

EXAMENSARBETE

*Hösten 2006*

*Lärarytbildningen*

# Fröken, varför skriker delfinen?

En studie av musikens betydelse för barn under vilostunden på en förskola.

**Författare**

Jessica Johansson

Johanna Nilsson

**Handledare**

Michael Eylers

[www.hkr.se](http://www.hkr.se)



# Fröken, varför skriker delfinen?

En studie av musikens betydelse för barn under vilostunden på en förskola.

## **Abstract**

Vår problemprecisering lyder; Hur reagerar barn under deras vilostund på förskolan till olika sorters musik? Finns det någon musik som är mer fördelaktig? Hur används musik under vilostunden på förskolan? Utifrån dessa meningar har vi gjort vår studie för att medvetandegöra musikens användning under vilostunden på en förskola.

Litteraturen behandlar barns behov av vila och hur musik påverkar människan. Där har vi funnit att musik påverkar människor utifrån deras erfarenheter och känslor, även att harmonisk musik är mer fördelaktig till vila.

Vi har intervjuat två förskolepedagoger och gjort sex observationer på barns vilostund på förskolan. Utifrån detta kunde vi se många olika faktorer som påverkar vilostunden. Musiken utgör en bra grund för vila men valet av musik är avgörande. Rätt musik till rätt tillfälle är ett måste för att barnen ska kunna få en avkopplande vilostund med hjälp av musiken.

**Ämnesord:** Musik, vila, avkoppling, barn, förskola.



# INNEHÅLL

Förord .....	7
1. Inledning .....	8
1.2 Bakgrund .....	8
1.3 Syfte .....	9
1.4 Avgränsning .....	9
1.5 Uppsatsens upplägg .....	9
2. Litteraturgenomgång .....	10
2.1 Barns vilostund på förskolan .....	10
2.2 Musiken och människan .....	10
2.3 Musiken och barns vila .....	11
3. Problemprecisering .....	12
4. Empiri .....	13
4.1 Val av metod .....	13
4.2 Val och beskrivning av förskola, observationsgrupp och intervjudeltagare.....	13
4.3 Beskrivning av metod .....	14
4.4 Forskningsetiska ställningstaganden .....	15
4.5 Tillförlitlighet .....	15
5. Resultat/Analys .....	16
5.1 Resultat/Sammanfattning intervju 1.....	16
5.1.1 Resultat Ann .....	16
5.1.2 Resultat Bea .....	17
5.1.3 Sammanfattning intervju 1 .....	17
5.2 Resultat/Sammanfattning Observationer .....	17
5.2.1 Resultat Enya, Ann .....	17
5.2.2 Resultat Enya, Bea .....	18
5.2.3 Sammanfattning Enya .....	18
5.2.4 Resultat Kråkradion, Ann .....	18
5.2.5 Resultat Kråkradion, Bea .....	19
5.2.6 Sammanfattning Kråkradion .....	19
5.2.7 Resultat Delfinsång, Ann .....	19

5.2.8 Resultat Delfinsång, Bea .....	20
5.2.9 Sammanfattning Delfinsång .....	20
5.3 Resultat/Sammanfattning Intervju 2 .....	20
5.3.1 Resultat Intervju 2, Ann .....	20
5.3.2 Resultat Intervju 2, Bea .....	21
5.3.3 Sammanfattning intervju 2 .....	21
5.4 Sammanfattning av samtliga resultat .....	21
6. Diskussion .....	23

Sammanfattning

Referensförteckning

Bilaga

1. Underlag till intervju 1:
2. Underlag till intervju 2:
3. Medgivande från vårdnadshavare
4. Exempel på observationstranskribering

## Förord

Vi som är författare till denna uppsats heter Jessica Johansson, 25 år och Johanna Nilsson, 26 år. Båda kommer från Blekinge men Jessica är numera bosatt i Skåne. Tillsammans har vi gått lärarutbildningen med inriktning *Lek, utveckling, lärande*, så också specialisering musik 10 poäng.

Vi vill skänka ett stort tack barnen och personalen på förskolan där vi genomfört vår undersökning, utan Er positiva medverkan hade vårt arbete varit mycket tyngre att ro i land. Vi vill även tacka till vår handledare Michael Eylers, som gett oss stöd, uppmuntran med inspirerande och utmanande idéer under processens gång.

Tiden har varit spännande, utmanande och berikande på många sätt. Det har funnits både med- och motgångar längs vägen, men det är trots allt medgångarna vi minns.

Till sist vi vill ge stora kramar och tack till, Marcus och Daniel, för att ni finns!

Du ligger på din madrass på golvet, gardinerna är fördragna och endast en liten ljuskälla hjälper dig se din omgivning. Runtomkring ligger dina kamrater och ur stereon strömmar musik. Det är tid för din vilostund efter lunch på din förskola...

# 1. Inledning

## 1.2 Bakgrund

Många barn kommer tidigt på morgonen till förskolan och hämtas inte förrän sent på eftermiddagen. Detta är långa dagar för ett litet barn och vilostund är därmed viktig för att barnen ska orka med det resterande av dagen. Krav på en väl avvägd dagsrytm för barnen finns uttryckt i Lpfö98 (Skolverket, 2005).

Efter att vi varit ute på Verksamhetsförlagd undervisning (Vfu) har vi sett hur vilostunden på förskolor kan vara svår för barnen att koppla av på. Miljön där barnen vilar är ofta densamma som de vistas i under hela dagen, vid lek, lunch och vilostund, med undantag från utlagda madrasser på golvet och fördragna gardiner. Ibland används tända ljus för att skapa en avslappnande stämning och med hjälp av massage, musik eller en saga görs försök att få barnen att koppla av och få en lugn stund under den annars så händelserika dagen. För att motverka stress bland barn har vi sett hur en del förskolor har särskilt inredda vilo- och sinnenrum, dessa används för lugna aktiviteter som vila och förtroliga samtal.

Vi har även sett under våra Vfu-perioder vilken påverkan pedagogen har på barnens vilostund. Beroende på vilken förskolepedagog som är närvarande under vilan, har vi sett skillnad i hur barnen agerar. Med **en** förskolepedagog kan barnen verka lugna och trygga och med nästa finner de ingen ro.

Hur människan prioriterar vila framför aktivitet har förändrats med tiden menar Uvnäs & Moberg (2000). På senare tid lägger människor större vikt vid aktivitet än vila, dock behövs vila för att både undvika sjukdom och finna livet intressant och kul. Att ha jämvikt mellan vila och stress är otroligt viktigt för att vi inte ska bli skadade av stressen, menar Uvnäs (Uvnäs, Moberg K, 2000).

Efter att vi sett hur mycket som spelar in i barns vila på förskolan var vi tvungna att precisera vad det var vi ville titta på och få fram. På grund av vårt starka intresse för musik och att hörseln är starkare förknippad med känslor än synen, vilket Storr (1992) upplyser oss om, söker vi efter musiken som ett redskap för avkoppling, när barn ska vila på förskolan.



### **1.3 Syfte**

Med studien vill vi medvetandegöra användningen av musik under vilostunden på förskolan.

### **1.4 Avgränsning**

Information har sökts inom musik, vila, avslappning, och stress. Studien kommer att fokusera på musikens inverkan och användningsområde på barn, tre till fem år, under deras vilostund på förskolan. För att avgränsningen ska vara så snäv som möjligt till musikens användning läggs ingen vikt vid t ex miljö och andra sinnesintryck som påverkar barnens vila.

### **1.5 Uppsatsens upplägg**

Ovan har presenterats en bakgrundsbild av forskningsområdet. I litteraturgenomgången kommer vidare att inriktas på *barns vilostund på förskolan, musiken och människan, och musiken och barns vila*. Utifrån detta kommer problemformuleringen att preciseras och ligga till grund för undersökningen på fältet. I studien redovisas resultatet utav fyra intervjuer med två pedagoger på en förskola och sex observationer på samma förskola. Dessa resultat kommer sedan att analyseras. Efter detta diskuteras kopplingen mellan den behandlade litteraturen och analyserna och till sist sammanfattas huvuddragen i uppsatsen.

## 2. Litteraturgenomgång

### 2.1 Barns vilostund på förskolan

Följande citat ur Läroplan för förskolan, 1998 (Lpfö98) pekar på förskolans ansvar vad gäller att ge barnen en ärlig chans att koppla av. ”Förskolan skall erbjuda barnen en i förhållande till deras ålder och vistelsetid väl avvägd dagsrytm och miljö. Såväl omvårdnad och omsorg som vila och andra aktiviteter skall vägas samman på ett balanserat sätt” (Skolverket, 2005:7).

Hur dagens olika rutinsituationer på förskolan ser ut och däribland vilan, tar Niss (2006) upp. Vilan beskrivs som en lugn stund där barnen ska ges kraft att orka med det resterande av dagen. Vid vilan är det viktigt att minst en vuxen är närvarande menar Niss, så att barnen får den närhet och trygghet de behöver genom kontakten med pedagogen. Niss lägger störst tyngdpunkt på massage och beröring och nämner musik vid ett tillfälle och specificerar då endast med ”lugn” musik (Niss & Söderstam, 2006).

### 2.2 Musiken och människan

Att det gjorts förhållandevis lite forskning inom musik i litteratur som behandlar känslor, menar författarna Sloboda & Juslin (2001). Författarna frågar sig om andra forskare inte förstått vikten av musik i människans vardag (s.81). Det kan vara svårt att studera känslor i samband med musik, problemet ligger i att människor är olika och reagerar därmed olika på musik de lyssnar till (Sloboda & Juslin, 2001:82). Hur vi upplever musik skiljer sig från person till person och mellan olika stilar av musik menar även Haglund & Löfberg (1996). Till viss musik känner vi starkt hur vi blir berörda, medan annan musik mer eller mindre lämnar oss oberörda. Oavsett vad vi känner för musiken ska vi vara medvetna om att den känslan är individuell och därmed okej betonar Haglund & Löfberg. (Haglund & Löfberg, 1996) Som Sundin uttrycker det; ”Barn tycker om viss musik, är likgiltig för annan, tycker illa om en tredje typ” (Sundin, 2001:62).

Musik är otroligt viktig för många människor, och att den är sammanlänkad med våra känslor beror på våra tidigare erfarenheter och upplevelser. *Anthony Storr* (1992) talar om hur blodtrycket ökar, hjärtat slår snabbare och muskler spänns då man känner starkt för viss musik. Detta kan medföra att det kan vara svårt att koppla av. ”Music is said to soothe the savage breast, but it may also powerfully excite it” (s.26). Även om den som skrivit musiken

har en tanke och en viss känsla förknippad med sin musik behöver lyssnaren inte förknippa denna musik med samma känsla (Storr, 1992).

Sundin talar om hur små barn reagerar på musik. ”Musik tycks verka lugnande och sömngivande [...]” (s.53). Detta gäller för det lilla barnet, men efterhand som de blir äldre gör musiken att barnen lyssnar och blir mer uppmärksamma på vad som spelas. Även det lilla barnet rör sig rytmiskt till musik, rörelserna blir dock mer kraftfulla och fler då barnet närmar sig två år. Rörelser i samband med att barn lyssnar till musik kan yttra sig i hela kroppen. De visar även delaktighet genom att imitera ljudligt. Men; ”Tycker det inte om den slutar det att lyssna, tycker det om den lyssnar det med ökad uppmärksamhet” (Sundin, 2001:62-63).

Yttre effekter som musik kan påverka människans kropp till rent instinktiva rörelser. Men musik uppmuntrar även till planerade rörelser kopplade till musiken (DeNora, 2000). ”Musik och rörelse är en enhet för barn. Musik sätter igång rörelser hos barn: de dansar, hoppar, springer, vagnar etc” (Sundin, 2001:76). Detta kan ses som en ”motorisk lyssnarteknik” (s.68). Det finns flera olika sätt att lyssna på musik. Man kan lyssna utan engagemang för musiken och bara låta den finnas som en ”klangkuliss” (s.68). Genom ”klangberusning” (s.68) associerar lyssnaren sina känslor och minnen till musiken. Med ”hantverkslyssnande” (s.68) menas att man analyserar musiken opersonligt (Sundin, 2001).

### **2.3 Musiken och barns vila**

Barn känner inte känslor på samma sätt som vuxna. Från fostret som bara känner känslan av fort eller långsamt stegrar vår förmåga att mer i detalj bli medvetna om vad vi känner (Haglund & Löfberg, 1996). Genom fostervattnets resonans blir barnets hjärtrytm lugnare när mamman sjunger eller det spelas musik. Även efter det att barnet är fött kan musik och för barnet kända ljud verka lugnande (Arnér & Sandén, 1978). ”- Sjung för ditt ofödda barn!” (Björkvold, 2005:21), uppmanade John Lind, professor i gynekologi, blivande föräldrar att göra för att kommunicera med sitt ofödda barn och ge den blivande mamman en välbalanserad graviditet. ”Här läggs grunden för den nya individens psykiska hälsa ur ett livslångt utvecklingsperspektiv” (Björkvold, 2005:21).

Vilken typ av musik barn tycker om eller kommer att tycka om kan man inte veta. Däremot att barn blir lugna av harmonisk musik och oroliga av disharmonisk visar undersökningar av barnpsykiatriern Kagan (Stressforskningsrapport, 2001). Även försöket att låta barn sova

med en nalle med inspelade hjärtljud visar sig lugnande för barn då detta påminner om de olika ljud barn hör redan som foster i mammans mage (Stressforskningsrapport, 2001:82). Barnets igenkännande av moderns röst och andra ljud som andning och hjärtrytm, är av stor vikt för dess trygghetskänsla (Björkvold, 2005).

Solin har skapat en metod för avslappning och vila på förskolan. Metoden innehåller program där hon använder musiken mycket medvetet. Musiken är densamma i alla program, för att följer man dessa program kan barnen enligt Solin, efter regelbunden användning, förknippa musiken så starkt med vila att de kopplar av endast genom att höra musiken. Samma författare menar att lugn och monoton musik är mest fördelaktig under barns vilostund (Solin, 1992).

Sandberg och Åkerblom gjorde åtta intervjuer med förskolepedagoger på förskolor med olika utformningar på sina vilostunder. I intervjuerna framkommer det tydliga skillnader mellan vad som anses viktigt enligt förskolepedagogerna. En förskolepedagog menar att musiken är halva vilan och att de lägger väldigt stor vikt vid valet av musik för att skapa lugn och trygghet för barnen, medan en annan förskolepedagog menar att det inte ska vara någon musik eller andra sinnesintryck i rummet för att det stör barnen då de ska sova. En förskolepedagog medgav att de aldrig ens tänkt på att använda sig av musik under vilan (Sandberg & Åkerblom, 2000).

En av de huvudsakliga faktorerna som påverkar barnens vila på förskolan är miljön. I en studie av Asp tas naturens inverkan på lugn upp. Det man ser, doftar, känner och hör påverkar vår förmåga att koppla av. *Skönhet* och *trevnad* nämns som viktiga ingredienser för att skapa inre ro (Asp, 2002). Vila menar författaren är att sitta eller ligga och lyssna på avslappningsprogram eller musik samtidigt som man blundar. Behovet av att vila tycks vara mindre idag än tidigare. Vilan ges mindre tid allteftersom uppgifterna blir fler. ”Efter vila är det möjligt att gå vidare som en mer hel människa med kropp, tanke och känsla i harmoni” (Asp, 2002:171).

### 3. Problemprecisering

Hur reagerar barn under deras vilostund på förskolan till olika sorters musik? Finns det någon musik som är mer fördelaktig? Hur används musik under vilostunden på förskolan?

## 4. Empiri

### 4.1 Val av metod

För att få så innehållsrik data som möjligt använder vi oss av ”triangulering”, då vi både använder oss av intervjuer och observationer. Vi använder oss av kvalitativa intervjuer med en låg grad av strukturering. Anledningen till att vi använder oss av kvalitativa intervjuer är att få en personlig prägel på svaren som hjälper oss att se hur just denna pedagog använder musik på vilan. Vi har en låg grad av strukturering när vi ställer våra frågor för att pedagogen ska låtas ge fylliga och innehållsrika svar. (Se bilaga 1&2) Intervjudeltagarna skulle inte känna sig låsta till att svara på en specifik fråga utan ges utrymme att formulera sina tankar. Intervjuerna spelas in på band för att sedan transkriberas och analyseras (Patel & Davidsson, 2003).

Då det bland annat är reaktioner hos barn i en viss situation som är relevant att undersöka, använder vi oss även av observationer, som komplement till intervjuerna. Vi söker efter skillnader och mönster i hur barnen uppträder och registrerar deras beteende när de hör den spelade musiken från stereon genom att vi filmar observationerna. På så vis kan vi gå tillbaka och reflektera med hjälp av filmen (Patel & Davidsson, 2003).

Valet att intervjua endast förskolepedagogerna och sedan observera både barnen och förskolepedagogerna är grundat i svårigheterna att intervjua barn utan läs- och skrivfärdigheter. Ska barn uttrycka känslor kan vi vuxna inte säkert veta att de har samma förståelse och innebörd av uttrycken som vi (Sundin, 1979).

### 4.2 Val och beskrivning av förskola, observationsgrupp och intervjudeltagare

Vi valde en förskola som använder sig av musik under vilostunden. Vi har inriktat oss på åldersgruppen tre till fem år för att de är vana vid att det spelas olika typer av musik under vilostunden på förskolan. Intervjudeltagarna på förskolan valdes efter intresse och tillgänglighet.

Förskolan vi genomför studien på är en kommunal förskola, belägen i utkanten av en mindre stad. På förskolan finns en avdelning med fyra pedagoger och 13 barn i åldern ett till fem. Två av pedagogerna är barnskötare och två är förskollärare.

Observationsgruppen är nio barn, varav två flickor och sju pojkar, i åldrarna tre till fem. Antalet barn per observation är inte konstant men skiljer inte heller markant.

Intervjudeltagare 1 är en kvinna på 41 år som arbetat som barnskötare i 21 år och som förskollärare i 2 år. På denna förskola har hon jobbat i 6 år. Vidare kommer intervjudeltagare 1 att benämnas som Ann.

Intervjudeltagare 2 är en kvinna på 48 år som arbetat som barnskötare i 22 år. På denna förskola har hon jobbat i 12 år. Vidare kommer intervjudeltagare 2 att benämnas som Bea.

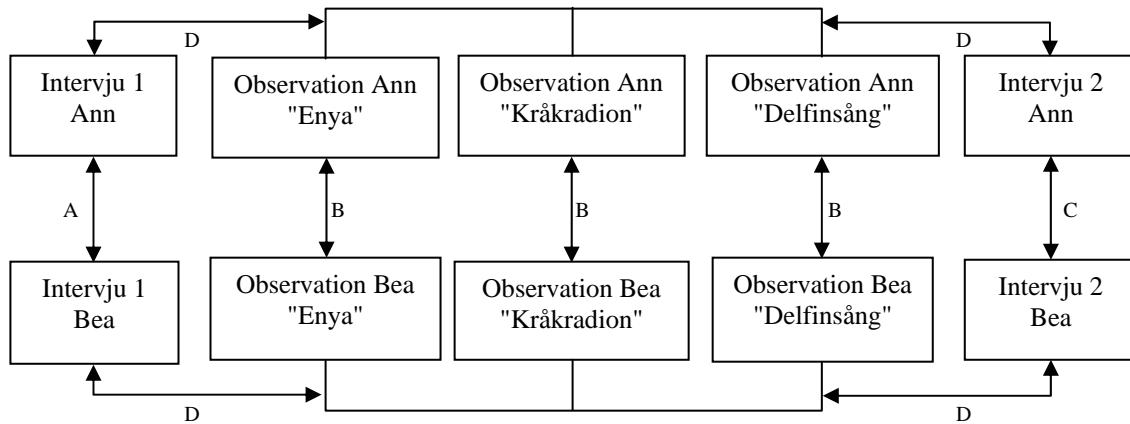
### **4.3 Beskrivning av metod**

För att få en uppfattning om hur musiken vanligtvis används under vilostunden på förskolan som vi genomförde studien på, gjordes intervjuer med två av pedagogerna, två intervjuer vardera, uppdelade en innan och en efter observationerna. Vi presenterade vårt syfte, problemprecisering och intervjufrågorna. Vi lät pedagogen prata fritt kring frågorna och ställde även följdfrågor till deras svar. Här ställde vi frågor som hjälpte oss att få en bild av hur musiken normalt brukas av pedagogerna på vilostunden och hur deras syn på musikens påverkan är. Detta för att kunna jämföra observationerna och ha en grund att relatera till när vi observerar.

Vidare gjorde vi observationer på förskolan under sex vilostunder där de två intervjuade pedagogerna håller i tre vilostunder vardera. Pedagogernas tre vilostunder skiljde sig åt på så sätt att pedagogerna spelade en musiksaga, en lugn skiva med Enya och en lugn skiva med delfinsång var. Detta var musik vald ur intervjuerna som barnen därmed är vana vid. Vi använde musik som barnen vanligtvis får spelat för sig under vilostunden, då vi ville att så lite som möjligt skulle skilja sig från deras dagliga situation. Hur barnen var placerade i rummet och andra miljöfaktorer försökte vi så långt det gick att hålla intakta för att kunna jämföra skillnaderna och eventuella mönster som musiken bidrar till. Som observatörer var vi inte aktivt deltagande under vilostunden, men befann oss i rummet och förde anteckningar och skötte videokameran. Innan vilostunden blev barnen och deras vårdnadshavare informerade om att vi skulle närvara och att vilostunden skulle filmas.

Vi letade efter mönster mellan hur de båda pedagogerna uppfattade musikens påverkan innan observationerna blev gjorda (pil A), vilostunderna med samma musik (pilar B), mönster

mellan intervjuerna efter observationerna blev gjorda (pil C) och mönster mellan intervjuerna och observationerna (pilar D).



Figuren visar att vi först intervjuade 2 pedagoger som höll i 3 vilostunder vardera med olika musik, därefter intervjuades pedagogerna igen. Vi gjorde ett urval av vad som var vanlig förekommande musik under förskolans vilostunder och valde att undersöka detta på en specifik grupp barn för att se skillnaden i musiken, inte miljön. Det var efter de första intervjuerna som vi valde musiken som skulle jämföras.

#### 4.4 Forskningsetiska ställningstaganden

Information om frivillighet och innehåll i undersökningen delges alla undersökningens deltagare. Då det i vår studie ingår barn under 15 år har vi vänt oss till vårdnadshavare för samtycke. Insamlad data förvaras så att obehöriga ej har tillgång (Vetenskapsrådet, 2002).

#### 4.5 Tillförlitlighet

Hur den här barngruppen yttrar avkoppling, avspeglas i vårt sätt att redovisa observationerna, med stöd från intervjuerna. Att vi som observatörer var närvarande i rummet där barnen vilade, ansåg intervjudeltagarna vara av betydelse för barnens agerande.

## 5. Resultat/Analys

Vi analyserar intervjuerna och observationerna i förhållande till vad som är relevant utifrån vår problemprecisering. Hur reagerar barn under deras vilostund på förskolan till olika sorters musik? Finns det någon musik som är mer fördelaktig? Hur används musik under vilostunden på förskolan?

### 5.1 Resultat/Sammanfattning intervju 1

#### 5.1.1 Resultat Ann

Ann menar att vilken sorts musik som är bäst att använda på vilan beror till stor del på vilka barn som är på vilan den dagen, och hon använder även sagor. En del barn har dock svårt att koncentrera sig en längre tid på en saga. Detta kan generera en stökig vila då barnen inte orkar lyssna, utan lägger sin koncentration på omgivningen. Barnen behöver då lyssna på musik för att detta kräver mindre av deras koncentration. Ann märker när hon skiftar från saga till musik att det blir tyst i gruppen, och barnen återfår sin koncentration. Det är bra med omväxlande vilostunder för barnen.

Om barnen har haft en krävande dag är det bra att börja med harmonisk musik. När Ann använder sig av harmonisk musik menar hon att det märks att det varvas ner. Men hon är medveten om att valet av denna musik inte är lätt. ”- Det ska vara väl utvalda låtar som är i harmoni med hjärtrytmen, så man känner att det är behagligt att lyssna på det” (Ann). Ann menar vidare att det inte får komma några plötsliga överraskningar i musiken som en häftig fanfar, vilket rubbar barnens avkoppling.

Man kan vila på flera sätt menar Ann. Att lyssna på till exempel Kråkradion inbjuder till rörelse och är medryckande för barnen, vilket gör att man inte kan kräva av barnen att de ska ligga still. ”- Man kan ju faktiskt vila ändå, fastän man sjunger med i sångerna” (Ann). Så länge barnen är koncentrerade på vad som händer på skivan och lyssnar till när Kråkan pratar, gör det inget om de deltar aktivt med sång och rörelse i musiken.

Barn är ofta medvetna om vilka uttalade regler som gäller till vilken sorts musik som spelas, menar Ann. Hon menar att det är acceptabelt att till Kråkradion eller liknande musik vara delaktig, men att det inte är okej att härma delfinljuden i Delfinsång. Ann är dock medveten



om att det inte alltid blir som man tänkt sig. Harmonisk musik är inte lika med harmoniska barn. ”- Men man kan skapa rätt så bra förutsättningar” (Ann).

### **5.1.2 Resultat Bea**

Att barnen gärna sjunger med då de känner till musiken och är fysiskt aktiva, kan Bea se då hon använder livlig musik. Detta ser Bea inget problem med utan försöker få barnen att stegvis koppla av genom att efter livlig musik spela lugn musik. ”- Jag tror att de blir lugnare av lugn musik” (Bea). Bea kan se att barnen kopplar av dels genom att det inte pågår någon fysisk aktivitet, dels att när hon ligger bredvid dem kan hon känna att de är avslappnade.

Att vilostunden är viktig och att man kan hjälpa barnen att koppla av med hjälp av musiken som spelas på vilostunden, tror Bea. Hon menar att med barnens långa dagar är det viktigt att de får vila. Att musiken har stor inverkan beskriver hon genom att exemplifiera hur barnen ”blir” delfiner, med rörelser och ljud, till Delfinsång och hur de ”börjar marschera som soldater” till plötsliga ljud i klassisk musik. Däremot menar Bea att musik som Enya som har färre skiftningar i melodin kan vara mer fördelaktig om barnen behöver mer avkoppling.

### **5.1.3 Sammanfattning intervju 1**

Intervjuerna tyder på att man kan utgöra en bra grund för barnens betydelsefulla vila med valet av musik. Men valet är inte lätt menar Ann, och det finns inga garantier att barnen reagerar som man tänkt sig till en viss sorts musik. Båda förskolepedagogerna är överens om att de avgörande faktorerna är många, bland annat vilka barn som är på vilostunden och hur deras dag varit hittills. Är valet av musik inte rätt anpassad till barnen och de därmed inte lyssnar till den, kan detta yttra sig i en orolig vilostund.

Musik som är i harmoni med hjärtrytmen hjälper barnen att koppla av. Plötsliga ljud i den spelade musiken kan störa barnens avkoppling, på så sätt att de reagerar oroligt med ljud och rörelser. Men Ann och Bea menar att till viss musik är det tillåtet för barnen att delta med ljud och rörelser, kopplade till den spelade musiken. Barnen är oftast medvetna om vilka uttalade regler som gäller till den spelade musiken.

## **5.2 Resultat/Sammanfattning Observationer**

### **5.2.1 Resultat Enya, Ann**

En bit in i vilostunden blir gruppen orolig. Ann sänker musikens volym vilket bidrar till att även gruppens volym sänks. Mellan låtarna råder oro i gruppen, vilket yttras genom högre prat och mer rörelse. Vid låtar med tydlig rytm är det mycket rörelse, däremot i låtarna utan tydlig rytm är gruppen mer harmonisk.

Vikten av Anns närvaro yttrar sig då barnen tystnar först då hon lagt sig ner och efter en tillsägelse finner gruppen åter lugn. Mot slutet av vilostunden är gruppen mer orolig och få tycks lyssna på musiken.

### **5.2.2 Resultat Enya, Bea**

Det råder en orolig stämning i början av vilan, vilket Bea försöker lugna genom tysta gester. Då detta inte hjälper sänker hon volymen på musiken, detta verkar dock inte påverka stämningen i gruppen. Bea lägger sig hos pojken som verkar vara orsaken till oron i gruppen, vilket lugnar honom.

Mellan låtarna var det en större oro i gruppen men efter att cirka halva vilan har gått kommer en låt utan tydlig rytm och först då verkar barnen koppla av. Frånsett en pojkes stående dans på madrassen infinner sig mot slutet av vilan ett större lugn.

### **5.2.3 Sammanfattning Enya**

Låtarna utan tydlig rytm verkar lugnande på gruppen, medan de med tydlig rytm bidrar till mer fysisk aktivitet bland barnen. Denna fysiska aktivitet syns även i pausen mellan låtarna, vilket yttrar sig genom högre prat och mer rörelse.

Något som lugnar gruppen i båda dessa vilostunder är pedagogens närvaro, genom tillsägelse och kroppskontakt.

En skillnad mellan dessa vilostunder är att mot slutet av den ena vilostunden var gruppen orolig och vid den andra lugn.

### **5.2.4 Resultat Kråkradion, Ann**

Genom hela vilan råder ett gemensamt lugn. När det spelas musik är barnen med och gör rörelser och sjunger försiktigt. Så fort musiken tystnar och Kråkan börjar prata, tystnar även

barnen och är koncentrerade på vad Kråkan säger. Mot slutet av vilostunden rör sig barnen efterhand mer men verkar fortfarande lyssna koncentrerat på musiken.

### **5.2.5 Resultat Kråkradion, Bea**

Till en början gör barnen försök till att koppla av och är fokuserade på skivan. Barnen deltar aktivt i låten med rörelseuppmaningar genom att klappa och sjunga tyst. Även då Kråkan pratar deltar barnen genom att härma Kråkans röst.

Ju längre skivan spelats desto kraftigare blir barnens deltagande, även när det är Kråkan som pratar och det inte spelas någon musik. Bea försöker lugna gruppen vilket till en början ger resultat. Men efter en stund har stämningen åter trissats upp och lugnet återfinns inte igen.

### **5.2.6 Sammanfattning Kråkradion**

Dessa två vilostunder skiljer sig på flera sätt från varandra. Den ena är genomgående lugn medan den andra endast till en början har en harmonisk stämning.

Det de har gemensamt är att i båda fallen deltar barnen fysiskt i musikens rörelseuppmaningar. Dock yttrar sig denna delaktighet på olika sätt. Även om gruppen är fysiskt delaktig i Anns vilostund, är det fortfarande en lugn stämning. I Beas vilostund tar barnens ljud och rörelser flera gånger överhand över musiken.

### **5.2.7 Resultat Delfinsång, Ann**

En lugn stämning råder till en början i gruppen. Ett par härmar delfinljuden med gälla skrik. De som stör gruppen blir lugna och säger att de vill vila när Ann är nära dem. Men så fort Ann är tillbaka på sin ursprungliga plats är de tillbaka i sin lek. Lugnet som fanns i början av vilostunden är nu borta och en av pojkarerna, fem år, utbrister; ”- Fröken, varför skriker delfinen?”

Då låt två börjar, vilken är mer rytmisk, blir många medryckta och visar sin upprymdhet genom att tillexempel spela luftgitarr, dansa och röra sig allmänt oroligt.

Mellan låt två och tre är det många som börjar prata och undrar om vilan är slut. När musiken börjar igen blir stämningen lugnare.

### **5.2.8 Resultat Delfinsång, Bea**

Barnen ligger i början av vilan avkopplat med huvudet vilande i händerna. De noterar att det är delfiner och en pojke frågar varför de skriker. Sedan härmar barnen delfinljuden som de lyssnar aktivt efter. Då barnen kommunicerar är det endast genom viskningar och blickar, förutom då de härmar delfinljuden.

Mellan låt ett och två rör sig barnen kraftfullt till en början för att sedan se mer avkopplade ut. Låt två är mer rytmiskt stark och det visas tydligt bland barnen då tre pojkar sitter upp och dansar mot varandra. En av pojkarna får en tillsägning av Bea och flyttas sedan ur gruppen för att de resterande ska få en chans att koppla av. Under den resterande vilostunden råder ett lugn i gruppen.

### **5.2.9 Sammanfattning Delfinsång**

Båda dessa vilostunder inleds med en harmonisk stämning i gruppen. I båda fallen härmas delfinljuden till och från genom vilostunden, dock är volymen på barnens delfinljud betydligt högre då Ann håller i vilostunden. Barnen noterar att det är något annorlunda med musiken och på båda vilostunderna frågar en av pojkarna varför delfinerna skriker.

Betydelsen av pedagogens närvaro för gruppens harmoni yttrar sig på så vis att då pedagogen är nära den eller de som stör resten av gruppen, blir gruppen mer harmonisk.

Vi ser mönster i hur gruppen blir mer orolig mellan låtarna, då de rör sig kraftfullt men när musiken åter startar återfinns gruppens lugn. Mönster finns även i att då låt två börjar, vilken är mer rytmisk tydlig, blir barnen medryckta och upprymda, vilket följs av oroliga kroppar.

## **5.3 Resultat/Sammanfattning Intervju 2**

### **5.3.1 Resultat Intervju 2, Ann**

Ann upplevde gruppen annorlunda och tror att detta främst beror på att hon själv agerade annorlunda. Men även att vi som observatörer befann oss i rummet kan ha påverkat gruppen då barnen inte är vana vid detta. Ann ställer sig också frågande till hur länge barnen behöver vila.

Om barnen agerade som de brukar till musiken, tyckte Ann var svårt att svara på, då hon menar att det är så mycket som spelar in. Vilostunden då Kråkradion spelades ansåg Ann vara

ovanligt lugn och kopplade detta till att det varit en aktiv dag och barnen var trötta. Hon såg också att när delfinskivan spelades var det få av barnen som var koncentrerade på musiken.

”- [...] man måste ju först börja lyssna på musiken för att den ska påverka” (Ann).

### **5.3.2 Resultat Intervju 2, Bea**

Bea ansåg att barnens agerande var annorlunda beroende på att vilostunden var ett observationstillfälle, dock endast i inledningen av varje vila.

Vid alla tre vilostunder upplevde Bea att barnen agerade så som hon föreställt sig att de skulle göra. Hon menar att barnen blir mer avslappnade av Enya och att i Delfinsången kan det verka som ett störningsmoment att barnen gärna härmar delfinljuden.

### **5.3.3 Sammanfattning intervju 2**

Pedagogerna upplevde gruppen annorlunda med tanke på att det var ett observationstillfälle, vilket barnen inte är vana vid, men endast inledningsvis enligt Bea. Ann såg även till sitt eget agerande som påverkan på gruppens beteende.

Hur barnen agerade till den spelade musiken tyckte Ann var svårt att svara på. Hon menar för att musiken ska ha någon funktion måste barnen först lyssna på den. Hon ansåg dock att gruppen var ovanligt lugna till Kråkradion, vilket hon inte trodde de skulle vara. Ann förklarar detta med att det varit en mycket aktiv dag för barnen som nu var trötta. Bea menade att hon såg tydliga mönster i att barnen agerade som dom brukar till den sortens musik som spelades.

Något båda pedagogerna noterat var att gruppen möjligen upplever delfinljuden som störningsmoment då flera barn gärna härmar delfinljuden och då har svårt att koncentrera sig på musiken.

Hur länge barnen behöver vila var något Ann ställer sig frågande till då hon märker hur barnen blir oroliga mot slutet av vilostunderna.

## **5.4 Sammanfattning av samtliga resultat**

Både intervjuer och observationer tyder på att musiken har en inverkan på barnens avkoppling, om barnen lyssnar på musiken. Dock finns det inga garantier hur musiken

inverkar, vad som avgör är flera inre och yttre faktorer. Närhet till pedagogen har positiv effekt på barns avkoppling. Plötsliga ljud och låtar med tydlig rytm kan störa barns avkoppling, så även tystnaden mellan låtarna.

Vila behöver inte vara att ligga still och vara tyst, utan delaktighet i musikens uppmaningar är positivt så länge aktiviteten inte tar överhand. Mot slutet av flera vilostunder råder en större oro i gruppen.

## 6. Diskussion

Vi frågar oss hur musik används under vilostunden på förskolan för att vi vill medvetandegöra dess användning. Följande citat ur Lpfö98 uttrycker barnens rätt till vila på förskolan. ”Förskolan skall erbjuda barnen en i förhållande till deras ålder och vistelsetid väl avvägd dagsrytm och miljö. Såväl omvårdnad och omsorg som vila och andra aktiviteter skall vägas samman på ett balanserat sätt” (Skolverket, 2005:7). Vilan ger kraft till att orka med det resterande av dagen (Niss & Söderstam, 2006). ”Efter vila är det möjligt att gå vidare som en mer hel människa med kropp, tanke och känsla i harmoni” (Asp, 2002:171).

Vi har sett att musikanvändningen under vilostunden på förskolor är skiftande. Ur åtta intervjuer av Sandberg & Åkerblom (2000) framgår att musikanvändningen skiftar markant mellan förskolor, även vad som anses viktigt enligt förskolepedagogerna skiljer sig åt. En del anser att musiken har stor betydelse medan andra knappt använder musik under vilostunden.

Att musiken kan utgöra en bra grund för barnens vilostund anser de tillfrågade på förskolan där vi gjort våra intervjuer. De uttrycker att det inte är ett enkelt val och att det inte finns några garantier för hur barnen kommer att reagera. ”Barn tycker om viss musik, är likgiltig för annan, tycker illa om en tredje typ” (Sundin, 2001:62). Den känsla som låtskrivaren vill förmedla behöver inte vara samma känsla som mottagaren känner (Storr, 1992). Som exempel vill vi lyfta fram frågan en pojke på fem år ställde under en av våra observationer; ”Fröken, varför skriker delfinen?” Skivan är tänkt som avkoppling, men delfinljuden väcker snarare frågor än skapar lugn hos barnen. Är valet av musik inte rätt anpassad till barnen, kan detta yttra sig i en orolig vilostund, enligt Ann och Bea. Om barnen inte tycker om den spelade musiken slutar de att lyssna menar Sundin (2001). Ann anser att om barnen inte lyssnar till musiken finns det ingen chans att denna ska kunna påverka dem och därmed hjälpa dem till en mer avkopplad vilostund.

Disharmonisk musik, menar Kagan, blir barn oroliga av. Däremot med hjälp av harmonisk musik kan barnen koppla av, säger både Kagan (Stressforskningsrapport, 2001) och våra intervjudeltagare. Fördelaktigt att använda under barns vilostund, enligt Solin (1992) är monoton musik. Något Ann beskriver som ”musik i harmoni med hjärtrytm”. Detta kopplar vi till försöket med att låta barn sova med en nalle som har inspelade hjärtljud, vilket visade sig lugnande (Stressforskningsrapport, 2001). Också Arnér & Sandén (1978) talar om hur för

barnet kända ljud ökar deras trygghetskänsla. ”- Sjung för ditt ofödda barn!” (s.21), för att främja barnets framtida utveckling (Björkvold, 2005).

Att musik har en lugnande effekt på små barn, betonar Sundin (2001). Rytmska rörelser till musik förekommer bland små barn, men då de närmar sig två år blir barnen mer uppmärksamma och lyssnar mer på musiken som spelas, vilket kan leda till större fysisk aktivitet som yttrar sig i hela kroppen (Sundin, 2001). Låtar med tydlig rytm och plötsliga ljud i den spelade musiken, har vi sett under våra observationer, leder till större fysisk aktivitet. Denna aktivitet kan vi även se i pausen mellan låtarna, då det blir oro i gruppen med högre prat och mer rörelse. Dessa kan vara rent instinktiva eller planerade aktiviteter kopplade till musiken (DeNora, 2000).

Barnens delaktighet kan yttra sig både genom ljud och genom rörelse. Härmed bör man vara medveten om att vila inte behöver vara att ligga tyst och stilla, utan vi kan se att musik ofta engagerar barnen. För barn hänger musik och rörelse samman menar Sundin (2001). Musiken frigör rörelser hos barnen som att dansa, hoppa och springa. På så vis använder barnen en ”motorisk lyssnarteknik” (Sundin, 2001:68), vilket vi även ser i våra observationer då barnen deltar fysiskt i musikens rörelseuppmaningar. Bea såg tydliga mönster i hur barnen agerar som de brukar till musiken som spelas, vilket kan ses som att barnen associerar minnen till musiken, ”klangberusning” (Sundin, 2001:68). Association har Solin (1992) tagit till sig i sin utformning av sitt program ”Skapande vila” (Solin, 1992).

Att musiken är sammanlänkad med våra känslor gör den viktig för många människor. Den kan medföra både avkoppling och få vårt blodtryck att öka, beroende på vilka känslor och erfarenheter vi kopplar till musiken som spelas. ”Music is said to soothe the savage breast, but it may also powerfully excite it” (Storr, 1992:26). Detta kan vi se då barnen under observationerna med samma musik reagerar på olika sätt. Även om barnen deltar aktivt i båda fallen så kan en vilostund kännas lugn och den andra orolig. Men oberoende av känslan musiken ger, menar Haglund & Löfberg (1996) att denna är individuell och därmed okej.

Att musiken har olika effekt på olika människor, beroende på hans eller hennes upplevelser till musiken, gör att det kan vara svårt att studera känslor i samband med musik (Juslin & Sloboda, 2001). De avgörande faktorerna på hur barnen reagerar till musiken är många. Ann och Bea ansåg att vår närvaro som observatörer hade en viss påverkan på gruppen. Även vilka



barn som är på vilostunden och hur deras dag varit hittills är avgörande faktorer enligt de intervjuade. Ann tar även upp vilostundens längd som en faktor. Vi har också sett pedagogens närvaro som påverkande faktor. Även Niss (2006) trycker på den viktiga närheten mellan barn och pedagog (Niss & Söderstam, 2006). Slutligen har miljön på förskolan en stor påverkan. Saker som *skönhet* och *trevnad* är koppade till vår inre ro menar Asp (2002).

Vi ser ovan hur många faktorer som spelar in på barns vilostund på förskolan. Musiken är en av dem och ska denna vara till hjälp för barnens avkoppling bör man, som förskolepedagog, starkt beakta vilken musik man spelar, för vilka barn och vid vilket tillfälle.

## Sammanfattning

Litteraturen i uppsatsen behandlar barns behov av vila och hur musik påverkar människan. Att barns vila på förskolan är av stor vikt, får vi stöd av från flera källor däribland Lpfö98. I litteraturen har vi funnit att musik påverkar människor utifrån deras erfarenheter och känslor. Därför är valet av musiken som spelas under vilostunden på förskolan otroligt viktigt. Vi har också sett att harmonisk musik är mer fördelaktig till vila, vilket man kan följa från fosterstadium i människors utveckling.

Vår problemprecisering lyder; Hur reagerar barn under deras vilostund på förskolan till olika sorters musik? Finns det någon musik som är mer fördelaktig? Hur används musik under vilostunden på förskolan?

För att undersöka detta har vi intervjuat två förskolepedagoger och gjort sex observationer under barns vilostund på förskolan. Intervjuerna har bandats och vilostunderna har videofilmats för att kunna granskas noggrant. Uppbyggnaden av observationstillfällena grundades på musikens betydelse. De intervjuade förskolepedagogerna höll i tre vilostunder var där de använde tre olika sorters musik.

Utifrån vår studie har vi kunnat se många olika faktorer påverkan på vilostunden. Att musiken utgör en bra grund för vila och att valet av musik är avgörande visar både litteratur och empiri. Rätt musik till rätt tillfälle är ett måste för att barnen ska kunna få en avkopplande vilostund med hjälp av musiken. Därför bör man som förskolepedagog starkt beakta vilken musik man spelar, för vilka barn och vid vilket tillfälle.

## Referensförteckning

### Musik:

Enya. (1995), *The memory of trees*. Warner music.

*Dolphins harmony*. (1998), Elap music

Wieslander, J & Wieslander, T. (2003), *Mamma Mu Och Kråkradion*. Gammafon.

### Litteratur:

Arnér, B & Sandén, G. (1978), *Vi äro musikanter - Musikaktiviteter med förskolebarn: [metodikbok]*. Lund: Liber läromedel.

Asp, M. (2002), *Vila och lärande om vila – En studie på livsvärldsfenomenologisk grund*. Göteborg: ACTA Universitatis Gothoburgensis.

Bjorkvold, J-R. (2005), *Den musiska människan*. Runa förlag. Andra reviderade upplagan.

DeNora, T. (2000), *Music in everyday life*. Cambridge: The Pitt Building.

Denscombe, M. (1998), *Forskningshandboken*. Lund: Studentlitteratur.

Haglund, T. & Löfberg, E (1996), *Känslöresan*. Rädda barnen och författarna.

Juslin, P N & Sloboda, J A. (2001), *Music and emotion – theory and research*. New York: Oxford University press.

Niss, G. & Söderstam, A. (2006), *Små barn i förskolan – Den viktiga vardagen och läroplanen*. Studentlitteratur. Andra upplagan.

Patel, R & Davidsson, B. (1991, 2003), *Forskningsmetodikens grunder – Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur. Tredje upplagan.

Sandberg, J & Åkerblom E-K. (2000), *John Blund – Vilans betydelse på förskolan*. Examensarbete, C-uppsats, Högskolan Kristianstad.

Skolverket. (2005) *Läroplan för förskolan - Lpfö98*. Stockholm: Fritzes AB.

Solin, E. (1999), *Skapande vila – avslappning och fantasi för 4-8åringar*. Solna: Eklunds förlag AB.

Storr, A. (1992), *Music and the mind*. London: HarperCollinsPublishers.

Stressforskningsrapport. (2001), *Musikens roll i barns utveckling*. Stockholm: Förlaget och författarna.

Sundin, B. (1979), *Barnets musikaliska värld – påverkan och utveckling i förskoleåldern*. Lund: Liber Läromedel

- Sundin, B. (2001), *Barns musikaliska utveckling*. Stockholm: Liber AB. Tredje upplagan.
- Uvnäs Moberg, K. (2000), *Lugn och beröring – oxytocinets läkande verkan i kroppen*. Natur och Kultur.
- Vetenskapsrådet. (2002) *Forskningsetiska principer*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

## Bilaga

### 1. Underlag till intervju 1:

#### Intervjufrågor:

Vad för någon typ av musik använder du på vilan?

Varför använder du just den musiken?

Skiftar du musik från vila till vila eller använder du samma?

Tror du musiken påverkar barnen på vilan?

Om ja, hur tror du musiken påverkar?

Om nej, varför inte?

Ser du någon skillnad i hur barnen tar till sig och reagerar på olika musik på vilan?

Om ja, hur kan du se skillnad och vilken skillnad kan du se?

## **2. Underlag till intervju 2:**

Kändes gruppen annorlunda med tanke på att det genomfördes en observation?

Upplevde du att barnen reagerade/agerade som de brukar till den sortens musik som spelades?

Vila 1, 2, 3?

Hur tyckte du musiken som spelades påverkade barnen?

Vila 1, 2, 3?

### 3. Medgivande från vårdnadshavare

Hej!

Vi är två studenter från Kristianstad Högskola, [REDACTED]  
[REDACTED] Nu är vi framme vid att skriva vårt examensarbete. Det kommer att handla om hur musiken påverkar barnen under vilan på förskolan. För att ta reda på detta kommer vi att genomföra observationer här på [REDACTED] som också kommer att filmas. Filmen kommer endast att användas vid vår examination. Vi ber därför er föräldrar att skriva under denna lista som ert medgivande till att vi filmar just ert barn.

Vi kommer endast att observera barnen på den ”stora” vilan.

Tack på förhand!  
/ Johanna & Jessica

Jag tillåter att mitt barn blir filmat.

Barnets namn	Förälders namnteckning
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

#### **4. Exempel på observationstranskribering**

##### **Observation 5, Delfinsång, Pedagog 1.**

Gruppen består av sex pojkar. Åldern är fem på samtliga förutom en pojke på tre år. Barnen i gruppen och pedagogen ligger i en ring med huvudena in mot mitten. Rummet är nedsläckt och gardinerna nerdragna.

Två av pojkarna härmar delfinljuden med gälla skrik, dessa två ligger jämte varandra och pratar. Frånsett dessa två pojkar som ligger och flyttar runt på sina madrasser är det en lugn stämning i gruppen.

Pedagog 1 säger till en av pojkarna som nu leker under en av hyllorna där han har sin madrass. Pedagog 1 kryper fram till pojkarna som stör gruppen och pratar med dem. Hon frågar om de klarar av att ligga kvar på vilan utan att störa de andra. De säger att de vill ligga kvar och vila, men så fort pedagog 1 lagt sig är de tillbaka i sin lek.

En av pojkarna sätter sig upp på sin madrass och dansar, han provar sedan att ligga på mage, på rygg och att stå på huvud. Pojken jämte honom dras med och provar han också att ligga på olika sätt. Det allmänna lugnet i gruppen har försvunnit.

Pedagog 1 säger namnen på fyra av pojkarna som flamsar och skrattar, och därmed förstör lugnet. Pojkarna hävdar att de vill sova men pedagog 1 menar att hon inte sett något försök från pojkarnas sida att vila, och säger att hon vill ha en skön vila.

- Fröken, varför skriker delfinen? Pojke 5år.

Låt två är mer rytmisk än första en pojke spelar luftgitarr och två andra dansar liggandes på madrassen. Pojken som spelade luftgitarr rör sig konstant, ibland sitter han upp och dansar för att sedan kasta sig ner på madrassen och slå och sparka med armar och ben upp i luften. Han snurrar ut och lägger sig på golvet. Pedagog 1 ber honom då lägga sig på madrassen igen.

Den 3åriga pojken som ligger jämte pedagog 1 ligger hela tiden lugnt. En av pojkarna vevar med sin kudde i luften. Mellan låt två och tre är det många som börjar prata och undrar om vilan är slut. När musiken börjar igen blir stämningen lugnare.