



Musikundervisnings effekt på børn og unges selvværd

Projekt forskerspire 2022

Sigrid Visti Hemmingsen

FREDERIKSVÆRK GYMNASIUM OG HF
HUMANIORA

Indhold

Indledning.....	2
Formål og problemformulering.....	3
Afgrænsning	4
Metodevalg.....	5
Projektets udførelse og fremgangsmåde	6
Konklusion og perspektivering	8
Tak	8
Literaturliste	9
Bilag	10
Bilag 1: Kvantitativt spørgeskema: Selvværd	10
Bilag 2: Interviewspørgsmål til Stimulated Recall Interviews.....	11
Bilag 3: Mailkorrespondance med Hundested skole.....	12

Indledning

Musikken har mange facetter, og den kan meget mere end de fleste tror. Flere undersøgelser viser, at det at spille musik - både alene og sammen med andre - kan have gavnlig effekt på forhold lige fra hukommelse, koncentrationsevne, sproglig kompetence, motivation, præstation og mentalt velvære.¹ Derfor undrer det mig, at musikfaget ikke fylder mere på skemaet i den danske folkeskole. Med alle disse kendte effekter af det at spille musik, skulle man tro, at det var langt højere prioriteret. Især den sidstnævnte effekt; mentalt velvære, virker interessant i en tid, hvor der bliver mere og mere fokus på netop dette. Den senest offentliggjorte sundhedsprofilundersøgelse gør det klart, at de danske unges mentale helbred bliver dårligere og dårligere², mens en netop udgivet rapport gør det klart, at nærmest hver anden ung i Danmark har oplevet mistrivsel³. I forlængelse af dette ønsker jeg derfor at undersøge, om musikkens kendte effekt på menneskets mentale helbred kan være med til at vende denne udvikling blandt danske unge. Gennem Bogen ”The Power of music”⁴, blev jeg opmærksom på, at de fleste forskningsprojekter, der omhandler musikkens effekt på den menneskelige psyke, er lavet i engelsksprogede lande som USA, England og Canada, hvorimod der sjældent, hvis overhovedet ikke, er lavet lignende undersøgelser herhjemme. Det ser jeg som endnu en faktor, der gør det interessant at undersøge, om de samme resultater vil fremkomme i en dansk kontekst.

¹ Hallam og Hionides: The power of music s. 46, 169, 317, 384, 477 og 549.

² Sundhedsstyrelsen 2022: Danskernes sundhed - den nationale sundhedsprofil 2021. s. 30

³ DR.dk: Hårtab, Angst og Søvnmangel: Højt tempo i samfundet skaber øget mistrivsel blandt unge.

⁴ opslagsværk over alle kendte forskningsresultater inden for musiks påvirkning på mennesket

Formål og problemformulering

WHO definerer mental sundhed som ”en tilstand af trivsel, hvor individet kan udfolde sine evner, kan håndtere dagligdags udfordringer og stress, samt indgå i fællesskaber med andre mennesker”.

Definitionen rummer to hoveddimensioner: - en oplevelses- og funktionsdimension.

Oplevelsesdimensionen handler om at opleve at have det godt med sig selv og sit liv, med faktorer som livsglæde og selvværd i fokus.⁵ Netop denne del af den mentale sundhed er, hvad dette forskningsprojekt vil have fokus på, eftersom jeg specifikt vil se på selvværds betydning for mentalt helbred, og om musikundervisning højner netop selvværdet.

Formålet med mit projekt er at finde ud af, om der i den danske folkeskole blandt udskolings elever vil kunne ses en sammenhæng mellem højere selvværd, sammenlignet med resultaterne fra skolebørns undersøgelsen 2018 for elever i samme aldersgruppe⁶, og det at have musikundervisning. Formålet med mit projekt er således at finde ud af, om musikundervisning er gavnlende for de unges selvværd, da et højt selvværd er en beskyttende faktor mod dårligt mentalt helbred frem i livet⁷, og en forudsætning for et generelt godt og lykkeligt liv⁸. Baggrunden for projektet skal især ses i lyset af den seneste udgivelse af sundhedsprofilen, der viser en markant stigning på 7,4 procentpoint i andelen med en lav score på den mentale helbredsskala fra perioden 2010-2021. Stigningen er særlig udtalt blandt de 16-24-årige, som for begge køns vedkommende er den aldersgruppe, der har den laveste score på helbredsskalaen.⁹ Ved at lave forebyggende selvværdsfremmende indsatser allerede i udskolingen, vil man muligvis (forhåbentligt) kunne bremse stigningen af unge med dårligt selvværd, da et højt selvværd som tidligere nævnt er en beskyttende faktor mod dårligt mentalt helbred.

Jeg går ind til projektet med en hypotese om, at musikundervisning i udskolingen (7., 8., 9. klasse), har en positiv effekt på børnenes/de unges selvværd og selvopfattelse, og at en afledt konsekvens af dette vil være et bedre mentalt helbred gennem resten af livet.

⁵ Sundhedsstyrelsen: Betydning af dårlig mental sundhed for helbred og socialt liv - en analyse af registerdata fra ”Sundhedsprofilen 2010” (udgivet 2017). s. 8

⁶ Uddybes i afgrænsning.

⁷ Sundhedsstyrelsen: Betydning af dårlig mental sundhed for helbred og socialt liv - en analyse af registerdata fra ”Sundhedsprofilen 2010” (udgivet 2017). s. 10

⁸ Oestrich, Irene: Bedre selvværd - 10 trin til at styrke din indre GPS. s. 12

⁹ Sundhedsstyrelsen 2022: Danskernes sundhed - den nationale sundhedsprofil 2021. s. 30

Projektets problemformulering er:

Øger deltagelse i musikundervisning testpersonernes selvværd, både i sammenligning med elever i samme aldersgruppe målt i skolebørns undersøgelsen 2018, og i deres egen bevidsthed?

Afgrænsning

Projektet er afgrænset med henhold til deltagergruppen. Det kunne have været interessant at kigge på udviklingen lige fra skolestart til slut ungdomsuddannelse, for dermed også at inddrage en del af den gruppe der, som skrevet i indledningen, er dem der ifølge den nyeste nationale sundhedsprofil scorer lavest på den mentale helbredsskala¹⁰, men da det er meget omfangsrigt, vælger jeg i dette projekt kun at fokusere på udskolings elever i den danske folkeskole¹¹. Grunden til, at jeg har udvalgt netop denne aldersgruppe er, at det er på dette tidspunkt den obligatoriske musikundervisning stopper og går hen og bliver et valgfag, hvis man ellers er så heldig at gå på en skole, der udbyder det. Det er nemlig kun et begrænset antal af danske folkeskoler, der udbyder musik som valgfag i udskolingen.¹² Derudover viser skolebørns undersøgelsen fra 2018 også, at det er når børn nærmer sig udskolingsalderen, at deres selvværd falder. Det er mest udtalt for pigerne, hvor 65% har et godt selvværd som 11-årige, men kun 49% har det som 15-årige. For drengene er tallene noget mindre, men ikke desto mindre er der et lille fald fra 74% til 71% i de samme aldersgrupper.¹³

Når jeg i projektet ser på, om gruppen af elever, der får musikundervisning, har et højere selvværd end hvad gennemsnittet for alle elever målt i skolebørns undersøgelsen 2018 har, kunne man også argumentere for, at det ville være nærliggende at have en kontrolgruppe, som ikke modtager musikundervisning. Dog vælger jeg ikke at inddrage en sådan, da der så snart man sammenligner en gruppe med en kontrolgruppe, ikke ville kunne se bort fra en masse andre faktorer, så som socioøkonomisk baggrund, forældres uddannelsesniveau, trivsel i øvrigt, etc. Ikke at have en kontrolgruppe er altså i denne sammenhæng med til at gøre det lettere at holde fokus på musikundervisningen.

¹⁰ De 16-24-årige

¹¹ Dermed hverken privat- eller friskoler.

¹² Holgersen og Holst: Musikfaget i undervisning og uddannelse - status og perspektiv 2020. s. 53

¹³ Statens institut for folkesundhed - Skolebørnsundersøgelsen 2018. s. 54

Jeg vælger at tage afsæt i at kunne udføre projektet på Hundested skole i Halsnæs kommune, da denne skole udbyder musik fra 7-9. klasse. Dermed bliver projektet mere udførbart da det vil være muligt at følge elever, der har musik uden at skulle budgettere med løn til mulige lærere udefra eller at rykke rundt på elevernes eksisterende skemaer. Dette er med til at give mere fokus på den reelle forskningsopgave.

Metodevalg

I projektet vil jeg anvende både den kvalitative og kvantitative metode til at få svar på min problemformulering. Projektet skal altså udføres via *mix methods*, da det vil nuancere mine testresultater mest muligt, og altså ikke blot vil give mig tal på elevernes selvværd, der kan bruges til at sammenligne, men også data, der vil kunne bruges til måske at forstå, hvorfor netop denne gruppes selvværd er anderledes end gennemsnittets - forudsat at min hypotese bekræftes, selvfølgelig. Dette kan selvfølgelig gøre testresultaterne mere diffuse¹⁴, men da jeg både ønsker at kunne sammenligne resultaterne direkte med skolebørns undersøgelsen fra 2018, og at få en dybere forståelse for baggrunden af de kvantitative resultater som beskrevet før, ser jeg det som en nødvendighed at blande de to metoder. De kvantitative data kommer fra et spørgeskema om selvværd udformet på samme måde som spørgsmålene i selvværds-kategorien i skolebørnsundersøgelsen¹⁵, mens de kvalitative data kommer fra metoden ”stimulated recall interviews” (SRI). Dette er en metode, der via videooptagelser af musikundervisningen gør det muligt for de deltagende elever at se sig selv udføre musik udefra, og reflektere over deres følelser under og efter aktiviteten via dertil designede interviewspørgsmål.¹⁶ SRI kan have den ulempe, at deltagerne tænker for meget over deres svar, når de udsættes for interview efter at have set videoerne, eller undlader/glemmer vigtige detaljer. Derudover kan metoden også have den ulempe, at folk optræder eller oplever undervisningen en smule anderledes end normalt, grundet tilstedeværelsen af videokamera i lokalet.¹⁷ Dette forsøges mindsket ved at køre en såkaldt ”dry

¹⁴ Bryman: Integrating qualitative and quantitative data: How is it done? S. 111

¹⁵ Jeg vælger ikke at lave om i spørgsmålene eller måden de definerer et godt selvværd på, da det ellers ikke vil være muligt at sammenligne resultaterne direkte.

¹⁶ Nguyen, Mcfadden, Tangen og Beutel: Stimulated recall interviews in qualitative research. S. 1

¹⁷ IBID s. 4-5

run” inden projektets start, hvor optagelses- og interviewdelen køres igennem en enkelt gang, så deltagerne er bedst muligt forberedte på og bekendte med, hvad der skal ske.¹⁸

Projektets udførelse og fremgangsmåde

Projektet starter optimalt set allerede når eleverne går i 5. klasse, da min undersøgelse ellers ikke bliver fuldstændig sammenlignelig med skolebørnsundersøgelsen, der viser børnenes udvikling i selvværd fra de er 11 til 15 år. Her vil alle elever blive bedt om at svare på det kvantitative spørgeskema om deres selvværd¹⁹, da størstedelen nok ikke på dette tidspunkt ved, om de vælger musik i 7. klasse. Besvarelserne fra de elever, der ikke gør, vil udgå af projektet²⁰. Det egentlige projekt med SRI'erne begynder først, når eleverne går i udskoling, da det først er herefter, de kan have ønsket musik som valgfag. For at interview-delen i mine SRI'er ikke kommer til at tage for lang tid, udvælges 6 elever, der er sikre på, at de gerne vil fortsætte med at have musik helt op til 9. klasse.²¹ Jeg tager i min tidsramme udgangspunkt i at kunne begynde med årgangen, der starter i 5. klasse i sommeren 2023.

Før projektets egentlige start i 7. klasse udføres det såkaldte ”dry run” først på skoleåret²². Her forklarer jeg både elever og lærere om, hvad SRI går ud på, og udfører det derefter en enkelt gang. Dette gøres både for at eleverne lærer processen at kende, men også for at jeg lærer, hvordan kameraet er bedst muligt opsat i klasselokalet, samt sikre at jeg lærer kameraet at kende, så der undgås tekniske problemer når forløbet for alvor går i gang.²³

Fremgangsmåde for SRI:

Selve SRI:

- 1) Et videokamera opstilles i undervisningslokalet inden undervisningens start, og er tændt gennem hele lektionen.

¹⁸ IBID s. 4-5

¹⁹ Se bilag 2

²⁰ Da jeg ikke ønsker en kontrolgruppe. Se afgrænsning.

²¹ På Hundested skole kan elever med musik som valgfag vælge om de vil afslutte det med en eksamen efter 8. klasse, eller fortsætte med at have musik som valgfag i 9. klasse. Se bilag 3.

²² Aftales efter hvad der passer den pågældende musiklærer.

²³ Nguyen, Mcfadden, Tangen og Beutel: Stimulated recall interviews in qualitative research. S. 4. Disse interviewbesvarelser vil ikke indgå i det endelige datamateriale, men skal blot fungere som forberedelse.

- 2) Jeg ser videoerne igennem og sorterer dem for relevant og irrelevant materiale, da eleverne kun skal interviewes ud fra de relevante dele af optagelsen.²⁴
- 3) De 6 elever ser enkeltvis de udvalgte optagelser igennem sammen med mig, hvorefter de interviewes.²⁵
- 4) Trin 1-3 gentages hvert halve år gennem 7-9 klasse, og de 6 interviews for hver enkelt elev kigges igennem og analyseres for at se udviklingen eller mangel på denne i deres besvarelser.

Tidsramme:

År	SRI Efter 1. halvår	SRI Efter 2. halvår	Besvarelse af kvalitativt spørgeskema	Klassetrin
2023/2024			X	5.
2024/2025				6.
2025/2026	(dry run)			7.
	X	X	X	
2026/2027	X	X	X	8.
2028/2029	X	X	X	9.

Budget:

Canon XA40 Videokamera til at udføre SRI	12.685 kr
Kamerastativ	330 kr.
Gaver til skoleledelse og musiklærer	1500 kr.
Transport fra Frederiksværk til Hundested 8 X	320 kr.
Løn til studentermedhjælper til transskribering af de 36 interviews. 1 time pr. interview á 120 kr.	4320 kr.
Udgifter i alt	19.155 kr.

Resterende beløb bliver enten i overskud, eller kan benyttes på uforudsete udgifter.

²⁴ Det relevante i denne sammenhæng er den tid i undervisningen, hvor eleverne rent praktisk får lov til at spille musik.

²⁵ Se bilag 1.

Konklusion og perspektivering

Jeg forventer, at forsøget bekræfter min hypotese om, at elever, der modtager musikundervisning har et højere selvværd end det målte gennemsnit fra skolebørns undersøgelsen i 2018. Hvis denne forventning opfyldes, vil forsøget kunne være med til at åbne for endnu en mulig vej til at bekæmpe den stigende mistrivsel blandt unge, og være et middel til at fremme bedre mentalt velvære både blandt unge og ind i voksenlivet. Forsøget vil i høj grad kunne udvides til fx at kunne inddrage komparative studier af skoler, der ikke som udgangspunkt udbyder musik, og skoler der har musik som en del af deres værdigrundlag og identitet²⁶. Projektet vil i høj grad kunne være med til at belyse vigtigheden af musikfaget i den danske folkeskole, og kan være med til at danne grobund for et muligvis endnu større fokus på musiks gavnlige egenskaber som et middel i det danske undervisningssystem, vel vidende, at det vil forudsætte flere uddannede musiklærere i den danske folkeskole²⁷.

Tak

Mange tak til min forskerkontakt Ane Qvortrup Professor og Ph.D på institut for Kulturvidenskaber, center for gymnasieforskning og uddannelsesvidenskab SDU, for gode råd, vejledning, sparring og materialer. Dernæst vil jeg gerne takke forskerspirekoordinator på Frederiksværk gymnasium og HF, lektor Lisbeth Haulrig Bertelsen for vejledning og hjælp til projektet.

²⁶ Fx skoler som Sankt Annæ

²⁷ Holgersen og Holst: Musikfaget i undervisning og uddannelse - status og perspektiv 2020. S. 52

Literaturliste

Beutel, D., Tangen, D., McFadden, A. & Nguyen, N.T. (2013). *Video-Stimulated Recall Interviews in qualitative research*. Australian Association for Research in Education.

Brymann, A. (2006). *Integrating quantitative and qualitative research: how is it done?*. SAGE publications.

Christensen, A.L., Davidsen, M., Kroushed, V. & Juul, K. (2016). *Betydningen af dårlig mental sundhed for helbred og socialt liv: - En analyse af registerdata fra sundhedsprofilen 2010*. Sundhedsstyrelsen.

Hallam, S. & Himonides, E. (2022). *The Power of Music: An Exploration of the Evidence*. Open Book Publishers. <https://doi.org/10.11647/OBP.0292>

Holst, F. & Holgersen, S.E. (2020). *Musikfaget i undervisning og uddannelse: Status og perspektiv 2020*. Århus universitet (dpu).

Holst, F. (2017, Oktober). *Kortlægning af forskning i effekten af børn og unges møde med kunst*. Statens kunstfond.

Jensen, H.A.R., Davidsen, M., Møller, S.R. & Román, J.E. (2022). *Danskernes Sundhed: Den nationale sundhedsrapport 2021*. Sundhedsstyrelsen.

Oestrich, Irene (2013). *Bedre selvværd: 10 trin til at styrke din indre GPS*. Politikens forlag.

Rasmussen, M., Kierkegaard, L. & Rosenwein, S.V. (2019). *Skolebørnsundersøgelsen 2018: Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13-, og 15-årige skoleelever i Danmark*.

Ejbye Ernst, A., Würtz, J., Lakmann, C., Andersen Nielsen, S. & Sørensen, L.M. (s.d.). *Hårtab, Angst og søvn-mangel: Højt tempo i samfundet skaber øget mistrivsel blandt unge*. DR.dk. Lokaliseret den 9. oktober 2022 på <https://www.dr.dk/nyheder/politik/folketingsvalg/haartab-angst-og-soevnmangel-hoejt-tempo-i-samfundet-skaber-oeget>

Bilag

Bilag 1: Kvantitativt spørgeskema: Selvværd²⁸

Sæt X	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig
"Jeg synes godt om mig selv"					
"Jeg er god nok som jeg er"					
"Andre på min alder kan godt lide mig"					

²⁸ I skolebørnsundersøgelsen defineres det at man opfatter det som "et godt selvværd", hvis eleverne svarer enten enig eller helt enig på alle 3 spørgsmål.

Bilag 2: Interviewspørgsmål til Stimulated Recall Interviews

Hvilke tanker havde du inden i gik i gang med at spille?

Hvad følte du på netop dette tidspunkt da du sad og spillede? Nervøs, glad, stolt etc.

På hvilken måde vil du mene at musikudførelsen har indflydelse på din generelle følelse af at være behøvet og værdsat af de andre? (andre = eleverne der medvirker i musikundervisningen)

Ændrede musikundervisningen dit humør på den pågældende dag, og hvis ja, på hvilken måde?

Får det at gense disse videoer dig til at blive stolt af dig selv, og i så fald hvorfor tror du?

Hvordan vil du karakterisere musikundervisningen som værdifuld ift. Din generelle glæde og velvære?

Bilag 3: Mailkorrespondance med Hundested skole



Hundested Skole <hundestedskole@halsnaes.dk>



Til: ○ Sigrid Visti Hemmingsen

Ons 05-10-2022 10:40

Hej Sigrid

På Hundested Skole kan udskolings elever vælge musik som valgfag. Valgfaget i 7.-8. klasse er et eksamensfag som selvsagt afsluttes i 8. klasse. På 9. årgang kan eleverne vælge Musik, Film eller Idræt som valgfag. Du må godt nævne Hundested Skole i dit projekt.

Held og lykke med arbejdet.

Venlig hilsen

Annette Bæk Nielsen
Skolesekretær

Direkte 47 97 16 01 · anbn@halsnaes.dk**Børn Unge og Læring · Hundested Skole**

Lerbjergvej 1B · 3390 Hundested · Telefon 47 97 16 00

Halsnæs Kommune · mail@halsnaes.dk · www.halsnaes.dk