

Kurs: FA 1015 Självständigt arbete (15 hp)

2019

Magisterexamen i musikpedagogik - inriktning musikterapi

Institutionen för musik, pedagogik och samhälle

---

Handledare: David Thyrén

Examinator: Eva Bojner Horwitz

Marianne Viper

# Musik som tröst

En studie om betydelsen av musik vid avsked och  
sorgearbete

## Sammanfattning

Självständigt arbete på avancerad nivå i musikpedagogik  
inriktning musikterapi

Titel: Musik som tröst. En studie om betydelsen av musik vid avsked  
och sorgearbete

Författare: Marianne Viper

Termin och år: Vårterminen 2019

Kursansvarig institution: Kungl. Musikhögskolan i Stockholm

Handledare: David Thyrén

Examinator: Eva Bojner Horwitz

Syftet med detta arbete är att utforska betydelsen av musik vid avsked hos sörjande människor. Internationell och skandinavisk forskning inom närliggande områden har i större utsträckning beaktat musikens terapeutiska och psykologiska roll. I Sverige saknas i stort sett forskning inom detta ämne. Studien är av kvalitativ art där narrativ analyseras utifrån ett hermeneutiskt perspektiv och det empiriska underlaget i uppsatsen består av 12 livsberättelser av efterlevande i sorgegrupper. De berättar om sorg och förlust samt på vilka sätt de relaterar till musik i samband med begravningen och vidare under den efterföljande sorgprocessen. Av intervjuerna i semistrukturerad form framkom ett material som presenteras i resultatkapitlet. Musikens roll vid rituella avsked har förändrats idag. Anhöriga är mer delaktiga än tidigare. Musik väljs utifrån personliga kriterier. Musik som förknippas med positiva minnen tillsammans med den anhörige kan ge en upplevelse av igenkänning. Att använda musikterapi under sorgprocessen eller att lyssna på egenvald musik kan vara ett kraftfullt redskap som förmedlar hopp och tröst till sörjande människor.

Nyckelord: avsked, hermeneutik, kvalitativ metod, livstolkning,  
musik i livets slutskede, musikterapi, sorgprocess, tröst

## **Abstract**

Thesis as independent work at the advanced level in music education focusing on music therapy.

Title: Music that comforts. A study of the meaning of music at farewell and in the grieving process

Author: Marianne Viper

Semester and year: Spring term 2019

Course coordinator institution: Royal College of Music in Stockholm

Supervisor: David Thyren

Examiner: Eva Bojner Horwitz

The aim of this study is to examine the role of music at the condolence in the grieving persons. In related areas, international and Scandinavian research have explored the therapeutic and psychological role of music. This topic has been missing in earlier Swedish research. The study has a qualitative approach and the analytical prism used for the semi-structured interviews was informed by a hermeneutic method. The empirical basis of the essay is based on 12 life stories of survivors participating in grief support groups. The interviews talk about grief and loss and the ways in which they relate to music at the funeral and during the grieving process. The material which emerged from the interviews in semi-structured form is presented in the results section. The role of music in the ritual condolences has changed. Relatives are now more involved in choosing music than in the past. Music is selected based on personal criteria. Music associated with positive memories of the loved one can convey emotions of recognition. Music therapy during the grieving process, or to listen to music of own choice, may act as a spiritual force that gives hope and consolation to the grieving persons.

Keywords: farewell, hermeneutics, qualitative method, interpretation of life, end-of-life music, music therapy, the grieving process, consolation

## **Förord**

Nu har jag slutfört detta arbete som pågått under ett par års tid. Jag vill först säga tack till min arbetsgivare som har gjort det möjligt för mig att genomföra studierna.

För det andra vill jag tacka alla medverkande informanter som på ett generöst sätt bidragit med personliga erfarenheter rörande sorg och saknad.

Slutligen vill jag tacka handledare och kursledare som bidragit med goda råd, kloka tankar och uppmuntran.

# Innehållsförteckning

<b>1 Inledning .....</b>	<b>8</b>
1.1 Inledande text.....	8
1.2 Problemområde .....	8
1.3 Arbetets disposition .....	9
<b>2 Bakgrund .....</b>	<b>11</b>
2.1 Forskningsfältet .....	11
2.1.1 Internationell forskning .....	11
2.1.2 Forskning i Skandinavien.....	13
2.1.3 Musikterapi med efterlevande i Skandinavien .....	13
2.1.4 Sorggrupp (efterlevandegrupp).....	14
2.1.5 Bemötande i sorggruppen .....	14
2.1.6 Händelseminne och identifikation med musik .....	15
2.1.7 Egenvald musik och välbefinnande.....	15
2.1.8 Musik och existentiella frågor .....	16
2.1.9 Ritualer i ett historiskt perspektiv .....	16
2.1.10 Musikens förändrade roll vid rituella avsked .....	17
2.1.11 Olika former för avsked .....	18
2.2 Problemformulering, syfte och forskningsfrågor .....	18
<b>3 Teoretiska och metodologiska utgångspunkter .....</b>	<b>19</b>
3.1. Humanvetenskap och induktiv inställning .....	19
3.2 Hermeneutik .....	19
3.3 Narrativ .....	20
3.4 Sorgprocess enligt kristeori.....	21
<b>4 Metod .....</b>	<b>23</b>
4.1 Metodologiska utgångspunkter .....	23
4.1.1 Interaktionen mellan intervjuare och informant .....	23
4.2 Design av studien.....	23

4.2.1 Urval av informanter .....	24
4.2.2 Beskrivning av informanter .....	24
4.2.3 Datainsamling .....	25
4.2.4 Bearbetning och analys .....	27
4.2.5 Etiska överväganden .....	27
4.2.6 Giltighet och tillförlitlighet .....	27
<b>5 Resultat .....</b>	<b>29</b>
5.1 Betydelsen av musik före och under avsked .....	29
5.1.1 Strukturerade musikval .....	29
5.1.2 Samtal om musik i livets slutskede .....	30
5.1.3 Musik och starka känslor.....	31
5.1.4 Musik kan framkalla betydelsefulla minnen .....	32
5.1.5 Personliga musikval .....	33
5.1.6 Levande eller inspelad musik vid olika avskedsцерemonier.....	34
5.1.7 Avskedsmusikens meditativa funktion.....	36
5.2 Betydelsen av musik efter avsked.....	37
5.2.1 Efterlevande beskriver sin relation till musik under sorgearbetet .....	37
5.2.2 Musik och förnimmelser .....	39
5.3 Sammanfattningsvis.....	39
5.3.1 Betydelsen av musik före och under avsked .....	40
5.3.2 Betydelsen av musik under sorgearbetet .....	41
<b>6 Diskussion .....</b>	<b>42</b>
6.1 Resultatdiskussion .....	42
6.1.1 Betydelsen av musik före och under avsked hos efterlevande .....	42
6.1.2 Betydelsen av samtal i livets slutskede .....	42
6.1.3 Musik och starka känslor.....	43
6.1.4 Händelseminne och identifikation med musik .....	44
6.1.5 Personliga musikval .....	44
6.1.6 Levande eller inspelad musik och sakral eller profan musik.....	45
6.1.7 Musik som terapeutiskt redskap under sorgprocessen.....	46

6.2 Metoddiskussion .....	47
6.3 Arbetets betydelse .....	48
6.4 Fortsatt forskning .....	48
<b>Referenser .....</b>	<b>50</b>
<b>Bilagor .....</b>	<b>53</b>
Bilaga 1 Intervju med frågeområden .....	53
Bilaga 2 Information om forskningsstudie .....	54
Bilaga 3 Samtycke .....	55
Bilaga 4 Statistik – döda i Sverige och avskedsцерemonier .....	57
Bilaga 5 Topp tio begravningslåtar .....	58
Bilaga 6 Musiken vi vill höra vid begravningar .....	59
Bilaga 7 Metoder inom Musikterapi .....	60

# 1 Inledning

Här presenteras en inledande text som beskriver det ämnesområde som utforskas i denna studie. Därefter följer studiens problemområde samt arbetets disposition.

## 1.1 Inledande text

Musik har stor betydelse för människor i samband med död och framförallt i anslutning till ett avsked av en nära anhörig. Musik har troligen alltid förekommit i samband med begravningar. Exempel på detta är otaliga requiemmassor som komponerats genom århundraden och komponeras än idag. Kanske har det att göra med musikens goda inverkan på människan?

Kung Saul (1000-talet f Kr) blev botad från sin sorg med spel på harpa av David. Den kände teologen Martin Luther (1486-1546) menade att musik var den bästa läkedom för en deprimerad människa. Exemplet är många fler. Filmregissören Ingmar Bergman (1918-2007) uppehöll sig själv med musikens påverkan på människan. Ett känslösamt fall var när sången *Some die young* av Laleh Pourkarim (1982) gav uttryck åt en hel nations sorg i samband med katastrofen på Utöya i Norge. Musikens positiva inverkan på människan har också beskrivits av nutida hjärnforskning.

Riter kan bidra till att skapa meningsfulla sammanhang. En avskedsceremoni i samband med död är för många en viktig rituell handling. Då är det ibland musiken och sångerna som ger ord åt sorgen och kan hjälpa efterlevande att orka leva vidare. Min avsikt med studien är att utforska hur sörjande efterlevande relaterar till musik i samband med förlust av en nära anhörig. Anledningen till mitt ämnesval har att göra med att jag har lång yrkeserfarenhet som kyrkomusiker inom Svenska kyrkan. När jag tjänstgör som musiker vid en avskedsceremoni (begravningsgudstjänst) möter jag efterlevande. Arbetsuppgiften är då att med musik bidra till att förmedla tröst, hjälp och stöd. Det känns många gånger som en meningsfull uppgift. Genom vidare studier på magisterprogrammet inom musikterapi har min syn på att musik kan vara ett terapeutiskt redskap bekräftats.

## 1.2 Problemområde

Problemområdet kretsar kring hur efterlevande i Sverige idag relaterar till betydelsen av musik före, under och efter ett dödsfall och avsked.



Det empiriska underlaget i denna undersökning bygger på informanter som har berättat om musik som beskriver deras känslor av förlust och sorg. Musiken vid avskedsceremonier kan vara ett sätt att hedra en avliden anhörig och för att hjälpa efterlevande att bearbeta sorgen.

En historisk tillbakablick några decennier tillbaka visar att förr i tiden hade den kyrkliga liturgin tolkningsföreträdare. Kyrkorgeln började användas för att spela sorgemusik och psalmer som passade och enligt Svenska kyrkans handbok (1942) ansågs vara *”kyrkligt värdig musik”*. Följande citat beskriver musik vid avsked i kyrkan på 1950-talet: *”Det är givetvis av största vikt, att endast sådan musik förekommer, som passar stundens högtid och allvar.”* (Linderoth & Norbrink, 1952, s. 197). I kyrkohandboken (1986) står anvisningen att; *”musik kan förekomma”* och *”frågor om musikval hör själavården till”* enligt Biskopsmötet (2006, s. 40). Den nya kyrkohandboken (2017) visar att synen på musikens roll vid begravningar har genomgått en stor förändring under senare tid.

Idag är det de efterlevande som har tolkningsföreträdare att välja musik till ceremonin. De väljer ofta musik utifrån personliga kriterier. Sånger med ett sakralt och profant textbudskap från olika genrer spelas i kyrkor och detsamma gäller vid borgerliga ceremonier. Oavsett rituell form för avsked så har egenvald musik fått en starkare roll. Liturgiska bibeltexter och böner har i viss mån ersatts av olika textbudskap i sånger som beskriver något om en avliden människa och hur den levde sitt liv. Det enda skälet att viss musik inte ska förekomma i kyrkliga sammanhang är om den har ett budskap som strider mot kyrkans tro och lära (jfr Biskopsmötet). Inspelad musik används ofta vid avskedsceremonier. Det blir i vissa sammanhang som en konflikt mellan inspelad och levande musik när utbildade kyrkomusiker i kyrkorna vill värna den levande musiken.

Musik brukas dagligen i samband med avsked i både religiösa och borgerliga sammanhang. Enligt Statistiska centralbyrån (2019) dör cirka 90.000 människor varje år i Sverige. Vid närmare 99 procent av alla avskedstillfällen används musik i någon form. Musikens roll vid avsked är alltså betydande. Det är ett viktigt skäl till denna undersökning.

### **1.3 Arbetets disposition**

Uppsatsen består av sex kapitel. Först kommer en inledande reflektion och beskrivning av problemområdet. Därefter kommer bakgrundskapitlet där bland annat det internationella och skandinaviska forskningsfältet

presenteras. Därpå följer kapitel tre med uppsatsens teoretiska och metodologiska utgångspunkter. I kapitel fyra presenteras metoden som innefattar urval och beskrivning av informanter, datainsamling samt bearbetning och min tolkning av det empiriska underlaget. I kapitel fem presenteras resultatet av informanternas berättelser och i kapitel sex kommer resultat- och metoddiskussion mot bakgrund av informanternas berättelser, min egen förförståelse samt relevant forskning och litteratur inom närliggande ämnesområden.

## 2 Bakgrund

I detta kapitel presenteras det internationella och skandinaviska forskningsfältet samt vetenskaplig litteratur. Det har varit svårt att hitta relevant forskning om musik vid avsked. Därför presenteras internationell och skandinavisk forskning inom närliggande ämnesområden. För att belysa ämnet ur olika synvinklar redovisas exempel på musikterapi under sorgprocessen, sorgegrupp, livsåskådning samt riter och nutida begravningsseder vilket kan vara relevant i detta sammanhang.

### 2.1 Forskningsfältet

Inom forskningsfältet redovisas internationell forskning inom musikterapi under sorgprocessen och inom palliativ vård med patienter som vårdas i livets slutskede. Den forskning inom Skandinavien som redovisas är en kvalitativ litteraturstudie vars syfte är att undersöka hur musikterapeuter möter människor som har drabbats av sorg.

#### 2.1.1 Internationell forskning

Forskarna och författarna Clare O'Callaghan, verksam vid Melbourne Conservatorium of Music, och Natasha Michael, verksam vid Cabrini Health, har gjort en studie om musikterapi med sörjande människor i Australien. Forskningens resultat av O'Callaghan och Michael (2015) visar att behovet av att bearbeta sorg med hjälp av musikterapeutiska metoder har ökat i Australien. De anser att det är viktigt att ge tid för sorgearbetet. Enligt författarna behöver sörjande ibland dra sig undan från starka känslor. Musikterapi kan vara ett kraftfullt redskap som kan erbjuda hjälp att lämna över känslorna utanför sig själv en stund och ge möjlighet för sörjande att leka som ett barn som om förlusten inte hade skett.

Författarna anser att kreativ musikterapi (bilaga 7) kan ge avlastning från sorg. Uttryckande terapiformer har visat sig vara ett redskap till att frigöra och uttrycka sina känslor under sorgprocessen. Det viktiga är enligt författarna att klienten får möjlighet att benämna sorgen. O'Callaghan och Michael (2015) beskriver en musikterapisession där klienterna får improvisera på melodiska instrument, exempelvis piano och marimba, på icke-melodiska eller rytminstrument, på trummor, den egna rösten eller eget musikskapande. *"The therapist can then offer counselling to assist adjustment when these feelings appear"* (O'Callaghan & Michael, 2015, s. 406). En annan verksam metod för sorgearbete är Guided Imagery and Music (GIM). Utvecklad av Helen Bonny. Metoden använder utvald musiklyssning i musikresor som kan stimulera inre bilder som därefter

uttrycks i ett samtal. Terapeutens roll vid sessionen är att spegla och bekräfta klienten, visa varsamhet inför reaktioner och stödja den drabbade i att uttrycka sin sorg menar O'Callaghan och Michael (2015).

Tia DeNora är verksam professor i musiksociologi vid universitetet i Exeter i England. DeNora (2012) har genomfört en etnografisk fallstudie under tre års tid. Studien beskriver musikanvändande av patienter inom palliativ vård i England. Studien har utförts med patienter med sina anhöriga. Författaren visar i forskningsresultatet att musikterapi inom palliativ vård är ett dynamiskt verktyg. Musikterapi inom palliativ vård kan bidra till ökad kommunikation mellan terapeut, patient och anhöriga. Det kan vara viktigt att en patient med sina anhöriga får möjlighet att samtala om viktiga frågor exempelvis sista önskningar. *"I conclude that music opens up opportunities for action and social relation at end of life"* (2012, s. 92). Resultatet av denna forskning visar att musikterapisessionerna erbjöd möjlighet till värdefull tid för umgänge i livets slutskede.

Robert E. Krout är professor vid Southern Methodist University Meadows School of the Arts, Dallas Texas. Krout har forskat om musikterapi på hospice. Hospicenvård innebär vård för patienter som vårdas i ett sent stadie av en dödlig sjukdom. Forskningen beskriver en fallstudie med fem döende patienter som tillsammans med respektive familjer givits möjlighet genom studien att pröva musikterapi. Krout har studerat vilken betydelse musikterapi har för de efterlevande;

When loved ones are anticipating the patient's impending death, they may find it difficult to express feelings, thoughts, and last wishes. Music therapy is a service modality that can help to facilitate such communication between the family and the patient who is actively dying, while also providing a comforting presence. (Krout, 2003, s. 129-134).

Krout skriver att inför döden kan det vara svårt för en patient att tala med anhöriga om sina känslor och sista önskningar. Han menar att terapi med musik som verktyg kan underlätta kommunikation och bidra till ökad samvaro. Krout (2003) beskriver också i artikeln att familjemedlemmar till patienterna ofta inkluderas i hospiceteamets omsorg, och att hospiceteamet anser att det är en utmaning att arbeta med familjerna till den döende. Enligt Krout gav musikterapisessionerna avlastning från stress för patienter i livets slutskede och deras familjer.

### 2.1.2 Forskning i Skandinavien

Gabriella Starenvik Curman har skrivit en magisteruppsats vid magisterprogrammet i musikterapi vid KMH. Starenvik Curmans arbete är utförd som en kvalitativ litteraturstudie som utgår från internationella källor. *”Syftet med uppsatsen är att genom litteraturstudier undersöka hur man som musikterapeut möter människor som drabbats av förlust och sorg”*. (Starenvik Curman, 2016, s. 4). Studien har tre forskningsfrågor:

1. Hur arbetar musikterapeuter med människor i sorg?
2. På vilket sätt kan musikterapi hjälpa till i sorgearbetet?
3. Vad är verksamt i den musikterapeutiska processen?

Det teoretiska perspektivet i arbetet utgår ifrån hermeneutik på grund av betoningen på tolkning och förståelse (2016, s. 4). I undersökningen ingår det 16 redogörelser varav 12 är fallbeskrivningar. Starenvik Curman förklarar att i alla fallbeskrivningar har klienterna deltagit i expressiv musikterapi. I sex av fallen har det förekommit både expressiv och receptiv musikterapi. Ingen av klienterna hade tagit del av enbart receptiv musikterapi. Att det är 16 fallbeskrivningar menar författaren behövdes *”för att kunna utläsa något mönster om att individual- eller grupperapi skulle vara att föredra för en viss åldersgrupp, beträffande musikterapi med människor i sorg”* (Starenvik Curman, 2016, s. 44). Resultatet av studien beskriver Starenvik Curman i en översiktlig sammanställning.

### 2.1.3 Musikterapi med efterlevande i Skandinavien

Musikterapeut Liselotte Reynolds, utbildad vid Aalborg Universitet, är verksam i Aalborg i Danmark. Anledningen att jag tar upp Reynolds arbete med barn och unga sörjande är att oavsett en människas ålder kan människor känna starka känslor vid förlust av en nära anhörig. Reynolds beskriver att hon har startat sorgegrupper för unga vuxna och för barn som har förlorat en förälder eller ett syskon. I terapin använder Reynolds olika musikstilar, allt från rock och pop till klassisk musik av till exempel Bach och Beethoven. Musikterapeutiskt arbete med sörjande kan vara ett sätt att ge utlopp för känslor. Det är ett viktigt arbete eftersom instängd sorg oavsett ålder kan förbli obearbetad. Musik och sångtexter kan då vara ett sätt att bearbeta sorgen menar Reynolds (2006).

Den norske psykologen Atle Dyregrov är känd för sitt arbete med barn i sorg. Dyregrov beskriver att *”även barn upplever starka känslor av sorg och nedstämdhet när en nära anhörig dör”* (2009, s. 11). Musikterapeutiskt

arbete kan vara ett kraftfullt verktyg som kan väcka upp och hjälpa till med att bearbeta starka känslor när det är svårt att uttrycka sorgen verbalt menar Dyregrov (2009).

Even Ruud är professor i musikterapi i Norge. Ruud beskriver att; *”musikterapi med sörjande människor kan vara som en kraft utifrån som kan förmedla en transcendental andlig upplevelse”* (Ruud, 2001, s. 74). Dessa upplevelser menar Ruud kan vara viktiga för att ge klienten en känsla av mening, hopp och livsmod. Musikterapi metoder återfinns i bilaga 7.

#### 2.1.4 Sorgegrupp (efterlevandegrupp)

Svenska kyrkan (2019) och andra organisationer samt företag erbjuder sorgegrupper för vuxna, barn och ungdomar. En sorgegrupp är en mindre grupp som träffas ett bestämt antal gånger. Grupper inom Svenska kyrkan leds av en präst eller diakon. Målgruppen i Svenska kyrkans sorgegrupper är de som har haft en begravning i Svenska kyrkan. Det är även möjligt att ingå i en sorgegrupp utan att ha haft en begravning enligt Svenska kyrkans ordning. Närstående efterlevande till avlidna medlemmar erbjuds att delta i en sorgegrupp cirka ett halvår efter förlusten. Deltagarna bör helst inte befinna sig i den akuta fasen när gruppens sammankomster startar. Målet är att ge vägledning och en möjlighet att uttrycka tankar och känslor som hör samman med sorgen (Svenska kyrkan, 2019). Det finns också andra aktörer i samhället som erbjuder samtalshjälp gratis eller mot ersättning. Det finns också nätverk för dem som mist en anhörig mitt i livet (VIMIL, 2019).

#### 2.1.5 Bemötande i sorgegruppen

Bemötandet i sorgegruppen är viktigt för att ge den sörjande tid och utrymme att uttrycka känslor och tankar, vilket kan vara avgörande för hur sorgen genomarbetas. Enligt Cullberg (1986) är det därför lämpligt att ledaren har en hårbärgerande förmåga när den möter andras sorg. Ledaren behöver också vara stödjande och respektera tankar och känslor utan att döma menar Cullberg (1986).

Författaren Annika Lantz (2007) menar att en ledare för en samtalsgrupp behöver vara medveten om att acceptera eventuell egen ouppklarad sorg. En ledare kan reagera omedvetet om denne har obearbetade känslor från någon tidigare konfliktfylld relation, vilket kallas motöverföring enligt Egidius (2008). Det kan vara ett hinder om en ledare blir hjälplös när denne möter andra människors sorg.

Författaren Kurt Gordan (2010) menar att en terapeut eller ledare bör visa *”odelad uppmärksamhet, ett helhjärtat intresse och förmedla en varm, icke-dömande och icke-moraliserande attityd”* (Gordan, 2010, s. 87). För att uppnå detta behövs en terapeut eller ledare som lyssnar aktivt och inte avbryter en klient när den uttrycker tankar och känslor.

### 2.1.6 Händelseminne och identifikation med musik

Forskning inom musikpsykologi har påvisat att en individ som plötsligt hör ett betydelsefullt musikstycke kan återkalla starka minnesbilder, vilket benämns som episodiskt minne eller händelseminne enligt Egidius (2008). Minnesbilderna som kopplas till sången eller musikstycket kan när man hör musiken åstadkomma en känsla av igenkänning (Gabrielsson, 2013).

Alf Gabrielsson är professor i musikpsykologi. Han menar att musik som förekommit vid en betydande livshändelse kan åstadkomma en totalidentifikation med musiken (2013). Den igenkända musiken kan ge en känsla av att inte vara ensam. Identifikationen med musiken kan kännas som att möta en annan människa som förstår dig och det är en insikt som kan ge en terapeutisk funktion (2013). Det kan beskrivas som vara ett med musiken; *”när musiken tar över försvinner omvärlden, tiden står stilla, det enda som gäller är musiken och jag, här och nu”* (Gabrielsson, 2013, s. 109). Detta citat visar ett exempel på total samhörighet och identifikation med musik.

### 2.1.7 Egenvald musik och välbefinnande

Musikpsykologiforskarna Juslin, Liljeström, Västfjäll och Lundqvist (2010) beskriver i sin forskning privat musikanvändande och de underliggande mekanismerna bakom musikens funktion på känslolivet: *”Real-world research has shown that music is often intentionally used by listeners to regulate their moods and emotions”* (Juslin, 2011, s. 849). Forskningen har visat att musik ofta används avsiktligt för att styra egna känslor och stämningstillstånd. Positiva känslor dominerar av musiklyssning enligt Juslin (2011). En människas välbefinnande kan alltså påverkas när individen själv får välja musik. Studien visar förhöjda värden av biokemiska substanser; cortisol, oxytocin, dopamin och serotonin i samband med självvald musiklyssning vilket författaren menar kan ge positiva hälsoeffekter i samband med avsiktligt musikanvändande (2011).

### 2.1.8 Musik och existentiella frågor

Enligt Even Ruud (2001) är det vanligt att sorg väcker frågor om livets mening. Ruud menar att det blivit vanligare inom vården att acceptera patienters andliga behov. Han skriver att: *”vi måste förstå spiritualitet och transcendens i ett vidare perspektiv än bara som religion”* (Ruud, 2001, s. 74). Ruud framhåller att det finns ett behov hos många som drabbas av förlust och sorg att få möjlighet att uttrycka frågor som handlar om liv och död.

Professor Anders Jeffner är teolog och har introducerat ämnet livsåskådningsvetenskap i Sverige. Han var elev till den stridbare professorn i praktisk filosofi Ingemar Hedenius (1908-1982), som utmanade ledande kyrkliga företrädare i Sverige genom böcker och debattartiklar. Jeffner anses vara den som skickligast har utmanat Hedenius filosofiska slutsatser. Enligt Jeffner kan termen livsåskådning användas för att svara på människors existentiella frågor om livets mening. Jeffner beskriver att en troende människa och en materialist har olika grundsyn på livet och dess mening. Frågor om livets mening genomsyrar olika uttrycksätt i litteratur, genom musik och populärmusikens texter. De kan uttryckas i värderingar och normer och uttrycker hur en individ kan uppleva sin situation som människa i världen (Jeffner, 1982). *”Man möter livsåskådningar i filosofiska, religiösa, politiska och litterära texter, i konstnärliga uttrycksformer eller inom populärkulturens inställning och förhållningssätt till livet och döden”* (Jeffner, 1993). Alla människor har alltså en livsåskådning enligt Jeffner.

### 2.1.9 Ritualer i ett historiskt perspektiv

Musikforskaren och författaren Gunnar Valkare beskriver begreppet rit som en fastställd form eller olika antal av en företeelse, exempelvis trefaldigt amen i en kristen ceremoni eller fyrfaldigt leve vid en födelsedag. Valkare sammanfattar begreppet: *”det rituella är den aspekt av mänskligt beteende som etablerar, markerar, bekräftar och överför värde”* (Valkare, 2016, s. 109). I samband med en rituell passage, exempelvis vid konfirmation eller bröllop, så sker en förändring och en överföring av en människas immateriella värde i det sociala sammanhanget (2016).

Enligt den norske psykologen Atle Dyregrov (2009) är en rit, ur ett historiskt perspektiv, en handling som använts vid kulthandlingar och religiösa ceremonier i alla samhällen och religioner, vid livsförändrande händelser eller vid bön och offer till gudar. Dyregrov menar att ritualer vid stora livshändelser, exempelvis vid död, kan vara en hjälp för människor att



uttrycka sina känslor vilket har betydelse för att skapa gemensamma minnen och tolkningar av händelser. Ritualerna kan därför skapa sammanhållning i familjer och i samhällen enligt Dyregrov. Det kan vara viktigt för *”släkters fortbestånd, för livet och döden”* (2009, s. 15). Vanliga rituella markeringar vid dödsfall idag är att tända ljus eller att lägga blommor vid en olycksplats och i samband med dödsfall hissas flaggan på halv stång.

#### 2.1.10 Musikens förändrade roll vid rituella avsked

Jan-Olof Aggedal är teologie doktor och har varit projektledare för en arbetsgrupp som arbetat med ritens funktion och människors upplevelser av riter. Han menar att musikvalet vid en begravning är det tydligaste sättet att visa vem personen var i livet. Allt flera efterlevande föredrar att spela den avlidnes favoritlåtar. Vid begravningar inom Svenska kyrkan ingår det att en kyrkomusiker spelar levande musik och kyrkomusikern vill helst inte bli ersatt av förinspelad musik. Ett rituellt avsked är en viktig ceremoni som en hjälp för efterlevande att orka leva vidare med sorgen. Aggedal förklarar i en intervju i Svt/Skåne (2009), att begravningarna tidigare har varit lika varandra med samma psalmer och ritualer. Numera väljer allt fler att begravas på ett mer personligt sätt, exempelvis med ett foto på kistan eller att lägga en personlig ägodel i kistan.

Ritualerna vid kyrkliga begravningar har genomgått en förändring vilket även beskrivs i en informationsskrift utgiven av Svenska kyrkan (Edlund, 2016). Skriften beskriver hur begravningar har utförts historiskt fram till idag och begravningstraditioner inom olika religioner presenteras. Skriften har en avsikt att utmana, inspirera och lyfta fram värdet av en kyrklig begravning och beskriver församlingen som en plats att komma till för sörjande. Idag har anhöriga stort inflytande när det kommer till att välja musik. Sorg uttrycks alltmer på ett personligt sätt. Edlund belyser att det behövs en analys av den snabba utvecklingen på nätet: *”Vilka fördelar kan det vara med digitala kyrkogårdar, animerade webbpräster och virtuella minneslundar?”* (Edlund, 2016, s. 13). Begravningsvanorna har förändrats och många söker efter alternativ till de traditionella begravningsplatserna, exempelvis att sprida askan. Det är ofta mycket svårare att sörja och ta avsked av en ung människa som har gått bort i förtid än en gammal människa som har levt ett långt liv (2016). I den nya kyrkohandboken för Svenska kyrkan (2017) står angivet att väsentliga delar av begravningsritualet alltid skall vara med, men det finns möjlighet att anpassa ordningen beroende på behovet i varje enskilt fall.

### 2.1.11 Olika former för avsked

Enligt Statistiska centralbyrån dör cirka 250 personer varje dag i Sverige, vilket motsvarar drygt 90.000 döda per år i Sverige (bilaga 4). Behovet av ritualer vid sorg är stort idag säger Ulf Lerneus (2017) som är Förbundsdirektör på Sveriges Begravningsbyråers Förbund. Det finns olika former för avsked som används idag. De vanligaste formerna är begravning enligt Svenska kyrkans ordning (cirka 80 procent), ett annat kristet samfunds ordning (cirka 10 procent), en annan religions ordning eller borgerlig begravning (cirka 8 procent). I huvudsak omkring storstäderna har det skett en ökning av människor som gravsätts utan släkt och vänner (cirka 1-2 procent). Detta är ett avtryck av hur ett samhälle mår och *”oftast beror det på önskemål från de anhöriga som inte har tid eller äldre som inte vill vara till besvär ”* (2017). Vid kremering transporteras ibland askan vidare till en minnesstund på annan plats eller så ska den exempelvis spridas över havet. Begravning online efterfrågas också vilket innebär att anhöriga själva planerar och beställer kista och blommor till begravningen berättar Lerneus.

## 2.2 Problemformulering, syfte och forskningsfrågor

Begreppet sorg är stort och kan innefatta många förluster utöver sorg efter en nära anhörig. Därför är studiens problemområde avgränsat till att kretsa kring hur musik fungerar i sorgearbete före, under och efter ett dödsfall och avsked. Forskningsöversikten visar att en hel del har gjorts internationellt och i Skandinavien, men i Sverige finns få studier gjorda. Min intention med undersökningen är att studera om musik som väljs och används vid avskedsceremonier har betydelse för de sörjande och om den kan vara ett verksamt redskap för efterlevande att bearbeta sorg.

*Syftet med detta arbete är att utforska betydelsen av musik vid avsked hos sörjande människor. För att konkretisera och uppfylla syftet har det brutits ner i två forskningsfrågor:*

1. På vilka sätt kan efterlevande relatera till musik vid avsked?
2. Hur kan musik användas terapeutiskt under sorgprocessen hos sörjande människor?

## **3 Teoretiska och metodologiska utgångspunkter**

För att undersöka syftet och dess forskningsfrågor i denna studie har en kvalitativ ansats använts där narrativ har analyserats utifrån ett hermeneutiskt perspektiv med fokus på sorgprocess och kristeori. Det empiriska underlaget i form av informanternas livsberättelser utgår enligt hermeneutikens principer från förståelse och tolkning mot bakgrund av min egen förförståelse (se inledning 1:1).

### **3.1. Humanvetenskap och induktiv inställning**

Denna studie har en inriktning inom det humanvetenskapliga området, vilket är en teoribildning som berör studier av människor som kultur- och samhällsvarelser i en social kontext menar Ödman (1994). Studiens avsikt är att undersöka en grupp sörjande människors upplevelser av musik vid avsked, vilket innebär att det empiriska underlaget uttolkas. Människan studeras både som enskild individ och som social varelse i ett samhälle. Studien har en induktiv inställning som utgår ifrån verklighetsbaserade berättelser. Den insamlade empirin studeras och uttolkas via hermeneutik utifrån olika teoribildningar där de sörjandes narrativ bildar utgångspunkt.

### **3.2 Hermeneutik**

Den teoretiska utgångspunkten i föreliggande studie utgår ifrån en hermeneutisk ansats vilket innebär att jag som forskare tolkar berättelserna med utgångspunkt från min egen förståelse och förförståelse. Enligt Skott (2004) är hermeneutik en tolkningslära som berör den mänskliga förmågan att skapa förståelse och mening. Hermeneutik har genomgått en förändring från den ursprungliga användningen inom bibeltolkning till att bli en filosofi och en metod inom många vetenskapsområden (Paulander, 2011; Wheeler, 2005; Ödman, 1994).

Hermeneutik innebär metodologiskt att tolka och förstå innebörden av ett budskap. Analysen och tolkningen påverkas av forskarens förkunskaper inom ett område och dennes förståelsehorisont. Intervjuer med informanter kan leda till många olika svar och det kan framträda olika berättelser som berör liknande erfarenheter från samma individ vid olika tillfällen. Ödman

(1994) menar att när individer som har upplevt liknande händelser möts konfronteras olika förståelser av händelserna.

Tolkningsprocessen inom hermeneutik sker genom den hermeneutiska spiralen (Patel & Davidson, 2011; Paulander, 2011). Bilden av en cirkel eller spiral syftar på att en tolkning av ett ämne växer fram i en cirkulär eller spiralformad rörelse, som kretsar mellan en individs förförståelse, som i ett möte med nya erfarenheter leder vidare till ny förståelse och nya tolkningsansatser. Det innebär att en tolkning och dess förståelse är i ständig förändring. Förståelsehorisonten fördjupas för varje ny tolkningsansats som i sin tur leder vidare till ny kunskap. Förståelsen fördjupas genom nya ansatser tills ett ämne är uttömt (Ödman, 1994).

Bilden av en spiral som metafor är tydlig och visar att förståelse ständigt förändras. Den kan inte återgå till en tidigare punkt. Ny kunskap söker sig vidare genom nya förståelsehorisonter likt spiralformen i en uppåtgående rörelse. Tolknningen ger alltså en ökad förståelse. Den leder i sin tur vidare till ytterligare tolkningar. En bild av en cirkel som metafor hade med dess slutna form antytt att en påbörjad process vänder tillbaka till en tidigare startpunkt och tidigare förståelse.

Ödman (1994) beskriver den hermeneutiska spiralen som en bild för hur processen sker i fyra olika stadier; tolkning, förståelse, förförståelse och förklaring, vilket pågår i ett flöde tills det uppstår en sammansmältning av förståelse och tolkning. Att förstå en helhet inbegriper också att förstå delarna i helheten. En forskare som utgår från hermeneutik använder sig av sin förförståelse och tolkar ett objekt genom att pendla mellan delar och helhet. Hermeneutiken visar att det pågår en växling mellan del och helhet eller mellan kända och okända kunskaper. Det betyder också att en berättelse, som berättas av samma individ vid olika tillfällen, kan få olika innebörd och kan tolkas på olika sätt (1994).

### **3.3 Narrativ**

Narrativ forskning fokuserar på berättandet och dess innehåll och struktur. Enligt Skott (2004) är studier av berättelser också en studie i meningsskapande processer. Att redogöra för en situation eller en händelse resulterar i en berättelse. Att ställa frågor är ett annat sätt att skapa ett material till en forskning med en narrativ ansats. En informant som återberättar sin livsberättelse delger samtidigt sin individuella uppfattning om sin syn på omvärlden. Förståelse och förförståelse hos informant och

forskare samspelar och berättelsen skapas även i den dialog som utspelar sig i samtalet. Enligt Sohlberg och Sohlberg (2013) utgör beskrivningen av en berättelse också en process vilket är en central del i en narrativ studie.

Det naturliga samtalet är ett sätt att samla in data för att göra en analys av en berättelse menar Lars-Christer Hydén (1997). Ett annat sätt är att genom att ställa frågor aktivt skapa ett rikt material som kan tolkas som livsberättelse (Hydén). En berättelse kan vara en skriftlig eller muntlig skildring av ett upplevt händelseförlopp som kan bestå av fiktiva eller verkliga händelser eller en kombination av båda. Enligt Hydén (1997) finns det alltid några väsentliga drag i en berättelse. Den behöver bestå av händelser som sker i ett visst sammanhang, som är orsakat och upplevt och därefter framställt av någon. Enligt Margareta Hydén (1997, s. 195) har berättandet inom psykoterapi en syn på människan som en handlande och tolkande varelse. Det innebär att när en människa vill bilda sig en uppfattning om en självupplevd händelse och sätter ord på sin verklighet så skapar en människa i samma ögonblick sin egen värld och sin livshistoria menar Hydén (1997).

### 3.4 Sorgeprocess enligt kristeori

Sorgeprocess enligt kristeori är relevant för att undersöka och besvara studiens två forskningsfrågor. I *Dynamisk psykiatri* av den svenske psykiatrikern Johan Cullberg (1986) står att läsa om den amerikanske psykiatrikern Erich Lindemann som var pionjär med sin beskrivning av sorg, Lindemanns sorgesyndrom, som en psykologisk kris, inom ett psykoanalytiskt synsätt. Lindemann lanserade den moderna kristeorin 1944, genom en studie 1942 i USA, av sorgereaktionerna hos anförvanter till offer för en brand på nattklubben Coconut Grove i Boston med 492 döda. Enligt Lindemann skulle sorgutvecklingen bearbetas genom tre stadier: frigörelse från den avlidne, anpassning till miljön där den avlidne varit verksam och skapande av nya relationer (Cullberg, 1986).

Cullberg har studerat Lindeman och utvecklat kristeorin i en känd förklaringsmodell (1986). Enligt honom kan psykiska kristillstånd delas in i traumatisk kris och utvecklingskris. Förändrade livssituationer kan skapa kristillstånd där tidigare kunskaper, erfarenheter och inlärd reaktionsmönster ifrågasätts. Det kan leda till att en individ inte kan hantera en svår situation. Cullberg menar att sorg är en upplevelse av smärta, efter en förlust, som kan komma av en separation eller när en anhörig eller vän dör. Vid akut sorg fokuseras all uppmärksamhet mot såret efter förlusten; *"om den glöms bort en kort stund, kommer påminnelsen som ett smärtsamt*

*hugg*” (Cullberg, 1986, s. 268). Citatet beskriver smärta vid akut sorg som kan glömmas bort för en kort stund. Härvidlag kan musik som distraktion bidra till att lindra lidande. Sorgeprocessen kan visa sig med symptom som liknar en depression enligt Cullberg. Trygga vanor kan vara ett sätt att skapa ordning. Inarbetade vanor kan på ett omedvetet plan minska existentiell ångest (1986).

Cullberg menar att förklaringsmodellen av krisens fyra faser kan användas för att få en förståelse för sorgereaktioner hos en sörjande människa:

1. Chockfasen varar från några timmar till dagar eller längre tid.
  2. Reaktionsfasen kan visa sig med apati och humörsvängningar då viktiga intressen kan kännas oviktiga. Denna fas kan vara mellan fyra till sex veckor.
  3. Bearbetningsfasen innebär återgång till acceptans men innebär ofta oro inför framtiden.
  4. Nyorienteringsfasen innebär större framtidstro och öppenhet.
- Cullberg förklarar att hur länge sorg pågår är individuellt.

Alla livsberättelser är unika och därför kan bearbetandet i de olika faserna upplevas på olika sätt exempelvis med förnekelse och överklighetskänslor. Det viktiga är att inte tränga undan sorgen (Cullberg, 1986). Hur länge sorg pågår är individuellt men är en oundviklig process. Det är dock viktigt att ge tid för sorgen, oavsett ålder på den avlidne, så att efterlevande får möjlighet att sörja och inte fastnar i sina känslor och tränger undan sorgen. Det första året, sorgeåret, är mest kännbart exempelvis vid högtider som kan förknippas med den avlidne. Åren därpå blir oftast lättare även om sorgen finns kvar. Känslor av sorg kan bli överväldigande om de blandas ihop med flera upplevelser av motgångar (1986). I sorgegrupper (efterlevandegrupper) kan kristeorin användas för att ge efterlevande ökad förståelse och insikt om sina reaktioner och känslor. Det kan vara viktigt att våga samtala om sorgen. Sorgegrupper erbjuds av Svenska kyrkan och även av andra aktörer i privat regi som erbjuder deltagare stöd och hjälp att bearbeta och lära känna sina olika reaktioner under sorgeprocessen.

Författarna Agneta Grimby och Åsa K Johansson (2009) beskriver i en bok om sorg att det inte är ovanligt att efterlevande inom det första sorgeåret upplever förmimmelser av den avlidne. Det är ett fenomen som kan upplevas som närvarokänsla, hörsel, samtal med den avlidne och synupplevelser (2009).

## 4 Metod

I detta kapitel redogörs för studiens metodologiska utgångspunkter, tillvägagångssätt vid urval av informanter, studiens genomförande och arbetets trovärdighet och giltighet.

### 4.1 Metodologiska utgångspunkter

Föreliggande uppsats är en kvalitativ studie som genom semistrukturerade intervjuer försöker finna en djupare förståelse för hur musik fungerar i sorgearbete före, under och efter dödsfall och avsked. Studien har en berättande (narrativ) ansats utifrån ett hermeneutiskt perspektiv. Kvalitativ ansats som metod rör sig inom det humanvetenskapliga ämnesområdet med fokus på människan som individ och dennes känslor och upplevelser. De teoretiska utgångspunkterna i studien utgår från narrativ med ett hermeneutiskt perspektiv. Hermeneutik innebär metodologiskt att tolka och förstå innebörden av ett budskap.

#### 4.1.1 Interaktionen mellan intervjuare och informant

Kvale och Brinkman (2009) menar att en forskningsintervju också kan utföras som ett utbyte av åsikter mellan individer som samtalar om ett tema av ömsesidigt intresse. Författarna säger att samtalsfrågor bör *”stimulera till en positiv interaktion, hålla samtalen flytande och få intervjupersonerna att tala om sina upplevelser och känslor”* (2009, s. 147). Det är bra om intervjufrågorna är tydliga, korta och lätta att förstå. Att inleda en fråga med hur eller vad är en bra inledning som kan inbjuda till ett samtal anser Kvale och Brinkman (2009). Enligt Gordan (2010) är interaktionen och en lyssnande attityd viktig mellan intervjuare och informant för att få fram kunskap som underlag för forskningen. Författaren Annika Lantz menar att *”intervjuarens härbärgerande förmåga är av avgörande betydelse”* (2007, s. 80). ”Containing” innebär att en terapeut visar att denne kan härbärgera en annan individs starka känslor och kan hitta sätt att bearbeta dem (Egidius, 2008).

### 4.2 Design av studien

I detta kapitel redogörs för urvalet och beskrivning av informanter, studiens genomförande, bearbetningen av datainsamlingen och dess trovärdighet och giltighet.

#### 4.2.1 Urval av informanter

Urvalet av informanter skedde genom telefonsamtal och epost med gruppledarna för tre sorgegrupper (efterlevandegrupper) inom Svenska kyrkan. Efter förfrågan och svar angående vilka grupper som kunde delta i studien skickades information om forskningsstudien till gruppledarna. Alla medverkande fick information om forskningsstudie (bilaga 2) och samtycke till medverkan i studien (bilaga 3).

Deltagarna i denna studie består av 12 informanter fördelat på tre grupper i två olika städer. Två informanter (medelålders kvinnor) har själv varit ledare för sorgegrupper. Kriterier vid urvalet är att informanten har förlorat en anhörig, har haft någon form av avskedsceremoni och att informanten befinner sig inom sorgeprocessens första år. Informanterna är indelade i tre åldersgrupper; yngre 35-45 år, medelålders 46-65 år och äldre upp till 90 år. Informanterna som beskrivs har olika ålder, kön och yrkesbakgrund. De kände inte varandra innan de ingick i respektive sorgegrupp. Alla medverkande uttryckte att de hade ett musikintresse. De angav att de varit körsångare, spelat ett instrument på amatörnivå, dansat pardans, lyssnar på inspelad musik eller besöker levande konsertframföranden. Intervjufrågorna återfinns i bilaga 1.

#### 4.2.2 Beskrivning av informanter

Informant 1 (äldre kvinna): Kvinnan vårdade den sjuke maken i hemmet innan dödsfallet. De hade tillsammans planerat begravningsmusiken och även samtalat om praktiska frågor. Kyrklig begravning.

Informant 2 (äldre man): Mannen var mycket musikintresserad. Vårdade sin demenssjuka hustru under tio år i hemmet. Slutade arbeta när sjukbeskedet kom. Samtal om död och begravning undveks för att inte oroa hustrun. Kyrklig begravning.

Informant 3 (medelålders kvinna): Kvinnan vårdade sin cancersjuka make i livets slutskede. Sjukbeskedet kom sex månader innan dödsfallet. De hade haft tid att planera musiken vid begravningen och många praktiska frågor. Kyrklig begravning.

Informant 4 (yngre kvinna): Kvinnan genomgick en traumatisk förlust av ett barn. Hon orkade inte höra musik efter händelsen. Kyrklig begravning.



Informant 5 (äldre kvinna): Kvinnan vårdade maken i hemmet mot slutet. Hon berättade att maken varit mycket musikintresserad. Detta påverkade musikvalet vid begravningen. Kyrklig begravning.

Informant 6 (äldre kvinna): Kvinnan hade inledningsvis svårt att minnas musiken. Kyrklig begravning. Musik och sånger valdes som berättade något om mannens härkomst och intressen.

Informant 7 (äldre kvinna): Kvinnan hade nyligen haft en stroke. Svårt att minnas ord och namn. Kyrklig begravning. Den avlidne maken hade haft ett stort musikintresse, vilket avspeglades i avskedsmusiken.

Informant 8 (medelålders kvinna): Denna informant har tidigare varit ledare för sorgegrupper. Hon återberättade vid ett enskilt samtal om självupplevda händelser som kan kopplas till begravningsmusikens inverkan på sörjande människor.

Informant 9 (medelålders kvinna): Tidigare varit körsångare. Maken dog efter kraftig blödning. Musikvalet viktigt. En bekant begravningsförrättare utförde den borgerliga avskedsceremonin. Kvinnan berättade om förnimmelser av den avlidne maken.

Informant 10 (äldre kvinna): Tidigare varit körsångare. Maken avled efter att ha fallit i hemmet. Kyrklig begravning. Kvinnan valde sånger som anknöt till mannens intressen.

Informant 11 (äldre kvinna): Kvinnan hade varit körsångare. Maken (död vid 90 års ålder) hade mycket musik i hemmet. Borgerlig begravning. Kvinnan upplevde förnimmelser av den avlidne maken i samband med betydelsefull musik.

Informant 12 (äldre man): Mannen hade stort intresse för kammarmusik. Spelat fiol. Hade tappat intresset för musik. Den svårt sjuka hustrun fick palliativ vård i livets slutskede och var okontaktbar på grund av smärtlindring. Kyrklig begravning. Mannen hade minnesluckor angående avskedsmusiken.

#### 4.2.3 Datainsamling

Datainsamlingen i studien består av semistrukturerade intervjuer (bilaga 1) med 12 informanter indelat i tre sorgegrupper. En av informanterna har själv varit sorgegruppledare. Semistrukturerade intervjuer i detta sammanhang

innebar att intervjuerna utgick från frågor med följdfrågor som kretsade kring frågeområden. Ett färre antal frågor förde samtalet vidare till att informanterna berättade så mycket som möjligt om sina minnen och upplevelser. Varje informant fick tid i gruppen till reflektion och fri association. Alla informanter gavs exempelvis möjlighet att återberätta kriterier för musik som de valt till avskedet. Samtliga informanter berättade utifrån den efterlevandes perspektiv om sin syn på hur musik har fungerat för dem före, innan och efter avskedet. Intervjufrågorna återfinns i bilaga 1.

Sorgegrupp 1: Den första sorgegruppen hade avslutat de ordinarie sex gruppträffarna. Därefter hade de haft ett uppehåll. Detta möte är ett frivilligt extra möte i form av en återträff. Fyra av sex möjliga deltagare medverkade. Några informanter hade förberett sig genom att visa upp respektive programkort från avskedet. Som intervjuare ställde jag enkla korta frågor inom frågeområden (bilaga 1) i turordning till var och en i gruppen. En deltagare berättade enskilt om starka känslor i samband med ett dödsfall. Deltagarna beviljade att intervjuerna spelades in på iPhone. Gruppträffen varade i cirka 90 minuter. Några dagar senare kom ett brev från en deltagare. Brevet innehöll ett programblad med avskedsmusiken.

Sorgegrupp 2: Den andra sorgegruppen hade planerat ett första möte. Detta ställdes in med kort varsel. Gruppen sammankallades igen och mötet skedde två veckor senare. Fyra informanter inklusive en tidigare gruppleddare deltog i intervjun. Informanterna intervjuades med enkla korta frågor (bilaga 1). Jag beviljades av deltagarna att spela in intervjuerna. Tre deltagare uttryckte att de kände sig oförberedda inför mötet. Inledningsvis mindes inte någon av informanterna musiken från avskedsstunden i kyrkan. Andra frågor besvarades vid intervjuerna bland annat musik som deras avlidna män hade tyckt om. Mötet varade i cirka 60 minuter. Några dagar efter gruppträffen ringde en av deltagarna och gav flera uppgifter om avskedsmusiken. En informant som tidigare varit sorgegruppleddare kompletterade med självupplevda händelser i samband med att musik spelats vid begravningar.

Sorgegrupp 3: Den tredje gruppen samlades i samband med en av sex ordinarie gruppträffar. Fyra deltagare av sex valde att medverka. Jag beviljades att spela in intervjuerna på iPhone. Deltagarna intervjuades med enkla korta frågor (bilaga 1). En deltagare hade förberett sig genom att ta med begravningsprogrammet. En informant hade minnesluckor rörande avskedsmusiken. Två deltagare berättade om förnimmelser i anslutning till respektive dödsfall och under tiden därefter. Mötet varade i cirka 60 minuter.

#### 4.2.4 Bearbetning och analys

Intervjuerna i de tre sorgegrupperna spelades in på iPhone. Med hjälp av inspelningarna transkriberades materialet senare. Genom att söka efter intressanta likheter och olikheter framkom olika teman i berättelserna som kunde bli en grund för ett resultat. Mötet med den första gruppen varade i cirka 90 minuter. Mötet med informanterna i den andra gruppen varade i cirka 60 minuter. Intervjuerna med informanterna i grupp tre varade också i cirka 60 minuter. Efter intervjuerna gjordes ytterligare ett par genomlysningar och transkriptioner av inspelningarna. Det framkom andra detaljer ur informanternas berättelser som var intressanta för analysen av materialet. Exempelvis noterades hur informanterna uttryckte sig i respektive tonfall, tempo i talet, tystnad och suckar. Även kommunikationen mellan intervjuare och informanter var intressant att lyssna på. Inspelningarna med intervjuerna gav möjlighet att noga anteckna intressanta detaljer. Transkriptionerna skrevs sedan ut i pappersform. Markeringar med färgpennor gjordes i ett dokument per grupp. Dokumenten med färgmarkeringarna lades ut på ett bord. Det var en hjälp vid bearbetandet och kategoriserandet av materialet i olika teman. Tiden för detta arbete tog ett par arbetsdagar.

#### 4.2.5 Etiska överväganden

Att bemöta människor som befinner sig i en sorgprocess ställer etiska krav på forskaren. I samband med en kvalitativ undersökning behöver denne vara medveten om olika etiska konsekvenser i samband med intervjuerna. Vid intervjuerna med informanterna fick de information om studien (bilaga 2) och hur den kommer att redovisas. De behövde godkänna medverkan i form av samtycke (bilaga 3). Hänsyn har tagits till Vetenskapsrådets etiska regler genom att informanterna informerades om att deltagandet i studien byggde på frivillig grund (Vetenskapsrådet, 2019). De fick kännedom om att de med kort varsel kunde avbryta sin medverkan som informant. De informerades också om att deras integritet skulle skyddas genom att uppgifter om deras medverkan skulle behandlas med sekretess och aidentifieras, det vill säga namn, personnummer och boendeort står inte angivna någonstans i uppsatsen. Enskilda personers identitet skulle inte gå att spåra. De fick ta ställning till att samtalet spelades in i iPhone och att det inspelade materialet skulle behandlas med försiktighet så att obehöriga inte får tillgång till det. Resultatet från intervjuerna skulle delvis användas och citeras i texten anonymt. Deltagarna godkände dessa premisser.

#### 4.2.6 Giltighet och tillförlitlighet

Tillförlitlighet enligt Vetenskapsrådets (2019) etiska riktlinjer har utövats vilket framgår i redovisningen av design, metod och analys av

datainsamlingen i detta arbete. Uppsatsen är en kvalitativ studie med en narrativ ansats utifrån ett hermeneutiskt perspektiv. Narrativ passade med uppsatsen syfte att undersöka hur sörjande människor beskriver hur de relaterar till musik vid avsked av en nära anhörig. Urvalet av informanter i sorgegrupper kan anses vara relevant. Datainsamlingen har genomförts genom semistrukturerade intervjuer vilket passade som intervjumetod i och med dess öppna karaktär. För att dessa ska anses vara giltiga övervägdes om tillvägagångssättet vid datainsamlingen var tillförlitlig så att den håller för en analys. Intervjuerna har efter medgivande av informanterna spelats in på iPhone. Ärlighet och respekt har tillämpats i fråga om kommunikationen med medverkande informanter rörande hur intervjumaterialet kommer att användas och redovisas. Ansvar har tagits för att intervjumaterialet är redovisat på ett ärligt, objektiva och respektfullt sätt. Informanterna i studien fick information om det basala att forskning bara får godkännas om den utförs med respekt för individerna. Tillförlitlighet hos narrativ kan diskuteras eftersom en berättelse kan reduceras när tidigare upplevelser av händelser återberättas. Som forskare behövde jag fokusera på hur informanterna tolkade sin egen livsvärld. Ett händelseförlopp i en ursprunglig berättelse kan reduceras och omtolkas av forskaren i samband med bearbetning och analys av intervjumaterialet. Forskaren behöver alltså förhålla sig till att olika förståelser samspelar och även att omtolkade berättelser kan skapas i den dialog som utspelar sig mellan informant och intervjuare. En informant kan vid återgivandet omtolka tidigare upplevelser av händelser. Tillvägagångssättet vid datainsamlingen, bearbetandet och analysen av intervjuerna har redovisats (Ödman, 1994). Källkritik har utövats rörande återgivning av referenser och källhänvisningar i texten.

## 5 Resultat

Resultatet av vad som framkommit av analysen av intervjumaterialet redovisas under två rubriker: *Betydelsen av musik före och under avsked* och *Betydelsen av musik efter avsked*. Dessa har indelats i underliggande teman som har egna rubriker. Kapitlet avslutas med en sammanfattning. I det efterföljande diskussionskapitlet diskuteras studiens resultat mot bakgrund av tidigare forskning och vetenskaplig litteratur som återfinns i bakgrundskapitlet.

### 5.1 Betydelsen av musik före och under avsked

I följande avsnitt beskrivs vad som berättats av efterlevande informanter omkring betydelsen av planering inför avskedet, sorg och starka känslor, personliga musikval, levande eller inspelad musik, olika rituella avsked samt betydelsen av musik i livets slutskede.

#### 5.1.1 Strukturerade musikval

Flera informanter berättade vid intervjuerna om olika förutsättningar för att samtala om musikval till begravningen med en svårt sjuk anhörig i livets slutskede. Den första intervjufrågan som ställdes till informanterna var om det hade förekommit musik vid respektive anhörigs avskedsceremoni. Informanterna i de tre sorgegrupperna berättade om vilka musikstycken som hade förekommit vid respektive avskedsceremoni. Vid frågan om hur det gick till när de planerade och valde musik till begravningen berättade de om bakgrunden till deras musikval.

Vid intervjuerna framkom att de som haft tid att samtala och planera musiken till avskedsceremonin tillsammans med den anhörige innan dödsfallet tyckte att musiken hade fyllt en viktig funktion för dem som efterlevande. En informant i den tredje gruppen beskrev känslor av nöjdhet som uppkom när hon valde musik till avskedsceremonin: *"Jag valde musiken och därför är det så bra att man känner sig nöjd efteråt"* (medelålders kvinna). Kvinnan sade att hon upplevde att möjligheten att välja musik varit positivt för henne.

En informant i den tredje sorgegruppen berättade om samtal om musik och andra viktiga frågor med den döende anhörige i livets slutskede: *"Min man hade sagt att begravningsmusiken ska vara så lugn som möjligt. Det var aldrig någon diskussion om musiken. Alla tre barnen sade att det var okej"* (äldre kvinna). Mannen hade berättat för anhöriga om sin sista önskan om en lugn begravning.

En äldre informant i den första gruppen svarade på intervjufrågan om det funnits tid att planera musiken innan dödsfallet: *”Direkt efter dödsfallet valde jag och barnen musiken tillsammans. Man tar det inte innan...”* (äldre man). Mannen hade berättat att han inte haft möjlighet att samtala med hustrun om musiken på grund av hustruns sjukdom.

En informant i den andra gruppen noterade vilken musik pappan tyckte om när de visste att det inte var långt kvar: *”När vi visste att min pappa inte hade långt kvar så skrev vi i ett Word-dokument sådan musik som han tyckte om”* (äldre kvinna). Kvinnan ansåg att de flesta skulle berätta vilken musik de önskar till sin begravning.

Ytterligare en informant i den andra sorgegruppen menade att det underlättar för efterlevande att känna till om den döende har speciella musikönskemål inför begravningen. *”Min släkting hade antecknat vilken musik hon ville ha på sin begravning. Handstilen blev allt snedare men där stod hennes önskemål”* (äldre kvinna). Kvinnan i den andra sorgegruppen hade en släkting som lämnat musikönskemål till sin egen begravning.

När sjukbeskedet kom ett halvår innan makens dödsfall planerade en av informanterna i den första gruppen begravningen och musikönskemål tillsammans med mannen: *”Vi hann tala om allting och jag är oerhört tacksam. Vi har ingenting uppklarat. När man upplevt som efterlevande att man har planerat musikönskemålen tillsammans så är det oerhört betydelsefullt”* (medelålders kvinna). Informanten berättade att de hunnit planera begravningen och musikönskemål tillsammans.

### 5.1.2 Samtal om musik i livets slutskede

En informant i den första gruppen berättade: *”Min man önskade Imagine av John Lennon till begravningen som vi hade som bröllopsmusik när vi gifte oss”* (medelålders kvinna). Kvinnan kände att samtalen med mannen i livets slutskede var viktigt för henne som efterlevande.

En informant i den första sorgegruppen berättade att han vårdade sin svårt sjuka anhöriga i livets slutskede: *”Min fru led av svår demens och det fungerade inte att prata med henne om döden eller om musik till begravningen för att inte oroa henne”* (äldre man). Mannen hade vårdat sin svårt sjuka hustru under flera års tid innan dödsfallet.

En informant i den andra sorgegruppen berättade om sin mamma som insjuknade i en demenssjukdom redan innan pappans dödsfall: *”Vid pappas*

*dödsbädd satt mamma, fast hon var superdement och inte förstod att pappa skulle dö, och deklamerade psalm 217: Gud, för dig är allting klart. Den psalmen hade vi på hennes begravning. Den hade följt mamma som en trygghet genom livets alla kriser”* (medelålders kvinna). Kvinnan berättade om psalmen som mamman hade deklamerat trots demenssjukdom.

En medelålders informant i den tredje sorgegruppen besökte sin svårt sjuke man som vårdades på sjukhus. Kvinnan hade hört att hörseln är det sista som överger en människa. Eftersom det var svårt att samtala med mannen tog hon fram låten För kärlekens skull av Ted Gärdestad och höll framför mannens öra. Kvinnan berättade: *”Senare samma dag när jag träffade mina barnbarn så sjöng de just den sången för mig. Då började tårarna forsa, för min man älskade när de sjöng. Det är sådana saker som har gjort att jag har gråtit när jag hör vacker musik som han skulle ha tyckt mycket om”* (medelålders kvinna). På begravningen spelades Himlen är oskyldigt blå av Ted Gärdestad, Gabriellas sång av Benny Andersson, Halleluja av Leonard Cohen och Sov gott med Ainbusk. Kvinnan berättade att hon var väldigt nöjd med avskedsceremonin.

En informant i den tredje gruppen berättade vid intervjun om sin svårt sjuka hustru: *”På grund av svår sjukdom och medicinerna var min fru okontaktbar mot slutet så vi kunde inte alls prata om död, musik eller om sista önskningar”* (äldre man). Mannen hade inte haft möjlighet att samtala med sin döende hustru på grund av kraftig medicinering när hon vårdades på palliativ avdelning.

### 5.1.3 Musik och starka känslor

Denna berättelse är en motsats till tidigare berättelser om planerade och strukturerade musikval vid avskedsceremonier. En yngre kvinna berättade att efter en traumatisk förlust av ett barn orkade kvinnan inte höra musik: *”Efter dödsfallet klarade jag inte av att höra musik”*. Kvinnan hade tidigare haft ett stort musikintresse. När psalmer skulle väljas till begravningen tyckte hon att det inte fanns någon psalmtext som kunde uttrycka hennes sorg. Trots att kvinnan sade till prästen att hon inte ville höra musik vid begravningen övertalades hon med hänvisning till att det står anvisat att psalmer ska ingå i begravningsordningen: *”Texterna kändes platta och kunde inte uttrycka mina känslor fullt ut”*. En av psalmer som sjöngs vid begravningen var psalm 796: *Du lilla barn* (Den svenska psalmboken, 1986). Psalmtexten i vers 1 lyder: *Kärlekens gåva, glädje och ljus, nu återlämnas du i Guds famn*. Informanten beskriver att hon inte hade kraft att sjunga med i psalmen. En ytterligare psalmtext ur psalm 959 lyder: *Som en blomma vissnad, som en sloknad glöd, som en vind som tystnat mitt i livet*

död (ur Psalmer i 2000-talet). Psalmtexten som handlar om död mitt i livet passade inte in och kändes tom i sammanhanget. *"Det kändes då och nu som att det inte finns ord som kan beskriva mina känslor"* (yngre kvinna). Kvinnan sade att hon fortfarande inte orkar höra musik.

Ytterligare ett minne som handlar om återhållna känslor återberättades av en informant i den andra sorgegruppen. En medelålders kvinna berättade om en begravning där en son kom stressad till sin fars begravning. Sonen hade inte haft tid att delta i planering av ceremonin. Musikvalet hade överlåtits till präst och musiker. Innan begravningen hade han uttryckt en rationell syn på livet. Han sade att döden är slutgiltig och något oundvikligt. När den stilla orgelmusiken började spela berördes sonen starkt och grät under hela ceremonin. Efter begravningen hade sonen uttryckt sin förvåning över sin egen oväntade reaktion: *"Han visste inte att han kunde bli så berörd"* (medelålders kvinna). Sonen som ansåg att han hade kontroll över sina känslor och kunde styra över sitt beteende var helt oförberedd på sin reaktion.

#### 5.1.4 Musik kan framkalla betydelsefulla minnen

Informanterna berättade om att speciella musikstycken framkallat minnen av viktiga händelser tidigare i livet. Denna händelse är återberättad av en medelålders informant i den andra sorgegruppen. Berättelsen handlar om en begravning där en äldre okontaktbar släkting som inte hade talat på flera år kom i rullstol till sin hustrus begravning. En gammal vän sjöng en sång på begravningen som mannen och hans hustru hade tyckt mycket om sedan unga år. När sången framförts reste sig mannen oväntat ur rullstolen för första gången på årtal och utbrast i en kärleksförklaring till sin maka med klara tydliga ord och med inlevelse. Mannen fick sedan hjälp av sina förvånade släktingar att sätta sig i rullstolen och mannen sjönk åter tillbaka in i tystnaden.

En informant i första sorgegruppen berättade att hon letade efter musik till avskedet av hennes avlidne make. Kvinnan önskade att sången skulle uttrycka hennes starka känslor. Då hörde hon sången: *Stilla ro och nära* av Åsa Jinder. *"Text och musik var kristallklar. Jag kände direkt att jag hade hittat min låt. Den har haft mest betydelse för mig. Upplever att introet till låten ger mig styrka"*. En strof i sången lyder: *Vem tröstar dig när jag är borta?* Sångtexten stämde med kvinnans känslor av sorg och saknad. Hon berättar att hon använder sången som signal på sin telefon: *"Så fort jag hör den blir jag påmind och känner trygghet. Den ger mig kraft och energi. Jag tycker att den är min sång och den beskriver mina känslor. De andra sångerna vi hade vid begravningen är en del av våra gemensamma minnen"*



(medelålders kvinna). Hon tycker att begravningsmusiken har hjälpt henne att sörja. Kvinnan beskriver att hon använder sången för att hämta kraft och att den ger henne styrka under sorgearbetet. Hon beskriver att den egenvalda sången gav ord och röst åt hennes känslor. Sången förmedlar fortfarande energi när hon hör den idag enligt kvinnan.

#### 5.1.5 Personliga musikval

Detta resultat handlar om musik och sångtexter som kan beskriva en person, dennes intressen eller berätta om den avlidnes syn på livet. Intervjufrågan som ställdes handlade om vilka kriterier som styrde valet av avskedsmusik. En informant i den första sorgegruppen menade att musik väljs utifrån den musiksmak som den avlidne hade: *"Om man känner den avlidne så vet man vad den tyckte om för musik, och vad som stämmer med just den personen"* (äldre man). Mannen förklarade sin syn på kriterier för att välja relevant begravningsmusik. En informant i den andra sorgegruppen menade att; *"man vill göra begravningen så fin och personlig som möjligt"* (medelålders kvinna). Kvinnan tillade att en begravning är till för att minnas den avlidne men är också ett viktigt avstamp för efterlevande.

Flera av informanterna berättade om musik, sånger, en artist eller en musikstil som den avlidne hade lyssnat på tillsammans med dem eller som beskrev den anhörige. Flera informanter sade att de hade valt en speciell sång för att sångtexten stämde med personens härkomst eller med dennes intressen. En äldre kvinna i den andra sorgegruppen tyckte att en sångtext beskrev hennes man som kom från ett speciellt landskap och en annan sångtext berättade om mannens intresse för segling: *"Sången stämde med min man och hans liv. Han kom från Dalarna och han älskade havet, så det fick bli musik av Dan Andersson och Evert Taube vid avskedet"* (äldre kvinna). I detta exempel berättade sången om havet om ett intresse och sången från Dalarna om berättade att den avlidne personen kom därifrån.

En informant i den tredje sorgegruppen berättade att hon hade varit körsångare i 25 år. Det var alltid mycket sång och musik i hemmet. *"Makens syskon sjöng solo och spelade piano till. Just de sångerna var självklara musikval vid min mans begravning"* (äldre kvinna). Kvinnan berättade att sångerna: *Hjärtats saga* av Wilhelm Åström och *Tonerna* av Carl Sjöberg sjöngs av en solist vid avskedsceremonin.

I den andra sorgegruppen berättade en informant om musikens roll vid avskedet av sin mor: *"Det enda vi visste och kunde säga till prästen om mamma inför avskedet var att berätta om hennes favoritmusik"* (medelålders kvinna). Därför spelades låten *Pata Pata* av Miriam Makeba

på CD-skiva och *Ave Maria* av Franz Schubert på orgel. Kvinnan tillade att det var viktigt att musiken skulle framföras i den originalversion som deras mamma hade lyssnat på. Anhöriga hade ett önskemål att även orgelmusiken skulle framföras på samma sätt som på en viss skivinspelning.

I den tredje sorgegruppen berättade tre av fyra informanter att de hade valt sånger som varit betydelsefulla för dem tidigare i livet. De var också mycket nöjda med musikvalet till respektive ceremoni. Flera av informanterna i de tre sorgegrupperna berättade om avskedsmusiken de använt och som gav exempel på personligt vald musik som beskrev något personligt om den avlidne. I bilagorna 5 och 6 återfinns listor på ofta önskad musik vid begravningar.

#### 5.1.6 Levande eller inspelad musik vid olika avskedsceremonier

En fråga till informanterna handlade om det har betydelse om musik framförs levande eller som inspelad musik. De kriterier som styrde musikvalet hos flera av informanterna i undersökningen var att de utgick från inspelad eller levande framförd musik som den avlidne hade lyssnat på tidigare. De flesta av informanterna använde inspelad musik. Flera informanter berättade att de vill höra musik som de har lyssnat på tillsammans med den anhörige, gärna med en artist som de tyckt om: *"Inspelningen skall helst vara med den artist som vi hade lyssnat på tillsammans"* (äldre kvinna). Kvinnan tyckte att valet av inspelad eller levande framförd musik beror på om musiken kan förknippas med betydande minnen med den anhörige.

En informant i första sorgegruppen svarade att hon tyckte att det inte hade någon betydelse för henne om musiken var inspelad eller levande framförd vid en begravning. Hon blev informerad av en präst att; *"det går bra att spela vilken musik ni vill"* (äldre kvinna). Informanten berättade att vid hennes mans begravning spelades musik från CD-skivor som hon hade tagit med sig till kyrkan. Hon berättade vidare att; *"kantorn spelade orgelmusik under tiden vi sade adjö vid kistan"*. Informanten fick en följdfråga om hon vet vad som spelades då. Kvinnan svarade att hon inte har något minne av vad som hade spelats på orgeln.

Det framkom vid intervjuerna att alla deltagarna i den första och andra sorgegruppen hade en kyrklig begravning. En informant i den andra gruppen valde mellan en borgerlig och en kyrklig ceremoni. Anledningen till att det blev en kyrklig ceremoni motiverades med att den avlidne tillhörde Svenska kyrkan. Två informanter i den tredje gruppen hade valt en borgerlig ceremoni trots att de var medlemmar i Svenska kyrkan. En av informanterna

berättar: *"Det var en borgerlig begravning men innehållet med psalmer och musik hade fungerat lika bra som i en kyrklig begravning"* (äldre kvinna). Anhöriga valde sakrala sånger och psalmsång i den borgerliga avskedsceremonin. En informant i den tredje sorgegruppen berättade att när hennes man avled hade de valt en borgerlig avskedsceremoni: *"Jag och min man tyckte att man kan be utan att gå i kyrkan. Därför valde jag en borgerlig avskedsceremoni. Känner en som förrättar begravningar som sjunger och spelar gitarr. Avskedsceremonin blev precis så som jag ville ha den med mycket musik och psalmer"* (medelålders kvinna). En borgerlig ceremoni kan utformas friare än en kyrklig ceremoni som alltid har bibliska textläsningar och böner.

En fråga handlade om informanterna hade psalmer vid begravningen och hur det gick till när de valdes. En informant i den första gruppen svarade: *"Det var svårare att välja psalmer tycker jag"* (äldre man). En annan informant i den tredje gruppen berättade om en annan begravning hon deltagit i: *"Då sjöngs julens sånger. Det var fint"* (äldre kvinna). Psalmer kan väljas efter årstid eller utifrån ett tema.

En informant i den andra sorgegruppen berättade: *"När jag gick i skolan sjöng vi psalmer varje morgon"* (äldre kvinna). Kvinnan ansåg att psalmer har glömts bort och känns främmande för många idag.

I den första gruppen hade två deltagare inledningsvis svårt att minnas vilka psalmer som sjöngs vid respektive begravning. En informant i den andra gruppen sade: *"Vi hade inte så många psalmer"* (äldre kvinna). En ytterligare informant i den andra gruppen berättade: *"Min man var inte kyrklig men han tyckte om psalmer. Han ville helst inte ha någon begravning. Vi pratade om det"* (äldre kvinna). Kvinnan berättade att begravningen genomfördes trots mannens vilja.

I den tredje gruppen berättade en informant: *"Vi hade Pärleporten...det vet jag, och Amazing grace. De psalmerna var min mans favorit. Han älskade sådana psalmer"* (äldre kvinna). Kvinnan berättade om mannens favoritpsalmer som sjöngs på begravningen.

Övervägande antal informanter menade att de inte hade minnen av psalmer vid begravningen. Några informanter kunde återkalla minnen av kända psalmer. Det var några deltagare som behövde titta i sina begravningsprogram för att ta reda på vilka psalmer som hade förekommit.

Det framkom att majoriteten av de tolv informanterna valde musik från olika genrer och med profant textbudskap till sina anhörigas begravningar. Omvänt valde två informanter i den tredje sorgegruppen att sjunga sånger med ett sakralt budskap och psalmer vid borgerliga avskedsцерemonier. En informant i den tredje gruppen sade: *"Den mest kyrkliga musiken vi hade på min mans borgerliga begravning var sången: Jesus håller mig i sin hand. Den sången hade min man sjungit i söndagsskolan"* (medelålders kvinna). Kvinnan berättade vidare att när hon och hennes man reste besökte de kyrkor och tände böneljus. De gick också gärna på konserter i kyrkor.

En äldre man i den första sorgegruppen berättade att alla familjemedlemmar hade olika åsikter om vilken musik som de skulle välja till begravningen. Efter hustruns dödsfall samlades familjen och bestämde musik som skulle passa: *"Alla hade åsikter om musiken så därför valde vi sånger och musik som var neutrala och välkända"* (äldre man). Mannen berättade att de bland annat spelade: *Tears in Heaven* av Eric Clapton på begravningen.

#### 5.1.7 Avskedsmusikens meditativa funktion

Flera informanter i grupperna menade att de hade speciella motiv till att välja extra musikslag under ceremonin. En informant i den första gruppen ansåg att extra musikslag ger de närvarande möjlighet att känna att de får tid att stanna upp: *"Begravningsmusiken ger tid att tänka. Själva akten tar inte så lång stund. Ofta är man i affekt på grund av anspänning. Det är så lätt att gå miste om något. Har man mycket musik så är det möjligt att stanna upp och bara vara där. Oavsett vilken sång och musik det är så fyller den en funktion som inte de andra delarna gör"* (äldre man). Mannen menade att musik har en lugnande effekt vilket är viktigt för de närvarande.

En informant i den andra gruppen uttryckte sina känslor omkring avskedet: *"Det värsta är att vi aldrig mer kommer att träffas"* (medelålders kvinna). Kvinnan beskrev sina tankar om insikten att avskedet innebar en omorientering och förändring för henne som efterlevande. En informant i den tredje sorgegruppen sade att musik vid avskedet ramar in och skapar tid och utrymme för sorgen: *"Det har jag reflekterat över när man varit på begravningar med lite musik så känns det torftigt. Det blir för kort med de olika momenten. Man måste få tid att landa. Musiken gör så att man får stanna och lyssna en stund"* (äldre kvinna). Kvinnan framhöll att musik vid begravningar fyller en mediativ funktion.

## 5.2 Betydelsen av musik efter avsked

Här beskriver informanterna sina känslor och hur de har använt musik efter avskedet under sorgprocessen. Avskedsmusiken och annan musik kan förknippas med betydelsefulla minnen med den anhörige. Några informanter berättar om förnimmelser och syner i samband med att de hör musik.

### 5.2.1 Efterlevande beskriver sin relation till musik under sorgarbetet

En fråga till informanterna handlade om vilken betydelse avskedsmusiken hade för dem idag. En äldre man i tredje sorggruppen berättade; *"jag minns ingenting av musiken. Jag såg bara henne framför mig"* (äldre man). Mannen sade att han inte hade några minnen alls av musiken vid begravningen av hans hustru.

Tre av de fyra informanterna i den andra sorggruppen kunde inledningsvis inte återkalla titlarna på musiken från respektive begravning. De tre informanterna hade begravningsprogram där titlarna på musiken fanns angivna. Intervjufrågorna och samtalet med dessa informanter handlade även om minnen av annan musik som de eller deras avlidna män hade lyssnat på tidigare i livet.

En intervjufråga handlade om betydelsefull musik och minnen. En informant i den tredje gruppen berättade om en sång som anknöt till betydelsefulla minnen. Kvinnan berättade att en sång väckte betydelsefulla minnen. En informant i den tredje sorggruppen berättade: *"När vi seglade brukade min man och jag på skoj sjunga sången: Min båt är så liten. Det var en sång som min man hade sjungit redan i söndagsskolan. Den hade vi som begravningsmusik. Jag går omkring och sjunger den och då tänker jag på honom."* (medelålders kvinna). Sången som de hade sjungit tillsammans förmedlar positiva minnen och är ett stöd för henne under sorgarbetet.

En äldre kvinna i den första sorggruppen berättade att när hennes man blev sjuk vårdades han i hemmet. Kvinnan berättar vidare att hon och hennes avlidne man hade ett gemensamt intresse för musik. De brukade lyssna på sången: *Du är min man* av Benny Andersson. Den sjuke maken sjöng ofta med i textraden; *jag gör så gott jag kan*. När kvinnan hör sången idag blir hon påmind om sin avlidne man. *"När jag lyssnar på sången idag hör jag fortfarande bara hans röst. Jag hör inte artisten"* (äldre kvinna).

Vid frågan om det kan kännas jobbigt att höra avskedsmusiken ett halvår efter begravningen svarar kvinnan att sorgen känns annorlunda: *"Jag känner mig inte lika nedtryckt nu som jag gjorde efter dödsfallet och*

*begravningen. Det känns mest skönt att lyssna på musiken, det har blivit en förändring med mig*” (äldre kvinna). Kvinnan beskriver en insikt om att hennes sorgearbete genomgått en förändring.

En informant i den andra sorgegruppen berättade att hon brukar spela en sång från begravningen ibland och även annan musik. *”Jag tycker det är vilsamt att lyssna på olika musik på kvällarna. Det kan vara musik av Gunnar Wiklund till exempel eller en gospelskiva och en skiva med psalmer”* (äldre kvinna). Kvinnan berättar vidare om en ny vänskap, en granne som varit ensam sedan lång tid. De har ett gemensamt intresse av musik och de tycker båda om att lyssna på sånger av Ted Gärdestad.

En informant i den första sorgegruppen berättade att hon var uppvuxen med att föräldrarna sjöng psalmer för henne när hon var barn: *”För mig så har musiken varit ett sätt att sörja och är en del av sorgearbetet. Musiken kanaliserar så mycket känslor som man varken kan eller behöver sätta ord på”* (medelålders kvinna). Kvinnan säger att musiken förmedlar tröst och styrka. Hon säger själv att musiken har hjälpt henne att bearbeta sorgen. Kvinnan berättade att hon regelbundet lyssnar på musik och tänder ett ljus vid makens porträtt.

En informant i första gruppen som förlorade sin hustru efter lång tids sjukdom berättade: *”Musik var mycket det. Jag drev en popklubb som ung. Hemma hade vi alltid musik på. Min fru var inte lika förtjust i 60-talsmusik. Senare åkte vi ofta på logdans ända tills för några år sedan när min fru blev för sjuk...”* (äldre man). Mannen berättade om betydelsefulla minnen av musik och dans innan hustruns sjukdom eskalerade. På begravningen spelades *A whiter shade of pale* av Procol Harum, *Tänd ett ljus* av Niclas Strömstedt. *”Vi fick inte spela låten Go now med The Moody Blues i kyrkan. My Sweet Lord av George Harrison gillar jag också. Vet inte om den hade passat i kyrkan...?”* (äldre man). Mannen berättade om sitt intresse för musik som var viktigt för honom.

En informant i den första sorgegruppen berättade att hon och hennes man hade dansat till musik av bland annat Elvis Presley. Hon berättade om speciella låtar och att hon lyssnar på samma skivor nu som när de levde tillsammans: *”När jag hör den musiken kan jag stanna upp och tänka på vad roligt vi hade. Jag blir så glad när jag hör låtarna vi dansade till. Då tänker jag att det där är min musik”* (äldre kvinna). Kvinnan beskriver att låtarna fortfarande kan framkalla minnen omkring betydande händelser med musik och dans: *”Det var det jobbigaste jag varit med om när min man blev sjuk. Eftersom vi inte kunde dansa mer så lyssnade vi på musiken och höll i*

*varandra. Det är ett mycket fint minne*” (äldre kvinna). Kvinnan tyckte att minnen av musik och dans hjälper henne att bearbeta sorgen.

### 5.2.2 Musik och förnimmelser

Två informanter i den tredje sorgegruppen berättade båda om sina förnimmelser av en saknad avlidne närstående. Den första informanten såg synen av den avlidne mannen i samband med att hon plötsligt hörde ett speciellt musikstycke som den avlidne hade tyckt om att lyssna på. Kvinnan berättade att hon tittade på ett musikprogram med Kalle Moraeus som visades på TV med musik som hennes man hade tyckt mycket om: *”I samma stund som musiken spelades såg jag i en syn att min man satt i sin stol och han stampade med i takt under hela sången*”. Kvinnan beskrev vad hon kände i den stunden: *”Då kände jag mig sentimental när jag plötsligt såg min man som var död, och det var så konstigt för jag såg bort och kunde se honom ändå*” (äldre kvinna). Hon berättade vidare att det var märkligt att hon kunde förnimma sin avlidne make i sin stol där han alltid brukade sitta.

En medelålders informant i den tredje gruppen berättade att hennes mobiltelefon plötsligt spelade upp *Gabriellas sång*, vilket var ett favoritstycke som hade spelats vid begravningen av kvinnans make. Informanten fick en fråga om vad hon kände i den stunden: *”Det kändes som ett märkligt budskap från min man och det tyckte mina barn också som var med när det hände*” (medelålders kvinna). Kvinnan uttryckte att hon blev väldigt överraskad när hon upplevde närvaro av den avlidne maken.

Informanten i den första gruppen som nämnts tidigare berättade att de spelade sången *Du är min man* av Benny Andersson på begravningen av hennes man. Hon tillägger: *”Vi satt ner vid kistan i kyrkan och jag hörde plötsligt min mans röst sjunga med i textraden: jag gör så gott jag kan. Jag hörde inte artisten längre utan jag hörde bara honom sjunga. Då grinade jag som en påslagen vattenkran*” (äldre kvinna). Kvinnan tyckte att hon kunde förnimma att hennes avlidne man sjöng med i sången precis som han brukade göra när han levde. Kvinnan menade att hon upplevde att musiken gav ord och röst åt hennes sorg och saknad.

## 5.3 Sammanfattningsvis

Analysresultatet av vad som framkommit av intervjumaterialet och som har redovisats under olika teman kan sammanfattas under två rubriker: *Betydelsen av musik före och under avsked* och *Betydelsen av musik under sorgearbetet*.

### 5.3.1 Betydelsen av musik före och under avsked

Uppsatsens syfte handlar om på vilka sätt efterlevande relaterar till betydelsen av musik vid avsked. Informanterna delgav berättelser om saknad och sorg. Samtliga tolv informanter i undersökningen hade haft musik och psalmer vid en kyrklig eller borgerlig avskedsceremoni. Några informanter hade planerat och valt musik inför begravningen tillsammans med den nu avlidne. De uttryckte att de var nöjda med musiken och ceremonin. Fyra av tolv informanter hade vårdat sina anhöriga i livets slutskede. Två informanter berättade att de anhöriga inte haft möjlighet att samtala om viktiga frågor med sina anhöriga i livets slutskede. Ytterligare två andra informanter som vårdat sina anhöriga i hemmet hade planerat och valt avskedsmusik tillsammans med de anhöriga mot slutet. De ansåg att gemensam tid för planering och samtal hade fyllt en viktig funktion för de efterlevandes sorgearbete. Det kan underlätta för anhöriga att veta den avlidnes önsknings i samband med avskedsceremonin enligt informanter.

Det framkom av intervjuerna att anhöriga ofta väljer musik och sångtexter som kan sammanfatta och beskriva en människa, berätta om ett intresse eller musiksmak. Musik som berättar om den avlidnes härkomst eller något personligt om den avlidne valdes av flera av informanterna. Musik som förknippades med gemensamma minnen valdes också i stor utsträckning. Några informanter spelade sin egen favoritmusik under avskedsceremonin. Alla medverkande informanter i undersökningen uttryckte tankar eller hade en åsikt om musikens funktion vid rituella ceremonier. De framförde också synpunkter på vilken betydelse musik från olika genrer har för dem som sörjande människor idag. En informant berättade om en ovanlig händelse vid en begravning när en okontaktbar man plötsligt återfick minnet av sin döda hustru när han hörde en tidigare älskad sång sjungas. Inför de förvånade begravningsgästerna höll han ett tal till sin avlidna fru och därefter sjönk han tillbaka in i tystnaden.

Inspelad musik används ofta med hänvisning till att det är musik som den anhörige hade tyckt om. Psalmer och sånger med sakralt eller profant textbudskap framförs oavsett om det är en kyrklig eller borgerlig ceremoni. Majoriteten av informanterna uttryckte att de var nöjda med både musikvalet och utförandet av respektive ceremoni oavsett dess form. Många ansåg att musik vid en begravning är mycket viktig för att göra ceremonin så fin som möjligt. Ytterligare några informanter sade att musiken vid avskedsceremonier är viktigare för dem än lästa bibeltexter och liturgiska böner som ingår i en kyrklig ceremoni.



### 5.3.2 Betydelsen av musik under sorgearbetet

Några ansåg att avskedsmusiken hade en symbolisk betydelse för dem och det kändes lättare för några av informanterna att lyssna på musiken senare under sorgprocessen. Avskedsmusiken kunde för några informanter förknippas med ett välbefinnande under sorgearbetet. Flera informanter menade att speciellt valda musikstycken kändes tröstande att lyssna på under sorgprocessen. En informant berättade att hon och hennes man hade tyckt om att dansa till musik av Elvis Presley. Samma kvinna berättade att när hon hör någon av låtarna idag så väcks positiva minnen vilket ger henne en känsla av samhörighet med musiken. En berättelse av en informant beskrev att musik kan väcka upp undanträngda minnen. Två informanter berättade hur det kändes när ett speciellt musikstycke framkallade förnimmelser av en saknad anhörig. En informant som valde en speciell sång till avskedet tyckte att texten och musiken förmedlade styrka och energi. Den var ett stöd för henne under sorgprocessen. En annan informant som minns musik från sin uppväxttid beskrev att musik var ett sätt att sörja för henne. Musik var för henne en naturlig del av sorgearbetet som kanaliserar starka känslor av sorg och saknad.

## 6 Diskussion

I detta kapitel diskuteras studiens resultat, som indelats under sju temarubriker, mot bakgrund av tidigare presenterad forskning och vetenskaplig litteratur. Därefter följer metoddiskussion, arbetets betydelse samt idéer om arbetets fortsatta forsknings- och utvecklingsarbeten inom ämnesområdet.

### 6.1 Resultatdiskussion

Här diskuteras resultatet mot bakgrund av tidigare forskning och vetenskaplig litteratur.

#### 6.1.1 Betydelsen av musik före och under avsked hos efterlevande

Resultatet av informanternas berättelser i studien visade att musik har stor betydelse för de efterlevande på olika sätt när de ska ta avsked av en nära anhörig. Cullberg (1986) menar att en avskedsceremoni är viktig för de efterlevande som en hjälp att leva vidare med sorgen. En rituell markering i samband med ett dödsfall kan vara viktigt för att ge tid att sörja men även för att skapa sammanhållning i familjer och i samhällen i stort enligt Dyregrov (2009). Även Aggedal (2009) påpekar att rituella avsked kan vara en hjälp för efterlevande att orka leva vidare med sorgen. Analysen av intervjuerna med informanterna visade att en avskedsceremoni kan hjälpa efterlevande att bearbeta sorg och planera inför framtiden (jfr Cullberg). Några informanter i studien menade att extra musikinslag vid ceremonin fyllde en meditativ funktion för att ge tid och utrymme för sorgen.

Informanterna menade att musik och sånger har fått en starkare betydelse. Sånger med olika textbudskap som innehåller olika livstolkningar (jfr Jeffner) har fått en starkare tolkande och symbolisk roll vid begravningar än lästa bibeltexter och liturgiska böner. Det är vanligt att sorg väcker frågor som handlar om liv och död menar Ruud (2001). Alla människor har enligt Jeffner en livstolkning. Musik, konst, litteratur och texter i populärmusik genomsyras av livstolkningar enligt Jeffner (1993).

#### 6.1.2 Betydelsen av samtal i livets slutskede

Några informanter i undersökningen berättade att de hade valt avskedsmusiken tillsammans med den anhörige i livets slutskede. De anhöriga som haft tid och möjlighet att planera, strukturera ceremonin och välja musik till avskedet tillsammans med den döende uttryckte att det varit en hjälp för dem att bearbeta sorg. Viljan att planera och välja musik innan i

livets slutskede kan vara ett sätt att skapa ordning i kaos vilket kan innebära en terapeutisk funktion att bearbeta sorg redan innan dödsfallet (jfr Cullberg). Det innebar också tid att samtala om den anhöriges sista vilja och om viktiga frågor för de efterlevande. Musik som efterlevande lyssnat på tillsammans med den anhörige kan användas terapeutiskt i livets slutskede menar Tia DeNora (2012). Hon har i en etnografisk studie inom palliativ vård i England undersökt om musikterapi kan bidra till förbättrad kommunikation mellan den döende och dennes anhöriga. Forskningsresultatet visade att musikterapi kan vara ett verksamt redskap för att öka kommunikationen och samtidigt underlätta för de berörda att samtala om viktiga frågor i livets slutskede enligt DeNora (2012). Även Krout (2003) hävdar i en studie från Hospice i USA att inför döden kan det vara svårt att tala med anhöriga om sina känslor och sista önskningar. Han menar att terapi med anhöriga kan öppna för samtal och värdefull närvaro vid livets slutskede (2003).

Två av informanterna i föreliggande studie berättade att deras döende anhörige vårdades på palliativ avdelning i livets slutskede. Båda informanterna beskrev att det var mycket svårt att få kontakt och att samtala om viktiga frågor med den döende i livets slutskede på grund av stark medicinerings eller långt gången demenssjukdom. De ansåg att det var för sent i deras fall att samtala om viktiga frågor med den anhörige. Musikterapi borde satts in i ett tidigare skede i sjukdomsförloppet. Ytterligare två andra informanter som vårdade sina sjuka anhöriga i hemmet hade haft möjlighet att planera musiken till avskedet tillsammans. Det senare exemplet gav upphov till värdefull samvaro mellan de anhöriga mot slutet.

### 6.1.3 Musik och starka känslor

För vissa kan ett planerat avsked med musik och psalmer under särskilda omständigheter ge en känsla av tröst och energi. För andra kan det kännas påtvingat. En yngre informant berättade att hon inte orkade höra musik vid avskedet efter en traumatisk förlust. Hon övertalades av prästen som menade att det ska ingå psalmsång vid en begravning. I detta sammanhang är bemötandet gentemot den sörjande människan viktigt för att sorgen ska kunna bearbetas menar Cullberg (1994). I den nya kyrkohandboken (2017) finns idag ett större utrymme än i den gamla gudstjänstordningen till att göra förändringar och anpassningar efter den rådande situationen. Idag har kyrkan generellt en mer öppen och själavårdande attityd inför människors olika sätt att uttrycka sorg (jfr Biskopsmötet).

#### 6.1.4 Händelseminne och identifikation med musik

Musik kan framkalla minnen. En informant berättade att när hon hör musiken från begravningen idag blir hon påmind om sin man. Hon sade att det känns tryggt när hon hör den och att sången fortfarande ger henne energi. Hon menade att det är hennes sång eftersom texten beskriver hennes känslor om sorg och saknad. Exemplet visar att identifikation med en sång kan få en terapeutisk betydelse enligt forskning menar Gabrielsson (2013). Forskning inom musikpsykologi visar att musik som betytt mycket och som kan förknippas med positiva minnen kan när man hör den senare ge en känsla av igenkänning (jfr Gabrielsson).

En berättelse handlar om den okontaktbare mannen som plötsligt höll ett tal när han hörde en älskad sång vid begravningen av hans avlidna maka. Detta är ett exempel på händelseminne eller episodiskt minne enligt Gabrielsson (2018). Episodiskt minne eller händelseminne innebär enligt hjärnforskning att musik kan väcka upp undanträngda minnen av episoder som är knutna till speciella händelser som varit viktiga tidigare i livet (2018).

En informant berättade om en son som överraskades av att bli starkt berörd vid sin fars begravning. När sonen hörde den stilla orgelmusiken spela vid sin fars begravning tappade han kontrollen och brast ut i gråt. Detta exempel visar att musik kan trigga igång undanträngda känslor (jfr Gabrielsson).

En informant i den första sorgegruppen förknippade en sång med ett betydelsefullt minne av att hon och hennes man hade dansat till Elvis Presley's musik. När kvinnan plötsligt hörde ett musikstycke som hon kände igen tyckte hon att den musiken var hennes (jfr Gabrielsson). Musiken gav den sörjande kvinnan en känsla av samhörighet och identifikation vilket kan innebära en terapeutisk funktion (2013).

Som nämnts tidigare berättade en medelålders informant om en sång som kvinnan hade valt själv: Stilla ro och nära, som framfördes i samband med avskedet. Hon menade att sången fortfarande har stor betydelse för henne. När hon hör den förmedlar en kraft och energi. Den egenvalda musiken kan enligt Juslin (2011) förmedla ett ökat välbefinnande.

#### 6.1.5 Personliga musikval

Enligt Edlund (2016) har musikens roll i en kyrklig avskedsceremoni förändrats mycket i nutid. Anhöriga har stort utrymme att vara delaktiga vid utformandet av en ceremoni (jfr Aggedal). Musik och sångtexter vid begravningar har fått en större betydelse för många idag än bibliska texter och liturgiska böner. Informanterna i studien berättade att de hade valt

musik till respektive ceremoni. Som nämnts tidigare var det prästen som valde *"kyrkligt värdig musik"* (Kyrkohandboken, 1942) vid begravningar. Idag är det de anhöriga som väljer avskedsmusiken (jfr Edlund). Det enda skälet att viss musik inte bör framföras i kyrkan är om den uppenbart strider mot kyrkans tro och lära (jfr Biskopsmötet).

Ett vanligt uttryckssätt idag är att önska ljus musik till en begravning. Det får inte vara tung musik. Informanterna berättade att de ofta valde musik och favoritlåtar utifrån personliga kriterier och med textbudskap som innehåller olika livstolkningar (jfr Jeffner). En informant i studien valde exempelvis en sång från ett speciellt landskap som kunde berätta om den avlidnes härkomst. Musikvalet vid en begravning är det tydligaste sättet idag att visa vem en person var i livet genom att spela favoritlåtar menar Aggedal. Egenvalda sånger till avskedet fick för flera av informanterna i detta arbete en symbolisk funktion att beskriva känslor av saknad efter den anhörige.

Resultatet av intervjuerna visar att egenvald musik som kan förknippas med gemensamma minnen kan ge en känsla av identifikation (jfr Gabrielsson) som kan få terapeutisk betydelse för en människa vid avskedet och under sorgprocessen (jfr Cullberg).

#### 6.1.6 Levande eller inspelad musik och sakral eller profan musik

Det är mycket vanligt att inspelad musik förekommer vid kyrkliga avskedsceremonier idag (jfr Edlund). Flera av informanterna i studien hade använt inspelad musik vid respektive begravning. Det kan betyda att människor föredrar inspelad musik om musiken kan förknippas med viktiga minnen tillsammans med den anhörige. Idag önskar många inspelad musik även om det finns möjlighet till levande musik vid avskedet. Det uppstår ibland konflikter om levande eller inspelad musik ska framföras vid begravningar i kyrkor. Synpunkter förekommer om inspelad musik ska framföras vid begravningar eftersom det alltid finns en utbildad kyrkomusiker i kyrkorna som kan framföra musikstycken levande. De vill värna den levande musiken och inte ersättas av inspelad musik (jfr Aggedal). Musikens roll i en kyrklig avskedsceremoni har förändrats idag och har fått en betydande själavårdande funktion (jfr Biskopsmötet).

Det är vanligt förekommande att sakral musik och psalmer spelas vid borgerliga begravningar och omvänt spelas musik från olika genrer vid kyrkliga begravningar.

Det framkom av informanternas berättelser att gränserna har suddats ut om budskapet i sångtexterna är sakralt eller profant. Informanterna i sorgegrupperna angav olika motiv för sina val av musik och sångtexter med ett kyrkligt eller profant textinnehåll som avskedsmusik. Informanterna i den tredje sorgegruppen som valde en borgerlig begravning hade valt psalmer och sakral musik med ett kristet budskap. Övriga medverkande informanter som hade en kyrklig begravning berättade att de valde musik från olika genrer och oftast sånger med ett profant textbudskap.

#### 6.1.7 Musik som terapeutiskt redskap under sorgprocessen

Det framkom vid analysen av intervjumaterialet att de informanter som berättat att de varit delaktiga i valet av musik till begravningen tyckte att avskedsmusiken kan väcka minnen som förmedlar samhörighetskänslor (jfr Gabrielsson). Speciella sånger som valdes till avskedet kan alltså framkalla betydelsefulla minnen. En informant minns speciellt vissa låtar som hon förknippar med positiva minnen, vilket gav henne igenkänning och identifikation med musiken (jfr Gabrielsson). Informanten som nämnts tidigare använder en självvald sång vid hennes makes begravning, *Stilla ro och nära* av Åsa Jinder, som signal på sin telefon. Sången symboliserar hennes känslor. Varje gång hon hör den förmedlar den kraft och energi vilket gav kvinnan ett ökat välbefinnande. Forskning inom musikpsykologi har visat att självvald musiklyssning kan öka välbefinnandet enligt Juslin (2011).

Akut sorg kan resultera i en stressreaktion. Cullberg menar att då fokuseras all uppmärksamhet mot såret efter förlusten. Om den glöms bort en kort stund lindras smärtan av förlusten. Sorg kan ge liknande symptom som vid en depression enligt Cullberg. Musik som anhöriga väljer kan distrahera en sörjande människa. Förklaringsmodellen för kristeorins fyra faser enligt Cullberg (1986) är strukturerad och tydlig. Den används även för att beskriva sorgprocessen. Cullberg menar att sorgearbetet är viktigt. Om den förblir obearbetad kan den förhindras att läka (1986). Informanterna i studien befann sig vid tiden för intervjuerna inom det första sorgeåret efter förlusten. En äldre informant som inte minns musiken från hans hustrus begravning befann sig enligt kristeorin troligen i chockfasen. Sorgprocessen kan ge en ökad förståelse för sörjande människors känslor och beteende.

Musikterapi med sörjande människor anses vara ett kraftfullt redskap för att inte tränga undan sorg. Forskning av O'Callaghan (2015) och även musikterapi med sörjande människor (Reynolds, 2006) har visat att

expressiv och receptiv musikterapi (bilaga 7) samt eget musikskapande är olika metoder som kan vara en hjälp för att bearbeta sorg. Internationell forskning visar att det finns ett ökat behov av musikterapi under professionell ledning med sörjande människor (O'Callaghan & Michael, 2015). I en litteraturstudie av Starenvik Curman (2016) menar författaren att expressiv och receptiv musikterapi är ett verksamt redskap som används för sörjande under sorgprocessen. Ruud (2001) förklarar också att musikterapi med sörjande kan förmedla en andlig känsla av hopp och livsmod.

Två informanter i den tredje sorggruppen berättade om förnimmelser efter dödsfallet av en nära anhörig i samband med att de hörde musik som den anhörige tyckt om. Enligt forskning är det inte ovanligt med sorgrelaterade synförnimmelser eller att den efterlevande tycker sig föra ett samtal med den avlidne (Grimby & Johansson, 2009). En förklaring till detta fenomen kan vara att musiken framkallade minnen som förknippades med saknad, ensamhet och sorg efter den avlidne anhörige.

## **6.2 Metoddiskussion**

Här diskuteras metodologiska utgångspunkter. Uppsatsen är en kvalitativ studie med en hermeneutisk narrativ ansats. Kvalitativ metod fungerade att använda i denna typ av undersökning som rör sig inom det humanvetenskapliga området. Ämnet har en inriktning mot människan som individ och social varelse och dennes känslor och upplevelser. Alternativet att använda kvantitativ metod valdes därför bort som metodologisk utgångspunkt. Forskning med ett större antal informanter och exempelvis enkätundersökningar som mätinstrument stämde inte med det föreliggande uppsatsämnets inriktning med narrativ som empiriskt underlag.

Detta har jag uppmärksammat rörande vilka slutsatser som är gjorda utifrån intervjumaterialet. Inledningsvis övervägdes att göra enskilda djupintervjuer. Det fungerade inte eftersom det var svårt att hitta tillräckligt antal informanter. Då övervägdes samtal i fokusgrupp. Författaren Annika Lantz (2007) har skrivit att i fokusgruppsamtal delar människor med sig av förtroendefulla uppgifter när de befinner sig i en trygg miljö och där de känner att de kan dela samma erfarenheter enligt. Målet för fokusgrupp är enligt Lantz (2007) dock att deltagarna väljs ut för att diskutera eller debattera en speciell fråga. Målet med fokusgrupp som urvalsgrupp för studien bedömdes inte stämma med målsättningen hos sorggrupper som har en psykodynamisk inriktning vilket innebär att genom samtal lära känna och bearbeta känslor.

Uppsatsen har en hermeneutisk utgångspunkt med en berättande (narrativ) ansats. Berättelser utifrån den efterlevandes perspektiv ansågs vara ett genomförbart val för datainsamling. Tillförlitligheten hos narrativ kan påverkas av risken att händelseförloppet kan reduceras av berättaren och att forskaren kan göra en omtolkning och att olika förståelser samspelar. En berättelse kan skapas i en dialog mellan informant och intervjuare. Det kan påverka händelseförloppet. Informanternas berättelser har tolkats utifrån min egen förförståelse. Vid intervjuerna har semistrukturerad intervjumetod tillämpats. Det innebär att samma frågor är ställda i en viss ordningsföljd till var och en av informanterna. Intervjuerna var enskilda men har skett i gruppform. Informanterna fick tid att associera och utveckla sina svar. Det uppkom dock nya frågeställningar och följdfrågor under intervjuerna och i det samtal som uppkom i respektive grupp. Det var viktigt för resultatet att informanterna gavs tid att utveckla sina historier. Som intervjuare följde jag upp med frågor som kunde kasta ljus över viktiga händelser och gestalter i berättelserna (jfr Gordan). Datainsamlingen dokumenterades genom inspelningar på iPhone. Därefter lyssnade jag på inspelningarna och noterade viktig och intressant information. Det innebär att jag har valt ut spår med bäring på studiens frågeställningar och syfte ur det empiriska materialet, som därefter bearbetades och delades in i olika teman vilket redovisats i analysresultatet.

### **6.3 Arbetets betydelse**

Det har varit intressant att göra den här undersökningen. Arbetet kan lyfta fram att musik är något viktigt för efterlevande vid död, avsked och under sorgprocessen. Ämnesområdet är aktuellt och uppsatsens resultat anser jag bekräftar studiens syfte att musik har stor betydelse för många efterlevande i samband med dödsfall och avsked. Musik är viktigt som en hjälp för sörjande människor att ta avsked. Anhörigas vilja att vara delaktiga är stort idag. Det förstärker musikens betydelse vid rituella avsked. Oavsett olika former för avsked så kan musik vara ett kraftfullt redskap som hjälper människor att uttrycka sorg. En ytterligare reflektion är att ordlös musik vid rituella avsked har en viktig uppgift att föra samman människor. Oavsett livstolkningar och frågor som handlar om varifrån vi kommer och vart vi är på väg så kan musik vara som en brobyggare mellan människor.

### **6.4 Fortsatt forskning**

Jag anser att studien lyfter fram ett ämne som är mycket intressant för vidare forskningsarbete. En anledning är att det i stort sett saknas forskning inom



detta ämnesområde i Sverige. Mitt förslag till fortsatta utvecklings- och forskningsmöjligheter är att utöka undersökningen av musikanvändande vid sorg i samband med dödsfall hos sörjande människor och undersöka på vilka olika sätt musik kan ha betydelse vid dödsfall och avsked hos människor med olika kulturell bakgrund och livstolkningar. Här kan även andra kvalitativa metoder användas vid analys av insamlad data. Det vore också intressant att undersöka betydelsen av musik vid avsked hos sörjande människor utifrån praktisk musikterapi och GIM-metoden. Metoder inom musikterapi återfinns i bilaga 7.

## Referenser

- Aggedal, J-O. (25/11.09). *Modern begravning – livsstilsval ända in i döden*. Svt Nyheter/Skåne. <https://www.svt.se/lokalt.skane> (Hämtad 2019-06-27).
- Biskopsmötet, (2006). <https://www.svenskakyrkan.se/biskopsmotet> (Hämtad 2019-06-27).
- Cullberg, J. (1986). *Dynamisk psykiatri*. Stockholm: Natur & kultur.
- Den svenska kyrkohandboken (1942). Svenska kyrkans diakonistyrelses bokförlag.
- Den svenska kyrkohandboken (1986). Stockholm: Verbum förlag.
- Den svenska Psalmboken med tillägg (1986). Stockholm: Verbum förlag.
- DeNora, T. (2012). Resounding the Great Divide: theorizing music in everyday life at the end of life. *Journal Mortality. Promoting the interdisciplinary study of death and dying*. Vol. 17, No. 2, s. 92-105. <https://doi.org/10.1080/13576275.2012.673375> (Hämtad 2019-06-27).
- Dyregrov, A. (2009). *Att ta avsked*. Stockholm: Gothia förlag.
- Edlund, L. (2016). (Red.) L. Åström. *Begravningssted i förändring*. Svenska kyrkan: Stockholms stift. [www.svenskakyrkan.se/stockholmsstift](http://www.svenskakyrkan.se/stockholmsstift) (Hämtad 2019-06-27).
- Egidius, H. (2008). *Psykologilexikon*. Stockholm: Natur & Kultur. <https://www.psykologiguiden.se> (Hämtad 2019-06-27).
- Gabrielsson, A. (2013). *Starka musikupplevelser*. Möklinta: Gidlunds förlag.
- Gabrielsson, A. (6/3.18). *Musik med kraft att ändra allt*. SR P1: Vetandets värld. <https://sverigesradio.se/sida/avsnitt/1031595?programid=412>. (Hämtad 2019-06-27).
- Gordan, K. (2010). *Professionella möten: om utredande, stödjande och psykoterapeutiska samtal*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Grimby, A. & Johansson, Å. K. (2009). *Handbok om sorg*. GrafiX SU/Sahlgrenska.
- Hydén, L-C., & Hydén, M. (1997). *Att studera berättelser. Samhällsvetenskapliga och medicinska perspektiv*. Stockholm: Liber AB.
- Jeffner, A. (1982). *Filosofisk religionsdebatt*. Stockholm: Skeab förlag.
- Jeffner, A. (1993). *Nationalencyklopedin. Livsåskådning*. Höganäs: Bra Böcker.
- Juslin, P., Liljeström, S., Västfjäll, D., Lundqvist, L-O. (2011). Implications for health research and music therapy. I: (Eds.) P. N. Juslin & J. Sloboda. *The Oxford Handbook of Music and Emotion: Theory, research, Applications* (s. 63 & 849). Oxford: Oxford University Press.

- Krout, R. E. (2003). Music therapy with imminently dying hospice patients and their families: Facilitating release near the time of death. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*. Vol. 20, 2, s. 129-134. <https://journals.sagepub.com> (Hämtad 2019-06-27).
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Kyrkohandbok för Svenska kyrkan (2017). <https://www.svenskakyrkan.se/kyrkohandboken> (Hämtad 2019-06-27)
- Lantz, A. (2007). *Intervjumetodik*. Lund: Studentlitteratur.
- Lerneus, U. (31/10.17). Allt fler begravs utan ceremoni. *Lokaltidningen "mitt i Stockholm"*. <https://mitti.se> (Hämtad 2019-06-27).
- Linderoth, F. & Norbrink, S. (1952). *Den svenska kyrkan. Kyrkokunskap för kyrka, skola och hem*. Stockholm: Svenska Kyrkans Diakonistyrelses Bokförlag.
- O'Callaghan, C. & Michael, N. (2015). Music Therapy in Grief and Mourning. I: (Eds.) J. Edwards. *The Oxford Handbook of Music Therapy*, (s. 406). Oxford: Oxford University Press.
- Patel, R. & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.
- Paulander, A-S. (2011). *Meningen med att gå i musikerapi – En fenomenologisk studie om deltagares upplevelser*. Avhandling. Stockholm: KMH-förlaget.
- Psalmer i 2000-talet (2006). Stockholm: Verbum förlag.
- Reynolds, L. (2/4.06). Sorg-ramte med på noderne Musik-terapi: Melodier og tekster bearbejder sorgen over at have mistet en af sine naermeste. Artikel: *Nordjyske*: Danmark.
- Ruud, E. (2001). *Varma ögonblick. Om musik, hälsa och livskvalitet*. Göteborg: Bo Ejeby förlag.
- Skott, C. (Red.). (2004). *Berättelsens praktik och teori – narrativ forskning i ett hermeneutiskt perspektiv*. Lund: Studentlitteratur.
- Sohlberg, P. & Sohlberg, B-M. (2013). *Kunskapens former. Vetenskapsteori och forskningsmetod*. Solna: Liber AB.
- Starevik Curman, G. (2016). *Music provided a place of intimacy and trust. It goes where words alone cannot*. Stockholm: KMH.
- Statistiska centralbyrån - SCB (2019). *Döda i Sverige*. <https://www.scb.se/sverige-i-siffror> (Hämtad 2019-06-27).
- Svenska kyrkan (2019). *Stöd i sorgen*. Svenska kyrkan: Stockholms stift. <https://www.svenskakyrkan.se/sorg> (Hämtad 2019-06-27).
- Valkare, G. (2016). *Varifrån kommer musiken?* Möklinta: Gidlunds förlag.
- Vetenskapsrådet. (2019). <https://www.vr.se> (Hämtad 2019-06-27).
- Wheeler, B. L. (2005). *Music Therapy Research*. Gilsum NH: Barcelona

Publishers.

VIMIL (2019) *Nätverket för oss som mist någon mitt i livet.*

<http://www.vimil.se> (Hämtad 2019-06-27).

Ödman, P-J. (1994). *Tolkning, förståelse, vetande. Hermeneutik i teori och praktik.* Stockholm: Norstedts förlag.

# Bilagor

## Bilaga 1 Intervju med frågeområden

På vilka sätt har musik betydelse för sorgearbete före, under och efter ett dödsfall och avsked av en nära anhörig?

1. Förekom det musik vid avskedsceremonin?

Följdfråga: Vilken musik valdes? Följdfråga: Vilka kriterier styrde valet av musik?

2. Hur gick det till när musiken valdes?

Följdfråga: Hade ni tid att planera musiken vid avskedsceremonin tillsammans?

3. Förekom det psalmer vid avskedet?

Följdfråga: Hur gick det till när psalmerna valdes?

4. Har det betydelse om musik framförs levande eller i inspelad version vid avsked?

Följdfråga: Hur gick det till när du/ni valde levande eller inspelad musik till avskedet?

5. Betydelsen av musiken vid avskedet under sorgprocessen.

Följdfråga: På vilka sätt har musik/musiken betydelse för dig idag?

Följdfråga: Hur känns det när/om du hör musiken efter avskedet?

## Bilaga 2 Information om forskningsstudie

Titel på arbetet: Musik som tröst. En studie om betydelsen av musik vid avsked och sorgearbete.

Jag arbetar som organist och är också musikstuderande på Magisterprogrammet inom Musikterapi på Kungl. Musikhögskolan i Stockholm. Under vårterminen ska jag inom ramen för mina studier skriva ett självständigt arbete på magisternivå. Det innebär att jag gör en forskningsstudie som innefattar intervjuer och studerar litteratur och tidigare forskning som handlar om sorg. Syftet med studien är att besvara vilken funktion och betydelse musik kan ha i samband med förlust och sorg. Anledningen till valet av ämne är att jag med min studie vill undersöka om musik kan vara ett stöd och tröst för en sörjande människa som har förlorat en nära anhörig. Jag är också intresserad av att veta om valet av musik vid begravningsgudstjänsten har haft en betydelse i sorgprocessen. För att kunna studera detta kommer jag att göra intervjuer med sörjande som ingår i en sorgegrupp. Det sker i form av ett gruppsamtal där alla får dela med sig av sin unika berättelse.

Din medverkan innebär att gruppdeltagarnas personliga berättelser endast kommer att användas för detta examensarbete, och kommer att förvaras så att ingen obehörig kan komma åt det. Du kommer att garanteras anonymitet vilket innebär att dina personuppgifter inte kommer att nämnas i det skriftliga arbetet. Deltagandet är helt frivilligt och du kan om så önskas avbryta ditt deltagande i studien när du vill.

Jag vill att du som deltagare ger ditt samtycke till att medverka, ger tillåtelse till i vilka sammanhang materialet får redovisas och tar ställning till om uttalanden och beskrivna handlingar bör vara anonyma eller ej.

Marianne Viper

### Bilaga 3 Samtycke

Musikstuderande på Magisterprogrammet inom Musikterapi

Kungl. Musikhögskolan i Stockholm

Box 27 711

115 91 Stockholm

Samtycke till medverkan i forskningsstudie

<http://www.codex.vr.se/manniska2.shtml> (Hämtat 2019-06-27)

Reflektera över följande påståenden, kryssa i de alternativ du tycker passar dig.

Jag samtycker till att gruppsamtalet blir röstinspelat på iPhone.

JA

Jag anser att den information jag har fått om studien är tillräcklig.

JA       Nej

Jag tillåter att utvalda delar av gruppsamtalet i röstinspelningarna får redovisas i följande sammanhang (välj en till flera svar):

Endast för forskaren själv

För musikterapistuderande på Kungl. Musikhögskolan i Stockholm

Som foton i det färdiga examensarbetet

Som bilaga på en CD-skiva i det färdiga arbetet

Endast som tecknade och oigenkännliga bilder i det färdiga arbetet

Jag vill att min beskrivna livsberättelse och mina uttalanden i gruppsamtalet ska vara anonyma om de redovisas.

JA       Nej

Namn \_\_\_\_\_

Ämne \_\_\_\_\_

Plats \_\_\_\_\_

Ålder \_\_\_\_\_

Antal år som verksam \_\_\_\_\_

Datum och ort \_\_\_\_\_

Underskrift \_\_\_\_\_



## Bilaga 4 Statistik – döda i Sverige och avskedsцерemonier

Enligt Statistiska centralbyrån (SCB) dör cirka 250 personer varje dag i Sverige, vilket motsvarar drygt 90 000 personer varje år. 2018 dog 92 185 personer i Sverige enligt SCB. [www.scb.se/sverige-i-siffror](http://www.scb.se/sverige-i-siffror) (Hämtad 2019-06-27).

### Statistik vid avskedsцерemonier (Källa: Fakta om Fonus, 2009)

81% kyrkligt (enligt Svenska kyrkans begravningsordning)

10% annat samfunds ordning

8% borgerligt eller konfessionslöst

1% ingen ceremoni alls

26% begravs i jord, vanligtvis i kista

74% kremeras

30% av de som kremeras gravsätts i minneslund

Begravningsbranschen omsätter minst 2 miljarder kronor om året i Sverige. Det finns drygt 800 begravningsbyråer i landet. De största aktörerna är Sverige begravningsbyråers förbund med omkring 400 privata begravningsbyråer som medlemmar. Kostnad för en typisk begravning: En normal begravning kostar i medel 20.000 kronor, utöver detta tillkommer ofta andra kostnader relaterade till gravplats, gravsten, musikarrangemang, kista m.m.

## Bilaga 5 Topp tio begravningslåtar

### Topp 10 begravningslåtar för solosång:

- 1 Time to say goodbye - Peterson, Sartori, Quarantotto
- 2 Så skimrande var aldrig havet - Taube
- 3 Hallelujah - Cohen
- 4 My way - Sinatra
- 5 Tears in heaven - Clapton
- 6 Fix you - Coldplay
- 7 Utan dina andetag - Kent
- 8 Jag fick låna en ängel - Clamp
- 9 Fields of gold - Cassidy
- 10 Goodbye my lover - Blunt

### Topp 10 klassiska musikstycken för orgelspel:

- 1 Air - Bach
- 2 Adagio - Albinoni
- 3 Jesu Bleibet Meine Freude - Bach
- 4 Ombra mai fu – Händel
- 5 Våren - Grieg
- 6 Ave Maria - Schubert
- 7 Time to say goodbye - Sartori
- 8 Amazing Grace - Trad
- 9 Morgonstämning – Grieg
- 10 Bridge over troubled water - Simon

(Källa: Lavendla Begravningsbyrå, 2018)

## Bilaga 6 Musiken vi vill höra vid begravningar

(Källa: Begravningsbyrån Ignis)

### De tio populäraste låtarna vid begravningar:

1. Air, Johann Sebastian Bach
2. Tröstevisa, Benny Andersson
3. Gammal fäbodpsalm, Oskar Lindberg
4. Så skimrande var aldrig havet, E. Taube
5. Där rosor aldrig dör, från 1942, komponerad av Jack Osborn, James C. Miller och Elsie Osborn. Framförd i svensk tappning i filmen ”Änglagård”.
6. Amazing grace, från 1779
7. Håll mitt hjärta, Björn Skifs.
8. Nocturne, Evert Taube
9. Time to Say Goodbye, Francesco Sartori
10. Tears in Heaven, Eric Clapton.

### De tio populäraste psalmerna vid begravningar:

1. Härlig är jorden, Sv.ps. 297
2. Blott en dag, ett ögonblick i sänder, Sv.ps. 249
3. Bred dina vida vingar, Sv.ps. 190
4. Var inte rädd, Sv.ps. 256
5. Tryggare kan ingen vara, Sv.ps. 248
6. Den blomstertid nu kommer, Sv.ps. 199
7. Var jag går i skogar, berg och dalar, Sv.ps. 251
8. Nu är det morgon, Sv.ps. 180
9. Som en härlig gudomskälla, Sv.ps. 235
10. O, hur saligt att få vandra, Sv.ps. 11

## Bilaga 7 Metoder inom Musikterapi

De musikterapi-metoder, som kan vara relevanta för denna studie och i ett arbete med sörjande, som används idag skapades och utvecklades under mitten av 1900-talet, och används i sin nuvarande form över stora delar av världen.

Analytiskt orienterad Musikterapi (AOM) är en psykodynamisk personlighetsstärkande metod som utgår från improvisation och samtal.

Benenzon Music Therapy arbetar med att främja kommunikation genom musikalisk dialog. Utgår bland annat från arbete med autism.

Cognitive Behaviouristic Music Therapy (CBTM) arbetar inom beteendevetenskap med förändring av beteendemönster genom musik.

Community Music Therapy. Utvecklades i USA. Arbetar med individ och grupp med fokus på hälsa och förbättrat välmående i sociala sammanhang.

Creative Music Therapy (CMT) som ursprungligen utvecklades för barn med inlärnings- och funktionsnedsättningar vid Nordoff-Robbinsinstitutet.

Guided Imagery and Music (GIM). Utvecklad av Helen Bonny. Metoden använder utvald musiklyssning i musikresor som kan stimulera inre bilder som uttrycks i ett samtal.

Health Musicking nämns och används ofta inom samma terapifält som Community Music Therapy med en samhällsinriktad hälsofrämjande kontext.