

Sang og identitet

Artikkelforfatter: Kristi Stedje

09.03.2020

Menneskers identitet knyttes gjerne til stedet vi kommer fra, menneskene vi har vært og er glade i, yrket vi har eller har hatt, fritidsinteresser – og musikk. Hvilken musikk vi er glad i, lytter til eller synger og spiller selv, kan si noe om både hvem vi er, og hvem vi ønsker å være eller fremstå som.

Som følge av sin kognitive svikt kan personer med demens oppleve at de mister en følelse av identitet og selvfølelse [1], og mange som arbeider med personer med demens forteller å ha fått spørsmålet «hvem er jeg?» fra beboere eller brukere. Dette er naturligvis et stort spørsmål, som ikke bare lar seg besvare gjennom en oppsummering av levd liv. Identitet og selvfølelse handler om noe mer og dypere enn dette, og musikken kan være en innfallsport til å gi personen med demens en tydeligere følelse av sin egen identitet.

Når det gjelder musikk i arbeid med eldre og personer med demens, er vi opptatt av identitet på fire ulike områder. Utgangspunktet for dette har vi hentet fra boken *Musikk og identitet* av musikkterapeuten og psykologen Even Ruud[2]. Disse kategoriene overlapper hverandre, og mye musikk kan ha betydning for flere, eller alle, av dem. Å kjenne til kategoriene og den musikalske identiteten til beboerne/brukerne våre i de ulike kategoriene, kan være et svært godt utgangspunkt for gode, tilrettelagte musikalske opplevelser som hjelper beboer/bruker med å ivareta sin egen identitet.

Det første, *den personlige identiteten*, dreier seg om musikk som vi opplever at hører til hvem vi er som person, dypest sett. Det kan være tidlige minner, som den faste voggesangen på sengekanten da man var liten, eller musikk som minner oss om personer som har vært spesielt viktige for oss personlig. Sanger som knyttes til den personlige identiteten kan gi opplevelse av trygghet, nærvær og tilknytning til viktige personer i livet, og kan være gode å bruke i situasjoner der vi trenger å skape rammer, ro og en opplevelse av ivaretagelse hos beboer eller bruker.

Nummer to, *den sosiale identiteten*, viser til musikk som definerer oss innen ulike sosiale grupper; hva er «riktig» og «feil» musikk i vennegjengen, hvordan signaliserer den musikken du liker også hvilke grupper du definerer deg innenfor? Mange eldre og personer med demens kan ha sterke meninger om hvilken musikk som er sosialt riktig og feil for seg selv. Sanger knyttet til foreningsliv, sosiale musikkforeninger som korps og kor, sanger man får vite er brukt mye i beboers/brukers sosiale kretser kan være gode for å skape glede, stimulere til gode sosiale minner, og til å hjelpe beboer med å definere seg selv sosialt i relasjon til dem han/eller hun er sammen med i institusjonen.

Den kulturelle identiteten går bredere enn dette, og handler om musikk som sier noe om vår kulturelle identitet; det kan være nasjonalsanger, religiøs musikk, politisk fundert musikk, som eksempel. Noen beboere/brukere kan ha et sterkt og personlig

forhold til dette. Sangene representerer kulturer eller grupperinger i samfunnet som man føler seg som en del av, eller ikke. Det er viktig å være oppmerksom på begge deler. Vi skal ikke unngå å bruke politiske, religiøse eller nasjonale sanger, men vi skal være ekstra årvåkne når vi gjør det. Hvilke beboere/brukere har disse sangene som en naturlig eller viktig del av sin identitet, og hvem har det ikke? Kan noen bli støtt eller får en følelse av utenforskap når vi bruker disse sangene?

Musikalsk identitet knyttet til tid og rom dreier seg om musikk vi forbinder med et spesielt tidspunkt i livet eller et spesifikt sted. Som en sang du hørte igjen og igjen én spesiell sommer, eller musikken fra en gammel kassett som du alltid hørte på når du var på hytta, for eksempel. Dette vil i hovedsak være veldig personlig, knyttet til personlig hendelser, steder eller personer i livet til den enkelte. Samtidig vil mange ha felles referanser til sanger knyttet til tid og rom, og følelsene som følger med sangene; tenk for eksempel på «La det swinge» av Bobbysocks som vant den internasjonale finalen i Melodi Grand Prix i 1985, eller «Mitt lille land» av Ole Paus som ble brukt under alle store markeringer i forbindelse med 22. juli 2011.

Når vi mennesker bruker musikk for å regulere våre egne følelser, driver vi med det vi kan kalle for musikalsk egenomsorg. Vi tar vare på oss selv gjennom musikk; vi hører rask og lystig musikk for å komme i gang om morgenen eller på trening, vi lytter til rolig og vakker musikk for å slappe av etter en lang arbeidsdag eller vi synger eller spiller sammen med andre i for eksempel kor eller korps som en form for sosial samhandling gjennom musikk. Personer med demens kan ofte ha behov for hjelp med å regulere eller bearbeide egne følelser, sinnsstemninger eller energi gjennom musikken, da dette ikke alltid er noe de kan sørge for selv. På samme måte som personen kan ha et omsorgsbehov knyttet til praktiske ferdigheter som personlig hygiene, døgn- og måltidsrytme og dagligdagse gjøremål, kan han ha et omsorgsbehov knyttet til det å ivareta sin egen identitet og sine følelsesmessige behov gjennom musikk. I institusjonen er det vi som jobber der som må ta oss av det musikalske omsorgsbehov som beboeren har.

1. Engedal, K. og V.D. Berentsen (2016). *Sykdommer, tilstander og skader som kan føre til demens*, i Tretteteig, S (red.) *Demensboka . Lærebok for helse- og omsorgspersonell*. Tønsberg: Forlaget Aldring og helse.
2. Ruud, E. (2013). *Musikk og identitet*. 2. utg. Oslo: Universitetsforlaget.