

# Rapport Mestringsprogrammet

# 2010



Levanger kommune,  
kulturenheten  
Kulturskolen

**Mestringsprogrammet.** Forebyggende helsearbeid med kunsthøgskole som virkemiddel i barnehage og grunnskole.

Rapporten viser hvordan kulturskolen i samarbeid med barnehage og grunnskole kan inngå i forebyggende helsearbeid rettet mot barn.

Dette er en sammenfatning av arbeidet som er gjort i Mestringsprogrammet fra 2001 og fram til årsskiftet 2008/09.

Inngår i Levanger kommunes kultur- og helsesatsning.

Rapporten er skrevet av Laila Grendahl

Medvirkende: Oddbjørn Hagen, Bente Stensgaard og Anne Gro Erikstad.

## Innhold

Innledning.....	3
1. Sammendrag.....	5
2. Kultur og helse .....	6
3. Idegrunnlag og begrepsavklaring.....	6
4. Hva er Mestringsprogrammet?.....	8
4.1 Mestringsprogrammets målgruppe og intensjon.....	8
4.2 Arbeidsmodeller og omfang .....	9
4.3 Kunst og forebyggende helsearbeid .....	10
4.4 Ferdighetstrening og eksponering.....	11
4.5 Et nytt spillerom .....	11
4.5 Praksisevaluering.....	12
4.6 Samarbeidspartnere og faglig utvikling.....	13
5. Utdrag fra rapportmaterialet 2001-2009 .....	14
5.1 Tilbakemelding fra barnehage våren 2002:.....	14
5.2 Tilbakemelding fra styrer i barnehage våren 2007:.....	15
5.3 Tilbakemelding fra barneskole våren 2006: .....	15
6. Pedagogiske og metodiske tilnæringsmetoder .....	16
6.1 Arbeidet i barnehagene.....	16
6.2 Arbeidet i skolene.....	17
Drama – opplevelse, erkjennelse og samarbeid .....	18
Musikk – ensemblekultur som mestringskultur. ....	19
Bilde- Et personlig språk.....	19
7. Spredningsarbeid .....	20
Kilderegister.....	21
Vedlegg .....	22
Noen prosjekteksempler fra skole .....	22

## RAPPORT MESTRINGSPROGRAMMET 2001-2009

### INNLEDNING

Antallet barn og unge som ikke finner sin plass i skoleverk og samfunn, blir større år for år. Vi hører om sosial mistilpassing, lærevansker og frafall i videregående skole. Bevilgninger og satsninger fra det offentlige ser ikke ut til å kunne endre denne utviklingen alene. Det trengs i tillegg kompetanse, vilje og evne til å skape arenaer der barn og unge mestrer, der de utvikler kreativ handlingskompetanse og positivt selvbilde. Vi behøver alle arenaer for å uttrykke oss selv som individer og som sosiale aktører. Kunstuttrykkene som form, fag, og tenkemåte, er en slik arena.

Denne rapporten beskriver et program som er et samarbeid mellom Kulturskolen i Levanger og 2 grunnskoler og 2 barnehager. Målet med denne samarbeidsformen er å styrke og forebygge psykisk helse blant barn og unge gjennom arbeid med et bredt spekter av estetiske uttrykksformer. Dette er kjernen i det som nå kalles Mestringsprogrammet.

I Opptappingsplanen for psykisk helse<sup>1</sup> fra 1999, ble det bevilget 24 mrd kroner til økt satsing på psykisk helse i planperioden (1999-2006). 1/5 av midlene i opptappingsplanen ble øremerket barn og unge. Planen setter *forebygging* som et av flere overordnede prinsipper. I møte med opptappingsplanen valgte Levanger kommune på et tidlig stadium å involvere fagmiljøene fra helse og fra kultur, sammen med politikerne. Gjennom sammenkobling av kulturaktiviteter og forebyggende psykisk helsevern, ble Levanger en av de ledende kommunene i landet innenfor dette feltet.

Erfaringene med samarbeid mellom helse og kultur har båret frukter på flere måter. Mange av delprosjektene, som Mestringsprogrammet er et av, har fått nasjonal oppmerksomhet og delvis blitt modeller for andre kommuner. Midler fra Norsk Kulturskoleråd har gitt Kulturskolen i Levanger anledning til å drive spredningsarbeid i forhold til de erfaringer som er gjort i Mestringsprogrammet. Tilbakemeldingene fra samarbeidspartnere er positive, og etterspørselen etter denne ressursen og kompetansen blir stadig større i barnehager og skoler.

Internasjonale rapporter/dokumentasjoner viser at en økt kvalitativ bruk av kunstfagene har positiv virkning på det sosiale skole- og klasse miljøet. I tillegg ser man en styrket læringsevne, - også med overrisslingseffekt til andre fag. Dette er i samsvar med de erfaringer man har gjort gjennom Mestringsprogrammet.

Erfaringene med forebyggende kultur- og helsearbeid viser at dette er et felt det er klokt å satse sterkere på i norsk grunnskole. Det trengs mer midler og flere forsøkskommuner som kan utprøve modeller. Samtidig trenger man resultatmålinger/forskning for å skaffe mer kvalitativ dokumentasjon på den reelle virkningen av kunstfag i møte med forebyggende psykisk helsearbeid.

---

<sup>1</sup> (St.prp. nr. 63 (1997-1998) Opptappingsplanen for psykisk helse 1999-2006.)

Gjennom Mestringsprogrammet og de andre kommunale 10-årige kultur- /helseprosjektene, besitter Levanger kommune nå en bred erfaring og kompetanse som kan være nyttig, ikke bare lokalt og regionalt, men også nasjonalt.

Det bør tildeles statlige midler til en videreføring og forskning slik at kultur- og helseerfaringene kan føre til en bredere utprøving og dokumentasjon av virkninger.

I et slikt arbeid kan Levanger kommune både være en aktør og en organisator.

*Oddbjørn A. Hagen. Kulturskolerektor i Levanger*



## 1. SAMMENDRAG

Mestringsprosjektet ble startet som del av Levanger Kommunes kultur - og helsesatsning. Arbeidet ble forankret i Fylkeslegens opptrappingsplan for psykisk helse 1999-2006. Dette var en del av en nasjonal satsing, der det i nevnte periode skulle investeres 2516 millioner kroner på psykisk helsevern i kommunene. Minimum 20 % av midlene var øremerket arbeid med barn og unge. Denne rapporten viser hvordan Kulturskolen i Levanger med Mestringsprosjektet, senere Mestringsprogrammet, inngår i denne satsingen på forebygging av psykisk helse blant barn og unge.

Målsettingen i Mestringsprogrammet er å legge til rette for mestring gjennom arbeid med estetiske uttrykk. Tanken er at skapende arbeid og mestring kan bidra til sosial styrking og forebygging av psykisk helse hos barn. Fokus på barnets iboende ressurser står derfor sentralt i Mestringsprogrammets idegrunnlag.

Mestringsprogrammet samarbeider regelmessig med to skoler og to barnehager. Kunstfaglærere innenfor visuell kunst, musikk og drama arbeider med klasser og med mindre grupper. I barnehage har kunstfaglærer faste samlinger hver uke, mens i skolen er arbeidet oftest delt inn i flere prosjektperioder gjennom skoleåret.

Kunstfaglærerne dokumenterer arbeidet med evalueringer og praksisfortellinger. De ansvarlige kontaktene ved hver enhet skriver i tillegg sluttevaluering etter endt prosjekt eller semester. Dokumentasjonen er et pedagogisk verktøy og kan gi en mulig pekepinn på effekten av arbeidet. Materialet må vurderes ut fra at de er bygget på subjektive observasjoner, har ulik oppbygning og ikke har vært knyttet til en spesifikk forskningsmessig problemstilling. Tilbakemeldingene fra skole og barnehage er imidlertid positive. Barn som før har slitt sosialt, eller vegret seg for å delta i fellesaktiviteter, har gjennom arbeidet vist både stor uttrykksevne og -vilje gjennom Mestringsprogrammets prosjekter og samlinger.

Mestringsprogrammet er i kontinuerlig utvikling med hensyn til metoder og tilnærminger. Det er vesentlig at også kunstens egenverdi skal ivaretas i møtet med helseperspektivene for å sikre at arbeidet har kunstfaglig substans. Barnas opplevelse av mestring og utvikling av estetisk kompetanse går derfor hånd i hånd.



## 2. KULTUR OG HELSE

Levanger kommune har vært en av landets ledende innenfor samarbeid og kompetanseutvikling på området kultur og helse (En videreføring av HELKUL). Her har hovedmålet vært å «[...] bruke kulturelle virkemidler i det forebyggende, helsefremmende og rehabiliterende arbeidet samtidig som kulturens egenverdi ivaretas.» (Aune 2003). Ideen med å koble kulturskolens ressurser og kompetanse med helse, oppstod i forbindelse med prosjektet «Barn i bevegelse». Dette var initiert og drevet av fysioterapeut Ingjerd Foshaug. I et samarbeid med kunstfaglærer og rektor ved Musikk og Kulturskolen i Levanger, så man at motorisk trening og lek koblet opp mot rytme og dans, hadde stor positiv effekt på barnas utvikling. Dette møtet mellom estetisk kompetanse og helsearbeid la dermed grunnlaget for det som senere skulle bli Mestringsprogrammet, et av til sammen 9 ulike forebyggings tiltak i kommunen. Antall barn som har vært med i Mestringsprogrammet fra 2001 til 2008 er 140. Av disse er 76 i barnehage.

## 3. IDEGRUNNLAG OG BEGREPSAVKLARING

Praktiske metoder og arbeidsformer er i stor grad formet og utviklet av hver enkelt kunstfaglærer i møte med barna. Kunstfaglærere har dekket områder som visuell kunst (bilde), drama, dans og musikk. Ved flere anledninger er det også arbeidet på tvers av disse uttrykkene. En slik tverrfaglighet har åpnet for stor grad av tilpasning og bredde.

Mestringsprogrammet består av *flere* pedagogiske og estetiske tilnæringsmåter, som har som felles mål å styrke barns skaperevner og selvfølelse. Vi arbeider med andre ord ut fra et felles ide - og verdigrunnlag, med utgangspunkt i følgende begreper:

**Mestring.** Innenfor helsearbeid bygger begrepet mestring på en erkjennelse av at evnen til å realisere og utvikle ens egne ressurser, er en vesentlig faktor i et menneskes personlige utvikling og for å bygge psykiske helse. I sammenheng med estetisk aktivitet, kan vi si at mestringsbegrepet også handler om å ha tiltro til egne kreative ressurser, og mot til å eksponere dette alene eller i et fellesskap. Her er mestring og personlig vekst tett knyttet til hverandre. Kunstfaglærernes mestringsarbeid består i å skape aktiviteter som gjør at barna får muligheten til å styrke seg selv og sitt selvbilde.

**Salutogenese.** I folkehelsearbeid brukes ofte den israelske sosiologen Aron Antonovskis begrep *salutogenese*. Det salutogenese perspektivet innebærer å styre interessen mot de faktorene som bringer mennesket så nær den friske polen som mulig. Fokuset rettes mot elementer i tilværelsen og i oss selv som er positive og innebærer muligheter til vekst. Man søker å komme nærmest mulig den friske polen, i stedet for å fokusere på det sykelige, negative eller problematiske. Dette danner grunnlaget for Mestringsprogrammets arbeid og ideologi.

**Estetisk læring og kreativ prosess.** Estetiske læreprosesser kjennetegnes av at de er basert på sanseopplevelse. Læringen er en lystbetonet, uforutsigbar og umiddelbar prosess, som kan gi andre erkjennelsesmuligheter enn en strengt logisk tilnærming.

Her handler læring om mer enn å beherske den aktuelle kunstformen eller uttrykket. Gjennom å ta «hele» mennesket i bruk, innebærer estetisk læring også eksistensielle erkjennelser.

En kreativ prosess kan ses som en oppadgående spiral av ideer, kreative inntrykk og uttrykk. Her former og formes mennesket, ferdigheter øves og utvikles, kunnskap vokser og vi ser at det kunstneriske produktet virker *tilbake* på mennesket.

**Flyt** (eng: *flow*)<sup>2</sup>. Dette begrepet benyttes innenfor blant annet psykiatri, og beskriver en type sinnstilstand der mennesket er totalt opplukt av aktiviteten, man glemmer tid og sted. Denne totale fordypelsestilstanden, oppleves som menings- og nytelsesfull, stressdempende og gjør oss svært mottakelige for læring. I fraværet av dominerende selvbevissthet, kanaliseres den mentale energien inn i aktiviteten. I slike flytsituasjoner arbeider hjernen på det underbevisste plan. Erfaringer og kunnskap lagres da i langtidsminnet. Dermed kan læring gjennom flytopplevelser bidra til å skape varige endringer på flere plan. Forskeren og psykologen Csikszentmihalyi understreker at denne tilstanden oppstår når det er balanse mellom utfordring og mestring i aktiviteten. Mestringsprogrammet søker å skape estetiske arenaer og tilpassende aktiviteter, der nettopp denne balansen mellom utfordring og kompetansenivå er ideell hos deltagerne. Erfaring viser at flytsituasjoner ofte virker grensesprengende i forhold til barnas oppfatning av seg selv og sine ressurser, og i forhold til omgivelsenes oppfatning av barnet.



---

<sup>2</sup> For mer informasjon om *flow*: se [<http://lisavivo.webs.com/psykologiskflyt.htm>]



#### 4. HVA ER MESTRINGSPROGRAMMET?

Mestringsprogrammet har vært et pionerarbeid på flere måter. Samarbeid mellom kulturarbeidere og grunnskole er ikke noe nytt i seg selv. Det banebrytende her er imidlertid at opplegg og aktivitet skreddersys barna ut fra en konkret målsetting; **styrket psykisk helse gjennom skapende arbeid.**

Geir Solberg, høgskolelektor i pedagogikk ved HiNT, sier: «Psykososiale vansker, eller sosiale og emosjonelle vansker, er av de mest vanlige problemer som forekommer i barnehage og skole» (Solberg 2001). Her henviser han til årsmeldinger i PPT for Levanger og Frosta 1999 - 2000, der 30 % av henvendelsene gjelder psykososiale problemer hos barn og unge. Økningen er mest dramatisk på ungdomstrinnet. Tendensen er i følge Solberg, lik over hele landet. For tidsrommet 2006 - 2008 viser årsmeldingen fra 2008 en økning på 60 % i antall henvisninger til PPT. Majoriteten av henvisningsgrunner er lese-/skrivevansker og psykososiale vansker. Disse tallene vitner om en betydelig økning fra 2001. Dette viser at behovet for positivt ressursfokus og tilrettelegging for vekst hos barn i risikozonen blir stadig viktigere.

##### 4.1 MESTRINGSPROGRAMMETS MÅLGRUPPE OG INTENSJON

Målgruppa for Mestringsprogrammet er barn som i kortere eller lengre perioder har behov for ekstra oppmerksomhet. Disse barna, heretter kalt mestringsbarn, er ikke nødvendigvis støttet av spesielle ressurser som Praktisk Pedagogisk Tjeneste (PPT), Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP), eller barnevern. Mestringsprogrammets arbeid har i første rekke en *forebyggende* funksjon.

Diagnoser eller merkelapper er derfor underordnet i denne sammenhengen. Mestringsbarn er barn som har utbytte av arbeid med musikk, formskaping eller drama på en slik måte at det hever deres livskvalitet, styrker dem sosialt og gir dem økte estetiske ferdigheter.

Programmet omfatter barn fra 1,5-5 år i barnehage, og fra 1. – 7.trinn i grunnskole. Man har forsøkt å følge de aktuelle barna gjennom hele barnetrinnet for å se utviklingen. Dette har imidlertid ikke blitt fulgt opp regelmessig av flere årsaker. Noen har skiftet skole, familien flyttet eller asylsøkere er blitt returnert til hjemland. Dette har frigjort kapasitet, og man har tatt inn nye barn i oppleggene.

Mestringsprogrammets intensjon er å styrke barnet ved å dreie fokus over på de sterke sidene hos den enkelte (jmf. salutogenese). Denne bevisstgjøringen er svært viktig, ikke bare for barnet, men også for miljøet rundt. Førskolelærerens og klasselærerens forventninger og vurderinger kan endres når de ser barn mestre i en annen setting enn den daglige rutinen. Kunstfaglæreren ser eleven med andre «briller», og erfaringene våre tilsier at nettopp det er nøkkelen for mange til å bryte ut av negative sosiale mønstre.

Når Mestringsprogrammet ønskes inn i barnehage og skole, er det i første rekke enkeltindivider som er målgruppa. Men det er også eksempler på at mestringsarbeidet har gjennomført prosjekter for å bedre klassemiljøet generelt. Dette er en naturlig tilnærming ut fra at et positivt miljø gir større muligheter for sosial styrking og vekst hos det enkelte barn.



#### 4.2 ARBEIDSMODELLER OG OMFANG

Arbeidet i barnehage har vært fulgt av samme kunstfaglærer kontinuerlig siden 2001. Hovedsakelig med musikkamlinger på 1 – 2 timer i uka. Gruppene har blitt satt sammen i samråd med ledelse og ansatte ved enhetene. Ansatte i barnehagen deltar på disse

samlingene, og tilbakemeldinger viser at de ofte fanger opp og benytter både innhold og metoder i sitt eget arbeid.

I skolen har kunstfaglærerne stort sett arbeidet i prosjektperioder. Dette har omfattet både intensive enkeltsamlinger på noen timer i strekk, og ukentlige samlinger på 1-6 timer over lengre tidsrom. Prosjektene har ved flere tilfeller tatt utgangspunkt i de gjeldende fagplaner. I forbindelse med skoleavslutninger eller større forestillinger, har kunstfaglærere fulgt hele den siste uka av forberedelser og produksjon. Denne fleksibiliteten i arbeidet er gunstig i forhold til samspillet med skolens øvrige fag- og aktivitetsplaner. Intensive perioder med mye kreativt og praktisk arbeid ser ut til å ha gunstig virkning på elevene, ifølge tilbakemeldinger fra skolene.



#### 4.3 KUNST OG FOREBYGGENDE HELSEARBEID

Det er viktig for de involverte kunstfaglærerne å kunne definere og avgrense sin rolle i møtet med skole og barnehage. I ideen om forebyggende helsearbeid ligger det en agenda som peker utover det rent kunstneriske. Ofte kan ordet «helsearbeid» i denne sammenhengen, lett assosieres med terapeutisk virksomhet. Mestringsprogrammet arbeider i det forbyggende feltet, med vekt på ressurs framfor sykdom eller avvik. Det er derfor viktig å påpeke at helbredelse og terapi, verken er kunstfaglærernes agenda eller kompetansefelt i dette. **Vår rolle er å styrke barn gjennom å tilby estetiske mestringsarenaer, kreativ ferdighetstrening og opplevelse i kunstfag.**

Mestringsprogrammets arbeid viser at aktiviteter som åpenbarer og synliggjør barnets ressurser på nye måter, svært ofte er med på å endre selvbilde, selvtillit, evne og vilje til sosialt samspill hos barna. Dette har med andre ord innflytelse på både individ og gruppe. Og nettopp i dette forholdet mellom gruppe og individ ligger noe av arbeidets hovedutfordring; hvordan gi det «lille ekstra» til barn som trenger det, uten å skape noen form for segregering? Estetisk mestringsarbeid handler som vi har sett om ressursrealisering framfor problemfokus. Menneskers opplevelse av mestring er også knyttet til sosiale relasjoner, derfor er det viktig å være bevisst på det sosiale klimaet i gruppa som helhet. Løsningen har derfor blitt å **arbeide med gruppe, men tenke individ**. Det betyr at alle barna har noe å komme med, uansett ståsted. Kunstfaglærerens hovedoppgave er å legge til rette for at mestringsbarna hele veien har oppgaver og roller som kan styrke og stimulere dem positivt.

#### 4.4 FERDIGHETSTRENING OG EKSPONERING

Noe av styrken hos Mestringsprogrammet ligger blant annet i at kunstfaglærerne er utøvende innenfor sine kunstfagsfelt. Deres erfaringsgrunnlag innenfor produksjon og eksponering av kreativt arbeid gir barna bedre muligheter til å kunne realisere ideer og trene sine ferdigheter innenfor uttrykksformene. Kunstfaglærerne tilbyr en bredde av aktiviteter som har potensial til å fange opp et bredt spekter av ressurser hos barna. Måten dette gjøres på er noe ulik i barnehage og skole, men filosofien er den samme.

Tilpasning gjennom å benytte uttrykksformer og arbeidsoppgaver som treffer de aktuelle barna er som vi ser et sentralt grep. Like viktig er *positiv eksponering* gjennom synliggjøring av det man mestrer. Dette er gjort både i form av utstillinger, forestillinger, konserter, og mindre samspill og visninger for hverandre i egen gruppe/klasse.

#### 4.5 ET NYTT SPILLEROM

Skapende virksomhet er også møte mellom mennesker. Kunstfaglærerne opplever ofte at hierarkier endres og fastlåste rollemønstre utfordres. I mange av tilfellene møter kunstfaglæreren gruppa eller klassen uten noen felles sosial forhistorie. For noen barn innebærer det en ny sjanse til å posisjonere seg selv i miljøet. Kunstfaglæreren skaper et kreativt rom og et arbeidsklima, der eleven i dette tilfellet, kan oppleve en ny og positiv rolle. Det er derfor vesentlig at arbeidet foregår over en viss tid. Da skapes tillit og bånd som gjør at barn som ellers er defensive i slike sammenhenger, melder seg på og deltar. På bakgrunn av erfaringer gjort i dette arbeidet, har vi grunn til å tro at en viss kontinuitet er forutsetning for vekst.



## 4.5 PRAKSISEVALUERING

I det kunstfaglærere inngår som en ressurs i forebyggende helsearbeid, stilles det krav til dokumentasjon og rolleavklaring. Mestringsprogrammet har derfor gjennomgått en utvikling både når det gjelder syn på egen rolle som kunstformidler og som faktor i et større helseperspektiv.

Det har vært nødvendig å utvikle funksjonelle loggføringsrutiner i prosjektet. Det skriftlige materialet har flere funksjoner. Det skal dokumentere kunstfaglærernes arbeid for å kunne legitimere praksis som forebyggende helsearbeid. Loggmaterialet er samtidig et pedagogisk verktøy og et strukturelt hjelpemiddel for å kunne tilpasse oppleggene til målgruppas behov. Dette behovet er i stadig endring, både med tanke på enkeltelevers utvikling og i forhold til endringer i rammefaktorer i skole og barnehage. Rapporter og praksisfortellinger som foreligger fra 2001 og til dags dato, har derfor ulik vinkling og fokus.

**Historikk.** Fra 2001 til 2004, ble det benyttet et skjema utarbeidet i samarbeid med høgskolelektor i pedagogikk, Geir Solberg, ved HiNT Levanger. Dette bestod av et avkryssingsskjema, der adferd, respons og sosialt samspill ble evaluert i en skala. Barna som deltok ble anonymisert ved hjelp av koding. Motivet for å benytte skjematisk loggføring var å kunne bruke dette materialet som data i senere forskning. Denne praksisen endret seg imidlertid gradvis i løpet av 2004. Det ble i en overgangsfase forsøkt å evaluere kunstfaglig utvikling i skjemaet, i tillegg til de øvrige vurderingspunktene. Kunstfaglærerne ønsket med det å kunne fokusere og utdype mer om barnets deltagelse i det estetiske arbeidet. Med andre ord, dreie fokus fra adferdsanalytisk observasjon, og over til en kunstfaglig vurdering av elevens deltagelse.

Etter å ha innhentet råd fra Morten Sæther ved Dronning Mauds Minne, gikk kunstfaglærerne i skolen over på å skrive praksisfortelling etter endt prosjekt. Dette gjorde det mulig å gi mer utfyllende beskrivelser av elevens respons og utvikling, nettopp i det *estetiske* arbeidet. Bevisst dreining over til det kunstfaglige innholdet i prosjektene og elevenes respons/utvikling i møte med oppgavene, ga en mer presis beskrivelse av effekten av arbeidet.

Bente Stensgaard har arbeidet i barnehagene siden starten av prosjektet i 2001. I samarbeid med lege og musikkterapeut Audun Myskja, innførte hun høsten 2006 velværeskjema til bruk i barnehagene. Velværeskjema er et system for datainnsamling utviklet av Myskja. Metoden er utprøvd og godkjent for forskning på demens (Myskja 2005). Disse skjemaene er ført på individnivå, men anonymiserer deltagerne. Fra 2010 er gruppestrukturen noe endret og skjemaene føres nå også på gruppa som helhet, med større fokus på estetisk utvikling.

Klasselærernes evalueringer har etter 2004 vært i form av skjematisk oppsett og oppsummerende beskrivelser av barnets og gruppas utvikling gjennom prosessen. Ledelsen i barnehagene har skrevet avsluttende evalueringer ved endt skoleår. Både førskolelærere og klasselærerne har forkunnskap om de barna oppleggene har vært rettet mot. De kan derfor si noe om endringer i et lengre tidsperspektiv enn kunstfaglærerne kan. I tillegg til skjema-beskrivelser foreligger det evalueringer av prosjekter og elevenes respons på arbeidet. Her beskrives endringer hos enkeltelever og klasse miljø som går på sosialt samspill og klasse miljø, engasjement og utbytte. Det vises til at samarbeid med kulturskolelærere er fruktbart også for de involverte klasselærerne. De får nye ideer, alternative arbeidsmåter og estetiske tilnærminger til sin praksis.

Fokuset i kunstfaglærernes rapportering er som vi ser, blitt mer balansert mellom helseaspektet og kunstaspektet. Dette viser blant annet at Mestringsprogrammet over tid er blitt mer bevisst sin profil som en positiv *estetisk* ressurs. De beveger seg bort fra en ensidig vurderingspraksis med fokus på gradering av barnets adferdstrekk, og over på prosessen og møtet mellom barnet og kunstuttrykket.



#### 4.6 SAMARBEIDSPARTNERE OG FAGLIG UTVIKLING

Høgskolen i Nord-Trøndelag (HiNT) har vært en viktig samarbeidspartner særlig i startfasen av Mestringsprosjektet. Blant annet form i av direkte rådgivning, samt samarbeid der kunstfaglærere har vært praksisveiledere for studenter på kunst og håndverk og spesialpedagogikk. I tillegg har kunstfaglærere deltatt på kurs i regi av HiNT; «Musikk og helse», med Audun Myskja. Dette har innebefattet arbeid med eldre ved Breidablikktunet Levanger.

Kunstfaglærerne vært engasjert i ulike kultur og helseprosjekter ved siden av, og i forlengelsen av arbeidet i Mestringsprogrammet. Dette er arbeid som har rettet seg mot flere grupper og prosjekter; *Folk 2*<sup>3</sup>, *Leik – lær – lykkes (L3)*<sup>4</sup>, *Kjønn og selvoppfatning*<sup>5</sup>, *Den kulturelle skolesekken*, og *Den kulturelle spaserstokken*.

---

<sup>3</sup> FOLK2 er et femårig regionalt kultur- og helseprosjekt hvor kulturelle aktiviteter benyttes som virkemidler i folkehelsearbeidet. Kulturens egenverdi skal styrkes og flere skal få ta del i kulturelle opplevelser og utvikle egne skapende evner. Samarbeidspartnere er Nord Trøndelag Fylkeskommune, Fylkesmannen i Nord Trøndelag, Levanger Kommune, Helse Nord Trøndelag, HUNT Forskningscenter NTNU og HiNT.

<sup>4</sup> L3 er et prosjekt gjennomført i 2007, med intensiv trening og opplæring av barn med Cerebral Parese. Samarbeid mellom Levanger kommune og Habiliteringstjenesten for barn, Helse Nord-Trøndelag.

<sup>5</sup> «Kjønn og selvoppfatning» var en del av prosjektet «Folkehelse i distriktsfylke». Dette besto i bevisstgjøring rundt kvinners/jenters selvoppfatning og kjønnsperspektiver, gjennom en estetisk tilnærming. Prosjektet var rettet mot jenter i 8. klasse. Kunstfaglærere fra musikk, drama og bilde var ansvarlige for innhold og gjennomføring.



## 5. UTDRAG FRA RAPPORTMATERIALET 2001-2009

For å kunne gå nærmere inn i på effekten av Mestringsprogrammet, er det naturlig å se på hvilke utfordringer og begrunnelser barnehagene og skolene har hatt for å ønske ekstraressurser til disse barna. I all hovedsak handler lærernes observasjoner om faktorer knyttet til barnets sosiale rolle og miljøet rundt. De ser det ofte i form av adferdsendringer over tid, noe som gjenspeiler seg i det sosiale samspillet. Det kan være tendenser som læreren vurderer som negative for eleven, men som er vanskelig å ta tak i grunnet store klasser og stort arbeidspress. I barnehage vurderes behovet i stor grad på samme måte, men fokuset går i tillegg på språkutvikling, sosialisering og ekstra behov for stimulering. En del av barna har fremmedspråklig bakgrunn. Musikkstunda fungerer her som en integreringsarena. En annen kategori er barn som kommer inn som ny i gruppa eller klassen. På begge hold handler mestringsarbeidet ofte om å forløse og etablere sosiale relasjoner, og bygge selvtillit gjennom stimulering og skapende aktivitet i et fellesskap.

Under følger noen eksempler fra rapportmaterialet. Dette omhandler både skildringer av individuelle endringer, og beskrivelser av positiv innvirkning på et helt miljø.

### 5.1 TILBAKEMELDING FRA BARNEHAGE VÅREN 2002:

*[...] Noen av barna var veldig passive og «datt ofte ut av samlingsstund» og lignende. Men etter å ha vært med i MKL- gruppa [Mestringsprosjektet] har disse blitt aktiv i samling og har blomstret på flere områder. Altså har alle hatt nytte av opplegget, veldig mye og viktige ting har de fått lært på en fin måte. Lært seg sanger, bevegelser, begreper, mestring av bl.a instrumenter, fellesbeskjeder, vente på tur, blitt kjent med lyder, rytmer og ikke minst med hverandre og seg selv.*

*[...] Vi i [x] barnehage er veldig glad og fornøyd for at vi har fått være en del av dette opplegget. Det å få delta i mindre grupper for disse barna er svært verdifullt i seg selv.*



### 5.2 TILBAKEMELDING FRA STYRER I BARNEHAGE VÅREN 2007:

Barna føler at de blir satt pris på, de blir sett og hørt, og de føler/opplever mestring gjennom den måten Bente [kunstfaglærer] har gjennomført opplegget dette opplegget på. Trygghet og sosial mestring gjennom opplevelse med sang og musikk, utvikler sosial handlingsdyktighet, sansene, turtaking, sansemotorikk, og estetisk utvikling. Personalet og resten av barnegruppen har også stort utbytte av dette da vi viderefører arbeidet som Bente gjennomfører ut til barnegruppen. Dette viser seg å ha stor positiv effekt for de fleste. Dette blir noe spesielt som barna ser fram til, de føler en egen tilhørighet som de er stolte over å få være en del av. [...] Vi føler det som nyttig at Bente som kommer inn «utenfra» tilfører oss andre sider ved barna, ser med andre «briller» [...] Vi ser også at barna som tidligere har hatt problemer med å stå foran en gruppe, tar utfordringer med å vise hva de har gjort i gruppen foran de andre barna i for eksempel samlingsstund.

### 5.3 TILBAKEMELDING FRA BARNESKOLE VÅREN 2006:

*Eleven kom til skolen i høst, og var svært sjenert, brukte veldig lav stemme og viste lite tegn til å kunne snakke foran andre. Men i løpet av de første øvelsene med teatersport tødde hun fort opp, og ville gjerne fram og delta med andre. Hun virket litt forsiktig til å begynne med, men etter hvert spilte hun ut seg selv helt og ble nærmest litt «vill». Hun deltok med stor iver i tillaging av kulisser, og virket veldig engasjert m.h.t. å lage replikken sin. Hun sa den frem uten sjenanse på alle forestillingene (3 stk), og hun har siden ikke kviet seg for å stå alene foran sin egen klasse for å fremføre noe hun har produsert. Ut fra rapporter om hva vi kunne vente oss av denne eleven før hun kom, må vi si at framgangen hun viste under dette prosjektet var dramatisk. Endringene ser ut til å være varige.*



## 6. PEDAGOGISKE OG METODISKE TILNÆRMINGSMETODER

### 6.1 ARBEIDET I BARNEHAGENE

«Jeg har aldri med et annet menneske å gjøre uten at jeg holder noe av dets liv i min hånd.» Løgstrup 1991.

Mestringsprogrammets arbeid i barnehagene består i ukentlige musikkstunder på ca en time. Gruppene består hovedsakelig av jevnaldrede mellom 1,5 – 5 år. På musikkstundene deltar en til tre barnehageansatte i tillegg til kunstfaglærer. Dette avhenger av alder på barna, gruppestørrelse og andre behov. Organiseringen har en struktur som er relativt forutsigbar. Dette skaper trygghet og forventning hos barna.

Arbeidsmetodene er fundert på blant annet teori av Howard Gardner<sup>6</sup> og den danske hjerneforskeren Kjeld Fredens. Dette er teorier som legger vekt på barnets utvikling av flere intelligensområder/kompetanseområder. Det musikalske arbeidet stimulerer og gir rom til disse utviklingsstadiene hos hvert enkelt barn, samtidig som aktivitetene binder de ulike kompetansefeltene sammen. Hovedmålene i arbeidet er å utvikle hvert barns iboende skaperkraft. Fredens teori omfatter 5 kompetanseområder: kroppslig-kinestetisk, romlig, musisk, språklig, og logisk/ matematisk.

Det musikalske materialet er blant annet hentet fra Kirsten og Kjeld Fredens' bok *Musikalsk Odysse, barnets musikalske utvikling i teori og praksis*, (1992). Dette er musikk og aktiviteter som binder sammen lytting, konsentrasjon, bevegelse, læring og musikalitet i sosialt samspill. Det veksles mellom sang, ensemblespill og solospill. Barna utforsker rytme, klang og dynamikk på instrumenter, i sine omgivelser og i seg selv. Musikk og sansing går hånd i hånd. Læring og estetisk opplevelse er ment å smelte sammen.

---

<sup>6</sup> For nærmere informasjon om Howard Gardners teori:  
[<http://www.infed.org/thinkers/gardner.htm>.]

Barn har i utgangspunktet stor evne til å gi seg hen til leken, og gjennom det oppleve flyt, slik Csikszentmihalyi beskriver det. I leken regulerer barnet i stor grad selv balansen mellom utfordring og kompetanse. I en voksenstyrt setting, vil denne reguleringen i ofte styres av noen eller noe *utenfor* barnet. For utrygge barn vil flytsituasjoner være hemmet fordi fokus vil være rettet mot å beskytte seg selv, eller mot å finne strategier for å unngå ytterligere ubehag<sup>7</sup>. Det legges derfor stor vekt på å skape et trygt læringsklima i musikkstundene. Eksponering og solooppgaver er derfor alltid i samsvar med barnets egne ønsker. Aktivitetene i musikkstunda søker å stimulere barnets *indre* motivasjon og drivkraft til å uttrykke seg gjennom sang, spill og bevegelse.

## 6.2 Arbeidet i skolene

De pedagogiske grunntankene videreføres fra barnehage, inn skolen og møtet med elevene der. Her er det større miljøer og enda mer mangfold. Det sosiale samspeillet endres, nye relasjoner oppstår og det stilles andre krav til eleven. Barna påvirker i stor grad hvordan prosessene utvikles underveis og denne medvirkningen er vesentlig både for eierforhold og for at elevene skal kunne by på seg selv. Ofte foregår aktivitetene tverrfaglig og i grenseland mellom kunstuttrykkene.

---

<sup>7</sup> Psykologisk litteratur deler menneskets grunnleggende universelle behov inn i 3 hovedkategorier: *sikkerhetsbehovene, de sosiale behov, og selverdsbehovene*. Tilfredsstillelsen av sikkerhetsbehovene er en forutsetning for at de øvrige skal kunne dekkes. (Maslow 1954).



### DRAMA – OPPLEVELSE, ERKJENNELSE OG SAMARBEID

Drama er her en samlebetegnelse på mange metoder og tilnærminger. Det kan være arbeid med enkeltstående dramaøvelser, teatersport og lignende, eller prosesser som ender i forestilling. Mestringsbarna tildeles roller som gir dem mulighet til å utforske og vise andre sider ved seg selv. Gjennom rollespill kan barnet få et «vikarierende jeg», der de kan sprengne egne grenser. Scenerommet kan tilby en frisone, der de løses fra hemmende sosiale strukturer og mønstre. Godt dramaarbeid og sterke scene-opplevelser gir både emosjonelle og kroppslige erfaringer. Disse ofte grensesprengende opplevelsene ser vi gjerne hos barn som til vanlig er noe tilbaketrukket og stille. Målet er ikke nødvendigvis en hovedrolle, det kan like gjerne være at eleven greier å si en enkelt replikk i løpet av forestillingen.

«Aksepter – ikke blokker!». Uttrykket er hentet fra teatersport og beskriver et hovedpremiss for samspill i vid forstand. Uttrykket innebærer at man skal samarbeide med, og stimulere sine medspillere slik at handlingen flyter fremover. Her handler det om å gripe mulighetene og kreativiteten som ligger i enhver situasjon. Statusproblematikk og hierarkier er noe Mestringsprogrammet ofte møter i skolen. I rollespillet kan man eksperimentere med ulik status på en måte som synliggjør de sosiale kreftene som til eksempel kan være i et klasserom.

Dramaarbeid gir rom for å arbeide med stemme og kropp på en oppbyggende måte. Større selvbvissthet og et bredere uttrykksmessig repertoar er noen av gevinstene vi ser hos barna.

## MUSIKK – ENSEMBLEKULTUR SOM MESTRINGSKULTUR.

«Jeg hadde en gang gleden av å overvære en skolekorpsøvelse. Midt inne i et nummer slår dirigenten av, og sier til trompetene; *Kan jeg få litt mindre av dere, slik at vi får mer av han her?*, og peker på fløytylisten. Hvor ellers i samfunnet kan man si noe sånt til en gruppe mennesker?» Phillip Sparke, komponist.

Musikk som mestringsarena handler om både å beherske en uttrykkskunst, med alle de ferdigheter det forutsetter, og om å beherske *samspill* i vid forstand. Mestringsprogrammet har ofte arbeidet tverrfaglig slik at drama og musikk har vært flettet sammen. Prosjektene har ved flere tilfeller bygget på temaer fra pensum. I slike settinger har mestringsbarna ofte hatt sentrale roller eller stemmer. Som kunstfaglærer har man her muligheten til å både veilede direkte, støtte og styrke elevene uten at det foregår noen form for segregering. Den estetiske vinklingen i faget gjør at læring og opplevelse smelter sammen. Når dette skjer i fellesskap med andre, har vi sett at evne og vilje til samarbeid i gruppa ofte øker. Det vokser frem en ensemblekultur der man lærer å gi plass til hverandre, ikke bare musikalsk, men også sosialt<sup>8</sup>. Elevene er avhengige av hverandres innsats for at de skal kunne realisere sine prosjekter. I flere tilfeller har vi sett at mestringsbarna blir sterke positive pådrivere i slike prosesser. De blomstrer og begynner å ta ansvar for gruppeøvinger, produserer sangtekster, instruerer dans, og er fulle av initiativ. De utvikler ofte sterkt eierforhold til prosjektet, noe som vitner om at dette er aktiviteter som frigjør ressursene i eleven, uten at eleven selv er nødvendigvis klar over sin nye og sentrale rolle i gruppa.

## Bilde- Et personlig språk

*«Det første ordet kan på ingen måte reduseres til et rent tegn for et begrep. Det er snarere et bilde, et maleri, en intellektuell skisse av begrepet. Det er faktisk et kunstverk.»*

Sitatet er hentet fra Vygotskij's «Tenkning og tale»<sup>9</sup>. For Vygotskij er ikke begrepet en stivnet og uforanderlig ting, men en aktiv del av den intellektuelle prosessen som stadig er med på å tjene kommunikasjonen, forståelsen og problemløsningen. Språk og tenkning henger sammen, det er gjennom kontakt med kulturen og bruk av kulturens redskaper vi blir mennesker, sier han.

Billedkunsten er en skapende kunstform. Når barnet begynner å tegne eller male tar det i bruk et personlig språk, et språk som handler om det å erfare verden som individ og å ville dele denne erfaringen med andre. Som lærer er det viktig å være interessert i det eleven ønsker å fortelle og å gi respons og stille spørsmål. Det å ha en god dialog med elevene, å kunne stille spørsmål som gjør at de kan bruke kunnskap de allerede har til å tilegne seg ny forståelse, er like viktig som å lære dem nye teknikker og å hjelpe dem til å utvikle ferdigheter. Tilfredsstillelsen ved det å mestre nye ferdigheter og det å kunne uttrykke tanker, ideer og forestillinger henger sammen. Ved å mestre flere språk utvikles forståelse og evne til problemløsning og kommunikasjon, gjennom bildet kan man fortelle på en annen måte enn gjennom ord og tekst.

---

<sup>8</sup> Forskning som støtter disse observasjonene: Psykologen R. Keith Sawyer gjennomførte forskning som viste at gjennom å øve og improvisere i ensemble, lærte barn essensielle kommunikative og sosiale ferdigheter som problemløsning og planlegging i gruppesettinger, hvordan dele på beslutningsansvar, og hvordan samarbeide om oppgaver i kreative prosesser (Sawyer 1999).

<sup>9</sup> "Tenkning og tale" Lev S. Vygotskij, Gyldendal Norsk Forlag AS 2001

I arbeid med bilde i mestringsprogrammet har vi lagt vekt på at barna får utvikle evnen til å observere, til å undres og til å prøve ut egne ideer. De oppfordres til å bruke egne erfaringer, interesser og opplevelser i arbeid med ulike teknikker, alt fra tegning og maling, modellering eller animasjonsfilm, både i individuelt arbeid og sammen med andre. Vi har ofte fulgt læreplanen og arbeidet med samme tema som i andre fag. Noen barn som kan ha problemer med å formidle kunnskap verbalt eller skriftlig kan vise stor innlevelse og evne til problemløsning i bilde.



## 7. SPREDNINGSARBEID

Kunstfaglærerne har holdt kurs for lærerstudenter, ledelse og ansatte ved oppvekstsentre, samt praksisveiledning for studenter ved førskoleutdanningen og kunst og handverk på HiNT Levanger.

- Kursdag for ledelse og ansatte ved Sørenget Oppvekstsenter, Namsos. Presentasjon av idegrunnlag og arbeidsmetoder for barn i førskolealder.

- Kursdag for studenter i spesialpedagogikk ved HiNT. Kunstfaglærere ansvarlig for faglig gjennomføring. «Kreative aktiviteter i spes.ped.-tiltak» 2002.

Videre spredningsarbeid er ønskelig fordi erfaringene fra arbeidet i Mestringsprogrammet tilsier at disse arbeidsformene ser ut til å bidra i forbygging av psykisk helse hos barn. Det er stor etterspørsel i de enhetene som programmet er inne i. En naturlig fortsettelse vil også være å styrke kompetansen i de pedagogiske fagmiljøene ved enhetene. Vi ser ofte at lærere og andre ansatte benytter kunstfaglærernes tilnærminger og opplegg som kilder til ideer for egen undervisning. Spredning vil innebære formidling av Mestringsprogrammets verdigrunnlag og arbeidsmetoder. Disse henger tett sammen i praksis.



## KILDEREGISTER

Aune, Peter Daniel m.fl.

*Opptappingsplanen for psykisk helse, Nasjonal satsing 1998-2006.*

Levanger Kommune 2003.

Fredens, Kirsten og Kjeld

*Musikalsk Odysse, barnets musikalske utvikling i teori og praksis.*

Kolding, 1992.

Gardner, Howard:

<<http://www.infed.org/thinkers/gardner.htm>>

[Tilgang 16.02.10]

Levanger Kommune:

«Strategi og handlingsplan for psykisk helsearbeid i Levanger Kommune».

<[http://www.levanger.kommune.no/PageFiles/2383/2\\_1.pdf](http://www.levanger.kommune.no/PageFiles/2383/2_1.pdf)>

[Tilgang 25.05.10]

Maslow, Abraham:

*Motivation and Personality.* London: Harper & Row, 1954.

Myskja, Audun:

*Metodebok: systematisk bruk av sang og musikk for ansatte i eldreomsorgen.* Oslo: Kirkens Bymisjon.

Rogers, Nathalie:

<[http://www.psychotherapy.net/article/The\\_Path\\_to\\_Wholeness](http://www.psychotherapy.net/article/The_Path_to_Wholeness) >

[Tilgang 19.01.10]

Sawyer, R. Keith:

*Improvised Conversations: Music, Collaboration and Development. Psychology of Music*, 1999, 27, s. 192-216.

Solberg, Geir:

*Prosjekt forebyggende helsearbeid med kunstfag som virkemiddel i barnehage og grunnskole*. Rapport skrevet på oppdrag av Mestringsprogrammet v/Oddbjørn Hagen. 2001.

Tellnes Gunnar:

*Publication Series of the Norwegian Medical Society*,  
<[http://www.dnms.no/index.php?kat\\_id=30&art\\_id=241](http://www.dnms.no/index.php?kat_id=30&art_id=241)>

[Tilgang 27.10.09]

Artikkel: *Begrepet "mestring"*.

<<http://www.familienettet.no/om-oss/begrepet-mestring>>

[Tilgang 05.01.10. ]

## VEDLEGG

### NOEN PROSJEKTEKSEMPLER FRA SKOLE

#### **Tverrfaglig:**

- «Odyssevs møter Kyklopen». Kunst og håndverk med drama. Teaterstykket med visning for øvrige klasser. Av og med 5.trinn.
- Homer; «Illiaden». Kunst og håndverk drama. Samarbeid med praksisstudenter fra Hint og faglærere i norsk. Forestilling med 5.trinn.
- Middelalderprosjekt. Tverrfaglig arbeid med utgangspunkt i samfunnsfag. Dans, drama og musikk som kunstform/uttrykk. Forestilling i Munkeby klosterruiner.
- Historisk spel ved Halsteinborga. Hele skolen deltok. Kunstfaglærer som regissør.
- 
- «Pim og Letta». Drama og visuelle kunstfag. Dukketeater med to gjennomgangsfigurer (håndholdte dukker ført av to kunstfaglærere som lærer-i-rolle). Dramaøvelser og utforming av egne fingerdukker og skygedukker. 1. trinn.-
- «Troll». Drama og musikk bygget på tema fra fagplan. 3.trinn.
- «Prøysens Tivoli». Musikk- og dramaforestilling basert på materiale av Alf Prøysen. 4.trinn.

#### **Bilde/visuell kunst:**

- Animasjon/tegnefilmer med bl.a collageteknikk. 2.trinn.
- Leire. 2.trinn

- Litografi. Linoleumstrykk med tema fra vikingtida. 6.trinn.
- «Ismaskeborg». Lyssatt utstilling av is-skulpturer. 7.trinn
- Akvarellmaling, cellofanbilder. 1.trinn.

**Musikk:**

- Avslutningsforestilling for 7. trinn. Band, kor og solosang. Repertoar fra rock og pop.
- «Åge Alexandersen». Konsertforestilling med kor og orkester. 5.-7.trinn.
- «Knudsen og Ludvigsen» Konsertforestilling 1.-4. trinn

**Drama:**

- Radioteater.
- Torbjørn Egner
- Roald Dahl, «Mathilda»
- Claus Hagerup
- Dramaleker og teatersport. Aktiviteter med kortere tidsrom.

**Dans:**

- dans og bevegelse er brukt både som øvelser og koreografi som ledd i forestillinger.