

**FG0044 Självständigt arbete (ämnesdidaktik), 15 hp**

2022

Ämneslärarexamen med inriktning Rytmik, 270 hp

Institutionen för Musik, pedagogik och samhälle (MPS)

---

Handledare: Anna Backman Bister

Sonia Kolesnik Lindgren

# **Att skapa för barn**

En undersökning om komposition av barnsånger

# Sammanfattning

Syftet med detta arbete var att genom att undersöka olika metoder, skapa sånger för barn. För att sångerna ska passa barnrösten bör de anpassas i tonomfång och text. Kreativitet definieras enligt Nationalencyklopedin som förmågan till nyskapande, och för att kunna skapa något nytt krävs dels en stor mängd förförståelse inom ämnet, samt ett påtagligt inre driv. Ur detta behövs sedan begränsningar för att den kreativa processen ska ha framgång. Att skapa tillsammans med barn blev passande, då sångerna var ämnade för barn. Arbetet skulle genomföras genom att testa olika övningar för att skapa sånger för barn. Under arbetets gång skulle även metoder för att hantera den inre kritikern undersökas. Resultatet blev tre färdiga barnsånger och en halvt färdig. Därtill gav arbetet en insikt i hur olika ramar kan stödja den kreativa processen och hur arbetet kan se ut för att inte bli blockerad av sin inre kritiker. En stor del av projektet kom att handla om hur skapandet tillsammans med barn kan se ut - kanske behöver den kreativa processen se annorlunda ut när ett barn är involverat. Att hantera den inre kritikern blev också en påtaglig del i processen och gav många funderingar kring vad som krävs för att lyckas i en skapandeprocess.

Nyckelord: komposition, sång, barnsång, kreativitet, självkritik



# Innehållsförteckning

1. Inledning och bakgrund .....	1
1.1. Bakgrund och litteratur .....	1
1.1.1. Barnsång .....	1
1.1.2. Kreativitet och ramar .....	2
1.1.3. Low level activities .....	3
1.1.4. Barnet som medskapare .....	4
1.1.5. Den inre kritikern .....	4
1.2. Syfte 6 .....	
2. Metod .....	7
2.1. Metoder för skapande .....	7
2.1.1. Lathund för låtskrivare .....	7
2.1.2. Egna utgångspunkter .....	8
2.1.3. Vidare övningar .....	8
2.2. Ostrukturerad loggbok .....	9
2.3. Ljudinspelningar .....	9
2.4. Metodanalys .....	10
3. Resultat .....	10
3.1. Barnsånger .....	10
3.2. Kreativa metoder .....	11
3.2.1. Att skapa med barn .....	12
3.2.2. Low level activities .....	12
3.3. Den inre kritikern tar plats .....	13
3.4. Sammanfattning av resultat .....	13
4. Diskussion .....	13

4.1. Tillvägagångssätt.....	13
4.2. Att skapa med barn.....	14
4.3. Den inre kritikern .....	15
4.4. Inväntandet av inspiration .....	16
Referenser .....	17

# 1. Inledning och bakgrund

Inför detta projekt bestämde jag mig tidigt för att skriva musik. Då jag i min vardag både på jobb och hemmavid oftast är omgiven av barn kändes det som en naturlig ingång i musikskapandet att skriva musik för barn. I mitt jobb som musiklärare har jag ibland gjort sånger tillsammans med eleverna när jag har upplevt att jag inte hittar en bra sång för det specifika tillfället. Det har varit fantastiskt att ha eleverna till hjälp, och att se musiken genom deras ögon och öron har flyttat fokus från min inre kritiker till deras glada tillrop vid varje framsteg vi tagit i skapandet.

Musikskapande är även en del av det centrala innehållet i musikundervisningen i grundskolan, och att skapa tillsammans med eleverna kan vara en bra ingång för dem. De får då vara med om hur sången går från ax till limpa och när man som lärare leder skapandeprocessen kan man säkerställa att det tillslut blir en färdig ”produkt”.

## 1.1. Bakgrund och litteratur

I följande kapitel presenteras tematiskt utgångspunkterna för arbetet, samt tidigare litteratur och forskning i ämnena som berör studiens syfte.

### 1.1.1. Barnsång

Fagius (2007) understryker betydelsen av att anpassa sånger som är skrivna för barn efter barnens förmåga – efter deras röstkapacitet och omfång. Anna Cederberg-Orreteg ger sina tankar kring komposition för barn, och skriver där att man bör rätta sig efter den åldersgrupp man skriver för. Ifall det är en ovan sånggrupp kan man behöva göra sångerna ganska snäva i omfång, för att senare bredda omfånget när de har blivit tryggare och fått mer sångvana. Även vid författandet av texten till sångerna bör man ha barnens ålder i beaktande. För de yngre kan det vara en god idé att texten följer melodin (G. Fagius, red. 2007). För denna studie innebär det att kompositionerna behöver vara begränsade i tonomfånget och att texterna gärna ska följa melodin.

En rekommendation enligt Jansson (2006) är att man håller sig inom ettstrukna C upp till en oktav för 5-6-åringar och upp till tvåstrukna D för 7-8-åringar. Det kan vara slitsamt för barn i förskoleåldern att sjunga starkt i låga lägen och därför bör man sträva efter att sjunga i ett lite

högre läge än de lägsta tonerna inom omfånget. Janssons bok handlar framförallt om arrangering av stämmor till befintlig musik men det finns en del tips och råd som jag anser vara applicerbara även för den som skriver ny barnmusik. Arrangemanget behöver anpassas för den typ av sångare man skriver för. Är det exempelvis för en barnkör kan man utgå från en unison sång och lägga till enklare stämmor som utgår från melodin, exempelvis genom imitation eller upprepade figurer såsom ostinatostämmor (en kort enstämig fras som upprepas). Detta är något jag tog med mig när jag arbetade i den konstnärliga processen för detta arbete.

### 1.1.2. Kreativitet och ramar

I Nationalencyklopedin definieras kreativitet som ”förmåga till nyskapande, till frigörelse från etablerade perspektiv” (Nationalencyklopedin, 2021). Ur ett personperspektiv kännetecknas kreativitet som förmågan till lekfullhet kombinerat med förmågan att tänka objektivt. För kreativitet krävs dels grundläggande kunskaper inom området, samt ett genuint intresse: ”Utan påtagliga inre drivkrafter blir det svårt att uthärda kreativa processer som ofta innehåller misslyckanden” (Nationalencyklopedin, 2021).

Samtidigt som kreativiteten definieras som ett brytande ur etablerade ramar är det just ramar som anses vara en viktig del i att kunna föra det kreativa arbetet framåt. Nachmanovitch (2010) skriver om hur begränsningar kan stärka vårt konstnärliga arbete och hur de ”förser oss med någonting att arbeta med och att arbeta emot” (Nachmanovitch, 2010, s. 83). I och med begränsandet av möjligheter frigörs kreativiteten och kompositionerna kan behöva ta andra vägar än de man vanligtvis tar. Nachmanovitch skriver: ”I ett begränsat rum kan leken bli rikare och mer nyansrik” (Nachmanovitch, 2010, s. 88).

Lotta Sigeman (2016) tar i sin uppsats upp fördelarna med att begränsa sig med tydliga ramar i en kreativ process. Där konstaterar Sigeman att informanterna till studien flertalet gånger återkommer till begränsningar som en av de viktigaste delarna för att komma igång med en skapandeprocess. ”Lena menar att om man ber någon måla något, vad som helst, kommer det inga idéer, men om man ger tydliga ramar, som att de ska måla någonting inom en cirkel som är grönt, då kommer idéerna och kreativiteten igång.” (L. Sigeman, 2016, s.30)

Även May (2005) understryker ramarnas betydelse för kreativiteten och att skapandet uppstår ”ur människors kamp med och mot det som begränsar dem” (R. May, 2005, s. 107). För att vi ska kunna vara kreativa krävs ett problem som måste lösas, en ram att förhålla oss till. May hävdar att ”påståendet ’människans möjligheter är obegränsade’ verkar avkylande” (R. May, 2005, s. 106).

Eva Hillered (red.) presenterar i sin metodbok *Lathund för låtskrivare* (2020), olika sätt att hitta till kreativiteten och många av hennes idéer handlar om att just skapa ramar. Här finns konkreta övningar med syftet att komma in i ett kreativt flöde. Hillered framhäver att det är utvecklande att pröva olika sätt som utgångspunkter för en låt och har därför en massa olika övningar med olika utgångspunkter.

Det kändes viktigt att sätta tydliga ramar för projektet för att underlätta arbetet så mycket som möjligt, och en begränsning av detta slag – att skriva musik i en specifik genre (sånger för barn) kan vara främjande för kreativiteten. Jag valde att sedan sätta ytterligare ramar genom att ha några specifika utgångspunkter som idéer för kompositionerna (se metodkapitlet).

### 1.1.3. Low level activities

I artikeln ”Flowing through the 5 stages of the creative process” skriver de på webbsidan *Design goodness* (2019) om Low level activities - kreativa lösningar som kommer när man gör annat. Kreativiteten behöver andrum för att näras, så kallad ”unconscious processing”. Här menar författaren att i en kreativ process är det ofta när du gör något helt annat som lösningarna kommer till dig, exempelvis när du diskar eller duschar. Low level activities kopplas ofta ihop med kreativa processer och är därför relevant för denna studie.

Rollo May (2005) beskriver detta fenomen som en insikt som kommer ”i övergången mellan arbete och vila” (May, 2005, s. 59) och alltså inte omedvetet (då det kan uppfattas som att insikten har kommit utan ansträngning). Insikten kommer från omedvetna nivåer men är resultatet av ett medvetet arbete, ett engagemang som i avslappningens stund ger plats åt nya idéer. Vårt omedvetna jobbar enligt May ofta åt det motsatta hållet jämfört med vårt medvetna - en dragkamp mellan vad vi hittills har ansett vara ”det rätta” och en insikt som totalt bryter den tanken.

Att inte kunna slutföra en sång kan vara ett problem som bäst löses genom att åsidosätta hela projektet och fokusera på något annat, menar Nachmanovitch (2010). Man får då släppa fokus på problemet och åter hänge sig åt det lustfyllda. Detta kan medföra att problemet helt plötsligt löser sig, för att man släppt fokus på det. ”På ett mystiskt sätt kan man lösa de mest hjärtslitande, invecklade gåtor utan att hela tiden behöva angripa dem” (Nachmanovitch, 2010, s. 150). Att jobba med flera sånger samtidigt kan därför vara gynnsamt, då man kan förflytta fokus mellan olika stycken och på så sätt åsidosätta problemet, och lösningarna på hur man kan gå vidare med en sång kan komma i arbetet med en annan.



#### 1.1.4. Barnet som medskapare

Ett samarbete har enligt Nachmanovitch (2010) fördelen att motståndet man kan uppleva i ensamt arbete helt försvinner. Man får energi och utlöser energi ur varandra och man lär av varandra på ett sätt man inte gör av sig själv. När Nachmanovitch skriver om att samarbete fokuserar han framförallt på mötet mellan två musiker, men min uppfattning är att samma kreativa flöde kan komma ur ett samarbete även med en person som inte är musikaliskt skolad, framförallt kanske med ett barn som inte bär på lika mycket blockeringar och inre kritiska röster som en vuxen. Att samarbeta med barn kan både vara en metodisk väg till att komponera och också en strategi i att undvika att bli begränsad av den inre kritikern, vilket ger relevans till studiens två forskningsfrågor (se kapitel 1.2. syfte).

För Abrahamsson, Fabricius och Wennberg innebär skapande tillsammans med barnet ett givande och ett tagande: som vuxen får du prova och utveckla barnets idéer och när du förvaltar barnets idéer har du som vuxen möjlighet att bygga på barnets kunskaper och förse barnet med mer musikaliskt material att använda på egen hand. ”Det handlar även om att visa barnen att vi vuxna lyssnar på deras förslag och tillsammans med dem kan bygga vidare på deras idéer och initiativ.” (red. Y. Holmberg, 2014, s. 119).

Då barnets skapande fantasi är mycket komplicerad och förändras över tid menar Vygotskij (1995) att den därför är olik den vuxnas fantasi, som är uppbyggd på en stor mängd erfarenhet. Barnets lek fungerar ofta som en reproduktion av vad de redan sett, men blir en kreativ bearbetning då det ur leken uppstår något nytt som passar in i deras värld. Detta skulle kunna innebära att ett skapande samarbete mellan vuxen och barn tar andra vägar och ger ett annat resultat än om de skapade var för sig.

#### 1.1.5. Den inre kritikern

Något som ofta tas upp angående den kreativa processen är risken för att arbetet blockeras av den så kallade inre kritikern. En del av syftet var att undersöka hur konstnären kan arbeta för att inte bli begränsad av dess inre kritiker och nedan presenteras litteratur på området.

Eva Hillered (2020) skriver om att det behövs konstruktiv kritik för att en komposition ska bli bra och för att man ska kunna förbättra sitt låtskriveri. Man ska dock hålla isär vad som är konstruktivt och vad som bara hämmar processen: ”Det finns en inre röst som hämmar kreativiteten, jag kallar den rösten för min inre kritiker. (...) Min inre kritiker gör att jag helt tappar lusten, inspirationen och känner mig värdelös” (E. Hillered, 2020, s. 23).

Nachmanovitch (2010) beskriver två karaktärer inom oss i den kreativa processen: musan och redaktören. ”Redaktören kritiserar, formar och organiserar det material som musans fria lek har frambringat” (2010, s. 130). Om redaktören kliver in för tidigt i processen kan det bli problematiskt, då man bedömer där det inte finns något att bedöma, vilket skapar blockeringar eller till och med förlamning. Det gäller alltså att låta redaktören komma in i rätt tid i processen och fram tills dess låta musan göra allt jobb. Detta genom att säga ja till alla idéer och uppslag som kommer och genom att aktivt jobba med att skapa ett utrymme fritt från ”hjärnsnöken”.

Kenny Werner (1996) har tankar om ”fear-based composing”, att rädslan för att komponera ett dåligt stycke kan vara en stor bromskloss i kreativiteten: ”Nothing is so inhibiting as needing to write something brilliant.” (Werner, 1996, s. 74). Han skriver också om ängsligheten att börja på ett helt tomt papper. Det är mycket lättare att redigera något redan befintligt och att om man bara skapar någonting så har man ju något att utgå ifrån som man sedan kan ändra eller fortsätta på. Om man gör detta utan att värdera och utan känslomässiga anknytningar har man lättare att se möjligheterna i stycket och kommer sannolikt tillslut ha skapat något man tycker är bra.

Nachmanovitch (2010) tar också upp två sorters bedömningar: konstruktiv och obstruktiv bedömning, där den konstruktiva rör sig jämsides med den kreativa processen och den obstruktiva rör sig mot processen. Även där kan det handla om att inte gå in för tidigt med bedömning och att skapa sig ett tomrum fritt från bedömning och tankar kring prestation och slutprodukt.

I Malin Willéns studie (2020) skriver hon om hur hon lyckats vända den obstruktiva kritiken till konstruktiv genom att hon först och främst uppfattade att hennes bedömning inte var konstruktiv. Hon började då felsöka vad det var hon inte var nöjd med och kunde då arbeta konstruktivt med att förbättra det. Hon lyckades då med att åtskilja sig från verket och se musikstycket som ett pågående arbete. Ett bra sätt att komma förbi blockeringar kan enligt Nachmanovitch (2010) vara att just åtskilja sig från verket. Att se sig själv som subjektet som arbetar med objektet (musikstycket) istället för att musikstycket är en del av dig förenklar processen och synen på arbetet som just ett arbete som behöver färdigställas.

Något som tycks vara svaret för många gällande självkritik, både inom musikutövande och inom skapande, handlar om frigörelse av sinnet. I *Effortless Mastery* (1996) ägnar Werner flera kapitel åt meditation där han guidar läsaren i att släppa tankar och fokusera på det inre lugnet, men också hur man kan arbeta med stärkande tankar, mantran:

”Imagine each thought is on a boat, sailing out of the mouth of the river and into the ocean of your heart. (...)

Thought #2: *Music is easy*. Send that thought sailing peacefully down the river ... toward the sunset ... into the ocean. *Music is easy*.” (K. Werner, 2005, s. 122).

Nachmanovitch (2010) råder om hur vi bäst tar oss igenom en blockering: genom att gå in i stillhet, i tomheten inom oss och inte se tomheten som en motståndare. Ta en promenad, meditera, öva skalor, spela med blockeringen.

## 1.2. Syfte

Syftet med denna studie var att att pröva olika metoder och komponera minst tre sånger för barn.

- Vilka metoder kan fungera vad det gäller att komponera musik för barn?
- Hur kan arbetet föregå för en konstnär utan att bli begränsad av sin inre kritiker?

## 2. Metod

I detta kapitel tar jag upp de metoder jag undersökte och använde i musikskapandet. De olika delarna belyser dels de olika tillvägagångssätten för att skapa sångerna, men också de olika hjälpmedel jag använde.

### 2.1. Metoder för skapande

Sångerna skulle i första hand skrivas för unison barnkör i lågstadieåldern och eventuellt även för yngre barn.

Då det inte fanns möjlighet att strukturera upp det konstnärliga arbetet med regelbundna tider fick jag sitta med kompositionerna när det fanns luckor - vilket kunde vara vid olika tidpunkter dagtid och kvällstid.

Jag arbetade med flera låtidéer samtidigt, för att det skulle vara mest tidseffektivt och optimalt för skapandeprocessen - att kunna växla mellan olika idéer och sånger. Jag hade en tanke om att det snabbt skulle gå att bryta det negativa och hoppa över till en annan sång om jag märkte att jag fastnade eller att kritiken blev obstruktiv istället för konstruktiv (Nachmanovitch 2010).

För att undvika den hämmande känslan av att sitta med ett blankt papper (se kapitel 1.1.5 den inre kritikern) hade jag valt ut flera idéer som utgångspunkter för kompositionerna. Flera av dem var hämtade från Eva Hillereds metodbok ”Lathund för låtskrivare” (2020) men jag hade även några egna utgångspunkter som jag ville undersöka.

#### 2.1.1. Lathund för låtskrivare

##### • Övning #3 - tidsbegränsning

”Att begränsa tiden och ge dig själv ett specifikt problem att lösa kan ibland frigöra fantasin” (Hillered, 2020, s. 31). Hitta ett föremål runtomkring dig som du skriver en kort text om. Du får 2 minuter på dig att välja föremål och 10 minuter på dig att skriva texten. Tanken är att tidsbegränsningen ska göra att man inte hinner kritisera idéerna.

- **Övning #7 - tonsätt en dikt**

Välj en dikt du tycker om och sjung texten istället för att läsa den. Spela in fraser som du tycker är bra. Sätt ackord till.

- **Övning #14 - improvisera till två ackord**

Spela två ackord som du växlar mellan. Improvisera till ackorden med rösten.

### 2.1.2. Egna utgångspunkter

- **Utgå från ett tema, exempelvis högtid eller årstid**
- **Skriv i en annan taktart än 4/4-takt**
- **Använd ett instrument som du inte behärskar så bra**
- **Skriv ihop med någon annan**

Eftersom temat för sångerna är barnsånger ville jag försöka använda mig av barnen så mycket som möjligt. Här tänkte jag framförallt ta hjälp av mina två barn som medskapare (se kapitel 1.1.4 barnet som medskapare).

Jag utgick sedan från listan ovan när jag skulle sätta mig och komponera. Jag valde då en idé som jag provade, och gick sedan vidare med en annan om jag inte tyckte att den funkade.

### 2.1.3. Vidare övningar

Utgångspunkterna ovan behandlade framförallt den första, inledande delen av låtskrivandet och jag insåg så småningom att det behövdes ytterligare verktyg för att kunna komma vidare även en bit in i skapandet av sångerna:

- **Sätta parentes på problemområden**

Hillared (2020) tipsar om att sätta en parentes runt det man inte är helt nöjd med. Istället för att fastna med en textrad, ackord eller låtdel så kan man sätta en parentes runt det och gå vidare med de delar där man fortfarande har något att tillföra.

- **Låt någon lyssna och ge förslag på hur sången kan fortsätta**

- **Spela in och arrangera**

Spela in det som hittills gjorts och arrangera upp det med fler instrument för att få inspiration till hur sången kan gå vidare.

## 2.2. Ostrukturerad loggbok

Jag använde ostrukturerad loggbok som metod för att samla idéer och tankar. Bjørndal (2005) menar att fördelen med en ostrukturerad loggbok är att man förhåller sig öppen för att upptäcka saker som man kanske inte varit helt medveten om vid tillfället man antecknade det, och det kändes passande för projektet då fokus skulle ligga mycket på att skapa. Kanske skulle en del idéer komma fram i efterhand vid analys av texter i loggboken.

Den ostrukturerade loggboken var i form av en anteckningsbok som användes för allt som hade med det musikaliska projektet att göra. Där skrev jag in alla idéer, små textrader och ackordföljder. Jag gjorde olika mindmaps med idéer till sångerna, där allt från teman till enstaka ord skrevs ner. Det blev ett bra hjälpmedel i framförallt författandet av texterna då det var lätt att plocka ord och inspiration från dem. Loggboken användes vid varje kompositionsstund, flera gånger i veckan. Den användes även när idéer kom upp vid andra tillfällen.

Den ostrukturerade loggboken användes också till att vid varje skaparsession skriva någonting om min upplevelse av hur det hade gått. Jag skrev ner allmänna tankar kring skapandet - exempelvis vad som hade gått bra/mindre bra, vad som var svårt eller hur min allmänna känsla var just den dagen.

Nackdelen med en ostrukturerad loggbok kan enligt Bjørndal (2005) vara att det kan vara krävande att analysera och läsa i efterhand. Då det största användningsområdet för loggboken var att dokumentera det musikaliska tyckte jag inte att det var en påtaglig nackdel. Jag upplevde att fördelarna övervägde då den var till för flera användningsområden och min tanke var att det var lättare att göra det med en ostrukturerad variant.

## 2.3. Ljudinspelningar

Som komplement till loggboken användes inspelningsfunktionen på min telefon. Telefonen fick ligga nära till hands så att jag snabbt kunde spela in idéer när jag satt och spånade vid piano eller annat instrument. Detta för att lättare kunna plocka upp idéerna vid ett senare tillfälle.

le och för att det gick fortare att dokumentera de små styckena på det sättet istället för att transkribera till noter. Bjørndal (2005) beskriver hur en ljudinspelning kan vara ett bra komplement till loggboksanteckningarna, då ljudinspelningarna kan återge en mer detaljerad bild av informationen.

## 2.4. Metodanalys

Arbetsprocessen har analyserats på två sätt: en kvalitativ analys gjordes på arbetsprocessen sång för sång, genom materialet i den ostrukturerade loggboken samt ljudinspelningarna. Varje sång analyserades alltså med hjälp av anteckningar från loggbok samt ljudinspelningar: vilka övningar som användes, hur väl de fungerade och vad de resulterade i för sång. Den andra analysen gjordes genom den kvalitativa metoden berättelse. Berättelsemetoden användes genom att datamaterialet från den ostrukturerade loggboken organiserades tidsenligt och socialt för att få fram en sammanhängande bild av den kreativa processen som helhet. (Fejes & Thornberg, (red.) 2019).

# 3. Resultat

Följande kapitel svarar på syfte och undersökningsfrågor. Syftet med studien var att genom att pröva olika metoder, komponera minst tre sånger för barn. Resultaten i detta arbete presenteras under rubrikerna Barnsånger, Kreativa metoder och Den inre kritiken.

## 3.1. Barnsånger

Här presenterar jag först det faktiska resultatet av kompositionsarbetet - barnsångerna. Eftersom jag arbetade parallellt med flera sånger samtidigt presenteras de här utan någon kronologisk ordning.

### **Sång 1 – Inte rädd för mörkret**

Inför höstlovet fick jag och mina barn en idé om att skriva en sång om halloween och alla läskiga monster och spöken. Vi hade pratat en del om rädslor och mardrömmar och det mynnade ut i en text som blev utgångspunkten för sången. Versen kom till genom Hillereds (2020) övning #14. Jag växlade mellan två ackord och försökte hitta en enkel vers. Jag ville att det skulle vara enkelt att spela och sjunga, då det i versdelen är tänkt att barnen själva ska få komma

på otäcka företeelser och hur de kan låta, som man lägger in i versen. Barnen får då vara medskapare i sången.

### **Sång 2 - Nissarnas jul**

Jag fortsatte på högtidstemat och skrev en sång om julen. Jag gjorde en mindmap där jag skrev ner allt jag kunde komma på kring julen. Därefter utgick jag från mindmapen när jag sedan skrev texten. Refrängen kom till först. Jag ville ha en tydlig och lite storslagen refräng, medan versen som kontrast skulle vara enkel och med litet tonomfång med fokus på text.

### **Sång 3 - Tildes sång**

Jag använde övning #7 i Lathund för låtskrivare (Hillared, 2020). Istället för en dikt utgick jag från en text som min äldsta dotter hade skrivit:

”Blommor och djur ska vara i naturen. Växterna - ta hand om dem! Har du ett djur, släpp ut det och bli fri!”

Att utgå från en text som ett barn har skrivit kändes passande och också förlösande för skapandet av just en barnsång. Det kändes som en självklar utgångspunkt och det kändes enkelt att skapa utifrån barnets perspektiv. Dock upplevde jag en svårighet att fortsätta på texten, vilket gjorde att arbetet stannade av. Jag ville inte förstöra det fina hon hade skrivit med något ”vuxendravel” som inte var lika genuint. Sången blev därför inte färdig.

### **Sång 4 - Solen har vaknat**

Idén för den här sången kom från min yngre dotter som glatt en morgon utropade ”solen har vaknat!”. Den frasen blev utgångspunkten och istället för pianot, som jag annars har suttit och komponerat vid, provade jag gitarren, som jag behärskar knappt brukligt. Genom att använda ett instrument som jag inte behärskar helt fritt skulle jag kanske inte hamna i de ackord- och melodispåren jag vanligtvis hamnar i. Jag fick dock en liten melodislinga på hjärnan som jag ville försöka få till en kanon eller ett ostinato och det gjorde att jag tillslut lade gitarren åt sidan och återgick till pianot.

## **3.2. Kreativa metoder**

De övningar som jag upplevde bäst fungerande var att utgå från en färdig text eller ett givet tema. Jag kunde då också ta hjälp av barnen på ett enklare sätt, då vi kunde samtala om det givna temat och på så sätt få idéer och förslag.



Tidsbegränsningen var hjälpsam på så sätt att jag blev tvungen att bli klar med sångerna, men som enskild metod för att få fart på kreativiteten upplevde jag inte att den fungerade så bra, då stressen snarare medförde en låsning.

Att skriva i en annan taktart än 4/4-takt samt att komponera en sång utifrån ett instrument jag inte behärskar så bra upplevde jag som roliga idéer som vid det här tillfället inte fick något större fäste.

Jag upplevde att många av metoderna fungerade bra för att hitta idéer till sångerna, men hade en svårighet att ta mig vidare i skapandet. Jag har också tidigare upplevt att en svårighet i låtskrivarprocesser är att avsluta sångerna. Det är ofta enkelt att påbörja en sång, men desto svårare att slutföra den. Där har projektets tidsbegränsning gjort mig en tjänst då jag har varit tvungen att avsluta sångerna även om jag inte känt att de har varit optimala. Projektets tidsbegränsning tjänstgjorde då som ytterligare en ram för kreativiteten.

Att sätta parentes visade sig vara en bra metod som gjorde att jag kunde fortsätta framåt. De andra metoderna (låt någon lyssna och spela in och arrangera) som hade till syfte att ge fortsatt styrfart blev tyvärr för komplicerade för att jag skulle få användning för dem.

### 3.2.1. Att skapa med barn

Att komponera tillsammans med barn fick en annan utgång än förväntat. Det var svårt att entusiasmera dem och att sätta sig tillsammans vid pianot för att skapa något. De nappade inte i så hög grad på mina förslag, vilket förvånade mig. Dock hittade jag snart andra sätt att ha dem som medskapare. När vi sysslade med något annat, till exempel satt och ritade, kunde vi ha samtal som så småningom bildade ett embryo till en sång. Barnen blev också den största inspirationskällan till sångerna. De har dels hjälpt till med idéer till sångerna men också låtit mig testa idéerna på dem.

### 3.2.2. Low level activities

Att sitta en stund vid pianot regelbundet gjorde att arbetet gick framåt, men det som gjorde att sångerna kom till från början var oftast en idé som kom från andra ställen än från stunden vid pianot. De flesta idéerna kom spontant lite då och då när någon sa en bra fras eller när jag gjorde något helt annat, men jag tror inte att jag hade snappat upp dem om jag inte hade suttit regelbundet vid pianot. Det födde och närde en kreativitet som liksom låg latent under processens gång, framförallt mot slutet av perioden.

### 3.3. Den inre kritikern tar plats

Ungefär i mitten av projektet tappade jag all lust och driv totalt. Jag fokuserade på allt möjligt annat för att slippa sätta mig med sångerna. Det var en kombination av stagnerande intresse, dålig fokus och mycket självkritik i för tidigt skede. I loggboken syntes det på hur sidornas innehåll glesnade. Från att vara fulla med kladd i form av ord och ackord gick de till att ha några enstaka rader på varje sida.

Det som initialt fick mig tillbaka på banan var att jag ägnade en stund nästan varje dag åt meditation. Jag lyckades då hitta en stillhet som gjorde att jag kunde samla fokus och sätta mig en stund med kompositionerna. Att få hjälp av mina barn med idéer till sångerna var också en del av skaparglädjens återkomst. Mot slutet av projektet blev jag stressad att bli klar med sångerna. Tidspressen blev påtaglig och gav mig en handlingskraft, vilket medförde en känslomässig distans till sångerna - de blev ett arbete jag höll på med som behövde bli klart, snarare än en del av mig.

### 3.4. Sammanfattning av resultat

Arbetet resulterade i fyra barnsånger, varav tre blev helt färdiga.

De flesta utgångspunkterna för sångerna var användbara vid kompositionernas början. Övningarna gav mig en bra start men jag tappade trots det fokus och inspiration och upplevde en slags kreativ förlamning. Det som gjorde att jag tog mig vidare var att jag trotsade oviljan genom att kontinuerligt lägga fokus på sångerna - dels genom att rensa huvudet med hjälp av meditation och sedan att sitta regelbundet vid pianot. Det medförde att det kreativa arbetet lade sig latent i mitt huvud, som en konstant tickande process som jobbade i det undermedvetna. Att därtill ta hjälp av mina barn som medskapare förde arbetet ytterligare framåt.

## 4. Diskussion

### 4.1. Tillvägagångssätt

Som helhet var utgångspunkterna till sångerna till största del positiva för projektet. Övningarna kändes relevanta och hjälpsamma i att komma igång med skapandet, även om inte alla led-

de till en färdig sång eller ens en klingande idé. Att ha bestämda ramar fick mig att ta andra musikaliska vägar än jag normalt skulle ta. De gjorde också att det blev lättare att disciplinera arbetet, då jag annars upplever det som en klar nackdel att arbeta med komposition ensam. Övningarna fungerade som draghjälp och inspiration till sångerna.

Den ostrukturerade loggboken fungerade bra som ett verktyg för kompositionerna och att ha allting samlat på ett ställe. De var också givande i arbetet med att analysera övningarna för kompositionerna. Däremot blev det efterhand blev det svårt att få en överblick över de övriga tankarna om processen och hur den upplevdes. Det hade eventuellt varit bättre att ha en strukturerad del som komplement, där tankarna föregicks av bestämda frågor, för att lättare kunna analysera den konstnärliga processen. Styrkan med att analysera med metoden ”berättelse” är att tillåtandet av de mänskliga betraktelserna och reflektionerna kan ge nya insikter till forskningen. Den uppenbara nackdelen är att den baseras på en människas erfarenheter, som ju är högst individuella och påverkade av bakgrund såsom utbildning, färdigheter och kreativitet (Fejes & Thornberg (red.) 2019).

Att undersöka den egna praktiken anser jag har sin styrka i flexibiliteten - att vara ensam i en skapandeprocess gör att arbetet kan förläggas till de tider och platser som fungerar för individen. En nackdel är att individen är fullt ansvarig för projektet och saknar således draghjälp och stöttning från andra. Hade fler varit involverade i samma projekt skulle arbetets gång kanske vara mer självgående och lättare att driva på.

## 4.2. Att skapa med barn

Resultatet av projektet fick mig att omvärdera frågan: Vad innebär det att komponera med barn? Jag hade en förutfattad bild av att man går tillväga på samma sätt som när man komponerar själv - att man sitter tillsammans vid ett instrument och spånar fram en sång med text och melodi parallellt eller med texten först. Det är också så jag har jobbat med eleverna på mitt arbete i grundskolan. Efter projektet insåg jag att man ibland får börja i en annan ände. Kanske innebär det inte att sitta vid pianot och komma på text och melodi tillsammans utan att man snarare får utgå från barnen på annat sätt, exempelvis med text, en enstaka fras, melodislinga eller kanske till och med en teckning? Att tolka och tonsätta deras ord och uttryck kan också vara en definition av att skapa med barn. Mycket av mitt driv till att genomföra kompositionerna kom ur samarbetet med barnen. Som Nachmanovitch (2010) skriver så försvann känslan av motstånd när jag hade dem som medskapare. Genom att ha fått testa sångerna med barnen nästan omgående efter att jag gjort dem har det skett en avdramatisering kring skapandet och resultatet. Jag har fått höra hur det låter och fått se reaktionerna från barnen, vilket har gjort att min feedback har blivit konstruktiv i och med att jag kunnat se vad som

funkar och inte funkas och vad i sångerna som har varit uppskattat av barnen. Det här tror jag kan vara speciellt bra när man arbetar med större grupper, exempelvis med barnkör.

Att skapa tillsammans med barn kan dels ge inspiration till sångerna och musiken, men också göra att de på riktigt anpassas för barnen och min erfarenhet är att det ligger något extra speciellt i att sjunga en sång man själv varit bidragande till att skapa.

När jag tonsatte min äldsta dotters text (se 3.1. Resultat - Tildes sång) upplevde jag en svårighet i att fortsätta på texten. Jag var rädd att förstöra hennes fina texter med en fortsättning som inte kunde vara lika genuin som hennes, att det skulle bli en text där det är uppenbart att en vuxen har "gjort sig till". Där tog det stopp och jag hittade inget sätt att fortsätta på texten.

### 4.3. Den inre kritikern

Ungefär i mitten av processens period hade jag en ordentlig svacka där jag saknade motivation, inspiration och driv. Bara tanken på att sätta mig vid pianot gav mig nästan ångest och jag hade svårt att se hur arbetet skulle kunna slutföras. Jag prokrastinerade mycket och lade fokus på helt andra saker. När jag väl satt vid pianot avfärdade jag alla idéer lika snabbt som de kom. Nachmanovitch skriver om skapande: "Ett annat hjärnsnöke är rädslan för att bli betraktad som arrogant eller utanför det ordinära." (Nachmanovitch, 2010, s. 113). Här vill jag påstå att min rädsla var för det motsatta - jag avskrev idéer snabbt och ifrågasatte mig själv för att vara alldeles för ordinär. Jag hade ambitionen att åstadkomma något verkligen speciellt, vilket jag själv inser är orimligt höga krav, inte minst i uppstarten av en ny sång.

Det som fick mig att komma ur svackan var dels stress - jag började få ont om tid för att hinna klart och blev därför tvungen att sätta mig med sångerna och bara få ihop någonting. Tidspressen gjorde mig handlingskraftig, vilket medförde att jag distanserade mig från sångerna och jobbade med att inte känna att de var en del av mig, utan snarare en del av ett arbete jag höll på med som behövde bli klart. Jag kunde då vara mer objektiv och handlingskraftig i komponerandets slutfas och "bara få färdigt" sångerna trots att jag inte kände mig helt nöjd. I Malin Willéns studie om låtskapande (2020) tar hon upp tidsbegränsningen som en ram för skapandet. Willén skriver: "Trots att jag egentligen inte behövde färdigställa låtarna för arbetets skull så fanns det en målmedvetenhet jag inte hade förutsett som gjorde att tidsramen tog stor plats i processen." (M. Willén, 2020, s. 21). Vidare skriver Willén att tidsbegränsningen kunde ses som både positiv och negativ, positivt då tidsbegränsningen kunde få arbetet att gå framåt, eller negativt om tidsbegränsningen stressade på för mycket och hindrade kreativiteten att flöda. Här kan jag likt Willén (2020) konstatera att ramen 'tidsbegränsning' verkade till min fördel och gav skapandet en push framåt.

En annan sak som hjälpte mig ur svackan var hjälpen jag fick av mina barn när vi tillsammans kom på grunden till ”Inte rädd för mörkret”. Det ledde till att skapandet kom igång igen och det krävdes inte jättemycket för att få klart sången. Där fick jag också tillbaka lusten att skapa.

#### 4.4. Inväntandet av inspiration

En insikt som har blivit allt starkare är att vid kreativt skapande handlar det om att bara göra – inte vänta in. Det är bättre att säga ”ja” till de idéer man får och revidera i efterhand, istället för att vara kräsen vid skapandets början. De gånger jag upplevde ett flöde i skapandet var när jag inte hade bromsat för tidigt utan låtit idéerna komma, skrivit ner dem och sen spånat vidare på nästa idé. Hillered (2020) skriver att en grundregel i skapandeprocessen är att vara öppen för alla idéer som kommer, även om det råkar bli en vaggsång trots att man hade tänkt skriva en ”ösig rocklåt”. Man kan sålla bort de idéer som inte passar för ändamålet i ett senare skede.

Inväntandet av inspiration kan skapa en tid av ängslan och prokrastinering som bara skadar den kreativa processen. Jag gör bäst i att avsätta en bestämd tid till att komponera, så får inspirationen infinna sig eller inte. Inspirationen kan då dyka upp ur det jag åstadkommit efter en stund när jag har ”tvingat” mig att sätta ihop en liten melodislinga eller ackordföljd. Oftast har inspirationen dykt upp när jag har sysslat med annat, precis som Design Goodness (2019) beskriver. Det blev som en positiv spiral där tiden vid pianot gjorde att jag fick idéer på annat håll som gjorde att tiden vid pianot sedan handlade om att förvalta de idéer jag fått vid en annan tidpunkt.

Det något stressade slutskedet av min process gjorde att jag fick öka min tid med kompositionerna, vilket i sin tur ledde till att den kreativa processen liksom lade sig i bakhuvudet och fångade upp minsta lilla ingång (till sångerna) som dök upp. Det kunde komma sångidéer lite när som helst - i badet eller i bilen med barnen. Oftast var det mina barn som gav mig inspiration och idéer (helt utan deras vetskap) och det kunde räcka med något litet, som ett ord eller en fras de sa. Även här kan jag konstatera att som Design Goodness (2019) visar så kom mina idéer när jag utförde en ”low level activity”. Min slutsats här är att i en kreativ process behöver man verkligen omge sig av processen så mycket som möjligt. Att sporadiskt hänge sig åt ett skapande arbete är svårt. Dock behöver man pausa från processen och, som May (2005) skriver, låta insikterna komma fram ur de omedvetna nivåerna genom avslappningen, eller i övergången mellan arbete och vila.

# Referenser

Bjørndal, C.R.P. (2005). *Det värderande ögat: observation, utvärdering och utveckling i undervisning och handledning*. (1. uppl.) Stockholm: Liber.

Fagius, G. (red.) (2007). *Barn och sång: om rösten, sångerna och vägen dit*. Lund: Studentlitteratur.

Fejes, A. & Thornberg, R. (red.) (2019). *Handbok i kvalitativ analys*. (Upplaga 3). Stockholm: Liber.

Hillared, E. (2020). *Lathund för låtskrivare*. [Enskede]: Singing Songwriting Studio.

Holmberg, Y. (red.) (2014). *Rösträtt: musik på barns villkor*. (1. uppl.) Stockholm: Gehrman.

Jansson, R. (2014). *Konsten att skriva enkelt för unga sångare: [hur man med enkla metoder kan skriva och arrangera musik för barn och ungdomar som sjunger tillsammans]*. Stockholm: KMH-förlaget.

May, R. (2005). *Modet att skapa*. (2. uppl.) Stockholm: Natur och Kultur.

Nachmanovitch, S. (2010) *Spela fritt: improvisation i liv och konst*. ([Ny utg.]). Göteborg: Ejeby.

Vygotskij, L.S. (1995). *Fantasi och kreativitet i barndomen*. Göteborg: Daidalos.

Werner, K. (1996). *Effortless mastery: liberating the master musician within*. New Albany, Ind.: Jamey Aebersold Jazz.

## Webbsidor och artiklar:

Creating Goodness. (3 oktober 2019) <https://designgoodness.com.au/flowing-through-the-5-stages-of-the-creative-process/>

Nationalencyklopedin. (6 december 2021) <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/kreativitet>