppnåelse i likhet med idretten (5.3.6). Å være stresset før en konsert eller en turne behøver ikke nødvendigvis være negativt, siden stress både kan virke kognitivt og fysisk fremmende (Finaud, Lac & Filaire, 2006). Det å være noe stresset før en turné kan vise seg å være positivt i form av at man blir mer fokusert på selve oppgaven, noe som igjen kan føre til at man øver mer, og hvor dette ofte fører til bedre utførelse når man skal prestere. Før konkurranser er det tiltenkt at for å yte best mulig er det bra for en idrettsutøver å inneha en viss mengde adrenalin i kroppen. Dette fordi adrenalinet øker hjerterefrekvensen og metabolismen, som igjen fører til at man blir mer skjerpet og forbedrer reaksjonsevnen og refleksene. I tillegg fungerer også adrenalinet smertestillende, og kan være positivt i forhold til utholdenheten (Tian, N.D). Det er tiltenkt i forhold til idrettsutøvere at de som ikke blir overveldet av stress men makter å kontrollere adrenalinet i form av å dirigere, og lede den i riktig retning ofte er de utøverne som opplever mestring og seire i sine idrettsgrener (Cottrill, 2011). På samme måte kan man se dette adrenalin som nyttig for musikeren i form av å holde seg på tå hev og levere en best mulig forestilling hver gang

man entrer scenen, hvor man drar nytte av sine emosjoner i form av affektbevissthet for måloppnåelse, og i så måte opplever adrenalinet som noe positivt i form av kontroll og mestring av situasjonen, i motsetning til at man låser seg og opplever scenefrykt. På samme måte tilsier teorien om sosial fasilitering at den dominante responsen som i dette tilfellet er musisering, vil styrkes i nærvær av andre mennesker (Myers, 2005).

Enkelte av Informantene har også gitt uttrykk for hva som kan betegnes som en slags depresjon etter turnéavslutning, hvor det her har blitt beskrevet som en slags ensomhet og et savn etter applausen og de øyeblikkene man deler med publikum. Det har nylig vært noe snakk om et fenomen som kalles Post-Concert Depression (PCD), hvor lignende symptomer er beskrevet. PCD er så langt kun rettet mot publikum, og ikke artisten. Dette kan likevel være interessant med tanke på at musikeren kan ha gjensidig oppfattelse av dette som publikum, hvor dette kan være interessant med tanke på senere forskning.

6.2.3 Den sosiale støtten fra familie og bandmedlemmer

I hverdagen er familien beskrevet som det viktigste holdepunktet for artistene og hvor den støtten de mottar fra familie viser seg på flere forskjellige måter. I forhold til rollekonflikt som tidligere nevnt er familien blitt beskrevet som viktig i forhold til å ikke bli *svevende* og miste seg selv i det såkalte *rockelivet*, med alt dette innebærer (6.1.3). Det har blitt fremlagt teorier hvorvidt det kan oppstå en rollekonflikt i forhold til jobb og familieliv. Konflikten er tenkt å oppstå som konsekvens at man fordyper seg og implementerer en av disse rollene i for stor grad inn i sitt selvkonsept, hvor dette vil kunne føre til at man i stor grad opptar seg med en av disse rollene og i mindre grad tar inn over seg den andre rollen (Ford, Heinen & Langkamer, 2007). Slike teorier kan likevel ikke sees å være holdbar i forhold til våre informanter hvor familierollen ikke er i konflikt med jobbutførelsen og ytelsen til informantene, men kun virker beskyttende mot negative faktorer ved yrkeshverdagen slik som alkohol, rusmidler og stjernerøykker. En av informantene påpeker i motsetning til slike teorier at han er den samme personen i familiehverdagen som han er på turné, hvor han antyder at disse to rollene ikke er uforenlige, og hvor det nødvendigvis ikke behøver være noen konflikt i forholdet mellom jobb og familierolle, men hvor de lar seg kombinere, og hvor livsstilsaspektet ved karrieren ikke lenger er ett problem. Greenhouse og Beutell (1985) har påpekt at sosial støtte her kan redusere rollekonflikten og heller være en buffer i mot en eventuell familie-jobb konflikt. De fleste informantene har også pekt på familie og ektefelle som en viktig støttespiller i forhold til stressreduksjon i hverdagen, noe som stemmer godt overens med teorier om sosial støtte som buffer imot stressorer (Michel, Mitchelson, Pichler & Cullen, 2009; Strobe, 2011; Saksvik & Nytrø, 2006). På samme måte som familiemedlemmer har fungert som en beskyttende faktor i forhold til hverdagens stress, har bandkolleger i følge informantene hatt denne samme funksjonen når man er ute på turné.

Likevel viser intervjuene til at dette varierer kraftig i forhold til personlighet og konkurranseinstinkt, hvor konkurranse innad i bandet virker å ha ført til friksjoner for en av informantene, og hvor en annen nevner ekstreme personligheter og forskjeller her som destruktivt for et av sine tidligere band. De fleste informantene har derimot sett på sine kolleger som en andre familie, som utfyller den samme sosiale støttefunksjonen som ektefelle og barn gjør.

6.2.4 Identitet, autenticitet og rollekonflikt

I følge Informant7 er det viktig og alltid huske på hvorfor man startet med musikk, han kaller dette å *gå tilbake til kilden*. Dette henger i følge informanten sammen med det å bevare sitt eget særpreg og identitet. Informanten påpeker dette som essensielt i forhold til å overleve i bransjen. Informant10 kaller dette å skape seg en *nisje*, eller noe særegent man er kjent for, hvor man her presterer på høyeste nivå. Informant7 hevder at både når det kommer til suksess eller fiasko så bør produktet som leveres være ekte vare. Med dette mener han at det bør komme fra artisten selv, identisk og musikalsk. Dette henger sammen med produktet artisten leverer bør være noe han eller hun kan kjenne seg igjen i. I den sammenheng forteller informant6 om hvordan hun jobber innenfor og med flere forskjellige musikkstiler, men hvor alt det hun driver med har hennes eget personlige stempel. Dette beskriver hun som sin egen stil og som hun mener å tro publikum er i stand til å gjenkjenne. Tanken omkring autenticitet og særpreg virker på flere måter å bli meget viktig for artisten, hvor det i så måte fungerer som grunnpilarene for artisten. Autenticitet betegnes her som viktig i forhold til å ha en lang karriere og kunne leve av musikken. Autenticitet blir i så måte et interessant tema, hvor enkelte informanter har beskrevet hvordan enkelte individer i musikkbransjen, slik som agenter og plateselskap *vanner ut artisten*, hvor man blir et produkt av bransjen enn hva man liker å betegne som en ekte artist. Rap-duoen Karpe Diem hadde på sitt 2010 album "Aldri solgt en løgn" en singel med navnet "sminke". Her tar duoen et oppgjør med det de betegner som en image-oppslukt platebransje som er opptatt av å sminke sine artister til noe de ikke er (kingsize, 2010). Autenticitet innen populærmusikken kan sees å stamme tilbake til 1960-årene, hvor musikkmagasinene *Creem* og *Rolling Stone* i stor grad var delaktig i å skape ett skille mellom på den ene siden den kunstneriske og autentiske rocken, og på den andre siden den ikke-autentiske og kommersielle pop'en (Lilliestam, 2003). Som så mye annet kan det også diskuteres hvorvidt temaet autenticitet innen musikken også er medieskapt. Lilliestam(2003) satt opp 6 punkter som virker gå igjen til artister som oppfattes som autentiske;

- Artister som skaper sin egen musikk og skriver egne tekster
- Motivet er kunstnerisk fremfor økonomisk
- Artisten har høy kunstnerisk integritet og kontroll over hvordan hans eller hennes musikk utformes og presenteres

- Artistens opprinnelse blir viktig i forhold til skapelsesprosessen og kunsten. Idealet blir å komme fra fattige kår og kjempe seg opp til tross for dårlige odds.
- Artisten har turnert og spilt mange konserter og slitt for å få sitt gjennombrudd
- Behersker sitt håndverk i form av å enten være dyktig vokalist eller på sitt instrument, og være en scenepersonlighet som bryr seg om sitt publikum
- Band som består av barndomskompiser, hvor vennskap glorifiseres
- Flere artister blir skildret som eksentriske og avvikere på ulike sett.

Samtidig satt Lilliestam(2003, s. 206) opp 6 punkter for hva man liker å karakterisere som ikke autentisk musikk og musikere:

- Artisten skaper ikke sin egen musikk, men hvor den er skapt av et team komponister og/eller produsenter.
- Musikken sees å ikke speile artistens tanker eller hensikter.
- Artisten bestemmer ikke over musikken og markedsføring, hvor produsent og plateselskap er ansvarlig for dette.
- Det økonomiske går foran det kunstneriske
- Bandet er tilfeldig satt sammen av mennesker som har vært på audition
- Den musikalske kunnskapen er forutsett å være på et lavt nivå, og musikken er i høy grad standardisert (Lilliestam, 2003, s. 208)

Det blir her viktig å huske på at autentisitet blir en definisjonssak, hvor det som er autentisk og ekte for noen ikke nødvendigvis behøver være det for andre. Autentisitet kan også sees på fra tre forskjellige vinkler: Fra musikerens side, hvor musikalsk autentisitet setter musikken inn i en meningsfull sammenheng. Som igjen gir musikken en verdi og en følelse av dypere mening imot virkeligheten(Lilliestam, 2003). Fra musikkbransjen sin side. Her blir autentisitet brukt som et verktøy for å selge musikken i form av å fremstille artisten eller artistene som ekte(Lilliestam, 2003). Og til slutt publikum eller konsumenten av produktet. Også her skaper ideen om autentisitet mening og sammenheng omkring musikken. Dette kan igjen sees i lys av sosial kategorisering og posisjonering i forhold til å skape og opprettholde stiler og identiteter(Lilliestam, 2003), hvor publikum her kan sette et skille mellom "oss" og "de andre", Hvor dette igjen kan hensepeile begrepet som tidligere ble nevnt i innledningen *kulturell kapital*, et begrep som kan relateres til all form for kunst. Likevel blir det her en subjektiv oppfattelse blant hver enkelt konsument omkring musikkjangre og stiler, og hva de oppfatter som høykultur og lavkultur. Skillet her er ikke lenger like markant som det en gang var. Even Ruud påpeker hvordan musikken er med på å forme menneskers identitet i form av sosial bekreftelse og som identitetsmarkør(Ruud, 1997). Kanskje kan dette være med å forklare

informantenes syn på autentisitet som fundamentalt viktig for deres musikk og musikalske ståsted. Som Lilliestam (2003) påpekte i form av mening igjennom musikken, men også i form av tilhørighet til sitt publikum og fanskare, som føler en identitet til deres musikk. Dermed kan det tenkes det blir viktig for artisten å forholde seg sann og ekte i forhold til sine fans. I tillegg til at musikere som ofte skifter stil ofte kan bli sett på som vinglete, lite konsekvente og muligens også som en *sellout* i forhold til å være mer opptatt av økonomisk vinning enn det kunstneriske. Jeg har ikke tenkt å gå videre inn på autentisitet grunnet oppgaven i hovedsak ikke handler om dette. Like fullt føler jeg en liten innføring her var nødvendig i forhold til å forstå hva som ligger i dette begrepet som flere av informantene påpekte som viktig i forhold til sin karriere. Det virker likevel som om artistens følelse omkring det å være autentisk er viktig til tross for at begrepet er noe vagt og høyt diskutert, kan det heller virke som om dette går mer på artistens selvkonsept om hvem man er og ikke er, og hvor han eller hun unngår å skape en følelse av kognitiv dissonans ved å være seg selv dette bevisst (Myers, 2005). Begrepet autentisitet har også blitt nevnt som viktig når det gjelder bandet som produkt, hvor både informant 2, 3 og 7 har påpekt hvordan hvert enkelt medlem i et band setter sitt eget preg på bandet og i så måte gjør produktet unikt. Informant 7 har her til og med gått så langt som å si at han ikke kunnet holde konsert uten noen av sine bandmedlemmer, hvor ingen av disse er erstattelige. Noe som kan sees i sammenheng med både samhold og samarbeid (6.2.3).

7.0.0 Oppsummering, konklusjon og implikasjoner for videre forskning

Arbeidslivet til pop- og rock- musikere har i likhet med de fleste andre yrkesgrupper endret seg de senere årene. Endringer i platebransjen og større mulighet knyttet til lansering av egen musikk har ført til større frihet og mulighet til å bli sett og hørt. Denne friheten har også kommet med en pris i form av sviktende omsetning i platesalg, noe som har ført til større behov for turnévirsomhet. Formålet med denne oppgaven var å se på hvilke fysiske og psykiske utfordringer denne yrkesgruppen står ovenfor og eventuelle beskyttende faktorer som her finnes. Det økonomiske aspektet har av informantene blitt ansett som en av de største psykiske utfordringene knyttet til bransjen. Et konstant jag etter å skaffe seg nok jobber til å forsørge seg og sin familie har blitt sett på som hemmende både i forhold til det kunstneriske, men også øyeblikksprestasjonen man leverer på scenen. Dette kan også ha sammenheng med følelse av manglende kontroll over egen karriere, i tillegg til å se denne som mest preget av flaks og tilfeldigheter i forhold til det å lykkes som artist. En annen utfordring informantene har påpekt er det å forholde seg til media i forhold til hva man kan si og gjøre, hvor måten man her blir utlevert både kan gå utover seg selv og sin familie. Familieliv er også nevnt som en utfordring i forhold til reisedøgn, i form av tap og forsømmelse av venner og familie. Fysisk er mye reising også påpekt som en utfordring. Blant andre fysiske utfordringer er

stemmeproblemer påpekt av vokalistene, hvor skulder og nakke problemer er tenkt utbredt blant gitarister og bassister, men dette ble ikke nevnt som et problem av våre informanter.

Stemmeproblemer blant informantene virker også å falle inn under psykiske problemer i form av at dette er noe de går rundt og tenker og dveler mye over, samtidig som de ikke har vært kjent med hvor de kan henvende seg for å få løst sine problemer. Dette i tillegg til usikkerhet knyttet til andre yrkesskader og andre psykiske aspekter knyttet til musikkbransjen har ført til et ønske blant flere av våre informanter om et helsetilbud spesielt knyttet til musikkbransjen.

Av beskyttende faktorer som har blitt fremhevet av våre informanter er sosial støtte fra familie og bandkolleger trukket frem som det viktigste for å kunne overleve innenfor musikeryrket. Sosial støtte virker her å være en buffer mot et stressende arbeidsmiljø, men også i form av å definere virkeligheten, hvor man innehar to forskjellige roller når man er ute på turné og når man er hjemme med familien. Våre informanter har påpekt rollen som familiefar eller mor som den viktigste rollen, og hvor denne definerer deres virkelighet. Når man er klar over dette virker det lettere å ikke la seg affisere av medias omtale av egen person og personlighet. Egen identitet og særpreg har også blitt trukket frem som viktig for overtid å kunne bli værende i bransjen og selge sitt produkt. Også det å lære seg kjenne bransjen over tid, og hvor man opparbeider seg den kunnskap og humankapital til å kunne ta seg av alt utenforliggende som kan vise seg å bli økonomisk kostlig for musikeren. Samtidig har informantene påpekt at det hadde vært umulig å ha dette som yrke om man ikke hadde hatt en genuin kjærlighet til musikken med et intenst ønske om å formidle noe. De funn som er gjort i denne studien henger alle sammen med at dette er et livsstilsyrke, hvor man ikke kan dra et klart skille mellom jobb og fritid, men hvor disse gjerne glir over i hverandre

Mine funn har i all hovedsak vært fokusert på våre informanters beskrivelse av sin egen arbeidshverdag, hvor jeg etter beste evne har forsøkt gjort rede for de utfordringer og beskyttende faktorer som her finnes. Det utarbeides i disse dager et spørreskjema basert på de funn min kollega og biveileder Ph.d. -Kandidat Jonas Vaag har gjort seg omkring samme datamaterialet. Dette spørreskjemaet skal sendes ut til hele MFO's medlemsmasse. Det kan være aktuelt for senere forskning på det norske pop og rock miljøet å ta utgangspunkt i, og benytte seg av de funn som her gjøres.

8.0.0 Referanseliste

Ackermann, B., Driscoll, T., & Kenny, D, T. (2012). Musculoskeletal Pain and Injury in Professional Orchestral Musicians in Australia. *Performing Arts Medicine*, 27(4), 181-188.

- Akiskal, K. K., Savino, M., & Akiskal, H. S. (2005). Temperament profiles in physicians, lawyers, managers, industrialists, architects, journalists, and artists: a study in psychiatric outpatients. *Journal of Affective Disorder*, 85(1-2), 201-206.
- Altinn. (2010, 25. Juli). *Hva er en frilanser?* Hentet fra <https://www.altinn.no/no/hjelp-til-regelverk/starte-bedrift/for-du-starter/minste/frilanser/>
- Amdahl, P., & Sommerset, S. (2009). Rettssaken mot fildelingsnettverket The Pirate Bay kan ende med to års fengsel og millionbøter. *Norsk Rikskringkasting*. Hentet fra <http://www.nrk.no/kultur-og-underholdning/1.6482700>
- Andreasen, N.J.C., Powers, P.S., 1975. Creativity and psychosis. An examination of conceptual style. *Arch. Gen. Psychiatry* 32 (1), 70–73.
- Arbeidsdepartementet (2010, 1. Februar) Tiltak for reduksjon i sykefravær : Aktiviserings - og nærværsreform. Hentet fra http://www.regjeringen.no/nb/dep/ad/dok/rapporter_planer/rapporter/2010/Tiltak-for-reduksjon-i-sykefravar-Aktiviseringsog-narvarsreform.html?id=592648
- Asker, C. (2008, 23. Januar). *Bransjen tar full kontroll*. Hentet fra <http://www.aftenposten.no/kultur/musikk/article2214306.ece>
- Bakker, A. B., & Geurts, S. A. E. (2004). Toward a dual-process model of work-home interference. *Work and Occupations*, 31, 345.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22, 309-328.
- Bakker, A. B., Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Taris, T. W. (2008). Work engagement: An emerging concept in occupational health psychology. *Work & Stress*, 22(3), 187–200.
- Bakker, A. B., & Leiter, M. P. (2010). *Work engagement: A handbook of essential theory and research*. New York, NY: Psychology Press
- Bakker, A. B. (2011). An Evidence-Based Model of Work Engagement. *Current Directions in Psychological Science*, 20(4), 265–269.
- Balzac, F. (2006). Exploring the brain's role in creativity. *Neuropsychiatry Rev*, 7(1), 19–20.

- British Broadcasting Corporation. (2011, 13. Desember). *Guns N' Roses' McKagan drank "10 bottles of wine a day"*. Hentet fra <http://news.bbc.co.uk/2/hi/programmes/hardtalk/9639496.stm>
- Bellis, M. A., Hennell, T., Lushey, C., Hughes, K., Tocque, K., & Ashton, J. R. (2007). Elvis to Eminem: quantifying the price of fame through early mortality of European and North American rock and pop stars. *Journal of Epidemiology and Community Health, 61*(10), 896-901.
- Béhar, Colombani & Krishnan (n.d). PUBLISHING IN THE DIGITAL ERA A Bain & Company study for the Forum d ' Avignon.
- Beveridge, a, & Yorston, G. (1999). I drink, therefore I am: alcohol and creativity. *Journal of the Royal Society of Medicine, 92*(12), 646–8.
- Bolin, K., Lindgren, B., Lindström, M., & Nystedt, P. (2003). Investments in social capital--implications of social interactions for the production of health. *Social science & medicine 56*(12), 2379–90.
- Bosma, H. A. & Kunnen, E. S. (2001). Determinants and mechanisms in ego identity development: A review and synthesis. *Developmental Review, 21*, 39–66.
- Bourdieu, P., & Passeron, J., C. (1990). *Reproduction in Education, Society and Culture*. London: Sage publications Ltd.
- Charmaz, K. (2001). Grounded Theory. In J. A. Smith, & L. Langenhove, *Rethinking Methods in Psychology*, s. 27-49. London, England: Sage Publications.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: a practical guide through qualitative analysis*. London: Sage.
- Cottrill, M. (2011). *How does adrenaline affect an athlete's performance*. Hentet fra <http://www.livestrong.com/article/446347-how-does-adrenaline-affect-an-athletes-performance/>
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Finding Flow: The Psychology of Engagement With Everyday Life*. Basic Books.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology, 86*, 499-512.
- Cohen. S., & Syme. S. L. (1985). *Social Support and Health*. New York: Academic Press.

- Dobson, M. C. (2010). Insecurity, professional sociability, and alcohol: Young freelance musicians' perspectives on work and life in the music profession. *Psychology of Music*, 39(2), 240–260.
- Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.
- Eggen, N. A., & Nyrønning, S. M. (2003). *Godfoten: Samhandling — veien til suksess*. Oslo: Aschehoug.
- Elkind, D. (1967). Egocentrism in adolescence. *Child Development*, 38, 1025–1034.
- Espvall, M., & Dellgran, P. (2010). Can we count on each other? Reciprocity and conflicts in financial support in Sweden. *International Journal of Social Welfare*, 19(1), 84–94.
- Espnes, G. A., & Smedslund, G. (2009). *Helsepsykologi*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140.
- Finaud, J., Lac, G., & Filaire, E. (2006) Oxidative Stress: Relationship with Exercise and Training. *Sports Med*, 36(4), 327-358
- Fischer, G., & Sortland, G. (2001). *Innføring i organisasjonspsykologi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Flower, D. J. C., Irvine, D., & Folkard, S. (2003). Perception and predictability of travel fatigue after long-haul flights: a retrospective study. *Aviation, space, and environmental medicine*, 74(2), 173–9.
- Folkehelseinstituttet. (2010, 3. November) *Konsekvenser av psykiske lidelser*. Hentet fra http://www.fhi.no/eway/default.aspx?pid=233&trg=MainLeft_6039&MainArea_5661=6039:0:15,4576:1:0:0:::0:0&MainLeft_6039=6041:70817::1:6043:19:::0:0
- Folkehelseinstituttet. (2011, 11. Januar) *Psykiske plager og lidelser – faktark med helsestatistikk*. Hentet fra http://www.fhi.no/eway/default.aspx?pid=233&trg=MainLeft_6039&MainArea_5661=6039:0:15,4576:1:0:0:::0:0&MainLeft_6039=6041:42699:
- Folketrygdloven (1997). Lov om folketrygd m. v. av 1. mai 1997 nr. 8 hentet fra <http://www.lovdatab.no/all/nl-19970228-019.html>
- Ford, M. T., Heinen, B. A., & Langkamer, K. L. (2007). Work and family satisfaction and conflict: A meta-analysis of cross-domain relations. *Journal of Applied Psychology*, 92, 57–80.
- Friedman, R. C., & Downey, J. I. (2012). Editorial: The Biopsychosocial Model. *Psychodynamic Psychiatry*: 40(3) 371-376.

- Fry, H. J. H. (1986). Overuse syndrome in musicians: Prevention and management. *Lancet*, 2, 728-731.
- Gardell, B. (1971). Alienation and mental health in the modern industrial environment. In L. Levi (Ed.), *Society, stress and disease*, 1, 148-180. Oxford: Oxford University Press
- Ghosemajumder, B. S. (2002). Advanced Peer-Based Technology Business Models. <http://fl1.findlaw.com/news.findlaw.com/hdocs/docs/napster/napster-md030601ord.pdf>
- Gjersøe, J. (2012). *Inntektene fra streaming øker*. Hentet fra <http://www.nrk.no/lydverket/inntektene-fra-streaming-oket/>
- Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research*. Chicago: Aldine.
- Glaser, B. G. (1998). *Doing grounded theory: issues and discussions*. Mill Valley, CA: Sociology Press.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10, 76–88.
- Guba, E. G. (1981). Criteria for assessing the trustworthiness of naturalistic inquiries. *ECTJ Annual Review Paper*, 29, 75-91
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (2004). *Competing paradigms in qualitative research. I: S. N. Hesse-Bieber & P. Leavy, Approaches to qualitative Research*. Oxford: Oxford University Press, 17-38.
- Hallett, M. (2011). Neurophysiology of dystonia: The role of inhibition. *Neurobiology of Disease*, 42, 177–184.
- Hammershaug, B. (2008, 30. Januar). *Warner: 360 gir kontroll*. Hentet fra <http://www.ballade.no/nmi.nsf/doc/art2008013009522995104142>
- Hammershaug, B. (2008, 30. Januar). GramArt: - 360-avtaler må skape en merverdi for alle parter. *Norsk musikkinformasjon*. Hentet fra <http://www.ballade.no/nmi.nsf/doc/art2008013009352784800183>
- Hanstveit, A. M. K., Hovland, R., & Duckert, F. (2012). Inn i og ut av superstjernestatus : Identitetsprosesser hos unge ved kortvarig medieeksposering. *Tidsskrift for Norsk Psykologiforening*, 49. 843–853.

- Harman, W. W., McKim, R. H., Mogar, R. E., Fadiman, J., & Stolaroff, M. J. (1966). Psychedelic agents in creative problem-solving: a pilot study. *Psychological reports*, 19(1), 211–27.
- Henningsen, P., Zimmermann, T., & Sattel, H. (2003). Medically unexplained physical symptoms, anxiety, and depression: a meta-analytic review. *Psychosom. Med.*, 65(4), 528-533.
- House, J. S. (1981). *Workstress and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley
- House, J. S., & Cottington, E. (1986). Health and the workplace. In Applications of Social Science to Clinical Medicine and Health Policy, ed. LH Aiken, D Mechanic, 382–415
- Iversen, L, T, B. (2012. 18. september). *Kjendisene advarer mot musikkbransjen*. Hentet fra <http://www.tv2.no/underholdning/gkn/kjendisene-advarer-mot-musikkbransjen-3878795.html>
- Ivey, A. E., Gluckstern, N. B., & Ivey, M. B. (1997). *Basic influencing skills*, North Amherst, Massachusetts: Microtraining Associates.
- Jamison, K.R., 1989. Mood disorders and patterns of creativity in British writers and artists. *Psychiatry* 52 (2), 125–134.
- Jamison, K, R. (1994). *Touched with fire: Manic depressive illness and the artistic temperament*. New York: Free Press.
- Jané-Llopis, E., & Matytsina, I. (2006). Mental health and alcohol, drugs and tobacco: a review of the comorbidity between mental disorders and the use of alcohol, tobacco and illicit drugs. *Drug and alcohol review*, 25(6), 515–36.
- Janis, I. L. (1982). *Groupthink: psychological studies of policy decisions and fiascoes*. Boston: Houghton Mifflin.
- Järnström, S. (2011). *Musikbranschen i förändring: Artistens möjligheter med och utan skivbolag*. (Arcada, Nyland).
- Jarosz, A. F., Colflesh, G. J. H., & Wiley, J. (2012). Uncorking the muse: alcohol intoxication facilitates creative problem solving. *Consciousness and cognition*, 21(1), 487–93.
- Johnson, J. V., & Hall, E. M. (1986). The impact of Workplace social support, job demands and work control upon cardiovascular disease in Sweden. *American Journal of Public Health*, 78(10), 1336-1342

- Johansen, C, K. (2012. 9. oktober). *Vil ha bransjen på banen*. Hentet fra <http://www.ballade.no/nmi.nsf/doc/art2012100809215155169604>
- Jonsdottir, I, H., & Ursin, H. (2008). *Stress: Helsedirektoratet: Aktivitetshåndboken: Fysisk aktivitet i forebygging og behandling*. 602-610.
- Karasek, J. R. (1979). Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285-308.
- Karasek, R., & Theorell, T. (1990). *Healthy Work. Stress, Productivity, and the Reconstruction of Working Life*. New York, NY: Basic Books.
- Katon, W., & Roy-Byrne, P. P. (1991). Mixed anxiety and depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 337-345.
- Kingsize (2010. 24. Mars). *Nå har dem sminke på seg*. Hentet fra <http://www.kingsize.no/News.aspx?ArtNo=14854>
- Klappe, B., Mangset, P., & Røyseng, S. (2010). Kunstnere i byråkratisk jernbur? Kunstnerisk arbeid i utøvende kunstutstillinger. *TF-rapport nr 262*.
- Knopper, Steve (2009). *Appetite for Self-Destruction: the Spectacular Crash of the Record Industry in the Digital Age*. Free Press.
- Kvale, S. (2001). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal akademisk
- Kogan, N. (2002). Careers in the Performing Arts : A Psychological Perspective. *Creativity research journal*, 14(1) 1-16.
- Lunde, E. S. (2001). Større åpenhet om psykiske lidelser: Samfunnspeilet nr.5. Hentet fra <http://www.ssb.no/ssp/utg/200105/04/>
- Lewis, G., & Araya, R. (2001). Classification, disability and the public health agenda. *British Medical Bulletin*, 57, 3-15
- Wikipedia. (2012). List of deaths in rock and roll. Hentet fra http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_deaths_in_rock_and_roll
- Langdridge, D. (2004). *Psykologisk forskningsmetode. En innføring i kvalitative og kvantitative tilnærminger*. Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.

- Larsen, R. J., & Buss, D. M. (2005). *Personality psychology: Domains of Knowledge About Human Nature*. New York: McGraw Hill
- Lazarus, R S & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S. (1990). Theory-based stress measurement. *Psychological Inquiry*, 1, 3–13.
- Lerdahl, Erik (2007). *Slagkraft. Håndbok i idéutvikling*. Oslo: Gyldendal forlag
- Lilliestam, L. (2003). Bruce Springsteen och idén om "autentisk musik", 203–210.
- Lockwood, A. H. (1989). Medical problems of musicians. *The New England Journal of Medicine*, 320, 221-227.
- Lorentzen, A. H., & Stavrum, H. (2007). Musikk og kjønn : Status i felt og forskning Av, (5).
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American psychologist*, 56, 239-249.
- Magill, M., & Ray, L, A. (2009). "Cognitive-behavioral treatment with adult alcohol and illicit drug users: A meta-analysis of randomized controlled trials." *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 70 (4): 516-527.
- Marchant-Haycox. S, E., & Wilson. G, D. (1992). Personality and stress in performing arts. *Person. Individ. Diff.*, 13(10) 1061-1068.
- Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L. & Orlofsky, J. L. (1993). *Ego Identity: A Handbook for Psychosocial Research*. New York: Springer-Verlag.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego identity statuses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 551–558 .
- Maslach, C., Schaufeli, W, B., & Leiter, M, P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Maslach, C., & Leiter, M, P. (1997). *The truth about burnout*. San Francisco: Jossey-Bass.
- McKagan, D. (2011). *It's so easy(and other lies)*. New York: Simon & Schuster.
- Michel, J. S., Mitchelson, J. K., Pichler, S., & Cullen, K. I. (2009). Clarifying relationships among work and family social support, stressors, and work–family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 76, 91–104.

- Mula, M., & Trimble, M. R. (2009). Music and madness: neuropsychiatric aspects of music. *Clin.Med.*, 9(1), 83-86.
- Musikernes fellesorganisasjon(n.d). *Om management*. Hentet fra http://www.musikerorg.no/text.cfm/0_763/om-management
- Myers, D. G. (2005) *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Mykletun, A., & Knudsen, A, K. (2009) Psykiske lidelser blant voksne i Norge. *Psykiske lidelser i Norge: Et folkehelseperspektiv*.(rapport 2009:B) Oslo: Nasjonalt folkehelseinstitutt
- NAV (2013, 6. Februar). Hentet fra <http://www.nav.no>
- Norsk Rockforbund(n.d). *Artisthåndtering og booking*. hentet fra <http://www.norskrockforbund.no/arrangoerwiki/temaoversikt/artisthaandtering-og-booking.aspx>
- Norstrom, T. (2006). *Per capita alcohol consumption and sickness absence*. *Addiction*, 101(10), 1421-1427.
- Olsen, T. (2011. 13. september) *Norske band krever for mye*. Hentet fra <http://www.ballade.no/nmi.nsf/doc/art2011091309531143019913>
- Pettersen, J. (2012. 17. september). *Hvis man sier nei så er man kjip*. Hentet fra <http://www.dagbladet.no/2012/09/17/kultur/musikk/krakesolv/musikkbransjefyll/23409122/>
- Raeburn, S. D., Hipple, J., Delaney, W., & Chesky, K. (2003). Surveying popular musicians' health status using convenience samples. *Medical Problems of Performing Artists*, 18(3), 113-119.
- Richards, K. (2010). *Life*. New York: little brown and co.
- Rognerød, E. (2012. 12. Oktober). *Alkoholproblematikken må frem i lyset*. Hentet fra <http://www.ballade.no/nmi.nsf/doc/art2012101211345742966353>
- Ruud, E. (1997). *Musikk og identitet*. Oslo: Universitetsforlaget
- Rønning, R., & Starrin, B. (2009). *Sosial kapital i et velferdsperspektiv- Om å forstå og styrke utsatte grupper sosiale forankring*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Saksvik, P. Ø., & Nytrø, K. (2006). *Ny personalpsykologi for et arbeidsliv i endring: nye perspektiver på samspillet organisasjon og menneske*. Oslo, Norge: Cappelen akademisk forlag.

- Schaller, M. (1997). The Psychological Consequences of Fame: Three tests of the self consciousness hypothesis. *Journal of Personality*, 65, 291–309.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources and their relationship with burnout and engagement: A multi- sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25, 293–315.
- Schiefloe, P. M. (2006). *Mennesker og samfunn: innføring i sosiologisk forståelse*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Scott, E. (2007). *What Is An Adrenaline Junkie? What Can You Do If You Are One?* Hentet fra <http://stress.about.com/od/situationalstress/a/adrenaline0528.htm>
- Scott, W (1920): *Ivanhoe*, London: The Macmillan Company.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Selye, H, (1976). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill.
- Sessa, B. (2008). Is it time to revisit the role of psychedelic drugs in enhancing human creativity? *Journal of psychopharmacology*, 22(8), 821–7.
- Siegrist, J. (1996). Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1, 27-41.
- Siegrist, J. (2001). A Theory of Occupational Stress. In J. Dunham, *Stress in the Workplace. Past, Present and Future*. London, England: Wurr.
- Skogstad, A. (2000). *Psykososiale faktorer i arbeidet*. I S. Einarsen og A. Skogstad (red.), *Det gode arbeidsmiljø: Krav og utfordringer* (s. 15-34). Bergen: Fagbokforlaget.
- Stavnes, Å. M. (2008). *Å LEVE FOR OG AV MUSIKKEN* Frilansmusikernes strategier for å overleve. (Masteravhandling, UIB, Bergen).
- Steptoe, A., Siegrist, J., Kirschbaum, C., Marmot, M., (2004). Effort-reward imbalance, overcommitment, and measure of cortisol and blood pressure over the working day. *Psychosomatic Medicine* 66, 323–329.
- Sternberg, R, J. (2003) *Cognitive Psychology*. Belmont: Wadsworth/Thomson Learning.

- Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: grounded theory procedures and techniques*. Newbury Park, California: Sage publications.
- Stroebe, W. (2011). *Social Psychology and Health*. (3.ed) Berkshire: Open University Press. McGraw-Hill Education.
- Sørbo, J. (2006). *Globalisering og arbeidsmarkedet*. (NOU 2006: 3). Oslo: Arbeids- og velferdsdirektoratet.
- Theorell, T., & Karasek, R. (1996). Current methodological issues relating to psychological job strain and cardiovascular disease research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1, 9-26
- Tendeland, E. (2009). Stemmevansker i stemmekrevende yrker: Læreres opplevelser av logopedisk stemmebehandling (Masteravhandling, UIO, Oslo).
- Thorsrud, E., og Emery, F. E. (1970). *Mot en ny bedriftsorganisasjon: Eksperimenter i industrielt bedriftsdemokrati*. Oslo: Tanum.
- Tian, S. (N.D) *Mental Benefits of Exercise. HealthGuidance for better health*. Hentet fra <http://www.healthguidance.org/entry/11272/1/Mental-Benefits-of-Exercise.html>
- Tynes, T., Eiken, T., Grimsrud, T. K., Sterud, T., & Aasnæss, S. (2008). Arbeidsmiljø og helse – slik norske yrkesaktive opplever det. Hovedrapport: Statens arbeidsmiljøinstitutt. Document Number).
- Vaag, J. (2006). God ledelse I offentlig sektor. (Masteravhandling, NTNU, Trondheim).
- Van Der Doef, M., & Maes, S. (1999). The Job Demand-Control (-Support) model and psychological well-being: A review of 20 years of empirical research. *Work & Stress* 13, 87-114
- Waldfoegel, J. (2010). Music file sharing and sales displacement in the iTunes era. *Information Economics and Policy*, 22(4), 306–314.
- Waterhouse, J. (1999). Jet-lag and shift work: (1). Circadian rhythms. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 92(8), 398–401.
- Waterhouse, J., Edwards, B., Nevill, a, Carvalho, S., Atkinson, G., Buckley, P., Reilly, T., et al. (2002). Identifying some determinants of “jet lag” and its symptoms: a study of athletes and other travellers. *British journal of sports medicine*, 36(1), 54–60.
- Wegner, D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, 101(1), 34- 52.

Wesson, D. R. (2011). Psychedelic Drugs, Hippie Counterculture, Speed and Phenobarbital Treatment of Sedative-Hypnotic Dependence: A Journey to the Haight Ashbury in the Sixties. *Journal of Psychoactive Drugs*, 43(2), 153–164.

World Health Organization (WHO) (n. d). Mental Health. Nedlastet 2. oktober, 2010 fra http://www.who.int/topics/mental_health/en/

9.0.0 Vedlegg

Intervjuguide

Psykisk helse, psykososialt arbeidsmiljø og bruk av helsetjenester blant norske musikere.

NB: Her er det viktig å ha i bakhodet at vi er ute etter brede beskrivelser, gjerne konkrete handlinger og hendelser. Viktig med eksempler!

0a: Introduksjon av oss selv

- Om prosjektet, hvem vi er
- Bruken av diktafon
- Konfidensialitet, databehandling og rapportering.

0b: Bakgrunnsinformasjon om musikeren(e)

- Type artist
- Ansiennitet/erfaring
- Andre jobber, karriereløp?

1: Musikerens arbeidshverdag og arbeidsmiljø

1.1: Kan du fortelle meg om hvordan du opplever det å være musiker av yrke?

Probe: - Arbeidsforhold

- Stressfaktorer
- Hva er unikt?
- Hva er likt?
- Har du eksempler som utdyper?
- Hvis du skulle sammenlignet med andre typer yrker?

Holdning: (Som en som har erfaring til en som ikke har det, hva er det helt spesielle med musikeryrket?)

1.2: Kan du fortelle meg om en eller flere av de største utfordringene du har møtt som musiker?

1.3: Har du en historie som illustrerer det hvordan det er å være musiker?

2: Personlige egenskaper / beskyttende faktorer

2.1: Hvilke personlige egenskaper, mener du, man bør inneha for å kunne ha musikk som yrke?

Probe: - Utdyp dette.

- Bortsett fra musikalsk talent, hva annet?
- Har du eksempler eller historier rundt dette?

2.2: Hvilke egenskaper vil kunne skape problemer for personer som har musikk som yrke?

Probe: - Utdyp dette.

- Har du eksempler?

2.2.1 - Kjenner du noen som har hatt åpenbart talent, men som av andre årsaker ikke klarte å slå igjennom? (JA/NEI) Kunne du tenkt deg å fortelle anonymt om dette? (JA/NEI)

Hvis ja på 2.2.1, gjennomfør 2.2.2:

2.2.2: Kan du beskrive hva du, som utenforstående, mener var grunnen til at vedkommende ikke kunne fortsette med musikkyrket?

Probe: - Konkrete hendelser?

- Eksempler?

2.3: Har du selv opplevd perioder hvor du, av arbeidsmessige eller helsemessige årsaker, har vært i tvil om hvorvidt du ville fortsette med yrket?

Probe: - Kan du fortelle litt mer om disse periodene?

- Hvilke avveininger gjorde du?

- Hva var grunnen(e) til at du valgte å fortsette?

2.4: Er det noe du kommer på som du kunne ønske å fokusere mer på av det som tidligere har vært tema?

3: Musikerens helsetilstand og holdninger til helsetjenester

3.1: Kan du fortelle om hvordan helsen din har vært i løpet av din musikkarriere?

Probe: - Eksempler på helsemessige vansker/utfordringer?

- Psykisk / fysisk?

3.2: Hva gjør du i tilfeller hvor du har merket at helsen din ikke har vært på sitt beste?

Probe: - Hvilke erfaringer har du med de helsetjenestene som eksisterer?

- Har du noen gode råd til nye musikere angående helse?

3.3: Hva vil du si har vært viktige beskyttende helsefaktorer i ditt tilfelle?

3.4: Det var siste spørsmål. Er det kanskje noe du kunne tenkt deg å svare mer utdypende på som vi har gått igjennom?