

Benjamin Gjøl Dahle

# Omgivelsenes påvirkning på en kreativ låtskriverpraksis: en postkvalitativ studie

Masteroppgave i Grunnskolelærerutdanning 5.-10. –  
Musikkdidaktikk med praktisk del  
Veileder: Egil Reistadbakk  
Mai 2023



Benjamin Gjøl Dahle

# Omgivelsenes påvirkning på en kreativ låtskriverpraksis: en postkvalitativ studie

Masteroppgave i Grunnskolelærerutdanning 5.-10. – Musikkdidaktikk  
med praktisk del  
Veileder: Egil Reistadbakk  
Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet  
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap  
Institutt for lærerutdanning



Kunnskap for en bedre verden





## Sammendrag

I dette musikkdidaktiske mastergradsprosjektet undersøker jeg hvordan min kreative prosess påvirkes og formes i møte med omgivelsene, med utgangspunkt i min egen låtskriverpraksis. Med *omgivelser* menes her alt og alle som interagerer med og påvirker meg i låtskriverprosessen. Målet med forskningen er å beskrive og kritisk undersøke min egen låtskriverprosess, i spennet fra den første kreative idéen til ferdig produkt. Gjennom kunstnerisk utøvelse, utforskning av det fagteoretiske landskapet og refleksjon, erfarte jeg tidlig i dette prosjektet at låtene og låtskriverpraksisen min til enhver tid ble påvirket og formet i møte med omgivelsene. En kartlegging av hva det er som påvirker og former praksisen er helt avgjørende for å skulle kunne forstå den kreative praksisen. For å forske på min egen kreative prosess og besvare problemstillingen, har jeg overordnet posisjonert meg innenfor et postkvalitativt paradigme, som informerer min valgte metodologi kunstbasert forskning. For å skape forskningsmaterialet bruker jeg låtskrivingsøker og reflekterende videologg, og for å analysere dette forskningsmaterialet anvendes den postkvalitative analysemetoden sporingsanalyse, kombinert med kunstnerisk, kroppslig og affektiv utforskning og utvikling av en praktisk-kunstnerisk del. Formidlingen av resultatet til dette mastergradsprosjektet består av to deler som er distinkte, men samtidig gjensidig avhengig av hverandre, nemlig denne skriftlige avhandlingen og den allerede gjennomførte praktiske delen. Den praktiske delen var en tjue minutter lang eksposisjon hvor deler av datamaterialet og analysen ble presentert. Den praktiske delen vil også synliggjøres i denne skriftlige delen, i form av videoklipp som ligger i teksten som QR-koder. Avhandlingen er en praktisk, kroppslig og affektiv studie som vil fungere som et verdifullt bidrag til musikkfeltet, det musikkdidaktiske feltet og kreativ kunstforskning, samt grunnskolelærere, lærerutdanninger og andre lærerstudenter.

### **Nøkkelord:**

*Musikk, musikkdidaktikk, låtskriving, postkvalitativ, kunstbasert forskning, kreativitet*

## Abstract

In this music didactic master thesis I examine how my creative process is influenced and shaped by the environment, based on my own songwriting practice. By the term *environment* I refer to everything and everyone who interacts with and thus influences me in the songwriting process. The aim of the research is to describe and thoroughly examine my own songwriting process, from the first creative idea to the finished product. Through artistic practice, exploration of the theoretical landscape and reflection, I experienced early on in this project that my songs and my songwriting practice at all times were influenced and shaped when interacting with my surroundings. Studying what it is that influences and shapes a practice is essential in order to be able to *understand* the creative practice. In order to research my own creative process and answer the main research question, I have positioned myself within a post qualitative paradigm, which informs my methodology of choice: arts-based research. To create the research material, I use songwriting sessions and a reflective video log, and to analyze this research material I use the post qualitative analysis method tracing analysis, combined with artistic, bodily and affective exploration and creation of a practical artistic part. Communication of the results of this master thesis consists of two parts, which are distinct, but at the same time mutually dependent on each other: this written part and the already completed practical part. The practical part was a twenty-minute-long exposition where parts of the research material and the analysis were presented. The practical part will also be made accessible in this written part, in form of video clips that are presented in the text as QR-codes. The thesis is a practical, bodily and affective study, which will be a valuable contribution to the field of music, music didactics and creative arts research, as well as for primary school teachers, teacher educations and teachers to come.

## Forord

Da jeg startet på lærerstudiet for snart fem år siden, var det først og fremst fordi det var et enkelt valg. Min mor hadde også valgt lærerutdanningen i sin tid, og nå fulgte jeg hennes fotspor. Men hørte *jeg* hjemme her? I årene før lærerutdanningen hadde alt dreid seg om idretten. Jeg hadde alltid vært glad i musikk og sang, men aldri latt musikken få ta noe særlig plass. Dermed stupte jeg med hodet først da valgte musikkfaget. Jeg begynte i musikklassen som en av få som aldri før hadde lest et noteark. Nå – fem år senere – står jeg på den andre siden av en ferdigskrevet mastergradsoppgave om låtskriving.

I dag er musikken en enorm del av hverdagen min. Jeg spiller i band, bruker mangfoldige timer på låtskriving, flyr rundt på konserter – og koser meg med det. Det er med blandede følelser jeg leverer denne mastergradsavhandlingen. Jeg er lettet over å være ferdig som student og gleder meg til å begi meg ut i arbeidslivet. Samtidig er det vemodig å erkjenne at epoken som musikkstudent på lærerutdanningen ved NTNU er over.

Først og fremst vil jeg rette en stor takk til min veileder Egil Reistadbakk. Takk for all støtte, engasjement og positivitet som du har vist gjennom hele denne prosessen. Takk for at du har vært en formidabel sparringspartner – raus, lyttende og ærlig. Hos deg har døren alltid stått åpen.

Jeg vil også takke studentene i masterklassen min. Takk for alle morsomme stunder, utvidede lunsjpauser og kritiske samtaler. Årene som lærerstudent hadde ikke vært det samme uten dere.

Til slutt vil jeg takke mamma og pappa som har motivert meg til å fortsette på lærerutdanningen i alle de stundene jeg har tvilt på eget veivalg.



# Innholdsfortegnelse

FIGURER.....	X
<b>1 INNLEDNING .....</b>	<b>11</b>
<b>1.1 BAKGRUNN FOR OPPGAVEN .....</b>	<b>11</b>
<b>1.2 PROBLEMSTILLING OG FORSKNINGSSPØRSMÅL .....</b>	<b>11</b>
<b>1.3 FORMIDLING AV RESULTATER: PRAKTISK OG SKRIFTLIG DEL.....</b>	<b>12</b>
<b>1.4 FORSKERENS BAKGRUNN .....</b>	<b>13</b>
<b>2 FORSKNINGSDSIGN .....</b>	<b>14</b>
<b>2.1 VITENSKAPSTEORETISK POSISJON .....</b>	<b>14</b>
<b>2.2 METODOLOGI.....</b>	<b>15</b>
<b>2.3 Å SKAPE FORSKNINGSMATERIALET .....</b>	<b>16</b>
<b>2.4 ANALYSEMETODE .....</b>	<b>17</b>
<b>2.5 FORSKNINGSETISKE OVERVEIELSER .....</b>	<b>19</b>
<b>3 FAGTEORI .....</b>	<b>20</b>
<b>3.1 PERSPEKTIVER PÅ KREATIVITET .....</b>	<b>20</b>
<b>3.2 KREATIV TENKNING, FLYT-SONEN OG KREATIV KONTROLL .....</b>	<b>21</b>
<b>3.2.1 Semantiske nettverk.....</b>	<b>21</b>
<b>3.2.2 Oppløsning av interferens.....</b>	<b>22</b>
<b>3.2.3 Flytsonen.....</b>	<b>23</b>
<b>3.2.4 Kreativ kontroll.....</b>	<b>23</b>
<b>4 FUNN, ANALYSE OG DISKUSJON.....</b>	<b>24</b>
<b>4.1 AKTØRER .....</b>	<b>24</b>
<b>4.1.1 Omgivelser .....</b>	<b>24</b>
<b>4.1.2 Hverdagslige hendelser .....</b>	<b>24</b>
<b>4.1.3 Verktøy .....</b>	<b>25</b>
<b>4.1.4 Metoder .....</b>	<b>25</b>
<b>4.2 KREATIV PROBLEMLØSING .....</b>	<b>26</b>
<b>4.2.1 Problemløsning ut ifra høye eller lave forventninger .....</b>	<b>27</b>
<b>4.2.2 Akkordprogresjoner .....</b>	<b>29</b>
<b>4.2.3 Tekst og tema.....</b>	<b>31</b>
<b>4.2.4 Hverdagslige hendelser.....</b>	<b>33</b>
<b>5 AVSLUTNING .....</b>	<b>34</b>
<b>5.1 IMPLIKASJONER FOR DIDAKTISK PRAKSIS.....</b>	<b>35</b>
<b>5.2 VEIEN VIDERE .....</b>	<b>36</b>
<b>LITTERATUR.....</b>	<b>37</b>

# Figurer

FIGUR 1: "FORSKNINGSPROSESSEN" AV BENJAMIN DAHLE.....	16
FIGUR 2: "EKSEMPEL PÅ ET SEMANTISKE NETTVERK" HENTET FRA: "HVA ER KREATIVITET" AV G. KAUFMANN, 2006, S.47.....	22
FIGUR 3: "OUIJABOARDING" EKSEMPEL FRA PRAKTISK DEL. HENTET FRA: <a href="https://youtu.be/wjLZ8L1FcQI">HTTPS://YOUTU.BE/WJLZ8L1FcQI</a> .....	25
FIGUR 4: "NETTVERK 1" LAGET AV BENJAMIN DAHLE.....	27
FIGUR 5: "NETTVERK 2" LAGET AV BENJAMIN DAHLE.....	27
FIGUR 6: "TEKSTPUSLESPELL". EKSEMPEL FRA PRAKTISK DEL. HENTET FRA: <a href="https://youtu.be/CQ9EY8ESHFS">HTTPS://YOUTU.BE/CQ9EY8ESHFS</a> .....	28
FIGUR 7: "NETTVERK 3 OG 4" LAGET AV BENJAMIN DAHLE.....	29
FIGUR 8: "KLIMPRING". EKSEMPEL FRA PRAKTISK DEL. HENTET FRA: <a href="https://youtu.be/YXF-PFMTCL8">HTTPS://YOUTU.BE/YXF-PFMTCL8</a> .....	29
FIGUR 9: "NETTVERK 5" LAGET AV BENJAMIN DAHLE.....	31
FIGUR 10: "RIMORDBOK". EKSEMPEL FRA PRAKTISK DEL. HENTET FRA: <a href="https://youtu.be/PSiJIDL94Sg">HTTPS://YOUTU.BE/PSiJIDL94Sg</a> .....	32
FIGUR 11: "HVERDAGSLIGE HENDELSER". EKSEMPEL FRA PRAKTISK DEL. HENTET FRA: <a href="https://youtu.be/ev-kw-usNxy">HTTPS://YOUTU.BE/ev-kw-usNxy</a> .....	33
FIGUR 12: "BLÅ HIMMEL". FREMFØRT I PRAKTISK DEL. HENTET FRA: <a href="https://youtu.be/DpWker8BTNI">HTTPS://YOUTU.BE/DpWker8BTNI</a> .....	34

# 1 Innledning

I dette mastergradsprosjektet forsker jeg på låtskriving som kreativ prosess. Målet med forskningen er å beskrive og kritisk undersøke min egen låtskrivingsprosess, i spennet fra den første kreative idéen til ferdig produkt, med utgangspunkt i min egen låtskriverpraksis. Gjennom kunstnerisk utøvelse, utforskning av det fagteoretiske landskapet og refleksjon erfarte jeg tidlig i dette prosjektet at låtene mine og låtskriverpraksisen min til enhver tid påvirkes og formes i møte med omgivelsene mine. Kartlegging av hva det er som påvirker og former praksisen min er helt avgjørende for at jeg skal kunne forstå egen praksis. Jeg anvender Gunnarsson og Bodéns (2021) forståelse av begrepet *aktør* i dette forskningsarbeidet, hvor en aktør er noe eller noen som har påvirkningskraft på et fenomen (Gunnarsson & Bodén, 2021 s. 5-6). I mitt tilfelle er fenomenet låtskriverprosessen, og aktørene er da alt som er med på å påvirke og forme låtskriverprosessen.

## 1.1 Bakgrunn for oppgaven

Kjennskap til hvordan ulike aktører påvirker låtskriverprosessen min kan bidra til å gi meg en fordypet forståelse av egen kreative praksis. En dypere forståelse av egen kreativitet i sammenheng med teori og låtskriving vil igjen kunne gjøre meg i bedre stand til å ivareta læreplanens intensjoner om at undervisning skal legge til rette for skaperglede, engasjement og utforskertrang. Det vil også øke mine forutsetninger for tilrettelegging for skapende læringsprosesser hvor elevene kan få utforske og utvikle egen identitet, eksperimentere med estetiske uttrykk, oppleve mestring og få utfolde seg kreativt; alt dette trekkes frem som avgjørende for elevenes danning og identitetsutvikling i den overordnede delen av læreplanen (Kunnskapsdepartementet, 2017).

Gjennom dette mastergradsprosjektet har jeg muligheten til å opparbeide meg bredere kunnskap innen låtskriving og en større verktøykasse av låtskrivingsmetoder, hvilket kan gi meg en fordypet fagkunnskap innen musikk. Shulman (1986) introduserer to typer kunnskap: *Pedagogical Knowledge* (PK), eller pedagogisk kunnskap og *Content Knowledge* (CK) eller faglig kunnskap. En kombinasjon av PK og CK utgjør til sammen *Pedagogical Content Knowledge* (PCK), som kan oversettes til pedagogisk faglig kunnskap, også kjent som *fagdidaktikk* som vi kaller det som i norsk skole. Ifølge Shulman burde en lærer besitte god PCK for å kunne legge til rette for og praktisere god undervisning. Jeg vil argumentere for at den fordypede fagkunnskapen jeg kan få ut av dette mastergradsprosjektet, sammen med den pedagogiske kunnskapen jeg har tilegnet meg gjennom lærerutdanningen, vil kunne øke min PCK og dermed bedre mine forutsetninger til å drive god fagdidaktisk undervisning (Shulman, 1986).

Kjennskap til eget behov for individuell tilpasning og hvordan vurderingskriterier og krav påvirker min egen kreative praksis, kan også være viktige perspektiver for at jeg skal kunne utarbeide undervisningsopplegg og utøve veiledning som tar hensyn til elevenes varierende behov, og dermed ivaretar hele elevgruppen.

## 1.2 Problemstilling og forskningsspørsmål

Problemstillingen for mastergradsprosjektet lyder som følger:

*Hvordan påvirker og former ulike aktører låtene jeg skriver og min egen kreative låtskriverpraksis?*

Jeg har også utarbeidet tre mer detaljfokuserte forskningsspørsmål som skal hjelpe meg i min søken etter svar på denne problemstillingen. Forskningsspørsmålene lyder slik:

*Hvilke låtskrivingsteknikker og metoder benytter jeg for å fremme utvikling i mine låtskrivingsøker?*

*Hvilke justeringer kan jeg gjøre for å vekke kreativitet i min egen låtskriverpraksis?*

*Hva utgjør et godt låtskrivingsmiljø for meg?*

For å forske på min kreative prosess og besvare problemstillingen, har jeg overordnet posisjonert meg innenfor et postkvalitativt paradigme. Dette paradigmet informerer min valgte metodologi: *kunstbasert forskning*, som er et paraplybegrep for all forskning som innebærer kunst (Almqvist & Vist, 2019, s. 4). For å skape forskningsmaterialet mitt, bruker jeg metodene *låtskrivningsøker* og *reflekterende videologg* (Parikh, Janson, Singleton, 2012), mens jeg i analyseprosessen i dette mastergradsprosjektet har kombinert bruk av den postkvalitative analysemetoden *sporingsanalyse* med kunstnerisk, kroppslig og affektiv utforskning og utvikling av den praktiske delen for å analysere dette forskningsmaterialet (Gunnarsson & Bodén, 2021). Videre i dette kapittelet kommer jeg til å forklare dette forskningsdesignet nærmere, og gjøre rede for hvordan alt dette – samt min valgte problemstilling – henger sammen.

### **1.3 Formidling av resultater: Praktisk og skriftlig del**

Formidlingen av resultatet til dette mastergradsprosjektet består av to deler, som er distinkte, men samtidig gjensidig avhengig av hverandre. Den første milepælen var den praktiske delen. Dette var en tjue minutter lang eksposisjon hvor deler av datamaterialet og analysen ble presentert. Det ble her eksemplifisert hvordan en av låtene i datamaterialet mitt ble til, som et resultat av min egen låtskriverpraksis og dens interaksjon med ulike aktører. Sensorene ble tatt med inn i en multimodal gjenskapning av dette, bestående av en dramatisering av hvordan låten «Blå himmel» ble til, som et resultat av interaksjoner mellom en rekke tilfeldige, hverdagslige hendelser og andre aktører.

Studiens andre bestanddel er en skriftlig del, som du leser nå. Denne består av det fagteoretiske fundamentet oppgaven tar utgangspunkt i, oppgavens forskningsdesign, en presentasjon av forskningens analyse og funn, og en diskusjon rundt disse funnene. Skriveprosessen har foregått før, under og etter arbeidet med den praktiske delen, og den skriftlige delen har dermed blitt til samtidig og i samspill med den praktiske delen.

Den praktiske delen er en helt essensiell del av analysen og formidlingen av resultat i prosjektet. I arbeidet med å utvikle den praktiske delen drev jeg med kroppslig og affektiv utforskning av forskningsmaterialet og den foreløpige sporingsanalysen jeg hadde gjort. Denne utforskningen førte til nye erfaringer og funn rundt det kroppslige og affektives plass i låtskriverprosessen, noe som videreutviklet og formet analysen i dette prosjektet. Problemstillingen i dette prosjektet etterspør *hvordan* ulike aktører former og påvirker min låtskriverpraksis. For å gi et tilstrekkelig svar på dette, har jeg også vært avhengig av å kunne ta leseren med inn i forskningsprosessen, kroppslig og affektivt. Derfor har jeg søkt å formidle praktisk og kunstnerisk hvordan låtene er blitt til og hvordan ulike aktører har påvirket prosessen på ulike måter. Gjennom å løfte frem selve



forskningshandlingen i en praktisk del, har mottaker blitt tatt med inn slik at det kroppslige og affektive i den kunstneriske forskningsprosessen er blitt synlig. Hensikten har for det første vært å gi forståelse for hvor uforutsigbar og påvirkelig låtskriverprosessen kan være. Hvordan kan en deprimerende dagen-der-på resultere i en låt om glede bare på grunn av litt finvær? Hvordan kan en samboer som bare skal løpe noen ærender på vei hjem åpne et kreativt vindu hvor et nytt vers blir skrevet, og hvordan kan krevende utarbeiding av tekst og melodi bli til en lek ved å ta i bruk egenskapte låtskrivingsmetoder som *ouijabarding* og *tekstpuslespill*? En annen hensikt har vært å kroppsliggjøre følelsene som aktiveres i låtskriverprosessen; gleden ved å skrive noe man er fornøyd med, skuffelsen når man får tilbakemeldinger som viker fra forventningene, entusiasmen når man er i flytsonen. Disse følelsene er en viktig del av hvordan låtskriverpraksisen oppleves for låtskriveren, og dermed også viktig for å vurdere og forstå praksisen. Hva det er som utgjør en god låtskriverpraksis er like subjektivt som hva det er som utgjør en god låt. Det er låtskriveren selv som må vurdere om låtskriverpraksisen oppleves hensiktsmessig, og da er følelsene og opplevelsene sentrale.

Når den skriftlige delen nå leveres til slutt, er motivasjonen at dette innblikket i den kunstneriske forskningsprosessen skal informere lesningen. Forståelsen for prosjektet blir dypere og mer sammensatt, slik at leser vil kunne ha forståelse for den praktiske analysen og opplevelsene fra eksposisjonen i kroppen når det skriftlige formidles. For å forsikre dette har jeg laget videoklipp av de ulike delene fra den praktiske eksposisjonen, som legges ved i QR-koder som kan skannes med QR-skanner i kapittel 4. Disse videoene fungerer som visuelle praktiske eksempler som opprettholder og forsterker inntrykkene fra eksposisjonen. På denne måten søker jeg å løfte frem hvordan teorien informerer praksis og omvendt, i en abduktiv prosess.

#### **1.4 Forskerens bakgrunn**

Jeg har et relativt ferskt forhold til faget låtskriving. Jeg har vært glad i musikk siden jeg var veldig ung, men det er først i løpet av de siste fem årene at jeg har drevet aktivt og målrettet med utøvende musikk og låtskriving. Jeg skriver låter for meg selv og for ulike musikkprosjekter jeg er involvert i, og bruker derfor veldig mye tid på dette. I forkant av dette forskningsprosjektet har jeg hatt en veldig usystematisk låtskriverpraksis hvor jeg har skrevet mye på intuisjon uten å reflektere over hvilke valg og metoder det er som gir meg opplevelsen av suksess og ikke. Gjennom arbeidet med dette forskningsprosjektet får jeg muligheten til å bli bedre kjent med meg selv som låtskriver, og tilegne meg en større forståelse for faget låtskriving generelt.

## 2 Forskningsdesign

I dette kapitlet gjør jeg rede for den vitenskapsteoretiske posisjonen jeg inntar i dette forskningsprosjektet, i tillegg til metodologien jeg bruker, hvilke metoder jeg bruker for å skape og analysere forskningsmaterialet, og hvilke forskningsetiske overveielser jeg har gjort i forbindelse med forskningen. Kapitlet bygger videre på arbeid gjort i fire tidligere oppgaver, hvor jeg har planlagt og skrevet om forskningsdesign til den kommende masteroppgaven. Oppgavene det er snakk om er arbeidskrav 1 og 2 i MGLU5235, og eksamensavhandlingene levert i MGLU4219 og MGLU5235.

### 2.1 Vitenskapsteoretisk posisjon

Den vitenskapsteoretiske posisjonen jeg inntar i arbeidet med mitt mastergradsprosjekt er, som nevnt ovenfor, en postkvalitativ posisjonering. Postkvalitativ forskning er en nyere praksis og omtales som «en metodologi i blivande», hvor metodologien og praksisen som forskes på blir til samtidig (Gunnarsson & Bodén, 2021, s. 6).

Denne oppgaven informeres av et onto-epistemologisk verdens- og kunnskapssyn. Dette innebærer at ontologi og epistemologi er evige sammenvevde konsepter hvor oppfattelsen av virkeligheten alltid er kontekstavhengig. I min postkvalitative forskning er oppfattelsen av hva som *er* avhengig av hva jeg *gjør* og hvilke aktører som påvirker denne gjøringen. Hvordan jeg kommer frem til ny kunnskap påvirker hvilken kunnskap jeg kommer frem til. Når man erkjenner at alt henger sammen og forandrer seg ut ifra kontekst, gjør det at man ikke kan fange én sannhet (Gunnarsson & Bodén, 2021, s. 9-10). Dette innebærer at måten jeg gjør forskningen på må løftes frem for mottaker, slik at både forskningshandlingen og forskningsresultatene kan sees i sammenheng. Dette aktualiserer behovet for masteroppgavens praktiske komponenter, som jeg vil komme tilbake til.

Typisk for postkvalitativ forskning er det å utforme problemstilling og forskningsspørsmål som, i likhet med min problemstilling og mine forskningsspørsmål, fokuserer på praksiser og hendelser (Gunnarsson & Bodén, 2021, s. 22-23). Fra et postkvalitativt ståsted er det ikke kun menneskelige aktører, men også ikke-menneskelige aktører som har påvirknings- og handlingskraft i møte med omgivelsene og andre aktører. Satt i sammenheng med mitt mastergradsprosjekt, hvor jeg forsker på hvordan min egen låtskriverpraksis utvikler seg i møte med ulike aktører, er det ikke kun meg som menneskelig aktør og mine egne valg som har handlekraft til å forme praksisen. Ikke-menneskelige aktører som for eksempel ulike instrumenter eller ulike rom påvirker og former også låtskriverpraksisen. Aktørene er likestilte og får derfor lik handlingskraft. Når de ulike aktørene, fenomenene og avgjørelsene kommer i kontakt og samhandler, blir praksisen formet, og det er da et nytt kunnskapspotensiale oppstår (Gunnarsson & Bodén, 2021). Denne kontakten forsøker jeg å kartlegge gjennom å gjøre en sporingsanalyse, som jeg vil komme tilbake til.

Vanligvis anser man forskningsprosessen som en oppdelt prosess bestående av ulike faser; man formulerer en problemstilling, genererer data, analyserer og diskuterer. En postkvalitativ forskningsprosess er derimot ofte ikke så strukturert og lineær. I postkvalitativ forskning går man ofte frem og tilbake i forskningsprosessen, og man omformer, bearbeider og forbedrer fremgangsmåter kontinuerlig gjennom forskningsarbeidet (Gunnarsson & Bodén, 2021). Dette innebærer for eksempel at problemstilling, forskningsdesign eller fokusområde kan endre seg i de ulike delene av forskningen. Det kan skyldes at man oppdager at man kunne ha gjort noe annerledes og mer hensiktsmessig i analysedelen, eller at man får nye idéer til hvordan man skal skape forskningsmaterialet. Eksempelvis begynte jeg dette forskningsprosjektet med en åpen

problemstilling hvor jeg skulle forske på hvordan en låt ble til i min egen praksis. Da jeg leste om analysemetoden *sporingsanalyse*, som dreier seg om å kartlegge et fenomenes interaksjon med ulike aktører, innså jeg at en slik kartlegging av hvordan min låtskriverpraksis påvirkes og formes i møte ulike aktører kunne være en riktig tilnærming for å forstå egen praksis. Slike stadige tilpasninger fører til at forskningen effektiviseres, forbedres og aktualiseres ved at mindre hensiktsmessige metoder og valg byttes ut til fordel for bedre løsninger, hvilket er en stor ressurs i mitt forskningsarbeid.

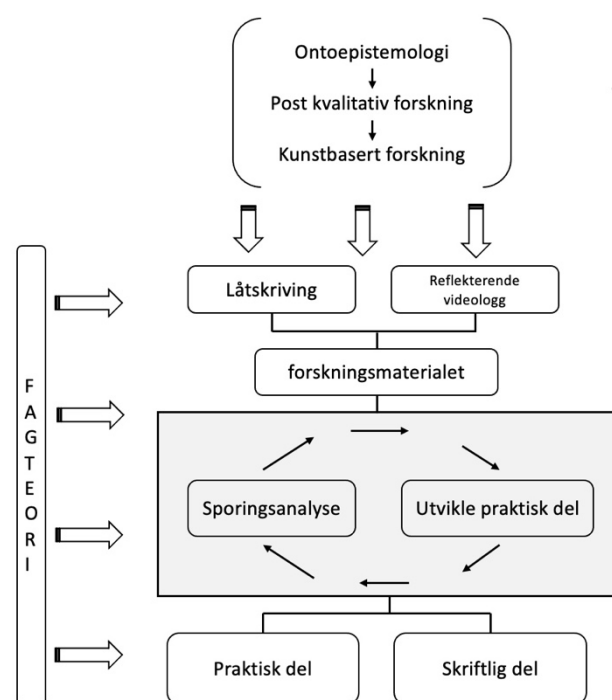
Den utøvende tilnærmingen jeg har til forskning i dette prosjektet, resonnerer med en slik vitenskapsteoretisk posisjonering. Det åpner opp for at jeg kan balansere mellom å være kunstneren som skaper kunsten og forskeren som forsker på kunsten, hvor det ene vil være uløselig knyttet til det andre. Nærheten og det relasjonelle forholdet jeg har til forskningsmaterialet vurderer jeg som avgjørende for å kunne danne et nyansert og detaljert bilde av praksisen. Postkvalitativ forskning gir meg også muligheten til å bruke andre, mer kreative analyse- og formidlingsformer enn de tradisjonelle skriftlige formene (Gunnarsson & Bodén, 2021). Muligheten til å bruke musikk og egen praksis som forskningsmateriale og dramatisering av egen praksis som formidlingsform, gir leserne av studien et valid innsyn og et nyansert bilde av hva det er som forskes på. Jeg er avhengig av å praktisk både utforske og vise frem hvordan jeg har skrevet låtene og hvordan de ulike aktørene har påvirket praksisen min for å ivareta alle nyansene av helheten som er avgjørende for å svare på problemstillingen min. Dette har jeg gjort i praktisk del, men kommer til å hente det fram igjen i analysedelen samt i funn og diskusjon-kapittelet gjennom videoklipp, for å underbygge og fremheve dette.

## 2.2 Metodologi

Postkvalitativ forskning er et paradigme som informerer ulike metodologier. En av disse metodologiene er *kunstbasert forskning*. Rasmussen (2013) skriver i sin artikkel, *Fra erfaring til refleksiv kunnskap*, om hvordan kunstbasert forskning dekker et stort forskningsfelt og kan være en fungerende metodologi for mange ulike vinklinger innen forskning som involverer kunst. I forskningslitteraturen opererer metodologien under mange ulike navn, blant annet «kunst som forskning», «kunstnerisk forskning» og «praksisledet forskning». Årsaken til at det finnes flere ulike versjoner av kunstbasert forskning ligger i de ulike kunnskapssynene som informerer metodologiene. En bred definisjon av kunstbasert forskning kan være forskning som involverer kunst. Hvilken rolle kunsten har i forskningen og hvordan kunsten anvendes, bidrar til å påvirke hvilken variant av kunstbasert forskning man bruker, hvilke metoder denne varianten tilgjengeliggjør og hvilken type kunnskap det frembringer (Rasmussen, 2013). I kunstbasert forskning som informeres av et fenomenologisk perspektiv, kan for eksempel kunsten bli brukt som empiri i en tradisjonell kvalitativ analyse. Forskeren kan her holde kunsten på avstand, og forsøke å ha et objektivt forhold til forskningsmaterialet. Informeres derimot den kunstbaserte forskningen av det postkvalitative paradigmet, er det intet skille mellom kunsten, kunstutøvingen og kunnskapen som skapes. Her er kunsten selve forskningsmetoden og formidlingsformen, og forskeren opptrer som både forsker og kunstner. Dette legger til rette for et kunnskapspotensiale som ivaretar det affektive og kroppslige som finnes i kunst og kunstutøving, hvilket er avgjørende for at jeg skal kunne svare på problemstillingen min. Hadde jeg skullet redusert materialet mitt til tekst, og forsøkt å holde kunsten på avstand, ville store deler av dette kunnskapspotensialet gått tapt.

Til tross for at metodologien finnes i så mange ulike versjoner og dekker over et så bredt felt, finnes det likevel noen retningslinjer. Rasmussen (2013) beskriver en

idealpraksis for forskning med kunst, som har tydelige fellestrekk med den postkvalitative vitenskapsteoretiske posisjonen, som også ligner mye på min egen praksis. Idealpraksisen beskrives som en praktisk kunstutforskning som settes i perspektiv og gis rom gjennom bruk av reflekterende kvalitative forskningsmetoder. Han understreker også at det i denne idealpraksisen er kunsten som skal stå i fokus, hvor praksisen danner grunnlaget for å lage og besvare forskningsspørsmål (Rasmussen, 2013, s. 3). Kunstbasert og praksisledet forskning kan altså bli sett på som en forskningsprosess hvor arbeidet med forskningsmaterialet i seg selv utgjør store deler av forskningen. Typisk for denne typen forskning er at man søker erfaring og oversikt, og muligheter og potensial, fremfor faktuelle svar (Bjørkøy, 2020, s. 53). Dette stemmer overens med det jeg har søkt etter i min problemstilling. I stedet for å forsøke å finne en fasit for den perfekte låtskriverpraksisen, ønsker jeg heller å erfare og kartlegge praksisens muligheter og potensial.



Figur 1: "Forskningsprosessen" av Benjamin Dahle

### 2.3 Å skape forskningsmaterialet

Forskningsmaterialet tilhørende mitt mastergradsprosjekt har i store deler blitt skapt gjennom praksisnær og somatisk utforskning av egen låtskriverpraksis. Dette støttes av Bjørkøy (2020) som skriver om hvordan kunnskap er «kontekstuel og relasjonelt avhengig», og at praksis og kroppsliggjøring av det som studeres er avgjørende for at man skal kunne trekke ut kunstens kunnskapspotensial (Bjørkøy, 2020, s. 53). I tillegg til denne utforskningen inneholder også forskningsmaterialet mitt en språklig og reflekterende del. Dette skyldes mitt behov for å gjøre og formidle forskningen også gjennom ord, språk og skrift, som en støtte til å forstå min egen praksis. Kunnskapen og erkjennelsen frembringes gjennom handling og refleksjon med teori i tospann, noe som støttes av Rasmussen (2013).

Materialet som danner grunnlaget for forskningen i mitt mastergradsprosjekt er i all hovedsak 8 låtskrivingsøkter, som har blitt gjennomført og samlet inn over en periode på 2 måneder. Disse låtskrivingsøktene har vært usystematiske og intuitive, og har i stor

grad blitt styrt av min egen låtskriverpraksis. Jeg har skrevet låter når jeg har hatt tid eller har fått idéer, og aldri satt meg ned utelukkende for å samle inn datamaterialet til mastergradsavhandlingen. Hvordan disse låtskrivingsøktene har utspilt seg, har variert på lik linje med hvordan låtskriverpraksisen min varierer. Dette har vært variasjoner i fremgangsmåter, lokasjoner, bruk av instrumenter og metoder. Låtene har i all hovedsak bestått av tekst og melodi, og i enkelte tilfeller med tilhørende akkordrekke. Det er altså ikke låtskriving i form av produksjon og arrangement som har vært i fokus. Låtenes lengde har variert på bakgrunn av inspirasjon, hvor jeg har lagt låtene fra meg når jeg ikke har ønsket å skrive mer. Likevel har alle låtskrivingsøktene resultert i låtutkast. Etter hver låtskrivningsøkt har jeg gjennomført en dokumenterende videologg hvor jeg forklarer hva jeg har gjort i låtskrivingsøktene og viser frem hva jeg har skapt. I begynnelsen av datainnsamlingsfasen hadde jeg en tanke om at dokumentasjonen av låtskrivingsøktene skulle være minst mulig reflekterende, hvor jeg skulle holde en mest mulig objektiv distanse til datamaterialet. Dette skyldtes min daværende oppfatning av at forskning burde være så objektiv som mulig for at den skulle kunne regnes som valid. Denne tanken endret seg underveis i datainnsamlingsprosessen hvor jeg leste teori av Gunnarsson og Bodén (2021) og samlet inn data parallelt, og forstod at objektivitet ikke nødvendigvis er et mål når man forsker med kunsten, og at jeg tvert imot ville få mye mer ut av forskningen min om jeg omfavnet subjektiviteten. Etter dette gikk videologgene mine fra å kun være dokumentering av låtskrivingsøktene, til å også bli refleksjon rundt hvorfor låtskrivingsøktene mine ble som de ble.

Parikh, Janson og Singleton (2012) skriver om de mange fordelene med å bruke videologg i refleksjonsarbeidet sitt. Videologg kan ses på som mer tidseffektivt enn en skriftlig logg, da man på kortere tid kan dekke flere tema og gi en mer detaljert refleksjon. Mange opplever også at de fanger opp de faktiske følelsene man sitter igjen med når man fører en videologg, hvor man på en bedre måte evner å sette ord på disse følelsene og at de er mer ærlige. Dokumenteringen av refleksjonene i videologgen og låt-demoene er avgjørende for at jeg skal kunne svare på problemstillingen min. Det er denne dokumentasjonen som danner grunnlaget for analysedelen, hvor jeg kartlegger låtskriverpraksisens utvikling i møte med ulike aktører. For å kunne gjøre en slik kartlegging har jeg vært avhengig av dokumentasjon av hva det er som har foregått i låtskrivningsøktene og hvilke aktører det er som har vært involvert. Ikke-dokumentert erfaring fra utøvelse ville ikke ha vært tilstrekkelig.

## 2.4 Analysemetode

Innledningsvis i dette forskningsprosjektet brukte jeg Gunnarsson og Bodéns (2021) sporingsanalyse for å analysere forskningsmaterialet mitt. Sporingsanalysen er en abduktiv analysemetode som, i likhet med postkvalitativ forskning, oppfordrer til en dynamisk prosess hvor datamaterialet, teorien, metoden, problemstilling og tidligere forskning vurderes som like viktige for forskningsarbeidet. Særskilt for en abduktiv analyse er det at analysen foregår gjennom hele forskningsprosessen, hvor forskningsprosessen ikke deles inn i tydelige faser. Dette legger opp til at forskeren skal kunne møte på ny teori og nye erfaringer gjennom hele prosessen, noe som kan føre til at forskningsmaterialet endrer form og mening underveis (Gunnarsson & Bodén, 2021, s. 70-71).

Den konkrete analysemetoden *sporingsanalyse* er en type analyse hvor man studerer hvordan et fenomen skapes og utvikles i møte med omverdenens mange aktører (Gunnarsson & Bodén, 2021, s. 81-82). Når man utfører en sporingsanalyse, har man et bredt og åpent syn på hva det er som utgjør handlingskraftige aktører, hvor disse

aktørene ikke skal gis ulike egenskaper på forhånd. Man skal med andre ord forsøke å møte aktørene med et åpent sinn uten fordommer. Dette innebærer at man gransker årsak og virkning slik at man med høyere sikkerhet vet hvilken rolle aktørene har. Man skal for eksempel ikke anta at fint vær med blå himmel og sol fører til godt humør og positive låter, eller at tilgangen på en akustisk gitar fører til låter som faller under singer-songwriter-sjangeren. Aktørene kan også være både menneskelige og ikke-menneskelige. I en sporingsanalyse ser man på fenomenets møte med aktører som nettverk. Hver gang fenomenet interagerer med en aktør, skapes det et nettverk. I analysearbeidet forsøker man da å kartlegge dette nettverket, og hva dette nettverket består i (Gunnarsson & Bodén, 2021, s. 81-82).

I min sporingsanalyse er fenomenet min egen låtskriverpraksis. Analysearbeidet er da å undersøke og kartlegge hvordan min låtskriverpraksis utvikler seg og blir påvirket i møte med ulike aktører. Steg 1 i analyseprosessen min var å skaffe meg en oversikt over forskningsmaterialet mitt, ved å transkribere videologgene mine. Denne transskripsjonen er en parafrasering av det som ble sagt og gjort i videologgene hvor jeg oppsummerer innholdet fremfor å gjøre en direkte og ordrett transskripsjon. Steg 2 var å granske transskripsjonen for å identifisere de aktive aktørene i forskningsmaterialet, og deretter lage en detaljert oversikt over disse. Steg 3 var å undersøke mulige mønstre og sammenhenger mellom de ulike aktørene. Her prøvde jeg meg frem ved å forsøke å fordele og kategorisere aktørene. Jeg landet på de fire overordnede kategoriene *omgivelser, hverdagslige hendelser, verktøy, og metoder* som til sammen dekket alle de aktive aktørene i forskningsmaterialet. Steg 4 var å lage en oversikt over hvilke aktører som gikk igjen i de ulike låtskrivingsøktene. Dette gjorde jeg ved å først lage en detaljert oversikt over de aktive aktørene i hver låtskrivingsøkt, og deretter fargekode hvilke av aktørene det var som gikk igjen.

Underveis i dette analysearbeidet jobbet jeg også med utviklingen og gjennomføringen av den praktiske delen, hvor jeg forsøkte å finne måter hvor jeg kunne formidle de kroppslige og affektive sidene ved låtskrivingen. Dette arbeidet åpnet øynene mine for hvor innflytelsesrikt det kroppslige og affektive også er på låtskrivingsprosessen, og at dette derfor måtte få plass i analysen min. Utviklingen av den praktiske delen ble dermed en del av selve analyseprosessen, som en slags kunstnerisk komponent av kartleggingen av aktørene og deres betydning, og fungerer derfor som et 5. steg. Dette skjedde helt uforutsett, og understreker kunstbasert forskning som en dynamisk prosess, som vi har vært innom tidligere. Uten en slik praktisk-kunstnerisk tilnærming ville forskningen gått glipp av hvor stor påvirkning det kroppslige og affektive har på låtskriverprosessen og låtskriverens opplevelse av låtskriverprosessen, noe jeg nå vurderer som helt avgjørende perspektiver for å skulle kunne forstå og vurdere låtskriverpraksisen min.

Steg 6 i analyseprosessen var nettverksdelen av analysen, hvor jeg undersøkte interaksjonen mellom aktørene, og hvilke utfall de ulike interaksjonene ga. Dette gjorde jeg ved prøve meg fram mot å lage visuelle aktørnettverk ut av det foreløpige analysematerialet jeg hadde. Resultatet av denne prosessen er de nettverksfremstillingene som presenteres i kapittel 4 i denne oppgaven.

Analyseprosessen i dette mastergradsprosjektet har altså beveget seg i spiral, hvor jeg innledningsvis anvendte Gunnarsson og Bodéns (2021) sporingsanalyse til å gjøre den første analysen av forskningsmaterialet mitt. Deretter drev jeg med kroppslig og affektiv utforskning av praktisk del ut ifra denne sporingsanalysen. Her gjorde jeg nye funn som igjen informerte og videreutviklet sporingsanalysen, som til slutt ble artikulert og avsluttet i den skriftlige delen, som vist i figur 1. Gjennom utviklingen av den praktiske delen, i et forsøk på å kunstnerisk formidle resultatene mine, har kropp og

affekt fått plass i analyseprosessen sammen med det kognitive. Sporinganalysen, som i utgangspunktet først og fremst er kognitiv refleksjon, har blitt påvirket av dette, hvor resultatene har blitt annerledes fordi jeg har gitt plass til nettopp kropp og følelser. Problemstillingen i mastergradsprosjektet mitt spør konkret om hvordan ulike aktører former og utvikler låtskriverpraksisen min. Gjennom kunstnerisk utforskning og kartlegging av aktive aktører og interaktive nettverk, har jeg dannet en hensiktsmessig, nyansert og detaljert oversikt over egen låtskriverpraksis og hvordan den formes og påvirkes i møte med omgivelsene, som igjen gir meg muligheten til å gi et fullstendig svar på problemstillingen min.

## 2.5 Forskningsetiske overveielser

Gunnarsson og Bodén (2021) trekker frem to viktige aspekter innenfor forskningsetikk. Det første aspektet tar for seg forskningens deltakere, og vektlegger blant annet personvern, menneskeverd og deltakernes rettigheter i tilknytning til deltakelsen i forskningsprosjektet. Det andre aspektet dreier seg om forskningens kvalitet.

I mitt forskningsprosjekt har jeg lest teori, formulert forskningsspørsmål, skapt forskningsmaterialet og analysert dette forskningsmaterialet på egen hånd. De eneste menneskene, utover meg selv, som har vært en del av denne forskningen, har blitt involvert i forbindelse med kartleggingen av aktører, hvor de utforutsett har dukket opp. Likevel har jeg forsøkt å ivareta de personene som har dukket opp så godt jeg har kunnet ved å be om deres muntlige samtykke til å bli brukt i forskningen og opplyst de rundt deres rolle og hva forskningen går ut på. I tillegg til dette har jeg anonymisert dem fullstendig i denne skriftlige avhandlingen. I den praktiske delen brukte jeg en statist i rollen som en av de menneskelige aktørene, som ble vist med ansikt og stemme på videoklipp. Jeg kunne selvsagt ha spilt denne rollen selv, men jeg vurderte det slik at det ville ha brutt med den situasjonen jeg hadde bygget og ønsket å ha publikum i, og bestemte meg derfor for å involvere statisten. Vedkommende som spilte denne rollen, ble ivaretatt slik jeg nevnte over, altså orientert, gitt samtykke, og blitt anonymisert eller klippet ut av videoene som presenteres i skriftlig del. De statistene som fremdeles er med i videoene er de to danserne som dukker opp i QR-koden i figur 11, hvor ansikt, navn og andre opplysninger som kan spores tilbake til dem, ikke oppgis. De to sistnevnte har også gitt sitt muntlige samtykke.

Angående forskningens kvalitet, er det min egen kunstneriske praksis og egne refleksjoner som utgjør datamaterialet, og analysen har blitt gjort på bakgrunn av mine egne kroppslige, affektive og kognitive refleksjoner. Dette gjør forskningen min svært subjektiv. Med utgangspunkt i mitt onto-epistemologiske kunnskapssyn, hvor det som er, er uadskillelig fra *opplevelsen* av det som er, hvor subjekt og objekt er uløselig knyttet, blir det å søke en objektiv fremstilling meningsløst (Gunnarsson & Bodén, 2021, s. 9-10). Heller enn å forsøke å opprettholde en illusjon om at forskningen jeg gjør er objektiv, velger jeg derfor å løfte frem og være ærlig og transparent på min subjektivitet. Jeg er dermed åpen og ærlig rundt forskningens subjektivitet, og gir leseren et detaljert innsyn i hvem jeg er som forsker og hvordan min subjektivitet har formet gjennomføringen av forskningen og forskningens utfall.

## 3 Fagteori

I det følgende kapittelet gjør jeg rede for teoretiske perspektiver innenfor kreativitetsteori. Innledningsvis vil jeg gjøre rede for kognitive konsepter man bruker i kreativ problemløsning. Deretter vil jeg forklare konseptene *flytsonen* og *kreativ kontroll*. Alle disse perspektivene vil bidra til å forklare og forstå min låtskriverpraksis, og gi et utvidet og mer nyansert bilde enn det mine forkunnskaper alene ville gjort. Jeg velger å plassere fagteorikapittelet etter metodekapittelet i denne avhandlingen, da jeg vurderer det som hensiktsmessig å presentere det vitenskapsteoretiske ståstedet og metoden i samme kapittel, og derfor skille fagteori og vitenskapsteori fra hverandre. Jeg vurderer det også som hensiktsmessig å ramme inn forskningsprosjektet og dets omfang før jeg presenterer fagteori.

### 3.1 Perspektiver på kreativitet

Psykolog og universitetsprofessor Geir Kaufmann innleder boken sin *Hva er kreativitet* (2006) med et eksempel på en idé. Idéen var å bruke sandpapir til barbering istedenfor barberblad. På denne måten kunne man pusse ned skjegget i stedet for å kutte det. Selv om denne idéen er en veldig original idé betyr ikke det at det er en kreativ idé, ifølge Kaufmann. For at en idé skal kunne regnes som kreativ, må den både være original og ha en form for verdi. Da et sandpapir mot ansiktet ikke vil føre til noe annet enn skrubbsår, kan man trygt si at idéen ikke tilfredsstiller verdi-aspektet. Videre forklarer Kaufmann at noen faktisk har forsøkt å lage et barberingssandpapir og at de, gjennom å mislykkes i å lage dette produktet, oppfant det vanntette sandpapiret. Den originale idéen fikk altså en verdi til slutt og ble da å regne som en kreativ triumf (Kaufmann, 2006, s. 11-12).

Kreativitet har typisk blitt oppfattet som et mystisk og svevende fenomen som ikke kan konkretiseres eller forskes på. Kaufmanns (2006) arbeid med kreativitet har dreiet seg om å se på hvilke kognitive mekanismer som er aktive når man jobber kreativt, og om disse skiller seg fra de kognitive mekanismene som er i virksomhet i annen type tenkning og problemløsning. Kartleggingen av kognitive prosesser i kreativt arbeid bidrar til en avmystifisering av fenomenet, noe som vil være avgjørende for at jeg som lærer skal være i stand til å forstå, konkretisere og veilede elever i kreative prosesser i fremtiden.

Forsker Tatiana Chemi (2020) skriver i sin bok, *Kreative læreprosesser og æstetiske perspektiver*, om ulike perspektiver og tradisjoner innen kreativitet, hvor jeg vil argumentere for at Kaufmanns eksempel over faller under et individuelt og produktorientert perspektiv, i motsetning til mulige kollektive og holistiske perspektiver på kreativitet. Jeg vurderer min forskning som individfokuset fremfor kollektiv, da den utelukkende fokuserer på individets kreativitet. Likevel vil jeg beskrive forskningen som relativt holistisk, da jeg er opptatt av «det store bildet» når det kommer til kreativitet, hvor alle aktører vektlegges, og prosess er viktigere enn produkt.

Chemi legger også frem at kreativitetsforskning som regel fokuserer på en, eller en kombinasjon av de fire P-ene: person, prosess, produkt og plassering (Chemi, 2020, s. 41). Min forskning undersøker «person»-aspektet ved at jeg er bevisst på egen sinnstilstand, hverdagslige hendelser og egne følelser og forutsetninger. Jeg undersøker prosess-aspektet ved at hele prosjektet mitt dreier seg om å kartlegge låtskriverprosessen. Produkt-aspektet er også i fokus, ved at jeg forsøker å undersøke hvorfor produktene, eller låtene, endte opp med å bli som de ble. Det jeg derimot ikke gjør, er å analysere og undersøke instrumentelle sider av produktet, noe Chemi sier er en viktig del av produktfokuset forskning (Chemi, 2020, s. 42). Også



plasseringsaspektet er en viktig del av min forskning, da jeg også forsker på hvordan miljøet, som innebærer alt rundt meg og aktører, påvirker låtskriverpraksisen min.

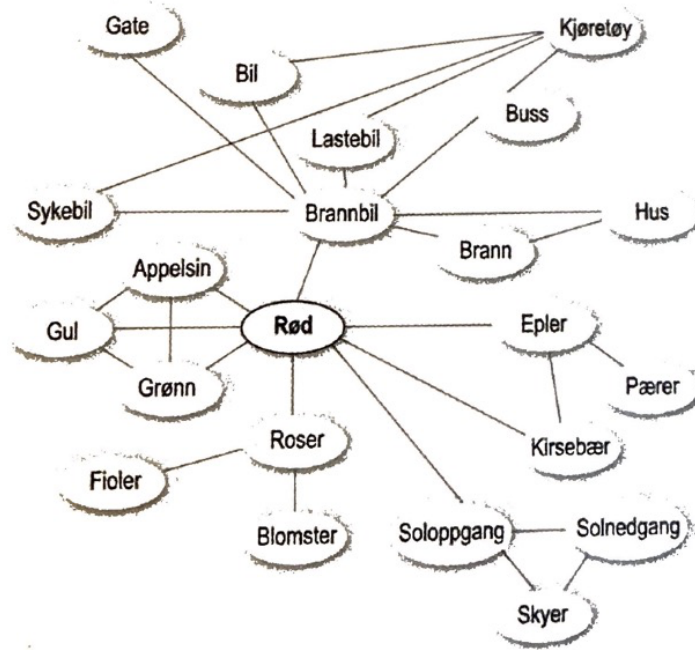
### **3.2 Kreativ tenkning, flyt-sonen og kreativ kontroll**

For å forstå hvordan kreativ tenkning fungerer og ser ut, er det viktig å ha en oversikt over hvordan generelle typer tenking fungerer. Kaufmann (2006) deler tenking inn i to ulike hovedtyper. Den første typen er den rasjonelt-analytiske typen hvor man systematisk følger logiske slutninger trinn for trinn, slik at man forhåpentligvis skal oppnå best mulig resultat. Dette er en krevende måte å tenke på, da man alltid er svært bevisst på egne vurderinger og tanker, og foretar seg svært grundig avgjørelser. Den andre typen tenkning er den heuristisk-intuitive tenkningen. Ved denne typen tenkning forenkler man tankeprosessen og informasjonsbehandlingen og operer på automatikk og intuisjon. Avgjørelsene og handlingene man gjør når man tenker på en heuristisk-intuitiv måte er ofte styrt av gjentakende repetisjoner og tidligere erfaringer. Dette gjør at man ikke behøver å tenke rasjonelt-analytisk for å ta disse beslutningene.

Det har vært mye omdiskutert om kreativ tenkning skal regnes som en tredje type tenkning eller om det bare er en form for menneskelig problemløsning. Dette kan skyldes en oppfattelse av at det skjer mange «mystiske ting» når man arbeider i kreative prosesser. Ting skjer av seg selv og man får plutselige aha-opplevelser hvor løsninger på problemer faller ned i hodet på oss. Dette står i motsetning til vanlig problemløsning, hvor man i større grad jobber seg gradvis mot en løsning på problemet (Kaufmann, 2006). Kaufmann (2006) presenterer i sin bok ny forskning og nye begreper som oppklarer denne diskusjonen og viser at mange av disse mystiske fenomenene kan forklares med henvisning til generelle kognitive konsepter. Et eksempel på dette er teorien om inkubasjonstid. Når man omtaler inkubasjonstid i sammenheng med kreativ problemløsning, er det ofte snakk om problemløsning hvor man ikke finner løsningen med en gang. Man opplever å stå fast i et problem og velger derfor å legge problemet til side, for så å komme tilbake til det senere. På mystisk vis hender det seg da at løsningen enten «faller ned i hodet» på oss når vi arbeider og tenker på noe helt annet, eller at den kommer til oss umiddelbart når vi vender tilbake til problemet. Kaufmann forklarer disse to fenomenene ved å vise til de kognitive konseptene *semantiske nettverk* og *oppløsning av interferens*.

#### **3.2.1 Semantiske nettverk**

Semantiske nettverk er et begrep fra moderne psykologi som betegner hvordan våre erfaringer, læring, hukommelse og kunnskap henger sammen i et assosiativt nettverk. Mange av de mystiske opplevelsene hvor kreative løsninger bare «kommer» til et individ, kan forklares av et slikt nettverk (Kaufmann, 2006).



**Figur 2: "Eksempel på et semantiske nettverk" Hentet fra: "Hva er kreativitet" av G. Kaufmann, 2006, s.47**

I eksempelet over ser vi at noen har tenkt på fargen «rød». Rød har deretter gitt mange assosiasjoner til andre ting som danner ett assosiativt nettverk. Desto lenger vedkommende tenker på rød og tillater assosiasjonene å komme, vil nettverket bli større, og man vil komme lengre og lengre unna den opprinnelige tanken. Tanken til vedkommende kan da komme i kontakt med et annet nettverk og danne en kobling mellom nettverket til den opprinnelige tanken «rød» og den assosiative tankens nettverk. Dette skaper det Kaufmann (2006) kaller for en *bisosiasjon*. Slike koblinger skjer ofte på det ubevisste plan, gjerne når man jobber med noe annet. Et eksempel på dette kan være at du har lagd mat hjemme før du skal ut på en handletur. På vei til butikken ser du en brannbil i høy hastighet med sirenene på. Dette minner deg umiddelbart på at du har glemt å skru av komfyren før du gikk hjemmefra. Denne koblingen kan skyldes at du assosierte brannbilen med brann, som du igjen assosierte med årsaker til brann og elektrisitet i huset. Dette dannet bisosiasjonen til din egen komfyr og at du hadde glemt å skru den av.

### 3.2.2 Oppløsning av interferens

Som nevnt tidligere hender det seg også at vi vender tilbake til et problem vi tidligere har stått fast på, og finner løsningen med én gang. Dette kan skyldes utviklingen av en *fiksering* på en bestemt løsning til problemet, uten at denne løsningen er den riktige. Fikseringen på den «gale løsningen» skaper en *interferens* eller en blokkering av andre mulige løsninger på dette problemet, noe som fører til at man blir stående fast (Kaufmann, 2006, s. 51-52). Ved å legge problemløsningen til side kan inkubasjonsperioden hjelpe oss med å løse opp denne blokkeringen, noe som vil kunne slippe de fruktbare løsningene til. En eksemplifisering av oppløsning av interferens kan være når du ikke finner nøklene dine, og du leter intenst rundt i leiligheten uten at du finner dem. Du har nå lett overalt og tar en pause. I denne pausen innser du at kanskje samboeren din har lånt nøklene dine, noe du deretter finner ut at stemmer. Den intense letingen kan i dette tilfelle ha skapt en fiksering på at nøklene ligger i leiligheten et sted. Denne fikseringen har skapt en interferens for andre løsninger. Når du tar en pause fra

letingen, kan dette oppløse interferensen, noe som åpner for å at du kan tenke i andre baner, som fører til løsningen (Kaufmann, 2006).

### 3.2.3 Flytsonen

Psykolog Mihaly Csikszentmihalyi har drevet omfattende forskning på kreativitet og kreative mennesker. I boken hans «Creativity» introduserer han oss for en optimal tilstand for å være kreativ og skapende. Denne tilstanden kaller han *flow*, som på norsk oversettes til *flyt*. Når en person oppnår flyt-tilstanden, har vedkommende et totalt fokus på oppgaven. Distraksjoner, frykt for å mislykkes og selvbevissthet blir irrelevant, samtidig som at opplevelsen av tid forstyrres. Når man er i flyt er ytre motiver totalt uviktige, og man arbeider med oppgaven fordi arbeidet i seg selv gir glede og mening. Det er i denne tilstanden man arbeider mest effektivt og oppnår best resultater (Csikszentmihalyi, 1996, s. 110-113).

Csikszentmihalyi nevner noen faktorer som viktige for å oppnå flyt, hvor spesielt de tre første er noe det kreative individet selv kan manipulere for å tilrettelegge for flyt. Det første er at man vet hva det er man forsøker å oppnå og at man har en klar tanke om hvordan man skal oppnå det. Det andre er at man er trygg på at hvert steg man tar er et steg i riktig retning. En praktisk eksemplifisering av disse to første stegene kan være opptenningen av et bål. Du vet hvordan et opptent bål ser ut, og du vet hvordan du skal gjøre det. Denne kunnskapen kan du ha tilegnet deg gjennom å ha tent et bål før. Deretter samler du ved av den typen du vet er riktig. Du har tykke kubber og tynnere opptenningsved. Du legger veden slik du vet den skal ligge, og tenner opp bålet. Gjennom hele prosessen har du vært trygg og til slutt har du mestret oppgaven. Den tredje faktoren er å finne balansen mellom ferdigheter og vanskelighetsgrad. For å oppnå flyt er det viktig at oppgavens utfordringer går overens med våre egne ferdigheter. Er oppgaven for vanskelig vil man bli frustrert og engstelig, og er ferdighetene våre på et høyere nivå enn utfordringene i oppgaven vil man kjede seg. Flyt-tilstanden kan med andre ord oppnås ved både et høyt, middels og lavt kompetansenivå (Csikszentmihalyi, 1996, s. 111).

### 3.2.4 Kreativ kontroll

Professor Andrew West (2016) har designet verdens første mastergradsprogram innen låtskriving, og skrevet boken «The art of songwriting». I denne boken viser West oss at det finnes uendelig mange måter å skrive låter på, og at ingen metoder kan regnes som riktige eller gale. Det viktige er å finne ut hvilke metoder det er som fungerer for låtskriveren. Når en låtskriver finner de metodene som fungerer for en, vil produktiviteten og kvaliteten på låtskrivingen øke, og man vil få en økt kreativ kontroll. Med kreativ kontroll menes det at låtskriveren i større grad greier å kontrollere det kreative utfallet av låtskrivingen. Låtskriveren vil da greie å kommunisere det vedkommende ønsker å kommunisere med en større treffsikkerhet. Si at en låtskriver har hatt en formidabel dag og ønsker å skrive en låt som speiler følelsen av denne dagen. En låtskriver som kommuniserer godt og har god kreativ kontroll vil da vite akkurat hva som trengs for å formidle det budskapet låtskriveren ønsker å formidle. Låtskriveren er også kjent med de verktøyene han eller hun har til rådighet for å kommunisere. Det er nemlig ikke kun sangteksten som kan brukes for å kommunisere et budskap i en låt. Også låtens musikk, struktur, arrangement, fremførelse og produksjon er med på å kommunisere noe til lytteren (West, 2016).

## 4 Funn, analyse og diskusjon

Etter å ha strukturert og kategorisert alle aktørene jeg har identifisert i datamaterialet mitt, skal jeg nå presentere de fire overordnede kategoriene jeg har landet på: *omgivelser*, *hverdagslige hendelser*, *verktøy*, og *metoder*. Jeg vurderer det slik at disse fire kategoriene til sammen dekker alle de aktive aktørene i min låtskrivingsprosess. Jeg kommer ikke til å presentere og diskutere alle disse aktørene og deres signifikans i denne oppgaven, da jeg ikke har plass til dette. I stedet vil jeg presentere de fire kategoriene og de aktørene som hyppigst er aktive i låtskriverpraksisen min. Deretter kommer jeg til å presentere hvordan disse aktørene interagerer med hverandre og danner nettverk, og hvordan aktørenes funksjon og påvirkningskraft endres avhengig av hvilke andre aktører de interagerer med. Hva man definerer som en aktør og ikke er et definisjonsspørsmål som ikke har et definitivt svar. De fleste aktører jeg skriver om kan brytes ned til flere ulike aktører. For eksempel omtaler jeg låtskrivingsmetodene jeg bruker som aktører. Dette til tross for at alle metodene består av nettverk av andre aktører. Eksempelvis er låtskrivingsmetoden *tekstpuslespill* en metode jeg bruker for å utarbeide tekst, som består av å bruke verktøyene *idébank*, *rimordbok* og *notater* som alle i seg selv er aktører. Jeg velger å ikke skrive utfyllende om hver enkelt aktør, men fokuserer på overordnede grupper av aktører for å effektivisere diskusjonen.

### 4.1 Aktører

I kapittel 4.1 besvarer jeg hovedsakelig forskningsspørsmål 1: «*Hvilke låtskrivingsteknikker og metoder benytter jeg for å fremme utvikling i mine låtskrivingsøker?*». Jeg vil også trekke inn videoklipp fra praktisk del som eksempel i redegjørelsen for en av metodene som ble brukt i eksposisjonen.

#### 4.1.1 Omgivelser

Denne aktørkategorien utgjør de omgivelsene jeg skriver låtene mine i. Dette kan være ulike steder som *hjemme i stua*, på *soverommet*, på et *øvingsrom*, eller ute i *skogen*. Hvilke mennesker jeg omgås er også med å utgjøre omgivelsene. De omgivelsene som oftest dukker opp i min praksis er *trygge omgivelser* og *ute på farten*. Aktøren *trygge omgivelser* aktiveres når jeg skriver låter et sted hvor jeg får være alene hvor ingen hører eller ser meg, hvor jeg er trygg, og har tilgang på masse verktøy, blant annet: *instrumenter*, *lydopptaker*, *notatblokk*, og *idebank*. Aktøren *ute på farten* er det motsatte av *trygge omgivelser*, og aktiveres når jeg ikke skriver låter på et trygt sted, hvor jeg er omgitt av folk og kun har tilgang på de verktøyene jeg har på mobilen min, altså *lydopptaker*, *notater* og *idebank*.

#### 4.1.2 Hverdagslige hendelser

*Hverdagslige hendelser* er en kategori av aktører som omslutter alle de hverdagslige faktorene som ligger utenfor min kontroll, og som påvirker og former låtskriverpraksisen min. Dette kan være faktorer som *været* og *humøret mitt* som ofte kan påvirke tema og stemningen i låtene, *andres musikk* som ofte kan gi meg idéer som former låtene mine, *forventningene mine* som ofte styres av andre hverdagslige hendelser og påvirker hvilke valg jeg tar i prosessen og hvor kresen jeg er, eller andres *feedback* som både kan komme i form av konstruktiv kritikk som kan videreutvikle låten i en gitt retning, og i form av negative eller positive tilbakemeldinger som påvirker låtskriverens selvfølelse, motivasjon og videre valg i låtskriverprosessen.

### 4.1.3 Verktøy

*Verktøy*-kategorien innebærer alle artefaktene jeg benytter, som former og påvirker låtskriverpraksisen. Hyppig brukte verktøy i min praksis er *lydopptakeren* som jeg bruker for å ta opp idéer og utarbeide melodi, *idébanken* som er et notat jeg har på mobilen min hvor jeg skriver ned idéer til tekst og tema jeg senere kan bruke når skriver sangtekst, *rimordbok* som jeg bruker for å finne rim om jeg sitter fast, *notater* som jeg bruker for å dokumentere sangteksten jeg skriver, og *gitaren* som jeg bruker for å akkompagnere tekst og melodi jeg skriver.

### 4.1.4 Metoder

Aktørkategorien *metoder* består av alle metodene jeg benytter meg av når jeg skriver låter. De hyppigst brukte låtskrivingsmetodene i min låtskriverpraksis er *Ouijaboarding*, *klimpring*, *tekstpuslespill*, og *bare syng*.

*Ouijaboarding* er min egen låtskrivingsmetode, hvor jeg benytter en *lydopptaker* for å dokumentere at jeg improviserer frem melodi med vokal. Navnet *ouijaboarding* stammer fra det sagnomsuste *ouijabrettet* som påstås å være et verktøy som kan brukes for å kontakte åndeverdenen. I likhet med hvordan en ånd flytter de passive brukerne rundt på *ouijabrettet* for å gi svar på deres spørsmål, opplever jeg at jeg intuitivt styres mot ulike melodier når jeg skruer på *lydopptakeren* i jakt etter en melodi. I QR-koden under ligger det et praktisk eksempel på *ouijaboarding*, hentet fra praktisk del. I videoen får du se et glimt av den praktiske delen, hvor jeg spilte ut en lengre låtskrivingsprosess. I klippet har jeg fått en idé, og bruker *ouijaboarding* for å bygge videre på denne idéen. Dette eksempelet er en dramatisering av metoden hvor jeg valgte å overdrive «det åndelige» for å synliggjøre det mystiske og uforklarlige, som Kaufmann (2006) beskriver som typiske oppfatninger rundt kreativt arbeid.



**Figur 3: "Ouijaboarding" Eksempel fra praktisk del. Hentet fra: <https://youtu.be/wjLZ8l1FcqI>**

*Klimpring* er en metode jeg bruker for å utarbeide akkordprogresjoner jeg liker og synes er interessante. Jeg bruker da en gitar og improviserer usystematisk til jeg er fornøyd. Dette i motsetning til *kjent progresjon-metoden* hvor jeg bare velger en progresjon jeg er godt kjent med og har brukt mange ganger før.

*Tekstpuslespill* er også en av mine egne låtskrivingsmetoder. *Tekstpuslespill* betegner prosessen hvor jeg utarbeider tekst til en allerede bestemt melodi. Metoden kan, som nevnt, innebære bruk av verktøy som *rimordbok*, *notater*, og *idébank*, og består ofte av mye prøving og feiling, noe som har gitt den navnet *tekstpuslespill*.

*Bare syng* er en improvisatorisk låtskrivingsmetode som kan ligne noe på *ouijaboarding*. Forskjellen er at mens man i *ouijaboarding* kun improviserer frem en melodi, improviserer man frem både melodi og tekst samtidig når man bruker *bare syng*-metoden.

Alle disse aktørene kan knyttes til Kaufmanns (2006) kognitive konsepter. I *Ouijaboarding* kan det for eksempel argumenteres for at det er mine semantiske nettverk

som gjør at jeg finner melodier jeg underbevisst assosierer med andre melodier jeg har hørt i en lignende musikalsk kontekst tidligere, og at jeg tenker heuristisk-intuitivt, hvor jeg bare *gjør* basert på tidligere erfaringer og kunnskaper. De improvisatoriske metodene *klimpring* og *bare synge* er nok også resultater av semantiske nettverk og heuristisk-intuitiv tenkning, på samme måte som ouijabording. Tekstpuslespill er på den andre siden mer preget av en kombinasjon av heuristisk-intuitiv og rasjonelt-analytisk tenkning hvor jeg bytter mellom å *bare gjøre*, og å systematisk følge logiske slutninger trinn for trinn, for å oppnå best mulig resultat (Kaufmann, 2006).

## 4.2 Kreativ problemløsning

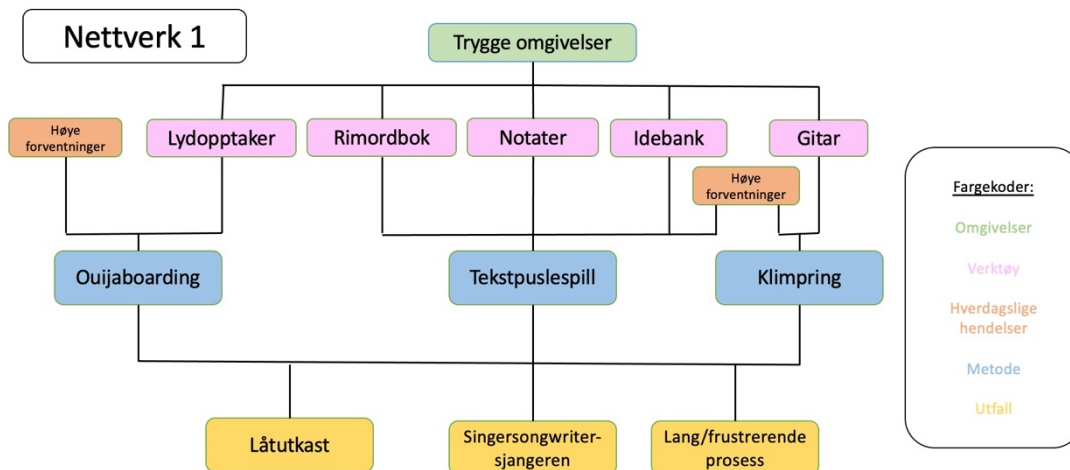
I løpet av denne forskningsprosessen har det kommet tydeligere og tydeligere frem at låtskriverpraksisen min i stor grad dreier seg om problemløsning. Den videre diskusjonen vil derfor struktureres deretter, hvor jeg setter ulike nettverk opp imot hverandre for å belyse ulike problemløsningsstrategier. I kapittel 4.2 besvarer jeg forskningsspørsmål 2: «Hvilke justeringer kan jeg gjøre for å vekke kreativitet i min egen låtskriverpraksis?» og 3: «Hva utgjør et godt låtskrivingsmiljø for meg?».

Det har utkrystallisert seg noen behov og noen mål ved låtskriverprosessen min. Jeg søker å skrive låter på en effektiv måte hvor resultatet skal kunne vises frem til et publikum. Jeg ønsker ikke å bruke lang tid på å perfektionere låter i den tidlige fasen og skriver derfor heller ferdig et låtutkast som senere kan videreutvikles og ferdigstilles, før jeg går videre til en ny låt. For å nå målene jeg har satt for låtskrivingen min, er jeg avhengig av å ha en effektivisert praksis. Som vi så i teorikapittelet, beskriver professor Andrew West (2016) en slik praksis ved å introdusere begrepet *kreativ kontroll*. Gjennom dette forskningsprosjektet har jeg lært og erfart mye rundt hvilke behov jeg har, og hva jeg kan gjøre for å legge til rette for kreativ kontroll. Jeg har erfart at det å ha kreativ kontroll er det samme som å være god på kreativ problemløsning. Når man har god kreativ kontroll, vet man hvordan man kan bruke ressursene man har på en gunstigst mulig måte. Man har god oversikt over hvilke aktører det er som påvirker den kreative prosessen, i hvilken grad de påvirker den, og hvordan man kan manipulere disse aktørene til å bidra til at man oppnår det ønskede utfallet. En slik effektivisert praksis vil også føre til at man lettere kan komme i *flytsonen*, som vi så i teorikapittelet at omtales som den optimale tilstanden å være i når man er kreativt skapende (Csikszentmihalyi, 1996, s. 110). Jeg har allerede tydelig definerte mål på hva jeg ønsker å oppnå, og klare tanker rundt hvordan jeg skal oppnå dette, hvilket er den første viktige faktoren for å oppnå flyt. Kreativ kontroll kan bidra til å gjøre meg trygg i prosessen, og gir meg god kjennskap til egne ferdigheter og egen praksis, som gjør det enklere å balansere utfordringer og ferdigheter, som er de to resterende viktige faktorene.

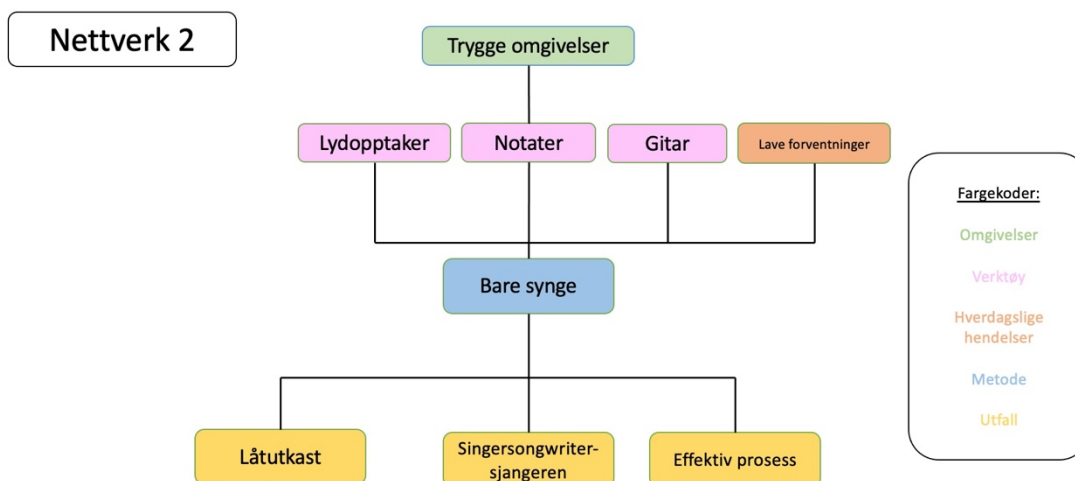
Det overordnede problemet som skal løses i min låtskriverpraksis er altså at jeg trenger et låtutkast så effektivt som mulig, som jeg skal kunne presentere for andre og være fornøyd med. Videre skal vi se på hvordan det, i jakten på å løse dette overordnede problemet, oppstår mange hinder som må passeres. De fleste hindrene jeg møter på i min egen låtskriverpraksis dreier seg om å skape noe som lever opp til mine egne forventninger. Dette hinderet dukker opp gjennom hele prosessen og er med å forme praksisen min i stor grad. Hva som skal til for å passere dette hinderet kan variere fra låt til låt. Noen dager står jeg oftere fast enn andre dager. Om dette skyldes at jeg er mer selvkritisk enkelte dager eller om jeg skriver dårligere, er ikke godt å si. Når jeg møter på slike hindringer, er jeg nødt til å enten komme meg over dem eller finne en vei rundt dem. Det er her problemløsningen begynner. Videre skal vi først se på hvor lettpåvirkelige disse problemløsnings situasjonene kan være, hvordan små endringer i aktørnettverk kan

gi store utfall, og hvorfor det da er så viktig med kreativ kontroll. Deretter skal vi se nærmere på problemløsingssituasjoner spesifikt i utarbeidelsen av akkordprogresjoner og sangtekst.

#### 4.2.1 Problemløsning ut ifra høye eller lave forventninger



Figur 4: "Nettverk 1" laget av Benjamin Dahle



Figur 5: "Nettverk 2" laget av Benjamin Dahle

Figur 4 og figur 5 viser to nettverksfremstillinger – nettverk 1 og nettverk 2 – fra min egen låtskriverpraksis. I låtskrivningsøkten som ligger bak nettverk 1 er jeg hjemme i trygge omgivelser. Jeg har tilgang på masse verktøy, blant annet gitar, lydopptaker, notater, idebank og rimordbok. Nettverk 1 viser en trend i datamaterialet mitt hvor jeg begynner med å benytte klimpring-metoden for å utarbeide akkordprogresjon når jeg er i trygge omgivelser. Deretter bruker jeg metoden ouijaboarding og tekstpuslespill for å utarbeide tekst og melodi. Resultatet er da typisk en lang og frustrerende prosess, men også et låttkast i «singer-songwriter»-sjangeren jeg ofte er veldig fornøyd med. Frustrasjonen kan skyldes at de to metodene – ouijaboarding og tekstpuslespill – ofte krever mye prøving og feiling, og at jeg ikke har de musikkteoretiske ferdighetene til å tilfredsstille mine egne behov når det gjelder utarbeiding av akkordprogresjoner. Dette gjør at det kan ta lang tid før jeg blir fornøyd, og at det dermed kan føre til negativitet og frustrasjon i prosessen.

I QR-koden under finner man et eksempel på tekstpuslespill-metoden fra den praktiske delen. Sett i sammenheng med den forrige videoen, går vi her direkte videre fra ouijaboarding hvor jeg har laget melodi og over i tekstarbeidet. Det er verdt å merke seg at jeg, i den praktiske delen, valgte å kun fokusere på prøvingen og feilingen og at det til slutt ga avkastning som førte til glede og et produkt jeg er fornøyd med, og ikke det at denne metoden også fører til frustrasjon i prosessen, hvilket det ofte gjør i praksis. Denne forenklingen skyldtes at jeg ikke hadde tid til å dramatisere alle aspektene ved metoden i praktisk del.



**Figur 6: "Tekstpuslespill". Eksempel fra praktisk del. Hentet fra: <https://youtu.be/CQ9ey8EShfs>**

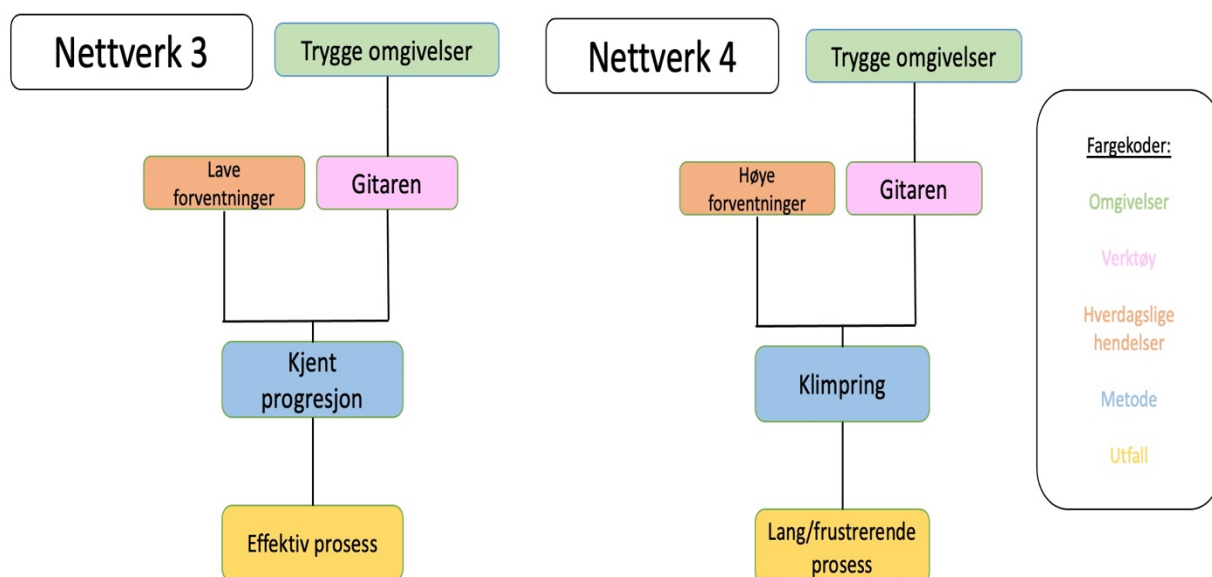
Nettverk 2 viser en annen trend som går igjen i to av låtskrivingsøktene i datamaterialet, hvor jeg, i likhet med i nettverk 1, er hjemme i trygge omgivelser, tar i bruk verktøyene gitar, lydopptaker og notater, og ender opp med et låtutkast i singersongwriter-sjangeren. Likevel resulterer sammensetningen av nettverk 2 til en helt annen prosess enn hva sammensetningen av nettverk 1 gjør. Aktørnettverk 2 fører til en effektiv og positiv låtskrivingsprosess, i stedet for en lang og frustrerende en. Dette tror jeg kan skyldes aktørkategorien som står i de oransje boksene i figur 4 og 5, hverdagslige hendelser, og forventningene til låtskrivingen. I de låtskrivingsøktene hvor nettverk 1 har vært aktivert, har jeg hatt høye forventninger til at låtene skal bli veldig fengende, vært svært selvkritisk og derfor brukt lang tid på å bli fornøyd. I de tilfellene hvor jeg har unngått frustrasjon har jeg hatt lavere forventninger, brukt mindre tid på å bearbeide tekst og tema, vært effektiv, og lite selvkritisk. Målet i disse øktene var ikke å skrive en fengende pop-låt. Hadde jeg angrepet disse to øktene med et slikt mål og dermed høye forventninger, slik som jeg hadde til de frustrasjonsfylte øktene, hadde jeg kanskje endt opp med å bli frustrert her og?

Vi ser altså at trygge omgivelser fører til at jeg benytter gitaren og mange verktøy, og at høye forventninger om å lage noe veldig fengende fører til at jeg benytter ouijaboard-metoden, tekstpuslespill-metoden og klimpring-metoden for å kvalitetssikre arbeidet. Dette viser oss at et nettverk av trygge omgivelser, høye forventninger, gitaren, ouijaboard-metoden, tekstpuslespill-metoden og klimpring-metoden ofte fører til en lang og frustrerende prosess, men også et verdig låtutkast jeg fyller arsenalet mitt med.

Med de samme materielle forutsetningene, men andre forventninger, får vi en kreativ prosess som ser helt annerledes ut. Endringen fra høye til lave forventninger fører til endring i valg av metode. Jeg velger bare syngemetoden fremfor ouijaboard- og tekstpuslespill-metoden, noe som fører til en raskere og mer positiv prosess, et mindre kvalitetssikret produkt, men fremdeles et verdig låtutkast jeg kan fyller arsenalet mitt med.



## 4.2.2 Akkordprogresjoner



Figur 7: "Nettverk 3 og 4" laget av Benjamin Dahle

Selvkritikk og for høye forventninger er altså et hinder som stadig dukker opp i min låtskriverpraksis. Når jeg forsøker å lage en akkordprogresjon, spiller det seg gjerne ut i at jeg ikke har nok akkordkunnskap og sliter med å lage spennende progresjoner. Denne frustrasjonen eksemplifiseres i QR-koden under. Eksempelet er hentet fra praktisk del hvor jeg allerede har laget en melodi med ouijabording, som vi så i videoen i figur 3, og sangtekst med tekstpuslespill, som vi så i videoen i figur 6. I videoen under forsøker jeg å lage en akkordprogresjon til denne teksten og melodien ved å bruke klimpring-metoden. Vi ser at jeg begynner med en progresjon som ligger litt for lyst for meg, og deretter tilpasser tonearten slik at den bedre passer mitt toneleie. Deretter spilles frustrasjonen min ut. Det er verdt å merke også i denne videoen, at denne dramatiseringen av låtskriverprosessen er forenklet og nedkortet for å passe inn i formatet til den praktiske delen. Vanligvis tar klimpring-metoden mye lenger tid, og krever mer prøving og feiling i min praksis.



Figur 8: "Klimpring". Eksempel fra praktisk del.  
Hentet fra: <https://youtu.be/yXf-pFmTCL8>

Terskelen for hva det er som utgjør spennende progresjoner, flytter seg utvilsomt i takt med mine egne erfaringer, utviklingen av min egen musikksmak og eget gehør. Jeg minnes da jeg begynte å skrive låter hvor akkordprogresjonene ofte kunne være litt spennende fordi jeg ikke hadde noen forståelse for hvilke akkorder som går sammen. Etter hvert som jeg lærte meg mer musikkteori, begynte jeg å se mønstre som førte til at jeg ofte lagde akkordprogresjoner som fulgte disse mønstrene. Nå har jeg kommet til et punkt hvor jeg har utviklet en smak for mer kompliserte akkordprogresjoner, samtidig som at ferdighetene mine kun tilgjengeliggjør enkle progresjoner. Utfordringene blir altså

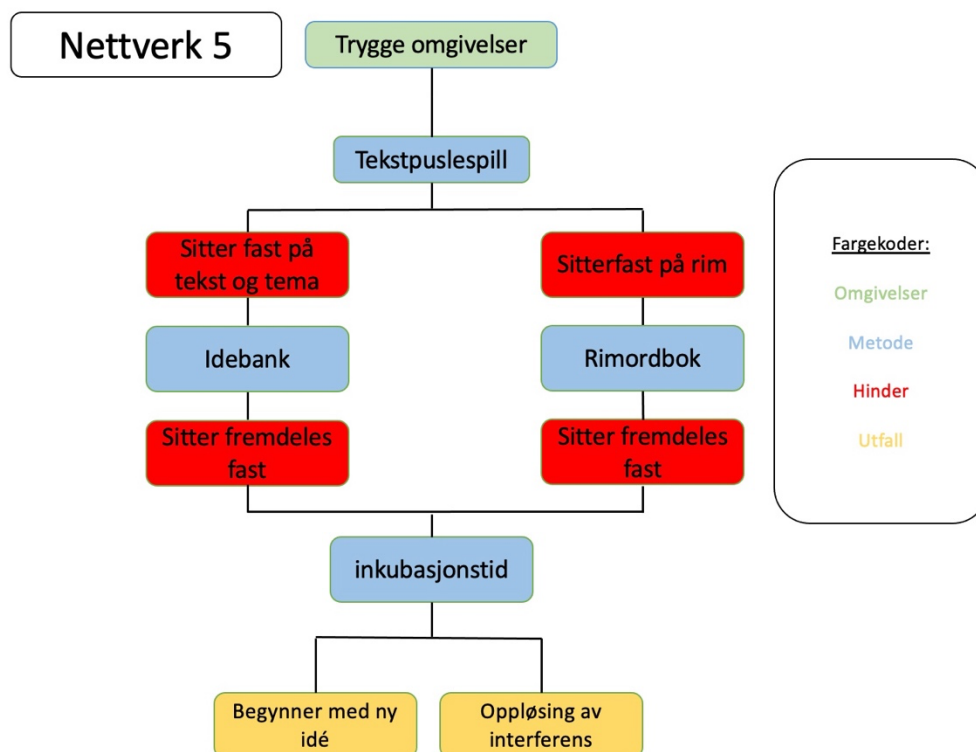
for store for ferdighetene mine, noe som fører til frustrasjon og samtidig hindrer meg fra å komme i flytsonen (Csikszentmihalyi, 1996, s. 111).

Jeg ser i datamaterialet mitt at jeg passerer dette hinderet både ved å hoppe over det, og ved å finne en vei rundt det. Figur 7 fremstiller nettverk 3 og 4, som viser oss to ulike måter jeg hopper over hinderet. I begge nettverkene er jeg hjemme i trygge omgivelser og skal benytte gitaren for å lage en akkordprogresjon. Figuren viser deretter to ulike valg hvor jeg til venstre i nettverk 3 hopper over hinderet ved å se bort i fra mitt ønske om å lage en avansert akkordprogresjon, og velger en progresjon jeg er kjent med. Den kjente progresjonen byr på lite utfordringer for meg, og er et trygt valg. Om flytsonen og mestringsfølelse er et mål, vil det å velge kjent progresjon-metoden gi for lave utfordringer for ferdighetene mine, noe som igjen hindrer meg fra å komme i flytsonen (Csikszentmihalyi, 1996, s. 111).

I nettverk 4 fremstilles den andre muligheten, som er å hoppe over hinderet ved å benytte klimpring-metoden, hvor jeg improviserer og bruker lang tid helt til jeg finner noe jeg liker. Hvilken av passeringsteknikkene jeg benytter meg av varierer, og påvirkes av forventningene jeg har til låten jeg skriver. Når aktørene *lave forventninger* og *kjent progresjon*-metoden interagerer resulterer det ofte i en effektiv prosess og en brukbar akkordprogresjon jeg ikke nødvendigvis blir veldig fengnet av, men som jeg kan fylle arsenalet mitt med. Når aktørene *høye forventninger* og *klimpring* interagerer fører det ofte til en lang og frustrerende prosess, men med en akkordprogresjon som tilfredsstillende mine behov. Vi kan si at begge disse nettverkene har positive utfall. Hadde derimot de to forventningene byttet side i nettverket ville det sannsynligvis fått et mindre positivt utfall, da høye forventninger og kjent progresjon-metoden ikke ville tilfredsstillt behovene og ført til negativitet og frustrasjon. Blar vi oss tilbake til nettverk 1, ser vi at jeg hadde høye forventninger og derfor valgte å passere akkordprogresjon-hinderet ved å benytte klimpring-metoden.

Som nevnt tidligere så hender det seg også at jeg finner en vei rundt hinderet i stedet for å hoppe over det. I disse tilfellene bruker jeg kun vokalen som instrument, hvor jeg skriver hele låten uten noen form for instrumentalmusikk, slik som jeg gjorde i ouijaboard-eksempelet fra praktisk del. Fordelene med denne måten å skrive på er at jeg står veldig mye friere når jeg lager melodien og rytmikken. Da får kreativiteten og musikaliteten min ingen begrensninger og jeg synes selv at jeg kommer opp med mer originale låter. Ulempen med å gå for denne strategien er at jeg da er avhengig av å samarbeide med andre som er gode på instrumentene sine og som har veldig godt gehør og gode akkordkunnskaper, slik at de kan utarbeide akkordprogresjoner for meg. Dette har for øvrig fungert godt ved tidligere anledninger, både for å tilfredsstille meg, men også eventuelle samarbeidspartnere.

### 4.2.3 Tekst og tema



Figur 9: "Nettverk 5" laget av Benjamin Dahle

Forventninger påvirker og former også låtskriverpraksisen i stor grad når jeg utarbeider sangtekst. Utarbeiding av sangtekst er nok det området der jeg er aller mest kresen og bestemt på at det skal være noe spesielt ved det. Det spesielle kan være at det er gøy, at det er spennende forklart, at det er gode og originale rim, eller at teksten har et kult uttrykk. De gangene jeg blir sittende fast er det ofte fordi tekstene mangler flere av de øvrige punktene, noe som skyldes høye forventninger. Figur 9 viser et nettverk av mulige problemløsingssituasjoner som kan oppstå når jeg bruker tekstpuslespill-metoden. Dette skal jeg gå nærmere inn på videre i dette kapittelet.

Jeg har flere verktøy og metoder jeg bruker når jeg møter på hinder i utarbeidelsen av tekst og tema. Hvilke aktører som aktiveres avhenger av hvilket hinder det er som oppstår. Står jeg for eksempel fast på rim og innhold, bruker jeg rimordboken. I QR-koden på neste side finner man et eksempel fra praktisk del hvor jeg utarbeider sangtekst til et refreng og arbeider intuitivt helt til jeg blir sittende fast på et rim, og bruker rimordboken for å passere dette hinderet. Denne videoen begynner umiddelbart der videoen av tekstpuslespill-metoden i figur 6 slutter, og kan sees på som en fortsettelse av tekstpuslespill-metoden, da bruk av rimordbok ofte er en del av denne metoden. Jeg forsøker her å utarbeide sangtekst til refreng i låten, og benytter meg av rimordboken når jeg blir stående fast. I den praktiske delen og i videoen på neste side fremstilles rimordboken som en fysisk bok, noe den i min faktiske låtskriverpraksis ikke er. Vanligvis benytter jeg meg av nettbaserte rimordbøker.



**Figur 10: "Rimordbok". Eksempel fra praktisk del. Hentet fra: <https://youtu.be/pSiJidI94Sg>**

Med rimordboken kan jeg undersøke om det finnes rim som passer godt med teksten og det jeg forsøker å formidle. Finner jeg ikke rim som åpenbart passer godt må jeg være mer kreativ. Dette er ofte en del av prosessen som gir meg mye glede. Da jakter jeg på ord som kan endre innholdet i fortellingen og gjøre fortellingen mer spennende, noe som også ofte gjør teksten mer original. Det som trolig skjer når jeg gjør dette, er at jeg bruker rimordboken som et verktøy for å utløse bisosiasjoner. Jeg vet ikke på forhånd hvor teksten skal, men jeg åpner rimordboken for å se om noen av de mulige rimene aktiverer de assosiative nettverkene mine, og fører til nye idéer for tekst og tema (Kaufmann, 2006, s. 34-35). Dette eksemplifiseres i videoen over hvor jeg slår opp ord som «rimer på blå» i rimordboken og bruker bisosiasjonene jeg får fra de ordene jeg blir servert til å dikte opp en sangtekst. Med bakgrunn i at låtens tema handlet om at jeg er overrasket over at det ikke ble en kjip dag, og at himmelen er blå, assosierte jeg ordene «forstå», «nå», «få» og «på» med at jeg ikke kan *forstå*, hva som skjer her *nå*. Og at jeg trodde jeg skulle *få* passet *på*skrevet.

Det andre verktøyet jeg bruker når jeg sitter fast i utarbeidelsen av tekst og tema er idébanken. Som nevnt tidligere er idébanken et notat hvor jeg fyller på med tekstlinjer, låtkonsepser og tema fortløpende slik at jeg skal kunne finne støtte når jeg møter på dette hinderet. Idébanken er trolig også et verktøy som kan utløse bisosiasjoner og videreutvikle tekst og tema, i likhet med rimordboken (Kaufmann, 2006, s. 34-35). Et eksempel på dette var da jeg jobbet med en låt som handlet om det å være usikker på seg selv, hvor jeg hadde gått tom for videre idéer til utvikling av tekst og tema. Jeg åpnet da idébanken, og lette meg fram til tekstlinjen «kul katt med cowboyhatt», som hadde blitt skrevet ned for lenge siden. Denne tekstlinjen var original, morsom og visuell, og utløste idéen om at jeg gjerne skulle vært en kul katt med cowboyhatt. Tekstlinjen endte opp med å bli tittelen og hooket til låten.

Det tredje verktøyet er et verktøy i form av en metode jeg både bevisst og ubevisst bruker i min låtskriverpraksis, nemlig *inkubasjonstid*. I denne studien har lesing av kreativitetsteori ført til spesielt mye bevisst bruk av denne metoden (Kaufmann, 2006, s. 43). Som vist i figur 9 benytter jeg denne metoden når jeg har forsøkt å finne løsninger med de verktøyene jeg har, og fremdeles står fast. Når jeg gir tanken og låten inkubasjonstid tar jeg en pause fra låtskrivingen og legger låten fra meg. Jeg kan da senere velge å plukke låten opp igjen for å se om jeg har noe nytt å tilføye, eller så kan jeg la den ligge helt til jeg faktisk får en idé om hvordan jeg kan videreutvikle låten. I datainnsamlingsprosessen har dette vært en metode som har gitt god effekt, og ført til ferdigstilling av mange idéer. Et eksempel på vellykket bruk av inkubasjonstid var da jeg nok en gang stod fast i låtskrivingen og bestemte meg for å legge låten fra meg. Da jeg satt på bussen på vei til jobb neste dag, hørte jeg på musikk som utløste bisosiasjoner som ga nye idéer til hvordan jeg kunne fortsette låten. Disse idéene skrev jeg ned i idébanken og brukte de senere for å skrive ferdig låten. Et annet eksempel på vellykket bruk av inkubasjonstid var en kveld hvor jeg ble sittende fast i utarbeidelse av tekst og

tema, etter å ha skrevet et halvt vers. Jeg la låten fra meg og tok den frem igjen neste kveld hvor jeg jobbet med den i en halvttime uten å finne noen løsninger. Deretter ga jeg låten inkubasjonstid, før jeg nok en gang tok den frem igjen neste kveld. Den tredje kvelden hadde jeg plutselig mange idéer, som førte til at jeg umiddelbart ferdigstilte idéen. I dette eksempelet hadde jeg ingen hverdagslige hendelser som utløste nye idéer. Jeg tok heller ikke i bruk rimordboken eller idébanken. Trolig kan dette ha vært et eksempel på oppløsning av interferens, hvor det har oppstått en fiksering på tekst og tema som gjør det veldig vanskelig å finne en god løsning. Ved å legge problemløsningen til side, hjalp inkubasjonsperioden meg med å løse opp denne fikseringen og blokkeringen, noe som slapp til de fruktbare løsningene (Kaufmann, 2006).

#### 4.2.4 Hverdagslige hendelser

Som vi nå har sett har aktørkategorien hverdagslige hendelser stor innflytelse på premissene som legges for problemløsningsprosessen, og spiller derfor en avgjørende rolle i min låtskriverpraksis. Hverdagslige hendelser ligger ofte bak de aller fleste avgjørelsene som tas i låtskriverprosessen, både innen tekst og tema, det musikalske og forventningene jeg har til låtskriverprosessen. I QR-koden under finner man et eksempel fra praktisk del hvor jeg dramatiserer de hverdagslige hendelsene som var med på å forme låten «Blå himmel» før låtskriverprosessen i det hele tatt hadde begynt. Her ser vi at det hele begynner med en tur på byen etterfulgt av en engstelig kveld hvor jeg forventer at morgensdagen kommer til å preges av dårlig humør og fysisk form. Neste morgen viser det seg at dette slettes ikke ble tilfellet. Solen skinner, formen er god, og humøret er godt. Jeg bestemmer meg deretter for å gå meg en tur i finværet hvor jeg hører på en låt som beskriver følelser jeg relaterer meg til. Dette utløser idéen om å lage en låt som beskriver de følelsene jeg har kjent på det siste døgnet. Jeg tar opp lydopptakeren og benytter bare syngemetoden til å skrive hooket til låten. De hverdagslige hendelsene vi ser i videoen er det som legger grunnlaget for og utløser låtskrivingen som vi ser i videoene i figur 3, figur 6, figur 8 og figur 10 fra praktisk del.



Figur 11: "Hverdagslige hendelser". Eksempel fra praktisk del. Hentet fra: <https://youtu.be/ev-KW-UsNxY>

## 5 Avslutning



**Figur 12: "Blå himmel". Fremført i praktisk del.**  
Hentet fra: <https://youtu.be/DpWkER8BTNI>

I QR-koden over finner man fremføringen av det ferdige låtutkastet «Blå himmel» fra praktisk del. I den originale videoen fremfører jeg låtutkastet for en statist som deretter gir meg feedback, men av hensyn til personvern inneholder videoen i QR-koden kun lydsporet fra praktisk del og et stillestående bilde.

Vi ser at låtskriverpraksisen min er en svært sammensatt praksis som stadig formes og utvikles i møte med ulike aktører. Spesielt ser vi at forventningene til låtskrivingen er svært definerende for hvordan praksisen ser ut. Forventningene jeg har til låtskrivingsøkten påvirker alle valg jeg tar og hvilke aktører som aktiveres i prosessen. Har jeg høye forventninger til låten jeg skal skrive, benytter jeg meg av metoder hvor jeg kan kvalitetssikre utfallet. Har jeg derimot lavere forventninger, velger jeg helt andre metoder som er mer effektive og mindre kvalitetssikre. Jeg har også erfart hvordan disse forventningene som styrer og former låtskriverpraksisen, også styres og formes av andre aktører. Har jeg opplevd noen hverdagslige hendelser som gjør at jeg ønsker å formidle et spesifikt budskap med musikken, kan dette føre til høye forventninger, slik det gjorde i den praktiske delen. Jo flere slike spesifikke preferanser jeg får i forkant og underveis i låtskriverprosessen, jo flere hinder må jeg passere for å bli tilfredsstillt.

Lave forventninger gir en rask og positiv prosess og en låt jeg fyller arsenalet mitt med. Det er likevel ikke utelukkende fordelaktig med lave forventninger. Lave forventninger resulterer ofte i en mindre kvalitetssikret låt som ikke alltid tilfredsstiller mine behov for låtskrivingen. Det er derfor viktig å være bevisst forventningenes rolle. En frustrerende låtskrivingsprosess kan ofte skyldes mine høye ambisjoner, og dermed være nødvendig for at jeg skal kunne oppnå det resultatet jeg ønsker.

Ved å ha kjennskap til hvilke utfall de ulike aktørnettverkene kan føre til, har man bedre forutsetninger for å skreddersy prosessen og dermed oppnå kreativ kontroll. Står man for eksempel veldig fast, vet man at det å legge låten fra seg kan virke forløsende. Merker man at man sliter med å tilfredsstille seg selv en dag, men har behov for å fylle arsenalet sitt med en låt, kan man forsøke å gjøre noe med forventningene sine – for det å senke forventningene sine og velge andre, raskere metoder betyr ikke nødvendigvis at det blir en dårligere låt. På denne måten kan man unngå unødvendig frustrasjon og å kaste bort tid. Dette betyr ikke at en prosess uten frustrasjon er et mål, da frustrasjon, som nevnt, også kan være nødvendig for at man skal kunne bli fornøyd. Å utfordre seg selv er helt nødvendig for at man skal kunne komme i flytsonen (Csikszentmihalyi, 1996, s. 111). Har man en kreativ praksis hvor man aldri opplever motgang kan det tenkes at praksisen etter hvert kan oppleves som lite givende og motiverende.

Jeg har lært at jeg foretrekker å være i trygge omgivelser for å skrive. Har jeg mye folk rundt meg får jeg ikke roen til å skrive, og låtene blir dermed ikke skrevet. Jeg har også sett hvor hjelpsomt det er å skrive kontinuerlig. Når jeg er ute på farten kan jeg

dokumentere idéer jeg får i notater, idébanken eller lydopptakeren og spare dem der, slik at de kan brukes senere om jeg sitter fast i en låtskrivingsøkt. Jeg trenger altså ikke å skrive låter ferdig for å ha fremgang. Jeg har også lært hvor raskt jeg preges og inspireres av ting rundt meg. Hverdagslige hendelser gir meg både idéer til sanger, men også idéer for måter å være kreativ på. Selv i dette forskningsarbeidet har lesing av kreativitetsteori hjulpet meg til å utvikle nye metoder når jeg står fast.

Gjennom dette forskningsprosjektet har jeg svart på problemstillingen min ved å undersøke, kartlegge og erfare hvordan ulike aktører former og påvirker min egen kreative låtskriverpraksis. Jeg har fått konkretisert og artikulert hvilke låtskrivingsteknikker og metoder jeg benytter meg av i praksisen, hvilke muligheter jeg har for å tilpasse praksisen min for å tilfredsstille de ulike behovene og ønskene jeg har, og jeg har fått definert hva det er som utgjør et godt låtskrivingsmiljø for meg. Denne nye kunnskapen vil definitivt bidra til å skape en mer velfungerende og effektivisert låtskriverpraksis for meg videre.

## **5.1 Implikasjoner for didaktisk praksis**

Dette mastergradsprosjektet gjør meg også bedre rustet til å drive god undervisning i musikkfaget i grunnskolen. Jeg har erfart hvor stort behov for individuell tilpasning jeg selv har for at jeg skal kunne blomstre kreativt. Hverdagslige hendelser er blant annet noe som i stor grad påvirker min kreative praksis, og som trolig også vil påvirke elevenes kreative prosesser. Dette kan være hendelser som hvilken musikk de har hørt på den siste tiden, hvilke erfaringer de har fra musikkfaget og hvordan de føler seg når de kommer inn i klasserommet. Problemløsning, låtskrivingsmetoder, tilgang på verktøy og låtskrivingsomgivelsene har også vist seg som viktige faktorer for hvordan praksisen min former seg. Jeg har lært at jeg bruker egenskapede låtskrivingsmetoder som er tilpasset meg og mine behov og at jeg er avhengig av å få være i trygge omgivelser med tilgang på de verktøyene jeg er kjent med for å komme i flytsonen. Jeg kan ikke si for sikkert hvilken påvirkning disse faktorene har på elevenes praksiser, men at de er med på å forme også deres praksis tror jeg er sannsynlig. Andrew West (2016) forklarer hvordan det å finne metoder som passer for låtskriveren er det viktigste for å oppnå kreativ kontroll. Jeg tror at min fordypede forståelse av egen kreative praksis, individuell tilpassing i kreativt arbeid, og hvordan man kan gjøre disse tilpasningene, bedrer mine evner til å bistå elevene i jakten på denne kreative kontrollen. Jeg vil også argumentere for at dette gjør meg bedre egnet til å tilrettelegge for skapende læringsprosesser hvor elevene kan utforske og utvikle egen identitet, eksperimentere med estetiske uttrykk, oppleve mestring og utfolde seg kreativt, som igjen ivaretar læreplanens intensjoner om at undervisningen skal oppfordre til skaperglede, engasjement og utforskertrang (Kunnskapsdepartementet, 2017).

Min nye kunnskap innen låtskriving, låtskrivingsverktøy og låtskrivingsmetoder gir meg også en fordypet fagkunnskap. Med denne fagkunnskapen kan jeg introdusere elevene for mine låtskrivingsmetoder, som for eksempel ouijaboarding, tekstpuslespill eller bare synge-metoden, og introdusere og instruere elevene i å bruke rimordbok, idébank, lydopptaker eller andre låtskrivingsverktøy. Jeg kan også lage oppgaver og undervisningsopplegg hvor elevene får prøve ut ulike fremgangsmåter hvor de kan lage egne låtskrivingsmetoder som er spesialtilpasset dem selv. Kombinert med mine pedagogiske forkunnskaper, vil jeg påstå at denne nye fordypede fagkunnskapen gir meg økt PCK, og dermed bedrer mine forutsetninger til å drive god fagdidaktisk undervisning (Shulman, 1986).

Jeg har også lært mye gjennom arbeidet med praktisk del hvor jeg har fått erfare hvordan den kreative praksisen min påvirkes annerledes når jeg lager noe jeg vet at skal vises frem, i motsetning til når jeg kun lager det til eget bruk. Fokuset blir flyttet over fra hva det er som tilfredsstillende meg som låtskriver, og over på hvordan jeg kan tilfredsstillende mottakerne, noe som kan føre til at det kreative uttrykket blir mindre autentisk og naturlig. I nær fremtid skal jo også jeg vurdere elever i musikkfaget, hvor jeg tror kunnskap rundt hvordan elevenes kreative prosess og produkt kan påvirkes av oppgavens rammer og vurderingsformer, også vil bistå meg i å lage oppgaver og undervisningsopplegg som bedre ivaretar hele elevgruppen. Jeg kan for eksempel forsøke å gi oppgaver som trekker oppmerksomheten bort fra kvalitetsfokuset i oppstarten, ved å lage oppgaveformuleringer som oppfordrer elevene til å uformelt utforske *mange* idéer, i stede for å skape *den ene idéen* som skal bedømmes. Dette kan gi elevene en trygghet som bedre legger til rette for den skapergleden, det engasjementet og den utforskertrangen det oppfordres til i den overordnede delen av lærerplanen (Kunnskapsdepartementet, 2017).

Utarbeidelsen av den praktiske delen har også gitt meg idéer til nye måter å lage undervisning på. Selve den praktiske delen kunne blitt utvidet til et større undervisningsforløp, der elementer fra den praktiske delen ville gitt elevene kunstbaserte og affektive opplevelser av *min* praksis, hvorpå vi for eksempel kunne stoppet etter ouijabarding og tekstpuslespill og justert dette til å bli aktiviteter der elevene selv skulle fått prøve for å utforske låtskriving. På denne måten ville jeg som lærer gått inn i rolle og modellert det elevene skal gjøre, brutt ned metodene slik at elevene enklere hadde forstått og brukt metaforer for å engasjere og motivere elevene, og for å konkretisere arbeidsoppgavene.

## 5.2 Veien videre

Videre kan dette forskningsprosjektet operere som grunnlag for videre forskning. Spesielt interessant synes jeg det hadde vært å undersøke hvordan denne nye kjennskapen til egen låtskriverpraksis vil påvirke meg i arbeidet som musikk lærer i grunnskolen, og hvordan jeg vil anvende denne nye kunnskapen for å legge til rette for undervisning som støtter elevene i kreativ låtskriving. Utarbeider jeg nye formidlingsformer på bakgrunn av erfaringene fra praktisk del? Utvikler jeg nye vurderingsformer og formuleringer i lys av den nye kunnskapen rundt hvordan kreative uttrykk påvirkes i vurderingssituasjoner? Lykkes jeg i å veilede elevene mot en økt kreativ kontroll, som gir elevene mestringfølelse og bidrar til å utvikle deres egne kreative uttrykk og identitet?



## Litteratur

- Almqvist, C. F., & Vist, T. (2019). Arts-based research in European arts education: Philosophical, ontological and epistemological introductions. *European Journal of Philosophy in Arts Education*, 4(1), 4-26.  
DOI: <https://hdl.handle.net/10642/7891>
- Bjørkøy, I. (2020). *Sang som performativ for samspill i småbarnspedagogisk praksis* [Doktorgradsavhandling, Norges teknisk-naturvitenskaplige universitet]. NTNU University Library.  
DOI: <https://hdl.handle.net/11250/2687931>
- Chemi, T. (2020). *Kreative læreprosesser og æstetiske perspektiver:(ud) dannelse for det hele menneske* (1. utg). Aalborg Universitetsforlag.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention*. HarperCollins Publishers.
- Gunnarsson, K. og Bodén, L. (2021). *Introduktion till postkvalitativ metodologi*. Stockholm University Press.
- Kaufmann, G. (2006). *Hva er kreativitet*. Universitetsforlaget
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020.  
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/verdier-og-prinsipper-for-grunnoppleringen/id2570003/>
- Parikh, S. B., Janson, C., Singleton, T. (2012). Video Journaling as a Method of Reflective Practice. *NTNU University Library*, 51(1), 33-49.  
DOI: <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2012.00003.x>
- Rasmussen, B. (2013). Fra erfaring til refleksiv kunnskap. Sentrale premisser i drama og i praksisledet forskning. *Universitetsforlaget*.  
DOI:[https://www.researchgate.net/publication/322086672\\_Fra\\_erfaring\\_til\\_refleksiv\\_kunnskap\\_Sentrale\\_premisser\\_i\\_drama\\_og\\_i\\_praksisledet\\_forskning](https://www.researchgate.net/publication/322086672_Fra_erfaring_til_refleksiv_kunnskap_Sentrale_premisser_i_drama_og_i_praksisledet_forskning)
- Shulman, L. S. (1986). Those Who Understand: Knowledge Growth in Teaching. *Educational Researcher*, 15(2), 4-14.  
<https://doi.org/10.3102/0013189X015002004>
- West, A. (2016). *The art of songwriting*. Bloomsbury Methuen Drama

